

SIMBOL *SELF HEALING* DALAM LIRIK LAGU ALBUM *MENARI DENGAN BAYANGAN KARYA HINDIA*

Siti Aisa

(Jurusan Pendidikan Bahasa Indonesia FKIP Unisma)

Email: aisyahaish8917@gmail.com

Abstrak: Kesehatan mental merupakan isu yang penting dibahas guna tercapainya suatu kondisi yang sehat, aman, nyaman dalam setiap kebutuhan manusia. Fenomena saat ini yang marak terjadi mulai dari gangguan perilaku, kecemasan, *bullying* di Indonesia salah satunya usia remaja rentang umur 10-24 tahun. Dipilihnya penelitian ini tentang simbol *self healing* dalam lirik lagu album *Menari dengan Bayangan* karya Hindia yang membahas kasus dalam mengalami *mental breakdown*. Penelitian ini secara umum bertujuan mendeskripsikan simbol *self healing* dalam lirik lagu album *Menari dengan Bayangan* karya Hindia. Terdapat dua fokus pada penelitian yaitu: (1) bentuk simbol *self healing* dalam lirik lagu album *Menari dengan Bayangan* karya Hindia, dan (2) makna simbol *self healing* dalam lirik lagu album *Menari dengan Bayangan* karya Hindia. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif jenis deskriptif. Penelitian kualitatif bertujuan untuk menganalisis data berupa lirik-lirik lagu dalam album *Menari dengan Bayangan* karya Hindia dengan bentuk data tulis berupa lirik lagu dan kalimat. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat simbol *self healing* dalam lirik lagu album *Menari dengan Bayangan* karya Hindia yang meliputi (1) simbol *self healing* ketenangan, (2) simbol *self healing* cinta dari masa ke masa, (3) simbol *self healing* masa depan, (4) simbol *self healing* kesepian, (5) simbol *self healing* hidup tanpa pamrih. Berdasarkan hasil penelitian, maka peneliti menyampaikan bahwa setiap penulis lirik lagu seringkali mengangkat lagu yang sesuai dengan penulis rasakan. Penulis lirik lagu album *Menari dengan Bayangan* karya Hindia memiliki ciri dan keunikan sendiri dalam menciptakan karyanya. Penulis dalam lirik lagunya menceritakan bagaimana saat mengalami *mental breakdown*, khususnya bagi kalangan anak muda yang sangat menyukai lagu, karena lagu tidak hanya sebagai hiburan melainkan pendengar dapat memaknai dan merasakan pesan yang ada dalam lirik lagu tersebut seperti pesan tentang nasihat-nasihat kehidupan, tentang percintaan, pendidikan, motivasi, dan lain-lain.

Kata kunci: simbol *self healing*, bentuk simbol, makna simbol, lirik lagu

PENDAHULUAN

Simbol merupakan sesuatu yang memiliki arti atau mengacu berdasarkan pada hubungan nalar, asosiasi, konvensi, bahkan kebetulan ada kemiripan tanda yang dapat dilihat dari sesuatu yang tak terlihat (Webster dalam Minderop, 2013:54). Bunyi bicara, objek, dan

bentuk-bentuk tertulis yang mengandung makna dapat dikatakan simbol oleh manusia. Manusia dapat berkomunikasi melalui gerak-gerik, wajah, postur tubuh, pakaian. Sehingga setiap tindakan, objek yang berkaitan dengan gagasan, emosi, maupun pikiran dari manusia dapat memberikan makna dalam kehidupan sehari-hari.

Penggunaan simbol menjadi salah satu yang relevan bagi manusia yakni sebagai ungkapan pribadi seseorang berupa ide, perasaan, pengalaman, pemikiran yang dapat mewakili diri seseorang. Mengambarkan ungkapan tersebut dapat melalui bahasa dengan menceritakan yang ada dalam pikiran dan perasaan yang menjadikan hal itu suatu karya misalnya prosa, drama, puisi, dan lirik lagu. Melalui larik-larik puisi dapat terbentuk lirik lagu yang memiliki persamaan dengan puisi, sesuai dengan karakter dan pengalaman setiap pengarang. Setiap puisi tergambar nilai estetik sesuai ungkapan berdasarkan pilihan kata, susunan bait dan baris, serta gaya bahasa (Jazuli & Hasan B, 2022). Hal ini peran pengarang sangat penting dalam menyuarakan kebenaran kepada khalayak (Laksono, Sahrul R, & Sugerman, 2023).

