

## BAB II

### KAJIAN TEORI

#### A. Tinjauan Perancangan

Topik yang penulis angkat dalam konsep karya tugas akhir adalah perancangan buku foto mengenai depresi. Diperlukan teori terkait yang relevan agar dapat memecahkan masalah yang ada. Penulis membedah secara runtut dimulai dari teori perancangan, yaitu sebagai berikut:

##### 1. Definisi Perancangan

Menurut Sanyoto, 2006 dalam (Arroisi, 2018:13), perancangan berasal dari kata dasar 'rancang' dengan imbuhan pe- dan -an. Kata dasar rancang dalam bahasa Inggris berasal dari kata design atau menurut istilah dalam Desain Komunikasi Visual yaitu desain. Sedangkan kata perancangan berasal dari terjemahan kata *designing* dalam bahasa Inggris yang artinya 'pendesainan' atau pembuatan desain. Dengan demikian, konsep perancangan dapat diartikan sebagai konsep pendesainan atau konsep pembuatan desain. Konsep perancangan juga dapat diartikan sebagai 'perencanaan' atau *planning* sedangkan pelaksanaan atau pembuatan desain selanjutnya disebut sebagai visualisasi desain.

##### 2. Proses Perancangan

Proses perancangan desain komunikasi visual (Safanayong, 2006:56):

###### a. Inspirasi

Inspirasi dibutuhkan untuk mengembangkan desain yang didapat dari berbagai sumber.

b. Identifikasi

Mengidentifikasi ide dan menjelaskannya dalam beberapa tahap, termasuk meninjau hambatan dan mendapatkan solusi, juga meliputi tanggung jawab apabila dihadapi dengan pilihan-pilihan yang dapat mempengaruhi keamanan, kesehatan, dan kesejahteraan manusia.

c. Konseptualisasi

Mengembangkan sebuah struktur pikiran dan memakai *image-image* elementer untuk menerangkan hal yang tidak diketahui dan yang tidak terlihat. Kemudian menentukan kebutuhan untuk mempresentasikan konsep pada sasaran yang berbeda dalam suatu cara yang jelas dan teratur.

d. Eksplorasi/ *Refinement*

Menjelajahi metoda dasar untuk memperbaiki konsep sehingga lebih jelas, bahwa pilihan metoda dan media mempengaruhi perkembangan ide dan dapat memakai pilihan yang selaras dengan kepentingan.

e. Definisi/ *Dummy*

Menerangkan hirarki kebutuhan dalam desain dan mengidentifikasi jenis-jenis keputusan yang terlibat dalam memenuhi kebutuhan tersebut. Menguraikan perspektif yang praktis dan perseptual dalam menciptakan desain dan merencanakan kreasi sebuah model konsep, berkesempatan untuk merevisi desain dengan perkembangan baru. *Dummy* dapat menjadi alat eksplorasi yang efisien tidak dianggap sebagai suatu hasil akhir.

f. Komunikasi

Menyoroti bahwa tanggung jawab utama seorang desainer adalah mampu mengkomunikasikan kepada siapa, bagaimana dan mengapa. Khalayak yang berbeda memerlukan teknik komunikasi yang berbeda.

g. Produksi

Pada tahap akhir ini adalah penting kerjasama dan interelasi antar desainer dan tim produksi serta melihat manfaat umpan balik. Bab ini akan membahas *pre-press* atau *prototype* sebagai satu cara untuk mementaskan ide sebelum produksi. Memeriksa pengambilan keputusan dalam hal: anggaran, jadwal, material, dan ketahanan. Akhirnya menyoroti dokumentasi sebagai hasil yang dapat dipelajari dari proyek. Umpan balik positif dan negatif adalah informasi yang berharga.

Dari teori perancangan ini, penulis memantapkan diri untuk membuat perancangan baru sebagai solusi atas permasalahan yang ada dengan melakukan pencarian dan pengumpulan data pada tahap awalnya.

