

# Perancangan Film Pendek Untuk Menyadarkan Bahaya Sindrom *Body Dysmorphic Disorder*

Alexander Christian Andrew<sup>1</sup>, Cok Gde Raka Swendra<sup>2</sup>, Hen Dian Yudani<sup>3</sup>

<sup>1,3</sup> Program Studi Desain Komunikasi Visual, Fakultas Seni Rupa dan Desain, ISI-Denpasar  
Jl. Nula Indah, Sumerta Kaja, Denpasar Tim, Kota Denpasar, Bali 80236

<sup>2</sup> Program Studi Desain Komunikasi Visual, Fakultas Seni Rupa dan Desain, Universitas Kristen Petra  
Jalan Siwalankerto 121-131, Surabaya 60216  
Email: inipunyaalek@gmail.com

## Abstrak

Perancangan ini bertujuan untuk menyadarkan masyarakat akan bahaya sindrom *Body Dysmorphic Disorder*. Perancangan ini dibuat dalam bentuk film pendek dengan durasi 20 menit. Film dapat menyampaikan pesan dengan mudah kepada masyarakat karena menggunakan gabungan audio dan visual. Perancangan ini menggunakan metode kualitatif dengan melakukan wawancara dan observasi. Diharapkan dengan film ini, masyarakat bisa lebih menjadi percaya diri dan terhindar dari sindrom *Body Dysmorphic Disorder*.

**Kata kunci:** Film Pendek, *Body Dysmorphic Disorder*, Kelainan Mental.

## Abstract

### *Short Movie Design to Raise Awareness about The Dangers of Body Dysmorphic Disorder Syndrome*

*This design aims to raise public awareness about the dangers of Body Dysmorphic Disorder syndrome. This design was made in the form of a 20-minutes-long short movie. Movies could easily deliver a message to people because it uses both audio and visual. The research method used in this design is qualitative, implemented by conducting interviews and observations. This movie is expected to raise people's confidence and Body Dysmorphic Disorder syndrome could be averted.*

**Keywords:** Short Film, *Body Dysmorphic Disorder*, Mental Disorder.

## Pendahuluan

Swafoto atau *selfie* adalah foto potret diri yang diambil sendiri dengan menggunakan kamera digital atau kamera telepon genggam. Biasanya objek yang ada pada foto hanyalah si fotografer sendiri ataupun bersama beberapa orang lainnya. Pada tahun 2013, kata *selfie* secara resmi tercantum dalam *Oxford English Dictionary* sebagai *Word of the Year* tahun 2013.

Di Indonesia, *selfie* seolah menjadi hal yang wajib dilakukan oleh seseorang apabila berada di satu tempat wisata, di sebuah acara khusus, ataupun sekedar untuk memotret diri sendiri. Sebuah survey terbuka tentang kebiasaan *selfie* dilakukan oleh Jajak Pendapat pada 1955 responden pada November 2014 dan ternyata lebih dari 50% responden melakukan *selfie* dalam jangka waktu yang tidak jauh sebelum survey dilakukan. Setelah melakukan *selfie* biasanya orang tersebut mengunggah foto tersebut di media sosial dengan berbagai tujuan seperti

memberikan informasi terbaru dan ter-update, ataupun hanya untuk pamer saja.

Banyak *selfie* yang dilakukan oleh seorang dengan usia 15-25 tahun untuk memamerkan kecantikan atau ketampanan dirinya di media sosial dan untuk mendapatkan perhatian dari orang lain terutama lawan jenis. Tentunya orang itu berharap ia akan mendapatkan komentar yang positif tentang dirinya. Tapi ternyata banyak kasus dimana orang yang melakukan *selfie* tersebut justru mendapatkan komentar yang tidak ia inginkan dan malah membuatnya merasa tidak aman dan tidak puas. Orang-orang mengomentari pipinya yang gemuk, lengannya yang besar, dan berbagai macam hal dari segi fisik orang tersebut. Hal ini membuat orang tersebut tertekan dan bisa terjangkit sebuah kelainan mental bernama *Body Dysmorphic Disorder*.

