



REPRESENTASI EMOSI DAN PERASAAN DALAM LIRIK LAGU "MONOLOG" KARYA PAMUNGKAS

Syadeka Nisa Hanifah¹ Sri Yanuarsih²

^{1,2}Universitas PGRI Ronggolawe Tuban

*Correspondence e-mail: ¹syadekahanifah@gmail.com, ²sriyanuarsih1@gmail.com

INFORMASI ARTIKEL

Riwayat Artikel:

Submitted: 13 Januari 2026

Accepted: 30 Februari 2026

Published: 31 Maret 2026

Hal: 804-814

Kata kunci:

Representasi; emosi;
perasaan; psikologi analitik;
lirik lagu

ABSTRAK

Lirik lagu tidak sekadar menghadirkan ekspresi estetis, tetapi juga merekam dinamika psikis yang bekerja di balik pengalaman manusia. "Monolog" karya Pamungkas memperlihatkan bagaimana bahasa puitis menjadi medium artikulasi konflik batin yang bergerak dari ketegangan emosional menuju kestabilan perasaan. Kajian ini memosisikan lirik sebagai representasi simbolik dari proses psikologis yang berlangsung secara bertahap, dengan menaunkannya pada kerangka psikologi analitik Carl Gustav Jung. Melalui pendekatan kualitatif interpretatif, data berupa satuan lingual dalam lirik dianalisis menggunakan teknik simak-catat untuk menelusuri jejak emosi, ketidaksadaran personal, serta fungsi perasaan dalam struktur teks. Pembacaan menunjukkan bahwa fase awal lirik ditandai oleh dominasi emosi yang intens, sporadis, dan cenderung destruktif sebagai manifestasi konflik antara ego dan ketidaksadaran. Simbol kegelapan, diam, dan keterasingan mengindikasikan tekanan psikis yang belum terintegrasi. Pada fase berikutnya, terjadi pergeseran signifikan menuju perasaan (feeling) yang lebih stabil dan reflektif, di mana tokoh lirik mulai melakukan evaluasi batin secara sadar terhadap relasi yang dijalani. Cinta dan rindu tidak lagi tampil sebagai gejala emosional, melainkan sebagai konstruksi makna yang tenang, konsisten, dan penuh penerimaan. Transformasi makna keheningan dari simbol stagnasi menjadi ruang harmoni menegaskan adanya integrasi psikis. Temuan ini menguatkan bahwa lirik lagu mampu merepresentasikan proses individuasi, yakni pergerakan dari konflik internal menuju keseimbangan batin. Pergeseran dari emosi menuju perasaan menandai kematangan psikologis individu dalam memaknai pengalaman relasional secara lebih utuh dan sadar.



© 2026 The Authors. Published by Jurnal Bastra. This is an open access article under the CC BY license <https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>

PENDAHULUAN

Pada dasarnya representasi merupakan proses penggambaran kembali suatu realitas, gagasan, atau pengalaman melalui media tertentu (Kurniawan, 2025). Proses ini memungkinkan pengalaman pribadi diolah menjadi pesan yang dapat dipahami secara kolektif. Representasi juga menjadi sarana komunikasi makna yang bersifat tidak langsung dan interpretatif. Dalam konteks karya seni, representasi menghadirkan realitas batin yang tidak selalu tampak secara kasatmata (Salama, 2022). Representasi

memiliki peran penting dalam membangun hubungan antara pencipta karya dan audiens. Melalui representasi, makna dan pengalaman batin dapat disampaikan secara mendalam dan emosional (Riswari, 2023). Dalam konteks musik, representasi tersebut banyak diwujudkan melalui bahasa, khususnya melalui lirik lagu sebagai media utama penyampai makna.

Lirik merupakan unsur verbal dalam lagu yang berfungsi sebagai media penyampaian pesan dan makna. Susunan lirik terdiri atas rangkaian kata yang dipilih secara sadar untuk mengekspresikan gagasan dan perasaan penciptanya. Dalam lirik lagu, bahasa tidak hanya digunakan secara denotatif, tetapi juga konotatif dan simbolik. Lirik mampu merepresentasikan pengalaman hidup yang bersifat personal maupun universal (Serafina Lubikrea Arsegi Cahya, 2022). Melalui lirik, musisi dapat menyalurkan emosi dan refleksi batin kepada pendengar. Kepekaan bahasa dalam lirik menentukan kedalaman pesan yang disampaikan. Sebab, lirik memiliki peran sentral dalam membentuk makna dan kekuatan emosional sebuah lagu (Haedariah, H., & Kasmarita, 2023). Namun, lirik tidak berdiri sendiri, melainkan selalu berpadu dengan unsur musikal yang membentuk lagu sebagai satu kesatuan utuh.

