

VISUALISASI CEMAS DALAM FOTOGRAFI EKSPRESI**Dendi Ramadan, Dira Herawati**

Institut Seni Indonesia Padangpanjang, Padangpanjang, Indonesia

Artikel info	ABSTRAK
Corresponding Author: Dendi Ramadan dendirdm585 Institut Seni Indonesia	Kecemasan, yang dalam bahasa Inggris disebut "<i>anxiety</i>", berasal dari istilah Latin <i>anxius</i> dan Jerman <i>angst</i>, yang mengacu pada pengalaman negatif berupa ketegangan dan kekhawatiran. Freud menggunakan istilah ini untuk mendeskripsikan kondisi psikologis yang ditandai oleh rasa takut atau khawatir yang mendalam dan berlangsung lama. Secara psikologis, kecemasan dapat dirasakan sebagai kegelisahan intens terhadap berbagai hal yang memicu kekhawatiran atau ketakutan. penciptaan ini berangkat dari pengalaman pribadi pengkarya, seorang pemuda berusia 22 tahun yang telah mengalami kecemasan dalam berbagai aspek kehidupannya sejak kecil hingga saat ini. Melalui karya fotografi ekspresi, pengkarya memvisualisasikan dampak kecemasan yang dialami dengan menggunakan simbol-simbol seperti warna, objek, tekstur, dan ekspresi wajah. Konsep warna <i>invert</i> diterapkan untuk memperkuat representasi visual kecemasan dalam setiap karya. Tujuan penciptaan karya berjudul "Visualisasi Cemas dalam Fotografi Ekspresi" ini adalah untuk memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai faktor penyebab dan dampak psikologis kecemasan, serta berkontribusi pada peningkatan kesejahteraan mental. Keywords: Kecemasan, Fotografi Ekspresi, Simbol, Warna <i>Invert</i>, Dampak Psikologis, Kesejahteraan Mental.
This article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-Share Alike 4.0 International License (https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)	

PENDAHULUAN

Kecemasan, dalam bahasa Inggris dikenal sebagai "*Anxiety*," berasal dari istilah Latin *anxius* dan Jerman *angst*, yang menunjukkan efek negatif dan ketegangan. Istilah ini digunakan oleh Freud untuk menggambarkan kondisi psikologis yang ditandai oleh perasaan takut atau khawatir yang mendalam dan berkepanjangan. Secara lebih mendalam, hati dapat merasakan kegelisahan dan kecemasan yang intens terhadap hal-hal yang dapat memicu perasaan khawatir atau takut. Pada dasarnya, kecemasan adalah hal yang normal dan telah berasal dari dalam diri manusia (afektif), ditandai dengan rasa takut atau cemas yang terus-menerus, tanpa adanya gangguan pada realitas atau kepribadian yang utuh. Meskipun perilaku seseorang mungkin terganggu, hal ini tetap berada dalam batas normal. yang dialami oleh setiap individu, sehingga dianggap sebagai bagian dari kehidupan sehari-hari (Putra Ramadhan et al., 2018).

Penciptaan ini merupakan sebuah karya fotografi ekspresi yaitu visualisasi cemas karena beberapa isu dan masalah yang terkait dengan pengalaman pribadi. Seperti berdampak pada kualitas hidup, kecemasan membuat penderitanya merasa terhambat dan mengurangi kualitas hidup secara keseluruhan, kemudian berdampak terhadap gangguan fisik. Perasaan cemas dapat menyebabkan gejala fisik seperti sakit kepala, gangguan pencernaan, keringat dingin, gemetar, dan masih banyak, merasa cemas bisa juga karena pengaruh lingkungan contohnya karena tekanan pekerjaan masalah dalam hubungan, dan yang sering saya alami adalah selalu merumuskan skenario terburuk dalam pikiran saya dan seringkali tidak dapat dihindari. Gangguan kecemasan juga dapat menimbulkan dampak psikis yang luas dan mendalam. Seseorang yang mengalaminya seringkali dihantui oleh rasa khawatir berlebihan yang tak terkendali, perasaan takut serta panik yang berkelanjutan dan gangguan tidur yang signifikan.

Menurut Kelsey dalam "*Photography and the Chance*" (2015:40), fotografi ekspresi melibatkan berbagai disiplin ilmu, termasuk lukisan, gambar, dan seni grafis. Konsep seni rupa tradisional mencakup aspek-aspek formal tertentu yang perlu dihormati, namun juga harus menarik bagi indra dan membangkitkan semangat. Dengan menghadirkan konten seni melalui media fotografi, karya ini menawarkan sesuatu yang klasik dengan sentuhan yang lebih moderen. Berdasarkan latar hal tersebut, tujuan dari penciptaan ini adalah untuk menghasilkan karya fotografi yang berfokus pada objek manusia yang mengalami kecemasan.

