

Penyutradaraan Film *Lily* Dengan Penekanan Ekspresi Untuk Memperlihatkan *Anxiety Disorder* Pada Tokoh Utama

Fadly Rahmadanu, Zainal Abidin

Program Studi Televisi dan Film, Institut Seni Indonesia Padang Panjang

fadlyrahmadanu8@gmail.com

Abstrak

Penciptaan film fiksi *Lily* dilatarbelakangi oleh meningkatnya isu kesehatan mental, khususnya anxiety disorder, yang masih belum mendapatkan representasi yang memadai dalam medium film, terutama dalam penggambaran pengalaman batin tokoh. Film *Lily* mengisahkan seorang perempuan muda yang mengalami anxiety disorder akibat trauma kehilangan dan tekanan keluarga, yang berdampak pada kehidupan sosial serta proses kreatifnya di dunia pertunjukan.

Tujuan penciptaan ini adalah menyutradarai film *Lily* dengan penekanan ekspresi untuk memperlihatkan kondisi anxiety disorder pada tokoh utama secara jujur dan mendalam. Metode penciptaan yang digunakan meliputi tahapan persiapan, perancangan, perwujudan, dan penyajian karya, dengan pendekatan penyutradaraan yang menitikberatkan pada pengolahan ekspresi mimik wajah, gerak tubuh, dan intonasi suara aktor.

Hasil penciptaan menunjukkan bahwa penekanan ekspresi, khususnya pada mimik wajah dan gerak tubuh, efektif dalam merepresentasikan gejala anxiety disorder tanpa bergantung pada dialog verbal. Pendekatan ini memungkinkan pengalaman batin tokoh tersampaikan secara visual dan emosional kepada penonton. Melalui penciptaan film *Lily*, diharapkan karya ini dapat menjadi medium refleksi sosial serta memberikan kontribusi bagi praktik penyutradaraan film, khususnya dalam penggarapan genre drama psikologis yang mengangkat isu kesehatan mental.

Kata Kunci: penyutradaraan film, penekanan ekspresi, anxiety disorder, film fiksi, drama psikologis,

PENDAHULUAN

Kesehatan mental merupakan aspek penting dalam menunjang kualitas hidup individu dan produktivitas masyarakat. Namun, di Indonesia isu ini masih menghadapi berbagai tantangan serius. Data dari Indonesia-National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS) tahun 2022 menunjukkan bahwa hampir 35% remaja mengalami masalah kesehatan mental, tetapi hanya sebagian kecil yang mengakses layanan profesional. Ketimpangan antara jumlah kasus gangguan mental dan akses layanan kesehatan jiwa menunjukkan bahwa kesehatan mental belum mendapatkan perhatian yang proporsional dalam sistem layanan kesehatan nasional.

Isu kesehatan mental seperti gangguan kecemasan (anxiety) atau gangguan kecemasan berlebih (anxiety disorder) merupakan salah satu kondisi psikologis yang semakin banyak dialami generasi muda di Indonesia masa kini. Berdasarkan beberapa sumber data dari artikel online yang dilansir dari antaranews pada tahun 2024 di Indonesia prevalensi gangguan kecemasan pada remaja hingga dewasa mencapai angka 68,7%. Berdasarkan data dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) pada tahun 2018 prevalensi gangguan mental emosional, termasuk kecemasan dan depresi mencapai 9,8% dari populasi dewasa. Dari besarnya angka tersebut, gangguan kecemasan masih belum mendapatkan ruang representasi yang proporsional dalam budaya populer.

Anxiety Disorder adalah gangguan mental yang menyebabkan rasa cemas dan takut berlebih. Anxiety Disorder juga dapat dikatakan sebagai kondisi keadaan subyektif dari ketakutan dan kecemasan. Penderita dari Anxiety Disorder sendiri biasanya mempengaruhi hampir keseluruhan reaksi fisiologis, perilaku dan psikologis sekaligus. Anxiety Disorder terjadi dengan ditandai dengan rasa cemas dan khawatir yang muncul secara terus menerus atau berlebihan serta tidak dapat dikendalikan dalam berbagai situasi seperti dalam pertemuan, sekolah, kesehatan, dan keluarga.

Anxiety Disorder memiliki banyak jenis seperti takut pada situasi tertentu atau fobia, rasa gugup berlebihan di depan orang lain yang bisa disebut kecemasan sosial, rasa panik mendadak tanpa alasan jelas, hingga rasa khawatir terus menerus seolah tidak pernah reda. "Anxiety disorders differ from developmentally normative fear or anxiety by being excessive or persisting beyond developmentally appropriate periods." (American Psychiatric Association, 2013:189) "Gangguan kecemasan berbeda dari ketakutan atau kecemasan yang normal secara perkembangan karena bersifat berlebihan atau bertahan melampaui periode yang sesuai secara perkembangan." (American Psychiatric Association, 2013:189). Berdasarkan pernyataan diatas, perbedaan anxiety dengan anxiety disorder adalah dari intensitas dan dampaknya. Anxiety Disorder merupakan kondisi anxiety tingkat lanjut yang memberikan dampak sampai menganggu aktivitas sehari-hari penderitanya. Gangguan kesehatan ini bisa muncul karena banyak faktor, mulai dari sisi biologis, sisi psikologis, dan sosial.

