

2. IDENTIFIKASI DAN ANALISIS DATA

2.1 Tinjauan Teori

2.1.1 Pengertian Film

Pengertian film menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia adalah Selaput tipis yang dibuat dari seluloid untuk tempat gambar negatif yang kemudian akan menjadi sebuah potret atau untuk gambar positif yang akan dimainkan di bioskop. Kemudian Film adalah lakon (cerita) gambar hidup.

Menurut Andy Prasetyo (2011), “Film adalah salah satu cabang seni yang memiliki tingkat eksklusivitas tinggi dalam estetika kehidupan masyarakat kita.”

2.1.2 Klarifikasi Film

2.1.2.1 Menurut Jenis Film

Menurut Internasional Design School (2015), Film di zaman sekarang memiliki genre yang variatif, yaitu :

1. Action

Memiliki energi yang tinggi, cenderung memiliki budget dan stunt-stunt besar, biasanya memiliki pengejaran, penyelamatan, perkelahian, dan sebuah krisis. Motionnya non stop, memiliki *pacing* yang cepat, dan ada seorang pahlawan yang melawan orang-orang jahat.

2. Petualangan

Cerita cenderung seru, dengan pengalaman yang baru atau visual yang menarik, cukup mirip dengan genre film action, biasanya genre film ini memiliki sekuel atau prekuel. Tema biasanya pencarian sesuatu seperti misalnya harta karun, epic-epic di hutan dan gurun, dan juga film-film disaster.

3. Komedi

Memiliki plot yang light, didesain untuk membuat audiens tertawa dan terhibur. Ada juga subgenre dari komedi yaitu

slapsticks, spoof, parodi, komedi romantis dan masih banyak lagi.

4. Kejahatan & Gangster

Kejahatan (gangster) film dikembangkan pada tindakan jahat penjahat atau mafia, khususnya pencuri uang atau preman kejam yang beroperasi di luar hukum, mencuri dan membunuh jalan melalui hidup. Genre film kriminal dan gangster sering dikategorikan sebagai genre film noir atau film detektif-misteri – karena mendasari kesamaan antara bentuk-bentuk sinematik. Kategori ini berisi deskripsi dari berbagai ‘pembunuh berantai’ film.

5. Drama

Biasa menggambarkan karakter realistis, pengaturan, situasi kehidupan, dan cerita yang melibatkan pengembangan karakter yang kuat dan interaktif. Biasanya, mereka tidak fokus pada efek khusus, komedi, atau tindakan.

6. Epos/Historical

Epos termasuk drama kostum, drama sejarah, film perang atau aktivitas abad pertengahan. Epos mengambil tokoh sejarah atau peristiwa yang dibayangkan, mistis, legendaris, atau heroik. Genre film ini menambahkan pengaturan mewah dan kostum mewah, disertai dengan kemegahan dan visual yang luas, ruang lingkup dramatis, nilai-nilai produksi yang tinggi, dan background musik yang tematik.

7. Horror

Film horor dirancang untuk menakut-nakuti dan untuk memanggil ketakutan terburuk kita yang tersembunyi. Dibuat untuk menakutkan, final yang mengejutkan dan menghibur kita pada saat yang sama dalam pengalaman katarsis.

8. Musikal/Tarian

Musikal/tarian adalah bentuk sinematik yang menekankan nilai skala penuh atau lagu dan tarian rutin secara signifikan

(biasanya dengan pertunjukan musik atau tari terintegrasi sebagai bagian dari narasi film). Dalam genre film ini, film-film berpusat pada kombinasi musik, tari, lagu atau koreografi.

9. Science Fiction

Film sci-fi sering visioner dan imajinatif – lengkap dengan pahlawan, alien, planet-planet yang jauh, pencarian yang tidak mungkin, tempat yang fantastis, penjahat gelap dan bayangan besar, teknologi futuristik, pasukan tak dikenal dan diketahui, dan monster yang luar biasa, baik yang dibuat oleh ilmuwan gila atau malapetaka nuklir.

10. Perang

Film perang (dan film anti-perang) cenderung horor dan memilukan, biasanya melawan bangsa dan umat manusia di darat, laut, atau di udara.

11. Westerners

Western adalah genre mendefinisikan utama dari industri film Amerika, mereka adalah salah satu yang tertua, genre paling abadi dengan plot yang sangat dikenali, elemen, dan karakter (senjata, kuda, kota berdebu dan jalan, koboi, Indian, dll).

Adapun subgenre lain dari film masih banyak, seperti biopic, chick flick, disaster, fantasi, romansa, superhero dan thriller.

2.1.3 Genre Film Drama

Menurut Teguh Trianton (2013: 30) genre film drama adalah film yang menyuguhkan adegan-adegan yang menonjolkan sisi *human interest* atau rasa kemanusiaan. Tujuannya adalah menyentuh perasaan simpati dan empati penonton sehingga meresapi kejadian yang menimpa tokohnya.

