



Penerapan Teori *Laissez Faire* Dalam Penyutradaraan *Video Feature*: "Berani Melangkah Menuju Sejahtera"

The Application Of Laissez Faire Theory In Directing Feature Video: "Berani Melangkah Menuju Sejahtera"

Artikha Ruth Sinaga¹, Herlina Agustin², Retasari Dewi³

^{1,2,3} Universitas Padjadjaran, Indonesia

Email: artikasinaga11@gmail.com, h.agustin@unpad.ac.id, retasari.dewi@unpad.ac.id

Alamat Kampus: Jalan Raya Bandung Sumedang KM 21 Jatinangor

Korespondensi penulis: artikasinaga11@gmail.com

Article History:

Received: May 21, 2025

Revised: June 16, 2025

Accepted: July 03, 2025

Online Available: July 22, 2025

Published: August 07, 2025

Keywords: *Feature Video, Directing, Mental Health, P2K2, Social Stigma*

Abstract: *Feature video "Berani Melangkah Menuju Sejahtera" is a final project that raises the issue of student mental health and aims to increase the utilization of counseling services Pusat Penguatan Karakter dan Konseling (P2K2) at Padjadjaran University. In the making process, the writer acts as a director who is responsible for the entire creative process by applying the Laissez Faire theory in directing. The purpose of writing this report is to explain the director's duties and the application of Laissez Faire theory. The creation methods applied are pre-production, production, and post-production processes. The results show that the application of Laissez Faire theory is effective in giving freedom to actors to express naturally, so as to build audience empathy for the issues raised. In conclusion, in the video feature "Berani Melangkah Menuju Sejahtera" with the application of Laissez Faire theory for the director is very important to create a strong and authentic message, so that it can increase students' awareness to dare to seek professional help to achieve psychological well-being.*

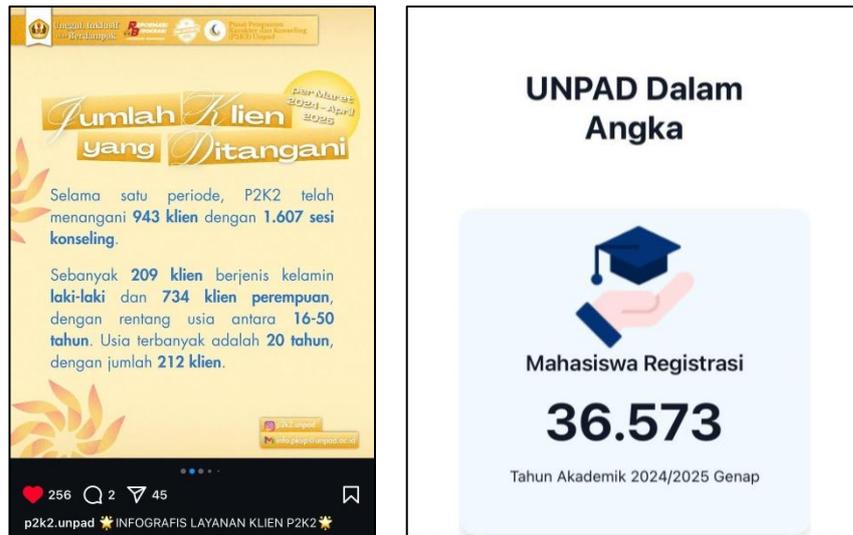
Abstrak

Video *feature* "Berani Melangkah Menuju Sejahtera" merupakan sebuah karya tugas akhir yang mengangkat isu kesehatan mental mahasiswa dan bertujuan untuk meningkatkan pemanfaatan layanan konseling Pusat Penguatan Karakter dan Konseling (P2K2) di lingkungan Universitas Padjadjaran. Dalam proses pembuatannya, penulis berperan sebagai sutradara yang bertanggung jawab atas seluruh proses kreatif dengan menerapkan teori *Laissez Faire* dalam penyutradaraan. Tujuan penulisan laporan ini adalah untuk menjelaskan tugas sutradara serta penerapan teori *Laissez Faire*. Metode penciptaan yang diterapkan adalah proses pra produksi, produksi, dan pasca produksi. Hasil penciptaan menunjukkan bahwa penerapan teori *Laissez Faire* efektif dalam memberikan kebebasan kepada aktor untuk berekspresi secara natural, sehingga mampu membangun empati penonton terhadap isu yang diangkat. Simpulannya, dalam video *feature* "Berani Melangkah Menuju Sejahtera" dengan penerapan teori *Laissez Faire* bagi sutradara sangat penting untuk menciptakan pesan yang kuat dan otentik, sehingga dapat meningkatkan kesadaran mahasiswa untuk berani mencari bantuan profesional demi mencapai kesejahteraan psikologis.

