

LUCID DREAM DALAM FOTOGRAFI EKSPRESI

Anca Putra Pramana¹, Richardvans²

Institut Seni Indonesia Padang Panjang

ancaptrpramana@gmail.com, richardvans@isi-padangpanjang.ac.id

ABSTRACT

This article aims to visualize the phenomenon of Lucid Dream through the medium of fine art photography. Lucid Dream is a condition in which a person becomes aware that they are dreaming and is even able to control the course of the dream. This experience brings various effects, ranging from increased creativity and emotional control to the emergence of psychological pressures such as derealization and sleep disorders. Based on the artist's personal experiences, this art visually represents lucid dreaming through symbolic, emotional, and conceptual approaches. The creation method includes the stages of preparation, planning, and realization of the art, using photographic techniques combined with digital imaging through Adobe Photoshop software. The art are divided into three parts: the first represent the artist's personal lucid dream experiences, the next depict the positive impacts, and the last illustrate the negative effects of lucid dreaming. Several works are also enriched with augmented reality technology through the Artivive application to enhance meaning and visual interaction. The final outcome of this creation is expected to open a new perspective on Lucid Dream as a contemplative, reflective, and creative space within the human subconscious.

Keywords: *Fine art photography, Lucid Dream, digital manipulation*

ABSTRAK

Karya penulisan artikel ilmiah ini bertujuan untuk memvisualkan fenomena *lucid dream* ke dalam medium fotografi ekspresi. *Lucid dream* merupakan kondisi di mana seseorang menyadari bahwa dirinya sedang bermimpi, bahkan mampu mengendalikan jalannya mimpi. Pengalaman ini memberikan dampak yang beragam, mulai dari peningkatan kreativitas, kendali emosi, hingga munculnya tekanan psikologis seperti derealisasi dan gangguan tidur. Berdasarkan pengalaman pribadi pengkarya, karya ini menggambarkan mimpi sadar secara visual melalui pendekatan simbolis, emosional, dan konseptual. Metode penciptaan yang digunakan meliputi tahap persiapan, perancangan, dan perwujudan karya, dengan teknik fotografi yang dikombinasikan dengan *digital imaging* menggunakan perangkat lunak *adobe photoshop*. Karya dibagi ke dalam tiga bagian: pertama menggambarkan pengalaman mimpi sadar yang pernah dialami pengkarya, karya berikutnya merepresentasikan dampak positif, dan karya terakhir menggambarkan dampak negatif dari *lucid dream*. Beberapa karya juga diperkaya dengan teknologi *augmented reality* melalui aplikasi *artivive* untuk memperkuat makna dan interaksi visual. Hasil akhir dari penciptaan ini diharapkan dapat membuka perspektif baru tentang *lucid dream* sebagai ruang kontemplatif, reflektif, sekaligus kreatif dalam dunia bawah sadar manusia.

Kata kunci: fotografi ekspresi, mimpi sadar, manipulasi digital

PENDAHULUAN

Mimpi merupakan pengalaman universal yang dialami oleh setiap manusia saat tidur, baik dalam bentuk mimpi indah maupun buruk. Dalam pandangan Freud, mimpi adalah proses mental yang melibatkan pemenuhan keinginan yang tersembunyi atau tidak disadari. Freud menyatakan bahwa mimpi merupakan manifestasi dari keinginan-keinginan yang seringkali ditekan dalam kehidupan sadar dan hanya menemukan ekspresi dalam dunia mimpi. Menurut Freud, mimpi tidak hanya sekadar gambaran acak dari pengalaman sehari-hari, melainkan simbol-simbol yang merepresentasikan pikiran, keinginan, atau konflik internal yang lebih dalam (Parsons, 1974, p. 44).

Berbicara tentang mimpi, ada salah satu jenis mimpi yang menarik untuk dijadikan bahan penciptaan oleh pengkarya yaitu *lucid dream*, istilah *lucid dream* diperkenalkan pertama kali oleh pengkarya Belanda, Frederik (Willem) van Eeden, pada tahun 1913. Dalam penelitiannya, van Eeden menjelaskan bahwa *Lucid Dream* adalah jenis mimpi di mana seseorang menyadari bahwa mereka sedang bermimpi dan memiliki kemampuan untuk mengendalikan jalannya mimpi tersebut. Van Eeden mengamati bahwa dalam keadaan ini, meskipun seseorang tertidur, mereka tetap dapat mempertahankan kesadaran kritis seperti saat sedang terjaga (Frederik van Eeden, 1913, p. 9).