Berikut adalah acuan karya yang menjadi inspirasi bagi pengkarya dalam pembuatan karya fotografi ekspresi:

1. Zulkarnain Putra Ramadhan

Karya pertama yang menjadi acuan pengkarya adalah karya dari Zulkarnain Putra Ramadhan dia merupakan mahasiswa fotografi Institut Seni Indonesia Denpasar yang sudah menyelesaikan studinya pada tahun 2018 yang lalu.



Gambar 1. Karya Zulkarnain Putra Ramadhan
Sumber : Jurnal Karya Ilmiah ISI Denpasar

Dalam visualisasi karya berjudul "*She's Lost CTRL*". Pengkarya menampilkan seorang wanita yang mengalami kecemasan. Wanita ini berasal dari keluarga yang tidak utuh dan merasa putus asa dalam mencari solusi untuk masalah yang

dihadapinya sepanjang hidup. Ia juga mengonsumsi obat antidepresan. Dalam proses penciptaan karya ini, pengkarya menggunakan simbolisasi berupa rantai yang mengikat wanita tersebut, mencerminkan keinginannya untuk mengakhiri hidup dengan bunuh diri. Warna putih melambangkan kesucian, sedangkan rantai berwarna biru menunjukkan bahwa wanita itu telah siap menghadapi konsekuensi dari pilihannya.

METODE

Dalam proses penciptaan karya ini, pengkarya menggunakan beberapa teori yang menjadi acuan dasar yaitu:

1. Fotografi ekspresi

Sebuah karya fotografi dirancang dengan konsep tertentu, di mana pemilihan objek dan proses pengolahannya dilakukan untuk mengekspresikan diri pemotretnya. Dengan demikian, karya tersebut dapat dianggap sebagai seni fotografi. Dalam hal ini, fotografi berfungsi sebagai medium ekspresi yang mencerminkan identitas pemotretnya dalam proses penciptaan seni. "Karya fotografi yang dihasilkan merupakan seni murni fotografi (*fine art photography*) karena menekankan pada nilai ekspresif dan estetis dari seni itu sendiri" (Soedjono, 2006; 40), "fotografi ekspresi adalah karya fotografi yang dirancang dengan konsep tertentu, di mana objek yang dipilih diproses dan disajikan untuk kepentingan pemotretnya sebagai ungkapan artistik." Ini berarti bahwa pemotret dapat menyampaikan maksud dan pesan yang diinginkan melalui konsep dan objek yang ada dalam foto. Pengkarya memanfaatkan fotografi ekspresi dalam menciptakan karya foto dengan tujuan untuk mengekspresikan perasaan, tujuan, dan pesan yang ingin disampaikan melalui konsep serta objek foto.

2. Tata Cahaya

Menurut "*The Art of Photography: An Approach to Personal Expression*" oleh Bruce Barnbaum. Tata cahaya dalam fotografi merujuk pada cara fotografer mengatur, mengendalikan, dan memanfaatkan cahaya untuk menciptakan foto yang berkualitas dan menarik. Hal ini mencakup penggunaan sumber cahaya, penempatan cahaya, dan pengaturan intensitas serta kualitas cahaya untuk mencapai efek yang diinginkan dalam gambar. Tata cahaya merupakan aspek penting dalam fotografi karena cahaya adalah elemen utama yang membentuk gambar.

Dalam karya ini, pengkarya menggunakan cahaya buatan dari *lighting* seperti *softbox*, *speed light* dan lain-lain, yang berguna untuk menunjang dalam proses pembuatan karya ini hingga terlihat dramatis dan dampak menarik, adapun arah cahaya yang saya gunakan seperti *Front Light*, *Side Light*, *Key Light*.

3. Estetika

Estetika dalam fotografi merujuk pada pemahaman tentang keindahan yang secara subjektif dalam penciptaan karya fotografi ekspresi bertema "Visualisasasi Cemas" menempatkan pengalaman pribadi pengkarya dan sebagai interpretasi individu sebagai inti dari proses kreatif. Melalui pendekatan ini, setiap elemen dalam karya seperti *pencahayaan* redup, komposisi asimetris, dan tekstur kasar diarahkan untuk membangkitkan emosi cemas yang unik bagi setiap penonton. Fotografi tidak hanya menjadi representasi visual, tetapi juga media untuk mengundang pengamat

merenungkan kecemasan dari perspektif pribadi, menjadikan setiap respon terhadap karya ini sama valid dan mendalamnya seperti rasa cemas itu sendiri (Junaedi, Deni. ArtCiv, 2016).

