

Pembuatan Film Pendek Fiksi Thriller Penggambaran Dibalik Pikiran Penderita Psikotik

Rizqi Rhesa Harsana¹, Sutikno^{2*}, Sigit Prayitno Yosep²

^{12*3} D4 Produksi Film dan Televisi, Universitas Dinamika, Surabaya, Indonesia

* Penulis Korespondensi: E-mail: sutikno@dinamika.ac.id

Abstrak : Kesehatan mental merupakan aspek vital dalam mencapai kesehatan menyeluruh, namun seringkali diabaikan terutama di negara berkembang. Fokus pada gangguan mental lebih dominan daripada usaha mempertahankan kesehatan mental. Psikosis, seperti yang dialami oleh penderita gangguan psikotik, menjadi tantangan serius. Penyebabnya kompleks, melibatkan faktor genetik, perkembangan otak, dan paparan stres. Cry of Fear, sebuah video game, memberikan narasi seputar kesehatan mental dan psikosis, yang menginspirasi penulis untuk menciptakan film pendek dengan tema serupa. Sebagai sutradara, penulis merinci proses kreatifnya, memilih warna biru sebagai simbol kekuatan dan suhu dingin. Film pendek ini memiliki tujuan untuk meningkatkan kesadaran akan kesehatan mental sebagai masalah yang signifikan, serta menghadirkan kembali naratif Cry of Fear dalam genre thriller melalui gaya penyampaian cerita yang unik. Proses pembuatan film juga menyoroti peran sutradara sebagai kreator dan pemimpin, menghadirkan imajinasi dalam bentuk gambar dan visual. Hasil akhirnya diharapkan memberikan pengalaman menarik bagi penonton, sambil menyampaikan pesan penting tentang kesehatan mental.

Kata Kunci: *Cry of Fear*, Film, Kesehatan Mental, Psikotik, *Thriller*.

PENDAHULUAN

Kesehatan mental, merupakan suatu keadaan emosional dan psikologis yang baik, dimana individu dapat memanfaatkan kemampuan kognisi dan emosi, berfungsi dalam komunitas, dan memenuhi kebutuhan hidup sehari-hari. Inti dari kesehatan mental adalah lebih pada keberadaan dan pemeliharaan mental yang sehat. Akan tetapi, dalam praktik seringkali kesehatan mental lebih banyak menekankan perhatiannya pada gangguan mental daripada mengupayakan usaha-usaha mempertahankan kesehatan mental (Dewi, 2012). Padahal Kesehatan mental merupakan aspek penting dalam mewujudkan kesehatan yang menyeluruh. Namun di sebagian besar negara berkembang, masalah kesehatan mental belum diprioritaskan (Ridlo, 2020).

Seringkali orang tidak menyadari bahwa mereka mempunyai masalah kesehatan mental terutama bagi yang menderita psikotik. Penyebab seseorang mengalami gangguan psikotik tidak dapat dijelaskan secara pasti hal tersebut disebabkan karena psikosis tampaknya merupakan hasil dari kombinasi kompleks dari risiko genetik, perbedaan perkembangan otak dan paparan stres atau trauma. Psikosis juga disebabkan oleh gejala penyakit mental, seperti skizofrenia, gangguan bipolar, atau depresi berat (Kadir, 2023). Effendy (2021) menjelaskan bahwa psikiatri (ilmu kedokteran yang berfokus pada kesehatan jiwa) menggunakan istilah

“gangguan” (disorders) bukannya penyakit/keadaan sakit (disease/illness). Gangguan adalah adanya kelompok gejala atau perilaku yang ditemukan secara klinik yang disertai dengan orang dengan gangguan (distress) pada kebanyakan kasus. Salah satu contohnya adalah gangguan psikotik dimana semua kondisi menunjukkan adanya disabilitas berat dalam kemampuan daya nilai realitas dengan mempertimbangkan faktor budaya.

