

REFLEKSI VISUAL HENING DALAM MEDITASIR.Y. Adam Panji Purnama¹Tohari²Program Studi Televisi dan Film, Fakultas Budaya dan Media,
Institut Seni Indonesia Bandung

Jalan Buahbatu No. 212 Bandung 45265

Telp. 08122182306

Surel: adampanjipurnama@gmail.com

Volume 8 Nomor 2,
November 2024: 181-
200

Received: 10 July 2024

Accepted: 7 December 2024

Published: 11 December 2024

ABSTRAK

Fotografi sebagai media meditasi belum diketahui banyak orang, baik tujuan maupun manfaatnya. Meditasi (*Manekung*) sejak dulu banyak dilakukan saat suasana hening, serta peluapan emosi menuju ketenangan pikir dan hati, dengan capaian kesadaran diri sebagai makhluk ciptaan yang Maha Kuasa. Suasana hening, ditangkap indrawi dengan mengutamakan olahan peka rasa, divisualkan melalui karya fotografi hitam putih, berkesan lebih menonjolkan nuansa keheningan yang semakin sepi. Permasalahan yang diselesaikan yaitu produksi karya foto hening melalui proses meditasi. "Hening" berupa cipta karya fotografi, prosesnya menerapkan pendekatan *Practice-led Research* yang dilakukan melalui studi praktik dengan memokuskan pada refleksi visual keheningan. Kreativitas pengkaryaan fotografi berlokasi di pesisir, dengan berbagai benda, dan alam beserta lingkungan sebagai subjek penciptaannya. Penciptaan foto hening menerapkan tiga tahap: *pertama*, tahap praproduksi, dilakukan observasi dan eksplorasi suasana di berbagai tempat pesisir, diperoleh gambaran subjek tanggul muara batu, kincir air, ombak, batang kayu, serta lainnya, dengan pedoman konsep sesuatu yang hening; *kedua*, tahap produksi, proses pewujudan dengan memotret suasana keheningan yang dibarengi meditasi dan kontemplasi, serta aktivitas penyuntingan karya fotografi hitam putih; dan *ketiga*, pascaproduksi, penyajian dan publikasi karya. Hasil penciptaan karya fotografi berupa refleksi visual bernuasa hening, yang diselimuti ketenangan, kesepian, dan menyendiri.

Kata kunci: *hening, fotografi, penciptaan foto.*

ABSTRACT

Visual reflection of "Silent" in meditation. *Photography as a medium for meditation is not yet known to many people, neither its purpose nor its benefits. Meditation (Manekung) has long been done in times of silence, as well as the release of emotions leading to peace of mind and heart, with the achievement of self-awareness as an Almighty-created being. The atmosphere of silence, captured by the senses by prioritizing sensitive processing, is visualized through black and white photography, highlighting the increasingly quiet nuance of silence. The problem being*

solved is the production of silent photo works through a meditation process. "Silence" takes the form of creating photographic works; the method applies a Practice-led Research approach, which is carried out through practical studies by focusing on the visual reflection of silence. The creativity of photography works is located on the coast, with various objects, nature, and the environment as the subjects of its creation. The creation of silent photos applies three stages: first, Pre-production, observations and exploration of the atmosphere in various coastal locations are carried out, images are obtained of the subject of estuary embankments, waterwheels, waves, logs, and others, guided by the concept of something silent; second, the production stage, the realization process by photographing an atmosphere of silence accompanied by meditation and contemplation, as well as the activity of editing black and white photography works; and third, post-production, presentation and publication of the work. The results of the creation of photographic works are visual reflections with a silent atmosphere shrouded in calm, loneliness, and solitude.

Keywords: *silence, photography, photo creation.*

PENDAHULUAN

Meditasi sejak dulu sudah banyak dilakukan manusia, kelakuan tersebut berkaitan dengan aktivitas spiritual, dalam keseharian, atau ritual insidental. Berbagai model, teknik, dan metode dalam melakukan meditasi, sesuai dengan kepercayaan dan keyakinan yang dianutnya. Pelaksanaan meditasi tahap awal masih berupa aktivitas pengembaraan imajinasi manusia dalam perjalanan menuju kesadaran diri, dan terus meningkat sampai pada tahap yang semakin banyak tantangan diri. Hal ini disebabkan dinamika kehidupan yang masih mempunyai kesulitan dalam pemisahan wilayah diri, antara wilayah ragawi dan wilayah bathini. Namun setiap prosesi meditasi tetap memiliki tujuan, jangka pendek untuk kehidupan lahiriah, dan tujuan

jangka panjang untuk kedamaian bathiniah.

Tujuan utama para pelaku meditasi hampir mempunyai kesamaan, yaitu lebih menuju kesadaran diri dalam merenung. Seseorang merenung untuk mengingat kembali tentang segala tindakan yang telah dilakukan, hal ini merupakan bagian dari perjalanan meditasi membangkitkan kesadaran dirinya. Sehingga aktivitas penyadaran akan tumbuh untuk terus memperbaiki diri (proses introspeksi) serta semakin bijak dan waspada dalam setiap melangkah untuk pembiasaan tindakan berikutnya.

Introspeksi diri ini merupakan kegiatan untuk lebih mengenal diri, semakin sering dilakukan maka akan menjadi semakin dalam mengenal diri

sendiri. Menurut Ibnu Arabi (Izutsu, 2016), untuk mengenal Sang Mutlak maka individu-individu sebagai makhluk di alam semesta ini harus mengenal dan mengetahui diri sendiri. Persepsi ketuhanan yang memanasifestasikan diri-Nya menjadi aneka ragam. Dalam dunia sufi, manifestasi tersebut disebut tajali. Pengalaman bathiniah secara spiritual ini sebagai dasar kesadaran diri tentang hubungan diri dengan sang pencipta, mengenal lebih dekat atas Sang Pencipta dari hasil ciptaan-Nya. Maka dapat dikatakan mengenali diri berarti mengenali Tuhannya, tetapi butuh proses dan tahapan yang cukup panjang untuk mencapai perihai mengenal dan 'bertemu' Tuhannya.

