

**REPRESENTASI TRAUMA PSIKOLOGIS DALAM ALBUM LAGU NADIN
AMIZAH: KAJIAN PSIKOLOGI SASTRA**

**Indah Sulmayanti¹, Hesti Novita Sari², Ismawati³, Jeni Nilawati⁴,
Jessica Dwi Astuty⁵, Diza Ramadani⁶**

Universitas Nurul Huda

e-mail: Indah81@unuha.ac.id, hestinovita2607@gmail.com, iw285244@gmail.com,
jeninilawati982@gmail.com, jessicaabigailjoe@gmail.com, dizaramadani570@gmail.com.

Diterima: 17/06/2026; Direvisi: 27/07/2026; Diterbitkan: 13/09/2026

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji representasi trauma psikologis yang terdapat dalam lirik lagu karya Nadin Amizah melalui perspektif psikologi sastra. Kajian ini didasarkan pada fenomena banyaknya lirik lagu Nadin Amizah yang mengekspresikan berbagai pengalaman emosional, seperti luka batin, kehilangan, kesendirian, serta konflik psikologis yang disampaikan melalui bahasa yang puitis dan sarat makna. Penelitian menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan deskriptif untuk menggambarkan secara mendalam bentuk-bentuk trauma psikologis yang muncul dalam lirik lagu. Data penelitian berupa kata, frasa, dan kalimat yang terdapat dalam lagu *Bertaut*, *Rumpang*, *Sorai*, *Paman Tua*, dan *Seperti Tulang* yang menunjukkan indikasi trauma psikologis. Pengumpulan data dilakukan melalui teknik simak dan catat, sedangkan proses analisis data menggunakan pendekatan psikologi sastra sebagai landasan interpretasi. Melalui pendekatan tersebut, peneliti berupaya memahami keterkaitan antara unsur sastra dalam lirik lagu dengan kondisi psikologis yang direpresentasikan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa lirik lagu karya Nadin Amizah memuat beragam bentuk trauma psikologis, di antaranya trauma eksistensial, trauma akibat kehilangan, kesepian emosional, keterasingan sosial, tekanan hidup, konflik batin, serta trauma yang berlangsung dalam jangka waktu panjang. Berbagai bentuk trauma tersebut direpresentasikan melalui pemilihan diksi yang ekspresif, penggunaan metafora, serta ungkapan emosional yang mendalam. Selain menampilkan pengalaman penderitaan psikologis, lirik-lirik tersebut juga menggambarkan proses penerimaan diri, kebutuhan akan kasih sayang dan dukungan emosional, serta upaya individu dalam mencapai pemulihan psikologis. Oleh karena itu, penelitian ini menegaskan bahwa lirik lagu tidak hanya berfungsi sebagai karya seni dan media hiburan, tetapi juga sebagai sarana representasi pengalaman psikologis manusia yang kaya akan makna emosional dan nilai sastra.

Kata Kunci: Trauma Psikologis, Psikologi Sastra, Lirik lagu, Nadin Amizah, Representasi trauma.

ABSTRACT

This study aims to examine the representation of psychological trauma in the song lyrics of Nadin Amizah through a literary psychology perspective. The research is motivated by the presence of numerous lyrics in Nadin Amizah's songs that express emotional experiences such as inner wounds, loss, loneliness, and psychological conflicts through poetic and meaningful language. This study employs a qualitative method with a descriptive approach to provide an in-depth analysis of the forms of psychological trauma represented in the lyrics. The research data consist of words, phrases, and sentences found in the songs *Bertaut*, *Rumpang*, *Sorai*,



Paman Tua, and *Seperti Tulang* that indicate the presence of psychological trauma. Data were collected using observation and note-taking techniques, while the data analysis was conducted through a literary psychology approach. This approach enabled the researcher to explore the relationship between the literary elements of the lyrics and the psychological conditions they represent. The findings reveal that Nadin Amizah's song lyrics portray various forms of psychological trauma, including existential trauma, trauma caused by loss, emotional loneliness, social alienation, life pressures, inner conflicts, and prolonged trauma. These forms of trauma are represented through expressive diction, metaphorical language, and profound emotional expressions. In addition to depicting psychological suffering, the lyrics also illustrate processes of self-acceptance, the need for affection and emotional support, and efforts toward psychological healing. Therefore, this study confirms that song lyrics function not only as artistic and entertainment media but also as a means of representing human psychological experiences enriched with deep emotional meaning and literary value.

Keywords: psychological trauma, literary psychology, song lyrics, Nadin Amizah, representation of trauma.

PENDAHULUAN

Sastra merupakan salah satu jenis ungkapan manusia yang bukan hanya berperan sebagai media penyampaian nilai-nilai estetis, tetapi juga sebagai media untuk merepresentasikan berbagai pengalaman batin yang kompleks, termasuk pengalaman yang bersifat traumatis. Melalui rangkaian kata dan kalimat yang sederhana, karya sastra memiliki kemampuan untuk menyampaikan makna yang mendalam serta menggambarkan kondisi emosional dan psikologis manusia secara efektif. Kekuatan utama sastra terletak pada kemampuannya mengolah bahasa sehingga pengalaman, perasaan, dan pemikiran yang abstrak dapat dipahami dan dirasakan oleh pembaca (Miller, 2011). Dalam perspektif ini, karya sastra, termasuk lirik lagu, dapat menjadi media yang memungkinkan individu mengungkapkan pengalaman psikologis yang mendalam, khususnya luka batin yang sulit disampaikan secara langsung dalam kehidupan sehari-hari. Sebagai bagian dari sastra modern, lirik lagu bukan hanya berfungsi sebagai sarana hiburan, tetapi juga dapat dipandang sebagai karya sastra karena memuat aspek ekspresi artistik, penggunaan bahasa yang puitis, serta kandungan makna yang kompleks dan mendalam. Melalui unsur-unsur tersebut, lirik lagu mampu merepresentasikan berbagai pengalaman emosional dan refleksi kehidupan manusia secara lebih luas (Girsang, 2026). Sebagai salah satu jenis karya sastra modern, lirik lagu memiliki kemampuan dalam merepresentasikan berbagai pengalaman subjektif manusia melalui penggunaan bahasa yang sarat makna dan nilai emosional. Melalui unsur simbolik dan puitis yang terkandung di dalamnya, lirik lagu mampu menggambarkan beragam kondisi psikologis, seperti konflik batin, pengalaman kehilangan, hingga penderitaan emosional secara mendalam. Oleh karena itu, karya sastra sering dimanfaatkan sebagai sarana untuk memahami dinamika kejiwaan individu, baik yang tercermin melalui pengalaman pengarang maupun melalui representasi yang terdapat dalam karya tersebut.

Melalui kajian psikologi sastra, trauma psikologis merupakan salah satu fenomena yang banyak mendapat perhatian karena berkaitan dengan pengalaman batin manusia yang kompleks. Trauma tidak hanya dimaknai sebagai dampak dari cedera fisik, tetapi juga sebagai luka psikis yang meninggalkan pengaruh mendalam terhadap pikiran, perasaan, dan kesadaran individu. Pengalaman traumatis umumnya muncul akibat peristiwa yang menyakitkan, seperti kehilangan orang yang dicintai, perpisahan, kekerasan emosional, maupun berbagai tekanan





hidup lainnya. Dalam karya sastra, pengalaman tersebut sering direpresentasikan melalui penggunaan simbol, metafora, serta bentuk narasi yang mencerminkan kondisi psikologis tertentu.

Lirik sebagai unsur verbal dalam sebuah lagu berfungsi sebagai media penyampaian pesan, gagasan, dan emosi. Penyusunan lirik dilakukan melalui pemilihan kata yang cermat dan terencana untuk mengekspresikan pemikiran, perasaan, serta pengalaman yang ingin disampaikan oleh penciptanya. Dengan karakteristik tersebut, lirik lagu bukan hanya berperan sebagai pelengkap musikal, tetapi juga sebagai media pengungkapan perasaan yang mampu menghadirkan makna mendalam dan merefleksikan berbagai realitas kehidupan manusia. (Hanifah & Yanuarsih, 2026.) Dalam konteks tersebut, karya sastra dapat berfungsi sebagai media reflektif yang memungkinkan individu menafsirkan kembali, memahami, dan mengonstruksi ulang pengalaman-pengalaman traumatis yang pernah dialami. Melalui bahasa dan simbol yang digunakan, karya sastra mampu menghadirkan representasi berbagai pengalaman psikologis yang sulit diungkapkan secara langsung.