*Body Dysmorphic Disorder* ini bisa diatasi apabila masyarakat mau mengurangi kecanduan pada media sosial dan *gadget*. Dengan banyak melihat media sosial maka masyarakat akan

dihadapkan pada sebuah tolok ukur yang diciptakan oleh masyarakat media sosial itu sendiri. Menurut Dr Karrie Lager, seorang psikolog anak di Los Angeles, ia pernah melakukan riset antara hubungan remaja, media sosial, dan narkoba. Menurutnya kecanduan terhadap media sosial bisa membuat pengguna mengalami kondisi psikis yang buruk. Media sosial adalah tempat orang menampilkan apa yang menjadi idealisme mereka masing-masing. Hal ini membuat orang-orang yang banyak menghabiskan waktunya di media sosial muncul perasaan iri karena media sosial adalah medium pentas.

Untuk menyampaikan pemahaman tentang masalah ini serta cara mencegahnya pada masyarakat dibutuhkan media yang efektif dan mudah untuk diakses oleh masyarakat era modern ini. Perancang memilih target audience yaitu remaja dengan usia 15 tahun sampai dengan dewasa usia 25 tahun yang pada era sekarang ini sangatlah peka terhadap konten yang ada di media sosial seperti *Instagram*, *Youtube*, dan mereka sangatlah suka mengikuti tren yang sedang populer. Anak muda era digital ini lebih suka melihat sesuatu yang bergerak seperti di televisi, *Youtube*, *Instagram*, daripada mereka harus membaca artikel. Oleh karena itu, media audio visual adalah media yang dipilih oleh perancang. Media Audio Visual film pendek menjadi media utama karena media ini sangat mudah menarik perhatian masyarakat serta bisa viral dengan cepat. Dengan media ini masyarakat dapat menangkap pesan dan informasi dengan lebih mudah dan jelas. Selain itu, media audio visual khususnya film dapat mempengaruhi paradigma masyarakat dan sangat mudah untuk membawa emosi penontonnya.

## Metode Perancangan

Metode penelitian atau analisis data terdiri dari metode kualitatif dengan melakukan riset seperti wawancara dan observasi mengenai objek yang diteliti. Dalam pengumpulan datanya dibagi menjadi data primer dan data sekunder.

### Data Primer

Wawancara dan observasi pada orang yang terjerangkit sindrom *Body Dysmorphic Disorder*, serta psikiater dan psikolog yang menangani sindrom ini dan juga melalui observasi di dalam masyarakat.

### Data Sekunder

Diperoleh dengan mengkaji beberapa sumber baik dari literature maupun sumber-sumber lain seperti artikel dan situs yang terpercaya.

## Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data yaitu berupa hasil data yang diperoleh berupa:

- a. Metode 5W 1H  
Menggunakan metode 5W 1H sehingga bisa mengetahui behavioral dari masyarakat.
- b. Wawancara  
Metode wawancara ke berbagai narasumber dari masyarakat agar mendapat data yang diperlukan.

### c. Referensi Internet

Melalui sumber-sumber seperti artikel dan situs yang terpercaya dan autentik.

## Audio Visual

Audio visual adalah media yang menggunakan komponen suara dan komponen gambar dalam satu karya. Audio visual menjadi media yang sangat dibutuhkan pada era modern ini karena bisa menyampaikan pesan dan informasi dengan jelas dan mudah. Film pendek adalah bentuk film yang paling mudah, simple, dan biasanya memiliki durasi kurang dari 50 menit.

## Film

Menurut buku Dasar-Dasar Apresiasi Film yang ditulis oleh Marselli Sumarno, film adalah perkembangan dari fotografi. Ada dua nama penemu besar dalam sejarah penciptaan film yaitu Thomas Alva Edison dan Lumiere Bersaudara. Thomas Alva Edison adalah ilmuwan Amerika Serikat yang menciptakan alat untuk merekam serta memproduksi gambar pada tahun 1887, yang kemudian alat tersebut diberi nama kinetoskop. Lumiere Bersaudara adalah sepasang kakak dan adik yang berasal dari Perancis. Merekalah yang mengembangkan kinetoskop menjadi sinematograf. Sinematograf adalah alat untuk mengkombinasikan kamera, dan proyektor sehingga bisa digunakan untuk merekam adegan-adegan singkat.

Menurut Ensiklopedi, Film Pendek berasal dari istilah *Short Subject*. Istilah itu mengacu pada segala macam film yang memiliki ukuran dua *reel* yang setara dengan 20 menit. Kemudian pada sekitar tahun 1980-an, istilah tersebut diganti dengan *Short Film* yang jika diartikan merupakan film yang memiliki durasi lebih pendek dari film komersial lainnya. Biasanya durasi maksimal dari film pendek adalah 40 menit (Encyclopedia, par. 1, 8, 9).