Kesadaran termudah adalah kesadaran bahwa manusia terbagi menjadi beberapa bagian, yaitu: logika dan pikiran, perasaan, suara hati (qolbu), tubuh dan indrawi, lingkungan dunia yang mempengaruhi dirinya. Kesadaran tersebut sangat niscaya dapat dikosongkan dan menghilangkan untuk mendapatkan pencerahan, karena ingatan akan kembali dan menguasai, pada akhirnya seperti mengendalikan diri menjadi lebih tertekan, dan selalu menginginkan terpenuhi kebutuhan fisiknya (ragawi). Maka timbul permasalahan,

bagaimana dapat merenung mengenal diri, sementara pikiran terus menguasai, perasaan bercampur-aduk, tubuh merasakan sensasi, lingkungan yang terus banyak menuntut. Pada fase tertentu, hal ini yang akan menjadikan seseorang terjebak dalam "lingkup ketertekanan". Lantas, bagaimana mengatasi perihai kesadaran tersebut, jika pemetaan tubuh, seperti keberadaan: (1) alam pikiran (logika, otak); (2) alam perasaan (emosi, nafsu); (3) tubuh (indrawi, jasmani); (4) suara hati (qolbu); dan (5) lingkungan luar yang mempengaruhi (pengalaman, sosial, semesta), semuanya mengalami gangguan. Namun sangat diyakini, bila kesadaran terhadap lima unsur tersebut dipahami, maka tidak akan ada kesulitan dalam menjalani meditasi menuju kesadaran diri sampai yang terdalam, yakni menemui suasana hening.

Kondisi suasana hening dapat dirasakan sesaat, dimana saja, dan kapan saja, bergantung dari seseorang dapat menikmati dirinya dalam melakukan sesuatu. Sensasi hening akan berkelanjutan dari kesadaran yang didapat dari melakukan meditasi. Aktivitas meditasi ini yang dijadikan sebagai sumber ide riset produksi karya fotografi yang berkelanjutan, dan

pada 2023 dilakukan riset lanjutan “foto hening” dari proses meditasi.

Riset karya ‘hening’ ini juga kelanjutan dari hasil riset karya seni terdahulunya, yaitu ‘Manekung’ (2022). Riset “Manekung: Fotografi sebagai Media Meditasi”, yang dilanjutkan ke tahap dua (2023), yaitu “Hening”, dengan mengusung tema refleksi visual hening dalam meditasi. Visualisasi tersebut melalui ‘perekaman pengalaman, pikiran, dan emosi batin’ bermedia fotografi sebagai perwujudannya.

Pilihan fotografi dalam mewujudkan refleksi visual hening, dianggap paling tepat, baik secara teknis, maupun secara tampilan yang menggambarkan suasana yang diharapkan. Refleksi visual “hening”, suatu upaya merekam dan membekukan suasana (*entire*) dari sebuah kejadian yang dirasakan fotografer ketika bermeditasi menuju keheningan, pada satu tempat tertentu, satu waktu, dan momen tersebut dapat ditangkap dengan penikmatan berkarya yang menghasilkan suasana hening pada karya foto yang dihasilkan. Penampilan bukti subjektif ‘hening’ pada hasil karya fotografi, dibuat melalui kesadaran diri, perenungan, dan imajinasi fotografer.

Penentuan tempat, pilihan objek, dan waktu, serta warna

menjadi penting untuk dipertimbangkan agar terbangun kembali suasana ‘hening nyata’ dan hening dalam karya visual. Suasana hening pun bisa didapat/dicari di mana saja, tergantung dari pengalaman serta kepekaan diri dalam menikmati dan menemukan, maka kepekaan terhadap suasana ini perlu diasah dengan melakukannya tanpa beban berkarya, tetapi karya yang dihasilkan murni ditemukan pada saat melakukan upaya ‘hening’.

Proses produksi foto ‘hening’ berlokasi di pesisir Indramayu Jawa Barat, dari kecamatan Sukra, Patrol, Kandanghaur, Losarang, Lohbener, Sindang, Indramayu, Balongan, Juntinyuat, Karangampel, sampai wilayah kecamatan Krangkeng. Waktu pemotretan ditentukan berdasarkan kebutuhan dan suasana lokasi, ada suasana pagi, siang, sore, bahkan larut malam untuk mencapai ‘derajat’ hening yang hakiki.



Gambar 1. Tampilan suasana sepi, yang belum mencapai tingkat foto “hening”.

Suasana hening (dalam pandangan mata) tidak semua bisa menghasilkan karya foto ‘hening’, sebab hening lebih pada kedalaman rasa yang mempunyai sensasi ketenangan untuk bertemu Sang Pencipta. Sensasi ketenangan ini dikendalikan qolbu, peran qolbu dipercaya menjadi tempat pertemuan diri dengan Sang Pencipta.

METODE PENELITIAN

Penelitian karya fotografi “hening” menerapkan metode kualitatif. Metode kualitatif menurut penjelasan (A, 2021), yaitu suatu cara untuk menemukan jawaban terhadap sebuah fenomena dengan mengumpulkan data tahap demi tahap. Sehingga dalam membuat *Foto Hening melalui Meditasi* diperlukan tahapan yang dilakukan pada saat praproduksi, yaitu observasi, wawancara dan dokumen untuk memperoleh sebuah fakta, kejadian, dan fenomena yang terjadi di masyarakat seakurat mungkin.

Observasi merupakan kegiatan di mana penulis turun langsung ke lapangan agar mendapatkan data yang lebih akurat. Seperti yang diungkap (Sodik & Siyoto, 2015), bahwa Observasi berperan besar bagi peneliti untuk mendapatkan sebuah data dengan memusatkan perhatiannya terhadap suatu objek

dengan melibatkan seluruh indranya. Pada tahapan ini, peneliti melakukan observasi ke berbagai tempat pesisir Indramayu, yaitu: Pantai Eretan, Pantai Song, Pantai Cemara, Pantai Tirta Ayu, Pantai Lemah Abang, Padang Garam Losarang, Pantai Balongan Indah, dan Pantai Tambak Raya. Observasi ini menghasilkan data rekaman gambar, berupa aneka foto bernuansa “sepi”, yang dijadikan perenungan untuk penciptaan karya selanjutnya, yaitu foto bertema “hening”.



