

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Kesehatan mental adalah sebuah kondisi yang memungkinkan seorang individu untuk mencapai keadaan optimal dari pengelolaan emosi dan psikologis. Hal ini berdampak positif terhadap kelancaran diri dalam menyadari kemampuan pribadi, mengatasi tekanan, bekerja secara produktif, dan berkontribusi dalam lingkungan sosialnya (Dhaisani Sutra & Rahmania, 2022). Dengan tercapainya keadaan optimal dari kesehatan mental, kebahagiaan dan kesejahteraan hidup bukan lagi sebuah angan-angan yang tidak bisa tercapai. Kondisi ini akan mendorong individu untuk dapat memuaskan kebutuhannya secara efisien, sehingga terhindar dari kecemasan dan berbagai emosi negatif lainnya. Dalam ruang lingkup sosial, hal ini juga akan membantu individu dalam menjalin hubungan emosional dengan orang lain, dan dapat melakukan kontak dengan realita.

Konsep kesehatan mental tidak hanya terkait dengan kondisi pikiran dan perasaan sehari-hari, melainkan juga berdampak pada kemampuan seorang individu dalam memahami dan meresapi hubungan antara dirinya sendiri dan orang lain disekitarnya. Dengan demikian, konsep kesehatan mental mencakup berbagai aspek dalam kehidupan manusia yang berperan penting dalam menjaga keseimbangan emosi dan psikologis seseorang. Keseimbangan emosi dan psikologis mempengaruhi kemampuan individu dalam mengelola stres, menyikapi situasi sekitar, dan menjalani keseharian dengan keseimbangan.

Berdasarkan definisi tentang kesehatan mental tersebut, konsep kesehatan mental tidak terlepas dari kesehatan secara fisik. Keadaan mental yang optimal, selain mempengaruhi dimensi positif dari psikologis, juga berdampak pada keseimbangan fisik seseorang. Hal ini didukung dengan berbagai penelitian sebelumnya, bahwa individu yang mengalami tantangan fisik seringkali menunjukkan guncangan negatif terhadap kesehatan mental, sedangkan bagi mereka yang mengalami gangguan mental juga mengalami penurunan performa dari

kualitas fisiknya (A. W. Putri et al., 2015). Dalam konteks tersebut, bisa disimpulkan bahwa kesehatan mental memiliki keterkaitan erat dengan kesehatan secara fisik, sehingga dua hal ini merupakan unsur yang saling terikat dan membentuk sebuah keseimbangan untuk mencapai kemerdekaan batin dan kehidupan yang sejahtera.

Dewasa ini, kesehatan mental merupakan sebuah hal yang penting untuk dipedulikan terutama bagi generasi milenial saat ini. Perkembangan zaman yang diiringi dengan meningkatnya standart kualitas hidup, menjadi titik awal isu kesehatan mental ini muncul. Berbagai ambisi yang ditekankan untuk mampu menjangkau standart ideal yang diidamkan mayoritas masyarakat, secara perlahan mulai berubah menjadi tekanan ketika hal ini tidak diimbangi dengan pencapaian yang didapatkan. Ketidakseimbangan inilah yang pada akhirnya mulai menuntun masyarakat pada isu-isu kesehatan mental dan bertebaran di berbagai jejaring sosial. Dengan demikian, gangguan kesehatan mental menjadi perhatian khusus masyarakat saat ini.

Berdasarkan penelitian yang pernah dilakukan, masa masa SMA dan perkuliahan memiliki persentase paling tinggi bagi seseorang untuk mengalami gangguan kesehatan mental (Widhiati et al., 2023). Hal ini bisa terjadi karena kegiatan yang dilakukan memaksa mereka untuk bisa berinteraksi dengan orang lain sehingga tak jarang masalah baru justru muncul ketika seseorang berusaha menyesuaikan diri dengan lingkungan barunya (Widhiati et al., 2023). Belum lagi dengan segala tekanan yang dialami, baik dari tugas-tugas yang berat, siklus pertemanan, dan proses adaptasi yang belum selesai menjadi faktor tambahan yang bisa memperparah kondisi kesehatan mental bila tidak segera ditangani.

Pelaksanaan pendidikan menjadi tanggung jawab dari berbagai pihak, baik itu sekolah, guru, maupun orang tua. Ketiganya berperan penting dalam mendukung perkembangan anak, terutama perkembangan mental selama dalam masa masa pembelajaran (Widhiati et al., 2023). Orang tua memegang peranan sebagai seorang pengajar dan pelatih ketika siswa tidak sedang berada di sekolah. Kontribusinya

berperan besar bagi motivasi siswa untuk perkembangan mental yang lebih baik. Ketika di sekolah, guru merupakan perwakilan dari orang tua murid. Peranannya di sekolah sangat signifikan, karena selain menjadi seorang pendidik, seorang guru juga berperan sebagai contoh yang baik untuk semua siswanya. Selain itu sebagai perwakilan orang tua, guru juga menjadi sosok motivator yang selalu mendorong siswanya untuk menggali potensi terbaiknya, dan melindunginya dari segala ancaman selayaknya orang tua ketika di sekolah. Sekolah sebagai wadah, melindungi siswa siswanya melalui fasilitas dan kurikulum yang difokuskan untuk siswanya bisa berkembang dengan baik.