Pada perkembangan musik Indonesia kontemporer, karya-karya Nadin Amizah menunjukkan kecenderungan yang kuat dalam mengangkat tema-tema emosional yang berkaitan dengan luka emosional, kehilangan, kerinduan, serta proses penyembuhan diri. Lirik-lirik yang ditulisnya tidak hanya menampilkan keindahan bahasa yang puitis, tetapi juga mengandung makna psikologis yang mendalam. Beberapa lagu, seperti *Bertaut* (2020), *Rumpang* (2026), *Paman Tua* (2020), *Sorai* (2019), dan *Seperti Tulang* (2026), menggambarkan berbagai pengalaman emosional yang direpresentasikan melalui pilihan kata yang sederhana namun kaya akan nilai makna dan emosi. Melalui lagu-lagu tersebut, pengalaman kehilangan, kesepian, konflik batin, dan trauma psikologis dihadirkan secara kuat sehingga mampu membangun kedekatan emosional dengan pendengarnya.

Pada dasarnya, manusia tidak dapat terlepas dari berbagai permasalahan kehidupan yang muncul dalam berbagai bentuk dan tingkat kompleksitas. Setiap individu menghadapi tantangan yang berbeda-beda, baik yang berkaitan dengan hubungan sosial, interaksi dengan lingkungan, maupun hubungan dengan Tuhan sebagai pencipta. Beragam pengalaman tersebut sering kali memunculkan tekanan emosional dan konflik psikologis yang kemudian menjadi bagian dari dinamika kehidupan manusia serta dapat terefleksikan dalam berbagai bentuk karya sastra, termasuk lirik lagu (Harusu et al., 2024). Analisis terhadap lirik lagu-lagu tersebut menunjukkan bahwa representasi trauma psikologis tidak selalu disampaikan secara eksplisit, melainkan kerap diwujudkan melalui penggunaan simbol, metafora, serta konstruksi naratif yang kaya makna. Karena itu, dibutuhkan suatu pendekatan yang mampu mengungkap makna-makna implisit yang terkandung di balik pemilihan bahasa dan unsur estetis yang digunakan dalam lirik.

Dalam hal ini, psikologi sastra menjadi salah satu pendekatan yang relevan karena mengintegrasikan kajian sastra dan psikologi untuk memahami hubungan antara teks sastra dengan kondisi psikologis yang direpresentasikannya. Melalui pendekatan tersebut, berbagai aspek kejiwaan yang tercermin dalam karya sastra dapat dianalisis secara lebih mendalam, sehingga memungkinkan pemahaman yang lebih komprehensif terhadap pengalaman emosional dan psikologis yang dihadirkan dalam lirik lagu (Savana & Sutanto, 2024). Psikologi sastra menjadi salah satu pendekatan dalam kajian sastra yang memandang karya sastra sebagai produk sekaligus proses yang berkaitan erat dengan aspek psikologis manusia. Pendekatan ini mengkaji karya sastra melalui perspektif psikologi untuk memahami berbagai fenomena kejiwaan yang tercermin di dalamnya. Dalam penerapannya, psikologi sastra tidak hanya





menelaah kondisi psikologis tokoh dalam karya sastra, tetapi juga mempertimbangkan latar belakang pengarang serta respons pembaca terhadap karya tersebut. Oleh karena itu, psikologi sastra menjadi pendekatan yang berfokus pada dimensi kejiwaan dan pengalaman batin manusia yang terepresentasi melalui teks sastra. Melalui pendekatan ini, karya sastra dipahami sebagai sarana yang mampu menggambarkan realitas kehidupan manusia secara lebih utuh, termasuk berbagai aspek emosional dan psikologis yang menyertainya.

Dalam konteks penelitian ini, lirik lagu dipandang sebagai bentuk ekspresi psikologis yang mencerminkan dinamika emosi, konflik batin, serta berbagai pengalaman subjektif individu. Pendekatan psikologi sastra memungkinkan peneliti untuk mengungkap makna simbolik yang terkandung dalam lirik lagu dan menghubungkannya dengan konsep-konsep psikologi, seperti trauma, kehilangan, kesepian, serta proses pemulihan psikologis. Dengan demikian, lirik lagu tidak hanya dipahami sebagai karya artistik, tetapi juga sebagai representasi pengalaman kejiwaan yang kompleks.

Kajian mengenai trauma dalam karya sastra sebenarnya telah banyak dilakukan oleh para peneliti. Namun, sebagian besar penelitian terdahulu masih berfokus pada karya sastra konvensional, seperti novel, cerpen, dan drama. Sementara itu, penelitian yang menjadikan lirik lagu sebagai objek kajian, khususnya dalam perspektif psikologi sastra, masih tergolong terbatas. Padahal, lirik lagu memiliki karakteristik yang khas karena mampu menyampaikan pengalaman emosional dan psikologis secara ringkas, tetapi tetap kaya akan makna. Oleh sebab itu, penelitian ini memiliki relevansi untuk memperluas cakupan kajian psikologi sastra, khususnya dalam memahami representasi trauma psikologis yang terdapat dalam karya musik.

Selain berfungsi sebagai cerminan realitas, representasi trauma dalam karya sastra juga memiliki sifat konstruktif. Artinya, karya sastra tidak hanya merefleksikan pengalaman traumatis yang dialami individu, tetapi juga berperan dalam membentuk cara individu memahami, menginterpretasikan, dan memaknai pengalaman tersebut. Dalam hal ini, lirik lagu dapat berfungsi sebagai ruang katarsis yang memberikan kesempatan bagi individu untuk mengekspresikan emosi, mengolah pengalaman traumatis, serta menemukan makna baru dari peristiwa yang pernah dialaminya.

Agar proses penelitian dapat dilaksanakan secara sistematis dan terarah, diperlukan perumusan masalah yang jelas. Penelitian ini berfokus pada analisis representasi trauma psikologis dalam lirik lagu karya Nadin Amizah dengan menggunakan pendekatan psikologi sastra. Fokus kajian diarahkan pada identifikasi bentuk-bentuk trauma psikologis yang direpresentasikan dalam lirik lagu serta interpretasi terhadap makna psikologis yang terkandung di dalamnya. Melalui penelitian ini diharapkan dapat diperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai hubungan antara karya sastra dan pengalaman psikologis manusia, sekaligus memberikan kontribusi bagi pengembangan kajian psikologi sastra di Indonesia.

Dalam menganalisis representasi trauma psikologis pada lirik lagu karya Nadin Amizah, penelitian ini memanfaatkan teori psikologi sastra dan teori trauma psikologis sebagai landasan konseptual. Kedua teori tersebut digunakan untuk menjelaskan keterkaitan antara unsur sastra dalam lirik lagu dengan kondisi psikologis yang direpresentasikan. Salah satu pendekatan yang dinilai relevan untuk mengkaji karya sastra yang sarat dengan aspek kejiwaan adalah psikologi sastra, sebagaimana dijelaskan oleh Suwardi Endraswara bahwa pendekatan ini berupaya mengungkap berbagai fenomena psikologis yang tercermin dalam karya sastra melalui analisis terhadap unsur-unsur yang membangunnya (Ristiana & Adeani, 2017). Menurut pandangan tersebut, psikologi sastra merupakan bidang kajian yang mengintegrasikan ilmu psikologi dan sastra untuk menelaah berbagai unsur kejiwaan yang tercermin dalam karya sastra. Kajian ini





pada dasarnya berfokus pada pemahaman manusia melalui dimensi batiniah, seperti emosi, perasaan, pikiran, motivasi, dan pengalaman psikologis yang memengaruhi perilakunya. Karena aspek-aspek batin tersebut bersifat subjektif dan tidak dapat diamati secara langsung, analisis psikologi sastra sering kali dianggap kompleks. Oleh sebab itu, pendekatan ini memerlukan pemahaman yang mendalam untuk mengungkap berbagai fenomena psikologis yang direpresentasikan dalam karya sastra.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan deskriptif. Metode kualitatif dipilih karena penelitian berfokus pada pemahaman dan interpretasi makna yang terdapat dalam lirik lagu, khususnya representasi trauma psikologis melalui perspektif psikologi sastra. Pendekatan deskriptif digunakan untuk menggambarkan secara mendalam bentuk-bentuk trauma psikologis yang direpresentasikan melalui kata, frasa, kalimat, dan ungkapan dalam lirik lagu karya Nadin Amizah.