Dalam buku Memahami Film Edisi Kedua yang ditulis oleh Himawan Pratista, sinematografi mempunyai peran yang penting ketika sebuah adegan siap untuk diambil. Sinematografi mencakup berbagai aspek dari bagaimana sebuah adegan diambil, mengatur jarak dan ketinggian sudut, lalu juga penggunaan efek visual dan teknik pewarnaan pada proses pascaproduksi. Sinematografi juga dibagi menjadi tiga aspek besar, yaitu kamera dan film, *framing*, serta durasi gambar (Memahami Film Edisi Kedua, 2017: 129). Selain tiga aspek tersebut, dalam buku berjudul *Five C's of Cinematography*, sinematografi dibagi menjadi lima kategori yaitu *camera angles*, *continuity*, *cutting*, *close-ups*, dan *composition*.

Dalam buku Dongeng sebuah Produksi Film yang ditulis oleh Tino Saroengallo, ada dua kunci yang paling penting dalam proses produksi sebuah film. Kunci yang pertama adalah waktu. Berapa lama waktu yang dibutuhkan untuk memproduksi sebuah karya film harus ditentukan sejak awal. Kunci yang kedua adalah uang. Tanpa adanya jadwal

pembuatan film yang akurat, maka tidak akan bisa membuat anggaran yang akurat pula (Saroengallo, 2011: 11-12).

Adapun tahap produksi sebuah film dipimpin oleh seorang sutradara atau *director*. Tahap produksi lebih dikenal masyarakat sebagai proses *shooting*. Proses produksi ini melibatkan banyak sekali orang dengan jabatannya masing-masing. *DOP* atau *Director Of Photography* bertugas untuk membuat gambar menjadi bagus, *Set Director* yang membuat *setting* lokasi tampak menjadi bagus, *Soundman* yang bertanggung-jawab dengan merekam suara, dan masih banyak lagi posisi dan tanggung jawab lainnya.

## ***Body Dysmorphic Disorder***

*Body Dysmorphic Disorder* adalah sebuah kelainan mental dan kejiwaan yang membuat seseorang selalu asik pada kekurangan fisik yang dimilikinya. Penderita selalu melihat kekurangannya adalah sebuah hal yang besar dan akan selalu berusaha untuk menutupinya dengan segala cara. Orang yang menderita sindrom ini sangat rentan terserang sindrom lain dan bisa melakukan segala cara untuk merasa aman dan sempurna.

Sindrom ini membuat seseorang melihat karakter dirinya begitu berbeda dan buruk sekali dalam imajinasinya. Orang yang terkena sindrom ini akan tidak menyukai satu atau lebih bagian tubuhnya. Mereka akan melihat kesalahan pada rambutnya, kulitnya, hidungnya, mulut, perut, padahal sebenarnya hal itu hanyalah satu cacat kecil yang tidak berarti. Tapi untuk penderita sindrom ini, kecacatan seperti itu akan menyebabkan tekanan mental dan emosional yang luar biasa sehingga menyebabkan hal-hal lain yang mengganggu keseharian mereka (*adda.org*).

Berdasarkan survei yang dilakukan oleh *American Psychiatric Association* pada tahun 2013, sindrom *Body Dysmorphic Disorder* menyerang 2,5% laki-laki dan 2,2% perempuan di Amerika Serikat. Sindrom ini juga mulai menyerang dan terlihat pada anak-anak dengan usia 12-13 tahun. Penyebab dari sindrom *Body Dysmorphic Disorder* sendiri masih belum bisa dipastikan. Ada banyak faktor yang bisa menyebabkan seseorang mengidap sindrom ini diantaranya kelainan genetik, kelainan *neurobiological* seperti malfungsi zat *serotonin* pada otak, kelainan kepribadian, dan pengalaman hidup seperti kekerasan dan trauma.

Dalam buku Psikologi Perkembangan dikatakan bahwa masa puber adalah masa perubahan yang sangat pesat. Masa ini menyebabkan anak yang mulai beranjak remaja mengalami rasa ragu, perasaan tidak aman, labil, tidak stabil, dan banyak membuat perilaku anak berubah. Pubertas juga dikatakan sebagai fase negatif dimana anak-anak mulai kehilangan sifat baiknya dan mulai melakukan tindakan-tindakan yang dianggap salah pada saat mereka waktu kecil seperti melawan orang tua, bertengkar dengan teman, dan perasaan-perasaan seperti *galau* dan bimbang mulai muncul (Psikologi Perkembangan, hal. 184). Menurut wawancara perancang dengan seorang ahli psikologi anak serta hipnoterapis, Drg.

