

# **Sinopsis Film The Exorcist Believer : Perjuangan Melawan Kekuatan Jahat yang Merasuki Anak-anak**

Category: LifeStyle

5 Oktober 2023



**Prolite** – “The Exorcist Believer” sekuel dari film klasik “The Exorcist” yang pertama kali dirilis pada tahun 1973, akhirnya melangsungkan debutnya pada hari Rabu (4/10/2023).

“The Exorcist” adalah salah satu film horor yang telah merajai dunia genre ini dan menjadi legenda dalam industri film. Karena itu, “The Exorcist Believer” menjadi salah satu film yang sangat dinantikan, terutama karena film ini memiliki kaitan erat dengan karakter utama, Chris MacNeil, dari film aslinya.

Film ini digarap oleh David Gordon Green dan akan menceritakan kisah sekelompok gadis yang mengalami gangguan kesurupan secara massal. Orangtua mereka yang bingung dan putus asa

berusaha mencari bantuan dari Chris MacNeil, yang pernah mengalami pengalaman serupa.

Dalam "The Exorcist Believer," kita akan melihat sejumlah nama terkenal dalam industri film seperti Leslie Odom Jr., Ann Dowd, Jennifer Nettles, Norbert Leo Butz, Lidya Jewett, Olivia Marcum, dan Ellen Burstyn.

## **Sinopsis Film The Exorcist Believer**

Sinopsis "The Exorcist Believer" memang penuh dengan elemen misteri dan ketegangan. Cerita dimulai dengan kisah tragis Victor yang kehilangan istrinya demi menyelamatkan putri pertamanya, Angela.

Tiga belas tahun berlalu, Angela tumbuh dalam pengawasan yang sangat posesif dari Victor, sang ayah. Suatu hari, Angela menghilang bersama sahabatnya, Katherine, setelah memasuki hutan di dekat sekolah mereka.

Dalam upaya putus asa untuk mencari anak-anak mereka, Victor dan orangtua Katherine memasuki hutan meskipun polisi turut andil dalam pencarian tersebut. Namun, yang mereka temukan hanya beberapa barang pribadi anak-anak mereka.



– *rotten Tomatoes*

Tiga hari kemudian, Angela dan Katherine akhirnya ditemukan di sebuah peternakan yang jauh dari sekolah mereka, namun perilaku mereka menjadi sangat aneh.

Angela tiba-tiba terjatuh dan kejang, seperti kerasukan oleh kekuatan gelap. Dokter tak dapat menyembuhkan Angela, bahkan merekomendasikan untuk merawatnya di rumah sakit jiwa.

Dalam usahanya untuk mencari tahu apa yang telah terjadi pada putrinya, Victor bertemu dengan Chris MacNeil, seorang mantan

aktris yang juga mengalami peristiwa serupa 50 tahun lalu.

☒

– *fangoria*

Sinopsis ini menunjukkan bahwa “The Exorcist: Believer” akan membawa penonton ke dalam alur cerita yang penuh dengan misteri dan ketegangan, di mana hubungan antara dunia nyata dan supranatural akan menjadi pusat perhatian.

Kalau kalian penasaran dengan cerita lengkapnya, segera kunjungi bioskop terdekat untuk menonton “The Exorcist Believer” dan ikuti petualangan mengerikan yang siap menghantui kalian! ☐

---

## **Sinopsis Losmen Melati The Series yang Rilis Pada 17 Agustus 2023 Mendatang**

Category: LifeStyle

5 Oktober 2023



**Prolite** – Hai hai! Balik lagi di edisi malam Jumat! Siapa yang suka banget sama film Losmen Melati? Ayo merapat, ada kabar baik nih buat kalian!

Jadi gini guys, *platform video streaming* CATCHPLAY+ akhirnya merilis serial Losmen Melati yang akan tayang perdana di tanggal 17 Agustus 2023 nanti!

Serial ini sebenarnya adalah kelanjutan dari film Losmen Melati yang sebelumnya udah rilis di bioskop bulan Maret tahun ini, dan sukses tayang di 250 bioskop di seluruh Indonesia juga 4 negara lainnya di Asia tenggara.

Nah, buat yang penasaran gimana cerita series ini, kita bakal kasih tau kamu sedikit sinopsisnya biar kamu makin penasaran bakal ada apa aja sih di dalem Losmen ini? *So tay connect with us ya!*

## Sinopsis Film Losmen Melati The Series



Cr.

Sebenarnya dulu, Losmen Melati itu adalah rumah tua peninggalan kolonial Belanda di sebuah perkebunan, yang akhirnya diubah jadi penginapan.

Awalnya, rumah ini dimiliki oleh seorang dokter lokal, namanya Kusno. Nah, Kusno ini rupanya suka bikin eksperimen dengan hal-hal aneh. Katanya dia pernah coba eksperimen mengerikan pada mayat!

Tapi, cerita gak berhenti sampai situ aja. Suatu hari ada Melati, cewek desa yang paham tentang hal-hal mistis dan cerita rakyat. Dia kayak semacam paranormal gitu.

Nah, pas dia dateng, ternyata ada rahasia yang selama ini terpendam di rumah itu. Konon katanya, rumah dan penghuninya dikutuk oleh arwah orang mati yang gak tenang.

Sialnya, Melati malah terjebak dalam kutukan itu dan dapet kekuatan agar hidupnya terus abadi. Namun dia berharap, dengan kekuatan itu dia bisa hidupin lagi anaknya yang udah berpulang.