## **B. Tinjauan Buku Foto (*Photobook*)**

Penulis mencoba memberi solusi atas permasalahan yang ada dengan merancang sebuah buku foto atau lebih sering disebut dengan *photobook*. Berikut beberapa teori yang diungkap beberapa ahli terkait buku foto:

### **1. Buku**

Buku adalah lembar kertas yang berjilid, berisi tulisan atau kosong (<https://kbbi.web.id/buku>, 17 Maret 2020). Buku menjadi sarana komunikasi

visual penyebaran ilmu pengetahuan dan kebudayaan. Media penyebaran ilmu pengetahuan dan kebudayaan ialah ide, buah pikiran seseorang yang diungkapkan dengan bahasa tulisan dalam wujud rangkaian kata-kata, grafik, gambar, foto, dan unsur grafis yang dituangkan dalam bentuk buku. (Suherlan, 2012:74-75)

Menurut Mansoor dalam Sari (2019:13) buku yang baik adalah buku yang memenuhi persyaratan berikut:

- a. Isinya mudah dipahami pembaca
- b. Mengajak pembacanya mengenal kehidupan nyata
- c. Memiliki pemilihan kata yang tepat
- d. Untuk buku fiksi, buku dikatakan menarik apabila pengarang berhasil memikat pembaca untuk terus mengikuti jalan pikirannya. Suasana batin harus terungkap dengan baik.
- e. Pengarang menguasai teknik bercerita, sehingga tulisannya tidak terkesan bertele-tele dan membosankan
- f. Rancangan halamannya tertata dengan baik sehingga nyaman untuk dibaca dan disimak
- g. Sampul buku artistik dan representatif

## 2. Fotografi

Fotografi adalah salah satu teknik ilustrasi yang gambarnya didapat dengan menggunakan alat bernama kamera fotografi. (Suherlan, 2012: 44). Fotografi berasal dari dua kata, yaitu “photos” dan graphoo”. Dalam Bahasa Yunani, *photos* berarti cahaya dan *graphoo* berarti menulis atau melukis, sehingga “fotografi” dapat diartikan sebagai “melukis dengan cahaya”. Untuk membuat

foto, dibutuhkan kamera, lensa, dan film serta cahaya yang cukup. Dalam menghasilkan sebuah foto yang baik juga membutuhkan adanya sebuah komposisi yang seimbang. Komposisi secara sederhana diartikan sebagai cara menata elemen-elemen dalam gambar, elemen-elemen ini mencakup garis, *shape, form*, warna, terang dan gelap. Yang paling utama dari aspek komposisi adalah menghasilkan *visual impact* (sebuah kemampuan untuk menyampaikan perasaan yang diinginkan untuk berekspresi dalam foto. (Vera, 2014:59).

Yang membedakan satu foto dengan foto lainnya adalah kualitas pengambilan dan sudut pandang fotografer dalam cara mereka bercerita kepada orang lain melalui gambar hasil potretannya. Kelebihan fotografi sebagai ilustrasi terletak pada sifatnya yang natural. Gambar atau peristiwa yang direkam tampil apa adanya dan sesuai dengan benda aslinya, karena pada dasarnya foto adalah sebuah proses pembekuan peristiwa atau dengan kata lain imaji yang tersimpan. (Ibid: 45).

Fungsi fotografi yang utama menurut Susan Sontag (1977) adalah untuk menjelaskan keberadaan manusia kepada manusia, bukan hanya menjelaskan, namun mengakui serta membenarkannya. Sesuai dengan pemikiran Wellz (2015), dengan fotografi manusia bisa memandang dunia dari sudut pandang yang tidak mungkin dipijaknya. Lebih dari itu, fotografi telah melakukan validasi atas pengalaman manusia atas “keberadaan” sehingga manusia “merasa disana”. (Widiatmojo, 2018:114)

Menurut Akhwan (dalam Yuwono, 2009:21), karya foto secara umum bisa dikategorikan menjadi enam golongan: deskriptif, eksplanatif, interpretatif, evaluatif etis, evaluatif estetik, dan teoritis.

a. Foto Deskriptif.