Lirik lagu menjadi alat penghubung komunikasi antara musisi dan pendengarnya. Dalam membuat suatu karya, lirik lagu menjadi hidup karena pengarang menuliskan liriknya yakni menceritakan pengalaman yang dialami atau terjadi di lingkungannya. Lagu diperdengarkan karena memiliki pesan verbal dalam komunikasi, bermakna mengangkat realitas atau fenomena yang dapat menjadi media terapi untuk mengurangi atau membantu seseorang untuk bangkit dari trauma maupun depresi yang seseorang alami (Kesuma, 2021). Bahkan sejak zaman dahulu tahun 1945 Departmen Perang Amerika Serikat menggunakan lagu sebagai media terapi untuk membantu anggota dinas militer yang mengalami trauma setelah perang di rumah sakit Angkatan Darat (Makarim F, 2023).

Salah satu karya lirik lagu yang diciptakan oleh pengarangnya adalah lirik lagu album *Menari dengan Bayangan* karya Hindia yang ditulis atas pengalaman pribadi pengarang sendiri dalam kehidupannya. Hal ini lirik lagu secara tidak langsung menjadi wadah bagi pendengar yang *relate* dengan kehidupannya. Album *Menari dengan Bayangan* karya Hindia yang terdiri dari 12 lagu dan menuai banyak kesuksesan dari masyarakat. Selain lagu-lagunya yang mulai dikenal, musisi berhasil mendapat beberapa penghargaan pada tahun 2019 penghargaan dari Anugerah Musik Indonesia (AMI Award) kategori Pendatang Baru Terbaik dan Artis Solo Pria/Wanita Alternatif Terbaik lewat lagu “Secukupnya”. Pada tahun 2020, lagu “Rumah ke Rumah” berhasil mendapat penghargaan yakni kategori Artis Solo Alternatif Terbaik. Lagu “Secukupnya” juga digunakan sebagai *soundtrack* film Nanti Kita Cerita Tentang Hari Ini (NKCTHI) dan video lirik dirilis pada 1 Januari 2020 serta masuk Indonesia

Top 50 berdasarkan jumlah pemutaran terbanyak meraih lebih dari 270.000 pendengar. Pada tanggal 20 Juli 2019, lagu “Evaluasi” debut di festival musik *We the Fest* (Swaragita, 2019). Lagu ini kerap ditampilkan pada berbagai festival, termasuk *Synchronize Festival* dan *Joyland Festival* (Widianingtyas, 2019).

Lirik lagu dalam album *Menari dengan Bayangan* dirilis setelah Hindia mengalami *mental breakdown* dan mulai menata kehidupannya serta menuangkan perasaannya lewat lirik lagu yang dikemas menggunakan simbol-simbol nasihat maupun kritik kehidupan, sehingga pendengar dapat merasakan suasana sedih maupun gembira dari pengarang. Musisi mengajak beberapa penyintas trauma atau depresi untuk mengirimkan cerita masing-masing penyintas yang dikolaborasikan dengan alunan nada dan dikemas menjadi *official music video*. Hal ini pengarang dan penonton seakan diajak merasakan suasana yang dirasakan penyintas tentang kejadian masa lalu, tentang percintaan, tentang kejenuhan, tentang bagaimana memaknai ketenangan, dan masih banyak cerita lain yang diangkat oleh musisi mengalami *mental breakdown* (Felix, 2020).

Dilihat dari kolom komentar *official music video* karya Hindia yang dipenuhi berbagai komentar tentang curahan cerita pribadi seseorang terkait pengalaman serupa yakni *mental health*. Tahun 2019, Baskara merilis album *Menari dengan Bayangan* yang berkolaborasi dengan musisi-musisi terkenal seperti Matter Mos, Rara Sekar, Petra Sihombing, dan Sal Priadi. Pada tanggal 22 Maret 2019 Hindia mulai membooming, rilis lagu “Evaluasi”, kemudian disusul single lagu “Secukupnya” pada tanggal 3 Mei 2019 (Restu W, 2020).



Gambar 1 Kolaborasi Sal Priadi dan Hindia Trending Topic Twitter
(sumber: www.kompas.com, 2023)

Potongan berita diatas merupakan sebuah data yang menunjukkan bahwa lirik lagu dalam album *Menari dengan Bayangan* karya Hindia yang salah satu lagunya berjudul “Belum Tidur” menjadi trending di twitter pada bulan Juli tahun 2019. Lagu “Belum Tidur”

menceritakan tentang orang-orang yang merasa cemas, kesepian dan resah akan hidupnya, keresahan yang muncul dari pikiran tidak selalu bermakna positif terutama keresahan yang muncul diatas pukul 10 malam. Beberapa narasumber di kolom komentar lagu tersebut memang memiliki masalah yang serupa yaitu masalah kesehatan mental seperti kecemasan, trauma, depresi, dan masalah mental lainnya.



