

## PERANCANGAN FILM PENDEK BERJUDUL SI AYU SEBAGAI MEDIA SOSIALISASI DAMPAK PSIKOLOGIS *BODY SHAMING* BAGI REMAJA PUTRI

Michael Bezaleel<sup>1</sup>, Felicia<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup> Program Studi Desain Komunikasi Visual, Fakultas Teknologi Informasi, Universitas Kristen Satya Wacana  
Jl. Dr. O. Notohamidjojo No. 1-10, Salatiga, Indonesia

e-mail: michael.bezaleel@uksw.edu<sup>1</sup>, 692015059@student.uksw.edu<sup>2</sup>

Received : October, 2020

Accepted : October, 2020

Published : April, 2021

### Abstract

*Body shaming is known as the action of expressing humiliation by commenting, mocking, or criticizing about another individual's body shape or size. This act is often considered a joke for many people, especially among teenagers, without realizing that it can cause mental problems for victims who receive this body shaming treatment. This form of bullying can cause the victim to lack confidence, low self-esteem and even suicide. Based on the background of the problems explained, creating an audio visual in the form of short film is judged as fit to be a relevant socialization media in this modern society. This research is using qualitative methodology, collecting datas by interviewing a number of sources and target audiences. Based on the results of data collection, this short film was designed with an emphasis on one of the psychological impacts experienced by the victim which is low self-esteem. As a result, this short film has presented a visualization that can convey messages about the psychological impact that occurs on victims of body shaming to teenage girls.*

**Keywords:** short movie, body shaming, teenage girls, psychological impact

### Abstrak

*Body shaming adalah tindakan yang memperlakukan seseorang dengan berkomentar, mengejek, atau mengkritik bentuk atau ukuran tubuh seseorang. Hal ini sering dianggap sebatas lelucon bagi banyak orang terutama dikalangan remaja, tanpa disadari hal tersebut dapat menimbulkan masalah bagi mental korban yang mendapatkan perlakuan body shaming. Masalah bagi korban body shaming diantaranya menjadi pribadi yang tidak percaya diri, menutup diri dari pergaulan, dan dapat berujung bunuh diri. Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dijabarkan, maka dirancang sebuah media audio visual berupa film pendek yang dapat menjadi media sosialisasi yang relevan mengikuti perkembangan zaman. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dimana pengumpulan data dilakukan melalui proses wawancara kepada beberapa narasumber dan target audiens. Berdasarkan hasil pengumpulan data, film pendek ini dirancang dengan menitikberatkan pada salah satu dampak psikologis yang dialami korban yaitu rendah diri. Hasilnya, film pendek ini telah menyajikan visualisasi yang dapat menyampaikan pesan mengenai dampak psikologis yang terjadi pada korban body shaming kepada remaja putri.*

**Kata Kunci:** film pendek, body shaming, remaja putri, dampak psikologis

### 1. PENDAHULUAN

Menyerang seseorang berdasarkan bentuk tubuhnya termasuk dalam *bullying*. Perilaku ini juga dikenal dengan sebutan *body shaming* [1].

*Body shaming* terjadi karena timbulnya persepsi bahwa seseorang akan lebih diterima jika sesuai dengan standar masyarakat seperti memiliki tubuh langsing, tinggi, dan wajah

putih serta munculnya anggapan bahwa laki-laki akan lebih tertarik kepada wanita yang cantik dan langsing [2]. Perilaku *body shaming* berakibat buruk bagi korban. Akibat buruk yang dimaksud yaitu timbulnya rasa malu, kurangnya perasaan untuk mencintai dirinya sendiri dan bahkan dapat menurunkan kepercayaan diri [3].

Di Indonesia pada tahun 2018 terdapat 966 kasus *body shaming* yang ditangani oleh kepolisian dan rata-rata kasus tersebut berasal dari media sosial [4]. Pada tahun 2019, survei yang dilakukan oleh Zap Clinic dalam Zap Beauty Index 2020 menyatakan bahwa hampir setengah perempuan Indonesia mengalami *body shaming* dimana mayoritas terjadi pada generasi milenial dan generasi Z [5]. Terkhusus bagi generasi Z, *body shaming* menjadi isu yang sangat penting karena salah satu karakteristik generasi Z adalah tingginya keinginan untuk mendapatkan pengakuan dari masyarakat, misalnya pujian, hadiah, dan penghargaan [6]. Indonesia sendiri memiliki peraturan mengenai *body shaming*. Jika *body shaming* dilakukan melalui media sosial atau *cyberbullying* dapat dikenakan pidana berdasarkan UU ITE Pasal 45 ayat 1 dan Pasal 27 ayat 3 dengan ancaman 6 tahun penjara, sedangkan jika melakukan *body shaming* secara verbal dapat dikenakan Pasal 310 KUHP dengan ancaman hukuman 9 bulan penjara [4].