Adalah foto yang mencoba merekam atau mereproduksi *subject matter* secara apa adanya. Misalnya, foto-foto yang dibuat untuk keperluan dokumentasi, riset, mata-mata, atau yang paling umum paspor atau KTP. Foto-foto semacam ini biasanya tidak mengandung muatan interpretatif maupun evaluatif, alias *straight*, polos dan apa adanya. Pas foto untuk KTP misalnya, tidak akan dibuat sedemikian rupa untuk memunculkan kepribadian subjek yang penting, foto mirip dengan si empunya foto dan orang bisa mencocokkan subjek dengan fotonya jika diperlukan. Foto semacam ini biasanya dinilai dari aspek teknisnya saja: fokus tidak fokus, tajam tidak tajam, pas atau tidak exposure dan pencahayaannya, dan sebagainya.

b. Foto Eksplanatif.

Sebenarnya tidak banyak beda dengan foto deskriptif. Sesuai namanya, foto eksplanatif adalah foto yang dibuat dengan tujuan untuk menjelaskan atau memaparkan. Misalnya, foto kedokteran olahraga yang dibuat untuk menjelaskan kerja kinetik otot manusia atau foto-foto yang mengabadikan kegiatan manusia dalam konteks sosial dan budayanya untuk keperluan riset sosiologi (*visual sociology*) dan antropologi (*visual anthropology*), atau reportase jurnalistik. Foto-foto jenis ini biasanya dibuat untuk merepresentasikan *subject matter* dalam konteks ruang dan waktu tertentu. Foto-foto semacam ini biasanya bersifat objektif (melaporkan subjek sebagaimana adanya) dan kebenaran isinya dapat diverifikasi dengan prosedur ilmiah *investigatif*.

c. Foto Interpretatif.

Foto ini dibuat untuk menjelaskan *subject matter*. Namun demikian, foto jenis ini tidak mengutamakan kebenaran isi sebagaimana halnya dengan foto eksplanatif. Foto ini mengutamakan muatan yang bersifat fiktif, personal dan subjektif layaknya sebuah puisi atau karya fiksi lain. Meskipun mengandung muatan eksplanatif, foto-foto semacam ini tidak harus logis, bahkan kadang-kadang melawan logika, karena yang ditonjolkan adalah ekspresi fotografernya. Foto-foto seperti ini biasanya dramatis, stilistik, dan mengutamakan kesempurnaan bentuk dan wujud visual. Foto-foto semacam ini tidak bisa diuji kebenaran isinya sebagaimana foto-foto eksplanatif. Namun demikian tidak berarti bahwa foto-foto semacam ini tidak memiliki *truth value* (nilai kebenaran). Sebagaimana halnya pada cerpen atau novel, karya foto *interpretative* merepresentasikan dunia faktual dengan caranya sendiri. Melalui keindahan puitis komposisi visual foto jenis ini, diajarkan mengapresiasi nilai-nilai keindahan yang terkandung dalam benda dan peristiwa yang terjadi sehari-hari.

d. Foto Evaluatif Etis

Mengandung seluruh aspek yang ada dalam ketiga jenis foto di atas, yang membedakan jenis foto ini dari ketiga jenis foto sebelumnya adalah muatan moral atau politisnya. Foto evaluatif etis mengutamakan timbangan aspek-aspek sosial: apa yang seharusnya terjadi atau tidak terjadi. Foto anak-anak jalanan, misalnya, bisa jadi hanya sebuah foto *eksplanatif* yang mereportasekan adanya fenomena sosial ini. Namun foto dengan *subject matter* yang sama bisa berubah statusnya menjadi foto evaluatif etis

manakala foto itu tidak hanya melaporkan keberadaan anak-anak jalanan tapi juga mampu menyentuh perasaan dan menggerakkan audiens untuk berbuat sesuatu guna mengatasi masalah sosial ini. Foto-foto propaganda politik dan iklan yang mencoba merogoh emosi, sentimen dan perasaan kita bisa juga dimasukkan ke dalam kategori foto ini.

e. Foto Evaluatif Estetik.