Gambar 2 Isu Kesehatan
(sumber: www.sehatnegeriku.kemendes.go.id, 2023)

Dikutip dari Kemenkes (2023) Gangguan kesehatan mental atau depresi adalah masalah kejiwaan dalam lingkungan sosial, fisik, dan mental yang sering terjadi pada remaja. Di Indonesia, data menunjukkan sebanyak 6,1% penduduk Indonesia berusia 15 tahun ke atas mengalami gangguan kesehatan mental. Masalah-masalah tersebut menyangkut kesehatan mental (25%), penyalahgunaan zat (18%) dan (21%) di daerah pedesaan. Masalah berkaitan rokok (13%) dan (15%) di pedesaan, dan kesehatan seksual serta reproduksi (10%). Dari data di atas, kesehatan mental menjadi isu utama yang disorot (CNN Indonesia, 2022). Jika kesehatan mental terganggu, maka terjadi penurunan kualitas hidup sehingga timbul gangguan mental atau penyakit mental.

Gejala penyakit mental yang terjadi seperti perubahan perilaku, mood, penurunan berat badan, dan menyakiti diri sendiri menjadi akumulasi dari perasaan yang setres serta sulitnya mengelola emosi, tidak menutup kemungkinan akan berujung pada percobaan bunuh diri (Savitrie, 2022). Fenomena ini menjadi isu sensitif untuk dibahas, harus melalui berbagai macam pendekatan agar seseorang tidak merasa tersinggung dan berdampak buruk bagi psikologi penyintas. Pendekatan pada seseorang dapat melalui lirik lagu dari album *Menari dengan Bayangan* karya Hindia yang berkonsep menceritakan dan menyinggung soal isu kesehatan mental personal seseorang.



Gambar 3 Review Album Hindia “Menari dengan Bayangan”

(sumber: www.lombokinsider.com, 2023)

Beberapa kalangan Gen Z dan Milenial merasa *relate* dengan lagu-lagu Hindia, namun beberapa kalangan lain dapat menciptakan arti dan pesan lain yang disampaikan oleh Baskara vokalis Hindia. Pada kalangan populer sering kali membuat suatu karya hanya memprioritaskan keuntugan semata, oleh sebab itu representasinya dapat menyesatkan (Aslamiah, 2013). Hindia mengungkapkan pada lirik lagu album *Menari dengan Bayangan* tertuang ide, perasaan, maupun keadaan pengarang yang dekat dengan permasalahan para pendengar, seperti soal isu kesehatan mental maupun tantangan hidup anak muda yang dikemas menjadi lirik lagu, dibungkus dalam album sebagai bentuk merayakan segala hal yang terjadi dalam hidup. Penikmat dapat menikmati lagu-lagu dari album *Menari dengan Bayangan*, karena mampu menggambarkan kedekataan emosional dan realita sosial.

Berdasarkan hasil penelusuran yang dilakukan, penelitian ini dilakukan bertujuan menarik perhatian pendengar atau pembaca, di mana lirik lagu dapat menyampaikan segala aspirasi yang terpendam di dalam pikiran, perasaan, maupun emosial diri. Melalui karya lirik lagu album *Menari dengan Bayangan* yang diciptakan Hindia setiap liriknya mengandung pesan *self healing* yang berdasarkan pemikiran dan pengalaman pribadinya saat bangkit dari *mental breakdown*. Sehingga menarik perhatian peneliti untuk mengkaji lebih dalam terkait bentuk dan makna yang terkandung dalam lirik lagu tersebut.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif jenis deskriptif. Dikatakan kualitatif untuk menganalisis bentuk dan makna lirik lagu serta penemuan *self healing* terhadap lirik lagu dalam album *Menari dengan Bayangan*. Sedangkan dikatakan jenis deskriptif untuk

mendeskripsikan yang menekankan pada paradigma interpretif yakni cara pandang seseorang untuk menjelaskan tentang peristiwa sosial atau budaya yang didasarkan pada perspektif dan pengalaman orang atau yang diteliti (Nurhayati, 2015). Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan jenis penelitian model Roland Barthes, dimana pertemuan dalam semiotika makna menjadi tataran kedua dari pertemuan tanda yang dipengaruhi perasaan dan budaya. Makna atau arti konotasi terlihat, maka akan terlihat secara keseluruhan struktur dalam lirik lagu album *Menari dengan Bayangan*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil dan pembahasan yang dihasilkan berupa (1) bentuk simbol *self healing* dalam lirik lagu album *Menari dengan Bayangan* karya Hindia, (2) makna simbol *self healing* dalam lirik lagu album *Menari dengan Bayangan* karya Hindia. Kedua simbol tersebut dideskripsikan sebagai berikut.

Bentuk Simbol *Self healing* dalam Lirik Lagu Album *Menari dengan Bayangan* karya Hindia.