Sebagai bentuk kepedulian terhadap kesehatan mental, Lembaga Advokasi Keluarga Indonesia (LAKI) memiliki program "*School Base Mental Health*" (SBMH) yang berfokus pada kesehatan mental remaja dan orang tua. Melalui promosi-promosi yang diserukan melalui berbagai media kreatif, film merupakan salah satu media yang dipilih LAKI untuk mengkampanyekan tentang kesehatan mental. Potensi kolaborasi ini, menjadi sebuah diskusi dan pertemuan hingga akhirnya mendapat kesempatan pendanaan untuk diproduksi sebuah film pendek sebagai bentuk bagian dari kampanye yang disuarakan.

Film merupakan salah satu bentuk seni abad ke-20, film disajikan dengan tujuan untuk bisa menghibur, mendidik, melibatkan perasaan, merangsang pemikiran, dan memberikan dorongan terhadap penonton (Dwi Cahyani & Monika Pretty Aprilia, 2022). Film merupakan media komunikasi massa yang dinilai efektif untuk menyampaikan pesan kepada masyarakat. Seringkali film yang dibuat mengambil representasi dari keadaan realitas sosial yang ada, hal ini bertujuan agar khalayak dapat melihat, memahami, dan menyadarkan masyarakat akan kondisi saat ini (Dwi Cahyani & Monika Pretty Aprilia, 2022). Salah satu cerita film yang banyak diapresiasi adalah film-film dengan cerita yang menyangkut kesehatan mental.

Film Joker yang ditayangkan pada tanggal 2 Oktober 2019 di Indonesia, dikatakan sebagai film psikologis karena didalamnya sarat akan isu kesehatan mental (Arviani, Nailun, Dewam, 2011). Disutradarai oleh Todd Philips dan diproduksi oleh Todd Philips, Bradley Cooper, dan Emma Tillinger, film ini menceritakan tentang seorang pria yang menderita penyakit dimana pada saat tertentu ia akan tertawa secara berlebihan dan sulit untuk berhenti tertawa, terlepas dari kondisi sedih ataupun marah. Melalui pesan terkait isu kesehatan mental dalam film tersebut, pada akhirnya memicu terjadinya konstruksi makna di kalangan penonton terhadap isu mental yang diangkat dalam alur cerita film. Konstruksi makna adalah proses pembentukan atau produksi makna melalui bahasa yang disampaikan dalam film, baik secara tersurat maupun tersirat (Arviani, Nailun, Dewam, 2011). Sebagai hasil dari penerimaan khalayak terhadap film Joker tersebut, selama periode penayangannya berlangsung, bahkan setelah berakhir, banyak tersebar di dunia maya kampanye-kampanye terkait isu kesehatan mental.

SMAN 1 Sleman menjadi fokus penelitian LAKI terkait isu kesehatan mental remaja. Melalui penerapannya dalam medium film pendek, penelitian tersebut memberikan wawasan lebih lanjut terhadap isu kesehatan mental yang sering terjadi di lingkungan sekolah. Hal ini menjadi landasan dasar dalam proses pembentukan cerita dalam film pendek, sehingga cerita yang dibuat memiliki kesesuaian dengan apa yang terjadi di lapangan, dan pesan-pesan penting yang terkandung bisa mengena di hati penonton dengan baik.

LAKI berperan aktif dalam memberi dukungan penuh baik dalam hal koneksi maupun relasi demi memastikan keberhasilan dari program kampanye "*School Base Mental Health*". Kolaborasi ini melibatkan diskusi dan pertukaran ide yang saling bersinergi termasuk dalam hal rencana pendanaan. Selain itu, LAKI juga mendukung mobilisasi tim dengan transportasi serta memastikan kelancaran logistik yang diperlukan selama pelaksanaan produksi film. Dalam seluruh proses, LAKI memberikan pengawasan dan monitoring secara bertahap, sehingga kolaborasi ini dapat berjalan dengan efisien dan sesuai dengan semua perencanaan yang telah didiskusikan bersama.

