

kepastian dan arah hidup yang jelas kepadanya berdasarkan panduan sebuah buku. Dalam film ini, penulis bertanggung jawab sebagai *Director of Photography* yang memegang peranan penting dari *Development* hingga pasca-produksi. Tanggung jawab seorang Director of Photography yaitu merancang keseluruhan visual film, baik dari komposisi, warna, Teknik pencahayaan, dan juga pemilihan kamera dan lensa yang tepat yang disepakati sesuai dengan visi sutradara.

## 1.1 RUMUSAN DAN FOKUS MASALAH

Maka dari itu, rumusan masalah dan fokus masalahnya adalah:  
Bagaimana Penerapan teknik Pencahayaan khususnya *low-key* dan *high-key* serta temperature warna *cool and warm* untuk memvisualisasikan kondisi psikologis karakter Haris dalam film *Panduan Hidup (Untuk Terhindar Dari Kegagalan)*?  
Penelitian ini akan berfokus pada *scene 2* dan *scene 3* dengan penerapan *low-key lighting* dan warna visual yang dingin, serta *scene 9* dengan penerapan *high-key lighting* dan warna visual yang hangat.

## 1.2 TUJUAN PENCIPTAAN

Tujuan Penciptaan ini adalah untuk mengetahui bagaimana kontras cahaya dan wana dapat digunakan untuk memvisualisasikan kondisi psikologis karakter dalam film *Panduan Hidup (Untuk Terhindar Dari Kegagalan)*. Harapnya, penelitian ini dapat memberikan manfaat baru bagi pembaca untuk dapat lebih memahami penggunaan Cahaya, kontras cahaya dan tonalitas warna dalam memvisualisasikan sebuah hal.

## 2. LANDASAN PENCIPTAAN

Penulis menggunakan teori sinematografi dan sinematografer. Selain itu, penulis menggunakan teori pencahayaan dan warna dan juga teori psikologis manusia

### 2.1 Sinematografi dan Sinematografer

Sinematografi berasal dari bahasa Yunani *kinema* yang artinya “*movement*” dan *gràphein* berarti “*to write*.” Atau *writing in motion*. Sinematografi adalah ilmu yang membahas tentang teknik mengambil dan menyatukan gambar untuk membentuk

sebuah ide menjadi sebuah cerita. (Aditia & Yudhistira, 2023). Menurut Brown (2021), sinematografi tidak hanya sebatas merekam apa yang ada di depan kamera, melainkan proses mengambil konsep, kata-kata, tindakan, dan segala bentuk komunikasi nonverbal lainnya, kemudian mengubahnya menjadi gambar visual. Brown menjelaskan ada 10 *conceptual tools of visual storytelling* yang membantu sinematografer menyampaikan cerita dan emosi melalui visual; *The Frame, Light & Color, The Lens, Focus, Perspective, Movement, Texture, Information, POV, and Visual Metaphor*.

Dalam buku “Desain Sinematografi”, Ariatama & Luddin (2024) menjelaskan bahwa *DoP* atau sinematografer adalah orang yang bekerja sama dengan sutradara dalam merealisasikan hasil fotografi film. Sebagai seorang sinematografer, perlu adanya kepekaan terhadap artistik dan keterampilan organisasi yang luar biasa serta mahir dalam berkomunikasi dan berkolaborasi dengan baik.

*Director of Photography* atau biasa disebut dengan sinematografer adalah kepala atau *head of department* dari *camera department*. *DoP* adalah orang yang bertanggung jawab atas aspek visual dalam set. *DoP* memantau, bertanggung jawab, dan menyiapkan *frame* dan *lighting* suatu shot sesuai dengan kemauan sutradara (Brown, 2020). *Camera Department* sendiri merupakan sekelompok orang atau kru yang bertanggung jawab atas aspek visual dari penempatan kamera hingga pencahayaan. *DoP* sebagai *Head of Department* biasanya dibantu oleh kru *Camera Department* seperti 1<sup>st</sup> *Assistant Camera*, 2<sup>nd</sup> *Assistant Camera*, dan dibantu oleh *Gaffer*, dan kru visual lainnya . Interaksi antar kru dalam department membuat sinergi yang kuat dalam produksi (Utami & Arifianto, 2019)

Menurut Tama (2022), Sebagai seorang sinematografer, perlu adanya pemahaman terkait komposisi dan penggunaan dasar kamera seperti Shutter speed, Aperture, ISO, dan format file. *DoP* juga harus bisa menyelesaikan sebuah masalah teknis yang terjadi dalam set (Tama, 2022).