4. *Digital Imaging*

Digital imaging dalam fotografi merujuk pada proses digital yang dilakukan melalui perangkat lunak. Sebagai fotografer, salah satu perangkat lunak yang digunakan dalam proses ini adalah *Adobe Photoshop*, yang menawarkan berbagai fitur untuk meningkatkan kualitas gambar. Mendapatkan foto yang baik tidak hanya bergantung pada pemilihan objek yang tepat, tetapi juga pada kemampuan untuk mengamati dengan baik dan keterampilan dalam menggunakan aplikasi seperti *Adobe Photoshop*, yang menjadi faktor penentu dalam menghasilkan karya.

5. *Semiotika*

Semiotika adalah ilmu yang mempelajari sistem tanda atau teori tentang pemberian tanda. Sementara itu, semiotika merujuk pada studi dan analisis tanda yang memiliki makna (*the study of signs*). Roland Barthes dalam teorinya menyatakan bahwa semiotika mencakup beberapa konsep inti, termasuk *signification*, *denotation*, *connotation*, serta metalanguage atau *myth* (Yan dan Ming, 2014).

6. *Warna*

Salah satu elemen yang dapat dengan mudah menarik perhatian adalah warna. Setiap warna dirancang untuk merangsang sifat dan emosi manusia. Dalam aktivitas sehari-hari, warna dapat membangkitkan perasaan, baik dalam penggunaan interior maupun dalam berpakaian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Pada tahap ini pengkarya menampilkan karya beserta penjelasan nya, semua foto tersebut merupakan hasil pemotretan yang di lakukan oleh pengkarya dengan menerapkan ilmu semiotika dengan judul “Visualisasi cemas dalam fotografi ekspresi”. Objek utama dan objek pendukung dalam karya foto ini di atur sesuai ide dan konsep gejala yang di rasakan oleh pengkarya sendiri. Unsur semiotika atau tanda setiap karya foto yang di tampilkan agar tercapainya apa yang di sampaikan dan maksud dari karya.