Di situsnya, Kaspersky menyatakan bahwa terdapat 10 (sepuluh) bentuk *cyberbullying*, antara lain *exclusion*, *harassment*, *outing*, *dissing*, *trickery*, *fraping*, *fake profiles*, *cyberstalking*, *trolling*, dan *catfishing* [7]. Berdasarkan definisi dari masing-masing bentuk *cyberbullying* tersebut, *body shaming* dapat dikategorikan kedalam bentuk *exclusion* dan *outing*. *Exclusion* merupakan tindakan mengucilkan seseorang sedangkan *outing* merupakan tindakan mempermalukan orang lain di ranah publik. Tindakan mengucilkan dan mempermalukan orang lain tersebut tidak hanya dipahami sebagai sebuah tindakan yang dilakukan di dunia maya melainkan juga di dunia nyata.

Sosialisasi mengenai dampak dari *body shaming* terhadap kaum perempuan merupakan hal yang penting untuk dilakukan. Sosialisasi merupakan proses pembelajaran oleh seseorang untuk memperoleh

pengetahuan, nilai, dan norma agar dapat berpartisipasi menjadi anggota dalam kelompok masyarakat [8]. Hal tersebut dapat menjadi potensi tingkah laku seseorang berubah menjadi tidak bertentangan dengan nilai dan norma, maka berkembang lebih lanjut menjadi bagian dari kepribadiannya [9]. Sosialisasi primer yang bersandar pada interaksi dalam keluarga merupakan cara yang efektif untuk menginternalisasikan nilai-nilai, norma-norma, dan kebiasaan-kebiasaan. Oleh karena itu, betapapun kuat dan besar pengaruh dari agen-agen sosialisasi yang lain, khususnya dalam fase sosialisasi sekunder dan tersier, keluarga tetap dapat diandalkan sebagai benteng pertahanan terhadap pengaruh-pengaruh itu [10].

Media sosialisasi yang digunakan adalah film pendek yang merupakan film yang berdurasi pendek dengan cerita yang singkat, pada umumnya di bawah 60 menit. Film pendek adalah salah satu media sosialisasi yang ditujukan kepada suatu kelompok atau perorangan. Selain itu film dapat menggambarkan suatu proses secara tepat yang dapat disaksikan secara berulang-ulang jika dipandang perlu, mendorong dan meningkatkan motivasi, film menanamkan sikap dari segi-segi afektifnya (sikap dan nilai) [11].

Terdapat penelitian yang berjudul Sosialisasi Nilai-Nilai Akhlak Melalui Film “Ada Surga Di Rumahmu” yang dilakukan oleh Emha Ghazzali, Sari Nuralita, Dewi Anggraeni [12]. Dalam penelitian ini dibahas tentang anak remaja yang sudah banyak terlibat dalam tindak kriminal sebagai contoh mabuk-mabukan, penyalahgunaan narkoba, pergaulan bebas, dan tawuran. Dijelaskan bahwa film adalah salah satu media sosialisasi untuk apapun karena dapat membawa pesan baik itu positif maupun negatif yang dapat diserap, ditiru dan dirangsang oleh remaja dengan sangat mudah. Hasil dari penelitian ini menemukan keberhasilan sosial sang peneliti menekankan akhlak yang ingin dicapai ialah menjadikan siswa yang hormat kepada orang tua juga guru. Hasil dari penelitian ini adalah terdapat 10 informan, dari semua informan mengatakan terinspirasi untuk menumbuhkan cinta dan kasihnya kepada orang tua, terdapat 5 informan yang mengatakan bahwa mereka terinspirasi untuk lebih menghormati guru. Dengan demikian, film pendek dapat digunakan

untuk menginspirasi penontonnya agar dapat melakukan sebuah tindakan tertentu.

Penelitian berjudul Perancangan Kampanye Cegah *Body Shaming* Pada Remaja Perempuan dilakukan oleh Ananda Prameswari dan Mohamad Tohir [13]. Dalam pembahasannya, Prameswari dan Tohir mengangkat sebuah isu yaitu sebagian besar wanita terobsesi memiliki tubuh yang langsing karena dipengaruhi oleh kasus *body shaming*. Gambar obsesi ini ini disebabkan oleh rasa tidak percaya diri, perilaku, dan psikologi. Penelitian ini membahas mengenai sosialisasi melalui kampanye agar masyarakat tidak melakukan *body shaming*. Terdapat 3 kategori konsep yang dirancang dalam penelitian yaitu *big idea*, konsep kreatif, dan konsep visual. Konsep *big idea* diwujudkan dengan mengajak remaja untuk mengucapkan hal-hal positif dengan menggunakan tagar *#SpreadPosivity*. Konsep kreatif yang digunakan adalah pendekatan *mixing approach* yaitu emotional dan rasional. Pendekatan emotional bertujuan agar target sasaran dapat merasa iba dan emosinya terdorong dan pendekatan rasional ditujukan agar target menggunakan akal dan pikiran untuk menilai sesuatu. Konsep visual menggunakan sebuah ilustrasi bergaya kartun sesuai dengan target sasaran. Sisi psikologis target sasaran dapat dibangkitkan melalui media visual.

