

BAB II

TINJAUAN TEORI

2.1 Depresi

2.1.1 Pengertian Depresi

Depresi merupakan kondisi emosional yang biasanya ditandai dengan kesedihan yang amat sangat, perasaan tidak berarti dan bersalah, menarik diri, tidak dapat tidur, kehilangan selera, minat dalam aktivitas sehari – hari (Gerald C. Davison, 2004). Depresi adalah gangguan *mood*, kondisi emosional berkepanjangan yang mewarnai seluruh proses mental berpikir, berperasaan dan berperilaku seseorang (Rice PL, 1992). Pada umumnya *mood* yang secara dominan muncul adalah perasaan tidak berdaya dan kehilangan harapan.

Depresi adalah salah satu bentuk gangguan jiwa pada alam perasaan afektif, mood yang ditandai kemurungan, kesedihan, kelesuan, kehilangan gairah hidup, tidak ada semangat, dan merasa tidak berdaya, perasaan bersalah atau berdosa, tidak berguna dan putus asa (Iyus Yosep, 2007). Depresi dapat didefinisikan menjadi dua keadaan, yaitu pada orang normal dan pada kasus patologis. Pada orang normal, depresi merupakan keadaan kemurungan, kesedihan, patah semangat yang ditandai dengan perasaan tidak pas, menurunnya kegiatan dan pesimisme menghadapi masa yang akan datang. Sedangkan pada kasus patologis, depresi merupakan ketidakmauan ekstrim untuk mereaksi terhadap perangsang, disertai menurunnya nilai diri, delusi ketidakpasan, tidak mampu dan putus asa (Chaplin, 2002)

Depresi adalah kemuraman hati kepedihan, kesenduan, keburaman perasaan yang patologis sifatnya (Kartono, 2002). Biasanya timbul oleh rasa inferior, sakit hati yang dalam, penyalahan diri sendiri dan trauma psikis. Jika depresi itu psikotis sifatnya, maka disebut melankholi.

Berdasarkan beberapa definisi diatas, dapat disimpulkan bahwa depresi merupakan gangguan emosional atau suasana hati yang buruk yang

ditandai dengan kesedihan yang berkepanjangan, putus harapan, perasaan bersalah dan tidak berarti. Sehingga seluruh proses mental berpikir, berperasaan dan berperilaku tersebut dapat mempengaruhi motivasi untuk beraktivitas dalam kehidupan sehari – hari maupun pada hubungan interpersonal.

2.1.2 Gejala Depresi

Pada umumnya individu yang mengalami depresi menunjukkan gejala psikis, fisik dan sosial yang khas. Tinggi rendahnya gejala bervariasi dari waktu ke waktu. Menurut Institut Kesehatan Jiwa Amerika Serikat (NIMH) dan *Diagnostic and Statistical Manual IV – Text Revision* (DSM IV – TR) (American Psychiatric Association, 2000). Kriteria depresi dapat ditegakkan apabila sedikitnya 5 dari gejala dibawah ini telah ditemukan dalam jangka waktu 2 minggu yang sama dan merupakan suatu perubahan pola fungsi dari sebelumnya. Gejala dan tanda umum depresi adalah sebagai berikut :

1. Gejala Fisik

- a. Gangguan pola tidur. Sulit tidur (insomnia) atau tidur berlebihan (hypersomnia)
- b. Menurunnya tingkat aktivitas, misalnya kehilangan minat, kesenangan atas hobi atau aktivitas yang sebelumnya disukai.
- c. Sulit makan atau makan berlebihan (bisa menjadi kurus atau kegemukan)
- d. Gejala penyakit fisik yang tidak hilang seperti sakit kepala, masalah pencernaan (diare, sulit BAB dll), sakit lambung dan nyeri kronis
- e. Terkadang merasa berat di tangan dan kaki
- f. Energi Lemah, kelelahan, menjadi lamban
- g. Sulit berkonsentrasi, mengingat, memutuskan.

2. Gejala Psikis

- a. Rasa sedih, cemas, atau hampa yang terus menerus

- b. Rasa putus asa dan pesimis
- c. Rasa bersalah, tidak berharga, rasa terbebani dan tidak berdaya/berguna
- d. Tidak tenang dan gampang tersinggung
- e. Berpikir ingin mati atau bunuh diri
- f. *Sensitive*
- g. Kehilangan rasa percaya diri

2.1.3 Penyebab Depresi

Faktor – faktor yang dihubungkan dengan penyebab dapat dibagi atas faktor biologi, faktor psikologis/kepribadian dan faktor sosial. Dimana ketiga faktor tersebut dapat saling mempengaruhi satu dengan yang lainnya (Kaplan, 2002 dan Nolen – Hoeksema & Girgus dalam Krenke & Stremler, 2002).