Selain itu, lagu merupakan bentuk karya seni yang lahir dari perpaduan unsur bahasa dan musik. Sebagai satu kesatuan, lagu tidak hanya mengandalkan lirik, tetapi juga melodi, ritme, dan harmoni. Unsur musikal berfungsi memperkuat makna yang terkandung dalam lirik. Melodi mampu membangun suasana emosional yang mendukung pesan lagu. Ritme membantu mengatur alur perasaan yang ingin disampaikan kepada pendengar. Lagu menjadi media ekspresi yang efektif karena melibatkan indra pendengaran dan perasaan secara bersamaan (Nola & Putri, 2023). Dalam kehidupan sehari-hari, lagu sering digunakan sebagai sarana pelarian emosional. Lagu juga menjadi ruang refleksi bagi pendengar untuk memahami pengalamannya sendiri (Azmi & Insani, 2025). Melalui perpaduan unsur-unsur tersebut, lagu menjadi medium yang efektif dalam menyampaikan dan membangkitkan emosi pendengarnya.

Dalam kajian psikologis, emosi merupakan respons afektif yang muncul secara spontan terhadap suatu rangsangan tertentu (Chintya & Sit, 2024). Emosi bersifat intens dan sering kali muncul tanpa melalui proses pertimbangan yang panjang. Perasaan senang, marah, sedih, takut, dan cemas termasuk dalam bentuk emosi dasar manusia. Emosi memengaruhi cara seseorang berpikir dan bertindak dalam situasi tertentu. Dalam konteks psikologis, emosi berasal dari ketidaksadaran personal individu. Dalam karya seni, emosi sering dihadirkan melalui simbol dan ekspresi tidak langsung. Oleh karena itu, emosi menjadi unsur penting dalam memahami makna batin suatu karya.

Berbeda dengan emosi, perasaan merupakan keadaan batin yang lebih stabil dan mendalam dibandingkan emosi. Perasaan melibatkan proses evaluasi dan kesadaran yang lebih matang. Berbeda dengan emosi yang bersifat spontan, perasaan cenderung berlangsung lebih lama. Perasaan mencerminkan sikap individu terhadap pengalaman hidup yang dialaminya (Latifa et al., 2024). Cinta, kesepian, kerinduan, dan ketenangan merupakan contoh bentuk perasaan. Perasaan membantu individu memahami dan memaknai pengalamannya (Hanif, 2022). Dalam karya sastra dan musik, perasaan sering diwujudkan melalui refleksi diri. Representasi perasaan yang matang seperti ini banyak ditemukan dalam karya musisi yang menjadikan refleksi batin sebagai inti penciptaannya, salah satunya Pamungkas.

Dalam konteks musik Indonesia, Pamungkas merupakan salah satu musisi Indonesia yang dikenal dengan karya-karya yang sarat muatan emosional (Muhammad

Pandu Prasasti, 2023). Nama lengkapnya adalah Rizki Rahmahadian Pamungkas dan lahir pada 14 April 1993. Ia memulai karier musiknya secara independen tanpa bergantung pada label besar. Album perdananya berjudul *Walk the Talk* dirilis pada tahun 2018. Pamungkas dikenal sebagai musisi yang menulis dan memproduksi lagunya sendiri. Karya-karyanya banyak mengangkat tema pencarian jati diri dan refleksi kehidupan. Lirik lagu Pamungkas cenderung personal dan jujur. Gaya musiknya memadukan pop, indie, dan sentuhan elektronik. Salah satu karya Pamungkas yang paling kuat merepresentasikan pergulatan emosi dan perasaan tersebut adalah lagu “Monolog”.

Salah satu karya yang merepresentasikan hal tersebut adalah lagu “Monolog”, lagu tersebut merupakan salah satu karya Pamungkas yang menonjol karena sifatnya yang reflektif dan sarat muatan emosional. Lagu ini termasuk dalam album *Walk the Talk* yang rilis pada tahun 2018, menandai perjalanan musikal Pamungkas. “Monolog” merepresentasikan dialog batin seorang individu dengan dirinya sendiri. Lirik lagu ini menggambarkan proses perenungan yang mendalam serta upaya memahami makna kehidupan. Nuansa kesepian dan kebingungan batin tergambar kuat dalam setiap bait yang disampaikan. Aransemen musik yang sederhana dan minimalis semakin menegaskan suasana kontemplatif lagu tersebut. Melalui komposisi ini, pendengar diajak untuk menyelami pengalaman personalnya masing-masing. Setiap baris lirik mencerminkan konflik intrapersonal yang dialami oleh tokoh lirik. Dengan demikian, “Monolog” menjadi medium representasi emosi dan perasaan yang intens dan mendalam. Untuk memahami kedalaman emosi yang terepresentasi dalam lagu ini, diperlukan landasan teoretis yang mampu menjelaskan dinamika kejiwaan secara psikologis.