Memiliki ciri yang sama dengan foto evaluatif etis. Hanya saja, alih-alih muatan moral dan politis, foto evaluatif estetik menonjolkan aspek estetika yang oleh sang fotografer dianggap pantas diamati dan direnungkan. *Subject matter*-nya hampir tak terbatas, seperti foto bugil (*nude*), pemandangan alam, *still life*, dan sebagainya. Inilah jenis foto yang umumnya dipahami sebagai *art photo* atau foto salon: foto-foto indah yang difoto dengan indah. Sama dengan foto interpretatif, foto jenis ini biasanya bersifat *poetik*, dan *truth value*-nya sering tidak kasat mata. Artinya, kalau seorang fotografer menganggap bahwa pepohonan harus berwarna biru untuk membawa pesan emotif *poetiknya*, maka warna biru ini tidak bisa dikritik sebagai "tidak natural", karena yang ditonjolkan oleh foto jenis ini adalah aspek *poetik* nya.

f. Foto Teoritis.

Mungkin dalam istilah lainya bisa disebut sebagai *metaphotography*, yaitu foto yang mengomentari isu-isu seni dan penciptaan karya seni, politik seni, modalitas representasi dan isu-isu teoretis lain tentang fotografi dan pemotretan. Mungkin bisa dikatakan bahwa foto jenis ini adalah foto tentang foto atau kritik seni (termasuk di dalamnya seni foto) yang

dinyatakan dalam bentuk visual dengan *medium* fotografi, misalnya foto tentang bagaimana perempuan, kegiatan fotografer, dunia perwayangan, komedi Srimulat, atau film-film India *Bollywood* direpresentasikan dalam foto.

### 3. Buku Foto (*Photobook*)

Menurut Horicio Fernandez, setiap *photobook* mempunyai struktur dalam setiap halamannya. Ada sebuah narasi didalamnya, yang diawali dan diakhiri, karena foto memainkan peran yang sangat vital dalam hal penyampaian ide, pesan, pendapat, konten, konteks dan foto bertanggung jawab atas kualitas *photobook*. Menurut Martin Parr dan Gerry Badger dalam bukunya *The Photobook: A History volume 1*, *photobook* didefinisikan sebagai buku (dengan teks ataupun tidak) yang memuat pesan utamanya dibawa atau disampaikan oleh foto. John Gossage menambahkan bahwa *photobook* harusnya memiliki beberapa karakteristik yang khas. Pertama, *photobook* harus memuat karya foto yang luar biasa. Kedua, haruslah memberikan informasi yang komprehensif tentang dunia. Ketiga, harus memiliki desain yang mendukung. Keempat, *photobook* haruslah berkonsentrasi pada konten-konten yang menarik. (Wiadmojo, 2018:115)

Kehadiran teks dalam narasi sebuah foto seri ataupun citra fotografi lain yang memiliki tataran makna konotasi memiliki dua fungsi menurut Roland Barthes. Fungsi pertama adalah sebagai penambat, dimana rangkaian citra memiliki kemungkinan untuk menyesatkan pembaca dalam lautan makna yang tanpa tepi, oleh karena itu teks kemudian difungsikan sebagai penambat makna yang diharapkan melalui teks tersebut pembaca akan terarahkan pada

interpretasi tertentu, makna tertentu. Kemudian fungsi kedua dari teks adalah sebagai pemancar makna, disini teks difungsikan sebagai penguat dan saling melengkapi makna yang akan disampaikan oleh citra fotografi. (Budiman dalam Purnomo, 2016:63).