Penelitian lain berjudul Perancangan Film Pendek "Bukan Hak-Ku" Untuk Menanamkan Nilai Kejujuran Pada Anak Usia 8-12 Tahun yang dilakukan oleh Setiawan dan Bezaleel membahas mengenai pemanfaatan film untuk menanamkan nilai-nilai kejujuran dalam rangka pendidikan karakter bagi anak. Penelitian ini menyatakan bahwa film pendek merupakan media yang tepat untuk menanamkan nilai-nilai bagi anak karena film pendek dapat membawa suasana yang dramatis dan ditunjang dengan cerita yang menarik. Selain itu, tema keluarga yang menjadi pendekatan dalam film pendek tersebut merupakan salah satu sosialisasi primer yang dapat dilakukan melalui media film pendek [14].

Untuk itu, penelitian ini membahas tentang perancangan film pendek mengenai bahaya dan dampak *body shaming* bagi perempuan, khususnya remaja putri. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu media

untuk melakukan sosialisasi bahaya dan dampak *body shaming* secara psikologis terhadap remaja putri kepada masyarakat.

## 2. METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan dalam perancangan film pendek ini menggunakan metode kualitatif. Metode Kualitatif ini bertujuan berfokus pada pemahaman terhadap fenomena sosial yang terjadi dimasyarakat. Metode penelitian berupa observasi, eksperimen atau juga dengan wawancara terbuka. Strategi linear diterapkan pada metode penelitian ini. Tahapan berdasarkan strategi linear dapat dilihat pada Gambar 1.



Gambar 1. Tahap Penelitian

Tahap perancangan film pendek mengacu pada tahap produksi film (*filmmaking*) yaitu proses pra produksi, proses produksi, dan proses pasca produksi. Proses pra produksi terdiri atas perancangan ide dan konsep film pendek, pembuatan *storyline*, penyusunan *treatment*, dan pembuatan *storyboard*. Proses produksi terdiri atas perekaman gambar dan perekaman suara. Proses pasca produksi terdiri atas penyusunan hasil rekaman gambar, pemberian *color grading*, pengolahan hasil rekaman suara, penambahan teks, sinkronisasi gambar dan suara, serta *rendering*.

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

#### 3.1 Pengumpulan dan Analisis Data

Tahap identifikasi masalah dilakukan dengan melakukan wawancara kepada Maharani K, M.Psi., Psikolog yang merupakan seorang psikolog untuk mengetahui *body shaming* secara lebih mendalam. Pertanyaan-pertanyaan yang dikemukakan dalam wawancara tersebut meliputi penyebab terjadinya *body shaming* di masyarakat dan dampak psikologis *body shaming* yang dialami dalam jangka pendek maupun jangka panjang. Hasil wawancara menyatakan bahwa *body shaming* adalah menjelek-jelekkan, merendahkan, dan meremehkan anggota tubuh, bentuk tubuh, dan wajah seseorang. Hal ini disebabkan karena kurangnya informasi mengenai dampak dari *body shaming* tersebut. Dampak yang dari *body shaming* membuat korban menjadi rendah diri lalu timbul krisis kepercayaan diri membuat harga dirinya hancur, hal dapat menjadi efek jangka panjang jika tidak segera dipulihkan. Jika sering mendapat hinaan bentuk fisik bisa berujung pada melukai diri sendiri, diet berlebihan, dan jika pengelolaan emosi kurang dapat dikontrol maka dapat berujung pada bunuh diri.

Selain melakukan wawancara, penulis menyebarkan kuisioner yang bertujuan untuk mendapatkan narasumber remaja putri yang masih merasakan dampak *body shaming* yang pernah mereka alami. Pertanyaan yang diajukan kepada responden terkait jenis kelamin responden, usia responden, pengalaman sebagai korban *body shaming*, dan apakah responden masih merasakan dampak negatif secara psikologis akibat *body shaming*. Sebanyak 79 responden menjawab pertanyaan mengenai *body shaming* dan didapatkan data sebagai berikut:

- Rata-rata umur responden yaitu 18-23 tahun.
- Sebanyak 72 orang pernah mengalami penghinaan bentuk fisik (*body shaming*).
- *Body shaming* yang sering didapat adalah mengenai bentuk fisik seperti misalnya badan yang gemuk.

Berdasarkan hasil tersebut, dilakukan wawancara kepada 20 orang yang masih merasakan efek dari *body shaming* yaitu menjadi kehilangan krisis kepercayaan diri dan menutup pergaulan dalam lingkungan mereka

sendiri. Selain itu mereka mengatakan bahwa jadi bisa menyakiti diri dengan mengurangi makan dan yang paling buruknya mengeluarkan secara paksa makanan yang sudah masuk ke tubuh.

Analisis data dilakukan berdasarkan hasil wawancara yang telah terkumpul, kemudian disimpulkan bahwa banyak orang melakukan *body shaming* terkait bentuk tubuh yang dianggap gemuk. Rata-rata korban yang mendapatkan perlakuan *body shaming* adalah usia remaja, dalam hal ini dampak dari *body shaming* ialah korban merasa jadi tidak percaya diri dan menjadi rendah diri. Dalam hal ini diperlukan media informasi yang dapat didistribusikan secara luas dan cepat lantaran masih banyak orang menganggap *body shaming* sebagai kalimat candaan namun tidak mengetahui dampak dari *body shaming* tersebut. *Target audience* adalah anak muda usia 18-25 tahun dan hidup dalam era digital yang termasuk dalam generasi Z. Kurangnya informasi dan perhatian mengenai dampak psikologis *body shaming* membuat film pendek yang dibuat dititikberatkan pada dampak psikologis *body shaming*.