Simbol *self healing* adalah tanda atau gambaran mengenai objek, konsep, atau ide yang dapat mewakili suatu kondisi seseorang terkait kesehatan mental yang lebih baik, dapat diartikan dengan cara mengeluarkan perasaan seperti emosi yang terpendam dalam tubuh dan pikiran tanpa menggunakan obat-obatan (Rahmasari, 2020). *Self healing* juga disebut sebagai rangkaian latihan praktis yang dikerjakan secara mandiri sekitar 15-20 menit (Redho, Yani Sofiani & Anwar, 2019). Bentuk simbol *self healing* dalam lirik lagu album *Menari dengan Bayangan* yang pengarang teliti meliputi bentuk simbol ketenangan, simbol cinta dari masa ke masa, simbol masa depan, simbol kesepian, simbol hidup tanpa pamrih.

Makna Simbol *Self healing* dalam Lirik Lagu Album *Menari dengan Bayangan* Karya Hindia

Makna simbol adalah sebuah tanda, benda, kata yang digunakan untuk mengenali dengan arti yang sudah dipahami (Wardani, 2010). Dalam hal ini makna simbol *self healing* merupakan sebuah sarana komunikasi yang menjadi pusat perhatian tertentu mengenai objek, ide, atau gagasan tentang proses pemulihan diri dari gangguan psikologis, trauma, depresi, dan kecemasan.

Musisi Indonesia dalam membuat sebuah karya berupa lirik lagu menggunakan simbol-simbol tertentu sebagai ungkapan atas apa yang dirasakannya seperti simbol kesedihan, simbol kecemasan, simbol kematian, simbol kesehatan. Hal tersebut juga dijumpai dalam

lirik lagu album *Menari dengan Bayangan* karya Hindia menggunakan konsep dan makna yang baik. Makna yang baik akan menuangkan cerita tentang semangat hidup, percintaan, motivasi, keterpurukan, dan nasihat dikemas menggunakan bahasa yang singkat dan langsung pada konteks masyarakat (Mukminin, Hasan B & Tabrani, 2021). Sebagaimana yang ditemukan dalam penelitian ini bagaimana makna simbol *self healing* ketenangan, cinta dari masa ke masa, masa depan, kesepian, hidup tanpa pamrih.

Simbol *Self healing* Ketenangan

Lagu “Evakuasi” dalam lirik lagu album *Menari dengan Bayangan* mewakili simbol *self healing* yakni ketenangan. Definisi ketenangan yakni sebuah keadaan atau kondisi yang damai, tentram, tenang (Wikipedia, 2023). Seperti kutipan lirik lagu “*Aku hanya ingin ketenangan. Bukan rumah, uang, atau ketenaran. Aku hanya butuh ketenangan, Ia sangat jauh, hanya angan-angan*” bermakna tentang sebuah harapan kondisi yang damai, tenang tanpa kecemasan apapun. Hal ini ketenangan yang dimaksud yakni ketenangan batin yang dapat dilihat dari kutipan lirik lagu.

Hal tersebut seringkali dirasakan oleh anak muda yang sedang beranjak dewasa. Dalam kehidupan sehari-harinya manusia akan mengalami perasaan-perasaan tersebut dan akhirnya akan menyadari bahwa berada dalam kondisi berbahaya bagi batin maupun fisik seseorang. Tak sedikit dari mereka yang dapat menunjukkan kondisi tersebut, meskipun saat ini zaman semakin berkembang dengan canggihnya teknologi, yang membuat manusia dapat mencari jati diri melalui sosial medianya masing-masing.

Lagu “Evakuasi” diciptakan untuk menyampaikan kekesalan dan keresahan Hindia dalam merasakan langsung perasaan yang sering dirasakan oleh anak muda, khususnya remaja yang beranjak dewasa. Hindia merasa bahwa kehidupan di dunia melelahkan dan semu, karena hanya sekadar mengejar validasi dari orang lain yang terus senantiasa berlari untuk memenuhi ekspektasi orang lain (Rachma A, 2023).

Dalam lagu Evakuasi pada lirik (2) “*Aku bukan objek validasi, Jauhkan diriku dari foto selfie, Aku bukan objek imitasi, Jangan pakai fotoku di akun pribadi*” Hindia mengungkapkan kebiasaan manusia dalam bermedia sosial yang terlalu berlebihan, dimana ia seorang *public figure* yang merasakan keresahan dirinya selalu diajak berswafoto oleh penggemarnya yang hanya mengejar validasi dari orang lain hanya untuk panjat sosial semata bahwa dirinya pernah bertemu secara langsung dengan Hindia (Husein & Sumekar, 2022).