Dikutip dari jurnal *Lucid Dreaming incidence: A quality effects meta-analysis of 50 years of research*. Menurut berbagai penelitian yang telah dilakukan di bidang psikologi tidur, *lucid dream* adalah fenomena ketika seseorang menyadari bahwa dirinya sedang bermimpi dan terkadang mampu mengontrol mimpi tersebut. Sekitar 55% hingga 60% populasi umum pernah mengalami *lucid dream* setidaknya sekali dalam hidup, sementara 20% hingga 23% melaporkan mengalaminya secara teratur, sekitar satu kali dalam sebulan, dan hanya 1% hingga 2% yang mengalaminya hampir setiap malam. Fenomena ini lebih sering terjadi pada remaja dan dewasa muda, khususnya pada rentang usia 15 hingga 25 tahun, dan lebih sering dialami oleh individu yang melatih kesadaran melalui teknik seperti meditasi atau pencatatan mimpi. Selain itu, orang dengan gangguan tidur seperti narcolepsy dan mereka yang memiliki kreativitas tinggi cenderung lebih sering mengalami *lucid*

dream, menjadikannya pengalaman yang erat kaitannya dengan kesadaran dan eksplorasi batin (Saunders et al., 2016, p. 4).

Dalam buku "*Exploring the World of Lucid Dreaming*", LaBerge & Rheingold menggambarkan "*lucid dream* sebagai dunia yang menawarkan panggung lebih luas daripada kehidupan sehari-hari, memungkinkan individu untuk menjelajahi hal-hal mulai dari yang sepele hingga yang agung" (LaBerge & Rheingold, 1990, p. 12). Banyaknya tekanan kehidupan, seperti kecemasan akademik, sosial, atau pribadi, mendorong orang untuk mencari pelarian melalui *lucid dream*. Kesadaran dalam mimpi ini memberi individu kebebasan untuk mengeksplorasi pikiran dan emosi yang sulit diungkapkan dalam kehidupan nyata, karena aktivitas otak dalam fase tidur REM (*Rapid Eye Movement*) menyerupai kondisi terjaga, khususnya di area prefrontal cortex yang mengatur kesadaran dan logika (Kusuma et al., 2021, p. 4).

Pengalaman empiris pengkarya menunjukkan bahwa fenomena *Lucid Dream* memberikan ruang baru untuk berfantasi. Keinginan untuk mencoba *Lucid Dream* muncul setelah sering mendengar cerita dari teman-teman di platform media sosial, seperti *Facebook*, khususnya pada grup *lucid dream* (LD). Setelah mempelajari teknik-teknik seperti WBTB (*wake back to bed*) melalui *YouTube* (Daniel Love, 2023), pengkarya mengalami pengalaman *Lucid Dream* pertama kali. Saat sadar dalam mimpi, pengkarya berada di ruang hampa berwarna putih dengan satu pintu yang mirip dengan pintu di rumah, dan melakukan "*reality check*" dengan menutup hidung namun tetap bisa bernapas, yang menjadi indikator bahwa sedang bermimpi. Ketika pintu dibuka, halaman di luar terlihat seperti halaman rumah di kampung, tetapi dengan suasana dan langit yang belum pernah ditemui sebelumnya. Langit berbentuk spiral berwarna lavender dengan satu titik terang di tengahnya, menciptakan perasaan bahagia yang luar biasa. Dalam mimpi tersebut, pengkarya mencoba berbagai hal tak masuk akal, seperti terbang, memperbesar penglihatan seperti lensa kamera, dan berenang di udara, hingga akhirnya terbangun. Pengalaman *lucid dreaming* ini memberikan kebebasan kreatif yang tak terbatas dan menjadi sumber inspirasi dalam berbagai bentuk seni, termasuk fotografi.

