



Analisis Semiotika dan Representasi Emotional Healing dalam Lagu “Perayaan Mati Rasa” Karya Umay Shahab Ft. Natania Karin

Fadia Rachma Putri^{1*}, Agustina Kusuma Dewi²

¹⁻²Program Studi Desain Komunikasi Visual, Fakultas Arsitektur dan Desain, Institut Teknologi Nasional
Bandung, Indonesia

*Penulis Korespondensi: fadia.rachma@mhs.itenas.ac.id

Abstract. *The phenomenon of emotional healing has become increasingly prominent in popular culture as the younger generation experiences increasing loss, emotional exhaustion, and numbness. Popular music serves as a medium of expression, representing these emotional dynamics through poetic language and symbolic structures. This study aims to analyze the emotional representation of healing in Umay Shahab's song "Perayaan Mati Rasa" using Roland Barthes's semiotic approach. The research method used is descriptive qualitative, analyzing three layers of meaning: denotation, connotation, and myth, through breaking down the lyrics into several lexicons and reading signs. The results show that (1) denotatively, the lyrics construct an emotional arc from inner tension to self-contemplation; (2) connotatively, the use of diction and imagery represents vulnerability, resilience, and emotional reflection; and (3) at the mythical level, the song constructs release as a form of emotional maturity and loss as a process of identity formation. Thus, this song functions as a cultural representation in interpreting the process of emotional healing in popular culture.*

Keywords: *Emotional healing; Emotional representation; Popular culture; Popular music; Roland Barthes semiotics*

Abstrak. Fenomena *emotional healing* semakin menonjol dalam budaya populer seiring meningkatnya pengalaman kehilangan, kelelahan emosional, dan kebas perasaan yang dialami generasi muda. Musik populer berperan sebagai medium ekspresi yang merepresentasikan dinamika emosional tersebut melalui bahasa puitik dan struktur simbolik. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis representasi *emotional healing* dalam lagu “Perayaan Mati Rasa” karya Umay Shahab menggunakan pendekatan semiotika Roland Barthes. Metode penelitian yang digunakan adalah deskriptif kualitatif dengan menganalisis tiga lapisan makna, yaitu denotasi, konotasi, dan mitos, melalui pemecahan lirik ke dalam beberapa leksia serta pembacaan tanda. Hasil penelitian menunjukkan bahwa (1) secara denotatif, lirik membangun alur emosional dari ketegangan batin hingga kontemplasi diri; (2) secara konotatif, penggunaan diksi dan citraan merepresentasikan kerentanan, ketahanan, dan refleksi emosional; serta (3) pada tingkat mitos, lagu ini mengonstruksikan pelepasan sebagai bentuk kedewasaan emosional dan kehilangan sebagai proses pembentukan identitas. Dengan demikian, lagu ini berfungsi sebagai representasi kultural dalam memaknai proses penyembuhan emosi dalam budaya populer.

Kata kunci: Budaya populer; *Emotional healing*; Musik populer; Representasi emosional; *Semiotika Roland Barthes*

1. LATAR BELAKANG

Dalam beberapa tahun terakhir, isu *emotional healing* semakin mendapatkan perhatian, khususnya di kalangan remaja dan dewasa muda. Fenomena ini berkaitan dengan meningkatnya kompleksitas tekanan sosial, akademik, serta paparan media digital yang memengaruhi kondisi psikologis individu. Laporan *World Health Organization* (2023) menunjukkan bahwa lebih dari 60% remaja dan dewasa muda di Asia Tenggara mengalami stres emosional akibat tekanan akademik, pekerjaan, dan eksposur media sosial yang berlebihan. Di Indonesia, data Riskesdas 2018 mencatat bahwa 9,8% remaja usia 15–24 tahun mengalami gangguan mental emosional dan angka tersebut cenderung meningkat. Kondisi ini

menunjukkan bahwa kebutuhan akan ruang ekspresi dan pengelolaan emosi menjadi semakin penting.

Salah satu medium yang memiliki potensi dalam mendukung proses tersebut adalah musik. Musik tidak hanya berfungsi sebagai hiburan, tetapi juga sebagai media ekspresi emosional yang mampu memengaruhi kondisi psikologis melalui elemen melodi, harmoni, ritme, dan interpretasi vokal. Bahkan tanpa memahami liriknya, pendengar dapat merasakan afek emosional tertentu. Dalam kehidupan sehari-hari, musik menjadi bagian dari aktivitas psikososial yang melekat, khususnya pada mahasiswa (Jihan Putri Allyssa et al., 2023). Meskipun tidak selalu berkorelasi langsung dengan kesehatan mental, musik tetap berperan dalam membentuk dinamika suasana hati dan pengalaman batin individu. Penelitian menunjukkan bahwa musik dapat berfungsi sebagai media nonverbal yang memungkinkan individu menyalurkan emosi yang sulit diungkapkan secara langsung, sekaligus menciptakan relaksasi psikologis. Proses mendengarkan musik secara terstruktur mampu menurunkan ketegangan emosional serta meningkatkan kesadaran diri terhadap kondisi batin (Zahrani et al., 2024). Dengan demikian, musik tidak hanya dipahami sebagai produk estetis, tetapi juga sebagai media refleksi diri dan komunikasi psikologis antara seniman dan pendengar.