Bahayanya orang yang menderita psikotik tidak menyadari dirinya telah melakukan hal baik atau buruk. Karena orang yang mengalami gangguan psikotik biasanya akan mengalami delusi (keyakinan yang salah misalnya merasa orang lain yang tidak dikenalnya mengirimkan pesan yang khusus, merasa ingin disakiti oleh orang lain), halusinasi (mendengar suara-suara aneh yang tidak didengar oleh orang lain yang menyuruhnya melakukan sesuatu) (Kadir, 2023).

Inspirasi dalam pembuatan film ini adalah berasal dari video game bernama Cry of Fear (Rönnerberg, 2012).

Dari cinematography yang sering menggunakan wide angle dan close up untuk memberikan rasa intensiti. Pewarnaan juga mempunyai kesamaan dengan film seri Dahmer yang menggunakan warna yang sangat berpengaruh pada respon visual manusia, serta dapat menstimulus rasa. Warna yang digunakan juga sering menjadi simbolisasi atau digunakan untuk melambangkan suatu maksud, atau

mengidentifikasi sesuatu (Gunawan, 2012). Untuk membedakan karya film yang akan dibuat dengan film Dahmer adalah warna utama yang digunakan, yaitu Dahmer menggunakan warna kuning sedangkan karya film ini nantinya menggunakan warna biru. Alasan menggunakan warna biru, bisa memberikan rasa suhu dingin yang bisa meningkatkan rasa intensitas film. Selain itu warna biru dapat merangsang kemampuan berkomunikasi, ekspresi artistik dan juga sebagai symbol kekuatan (Zharandont, 2015).

Adapun manfaat yang diperoleh dalam pembuatan film pendek adalah (1) memberikan awareness bahwa Kesehatan mental adalah masalah yang tidak biasa, (2) reimagining cerita naratif dari video game Cry of Fear dengan gaya penyampaian cerita film pendek thriller. Dengan genre thriller bisa memberikan penonton ambivalensi terhadap sifat subjektif dalam realita (Buckland, 2009). Selain itu Film bukan hanya menyajikan pengalaman yang mengasyikkan, melainkan juga pengalaman hidup sehari-hari yang dikemas secara menarik (Mudjiono, 2011).

METODE PENELITIAN

Pada Bab ini menjelaskan bagaimana metode penelitian yang digunakan. Penulis menggunakan penelitian kualitatif deskriptif dengan studi praktik penciptaan (Practice Base Research) untuk menggali menginterpretasikan proses kreatif dalam pembuatan film agar terjadi proses eksplorasi ilmiah (Kerrigan, Frankham, dan Verdon 2024). Teknik pengumpulan data melakukan wawancara mendalam dan analisis melakukan studi literatur. Setelah semua data yang diperoleh dan terkumpul dilakukan evaluasi untuk mendukung penelitian.

Metode wawancara yang akan dilakukan oleh peneliti menggunakan wawancara terstruktur agar mendapatkan minimal bias pewawancara (Lincoln, Yvonna S., Edition 2018), untuk mendapatkan informasi mengenai kesehatan mental meliputi penderita psikotik dan perfilman meliputi penyutradaraan. Menggunakan wawancara terstruktur Penulis akan memilih narasumber untuk diwawancarai mengenai kesehatan mental adalah seorang psikolog yaitu Hapsari Puspita Rini dan untuk narasumber perfilman adalah seorang filmmaker yaitu Haidar Syahm.

Berikut acuan pertanyaan yang akan penulis sampaikan pada Bu Hapsari Puspita Rini:

1. Apa tanda – tandanya orang yang mengalami gangguan psikotik?
2. Apakah ada cara untuk menyembuhkan gangguan psikotik?

Berikut acuan pertanyaan untuk Haidar Syahm mengenai pembuatan film:

1. Aspek apa aja yang bisa membuat film thriller menegangkan?
2. Apa yang harus diperhatikan sutradara supaya

proses produksi berjalan lancar?

