

ANAK PEREMPUAN PERTAMA DALAM FOTOGRAFI EKSPRESI

Pinta Nabila¹, Indah Susanti², Aziz Fauzi Rahmat³pintanabila028@gmail.com¹, indah.isipp@gmail.com², azizfauzirahmat@gmail.com³

Institut Seni Indonesia Padangpanjang

ABSTRAK

Penciptaan ini berjudul "Anak Perempuan Pertama dalam Fotografi Ekspresi" yang bertujuan untuk mengungkapkan pengalaman emosional dan psikologis anak perempuan pertama melalui medium fotografi ekspresi. Anak perempuan pertama sering menghadapi ekspektasi tinggi dan tanggung jawab besar dalam keluarga, yang dapat memengaruhi identitas, kepercayaan diri, dan kesehatan mental mereka. Penelitian ini menggabungkan pendekatan fotografi ekspresi dengan teori semiotika, psikologi perkembangan anak, dan teori warna. Proses penciptaan karya melibatkan observasi, wawancara, dan studi literatur untuk menggali ide dan konsep. Fotografi dilakukan di studio dengan pencahayaan buatan, menggunakan properti simbolis seperti pita, tali, pisau, dan balon untuk menyampaikan pesan. Karya-karya ini menampilkan nuansa dramatis melalui latar belakang hitam dan teknik digital imaging untuk menyempurnakan visual. Hasilnya untuk menciptakan 20 karya fotografi yang berfokus pada ekspresi emosional dan pengalaman pribadi pengkarya dan representasi visual yang kuat dari tekanan, tanggung jawab, dan perjuangan emosional yang dihadapi anak perempuan pertama, sekaligus menawarkan perspektif kritis dan empati terhadap peran tersebut. Karya ini diharapkan dapat meningkatkan apresiasi terhadap seni fotografi dan memberikan edukasi kepada masyarakat mengenai pentingnya mendukung kesejahteraan emosional anak perempuan pertama.

Kata Kunci: Fotografi Ekspresi, Anak Perempuan Pertama, Semiotika.

ABSTRACT

This creation is titled "The First Girl in Fine Art Photography" which aims to reveal the emotional and psychological experiences of the first girl through the medium of fine art photography. First daughters often face high expectations and great responsibilities in the family, which can affect their identity, confidence, and mental health. This research combines the approach of fine art photography with semiotic theory, child developmental psychology, and color theory. The process of creating a work involves observation, interviews, and literature studies to explore ideas and concepts. Photography is done in a studio with artificial lighting, using symbolic properties such as ribbons, ropes, knives, and balloons to convey a message. These works feature dramatic nuances through black backgrounds and digital imaging techniques to enhance the visuals. The result was to create 20 photographic works that focused on the author's emotional expression and personal experiences and powerful visual representations of the pressures, responsibilities, and emotional struggles faced by the first girls, while offering a critical and empathetic perspective on the role. This work is expected to increase appreciation for the art of photography and provide education to the public about the importance of supporting the emotional well-being of the first girls.

Keywords: Fine Art Photography, First Daughter, Semiotics.

PENDAHULUAN

Anak perempuan pertama sering kali menghadapi tantangan dan harapan dari keluarga dan masyarakat. "Meskipun bukan semua anak perempuan pertama, tapi anak perempuan pertama dianggap memiliki tanggung jawab lebih besar dibandingkan adik-adiknya." (Suryakusuma, 2004). Anak perempuan pertama dituntut menjadi pribadi bertanggung jawab dan mengutamakan kepentingan keluarga, anak perempuan pertama juga sering mengorbankan kebutuhan dan keinginan mereka sendiri hanya karena tuntutan dan ekspektasi akan keberhasilan terhadap dirinya.

Anak perempuan pertama dalam keluarga sering memendam perasaan seperti

kekhawatiran, kecemasan, tertekan akan kegagalan yang terjadi dan menyebabkan kekecewaan dari orang tua. Menurut Zhang (2024) : “Beban dan ekspektasi khusus ini dapat berdampak signifikan terhadap perkembangan identitas diri, kepercayaan diri, kesehatan mental, hingga ekspresi emosional anak perempuan pertama”. Secara tidak langsung harapan besar orang tua tertampung kepada anak perempuan pertama, hal ini sesuai dengan pendapat Chua & Engel (2019).