Fotografi adalah salah satu cabang seni rupa yang menyajikan bentuk visual melalui karya-karyanya. Selain berfungsi sebagai dokumentasi, fotografi juga

menjadi media ekspresi diri bagi seniman untuk mengekspresikan keunikan pribadinya, yang dapat terlihat dari ciri khas atau gaya fotografer dalam membedakan karya satu dengan yang lainnya. Berbagai aspek seperti konsep pembuatan karya, karakter visual yang ditampilkan, serta teknik yang digunakan dalam proses pembuatan karya memengaruhi hasil akhirnya. Menurut (Soedjono, 2006, p. 84), "Ekspresi diri yang khas dalam sebuah karya foto menjadi tujuan pencarian identitas pribadi seorang fotografer pada masa kini. Hal ini tampaknya menjadi tuntutan zaman (*zeitgeist*), yang menolak adanya keseragaman demi pencapaian estetika yang unik dan mandiri."

Menurut (Soedjono, 2006, p. 89) "fotografi ekspresi adalah jenis fotografi yang dibuat dengan konsep yang matang, memilih objek tertentu, dan kemudian diproses untuk menyampaikan ungkapan artistik si fotografer". Artinya, seorang fotografer dapat menyampaikan pesan atau maksud yang diinginkan melalui konsep dan objek yang dipilih dalam foto. Dengan demikian, fotografer dapat mengungkapkan perasaan mereka melalui karya fotografi, yang terinspirasi dari pemahaman mereka terhadap *lucid dreaming*, dan menghubungkannya dengan analisis semiotika. Pengkarya menggunakan teknik *montase* untuk menggambarkan visual dari *lucid dream*. *Montase* adalah metode yang digunakan untuk menyampaikan pesan melalui kumpulan foto. Dengan menggabungkan beberapa foto menjadi satu kesatuan, *montase* dapat menciptakan pesan baru. Dalam kehidupan sehari-hari, *montase* foto sudah menjadi hal yang umum dan sering dijumpai. Oleh karena itu, diperlukan juga proses *digital imaging*. Teknik *montase* (penggabungan) beberapa objek menjadi satu karya sesuai dengan konsep yang telah dipersiapkan oleh pengkarya. *montase* adalah seni menggabungkan beberapa gambar atau elemen visual untuk menciptakan karya baru, sering kali menggunakan teknik memotong dan menempel atau memodifikasi gambar asli untuk menghasilkan hubungan visual yang bermakna antar elemen yang digabungkan (Tahalea et al., 2024, p. 4).

Berdasarkan uraian pada latar belakang, maka pengkarya bermaksud menjadikan *lucid dream* sebagai objek dalam karya fotografi, dengan pembagian karya antara lain pengalaman pribadi, dampak positif dan dampak negatif. Dan menggunakan pendekatan semiotika sebagai upaya mengekspresikan kreativitas dan emosi pribadi melalui medium visual. lalu menggunakan teknik *montase*

(penggabungan) beberapa objek menjadi satu karya baru untuk menciptakan visual dari *lucid dream*.

Dalam penciptaan ini pengkarya merujuk pada fotografer yang aktif di bidang fotografi surealis maupun *fine art photography* sebagai referensi sekaligus menjadi pembanding karya yang diciptakan.



Gambar 1

Judul : Tamasya Di Ujung Malam #23
Sumber : (www.kohesiinitiatives.com)

Karya *Tamasya Di Ujung Malam* oleh Muhammad Alfariz merupakan eksplorasi visual yang memadukan dunia mimpi dan realisme fotografi dalam bentuk narasi visual *surrealis*. Terinspirasi dari pemikiran Sigmund Freud, Alfariz menghadirkan mimpi sebagai medium untuk menyingkap emosi dan hasrat terdalam manusia, dengan penggunaan simbolisme abstrak dan lanskap misterius yang memicu interpretasi bebas dari penonton.

Karya ini memiliki kemiripan dengan karya pengkarya, terutama dalam menjadikan mimpi sebagai tema utama dan pendekatan surealisme sebagai gaya visual. Keduanya sama-sama menampilkan lanskap surreal, seperti langit spiral atau pulau melayang, untuk menggambarkan alam bawah sadar. Namun, perbedaannya terletak pada titik fokus dan pendekatan teknis.

Alfariz lebih menonjolkan elemen alam sebagai simbol mimpi tanpa kehadiran manusia sebagai subjek utama, menciptakan kesan universal dan impersonal.

Sebaliknya, karya pengkarya menempatkan manusia sebagai pusat narasi, menekankan pengalaman mimpi sadar (*lucid dream*) yang bersifat personal dan emosional. Teknik *montase* yang digunakan pengkarya juga memperkuat kesan kompleksitas visual dan kedalaman makna, menjadikannya berbeda secara gaya maupun intensi naratif dari karya Alfari.