Susianiwati, C.Ht, anak mulai usia 12 tahun memasuki fase *critical factor* dimana itu adalah fase yang sangat krusial karena anak-anak mulai menyerap dan memahami apapun yang mereka lihat dan mereka belum tahu mana yang salah dan benar. Anak-anak bisa terpengaruh dari media yang mereka tonton, publik figur, dan lingkungan dimana mereka berada.

Masa pubertas juga menyebabkan perubahan-perubahan pada bentuk fisik maupun perilaku anak. Perubahan fisik seperti munculnya jerawat, kemudian suara yang menjadi berat pada anak laki-laki, pertumbuhan payudara pada anak perempuan, dan perasaan sakit pada bagian-bagian tubuh lainnya membuat seorang anak tidak jarang merasa kaget dan menimbulkan beban emosional pada diri mereka. Selain fisik, perilaku dan sikap mereka juga berubah. Perubahan pada sikap mereka ini terjadi akibat perubahan sosial yang mereka alami, dan bukan dari perubahan kelenjar tubuh dan fisik mereka. Pengaruh pubertas ini lebih dirasakan banyak oleh anak perempuan daripada anak laki-laki karena anak perempuan lebih cepat matang dan dewasa daripada anak laki-laki. Hal ini juga dikarenakan batasan perilaku pada anak perempuan yang dibuat oleh orang-orang sekitarnya membuat mereka mencoba untuk membebaskan diri batasan-batasan tersebut (Psikologi Perkembangan, hal. 192).

Anak-anak yang sedang dalam masa pubertas akan mengalami perubahan-perubahan sikap seperti selalu ingin menyendiri dan menarik diri dari teman-teman, keluarga, dan juga sering bertengkar dengan orang sekitarnya. Perubahan ini juga menyebabkan seorang anak bisa menjadi antagonis terhadap sosial sehingga ia sering membantah, melawan, dan menantang. Anak dalam masa ini juga mudah mengalami ledakan emosi dan mudah sekali tersentuh emosionalnya. Perubahan-perubahan ini juga bisa membuat seorang anak kehilangan kepercayaan dirinya karena perubahan-perubahan yang sedang terjadi. Kehilangan kepercayaan diri ini bisa membuat seorang anak mudah mengalami depresi dan mencari hal-hal baru yang bisa mengobati rasa sedihnya tersebut (Psikologi Perkembangan, hal. 192).

Pada umumnya masa remaja dianggap mulai ketika anak mencapai usia matang seara hukum yaitu 17 tahun. Masa remaja merupakan masa yang cukup penting dan krusial dalam pertumbuhan seseorang. Masa remaja merupakan masa peralihan. Dalam buku Psikologi Perkembangan dikatakan bahwa peralihan bukan berarti berbeda dari apa yang terjadi sebelumnya, tetapi merupakan peralihan dari satu tahap perkembangan ke tahapan yang berikutnya. Seorang anak akan tetap membawa dan mengingat apa yang telah terjadi sebelumnya yang membekas dalam ingatannya. Anak-anak harus meninggalkan sesuatu yang bersifat kekanak-kanakan dan harus mempelajari sikap perilikuk yang baru agar bisa mulai dianggap dewasa dan berkembang (Psikologi Perkembangan, hal. 207).

Masa remaja juga disebut sebagai masa yang banyak menimbulkan ketakutan pada seseorang. Seseorang yang mulai memasuki masa remaja akan mendapatkan banyak stereotip dalam hidup dan lingkungannya. Masyarakat banyak

menciptakan stereotip yang digunakan sebagai cermin untuk para remaja dimana itu menggambarkan citra diri seorang remaja yang lambat laun juga akan membentuk konsep diri dan perilaku remaja tersebut. Seringkali seorang remaja dihadapkan pada sebuah idealisme masyarakat yang tidak sesuai dengan keadaan dirinya, dan ia akan mengembangkan dirinya sesuai dengan idealisme tersebut agar kelak ia mendapat dukungan emosional dan sosial dari lingkungan sekitarnya.

## Pembahasan

Berdasarkan perolehan data perancang, maka disimpulkan bahwa sindrom *Body Dysmorphic Disorder* bisa menyerang siapa saja. Berdasarkan survei pula dapat ditarik kesimpulan bahwa masyarakat Surabaya masih belum mengerti bahkan belum tahu akan adanya sindrom ini. Maka dari itu perancang membuat sebuah karya film pendek untuk menyadarkan masyarakat akan bahaya dari sindrom *Body Dysmorphic Disorder* supaya masyarakat bisa semakin menjaga kesehatan psikologis dan bisa memberikan dukungan moral kepada orang-orang yang merupakan penderita sindrom ini.