Menurut Chua & Engel (2019) anak perempuan pertama sering sekali diharapkan menjadi “the good girl” yang patuh terhadap orangtua, bertanggung jawab terhadap apa yang dia kerjakan, dan mengutamakan kepentingan keluarga di atas dirinya sendiri, sejak kecil pengkarya dididik untuk menjadi seorang anak dan kakak yang bertanggung jawab.

Pengkarya merupakan anak perempuan pertama yang hidup dan besar di lingkungan masyarakat Minangkabau. Di Minangkabau, perempuan, terutama anak perempuan pertama, memiliki kedudukan istimewa sebagai pemegang harta pusaka dalam sistem matrilineal yang mengutamakan garis keturunan ibu. Harta pusaka, seperti tanah ulayat dan rumah gadang, diwariskan kepada perempuan agar tetap terjaga di dalam keluarga dan menjadi menjadi simbol keberlangsungan adat. Anak perempuan pertama tidak hanya bertanggungjawab atas pelestarian aset tersebut, tetapi juga berperan menjaga keharmonisan keluarga dan tradisi yang diwariskan turun – temurun.(Navis, 1984).

Pengkarya juga mempunyai dua orang adik perempuan dan ibu single parent. Adik perempuan pengkarya yang pertama sedang menempuh pendidikan sarjana di Institut Seni Indonesia Padangpanjang dengan program studi Desain Komunikasi Visual, adik pertama pengkarya berumur 20 tahun. Sedangkan adik pengkarya yang kedua baru lulus sekolah di Smk N 1 Ampek Angkek dengan jurusan Desain Komunikasi Visual, tahun ini dia berumur 18 tahun. Ayah dan ibu pengkarya bercerai ketika pengkarya berumur 11 tahun. Sejak umur 11 tahun sampai sekarang umur 23 tahun, pengkarya diharapkan bisa menjadi contoh dan panutan terhadap adik-adik. Baik itu dalam hal perilaku maupun akademis, pengkarya juga diharapkan menjadi pengganti peran ibu jika suatu saat ibu tidak ada. Karena tuntutan dan tanggung jawab tersebut, pengkarya sering mengalami tekanan karena tuntutan dan harapan tersebut terlalu berat untuk di tanggung karena ketidaksiapan pengkarya menerima tanggung jawab nantinya.

Pengkarya juga merasa cemas ketika harapan seperti menjadi contoh yang baik bagi adik-adik, harapan untuk sukses dalam hal akademik, yang diberikan orang tua jika tidak bisa diwujudkan, ketika gagal dalam melakukan hal tersebut dan mengecewakan orangtua sangat membuat pengkarya merasa cemas, orang tua terkadang lupa akan hal itu. Kecemasan tentang tanggung jawab ini juga penting untuk di sampaikan.

Hal ini juga sangat menarik untuk dibahas agar orang tua tidak melupakan perannya dan berperilaku bijak dengan menyikapi setiap hal yang berhubungan dengan anak perempuan pertama dengan adil. Orang tua sebaiknya memahami bahwa setiap anak memiliki kemampuan dan bakat yang berbeda. Oleh karena itu jangan memaksakan ekspektasi yang terlalu tinggi kepada anak karena hal itu justru bisa menjadi beban mental yang memberatkan. Orang tua seharusnya memberikan dukungan dan motivasi, biarkan anak tumbuh sesuai dengan potensinya masing-masing. Kegagalan tidak seharusnya membuat orang tua mengklaim bahwa anaknya gagal, yang terpenting teruskan mendukung perkembangan anak.

Pengalaman pengkarya sebagai anak perempuan pertama membentuk pengkarya menjadi wanita yang memiliki kecemasan berlebihan. Kecemasan akan hal yang belum tentu terjadi ini sesuai dengan perkataan dari Dr. Ekanita Meivita Sembiring Sp.Kj seorang psikolog dari website Halodoc dan pengalaman pengkarya sebagai anak perempuan pertama dalam hal positif menjadikan pengkarya wanita tangguh yang siap untuk menghadapi

berbagai tantangan kehidupan. Pada kenyataannya, tidak semua ekspresi itu terwujud, tidak semua anak pertama seperti itu. Namun hal ini sangat menarik untuk dijadikan sebuah ide dalam penciptaan karya seni dan secara tidak langsung juga menjadi kritikan untuk orang tua. Hal inilah yang menarik keinginan pengkarya untuk menjadikan ide dalam penciptaan karya seni fotografi, tepatnya fotografi ekspresi dengan judul “Anak Perempuan Pertama dalam Fotografi Ekspresi”.