2.1.4 Proses Produksi Film

Menurut Rahabi Mandra (2017), proses pembuatan film pendek ada 5 tahap yaitu:

- a. Idea and Development
- b. Pre-Production
- c. Production
- d. Post-Production
- e. Distribution

a. *Development*

Tahapan ini adalah awal dari pembuatan sebuah film. Di tahapan ini, ide ditemukan dan dikembangkan. Di dalam tahap ini juga ditentukan struktur film.

b. *Pre-Production*

Tahap pra-produksi merupakan tahapan yang paling penting dalam proses pembuatan film. Tahapan ini mencakup seluruh kegiatan proses produksi film dalam segala aspek.

c. *Production*

Tahap Produksi dimana proses pengambilan gambar dan suara berlangsung. Biasanya produksi diperlukan karena banyak hal penting yang harus dikerjakan. Menurut Andy Prasetyo (2011:26-32), dalam proses produksi juga harus memerhatikan hal-hal penting ini, yaitu :

● **Tata Kamera**

Menurut Andy Prasetyo (2011:26), Pengambilan gambar yang biasa digunakan :

1. *One Shot*

Pengambilan gambar dengan object hanya seorang pemain.

Penambahannya disebut Two Shot dan Group Shot.

2. *High Angel*

Pengambilan gambar dari sudut atas object

3. *Top Angel*

Pengambilan gambar dari atas Object

4. *Bird eye View*

Pengambilan gambar dengan High Angel yang di padukan dengan unsure art hingga seperti penglihatan seekor burung

5. *Low Angel*

Pengambilan gambar dari sudut bawah

6. *Profile Shot*

Pengambilan gambar sejajar dengan objek sering disebut juga dengan Eye Level

7. *Over Shoulder*

Pengambilan gambar di belakang punggung/bahu lawan bicara/objek lain, teknik ini banyak di gunakan untuk pengambilan gambar dialog yang di padukan dengan group shot dan One Shot

8. *Walking Shot*

Pengambilan dengan mengikuti acting pemain, pengembangan dari teknik ini memunculkan extreme shot yang lebih banyak di gunakan pada adegan2 keras (Fighting, Kejar-kejaranan, kecelakaan, dll)

9. *Back Light Shot*

Teknik yang di gunakan untuk mendapatkan siluet yaitu dengan menghadapkan kamera kearah sumber cahaya

10. *Reflection Shoot*

Gambar yang di ambil dari hasil refleksi objek banyak di gunakan pada pengambilan di depan cermin dan air

● **Tata Lampu**

Tujuan penggunaan tata lampu adalah untuk memberi pencahayaan terhadap setting dan pemain.

Menerangi

Adalah cara menggunakan lampu untuk menerangkan setting atau objek sehingga membuat semua objek yang berada

di *setting* diterangi secara merata Biasanya menggunakan lampu general illumination.

Menyinari

Adalah cara penggunaan lampu untuk membuat objek menjadi hidup sehingga lebih berkarakter dan sesuai dengan scenario. Biasanya digunakan lampu *specific illumination*.

Tata Lampu sesuai dengan kegunaannya, meliputi ;

- Mengingatn efek lighting alamiah.Maksudnya ialah menentukan keadaan jam, musim, cuaca dengan lighting.
- Membantu melukis dekor/scenery dalam menambah nilai warna sehingga tercapai adanya sinar dan bayangan. Lukisan itu menjadi dekor selama dipakai, bila tidak dipakai ada dekor.
- Membantu permainan lakon dalam melambangkan maksudnya dan memperkuat kejiwaannya.

Tata Lampu sesuai dengan komposisi latar/setting yaitu ;

- Lampu Primer
Lampu yang langsung mengarah benda atau objek yang ingin kita sinari. Sinar ini akan menimbulkan bayangan.
- Lampu Sekunder
Lampu yang menetralsir bayangan, biasanya ditaruh berlawanan dengan lampu primer.
- Lampu *Background* (latar belakang)
lampu yang memang khusus untuk menerangi *background* sehingga tidak terlihat gelap.

- Tata Artistik

Tata artistik merupakan proses pengolahan lokasi dan *objek* sesuai dengan pesan visual sutradara yang terdapat dalam skenario. Setting, make-up,, wardrobe adalah merupakan bagian dari penata artistik. Semuanya itu harus

selalu berkoordinasi dengan penata kamera dan sutradara untuk menghasilkan gambar yang sempurna.

- **Tata Rias**

Teknik penggunaan bahan-bahan kosmetik pada wajah pemain untuk membuat pemain sesuai dengan karakter yang sesuai dalam peran .

Pedoman dasar dalam olah/tata make-up yaitu;

- Melihat dengan jelas apa yang dikemukakan untuk suatu peranan tertentu sesuai scenario
- Kepribadian pemain, yaitu jenis, bangsa, watak, serta usianya.
- Dalam hubungan dengan keseluruhan scenario harus diperhatikan hakiki dramanya.

- **Setting**

Setting merupakan sebuah bentuk penataan ruang/tempat/lokasi yang sesuai sesuai dengan permintaan visual sutradara terhadap skenario

Dalam penataannya banyak hal yang menjadi bahan pertimbangan yaitu ;

1. *Internal*

Merupakan penyesuaian penataan lokasi di dalam ruangan.

2. *External*

Merupakan penyesuaian penataan lokasi di luar ruangan.