Gejala Anxiety Disorder biasanya muncul akibat dari sisi psikologis yaitu pola pikir negatif atau kebiasaan menakuti-nakuti diri sendiri, kesulitan berkonsentrasi, kesulitan mengendalikan perasaan khawatir, cemas atau takut, mengalami gangguan tidur, merasa gelisah terus-menerus tanpa alasan yang jelas, jantung berdebar, berkeringat diiringi dengan gemetar, merasa harus selalu menghindari pemicu kecemasan dan lingkungan sosial yang tidak sehat. Beberapa faktor inilah yang membuat gangguan kecemasan berlebih atau anxiety disorder tidak sederhana. Hal ini membuat penderita merasa lebih berat dalam menjalani hidupnya.

Stigma sosial terhadap gangguan mental menjadi hambatan utama, menurut data dari Kementerian Kesehatan (Kemenkes), di Indonesia pandangan atau stigma sehat sangat identik dengan fisik yang tanpa penyakit, seakan-akan menyatakan kesehatan mental atau psikis tidak sama pentingnya dengan kesehatan fisik. Stigma ini terbangun di masyarakat Indonesia karena menganggap orang yang secara mental bermasalah dilabeli kurang bersyukur, kurang ibadah, dianggap orang gila, dan membuat seseorang yang memiliki masalah kesehatan mental merasa dikucilkan sehingga memilih untuk menutup diri hingga malu untuk berobat.

Salah satu strategi utama yang pengkarya gunakan untuk menyampaikan isu anxiety disorder adalah dengan penciptaan film fiksi dengan skenario Lily. Sebagai medium, film memiliki kekuatan untuk menghadirkan pengalaman yang kompleks dan membangun pengalaman emosional dan intelektual bagi penonton. Film sebagai medium dapat mengungkapkan realitas batin tokoh yang sulit diucapkan secara langsung. Pengkarya juga terdorong oleh fenomena yang terjadi pada generasi saat ini, khususnya generasi Z, yang dikenal lebih terbuka dalam membicarakan kesehatan mental namun masih sering mengalami ketidakpahaman oleh lingkungan sosialnya.

Berdasarkan fenomena diatas pengkarya tertarik mengangkat tema cerita film tentang perjuangan seseorang dalam melawan kondisi psikologis yang sudah mengganggu kehidupan sehari-harinya yaitu anxiety disorder dengan cara sembuh yang dia pilih adalah dengan mengikuti kegiatan teater yang mengharuskan dirinya berinteraksi dengan orang lain. Namun perjuangannya tidaklah mudah karena dia selalu dihantui oleh bayang-bayang abangnya, lingkungan sosial yang kurang sehat dan penyakitnya yang sudah terlanjur parah. Pengkarya mengangkat skenario dengan judul Lily yang merupakan film fiksi dengan genre drama & psikologi berdurasi sekitar 15-20 menit.

Skenario film Lily berkisah Lily, seorang gadis 20 tahun memutuskan kembali ke dunia pertunjukan. Kecemasan berlebih yang ia derita membuat proses latihannya menjadi sangat sulit dan penuh dengan tekanan. Tekanan itu ditambah dengan desakan ayahnya untuk menyerah, karena dianggap hanya membebani keluarga dan semakin berat. Lily tak hanya bertarung dengan dirinya sendiri, melainkan juga dengan waktu yang semakin dekat dengan pertunjukan. Dibantu Reza, Lily berlatih monolog Anak Buangan, namun trauma dan kecemasannya terus menghambat. Menjelang tampil, ia hampir melarikan diri dari backstage, sampai Danu meyakinkannya bahwa pertunjukan ini adalah bentuk cintanya untuk Ibu. Dengan air mata dan keberanian baru, Lily akhirnya melangkah ke panggung, memilih untuk memperjuangkan mimpiinya sendiri. Pengkarya bertindak sebagai sutradara pada proses penciptaan film fiksi dengan skenario Lily. Sutradara adalah pemimpin kreatif yang bertanggung jawab penuh atas jalannya produksi, mulai dari tahap pra-produksi, proses produksi, hingga pasca-produksi. Peran sutradara tidak hanya sebatas mengarahkan aktor dalam memerankan tokoh, tetapi juga menjembatani naskah dengan bahasa visual, sehingga cerita dapat tersampaikan sesuai dengan visi yang diinginkan.

Seorang sutradara harus mampu menjaga kesimbangan antara visi personal dan tuntutan cerita. Hal ini dilakukan agar film tidak hanya menjadi tontonan, melainkan juga medium refleksi yang mampu menyentuh penonton dalam emosional maupun intelektual. Salah satu aspek penting pada sutradara, yaitu bagaimana sutradara mencari aktor dan dapat mengarahkan aktor, terutama aktor yang memerankan tokoh utama agar ekspresi yang ditampilkan, intonasi suara dan gerak tubuhnya benar-benar mencerminkan kondisi batin tokoh. Dengan melakukan casting kepada orang yang mengalami anxiety disorder atau yang mengidap gangguan kecemasan serupa merupakan salah satu strategi pengkarya agar ekspresi yang ditunjukkan terlihat lebih natural.