Gambar 2. Salah satu hasil karya dalam observasi di Eretan, bakal mula penyusunan konsep produksi foto “hening”.

Sejalan dengan observasi, dilakukan kajian dokumentasi dan wawancara. Data lisan terkait “hening” pada masyarakat nelayan diperoleh melalui wawancara, ini merupakan proses yang sangat penting untuk mendapatkan informasi yang akurat dengan mengajukan pertanyaan kepada narasumber sehingga alur cerita tersusun dan terstruktur pada proses tersebut. (J.R, 2013) menjelaskan

bahwa pertanyaan sangat penting diajukan kepada narasumber agar dapat menangkap persepsi, pikiran, pendapat, perasaan orang tentang suatu gejala, peristiwa, fakta atau realita. Karman (seorang juragan, 55 tahun), menguraikan tentang peristiwa sepi yang dialami nelayan, yakni saat para nelayan berada di tengah laut, di atas kapal tanpa berjalan, duduk-duduk menunggu waktu kerja menangkap ikan saat malam.

Kajian dokumentasi juga dibutuhkan untuk memperoleh informasi atau pun referensi gambar. (Samsu,2021), menjelaskan pentingnya kajian dokumentasi dalam suatu riset, bahwa sumber dokumentasi bisa berupa buku, surat kabar maupun karya seseorang (media gambar/foto/video) yang berhubungan dengan masalah yang diteliti.



Gambar 3. Dokumentasi karya visual “Hening”, sebagai sumber ide. (Sumber: <https://images.indonesiasatu.co/userfiles/thumbs/large/Kolom/1-11-2023-Divinemercy.jpg>)

Sumber dokumen digunakan untuk tujuan memperkuat landasan teori ketika membuat, atau memahami konsep yang disusun secara mendalam dan terfokus. Secara fungsi, dokumen karya terdahulu yang relevan dengan tema penelitian dapat dijadikan sumber ide penciptaan foto ‘hening’.

METODE PENCIPTAAN

Seorang kreator seni, seniman, ketika menciptakan sebuah karya seni, akan melalui beberapa tahapan yang biasanya semua bergelut di dalam dirinya. Dialog dalam diri ini tidak dapat diukur secara durasi maupun ketepatan waktunya. Bisa saja memakan waktu yang panjang dalam merumuskan dan menguatkan idenya, bisa juga sesaat. (Marianto, 2006) menjelaskan dialog diri (*solilokui*) yang dapat direalisasi, bahwa curah pendapat atau *brainstorming* adalah satu cara atau proses yang dilakukan oleh sekelompok orang, atau individu untuk membangkitkan serta memunculkan ide-ide liar, untuk nantinya dipilih beberapa yang terbaik, lalu dipilih salah satu di antaranya untuk dijalankan atau diaktualkan, menjadi realitas karya nyata bidang fotografi.

Aktualisasi ide liar yang dicurahkan melalui ‘solilokui’ dialog

diri, kemudian dilakoni seniman tersebut, mengarah pada pemanfaatan metode penciptaan, yang luarannya adalah karya seni. Tahapan yang dilalui secara individu ini perlu dijabarkan secara keilmiah, agar dapat terlihat kelahiran karya seni dari suatu proses tahapan dalam menerapkan metode yang tepat, dan tentunya dapat diapresiasi secara umum. Dalam penciptaan karya foto “Hening” ini menerapkan metode *Practice-led Research* (Hendriyana, 2018). Metode ini sebagai sesuatu yang merefleksikan karya baru yang diciptakan dengan dasar riset, dengan tahapan tertentu. Pemakaian metode ini sangat tepat, mengingat yang dilakukan merupakan penelitian karya terapan yang perlu dituliskan. Masyarakat biasanya hanya melihat hasil karya saja, tanpa mengetahui proses panjang yang dilalui senimannya.

Practice-led Research merupakan metode penelitian praktik, dilakukan dalam menciptakan dan merefleksikan karya baru. Karena metode ini menerapkan praktik langsung, maka luarannya adalah suatu karya. Terkait metode ini, (Hendriyana, 2018) juga menjelaskan, *Practice-led research* cenderung mengarah pada lingkup intra-estetik, subjektivitas pekarya yang berkaitan

dengan kreativitas, baik dengan teknik, media, bahan, bentuk, dan penyajian menjadi hal yang penting dan perlu diungkapkan melalui keilmiah. Penerapan metode praktik ini melalui beberapa tahap dalam mencipta seni, antara lain:

1) Tahap Persiapan

Langkah awal ini menekankan pada observasi, dengan mengadakan riset awal dengan mencari data pertama. Tahap persiapan yang dilakukan yaitu kegiatan mencari data terkait dengan ide gagasan awal tentang refleksi visual hening, serta permasalahan yang bisa didapatkan dari masyarakat, khususnya data yang sesuai topik dan karya yang akan dibuat. Aneka data yang didapat, lalu dianalisa untuk menemukan atau menguatkan ide awal, sehingga penciptaan foto “hening” lebih fokus.

2) Tahap Pengimajinasian

Tahapan ini dibagi dua, untuk mempermudah langkah kerja dalam menemukan data. Adapun susunannya adalah *imaji abstrak*, yaitu langkah menyusun pengalaman praktis, yang berhubungan dengan pembangkitan atau penggugah semangat, atau dorongan imajinasi sehingga menemukan

potensi dan peluang yang bisa diwujudkan. Bagian berikutnya adalah *imaji konkret*, tahap ini dilakukannya eksplorasi objek, eksperimentasi teknik, dan material bahan yang akan digunakan.



Gambar 4. Hasil tahap imaji konkret, perlu dikembangkan ke foto "hening".

3) Tahap Pengembangan Imajinasi

Pengembangan imajinasi diartikan sebagai langkah pematangan konsep, konsep yang didapat adalah hasil dari evaluasi, serta perbaikan dari pokok permasalahan, serta eksplorasi yang ditemukan.