3. *Day*

Penyesuaian yang dilakukan berdasarkan situasi dan kondisi waktu dengan ukuran temperatur cahaya siang hari

4. *Night*

Penyesuaian yang dilakukan berdasarkan situasi dan kondisi waktu dengan ukuran temperatur cahaya siang hari

Dalam proses produksi dengan *setting (Day/Night)* dapat dilakukan di dalam atau di luar ruangan. Sedangkan penataan lokasi dengan (*INT/EXT*) tetap berpegang pada kondisi yang nyata.

- **Kostum**

Wardrobe adalah segala pakaian dan perlengkapan (*accessories*) yang dipakai pemain untuk memperkuat karakter tokoh. Kostum akan lebih efektif bila direncanakan bersama dengan anggota-anggota produksi lainnya yaitu pada saat *breakdown script*.

d. Post-Production

Tahap ini menyatukan seluruh materi audio dan visual dari keseluruhan proses produksi yang kemudian dijadikan film yang utuh

e. Distribution

Setelah keseluruhan Film sudah selesai. Beberapa cuplian film baik berupa trailer maupun poster dan screenshot adegan akan dirilis sebelum tahap distribusi ini. Film-Film yang sudah selesai bisa didistribusikan dengan menayangkannya ke bioskop, festival film, atau bahkan didistribusikan ke konsumen lewat media DVD, Blue ray, bahkan platform online seperti Youtube, dll.

2.1.5 Susunan Kru Film Pendek Yang Penting Dalam Produksi

Pembuatan film pendek merupakan pekerjaan beberapa orang yang menjadi sebuah tim, yaitu tim produksi. Selain itu pembuatan film pendek pun tidak sesulit seperti pembuatan film panjang yang harus memiliki banyak orang. Menurut Studio Antelope, susunan kru tim yang sesuai ialah :

1. Produser

Dalam pembuatan film pendek produser memiliki peran penting untuk mengatur segala kebutuhan administrasi film, melakukan

budgeting, pencarian lokasi, serta pencarian talent serta memastikan segala sesuatu yang dibutuhkan ketika produksi film sudah tersedia.

2. Penulis

Film yang baik selalu memiliki naskah yang baik. Naskah yang baik dan sutradara yang baik akan melahirkan mahakarya. Namun sebaliknya sutradara yang baik dan naskah yang buruk, hanya akan melahirkan karya yang biasa-biasa saja.

3. Sutradara

Seorang sutradara berperan sebagai orang yang mengarahkan talent ketika proses produksi berlangsung dan bertanggungjawab terhadap jalannya proses produksi film. Tugas sutradara adalah menerjemahkan tulisan dalam scenario menjadi bahasa visual/gambar. Sutradara merupakan sentral dari produksi, dimana semua departemen memiliki kewajiban menjalankan kehendak sutradara ketika menginterpretasikan sebuah scenario. Menurut Andy Prasetyo (2011), sutradara harus benar-benar menguasai beberapa hal ;

1. Sutradara mengerti serta mengilhami skenario, artinya seorang sutradara harus benar-benar memahami cerita sedalam-dalamnya
2. Sutradara harus memiliki inisiatif, kreatifitas dan inovatif untuk mendapat menghasilkan gambar dan frame yang sempurna. Sehingga pesan cerita akan tersampaikan dengan baik dan indah.
3. Sutradara harus paham benar karakter kerja timnya, kondisi kesehatan tim perlu di perhatikan. Terlalu lelah membuat hasil dari produksi akan kurang maksimal.
4. Sutradara harus mampu mengikat penontonnya. Bukan tidak mungkin film yang dibuat akan ditinggalkan penonton bahkan penonton berhak menghakimi film yang dibuat dengan hasil “Jelek”. Maka dari itu sutradara harus

memikirkan durasi dan alur cerita yang tepat. Dengan begitu penonton akan terpicu.

5. Sutradara harus mampu membangun struktur dramatisasi cerita yang sangat berguna untuk mengolah emosi penonton.

4. Director of Photography (D.O.P / DP)

D.O.P berperan sebagai orang yang melakukan pengambilan gambar dalam produksi sesuai visi dari sutradara. Biasanya dalam film pendek D.O.P bertanggung jawab terhadap segala peralatan divisi camera yang digunakan ketika produksi

5. Soundman

Ketika film yang kamu buat memiliki dialog maka soundman menjadi orang yang sangat penting untuk membuat filmmu menjadi lebih baik. Soundman bertugas untuk merekam suara apapun yang dibutuhkan untuk film (dialog, volley, ambience).

6. Editor

Seorang editor berperan ketika proses pasca produksi yang bertugas untuk memotong dan menyatukan gambar sehingga menjadi sebuah film.