Kata Kunci: *Video Feature, Penyutradaraan, Kesehatan Mental, P2K2, Stigma Sosial*

1. PENDAHULUAN

Kesehatan mental adalah kondisi kesejahteraan (*well-being*) dimana seseorang dapat mengembangkan kemampuannya, mengatasi tekanan hidup, bekerja secara produktif dan mampu memberikan kontribusi kepada komunitasnya (WHO, 2022). Berdasarkan data dari GoodStats (2024) isu kesehatan yang paling banyak dikhawatirkan di Indonesia adalah kesehatan mental. Menurut data Kementerian Kesehatan RI (2018) prevalensi gangguan kesehatan mental di Indonesia pada penduduk yang berusia >15 tahun dengan gejala



Gambar 2. Data Klien P2K2 & Mahasiswa Aktif Unpad

Oleh karena itu, penulis memutuskan untuk membuat video *feature* berjudul “Berani Melangkah Menuju Sejahtera” dengan tujuan menyebarkan informasi fasilitas layanan ini kepada seluruh *civitas* akademika khususnya bagi mahasiswa Universitas Padjadjaran. Format video *feature* dipilih karena kemampuannya menekankan kejadian yang berlandaskan data dan fakta yang dikemas secara unik, menarik dan penting untuk diketahui oleh masyarakat luas. Melalui format ini, berbagai elemen seperti narasi personal, wawancara ahli, data statistik, dan kreatifitas dapat disatukan menjadi sebuah karya yang utuh. Video ini akan menampilkan cerita tentang mahasiswa (laki-laki) yang sedang mengalami masalah kesehatan mental dan akhirnya berani mencari pertolongan profesional.

Dalam pembuatan projek video *feature* ini penulis mengambil tugas sebagai sutradara atau *director* video. Sutradara adalah orang yang memberi pengarahan dan bertanggung jawab atas masalah artistik dan teknis dalam pementasan drama, pembuatan film, dan sebagainya (KBBI, 2016). Sebagai sutradara, penulis bertanggung jawab penuh dalam mengarahkan seluruh proses kreatif termasuk pra produksi hingga pasca produksi. Selain itu, penulis juga bertanggung jawab atas kualitas, detail, dan mampu untuk menciptakan makna film yang direncanakan.

2. METODE

Metode yang digunakan dalam kegiatan ini melibatkan pendekatan penciptaan karya audiovisual yang berbasis praktik produksi media serta terbagi dalam tiga tahapan utama yaitu pra produksi, produksi, dan pasca produksi. Setiap tahapan dilakukan secara terstruktur dengan menggunakan pendekatan kreatif dan teknis.

Tahap pra produksi diawali dengan perumusan konsep cerita dan pembentukan tim inti. Langkah selanjutnya adalah melakukan survei lokasi untuk menentukan titik pengambilan gambar dan kebutuhan visual. Bersamaan dengan itu, dilakukan pemilihan pemeran secara *purposive*, yang terdiri dari tokoh utama mahasiswa dan narasumber ahli (psikolog dan dosen). Untuk memandu proses produksi, serangkaian dokumen perencanaan dikembangkan, meliputi *storyboard* untuk visualisasi alur, *shotlist* untuk detail teknis pengambilan gambar, dan *callsheet* untuk koordinasi jadwal harian. Tahap ini diakhiri dengan sesi *briefing* bersama pemeran dan narasumber untuk memastikan keselarasan pemahaman terhadap naskah dan alur wawancara. Seluruh proses ini menghasilkan sebuah cetak biru (blueprint) yang komprehensif untuk dieksekusi pada tahap produksi.

Tahap produksi merupakan eksekusi dari perencanaan visual dan naratif. Proses pengambilan gambar berlangsung selama dua hari di beberapa lokasi kunci, termasuk P2K2

Unpad. Di lapangan, sutradara memimpin koordinasi tim, mengawasi persiapan teknis (pencahayaannya, kamera, dan audio), serta mengarahkan pemeran dan narasumber sesuai alur *storyboard*. Implementasi sinematografi dilakukan secara cermat berdasarkan *shotlist*. Teknik yang dominan digunakan adalah *Medium Close Up* (MCU) dan *Close Up* (CU) dengan sudut kamera *Eye Level* untuk membangun kedekatan emosional, didukung oleh *High Angle* untuk menekankan kerentanan karakter. Mayoritas gambar diambil secara statis untuk menjaga fokus pada ekspresi. Setiap hasil rekaman langsung ditinjau untuk memastikan kualitas dan kelengkapan materi sebelum memasuki tahap pasca-produksi.