#### 3.2 Perancangan Film Pendek

Tahap perancangan film pendek dibagi menjadi 3 bagian yaitu, pra-produksi, produksi dan pasca produksi. Proses pra-produksi dimulai dengan pembuatan ide dan konsep cerita yang dikembangkan menjadi sebuah *storyline*, *treatment*, dan *storyboard*.

Ide cerita yang diangkat adalah *body shaming* dikalangan mahasiswa. Ide cerita tersebut dikembangkan menjadi sebuah konsep yaitu seorang mahasiswi yang mengidolakan kakak angkatannya yang sangat terkenal akan karya-karyanya dan terobsesi ingin menjadi seperti kakak angkatannya tersebut. Namun dia dipermalukan oleh kakak angkatannya yang menyinggung mengenai bentuk tubuh. Peran keluarga dalam sosok seorang ibu dimunculkan untuk mewedahi sosialisasi primer dalam menyampaikan pesan mengenai sikap diri yang harus diambil oleh korban *body shaming*. Konsep tersebut memberikan sebuah *statement* bahwa mengomentari bentuk tubuh seseorang dapat memberi dampak negatif secara psikologis terhadap korban. *Storyline*

yang dihasilkan dari konsep yang telah ditetapkan sebelumnya adalah sebagai berikut.

Seorang mahasiswi bernama Ayu sangat mengidolakan kakak angkatannya yang bernama Alodia karena karya desainnya yang bagus. Ayu senang membuat karya desain namun karyanya belum banyak diketahui oleh orang lain. Suatu hari Ayu melihat Alodia duduk bersama teman-temannya lalu dia mencoba untuk mendekati Alodia dan mengajaknya untuk berbicara sambil menunjukkan beberapa hasil karyanya. Namun Alodia seperti menyinggung bentuk tubuhnya yang tidak sesuai karyanya yang menggambarkan bentuk badan yang melekuk indah. Hal itu membuat teman-teman duduk bersama idolanya tersebut membalas dengan tertawa yang meledek. Ayu merasa tersinggung dan dipermalukan oleh idolanya sendiri.

Kejadian itu ternyata berdampak bagi Ayu. Ayu mengurung diri dirumah dan merasa rendah diri sehingga dihapusnya foto-foto di media sosialnya untuk menutupi identitasnya dan yang tersisa hanya karya-karyanya saja. Ayu meluapkan emosi dengan menggambar namun hasil gambarnya menjadi jelek karena sisi psikologisnya masih terganggu saat teringat perkataan Alodia. Sering mengurung diri

dikamar membuat Ayu hilang napsu makan sampai akhirnya jatuh sakit. Melihat keadaan anaknya yang sedang kacau, akhirnya mama Ayu mengajak Ayu berbicara dan memberikan nasihat. Selama Ayu sakit, dia tidak melihat media sosial. Saat Ayu mencoba melihat media sosialnya, dia melihat salah satu notifikasi dari Alodia untuk mengajak Ayu berkolaborasi. Alodia tidak tahu siapa yang dia hubungi karena Ayu menutup semua identitasnya di media sosial. Hal ini membuat Ayu bimbang sampai akhirnya Ayu menyetujui kolaborasi tersebut.

Saat hari dimana kolaborasi akan dilakukan, kalimat pembuka saat Alodia melihat Ayu diucapkan dengan nada sedikit menyinggung. Hal itu membuat Ayu merasa diejek kembali. Akhirnya Ayu tidak dapat menahan emosi dan terbuka dengan keadaannya kemarin karena dampak dari perkataan Alodia. Alodia akhirnya meminta maaf secara tulus. Ayu memaafkan Alodia dan mereka berbincang mengenai tujuan awal mereka bertemu yaitu membahas mengenai kolaborasi karya.

Berdasarkan ide, konsep, dan *storyline* yang telah dibuat, disusunlah *treatment* film pendek. *Treatment* film pendek ini dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1: *Treatment*