Representasi lirik keseluruhan lagu “Evakuasi” dalam memaknai ketenangan

menggambarkan suatu keadaan seseorang dimana ia membutuhkan kondisi yang aman, nyaman, tentram, tenang. Ketenangan yang dimaksud bukanlah perihal duniawi seperti rumah mewah, uang, maupun dikenal oleh publik melainkan yang dibutuhkan ketenangan batin maupun fisik. Curahan Hindia dalam lagu “Evakuasi” berdasarkan melihat dan merasakan orang-orang diluar yang haus akan validasi dan ‘pansos’ atau panjat sosial di sosial medianya. Dalam hal ini, Hindia berusaha mengevakuasi kehidupannya menjadi kehidupan yang lebih baik dan nyaman.

Simbol *Self healing* Cinta dari Masa ke Masa

Lagu “Rumah ke Rumah” mencakup salah satu kategori simbol *self healing* yakni memaknai cinta dari masa ke masa. Rumah dapat diartikan sebagai hunian atau tempat tinggal manusia dalam jangka waktu tertentu selama menjalani kehidupan sehari-hari (Hadijah S, 2023). Lirik lagu “Rumah ke Rumah” mengekspresikan perjalanan emosional seseorang yang terjebak dalam rutinitas dan kekosongan kehidupan sehari-hari (Janah Nur, 2023). Lagu ini mengajak pendengar untuk merasakan apa makna kehidupan sebenarnya yang lebih baik di balik kebisingan dan hiruk pikuk dunia.

Selain itu, Hindia juga bercerita bahwa lagu “Rumah ke Rumah” ungkapan dari isi kepalanya tentang persoalan perasaan asmaranya dari cinta masa mudanya, kesepian, patah hati, bertemu teman istimewa, kemudian ujung-ujungnya singgah, pada akhirnya mendapatkan rumah sebagai tempat hatinya. Dalam hal ini, Hindia menyampaikan bahwa berhasil memukau pendengarnya yang memiliki cerita serupa, seakan-akan lagu ini *relate* bagi mereka, 37 juta pendengar musik di Spotify dan 17 juta penikmat tayangan video musik di *YouTube* merayakan patah hatinya (Nandita, 2021).

Melalui lirik “*Pindah berkala rumah ke rumah, berharap bisa berujung indah*” menceritakan tentang perjalanan hubungan asmara dari masa ke masa yang berpindah-pindah tidak menetap pada satu orang. Menurut KBBI, kata pindah dapat diartikan berganti, beralih atau bertukar tempat. Pada lirik tersebut luapan pengarang dalam menghadapi hubungan yang cenderung berganti-ganti pasangan dengan tujuan mengharapkan kisah asmara yang baik. Berganti-ganti pasangan dalam lirik ini, pengarang menyebutkan orang-orang yang berjasa pada masa lalunya dan menjadi cerita tentang kebaikan yang sudah diberikan.

Representasi dari lagu “Rumah ke Rumah” dalam memaknai cinta dari masa ke masa adalah bentuk ekspresi pengarang soal lika-liku kehidupan asmaranya yang berpindah-pindah, dari satu orang ke orang lainnya untuk menemukan harapan yang indah. Namun,

dibalik kisah persoalan asmara yang berpindah-pindah hanyalah cinta seorang Bundanya yang selalu ada.

Simbol *Self healing* Memaknai Masa Depan

Lagu “Besok Mungkin Kita Sampai” mencakup salah satu kategori simbol *self healing* yakni memaknai masa depan. Hidup manusia berada dalam putaran waktu mulai dari masa lalu, masa kini, dan masa yang akan datang yang harus melalui proses cukup panjang. Proses yang tidak mungkin ada di masa kini, saat ini tidak lepas dari proses masa lalu. Dikatakan masa lalu yakni istilah yang digunakan pada peristiwa yang sudah terjadi pada waktu tertentu, manusia mengingat masa lalu melalui ingatan, waktu, peristiwa, dan peringatan (Wikipedia, 2023). Peristiwa masa lalu biarlah berlalu dan pergunakanlah motivasi yang ada dalam diri agar menjadi sesuatu yang lebih baik di masa depan. Masa depan adalah sesuatu yang belum pasti dan perlu dipersiapkan dengan baik agar menyongsong hidup yang penuh semangat dan gairah.

Lirik lagu “Besok Mungkin kita Sampai” menggambarkan pengalaman pribadinya pengarang saat mencoba bangkit dari banyaknya rintangan dalam menggapai cita-citanya. Seperti yang digambarkan pada lirik lagu “*Jangan takut melihat yang ambil cuti, Kapan-kapan semoga kau berani, Hidup bukan saling mendahului, Bermimpilah sendiri-sendiri*” pesan yang disampaikan dalam lirik ini tentang melewati banyak rintang dalam menggapai cita-cita, bahwa proses yang dilalui setiap orang menuju keberhasilan berbeda-beda. Dengan begitu, hidup bukan perihal berlomba dan mendahului satu sama lain, melainkan tentang tujuan, mimpi dan cita-cita masing-masing orang yang percaya diri (Santoso & Ririe, 2022).