Pengkarya termotivasi menciptakan film dengan skenario Lily dengan penekanan ekspresi, karena melihat ekspresi spontan yang sering muncul pada pengidap anxiety disorder kerap disalahartikan atau dianggap sepele oleh lingkungan sekitar. Ekspresi tidak hanya hadir melalui mimik wajah, tetapi juga bahasa tubuh yang menyertai perilaku seseorang. Menurut Sobur, M.Si, "Sikap dan gerak tubuh juga merupakan ekspresi dari keadaan emosi. Ini sangat dipengaruhi oleh lingkungan seseorang." (Sobur, M.Si, 2003:424). Artinya, bagaimana individu bergerak, bersikap atau menampilkan dirinya tidak dapat dilepaskan dari pengaruh interaksi sosial serta pengalaman hidup yang membentuknya.

Penekanan Ekspresi adalah cara untuk mengungkapkan perasaan maupun pikiran melalui mimik wajah, gerakan tubuh, dan intonasi suara. "Pemahaman terhadap ekspresi wajah, gerakan tubuh, dan intonasi suara menjadi penting dalam menginterpretasi pesan secara menyeluruh." (Dirgantari, Ansar, Rustandi, & Lestaluhu, 2024:15). Ekspresi pada tokoh sangat berperan penting karena ekspresi bukan hanya berfungsi sebagai pelengkap akting, tetapi juga menjadi inti dari penyampaian pesan film, sebab melalui ekspresi penonton dapat merasakan langsung ketegangan, kesedihan, kebahagiaan, atau kecemasan tokoh.

Tokoh utama dalam sebuah cerita memegang peran yang sangat penting karena menjadi pusat perhatian dan penggerak jalannya alur. Sejak awal hingga akhir, tokoh inilah yang membawa penonton untuk mengikuti konflik, perubahan, serta perkembangan cerita yang disajikan. Tanpa tokoh utama yang kuat, cerita akan kehilangan arah dan sulit memberi kesan mendalam.

Dalam film dengan skenario Lily, tokoh utama merupakan medium utama untuk merepresentasikan isu anxiety disorder. Melalui tokoh inilah penonton diajak memahami pergulatan batin, menyaksikan bagaimana konflik berkembang, sekaligus merasakan dampak emosional dari cerita. Dengan demikian setiap ekspresi, sikap dan keputusan yang diambilnya akan sangat menentukan bagaimana pesan cerita dapat tersampaikan kepada penonton.

Berdasarkan latar belakang diatas maka rumusan penciptaannya adalah bagaimana menyutradarai film Lily dengan penekanan ekspresi untuk memperlihatkan anxiety disorder pada tokoh utama?

Tujuan umum dari penciptaan film skenario Lily adalah untuk memperlihatkan anxiety disorder pada tokoh utama yang mengalami kecemasan berlebih (anxiety disorder) melalui penekanan ekspresi. Menjadi sarana refleksi sosial tentang betapa pentingnya kesadaran atas kesehatan mental. Tujuan khusus dari penciptaan film Lily ini adalah untuk menyutradarai film skenario Lily dengan penekanan ekspresi untuk memperlihatkan anxiety disorder tokoh utama.

Selain tujuan ada pula manfaat teoritis dari penciptaan film skenario Lily yaitu memberikan wawasan dan bahan pembelajaran kepada pembaca tentang penerapan penekanan ekspresi untuk memperlihatkan anxiety disorder pada tokoh utama dan manfaat praktis bagi Pengkarya sebagai ruang eksplorasi dan penguatan keterampilan, serta dapat mengaplikasikan ilmu yang telah pengkarya pelajari selama kuliah dalam menyutradarai film dengan pendekatan yang menekankan kerja emosional, improvisasi, dan interpretasi psikologis mendalam. Hasil dari penciptaan film Lily ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi pengkarya yang lain terutama bagi mahasiswa Institut Seni Indonesia Padang Panjang khususnya Program Studi Televisi dan Film. Sehingga hasil dari penciptaan film Lily ini diharapkan dapat meningkatkan tingkat kesadaran masyarakat terhadap pentingnya kesehatan mental.

METODE

Pengkarya dalam menyutradarai film Lily dengan penekanan ekspresi untuk memperlihat kondisi anxiety disorder pada tokoh utama menggunakan beberapa metode, diantaranya:

1. Persiapan

Beberapa tahap di persiapan dalam menciptakan film Lily ini yaitu:

a. Riset

Pengkarya melakukan riset seputar penekanan ekspresi, kesehatan mental, isu anxiety disorder dan tokoh utama. Proses riset ini dilakukan melalui berbagai sumber, antara lain membaca buku-buku referensi, menonton film yang relevan, serta mengkaji jurnal dan artikel ilmiah yang tersedia di perpustakaan maupun dari sumber internet. Hasil riset tidak hanya bersifat deskriptif, tetapi juga analitis dan mampu menjadi landasan konseptual dalam karya yang diciptakan.

b. Bedah Skenario

Pembedahan skenario pengkarya dilakukan melalui proses membaca secara mendalam, menganalisis alur, serta mengidentifikasi struktur cerita yang membentuk keseluruhan narasi. Dari hasil analisis tersebut, pengkarya menyeleksi adegan-adegan utama yang memiliki bobot dramatik paling kuat, khususnya yang menampilkan konflik batin dan dinamika psikologis tokoh utama. Adegan-adegan inilah yang kemudian menjadi fokus dalam penekanan ekspresi, sehingga anxiety disorder pada tokoh utama dapat tergambaran dengan lebih nyata serta lebih jujur dan mampu menyentuh pengalaman emosional penonton.