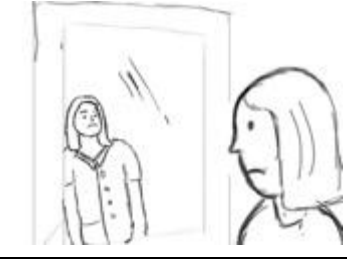

| Scene | Shot   | Act   |
|-------|--|---|
| 1     | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Close Up</i></li> <li>• <i>Medium Shot</i></li> <li>• <i>Over Shoulder Shot</i></li> </ul>   | Opening film dimulai dengan pengenalan Ayu sebagai pemeran utama. Selain itu memperlihatkan suasana dalam kamar   |
| 2     | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Long Shot</i></li> <li>• <i>Medium Shot,</i></li> <li>• <i>Moving</i></li> </ul>   | Memperlihatkan Ayu bertemu dengan Alodia saat berada di kampus.   |
| 3     | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Full Shot</i></li> <li>• <i>Over Shoulder Shot</i></li> <li>• <i>Medium Shot</i></li> <li>• <i>Point of View</i></li> <li>• <i>Close up</i></li> </ul>                           | Alodia dan temannya mencari tempat duduk saat berada di kantin kampus dan melihat meja Ayu yang kosong akhirnya Alodia dan temannya menghampiri meja Ayu dan duduk didepannya Ayu. Mempertlihatkan Ayu, Alodia, dan temannya berbicara. |
| 4     | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Medium Shot</i></li> <li>• <i>Eagle Eye</i></li> <li>• <i>Point of View</i></li> <li>• <i>Full Shot</i></li> <li>• <i>Close Up</i></li> <li>• <i>Extreme Close Up</i></li> </ul> | Ayu sedang dikamar merasa sedih karena mengingat perkataan Alodia saat di kantin kampus. Ia menatap cermin merasa apakah ada salah dengan bentuk tubuhnya, sehingga dibandingkan dengan gambar-gambar dia yang sering ia gambar.        |
| 5     | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Close Up</i></li> <li>• <i>Medium Shot</i></li> <li>• <i>Over Shoulder Shot</i></li> </ul>   | Pagi hari alarm dari handphone Ayu berbunyi disertai ketukkan pintu mama, akhirnya Ayu bangun tidur dan mama mengajak Ayu berbicara menanyakan apakah dia ada kuliah atau tidak namun Ayu berbohong. Terlihat                           |





|   |   |  |
|---|---|--|
|   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Full Shot</i></li> </ul>  | bahwa Ayu sering mengingat perkataan Alodia dan membuat ia sedih tak konsen saat gambar didalam kamar, mama sering mengintip Ayu melihat anaknya yang sering mengurung diri, dan Ayu juga jarang makan.        |
| 6 | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Full Shot</i></li> <li>• <i>Over Shoulder Shot</i></li> </ul>                       | Mama mengajak Ayu berbicara dikamar Ayu membahas masalah apa yang sedang dialami Ayu   |
| 7 | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Low Angle</i></li> <li>• <i>Medium Shot</i></li> <li>• <i>High Angle</i></li> </ul> | Ayu sedang melihat media sosial dan terkejut menyadari adanya pesan dari Alodia. Ayu memanggil mamanya   |
| 8 | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Medium Shot</i></li> <li>• <i>Over Shoulder Shot</i></li> </ul>                     | Ayu bertemu dengan Alodia dan membuka diri untuk jujur karena perkataannya Alodia membuat dia menutup diri. Alodia menjelaskan tidak ada maksud tertentu untuk menjelekan dia. Pada akhirnya mereka bermaafan. |

*Treatment* pada Tabel 1 menjadi dasar pembuatan *storyboard*. *Storyboard* merupakan gambaran dalam setiap adegan dalam naskah

yang digunakan sebagai acuan dalam setiap scene. *Storyboard* dapat dilihat dalam Tabel 2.

