

PERANCANGAN FILM MOKUMENTER
“CAHAYA TERSEMBUNYI”
SEBAGAI MEDIA EDUKASI MEMBANGUN KEPERCAYAAN
DIRI REMAJA



SKRIPSI

diajukan untuk memenuhi sebagian syarat untuk memperoleh gelar sarjana
Pendidikan pada Program Studi Pendidikan Multimedia

Oleh:

Muhammad Matchless Solahuddin

2106068

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN MULTIMEDIA
KAMPUS UPI DI CIBIRU
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
2025

LEMBAR HAK CIPTA
PERANCANGAN FILM MOKUMENTER
“CAHAYA TERSEMBUNYI”
SEBAGAI MEDIA EDUKASI MEMBANGUN KEPERCAYAAN
DIRI REMAJA

Oleh:

Muhammad Matchless Solahuddin

Sebuah skripsi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh
gelar sarjana pendidikan pada Program Studi Pendidikan Multimedia

© Muhammad Matchless Solahuddin

Universitas Pendidikan Indonesia

Agustus 2025

Hak cipta dilindungi undang-undang

Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian, dengan dicetak
ulang, difotokopi, atau cara lainnya tanpa izin penulis

Muhammad Matchless Solahuddin, 2025
Perancangan PERANCANGAN FILM MOKUMENTER “CAHAYA TERSEMBUNYI” SEBAGAI MEDIA
EDUKASI MEMBANGUN KEPERCAYAAN DIRI REMAJA

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

Muhammad Matchless Solahuddin

**FILM MOKUMENTER “CAHAYA TERSEMBUNYI” SEBAGAI MEDIA
EDUKASI MEMBANGUN KEPERCAYAAN DIRI REMAJA**

Yang Dipersiapkan dan Disusun Oleh:

disetujui dan disahkan oleh pembimbing:

Pembimbing I



Dian Rinjani, S.Pd., M.Ds.

NIP. 920171219860906201

Pembimbing II



Nurhidayatulloh. S.Pd., M.T

NIP. 920230219890404101

Mengetahui,

Ketua Program Studi Pendidikan Multimedia,

Universitas Pendidikan Indonesia Kampus Daerah Cibiru



Nurhidayatulloh. S.Pd., M.T

NIP. 920230219890404101

PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Muhammad Matchless Solahuddin

NIM : 2106068

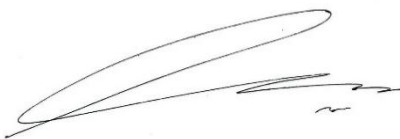
Program Studi : Pendidikan Multimedia

Judul Karya : Perancangan Film Mokumenter “Cahaya Tersembunyi” Sebagai Media Edukasi Membangun Kepercayaan Diri Remaja

Dengan ini menyatakan bahwa karya tulis ini merupakan hasil kerja saya sendiri. Saya menjamin bahwa seluruh isi karya ini, baik sebagian maupun keseluruhan, bukan merupakan plagiarisme dari karya orang lain, kecuali pada bagian yang telah dinyatakan dan disebutkan sumbernya dengan jelas.

Jika di kemudian hari ditemukan pelanggaran terhadap etika akademik atau unsur plagiarisme, saya bersedia menerima sanksi sesuai peraturan yang berlaku di Universitas Pendidikan Indonesia.

Bandung, 19 Agustus 2025



Muhamad Matchless Solahuddin

KATA PENGANTAR

Puji Syukur kepada Allah SWT karena berkah Rahmat, nikmat, dan izin-Nya penulis mampu menyelesaikan skripsi dengan judul **“FILM MOKUMENTER “CAHAYA TERSEMBUNYI” SEBAGAI MEDIA EDUKASI MEMBANGUN KEPERCAYAAN DIRI PADA REMAJA”** penyusunan skripsi ini adalah salah satu syarat untuk mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan di Program Studi Pendidikan Multimedia, Universitas Pendidikan Indonesia, Kampus daerah Cibiru. Penulis menyadari dalam penyusunan skripsi ini tidak akan bisa diselesaikan tanpa bantuan dari pihak-pihak yang senantiasa membantu penulis. Karena itu pada kesempatan kali ini, penulis ingin menyampaikan terima kasih sebanyak-banyaknya kepada:

