

ABSTRAK

Nama : Raden Renardi Said Prathama
NIM : 1604180015
Tahun : 2022
Judul : Penciptaan Video Art Pada Karya “*Healthy Lifestyle by Doing Stretching*”.
Tugas Akhir : Program Studi Seni Rupa Fakultas Industri Kreatif Universitas Telkom

Sering kali kita menyadari bahwa suatu hal sederhana, kita malas bergerak, sulit bahkan tidak peduli untuk melakukannya, seperti halnya melakukan *stretching*. *Stretching* merupakan kegiatan melakukan peregangan yang dilakukan sebelum berolahraga. Hal ini tentunya membuat badan terasa sehat dan kuat jika dilakukan. Salah satu faktor yang menjadi kita malas bergerak adalah pengaruh bermain gadget berlama-lama hingga membuat kita lupa diri maupun lupa waktu akan suatu aktivitas seperti *stretching*. Tidak melakukan peregangan dapat menyebabkan tubuh tidak sehat. Penulis ingin memberikan pesan kepada masyarakat mengenai gaya hidup sehat melakukan *stretching*. Karya ini berupa sebuah sindiran terhadap masyarakat khususnya kerabat, keluarga yang sering kali penulis tegur akan hal itu. Hasil karya ini berupa *video art* yang didalamnya terdapat gabungan dari fotografi serta videografi dengan beberapa teknik yang dipakai seperti *stopmotion*, *slowmotion*, *timelapse* dan *cinematic*. Penulis akan membentuk sebuah cerita mengenai gaya hidup sehat melakukan *stretching* dari awal kejadian malas / tidak peduli melakukan hal tersebut karena bermain gadget berlama-lama sampai ia sadar untuk melakukannya. Penulis berharap terhadap masyarakat untuk peduli dan bergerak dengan melakukan *stretching*. Penulis berharap masyarakat menyadari dampak bagi tubuh kita, karena melakukan gaya hidup sehat seperti *stretching* dapat menjaga tubuh kita tetap sehat dan kuat.

Kata Kunci : Fotografi, Videografi, *Stretching*, Video Art, Gadget