Selama puluhan tahun, Losmen Melati ini jadi tempat berkumpulnya para arwah yang tersesat dan gentayangan.

Melati ini punya keahlian khusus, dia bisa baca perasaan para tamu yang dateng, termasuk ketakutan terbesar mereka.

Nah, keahlian ini jadi kayak tenaga tambahan buat Losmen Melati biar semakin kuat.

Di kamar-kamar gelap tempat para tamu nginep di Losmen Melati, setiap kali ada yang check in, pasti langsung dihadapin sama rasa takut terdalam mereka. Yang lebih serem lagi, setelah *check in*, nggak ada istilah *check out*!



Cr.

Waduh keliatannya bakal serem banget nih! Biar gak penasaran terus, mending kalian *download* aplikasi CATCHPLAY+ dari sekarang biar nanti gak ketinggalan dan tinggal siapin popcorn aja!

Soalnya, bakalan ada tujuh episode dari “Losmen Melati The Series” ini yang bisa bawa kamu lebih dalam lagi ke dalam misteri yang mengeliling Losmen Melati.

Wah gila, bakal seru banget gak sih sampe 7 episode, lho! Apalagi ditambah cerita yang semakin menarik dan menegangkan juga pasti bakal bikin kamu gak bisa berhenti nonton karena saking serunya.

So, jangan sampai ada yang terlewat dan jangan nonton sendirian buat film Losmen Melati The Series ini, ya! Karena setiap detiknya bisa jadi penuh kejutan dan rahasia yang bakal bikin bulu kuduk kamu merinding! □

---

# **Jangan Baca Sendirian ! Kisah Seram Urban Legend dari 3 Kampus Top di Indonesia**

Category: LifeStyle

5 Oktober 2023



**Prolite** – Halo! Udah di edisi malem jumat lagi nih! Hayo, siapa di antara kalian yang pernah denger cerita urban legend di kampus? Di balik gedung perkuliahan yang ramai, ruang kelas yang penuh tugas dan dosen killer, terselip cerita-cerita seram yang bikin bulu kuduk merinding!

Yup, kali ini kita bakal cerita soal urban legend dan cerita-cerita horor di 3 kampus terkenal yang ada di Indonesia yang bakal bikin kamu merinding dan makin waspada selama berada di kampus.

Jadi, siap-siap buat dengerin kisah-kisah seram dari dunia kampus yang mungkin bikin kamu ngerasa ada yang ngeliatin dari balik bahu! Hihihi ☺

Jangan sampe kalian baca artikel ini sendirian ya! *Stay connect with us*, siapa tau ada cerita dari kampus kamu disini, *and let's get to the list!*

## **Urban Legend dari 3 Kampus Top di Indonesia**

### **1. Institut Teknologi Bandung (ITB)**



Selain dikenal sebagai kampus top di Indonesia, ITB juga punya cerita-cerita horor serem lho! Salah satu urban legend horor yang paling terkenal di sana adalah Fancy Night, sebuah pesta tahunan yang digelar oleh mahasiswa FSRD.

Konon katanya, di acara Fancy Night yang pake tema pesta topeng ini, seringkali terjadi kejadian-kejadian mistis. Beberapa mahasiswa pernah ngaku melihat sosok-sosok aneh, kayak kakek-kakek dan anak kecil, yang ikutan nongol disana. Padahal, gak ada satu pun mahasiswa yang kenal sama sosok-sosok misterius itu!

Selain itu, kalau kamu lagi di Gedung PAU, ada yang perlu diwaspadai nih. Konon katanya, ada hantu di gedung ini yang meninggal secara tragis. Menurut cerita, arwah penasaran itu masih bergantayangan di sana sampe sekarang.

Kalau kamu beruntung (atau malah sial), kamu bakal ngeliat sosok orang yang tiba-tiba jatuh dari lantai paling atas gedung dan terhempas ke bawah lalu tubuhnya hancur.



*dok. Istimewa*

Selanjutnya, lagi-lagi anak FSRD nih yang ngalamin! Di gedung FSRD, tepatnya di studio lantai 3, katanya ada hantu noni Belanda yang cantik jelita. Serem banget ya, bayangin aja ada hantu cantik nongol di tengah-tengah mahasiswa yang lagi lembur nugas di sana.

Tapi tenang aja, hantu noni Belanda ini katanya baik kok. Dia cuma muncul kalau mahasiswa yang ada di sana percaya sama keberadaannya. Tapi, ada yang beruntung lho, katanya sekali waktu ada mahasiswa yang diajak ngobrol sama si noni ini. Gimana tuh rasanya ngobrol sama hantu cantik jelita? Seru atau malah horor ya?

Nggak hanya sampai di situ aja, ternyata ada lagi cerita horor urban legend lainnya di ITB! Salah satunya adalah tentang tamu misterius berwujud manusia setengah kuda. Katanya ada juga sosok yang menyerupai diri kita sendiri. Tapi kalau kita coba perhatiin sosok itu menghilang gitu aja.

Masih banyak lagi urban legend di kampus ini kayak dosen gaib, anak kecil dengan taddy bearnya, dan penampakan kuntilanak di ruas jalan taman sari. Buat kamu mahasiswa ITB punya cerita horor lain gak nih? Coba kamu komen di bawah ya!

## 2. Universitas Indonesia (UI)



*Cr. zonamahasiswa*

Universitas Indonesia punya banyak banget urban legend yang cukup terkenal di kalangan masyarakat umum. Dari sekian banyak urban legend yang terkenal di UI, ada satu cerita tentang arwah gentayangan seorang perempuan yang gantung diri.