PEMBAHASAN

Konsep dan Proses Penciptaan

Konsep merupakan pijakan awal dalam proses berpikir dan berkarya yang menjadi landasan utama bagi pengkarya dalam menyampaikan gagasan artistik. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), penciptaan adalah proses atau perbuatan menciptakan sesuatu. Maka dari itu, konsep penciptaan dapat dipahami sebagai tahap fundamental dalam merancang sebuah karya yang memiliki arah, struktur, dan tujuan yang jelas.

Penciptaan karya berjudul *lucid dream dalam fotografi ekspresi* dilatarbelakangi oleh pengalaman pribadi pengkarya yang kerap mengalami mimpi sadar (*lucid dream*). Dalam pengalaman tersebut, pengkarya menyadari bahwa dirinya sedang bermimpi dan mampu mengendalikan jalannya mimpi. Pengalaman ini memunculkan ketertarikan untuk mengeksplorasi fenomena *Lucid Dream* sebagai wujud ekspresi visual melalui media fotografi. Fotografi ekspresi dipilih karena mampu merepresentasikan kondisi batiniah dan psikologis pengkarya secara mendalam. Selaras dengan Siahaan dalam penciptaannya *Interpretasi Lagu Iwan Fals Dalam Fotografi Ekspresi* “Pemilihan objek atau benda memiliki peranan yang penting bagi pencipta karena mampu menunjang penyampaian pesan yang terkandung dalam ke dalam bentuk fotografi” (Siahaan et al., 2025, p. 72). Simbol-simbol seperti tangga, cermin, pintu, tali, awan, dan cahaya digunakan sebagai metafora dari tema kesadaran, keterasingan, pencerahan, pelarian, dan kontrol diri. Dalam membangun visual, pengkarya merujuk pada teori semiotika Ferdinand de Saussure yang membedakan antara *signifier* (penanda) dan *signified* (petanda). Simbol visual yang dihadirkan tidak hanya menjadi objek estetis, namun mengandung makna yang berkaitan dengan pengalaman dalam mimpi sadar. Pendekatan ini memperkuat dimensi konseptual dalam tiap karya.

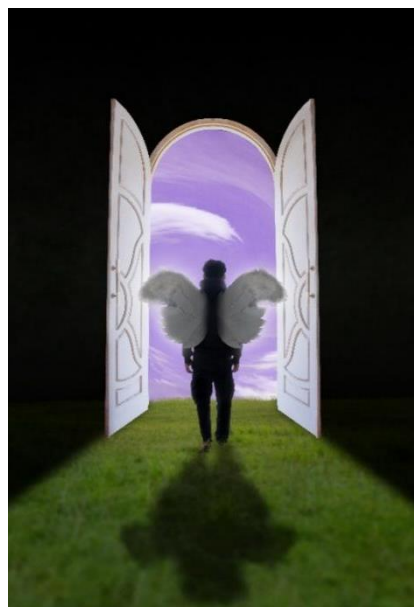
Karya fotografi ini dibagi menjadi tiga bagian besar: pengalaman mimpi sadar, dampak positif *lucid dream*, dan dampak negatif *lucid dream*. yang masing-masing merepresentasikan dimensi berbeda dari fenomena mimpi sadar. Judul karya antara lain: *Gate of Consciousness, Towards Freedom, Loss of Consciousness, I Got an Idea, dan Sleep Disorders*. Dalam visualisasi, pengkarya menggunakan tubuhnya sendiri sebagai objek utama yang merepresentasikan diri dalam mimpi. Objek-objek pendukung seperti bohlam, jam, kursi kosong, tali, bunga mawar, dan buku ditata secara simbolik untuk memperkuat pesan yang ingin disampaikan. Pemilihan objek ini disesuaikan dengan tema dan makna dari tiap mimpi yang divisualkan.

Penggunaan *digital imaging* dalam proses penciptaan berfungsi sebagai teknik utama dalam membangun visual mimpi sadar secara manipulatif dan konseptual. Melalui perangkat lunak *adobe photoshop*, pengkarya melakukan berbagai teknik seperti *layering, masking, liquify*, serta efek *blur* untuk menciptakan suasana *surrealis* yang khas. Digital imaging memungkinkan penggabungan berbagai elemen visual seperti langit spiral, ruang tidak logis, dan objek simbolik, menjadi satu komposisi utuh yang sesuai dengan konsep dan pesan dari tiap mimpi yang divisualisasikan.