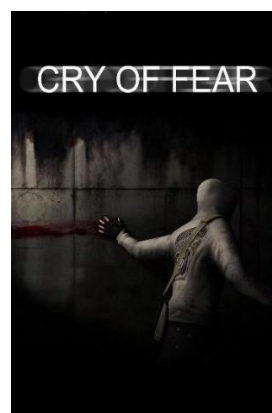
3. Bagaimana cara agar pesan dalam film dapat tersampaikan?

Studi literatur dalam pengumpulan data pustaka diolah dengan baik dan akan menjadi sebuah informasi yang dibutuhkan untuk penciptaan karya film pendek fiksi thriller. Referensi-referensi yang digunakan adalah sebagai berikut untuk mendukung data:

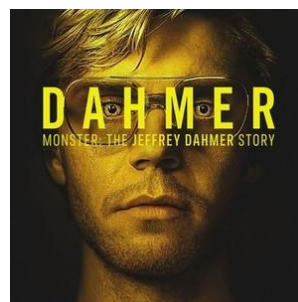
1. Film genre thriller
2. Psikotik
3. Psychiatric

Referensi di atas dapat dicari diberbagai macam sumber seperti film, buku, jurnal, artikel, laporan penulisan, dan situs internet.

Studi Eksisting penulis ambil dari video game berjudul Cry of Fear (Rönneberg, 2012) dan film series, Dahmer (Eyrich, 2022). Game Cry of Fear secara narasi menceritakan seorang pemuda bernama Simon mencari jawaban dan berusaha menyelamatkan diri dari ancaman yang mengerikan dalam perjalanan menuju kerumah. Dahmer, dari cinematography yang sering menggunakan wide angle dan close up untuk memberikan rasa intensitas. Pewarnaan juga mempunyai kesamaan dengan film seri Dahmer yang menggunakan warna yang sangat berpengaruh pada respon visual manusia, serta dapat menstimulus rasa.



Gambar 1. Video game Cry of Fear (cover video game Cry of Fear, 2025)



Gambar 2. Film Series Dahmer (Netflix series, 2025)

HASIL DAN PEMBAHASAN

Wawancara

Hapsa Puspita Rini menjelaskan dan memberikan refrensi dari buku berjudul "Schizophrenia Spectrum and Other Psychotic Disorder" (American Psychiatric Association, 2015) bahwa ada ciri-ciri Utama gangguan psikotik yaitu : Delusions keyakinan yang tetap dan tidak dapat diubah meskipun ada bukti yang bertentangan misalnya paranoid, referensial, somatic, kegamaan dan megalomania. Hallucination adalah pengalaman mirip persepsi yang terjadi tanpa rangsangan eksternal dan tidak berada di Bawah kendali diri sendiri. Disorganized Thinking adalah pemikiran yang tidak teratur.

Haidar Syahm menjelaskan bahwa genre thriller adalah film berfokus pada sensasi dan ketegangan. Genre ini ditentukan oleh emosi dirasakan saat menonton: Kegemiraan, antisipasi, dan kecemasan, untuk membangun ketegangan pada film thriller intensitas emosi dan konflik.

Studi Literatur

Berdasarkan undang-undang (Indonesia, 1992) tentang perfilman, film adalah karya cipta seni dan budaya yang merupakan media komunikasi massa pandang-dengar yang dibuat berdasarkan asas sinematografi dengan direkam. Film sebagai benda seni sebaiknya dinilai secara artistic bukan rasional. Film bukan hanya menyajikan pengalaman yang mengasyikkan, melainkan juga pengalaman hidup sehari-hari yang dikemas secara menarik (Mudjiono, 2011). Film genre thriller adalah film berkisar pada sensai ketegangan emosi yang dirasakan saat menontonnya. Sebuah thriller psikologis mungkin bisa bercerita tentang penguntit atau sisiopat dengan alur cerita yang berputar di sekitar obsesi, tuduhan palsu, atau bahkan paranoia (Blazevic & Kesten, 2021).

Gangguan psikotik didefinisikan sindrom klinis daripada penyakit dan dibedakan satu sama lain terutama berdasarkan durasi mereka, oleh profil gejala hubungan antara psikotik dan episode gangguan mood, disebabkan penggunaan zat seperti kondisi medis yang mempengaruhi otak, seperti epilepsy, aautoimun, tumor dan demensia (Lieberman & First, 2018).