1. Faktor Biologi

Beberapa peneliti menemukan bahwa gangguan *mood* melibatkan patologik dan *system* limbiks serta ganglia basalis dan hypothalamus. Dalam penelitian biopsikologi, neorepinefrin dan serotonin merupakan dua neurotransmitter yang paling berperan dalam patofisiologi gangguan *mood*. Perubahan perasaan atau tingkah laku yang merupakan akibat langsung dari keadaan emosi. Pada wanita, perubahan hormon dihubungkan dengan kelahiran anak dan menopause juga dapat meningkatkan risiko terjadinya depresi.

2. Faktor Psikologis/Kepribadian

Ketika seseorang merasa tertekan akan cenderung focus pada tekanan yang mereka rasakan dan secara pasif merenung daripada mengalihkannya atau melakukan aktivitas untuk merubah situasi (Nolen – Hoeksema & Girgus). Pemikiran irasional yaitu pemikiran yang salah dalam berpikir seperti menyalahkan diri sendiri atas ketidak beruntungan, sehingga individu yang mengalami depresi cenderung pesimisme dan apatis.

3. Faktor sosial

1. Kejadian tragis seperti kehilangan seseorang atau kehilangan dan kegagalan pekerjaan
2. Paska bencana
3. Melahirkan
4. Masalah keuangan
5. Ketergantungan terhadap narkoba atau alcohol
6. Trauma masa kecil
7. Terisolasi secara sosial
8. Faktor usia dan gender
9. Tuntutan dan peran sosial misalnya untuk tampil baik, menjadi juara di sekolah ataupun tempat kerja
10. Dampak situasi kehidupan sehari-hari lainnya

2.1.4 Depresi di Masyarakat

Depresi merupakan gangguan mental yang sering terjadi di tengah masyarakat. Berawal dari stress yang tidak diatasi, maka seseorang bisa jatuh ke fase depresi. Penyakit ini kerap diabaikan karena dianggap bisa hilang sendiri tanpa pengobatan. Di masyarakat banyak beredar kepercayaan atau mitos yang salah mengenai gangguan mental, ada yang percaya bahwa gangguan mental terutama depresi disebabkan oleh gangguan roh jahat, ada yang menuduh bahwa itu akibat guna-guna, karena kutukan atau hukuman atas dosanya. Hingga akhirnya solusi yang disarankan adalah mendekati diri kepada Tuhan agar penyakit tersebut diangkat. Kepercayaan yang salah ini hanya akan merugikan penderita dan keluarganya karena pengidap depresi tidak mendapat pengobatan secara cepat dan tepat. Bahkan gangguan depresi dianggap memalukan atau membawa aib bagi keluarga. Hal kedua inilah yang biasanya terjadi dikalangan masyarakat saat ini. Kurangnya kesadaran dan pengetahuan masyarakat tentang depresi menimbulkan perlakuan dan sikap

yang salah terhadap orang pengidap depresi tersebut.

Pada tahun 2019 hasil survey yang dilakukan oleh psikiater RS Hasan Sadikin Bandung dr. Teddy Hidayat Sp.KJ menyimpulkan 30,5 persen mahasiswa mengalami depresi, 20 persen berpikir serius untuk bunuh diri, dan 6 persen sudah melakukan percobaan bunuh diri. Hasil ini menggambarkan bagaimana kesadaran beberapa perguruan tinggi dalam menyikapi depresi ini. Peran pemda dan kampus, sangat krusial untuk menangani masalah ini. Salah satu solusi yang coba dilakukan adalah pengadaan pelatihan pertolongan pertama pada krisis mental dan bunuh diri. Pelatihan ini, bukanlah bertujuan menghasilkan terapis, tetapi memberikan pengetahuan olah rasa sehingga anak muda bisa mengenal tanda-tanda krisis mental seperti bunuh diri dan segera mencari pertolongan.