Kajian sebelumnya telah menunjukkan keterkaitan antara musik dan proses emosional. Nika Arliani & Wiwid Adiyanto (2023) menemukan bahwa lirik lagu “Rehat” karya Kunto Aji merepresentasikan kecemasan serta upaya individu dalam mengelola ketakutan melalui penerimaan diri. Selain itu, Lestari & Saidi (2020) menjelaskan bahwa karya musik populer dapat dipahami sebagai teks semiotik yang membangun makna melalui kombinasi elemen visual, narasi, dan simbol emosional. Temuan tersebut menunjukkan bahwa musik memiliki potensi sebagai media representasi proses emosional dan pembentukan makna personal.

Dalam konteks budaya populer, musik juga merepresentasikan dinamika psikologis masyarakat modern. Lagu dengan tema kesedihan, kehilangan, dan kebas emosional semakin relevan dengan pengalaman generasi muda. Salah satu karya yang mencerminkan fenomena tersebut adalah lagu “Perayaan Mati Rasa” karya Umay Shahab ft. Natania Karin (2023). Lagu ini menggambarkan kondisi kehilangan makna, kelelahan batin, serta fase emotional numbness. Melalui lirik dan nuansa musikal yang melankolis, lagu ini merepresentasikan pengalaman individu yang mengalami kebas emosional, sekaligus mengarah pada proses penerimaan diri sebagai bagian dari emotional healing. Konsep “mati rasa” dalam lagu tersebut tidak hanya menunjukkan kelelahan emosional, tetapi juga merepresentasikan dinamika antara kehilangan dan penerimaan. Makna ini tidak dapat dipahami hanya secara literal, melainkan memerlukan pendekatan yang mampu mengungkap lapisan makna yang lebih dalam.

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah semiotika Roland Barthes, yang memandang tanda melalui dua tahap pemaknaan, yaitu denotasi dan konotasi. Denotasi merujuk pada makna literal, sedangkan konotasi berkaitan dengan makna implisit yang dipengaruhi oleh nilai, emosi, dan budaya. Pada tahap lanjut, makna tersebut dapat berkembang menjadi mitos yang merepresentasikan cara pandang masyarakat (Pebriyadi & Dewi, 2023). Meskipun penelitian mengenai musik dan kesehatan emosional telah banyak dilakukan, kajian yang secara khusus menganalisis representasi emotional healing dalam musik populer Indonesia dengan pendekatan semiotika Roland Barthes masih terbatas. Penelitian sebelumnya cenderung berfokus pada efek musik terhadap suasana hati atau makna umum, tanpa mengkaji konstruksi tanda secara mendalam.

Berdasarkan celah tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis bagaimana lagu “Perayaan Mati Rasa” membangun makna emotional healing melalui sistem tanda dalam lirik, melodi, dan interpretasi vokal. Pendekatan ini diharapkan mampu mengungkap bagaimana struktur simbolik dalam musik merepresentasikan proses penyembuhan emosional pada tingkat denotatif, konotatif, hingga mitos.

2. KAJIAN TEORITIS

Emotional Healing

Merujuk pada proses individu dalam mengenali, memahami, dan menerima emosi yang muncul akibat pengalaman hidup, termasuk tekanan psikologis. Penyembuhan emosional tidak selalu bersifat instan, melainkan berlangsung secara bertahap melalui refleksi diri dan penerimaan pengalaman hidup. Individu yang mampu melalui proses ini cenderung memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang lebih baik serta kemampuan adaptasi yang lebih tinggi terhadap tekanan kehidupan.

SDGS

Kesehatan mental menjadi isu global yang semakin mendapat perhatian, terutama pada remaja dan dewasa muda. *World Health Organization* (2023) mencatat bahwa tekanan sosial, akademik, dan digital berkontribusi terhadap meningkatnya stres emosional. Kesehatan mental tidak hanya berkaitan dengan kondisi individu, tetapi juga dipengaruhi oleh lingkungan sosial dan budaya. Hal ini sejalan dengan *Sustainable Development Goals* (SDGs) poin ke-3 tentang *Good Health and Well-being*, yang menekankan pentingnya kesejahteraan fisik dan mental sebagai bagian dari pembangunan berkelanjutan.