Berdasarkan kesimpulan dari analisis perancang mengenai sindrom *Body Dysmorphic Disorder* serta tentang kebiasaan masyarakat, perancang memiliki usulan untuk membuat sebuah film pendek. Film pendek dipilih karena perkembangan teknologi untuk membuat film yang sudah sangat berkembang memungkinkan untuk membuat sebuah film pendek dalam waktu yang cukup singkat serta semakin menarik. Selain itu juga karena pada era modern ini masyarakat lebih suka dengan media seperti audio visual yang bisa membawa pengalaman baru daripada media konvensional seperti poster, puisi, ataupun audio atau visual saja. Perancang berharap melalui film pendek ini nantinya dapat menumbuhkan kesadaran dan memberikan informasi kepada masyarakat akan bahaya sindrom *Body Dysmorphic Disorder*. Film pendek ini nantinya akan disebarluaskan melalui format video dan akan diunggah di media sosial yang akrab dengan kehidupan masyarakat kota Surabaya. Perancang memilih format video dan film karena kehidupan masyarakat era sekarang sangat dekat dengan audio visual sebagai media hiburan maupun media belajar.

## Konsep Karya

- a. Format Program  
Format video menggunakan .mp4 sesuai dengan standar ISO. *Frame size* 1920x1080, *Frame rate* 50.00 *frame rate/second export to* 25.00 *fps*, *Pixel Aspect Ratio* DSLR 1080p25. Berupa film pendek dengan durasi 20 menit.
- b. Judul  
Film pendek ini akan diberi judul “Aku Lisa”
- c. Tujuan Program  
Tujuan dari film pendek ini adalah untuk menyadarkan masyarakat akan bahaya dari sindrom *Body Dysmorphic Disorder*. Diharapkan dengan

adanya film pendek ini masyarakat bisa lebih menjaga kesehatan psikologisnya serta bisa lebih memahami kondisi psikologis masing-masing.

### d. Target Audience

Target dari film ini apabila dijabarkan:

- Psikografis  
Orang yang sangat memperhatikan kekurangan fisiknya.
- Perilaku/Behavioral  
Masyarakat yang aktif di media sosial dan suka hal baru.
- Geografis  
Remaja-Dewasa yang tinggal di Kota Surabaya.
- Demografis  
SES: B-A  
Usia: 15-25 tahun

### e. Karakter Pemain

- Lisa  
Seorang yang ceria dan sederhana, tidak menggunakan *make up* yang berlebihan. Menggunakan pakaian yang sederhana dan tidak mencolok. Dikenal sebagai anak yang pendiam dan tidak memiliki banyak teman.



Gambar 1. Lisa

- Arni  
Merupakan teman baik Lisa. Lahir dari keluarga yang berkecukupan, selalu menggunakan pakaian mahal dan *make up* yang cukup untuk menarik orang di sekitarnya.



**Gambar 2. Arni**

- Rico  
Anak yang rajin dan kadang pendiam, namun kadang juga menjadi sosok yang lucu.



**Gambar 3. Rico**

- f. Properti  
Beberapa properti yang digunakan antara lain:
  - Pakaian Lisa
  - Pakaian Arni
  - *Handphone*
  - Alat *make up*
- g. Setting Lokasi  
Lokasi yang digunakan:
  - Universitas
  - Toilet Universitas
  - Kamar Lisa
  - Cafe
- h. Sinopsis

Film ini bercerita tentang seorang mahasiswi bernama Lisa yang penampilannya sangat sederhana. Ia memiliki sahabat yang karakternya sangat bertolak belakang yaitu Arni. Arni mencoba membuat Lisa merubah penampilannya demi mendapatkan hati seorang lelaki yang disukai oleh Lisa. Lisa pun mengikuti semua perkataan sahabatnya itu dan berubah total demi mendapatkan lelaki yang bernama Rico tersebut. Namun setelah ia merubah penampilannya, ia tetap mendapat banyak masalah dari Rico karena sering menghabiskan waktu lama hanya untuk berdandan. Rico pun ingin menyadarkan Lisa bahwa ia tidak perlu menjadi orang lain agar bisa membuat dirinya percaya diri dan disukai orang lain.