Pengkarya membaca skenario Lily dan menemukan tokoh bernama Lily yang sudah cukup lama menderita anxiety disorder, Lily menderita anxiety disorder dengan latar belakang keluarganya yang merupakan seniman teater. Hal ini menjadi daya tarik pengkarya untuk menyutradarai film fiksional Lily dengan pendekatan ekspresi untuk memperlihatkan anxiety disorder pada tokoh utama.

Langkah ini pengkarya lakukan juga untuk memahami alur cerita serta perkembangan emosi Lily sebagai tokoh utama. Dari hasil pembedahan skenario, terlihat bahwa Lily mengalami perubahan perasaan yang cukup tajam, mulai dari rasa percaya diri yang rapuh, tekanan keluarga, hingga kecemasan yang membuatnya hampir menyerah. Dengan memahami emosi Lily dalam setiap adegan, sutradara dapat menentukan bagian mana yang membutuhkan pendalaman ekspresi. Misalnya pada adegan Lily panik dan menutup telinga di kamar, hingga adegan backstage ketika ia hampir kabur karena sangat takut tampil di panggung.

Adegan-adegan ini menjadi perhatian khusus karena memperlihatkan puncak kecemasannya. Catatan-catatan khusus kemudian dibuat untuk membantu pemeran dalam menghidupkan karakternya secara lebih tepat dan konsisten. Bedah skenario ini juga membantu pengkarya sebagai sutradara untuk merancang pendekatan visual seperti shot kamera, pencahayaan, dan tempo adegan yang mendukung penyampaian emosi Lily. Dengan begitu, perjalanan psikologis Lily dapat dirasakan penonton bukan hanya lewat dialog, tetapi juga melalui ekspresi yang kuat dan bahasa tubuh yang jelas.

2. Perancangan

a. Perancangan Konsep

Penekanan ekspresi dipilih karena yang paling cocok untuk memperlihatkan anxiety disorder pada tokoh utama secara jujur dan mendalam. Pada tahap ini pengkarya merealisasikan penekanan ekspresi untuk memperlihatkan anxiety disorder tokoh utama melalui tiga bagian yaitu mimik wajah, gerak tubuh, dan intonasi suara. Teknik ini dioptimalkan dengan teori penyutradaraan dari Judith Weston,

“Setiap kali seorang aktor merasakan sesuatu, ia harus mengarahkan energi tersebut ke dalam rasa tanggung jawab atau situasi yang dihadapi.” dan “Arahan paling kuat terjadi saat latihan, ketika anda menciptakan pemahaman