Objek penelitian ini adalah lirik lagu karya Nadin Amizah yang mengandung representasi trauma psikologis. Lagu yang dianalisis meliputi *Bertaut*, *Rumpang*, *Sorai*, *Paman Tua*, dan *Seperti Tulang*. Data penelitian berupa kata, frasa, kalimat, dan ungkapan dalam lirik lagu yang menunjukkan pengalaman atau kondisi psikologis yang berkaitan dengan trauma, seperti kehilangan, kecemasan, ketakutan, kesedihan berkepanjangan, kesepian, tekanan hidup, dan konflik emosional.

Sumber data penelitian terdiri atas sumber data primer dan sekunder. Sumber data primer berupa lirik lagu *Bertaut*, *Rumpang*, *Sorai*, *Paman Tua*, dan *Seperti Tulang* karya Nadin Amizah. Sumber data sekunder berupa buku referensi dan publikasi jurnal ilmiah yang relevan dengan kajian psikologi sastra dan teori trauma psikologis. Sumber sekunder digunakan sebagai bahan pendukung dalam menafsirkan data lirik yang telah ditemukan.

Pengumpulan data dilakukan dengan teknik simak dan catat. Peneliti menyimak dan membaca lirik lagu secara berulang untuk memahami makna yang terkandung di dalamnya. Selanjutnya, peneliti mengidentifikasi bagian-bagian lirik yang menunjukkan representasi trauma psikologis, kemudian mencatat data tersebut berdasarkan kata, frasa, kalimat, atau ungkapan yang relevan. Data yang telah dicatat kemudian dikelompokkan berdasarkan bentuk trauma psikologis yang direpresentasikan dalam masing-masing lagu.

Analisis data dilakukan dengan pendekatan psikologi sastra. Data lirik yang telah diidentifikasi dianalisis berdasarkan makna psikologis yang terkandung di dalamnya dengan memperhatikan penggunaan diksi, metafora, simbol, dan ungkapan emosional. Setiap data kemudian diinterpretasikan untuk mengetahui bentuk trauma psikologis serta kondisi batin yang direpresentasikan. Hasil interpretasi selanjutnya disusun secara deskriptif berdasarkan masing-masing lagu sehingga diperoleh gambaran mengenai bentuk dan makna trauma psikologis dalam lirik lagu karya Nadin Amizah.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan pada analisis berbagai lagu Nadin Amizah, termasuk *Bertaut*, *Rumpang*, *Paman tua*, *Sorai*, dan *Seperti Tulang*, terdapat berbagai bentuk representasi trauma psikologis terungkap melalui penggunaan diksi, metafora, dan ekspresi emosional dalam lirik lagu. Jenis representasi trauma meliputi trauma relasional, trauma eksistensial, keterasingan sosial, kehilangan, keruntuhan emosional, kecemasan, dan konflik batin.

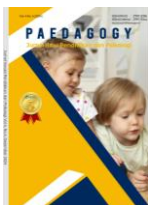


Lagu karya Nadin Amizah ini menggambarkan pengalaman emosional yang berbeda-beda, namun semuanya berkaitan dengan tema luka batin, kehilangan, dan kebutuhan afeksi sebagai salah satu komponen psikologi manusia.

Hasil

Tabel 1. Hasil Analisis Lagu “*Bertaut*” Karya Nadin Amizah

No	Data Lirik	Bentuk Trauma Psikologis	Analisis Makna Psikologis
1.	“Bun, hidup berjalan seperti bajingan”	Trauma Eksistensial dan Tekanan Kehidupan	Lirik tersebut menunjukkan rasa kecewa, putus asa, dan kelelahan batin akibat berbagai tekanan hidup yang terus dirasakan. Tokoh merasa bahwa kehidupan selalu memberikan luka emosional sehingga memunculkan pandangan negatif terhadap realitas hidup.
2.	“Seperti landak yang tak punya teman”	Trauma Keterasingan Sosial	Lirik ini menunjukkan adanya alienasi emosional, yaitu keadaan ketika individu merasa terpisah dari lingkungan sosialnya. Trauma membuat tokoh menjadi lebih tertutup, berhati-hati, dan merasa sendirian.
3.	“Bun, kalau saat hancur, ku disayang”	Trauma Keruntuhan Emosional	Lirik ini menggambarkan kebutuhan akan kasih sayang dan perhatian sebagai bentuk penyembuhan psikologis. Tokoh membutuhkan dukungan emosional agar mampu menghadapi rasa sakit dan tekanan batin yang dialaminya.
4.	“Saat tak tahu arah kau di sana”	Trauma Kebingungan Batin	Lirik tersebut menunjukkan kondisi psikis yang tidak stabil akibat konflik batin yang belum terselesaikan. Sosok ibu hadir sebagai tempat bersandar dan sumber ketenangan ketika tokoh merasa kehilangan tujuan hidup.
5.	“Melihatmu kuat setengah mati”	Trauma Relasional	Lirik ini memperlihatkan empati mendalam terhadap penderitaan ibu. Tokoh ikut merasakan tekanan batin karena menyaksikan sosok terdekatnya bertahan dalam berbagai kesulitan hidup.
6.	“Aku masih tak mengerti banyak hal/semuanya berenang di kepala”	Trauma Kognitif dan Overthinking	Frasa “berenang di kepala” menjadi metafora bagi pikiran yang terus berputar tanpa henti. Tokoh mengalami kecemasan, overthinking, dan konflik batin yang membuat kondisi psikologisnya tidak stabil.



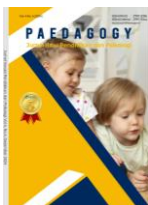
No	Data Lirik	Bentuk Trauma Psikologis	Analisis Makna Psikologis
7.	“Semoga lama hidupmu di sini”	Trauma Ketakutan Kehilangan	Lirik ini menunjukkan kecemasan mendalam terhadap kemungkinan perpisahan dengan orang yang dicintai. Ikatan emosional yang sangat kuat membuat tokoh merasa takut apabila harus kehilangan sosok tersebut.

Tabel 1 menunjukkan bahwa lagu “*Bertaut*” karya Nadin Amizah menggambarkan berbagai trauma psikologis, seperti tekanan hidup, keterasingan sosial, keruntuhan emosional, kebingungan batin, trauma relasional, Khawatir berlebihan, dan ketakutan kehilangan. Seluruh lirik mencerminkan luka batin, kecemasan, serta kuatnya ikatan emosional antara anak dan ibu dalam kajian psikologi sastra.

Tabel 2. Hasil Analisis Lagu “*Rumpang*” Karya Nadin Amizah

No	Data Lirik	Bentuk Trauma Psikologis	Analisis Makna Psikologis
1.	“Tentang kata maaf sayang aku harus pergi” “Tapi selalu saja kamu tetap harus pergi”	Trauma Kehilangan (Loss Trauma)	Muncul kesedihan yang berkepanjangan, sulit menerima kenyataan kehilangan, adanya ikatan emosional yang belum pulih sepenuhnya.
2.	“Aku takut sepi tapi yang lain tak berarti”	Trauma Kesepian dan Kehampaan Emosi	Muncul perasaan kosong dalam diri, adanya jarak emosional dengan orang lain, ketergantungan perasaan pada satu sosok tertentu.
3.	“Ada rasa yang tak kunjung mati” “Tetap rasaku tak pernah hilang” “Bertahun berlanjut tanpa henti”	Trauma yang Berkepanjangan	Kenangan menyakitkan terus muncul, sulit melepaskan masa lalu, kesedihan menetap dalam waktu lama.
4.	“Katanya mimpiku akan terwujud” “Merekaberbohong mimpiku tetap semu”	Trauma karena Harapan yang Tidak Terwujud	Rasa kecewa yang mendalam, hilangnya keyakinan terhadap harapan, muncul perasaan bahwa hidup tidak berjalan sesuai impian.
5.	“Banyak yang tak ku ahli, begitu pula menyambutmu pergi”	Trauma dalam Menerima Perpisahan	Adanya penolakan terhadap kenyataan, kondisi emosi yang tidak stabil, kesedihan mendalam akibat perpisahan.