## Proses Kreatif

Proses pembuatan karya dibagi menjadi 3 bagian yaitu pra-produksi, produksi, dan pasca-produksi.

Pada proses pra-produksi, dilakukan berbagai persiapan untuk melakukan produksi. Pada bagian awal adalah pengembangan sinopsis menjadi sebuah *script* yang berisi tentang detail cerita. Selanjutnya adalah pembuatan *storyboard* yang berisi detail pengambilan gambar berupa *angle*, dan *frame* kamera.

Proses produksi dipimpin oleh sutradara yaitu perancang karya sendiri dan dilakukan pada beberapa hari yang berbeda. Kamera yang digunakan untuk produksi adalah kamera *mirrorless* yaitu *Sony A-6500*. Proses produksi dilakukan dengan menggunakan *aspect ratio* 16:9, dengan *frame rate* saat *shooting* 50 *fps*, dan dengan menggunakan profil warna *off* atau tidak menggunakan efek warna apapun sehingga memudahkan proses koreksi warna. Lensa utama yang digunakan adalah lensa *Sony FE 16-35mm f4* untuk mengambil adegan dengan komposisi lebar atau *wide* serta menggunakan lensa *Sony FE 50mm f1.8* untuk mengambil adegan *close up*. Pencahayaan yang digunakan juga banyak menggunakan cahaya alami dari sinar matahari sehingga tampak natural, serta pada adegan dalam ruangan menggunakan lampu tambahan yang dipantulkan ke atap sehingga hasilnya pencahayaan yang rata dan tidak terlalu dramatis agar tidak terlalu berat ditonton.

Berikut ini adalah tim yang menjadi tim produksi dari perancangan film pendek ini:

- |                       |                                     |
|-----------------------|-------------------------------------|
| 1. Director           | : Alexander Christian Andrew        |
| 2. Assistant Director | : Halim Kusuma Atmaja               |
| 3. DOP                | : Alexander Christian Andrew        |
| 4. Producer           | : Alexander Christian Andrew        |
| 5. Editor             | : Alexander Christian Andrew        |
| 6. Art Director       | : David Budi Prasetyo               |
| 7. Talent             | : Dyataftiani Mevilia Vutri Pratama |
| 8. Talent             | : Anastasya Olivia                  |
| 9. Talent             | : Yosafat                           |
| 10. Sound Utility     | : Michael Hanstefanus               |
| 11. Wardrobe/MUA      | : Regina Jasmine                    |

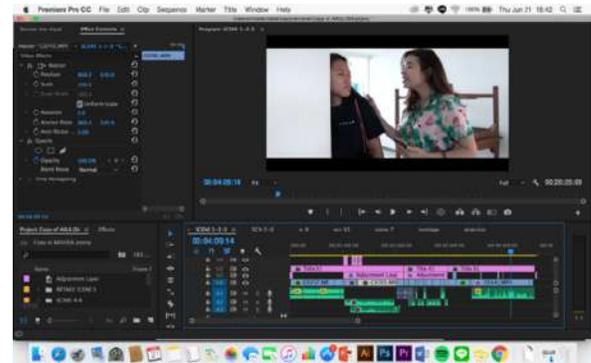


**Gambar 4. Storyboard**

Beberapa hal yang kemudian harus dipersiapkan adalah alat, lokasi syuting, pemeran film dan jadwal produksi. Budgetting dilakukan setelah mendapatkan kelengkapan tersebut.

Proses produksi berjalan sesuai dengan rencana yang telah dibuat dalam proses pra-produksi. setelahnya akan dilanjutkan dengan proses pasca produksi yang diawali dengan editing, menggunakan aplikasi *Adobe Premiere Pro CC 2015* Setelah rangkaian gambar selesai ditata dan diberi suara, masuk ke proses pewarnaan. Beberapa adegan dalam film mengalami *overexposed* dan ada pula yang *underexposed* sehingga harus dilakukan penyesuaian warna lagi. Selain menyesuaikan *highlight* yang berlebih atau kurang, juga dilakukan penyesuaian warna kulit dan saturasi warna lingkungan yang ada pada adegan sehingga kesan yang ingin ditampilkan tampak.

Warna yang digunakan dalam film ini adalah saturasi yang natural sehingga tampak alami, serta *white balance* yang cenderung *cold* dan *neutral* sehingga tidak terlalu berat dan melelahkan mata untuk ditonton mengingat target audience nya dimulai anak usia 15 tahun.