Ditutup dengan lirik “*Katakan pada dirimu, Besok mungkin kita sampai, Besok mungkin tercapai*” Hindia menggambarkan segala sesuatu pencapaian diri sendiri akan akan sampai dan terwujud. Tetapi dibalik pencapaian akan melewati fase *Quarter life crisis* suatu periode seseorang mengalami keraguan akan diri sendiri, kehilangan motivasi, dan kecemasan akan masa depan (Inibaru Indonesia, 2019). Maka dari itu, solusi mengatasi *Quarter life crisis* terutama kecemasan akan masa depan yakni kuatkan dirimu sendiri yakinkan pada diri sendiri bahwa proses menggapai cita-cita akan tercapai dan akan sampai seperti yang diusahakan.

Representasi lagu “Besok Mungkin Kita Sampai” mengajak pendengar Hindia untuk menerima fakta dan menjalani proses menuju masa depan sesuai apa yang terjadi saat ini. Maraknya tuntutan, desakan dari luar yang tidak sinkron dengan mimpi sendiri membuat

kegelisahan terutama pada anak muda. Hal yang semestinya dilakukan mereka menerapkan prinsip *let it flow* (biarkan mengalir saja) dan pada akhirnya mimpi-mimpi yang diusahakan akan tercapai pada waktu yang tepat sesuai kejutan dari Tuhan.

Simbol *Self healing* Berdamai dengan Kesepian

Lagu “Untuk Apa/Untuk Apa?” mencakup salah satu kategori simbol *self healing* yakni berdamai dengan kesepian. Situasi yang dialami oleh seseorang atas ketidakhadiran sebuah hubungan yang dekat disebut kesepian (Halim & Dariyo, 2016). Kesepian, kesunyian, kesendirian merupakan respon individu tidak mendapatkan kehidupan sosial yang diinginkan dalam kehidupan lingkungannya (Sembiring, 2017). Makna kesepian dalam lagu ini adalah menggambarkan seseorang yang bergelimangan harta, tetapi ia tetap merasa sepi, karena orang-orang sekitar yang menemaninya sibuk mengejar cita-cita dan mimpinya masing-masing.

Lagu ini berhasil mengajak pendengar merenungkan apa arti sebuah rumah. Rumah yang dimaksud bukanlah sebuah bangunan berupa tembok, melainkan sebuah rumah yang memiliki kasih sayang, cinta, dan perhatian. Pemahaman lirik lagu “Untuk Apa/Untuk Apa?” dapat dilihat dari lirik “*Rumah ini dahulu sederhana, ruang demi ruang dibangun bersama, angan-angan yang dulu mimpi belaka, kita gapai segala yang tak disangka*” menggambarkan dahulu sebuah bangunan rumah yang sederhana, di dalamnya penuh cinta, keharmonisan, kasih sayang, kehangatan. Namun kini rumah itu menjadi sepi, karena penghuninya sibuk dengan cita-cita dan mimpinya masing-masing (Hastuti, 2022).

Digambarkan pula pada lirik “*Mengejar mimpi sampai tak punya rasa, mengejar mimpi sampai lupa keluarga, mengejar mimpi lupa dunia nyata, mengejar mimpi tapi tidak bersama*” dalam mengejar cita-cita dan mimpinya para anggota keluarga mereka satu persatu mulai pergi dan melupakan keluarganya. Sehingga tidak ada lagi kehangatan, kebersamaan, dan keharmonisan dalam keluarga, yang tersisa hanyalah ambisi pribadi.

Dalam proses mengejar cita-cita manusia terkadang lupa akan kapasitas dirinya dan seringkali serakah yang selalu ingin menguasai segalanya. Pada akhirnya akan menyisakan kesedihan, karena ambisinya sendiri. Maka dari itu, dalam mengejar cita-cita haruslah tetap berpijak pada bumi dan peduli terhadap orang-orang sekitar. Lirik ini juga menggambarkan seseorang yang merasa kecewa, binggung terhadap hidupnya dan keluarganya seakan tidak memiliki arah (Putra A, 2023).