2.1.6 Fungsi Pembuatan Film

Menurut Pakdosen.co.id (2020), Adapun fungsi dibuatnya film, berikut beberapa fungsi pembuatan film:

a. Sebagai media ekspresi dan artistik sutradara

Film diyakini media untuk sutradara menuangkan ide dan gagasan dari otak sang sutradara. Sutradara biasanya membuat film berdasarkan keresahan yang mereka yakini. Contohnya saja film *Parasite* (2019), yang berisikan keresahan sutradaranya akan perbedaan kesenjangan sosial yang terjadi di dunia.

b. Sebagai media hiburan

Film mampu menjadi media hiburan bagi banyak orang, karena di dalam film biasanya merupakan rekaan atau pelarian dari

kisah nyata. Banyak film yang mengajak para penontonnya berimajinasi atau membayangkan suatu kejadian. Beberapa film mengajak emosi para penonton untuk ikut larut ke dalam film tersebut.

c. Sebagai media komunikasi massal

Banyak film mengandung pesan yang menarik di setiap adegannya. Seperti yang dijelaskan pada point pertama, banyak film berasal dari keresahan pembuatnya sehingga banyak yang mengandung pesan yang ingin disampaikan oleh pembuatnya.

d. Sebagai media pendidikan

Tidak sedikit film menaruh pengajaran yang ingin diberikan ke penontonnya. Karena media film atau video merupakan salah satu cara yang efektif untuk mengedukasi orang secara tidak langsung.

2.1.7 Gangguan Bipolar

Gangguan bipolar atau yang juga dikenal sebagai penyakit manik-depresi merupakan salah satu dari gangguan jiwa dimana penderita mengalami gangguan mood kronik yang ditandai dengan adanya episode mania atau hipomania yang muncul secara bergantian atau bercampur dengan episode depresi. Gangguan bipolar adalah suatu kondisi mental yang menyebabkan terjadinya perubahan mood yang signifikan dimana seseorang memiliki mood yang sangat bahagia atau sangat sedih dimana suasana hati penderitanya dapat berganti dengan signifikan. Orang dengan gangguan bipolar juga mengalami perubahan dalam pola tidur dan tingkat aktivitas (Bipolar Disorder, 2016). Ada empat jenis episode gangguan mood dalam gangguan bipolar, yaitu: mania, hipomania, depresi, dan campuran. Menurut Diatri,H (2009), Berikut adalah gejala-gejala setiap episode:

1. Mania:

Menurut Diatri,H (2009), Ciri-ciri di fase mania ialah :

- a. Gembira Berlebihan
 - b. Mudah tersinggung sehingga mudah marah
 - c. Merasa dirinya sangat penting
 - d. Merasa kaya atau memiliki kemampuan lebih dibanding orang lain
 - e. Penuh ide dan semangat
 - f. Cepat berpindah dari satu ide ke ide yang lain
 - g. Seperti mendengar suara yang orang lain tak dapat mendengar
 - h. Nafsu seksual meningkat
 - i. Menyusun rencana yang tidak masuk akal
 - j. Sangat aktif dan bergerak sangat cepat
 - k. Berbicara sangat cepat sehingga sukar dimengerti apa yang dibicarakan
 - l. Menghamburkan uang
 - m. Membuat keputusan aneh dan tiba-tiba, namun cenderung membahayakan
 - n. Merasa sangat mengenal orang lain
 - o. Mudah melempar kritik terhadap orang lain
 - p. Sukar menahan diri dalam perilaku sehari-hari
 - q. Sulit tidur
2. Hipomania:

Merupakan bentuk lebih ringan dari mania. Episode ini membuat keadaan seseorang merasa gembira, energik, dan produktif, tetapi mereka mampu meneruskan kehidupan mereka sehari-hari dan merasa tidak pernah kehilangan kontak dengan realitas. Kondisi hipomania sulit untuk didiagnosis karena terlihat seperti kebahagiaan biasa, tapi dapat memberikan hasil yang buruk dan membahayakan hubungan, karir, dan reputasi. Menurut Diatri,H (2009), Ciri-ciri di fase hipomania ialah :

- a. Gembira Berlebihan

- b. Bersemangat dan lebih berenergi
- c. Banyak Ide
- d. Perhatian mudah teralih
- e. Meningkatnya aktivitas
- f. Pikiran menjadi lebih tajam
- g. Daya nilai berkurang
- h. Percaya diri meningkat
- i. Menjadi lebih kreatif
- j. Bersikap optimis
- k. Penurunan kebutuhan untuk tidur

3. Depresi:

Menurut Diatri,H (2009), Ciri-ciri di fase depresi ini ialah :

- a. Suasana hati yang murung dan perasaan sedih yang berkepanjangan
- b. Sering menangis atau ingin menangis tanpa alasan yang jelas
- c. Kehilangan minat untuk melakukan sesuatu
- d. Tidak mampu merasakan kegembiraan
- e. Mudah letih, tak bergairah, tak bertenaga
- f. Sulit berkonsentrasi
- g. Merasa tak berguna dan putus asa
- h. Merasa bersalah dan berdosa
- i. Rendah diri dan kurang percaya diri
- j. Beranggapan masa depan suram dan pesimistis
- k. Berpikir untuk bunuh diri
- l. Hilang nafsu makan atau makan berlebihan
- m. Penurunan berat badan atau penambahan berat badan
- n. Sulit tidur, bangun tidur lebih awal, atau tidur berlebihan
- o. Kehilangan gairah seksual
- p. Menghindari komunikasi dengan orang lain

4. Campuran:

Episode campuran merupakan saat dimana gejala manik dan depresi muncul secara bersamaan. Penderita dapat merasakan

energinya berlebih, banyak ide yang muncul, tetapi merasa putus asa dan sedih. Keadaan seperti ini berbahaya karena seringkali penderita memiliki keinginan untuk bunuh diri dan banyak tenaga untuk melakukannya.