4) Tahap pengerjaan, yaitu tahap mengimplementasikan dalam pembuatan, dari mulai penerapan tahapan kerja, *hunting* objek, teknik pembuatan karya, serta penyajian karya yang diwujudkan. Demikian juga dalam penciptaan karya foto

'Hening', proses pengerjaannya mempunyai beberapa tahap yang dilalui. Proses kreatif inilah yang perlu dipilah melalui metode yang lebih fleksibel, tetapi tetap mempunyai alur yang jelas. Adapun tahapan penciptaan ini terbagi menjadi empat bagian, yaitu:

a. Eksplorasi/Observasi

Pada tahap ini dilakukan pengembaraan jiwa, pengamatan lapangan, dan penggalian sumber referensi untuk pemecahan masalah, yang dijadikan sebagai rumusan ide penciptaan foto 'hening', penggalian landasan teori, sumber acuan visual dan media, serta teknik. Pengamatan terhadap persoalan untuk menemukan tema yang akan digarap



Gambar 5. Eksplorasi pengembaraan ide 'pesisir' sebagai objek acuan visual foto bertema 'Hening'.

Tahap eksplorasi ini dibagi dalam dua bagian yaitu meditasi yang mendasari pengembaraan imajinasi, dan yang kedua

adalah fotografi, hasilnya dijadikan sebagai bahan untuk ‘perupaannya’.

(1) Meditasi

Tahapan ini memerlukan latihan dan penerapan di lapangan ketika melakukan pemotretan. Latihan intens tentang kesadaran diri, dan pengendalian emosi secara kontinu, dan berkesinambungan.

Berbagai tempat, diuji coba sebagai lokasi dan uji coba penikmatan diri yang menyatu dengan lingkungan. Kesadaran posisi tubuh dengan lingkungan, dan mengamati setiap sisi dan menikmatinya dengan melepas rasa. Adapun cara dan tahapan dalam bermeditasi, yaitu dengan memposisikan diri pada satu tempat atau lokasi; mengatur nafas dengan lembut; menikmati suasana diri; menikmati pengembaraan indrawi; mengamati setiap sisi yang ada di sekitar; merasakan sapuan mata, dan fokuskan pada satu bagian; pandang dengan suasana emosi hati,

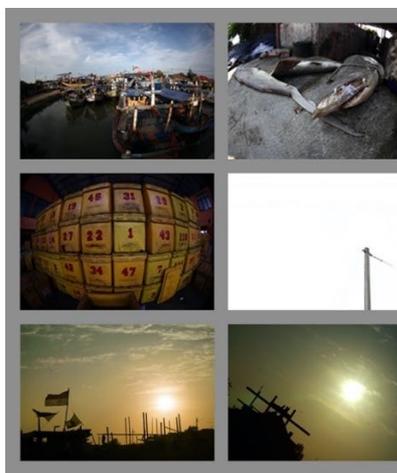
sebagai pelepasan; kejujuran pandangan dan rasa terus dipupuk untuk mendapatkan energi baik.

(2) Fotografi

Setelah bagian meditasi semakin dinikmati, maka tahap pemotretan ini merupakan pelepasan dari emosi secara jujur. Keputusan menekan tombol rana adalah gerak dari dalam diri, dengan mengikuti rasa yang dibina secara intrapersonal. Maka, dalam pemotretan ini dilepaskannya kaidah aliran, pembebasan dari konsep perupaannya, pelepasan konsep estetikannya. Semua bergerak dan berjalan dengan kejujuran indrawi, rasa, serta gerakan batin. Ini lebih menitikberatkan otak kanan yang bekerja. Tahapan pemotretan ini juga tidak mempersoalkan hasil, membiarkan semua bergerak dan melepas rana. Harapannya adalah ketika rana ditekan, maka diikuti juga oleh pelepasan emosi, penikmatannya, dan memancarkan kebahagiaan serta rasa syukur sebagai

makhluk yang masih dapat menikmati hidup.

Foto-foto yang dihasilkan pada tahap ini terus berkembang, dan tumbuh selama proses penciptaan berlangsung. Objek pesisir pantai mendominasi produksi karya foto 'hening', subjek lain seperti potret nelayan, hasil tangkapan, alat memancing, perahu dan kapal motor, serta aktivitas di pesisir akan menjadi karya fotografi yang tersimpan untuk riset lanjutan, setelah melalui proses kurasi foto yang 'hening'.



Gambar 6. Rangkaian foto awal di pesisir Indramayu, belum mengarah ke tampilan foto 'hening' hasil meditasi, setelah kurasi.

b. Eksperimentasi

Bentuk eksperimentasi bisa berupa imaji abstrak, yaitu langkah menyusun pengalaman praktis yang

berhubungan dengan pembangkitan atau penggugah semangat, atau dorongan imajinasi, sehingga menemukan potensi dan peluang yang bisa diwujudkan atau dikembangkan. Setiap eksperimentasi perlu pengembangan yang maksimal dalam produksi fotografi, perihal ini dilakukan untuk mewujudkan ide dan konsep karya fotografi yang telah tersusun. Eksperimentasi dalam fotografi sering kali muncul akibat kejenuhan dari penggunaan teknik yang monoton, dan kurang variatif. Hal teknis inilah yang membuat rasa jenuh seorang fotografer muncul dan mendorong untuk melakukan eksperimentasi (Apriyadi et al., 2022) untuk mendapatkan *novelty* karya fotografi.

Beberapa hal yang memengaruhi eksperimentasi pemotretan dengan subjek pesisir meliputi penyatuan unsur meditasi 'jiwa' dan 'raga'. Setiap satuan unsur yang menyertai dan menggerakkan

mata, batin, atau indrawi fotografer dalam pemotretan memiliki terapan tertentu, dari indrawi sampai ke batiniah, unsur dan terapannya antara lain:

(1) *Memotret objek yang menjadi daya tarik indrawi.* Pada

pemotretan awal ini lebih mengutamakan konsep visualisasi atau tampilan hasil gambar. Terannya adalah eksplorasi indra tanpa melibatkan konsep berpikir. Hasil gambar yang didapat berupa foto dengan tampilan menarik, unik, dan ‘bagus’.