Budaya Populer

Budaya ini mencakup berbagai produk dan praktik yang mudah diakses, diproduksi secara massal, serta memiliki daya tarik yang tinggi bagi khalayak. Menurut Storey (2009), budaya populer tidak hanya berkaitan dengan hiburan, tetapi juga mencerminkan nilai, ideologi, dan dinamika sosial yang terjadi dalam masyarakat. Dalam kajian komunikasi, budaya populer dipandang sebagai ruang produksi dan reproduksi makna. Setiap bentuk teks dalam budaya populer, seperti film, musik, media sosial, maupun karya visual lainnya, mengandung pesan yang dibentuk melalui simbol dan tanda. Makna yang dihasilkan tidak bersifat tunggal, melainkan terbuka terhadap berbagai interpretasi yang dipengaruhi oleh latar belakang sosial dan budaya audiens. Hal ini menunjukkan bahwa budaya populer berperan dalam membentuk cara pandang masyarakat terhadap suatu fenomena.

Peran Media

Media memiliki peran penting dalam membentuk pengalaman emosional individu. Tidak hanya sebagai sarana informasi, media juga berfungsi sebagai ruang representasi emosi dan pengalaman manusia. Konten yang disajikan dalam media dapat memengaruhi cara individu memahami dirinya maupun lingkungan sosialnya. Dalam konteks ini, media dapat menjadi sarana katarsis, yaitu proses pelepasan emosi melalui pengalaman simbolik. Selain itu, media juga dapat memunculkan empati, di mana individu merasa terhubung dengan pengalaman yang direpresentasikan.

Music dan Identitas

Musik berperan dalam pembentukan identitas diri individu. Musik memungkinkan seseorang untuk merekonstruksi pengalaman hidup serta mengekspresikan perasaan yang sulit diungkapkan secara verbal. DeNora (2000) Melalui musik, individu dapat membangun narasi personal tentang dirinya, sehingga musik tidak hanya menjadi konsumsi hiburan, tetapi juga bagian dari proses refleksi diri. Teori ini menunjukkan bahwa pengalaman mendengarkan musik berkaitan erat dengan pembentukan makna personal dan sosial.

Semiotika

Semiotika merupakan pendekatan yang digunakan untuk menganalisis tanda dan makna dalam berbagai bentuk komunikasi. Dalam perspektif ini, setiap pesan dipahami sebagai sistem tanda yang mengandung arti tertentu. Ferdinand de Saussure menyatakan bahwa tanda terdiri dari dua unsur utama, yaitu penanda (*signifier*) dan petanda (*signified*), yang saling berkaitan dalam membentuk makna. Pendekatan semiotika memungkinkan peneliti untuk mengkaji bagaimana makna diproduksi, disampaikan, dan diinterpretasikan oleh audiens. Oleh karena itu, semiotika banyak digunakan dalam analisis teks budaya, media, dan komunikasi

visual maupun nonverbal. Roland Barthes mengembangkan teori semiotika dengan menekankan dua tingkat pemaknaan, yaitu denotasi dan konotasi. Denotasi merupakan makna literal atau makna pertama yang bersifat langsung, sedangkan konotasi adalah makna kedua yang terbentuk dari pengalaman, nilai, dan budaya masyarakat. Barthes juga memperkenalkan konsep mitos sebagai sistem tanda tingkat lanjut yang berfungsi menyampaikan ideologi atau cara pandang tertentu yang dianggap wajar oleh masyarakat.

3. METODE PENELITIAN

Pendekatan semiotika digunakan untuk memahami makna yang terkandung dalam teks, baik secara visual maupun tekstual, sebagai suatu sistem tanda yang tidak bersifat netral. Dalam konteks ini, elemen-elemen dalam teks budaya dipandang sebagai medium komunikasi yang membawa nilai ideologis serta membentuk cara audiens dalam memaknai suatu representasi. Tanda tidak hanya berfungsi secara estetis, tetapi juga mengandung pesan simbolik yang berkaitan dengan konteks sosial dan emosional (Dewi et al., 2019). Dengan mengungkap makna yang terkandung dalam lirik dan unsur musikal lagu “Perayaan Mati Rasa” melalui tiga tahapan pemaknaan, yaitu denotasi, konotasi, dan mitos. Proses analisis dilakukan dengan mengamati objek secara mendalam, mengidentifikasi elemen-elemen yang muncul secara berulang, serta menyusunnya ke dalam struktur tanda yang dapat diinterpretasikan. Pengumpulan data dilakukan melalui observasi langsung terhadap objek penelitian. Peneliti mendengarkan lagu secara berulang untuk menangkap detail musikal seperti tempo, melodi, warna vokal, dinamika suara, serta suasana emosional yang terbentuk. Selain itu, lirik lagu dianalisis secara mendalam untuk mengidentifikasi pilihan kata, pengulangan, serta gaya bahasa yang berpotensi menghasilkan makna simbolik.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Bagian ini menyajikan temuan analitik terhadap lagu “Perayaan Mati Rasa” melalui proses analisis semiotik yang dibingkai dalam tiga tahap yang eksplisit: (i) pemecahan lirik, (ii) pembacaan tanda (interpretasi tanda-penanda), dan (iii) tafsir & mitos (membawa ke ranah makna budaya/mitos). Langkah-langkah ini dimulai dari segmentasi teks, analisis tanda menggunakan kerangka Roland Barthes, lalu diangkat ke level mitos/ideologis agar dapat menjawab pertanyaan penelitian tentang bagaimana lagu merepresentasikan proses *emotional healing*. Pendekatan ini dipilih karena tujuan penelitian bukan menghitung frekuensi, melainkan menafsirkan makna simbolik yang kompleks dalam teks musikal dan liriknya.