Buku foto mempunyai beberapa fungsi, sebelumnya buku foto di Indonesia identik dengan fungsinya sebagai dokumentasi pameran fotografi yaitu katalog, jawaban atas keinginan-tahuan untuk belajar teknik fotografi yaitu buku manual atau *how to*, dan terakhir buku ilustrasi bergambar foto sebagai penyebar informasi pengetahuan khusus tentang suatu hal sering disebut *coffee table book*. (Ibid, 66)

*Photobook* menjadi media perancangan yang penulis pilih, berisi foto yang dilengkapi dengan narasi memungkinkan pembaca lebih memahami masalah yang ada secara nyata.

### **C. Tinjauan Depresi Remaja dan Dewasa Muda sebagai Penyakit Nyata**

Depresi adalah permasalahan yang akan penulis urai dalam perancangan *photobook*, merupakan suatu penyakit yang mengganggu penderitanya, dan nyata dialami orang-orang di sekitar kita. Berikut teori yang mendukung permasalahan yang penulis bahas:

#### **1. Sakit Jiwa/Mental**

Kesehatan jiwa/mental adalah dimensi kehidupan yang sangat penting, karena dengan kesehatan mental, kehidupan akan berjalan dengan baik dan wajar. Sehat mental secara umum dapat diartikan sebagai kondisi mental yang

normal dan memiliki motivasi untuk hidup secara berkualitas (laras dengan nilai-nilai agama dan budaya), baik dalam kehidupan pribadi, keluarga kerja/profesi, maupun sisi kehidupan lainnya.

Kesehatan mental (*mental health*) terkait dengan (1) bagaimana kita memikirkan, merasakan dan melakukan berbagai situasi kehidupan yang kita hadapi sehari-hari; (2) bagaimana kita memandang diri sendiri, kehidupan sendiri, dan orang lain; (3) bagaimana kita mengevaluasi berbagai alternatif dan mengambil keputusan. (Yusuf, 2018:25)

Sakit mental ketika kita tidak bisa berfungsi secara optimal sebagai manusia, entah itu karena sedih, *bad mood*, atau sedang mengalami episode depresi klinis. (Machdy, 2019:13)

## 2. Depresi

Depresi adalah penyakit nyata. Depresi, kecemasan, panik, dan bipolar disebut sebagai *mental illness* karena memang itu merupakan *illness* (penyakit). (Machdy, 2019:13)

Dinyatakan sebagian ahli, depresi sebagai penyakit medis karena depresi sangat menghancurkan hidup seseorang, bahkan dalam beberapa kasus, membunuh penderitanya.

Secara klinis, istilah ilmiah depresi adalah gangguan depresi mayor atau *major depression disorder*. Istilah “gangguan depresi mayor” digunakan karena depresi adalah kumpulan gejala-gejala seperti sedih berkepanjangan, kehilangan minat akan aktivitas sehari-hari, tidak bisa merasakan bahagia, merasa tidak berharga, insomnia, terjadi perubahan pola makan dan berat badan secara tiba-tiba, merasa tidak berenergi dan bergairah, tidak bisa

berkonsentrasi, serta memiliki pikiran tentang kematian atau bunuh diri. Kumpulan gejala ini dianggap tidak nyata dan tidak bisa diamati di tubuh. Oleh sebab itu, istilah gangguan (*disorder*) digunakan untuk menjelaskan depresi dibandingkan penyakit (*disease/illness*).

Walaupun secara klinis depresi disebut sebagai gangguan depresi mayor, para aktivis kesehatan mental sering menggunakan istilah *mental illness* dalam bahasa sehari-hari. Ini karena depresi muncul dari interaksi yang sangat kompleks antara *nature* dan *nurture* (faktor lingkungan dan bawaan).