1. Kepada orang tua penulis, Gazali Solahuddin dan Indah Juwita Lestari, yang dengan penuh kasih sayang, ketulusan, dan kesabaran selalu memberikan doa, semangat, serta dukungan baik moral maupun materi. Segala pengorbanan, kerja keras, dan nasihat yang diberikan telah menjadi sumber kekuatan serta motivasi utama bagi penulis dalam menyelesaikan studi hingga tahap akhir ini. Tanpa doa dan restu dari orang tua, penulis tidak akan mampu mencapai titik ini.
2. Kepada kedua adik, Hayfa Nadda Solahuddin dan Maryam Rizky Solahuddin yang selalu mendukung dengan caranya sendiri, memberikan semangat, serta menjadi penyemangat tambahan dalam menjalani masa-masa perkuliahan. Kehangatan dan dukungan yang diberikan telah menjadi penghibur di tengah kesibukan dan kelelahan penulis dalam menyelesaikan tugas akademik.
3. Bapak Prof. Karim Suryadi, M.Si., selaku Direktur Universitas Pendidikan Indonesia Kampus di Cibiru
4. Ibu Dian Rinjani, S.Pd., M.Ds. selaku dosen pembimbing pertama yang sudah membimbing penulis, mengarahkan apa yang harus dilakukan, mengoreksi dan memeriksa skripsi, menjadi teman diskusi, memberikan ilmu yang sangat bermanfaat untuk penulis, menjadi pendorong dan pemberi motivasi handal bagi penulis, serta menjadi pendengar yang baik di saat penulis sedang

Muhammad Matchless Solahuddin, 2025

Perancangan FILM MOKUMENTER “CAHAYA TERSEMBUNYI” SEBAGAI MEDIA EDUKASI MEMBANGUN KEPERCAYAAN DIRI REMAJA

mengalami masalah dalam proses penyusunan skripsi. Terimakasih sudah menjadi Ibu yang sangat baik, semoga semua kebaikan selalu menyertai Ibu.

5. Bapak Ade Nurhidayatulloh, S.Pd., M.T. selaku dosen pembimbing kedua yang sudah mengarahkan penulisan dan penyusunan skripsi, membantu mengoreksi penulisan. Terimakasih banyak untuk pengalaman dan ilmu-ilmu yang sudah diberikan, serta membimbing penulis sehingga skripsi bisa terselesaikan.
6. Ibu Dian Rinjani, S.Pd., M.Ds., Bapak Ade Nurhidayatulloh, S.Pd., Ibu Maya Purnamasari, S.Pd., M.Ds., Bapak Agus Juhana, S.Pd., M.T., Bapak Dr. H. M. Hasan Basari, M.Pd., Ibu Intan Permata Sari, S.St., M.Ds., Bapak Fahmi Chandra Permana, S.Si., M.T., Bapak Feri Hidayatullah Firmansyah, S.Pd., M.MT., Ibu Ayung Candra Padmasari, S.Pd., M.T., Ibu Sri Lestari Harja, S.Pd., M.T. selaku dosen di Program Studi Pendidikan Multimedia yang sudah memberikan ilmu dan pengalaman selama perkuliahan. Terimakasih sudah menjadi dosen yang sangat baik, semoga semua cita-citanya dapat terwujud, selalu diberi Kesehatan dan kekuatan, serta semua kebaikan selalu menyertai.
7. Bapak Reza selaku staff Program Studi Pendidikan Multimedia, yang turut membantu dalam proses administrasi penulis selama masa perkuliahan, semoga bapak diberi Kesehatan, dan kebaikan selalu yang menyertai bapak.
8. Kepada Muhammad Hudzaifah Al Hafidz dan Abdussalam Setiawan Assdiqie, sahabat yang selalu hadir memberikan kebersamaan, dukungan, serta semangat dalam setiap langkah perjalanan penulis. Terima kasih atas persahabatan yang tulus, canda tawa, dan dorongan positif yang senantiasa menguatkan, baik dalam kehidupan sehari-hari maupun dalam proses penyelesaian skripsi ini. Kehadiran kalian menjadi salah satu bagian berharga yang turut mewarnai perjalanan penulis hingga ke tahap ini.
9. Kepada teman seangkatan, Aksata Cipta yang telah bersama-sama menemani perjalanan empat tahun masa perkuliahan, baik dalam suka maupun duka. Terima kasih atas dukungan, semangat, serta bantuan yang selalu diberikan, khususnya dalam menghadapi berbagai tantangan akademik hingga proses penyusunan skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.