Gangguan jiwa bipolar, sering juga mempunyai gejala gejala sebagai berikut:

- a. *Seasonal changes in mood*, perubahan suasana hati musiman. Seperti pada penyakit *Seasonal Affective Disorder* (gangguan affektif musiman), suasana hati atau mood penderita bipolar dapat berubah selaras dengan perubahan musim. Beberapa penderita menjadi mania atau hipomania dimusim semi dan musim panas, kemudian berubah menjadi depresi dimusim gugur atau musim dingin. Pada beberapa penderita bipolar lain, gejalanya malah kebalikannya, yaitu depresi di musim panas namun hipomania atau mania dimusim dingin.
- b. *Rapid cycling bipolar disorder*. Pada beberapa penderita gangguan bipolar perubahan suasana hati berlangsung cepat, yaitu mengalami perubahan mood (suasana hati) 4 kali atau lebih dalam setahun. Namun kadang kadang, perubahan perasaan bisa berlangsung lebih cepat, yaitu dalam hitungan jam.
- c. *Psikosis*. Pada penderita bipolar dengan gejala mania atau depresi berat, sering muncul gejala psikosis yaitu pemikiran yang tidak berdasar realita. Gejalanya bisa berupa halusinasi (suara atau penglihatan) dan delusi (percaya sesuatu yang berbeda dengan kenyataan).

Menurut Tirto Jiwo (2012, p6), Ada beberapa tipe gangguan jiwa bipolar:

- a. *Gangguan Bipolar Tipe I*. Gangguan perasaan sangat mengganggu sehingga penderita kesulitan mengikuti sekolah atau pekerjaan, dan pertemanan. Ketika dalam kondisi mania, penderita ini sering dalam kondisi “berat” dan berbahaya.
- b. *Gangguan jiwa Bipolar Tipe II*. Pada Tipe II, kondisi perasaan tidak seberat Tipe I sehingga penderita masih bisa berfungsi melaksanakan kegiatan harian rutin. Penderita mudah tersinggung. Ketika perasaan “naik”, penderita hanya mencapai tingkat hipomania. Pada Tipe II, kondisi depresi biasanya berlangsung lebih lama dibandingkan dengan kondisi hipomania-nya.
- c. *Gangguan Cyclothymic*, juga dikenal sebagai cyclothymia. Merupakan bentuk ringan dari Gangguan jiwa bipolar. Kondisi mania dan depresi bisa mengganggu, namun tidak seberat pada Gangguan Bipolar I dan Tipe II

2.1.8 Faktor Penyebab Gangguan Bipolar

Terdapat beberapa faktor penyebab gangguan bipolar. Namun, penyebab Biologis dan Psikologis mendominasi dalam penyebab kasus bipolar ,yaitu :

Penyebab Biologis

1. Pengaruh Genetik

Ada kontribusi genetik yang lebih besara terhadap gangguan bipolar. Sekitar 8 sampai 10 persen kerabat tingkat pertama dari seseorang dengan penyakit bipolar dapat diperkirakan memiliki gangguan bipolar, dibandingkan dengan 1 persen pada populasi umum (Plomin dkk, 2013; Willcut dan McQueen, 2010)

2. Faktor Neurokimia

3. Abnormalitas pengaturan hormonal

4. Pengaruh neurofisiologis dan neuroanatomis

5. Tidur dan ritme biologis otak lainnya.

2. Penyebab Psikologis

Penyebab Psikologisnya ialah :

1. Kejadian hidup penuh stres
2. Trauma masa kecil
3. Lingkungan sekitar
4. Faktor psikologis lain

2.1.9 Terapi yang Dibutuhkan Pengidap Gangguan Bipolar

Secara umum terapi bipolar berfokus pada stabilisasi dengan tujuan pemulihan gejala mania atau depresi pada pasien sehingga didapatkan mood yang stabil. Terdapat beberapa cara pengobatan / terapi untuk pengidap gangguan bipolar, yaitu:

1. Farmakoterapi:

Penggunaan obat-obatan mood stabilizer seperti litium, divalproex, karbamazepin dan lamotrigin berfungsi agar mencegah kambuh, meningkatkan fungsi sosial, mengurangi resiko bunuh diri, dan mengurangi ketidakstabilan mood. Berikut merupakan tabel obat-obatan yang umum digunakan dalam terapi gangguan bipolar

Nama Generik	Dosis awal	Dosis yang biasa digunakan
Litium		
Litium Karbonat Litium Sitrat	300 mg 2x sehari	900-2.400 mg/hari dalam 2 atau 4 dosis terbagi, lebih disukai dengan makanan
Antikonvulsan (Disetujui FDA)		
Divalproex sodium Asam valproate	250-500 mg 2x sehari	750-3.000 mg/hari (20-60 mmg/kg/hari) 1x sehari atau dosis terbagi