Sosok gadis itu berwajah pucat, bibirnya biru, dan kepalanya terkulai. Penampakan sosok mengerikan ini seringkali terlihat di sekitar gedung Rektorat, terutama saat malam hari.

Cerita jembatan Teksas UI juga nggak kalah seremnya nih! Jembatan merah yang menghubungkan Fakultas Teknik dan Fakultas Sastra emang terkenal banget dengan cerita-cerita horornya. Nah, ada satu cerita yang bikin bulu kuduk merinding, nih.

Ceritanya, ada seorang mahasiswa yang terpaksa pulang malam dan harus nyebrangin jembatan Teksas itu. Sekitaran jembatan lagi berkabut pula, aduh serem banget!

Tapi, si mahasiswa tetap nekat nyebrangin jembatan itu. Nah, pas dia udah di tengah-tengah jembatan, dia lihat ada bayangan bergerak di seberang jembatan.

Awalnya dia pikir itu cuma daun yang terbawa angin, tapi lama-lama dia baru nyadar kalau itu bukan daun. Ternyata itu rambut dan kepala yang tergantung di atas tiang jembatan!

Ada juga cerita tentang urban legend sosok nenek misterius yang tiba-tiba muncul di gedung XII FIB UI, terutama di ruangan gamelan. Penjaga gedung seringkali melihat sosok perempuan ini bermain gamelan, meskipun perkuliahan sudah berakhiran. Bahkan gamelan sering berbunyi dan memainkan lagu di waktu-waktu tertentu.



*Dok. MD Pictures*

Selain tiga cerita itu, ada juga cerita lain seperti Danau UI, Kereta Hantu, dan Hantu Bikun UI. Sepertinya di UI memang penuh dengan misteri dan kisah-kisah urban legend horor yang bikin bulu kuduk merinding. Kalau kamu mahasiswa UI, hati-hati ya saat malam hari, siapa tahu ketemu hantu-hantu serem itu!

### 3. Universitas Gajah Mada (UGM)



*Cr. boombastis*

UGM memang terkenal sebagai salah satu kampus terbaik di Indonesia, tapi gak cuma reputasi akademiknya yang melegenda. Ada kisah-kisah horor yang bikin bulu kuduk merinding!

Salah satunya adalah legenda hantu mbak Yayuk, yang jadi terkenal banget di kalangan mahasiswa UGM, khususnya di Fakultas Ekonomi. Konon katanya, hantu Mbak Yayuk ini sering terlihat di rekaman CCTV.

Dulu, mbak Yayuk adalah seorang mahasiswi UGM angkatan lama yang lagi ngerjain skripsi. Sayangnya, skripsinya ditolak berkali-kali dan stres akhirnya membuatnya memutuskan untuk bunuh diri.

Sosok mbak Yayuk ini sebenarnya biasa aja, cuma penampilannya agak jadul gitu. Orang yang nggak tau ceritanya mungkin bakal mikir, *“Ini mahasiswi jadul banget sih?”* karena menurut orang pintar mbak Yayuk tgak akan pernah ninggalin UGM.

Ada juga mitos atau urban legend yang mungkin diwariskan turun-temurun di UGM, tentang larangan nyanyi lagu di Bunderan Teknik. Katanya, kita gak boleh nyanyi lagu “Gugur Bunga” di situ.

Kabarnya sih dulu ada mahasiswa UGM yang putus cinta dan memilih bunuh diri di tempat itu. Kalau sampai nyanyi, konon akan muncul sosok yang mengikuti kita, bahkan bisa-bisa terjadi kejadian seram. Mau percaya atau enggak, kalian tetep harus hati-hati ya!



*Cr. Istimewa*

Nah, itu dia urban legend dari tiga kampus top di Indonesia. Jadi, kalau kamu punya rencana buat kuliah di salah satu kampus ini, selain siapin buku dan pensil, jangan lupa juga siapin mental buat hadepin ‘mereka’ yang bisa aja nongol di sudut-sudut kampus. Siapa tahu kan kamu juga bakal jadi saksi atau bahkan bagian dari cerita-cerita horor itu, haha!

Nah, buat kamu yang sekarang lagi jadi mahasiswa atau bahkan udah jadi alumninya, pernah ngalamin cerita-cerita horor urban legend kayak di atas gak nih? Kalau kalian punya cerita horor lainnya, coba komen dan ceritain pengalaman kalian di kolom komentar ya!

Tapi inget ya, cerita-cerita horor ini cuma cerita buat menambah keseruan dan keasyikan dalam dunia perkuliahan. Jangan sampai terlalu takut, ya! Mau percaya atau enggak, kita tetep harus selalu menghormati hal-hal yang ada di sana dan selalu hati-hati dalam bertindak juga berucap. Selamat menikmati masa-masa perkuliahan!

Oh ya! Jangan lupa tungguin terus artikel-artikel kita selanjutnya ya, kita bakal hadirin cerita-cerita serem atau hal-hal horor lainnya di edisi malam Jumat. Jadi, *stay tuned* dan jangan sampai ketinggalan! Boo! 🎃

---

# Rekomendasi 5 Game Horor Multiplayer Seru Buat Dimainin di Malam Jumat

Category: LifeStyle

5 Oktober 2023



**Prolite** – Halo, balik lagi di edisi malam Jumat! Siapa di antara kalian yang penakut tapi juga seneng banget main game horor? Kalau main game horor sendirian, *vibes*-nya tuh makin tambah *creepy* gak sih? Nah daripada sendirian mending main game rame-rame yuk!