(2) *Memotret sesuai dorongan bathin.*

Penerapannya melalui proses kontemplasi melalui memotret. Dalam kontemplasinya, unsur meditasi yang menyertai adalah segenap indra, yang dimotivasi pelepasan rasa dalam/emosi. Foto yang dihasilkan bukan saja memiliki eksitis visual, tetapi sudah memiliki “perasaan”.

(3) *Memotret dengan tenang dan pengamatan mendalam.* Kesadaran dan ketenangan, dihadirkan sebagai proses meditasi dalam pemotretan.

Penerapannya melalui pengamatan dengan rasa syukur, lalu memotret sebagai tindakan realitasnya. Foto yang dihasilkan merata memiliki multimakna.

(4) *Memotret dengan gerakan hati untuk memotret.*

Terapan yang dilakukan fotografer adalah dengan membina suasana dengan kesadaran penuh, melepas semua emosi, bila sudah tenang dan mendapat kenikmatan, baru tekan tombol rana. Gambar yang dihasilkan foto penuh makna dan “mendalam”. Proses meditasi dalam pemotretan yang dilakukan yaitu kesadaran diri, ketenangan jiwa raga, rasa tanpa beban yang menekan, serta pembebasan pikir.



Gambar 7. Foto percobaan “hampir hening”, perlu sentuhan hati untuk sampai ke tingkat ‘hening’ hasil meditasi.

c. Perancangan

Hasil dari evaluasi serta perbaikan dari pokok permasalahan serta eksplorasi yang ditemukan penerapan tahapan kerja, hunting objek, teknik pembuatan karya, serta penyajian karya yang akan diwujudkan. Tahapan perancangan disusun secara sistematis, sebagai konsep dan panduan untuk memudahkan kerja produksi fotografi ‘hening’. Pematangan konsep terus dikaji, sampai didapat formula acuan penciptaan foto yang sempurna untuk diwujudkan menjadi karya fotografi “hening”.

Perancangan teknis kerja kreatif dengan mengelompokkan beberapa hasil foto observasi dan eksperimentasi. Proses

pemilihan foto melalui penikmatan pandang dan pikir, sambil meresapi rasa ketenangan jiwa (olah rasa). Penghayatan batin fotografer yang mendalam diperlukan dalam proses kurasi foto ‘hening’, sebelum dilakukan penyuntingan sederhana, berupa pemotongan gambar dan kecerahan.

d. Perwujudan

Proses produksi fotografi digarap melalui perenungan yang panjang, dan berpedoman konsep penciptaan, serta kreativitas ketepatan teknis pembuatan fotografi “hening”. Karya fotografi yang dihasilkan pada tahap produksi dikumpulkan, yang selanjutnya dipilah, dipilih, dan dikurasi sesuai tema foto ‘hening’ hasil meditasi. Tahap perwujudan lanjutannya yaitu melakukan pengemasan hasil karya dan publikasi fotografi. Tahap perwujudan ini memakan banyak waktu, akibat banyaknya gambar hasil pemotretan di berbagai daerah pesisir Indramayu yang dipilih sebagai lokasi pemotretan.

PEMBAHASAN

Aktivitas meditasi dari dulu hingga kini banyak dilakukan, baik untuk tujuan jasmani maupun rohani. Capaian meditasi yang terpenting adalah *kesadaran diri* sebagai makhluk ciptaan yang Maha Kuasa, serta ada orang yang bermeditasi dengan capaian tertinggi bertemu dengan Tuhannya. Penyadaran diri melalui proses meditasi, dilakukan untuk pencerahan menuju *penyatuan diri* dengan alam semesta dan Tuhan dalam menjalani kehidupan yang lebih baik dan bijak.

Proses meditasi melalui beberapa tahapan, pada tahap awal, meditasi dimulai dengan kesadaran yang masih dalam pengembaraan alam fisik, serta berlanjut ke tahap berikutnya yaitu peluapan emosi menuju ketenangan pikir dan hati, sampai didapat suatu refleksi 'keheningan' yang hakiki. Aktivitas meditasi, tahap demi tahap dilalui untuk menghasilkan karya foto "hening".

Meditasi untuk Karya Fotografi

Bermeditasi menuju hening, bukan berarti menghilangkan pikiran dan rasa, tetapi mengendalikan. Menyadari pikiran yang selalu meloncat dan berpindah pindah adalah kesadaran untuk menikmati

tetapi tidak larut, dan pada titik tertentu kembali pada suara terdalam atau biasa disebut suara hati (*qolbu*) atas keinginan untuk menuju pada keheningan. Maka dapat dikatakan bahwa hening terjadi diawali kesadaran manusia mempunyai suara hati terdalam atau *qolbu*. Hening, cara yang dapat dilakukan dimana saja, serta kapan pun, dengan kesadaran diri tentang "hadir". Kehadiran diri dengan menerima dirinya, pikirannya, perasaannya, menerima suasana, situasi, serta lingkungannya.

Kehadiran diri, merupakan kesadaran sepenuhnya bahwa diri ada di sini, saat ini, dan seperti ini. Penikmatan sensasi tubuh, pikiran-perasaan, lingkungan, hingga seseorang itu mengetahui akan kondisi, situasi dirinya, hingga mendapatkan keheningan dan rasa dekat dengan Tuhannya. Hening menjadi momentum kesadaran pertemuan diri dengan Sang Pencipta alam semesta. Fenomena demikian yang menjadi target produksi karya fotografi.