Anak perempuan pertama dalam fotografi ekspresi menjadi media untuk ekspresi bagi pengkarya menuangkan segala kegelisahan, kecemasan, depresi dan tekanan dalam tuntutan terkait dengan ekspektasi dan tingginya harapan orangtua terhadap anak perempuan pertama. Hal ini akan menjadi penekanan secara tidak langsung, juga diharapkan menjadi media informatif dan pesan edukatif untuk orangtua berikutnya. Tentunya dengan penggunaan konsep foto yang pengkarya hadirkan dalam visualnya adalah objek utamanya anak perempuan remaja dengan kisaran umur 20 tahun, pada kisaran umur itu pengkarya mengalami tekanan dan tuntutan harapan dari keluarga, sesuai dengan situasi yang pengkarya alami dan nanti akan menampilkan ekspektasi, realita, tuntutan dan emosional yang pengkarya sebagai anak perempuan pertama melalui penampilan fisik, pakaian, lingkungan yang dapat mewakili makna yang disampaikan oleh pengkarya.

Pengalaman yang pengkarya rasakan ini akan di tuangkan ke dalam genre fotografi ekspresi. Fotografi ekspresi merupakan ungkapan perasaan pengkarya yang mana menurut Soedjono (2006):

“Fotografi Ekspresi adalah sebuah karya fotografi yang dirancang dengan konsep tertentu dengan memilih objek yang terpilih dan diproses dan dihadirkan bagi kepentingan si penotretnya sebagai ungkapan ekspresi artistik dirinya”.

Melalui fotografi ekspresi, pengkarya dapat memberikan pengalaman unik dan perspektif pengkarya sebagai anak perempuan pertama, serta memungkinkan pengkarya menceritakan kisah sendiri dan memberikan suara pada pengalaman yang kurang terwakilkan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada hasil karya pengkarya menampilkan dua puluh karya beserta penjelasan dari karya tersebut. Semua karya foto yang ditampilkan merupakan hasil dari pemotretan di dalam ruangan (indoor) dengan menggunakan berbagai macam arah cahaya dan karya yang berjudul “Anak Perempuan Pertama Dalam Fotografi Ekspresi”. Karya foto ini divisualkan ke dalam fotografi ekspresi dengan objek manusia dan benda-benda yang ada di kehidupan sehari-hari. Pengkarya juga memikirkan ide dan konsep agar pesan dari foto tersebut tersampaikan dengan baik. Keseluruhannya karya foto tersebut dilakukan proses editing supaya mendapatkan hasil terbaik, dan dua puluh karya ini bisa dipamerkan.

Pengkarya berhasil menciptakan 20 foto dengan bertujuan untuk menampilkan emosional serta pengalaman pribadi pengkarya sebagai anak perempuan pertama melalui medium fotografi dengan tema tekanan, tanggung jawab, dan perjuangan emosional. Teknik penciptaan melibatkan pemotretan studio, penggunaan properti simbolis, dan digital imaging untuk menonjolkan pesan visual



Karya 1

Judul karya : Jerat yang mengikat

Ukuran karya : 60 x 40

Media : *Paper Art Laminating Doff* Tahun : 2025

Deskripsi karya 1

Karya pertama pengkarya dengan judul “Jerat yang mengikat mimpi “ini menampilkan seorang perempuan mengenakan pakaian hitam dengan latar belakang hitam, sehingga fokus utama tertuju pada subjeknya. Perempuan ini tampak duduk dengan ekspresi serius dan tenang, sementara seutas tali putih melingkari lehernya. Tali tersebut juga ditahan oleh tangan orang lain, menandakan keberadaan seseorang di belakang yang memengaruhi situasi ini.

Karya ini menggambarkan beban tanggung jawab atau tekanan yang sering dirasakan oleh anak sulung dalam keluarga. Visual ini dapat mengomunikasikan perasaan tertekan, tanggung jawab yang berat, atau perjuangan untuk tetap teguh meskipun ada kendala yang mengikat. Sebagai anak perempuan pertama pengkarya sering sekali menuruti semua keinginan orangtua sehingga untuk apa yang pengkarya mimpikan seringkali tidak pernah terwujud demi menuruti keinginan orangtua.

Pengambilan karya dilakukan indoor di studio *Memorie’s Photography* dan pemotretan karya ini menggunakan kamera Canon D700, diafragma f/4,5, kecepatan 1/200, dan ISO 200. Pemotretan karya ini menggunakan teknik *angle eye view* yaitu sudut pengambilan gambar sejajar dengan mata.