Kali ini, kita bakal bahas beberapa pilihan game horor yang asyik buat dimainin bareng-bareng teman-teman. Ada banyak pilihan yang bisa disesuaikan dengan selera dan keberanian kalian. Jadi, kalian siap nggak nih, buat mabar di malam jumat

yang seru abis?

Sediakan *headset* atau *voice chat*, siapkan camilan, dan pastikan jantung kalian udah siap buat berdebar-debar. So, siapa yang berani coba? Yuk, kita lihat apa aja pilihannya dalam artikel berikut, *stay connect with us, and let's get to the list!* □

## 5 Rekomendasi Game Horor Multiplayer Buat Nemenin Malem Jumat

### 1. The Outlast Trials



Cr. *epicgames*

Ini adalah game ketiga dari seri “Outlast”, tapi bedanya kali ini bukan game *single player*, melainkan game *co-op spin-off* dari seri sebelumnya.

Dalam *co-op play*, kita bisa main bareng sama tiga teman lain. Tapi, buat yang lebih suka sendirian, *solo play*-nya juga tetap ada, jadi pilihan ada di tangan kita.

Dalam game “The Outlast Trials”, kita jadi tahanan di perusahaan “Murkoff Corporation”. Nggak cuma harus kabur, kita juga harus hadepin misi-misi seru, menghindari musuh, dan bertahan hidup dengan segenap daya yang kita punya.

Kita juga bakal disuruh nyelidikin berbagai dokumen buat cari tahu rahasia-rahasia yang disembunyiin sama “Murkoff Corporation”, serem tapi asyik banget!

Salah satu inti utama *gameplay*-nya adalah mekanik *stealth*, jadi kita harus berusaha selangkah lebih maju dari musuh tanpa ketahuan.

Tapi jangan takut, kita juga punya kesempatan buat memperlambat musuh supaya bisa nyempetin diri buat kabur. Seru kan? Jadi, siap-siap aja buat ngerasain sensasi ketegangan dan petualangan seru di “The Outlast Trials”!

## 2. Pacify



*Cr. Steam*

Yup, Pacify masih jadi salah satu game horor *multiplayer* terbaik sampai sekarang. Kalo kamu berani, game ini bakal bawa kamu ke petualangan seram di dalam rumah hantu yang angker banget.

Jadi, di game ini, kita bakal jadi pemburu paranormal yang penasaran buat selidiki sebuah rumah tua yang katanya bener-bener serem, atau setidaknya gitu yang diklaim sama tetangga sekitar.

Kita bakal dihadepin sama berbagai hantu dan makhluk gaib lainnya yang bikin kita percaya betul kalo dunia supranatural itu beneran ada!

Kita harus siapin mental dan nyali yang kuat, soalnya di dalam rumah hantu ini, mungkin aja kita bakal menghadapin ketakutan paling mendalam yang pernah ada.

Pacify emang game yang bisa bikin bulu kuduk berdiri dan hati berdebar kenceng. Tapi, meskipun seremnya minta ampun, gak ada yang bisa ngalahin sensasi seru main game horor kayak Pacify ini.

Jadi, buat yang berani, ayo siap-siap untuk hadepin tantangan serem nan menegangkan di rumah hantu yang penuh misteri ini!

### 3. Phasmophobia



Cr. EarlyGame

Phasmophobia, adalah game horor paranormal yang dibikin sama studio indie asal Inggris, Kinetic Games. Kita bakal merasakan sensasi bertahan hidup dalam investigasi horor dari sudut pandang orang pertama.

Kamu bisa main sendiri atau bareng-bareng grup, maksimal tiga orang, buat ngerjain kontrak di lokasi yang dihantui hantu. Yang bikin asyik, kita bisa komunikasi lewat obrolan suara, entah lokal buat yang deket-deketan, atau global lewat *walkie-talkie*.

Nah, ada fitur keren juga, loh, namanya pengenalan suara. Jadi, ada peralatan tertentu dan hantunya bisa dengerin kita bicara dan ngertiin kata kunci dan *frase* yang kita ucapin.

Setiap misi yang berhasil diselesaikan dan bukti yang dikumpulin bakal nambahin uang di kantong kita. Makin banyak kita selesain misi, makin naik level, buka kunci peta dan tingkat kesulitan baru, serta makin banyak uang yang bisa kita dapetin.

Di Phasmophobia, kita bisa pilih juga penampilan karakter kita dari delapan penyelidik paranormal berbeda biar gampang bedain satu sama lain. Terus, di lobi, kita bisa pilih lokasi kontrak dan tingkat kesulitan yang mau dimainin.

Semua peralatan bisa kita beli lewat komputer di lobi dan dipilih buat dimuat ke dalam mobil *van* yang bakal jadi basis operasi kita setelah tiba di lokasi.

Seru banget, kan? Jadi, siapin nyali, ajak temen-temen, dan siap-siap buat berhadapan sama misteri horor yang menegangkan di Phasmophobia!

## 4. *Identity V*



Cr. RPG Ranked

Game *multiplayer* ini bisa dimainin bareng-bareng sampe lima orang yang terdiri dari 1 orang *hunter*, dan 4 orang lainnya jadi *survivor*. Para *survivor* ini punya tujuan, yaitu kabur dari *hunter* dan bisa menang bisa menang kalo minimal 3 orang berhasil melarikan diri.