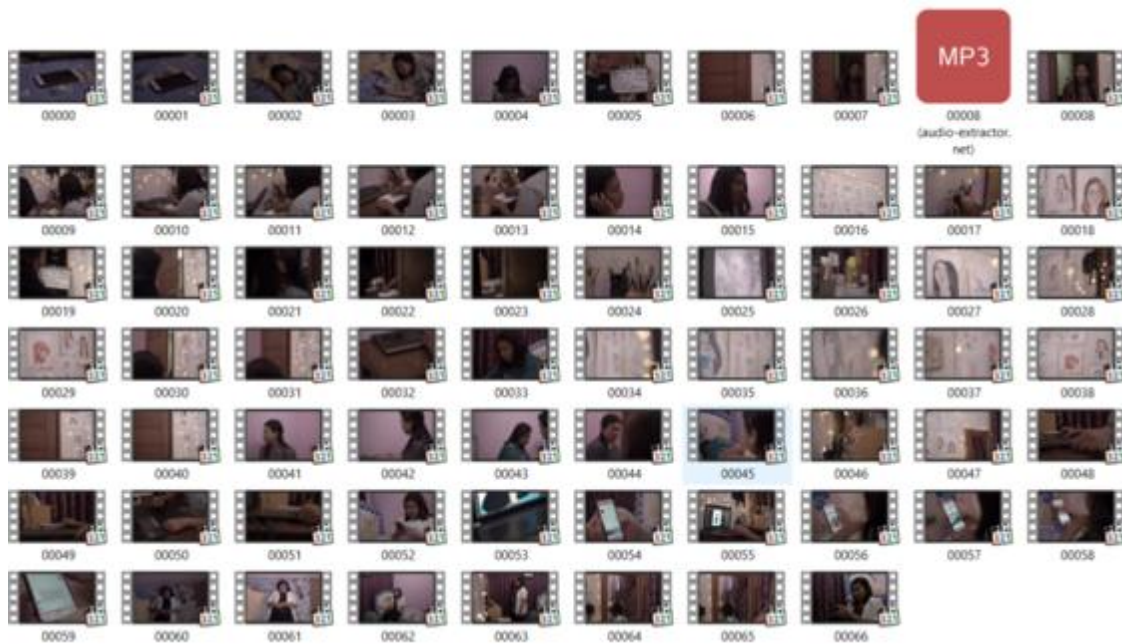
Tabel 2: *Storyboard*

| Scene | Gambar  | Keterangan   |
|-------|---|--|
| 1     |   | <b>Jenis Shot:</b><br>Close Up, Medium Shot, Over Shoulder Shot<br><b>Durasi:</b><br>00.59<br><b>Keterangan:</b><br>Intro: perkenalan Ayu dikamar  |
| 2     |  | <b>Jenis Shot:</b><br>Medium Shot, Over Shoulder Shot<br><b>Durasi:</b><br>00.22<br><b>Keterangan:</b><br>Perkenalan Alodia  |
| 3     |  | <b>Jenis Shot:</b><br>Full Shot, Medium Shot, Over Shoulder Shot, POV, Close up<br><b>Durasi:</b><br>01.41<br><b>Keterangan:</b><br>Pertemuan Ayu dengan Alodia  |
| 4     |  | <b>Jenis Shot:</b><br>Medium Shot, Eagle Eye, POV, Full Shot, Close Up, Extreme Close Up<br><b>Durasi:</b><br>01.56<br><b>Keterangan:</b><br>Ayu sedih karena Alodia melakukan <i>body shaming</i> kepadanya |
| 5     |  | <b>Jenis Shot:</b><br>Full Shot, Over Shoulder Shot<br><b>Durasi:</b><br>00.40<br><b>Keterangan:</b><br>Mama membangunkan Ayu  |

|   |  |  |
|---|--|--|
| 6 |   | <b>Jenis Shot:</b><br>Over Shoulder Shot<br><b>Durasi:</b><br>01.00<br><b>Keterangan:</b><br>Mama mengintip ke kamar Ayu yang sering mengurung diri di kamar                       |
| 7 |   | <b>Jenis Shot:</b><br>Full Shot, Over Shoulder Shot<br><b>Durasi:</b><br>02.20<br><b>Keterangan:</b><br>Mama mengajak Ayu berbicara dan Ayu menyampaikan semua kegundahan hatinya. |
| 8 |   | <b>Jenis Shot:</b><br>Low Angle, Medium Shot, High Angle<br><b>Durasi:</b><br>00.23<br><b>Keterangan:</b><br>Ayu memeriksa media sosialnya   |
| 9 |  | <b>Jenis Shot:</b><br>Medium Shot, Over Shoulder Show<br><b>Durasi:</b><br>02.28<br><b>Keterangan:</b><br>Ayu bertemu dengan Alodia  |

Storyboard tersebut merupakan hasil akhir dari tahap pra produksi yang selanjutnya akan dilakukan tahap produksi. Tahap produksi terdiri atas proses pengambilan gambar dan pengambilan suara. Tahap produksi dilakukan

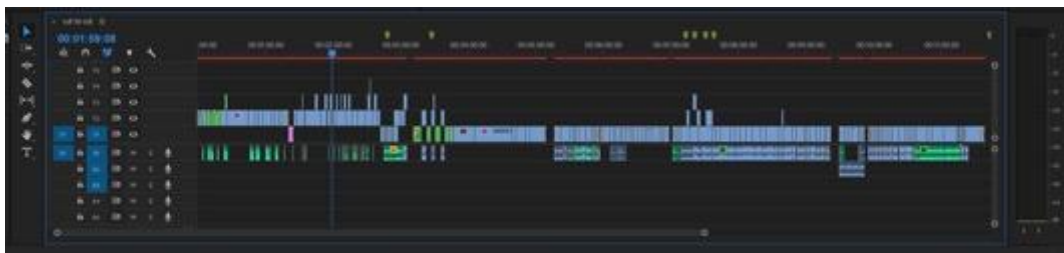
berdasarkan *treatment* dan *storyboard* yang telah dibuat dalam tahap pra produksi. Hasil pengambilan gambar dan suara di tahap produksi dapat dilihat pada gambar 2.



Gambar 2. Hasil Pengambilan Gambar dan Suara

Hasil pengambilan gambar dan suara tersebut diolah pada tahap pasca produksi. Dalam tahap pasca produksi dilakukan penyuntingan hasil pengambilan gambar dan suara. Proses penyuntingan dibagi dalam 2 bagian yaitu *offline editing* dan *online editing*. *Offline editing* merupakan proses pemilihan gambar terbaik dari keseluruhan hasil pengambilan gambar yang ada untuk kemudian digabung menjadi sebuah *sequence*. Proses *offline editing* terlihat pada gambar 3. Hasil dari *offline editing* diolah kembali untuk menambahkan *color grading*

dan suara. Proses tersebut merupakan proses *online editing*. Proses *online editing* tampak pada gambar 4. *Color grading* merupakan tahap koreksi warna pada sebuah video untuk meningkatkan kualitas visual. Jenis *color grading* yang digunakan adalah *cold tone*. Jenis tersebut digunakan dalam film ini untuk memberi kesan atau *mood* sedih. Hasil *color grading* dalam dapat dilihat pada gambar 5.



Gambar 3. Proses *Offline Editing*



Gambar 4. Proses *Online Editing*



Gambar 5. Hasil *Color Grading*

Setelah rangkaian proses penyuntingan telah selesai, maka dilanjutkan dengan proses *rendering*. Proses *rendering* merupakan proses penggabungan keseluruhan elemen yang ada sehingga menjadi satu kesatuan audio visual yang utuh. Proses *rendering* ini menghasilkan

video dengan format H.264 dan resolusi 1920x1080 pixels.