Melalui riset yang dilakukan tim terhadap masalah isu kesehatan mental pada remaja, isu perbedaan menjadi sebuah akar masalah yang menyebabkan beberapa pembulian, cemo'ohan, dan keterasingan dari lingkungan. Bentuk bentuk ketidaknyamanan itu yang pada akhirnya berubah menjadi gangguan pada mental, dan keraguan pada diri, apakah yang selama ini dilakukan adalah benar atau salah. Perbedaan disini lebih mengacu terhadap perbedaan cara pandang, yang mana pada akhirnya isu ini menjadi unsur pembentuk utama dalam film pendek *Phytagoras*.

Pendalaman terhadap *Mise-en-scène* pada film menjadi sangat penting, dalam upaya menghadirkan realitas yang lebih dramatis dan mengena di hati penonton. *Mise-en-scène* merupakan segala aspek yang berada di depan kamera yang terdiri dari setting, tata cahaya, kostum, tata rias, serta peradeganan pemain (Oktiana, 2020). *Mise-en-scène* sangat mudah untuk dilihat, sebab apa yang ditampilkan di depan layar adalah bagian dari *Mise-en-scène*. *Mise-en-scène* adalah segala hal yang terletak di depan kamera yang akan diambil gambarnya dalam sebuah produksi film (Pratista, 2018). Berdasarkan definisi tersebut, *Mise-en-scène* adalah segala aspek visual yang terekam dalam kamera, yang mana setiap aspek tersebut dikombinasikan menjadi sebuah harmonisasi yang kaya rasa demi menghadirkan nuansa yang apik, untuk membawa penonton seakan masuk menjadi bagian dalam cerita tersebut.

Pada dasarnya, ketika menonton film penonton seakan-akan menembus dimensi ruang dan waktu yang dapat menceritakan kehidupan dan bahkan dapat mempengaruhi klahayak melalui pemahaman intelektual yang didapatkan (Fadilla et al., 2022). Selain itu, film dapat diartikan sebagai cerita yang dituturkan kepada penonton dan memberikan pesan yang berbeda beda. Pesan-pesan tertentu yang disampaikan baik secara tersirat maupun tersurat, dikomunikasikan kepada penonton lalu mempengaruhi pemahaman individu penonton (Fadilla et al., 2022). Hal inilah yang menjadi alasan mengapa sebuah film juga merupakan sebuah media pembelajaran, dan bahkan digunakan sebagai media persuasi untuk mengemukakan sebuah ide-ide tertentu.

Terdapat dua unsur pembentuk yang membuat film merupakan sebuah tontonan yang menarik. Unsur pembentuk tersebut yakni unsur naratif dan unsur sinematik. Unsur naratif merupakan bahan atau materi yang akan diolah menjadi film, sedangkan sinematik adalah aspek teknis yang terkait dengan cara atau gaya pengolahannya hingga menjadi sebuah media audio visual (Fadilla et al., 2022). Kedua unsur tersebut saling berkesinambungan satu sama lain untuk membentuk sebuah film.

Sebagai bagian dari unsur sinematik, *Mise-en-scène* dimaknai sebagai bahasa yang menghubungkan sebuah komunikasi antara cerita film yang disampaikan kepada seluruh penonton. Peranan *Mise-en-scène* merupakan salah satu unsur pendukung yang sangat penting untuk memperkuat karakter dari setiap pemeran dalam film. Juga sebagai jembatan penghubung yang membawa setiap pesan-pesan film kepada penonton.

Melalui film pendek *Phytagoras*, penonton akan belajar bahwa sebuah perbedaan bukanlah sebuah masalah, melainkan adalah sebuah keberagaman yang seharusnya dihargai. Demikian hal ini akan memperluas perspektif penonton dalam menanggapi sebuah perbedaan. Juga untuk menyadarkan akan betapa pentingnya kesehatan mental bagi remaja, untuk bisa mengaktualisasi diri sebagai bagian dari perkembangannya. Diperkuat dengan peranan *Mise-en-scène* di dalamnya, film pendek *Phytagoras* akan menjadi jembatan yang menghubungkan kepada penonton, untuk menyelami setiap dimensi cerita film dengan dramatis, serta mengempati hati penonton untuk memahami secara mendalam akan pentingnya kesehatan mental.

1.2. Fokus Permasalahan dan Rumusan Masalah

1.2.1. Fokus Permasalahan

Penguatan karakter akan membantu film menyampaikan setiap pesan dengan baik kepada penonton. Dalam konteks ini, sutradara mengimplementasikan teori *Mise-en-scène* untuk memperkuat karakter dari setiap pemeran dalam film *Phytagoras*. Teori *Mise-en-scène* menekankan pada kombinasi dari seluruh aspek visual untuk menciptakan harmonisasi yang akan memperkaya rasa dan menciptakan penggambaran yang lebih dramatis, sehingga mampu menjangkau empati penonton melalui pesan-pesan moralnya.