Untuk menganalisis representasi emosi dalam lagu tersebut, dalam psikologi analitik Carl Gustav Jung, emosi dipahami sebagai reaksi afektif yang bersumber dari ketidaksadaran personal. Emosi muncul secara spontan sebagai respons terhadap pengalaman tertentu. Jung memandang emosi sebagai sesuatu yang sulit dikendalikan sepenuhnya oleh individu. Emosi sering kali menyingkap konflik batin yang tersembunyi (Siti Suhartini, Bayu Aji Nugroho, 2025). Dalam karya seni, emosi tidak disampaikan secara langsung. Emosi diwujudkan melalui simbol, bahasa, dan ekspresi artistik. Proses ini mencerminkan dinamika kejiwaan pencipta karya. Bahasa menjadi sarana utama dalam menyalurkan emosi tersebut. Emosi dalam karya seni mencerminkan kondisi psikologis penciptanya. Selain emosi, Jung juga membedakan aspek psikis lain yang berperan dalam pemaknaan pengalaman batin, yaitu perasaan.

Menurut Carl Gustav Jung, perasaan merupakan salah satu fungsi psikis yang bersifat evaluatif (Shaila Rahma Anggraini, 2022). Perasaan bekerja secara sadar dan melibatkan pertimbangan rasional. Perasaan membantu individu menilai baik dan buruk suatu pengalaman. Dibandingkan emosi, perasaan dipandang lebih matang dan stabil. Perasaan mencerminkan sikap batin terhadap realitas hidup. Dalam karya sastra, perasaan tampak melalui refleksi dan penerimaan diri. Proses ini menunjukkan perkembangan psikologis subjek. Pemaknaan terhadap pengalaman hidup menjadi ciri kerja fungsi perasaan. Oleh karena itu, perasaan menandakan kedewasaan psikologis dalam diri individu.

Penelitian mengenai makna dan representasi emosi dalam lirik lagu selama ini lebih banyak menggunakan pendekatan semiotika, sehingga kajian yang memanfaatkan analisis psikologi sastra masih sangat terbatas. Penelitian ini berfokus pada bagaimana

representasi kondisi psikologis dan konflik batin dalam lirik lagu dapat diungkap melalui pendekatan psikologi sastra yang belum banyak diteliti sebelumnya. Meski tidak semua lagu populer mendapatkan kajian yang mendalam, peneliti telah mengkaji dua penelitian terdahulu. Pada artikel pertama yang berjudul Representasi Kesehatan Mental Dalam Lirik Lagu Secukupnya Karya Hindia (Analisis Semiotika Ferdinand De Saussure), penelitian ini bertujuan untuk menelaah bagaimana representasi kesehatan mental digambarkan dalam lagu “Secukupnya” karya Hindia dengan memakai pendekatan semiotika Ferdinand de Saussure. Melalui pendekatan ini, teori-teori semiotika Saussure diterapkan untuk menelaah tanda-tanda yang muncul dalam lirik lagu tersebut. Peneliti menelusuri tanda-tanda verbal dan nonverbal yang mencerminkan kondisi psikologis seperti kecemasan, pikiran berlebih (*overthinking*), dan depresi. Berdasarkan hasil analisis, ditemukan bahwa lirik lagu “Secukupnya” secara mendalam menampilkan kompleksitas kesehatan mental. Penggunaan metafora dan simbol dalam lagu ini mampu menggambarkan pergulatan batin serta emosi yang berkaitan dengan permasalahan mental secara kuat dan menyentuh (Annisa Rahmasari, 2023).

Selanjutnya, dalam artikel kedua, dengan judul “Representasi Makna Self Improvement Pada Lirik Lagu Tulus “Diri” (Analisis Semiotika Roland Barthes)” (Rahma et al., 2024). Makna yang terkandung dalam lirik lagu “Diri” dianalisis menggunakan teori semiotika dari Roland Barthes. Roland Barthes membagi dua tingkat makna, yaitu denotatif dan konotatif. Denotasi merujuk pada makna literal atau objektif yang langsung tampak dari suatu tanda, sedangkan konotasi merujuk pada makna tambahan yang terbentuk dari nilai-nilai budaya, ideologi, serta respons emosional. Barthes melihat bahwa sebuah tanda tidak pernah netral, melainkan selalu berada dalam jaringan simbolik yang dipengaruhi oleh lingkungan sosial. Oleh karena itu, teori ini digunakan untuk membaca lirik lagu tidak hanya dari sisi eksplisit, tetapi juga untuk menemukan makna-makna tersembunyi yang lebih dalam.

Kedua artikel tersebut memiliki persamaan dengan studi kasus ini sama-sama memandang lirik lagu sebagai media ekspresi yang kaya akan pesan emosional dan kultural, sehingga memungkinkan peneliti menggali makna yang lebih dalam bukan sebatas makna harfiah. Ketiga penelitian juga menyoroti bagaimana lirik lagu merepresentasikan kondisi psikologis dan pengalaman subjektif, seperti kesendirian, pengembangan diri, maupun refleksi emosi yang kompleks, serta menempatkan konteks sosial dan budaya sebagai faktor penting dalam pembentukan makna. Namun, terdapat perbedaan yang mencolok dalam objek dan fokus analisis masing-masing penelitian. Artikel pertama dan kedua menelaah karya Tulus dengan tema kesendirian dan self improvement, sedangkan artikel ini mengkaji lagu “Monolog” karya Pamungkas yang lebih menonjolkan pencarian jati diri serta ekspresi emosional yang intens dan personal.