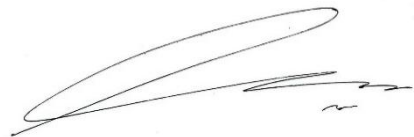
10. Kepada teman-teman OJS yang telah menjadi bagian dari perjalanan hidup penulis sejak kecil hingga sekarang. Terima kasih atas kebersamaan, canda tawa, serta dukungan yang tidak pernah putus meski waktu terus berjalan. Pertemanan yang terjalin sejak lama ini telah menjadi salah satu sumber semangat dan penguat bagi penulis, baik dalam menjalani kehidupan sehari-hari maupun dalam menyelesaikan studi hingga tahap akhir penulisan skripsi ini.
11. Kepada teman-teman alumni Braina Bahri yang senantiasa memberikan doa, perhatian, serta motivasi yang tulus. Terima kasih atas kebersamaan dan dukungan yang selalu terasa, baik secara langsung maupun tidak langsung. Semangat yang kalian berikan menjadi penguat yang sangat berarti bagi penulis dalam melewati masa perkuliahan hingga penyelesaian skripsi ini.
12. Kepada Kabinet Bringka teman-teman angkatan 2020 dan 2021 dari PGSD, Teknologi Komunikasi, Rekayasa Perangkat Lunak, dan Multimedia. Terima kasih atas kebersamaan yang penuh keceriaan, canda tawa yang menumbuhkan semangat, serta motivasi yang selalu menguatkan. Dukungan kalian tidak hanya menghadirkan kebahagiaan di tengah kesibukan, tetapi juga menjadi energi positif yang membantu penulis menyelesaikan skripsi ini dengan lebih ringan.
13. Kepada Vicky Ahmad dan Aufa Taufiqulhakim yang telah membimbing penulis dengan memberikan masukan, arahan, serta bantuan yang sangat berarti dalam proses pembuatan film “Cahaya Tersembunyi.” Terima kasih atas perhatian, dukungan, dan bimbingan yang kalian berikan, sehingga penulis dapat belajar banyak hal baru sekaligus menyelesaikan karya ini dengan lebih baik. Kehadiran kalian menjadi teladan sekaligus penguat dalam perjalanan penulis.
14. Aldi Dwiky Haryadi, Cerita Prameswary, Ilham Fathul Arifin, Monica Putri Salsabila terima kasih atas kerja sama, dedikasi, dan semangat yang luar biasa selama proses kreatif berlangsung. Peran kalian tidak hanya sebatas membantu secara teknis, tetapi juga memberikan ide, tenaga, serta motivasi yang sangat berarti, sehingga film ini dapat terselesaikan dengan baik. Kebersamaan yang terjalin menjadi bagian penting dari keberhasilan karya ini.

15. Mochammad Naufal Fathir Al Ridwan, Alzena Zakia Nurhidayati, Ahmad Maulana Handani, Mochamad Ikhwan Dafarizq, Naysila Pinda Pertiwi, Rizka Al Wahab Ramadhan, Nuri Fajrianti Projo, Aldena Sazkya Nissa, Amira Oktaviannisa, Reisilla Najla Asyfa penulis memberikan penghargaan setinggi-tingginya atas peran serta totalitas yang kalian tunjukkan sebagai aktor. Kesungguhan dan penghayatan peran dari kalian tidak hanya memperkuat cerita, tetapi juga membuat film ini terasa lebih hidup, bermakna, dan mampu menyampaikan pesan yang diharapkan.