2.2 Fotografi

2.2.1 Pengertian Fotografi

Istilah fotografi berasal dari dua kata Yunani *phos* dan *graphe*. *Phos* berarti cahaya, sementara *graphe* berarti melukis atau menggambar. Dengan demikian, berdasarkan akar katanya fotografi diartikan sebagai “melukis atau menggambar dengan menggunakan cahaya”.² Istilah fotografi diperkenalkan pertama kalinya oleh Antoine Hercules Romuald Florence, seorang pedagang obat yang menemukan teknik poligrafi di tahun 1832. Ia menggunakan istilah fotografi untuk menggambarkan proses pembuatan gambar secara permanen dari pelat kaca yang sudah digores, lalu diletakkan di atas kertas yang diberi campuran kimia perak klorida yang sensitif cahaya dan larutan amonia. Meskipun digunakan pertama kali oleh Florence, istilah ini tidak dipopulerkan Florence. Istilah ini menjadi semakin populer setelah digunakan John Herschel, seorang Inggris yang melakukan eksperimen kimiawi juga untuk menghasilkan gambar fotografis. Herschel menggunakan kata “spesimen fotografis” dalam surat kepada Talbot.

Menurut Maynard, fotografi merupakan sains (atau lebih tepatnya

seni) menghasilkan gambar dengan menggunakan aktivitas penandaan (*marking*) pada suatu permukaan sensitif dengan menggunakan bantuan cahaya. 4 Proses penandaan itu melibatkan peran teknologi optis-kimiawi (dalam fotografi analog) atau optis-elektronis (dalam fotografi digital). Bagi Maynard, fotografi ditandai dengan adanya aspek: cahaya, proses penandaan, dan permukaan yang sensitif. Bagi Maynard, fotografi lebih dipahami sebagai suatu proses (langkah atau prosedur teknis), ketimbang hasil (foto sebagai produknya). Maynard mengatakan bahwa fotografi lebih mudah dipahami dari perspektif teknologinya, yaitu prosedur atau langkah-langkah teknis dalam menghasilkan gambar. Ia bahkan menyatakan bahwa apa yang dipatenkan para penemu fotografi (seperti halnya Talbot) bukanlah foto, tetapi langkah-langkah atau prosedur-prosedur fotografis.

2.2.2 Fotografi Sebagai Karya Seni

Dikenal juga umumnya sebagai seni fotografi, fotografi *artistic* dan sebagainya, istilah fotografi seni tidak memiliki makna atau definisi yang disepakati secara universal. Definisi Fotografi merujuk pada foto yang dibuat sesuai dengan *artistic* sang juru kamera ketika menangkap realita yang bertujuan untuk menghasilkan kesan personal atau menggugah perasaan. Fotografi seni merupakan kegiatan transfer pesan secara visual yang berdasarkan pengalaman sang fotografer yang merangkap sebagai komunikator kepada penyampaian pesan secara visual dari pengalaman yang dimiliki fotografer kepada komunikan dengan tujuan untuk mempengaruhi jalan pikirannya. Atau bisa juga dikatakan bahwa fotografi dalam pengertian seni itu menggambarkan setiap gambar yang diambil oleh kamera dengan tujuan menyampaikan pesan secara visual yang mengutamakan estetika atau keindahan yang dapat dibedakan dengan fotografi ilmiah, komersial atau jurnalistik.

Dalam pembacaan "seniman fotografi" Asmudjo J. Irianto menjelaskan bahwa penyebutan tersebut mengacu pada seniman yang memanfaatkan medium fotografi, baik itu dari dunia seni maupun seorang

fotografer yang menghasilkan karya seni. Pemisahan ini tidaklah terlalu berarti dalam seni kontemporer, namun di Indonesia sendiri, perbedaan ini masih nampak. Ini bisa ditelusuri dalam penempatan fotografi seni dalam peta seni rupa kontemporer Indonesia yang terbilang masih belum menjulang. Asmudjo J. Irianto juga mengemukakan bahwa praktik dan wacana seni rupa kontemporer termasuk fotografi seni tidak pernah bisa dilepaskan dari pengaruh praktik dan wacana seni rupa kontemporer Barat dalam peranannya memberikan kontribusi sejarah seni yang signifikan.

Ketika fotografi dalam era pos-modern mendapatkan tempatnya sebagai leader, ini berarti satu hal, kebudayaan kontemporer yang dalam hal ini memikat dengan perkembangan media massa, menempatkan segala produksi citraan dari turunan fotografi sebagai prioritas, dan itu berarti medium fotografi benar-benar tepat sebagai maskot budaya yang mendampinginya. Ini juga berarti fotografi merupakan medium penyalur kritik yang sesuai dalam mempersoalkan kebudayaan kontemporer.

Dalam era kontemporer yang diiringi dengan perkembangan teknologi komunikasi yang pesat, fotografi dalam kesehariannya menjadi hal yang biasa, sehingga menghilangkan kepekaan dan kesadaran akan kehadirannya. Dan disinilah peran seniman foto kontemporer dalam menyajikan serta mengajak penonton untuk memasuki cara pandang kritis terhadap kebudayaan visual.