Selain itu, artikel ini menambahkan dimensi analisis yang bersinergi dengan lirik untuk memperkuat representasi emosi, sementara artikel terdahulu lebih berfokus pada teks lirik secara murni. Dari segi pendekatan makna, artikel pertama mengembangkan konsep mitos sebagai lapisan makna sosial, sedangkan artikel kedua lebih menekankan pada denotasi dan konotasi dalam pembacaan teks. Terakhir, konteks perbedaan era dan gaya musik juga terlihat, di mana Pamungkas sebagai musisi independen modern membawa nuansa minimalis dan personal yang berbeda dari gaya musik Tulus.

METODE

Untuk menjawab tujuan penelitian, penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif karena bertujuan untuk menggambarkan dan menganalisis makna psikologis yang terkandung dalam lirik lagu “Monolog” karya Pamungkas secara mendalam. Metode deskriptif kualitatif memungkinkan peneliti menafsirkan data berupa kata, kalimat, dan ungkapan simbolik yang mencerminkan dinamika emosi dan perasaan tokoh lirik.. Pendekatan ini tidak berfokus pada angka atau statistik, melainkan pada pemahaman makna dan konteks secara holistik (Sarujin, Kode et al., n.d.). Analisis data dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan pendekatan psikologi sastra, khususnya teori psikologi analitik Carl Gustav Jung. Lirik lagu dianalisis dengan menelusuri konsep-konsep utama dalam teori Jung, seperti ketidaksadaran personal, konflik batin, emosi (emotion), perasaan (feeling), mekanisme pertahanan ego, serta kecenderungan menuju proses individuasi. Setiap bagian lirik ditelaah untuk melihat bagaimana pengalaman emosional tokoh lirik merefleksikan dinamika psikis individu dalam menghadapi kesendirian, pencarian jati diri, dan refleksi diri. Melalui pendekatan ini, penelitian berupaya memahami lirik lagu sebagai ekspresi simbolik dari kondisi kejiwaan penciptanya. Dengan demikian, teori psikologi analitik Jung digunakan sebagai kerangka konseptual utama dalam menafsirkan makna psikologis yang terkandung dalam lirik lagu “Monolog”.

Sebagai dasar penerapan metode penelitian, digunakan data utama yang relevan untuk dianalisis secara mendalam. Data utama berupa teks lirik lagu “Monolog” karya Pamungkas dalam album *“Walk The Talk”* yang dipilih karena merepresentasikan dinamika emosional, refleksi diri, dan pencarian jati diri tokoh lirik. Selain data utama, juga memanfaatkan data pendukung berupa biografi Pamungkas, penafsiran makna lagu berdasarkan ulasan media, serta konteks sosial dan psikologis yang melatarbelakangi proses penciptaannya. Data pendukung berfungsi untuk memperkaya pemahaman terhadap kondisi kejiwaan dan pengalaman batin yang tercermin dalam lirik lagu. Penelitian ini turut menggunakan sumber sekunder berupa artikel ilmiah, jurnal, dan literatur yang membahas teori psikologi sastra, khususnya psikologi analitik Carl Gustav Jung.

Untuk memperoleh data secara sistematis dan akurat, penelitian ini menggunakan teknik pengumpulan data berupa metode simak dan catat. Pengguna metode simak dan catat banyak digunakan dalam penelitian linguistik dan analisis teks (Khasanah, 2025). Teknik simak dilakukan dengan cara membaca dan menelaah lirik lagu “Monolog” karya Pamungkas secara berulang untuk memahami konteks, suasana batin, dan makna psikologis yang terkandung di dalamnya. Peneliti menyimak setiap baris lirik secara cermat guna mengidentifikasi ungkapan bahasa yang merepresentasikan emosi, perasaan, serta konflik batin tokoh lirik. Selanjutnya, teknik catat dilakukan dengan mencatat kata, frasa, atau kalimat yang relevan dengan konsep-konsep dalam psikologi analitik Carl Gustav Jung. Proses pencatatan juga mencakup pengumpulan data pendukung dari sumber pustaka, artikel ilmiah, dan ulasan lagu yang berkaitan dengan objek penelitian. Melalui penerapan metode simak dan catat ini, peneliti memperoleh data yang relevan sebagai dasar analisis psikologis secara mendalam.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Temuan yang diperoleh dari analisis lirik lagu “Monolog” karya Pamungkas dengan menggunakan pendekatan psikologi sastra Carl Gustav Jung. Pemaparan hasil difokuskan pada bentuk-bentuk representasi dinamika kejiwaan yang muncul dalam lirik lagu. Temuan penelitian menunjukkan adanya keterkaitan antara pengalaman batin, konflik intrapersonal, serta perkembangan psikologis individu. Secara khusus, hasil analisis mengungkap representasi emosi dan perasaan (*feeling*) sebagai dua aspek utama yang muncul secara bertahap dan saling berhubungan dalam keseluruhan struktur lirik, yaitu emosi dan perasaan (*feeling*), yang muncul secara bertahap dan saling berkaitan sepanjang lagu.