Saat proses editing dilakukan, pengkarya terlebih dahulu menghilangkan badan dari objek pendukung yang sudah difoto sebelumnya dengan cara terpisah. Lalu pengkarya memasukkan foto yang di edit tadi ke dalam foto utama lalu terakhir pengkarya melakukan pemberian *highlight*, *shadow*, *contrast*, dan *burning* dengan menggunakan software *adobe photoshop* dan pengolahan warna dengan menggunakan *adobe lightroom*. Pengkarya menggunakan dua software karena di *adobe photoshop* ada beberapa tool warna yang pengkarya kurang mengerti, oleh karena itu pengkarya menggunakan *adobe lightroom* untuk mengedit *toning* warna agar warna hitamnya dapat dihasilkan sesuai yang pengkarya inginkan.



Karya 2

Judul karya : Ketidakberdayaan yang tersembunyi

Ukuran karya : 60 x 40

Media : *Paper Art Laminating Doff* Tahun : 2025

Deskripsi Karya 2

Pada karya foto ke-2 ini dengan judul “Ketidakberdayaan yang tersembunyi” menunjukkan seorang perempuan dengan mata, mulut, dan leher yang dililit pita merah, menggambarkan situasi keterbatasan atau kendala yang ia alami. Pita merah dapat melambangkan tekanan, tanggung jawab, atau ekspektasi yang membatasi kebebasan ekspresi dan pilihan hidupnya. Warna merah mencerminkan intensitas perasaan baik itu amarah, cinta, atau perjuangan. Latar belakang hitam memperkuat pesan foto, menyoroti subjek dan menambah kesan mendalam. Ini menggambarkan narasi yang kuat tentang perjuangan pribadi dan beban emosional yang sering dirasakan oleh anak sulung dalam keluarga.

Karya ini bisa menjadi simbol protes terhadap keadaan tertentu, seperti ketidakadilan, kurangnya dukungan, atau tekanan dari lingkungan sekitar yang membuat seseorang merasa tidak didengar. Sebagai anak perempuan pertama, pita merah yang menutup mata, mulut, dan leher dapat melambangkan tekanan besar dari tanggung jawab yang harus dipikul, seperti menjaga keluarga, memenuhi ekspektasi, atau menjadi teladan.

Pengambilan karya dilakukan indoor di studio *Memorie's Photography* dan pemotretan karya ini menggunakan kamera Canon D700, diafragma f/4,5, kecepatan 1/200, dan ISO 200. Pemotretan karya ini menggunakan teknik *angle eye view* yaitu sudut pengambilan gambar sejajar dengan mata.

Teknik yang digunakan dalam proses pengeditan yaitu membersihkan background dengan menggunakan *adobe photoshop* dan pengolahan warna dengan menggunakan *adobe lightroom*. Pengkarya menggunakan dua software karena di *adobe photoshop* ada beberapa tool warna yang pengkarya kurang mengerti, oleh karena itu pengkarya menggunakan *adobe lightroom* untuk mengedit toning warnanya agar warna hitam dan merah yang diinginkan dapat dihasilkan.



Karya 3

Judul karya : Pecahnya batas kesabaran

Ukuran karya : 60 x 40

Media : *Paper Art Laminating Doff*

Tahun : 2025

Deskripsi karya 3

Karya ini merupakan karya ketiga dalam tugas akhir “Anak Perempuan Pertama Dalam Fotografi Ekspresi” berjudul “Pecahnya Batas Kesabaran”. Pada karya ini menampilkan seorang perempuan dengan pita merah yang menutup matanya, sedang memegang kepala dengan kedua tangan, mulutnya terbuka lebar seperti sedang berteriak. Ekspresi ini menggambarkan luapan emosi intens, seperti frustrasi, kebingungan, atau rasa tertekan. Dalam konteks sebagai anak perempuan pertama, foto ini mencerminkan beban berat yang sering dirasakan ekspektasi tinggi, tanggung jawab keluarga, dan tantangan emosional yang mungkin sulit untuk diungkapkan.

Pita merah yang menutupi mata melambangkan keterbatasan pandangan atau kebebasan, sementara gerakan tangan ke kepala menunjukkan konflik batin atau tekanan yang membebani pikiran. Latar hitam memberikan kesan mendalam dan dramatis, menyoroti intensitas pesan emosional yang ingin disampaikan oleh gambar ini. Karya ini bisa dilihat sebagai simbol perjuangan emosional dan mental yang dialami seorang anak sulung dalam menghadapi perannya.