Tapi gak cuma itu, buat kamu yang jadi *hunter* juga ada tantangan seru. Kalo berhasil ngejar minimal 3 orang *survivor* dan “menerbangkan” mereka ke *manor*, kamu bakal jadi pemenang dalam game ini.

Nah, yang bikin makin keren, game ini bisa dimainin di Android maupun iOS, jadi siapa aja bisa ikutan mainin. Biasanya, game *survival* atau game *multiplayer* asimetris dimainkan di PC, tapi *Identity V* beda, bisa maininnya di genggaman aja!

Jadi, seru banget kan, apakah kamu mau jadi *survivor* yang harus berusaha kabur atau jadi *hunter* yang memburu? Yuk, mainin *Identity V* bareng-bareng teman-teman dan rasakan sensasi permainan yang beda dari biasanya! Semoga kamu bisa jadi pemenang, entah sebagai *survivor* atau *hunter* yang tangguh!



Cr. rukita

Nah, gitu deh, guys! Udah pada tahu kan beberapa game horor seru yang bisa dimainin rame-rame sama teman-teman? Gak ada lagi alasan buat takut sendirian di dunia game horor, karena sekarang kita bisa nyelametin diri bareng-bareng! Bakal seru abis, deh!

Ingat, gak cuma serem-sereman, game-game ini juga bisa bikin

kita ketawa dan ngerasain sensasi kebersamaan bareng teman-teman. *Voice chat* jadi kunci sukses buat berkomunikasi, biar bisa ngomongin strategi, saling berbagi ketakutan, atau sekedar bikin guyongan konyol.

Jadi, ayo jangan ragu lagi buat ajak teman-teman buat seru-seruan main game horor ini! Selamat bermain dan selamat menikmati petualangan horor seru bersama teman-teman! Jangan lupa nyalain lampu biar ‘mereka’ gak ikut main bareng kamu hihih! ☺

Oh ya! siapin siapin camilan juga, karena kita bakal butuh semangat dan keberanian ekstra dalam menghadapi dunia gelap penuh misteri ini. Serbuu! ☺

---

## **Horor Bukan Cuman Sensasi, Tapi Bisa Bawa 5 Efek Positif Ini Buat Kamu !**

Category: LifeStyle

5 Oktober 2023



**Prolite** – Hai guys, balik lagi di edisi malam Jumat! Kamu pernah nonton film horor ato baca buku serem, gak? Pasti banyak yang bilang itu cuma buang-buang waktu dan bikin kamu makin susah tidur. Tapi, kita mau ngasih tau nih, nyatanya ini tuh ada manfaat positifnya juga, lho!

Bukan cuman bikin bulu kuduk merinding, tapi ada hal-hal keren yang bisa kamu dapetin dari nonton film atau baca buku genre ini. Penasaran? *Stay connect with us, and let's get to the list!*

## 5 Manfaat Positif Nonton Film atau Baca Buku Genre Horor

### 1. Bikin Adrenalin Joss!



*shutterstock*

Kalo kamu suka sensasi serem-sereman, nonton film atau baca buku serem adalah hal yang pas banget buat kamu. Rasanya kayak

lagi naik *roller coaster*, ya kan?

Saat ngeliat tokoh-tokoh di film atau ngebayangin kena terror dari makhluk halus atau monster mengerikan di buku, detak jantung kamu bakal naik drastis.

Nah, kenaikan detak jantung ini bakal bikin tubuh kamu melepaskan hormon adrenalin. Hormon adrenalin ini berguna banget buat nge-*boost* metabolisme tubuh. Akibatnya, tenaga dalam tubuh kamu lebih cepat terbakar dan terpakai, jadi bakal lebih *fit*.

## 2. Bisa Membakar Kalori



*pinterest/freepik*

Nonton film horor, selain serem-sereman, ternyata juga bisa bantu membakar kalori, lho! Ini berita bahagia banget buat yang lagi pengen turunin berat badan haha!

Katanya, menurut penelitian dari University of Westminster, nonton film yang serem selama 90 menit bisa bakar 113 kalori, ini sama aja kayak kamu jalan kaki selama 30 menit. Makin serem film horornya, makin banyak kalori yang terbakar dalam tubuh.

## 3. Baik Untuk Kesehatan Mental dan Otak



*shutterstock*

Menurut Mark Griffith, profesor perilaku kecanduan di Nottingham Trent University, dia bilang banyak alasan kenapa film horor bisa bikin stres kita mereda.

Satu alasan simpelnya adalah kita pengen rasain sesuatu yang beda dari rutinitas sehari-hari. Jadi, dengan nonton film yang

serem, kita bisa dapetin pengalaman unik yang belum pernah kita rasain.

Selain itu, nonton film atau baca buku yang *creepy* juga bisa jadi cara buat lepasin emosi yang numpuk gara-gara frustrasi atau tekanan dalam hidup.

Dan ada lagi, loh! Ternyata, saat nonton film atau baca buku genre ini tuh otak kita jadi aktif melepas senyawa-senyawa keren kayak *dopamin*, *serotonin*, dan *glutamat*. Senyawa-senyawa inilah yang bermanfaat banget buat kesehatan mental kita. Mereka bisa bantu mengurangi stres dan kecemasan yang kita rasain, jadi pikiran kita jadi lebih tenang.