Lirik lagu “Monolog”- Pamungkas

Gelap di dalam tanya
Menyembunyikan rahasianya

Letih kehabisan kata
Dan kita pada akhirnya diam
Bunga di bulan sepi
Jatuh terdampar tersasar

Alasan masih bersama
Bukan karena tertanjur lama
Tapi rasanya yang masih sama

Seperti sejak pertama jumpa
Dirimu di kala senja
Duduk berdua tanpa suara

Rindu yang jatuh di kamarku
Hanyalah rindu yang datang padamu
Bertanya mengapa kita
Masih di sini tersenyum

Alasan masih bersama
Bukan karena tertanjur lama
Tapi rasanya yang masih sama

Seperti sejak pertama jumpa
Dirimu di kala senja
Duduk berdua tanpa suara

Berdasarkan analisis terhadap lirik lagu “*Monolog*” karya Pamungkas, ditemukan sejumlah data linguistik yang merepresentasikan dinamika kejiwaan tokoh lirik. Data diklasifikasikan ke dalam dua kategori utama, yaitu (1) representasi emosi dan (2) representasi perasaan (*feeling*). Klasifikasi ini mengacu pada kerangka psikologi analitik Carl Gustav Jung yang membedakan emosi sebagai respons spontan dari ketidaksadaran, sedangkan perasaan sebagai fungsi evaluatif yang lebih stabil.

1. Representasi Emosi

Representasi emosi ditandai oleh ungkapan bahasa yang menunjukkan kondisi psikis yang spontan, intens, dan belum terolah secara sadar. Emosi yang ditemukan meliputi kebingungan, kecemasan, kelelahan batin, kesepian, dan kehilangan arah.

Tabel 1. Representasi Emosi dalam Lirik Lagu

No	Kutipan Lirik	Indikator Emosi	Deskripsi Data
1	<i>Gelap di dalam tanya</i>	Kebingungan, kecemasan	Menunjukkan kondisi psikis tidak jelas dan penuh pertanyaan
2	<i>Menyembunyikan rahasianya</i>	Ketakutan, penekanan	Menggambarkan adanya sesuatu yang ditekan dalam diri
3	<i>Letih kehabisan kata</i>	Kelelahan emosional	Menunjukkan ketidakmampuan mengekspresikan perasaan
4	<i>Dan kita pada akhirnya diam</i>	Stagnasi emosional	Menandakan terhentinya komunikasi batin
5	<i>Bunga di bulan sepi</i>	Kesepian	Menggambarkan keterasingan dan kehampaan
6	<i>Jatuh terdampar tersasar</i>	Kehilangan arah	Menunjukkan kondisi psikis tidak stabil
7	<i>Bertanya mengapa kita masih di sini tersenyum</i>	Ambivalensi emosi	Ketidaksesuaian antara kondisi batin dan ekspresi luar

Secara umum, data menunjukkan bahwa bagian awal hingga tengah lirik didominasi oleh emosi negatif yang bersifat fluktuatif dan tidak stabil. Emosi tersebut muncul sebagai respons terhadap konflik intrapersonal yang belum terselesaikan.

2. Representasi Perasaan (*Feeling*)

Representasi perasaan ditandai oleh ungkapan yang menunjukkan kondisi batin yang lebih stabil, reflektif, dan telah melalui proses evaluasi sadar. Perasaan yang ditemukan meliputi cinta, penerimaan, ketenangan, dan rindu yang stabil.

Tabel 2. Representasi Perasaan dalam Lirik Lagu

No	Kutipan Lirik	Indikator Perasaan	Deskripsi Data
1	<i>Alasan masih bersama</i>	Kesadaran relasional	Menunjukkan refleksi terhadap hubungan
2	<i>Bukan karena terlanjur lama</i>	Evaluasi rasional	Penolakan terhadap keterikatan semu
3	<i>Tapi rasanya yang masih sama</i>	Konsistensi perasaan	Menunjukkan kestabilan emosi menjadi perasaan
4	<i>Seperti sejak pertama jumpa</i>	Memori emosional	Mengacu pada pengalaman awal yang bermakna
5	<i>Dirimu di kala senja</i>	Ketenangan batin	Simbol suasana emosional yang stabil
6	<i>Duduk berdua tanpa suara</i>	Harmoni relasional	Kedekatan tanpa komunikasi verbal
7	<i>Rindu yang jatuh di kamarku</i>	Rindu personal	Perasaan yang hadir dalam ruang batin
8	<i>Hanyalah rindu yang datang padamu</i>	Arah perasaan jelas	Menunjukkan keterikatan emosional yang spesifik

Data pada kategori ini menunjukkan adanya pergeseran dari kondisi emosional yang tidak stabil menuju perasaan yang lebih matang dan terintegrasi. Perasaan yang muncul tidak lagi bersifat impulsif, melainkan telah melalui proses refleksi dan pemaknaan.