Pengambilan karya dilakukan indoor di studio *Memorie's Photography* dan pemotretan karya ini menggunakan kamera Canon D700, diafragma f/4,5, kecepatan 1/200, dan ISO 200. Pemotretan karya ini menggunakan teknik *angle eye view* yaitu sudut pengambilan gambar sejajar dengan mata.

Teknik yang digunakan dalam proses pengeditan yaitu membersihkan background dengan menggunakan *adobe photoshop* dan pengolahan warna dengan menggunakan *adobe lightroom*. Pengkarya menggunakan dua software karena di *adobe photoshop* ada beberapa tool warna yang pengkarya kurang mengerti, oleh karena itu pengkarya menggunakan *adobe lightroom* untuk mengedit toning warna agar warna merah dan hitam yang diinginkan dapat dihasilkan.

KESIMPULAN

Karya tugas akhir “Anak Perempuan Pertama Dalam Fotografi Ekspresi” merupakan karya fotografi dalam bentuk fotografi ekspresi, yakni fotografi yang tumbuh dari pengalaman pribadi pengkarya sendiri. Pengalaman pribadi pengkarya sebagai anak perempuan pertama yang sering menghadapi tekanan, harapan, tuntutan dan tanggung jawab besar dalam keluarga ini menjadikan ide utama yang melatar belakangi pengkarya dalam mewujudkan penciptaan karya di dalam tugas akhir ini.

Pengkarya menyampaikan pesan kompleks tentang ekspektasi, tanggungjawab, tekanan emosional yang sering tidak terlihat dalam kehidupan sehari – hari anak Perempuan pertama. Karya ini juga memberikan refleksi terhadap pengalaman pengkarya sebagai anak Perempuan pertama, memperlihatkan perjalanan emosional yang penuh tantangan namun tetap memunculkan kekuatan dan keberanian.

Melalui kombinasi teknik visual seperti tata cahaya, penggunaan properti simbolik, dan digital imaging, penulis dapat menciptakan narasi visual yang tidak hanya berfungsi sebagai karya seni, tetapi juga sebagai media edukasi. Pesan yang di sampaikan mendorong masyarakat untuk lebih memahami peran anak perempuan pertama dalam keluarga, sekaligus mengapresiasi pentingnya mendukung kesejahteraan emosional mereka.

Saran

Dalam penciptaan karya tugas akhir ini sangatlah dibutuhkan persiapan dan kematangan konsep, mulai dari pembahagian tugas kepada kru dan manajemen waktu agar pada saat pemotretan dilakukan, semua proses berjalan dengan lancar. Selain itu penikmat karya juga dapat mengetahui bahwa penciptaan karya fotografi ekspresi tidak hanya mengedepankan nilai estetika saja, tetapi juga harus isu yang dapat diangkat melalui simbol – simbol ataupun tanda – tanda dengan menggunakan kajian semiotika, dengan itu pesan yang ingin disampaikan dapat tersampaikan dengan baik.

Untuk pengembangan lebih lanjut, pengkarya dapat mempertimbangkan pengayaan konsep dan simbol visual melalui elemen budaya atau warna tertentu, eksplorasi lokasi outdoor untuk menambah dimensi emosional, kolaborasi anak perempuan pertama lain guna menambah perspektif, publikasi karya di media sosial dan platform digital agar menjangkau audiens lebih luas, serta evaluasi pasca-pameran melalui survei atau wawancara anak perempuan pertama lainnya untuk mendapatkan masukan yang berguna dalam pengembangan karya berikutnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Adler, A. (1964). *Problems of neurosis*. Harper & Row.
- Anisah, A. S. (2017). Pola Asuh Orang Tua dan Implikasinya Terhadap Pembentukan Karakter Anak. *Jurnal Pendidikan UNIGA*, 5, 70–84.
<https://doi.org/https://doi.org/10.52434/jp.v5i1.43>
- Barthes, R. (1967). *Elements of Semiology*. Diambil dari <https://api.semanticscholar.org/CorpusID:29814822>
- Baskara, D. N. (2020). *Premenstrual Syndrome Dalam Fotografi Ekspresi (Skripsi Thesis)*. Institut Seni Indonesia Yogyakarta, Yogyakarta.
- Baumrind, D. (1991). The Influence of Parenting Style on Adolescent Competence and Substance Use. *The Journal of Early Adolescence*, 11(1), 56–95.
<https://doi.org/10.1177/0272431691111004>
- Chua, L., & Engel, D. M. (2019). Good daughter, good sisters, good workers: Interrogating the “Good Girl” Narrative in Singapore. *SOJOURN: Journal of Social Issues in Southeast Asia*.
- Gainau, M. B. (2009). KETERBUKAAN DIRI (SELF DISCLOSURE) SISWA DALAM PERSPEKTIF BUDAYA DAN IMPLIKASINYA BAGI KONSELING. *Jurnal Ilmiah Widya Warta*, 33(1).