**Gambar 5. Editing**

Dalam proses editing, didalamnya ada proses pengolahan warna dan suara. Untuk mendukung kualitas dan nilai dari film tersebut.



**Gambar 6. Color Grading**

Ini adalah jadwal syuting yang dibuat oleh sutradara:

- 7 Mei 2018 : Shooting scene 1 – 3 di Universitas Kristen Petra Gedung W dan P
- 14 Mei 2018: Shooting scene 4 – 6 di Univeritas Kristen Petra Gedung T dan P
- 1 Juni 2018: Shooting scene 8 dan 10 di Kos Siwalankerto 8
- 9 Juni 2018: Shooting scene 7 di Café 118<sup>th</sup> Siwalankerto
- 20 Juni 2018: Shooting scene 9 di Univeristas Kristen Petra Gedung P

Hasil akhir dari perancangan ini berupa video audio visual dengan bentuk film pendek yang memiliki durasi 20 menit. Film pendek ini berjudul “Aku Lisa”. Film ini memiliki format *H.264*, dengan ukuran output *1920x1080* dan *25frame rate per second*. Film ini berdurasi 19 menit dan dalam bahasa Indonesia. Film ini diunggah di *platform online Youtube* dan dapat ditemui pada situs [www.youtube.com/inialek](http://www.youtube.com/inialek). Warna yang digunakan banyak menggunakan warna *cold* dan *neutral*

untuk menambah kesan mood yang ingin disampaikan. Serta penggunaan *backsound* yang terasa ringan dan terkesan anak muda.



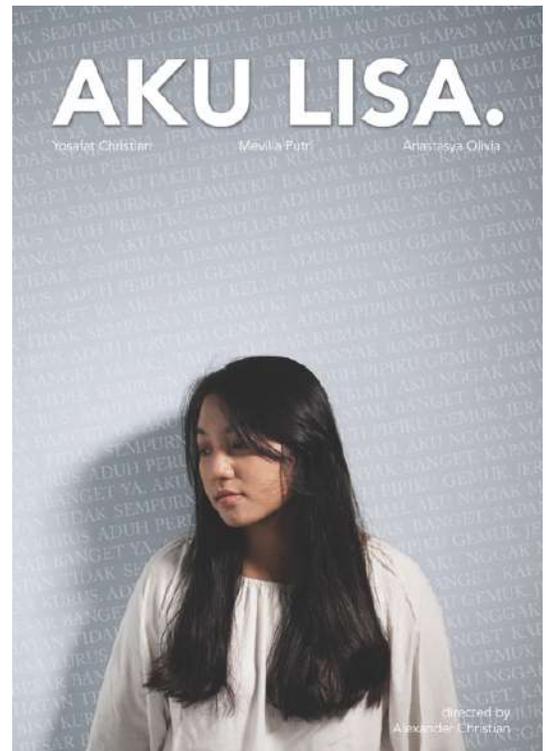
**Gambar 4. Hasil Akhir**



**Gambar 5. Hasil Akhir**



**Gambar 6. Hasil Akhir**



**Gambar 7. Poster Film**



**Gambar 8. Desain Cover DVD dan DVD Case**

## Penutup

## Kesimpulan

Film sebagai media penyampaian pesan kepada masyarakat bukan merupakan hal baru lagi. Film ini bertujuan

menyampaikan pesan kepada masyarakat akan bahaya dari sindrom *Body Dysmorphic Disorder*. Dalam membuat sebuah perancangan yang bisa menjawab permasalahan, harus dilakukan dengan penelitian dahulu. Pemahaman akan permasalahan yang akan dibahas sangat diperlukan. Selain data lapangan yang lengkap, dibutuhkan dasar-dasar pemahaman akan cara membuat karya film yang benar. Dasar-dasar ilmu sinematografi sangat penting sehingga karya film yang dibuat bisa dinikmati oleh khalayak luas dan bisa menjawab permasalahan yang dibahas.

Melalui film ini perancang ingin menunjukkan bahwa setiap orang harus percaya diri dengan apa yang kita miliki demi menjadi bahagia. Setiap individu tidak boleh melihat dirinya kurang dan tidak sempurna hanya demi menyenangkan orang lain. Diharapkan melalui film ini dapat menyadarkan masyarakat akan pentingnya percaya diri dan bersyukur, sehingga bisa terhindar dari sindrom *Body Dysmorphic Disorder*.