Perjalanan kesejarahan fotografi mejadi seni dimulai ketika fotografi, sebagai penangkap realitas secara rinci menggeser seni lukis sebagai agen representasi, namun fotografi tidak bisa disandingkan dengan lukisan terkait produksinya yang mekanik. Namun, seiring perjalanan fotografi yang kerap mengarahkan pada penciptaan foto-foto dengan kadar estetik, disinilah fotografi mulai menempatkan diri sebagai bagian dalam seni modern.

Kemudian Asmudjo J. Irianto menuturkan bahwa era post modern disebut juga era seni post-medium yang berarti identitas medium dan kategori seni tak lagi diperdebatkan, semua tampak cair. Ini memungkinkan seniman bebas dalam mempergunakan atau mencampur berbagai kemungkinan medium, atau mungkin juga bisa setia pada satu medium tertentu. Hal ini

berlaku pula untuk teknik dalam fotografi, ini tergantung pada kebutuhan dan intensi seniman, baik itu sesuatu yang *advance* atau seadanya.

Hal inilah yang kemudian menjadikan fotografi seni kontemporer tidak berfokus pada pencarian kualitas estetik dan keteknikan fotografi semata, lebih dari itu, kekuatan representasi pemaknaan dari sebuah karya yang dibuat menjadi prioritasnya, kualitas estetik ini tentunya periferal atau bisa dikatakan sebagai modal penggerak ketertarikan penonton untuk masuk lebih jauh ke dalam ruang representasi yang dibangun seniman. Fotografi seni kontemporer tidak lagi mempersoalkan pelakunya, apakah dari dunia seni atau dunia foto.

2.2.3 Fotografi Sebagai Medium Berekspresi

Fotografi sebagai media berekspresi dan komunikasi yang kuat, menawarkan berbagai persepsi, interpretasi dan eksekusi yang tak terbatas (Ansel Adams). Fotografi sebagai medium berekspresi, kaitannya adalah dengan fotografi sebagai media dalam penciptaan karya seni. Seni berurusan dengan komunikasi gagasan dan rasa melalui medium kenikmatan (*sensuous medium*)—warna, bunyi, perunggu, pualam, kata. Medium ini diolah menjadi karya dengan ciri pokok berupa keindahan dan keutuhan bentuk. Karya itu punya daya tarik bagi akal-budi, merangsang emosi, menggetarkan daya khayal, dan mempertajam indera (Calne 2004). Penciptaan karya seni memang merupakan kerja pengungkapan diri, ekspresi diri, dalam suatu wujud benda seni. Dari definisi di atas, maka seni dalam penciptaannya adalah suatu media bagi seseorang untuk mengungkapkan; berekspresi (Sumardjo 2000). Pengaruh dari medium fotografi pada seni, penggambaran umum dari perubahan sosial ini dalam penciptaan gambar visual perlu diingat dan dikukuhkan dalam pikiran. Dengan kata lain, perubahan dari seni sejak adanya fotografi juga adalah bagian dari peralihan besar dalam sejarah penggunaan dan fungsi dari imaji dalam lapisan masyarakat yang berbeda-beda. Kita tidak dapat sepenuhnya memisahkan pergeseran dari praktik seni dari pergeseran besar dalam media visual di kebudayaan lainnya (Bate 2009).

2.3 Referensi Karya Fotografi

Referensi karya dibutuhkan untuk menjadi patokan dalam pembuatan hasil karya fotografi. Referensi yang dipilih merupakan karya fotografi yang cara penyampaian informasinya dengan menggambarkan suatu keadaan secara tersirat. Berikut beberapa karya fotografi yang menjadi referensi :



Gambar 2.1 Hasil Foto John Keedy
Sumber : google

John Keedy adalah seorang fotografer dan seniman yang mempelajari fotografi pada usia muda lewat ayahnya, memicu minat dalam mengejar karir fotografi untuk dirinya sendiri. Keedy menciptakan gambar yang meneliti konsep identitas pribadi dan kenormalan dalam masyarakat. Serial “*It’s Hardly Noticeable*” mengeksplorasi masalah tabu penyakit mental. Seperti namanya Keedy mengeksplorasi fakta bahwa banyak orang memiliki penyakit mental yang sering tidak terlihat oleh masyarakat umum seperti gangguan kecemasan dan OCD. Keedy menggunakan kecemasannya sendiri, untuk mengilhami seri ini, memungkinkan gambar-gambar yang dibangun untuk menyoroti pengaruh pikiran dengan rutinitasnya dan bagaimana mereka membedakannya dari seseorang yang tidak memiliki penyakit mental.