Tahap pasca produksi adalah proses finalisasi karya yang diawali dengan inventarisasi dan seleksi seluruh materi visual dan audio. Proses penyuntingan dilakukan secara iteratif oleh editor di bawah supervisi sutradara. Tahapan ini mencakup penyusunan alur cerita (*offline edit*), penghalusan visual dan penambahan grafis (*online edit*), penataan suara (*sound mixing*), serta proses pewarnaan (*color grading*) untuk membangun suasana yang konsisten. Sutradara secara berkala melakukan evaluasi dan memberikan arahan untuk revisi hingga hasil akhir sesuai dengan visi konseptual. Karya yang telah final kemudian ditinjau oleh *stakeholders* sebelum dipublikasikan di platform YouTube sebagai media diseminasi utama.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Video *feature* yang berjudul "Berani Melangkah Menuju Sejahtera" adalah sebuah karya yang mengangkat isu kesehatan mental mahasiswa khususnya stigma sosial yang dialami oleh laki-laki. Video menggambarkan perjalanan emosional seorang mahasiswa tingkat akhir bernama Dimas yang menghadapi tekanan akademik dalam menyusun skripsi ditambah adanya tekanan sosial dan lingkungan semakin memperparah kondisi mental Dimas. Karakter Dimas sebagai representasi banyak mahasiswa (laki-laki) yang mengalami krisis kesehatan mental namun enggan mencari bantuan karena bertentangan dengan konstruksi maskulinitas di lingkungan sosial.

Tujuan utama untuk memperkenalkan dan menyebarluaskan informasi mengenai keberadaan fasilitas layanan konseling gratis yaitu Pusat Penguatan Karakter dan Konseling (P2K2). Dengan durasi 14 menit, karya ini dibuat untuk menjangkau seluruh *civitas* Universitas Padjadjaran terutama bagi mahasiswa yang mengalami masalah kesehatan mental namun belum tahu mengenai layanan yang disediakan oleh Universitas Padjadjaran.

Alur cerita dimulai dengan cuplikan dari kompilasi berita bahwa banyak mahasiswa akhir yang menyerah saat mengerjakan skripsinya, dan kemudian digambarkan kembali lewat kondisi Dimas yang mengalami kesulitan dalam mengerjakan skripsi dan menunjukkan gejala-gejala stres seperti frustrasi dan kehilangan motivasi. Namun, titik balik cerita terjadi ketika Dosen Pembimbingnya menyadari bahwa kondisi mental Dimas harus diatasi oleh profesional sehingga menyarankan untuk menggunakan fasilitas layanan konseling P2K2. Perjalanan cerita Dimas yang awalnya ragu untuk menggunakan fasilitas layanan tersebut hingga pada akhirnya berani melangkah untuk mencari bantuan menjadi poin penting dalam video ini. Visualisasi adegan di kamar kos, interaksi dengan dosen, hingga suasana saat ia mendatangi gedung P2K2 dirancang untuk membangun empati dan akhirnya menunjukkan bahwa mencari bantuan adalah sebuah langkah yang berani dan bukan merupakan tanda kelemahan.

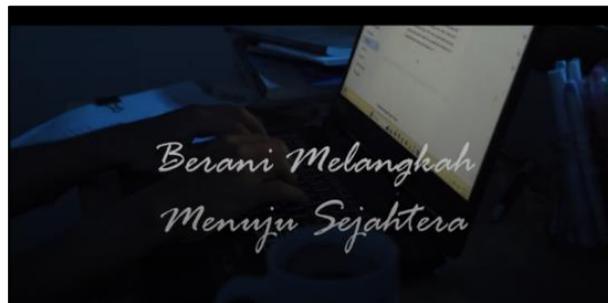
Secara keseluruhan video *feature* "Berani Melangkah Menuju Sejahtera" adalah karya video yang memadukan narasi, informasi faktual dari para ahli dan *review* dari mahasiswa yang pernah menggunakan layanan P2K2 untuk mencapai tujuan utama penciptaan karya ini. Karya video *feature* ini tidak hanya berfungsi sebagai media informasi, tetapi juga sebagai media untuk mengajak penonton terkhusus bagi mahasiswa agar semakin peduli terhadap kesehatan mental dan berani untuk mengambil langkah pertama mencari bantuan demi mencapai kesejahteraan.