Tabel 2 menunjukkan bahwa lagu “*Rumpang*” karya Nadin Amizah menggambarkan berbagai trauma psikologis, seperti trauma kehilangan, kesepian, luka batin yang berkepanjangan, kekecewaan terhadap harapan, dan sulit menerima perpisahan. Seluruh lirik



merepresentasikan kesedihan dan tekanan emosional yang mendalam dalam kajian psikologi sastra.

Tabel 3. Hasil Analisis Lagu “*Sorai*” Karya Nadin Amizah

No	Data Lirik	Bentuk Trauma Psikologis	Analisis Makna Psikologis
1.	“Kau memang manusia sedikit kata”	Trauma Kesunyian Emosional	Lirik tersebut menggambarkan seseorang yang mengalami hambatan emosional akibat luka batin di masa lalu. Trauma membuat individu menjadi lebih tertutup dan kesulitan menyampaikan perasaannya kepada orang lain.
2.	“Kau memang manusia tak kasat rasa”	Trauma Penekanan Perasaan	Lirik ini menunjukkan adanya kecenderungan memendam perasaan sehingga tokoh terlihat dingin dan sulit dipahami. Dalam psikologi sastra, keadaan tersebut dapat muncul karena pengalaman emosional yang menyakitkan sehingga individu memilih menyembunyikan emosinya.
3.	“Biar aku yang mengemban cinta”	Trauma Kebutuhan Kasih Sayang dan Pengorbanan Batin	Lirik ini menggambarkan kebutuhan besar akan afeksi dan penerimaan emosional. Tokoh bersedia berkorban demi menjaga hubungan karena memiliki rasa takut kehilangan orang yang dicintainya.
4.	“Kau dan aku saling membantu / Membasuh hati yang pernah pilu”	Trauma Luka Emosional Masa Lalu	Frasa “hati yang pernah pilu” menunjukkan pengalaman kesedihan dan penderitaan emosional yang membekas. Hubungan mereka menjadi sarana untuk saling menguatkan dan menyembuhkan luka psikologis masing-masing.
5.	“Mungkin akhirnya tak jadi satu”	Trauma Kekecewaan dan Harapan yang Gagal	Lirik tersebut menggambarkan rasa kecewa, sedih, dan takut kehilangan. Tokoh mulai menerima kenyataan bahwa cinta tidak selalu berjalan sesuai harapan sehingga menimbulkan luka emosional.

Tabel 3 menunjukkan bahwa lagu “*Sorai*” karya Nadin Amizah menggambarkan berbagai trauma psikologis, seperti kesunyian emosional, penekanan perasaan, kebutuhan kasih sayang, luka emosional masa lalu, kekecewaan terhadap harapan, serta trauma kehilangan. Seluruh lirik mencerminkan kesedihan, ketakutan kehilangan, dan proses penerimaan dalam hubungan emosional melalui kajian psikologi sastra.



Tabel 4. Hasil Analisis Lagu “Paman Tua” Karya Nadin Amizah

No	Data Lirik	Bentuk Makna Psikologis	Analisis Makna Psikologis
1.	“Cepat mengakhiri hari” “Bergumam letih menunggu kereta”	Trauma Kelelahan Mental dan Tekanan Hidup	Lirik tersebut menggambarkan kondisi tokoh yang mengalami kelelahan fisik dan mental akibat rutinitas hidup yang terus berulang. Tokoh dalam lagu terlihat menjalani hidup dengan tekanan yang membuat dirinya merasa lelah secara emosional. Keinginan untuk segera mengakhiri hari menunjukkan adanya kejenuhan serta beban psikologis yang terus menumpuk.
2.	“Berlarian dengan angan di bahunya” “Berharap cepat sampai tujuannya”	Trauma Tekanan Tanggung Jawab Hidup	Lirik ini menunjukkan tokoh yang terus berjuang mengejar tujuan hidup sambil memikul berbagai harapan dan tanggung jawab. Kata “angan di bahunya” melambangkan beban pikiran dan tuntutan hidup yang harus ditanggung sendirian. Dalam kajian psikologis, kondisi tersebut menggambarkan tekanan batin akibat tanggung jawab yang berat.
3.	“Senyummu perlahan pudar” “Digantikan dengan sesak”	Trauma Kehilangan Kebahagiaan	Lirik tersebut menggambarkan perubahan kondisi emosional tokoh dari bahagia menjadi penuh tekanan. Senyum yang memudar menunjukkan hilangnya kebahagiaan akibat kerasnya kehidupan yang dijalani. Kata “sesak” melambangkan kecemasan, tekanan batin, dan perasaan terhimpit yang terus dirasakan tokoh.
4.	“Meraih ’tuk cepat pulang” “Bertalian merindukan yang di rumah”	Trauma Kerinduan terhadap Rumah dan Keluarga	Lirik ini menunjukkan bahwa tokoh memiliki kerinduan mendalam terhadap rumah dan keluarga sebagai tempat memperoleh ketenangan. Rumah menjadi simbol kenyamanan emosional yang sulit diperoleh di luar. Kerinduan tersebut muncul karena tokoh merasa lelah menghadapi kehidupan sehingga

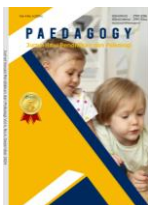


No	Data Lirik	Bentuk Makna Psikologis	Analisis Makna Psikologis
			membutuhkan dukungan emosional dari orang-orang terdekat.
5.	“Bergegas terbangun dari lamunannya”	Trauma Konflik antara Harapan dan Realitas	Lirik tersebut memperlihatkan tokoh yang sejenak melarikan diri ke dalam lamunan untuk menghindari tekanan hidup. Namun, ia tetap harus kembali menghadapi kenyataan yang berat. Dalam psikologi sastra, kondisi ini menunjukkan adanya konflik batin antara harapan hidup dan realitas yang tidak sesuai keinginan.
6.	“Aku ini hanya ingin berjumpa” “Ku ingin berjumpa”	Trauma Kesenangan Emosional	Pengulangan kata “berjumpa” menunjukkan kerinduan emosional yang sangat mendalam. Tokoh dalam lagu tampak merasa jauh dari orang-orang yang dicintainya sehingga muncul rasa kesepian batin. Keinginan sederhana untuk bertemu justru menjadi sesuatu yang sulit diraih karena tuntutan kehidupan.

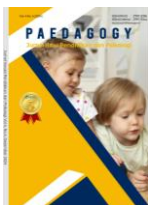
Tabel 4 menunjukkan bahwa lagu “*Paman Tua*” karya Nadin Amizah menggambarkan berbagai trauma psikologis, seperti kelelahan mental, tekanan tanggung jawab hidup, kehilangan kebahagiaan, kerinduan terhadap keluarga, konflik antara harapan dan realitas, serta kesepian emosional. Seluruh lirik mencerminkan tekanan batin, rasa lelah menjalani hidup, dan kebutuhan akan dukungan emosional dalam kajian psikologi sastra.

Tabel 5. Hasil Analisis Lagu “*Seperti Tulang*” Karya Nadin Amizah

No	Data Lirik	Bentuk Trauma Psikologis	Analisis Makna Psikologis
1.	“Wajahmu meraut sedih”	Duka yang Terpahat pada Ekspresi Fisi	Kesedihan yang tidak terselesaikan tertanam dalam ekspresi tubuh secara permanen, duka berubah menjadi bagian dari cara seseorang menampilkan diri, tubuh menyimpan luka emosional yang tidak sempat diungkapkan secara verbal.
2.	“Siapa yang berlayar pergi”	Luka Akibat Ditinggalkan	Pengalaman ditinggalkan tanpa penjelasan memicu ketidakamanan emosional yang mendalam, hilangnya figur lekat pada masa rentan mengganggu pembentukan rasa percaya,