## 4. Mengasah Imajinasi dan Kreativitas



Pexels

Film atau buku horor seringkali punya setting dan makhluk-makhluk fantasi yang unik dan menarik. Nah, ini bisa jadi kesempatan buat kamu mengasah imajinasi dan kreativitas. Bayangin aja, kamu bisa ikut dalam petualangan seru bareng tokoh-tokoh di dalam cerita. Siapa tau, dari situ kamu bisa bikin cerita sendiri yang nggak kalah seru dan menegangkan.

## 5. Pelajaran Hidup yang Berharga



Portal Seja Luz

Yang terakhir, meskipun horor identik dengan kengerian, tapi banyak juga pesan moral dan pelajaran hidup berharga yang bisa kamu dapetin dari film atau buku genre ini.

Contohnya, kamu bisa belajar tentang arti persahabatan yang sesungguhnya, pentingnya kerja sama dalam menghadapi masalah, atau bahkan efek buruk dari ambisi yang berlebihan. Jadi,

jangan meremehkan film atau buku horor karena kamu bisa dapat *insight* yang mendalam!

Nah, itu dia 5 manfaatnya *guys*! Siapa yang sangka kalo nonton film ato baca buku horor itu punya banyak manfaat juga, ya?

Jadi, gak ada salahnya, sesekali kamu coba nonton film atau baca buku horor, siapa tau bisa bikin kamu dapetin manfaat keren yang gak kamu duga-duga. Tapi, tentu aja, jangan sampe berlebihan dan tetep jaga kesehatan pikiran kamu, ya!

Kamu bisa mulai baca cerita-cerita seram dan dengerin *podcast* horor kaya di artikel berikut ini. Cuss langsung *kepoin*!

[4 Kisah Seram Doppelganger : Ketika Ketakutan Menyelimuti Tokoh Populer!](#)

[5 Podcast Horor Buat Nemenin Malam Jumatmu, Dijamin Merinding Abis!](#)

So, tunggu apalagi? Jangan takut eksplorasi sensasi baru dan manfaat positif dari hiburan horor ini! Selamat menikmati dan tetap waspada kepada “mereka” yang ada di sekeliling kalian! ☐

---

## **4 Kisah Seram Doppelganger : Ketika Ketakutan Menyelimuti Tokoh Populer!**

Category: LifeStyle  
5 Oktober 2023



**Prolite** – Hai guys, balik lagi di edisi malam Jumat! Kalian pasti pernah denger istilah “*doppelganger*”, kan? Nah, ini dia yang jadi bahan pembicaraan para penyuka horor! Hal ini merupakan fenomena misterius yang bikin orang penasaran dari dulu sampai sekarang.

So, kita bakal jelasin apa sih arti *doppelganger* dari sudut ilmiah dan supranatural, serta cerita horor populer yang bikin bulu kuduk kamu merinding tentang kehadirannya! *Stay connect with us!*

## Pengertian Secara Ilmiah

Secara ilmiah, *doppelganger* mengacu pada fenomena ketika seseorang melihat atau merasakan keberadaan individu lain yang identik secara fisik dengan dirinya sendiri. Istilah ini sendiri berasal dari bahasa Jerman yang berarti “pengganda” atau “muka ganda”.

Nah, dalam ilmu pengetahuan, “muka ganda” ini sering dikaitin sama kondisi medis atau psikologis yang berbeda-beda. Pada zaman modern ini, *doppelganger* lebih sering diartikan sebagai kembaran jauh yang bukan kerabat.

Salah satu penjelasan ilmiah tentang hal ini adalah “gangguan identitas ganda” atau “disosiasi identitas”. Ini tuh terjadi

kalo orang merasa gak nyata atau kayak terputus dari identitasnya sendiri, jadi mereka bisa melihat dirinya sendiri sebagai orang lain. Bayangin deh, pasti bikin takut dan bingung banget buat yang ngalamin!

## Pengertian Secara Supranatural

*Doppelganger* juga bisa melibatkan hal-hal yang supranatural dan mitologi. Dalam beberapa kepercayaan dan cerita rakyat Jerman, *doppelganger* itu dianggap sebagai makhluk supranatural yang jadi pertanda buruk atau petunjuk bahwa kematian udah dekat atau orang itu bakal alamin nasib tragis.

## Beberapa Kisah *Doppelganger* dari Tokoh Terkenal

### 1. Queen Elizabeth I



*historic*

Cerita horor tentang *doppelganger* seringkali dikaitin sama kejadian-kejadian yang nggak terduga dan bikin ketakutan. Misalnya aja kisah dari Queen Elizabeth I yang merupakan penguasa Inggris pada periode 1558-1603. Dia terkenal banget dengan kepribadian yang karismatik, kecerdasan, dan kewibawaannya.

Suatu hari dia ngaku ngeliat duplikat dirinya yang terbaring tak bergerak sama sekali di tempat tidurnya seperti mayat. Pengalaman itu bikin dia jadi ketakutan karena katanya pertanda kematian. Tapi ada yang bilang kalau hal itu cuman halusinasi semata karena usia lanjut yang dialami oleh Ratu Elizabeth. Namun, nyatanya dia meninggal tidak lama setelah melihat duplikat dirinya itu.

## 2. Abraham Lincoln



*kurungbuka*

Selain itu ada kisah dari Abraham Lincoln, pasti kalian udah pada kenal kan? Dia tuh presiden Amerika Serikat yang terkenal. Abraham terkenal sebagai orang yang jujur dan terbuka banget sama dunia paranormal. Nah, suatu hari dia lagi duduk di kursinya, dan kebetulan pada saat ia melirik ke arah cermin dia liat bayangan dirinya sendiri di cermin dengan dua wajah.