Produksi karya fotografi 'hening' lebih menekankan kreativitas ekspresi seni dari fotografer, eksplorasi suasana, serta warna pesisir. Ini sesuai penjelasan (Saputra et al., 2021) bahwa Fotografi ekspresi lebih menekankan aspek seni,

keaktivitas, dan inovasi yang berorientasi pada ekspresi pribadi penciptanya. Pasir pantai, ombak, tambak garam, kincir angin, empang bandeng, perahu dan kapal, alat tangkap ikan, muara, kesunyian jalanan di sekitar pantai, serta objek lain yang berada di pesisir merupakan objek, yang sekaligus menjadi subjek fotografi, dipandang, dicermati, lalu direkam dengan media kamera, barulah didapat beberapa hasil karya fotografi ber-genre *fine art fotografi* yang berkonten suatu 'keheningan' alam dan lingkungan mirip lukisan, karena "memiliki pemingkakan dan perspektif yang serupa" (Faizah et al., 2022) antara foto hening dan lukisan alam.



Gambar 8. Foto hening "Hasrat", suatu ekspresi fotografer dengan eksplorasi suasana.

Karya foto bukan hanya memberikan hiburan dengan keindahan semata, tetapi dapat juga memberikan dorongan yang sangat kuat untuk ditelisik lebih dalam, misteri dibalik foto tersebut. Meski foto dianggap sebuah karya

perekaman yang telah terjadi, namun pada saat penyajian adalah foto berada pada waktu sekarang. Maka dapat dikatakan foto mempunyai esensi, bukan histori. Pengalaman melihat sesuatu yang sudah terjadi pada masa kini menjadi pembacaan yang sangat menarik, antara masa lalu dan dibaca pada masa kini, demikian Barthes dalam (Sunardi et al., 2002) menjelaskan, realitas foto "pada dirinya memang ada", sebagaimana yang dapat ditangkap, dengan kata lain bukan persoalan historis tetapi lebih kepada 'realitas' yang melibatkan 'realitas' para apresiator kini. Ini membuktikan bahwa, apresiasi pada karya fotografi lebih banyak mengungkap kajian hasil dari tampilan karya yang dipublikasi, dan jarang sekali apresiator mengungkap proses saat perekaman gambar, bahkan sampai menjelaskan siapa kreator 'sang fotografer' dibalik tampilan visualnya.

Perekaman suasana menjadi fokus dalam berkarya Hening. Kepekaan rasa yang berpadu dengan tangkapan indra penglihatan, atau sebaliknya tangkapan pandang yang diresapi suasananya, menjadi objek yang menarik untuk memvisualkan keheningan lebih mendalam, namun tetap artistik. Dalam hal ini, Sumayku (2016:38) menguraikan bahwa keterbacaan karya foto bukan

hanya yang tampak pada gambar estetis dalam frame, tetapi keterlibatan penghayatan pembaca serta melihat makna yang tersirat secara menyeluruh pada karya dapat membawa rasa para apresiatornya.

Seniman fotografi mengungkapkan kegelisahan yang mendalam menjadi karya seni yang dapat mewakili kehendak dan keinginannya menangkap fenomena. Fenomena yang ditangkap dengan kamera, dikomunikasikan, dipublikasi, atau diumumkan fotografer untuk diapresiasi, diamati, bahkan dapat dikaji berdasarkan disiplin ilmu lain yang sesuai bidang kajian.

Beberapa tahapan untuk menuju meditasi dalam fotografi dapat dibagi menjadi beberapa bagian, yaitu:

1. Konsentrasi pada diri

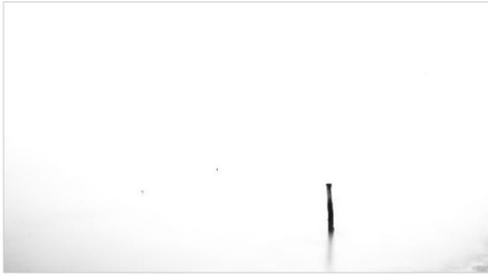
Pada tahap ini, fotografer lebih mempelajari, menelaah yang berkaitan dengan dirinya. Membedah memori dari pengalaman hidup yang berkaitan dengan emosi, baik waktu lampau maupun yang baru terjadi. Kesan yang timbul dari setiap rasa ini dibaca dengan kesadaran. Bayangan peristiwa bukan menjadi yang utama, tetapi kesadaran akan rasa pada peristiwa itulah yang menjadi

utama untuk dijadikan bekal pada tahap selanjutnya.

2. Kontemplasi atau melepas emosi

Seorang penyair, akan menuliskan luapan rasanya melalui puisi. Kata-kata sebagai wadah emosi yang dirangkai sedemikian rupa hingga menjadi puisi. Gambaran lain, seorang pelukis, guratan kuas dan warna menjadi media pelepasan dari kegelisahan emosinya. Demikian juga fotografer, berkarya dengan mata sebagai media awal, memandang, meneliti, serta menyerap, sekaligus merekamnya sebagai pelepas emosi, dengan kamera 'membekukan' suatu objek yang mewakili rasa.

Adapun teknis fotografer mempunyai cara sendiri, sesuai dengan kehendak sebagai alat pelepasan emosi. Pada sisi lain, fotografer dapat menyusun, dan menyunting, berkreasi dengan media lain tanpa membatasi, tetapi lebih berekspresi. Intinya adalah melepas emosi dengan objek dan media pilihannya.



Gambar 9. Karya foto hening “Kontemplasi”, ungkapan melepas emosi seorang fotografer.

Pada tampilan karya “Kontemplasi”, penemuan dan penentuan objek didapat setelah melewati tahapan meditasi di hamparan pantai. Tonggak mewakili diri, melepas emosi melalui alun air. Pada saat air tenang, maka muncul bayangan diri, tetapi pada saat alun air beriak, maka bayangan akan memecah. Hening pada diri didapat setelah air beriak. Waktunya sangat pendek, tetapi dapat menjadi refleksi diri.

3. Meditasi

Perenungan setelah pelepasan emosi adalah kembali pada kesadaran diri (*mindfulness*). Kesadaran secara fisik maupun secara mental, capaian menikmati diri menuju pada rasa dan pikiran lebih tenang. Bukan berarti lepas dari segala persoalan, perasaan, maupun pikiran, tetapi pencapaian ketenangan serta kesadaran akan hidup adalah

bagian yang sangat penting. Dari kesadaran inilah, fotografer lebih jujur merekam sekeliling, menikmati semesta tanpa beban harus memotret objek tertentu, tetapi lebih pada merekam secara jujur sesuatu yang menjadikan dirinya nyaman, dan menikmati dirinya bagian dari semesta.