### 3.2 Pembahasan

Hasil dari perancangan film pendek ini memberikan informasi mengenai dampak psikologis korban *body shaming*. Bagian



pembuka dalam film ini menampilkan pengenalan tokoh karakter utama dan menunjukkan identitas film dalam bentuk judul

film. Bagian pembuka dalam film ini tampak pada gambar 6.



Gambar 6. Bagian Pembuka

Scene selanjutnya adalah pertemuan Ayu dan Alodia yang mengambil latar tempat salah satu sudut kampus. Dalam scene ini terdapat 2 adegan penting yaitu adegan saat Ayu

mengungkapkan bahwa dia mengidolakan Alodia dan adegan dimana Alodia melakukan *body shaming* kepada Ayu. Scene tersebut dapat dilihat pada gambar 7.



Gambar 7. Scene Pertemuan Ayu dan Alodia

Scene pada gambar 7 berlanjut ke scene dimana Ayu merasa sedih akibat *body shaming* yang dilakukan Alodia pada dirinya. Dalam scene ini diperlihatkan bagaimana Ayu

menghapus seluruh biodata dirinya dari media sosial dan merasa malu dengan tubuhnya. Scene ini dapat dilihat pada gambar 8.



Gambar 8. Scene tentang Kesedihan Ayu

Pada scene berikutnya, diperlihatkan bahwa Ayu sangat terpukul dengan *body shaming* yang dialaminya. Beberapa tindakan Ayu seperti murung, mengurung diri di kamarnya, tidak

ingin berangkat kuliah, dan tidak ingin makan merupakan perwujudan dari perasaan malu yang Ayu rasakan terhadap dirinya. Scene ini tampak pada gambar 9.



Gambar 9. Scene tentang Perasaan Malu Ayu

Scene tersebut berlanjut ke sebuah scene dimana Mama mengajak Ayu bercerita dan akhirnya Ayu menceritakan *body shaming* yang dialami serta perasaan malunya kepada Mama.

Scene ini berfokus pada situasi dimana Ayu mendapatkan *insight* dari Mama tentang bagaimana Ayu menghargai dirinya sendiri. Scene ini terlihat pada gambar 10.



Gambar 10. Scene saat Mama Menasehati Ayu

Scene selanjutnya menunjukkan kondisi Ayu yang sudah mulai bangkit dari perasaan malunya. Fokus dari scene ini adalah sebuah kejadian dimana Alodia mengirimkan pesan kepada Ayu melalui media sosial dengan tujuan

untuk mengajak Ayu berkolaborasi dalam membuat sebuah karya, namun Alodia tidak mengetahui identitas Ayu sebenarnya. Scene ini dapat dilihat pada gambar 11.



Gambar 11. Scene Ayu Menerima Pesan Alodia

Scene terakhir menunjukkan pertemuan Ayu dan Alodia. Scene ini merupakan tahap penyelesaian dimana Ayu jujur ke Alodia bahwa Ayu merasa sakit hati tentang perkataan Alodia saat pertemuan awal mereka. Scene ini ditutup

dengan permintaan maaf Alodia yang diterima oleh Ayu dan mereka melanjutkan pembahasan tentang kolaborasi karya. Scene penutup ini dapat dilihat pada gambar 12.



Gambar 12. Scene Penutup

Berdasarkan hasil perancangan video tersebut, dilakukan pengujian pertama kepada seorang produser dan sutradara film "JENDELA" yaitu Hilarius Randi Pratama. Pengujian pertama ini bertujuan untuk mendapatkan evaluasi mengenai jalan cerita dan sinematografi dalam film pendek yang telah dihasilkan. Berdasarkan wawancara tersebut dinyatakan bahwa cerita yang diangkat sudah menarik dan mampu menyampaikan pesan sesuai dengan tujuan dibuatnya film pendek ini. Selain itu, pengambilan gambar sudah baik dengan pergerakan kamera yang halus sehingga visualisasinya menarik dan tidak membosankan. *Background music* yang digunakan sudah baik sehingga dapat membawa alur suasana mengikuti *mood* cerita di film ini. Penggunaan *color grading* dinilai tidak berlebihan dan mendukung *mood* film. Namun terdapat saran terkait sinkronisasi antara hasil *dubbing* dan gerak bibir pada film yang masih terdapat sedikit perbedaan.

Pengujian kedua dilakukan kepada Nova Natali selaku psikolog. Pengujian kedua bertujuan untuk mendapatkan evaluasi mengenai isi cerita mengenai dampak psikologis *body shaming*. Berdasarkan wawancara tersebut didapatkan hasil bahwa film Si "Ayu" mampu memberi pesan yang baik mengenai *body shaming*, khususnya dampak buruknya. Karakter utama dalam film ini mampu menyampaikan emosi memperlihatkan bagaimana sedihnya menjadi korban *body shaming*.