- emosional.” Teknik ini dioptimalkan pada beberapa scene yang menuntut tokoh utama untuk jujur dan bertanggung jawab atas emosi yang ia dapat dari pengarahan sutradara dan dari naskah
- b. Director Statement
Pengkarya membuat director statement untuk memudahkan penyampaian kepada aktor dan kru. Adapun di dalam director statement itu mencakup visi serta strategi penyutradaraan dan penyampaian tema serta motivasi utama pengkarya sebagai sutradara.
 - c. Pendekatan Kepada Aktor
Pengkarya melakukan diskusi dengan aktor untuk mempertimbangkan dan mengambil setiap keputusan selama proses produksi. Pengkarya sebagai sutradara membuat lingkungan yang nyaman dan tidak memaksakan aktor untuk terpaku pada naskah, sehingga aktor lebih bebas berekspresi dan mendalami karakter nantinya.
3. Perwujudan
Tahap perwujudan dari penyutradaraan dengan penekanan ekspresi dalam memperlihatkan anxiety disorder tokoh utama terbagi menjadi 3 proses perwujudan yaitu pra produksi, produksi dan pasca produksi.
- a. Pra Produksi
Tahap perwujudan konsep penyutradaraan dalam film Lily dilakukan melalui keseluruhan proses produksi yang mencakup pra-produksi, produksi, hingga pasca-produksi. Pada setiap tahap tersebut, pengkarya menerapkan rancangan dan teknis yang telah disusun sebelumnya, agar seluruh elemen dalam film dapat mendukung penekanan ekspresi tokoh utama sebagai bentuk representasi kondisi anxiety disorder yang dialami Lily.
 - 1) Scouting, Survei dan Recce
Pada tahap pra produksi, pengkarya melakukan scouting dan recce untuk mensurvei lokasi syuting sesuai kebutuhan cerita dan menentukan berbagai aspek kebutuhan teknis dapat berjalan lancar selama proses syuting nantinya. Survei lokasi dilakukan oleh tim manajemen produksi untuk mencari tempat yang paling sesuai dengan kebutuhan visual yang telah dirancang sutradara dalam film Lily. Survei lokasi dilakukan di lokasi Labu Silang, Payakumbuh, beberapa rumah disurvei sampai menemukan satu rumah yang cocok. Lalu setelah melakukan survei lokasi dilanjutkan dengan recce pada beberapa hari setelahnya. Proses recce ini meliputi peninjauan langsung ke lokasi pasti dengan langsung mempertimbangkan dan menyusun tampilan visual yang mendukung untuk suasana emosional cerita, kemudahan akses, kondisi lingkungan, serta kebutuhan akomodasi dan transportasi selama produksi. Melalui survei dan recce ini, tim dapat menentukan lokasi terbaik yang mampu memperkuat atmosfer dan menjadi latar yang tepat bagi perjalanan psikologis tokoh Lily.
 - 2) Casting
Tahapan casting film Lily, pengkarya mencari pemeran dengan mempertimbangkan kemampuan akting sekaligus kesesuaian karakter psikologis yang dibutuhkan dalam cerita. Strategi pengkarya sebagai sutradara untuk memudahkan proses casting agar tidak memakan waktu lama adalah dengan pengkarya mencari dan memilih aktor yang sudah mempunyai pengalaman akting sekaligus mempunyai latar belakang kesenian teater. Proses pemilihan pemeran Lily selain dengan memilih dan melihat latar belakang mereka juga dilakukan dengan melihat kemampuan talent dalam menampilkan ekspresi yang halus serta gestur yang menggambarkan kecemasan.
Hal ini dilakukan karena karakter Lily memiliki kondisi mental yang sensitif dan mudah tertekan dalam beberapa situasi, seperti pada adegan ketika Lily gelisah dan menutup telinganya saat merasa takut. Selain pemeran utama, karakter pendukung seperti Ayah dan Danu juga dicari melalui proses casting yang menyesuaikan kebutuhan peran. Pengkarya sebagai sutradara bahkan memilih orang-orang dengan latar belakang yang sama seperti pemeran utama terutama dalam menampilkan dinamika hubungan yang berpengaruh terhadap kondisi emosi Lily.
Tahap casting dilakukan dari tanggal 15-18 November 2025, pengkarya kemudian menemukan semua pemeran tokoh melalui salah satu kenalan pengkarya di jurusan teater ISI Padang Panjang. Dengan latar belakang semua pemeran yang sama yaitu orang-orang dengan berpendidikan kesenian teater membuat pengkarya sangat terbantu dalam membangun kedekatan emosi diantara mereka. Pengkarya menemukan Alya yang merupakan mahasiswa teater sebagai pemeran tokoh Lily.
Alya memberitahu bahwa dirinya pernah memerankan tokoh yang mempunyai gejala gangguan kecemasan seperti Lily walaupun menurutnya intensitasnya tidak separah tokoh Lily. Hal ini memudahkan pengkarya untuk memberikan treatment kepada Alya sehingga menjadi tokoh Lily yang sesuai dengan pengkarya harapkan.
 - 3) Reading
Tahap reading tidak hanya berfungsi sebagai momen untuk menghafal naskah, tetapi menjadi ruang awal bagi aktor untuk mulai membangun relasi emosional dengan karakter. Reading menjadi bagian penting dari pendalaman peran, karena aktor didorong untuk membaca bukan hanya dengan mulut, tetapi dengan perasaan dan pemahaman terhadap isi batin tokoh. Pengkarya membagi reading menjadi dua yaitu reading individual dan reading kelompok. Reading individual dilakukan untuk menggali lebih dalam relasi personal aktor dengan perannya. Sedangkan reading kelompok dilakukan untuk membangun koneksi antar karakter, mengenalkan ritme dialog, serta menyelaraskan pemahaman emosional antar aktor.

4) Acting Lab

Pengkarya melakukan acting lab dengan para aktor yang bertujuan memperdalam pemahaman emosional, relasi antar tokoh, serta eksplorasi gestur dan reaksi yang lebih natural dari aktor dan membentuk koneksi yang jujur terhadap karakter baik secara batin, tubuh, maupun hubungan sosial dalam cerita. Acting lab dilakukan dengan beberapa kegiatan seperti latihan situasional untuk membantu aktor mengakses sumber emosi internal yang akan dibawa ke peran. Latihan non verbal untuk melatih dan membiasakan aktor untuk mengekspresikan emosi melalui ekspresi tubuh atau Connection Work untuk membangun dinamika emosional antar karakter dan Emotional Arc. Tujuan dari Acting Lab untuk mempermudah antara sutradara dan aktor membantu menjaga konsistensi arah emosional yang jelas dalam membawakan setiap adegan terutama yang membutuhkan perubahan psikologis secara bertahap dan kedalaman akting yang jujur.