Lamotrigin	25 mg/hari	50-400 mg/hari dalam dosis terbagi. Dosis harus ditingkatkan perlahan (contoh: 25 mg/hari selama 2 minggu, kemudian ditingkatkan 50 mg/hari dalam interval mingguan hingga 200 mg/hari)
Carbamazepine	200 mg 2x sehari	200-1.800 mg/hari dalam 2-4 dosis terbagi
Antipikal Antipsikotik		
Aripiprazole	10-15 mg/hari	10-30 mg/hari 1x sehari
Asenapine	5-10 mg 2x sehari sublingual	5-10 mg/hari sublingual
Olanzapine	2,5-5 mg 2x sehari	5-20 mg/hari 1x sehari atau dalam dosis terbagi
Olanzapine + fluoxetine	6 mg olanzapine + 25 mg fluoxetine/hari	6-12 mg olanzapine + 25-50 mg fluoxetine/hari
Quetiapine	50 mg 2x sehari	50-800/hari dalam dosis terbagi atau 1x sehari setelah stabil
Risperidone	0,5-1 mg 2x sehari	0,5-6 mg/hari 1x sehari atau dalam dosis terbagi
Ziprasidone	40-60 mg 2x sehari	40-160 g/hari dalam dosis terbagi. Diminum bersama makanan
Benzodiazepine		
Dosis harus disesuaikan perlahan untuk naik dan turun sesuai dengan respond dan efek samping.		

Tabel 2.1 Tabel Obat-obat yang dikonsumsi ODB

Sumber : Wawancara dengan psikolog

2. Psikoterapi:

Menurut Tirto Jiwo (2012), Psikoterapi merupakan salah satu komponen penting dari pengobatan gangguan jiwa bipolar. Psikoterapi untuk gangguan jiwa bipolar meliputi

- a. *Cognitive behavior therapy* (CBT) (terapi perilaku kognitif). CBT merupakan salah satu model psikoterapi yang sering diterapkan pada penderita gangguan jiwa bipolar. Fokus dari CBT adalah mengidentifikasi semua pola pikir dan perilaku negatif dan menata ulang dengan pola pikir dan perilaku yang positif (sehat). CBT bisa mengidentifikasi pemicu gangguan bipolar dan memperkuat kemampuan dalam mengatasi stress dan hal hal yang tidak menyenangkan hati.
 - b. *Psychoeducation*. Penyuluhan tentang gangguan bipolar sehingga si penderita dan keluarganya bisa memahami gangguan bipolar secara lebih baik sehingga bisa bekerja sama dalam pemulihan penyakit dengan lebih baik pula.
 - c. *Family therapy* (terapi keluarga). Terapi keluarga diberikan kepada keluarga sebagai keseluruhan utamanya untuk menciptakan suasana yang tidak menekan (stress). Dalam terapi keluarga diajarkan bagaimana komunikasi yang baik, menyelesaikan konflik dan memecahkan masalah.
 - d. *Group therapy* (terapi kelompok). Terapi dalam kelompok sesama penderita depresi. Dalam terapi ini sesama penderita bisa saling belajar.
 - e. *Terapi lainnya*. Terapi lainnya antara lain terapi untuk mendeteksi gejala yang memburuk (prodrome detection), interpersonal and social rhythm therapy, dll.
3. *Electroconvulsive Therapy* (ECT)

ECT adalah terapi dengan menyalurkan arus listrik kedalam otak. Hingga sekarang, belum diketahui secara jelas mekanisme kerjanya, namun ECT terbukti efektif pada gangguan bipolar atau bila pemberian obat tidak bisa memberikan efek positif. Efek samping ECT adalah kebingungan yang dialami beberapa menit hingga beberapa jam setelah mendapat CT. Kadang ingatan atau memori juga bisa hilang, meskipun sifatnya hanya sementara.

4. Terapi Seni / *Art Therapy*:

Terapi seni merupakan pengobatan mental di mana klien difasilitasi terapis seni, memanfaatkan media-media seni, dan melalui proses kreatif menghasilkan karya. Beberapa kegiatan terapi seni yang dapat dilakukan yaitu dengan menggambar, melukis, dan membuat kerajinan. Seni merupakan cara seseorang untuk mengekspresikan aneka perasaan yang seringkali tidak mudah dimengerti oleh orang lain. Proses terapi ini dilandasi pemahaman bahwa perasaan dan pemikiran fundamental seseorang datang dari hal-hal di bawah sadarnya .

2.2 Tinjauan Permasalahan tentang Objek dan Subjek Perancangan

2.2.1 Tinjauan Masalah

Gangguan perasaan seperti ini adalah gangguan yang sulit untuk dikontrol, bahkan oleh diri penderita itu sendiri. Pengidap bipolar sering tidak menyadari keadaan perasaannya sendiri, baik pada saat fase mania ataupun pada saat fase depresi. Oleh karena itu pengidap bipolar membutuhkan orang lain untuk membantu mengontrolnya. Namun kebanyakan orang awam masih belum mengerti mengenai penyakit bipolar, sehingga membuat masyarakat sering salah pandangan mengenai bipolar.

Pada saat ini pandangan terhadap pengidap bipolar cenderung buruk dan sering dianggap gila. Pengidap bipolar sering disisihkan dari lingkungan sosial yang membuat mereka sulit mendapatkan

teman dan bahkan di fase yang ekstrim, sering pengidap bipolar berpikir ingin mengakhiri hidupnya. Banyak kasus mengenai pengidap bipolar yang bunuh diri.