No	Data Lirik	Bentuk Trauma Psikologis	Analisis Makna Psikologis
3.	"Menertawakan sunyi"	Tawa sebagai Cara Bertahan dari Kesepian	pertanyaan yang menggantung memperparah proses berduk. Humor berfungsi sebagai pelindung dari kerentanan yang tidak ingin ditunjukkan, mekanisme ini menghalangi seseorang untuk memproses emosinya secara autentik, Kesepian yang ditertawakan tidak pernah benar-benar diselesaikan.
4.	"Sampai hatimu lupa terbiasa perih"	Rasa Sakit yang Dianggap Wajar	Paparan luka yang terus-menerus meningkatkan toleransi terhadap rasa sakit secara tidak sehat normalisasi ini menghambat keinginan untuk mencari pemulihan, perih yang diterima begitu saja perlahan membentuk fondasi identitas yang rapuh.
5.	"Sampai ragamu lupa Terbiasa letih"	Tubuh yang Ikut Menanggung Beban	Trauma psikologis yang tidak ditangani memanifestasikan diri dalam gejala fisik yang kronis, tubuh kehilangan kapasitas untuk pulih karena tidak pernah benar-benar beristirahat dari tekanan, -kelelahan yang dinormalisasi mempersulit pemulihan secara menyeluruh.
6.	"Tawa harusnya meminta maaf"	Tawa yang Berhutang Kejujuran	Tawa digunakan secara sadar maupun tidak untuk menutupi kesedihan yang tidak berani diungkapkan, rasa bersalah terhadap kebahagiaan palsu mencerminkan kesadaran bahwa ada yang tidak beres, keaslian emosi telah lama terkubur di bawah lapisan penampilan yang ceria.
7.	"Tak sepenuhnya pernah sembuh dari luka"	Trauma yang Terus Berputar Tanpa Penyelesaian	Trauma yang tidak dituntaskan cenderung muncul kembali dalam bentuk pikiran dan perasaan yang berulang, proses penyembuhan yang terhenti di tengah jalan menciptakan kondisi yang stagnan secara emosional,



No	Data Lirik	Bentuk Trauma Psikologis	Analisis Makna Psikologis
8.	"Seperti tulang yang patah dan tumbuh tidak sempurna"	Luka yang Membentuk Ulang Pertumbuhan	pola pengulangan ini mencerminkan ruminasi yang lazim ditemukan pada individu dengan trauma berkepanjangan. Trauma pada masa kritis perkembangan meninggalkan dampak struktural yang tidak mudah dipulihkan, individu tetap mampu berfungsi, namun tidak berkembang sebagaimana semestinya, luka yang dibiarkan tanpa penanganan menjadi bagian dari cara seseorang terbentuk sebagai manusia.

Pembahasan

Berdasarkan pada hasil analisis yang telah disajikan tabel sebelumnya, ditemukan sejumlah data yang menunjukkan bentuk-bentuk trauma psikologis yang direpresentasikan dalam lirik lagu karya Nadin Amizah. Data tersebut kemudian dianalisis lebih lanjut menggunakan pendekatan psikologi sastra untuk mengungkap makna, penyebab, serta dampak trauma yang dialami oleh tokoh lirik. Pembahasan ini bertujuan menjelaskan bagaimana pengalaman traumatis direpresentasikan melalui pilihan diksi, metafora, dan ungkapan emosional yang terdapat dalam setiap lagu, sehingga mampu memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai kondisi psikologis yang direpresentasikan.

Bentuk Trauma Psikologis dalam Lirik Lagu "*Bertaut*" Karya Nadin Hamizah

Lagu "*Bertaut*" dipopulerkan oleh Nadin Amizah dianalisis menggunakan pendekatan psikologi sastra untuk mengungkap representasi trauma psikologis di dalamnya. Sebagai karya musik populer, lagu ini memiliki makna emosional mendalam yang merefleksikan perjalanan hidup manusia mengenai hubungan, kehilangan, dan pencarian makna (Oktorra et al., 2025). Melalui diksi dan imaji yang tajam, lagu ini menggambarkan penderitaan batin seseorang yang mencoba bertahan di tengah kehidupan yang tidak berpihak. Trauma ini pertama kali termanifestasi melalui lirik "*hidup berjalan seperti bajingan,*" yang mengekspresikan kekecewaan mendalam terhadap kenyataan yang berulang kali menyakiti hingga aku lirik tidak mampu lagi melihat hidup sebagai sesuatu yang netral. Trauma sendiri merupakan luka psikologis akibat serangan emosi ekstrem dengan gejala yang beragam dan membingungkan, di mana setiap individu memiliki reaksi berbeda saat menghadapi ancaman terhadap kestabilan dirinya.

Penderitaan tersebut kemudian memengaruhi cara aku lirik berhubungan dengan orang lain, seperti yang tergambar dalam lirik "*seperti landak yang tak punya teman.*" Metafora ini menunjukkan isolasi sosial sebagai konsekuensi batin yang terluka, di mana jarak diciptakan bukan karena tidak menginginkan kedekatan, melainkan untuk melindungi diri dari potensi luka baru. Kekuatan sastra terletak pada kemampuannya menjembatani pengalaman individu dengan makna yang bersifat universal, termasuk bagaimana luka yang tidak terselesaikan dapat



memengaruhi pola hubungan antarmanusia (Harusu, Qadriani, & Suryati, 2024). Namun, di balik kesendirian itu, terdapat pengakuan jujur melalui lirik "*kalau saat hancur, ku disayang,*" yang menyingkap kerentanan dan ketidakamanan afektif aku lirik. Dalam penelitian psikologi sastra dengan pendekatan tekstual, pengakuan tokoh atas kehancuran dirinya menjadi titik awal penting untuk memahami aktivitas kejiwaan dan kondisi psikologis yang lebih dalam (Rahmasari, 2024.)

Kondisi batin yang kacau ini turut memicu disorientasi psikis ketika aku lirik digambarkan "*saat tak tahu arah,*" kehilangan pegangan atas identitas dan keinginannya. Masalah trauma yang tidak ditangani ini mencakup dimensi sumber, respons psikologis, dan strategi koping yang saling berkaitan, ketidakmampuan menemukan strategi koping yang memadai membuat individu terjebak dalam kebingungan arah yang berkepanjangan (Jayanti et al., 2024) Rasa tidak berdaya ini semakin diperparah oleh beban ganda saat harus menyaksikan penderitaan orang terdekat, sebagaimana lirik "*melihatmu kuat setengah mati*". Berdasarkan teori Freud, trauma tokoh terbagi menjadi dimensi trauma psikis dan trauma fisik yang saling memengaruhi dan memperparah kondisi batin secara keseluruhan Menyaksikan duka orang lain dalam kondisi diri yang melemah menciptakan beban kognitif yang sangat berat.

Puncak kekacauan emosional ini tergambar dari pikiran-pikiran yang "*berenang di kepala,*" menunjukkan ketidakmampuan aku lirik mengorganisasi pengalamannya menjadi narasi yang utuh. Pengalaman traumatik dapat dibaca sebagai krisis identitas yang datang terlambat, karena dampak luka masa lalu baru bisa dipahami setelah waktu berlalu melalui gejala psikis yang muncul tanpa kendali (Prameswari & Yulianto, 2025) Selain itu, respons psikologis dalam lingkungan yang menindas mencakup kerinduan akan perlindungan sekaligus kecenderungan ego untuk menerima realitas yang menyakitkan (Adinda Atiqotuz Zummah & Ahmad Ilzamul Hikam, 2025)

Bentuk Trauma Psikologis dalam Lirik Lagu "*Rumpang*" Karya Nadin Hamizah

Lagu "*Rumpang*" oleh Nadin Amizah menggambarkan perasaan yang mendalam terkait dengan trauma kehilangan, kesedihan yang berat, dan proses pemulihan diri yang masih berlangsung. Melalui liriknya, lagu ini merepresentasikan keadaan mental seseorang yang harus menghadapi kepergian orang yang sangat berharga baginya. Kehilangan ini tidak hanya menimbulkan kesedihan, tetapi juga menciptakan kekosongan emosional, rasa rindu yang berkepanjangan, dan tantangan dalam menerima kenyataan. Hal ini sejalan dengan penelitian Mukhtar dan Junadi (2025) yang mengungkapkan bahwa kehilangan dapat memicu konflik batin, kehampaan emosional, dan proses penyembuhan yang dilakukan secara bertahap.