Sementara itu, *augmented reality* (AR) digunakan sebagai pendekatan interaktif yang melampaui batasan karya statis. Melalui aplikasi *artivive*, beberapa karya diprogram agar dapat menampilkan animasi bergerak atau informasi tambahan saat dipindai menggunakan ponsel pintar. Teknologi AR tidak hanya memperkuat narasi visual, tetapi juga membuka ruang partisipasi aktif dari audiens, memungkinkan pengalaman yang lebih mendalam dan personal dalam memahami makna mimpi yang divisualisasikan. Dengan kata lain, jika *photoshop* memperkuat aspek visual dan simbolis dari karya, maka AR memperluas dimensi pengalaman *audiens* melalui interaktivitas. Melalui perpaduan antara pengalaman pribadi, refleksi psikologis, pendekatan simbolik, serta dukungan teori visual dan teknologi, karya *lucid dream* dalam fotografi ekspresi diharapkan mampu menjadi jembatan antara alam sadar dan bawah sadar. Karya ini bukan hanya menampilkan mimpi sebagai bunga tidur, tetapi sebagai ruang interpretatif yang penuh simbol, makna, dan potensi ekspresi diri.

Hasil Karya

Dalam proses penciptaan pengkarya menghasilkan karya dari fenomena *lucid dream*. Untuk kebutuhan publikasi ini, dipilih lima karya representatif yang dianggap mewakili keseluruhan tema dan pendekatan visual pengkarya, yaitu: *Gate of Consciousness*, *Towards Freedom*, *Loss of Consciousness*, *I Got an Idea*, dan *Sleep Disorders*. Setiap karya mengandung unsur simbolik, visual *surreal*, serta manipulasi *digital imaging* sebagai bagian dari narasi mimpi sadar yang divisualisasikan secara ekspresif.



Karya 1

Gate Of Consciousness
Ukuran 40 cm x 60 cm
print on photo paper laminating doff
(Sumber : Anca Putra Pramana)

Karya ini menjadi titik awal visualisasi pengalaman mimpi sadar yang dialami pengkarya. Dalam adegan mimpi tersebut, pengkarya berada di sebuah ruang kosong tanpa dinding dengan lantai berupa hamparan rumput hijau yang tidak biasa, di mana hanya terdapat satu objek, yaitu pintu tua yang berdiri sendiri tanpa penyangga. Pintu ini menjadi simbol peralihan antara realitas dan alam bawah sadar. Sosok tubuh pengkarya ditampilkan menggunakan sayap putih yang melambangkan kebebasan untuk mengeksplorasi dunia mimpi. Langit spiral berwarna ungu dan cahaya lembut memperkuat suasana surealis dan

transendental. Melalui pendekatan semiotika Ferdinand de Saussure, pintu dalam karya ini berfungsi sebagai penanda dari konsep transisi menuju kesadaran mimpi. Warna biru yang dominan menyimbolkan ketenangan dan refleksi batin. Komposisi ini dibangun menggunakan teknik digital imaging dengan manipulasi elemen langit, pencahayaan, dan perspektif ruang untuk menghasilkan efek ilusi yang mendalam. Karya ini menjadi pembuka narasi penciptaan, sekaligus simbol kesiapan memasuki ruang bawah sadar. Karya ini diciptakan menggunakan teknik *digital imaging* dengan memanfaatkan *pen tool*, *layer mask*, serta efek *gaussian blur* dan *field blur* untuk menciptakan kedalaman visual. Efek spiral pada langit dibentuk melalui fitur *liquify*. Melalui aplikasi *artivive*, karya ini diperkaya dengan *augmented reality* (AR) yang menampilkan gerakan visual ke arah pintu, menciptakan sensasi transisi menuju dunia bawah sadar. Integrasi ini memperkuat pengalaman imersif dan memperdalam makna simbolik dari perjalanan menuju kesadaran mimpi.