1. Judge



2. Eye Contact



3. Cahaya Yang Redup



4. Bayangan Kecemasan



5. Sesak



6. Wajah yang Retak



7. Bayangan Sendiri



8. Dibalik Senyuman



9. Kenapa Aku Seperti ini



10. Menyendiri



11. Tertekan



12. Burn



13. Sudah Berakhir



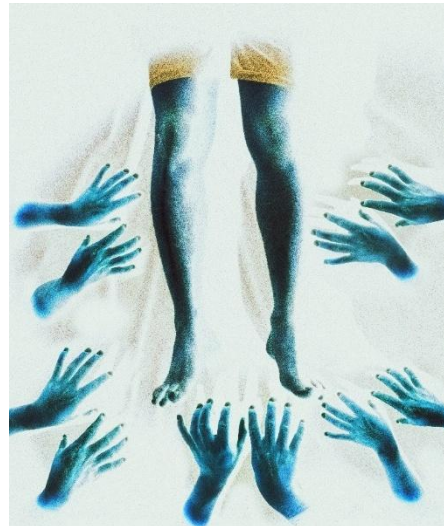
14. Waktu Yang Singkat



15. Pikiran Kacau



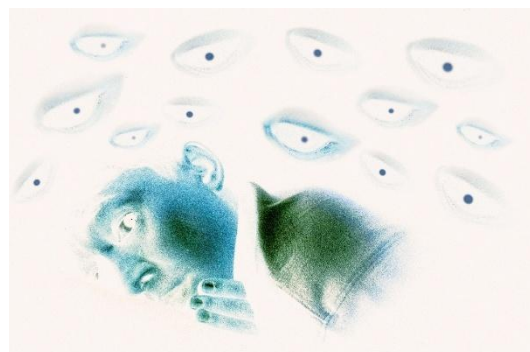
16. Tangan Menghantui



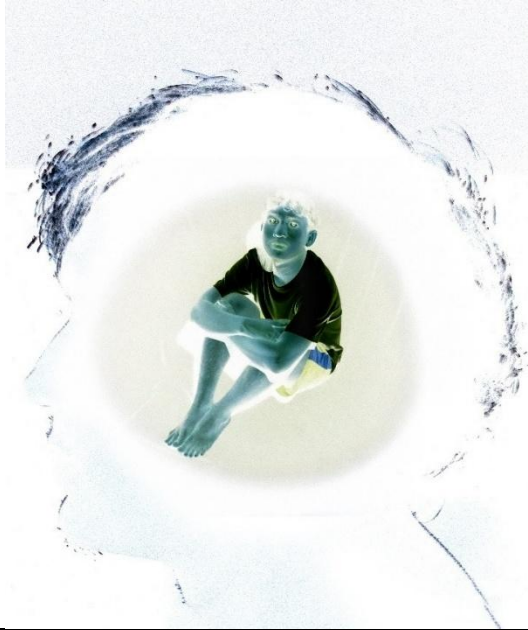
17. Terjebak Dikeraamaan



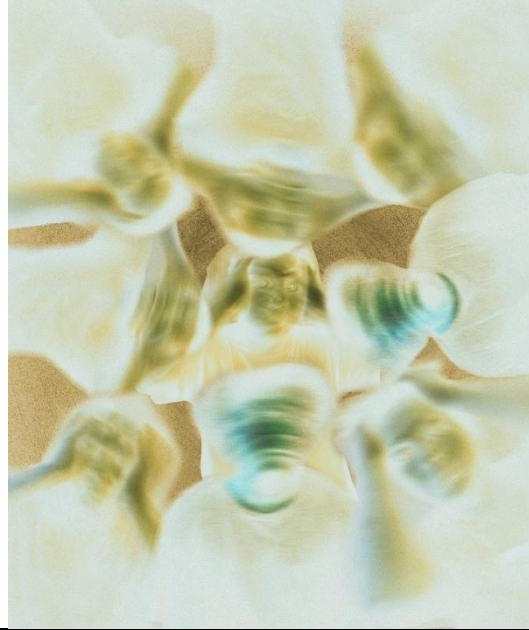
18. Menghantui Sebelum Tidur



19. Terjebak Dalam Pikiran



20. Pusing



DISCUSSION

Setelah dilakukan serangkaian langkah yang mewujudkan hasil karya “*visuslisasi cemas dalam fotografi ekspresi*” Pengertian ekspresi adalah suatu ungkapan ekspresi diri seseorang. Fotografi Ekspresi sangat erat hubungannya dengan tanda-tanda. Tanda ini merupakan semua hal yang di-tujukan untuk memaknai hal tertentu seperti, pemberian warna pada objek menandakan gejala yang dialami penderita kecemasan. Benda-benda yang digunakan sebagai objek pendukung yang digunakan untuk memperkuat *visual*nya

Dalam karya visualisasi cemas ini, pengkarya menggunakan bentuk-tanda yaitu tanda utama dan tanda pendukung. Tanda utama selalu hadir di seluruh bagian karya yang menggambarkan diri serta lingkungan yang merasakan gejala kecemasan sedangkan untuk mendukung karya utama dalam keseluruhan 20 karya foto, simbol utama dalam setiap karya mempunyai objek pendukung.

Karya ini menggambarkan secara visual kondisi psikologis pengkarya yang tengah mengalami kecemasan, dengan warna *invert* sebagai simbol dari dualitas batin antara rasa takut dan penerimaan. Warna *invert* tidak hanya menciptakan efek visual yang menarik, tetapi juga menimbulkan kontras yang tajam dengan warna positif, sehingga menampilkan dua sisi realitas dalam satu karya. Penciptaan ini memberikan kesempatan bagi audiens merasakan karya secara lebih dalam, serta memahami bagaimana persepsi warna dapat memengaruhi emosi dan interpretasi mereka.

SIMPULAN

Pembuatan karya tugas akhir “*Visualisasi Cemas dalam fotografi ekspresi*” Membuthkan proses dan tahapan dalam penciptaan-nya. Karya foto ini tercipta berdasarkan hal yang pengkarya rasakan sebagai seorang mahasiswa yang sering merasakan cemas terhadap semua aspek kehidupan pengkarya serta selalu

merumuskan skenario yang ada dipikiran padahal itu belum terjadi sepenuhnya. Proses penciptaan meliputi observasi, elaborasi dan pengumpulan data. Untuk mewujudkan karya fotografi ekspresi ini pengkarya mulai terlebih dahulu dengan mematangkan ide dan konsep yang telah di rancang sebelum melakukan proses penciptaan karya foto yang bertema visualisasi cemas.

DAFTAR PUSTAKA

- Junaedi, Deni. Estetika: jalinan subjek, objek, dan nilai. ArtCiv, 2016.
- Kelsey, R. (2015). Photography and the Chance. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Putra Ramadhan, Z., Bagus Candrayana, I., & Bayu Pramana, I. M. (2018). Simbol, Cemas, Visual, Fotografi Ekspresi. 1–16.
- (fine art photography Soedjono & 40, 2006)
- Yan, S., & Ming, F. (2015). Reinterpreting some key concepts in Barthes theory. *Journal of Media and Communication Studies*, 7(3), 59-66.