Natalia Widiasih, SpKJ(K), Mpd.Kes. (2015) mengatakan bahwa 10-15% pengidap bipolar mati oleh tangan mereka sendiri. Hal ini disebabkan kurangnya kontrol dari orang-orang di sekitarnya yang membuat tidak ada pencegahan hingga kejadian yang paling buruk itu terjadi.

2.2.1.1 Wawancara dengan Psikolog

Margaretha Mulyani, M.Psi

Narasumber ialah Margaretha Mulyani, M.Psi. Beliau sempat membuka praktek di rumah pribadinya. Namun beliau menutup prakteknya dikarenakan COVID-19 . Dalam proses wawancara, beliau mengatakan bahwa bipolar merupakan gangguan perasaan dimana ODB (Orang Dengan Bipolar) memiliki 2 titik fase yang sangat mempengaruhi hidupnya yaitu fase manik dan depresif.

Dalam Fase manik ODB dapat melakukan apa saja yang ingin dia lakukan bahkan bisa melukai dirinya. Dalam fase ini biasanya seseorang menjadi sangat optimis dan juga sangat gembira. Bahayanya, dalam fase ini, ODB tidak memikirkan resiko dari perbuatannya sehingga dapat merugikan dirinya dan sesama.

Dalam Fase depresi ODB merasakan tidak adanya semangat untuk hidup. ODB selalu merasa putus asa, lesu, tidak dibutuhkan, bahkan sampai tidak makan. Beliau mengatakan bahwa kasus bipolar di Surabaya lumayan banyak dan tiap tahunnya bisa 4-5 orang yang datang untuk konsultasi masalah bipolar.

Biasanya ODB didampingi teman, kerabat, keluarga bahkan pacar dalam proses konsultasi. Beliau mengatakan bahwa dalam prakteknya, beliau jarang memberikan obat dan lebih sering mendengarkan keluh kesah pasien. Ia berpesan kepada pendamping ODB bahwa untuk

selalu bersabar dan jangan menekan atau mengikat ODB dengan aturan-aturan.

Beliau juga menambahkan bahwa sebenarnya kasus gangguan bipolar ini sudah lama sekali ada. Namun belum banyak yang tahu dan belum banyak kelihatan seperti sekarang. “Dulu orang tidak pernah sadar kalo mereka mengalami gangguan bipolar, itu karena gejala penyakit ini sering sekali diasumsikan dengan penyakit ini.”, kata beliau.

2.2.1.2 Wawancara dengan ODB (Orang Dengan Bipolar)

Etha Lumadyo

Etha lumadyo atau yang sering dipanggil etha, adalah salah satu Orang Dengan Bipolar. Wawancara dilakukan di rumah Etha sendiri dengan cara mengobrol. Etha tahu bahwa dirinya bipolar ketika dibawa ke psikiater. . Dahulu disaat depresi, banyak barang yang rusak karena dibanting.

Etha mengatakan bahwa sebelumnya ia mengalami ketergantungan obat, dimana Etha merasa tidak nyaman dikarenakan menjadi lemas di saat kerja bahkan tidak bisa melakukan apapun. Etha sekarang bisa mengontrol *mood*nya dikarenakan lebih menghargai diri, Maksudnya ialah lebih memerhatikan diri seperti, melakukan kegiatan yang positif dan yang dimau.

Menurut Etha, semakin lepas dari tekanan maka akan semakin memungkinkan untuk mengontrol *mood* tersebut. Ia sadar bahwa bipolar tidak bisa sembuh, namun bisa dikontrol. Sehingga psikiaternya menyarankan untuk melakukan apa yang etha sukai.

Kebetulan Etha sangat gemar bermain *skateboard* sehingga etha meluangkan banyak waktu untuk bermain bersama teman-temannya. Menurutnya cara itu paling efektif sampai sekarang. “Yang penting itu ga ada tekanan untuk melakukan sesuatu, dengan gitu aku lebih bisa nenangin diri kalo pas jatuh-jatuhnya.”, kata etha.

Etha juga sempat diejek teman-temannya dikarenakan tidak bisa bergaul. Namun ia menerimanya dengan tenang dan membuat itu menjadi bahan candaan. Menurut dia bukan tidak bisa untuk mengontrol itu. Namun ODB tetap harus didampingi karena kelakuannya tidak bisa diprediksi.

2.2.1.3 Contoh Kasus

Marshanda

Menurut Susanto, G.A. (2014) Pada tahun 2009 bintang sinetron Andriani Marshanda mengejutkan publik dengan video berdurasi 3 menit 47 detik yang ia unggah di YouTube. Dalam video tersebut Marshanda tampil meluapkan kemarahannya terhadap teman-teman sekolahnya sambil bernyanyi dan berjoget. Dalam video tersebut Marshanda berulang kali menunjukkan mimik wajah yang berbeda-beda. Mulai dari tertawa, sedih, hingga menangis.

Beberapa tahun kemudian, Marshanda mengaku saat itu sedang depresi, halusinasi, hingga tidak bisa tidur. Marshanda juga memendam rasa sedih karena orang tuanya bercerai sejak ia masih kecil. Marshanda sempat mengalami penolakan di masyarakat yang cukup lama terhadap penyakitnya. Empat tahun kemudian, Marshanda baru benar-benar bisa menerima terkena gangguan bipolar.