3. Pola Perkembangan Psikis dalam Lirik

Berdasarkan keseluruhan data, ditemukan pola perkembangan psikis yang tersusun secara bertahap dalam struktur lirik:

Tabel 3. Pola perkembangan psikis

No	Fase Psikis	Bagian Lagu	Indikator Utama	Deskripsi Singkat
1	Fase Emosi Dominan	Awal lagu	Kebingungan, kecemasan, tekanan batin	Tokoh lirik berada dalam kondisi psikis yang tidak stabil, dipenuhi pertanyaan batin dan ketegangan emosional akibat konflik internal yang belum tersadari.
2	Fase Krisis Emosional	Tengah lagu	Kelelahan emosional, kesepian, kehilangan arah	Emosi yang berlarut berkembang menjadi kelelahan batin, ditandai dengan keheningan, keterasingan, serta hilangnya arah dalam relasi dan kehidupan.

LANJUTAN				
3	Fase Refleksi	Transisi	Munculnya pertanyaan, kesadaran awal	Tokoh mulai menyadari ketidaksesuaian antara kondisi batin dan realitas hubungan, ditandai dengan munculnya pertanyaan reflektif sebagai awal proses penyadaran diri.
4	Fase Perasaan Stabil	Akhir lagu	Cinta, rindu, penerimaan, ketenangan	Tokoh mencapai kondisi batin yang lebih matang, di mana perasaan menjadi stabil, reflektif, serta ditandai oleh penerimaan dan harmoni emosional.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa lirik lagu “*Monolog*” karya Pamungkas tidak sekadar menyampaikan pengalaman emosional, tetapi memperlihatkan proses batin yang bergerak secara bertahap. Struktur liriknya memperlihatkan perubahan kondisi psikis tokoh, dari emosi yang tidak stabil menuju perasaan yang lebih tenang dan reflektif. Hal ini memberi gambaran bahwa pengalaman batin dalam lagu tidak bersifat statis, melainkan berkembang seiring proses pemaknaan diri.

Pada bagian awal, ungkapan seperti “gelap di dalam tanya” dan “menyembunyikan rahasianya” dapat dibaca sebagai simbol kondisi batin yang belum sepenuhnya dipahami. Kegelapan dalam konteks ini mengarah pada wilayah psikis yang masih tersembunyi, sementara “tanya” menunjukkan adanya kegelisahan yang belum menemukan jawaban. Penulis melihat bahwa situasi ini mencerminkan ketegangan antara apa yang disadari dan apa yang masih tersimpan dalam diri. Emosi yang muncul—seperti cemas dan bingung—tidak hadir secara terkontrol, melainkan muncul begitu saja sebagai respons terhadap tekanan batin yang belum terurai.

Jika dikaitkan dengan psikologi analitik Carl Gustav Jung, kondisi tersebut sejalan dengan konsep ketidaksadaran personal, yaitu wilayah psikis yang menyimpan pengalaman, dorongan, atau konflik yang tidak sepenuhnya disadari. Emosi dalam fase ini bersifat spontan dan intens karena belum melalui proses pengolahan oleh kesadaran. Ungkapan “menyembunyikan rahasianya” dapat dipahami sebagai bentuk penekanan psikis, di mana individu berusaha menahan sesuatu yang dianggap mengganggu keseimbangan dirinya. Tekanan ini kemudian berkembang menjadi kelelahan emosional, sebagaimana tampak dalam lirik “letih kehabisan kata” dan “pada akhirnya diam”. Diam di sini tidak lagi sekadar keadaan tanpa suara, tetapi menjadi tanda bahwa individu tidak lagi mampu menyalurkan konflik batinnya secara verbal.

Pada fase berikutnya, lirik menghadirkan gambaran kesepian dan kehilangan arah melalui ungkapan “bunga di bulan sepi” dan “jatuh terdampar tersasar”. Penulis menafsirkan bahwa bagian ini menunjukkan titik krisis, ketika individu merasa terlepas dari pusat dirinya sendiri. Kesepian tidak hanya dimaknai sebagai kondisi sosial, tetapi sebagai pengalaman batin yang lebih dalam, yakni keterputusan dari makna dan tujuan. Dalam kerangka Jung, situasi ini dapat dipahami sebagai fase ketika individu belum terintegrasi secara utuh dengan dirinya, sehingga muncul perasaan terasing dan tidak stabil. Menariknya, kondisi ini justru menjadi titik penting yang mendorong munculnya kesadaran baru.