Gambar-gambar mengungkap hubungan antara realitas dan persepsi sambil mempertanyakan stereotip normalitas.



Gambar 2.2 Hasil Foto Jeffrey Wall
Sumber : google

Insomnia (1994) dibuat oleh Jeffrey Wall, OC, RSA lahir 29 September 1946 . Jeff Wall adalah seorang seniman Kanada yang terkenal karena foto *cibachrome back-lit* dan tulisan sejarah seni berskala besar. Foto Insomnia ini dibuat dengan perangkat komposisi yang mirip dengan lukisan Renaissance, sudut dan objek pemandangan dapur yang mengarahkan kita melalui gambar dan memimpin pemahaman kita tentang aksi dan narasi. Tata letak interior bertindak sebagai seperangkat petunjuk untuk peristiwa yang bisa mengarah ke momen ini. Kondisi di sekitar dapur terlihat seperti dalam keadaan gelisah, tidak puas, pasrah meringkuk di lantai dengan putus asa atau kurang tidur. Kurangnya detail sederhana di dapur ini merupakan efek dari gaya hidup karakter penderita insomnia karya foto ini terlihat seperti teater yang dilihat dari atas panggung.



Gambar 2.3 Hasil Karya Gillian Wearing
Sumber : google

Gillian Wearing adalah seorang seniman Inggris kontemporer yang foto-foto dan videonya didorong secara konseptual menyelidiki dinamika kekuatan dalam kehidupan sehari-hari. Berfokus lebih pada menangkap kesadaran diri subjeknya daripada pada masalah estetika. *“Signs that say what you want them to say and not Signs that say what someone else wants you to say”* merupakan karya foto lebih dari 500 orang asing yang dia temui di jalan-jalan London, Wearing meminta masing-masing untuk menulis di selembar kertas apa pun yang ada di mereka pikiran. Itu bukan usaha pertama Wearing dalam fotografi tetapi kolaborasi signifikan pertamanya dengan publik. Wearing menanggapi stereotip orang-orang Inggris yang terlalu tertutup dan tidak ramah terhadap orang asing, dengan menawarkan suara kepada orang-orang asing ini untuk mengatakan sesuatu tentang diri mereka sendiri. Meskipun beberapa individu menanggapi dengan kasar pendekatan seniman, sebagian besar menganggap proyek itu serius dan ingin berkolaborasi.



Gambar 2.4 Hasil Karya Foto Zhang Huan
Sumber : google

Zhang Huan lahir pada tahun 1965 di Kota Anyang di Provinsi Henan di Tiongkok. Dia menerima gelar BA dari Universitas Henan di Kai Feng pada tahun 1988 dan MA dari Akademi Seni Rupa Pusat di Beijing pada tahun 1993. Hidup di antara komunitas seniman di lingkungan miskin di pinggiran Beijing, Zhang menciptakan beberapa pertunjukan yang menguji batas ketidaknyamanan yang tubuhnya bisa bertahan. Beberapa pertunjukan yang dilakukan Zhang Huan yaitu seperti Angel (1993), 12 Meter Persegi (1994), 65 Kilogram (1994), dan serangkaian foto hitam-putih berjudul Skin (1997) menunjukkan Zhang mendistorsi wajahnya dengan tangannya.



Gambar 2.5 Hasil Karya Foto Shizuka Yokomizo

Sumber : google

Dear Stranger, serangkaian potret foto 1998-2000 oleh fotografer Jepang Shizuka Yokomizo. Yokomizo belajar filsafat di Universitas Chuo di Tokyo dari tahun 1985 hingga 1989. Pada tahun yang sama, ia pindah ke Inggris untuk belajar seni rupa di Sekolah Tinggi Seni dan Desain Chelsea. Setelah mendapatkan gelar sarjana, ia terus belajar seni di Universitas Goldsmiths London dari tahun 1993 hingga 1995. Sebagian besar fotografinya menggunakan cetakan kromogenik. Karyanya telah dipajang di seluruh Amerika Serikat, Eropa, Korea Selatan, dan Jepang. Setiap potret dari

seri khusus ini menampilkan satu orang, dengan ekspresi yang tampaknya teralihkan, sementara menatap ke luar jendela. Dear Stranger secara efektif membangun hubungan antara subjek dan penonton seolah-olah subjek sedang bercermin dan penonton diposisikan sebagai pengganggu melihat ke dalam ruang yang merupakan kehidupan pribadi subjek.