2.2.2 Fakta-Fakta Lapangan

Untuk di Surabaya, masih belum ada gerakan atau *campaign* tentang bipolar. Masih susah dijumpai media yang membahas tentang bipolar di Surabaya. Di Indonesia sendiri ada komunitas yang berfokus pada bidang kesehatan jiwa, khususnya bipolar sejak 2013 silam.

Bipolar Care Indonesia adalah komunitas yang mewadahi penyintas bipolar beserta *caregiver*nya dan siapa saja yang peduli dengan bipolar. Program mereka sendiri antara lain memberi dukungan, edukasi, dan beragam aktivitas.

Di Surabaya sendiri, komunitas ini belum memiliki fasilitas tetap untuk melakukan kegiatan rutin. Akibatnya kegiatan rutin seperti berkumpul bersama hanya bisa dilakukan tiga bulan sekali dan diadakan dengan fasilitas apa adanya di dalam rumah sakit Dr. Soetomo Surabaya

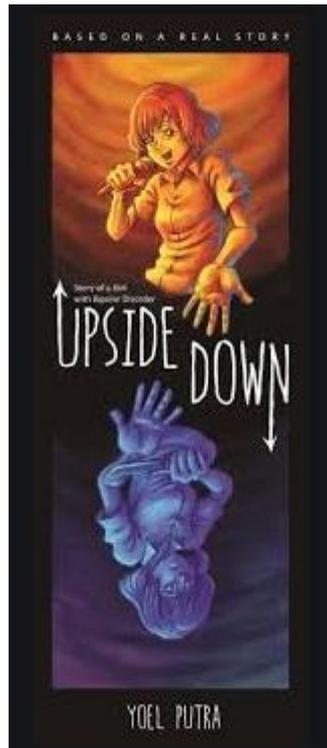
Untuk dari Universitas Kristen Petra sendiri, sebelumnya sudah ada perancangan novel grafis untuk membahas tentang bipolar. Untuk film, masih jarang ditemui untuk film Indonesia yang membahas bipolar. Namun untuk luar negeri terdapat beberapa film seperti, *“The Ghost and The Whale”*, *“Touched with Fire”*, *“Infinitely Polar Bear”*, *“Mr. Jones”*, *“Silver Linings Playbook”*.

2.2.3 Data Visual



Gambar 2.1 Komunitas BCI (Bipolar Care Indonesia) saat kumngunan ke UNAIR

Sumber : <http://news.unair.ac.id/tag/komunitas/>



Gambar 2.2 Cover novel Yoel Putra tentang *Bipolar Disorder*

Sumber : <https://images.app.goo.gl/B842p1ZtdDmeshcP9>



Gambar 2.3 Poster film *Bipolar Disorder*

Sumber : <https://images.app.goo.gl/C6LSUp1PyVikY2zb7>

2.3 Analisis Masalah

Untuk Novel Grafis yang dibuat sudah terlihat menarik. Namun menurut penulis, belum bisa mencakup remaja yang luas dikarenakan banyak remaja zaman sekarang yang malas membaca.

Dan juga menurut penulis, komunitas Bipolar Care Indonesia sudah cukup baik dalam menangani kasus bipolar. Namun masih banyak orang di Surabaya khususnya masih tidak peduli tentang adanya BCI dikarenakan merasa tidak *relate* dengan kehidupan mereka.

Untuk Film, penulis belum menemukan untuk di Indonesia sendiri masih minim padahal film merupakan media yang paling sering diakses di jejaring mana pun.

2.4 Simpulan

Masih diperlukan suatu karya untuk memperkenalkan bipolar dengan cara beradaptasi dengan kehidupan remaja-dewasa. Dengan begitu, orang remaja-dewasa akan lebih *relate* sehingga lebih peka terhadap kondisi lingkungan bipolar.

2.5 Usulan pemecahan masalah

Penulis menciptakan film pendek sebagai media untuk menyampaikan informasi terkait bipolar dan akan di upload di jejaring sosial seperti, *Youtube*. Dalam buku “Psychology of Entertainment” (Bryant & Vorderer, 2011) pada bagian perception, ditunjukkan bahwa pada media umumnya, khususnya media hiburan atau entertainment, dapat memberi persepsi secara dinamis.

Film pendek ini bergenre drama. dikarenakan dalam kutipan hasil penonton berdasarkan genre 2017 pada website filmindonesia.or.id, dikatakan bahwa 65% masyarakat Indonesia melihat film dengan kategori drama. Sehingga film pendek ini akan lebih ditonton oleh banyak orang.

Berdasarkan hasil riset pencarian statistika oleh Youtube statistics & data (Statista, 2017) , Youtube menempati urutan terbesar dalam bidang video sebesar 43%, sedangkan instagram sebagai salah sarana promosi

video populer di Indonesia mencapai 38%. Dan 82% dari pengguna youtube di Indonesia berumur 15-29 tahun. (CNN, 2018). Sehingga membuat film pendek yang *diupload* di *youtube* akan sangat efektif dalam mengkomunikasikan fenomena *Bipolar Disorder* dikalangan anak muda.