Semoga Allah SWT membalas segala kebaikan, doa, perhatian, serta dukungan yang telah diberikan oleh semua pihak dengan limpahan rahmat dan keberkahan-Nya. Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna dan memiliki berbagai keterbatasan. Oleh karena itu, penulis dengan rendah hati sangat mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun demi penyempurnaan di masa mendatang. Harapannya, penelitian ini dapat memberikan manfaat tidak hanya bagi penulis, tetapi juga bagi perkembangan dunia pendidikan, serta menjadi salah satu referensi yang berguna bagi penelitian selanjutnya.

Bandung, 19 Agustus 2025

Pembuat pernyataan,



Muhammad Matchless Solahuddin
NIM. 2106068

FILM MOKUMENTER “CAHAYA TERSEMBUNYI” SEBAGAI MEDIA EDUKASI MEMBANGUN KEPERCAYAAN DIRI REMAJA

Muhammad Matchless Solahuddin

2106068

ABSTRAK

Permasalahan kepercayaan diri pada remaja di Indonesia merupakan isu krusial yang perlu mendapat perhatian serius. Data I-NAMHS (2022) menunjukkan 34,9% remaja mengalami masalah kesehatan mental, namun hanya 2,6% yang mengakses bantuan profesional. Rendahnya representasi positif di media memperparah kondisi ini, menyebabkan remaja sulit menemukan figur dan narasi yang memberdayakan. Untuk menjawab kesenjangan tersebut, penelitian ini merancang film mokumenter “Cahaya Tersembunyi” sebagai media edukasi yang bertujuan membangun kepercayaan diri remaja melalui narasi yang relevan dan emosional. Permasalahan yang diangkat meliputi bagaimana proses perancangan film ini dilakukan serta sejauh mana pesan edukatifnya dapat tersampaikan kepada audiens. Metode yang digunakan adalah pendekatan kualitatif dengan Practice-Led Research (PLR), meliputi tahapan persiapan, imajinasi, pengembangan imajinasi, pengerjaan, dan evaluasi. Data dikumpulkan melalui studi literatur dan kuesioner terbuka yang diberikan kepada remaja setelah menonton film. Proses kreatif memanfaatkan teknik sinematik khas mokumenter seperti *breaking the fourth wall* untuk menciptakan kedekatan emosional. Hasil evaluasi menunjukkan audiens memahami pesan, merasa terwakili, dan termotivasi untuk membangun kepercayaan diri. Penelitian ini menyimpulkan bahwa mokumenter dapat menjadi media efektif untuk edukasi kesehatan mental remaja, sekaligus menjadi model intervensi kreatif berbasis seni yang relevan dengan perkembangan media modern.

Kata Kunci: Mokumenter, Kepercayaan Diri Remaja, Media Edukasi, Kesehatan Mental.

Muhammad Matchless Solahuddin, 2025

Perancangan PERANCANGAN FILM MOKUMENTER “CAHAYA TERSEMBUNYI” SEBAGAI MEDIA
EDUKASI MEMBANGUN KEPERCAYAAN DIRI REMAJA

FILM MOKUMENTER “CAHAYA TERSEMBUNYI” SEBAGAI MEDIA EDUKASI MEMBANGUN KEPERCAYAAN DIRI REMAJA

Muhammad Matchless Solahuddin

2106068

ABSTRAK

The issue of self-confidence among Indonesian adolescents is a crucial concern that requires serious attention. Data from the I-NAMHS (2022) shows that 34.9% of adolescents experience mental health problems, yet only 2.6% access professional help. The lack of positive representation in the media exacerbates this condition, making it difficult for adolescents to find empowering figures and narratives. To address this gap, this research designed the mockumentary film Cahaya Tersembunyi as an educational medium aimed at fostering adolescent self-confidence through relevant and emotional storytelling. The study focuses on how the film was designed and the extent to which its educational message is effectively conveyed to the audience. A qualitative approach using Practice-Led Research (PLR) was employed, consisting of preparation, imagination, imagination development, production, and evaluation stages. Data were collected through literature studies and open-ended questionnaires given to adolescents after viewing the film. The creative process utilized distinctive mockumentary cinematic techniques such as breaking the fourth wall to create emotional engagement. Evaluation results indicate that the audience understood the message, felt represented, and were motivated to build self-confidence. This research concludes that mockumentaries can be an effective medium for adolescent mental health education and serve as a creative, art-based intervention model relevant to modern media development.