Dalam bagian pertama, lirik "*Tentang kata maaf sayang aku harus pergi*" dan "*Tapi selalu saja kamu tetap harus pergi*" menunjukkan adanya trauma kehilangan. Tokoh dalam lirik tampaknya masih belum bisa menerima kenyataan bahwa orang tercintanya telah tiada. Trauma tersebut terlihat dari kesedihan yang berkepanjangan dan keterikatan emosional yang masih ada terhadap sosok yang telah hilang. Individu yang merasakan kehilangan sering kali mengalami kerinduan yang mendalam dan kesulitan untuk beradaptasi dengan keadaan setelah ditinggal oleh orang terkasih. Dalam bagian kedua, lirik "*Aku tak sepi tapi yang lain tak berarti*" mencerminkan trauma kesepian dan kehampaan emosional. Meski tokoh dalam lirik berada di tengah-tengah orang lain, ia merasakan bahwa kehadiran mereka tak mampu mengisi kekosongan akibat kehilangan sosok yang dicintainya. Lirik ini menunjukkan adanya kekosongan batin yang disebabkan oleh kehilangan hubungan yang berarti. Mukhtar dan Junadi (2025) menjelaskan bahwa kehilangan orang yang memiliki kedekatan emosional sering kali





menimbulkan rasa kosong, keterasingan, dan ketidakmampuan untuk merasakan kenyamanan dalam hubungan sosial lainnya.

Pada bagian ketiga, lirik "*Ada rasa yang tak kunjung mati*", "*Tetap rasaku tak pernah hilang*", dan "*Bertahun berlanjut tanpa henti*" menunjukkan trauma yang berlangsung lama. Kenangan dan rasa kehilangan terus ada sehingga memengaruhi kehidupan tokoh dalam lirik. kesedihan yang selalu muncul menunjukkan bahwa proses berduka belum sepenuhnya selesai.

Di bagian keempat, lirik "*Katanya mimpiku akan terwujud*" dan "*Mereka berbohong mimpiku tetap semu*" menunjukkan trauma akibat harapan yang tidak tercapai. Kehilangan tidak hanya berarti hilangnya kehadiran seseorang, tapi juga mendatangkan rasa hancur pada impian dan rencana yang pernah dibuat bersama. Akibatnya, muncul rasa kecewa, putus asa, dan hilangnya keyakinan terhadap masa depan.

Di bagian kelima, lirik "*Banyak yang tak ku ahli, begitu pula menyambutmu pergi*" menggambarkan trauma dalam menghadapi perpisahan. tokoh dalam lirik mengakui ketidakmampuannya untuk menerima kepergian orang tercintanya. lirik tersebut mencerminkan penolakan, kebingungan, dan kesedihan yang mendalam saat harus berhadapan dengan kenyataan kehilangan. Susanti dan Ahmadi (2024) menjelaskan bahwa individu yang mengalami trauma kehilangan sering menunjukkan reaksi emosional yang berupa penolakan terhadap kenyataan, kesedihan yang dalam, serta kesulitan menyesuaikan diri setelah peristiwa kehilangan.

Bentuk Trauma Psikologis dalam Lirik Lagu "Sorai" Karya Nadin Hamizah

Secara teoretis, untaian kalimat dalam lagu dikelompokkan sebagai dokumen teks kontemporer yang menyatukan estetika kebahasaan dengan utilitas kesenian (Fera Ermawati et al., 2026). Musik sendiri merujuk pada salah satu rumpun seni yang mengorganisasikan berbagai bunyi ke dalam suatu pola sistematis yang bernilai estetis. Melalui keindahan bahasa tersebut, lagu "Sorai" merekam potret keretakan hubungan interpersonal yang dipicu oleh minimnya interaksi verbal dan tertutupan afeksi. Melalui penggalan lirik "*Kau memang manusia sedikit kata kau memang manusia tak kasat rasa*", tergambar adanya kecenderungan gaya kelekatan menghindar pada figur tertentu, yang ditandai dengan penolakan terhadap kedekatan emosional dan kesukaran dalam mengomunikasikan kasih sayang. Ketika emosi ini dibendung secara sepihak, sekat komunikasi yang kaku akan terbangun, yang berujung pada mandeknya pertukaran rasa secara timbal balik, ketatnya batasan perasaan, serta menumpuknya beban psikologis pada pasangan akibat minimnya kepekaan emosional.

Pada prinsipnya, kondisi psikologis serta taraf kesehatan jiwa seseorang dikendalikan oleh stimulan internal berupa aspek genetika maupun biologis, serta stimulan eksternal yang mencakup pergolakan sosial, trauma masa lalu, hingga pola asuh dalam keluarga. Kejadian traumatik ini tidak sekadar menimbulkan luka batin yang hebat, tetapi juga menanamkan kepedihan yang sangat mendalam bagi (Imamah & Ahmadi, 2025) Saat salah satu pihak menarik diri ke dalam cangkang traumanya, pihak lain cenderung mengambil alih peran melalui mekanisme kompensasi perasaan yang berlebihan. Gejala ketidakseimbangan ini terekam jelas dalam untaian lirik "*Bolehkah aku yang berbicara / Biar aku yang mengemban cinta*", di mana tokoh "*aku*" berupaya memikul seluruh beban afeksi sendirian demi mempertahankan keutuhan hubungan yang pincang. Gangguan pada kondisi psikologis ini diidentifikasi sebagai konsekuensi dari pola pikir destruktif serta rasa terasing yang dipicu oleh tuntutan lingkungan sosial, sehingga pengorbanan perasaan yang tidak seimbang sangat rentan memicu kelelahan mental yang akut.





Fenomena kesehatan mental yang kian mencuat di kalangan anak muda dapat diidentifikasi melalui bagaimana konteks sosiobudaya digambarkan dalam bait-bait lagu (Hanifah & Yanuarsih, 2026.) Pemilihan diksi yang menggambarkan kepedihan batin, kekosongan jiwa, serta kelelahan psikis mengindikasikan adanya sensitivitas kolektif terhadap himpitan mental yang bersumber dari tuntutan sosial, lingkungan akademik, maupun beban ekonomi. Meskipun diwarnai oleh ketidakseimbangan, narasi lagu "Sorai" juga menunjukkan fase di mana kedekatan interpersonal sempat beralih fungsi menjadi sarana pemulihan trauma bersama, seperti yang diilustrasikan lewat lirik "*Kau dan aku saling membantu / Membasuh hati yang pernah pilu*". Eksistensi ikatan emosional dalam ruang interpersonal ini selaras dengan teori kelekatan, yang menempatkan karya sastra sebagai refleksi kesadaran kolektif sekaligus cermin dinamika budaya suatu masyarakat.

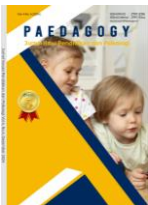
lirik lagu mewadahi berbagai gejolak emosi yang kerap diabaikan dalam ruang diskusi formal, di mana pemulihan melibatkan tiga tahapan esensial mulai dari penciptaan rasa aman hingga rekonstruksi memori kelam (Anastasya & Ahmadi, 2026). Kedewasaan emosional subjek mencapai puncaknya sewaktu hubungan tersebut menemui jalan buntu dan menuntut adanya manifestasi penerimaan radikal melalui kalimat "*Mungkin akhirnya tak jadi satu*". Taraf kesehatan jiwa dalam cakupan psikologi diartikan sebagai kecakapan individu dalam mengendalikan emosi, menginternalisasi pengalaman hidup, serta menjawab tekanan sosial secara adaptif.

Bentuk Trauma Psikologis dalam Lirik Lagu "*Paman Tua*" Karya Nadin Hamizah

Lagu "*Paman Tua*" dipopulerkan oleh Nadin Amizah menjadi objek analisis yang menarik jika dikaji menggunakan pendekatan psikologi sastra, khususnya dalam memotret representasi trauma psikologis dan kelelahan batin akibat rutinitas sehari-hari. Musik pada dasarnya merupakan media komunikasi yang mampu menggambarkan kondisi emosional seseorang saat mereka kesulitan dalam mengungkapkan perasaannya secara langsung, sehingga lirik lagu menjadi salah satu medium paling efektif dalam menyuarakan kondisi emosional yang tidak terucapkan (Lubis & Hidayatullah, 2024). Melalui diksi yang sederhana namun sarat makna, lagu ini berhasil menggambarkan bagaimana tekanan hidup tidak hanya menguras tenaga fisik, tetapi juga mengikis kebahagiaan secara perlahan. Trauma pertama yang tampak adalah kelelahan mental yang telah berubah menjadi kebiasaan melalui lirik "*cepat mengakhiri hari*" dan "*bergumam letih menunggu kereta*". Kondisi ini mencerminkan kelelahan emosional, di mana individu kehilangan energi psikis akibat tekanan yang datang terus-menerus tanpa ruang pemulihan yang memadai, sebuah fenomena yang oleh (Amelin & Setyarum, 2024) disebut sebagai bentuk kekuatan diksi sederhana dalam menyampaikan kedalaman emosi yang berulang.