Karya 2
Towards Freedom
 Ukuran 40 cm x 60 cm
print on Photo paper laminating doff
 (Sumber : Anca Putra Pramana)

Visual dalam karya ini menggambarkan keinginan pengkarya untuk melampaui batas kenyataan menuju dunia lain yang lebih bebas dan penuh kemungkinan. Dalam mimpi, tubuh pengkarya divisualkan melayang di atas jalan pelangi yang membentang menuju cahaya terang, dengan latar belakang

menyerupai lorong gelap dan langit spiral yang terus bergerak. Jalan pelangi digunakan sebagai simbol perjalanan spiritual dan pencarian jati diri, sedangkan cahaya di ujung lorong menjadi simbol harapan dan transformasi. Sayap putih yang dikenakan kembali merepresentasikan kebebasan dalam menjelajah alam bawah sadar. Teknik *montase* dan *layering* digunakan untuk menyatukan berbagai elemen seperti langit, pelangi, dan sosok tubuh secara harmonis. Karya ini mengajak audiens untuk memahami bahwa mimpi sadar bisa menjadi ruang reflektif dan emosional dalam perjalanan memahami diri sendiri. Karya ini menggabungkan teknik *digital imaging* dengan menyeleksi tubuh pengkarya dan elemen sayap menggunakan *pen tool* dan *layer mask*, serta *polygonal lasso tool* untuk memisahkan latar depan dan belakang. efek *field blur* digunakan untuk menciptakan kedalaman ruang. Melalui *augmented reality* (AR) dengan *artivive*, ditambahkan animasi tubuh yang terbang melintasi pelangi, memperkuat narasi tentang kebebasan, perjalanan spiritual, dan transisi menuju alam bawah sadar. Integrasi ini menghadirkan pengalaman visual yang lebih hidup dan reflektif.



Karya 3

Loss Of Consciousness

Ukuran 40 cm x 60 cm

print on Photo paper laminating doff

(Sumber : Anca Putra Pramana)

Karya ini mengangkat tema kehilangan kendali atas mimpi sadar, yang ditandai dengan kesadaran yang mulai memudar. Dalam visualnya, tubuh pengkarya digambarkan jatuh dari tangga-tangga surreal yang runtuh di udara. Tangga menjadi simbol perjalanan spiritual dan proses pendakian menuju kesadaran, sedangkan keruntuhannya menandakan kembalinya tubuh pada dunia nyata. Sayap yang sebelumnya menjadi simbol kebebasan kini divisualisasikan hancur secara perlahan menggunakan efek *debris*, menggambarkan berakhirnya mimpi dan hilangnya kekuatan untuk mengendalikannya. Suasana gelap dan tone warna biru keabu-abuan memperkuat makna kehampaan dan rasa kehilangan. Karya ini dibangun menggunakan teknik digital imaging dengan pendekatan visual yang dramatis namun tetap puitik, menekankan pada perasaan transisi yang tak terhindarkan dari bawah sadar menuju kesadaran penuh. Karya ini menggunakan teknik *digital imaging* untuk menciptakan suasana dramatis dengan elemen visual seperti tangga runtuh dan sayap hancur. Proses editing dilakukan di *adobe photoshop* dengan *pen tool*, *layer mask*, dan *brush tool* untuk menciptakan efek serpihan. efek *motion blur* dan *field blur* ditambahkan untuk memperkuat kesan gerak dan kedalaman. Melalui *augmented reality* (AR) dengan *artivate*, animasi jatuh ke bawah ditambahkan untuk mempertegas makna kehilangan kesadaran dalam pengalaman mimpi sadar.



Karya 4

I Got An Idea

Ukuran 40 cm x 60 cm

print on Photo paper laminating doff

(Sumber : Anca Putra Pramana)