Keyword: *Mockumentary, Adolescent Self-Confidence, Educational Media, Mental Health.*

DAFTAR ISI

PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME	iv
KATA PENGANTAR.....	v
ABSTRAK	ix
<i>ABSTRAK</i>	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR SINGKATAN	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	2
1.3 Tujuan Penelitian.....	3
1.4 Manfaat Penelitian	3
1.5 Ruang Lingkup Peneltian	4
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	6
2.1. Uraian Teori.....	6
2.2. Media Edukasi.....	6
2.2.1. Pengertian Media Edukasi	6
2.2.2. Jenis Media Edukasi	7
2.1.3. Media Edukasi Melalui Film	10
2.3. Film	10
2.3.1. Pengertian Film.....	11
2.3.2. Durasi dalam Film	11
2.3.3. Jenis Film.....	12
2.3.4. Film Dokumenter.....	14
2.3.5. Jenis Film Dokumenter	14
2.3.6. Film mokumenter.....	15
2.4. Kepercayaan Diri	16
2.4.1. Pengertian Kepercayaan Diri	17
2.4.2. Faktor yang Mempengaruhi Kepercayaan Diri	18

Muhammad Matchless Solahuddin, 2025
Perancangan PERANCANGAN FILM MOKUMENTER “CAHAYA TERSEMBUNYI” SEBAGAI MEDIA
EDUKASI MEMBANGUN KEPERCAYAAN DIRI REMAJA

2.4.3. Dampak Rendahnya Kepercayaan Diri.....	20
2.4.4. Cara Meningkatkan Kepercayaan Diri	21
2.5. Remaja.....	22
2.5.1. Karakteristik Remaja	22
2.5.1.1 Perubahan Fisik dan Perkembangan Otak	22
2.5.1.2 Perubahan Emosi dan Sosial.....	23
2.5.1.3 Pencarian Identitas	23
2.5.2. Masalah Kepercayaan Diri yang Dihadapi Remaja.....	24
2.6. Penelitian Sebelumnya yang Relevan	24
BAB 3 METODE PENELITIAN.....	27
3.1 Desain Penelitian.....	27
3.2. Teknik Pengumpulan Data	29
3.2.1 Studi literatur	29
3.2.2. Kuesioner	30
3.3. Teknik Analisis Data	31
3.4. Proses Perancangan Karya	31
3.4.1 Tahap Persiapan	32
3.4.2 Tahap Imajinasi.....	33
3.4.3 Tahap Pengembangan Imajinasi	33
3.4.4 Tahap Pengerjaan	33
3.4.5 Hasil Karya	34
3.5. Instrumen Penelitian.....	34
3.5.1 Kuesioner Terbuka untuk Audiens Remaja.....	34
3.5.1 Populasi dan Sampel.....	35
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	37
4.1. Tahap Persiapan	37
4.2. Tahap Imajinasi	38
4.1.1 Tujuan Pembuatan Film dan Perancangan Cerita	39
4.1.2 Penyusunan Sinopsis.....	40
4.1.3 Penulisan Naskah Awal.....	40
4.3. Tahap Pengembangan Imajinasi.....	48
4.3.1 Naskah	49
4.3.2 <i>Storyboard</i>	53
4.3.3 Shot list	57

Muhammad Matchless Solahuddin, 2025

Perancangan PERANCANGAN FILM MOKUMENTER “CAHAYA TERSEMBUNYI” SEBAGAI MEDIA
EDUKASI MEMBANGUN KEPERCAYAAN DIRI REMAJA

4.3.4	Tim Produksi.....	60
4.3.5	Persiapan Produksi.....	60
4.4.	Tahap Pengerjaan	63
4.4.1	Pengambilan Gambar.....	63
4.4.2	Penyuntingan	65
4.5.	Hasil Karya.....	72
4.6.1	Distribusi.....	78
4.6.2	Apresiasi	79
4.6.3	Jawaban Kuesioner Terbuka	82
BAB V SIMPULAN DAN SARAN		87
5.1.	Kesimpulan	87
5.2.	Saran.....	88
DAFTAR PUSTAKA		90
LAMPIRAN.....		95