Studi Eksisting

Game Cry of Fear secara narasi menceritakan seorang pemuda Bernama Simon mencari jawaban dan berusaha menyelamatkan diri dari ancaman yang mengerikan dalam perjalanan menuju kerumah. Penulis terinspirasi bukan dari Gameplay akan tetapi bagaimana Andreas Ronnberg menyampaikan narasi tersebut melalui video game. Selain Cry of Fear inspirasi selanjutnya adalah film seri Dahmer (Eyrich, 2022). Film tersebut menggunakan wide angel dan close up untuk memberikan rasa intesiti. Pewarnaan sangat berpengaruh pada respon visual

manusia, dan dapat menstimulus rasa. Warna sering menjadi simbolisasi guna melembangkan suatu maksud (Gunawan, 2012). Warna film yang akan dibuat menggunakan warna biru berbeda dengan Dahmer menggunakan warna ke arah kuning. Warna biru meningkatkan rasa intensiti film, selain itu merangsang kemampuan berkomunikasi, ekspresi artistic dan juga sebagai simbol kekuatan (Zharandont, 2015).

Premise

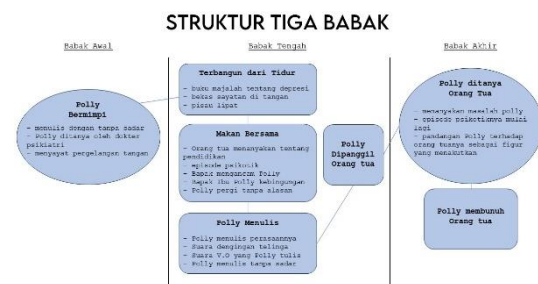
Polly, Seorang remaja dewasa yang selama hidupnya sedang mengalami gangguan psikotik, tanpa sadar Polly membunuh orang tuanya dengan rasa kebingungan.

Sinopsis

Polly, seorang remaja dewasa dari anak tunggal yang depresi, hampir seumur hidupnya menyendiri. Polly kebingungan apakah ia menyukainya atau sudah terbiasa, tetapi Polly mengetahui bahwa menyendiri bisa memberikan dirinya sesuatu rasa kacau, pahit, marah terpendam setiap saat, yang perlahan menggrogoti dirinya. Polly adalah orang yang menganggap bahwa dunia selalu menyerang dirinya. Polly hidup dengan orang tuanya yang sangat kurang perhatian, dimana salah satu orang yang paling dekat dengannya walaupun mereka sangat tidak peduli bahkan meremehkan apa yang Polly sedang alami dengan hidup selama ini.

Suatu saat dimana saat Polly dan orang tuanya makan bersama ayahnya menanyakan tentang pendidikannya dengan nada yang biasa tatapi dari pandangan Polly ayahnya menanyakan dengan nada yang keras dan menganggapnya sebagai ancaman, membuat Polly kebingungan dan tegang untuk menjawab dan tidak bisa merespon dengan baik. Orang tua Polly merasa kebingungan terhadap ekspresinya tetapi mereka selalu menganggap bahwa Polly hanya melamun.

Beberapa hari selanjutnya Polly mengajak orang tuanya untuk berkumpul karena ia ingin menjelaskan masalahnya selama ini yang orang tuanya masih belum menyadarinya. Karena kebingungannya di Tengah penjelasan psikiatrinnya melawan sampai di akhiri Polly tanpa sadar membunuh orang tuanya dengan rasa kebingungan.



Gambar 3. Sturktur Tiga Babak Film

KESIMPULAN

Penelitian ini berhasil merealisasikan karya film pendek fiksi thriller berjudul "DUMB" mengangkat isu Kesehatan mental khususnya pada gangguan psikotik. Karya ini merupakan hasil proses penciptaan ilmiah melalui pendekatan Practice-Based Research pencipta film bertindak sebagai pengekplorasi terhadap fenomena psikologis kompleks. Penulis berhasil mentransformasikan gagasan dan realitas terhadap gangguan psikotik dalam bentuk naratif-visual yang kuat dan komunikatif. Pemilihan warna biru sebagai symbol suhu dingin dan pengambilan gambar angel wide berkolaborasi dengan angel closeUp pada akhirnya dapat membangun intensitas.