Gambar 1

Reading sekaligus *Acting lab* membangun ikatan antara Alya dan Wahyu
(Sumber: Fadly Rahmadanu, November 2025)

5) Mempersiapkan Kebutuhan Produksi

Pengkarya bersama dengan tim produksi lainnya menyusun jadwal dan mempersiapkan segala kebutuhan yang diperlukan selama proses produksi berlangsung. Pengkarya melakukan diskusi bersama seluruh crew lewat pre production meeting, script conference, test cam dan fitting.

b. Produksi

Proses produksi pengkarya melaksanakan segala sesuatu yang telah dipersiapkan pada saat perancangan, mewujudkan konsep penyutradaraan yang berfokus pada penekanan ekspresi untuk tokoh utama dan tahapan-tahapan pra produksi lainnya. Pada tahap ini hasil dari reading, acting lab serta beberapa hal yang sudah didiskusikan dan direncanakan bersama yang merupakan tahap produksi dari penyutradaraan direalisasikan. Tahapan ini pengkarya membimbing dan mengarahkan aktor utama dan aktor lainnya untuk tetap berakting sesuai dengan dramatik yang ada pada naskah dan menerapkan teori-teori yang sudah pengkarya pilih dan tetapkan serta mendukung perwujudan dari penekanan ekspresi untuk memperlihatkan anxiety disorder pada Lily sang tokoh utama. Pengkarya sebagai sutradara bekerjsama dengan crew lainnya agar strategi penyutradaraan berjalan dan dapat sesuai dengan konsep penekanan ekspresi dalam merepresentasikan anxiety disorder tokoh utama.



Gambar 2

Memberikan *treatment* ulang kepada Alya saat sebelum adegan
(Sumber: Afga Surya Ahnaf, November 2025)

c. Pasca Produksi

Tahapan Pasca Produksi, dengan metode yang dikutip dari (Bordwell, Thompson, & Smith, 2016:16) mereka menjelaskan bahwa “Sutradara mengawasi seluruh proses pembuatan film, mulai dari bekerja dengan aktor hingga mengordinasikan kamera, desain, dan penyuntingan, sehingga bentuk film terbentuk menjadi kesatuan yang utuh.”. Pengkarya sebagai sutradara bekerjasama dengan editor untuk memilih shot-shot yang telah diambil lalu mengutamakan bagian shot yang tertentu untuk mendukung pendalaman penekanan ekspresi dan memastikan keseluruhan capaian tersusun sehingga naratif dan dramatik naskah tersampaikan dengan baik dan sesuai dengan konsep.

4. Penyajian Karya

Penyajian karya film fiksi Lily nantinya dimulai melalui masyarakat, lalu pengkarya juga mengupayakan film Lily ini nantinya agar dapat didistribusikan ke beberapa festival film dan beberapa media platform terkait.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penciptaan

Hasil penciptaan film fiksi Lily menunjukkan bahwa pendekatan penyutradaraan dengan penekanan ekspresi mampu merepresentasikan kondisi anxiety disorder pada tokoh utama secara efektif. Penekanan ini diwujudkan melalui pengolahan mimik wajah, gestur tubuh, serta intonasi suara aktor yang diarahkan secara spesifik untuk menampilkan gejala kecemasan tanpa bergantung pada dialog verbal yang berlebihan. Pendekatan tersebut memungkinkan pengalaman batin tokoh tersampaikan secara visual dan emosional kepada penonton. Penerapan penekanan ekspresi dapat diamati secara konsisten pada beberapa adegan kunci yang berfungsi sebagai titik dramatik dalam narasi film. Adegan-adegan tersebut tidak hanya berperan sebagai penggerak cerita, tetapi juga sebagai medium utama dalam memperlihatkan kondisi psikologis tokoh Lily.

Pembahasan

1. Penekanan Ekspresi pada Adegan Interaksi Sosial

Pada scene 3, film Lily menampilkan tokoh Lily berada seorang diri di dalam kamarnya pada malam hari. Adegan ini berlangsung dalam suasana hening tanpa adanya interaksi dengan tokoh lain maupun peristiwa eksternal yang memicu konflik secara langsung. Penekanan ekspresi pada adegan ini dirancang untuk memperlihatkan munculnya anxiety disorder sebagai kondisi psikologis yang hadir secara internal dan melekat pada diri tokoh, bahkan dalam situasi yang sunyi.



Gambar 3
Ekspresi termenung sekaligus cemas
(Sumber: Fadly Rahmadanu, Desember 2025)

2. Penekanan Ekspresi dalam Situasi Tekanan Emosional

Scene 5 menampilkan Lily dalam kondisi tekanan emosional yang meningkat akibat konflik internal dan eksternal. Pada adegan ini, sutradara mengarahkan aktor untuk menampilkan perubahan ekspresi secara bertahap, mulai dari gelisah, ragu, hingga menunjukkan kepanikan ringan. Gerak tubuh yang tidak stabil, seperti tangan yang gemetar dan napas yang tidak teratur, digunakan untuk memperkuat representasi kecemasan. Pengarahan aktor pada adegan ini merujuk pada pendekatan penyutradaraan yang menempatkan aktor sebagai pusat penyampaian emosi, sebagaimana



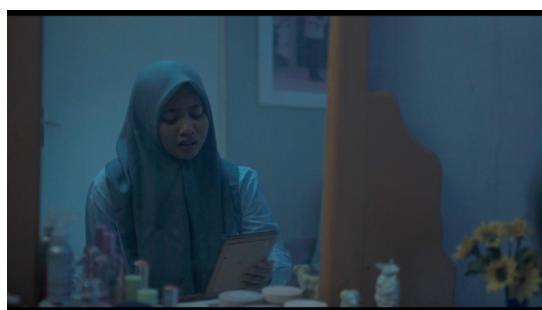
dikemukakan oleh Weston (1999), bahwa kejujuran ekspresi aktor menjadi kunci dalam menciptakan performa yang meyakinkan. Melalui penekanan ekspresi tersebut, penonton dapat merasakan intensitas kecemasan yang dialami tokoh Lily secara lebih empatik.