Inspirasi cerita film *Phytagoras* berawal dari Lembaga Advokasi Keluarga Indonesia (LAKI) yang menyuarakan kampanye terkait isu kesehatan mental. Dari sekian banyak akar masalah yang menjadi penyebab isu kesehatan mental, perbedaan cara pandang dipilih sebagai topik bahasan pokok untuk menjadi unsur pembentuk utama dalam film *Phytagoras*. Selayaknya film pada umumnya, *Phytagoras* yang membawa genre drama sekolah juga tidak hanya berfokus pada aspek visual dan teknis saja, melainkan juga sebagai media penyampai pesan kepada masyarakat untuk mengemukakan ide dan isu sosial yang terkait dengan realita dalam kehidupan masyarakat khususnya di sekolah.

1.2.2. Rumusan Masalah

Mengacu pada uraian masalah yang telah dipaparkan, inti permasalahan yang diangkat dapat disimpulkan menjadi sebuah pertanyaan berikut:

- a. Bagaimana implementasi *Mise-en-scène* dalam penyutradaraan film pendek *Phytagoras* untuk memperkuat karakter dan menciptakan penggambaran yang dramatis dari perbedaan cara pandang setiap tokoh, sehingga mampu menjangkau empati penonton melalui pesan-pesan moralnya?

1.3. Tujuan

Film Phytagoras membawa visi misi untuk meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap kesehatan mental yang didasari dari perbedaan cara pandang, khususnya dalam ruang lingkup institusi pembelajaran. Melalui media perantara film, dapat diwujudkan sebuah narasi visual yang mendalam tentang efek jangka panjang dari penolakan cara pandang terhadap kesehatan mental siswa di sekolah. Penggambaran ini akan membantu masyarakat untuk menyadari, dan mengempati hati penonton bahwa kesehatan mental merupakan sebuah isu yang tidak bisa disepelekan.

Film Phytagoras dibuat dan diciptakan sebagai bagian dari kampanye "*School Base Mental Health*" yang dimana edukasi dan pemahaman mengenai kesehatan mental harus disebarluaskan guna meningkatkan kepedulian masyarakat terhadap kesehatan mental. Kemudian, untuk menjadi pelopor diadakannya pembicaraan terbuka tentang isu kesehatan mental, dan memberikan perspektif yang lebih baik sebagai bentuk kepedulian terhadap mental.

Tanggung jawab yang diberikan kepada sutradara tidak hanya mencakup aspek visual dan teknis, melainkan juga pesan moral yang harus disampaikan kepada penonton. Melalui film ini, sutradara adalah ujung tombak dari keberhasilan tersampainya pesan-pesan kesehatan mental terhadap penonton, untuk memotivasi secara positif dan menginspirasi khalayak luas tentang bagaimana memperlakukan orang lain, serta bermanfaat dalam kehidupan bersosial bahwa perbedaan bukanlah sebuah hal yang buruk.

1.4. Manfaat

1.4.1. Manfaat Praktis

Sebagai sutradara film *Phytagoras* yang berkontribusi dalam seluruh alur pembuatan film. Pengkarya mendapatkan manfaat dan pengetahuan baru sebagai berikut:

1. Meningkatkan proses berpikir kreatif dalam menyusun cerita, pengembangan karakter, dan menentukan aspek aspek visual yang mampu menghadirkan nuansa yang diinginkan.
2. Mengasah keterampilan dalam praktek sebagai sutradara, tentang cara memberikan arahan yang tepat dan akurat kepada pemeran, dan memilih teknik penyutradaraan yang sesuai.
3. Memahami segala aspek teknis dalam produksi film, termasuk dalam pemanfaatan alat *shooting*, baik dalam departemen kamera, cahaya, audio, artistik, MUA, dan editing guna mencapai hasil yang maksimal.
4. Kemampuan praktis untuk mengelola sumber daya, yang disesuaikan dengan jumlah anggota, jadwal, dan berbagai tantangan yang terjadi di lapangan.
5. Mengembangkan kemampuan bekerja dalam tim, memahami peran dari setiap anggota untuk mencapai tujuan bersama dalam ruang lingkup produksi.

1.4.2. Manfaat Akademis

Manfaat akademis yang diperoleh pengkarya dengan melakukan produksi film Phytagoras adalah sebagai berikut:

1. Pengembangan teoritis tentang teknik penyutradaraan yang tepat dan unsur-unsur pembentuk *Mise-en-scène*, melalui penerapannya secara langsung dalam produksi film.
2. Pemahaman mendalam tentang dinamika dan pengelolaan sumber daya dalam industri film.
3. Peningkatan keahlian teknis melalui partisipasi langsung sebagai sutradara dalam produksi film.
4. Pengalaman untuk mempraktikkan secara langsung pengetahuan yang dimiliki tentang penyutradaraan film.
5. Pengembangan portofolio melalui keterlibatannya sebagai sutradara dalam film, sebagai nilai tambah ketika mahasiswa akan memasuki dunia profesional.