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Instrumen.....	35
Tabel 4. 1 Sinopsis cerita	40
Tabel 4. 2 Naskah awal	41
Tabel 4. 3 Naskah yang telah disesuaikan.....	49
Tabel 4. 4 Storyboard	53
Tabel 4. 5 Shot list.....	57
Tabel 4. 6 Perbandingan sesudah dan sebelum color grading.....	68
Tabel 4. 7 Hasil Produksi	72

DAFTAR GAMBAR

Gambar 4. 1 Sony ILME FX3 (Sumber: www.sony.com)	61
Gambar 4. 2 Sony ZV-E10 (Sumber: www.sony.com)	62
Gambar 4. 3 <i>microphone shotgun</i> CKMOVA DCM2	62
Gambar 4. 4 <i>Zoom H1n Handy Recorder</i> (Sumber: www.zoomcorp.com)	62
Gambar 4. 5 Amaran 200D (Sumber: https://amarancreators.com)	63
Gambar 4. 6 Pengambilan gambar karakter utama di ruang wawancara	64
Gambar 4. 7 Mengarahkan para aktor	64
Gambar 4. 8 Foto bersama setelah proses pengambilan gambar	64
Gambar 4. 9 Pengambilan gambar diluar ruangan	65
Gambar 4. 10 Melakukan koordinasi dengan pemain latar	65
Gambar 4. 11 <i>Logging footage</i>	67
Gambar 4. 12 Proses <i>rough cut</i>	67
Gambar 4. 13 proses penyesuaian suara utama dari video	69
Gambar 4. 14 Penambahan <i>voice over</i> untuk memberikan narasi	70
Gambar 4. 15 Proses terakhir penyesuaian lagu	70
Gambar 4. 16 Penambahan <i>subtitle</i>	71
Gambar 4. 17 Font yang digunakan	72
Gambar 4. 18 <i>Youtube social connect</i>	78
Gambar 4. 19 Film “Cahaya Tersembunyi”	79
(Sumber: www.socialconnect.id) Gambar 4. 20 Apresiasi melalui <i>like</i>	80
Gambar 4. 21 Apresiasi melalui komentar	81
Gambar 4. 22 Apresiasi melalui komentar	81
Gambar 4. 23 Apresiasi melalui komentar	82

DAFTAR SINGKATAN

Singkatan	Nama	Pemakaian pertama kali pada halaman
I-NAMHS	Indonesia <i>National Adolescent Mental Health Survey</i>	2
WHO	<i>World Health Organization</i>	2
PLR	<i>Practice-Led Research</i>	5

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Buku Bimbingan Skripsi	95
Lampiran 2 SK Pengangkatan Dosen Pembimbing	101
Lampiran 3 Plagiarisme dan Turnitin AI	102

DAFTAR PUSTAKA

- Aisyah, S., & Kholis, N. (2023). Building students' skills and knowledge through audiovisual learning media. *Jurnal Kependidikan*, 7(1), 11-20.
- Al-mayahi, Z. H., & Al-khafaji, K. A. (2022). The effectiveness of using educational cinema techniques to increase students' self-confidence: An experimental research. *Journal of Positive School Psychology*, 6(8), 1083-1090.
- Alya, P. F., Ardelia, V., & Setiawan, J. L. (2022). Dampak mental health terhadap kepercayaan diri remaja. *Jurnal Riset Rumpun Ilmu Sosial dan Humaniora*, 1(1), 17-21.
- American Psychological Association. (2023). *Health advisory on social media use in adolescence*. American Psychological Association.
- Ananda, R., Fadhilaturrahmi, F., & Huda, A. (2022). Pemanfaatan Aplikasi Canva Sebagai Inovasi Pembelajaran Mahasiswa Pgmi Pada Mata Kuliah Media Pembelajaran Di Era Kurikulum Merdeka. *Jurnal Riset Dan Inovasi Pembelajaran*, 2(2), 110-116.
- Andira, F., & Pranajaya, Y. (2023). Metode penyutradaraan Senoaji Julius dalam produksi film pendek anak "Ibu". *Jurnal Audiens*, 4(1), 1-8.
- Anggraini, D. (2021). The impact of learning media on students' development in learning. *International Journal of Elementary Education*, 5(1), 121-125.
- Arimba, A. D., Purnamawati, P., & Patmaningrum, D. A. (2023). The effect of using film-based learning media on increasing student interest in learning in Tamalate Makassar. *Pinisi Journal of Education*, 1(1), 56-65.
- Arsana, I. W. E., Wesnawa, I. G. A., & Sudarmini, N. M. (2020). Determining factors of self confidence in adolescent using social environment path analysis.