Film ini bertujuan menghibur tetapi juga menjadi media penyadaran social akan pentingnya Kesehatan mental. Dengan menganalisa Teknik visual video game Cry of Fear dan film Dahmer pada akhirnya dapat memperkuat pesan yang disampaikan.

SARAN

Adapun beberapa saran yang ingin disampaikan penulis antara lain:

Penelitian lebih lanjut dapat lebih dalam menggali pengaruh gangguan psikotik terhadap orang-orang di sekitar penderita, antara lain seperti keluarga, teman dan lingkungan, agar memberikan pemahaman sistemik terhadap dampak Kesehatan mental.

Tahap berikutnya dapat melibatkan psikolog klinis dalam setiap tahapan produksi, terutama penulisan naskah, penyusunan adegan agar dapat mempresentasikan psikosi lebih akurat.

Film berikutnya dapat bereksperimen dengan teknologi virtual reality atau simulasi berbasis AI agar penonton dapat masuk dalam pengalaman psikosis.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] *American Psychiatric Association*. (2015). *Schizophrenia Spectrum and Other Psychotic Disorders*. Arlington: American Psychiatric Publishing.
- [2] Blazevic, S., & Kesten, C. J. (2021). *Editing within The Thriller Genre*. Karlskrona: Blekinge Institute of Technology.
- [3] Buckland, W. (2009). *Puzzle Films: Complex Storytelling in Contemporary Cinema*. Blackwell.
- [4] Dennis, F. G. (2008). *Bekerja Sebagai Sutradara*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- [5] Dewi, K. S. (2012). *Buku Ajar Kesehatan Mental*. Semarang: UPT UNDIP Press Semarang.
- [6] Effendy, D. d. (2021). *Gejala dan Tanda Gangguan Psikiatri*. Medan: Yayasan Al-Hayat.
- [7] Eyrich, L. (Director). (2022). *Dahmer* [Motion Picture].
- [8] Frentio, A. f. (2021). Split edit ada film fiksi iniyia untuk mewujudkan dramatik pada: skripsi karya + CD. Padangpanjang : ISI Padangpanjang.
- [9] Gunawan, A. P. (2012). Peranan Warna dalam Karya Fotografi. *HUMANIORA*, 540-548.
- [10] Indonesia, P. R. (1992). Undang-Undang Republik Indonesia Tentang Perfilman.
- [11] Kadir, N. U. (2023). Jenis Gangguan Psikotik Berdasarkan PPDGJ III. *Journal Of Social Science Research*, 9140-9150.
- [12] Lieberman, J. A., & First, M. (2018). *Psychotic Disorders. The New England Journal of Medicine*, III(379), 270-280.
- [13] Mudjiono, Y. (2011). KAJIAN SEMIOTIKA DALAM FILM. *Jurnal Ilmu Komunikasi*, I(1), 126.
- [14] Ridlo, I. A. (2020). Pandemi COVID-19 dan Tantangan Kebijakan Kesehatan Mental di. *Jurnal Psikologi dan Kesehatan Mental*, 155.
- [15] Rönnerberg, A. (Director). (2012). *Cry of Fear* [Motion Picture].
- [16] Studioanthelope. (2022, March 25). Pengertian Sutradara Dan Tugas-Tugasnya Dalam Pembuatan Film. Retrieved from Studio Anthelope: <https://studioantelope.com/pengertian-dan-tugas-sutradara-dalam-produksi-film/> Diakses pada tanggal 22 September 2022.
- [17] Zharandont, P. (2015). PENGARUH WARNA BAGI SUATU PRODUK DAN PSIKOLOGIS MANUSIA. Bandung.