Trauma akibat beban tanggung jawab yang terlalu berat turut mendominasi narasi emosional dalam lagu ini. Lirik seperti "*berlarian dengan angan di bahunya*" dan "*berharap cepat sampai tujuannya*" menggambarkan tokoh yang terus bergerak mengejar tujuan sambil menanggung harapan-harapan yang tidak pernah ia pilih sendiri untuk dipikul. Frasa "*angan di bahunya*" secara metaforis melambangkan beban pikiran dan tuntutan sosial yang seolah tidak pernah bisa dilepaskan, meski tubuh dan batin sudah meminta untuk berhenti. Emosi yang terkandung dalam lirik ini tidak hanya berfungsi sebagai unsur estetis, tetapi juga menjadi cerminan nyata dari kondisi psikologis yang dialami oleh tokoh dalam cerita tersebut. Tekanan psikologis ini memaksa individu untuk terus melangkah maju di bawah bayang-bayang ekspektasi lingkungan, bahkan ketika kapasitas emosionalnya telah mencapai titik nadi.





Dampak dari tekanan yang berkepanjangan ini memicu terjadinya kehilangan kebahagiaan yang dialami tokoh secara gradual atau bertahap. Lirik "*senyummu perlahan pudar*" dan "*digantikan dengan sesak*" menggambarkan perubahan emosional yang tergerus sedikit demi sedikit oleh kerasnya realitas kehidupan. Senyum yang memudar bukan sekadar perubahan ekspresi wajah, melainkan simbol runtuhnya kemampuan tokoh untuk merasakan kegembiraan di tengah lingkaran rutinitas yang menjebak. Kata "*sesak*" yang hadir menggantikan senyum menjadi representasi dari kecemasan akut serta beban emosional yang tidak tersalurkan dengan baik. Pemilihan diksi yang spesifik oleh pencipta lagu ini berfungsi sebagai kode emosional yang dapat dibaca secara psikologis, sekaligus mencerminkan kondisi kecemasan nyata yang kerap dialami oleh masyarakat luas dalam kehidupan modern (Arliani & Adiyanto, 2023.)

Puncak dari seluruh perjalanan emosional tokoh ditandai dengan pengulangan lirik "*aku ini hanya ingin berjumpa*" dan "*ku ingin berjumpa*". Pengulangan ini mencerminkan cara kerja trauma dan kerinduan yang tidak terpenuhi, yang selalu kembali muncul dan tidak pernah benar-benar bisa diredakan. Keinginan sederhana untuk bertemu justru menjadi hal yang paling mewah dan sulit diraih oleh tokoh yang seluruh waktunya telah tersita oleh tuntutan hidup. Secara keseluruhan, "*Paman Tua*" adalah sebuah representasi artistik yang menyentuh tentang bagaimana trauma psikologis dapat lahir dari akumulasi kelelahan, rindu, dan harapan yang patah setiap hari. Melalui lagu ini, Nadin Amizah berhasil mengartikulasikan bahwa kelelahan bukan hanya urusan fisik, kepulangan bukan sekadar perpindahan tempat, dan kerinduan yang terus tertahan adalah sebuah bentuk luka psikologis yang nyata.

Bentuk Trauma Psikologis dalam Lirik Lagu "*Seperti Tulang*" Karya Nadin Hamizah

Lagu "*Seperti Tulang*" yang dipopulerkan oleh Nadin Amizah menjadi objek analisis dalam pembahasan ini dengan menggunakan pendekatan psikologi sastra untuk membedah representasi trauma psikologis di dalamnya. Lirik lagu pada dasarnya merupakan media penyampai perasaan dari pencipta kepada pendengarnya, sehingga di dalamnya terkandung ekspresi emosi tentang kondisi yang sedang dialami maupun realitas di sekitarnya (Innayah, 2024). Melalui diksi yang cermat, lagu ini menggambarkan bagaimana trauma meresap ke dalam tubuh dan cara seseorang memandang dirinya sendiri. manifestasi fisik trauma ini tampak pada lirik "*wajahmu meraut sedih*", yang menunjukkan duka mendalam yang terpancar secara jasmaniah. Dalam kajian psikologi sastra, kondisi kejiwaan memang dapat diamati melalui gejala fisik seperti raut wajah dan gerak-gerik, karena terdapat hubungan erat antara kondisi batin tokoh dengan cara ia menampilkan dirinya (Hasibuan, Hsb, Adam, & Irmayanti, 2021).

Trauma akibat ditinggalkan tanpa penjelasan menjadi inti narasi emosional dalam lagu ini, yang digambarkan melalui metafora "*siapa yang berlayar pergi*". Kehilangan sosok bermakna secara permanen ini memicu ketidakamanan emosional yang mendalam. Wujud nyata trauma tersebut dapat dianalisis melalui dua dimensi utama, yakni faktor penyebab trauma dan dampak nyata yang dialami tokoh dalam kehidupannya (Muslikhah, 2024). Pengalaman ini diperburuk oleh kesendirian yang dipaksakan sejak dini, seperti pada lirik "*melatihmu sendiri*". Tokoh dalam lagu ini dipaksa mandiri bukan karena kekuatan, melainkan karena ketiadaan pilihan atau figur pelindung. Kondisi ini meninggalkan pola isolasi emosional sebagai mekanisme pertahanan diri, yang justru semakin memisahkan individu dari kemungkinan untuk menerima dukungan afeksi dari orang lain di masa depan.

Sebagai respons terhadap kesepian yang berulang, aku lirik mengembangkan mekanisme bertahan dengan "*menertawakan sunyi*". Tawa tersebut bukanlah simbol





kebahagiaan sejati, melainkan cara untuk menjaga jarak dari rasa sakit agar tidak terasa terlalu besar untuk ditanggung. Dalam perspektif psikologi sastra, emosi dominan seperti kesedihan sering kali disembunyikan di balik perilaku luar demi memenuhi tuntutan situasi tertentu (Fitria, 2025). akumulasi luka ini akhirnya membawa tokoh pada tahap normalisasi rasa sakit melalui lirik "*sampai hatimu lupa / terbiasa perih*". Ketika rasa sakit telah menjadi bagian dari rutinitas emosional, individu cenderung kehilangan motivasi untuk mencari pemulihan. Perih yang diterima begitu saja ini perlahan-lahan membentuk fondasi identitas yang rapuh dan menghambat proses penyembuhan yang autentik.

Normalisasi rasa sakit tersebut memaksa aku lirik menjadi "*seorang penipu mahir*", yaitu kemampuan untuk tampak baik-baik saja di hadapan orang lain meskipun batinnya hancur. Kemampuan menyembunyikan luka ini telah diasah selama bertahun-tahun hingga topeng tersebut terasa menyatu dengan identitas diri. Namun, tekanan batin yang tidak terselesaikan ini akhirnya merembes ke dalam fisik, sebagaimana lirik "*sampai ragamu lupa / terbiasa letih*" menegaskan bahwa kelelahan tersebut adalah dampak nyata dari beban emosional yang dipendam. Dampak trauma pada kesehatan mental memang sangat luas, mencakup rentang yang panjang mulai dari luka emosional yang parah hingga proses kesembuhan yang kompleks (Universitas Medan Area, 2024). tubuh kehilangan kapasitas untuk pulih sepenuhnya karena terus-menerus berada di bawah tekanan psikis yang berat tanpa penyaluran yang tepat.

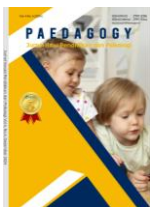
Kesadaran akan kepalsuan emosi tersebut muncul dalam lirik "*tawa harusnya meminta maaf*", yang menunjukkan adanya rasa bersalah karena telah menyangkal luka yang sesungguhnya. Puncak perjalanan emosional ini ditegaskan melalui pengulangan lirik "*tak sepenuhnya pernah sembuh / dari luka*" yang mencerminkan cara kerja trauma yang selalu kembali dan menetap. Trauma psikologis yang tidak mendapat penanganan tepat akan terus berdampak buruk melalui gejala emosional yang menetap seperti ketakutan yang sulit mereda dan tekanan batin yang tak kunjung selesai (Jurnal Kolaboratif Sains, 2024). Pola ruminasi ini menunjukkan bahwa setiap kali tokoh merasa mulai membaik, bayang-bayang luka lama akan kembali muncul, menghalangi tercapainya titik pemulihan yang utuh dan menyeluruh.