Muhammad Matchless Solahuddin, 2025
 Perancangan PERANCANGAN FILM MOKUMENTER "CAHAYA TERSEMBUNYI" SEBAGAI MEDIA
 EDUKASI MEMBANGUN KEPERCAYAAN DIRI REMAJA

- International Research Journal of Management, IT & Social Sciences*, 7(2), 191-201.
- Arsyad, A. (2014). The role of educational media in improving quality of human resources. *Jurnal Al-Ta'dib*, 7(2), 1-12.
- Casey, B. J. (2019). Adolescence as a unique developmental period. In *Reference module in neuroscience and biobehavioral psychology*. Elsevier. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-809324-5.21832-6>
- Center for Reproductive Health, University of Queensland, & Johns Hopkins Bloomberg School of Public Health. (2022). *Indonesia - National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS): Laporan Penelitian*. Pusat Kesehatan Reproduksi.
- Chatterjee, S. (2017). The intricateness of adaptation of literature to film in today's crisscrossed world. *Rupkatha Journal on Interdisciplinary Studies in Humanities*, 9(1), 23-31.
- Corner, J. (2002). Documentary as discourse. In M. Renov (Ed.), *The new documentary histories* (pp. 141-155). University of Minnesota Press.
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2018). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (5th ed.). SAGE Publications.
- Dike, I. P., Onwuegbuzie, A. J., & Onwuegbuzie, B. O. (2021). Digital video interventions and mental health: A systematic review of the literature. *International Journal of Education and Development using Information and Communication Technology (IJEDICT)*, 17(3), 144–165.
- Falkenberg, P., Riis, S., Lönnqvist, A.-S., Tran, E. H., & Falkheimer, J. (2021). *Texts and effects: Interview findings on the use and impact of audiovisual communication in Swedish public sector organizations*. Department of Strategic Communication, Lund University.

- Fatimah, S., Siregar, N., Ritonga, H. M., & Astuti, R. (2023). Upaya peningkatan pengetahuan kesehatan mental pada remaja dalam mewujudkan generasi Z yang beriman. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Aufa (JPMA)*, 5(1), 143-146.
- Fauzan, A., & Mulyaningsih, E. (2021). Penyutradaraan film mockumentary tentang fenomena hypebeast dalam film “The new way of flex”. *Capture: Jurnal Seni Media Rekam*, 12(2), 114-129.
- Hamama, S., & Ratri, R. (2024). Strategi meningkatkan rasa percaya diri bagi pemula: Kunci sukses berkomunikasi. *Jurnal Selasar KPI : Referensi Media Komunikasi dan Dakwah*, 1(1), 106–115.
- Hasanah, H., & Supriyono. (2017). Profil kepercayaan diri remaja serta faktor-faktor yang memengaruhinya. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 1(1), 1-10.
- Haseman, B. (2006). A manifesto for performative research. *Media International Australia, Incorporating Culture & Policy*, (118), 98–106.
- Heath, G., & Startup, H. (2021). Applications of schema therapy in young people: A systematic review. *Cognitive Behaviour Therapy*, 50(2), 89–111.
- Hirnanda, F. H., Mulyaningsih, E., & Dhipayana, G. A. (2020). Membangun subjektivitas penonton melalui pendekatan interaktif pada penyutradaraan film mockumentary “Booking Out”. *Sense*, 3(1), 1-14.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2014). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 25 Tahun 2014 tentang Upaya Kesehatan Anak*.
- Marengo, D., Longobardi, C., Fabris, M. A., & Settanni, M. (2022). Self-esteem and social media addiction level in adolescents: The mediating role of body image. *Children and Youth Services Review*, 138, 106515. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2022.106515>
- Moran, J. M. (1995). O vídeo na sala de aula [Video in the classroom]. *Comunicação & Educação*, (2), 27-35.