Perubahan mulai terlihat ketika muncul pertanyaan “mengapa kita masih di sini tersenyum”. Pertanyaan ini tidak lagi sekadar ungkapan kebingungan, tetapi menunjukkan adanya jarak antara apa yang dirasakan dan apa yang ditampilkan. Penulis melihat bahwa momen ini menjadi titik refleksi, ketika tokoh mulai menyadari adanya ketidaksesuaian dalam dirinya. Dalam perspektif Jung, tahap ini dapat dipahami sebagai awal dari proses individuasi, yaitu upaya individu untuk memahami dan menyatukan

berbagai aspek dalam dirinya. Refleksi menjadi ruang penting bagi individu untuk mulai menilai pengalaman secara lebih sadar.

Memasuki bagian akhir, lirik menunjukkan perubahan yang cukup jelas menuju perasaan yang lebih stabil. Ungkapan seperti “bukan karena terlanjur lama, tapi rasanya yang masih sama” memperlihatkan bahwa hubungan tidak lagi dipertahankan karena kebiasaan, melainkan karena nilai yang dirasakan secara sadar. Penulis menafsirkan bahwa perasaan di sini telah melewati proses evaluasi batin. Cinta tidak lagi hadir sebagai emosi yang meledak-ledak, tetapi sebagai sikap yang tenang dan konsisten. Hal yang sama juga tampak pada representasi rindu, yang digambarkan sebagai perasaan yang menetap dan tidak mengganggu keseimbangan batin.

Dalam teori Jung, perasaan (*feeling*) merupakan fungsi psikis yang berperan dalam memberikan penilaian terhadap pengalaman. Perasaan membantu individu menentukan apa yang bermakna dan layak dipertahankan. Stabilitas perasaan yang ditampilkan dalam lirik menunjukkan bahwa tokoh telah sampai pada tahap penerimaan. Keheningan yang sebelumnya terasa menekan justru berubah menjadi ruang yang menenangkan. Di sini terlihat adanya perubahan makna: dari konflik menuju harmoni.

Jika dibandingkan dengan penelitian sebelumnya, arah temuan ini memiliki titik temu sekaligus perbedaan. Penelitian Annisa Rahmasari (2023) pada lagu “Secukupnya” karya Hindia menekankan bagaimana simbol dan metafora digunakan untuk merepresentasikan kondisi kesehatan mental. Sementara itu, penelitian Rahma et al. (2024) pada lagu “Diri” karya Tulus lebih berfokus pada pembacaan makna melalui denotasi dan konotasi dalam konteks pengembangan diri. Kedua penelitian tersebut sama-sama melihat lirik sebagai medium yang sarat makna simbolik.

Perbedaannya terletak pada cara melihat kedalaman makna tersebut. Penelitian ini tidak berhenti pada identifikasi simbol, tetapi mencoba menelusuri bagaimana simbol tersebut berkaitan dengan dinamika psikis individu. Pendekatan psikologi analitik memberi ruang untuk membaca lirik sebagai cerminan proses batin, bukan sekadar sistem tanda. Di sisi lain, kesamaan ketiganya tetap terlihat pada anggapan bahwa lirik lagu mampu merepresentasikan pengalaman subjektif yang kompleks dan relevan dengan kehidupan pendengar.

Temuan ini membawa implikasi pada dua sisi. Dari sisi teoretis, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pendekatan psikologi analitik masih relevan digunakan untuk membaca karya musik, terutama dalam memahami hubungan antara bahasa, emosi, dan perkembangan psikis. Dari sisi praktis, penelitian ini membuka cara pandang bahwa lagu dapat menjadi ruang refleksi diri. Pendengar tidak hanya menikmati lagu sebagai hiburan, tetapi juga dapat melihatnya sebagai cermin pengalaman batin yang mungkin serupa dengan yang mereka alami.

Lirik “*Monolog*” akhirnya memperlihatkan bahwa perjalanan batin seseorang tidak selalu berjalan lurus. Ada fase kebingungan, kelelahan, hingga kehilangan arah sebelum sampai pada titik penerimaan. Perubahan dari emosi yang tidak stabil menuju perasaan yang lebih tenang menjadi bagian penting dari proses tersebut. Lagu ini seolah mengingatkan bahwa memahami diri bukanlah sesuatu yang instan, melainkan hasil dari proses yang berlangsung perlahan dan terus berkembang.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa lirik lagu “*Monolog*” karya Pamungkas merepresentasikan dinamika kejiwaan individu melalui pengolahan bahasa yang simbolik dan reflektif. Lirik tidak hanya berfungsi sebagai ekspresi estetis, tetapi juga sebagai medium yang memuat pengalaman batin yang kompleks. Representasi tersebut tampak melalui perubahan kondisi psikis tokoh lirik yang bergerak secara bertahap sepanjang struktur lagu.