Pada situasi sehari-hari praktisi, aktivis, dan sebagian akademisi mengatakan “*Mental illness is an illness. Depression is a real illness.*” (Penyakit mental adalah penyakit. Depresi adalah penyakit nyata). Sementara para praktisi memilih menyatakan, “*Mental illness is like any other illness.*” (Penyakit mental sama seperti penyakit lainnya. Kedua pernyataan ini digaungkan agar masyarakat bisa lebih menerima kondisi orang dengan depresi, tidak memberikan mereka stigma negatif, serta tidak menganggap depresi sebagai kekurangan atau kelemahan personal. (*Ibid*, 18-20)

### 3. Remaja Hingga Dewasa Muda Berisiko Mengalami Depresi

Moonk (dalam Fitriah dan Hariyono, 2019: 9) mengemukakan bahwa masa remaja secara global berlangsung antara usia 12 sampai dengan usia 21 tahun, dengan pembagian usia 12-15 tahun adalah masa remaja awal, usia 15-18 tahun adalah masa remaja pertengahan, usia 18-21 tahun adalah masa remaja akhir. Sedangkan menurut Levinson, masa dewasa muda terbagi menjadi dua fase transisi kehidupan, yaitu fase memasuki masa dewasa awal (usia 17-33 tahun) dan (2) fase puncak dewasa awal (usia 33-45 tahun). (Dariyo, 2003:119)

Masa remaja dan dewasa muda menghadirkan banyak kesempatan untuk bertemu orang baru, namun usia ini juga bisa menjadi masa stres. Lisa Wolff dalam bukunya yang berjudul *Teen Depression Viewpoint* menyebutkan bahwa masa remaja adalah masa perubahan fisik dan emosional yang cepat dan intens, sehingga masa remaja rentan menderita depresi. (Khoirudin, 2018:2)

Masa remaja adalah masa perkembangan yang paling krusial, karena di akhir periodenya seorang remaja harus menghadapi sendiri kemanakah identitas egonya akan dibentuk (Feist & Feist, dalam Khan, 2012). Hurlock (1994) mengatakan bahwa dibandingkan dengan kelompok anak dan orang tua, periode remaja merupakan periode yang paling berat. Masa ini merupakan masa yang penuh perubahan, baik anatomis, fisiologis, fungsi emosional dan intelektual serta hubungan sosial, sebelum mencapai titik kulminasinya pada usia dewasa.

Cole (dalam Khan, 2012) menjelaskan bahwa perubahan dari anak-anak yang tergantung menjadi individu mandiri, menyebabkan remaja harus menyesuaikan diri dengan banyak hal, yaitu yang berhubungan dengan kematangan emosional, mengembangkan ketertarikan terhadap lawan jenis, kematangan sosial, kemandirian di luar rumah, kematangan mental, permulaan dari kemandirian secara finansial, menggunakan waktu luang secara tepat atau yang disebut dengan *proper uses of leisure*, cara memandang kehidupan dan identifikasi diri sendiri. Kondisi tersebut menunjukkan banyaknya masalah yang dihadapi remaja, yang harus diatasi. Apabila terdapat banyak masalah yang tidak teratasi, sangat mungkin dapat menyebabkan remaja menjadi merasa kecewa, tidak menghargai diri sendiri serta menganggap dirinya

sebagai orang yang gagal atau tidak mampu. Kondisi ini jika berkelanjutan akan dapat menyebabkan depresi pada remaja.

Depresi rentan dialami masyarakat usia remaja hingga usia dewasa muda. Banyak faktor penyebab depresi, ditambah dengan perkembangan era digital saat ini. Faktor eksternal dominan mempengaruhi psikologis masyarakat di usia ini. Namun kesadaran tiap individu tentang keberadaan depresi ini masih belum mampu menghapus stigma masyarakat yang menghalangi penderitanya untuk sembuh. Buku teori mengenai depresi sudah banyak beredar di Indonesia, namun dengan minat baca yang rendah, pengetahuan tentang depresi masih cenderung abai. Dari ini penulis mencoba memberi solusi melalui perancangan sebuah buku dengan menyuguhkan foto sebagai media utama dalam bentuk buku foto atau *photobook*. Dengan harapan mampu mengedukasi masyarakat untuk lebih sadar dan peduli dengan penderita depresi lalu tanggap akan penanganannya untuk menyelamatkan generasi muda dari bahaya tindak lanjut depresi.