- Mu'alimin. (2016). Pendidikan remaja dalam perspektif psikologi. *Jurnal An-Nafs: Kajian Penelitian Keislaman*, 1(1), 129-144.
- Nichols, B. (2017). *Introduction to documentary* (3rd ed.). Indiana University Press.
- Nurhasanah, & Sobandi, A. (2016). Fungsi dan Peran Media Pembelajaran Sebagai Upaya Peningkatan Kemampuan Belajar Siswa. *Jurnal Pendidikan Manajemen Perkantoran*, 1(1), 93-102.
- Oviliani, T. M., & Susanto, R. (2023). The effect of wordwall educational game-based learning media on interest in learning natural sciences. *Education and Social Sciences Review*, 4(1), 27–33.
- Piliang, Y. A. (2018). Metodologi penelitian penciptaan karya: Practice-led Research dan Practice-based Research seni rupa, kriya, dan desain. *Panggung*, 28(1), 1-18.
- Prijanto, J. H. (2019). Aspect of identity crisis faced by adolescents in “Lady Bird” movie. *LETRA: Jurnal Pendidikan dan Pengajaran Bahasa serta Sastra*, 3(1), 43–52.
- Rahmat, A., & Suherman, A. (2021). Classification and Characteristics of Historical Learning Media. *Paramita: Historical Studies Journal*, 31(1), 1-11.
- Saputri, D. A., Sabardila, A., & Sujito. (2023). A Psychological Study of the Main Character in the "Seher" Movie. *Acuity: Journal of English Language Pedagogy, Literature and Culture*, 8(1), 58-69.
- Sarjiwo, Sumarlam, Djatmika, & Supana. (2019). Utilization of Film Genre as Prior Text Study in Title Writing of Student Creativity Program. *International Journal of Multicultural and Multireligious Understanding*, 6(2), 422-430.
- Siahaan, M., Supriyono, & H. M. (2021). Development of multimedia-based learning media for multimedia courses. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Dan Pembelajaran*, 5(2), 233-241.

- Siregar, K., & Daulay, D. A. (2021). Hubungan Kepercayaan Diri dengan Kecemasan pada Mahasiswa yang Sedang Menyusun Skripsi. *Jurnal Psikologi Konseling*, 18(1), 868-877.
- Smith, H., & Dean, R. T. (Eds.). (2009). *Practice-led research, research-led practice in the creative arts*. Edinburgh University Press.
- Sunil, S. (2019). The use of film-based interventions in adolescent mental health education: A review. *Journal of Indian Association for Child and Adolescent Mental Health*, 15(4), 80–87.
- Susilowati, N., & Aini, A. Q. (2021). The role of online learning media in increasing student achievement and learning motivation. *Jurnal Aksara Public*, 5(2), 79-84.
- Sya'diyah, H., & Setiawati, D. (2023). Positive self talk on mental health of adolescents in independent campus activities. *Jurnal Psikologi*, 16(2), 233-241.
- Tosepu, R., Afifah, N., Djurubassa, A. S., Salsabila, N., Puspita, D. S., & Febriani, R. D. (2021). Duration of gadget use and its relationship with the psychosocial development of preschool children during the COVID-19 pandemic. *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*, 9(T4), 237-240.
- Tretkoff, P. (2016). The intersection of film, teaching, and inclusive education. *RIFE, Revista de Investigación y Formación en Educación*, 2(1), 1-13.
- Utami, D. P., & Rofiah, N. H. (2016). Pengaruh kepercayaan diri (self confidence) terhadap konsep diri (self concept) siswa kelas X di SMA Negeri 2 Ngawi. *Jurnal Counsellia: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 6(1), 17-26.
- World Health Organization. (2022). *World mental health report: Transforming mental health for all*.
- Xin, Y. C., Lee, E., & Sundar, S. S. (2019). Breaking the fourth wall: The effects of cinematic virtual reality film on presence and viewer responses. *Proceedings*