Komposisi lirik dan adegan video musik merepresentasikan berbagai realitas kehidupan manusia yang berkaitan dengan isu kesehatan mental, sehingga terdapat *signifier* (penanda) dan *signified* (petanda) dari pengalaman gangguan kesehatan mental yang diperlihatkan kedua lagu tersebut. (Pebriani & Wirawanda, 2024)

Lagu ini diposisikan sebagai teks kultural yang merepresentasikan proses emotional healing, terutama pada fase *emotional numbness*, yang banyak dialami individu saat menghadapi kehilangan, kelelahan emosional, atau pergulatan batin yang berkepanjangan. Pembacaan tanda menunjukkan bahwa pengalaman “mati rasa” dalam lagu ini tidak dimaknai sebagai kondisi pasif, tetapi sebagai mekanisme bertahan dan transit menuju penerimaan. Sementara itu, struktur naratif lagu memperlihatkan perjalanan psikis dari pelepasan, hingga pembentukan identitas emosional baru.

Pendekatan semiotika Roland Barthes membuka cara membaca teks lagu pada tiga lapisan makna: denotatif sebagai makna literal atau pengalaman permukaan teks, konotatif sebagai makna yang muncul melalui asosiasi emosional atau kultural terhadap tanda, dan mitos sebagai makna ideologis yang bekerja secara implisit dalam struktur budaya tertentu. Studi semiotik lagu-lagu populer telah menunjukkan bahwa model analisis Barthes ini efektif dalam menelusuri hubungan antara tanda, makna personal, dan konstruksi kultural yang lebih luas (Anjelika, 2025).

Pemecahan Lirik

Pada tahap ini, lirik dipecah menjadi empat klaster besar berdasarkan keterhubungan tema, mood, dan perubahan posisi emosional penutur.

Klaster Kebaruan Emosi & Pulang

Leksia:

“Kala mata t’lah menghunuskan
Arti pulang jadi hal yang berarti
Dan ku harus melepasmu
Dengan sederhana di te ngah
Gempitanya perayaan mati rasa”

Makna implisit

Klaster ini membentuk pondasi emosional lagu. Kata “menghunuskan” mengindikasikan tindakan melukai mewakili rasa sakit yang tajam dan tiba-tiba. Pada level bahasa, diksi ini bukan hanya metafora rasa perih, tetapi juga simbol intrusi emosional: momen ketika realitas kehilangan menghantam subjek. Konsep “pulang” digeser dari makna spasial menjadi makna eksistensial, yakni kembali pada akhir, takdir, atau titik asal. Ketika “arti

pulang” menjadi “hal yang berarti”, narasi beralih ke pengalaman dekat dengan kepergian. Frasa “harus melepasmu dengan sederhana” menunjukkan strategi koping emosional: kesederhanaan sebagai bentuk merelakan tanpa dramatisasi. Sementara “gempita perayaan mati rasa” mengandung ironi. Kata “gempita”, yang biasanya menunjuk pada kebisingan atau perayaan riuh, justru dipasangkan dengan konsep “mati rasa”. Leksia ini menandakan paradoks: ketika emosi terlalu penuh, justru menyebabkan kebas emosional.

Klaster Transisi Kehilangan

Leksia

“Bila waktunya langit memanggilmu

Pulang, wahai mentari

Jangan kau risau

Semesta bersamamu”

Makna implisit

Menampilkan perubahan posisi subjek dari yang terdampak menjadi yang memberi restu. Ada pergeseran dari “aku” yang mengalami kehilangan menjadi “aku” yang memastikan kepergian dapat diterima secara spiritual. Frasa “langit memanggilmu” menandakan transendensi: sebuah kematian metaforis atau kepergian batin seseorang dari kehidupan emosional subjek. Penyebutan “mentari” memberi personifikasi terhadap figur yang dilepas simbol cahaya, kehangatan, dan pusat kehidupan emosional. Ungkapan “semesta bersamamu” memperluas konteks kehilangan dari personal ke kosmis. Ini menandakan bentuk penerimaan yang lebih dewasa: kehilangan tidak lagi dilihat sebagai kegagalan pribadi, melainkan bagian dari siklus besar kehidupan.