Gambar 10. Kejujuran fotografer merekam membuah karya foto hening “Sejati Ning Diri”.

4. Hening

Tahap ini adalah penyatuan rasa dengan semesta. Kesadaran diri adalah bagian dari semesta dan mendapatkan ketenangan, kekosongan yang terekam mewakili keheningan diri. Pada tahap ini juga muncul kesadaran akan ketuhanan, makrokosmos dan mikrokosmos, munculnya spriritualitas dalam meluapkan ekspresi melalui karya fotografi. Secara teknis pengkaryaan, kembali pada individu yang berkaitan dengan pengalaman estetis serta gaya

yang dirasa dapat mewakili diri senimannya.

Apresiasi Diri

Apresiasi pada karya fotografi sangat multi tafsir, baik tafsir pada tampilan gambar, tafsir konten gambar, maupun tafsir dibelakang atau diseberang gambar, bahkan foto sering ‘dibaca’ dan dianalisa berdasarkan penggolongan jenis atau aliran fotografinya. Sampai akhirnya meninggalkan aliran fotografi yang sudah menjadi mazhab dengan berbagai nama dan istilah. Pewujudan dari kegelisahan menjadi imajinasi, tangkapan imajinasi ini biasanya berdasarkan kemiripan yang diolah dengan kehendak menyampaikan makna melalui karya fotonya. Kesan dan makna karya foto sangat diharapkan oleh senimannya dapat memenuhi hasratnya, juga terbaca secara “nyaman” oleh para apresiatornya.

Hasrat yang kuat dalam diri seniman foto sebagai motivasi intrinsik dalam berkarya, termasuk kesadaran berekspresi dari luapan emosi, serta kepekaan rasa yang tinggi, dan pengalaman panjang, akan mendekatkan pada suatu proses produksi fotografi dengan hasil yang berkualitas maksimal. Ungkapan emosi fotografer yang meluap, (Fathurrohman & Sari, 2022)

menuliskan bahwa luapan emosi seni selalu mencari jalan untuk diungkapkan, yang terkadang harus selalu diekspresikan. Baik ada atau tanpa dukungan dari luar dalam mengungkap ekspresi bahasa visual luapan emosinya.

Produksi karya fotografi *hening* tanpa daya dukung inspirasi dan imajinasi akan melahirkan gambar ‘tanpa arah’, dan hal ini bisa diatasi dengan membangun ide dan konsep awal yang kreatif dan ‘liar’, namun penuh kesadaran dan pengendalian diri. Tunjangan lainnya yaitu pengalaman bermeditasi, dengan kontinuitas yang terjaga dan frekuensi kerap dari seniman fotografi dalam meditasi.

Pengalaman meditasi sangat dekat dengan gerakan spiritual, pelaku akan mendapatkan kesadaran mengalami proses pemahaman kosmis dalam situasi penuh inspirasi. Secara umum adalah cara mendapatkan pengalaman langsung dengan realita tertinggi. Dalam aliran di Jepang dikenal dengan nama *Zen*, *dhyana* (sansekerta), dan *Chan* (China) (Kiew Kit, 1998) Semua pencapaian besar manusia, sebagai karya, diciptakan saat manusia tersebut terinspirasi dan mengalami *zen*, saat sedang dalam meditasi pikiran yang dalam yang jelas berbeda dengan keadaan sadar. Maka

terbuatlah karya fotografi dengan sadar diri dan ‘pasrah’ berinspirasi dalam perjalanan meditasi mencapai suatu keheningan.

Bagi masyarakat di nusantara, meditasi sudah dilakukan sejak masa lampau sebagai metode pembebasan diri dan kesejatan hidup. Bahkan meditasi menjadi suatu asupan jiwa menemukan hakikat hidup. Pengertian meditasi sejenis dengan *manekung* yaitu mengendalikan semua indra dalam diri. (Sandika, 2019) memberikan pengertian meditasi sebagai suatu seni melihat kedalaman diri melalui pengamatan terhadap apa yang ada dalam diri. Di sini, peranan fotograferlah yang harus mengenal siapa ‘eksistensi’ dirinya lebih mendalam, serta mampu mengendalikan diri dari aktivitas indra yang ‘tidak taat’ atau tidak layak dalam mengemban tugas indrawinya.

“Orang yang mengenal dirinya maka mengenal Tuhannya”, maksud bagi Ibn Arabi adalah kembali ke dalam diri sendiri dan memersepsikan Sang Mutlak memanasikan diri-Nya dalam bentuk partikular. Bukan hanya dalam diri, tetapi semua yang mengitari, keanekaragaman bentuk manifestasi diri Ilahi. Secara subjektif, (Izutsu, 2016) menjelaskan, semua yang ada di sekitar hanya

dapat dilihat secara luarnya saja (eksterior), secara langsung tidak dapat merasakan denyut ilahi dalam batin mereka. Hanya interior diri sendiri yang dapat dirasuki dengan kesadaran diri dan merasakan aktivitas Ilahi dengan merasakan manifestasi-diri. Caranya dengan mengobservasi diri sedetil-detilnya, dari semua aspek kemampuan diri, sampai yang tidak mampu dilakukan.

Pengamatan terhadap diri ini tidak terbatas, berbeda ketika mengamati keluar diri yang akan sangat terbatas. Semakin menyelam ke dalam diri, maka akan semakin tiada berujung. Laku ini sangat personal, dan tidak dapat diwakili orang lain. Maka perwujudan atau manifestasi keheningan sebagai kesadaran diri ini, perlu dilahirkan dalam karya seni, yaitu beberapa foto “hitam putih” keheningan. Tampilan foto hitam putih ‘hening’ terasa menambah suasana dan makna kesunyian, sebagaimana ungkapan (Rahman, 2021) bahwa kekuatan nuansa kesunyian sangat kuat manakala foto disajikan dengan warna hitam putih. (Wulandari & Maryani, 2017) juga menjelaskan foto hitam putih mempunyai kesan dinamis dengan gradasi hitam ke putih terang akan semakin menambah makna tersendiri dari sebuah foto.