## 2.2 Teknik Pencahayaan dalam Sinematografi

Pencahayaan merupakan suatu aspek visual yang penting dalam sinematografi. pencahayaan dalam film sangat penting dalam membentuk persepsi dan

pengalaman emosional penonton. Pencahayaan bukan hanya sekadar penerangan yang memungkinkan kita melihat hal yang ada di *frame*. (Bordwell et al., 2023). Terang dan gelap suatu Cahaya dapat memfokuskan audiens terhadap suatu subjek ataupun Tindakan. Menurut Brown (2019), Pencahayaan dapat membantu membentuk komposisi, dan sebagai bantuan utama dalam bercerita. Salah satu jenis Teknik pencahayaan yang biasanya umum dipakai dalam produksi film adalah *Three Point Lighting*, yang menggabungkan *key light, fill light, dan back light* dalam membentuk sebuah pencahayaan yang disesuaikan dengan kebutuhan

### 2.2.1 *Low-key Lighting*

*Low-Key Lighting* Mengacu pada teknik pencahayaan dengan rasio kontras yang tinggi. Visual yang ditampilkan cenderung gelap dan minim penerangan dengan rasio *blacks and shadow* yang lebih banyak dibandingkan highlights (Frawley, 2023). *Low-Key Lighting* biasanya memberikan kesan visual yang menegangkan, keraguan, ketidakpastian, dan ketidaknyamanan. Pencahayaan ini umumnya digunakan pada film film *noir* dan film bergenre horror.

Menurut Brown (2019), *Low-Key Lighting* menghasilkan efek dramatis dengan perbedaan tajam antara area terang dan gelap, yang menciptakan suasana yang penuh ketegangan, keputusasaan, dan kesan tidak pasti atau misterius. Teknik ini biasanya mengurangi penggunaan *fill light*, sehingga area yang lebih gelap mendominasi *frame*, memberikan kesan yang menakutkan atau penuh misteri.



Gambar 2 1 Contoh *Low-Key Lighting*. dokumentasi pribadi Film *Love & Lost* (2024)

### **2.2.2 High-key Lighting**

*High-key Lighting* Adalah teknik pencahayaan dimana kontras rasio antara terang dan gelap dominan kecil, biasanya berkisar 2:1. Pencahayaan ini biasa didasari dari teknik *Three Point Lighting (Key Light, Fill Light, Back Light)*. Visual yang dihasilkan oleh *High-key Lighting* cenderung terang dan minim bayangan (Landau, 2014), yang menghasilkan tampilan yang seimbang antara *shadow* dan *highlights*. Umumnya, teknik pencahayaan ini digunakan pada iklan, ataupun film ringan dengan genre komedi atau drama positif (Frawley, 2023). Kesan yang diberikan oleh *High-key Lighting* biasanya berupa kesenangan, kenyamanan, ceria, dan positif



Gambar 2.2 Contoh *High-key Lighting*. Diambil dari film Her (2013)

### **2.3 Warna Cahaya**

Dalam konteks film, warna cahaya merujuk pada warna yang dihasilkan oleh sumber cahaya, yang digunakan oleh sinematografer untuk menciptakan efek emosional dan menyampaikan tema dalam sebuah adegan. Warna dapat mempengaruhi ataupun menggambarkan *mood* dalam suatu *scene* (Landau, 2014). Kelvin (K) merupakan sebuah satuan yang digunakan dalam mengukur temperatur warna cahaya, baik hangat atau dingin (Brown, 2021). Kedua temperatur warna ini memberikan efek yang berbeda juga;

- a. Cahaya Hangat: Cahaya dengan suhu warna rendah (sekitar 2000K hingga 3500K) menghasilkan cahaya berwarna kuning atau oranye, yang memberi kesan hangat, nyaman, bahagia, dan bersahabat.
- b. Cahaya Dingin: Cahaya dengan suhu warna tinggi (sekitar 5000K hingga 7000K) menghasilkan cahaya yang lebih putih atau biru, menciptakan suasana yang lebih dingin, klinis, atau suram dan melankolis.