Klaster Katarsis & Memori Tubuh

Leksia

“Biarkan rebah pada tangisku

Raga, rasa kita yang lalu

Melepas itu caraku mencintaimu

Masih nyala dalam dekapku

Semua asa yang kita rengkuh”

Makna implisit

Pada bagian ini, tema katarsis muncul secara eksplisit. Kata “rebah” yang dipasangkan dengan “tangisku” menciptakan citraan tubuh yang menyerah namun tidak pasif. Ini adalah pelampiasan emosi yang terkendali proses terapeutik dalam memahami rasa kehilangan.

“Raga, rasa kita yang lalu” menjadi penanda bahwa tubuh menyimpan memori emosional. Konsep memori tubuh ini mengingatkan bahwa pengalaman bersama tidak hilang, melainkan tertanam. Frasa “melepas itu caraku mencintaimu” memunculkan logika paradoks: cinta diwujudkan bukan dengan mempertahankan, tetapi dengan merelakan. Dalam struktur lagu, ini adalah titik refleksi paling matang. “Masih nyala dalam dekapku” menggambarkan bahwa meskipun hubungan telah berubah, nilai emosionalnya tetap hidup. Ada kesinambungan antara masa lalu dan masa kini.

Klaster Pelayaran & Kesaksian Kehilangan

Leksia

“Biar aku berlayar (‘tuk menemukanmu)

Ke mana pun ku pergi

Kehilangan ini menjadi saksi

Hanya namamu doaku”

Makna implisit

Bagian ini bergerak dari pelepasan menuju perjalanan batin. “Berlayar” menjadi metafora universal untuk proses pencarian diri. Subjek tidak benar-benar mencari orang yang hilang, tetapi mencari versi dirinya yang baru setelah kehilangan.

Frasa “kehilangan ini menjadi saksi” menunjukkan bahwa kehilangan bukan hanya fakta emosional, tetapi pengalaman formasional titik perubahan identitas. Penutup “hanya namamu doaku” memperlihatkan residu emosional yang tetap melekat, sebuah bentuk afeksi yang tidak lagi menuntut balasan.

Pembacaan Tanda

Lirik lagu dapat merepresentasikan kondisi emosional individu, seperti kesendirian dan refleksi diri, melalui penggunaan metafora dan simbol bahasa. Analisis semiotika mengungkap bahwa tanda pengalaman personal dalam lirik tidak berdiri sendiri, melainkan berkelindan dengan pengalaman emosional kolektif pendengarnya. Denotasi dipahami sebagai makna literal atau representasi langsung dari tanda, sedangkan konotasi merujuk pada muatan makna kedua yang bersifat kultural, emosional, dan simbolik. (Ratunis Pradita, 2020)

Pembacaan tanda ini bertujuan mengidentifikasi bagaimana lagu “Perayaan Mati Rasa” membangun representasi pengalaman psiko-emosional kehilangan dan proses pelepasan diri secara perlahan.

Analisis dilakukan dengan memperhatikan struktur naratif lirik, pilihan diksi, dan asosiasi emosional yang muncul dari kombinasi kata. Setiap leksia diperlakukan sebagai satuan

tanda: ia memiliki permukaan makna yang dapat dibaca secara literal, tetapi juga memuat jejaring makna yang mengarah pada pembentukan pengalaman emosional tertentu.

Tabel 1. (Leksia 1.1)

Leksia	Denotasi	Konotasi
“Kala mata t’lah menghunuskan	Mata yang “menghunus”, seperti menajam atau menusuk.	Ketegangan emosional yang menyakitkan; munculnya momen konfrontatif terhadap perasaan sendiri.
“Arti pulang jadi hal yang berarti”	Pulang sebagai pilihan.	Kebutuhan akan pemulihan batin, mencari tempat aman secara emosional.
“Dan ku harus melepasmu / Dengan sederhana”	Melepaskan seseorang dengan cara yang ikhlas.	Bentuk cinta yang dewasa; pelepasan bukan karena hilang rasa, tetapi karena kesadaran.
“Gempitanya perayaan mati rasa”	Suasana gemuruh dalam “perayaan mati rasa”.	Ironi emosional: kelebatan emosi yang justru berujung pada kebas; kondisi jenuh mental yang sering dialami generasi muda.

Memperlihatkan konflik batin yang ditandai oleh metafora “mata menghunuskan”. Secara denotatif, frasa ini menunjuk pada sensasi tajam, namun secara konotatif ia membangun citra tentang luka emosional yang mendadak. Hal ini berhubungan dengan tema “pulang” yang diberi makna lebih dalam: bukan sekadar pulang fisik, tetapi pemulihan psikologis. Sementara itu, frasa “perayaan mati rasa” mengandung ironi. Secara denotatif, perayaan adalah sesuatu yang meriah, tetapi pada tingkat konotasi justru menunjukkan absurditas generasi yang merayakan kebas emosional sebagai mekanisme bertahan.