Hasil analisis memperlihatkan adanya pergeseran yang jelas dari dominasi emosi menuju perasaan (*feeling*) yang lebih stabil. Pada tahap awal, tokoh lirik berada dalam kondisi emosional yang ditandai oleh kebingungan, kecemasan, tekanan batin, hingga kelelahan emosional. Kondisi ini berkaitan dengan dorongan ketidaksadaran yang belum sepenuhnya dipahami oleh kesadaran. Memasuki tahap berikutnya, muncul fase refleksi yang ditandai dengan kesadaran awal terhadap ketidaksesuaian antara kondisi batin dan realitas hubungan. Tahap ini menjadi titik penting yang mengarah pada perubahan cara tokoh memaknai pengalaman dirinya.

Pada bagian akhir, tokoh lirik menunjukkan kematangan psikologis melalui hadirnya perasaan yang lebih tenang, stabil, dan reflektif. Cinta dan rindu tidak lagi tampil sebagai emosi yang impulsif, melainkan sebagai bentuk penerimaan yang sadar dan konsisten. Dalam perspektif psikologi analitik Carl Gustav Jung, perubahan ini menunjukkan proses integrasi antara kesadaran dan ketidaksadaran, yang menjadi bagian dari perkembangan kepribadian individu.

Penelitian ini menegaskan bahwa lirik lagu dapat menjadi ruang representasi proses psikologis yang berkembang, bukan sekadar luapan emosi sesaat. Temuan ini membuka kemungkinan pemanfaatan pendekatan psikologi sastra dalam kajian musik secara lebih luas, terutama untuk memahami bagaimana karya musikal merefleksikan pengalaman batin manusia. Selain itu, hasil penelitian ini juga memberi kontribusi dalam memperkaya pembacaan lirik lagu sebagai media refleksi diri yang memiliki kedalaman makna psikologis.

DAFTAR PUSTAKA

- Rahmasari, A. (2023). Representasi kesehatan mental dalam lirik lagu *Secukupnya* karya Hindia (Analisis semiotika Ferdinand de Saussure). *INNOVATIVE: Journal of Social Science Research*, 3, 11764–11777.
- Azmi, A., & Insani, H. (2025). Representasi simbolik pemulihan emosional melalui lirik dan unsur musikal lagu *Membasuh*. 1(1), 54–66.
- Chintya, R., & Sit, M. (2024). Analisis teori Daniel Goleman dalam perkembangan kecerdasan emosi anak usia dini. 4(1), 159–168. <https://doi.org/10.37680/absorbent>
- Haedariah, H., & Kasmarita, A. (2023). Analisis gaya bahasa pada lirik lagu dalam album *Manusia* karya Tulus. 1(2), 143–155.
- Hanif, S. (2022). Representasi makna lirik lagu *Dīn As-Salām* dalam tinjauan teori sastra Arab.
- Khasanah, S. (2025). Campur kode pada akun YouTube Najwa Shihab. 5(4), 3057–3065.
- Kurniawan, A. A. (2025). Representasi trauma keluarga dan komunikasi emosional dalam film *Nanti Kita Cerita tentang Hari Ini* karya Angga Dwimas Sasongko (Analisis

- semiotika Roland Barthes). 11(9).
- Latifa, N., Nucifera, P., & Samudra, U. (2024). Analisis puisi *Kepada Kawan* karya Chairil Anwar dengan pendekatan ekspresif. 4(3), 384–392.
- Prasasti, M. P. (2023). Denotasi dan konotasi dalam lirik lagu *To the Bone* karya Pamungkas. xx, 1–8.
- Nola, E., & Putri, D. (2023). Integrasi lagu dalam rencana pembelajaran tematik di sekolah dasar. 1, 53–56.
- Rahma, K., Abdullah, A., Indallaila, I., Anugerah, R., & Santoso, A. (2024). Representasi makna self-improvement pada lirik lagu Tulus “Diri.” *Journal Karimah Tauhid*, 3, 4903–4916.
- Riswari, A. A. (2023). Representasi romantisme dalam lirik lagu *Jatuh Suka* karya Tulus: Kajian semiotika Peirce. 2(3), 101–105.
- Salama, F. A. (2022). Representasi domestifikasi peran ibu dalam iklan Nutella Mummypedia. 3(4).
- Sarujin, S. (n.d.). Campur kode perulangan kata dalam novel *Radikus Makankakus* karya Raditya Dika (Kajian sociolinguistik), 1–8.
- Cahaya, S. I. A. (2022). Musik sebagai media komunikasi ekspresi cinta (Analisis semiotika lirik lagu “Rumah ke Rumah” karya Hindia), 246–254.
- Anggraini, S. R. (2022). Representasi kepribadian introvert pada tokoh utama dalam novel *Introver* karya M. F. Hazim (Tinjauan psikoanalisis Carl Gustav Jung).
- Suhartini, S., Nugroho, B. A., & D. D. (2025). Ketidaksadaran tokoh Elysa dalam novel *Reflection: Bulan Itu. Juni. Bulan Tragedi*. karya Aya Swords dkk: Kajian psikologi analitik Carl Gustav Jung. 9, 49–68.