- Herwibowo, W. G. L. (2020). *Fotografi Ekspresi: Representasi Fase Patah Hati*. (Skripsi Thesis). Institut Seni Indonesia Yogyakarta, Yogyakarta.
- Jeynes, W. H. (2007). The Relationship Between Parental Involvement and Urban Secondary School Student Academic Achievement. *Urban Education*, 42(1), 82–110. <https://doi.org/10.1177/0042085906293818>
- Jones, C. S. (2015). Anything But Neutral: Using Color to Create Emotional Images. Diambil 23 Desember 2024, dari Envanto Tuts+ website: https://photography.tutsplus.com/tutorials/anything-but-neutral-using-color-to-create-emotional-images--cms-23214?_ga=2.67390610.222900200.1720355900-1899425043.1696125572
- Kusuma, S. S. (2022). Analisis Arah Cahaya Dalam Studio Fotografi. *Jurnal IMAJI: Film, Fotografi, Televisi, & Media Baru*, 13(2), 144–152. <https://doi.org/10.52290/i.v13i2.78>
- Leman, K. (2009). *The Birth Order Book: Why You Are the Way You Are*. Grand Rapids: Revell.
- Munir, R. (2004). *Pengolahan Citra Digital dengan Pendekatan Algoritmik*. Bandung: Informatika.
- Navis, A. A. (1984). *Alam Berkembang Jadi Guru Adat dan Kebudayaan Minangkabau*. Jakarta: Grafiti Pers.
- Nevid, J. S. (2018). *Essentials of Psychology: Concepts and Applications*. Cengage Learning.
- Pratama, I. P. A. M., Pramana, I. M. B. P., & Nindhia, C. I. P. (2022). VISUALISASI PEREMPUAN KORBAN KEKERASAN DALAM FOTOGRAFI EKSPRESI. *Retina Jurnal Fotografi*, 2(1), 80–91. Diambil dari <https://jurnal2.isi-dps.ac.id/index.php/retina/article/view/1304/403>
- Priyetno, A. (2024). Psikologi Warna: Menjelajahi Makna dan Pengaruh Warna pada Pikiran dan Perilaku. Diambil 23 Desember 2024, dari Infosejarah.com website: <https://infosejarah.id/psikologi-warna/>
- Sadono, S. (2015). *Serial Fotomaster: Bedah Kamera*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo.
- Soedjono, S. (2006). *Pot-pourri Fotografi*. Jakarta: Universitas Trisakti.
- Soetarjo, L. S. (2018). *Kajian Semiotika Konotasi Roland Barthes Pada Foto Wanita Jawa Dalam Kartu Pos Tahun 1900-1910* (Skripsi Thesis). Institut Seni Indonesia , Yogyakarta.
- Sugiarto, A. (2013). *Memotret Dengan Kamera Digital Untuk Pemula*. Depok: Kriya Pustaka.
- Suryakusuma, J. I. (2004). *Sex, power and nation: An anthology of writings, 1979-2003* (Vol. 21cm). Jakarta: Metafor Pub. Diambil dari <https://cir.nii.ac.jp/crid/1130282269410874496>
- Wahjuwibowo, I. S. (2011). *Semiotika Komunikasi: Aplikasi Praktis Bagi Penelitian dan Skripsi Komunikasi* (3 ed.). Bogor: Mitra Wacana Media.
- Zhang, W., Xu, M., Feng, Y., Mao, Z., & Yan, Z. (2024). The Effect of Procrastination on Physical Exercise among College Students—The Chain Effect of Exercise Commitment and Action Control. *International Journal of Mental Health Promotion*, 26(8), 611–622. <https://doi.org/10.32604/ijmh.2024.052730> (Anisah, 2017; Gainau, 2009; Soetarjo, 2018).