Representasi dari lagu “Untuk Apa/Untuk Apa?” berdamai dengan kesepian memiliki

dua opsi yang membuat pengarang merasa resah pada lirik “*cepat namun sendiri, untuk apa?*” menggambarkan sosok yang bergelimang harta namun setiap hari menjalani aktivitas sendirian tanpa ada yang menemani, sehingga menjadi kesepian. Pada lirik selanjutnya “*bersama tapi meracuni, untuk apa?*” menggambarkan sosok yang selalu bersama-sama tetapi menyakiti, seperti halnya pada lagu “Untuk Apa/Untuk Apa?” menggambarkan sebuah rumah yang memiliki keluarga dan menjadikannya sebuah rumah untuk pulang, namun satu persatu penghuni rumah mulai sibuk mengejar mimpinya. Rumah yang dulunya harmonis, penuh kehangatan sekarang menjadi tempat menimbun duniawi, sehingga menjadi sepi dan bertanya ‘untuk apa?’ karena kelak manusia meninggal, perihal duniawi tidak berharga (Husein & Tanjung, 2022).

Simbol *Self healing* Memaknai Hidup tanpa Pamrih

Lagu “Membasuh” mencakup salah satu kategori simbol *self healing* yakni memaknai hidup tanpa pamrih. Secara leksikal, kata “Membasuh” berarti membersihkan dengan air. Pada lagu ini kata “Membasuh” yang dibawakan oleh Baskara dan Rara Sekar menggambarkan tentang kehidupan Hindia mengenai prosesnya hidup, komitmen untuk selalu hidup, memaafkan luka lama yang telah terjadi di masa lalu (Azalia, 2020).

Pada lirik “*Telah ku sadar, hidup bukanlah perihal mengambil yang kau tebar, Bisakah kita tetpa memberi, walau tak suci?, Bisakah terus mengobati walau membiru?*” sebagaimana yang telah dijelaskan pada lirik lagu “Membasuh” bahwa sebagai manusia tentu ingin mendapatkan hasil yang sebanding dengan pengorbanan. Namun ekspektasi tinggi terhadap sesuatu atau seseorang justru membuat kita menjadi buta dan murka. Sampai pada akhirnya disadarkan oleh semesta bahwa tidak seperti itu adanya (Djovani, 2019).

Proses kreatif Hindia tidak lepas dari keterlibatan pendengar yang sesuai pada makna dan pesan yang tertuang dalam lirik lagu “Membasuh”, bagaimana memaknai perjuangan panjang yang melibatkan berbagai perasaan seperti kecewa, sedih, marah, bahagia, cemas, dan lain-lainnya (Hasanah, Yeti Mulyati & Daris, 2023).

Representasi pada lagu “Membasuh” adalah mencoba menunjukkan moralitas yang baik yakni menekankan nilai keikhlasan dan kebaikan dalam berbuat sesuatu. Pesan yang tergambar dalam liriknya ditekankan juga tentang ketulusan untuk memaafkan orang tanpa memandang apa yang telah terjadi sebelumnya, bahkan dapat memberikan kepada orang lain tentang apa yang kamu miliki (Kaesari & Myrna, 2023).

SIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan dari hasil penelitian simbol *self healing* dalam lirik lagu album *Menari dengan Bayangan* karya Hindia dapat disimpulkan menjadi dua golongan, yakni: (1) bentuk simbol *self healing*, (2) makna simbol *self healing*. Berdasarkan uraian di atas dan hasil analisis penulis dapat menemukan bentuk simbol *self healing* dalam album *Menari dengan Bayangan* karya Hindia. Bentuk simbol *self healing* merupakan suatu tanda yang memiliki bentuk pesan-pesan yang disampaikan dalam bentuk uraian kata-kata maupun gerak isyarat yang memiliki arti proses pemulihan diri sendiri. Adapun bentuk simbol *self healing* yang dapat ditemukan dalam penelitian ini yakni (1) bentuk simbol ketenangan, (2) bentuk simbol cinta dari masa ke masa, (3) bentuk simbol masa depan, (4) bentuk simbol kesepian, (5) bentuk simbol *self healing* hidup tanpa pamrih.