Gambar 4

Ekspresi Lily termenung memikirkan hal berlebih
(Sumber: Fadly Rahmadanu, Desember 2025)

3. Representasi Anxiety Disorder melalui Ekspresi Batin Tokoh

Pada *scene 7*, penekanan ekspresi difokuskan pada pengalaman batin tokoh Lily. Adegan ini dirancang dengan tempo yang lebih lambat dan minim dialog, sehingga ekspresi wajah dan gestur tubuh menjadi elemen utama dalam menyampaikan kondisi psikologis tokoh. Tatapan kosong, jeda gerak, dan ekspresi ragu digunakan untuk menggambarkan perasaan terjebak dan ketidakmampuan tokoh dalam mengekspresikan emosinya secara verbal. Gejala-gejala tersebut sejalan dengan karakteristik anxiety disorder yang dijelaskan oleh American Psychiatric Association (2013) dan Bourne (2015), di mana individu cenderung mengalami kecemasan berlebih, kesulitan mengendalikan pikiran, serta respon fisik yang tidak proporsional terhadap situasi tertentu. Melalui pendekatan visual, film Lily menghadirkan representasi anxiety disorder yang tidak bersifat verbalistik, tetapi berbasis pengalaman emosional.



Gambar 5

Lily mengambil foto ibunya
(Sumber: Fadly Rahmadanu, Desember 2025)

4. Klimaks Emosional dan Penegasan Ekspresi Tokoh

scene 9 dan *10* berfungsi sebagai puncak emosional dalam film *Lily*. Pada bagian ini, penekanan ekspresi ditampilkan secara lebih intens melalui perpaduan mimik wajah yang emosional, gestur tubuh yang lebih ekspresif, serta perubahan intonasi suara yang mencerminkan konflik batin tokoh. Sutradara mengarahkan aktor untuk tidak sepenuhnya meledakkan emosi, melainkan menahannya dalam ekspresi yang terkontrol, sehingga menciptakan kesan kecemasan yang realistik.

Pendekatan ini mendukung konsep bahasa visual film yang dikemukakan oleh Bordwell dan Thompson (2008), bahwa makna dalam film dapat dibangun melalui relasi antara ekspresi aktor, komposisi gambar, dan ritme adegan.

Dengan demikian, penekanan ekspresi dalam adegan klimaks tidak hanya berfungsi sebagai penutup narasi, tetapi juga sebagai penegasan kondisi psikologis tokoh Lily.



Gambar 6

Ekspresi mimik wajah, gerak tubuh serta intonasi suara Lily yang menunjukkan *anxiety disorder* sedang kambuh
(Sumber: Fadly Rahmadanu, Desember 2025)

KESIMPULAN

Penciptaan film fiksi *Lily* menunjukkan bahwa penekanan ekspresi dapat menjadi pendekatan penyutradaraan yang efektif dalam merepresentasikan kondisi *anxiety disorder* pada tokoh utama. Film ini merupakan film pendek bergenre drama psikologis yang berfokus pada pengalaman batin seorang anak perempuan bernama Lily yang mengalami *anxiety disorder* akibat trauma kehilangan. Dalam film *Lily*, kondisi *anxiety disorder* ditempatkan sebagai pusat narasi, di mana konflik tidak hanya hadir melalui peristiwa, tetapi juga melalui pergulatan emosi yang dialami tokoh secara internal. Penerapan kondisi *anxiety disorder* pada tokoh Lily dihadirkan melalui penekanan ekspresi sebagai upaya untuk memperkuat perubahan emosi yang terjadi sepanjang cerita.

Pengkarya sebagai sutradara menerapkan pendekatan penekanan ekspresi pada beberapa *omitted scene*, yaitu scene 3, 5, 7, 9, dan 10, yang memperlihatkan perkembangan intensitas gejala *anxiety disorder*, mulai dari kecemasan yang masih terpendam hingga munculnya reaksi emosional yang lebih nyata. Perubahan intensitas gejala tersebut tidak disajikan secara eksplisit melalui dialog, melainkan dibangun secara bertahap melalui ekspresi dan respons tubuh tokoh.

Pendekatan penekanan ekspresi ini selaras dengan teori ekspresi yang dikemukakan oleh Dirgantari, Ansar, Rustandi, dan Lestaluhu (2024:15), yang menyatakan bahwa pemahaman terhadap ekspresi terbagi ke dalam tiga aspek utama, yaitu ekspresi wajah, gerakan tubuh, dan intonasi suara. Selain itu, representasi gejala *anxiety disorder* dalam film ini juga merujuk pada American Psychiatric Association (2013:189), yang menyatakan bahwa gangguan kecemasan mencakup kondisi ketakutan dan kecemasan berlebihan serta gangguan perilaku yang terkait.