## Saran

Film pendek ini ditujukan bagi masyarakat yang belum mengerti bahaya sindrom *Body Dysmorphic Disorder*. Diharapkan sinergi dari berbagai pihak yang bersangkutan, sehingga kelak karya ini bisa digunakan sebagai media pembelajaran terkait dengan masalah yang dibahas. Diharapkan juga institusi bisa membantu dalam penyebaran karya sehingga pesan yang ingin disampaikan dalam karya ini bisa menjangkau banyak kalangan dan masyarakat.

## Ucapan Terima Kasih

Perancang ingin mengucapkan terima kasih kepada berbagai pihak yang telah membantu mewujudkan karya perancangan tugas akhir ini, antara lain kepada:

1. Tuhan Yesus Kristus, selaku pembimbing yang terutama.
2. Aristarchus Pranayama K, B.A.,M.A., selaku Ketua Program Studi Desain Komunikasi Visual Universitas Kristen Petra.
3. Hen Dian Yudani ST., M.Ds. dan Drs. Cok Gde Raka Swendra. M.Si. selaku dosen pembimbing perancangan tugas akhir ini.
4. Orang tua, dan keluarga yang telah memberikan dukungan berupa doa, materil, dan kasih dalam mengerjakan perancangan ini.
5. Teman-teman terkasih yang telah membantu proses menyelesaikan karya perancangan ini, Halim, Michael, David, Mevilia, Anastasya, Yosafat, Jessica Alicia, Kevin Widjaja.
6. Semua pihak yang telah membantu namun tidak disebutkan satu persatu disini.

## Daftar Pustaka

- Adiyudha, Rizkyan. 2017. Kebiasaan Bersyukur Punya Dampak Positif Secara Psikologis. *www.republika.co.id*. Diakses pada 28 Januari 2018.
- Ahazrina. 2017. *Sejarah Perfilman Indonesia dan Perkembangannya*. *www.pakarkomunikasi.com*. Diakses pada 3 Maret 2018.
- Anxiety And Depression Association of America. 2010. *Body Dysmorphic Disorder*. *www.adaa.org*. Diakses para 7 Maret 2018.
- Associated Press Reporter. 2013. *Mark Cuban's Brother Writes Book Detailing His Body Dysmorphia, Drug and Alcohol Addictions, Bulimia and Three Failed Marriages*. *www.dailymail.co.uk*. Diakses para 15 Maret 2018.
- Budiman, Nandang. *Body Dysmorphic Disorder*. Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia.
- Hasan, Akhmad Muawal. 2017. *Candu Medsos Mengacaukan Kesehatan Mental*. *www.tirto.id*. Diakses pada 27 Januari 2018.
- Hurlock, Elizabeth B. 2011. *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Jackson, Phoebe. 2015. *Woman Who is Convinced She Has a Facial Tumour That Doesn't Exist Creates Prosthetic to Show How She Thinks She Looks Then Films The Public's Reaction When She Wears It*. *www.dailymail.co.uk*. Diakses pada 15 Maret 2018.
- Jakpat. 2014. Infografis Kebiasaan Selfie. *www.jakpat.com*. Diakses pada 27 Januari 2018.
- Kirmandita, Patresia. 2017. *Kondisi Jiwa Manusia-Manusia Barbie*. *www.tirto.id*. Diakses pada 27 Januari 2018.
- Mascelli, Joseph V. 1998. *The Five C's of Cinematography: Motion Picture Filming Techniques*. Los Angeles: Silman-James Press.
- Pratista, Himawan. 2017. *Memahami Film: Edisi Kedua*. Sleman: Montase Press.
- Priherdityo, Endro. 2015. *Studi: Bersyukur Baik Bagi Kesehatan*. *www.cnnindonesia.com*. Diakses pada 28 Januari 2018.
- Saroengalo, Tino. 2008. *Dongeng Sebuah Produksi Film*. Jakarta: PT Intisari Mediatama
- Septiawan, Wisnu dan Putra, Adit. 2017. *Body Dysmorphic Disorder*. *www.scdc.binus.ac.id*. Diakses pada 7 Maret 2018.
- Sumarno, Marselli. 1996. *Dasar-Dasar Apresiasi Film*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama

Yusuf, Oik. 2014. *Gagal "Selfie", Remaja Hampir Bunuh Diri*.  
*www.kompas.com*. Diakses pada 27 Januari 2018.

Yusuf, Oik. 2014. *Gagal "Selfie", Remaja Hampir Bunuh Diri*.  
*www.kompas.com*. Diakses pada 27 Januari 2018.