Berdasarkan uraian di atas dan hasil analisis penulis, dapat menemukan makna simbol *self healing* dalam album *Menari dengan Bayangan* karya Hindia. Makna simbol *self healing* bermakna memiliki maksud atau arti sebagai proses pemulihan diri atau penyembuhan diri dari gangguan trauma, depresi, kecemasan, dan luka batin lainnya. Adapun makna simbol *self healing* yang dapat ditemukan dalam penelitian ini yakni (1) simbol *self healing* memaknai ketenangan dalam lagu “Evakuasi”, representasi lirik keseluruhan lagunya menggambarkan suatu keadaan seseorang dimana ia membutuhkan kondisi batin dan fisik yang aman, nyaman, tentram, tenang. (2) simbol *self healing* memaknai cinta dari masa ke masa dalam lagu “Rumah ke Rumah” representasinya liriknya yakni bentuk ekspresi pengarang soal lika-liku kehidupan asmaranya yang berpindah-pindah, dari satu orang ke orang lainnya untuk menemukan harapan yang indah., (3) simbol *self healing* memaknai masa depan dalam lagu “Besok Mungkin Kita Sampai”, representasinya yakni mengajak pendengar Hindia untuk menerima fakta dan menjalani proses menuju masa depan sesuai apa yang terjadi saat ini. (4) simbol *self healing* berdamai dengan kesepian dalam lagu “Untuk Apa/Untuk Apa?”, representasinya yakni menggambarkan sebuah rumah yang memiliki keluarga dan menjadikannya sebuah rumah untuk pulang, namun satu persatu penghuni rumah mulai sibuk mengejar mimpinya. Rumah yang dulunya harmonis, penuh kehangatan sekarang menjadi tempat menimbun duniawi, sehingga menjadi sepi, (5) simbol *self healing* hidup tanpa pamrih dalam lagu “Membasuh”, representasinya yakni menunjukkan moralitas yang baik yakni menekankan nilai keikhlasan dan kebaikan dalam berbuat sesuatu. Pesan yang tergambar dalam liriknya ditekankan juga tentang ketulusan untuk memaafkan orang tanpa memandang apa yang telah terjadi sebelumnya.

Adapun saran penelitian ini adalah (1) bagi pembaca dan penikmat seni diharapkan

memiliki manfaat dapat menambah wawasan, ide atau gagasan dibidang seni khususnya dalam membuat karya seni berupa lirik lagu dalam album, (2) bagi mahasiswa diharapkan menjadi manfaat bagi mahasiswa untuk memotivasi dalam proses pemulihan batin dan menambah wawasan baru bagi mahasiswa yang akan meneliti tentang simbol *self healing* dalam lirik lagu album *Menari dengan Bayangan* karya Hindia, (3) Guru Bahasa Indonesia diharapkan dapat menjadi referensi dan mempermudah guru dalam menyampaikan materi mengenai semiotik-simbol tentang simbol *self healing* dalam lirik lagu album *Menari dengan Bayangan* karya Hindia, (4) bagi peneliti selanjutnya diharapkan memiliki manfaat sebagai referensi bagi peneliti selanjutnya mengenai penelitian simbol dalam album lagu.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih penulis sampaikan kepada Bapak Dr. Hasan Busri, M. Pd dan Bapak Prayitno Tri Laksono, S.Pd., M. Pd selaku pembimbing skripsi dan kepada pihak yang memberikan dukungan dalam penelitian ini.

DAFTAR RUJUKAN

- Al Farisi & Novianti. 2019. *Cerita di Balik Album Menari dengan Bayangan Milik Hindia*. Kompas.com, (Online), (<https://www.kompas.com/hype/read/2019/12/02/070100966/cerita-di-balik-album-menari-dengan-bayangan-milik-hindia?page=all>, diakses 02 Desember 2019).
- Laksono, Sahrul Romadhon, Sugerman. 2023. *Pertentangan Kelas Sosial Dlam Masyarakat Belitong Pada Novel Laskar Pelangi Karya Andrea Hirata: Analisis Teori Marxisme*. Jurnal Atavisme. Vol 26(2), 117-128.
- Makarim F. 2023. *Mengetahui Manfaat Lakukan Terapi Musik bagi Kesehatan*. Halodoc, (Online). (<https://www.halodoc.com/artikel/mengetahui-manfaat-lakukan-terapi-musik-bagi-kesehatan>, diakses tanggal 08 Februari 2023).
- Mukminin, Hasan B & Ahmad Tabrani. 2021. *Representasi Kearifan Lokal Masyarakat Madura dalam Bentuk Metafora pada Lagu-Lagu Daerah Madura*. Malang: Jurnal Sastra Indonesia, vol 10(3): 179-190.
- Nur, A. 2021. *Makna Kritik Sosial Pada Lirik Lagu Secukupnya dan Membasuh Dalam Album Menari Dengan Bayangan Karya Hindia (Analisis Semiotika Michael Riffaterre)*. Bandar Lampung: Univeristas Lampung.
- Santoso & Rririe. 2022. *Respon Pendengar Dalam Lirik Lagu Album Menari Dengan*

- Bayangan Karya Hindia: Kajian Reader Response Iser*. Surabaya: SAPALA. Vol, 9, No 01, hlm. 37-52.
- Silvia, Kasmantoni, & Randi. 2022. *Lirik Lagu Album Mantra-Mantra Karya Kunto Aji (Analisis Semiotik Charles Sanders Pierce)*. Bengkulu: DIBSA (Jurnal Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia). Vol 1(2): 95-112

Malang, 20 Juli 2024

Pembimbing I



Dr. Hasan Busri, M.Pd
NIP. 1930200044