KESIMPULAN

Berdasarkan temuan yang diperoleh dari analisis lirik dalam album Nadin Amizah, banyak representasi trauma psikologis yang diidentifikasi, disampaikan melalui diksi, metafora, dan ekspresi emosional yang diartikulasikan dalam lirik lagu. Trauma yang muncul meliputi trauma eksistensial, trauma kehilangan, keterasingan sosial, kesepian emosional, keruntuhan emosional, konflik batin, stres hidup, serta trauma berkepanjangan. Lagu-lagu berjudul Bertaut, Rumpang, Sorai, Paman Tua, dan Seperti Tulang menggambarkan bahwa trauma psikologis diwakili selain ditunjukkan secara langsung, hal itu juga diungkapkan melalui penggunaan simbol serta bahasa puitis yang dijiwai dengan makna emosional yang mendalam.

Menggunakan kerangka psikologi sastra, penyelidikan ini menunjukkan bahwa lirik komposisi Nadin Amizah berfungsi sebagai saluran untuk ekspresi batin, mengartikulasikan luka emosional, kerinduan akan kasih sayang, rasa kehilangan, dan perjalanan menuju penerimaan diri. Di luar representasi penderitaan psikologis, lagu-lagu juga memfasilitasi proses introspeksi dan penyembuhan emosional mengenai pengalaman traumatis yang dihadapi oleh karakter lirik. Akibatnya, penelitian ini mendukung gagasan bahwa lirik lagu dapat merupakan bentuk karya sastra yang mahir menggambarkan secara mendalam keadaan psikologis individu.





DAFTAR PUSTAKA

- Amelin, K., & Setyarum, A. (2024). Entitas Cinta pada Lirik Lagu dalam Album untuk Dunia, Cinta, dan Kotornya Karya Nadin Amizah (Kajian Psikologi Sastra). *Metafora: Jurnal Pembelajaran Bahasa Dan Sastra*, 11(2), 281-287. <https://doi.org/10.30595/mtf.v11i2.22599>
- Anastasya, D. P., & Ahmadi, A. (2026). Menumbuhkan Diri Di Tengah Luka: Narasi Self-Healing Dalam Album Dalam Dinamika (2025) Karya Perunggu. *ARSEN: Jurnal Penelitian Pendidikan*, 3(2), 116-124. <https://doi.org/10.30822/tfqyex76>
- Arliani, N., & Adiyanto, W. (2023). Representasi kecemasan dalam lirik lagu “Rehat” Kunto Aji (analisis semiotika Ferdinand de Saussure). *INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research*, 3(3), 2808-2821. <https://j-innovative.org/index.php/Innovative/article/view/2052>
- Ermawati, A. F., Hadi, S., Hermawan, A., & Ansori, R. W. (2026). Representasi Psikologi dan Konteks Sosial Budaya dalam Lirik Lagu Mendarah: Kajian Stilistika-Ekspresif Karya Nadin Amizah. *Jurnal Pendidikan: Riset dan Konseptual*, 10(2), 357-374. https://doi.org/10.28926/riset_konseptual.v10i2.1507
- Girsang, N. P. (2026). Cinta Sebagai Pertaruhan Emosional Dalam Lirik Lagu “Taruh” Karya Nadin Amizah: Analisis Pendekatan Ekspresif. *Journal Sains Student Research*, 4(1), 772-780. <https://doi.org/10.61722/jssr.v4i1.8569>
- Hanifah, S. N., & Yanuarsih, S. (2026). Representasi Emosi Dan Perasaan Dalam Lirik Lagu” Monolog” Karya Pamungkas. *Jurnal Bastra (Bahasa dan Sastra)*, 11(2), 804-814. <https://doi.org/10.36709/bastra.v11i2.2510>
- Harusu, C. F., Qadriani, N., & Suryati, N. (2024). Trauma Pada Tokoh Utama dalam Novel Naga Kuning Karya Yusiana Basuki (Kajian Psikologi Sastra). *Canon: Jurnal Penelitian Bahasa dan Sastra*, 2(1), 1-12. <https://doi.org/10.14710/sabda.19.2.53-69>
- Imamah, A. N., & Ahmadi, A. (2025). Representasi Trauma Perempuan dalam Novel “Rapuh” Karya Onlymeilani. *Journal of Linguistics and Social Studies*, 2(2), 134-146. <https://doi.org/10.52620/jls.v2i2.193>
- Jayanti, S. T., Purnomo, M. H., & Fadilah, Y. (2024). Trauma dalam Film Ketika Berhenti di Sini: Eksplorasi Sumber, Respons, dan Strategi Koping (Kajian Psikologi Sastra). *Nusa: Jurnal Ilmu Bahasa Dan Sastra*, 19(2), 74-88. <https://doi.org/10.14710/nusa.19.2.74-88>
- Lubis, M., & Hidayatullah, S. (2024). Klasifikasi emosi pada lirik lagu dalam album Mengudara karya Idris: Kajian psikologi sastra. *INDONESIA: Jurnal Pembelajaran Bahasa dan Sastra Indonesia*, 5(2), 329. <https://doi.org/10.59562/indonesia.v5i2.61932>
- Mukhtar, I. S., & Junadi, S. (2025). Representasi trauma, kehilangan, dan proses pemulihan diri dalam novel *Seporsi Mie Ayam Sebelum Mati*: Analisis psikologi sastra. *ESTETIK: Jurnal Bahasa Indonesia*, 9(1). <https://doi.org/10.29240/estetik.v9i1.16411>
- Oktorra, E. J., Fitriyani, F., Puspita, R. S., Amanda, R. P., Nurcholisa, S., & Rahman, A. A. (2025). Eksplorasi makna hidup dalam lirik lagu Bertaut oleh Nadin Amizah. *DEIKTIS: Jurnal Pendidikan Bahasa dan Sastra*, 5(3), 1527-1238. <https://doi.org/10.53769/deiktis.v5i3.1572>
- Prameswari, S. S., & Yulianto, B. (2025). Trauma Psikologis Tokoh Utama dalam Novel Rumah Untuk Alie Karya Len Liu: Kajian Psikologi Sastra: Psychological Trauma of the Main Character in Len Liu’s Novel Rumah Untuk Alie: A Study of Literary



- Psychology. *JBSI: Jurnal Bahasa Dan Sastra Indonesia*, 5(02), 435-447.
<https://doi.org/10.47709/jbsi.v5i02.7203>
- Rahmasari, D. (2026). Analisis bentuk trauma tokoh utama dalam novel *Egosentris* karya Syahid Muhammad: Kajian psikologi sastra (Skripsi).
<https://repository.unja.ac.id/id/eprint/61343>
- Ristiana, K. R., & Adeani, I. S. (2017). Konflik batin tokoh utama dalam novel *Surga Yang Tak Dirindukan 2* karya Asma Nadia (Kajian psikologi sastra). *Literasi: Jurnal Bahasa dan Sastra Indonesia serta Pembelajarannya*, 1(2), 49-56.
<http://dx.doi.org/10.25157/literasi.v1i2.772>
- Savana, G. O., & Sutanto, E. (2020). Konflik batin tokoh utama dalam novel *daun yang jatuh tak pernah membenci angin* karya tere liye (tinjauan psikologi sastra). *Aksarabaca Jurnal Bahasa, Sastra, dan Budaya*, 2(1), 186-195.
<https://doi.org/10.47313/aksarabaca.v2i1.943>
- Susanti, Y., & Ahmadi, A. (2024). Trauma pada perempuan: Studi pada kumpulan cerpen *Kitab Kawin* karya Laksmi Pamuntjak dalam perspektif psikologi abnormal. *BAPALA: Jurnal Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia*, 11(1), 45-58.
<https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/bapala/article/view/59713>
- Zummah, A. A., & Hikam, A. I. (1826). Analisis Psikologi Tokoh Alie dalam Novel *Rumah untuk Alie* Karya Lenn Liu Kajian Psikologi Sigmound Freud. *Pragmatik: Jurnal Rumpun Ilmu Bahasa Dan Pendidikan*, 3 (3), 240-260.
<https://doi.org/10.61132/pragmatik.v3i3.1826>