Pengujian terakhir dilakukan dalam bentuk wawancara kepada *target audience* yang diwakili oleh 20 perempuan berusia 18-23 tahun, pernah menjadi korban *body shaming*, dan masih merasakan dampak negatif secara psikologis sampai saat ini. Menurut mereka film ini dapat memberi pesan yang baik mengenai pentingnya menjaga tutur kata kepada setiap orang karena tidak setiap orang memahami dampak buruk secara psikologis yang diakibatkan oleh *body shaming*. Film ini juga dapat menyampaikan perasaan sedih dan prihatin terhadap korban *body shaming*. Jalan cerita dalam film ini juga sangat dekat dengan kehidupan sehari-hari dengan mengangkat persoalan bentuk tubuh yang sering dijadikan bahan lelucon atau bercanda. Selain itu mereka mengemukakan bahwa setelah menonton film ini, informasi tentang bahaya

*body shaming* yang bisa menyerang sisi psikologis setiap korbannya dapat tersampaikan.

#### 4. KESIMPULAN

Berdasarkan perancangan film "Si Ayu" yang telah dilakukan, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa film ini berhasil memberi pesan dan informasi mengenai dampak buruk *body shaming* secara psikologis kepada masyarakat. Melalui alur cerita yang sangat dekat dengan permasalahan anak muda, dapat disampaikan bahwa *body shaming* merupakan sebuah tindakan yang dapat mempengaruhi mental seseorang. Film pendek ini dapat dijadikan sebuah media alternatif untuk melakukan sosialisasi kepada masyarakat mengenai dampak negatif secara psikologis yang dialami oleh korban *body shaming*. Untuk kedepannya, penelitian ini dapat dikembangkan untuk melihat seberapa besar pengaruh berbagai media sosialisasi bahaya *body shaming* terhadap motivasi target audiens untuk menghindari perilaku *body shaming*.

#### DAFTAR PUSTAKA

- [1] V. V. Handayani, "Dampak Body Shaming pada Kesehatan Mental," 2020. <https://www.halodoc.com/artikel/dampak-body-shaming-pada-kesehatan-mental>.
- [2] L. R. R. Tri Fajarani Fauzia, "MEMAHAMI PENGALAMAN BODY SHAMING PADA REMAJA PEREMPUAN," *Interak. Online*, vol. 7, no. 3, pp. 238–248, 2019.
- [3] M. Micheal and S. S. Azeharie, "Perlawanan Penyintas Body Shaming Melalui Media Sosial," *Koneksi*, vol. 4, no. 1, p. 138, 2020, doi: 10.24912/kn.v4i1.6642.
- [4] A. Santoso, "Polisi Tangani 966 Kasus Body Shaming Selama 2018," 2018. <https://news.detik.com/berita/d-4321990/polisi-tangani-966-kasus-body-shaming-selama-2018> (accessed Jun. 16, 2020).
- [5] M. Novita, "Lebih dari Separuh Perempuan Indonesia Alami Body Shaming," 2020. <https://cantik.tempo.co/read/1304319/lebih-dari-separuh-perempuan-indonesia-alami-body-shaming> (accessed Jun. 25, 2020).
- [6] M. N. Syamsiyah, "7 Karakteristik Generasi Z yang Perlu Kamu Tahu," 2017.

- <https://kumparan.com/kumparannews/7-karakteristik-generasi-z-yang-perlu-kamu-tahu/full> (accessed Jun. 22, 2020).
- [7] Kaspersky.com, "10 Forms of Cyberbullying," 2015. <https://kids.kaspersky.com/10-forms-of-cyberbullying/> (accessed Jul. 15, 2020).
- [8] T. O. Ihromi, *Bunga Rampai Sosiologi Keluarga*. Jakarta: Yayasan Pustaka Obor Indonesia, 1999.
- [9] Suhardi and Sunarti, *Sosiologi 2*. Bandung: Pusat Perbukuan Departemen Pendidikan Nasional, 2009.
- [10] J. Syarif, "Sosialisasi Nilai-Nilai Kultural dalam Keluarga (Studi Perbandingan Sosial-Budaya Bangsa-Bangsa)," *J. Pendidik.*, vol. 2, no. 1, pp. 1–10, 2007.
- [11] A. Mabruhi, *Manajemen Produksi Program Acara TV Format Acara Non-Drama, News, & Sport*. Jakarta: PT. Grasindo, 2013.
- [12] M. H. Ghazali, S. Narulita, and D. Anggraeni, "Sosialisasi Nilai-Nilai Akhlak Melalui Film 'Ada Surga Di Rumahmu'," *J. Stud. Al-Qur'an*, vol. 13, no. 2, pp. 175–186, 2017.
- [13] A. Prameswari and M. Tohir, "Perancangan Kampanye Cegah Body Shaming Pada Remaja Perempuan," *e-Proceeding Art Des.*, vol. 5, no. 3, pp. 1–12, 2018.
- [14] A. D. Setiawan and M. Bezaleel, "Perancangan Film Pendek 'Bukan Hak-Ku' untuk Menanamkan Nilai Kejujuran pada Anak Usia 8-12 Tahun," *ANDHARUPA J. Desain Komun. Vis. Multimed.*, vol. 5, no. 01, pp. 127–140, 2019, doi: 10.33633/andharupa.v5i01.1873.