Tabel 2. (Leksia 1.2)

Leksia	Denotasi	Konotasi
“Bila waktunya langit memanggilmu”	Memanggil seseorang untuk kembali.	Pasrah akan takdir; merelakan kepergian.
“Pulang wahai mentari”	Memanggil “Mentari” untuk pulang.	Sosok yang dilepas sebagai pusat cahaya, harapan, atau energi hidup.
“Jangan kau risau, semesta bersamamu	Penutur menenangkan bahwa semesta akan bersama orang tersebut.	kehilangan sebagai bagian dari siklus kehidupan.

Klaster ini menggeser posisi penutur dari pihak yang terluka menjadi pihak yang merelakan. “Langit memanggilmu” pada tingkat denotasi berbicara tentang panggilan menuju tempat asal, namun secara konotatif menyiratkan kematian, kepergian, atau perpisahan

permanen. Figur “mentari” juga menunjukkan bahwa sosok yang dilepas memiliki fungsi vital dalam hidup penutur. Menggambarkan transisi emosional: dari keterikatan ke keteguhan hati untuk merelakan.

Tabel 3. (Leksia 1.3)

Leksia	Denotasi	Konotasi
“Biarkan rebah pada tangisku”	Membiarkan diri bersandar pada tangisan	Pengakuan bahwa kesedihan adalah bagian dari cinta.
“Raga, rasa kita yang lalu”	Tubuh dan rasa yang pernah dimiliki bersama..	Jejak emosional yang menetap.
“Melepas itu caraku mencintaimu”	Melepaskan sebagai bentuk cinta.	Pengorbanan emosional; cinta yang tidak lagi bersifat memiliki.
“Masih nyala dalam dekapku”	Sesuatu masih ada dalam pelukan.	keterhubungan emosional yang tak padam.

Merepresentasikan fase katarsis, yakni ketika kesedihan tidak lagi dihindari tetapi dihadapi. Tangisan secara denotatif adalah keluarnya air mata, namun secara konotatif ia menjadi simbol pelepasan tekanan batin. “Raga, rasa” menghadirkan memori tubuh yang menandakan bahwa pengalaman emosional tidak hilang meski ikatan sudah terputus. Pernyataan “melepas itu caraku mencintaimu” memuat nilai cinta altruistik yang menempatkan kesejahteraan orang lain sebagai prioritas.

Tabel 4. (Leksia 1.4)

Leksia	Denotasi	Konotasi
“Biar aku berlayar tuk menemukanmu”	Penutur ingin berlayar mencari seseorang.	Pencarian makna; usaha memahami kehilangan.
“Ke mana pun ku pergi”	Penutur pergi ke berbagai tempat	Jejak emosional yang menetap.
“Kehilangan ini menjadi saksi”	Kehilangan sebagai bukti cinta	pengalaman emosional yang membentuk diri.
“Hanya namamu doaku”	Nama itu doa penutur.	Cinta yang menetap.

Memperlihatkan pergeseran dari penerimaan menuju kontemplasi diri. Secara denotatif, pelayaran adalah perjalanan fisik, tetapi secara konotatif ia melambangkan pencarian identitas setelah kehilangan. Pernyataan bahwa “kehilangan menjadi saksi” memperlihatkan bahwa rasa hilang tidak hanya menyakitkan, tetapi juga membentuk penutur sebagai subjek emosional yang baru. Penyebutan “nama sebagai doa” menegaskan bahwa ikatan emosional mengalami transformasi menjadi afeksi yang lebih spiritual dan tidak menuntut kehadiran fisik. Setiap frasa dalam lagu “Perayaan Mati Rasa” menghasilkan lanskap makna yang kompleks. Denotasi memberikan struktur dasar narasi, sementara konotasi membuka lapisan emosional

yang menggambarkan siklus kehilangan dimulai dari rasa sakit awal, proses merelakan, katarsis, hingga kontemplasi identitas.

Tafsir & Mitos

Pada tataran mitos, lirik lagu berfungsi sebagai media pembentuk makna ideologis yang menormalisasi nilai-nilai tertentu dalam kehidupan emosional manusia. Melalui mitos, pengalaman personal seperti kehilangan, kesendirian, dan kerinduan diposisikan sebagai bagian dari perjalanan hidup yang bermakna. (Sri Kusumawati et al., 2019)

Mitos tentang Pelepasan sebagai Bentuk Cinta

Dalam lirik seperti “Arti pulang jadi hal yang berarti ... Dan ku harus melepasmu ...”, terdapat konstruksi ideologis bahwa cinta sejati tidak selalu menuntut kesatuan fisik atau kehadiran. Melainkan, ada pemahaman bahwa pelepasan justru merupakan ekspresi cinta yang paling dewasa.