Karya ini merupakan perwujudan dari dampak positif *lucid dream* terhadap kreativitas dan kemampuan berpikir intuitif. Dalam karya ini, tubuh pengkarya digambarkan tertidur di atas tempat tidur, dikelilingi oleh bohlam menyala dan buku-buku yang melayang di udara. Bohlam menjadi simbol ide yang muncul tiba-tiba dari bawah sadar, sedangkan buku melambangkan pengetahuan intuitif yang tidak selalu ditemukan dalam kondisi sadar. Penerapan warna kuning hangat dari cahaya bohlam menciptakan kesan inspiratif, menggambarkan proses pemunculan gagasan kreatif dalam mimpi. Komposisi ini dibangun dengan teknik digital imaging dan layering selektif untuk menciptakan kedalaman ruang dan kesan ringan seperti dunia mimpi. Pengkarya menekankan bahwa dalam dunia mimpi sadar, muncul berbagai kemungkinan gagasan yang tidak terbayangkan sebelumnya, menjadikan mimpi bukan sekadar pelarian, tetapi juga ruang penciptaan. Karya ini diedit menggunakan *adobe photoshop* dengan teknik digital imaging, di mana objek tubuh diseleksi menggunakan *pen tool* untuk hasil yang presisi, dan latar belakang dihapus menggunakan *layer mask*. Efek partikel cahaya dan serpihan kecil dibuat menggunakan *brush tool*, sementara *field blur* ditambahkan untuk menciptakan kesan kedalaman dan kabut halus. Beberapa elemen juga diberi *motion blur* untuk memperkuat ilusi gerak dan atmosfer mimpi. Karya ini dilengkapi dengan teknologi *augmented reality* (AR) melalui aplikasi *artivive*, yang memungkinkan karya tampil lebih interaktif saat dipindai menggunakan perangkat ponsel. Animasi AR, yang mencakup bohlam menyala dan buku yang bergerak, terlebih dahulu diedit melalui aplikasi *capcut*, sehingga memperkaya suasana mimpi sadar dan memperkuat narasi visual secara dinamis.



Karya 5

Sleep disorder
 Ukuran 40 cm x 60 cm
 print on Photo paper laminating doff
 (Sumber : Anca Putra Pramana)

Karya ini menggambarkan sisi gelap dari *Lucid Dream* yang terlalu sering dilakukan, yakni gangguan pola tidur yang mengganggu kesehatan mental dan fisik. Visual menampilkan tubuh pengkarya yang terbaring pasif di antara tumpukan jam wecker yang menutupi sebagian besar tubuh, menciptakan kesan terjebak dan tenggelam dalam tekanan waktu. Jam menjadi simbol tekanan psikologis, insomnia, dan ritme tidur yang terganggu. Latar belakang berupa langit malam spiral serta jam besar yang menunjukkan pukul 4 pagi menambah suasana disorientasi dan kelelahan batin. Ekspresi datar dan pencahayaan redup memperkuat perasaan pasrah dan jenuh. Dalam karya ini, pengkarya menggunakan teknik *montase* dan manipulasi tekstur untuk menciptakan suasana sesak dan penuh tekanan.

Melalui karya ini, pengkarya ingin menyampaikan bahwa meskipun *lucid dream* membawa banyak manfaat, praktik yang berlebihan tanpa kontrol justru bisa berdampak buruk terhadap kualitas hidup dan kesadaran diri. Karya ini dibuat dengan teknik *digital imaging* menggunakan adobe photoshop, di mana objek utama diseleksi menggunakan *pen tool* dan disusun melalui *Layer Mask*. Efek spiral pada langit dibentuk menggunakan *liquify*, sementara *field blur* dan *gaussian blur* diterapkan untuk menciptakan kedalaman serta nuansa mimpi yang tidak stabil. Penempatan jam dan pengaturan warna digunakan untuk menegaskan disorientasi waktu yang menjadi inti karya. Melalui *augmented reality* (AR) via aplikasi *artivive*, ditambahkan animasi jam spiral yang berputar saat karya dipindai. Visual ini tidak hanya berfungsi sebagai efek estetis, tetapi juga menyimbolkan siklus *lucid dream* yang berulang dan mengganggu kualitas tidur. AR memperkuat narasi mengenai tekanan batin akibat hilangnya ritme tidur alami, menggambarkan bagaimana waktu dalam mimpi bisa menjadi penjara yang tak kasatmata.

ANALISIS KARYA

Penciptaan karya *lucid dream* dalam fotografi ekspresi adalah karya fotografi ekspresi yang memvisualisasikan pengalaman mimpi sadar pengkarya, diperkaya dengan teknologi Augmented Reality (AR) melalui aplikasi Artivive. Karya ini bersifat

interaktif, menghidupkan visual saat dipindai dan memperkuat keterlibatan penonton. Proses penciptaan dimulai dari pemotretan menggunakan kamera *Canon EOS RP* dengan pencahayaan alami dan buatan, serta pengolahan digital menggunakan *adobe photoshop*. Teknik seperti *pen tool*, *layer mask*, *liquify*, *field blur*, dan *motion blur* digunakan untuk membangun suasana mimpi yang dalam dan *surreal*. Efek kabut, cahaya, dan debu turut memperkuat nuansa visualnya. Makna dalam setiap karya dibangun menggunakan teori semiotika Ferdinand de Saussure, dengan simbol-simbol seperti tangga, jam, cermin, dan sayap yang merepresentasikan kondisi psikologis dalam mimpi.