Bayangan yang satu itu pucat dan serem, dia kaget banget sampe berdiri dari kursinya. Tapi tiba-tiba bayangan itu hilang, tapi pas dia coba duduk lagi dan liat ke cermin, bayangan itu muncul lagi.

Setelah itu, istrinya denger cerita dari Lincoln dan bilang kalo bayangan itu ngasih tanda kalo dia bakal terpilih lagi jadi presiden Amerika, tapi sayangnya dia bakal mati setelah jadi presiden Amerika buat kedua kalinya. Dan ternyata ramalan itu beneran terjadi.

## 3. Johann Wolfgang von Goethe



*wikimedia*

Selanjutnya ada cerita dari Johann Wolfgang von Goethe. Dia merupakan seorang penulis, penyair, dan politisi asal Jerman. Karyanya terkenal banget di dunia tulis, setiap tulisannya dibaca sama banyak orang dan dihormati.

Suatu hari, Goethe lagi jalan-jalan dan sedih banget karena dia putus sama cewek bernama Frederika. Nah, pas dia lagi kayak gitu, dia ketemu sama sosok misterius yang jalan ke arah dia.

Katanya sih waktu itu Goethe ngeliat sosok itu pake mata batin, bukan mata fisiknya langsung. Dan sosok misterius yang dia liat itu gak lain dan gak bukan adalah dirinya sendiri, cuma pake baju yang beda. Tapi gak lama, sosok itu tiba-tiba ilang.

Yang uniknya, 8 tahun kemudian Goethe lagi jalan di jalan yang sama kayak waktu dia ketemu Doppelganger-nya itu. Tiba-tiba dia sadar kalo dia pake baju yang sama kayak sosok Doppelganger-nya 8 tahun yang lalu. Gila kan?

## 4. Emilie Sagee



*kprofiles*

Ada juga kasus-kasus dimana doppelganger dikaitin sama kekuatan jahat atau supranatural yang bisa ngambil bentuk orang lain buat bikin keributan. Contoh nyatanya ialah kisah dari Emilie Sagee.

Ini bisa dibilang cerita Doppelganger yang paling serem, guys! Biasanya Doppelganger cuma keliatan sama orang yang berhubungan aja, tapi yang satu ini bisa diliat sama banyak orang.

Jadi, ceritanya begini, ada perempuan bernama Sagee yang kerja di sekolah khusus cewek. Dia tuh guru yang baik banget, tapi entah kenapa dia sering pindah-pindah kerja. Dalam 16 tahun, dia udah pindah kerja sebanyak 19 kali!

Nah, pada tahun 1845, semua sekolah tau alasan kenapa dia sering pindah. Itu karena Sagee mengalamin aktivitas Doppelganger yang luar biasa. Bayangan dirinya pertama kali muncul di kelas, dan 13 muridnya ngeliat bayangan itu berdiri di samping Sagee dan ngeikutin gerakan-gerakannya.

Terus bayangannya berdiri di belakang dirinya dan melakukan

aksi pantomim dari berbagai gerakan, Sagee sendiri sadar akan kehadiran bayangannya tersebut.

Beberapa lama kemudian, bayangan itu nggak cuma muncul di kelas aja, tapi dia bisa jalan ke mana aja dan bayangannya itu jadi permanen atau punya tubuh fisik. Mulai dari situ, bayangan itu mulai ngeresekin anak-anak di sekolah.

Ada yang bilang bayangan itu bisa nembus tubuh mereka, kayak kain yang ngerambat gitu. Meskipun Sagee itu guru yang baik banget, tapi kepala sekolah terpaksa memecat dia karena banyak komplain dari orang tua murid yang khawatir. Wah bikin merinding gak sih?

Kalau kamu pernah gak ngeliat seseorang yang mirip banget sama kamu jalan di seberang jalan atau di tempat lain? Kalau pernah, bisa jadi kamu udah ketemu sama kamu!

Entah itu karena hal ilmiah atau supranatural, nasib dan kepercayaan seputar doppelganger tetep jadi misteri yang menarik dan bikin kisah-kisah horor serem.

Jadi, hati-hati ya kalau ketemu doppelganger, siapa tahu bakal ada kejadian yang nggak terduga dan bikin kamu merinding! □

---

## 5 Podcast Horor Buat Nemenin Malam Jumatmu, Dijamin Merinding Abis!

Category: LifeStyle  
5 Oktober 2023



**Prolite** – Malam Jumat udah tiba nih, guys! Buat kamu si pencinta horror, gak ada yang lebih oke daripada dengerin *podcast* horor di Spotify buat nemenin malam Jumat kamu biar makin *creepy*!

Kali ini kita bakal bahas 5 *podcast* horor di Spotify yang *recommended* banget buat bikin bulu kuduk kamu merinding malam ini. Podcast horror ini juga cocok banget kok buat nemenin kamu yang lagi nugas sendirian di rumah, di kantor ataupun lagi di perjalanan biar gak sepi-sepi amat. Yah paling ditemenin sama ... ☺ itu deh pokoknya hehe! Penasaran? Kalau gitu *let's get to the list!*

## 5 Podcast Horor yang Siap Nemenin Kamu Malam Ini

### 1. Podcast Malam Kliwon

Nama “Malam Kliwon” itu sendiri udah bikin bulu kuduk merinding, kan? Nah, Podcast Malam Kliwon emang awalnya cuma tayang pas malam Jumat Kliwon aja, tapi sekarang udah bisa kamu nikmatin setiap malam Jumat.