Pada analisis dan sistematika karya, penulis akan membagi menjadi tiga (3) bagian utama

yaitu *sequence* pembuka, *sequence* dialog, dan *sequence* penutup. Analisis yang dilakukan dalam tiap *sequence* akan dibagi lagi menjadi tiga bahasan yang terdapat dalam video *feature*, yaitu analisis gambar, narasi, dan audio yang saling berkaitan untuk menyampaikan pesan utama karya dengan efektif.

Sequence Pembukaan

Sequence pembukaan dirancang secara strategis untuk membangun fondasi emosional karya dengan menenggelamkan penonton ke dalam kondisi psikologis karakter utama, Dimas. Pendekatan visual utamanya adalah "show, don't tell," di mana kekacauan mental karakter direpresentasikan melalui metafora visual, seperti kondisi kamar kos yang berantakan. Perencanaan tersebut diperkuat oleh penerapan teori *Laissez Faire* dimana sutradara hanya sebagai interpretator yang menjelaskan bagaimana perasaan tertekan dan frustrasi yang dibutuhkan secara garis besar kepada aktor daripada mengarahkan setiap gestur dengan detail (Dewojati, 2012).



Gambar 3. Pembangunan Karakter Dimas

Secara sinematografis, digunakan teknik *medium close-up* untuk agar penonton dapat melihat kondisi Dimas sehingga tercipta kedekatan emosional dan empati terhadap apa yang dirasakan oleh karakter Dimas. Kombinasi teknik *over-the-shoulder* dan *high angle* digunakan untuk memperlihatkan aktivitas yang sedang dilakukan Dimas. Sutradara mengarahkan videografer untuk mengambil gambar dengan teknik *medium shot* untuk memperlihatkan subjek orang dari tangan hingga ke atas kepala dengan sudut pandang sejajar mata. Gambar *Close Up* juga digunakan untuk memperlihatkan satu objek penting yaitu tanda bukti bahwa Dimas harus melakukan bimbingan skripsi dengan Dosen Pembimbingnya. Pilihan *shot* yang lebih lebar (*long shot* dan *very long shot*) berfungsi untuk membangun konteks ruang dan hubungan karakter dengan lingkungannya.

Pada *sequence* pembuka, narasi dibangun secara non-verbal untuk membangun konflik dan suasana secara efektif. Penggunaan kompilasi berita nyata mengenai depresi mahasiswa berfungsi sebagai *narrative hook* yang mengontekstualisasikan isu sebagai masalah yang relevan dan serius. Konflik utama diperkenalkan melalui pemicu berlapis: tekanan keluarga yang divisualisasikan melalui pesan teks, dan tekanan sosial yang ditampilkan lewat unggahan media sosial. Strategi ini dirancang untuk menciptakan kedekatan dan empati, karena merefleksikan pengalaman yang umum dialami oleh audiens target.



Gambar 4. Narasi Pembukaan

Elemen naratif tersebut diperkuat secara signifikan oleh desain audio. Pemilihan musik latar bertempo lambat dan bernuansa melankolis secara langsung mendukung penggambaran beban emosional karakter. Sesuai dengan teori musik film, tempo yang lambat secara efektif mengkomunikasikan perasaan sedih dan tertekan (Cohen, 2013), sehingga penonton dapat secara simultan merasakan atmosfer muram yang dialami oleh karakter utama sejak awal cerita.

Sequence Isi

Sequence isi merupakan inti dari karya yang menjalankan dua fungsi secara paralel: memajukan alur cerita dramatik dan menyajikan konten informatif melalui wawancara. Adegan dialog berfungsi sebagai penggerak narasi utama, terutama saat karakter Dimas berinteraksi dengan Dosen Pembimbing dan konselor. Secara visual, adegan ini mengadopsi teknik sinematografi konvensional untuk menciptakan interaksi yang natural dan melibatkan penonton. Penggunaan teknik *over-the-shoulder* dan *medium shot eye-level* efektif membangun dinamika percakapan yang setara dan empatik (Bordwell, 2020). Pada momen-momen krusial, *close-up* digunakan untuk menyorot keraguan dan pergulatan internal karakter, sementara *low-angle shot* diterapkan untuk memvisualisasikan beban psikologis yang ia rasakan (Naratama, 2013). Prioritas audio pada adegan ini adalah kejernihan vokal untuk memastikan pesan kunci, seperti rekomendasi untuk mengakses P2K2, tersampaikan secara jelas.