## 2.4 Keadaan Psikologi Manusia

Keadaan Psikologis manusia mengacu pada kondisi mental dan emosional yang mempengaruhi cara individu berpikir, merasakan, dan bertindak (Siswanti et al., 2022). Keadaan ini dapat dibagi menjadi dua fase utama: positif dan negatif. Keadaan psikologis yang positif, seperti kebahagiaan, optimisme, dan kepuasan diri, dapat berkontribusi besar pada peningkatan kualitas hidup dan kesejahteraan. Sebaliknya, keadaan psikologis negatif, seperti kecemasan, stres, dan depresi, dapat merugikan kesehatan fisik dan mental serta menurunkan kualitas hidup secara keseluruhan

### 2.4.1 Keadaan Psikologis Positif

Keadaan psikologis positif mengacu pada perubahan fase psikologi manusia yang mengarah pada peningkatan kapasitas individu. Keadaan psikologis positif mencakup berbagai emosi dan sikap yang memperkuat daya tahan mental, kebahagiaan, dan kesejahteraan secara keseluruhan. Emosi positif seperti kebahagiaan, minat, cinta, dan kepuasan, tidak hanya meningkatkan pengalaman positif pada saat itu tetapi juga memperluas pemikiran dan tindakan seseorang, sehingga memperkuat daya adaptasi dan kreativitas jangka Panjang (Fredrickson, 2004).

Menurut *Self Determination Theory*, keadaan psikologis yang positif berhubungan langsung dengan pemenuhan dasar psikologi manusia, yaitu kompetensi, otonomi, dan keterhubungan sosial (Ryan & Deci, 1985). Mereka akan mudah untuk merasa lebih sejahtera dan termotivasi ketika mereka memiliki kontrol, merasa kompeten, dan terhubung dengan orang lain yang dapat

mempengaruhi kemampuan mereka untuk mengatasi tantangan hidup dan meraih tujuan secara efektif. individu yang memiliki kondisi psikologis yang baik akan merasa lebih tenang sehingga memungkinkan individu tersebut dapat menjalani kehidupan dan menerima keadaan yang terjadi (Siswanti et al., 2022).

#### **2.4.2 Keadaan Psikologi Negatif**

Keadaan psikologis Negatif mengacu pada kondisi mental dan emosional yang dapat memperburuk kesejahteraan individu, dan menghambat kemampuan mereka untuk berfungsi secara efektif. Keadaan psikologis negatif sering kali melibatkan emosi seperti kecemasan, stres, depresi, dan kemarahan, yang memengaruhi pemikiran dan perasaan individu. Perasaan ini dapat dapat timbul karena berbagai faktor eksternal maupun internal. Beberapa faktor eksternal dapat berupa contoh seperti beban kerja yang berlebihan, konflik interpersonal, atau masalah keuangan. Disisi lain, faktor internal dapat berupa pola pikir negatif, minimnya dukungan secara sosial, dan harapan yang tidak terealisasikan. Menurut Siswanti et al. (2022), individu yang memiliki kondisi psikologis yang terganggu akan mengalami gangguan suasana hati, kemampuan berpikir, serta kendali emosi yang buruk hingga pada akhirnya bisa mengarahkan individu pada perilaku yang buruk.

Salah satu teori yang berhubungan dengan kondisi psikologis negatif Adalah *Cognitive Dissonance Theory*. Festinger (1985) menjelaskan bahwa ketidaknyamanan psikologis (*Dissonance*) dapat timbul akibat adanya ketidaksesuaian antara keyakinan dengan hasil tindakan yang diterima seseorang, yang berdampak dengan timbulnya emosi-emosi negatif.

### **3. METODE PENCIPTAAN**

#### **3.1. METODE DAN TEKNIK PENGUMPULAN DATA**

Dalam menulis skripsi penciptaan karya ini, penulis menggunakan metode penciptaan kualitatif, yaitu pendekatan penelitian yang bertujuan untuk memahami fenomena sosial, budaya, atau perilaku manusia secara mendalam dan holistik. Penelitian ini lebih menekankan pada pengumpulan data dalam konteks alami, di mana peneliti berperan aktif sebagai instrumen utama dalam mengumpulkan dan