Berdasarkan analisis mitos Barthes, pelepasan diposisikan sebagai tindakan heroik emosional, bukan sekadar kehilangan, melainkan sebagai sebuah transformasi nilai kasih: mengasihinya artinya merelakan. Mitos ini menginternalisasikan ideologi bahwa kedewasaan emosional diwujudkan melalui kemampuan melepaskan sebuah nilai kultural dalam masyarakat modern yang menghadapi konflik antara keinginan berpegangan dan kebutuhan untuk berdamai dengan kehilangan.

“Mati Rasa” sebagai Mekanisme Bertahan

Kata “perayaan mati rasa” memberi konotasi paradoks: “mati rasa” tidak berarti hampa atau nihil, melainkan sebuah kondisi yang perlu dirayakan. Makna ideologis: kebas emosional bukanlah kegagalan dalam merasakan, tapi strategi bertahan ketika perasaan terlalu intens atau menyakitkan. Mitos ini bisa dilihat sebagai narasi modern generasi muda: daripada terus-menerus menderita akibat trauma emosional, manusia kini “merayakan” kebisuan batin sebagai mekanisme protektif. Resonan dengan bagaimana budaya pop dan media merepresentasikan kesehatan mental menjadi semacam simbol kekuatan, bukan kelemahan.

Alam sebagai Legitimasi Kehilangan

Referensi kosmik (“langit”, “mentari”, “semesta”) menempatkan kehilangan ke dalam skema yang lebih besar dan universal. Ini mengandung ideologi bahwa manusia tidak sepenuhnya mengendalikan takdirnya; rasa sakit dipandang sebagai bagian dari tatanan hidup. Dari perspektif Barthes, alam (“semesta”) digunakan sebagai panggung naratif yang merasionalisasi penderitaan manusia menjadikan kehilangan sebagai sesuatu yang “alami”,

melekat dalam struktur eksistensi universal, dan bukan semata kesalahan, kegagalan, atau kehampaan individual.

Mitos tentang Kehilangan sebagai Identitas Baru

Dalam lirik “Kehilangan ini menjadi saksi, Hanya namamu doaku”, kehilangan bukan hanya peristiwa emosional, tetapi juga identitas (“saksi”), dan doa sebagai wujud komitmen spiritual terhadap objek yang dirindukan. Ideologinya: kehilangan dipandang sebagai fase penting dalam perjalanan identitas. Kehilangan tidak menandakan kegagalan cinta tetapi justru menjadi simbol pertumbuhan dan kontinuitas membentuk diri baru yang berakar pada kenangan dan doa. Menegaskan gagasan bahwa kehilangan menciptakan makna dan memberi kedalaman eksistensial, bukan sekadar kekosongan.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa lagu “Perayaan Mati Rasa” karya Umay Shahab mengandung representasi pengalaman kehilangan dan proses pemulihan emosi yang diartikulasikan melalui struktur tanda dalam liriknya. Melalui analisis semiotika Roland Barthes, diperoleh tiga temuan utama. Hasil pemecahan lirik memperlihatkan bahwa teks lagu tersusun atas beberapa leksia yang membentuk alur emosional mulai dari ketegangan, pelepasan, hingga penerimaan. Pembacaan tanda menunjukkan bahwa elemen-elemen linguistik dan citraan yang muncul menghasilkan makna denotatif mengenai pengalaman kehilangan, sementara konotasinya mengarah pada pemaknaan tentang kerentanan, ketahanan, serta dinamika refleksi diri. Pada level mitos, lagu ini membangun konstruksi ideologis mengenai pelepasan sebagai bentuk kedewasaan emosional, “mati rasa” sebagai mekanisme bertahan, serta kehilangan sebagai bagian dari pembentukan identitas. Temuan ini menegaskan bahwa pendekatan semiotika Roland Barthes dapat membantu mengidentifikasi lapisan makna yang bekerja dalam teks musik dan memberikan pemahaman mengenai praktik representasi dalam budaya populer.

Bagi praktisi kreatif, khususnya musisi dan penulis lirik, penelitian ini dapat menjadi referensi dalam memahami bahwa karya musik tidak hanya berfungsi sebagai hiburan, tetapi juga sebagai medium komunikasi emosional yang memiliki dampak psikologis. Pengolahan tanda dan narasi dalam lirik dapat dimanfaatkan secara lebih sadar untuk menyampaikan pesan yang relevan dengan pengalaman emosional masyarakat.