Gambar 5. Sequence Isi (Dialog)

Segmen wawancara dirancang untuk memberikan kredibilitas, landasan faktual, dan bukti sosial. Visual wawancara sengaja dibuat profesional dan jelas, menggunakan *medium shot* sebagai komposisi utama untuk menjaga fokus pada ekspresi dan gestur narasumber (Fachruddin, 2019), dengan *medium close-up* untuk menekankan poin-poin penting. Penerapan pendekatan Laissez-Faire memungkinkan narasumber untuk berbicara secara natural, sehingga penyampaian informasi terasa lebih otentik. Secara naratif, konten wawancara dari berbagai narasumber (Dosen Psikologi, Psikolog P2K2, dan mahasiswa) disusun secara strategis untuk saling melengkapi. Audio dari wawancara ini juga difungsikan sebagai *voice-over* untuk mengiringi cuplikan visual (B-roll), menciptakan lapisan informasi yang dinamis dan menarik.





Gambar 6. Sequence Isi (Wawancara)

Sequence Penutup

Visual pada *sequence* penutup adalah untuk memberikan resolusi dari perjalanan karakter Dimas, dia sudah merasa bahagia dan lepas dari beban mental yang dihadapi dan akhir dari video *feature* ini adalah sebuah ajakan bertindak (*call to action*) yang jelas. Setiap elemen visual dirancang untuk menunjukkan transformasi positif karakter Dimas dan memperkuat tujuan utama dari video *feature*.

Sutradara mengarahkan videografer menggunakan teknik *Middle Close Up* yang berfungsi untuk menunjukkan lingkungan sekitar subjek dan dapat melihat secara detail ekspresi pemain dengan jelas. Teknik menampilkan bagian pinggang sampai kepala, bertujuan agar penonton dapat merasakan emosi pemain sekaligus memahami kondisi tempat sekelilingnya (Naratama, 2013)



Gambar 7. Sequence Penutup Middle Close Up

Sutradara mengarahkan videografer menggunakan teknik *Medium Shot* pada bagian penutup berfungsi untuk menunjukkan ekspresi lega pada wajah Dimas yang menjadi puncak perubahan emosional dan sebagai penanda Dimas sudah sejahtera. Teknik ini menampilkan subjek dari pinggang sampai kepala sehingga memperlihatkan gambaran emosi khususnya ekspresi wajah yang bahagia setelah berani menceritakan masalah kesehatan mentalnya kepada profesional (Fachruddin, 2019). Teknik ini membuat penonton ikut merasakan kelegaan yang

dialami oleh Dimas

Gambar 8. Sequence Penutup Medium Shot



Pada *sequence* penutup penerapan teori *Laissez Faire* yaitu dengan memberikan kebebasan kepada Dimas untuk mengekspresikan perasaannya secara natural, sutradara hanya memberikan gambaran emosional yang ingin dicapai namun tidak menentukan secara detail bagaimana harus berekspresi dengan tujuan agar adegan penutup lebih menyentuh dan sesuai dengan perubahan kesehatan mental Dimas.

Narasi pada *sequence* penutup merupakan puncak dari alur keseluruhan pesan pada video *feature* "Berani Melangkah Menuju Sejahtera". Tujuannya menyatukan resolusi dari perjalanan karakter Dimas dan ajakan (*call to action*) dari narasumber pada penonton untuk berani mengambil langkah kecil agar menuju perubahan yang besar.

Audio pada *sequence* penutup dipilih dengan *backsound* yang memiliki *beat* yang semangat dan menginspirasi, perubahan tema musik yang drastis karena pada *sequence* pembuka diiringi dengan *backsound* yang lambat dan sedih. Pemilihan *backsound* ini bertujuan untuk mempresentasikan adanya perubahan karakter Dimas yang telah mencapai kesejahteraan dan memberikan semangat kepada penonton.