Melalui pendekatan ini, kondisi psikologis tokoh dapat disampaikan secara visual dan emosional tanpa harus bergantung pada dialog yang bersifat eksplisit, sehingga penonton dapat merasakan pengalaman batin tokoh secara lebih mendalam. Berdasarkan proses penyutradaraan yang dilakukan, pengkarya menemukan bahwa penekanan ekspresi mimik wajah dan gerak tubuh menjadi aspek yang paling dominan dalam menyampaikan gejala *anxiety disorder* pada tokoh Lily. Keberhasilan penekanan ekspresi tersebut juga didukung oleh unsur-unsur sinematik lainnya, seperti pemilihan shot, permainan audio, tata artistik, rias wajah, busana, dan penggunaan warna, yang berperan sebagai penunjang utama dalam membangun perubahan suasana dan emosi. Seluruh elemen tersebut bekerja secara terpadu untuk mendukung visi penyutradaraan dalam menghadirkan pengalaman kecemasan Lily secara jujur dan mendalam kepada penonton.

Secara keseluruhan, penciptaan film *Lily* tidak hanya berfungsi sebagai karya seni, tetapi juga sebagai medium refleksi terhadap isu kesehatan mental, khususnya gangguan kecemasan. Melalui pendekatan penekanan ekspresi, film ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih empatik kepada penonton serta membuka ruang diskusi mengenai pentingnya kesadaran terhadap kesehatan mental dalam kehidupan masyarakat.

Berdasarkan proses penciptaan dan analisis yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa pendekatan penyutradaraan dengan penekanan ekspresi memberikan kontribusi signifikan dalam memperlihatkan kondisi anxiety disorder pada tokoh utama secara lebih jujur dan empatik. Penekanan pada ekspresi mimik wajah dan gerak tubuh terbukti menjadi elemen paling efektif dalam menyampaikan gejala kecemasan, karena mampu menghadirkan pengalaman batin tokoh tanpa bergantung pada dialog verbal. Hal ini menunjukkan bahwa ekspresi aktor dapat berfungsi sebagai bahasa utama dalam merepresentasikan gangguan psikologis dalam film fiksi, khususnya pada genre drama psikologis. Dengan demikian, karya film *Lily* tidak hanya berperan sebagai medium artistik, tetapi juga memberikan kontribusi konseptual bagi praktik penyutradaraan, terutama dalam pengembangan pendekatan akting dan penyampaian isu kesehatan mental melalui bahasa visual.

UCAPAN TERIMA KASIH

Pengkarya mengucapkan terima kasih kepada dosen pembimbing yang telah memberikan arahan, masukan, dan bimbingan selama proses penciptaan karya hingga penyusunan artikel ini. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada seluruh tim produksi film Lily yang telah berkontribusi dalam proses kreatif dan teknis, serta kepada para pemeran yang telah bekerja sama dalam mewujudkan karakter sesuai dengan konsep penyutradaraan. Selain itu, pengkarya mengapresiasi dukungan dari keluarga dan pihak-pihak lain yang turut membantu terselesaikannya karya dan penulisan artikel ini.

DAFTAR PUSTAKA

- American Psychiatric Association. (2013). Diagnostic and statistical manual of mental disorders (5th ed.). American Psychiatric Publishing.
- Bazin, A. (1967). What is cinema? (Vol. 1, H. Gray, Trans.). University of California Press. (Original work published 1958).
- Bordwell, D., & Thompson, K. (2008). Film art: An introduction (8th ed.). McGraw-Hill.
- Bordwell, D., Thompson, K., & Smith, J. (2016). Film art: An introduction (11th ed.). McGraw-Hill Education.
- Bourne, E. J. (2015). The anxiety and phobia workbook (6th ed.). New Harbinger Publications.
- Dirgantari, A. S., Ansar, A., Rustandi, E., & Lestaluhu, S. A. (2024). Dasar-dasar komunikasi: Pengantar komprehensif untuk pemahaman proses komunikasi. PT Media Penerbit Indonesia.
- Hairina, Y., & Komalasari, S. (2017). Kondisi psikologis narapidana narkotika di lembaga pemasyarakatan narkotika klas II Karang Intan Martapura, Kalimantan Selatan. *Jurnal Studia Insania*, 5(1), 94–104.
- Saleh, A. A. (2018). Pengantar psikologi. Penerbit Aksara Timur.
- Sobur, A. (2003). Komunikasi antarpribadi: Suatu pendekatan teoritis dan praktis. Remaja Rosdakarya.
- Weston, J. (1999). Directing actors: Creating memorable performances for film and television. Michael Wiese Productions.
- Antara News. (2025, March 8). Prevalensi gangguan kecemasan di Indonesia capai 68,7%. Diakses dari <https://www.antaranews.com/>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021, October 7). Kemenkes berikan permasalahan kesehatan jiwa di Indonesia. Diakses dari <https://kemkes.go.id/>