Setiap karya berangkat dari pengalaman pribadi, seperti *Gate of Consciousness* yang menggambarkan awal kesadaran mimpi melalui pintu bersayap dan langit spiral, atau *Towards Freedom* yang menunjukkan tubuh melayang di pelangi sebagai simbol kebebasan. Sisi positif dan negatif *lucid dream* ditampilkan melalui karya seperti *I Got An Idea* (inspirasi) dan *Sleep Disorders* (gangguan tidur), sebagai dampak negative dari *lucid dream*. masing-masing diperkuat oleh animasi AR. Melalui gabungan pengalaman, simbolisme, teori, dan teknologi, karya ini mengajak penonton memahami mimpi sadar sebagai ruang batin yang menyimpan emosi, refleksi, dan narasi spiritual manusia.

KESIMPULAN

Karya *lucid dream* dalam fotografi ekspresi merupakan interpretasi visual dari pengalaman mimpi sadar yang dialami pengkarya secara personal. Karya ini lahir dari proses penciptaan yang menggabungkan eksplorasi teknis fotografi, manipulasi digital, teori semiotika, serta pendekatan warna yang emosional. Tujuannya bukan sekadar menampilkan sisi estetis mimpi, tetapi juga menyampaikan pesan-pesan emosional, psikologis, dan spiritual kepada audiens.

Pengkarya memandang mimpi sadar sebagai ruang penuh kemungkinan tempat ide lahir, emosi muncul, konflik batin terbuka, dan ingatan bergerak di luar logika biasa. Melalui simbol-simbol seperti pintu, tangga, sayap, jam, dan cermin, serta permainan warna dan cahaya, suasana mimpi dihidupkan kembali dengan pendekatan ekspresif. Kehadiran teknologi *augmented reality* (AR) turut memperkuat pengalaman interaktif, menjadikan karya tak lagi sekadar visual yang

diam, tapi sesuatu yang bisa dirasakan lebih dalam. Melalui keseluruhan proses ini, pengkarya berharap *lucid dream* menjadi ruang kejujuran dan ajakan untuk merenungi isi kepala dan hati. Bahwa dalam tidur, kita bisa menemukan kebenaran, dan dalam mimpi, kita bisa belajar memahami kenyataan.

DAFTAR PUSTAKA

Frederik van Eeden. (1913). the Study of Dreams. In *Dreams and Education (RLE Edu K)*. Proceedings of the Society for Psychical Research. <https://doi.org/10.4324/9780203138632-6>

Kusuma, I. K. A., Saryana, I. M., & Bratayadnya, P. A. (2021). Imajinasi Visual Tajen Dalam Fotografi Ekspresi. *Retina Jurnal Fotografi*, 1(2), 125–136. <https://doi.org/10.59997/rjf.v1i2.792>

LaBerge, S., & Rheingold, H. (1990). *Exploring the World of Lucid Dreaming*. Ballantine Books.

Parsons, T. (1974). The interpretation of dreams by Sigmund Freud. *Daedalus*, 103, 91–96.

Saunders, D. T., Roe, C. A., Smith, G., & Clegg, H. (2016). Lucid Dreaming incidence: A quality effects meta-analysis of 50 years of research. *Consciousness and Cognition*, 43, 197–215. <https://doi.org/10.1016/j.concog.2016.06.002>

Siahaan, J. N., Hartitom, H., & Emas, C. A. P. (2025). Interpretasi Makna Lagu Iwan Fals Dalam Fotografi Ekspresi. *Matalensa: Journal of Photography and Media*, 5(1), 67. <https://doi.org/10.26887/matalensa.v5i1.5319>

Soedjono, S. (2006). *Pot-Pourri Fotografi*. Universitas Trisakti.

Tahalea, S., Novianti, E., & Dewanti, A. R. (2024). ONCE UPON A TOWN: VISUALISASI RUANG HIJAU JAKARTA DALAM FOTO MONTASE MONTASE ONCE UPON A TOWN: VISUALIZING JAKARTA ' S GREEN SPACES THROUGH PHOTOMONTAGE. 7, 297–314.