4. KESIMPULAN

Penulis sebagai sutradara melaksanakan tugas berdasarkan konsep penyutradaraan yang telah dibuat oleh Studio Antelope (2025) sehingga menghasilkan kesimpulan sebagai berikut :

- a. Pada tahap Pra Produksi sutradara melakukan survei ketempat lokasi *shooting*, membuat *director's treatment*, pemilihan pemeran, hingga melakukan *briefing* pada narasumber terkait. Tahap Pra Produksi terlaksana dengan lancar dan sesuai dengan *timeline* yang direncanakan. Perencanaan yang matang pada tahap ini menjadi kunci kelancaran proses produksi yang akan dilaksanakan.
- b. Pada tahap Produksi sutradara melakukan koordinasi dengan tim dan pemain, mengarahkan pemain, memantau dan membantu videografer, hingga melakukan pengecekan pada hasil video. Pada saat hari kedua proses produksi terjadi beberapa tantangan seperti kru terlambat datang ke lokasi *shooting*, salah satu pemeran mengalami perubahan, serta harus melakukan penyesuaian waktu dengan pemeran pengganti sehingga waktu produksi selesai lebih lama dari yang sudah direncanakan. Maka tugas dari sutradara harus segera beradaptasi dengan menyusun ulang rencana *shooting* dan mengisi waktu yang kosong dengan mengambil *footage* tambahan yang diperlukan.
- c. Pada tahap Pasca Produksi tugas sutradara mengevaluasi hasil editing, diskusi bersama editor, monitoring editing, evaluasi dan revisi video, *preview*, hingga penayangan video. Kendala yang terjadi pada saat proses pasca produksi yaitu tidak adanya *timeline* kerja yang jelas untuk proses penyelesaian editing. Hal ini menjadi pelajaran bagi sutradara akan pentingnya menyusun jadwal yang terstruktur untuk mengontrol setiap tahapan Pasca Produksi yaitu mulai dari penyuntingan hingga finalisasi video.

DAFTAR REFERENSI

- Amatullah, N. (2025). Dampak Kesejahteraan Psikologis terhadap Penilaian Diri dan Interaksi Sosial. *Jurnal Psikologi Terapan*, 13(1), 45-58.
- Assiddiqi, M. H. (2022). Penerapan Teknik Penyutradaraan dalam Produksi Video Feature. *Jurnal Sinematografi*, 4(2), 112-125.
- Bohlmeijer, E., & Westerhof, G. J. (2021). The model of psychological well-being. In *The Oxford Handbook of Positive Psychology*. Oxford University Press.
- Bordwell, D., & Thompson, K. (2020). *Film Art: An Introduction*. McGraw-Hill.
- Chatlina, L. (2024). Analisis Tekanan Budaya Patriarki terhadap Ekspresi Emosi pada Laki-Laki di Indonesia. *Jurnal Studi Gender*, 18(1), 30-44.
- Harahap, H. (2022). Unsur-Unsur Penting dalam Penulisan Feature Jurnalistik. *Jurnal Komunika*, 10(2), 201-215.
- Kenedi, J. (2023). Urgensi Pelayanan Bimbingan dan Konseling di Perguruan Tinggi untuk Kesehatan Mental Mahasiswa. *Jurnal Edukasi Konseling*, 7(1), 14-25.
- Maslahat, U. (2021). Strategi Menghadapi Krisis Kesehatan Mental: Peran Terapi Psikologis dan Dukungan Komunitas. *Jurnal Kesehatan Jiwa*, 9(2), 155-168.
- Muliani, L. (2021). Stres Akademik pada Mahasiswa: Pemicu dan Dampaknya. *Jurnal Psikologi Udayana*, 8(1), 50-61.
- Pisca, A., dkk. (2024). Analisis Konten Feature sebagai Bentuk Jurnalisme Sastra. *Jurnal Bahasa dan Sastra*, 12(1), 78-90.
- Rahmawaty, R. (2022). Hubungan antara Tekanan Lingkungan Sosial dengan Risiko Gangguan Mental. *Jurnal Psikologi Sosial*, 20(2), 134-147.
- Rahmi, A. (2021). Keterkaitan Jiwa dan Tubuh sebagai Satu Kesatuan Utuh dalam Perspektif Kesehatan Holistik. *Jurnal Filsafat Indonesia*, 4(3), 210-219.
- Ramadhani, A., & Mastuti, E. (2022). Stres pada Mahasiswa pada Fase Transisi dari Sekolah Menengah ke Perguruan Tinggi. *Jurnal Psikologi Pendidikan & Konseling*, 8(1), 44-53.
- Sabir, M. (2021). Peran Faktor Biologis dalam Kesehatan Mental: Ketidakseimbangan Neurotransmitter dan Genetik. *Jurnal Ilmiah Kedokteran*, 10(2), 88-97.
- Sagar-Ouriaghli, I., Godfrey, E., Bridge, L., & Brown, J. S. L. (2020). Improving Mental Health Service Utilization Among Men: A Systematic Review and Synthesis of Behaviour Change Techniques Within Interventions. *American Journal of Men's Health*, 14(3).