DAFTAR REFERENSI

- Arliani, N., & Adiyanto, W. (2023).(2015). Representasi kecemasan dalam lirik lagu “Rehat” Kunto Aji Analisis semiotika Ferdinand de Saussure. *Journal of SocialScience Research*, 3(3), 2808–2821. <https://jinnovative.org/index.php/Innovative/article/view/2052/1717>
- Allyssa, J. P., Malik, R., & Drew, C. (2023). Pengaruh musik terhadap kesehatan mental pada mahasiswa Universitas Tarumanagara Angkatan 2020. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4(3), 1889–1896.
- Ardita, R., & Yudha, W. (2024). Representasi pesan kesehatan mental pada lagu “Tutur Batin”. *Jurnal Komunikasi Nusantara*, 6(1), 61–71. <https://jkn.unitri.ac.id/index.php/jkn/article/view/473>
- Badan Pusat Statistik. (2023). Statistik pemuda Indonesia 2023. Jakarta: BPS. Available at: <https://www.bps.go.id>, diakses tanggal 22 Januari 2026.
- Pranita, E. (2022). Kesehatan Mental Remaja Jadi Sorotan di Era Digital. *Kompas*, 10 Oktober, 5.
- Sari, N. (2022). Pentingnya Kesadaran Kesehatan Mental di Kalangan Remaja. *Media Indonesia*, 5 November, 6.
- Utami, D. (2021). Musik Jadi Terapi Emosional di Tengah Pandemi. *Tempo*, 12 April, 44.
- World Health Organization. (2023). Adolescent mental health. Geneva: WHO. Available at: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>, diakses tanggal 23 Januari 2026.
- VOI. (2025). Makna lagu Perayaan Mati Rasa dan pesan emosional di liriknya. Available at: <https://voi.id/ja/amp/502153>, diakses tanggal 22 Januari 2026.
- Media Indonesia. (2025). Makna lagu Perayaan Mati Rasa: lirik, chord, dan fakta menarik di baliknya. Available at: <https://mediaindonesia.com/hiburan/806493/makna-lagu-perayaan-mati-rasa-lirik-chord-dan-fakta-menarik-di-baliknya>, diakses tanggal 22 Januari 2026.
- Kumpanan. (2024). Makna lagu Perayaan Mati Rasa yang viral di TikTok. Available at: <https://kumpanan.com/berita-hari-ini/makna-lagu-perayaan-mati-rasa-yang-viral-di-tiktok-22Z8HfgnTwq>, diakses tanggal 22 Januari 2026.
- Anjelika, S. (2025). Semiotic analysis of song lyrics entitled “Nanti Kita Seperti Ini”. *Jurnal Penelitian Humaniora*, 30(1), 46–54. <https://doi.org/10.21831/hum.v30i1.80841>
- Nafis, A.M. (2024). Musik dan representasi emosi negatif (Analisis semiotika Roman Jakobson). *Jurnal Ilmu Komunikasi*, 12(1), 45–58. <https://dspace.uii.ac.id/handle/123456789/53965>.
- Pebriyadi, D., & Dewi, A. K. (2023). Penerapan semiotika dalam Tari Topeng Klana Cirebon. *Senada: E-Proceeding Arsitektur FAD Itenas Bandung*, 3(1), 81–91. <https://eproceeding.itenas.ac.id/index.php/senada/article/view/2824>

- Ira, W., & Meirina, L. (2020). Kajian semiotika video musik berjudul “Instagram” oleh Dean. *Jurnal Barik*, 1(1), 83–97. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/JDKV/article/view/35650>
- Kusumawati, D., Rahayu, A., & Fitriana, D. (2021). Makna lirik lagu “Rembulan”: Analisis semiotika Roland Barthes. *Klitika: Jurnal Kajian Bahasa dan Sastra*, 476–488. <https://journal.univetbantara.ac.id/index.php/klitika/article/view/476>
- Tsalisa, M., Ulin, N., & Ayu, F. (2024). Upaya menumbuhkan kesehatan mental melalui music therapy dalam mengatasi kecemasan. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 8(3), 1884–1892. <https://journal.upy.ac.id/index.php/bk/article/view/5556/3888>
- Ratunis, G. P. (2021). Representasi makna kesendirian pada lirik lagu “Ruang Sendiri” karya Tulus. *Jurnal Penelitian Humaniora*, 25(2), 50–58. <https://journal.uny.ac.id/index.php/humaniora/article/view/37830>
- Dewi, A. K. (2019). Kajian pakaian sebagai pesan dalam film: Studi kasus kostum karakter Kylo Ren dalam film *Star Wars: The Force Awakens*. *Wimba: Jurnal Komunikasi Visual*, 10(1), 10–25. <https://doi.org/10.5614/jkvw.2019.10.1.2>
- Lestari, S. K. (2020). Semiotics “Love Myself Campaign” BTS Korean boyband (Case study: “Epiphany” comeback trailer video). *Wimba: Jurnal Komunikasi Visual*, 11(2), 25–37. <https://doi.org/10.5614/jkvw.2020.11.2.3>