Karya foto hasil dari suasana hening berupa keselarasan diri dengan semesta, sebagai imajinasi Maha Kuasa yang hadir di alam semesta dan ditangkap dengan rasa terdalam. Kesadaran diri akan mengendalikan intuisi untuk menghadirkan kembali rasa pada sesuatu di semesta sebagai manifestasi Sang Maha Mutlak.



Gambar 11. Foto hening “Menunggu Lini”, hasil perenungan terhadap alam semesta.

Penggambaran diri tidak dapat direncanakan dengan objek yang ditata, seringkali kepekaan melihat sekeliling, yang terbangun oleh suasana, juga menjadi bagian dari pengembaraan seorang fotografer. Hanya saja, bagaimana memilah dan memilih objek tersebut untuk dapat mewakili dirinya. Kejujuran terhadap diri, serta mengikuti alur dari rasa, sangatlah penting dalam proyek karya ini. Seperti menemukan sebuah kursi kosong di daerah Pantai Tambak, Indramayu. Arah hadap kursi kayu ke laut lepas, serta pada terik matahari di siang hari, mewakili rasa

menunggu batas antara dua hal yang paradok.

SIMPULAN

Karya cipta foto “hening” melalui meditasi dan kesadaran diri, menghasilkan foto ekspresi dengan estetika fotografi seni yang realis, naturalis, bahkan di antaranya didapat ‘surrealis’. Refleksi visual hening, suatu proses merenungkan kembali apa yang telah terjadi dan dilakukan dengan menggunakan media visual. Visual atau sesuatu yang dapat dilihat tersebut, bermedia foto. Proses penemuan ide, pencatatan konsep, yang dilanjutkan meditasi memokuskan konsentrasi pada keheningan tempat, suasana, dan prediksi warna pencahayaan, yang dimajinasikan membentuk rupa ‘tampilan hening’. Bekal alat dan perlengkapan rekam, keterampilan teknik yang mumpuni, pengalaman memotret yang panjang, persepsi kreatif pada subjek, dan terlatihnya kepekaan rasa, menyatu dalam ‘kecerdasan pikir’, menyempurnakan tampilan hasil, konten, serta makna setiap foto hening yang diproduksi.

Penyajian karya foto ‘Hening’ melalui publikasi pameran. Sajian foto, dikemas dengan bingkai persegi (*square frame*), lebih lebar dari tampilan dimensi fotonya, untuk memberikan kedalaman ‘arti dan

makna' keheningan. Apresiasi, persepsi, serta penilaian (kajian dan kritik) pada foto hening, diberikan seluas-luasnya secara subjektif kepada publik, apresiator maupun pengamat karya foto hening, baik melalui penyaksian langsung pada pajangan karya saat pameran foto, maupun membaca melalui laporan karya.

KEPUSTAKAAN

- A, M. Y. (2021). *Metode Penelitian: Kuantitatif, Kualitatif, Dan Penelitian Gabungan*.
- Apriyadi, W., Wulandari, A., & Samaratungga, O. (2022). Yogyakarta Dalam Fotografi Impresionisme. *Spectā: Journal of Photography, Arts, and Media*, 5, 51–60. <https://doi.org/10.24821/specta.v5i1.5007>
- Faizah, N., Marah, S., & Wulandari, A. (2022). Efek Miras Dalam Fotografi Ekspresi. *Spectā: Journal of Photography, Arts, and Media*, 6(1), 37–48. <https://doi.org/10.24821/specta.v6i1.5670>
- Fathurrohman, M. F., & Sari, M. P. (2022). Seni Fotografi sebagai Ekspresi Baru Budaya. *Spectā: Journal of Photography, Arts, and Media*, 5(2), 144–150. <https://doi.org/10.24821/specta.v5i2.5493>
- Hendriyana, H. (2018). *Metodologi Penelitian Penciptaan Karya*. Bandung: Penerbit Sunan Ambu Press. *Isbn*, 978–979.
- Izutsu, T. (2016). *Sufisme: Samudra Makrifat Ibn "Arabi ((Cet. 1))*. Mizan Publika.
- J.R, R. (2013). *Metode Penelitian Kualitatif Jenis Karakteristik dan Keunggulannya*. Grasindo.
- Kiew Kit, W. (1998). *The Complete Book of Zen* (p. 324).
- Marianto, M. D. (2006). *Quantum Seni* (D. Prize (ed.)).
- Rahman, A. A. (2021). Rumah Gadang, Perempuan, Dan Kesunyian Dalam Karya Foto Yoppy Pieter. *Artchive: Indonesia Journal of Visual Art and Design*, 2(1), 17–28.
- Samsu, S. (2021). *Metode Penelitian: Teori & Aplikasi Penelitian Kualitatif, Kuantitatif, Mixed Methods, serta Research and Development*.
- Sandika, I. K. (2019). *Tantra: ilmu kuno Nusantara*. Javanica. <https://books.google.co.id/books?id=HRyIwgEACAAJ>
- Saputra, K. I. D., Raharjo, A., & Bratayadnya, P. A. (2021). Visualisasi Dewi Pertiwi Dalam Fotografi Ekspresi. *Retina Jurnal Fotografi*, 1(2), 88–101. <https://doi.org/10.59997/rjf.v1i2.789>
- Sodik, M., & Siyoto, S. (2015). *Dasar Metodologi Penelitian*.
- Sunardi, S., Djatmiko, S., & Minarni, A. (2002). *Semiotika negativa*. Kanal. <https://books.google.co.id/books?id=zKNhAAAAMAAJ>
- Wulandari, A., & Maryani, Z. (2017). Fotografi Potret Wanita Penambang Pasir Dfotografi Potret Wanita Penambang Pasir Di Lereng Selatan Gunung Merapi, Daerah Istimewa Yogyakarta. *REKAM: Jurnal Fotografi, Televisi, Dan Animasi*, 13(1), 53. <https://doi.org/10.24821/rekam.v13i1.1578>