Dipandu oleh dua *host* kece, Bimo Kusumo dan Ramadhanu alias Dhanu. *Podcast* horor ini emang punya durasi yang cukup lama.

Kamu bisa dengerin mereka ceritain kisah-kisah horor berdasarkan pengalaman nyata orang-orang.

Nah, yang bikin *podcast* ini beda dari yang lain, Bimo dan Dhanu suka ngelempar humor di tengah-tengah cerita seremnya. Jadi, ketika cerita lagi serius-seriusnya, tiba-tiba ada guyongan yang bikin suasana jadi ngakak. Seru banget, kan?

Dengan campuran antara cerita seram dan humor, Podcast Malam Kliwon ini bisa bikin kamu merinding dan ketawa dalam satu waktu. Bayangin aja, kamu dengerin cerita serem yang bikin bulu kuduk merinding, tapi tiba-tiba ada lelucon lucu yang bikin suasana jadi lebih ringan. Jadi, nggak bakal bikin kamu bosan deh!

## 2. Podcastery Jurnalrisa

Nah kalau kamu penggemar Risa Saraswati atau yang akrab dipanggil Teh Risa, kamu wajib banget dengerin Podcastery Jurnalrisa. Teh Risa udah terkenal banget sama karya kerennya lewat musik dan buku, apalagi kisah-kisah seremnya di *youtube* Jurnalrisa, dan sekarang dia juga bikin *podcast* horor yang nggak kalah seru!

Podcastery Jurnalrisa ini isinya cerita-cerita horor yang bikin bulu kuduk merinding. Risa bakal ceritain pengalaman-pengalaman mistis yang dia dapet dari teman-teman, penggemar, atau bahkan dari dirinya sendiri. Dia ceritain dengan gaya bicara yang asik banget, jadi kamu nggak bakal bosen dengerinnya.

Uniknya, podcast ini juga sering ngajakin tamu-tamu seru, seperti paranormal, penulis cerita horor, atau bahkan orang-orang yang punya pengalaman mistis. Mereka semua sharing pengalaman dan diskusiin tentang hal-hal yang berhubungan dengan dunia horor. Jadi, selain dengerin cerita serem, kamu juga bisa dapetin pengetahuan baru tentang dunia mistis.

### 3. Podcast Lewat Tengah Malam

*Podcast horor ini dibawain sama Willy Ardan, yang juga pencipta podcast ini. Nah, podcast horor ini bakal tayang setiap Selasa dan Sabtu, jadi kamu punya jadwal pasti buat dengerin cerita-cerita serem yang mereka bawain. Untuk malam ini kamu bisa scroll cerita-ceritanya kak Willy yang udah dia upload sebelumnya dan yang pasti bikin merinding semua.*

*Di podcast ini, pendengar juga bisa ikut berpartisipasi dengan mengirimkan cerita horor mereka melalui email Lewat Tengah Malam. Jadi, cerita serem dari pendengar lain juga akan dibacain dan dibahas di podcast ini. Bener-bener bikin suasana seru dan interaktif, kan?*

### 4. Do You See What I See

*Podcast ini isinya cerita-cerita misteri yang dialamin sama pendengarnya sendiri. Ceritanya mereka kirim dalam bentuk audio, jadi setiap cerita punya nuansa yang berbeda-beda. Asik kan?*

*Nah, pendengar juga bisa ikutan berpartisipasi dengan mengirimkan cerita horor mereka ke @ lewat rekaman suara. Nantinya, cerita-cerita yang dikirim akan dikurasi sama Mizter Popo, alias Rizky Adi Nugroho. Dia yang bakal bawain dan bahas cerita-cerita horor dari pendengar.*

*Jadi, kalau kamu punya pengalaman misteri yang pengen kamu bagi, kamu bisa ikutan, guys! Rekam ceritamu dan kirim ke @. Siapa tau ceritamu bakal dibawain sama Mizter Popo di podcast ini.*

### 5. NMS Ardan Radio

*Yang terakhir dan gak kalah keren *creepy*-nya, ada NightMareSide Ardhan Radio. Ardhan Radio udah terkenal banget sama cerita-cerita horornya dari jaman dulu. Dan sekarang kamu*

bisa nikmatin cerita-cerita ardhan tanpa kelewat sedikitpun di Spotify.

*Podcast* ini bakalan certain kisah-kisah *based on true story* dari para pendengar, ngangkat cerita tentang urban legend dan tempat-tempat angker di Bandung dan sekitarnya. Yang bikin gak kalah serunya ialah, ini diceritain langsung tiap malem jumat sama Dimasta dan temen-temennya. Kalau kamu sendiri yang pengen bagiin pengalaman atau cerita mistis kamu, langsung aja kirim ke email nms@.

Nah itu dia *podcast* horor yang siap nemenin kamu di malam Jumat ini. So, tunggu apa lagi? Ambil *earphone* kamu atau nyalain *speaker*, dan buka Spotify kamu.

Jangan lupa siapin jantung yang kuat dan jangan lupa matiin lampu, karena kamu akan dibawa ke dalam kisah-kisah horor yang bikin jantung berdegup kencang.

Bersiaplah untuk malam Jumat yang penuh misteri dan sensasi horor yang yang bikin kamu susah tidur! Selamat menikmati dan jangan lupa tidur dengan lampu nyala setelah dengerin, ya! Hahaha! □□