



# Sambhasana: Seminar Nasional Bahasa, Sastra dan Pengajarannya

Volume 04

Agustus 2025

E-ISSN: 3026-7528

Page: 13-18

<https://prosiding.unipma.ac.id/index.php/Shambhasana>

## Bentuk Konflik Batin yang Terkandung dalam Lagu *Kata Mereka Ini Berlebihan* Karya Bernadya

Rigia Fika Nur Fitria<sup>1\*</sup>, Agung Nasrullah Saputro<sup>1</sup>, Kodrat Eko Putro Setiawan<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Universitas PGRI Madiun, Indonesia

\*Corresponding Author: [rigia\\_2102108001@mhs.unipma.ac.id](mailto:rigia_2102108001@mhs.unipma.ac.id)

### ABSTRAK

Lirik lagu merupakan medium ekspresi yang merefleksikan konflik psikologis, terutama bagi Generasi Z. Lagu *Kata Mereka Ini Berlebihan* karya Bernadya menjadi representasi fenomena pengorbanan diri demi cinta. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan dan menganalisis bentuk-bentuk ekspresi emosi yang terkandung dalam lirik lagu tersebut. Metode yang digunakan adalah deskriptif kualitatif dengan pendekatan psikologi sastra. Data berupa lirik lagu dianalisis menggunakan teori ekspresi emosi David Krech untuk mengklasifikasikan berbagai bentuk emosi yang muncul. Hasil penelitian menunjukkan bahwa emosi dominan yang terkandung adalah kesedihan dan ketakutan, yang didasari oleh cinta dan ketergantungan pada validasi eksternal. Persona dalam lirik mengorbankan identitasnya untuk memenuhi ekspektasi, namun usahanya berujung pada perasaan gagal dan penderitaan internal. Kesimpulannya, lagu ini menggambarkan siklus tragis di mana cinta memotivasi pengorbanan diri yang tidak dihargai, sehingga menghasilkan berbagai bentuk ekspresi emosi yang relevan dengan tekanan psikologis yang dihadapi remaja saat ini.

**Kata kunci:** ekspresi emosi, lirik lagu, psikologi sastra, bernadya

### PENDAHULUAN

Sebagai salah satu wujud sastra populer, lirik lagu menyajikan media yang kaya untuk penelitian akademis. Lirik lagu bukan hanya kumpulan kata yang mengiringi musik, lirik lagu berfungsi sebagai cerminan kehidupan dan manifestasi ekspresi perasaan manusia yang bersifat personal (Simangunsong et al., 2022:12). Layaknya karya sastra pada umumnya, lirik lagu memiliki kemampuan untuk menggambarkan berbagai dimensi kehidupan, termasuk aspek emosional dan psikologis. Perpaduan antara unsur puitis dan musikalitas mampu memberi kekuatan untuk menyampaikan nuansa emosi secara efektif, menjadikannya objek untuk kajian sastra dan psikologis. Bagi Generasi Z, lagu bukan sekadar hiburan, melainkan bagian integral dari identitas dan sarana utama untuk memproses serta mengekspresikan pengalaman batin. Lagu menjadi sarana manusia untuk mengekspresikan emosi, mulai dari kebahagiaan hingga kesedihan, memungkinkan manusia menyampaikan perasaan mereka secara lebih personal dan autentik (Fikri & Hidayatullah, 2022: 8175).

Lirik lagu, sebagai bentuk sastra digital, berfungsi sebagai cerminan kehidupan nyata, menyuarakan kegelisahan dan konflik yang dirasakan pendengarnya. Remaja-remaja saat ini sering kali merasakan kesepian, kebingungan, dan keresahan yang mendalam. Fenomena ini semakin memprihatinkan ketika melihat kondisi remaja saat ini menghadapi berbagai tantangan emosional dan psikologis, seperti stress akademik, masalah identitas, konflik interpersonal, tekanan sosial media, dan melalui lirik lagu, mereka menemukan ruang untuk mengenali dan memahami emosi mereka sendiri. Salah satu penyanyi yang sangat dekat dengan hati generasi ini adalah Bernadya, seorang penyanyi dan penulis lagu yang karyanya secara konsisten mengeksplorasi tema patah hati dan kecemasan. Dengan kata lain, karya Bernadya menjadi semacam teman bagi remaja yang sedang berjuang menghadapi tantangan emosi mereka.

Bernadya Ribka Jayakusuma, atau dikenal sebagai Bernadya, adalah seorang penyanyi dan penulis lagu berbakat asal Surabaya, Jawa Timur. Ia lahir pada 16 Maret 2004. Sebagai solois, Bernadya merilis single debutnya *Apa Mungkin* pada September 2022 di bawah naungan label Juni Records. Lagu tersebut berhasil membawanya dinominasikan sebagai Pendatang Baru Terbaik dalam Anugerah Musik Indonesia 2023. Ia juga merilis album mini *Terlintas* pada Juni 2023 dan album studio *Sialnya, Hidup Harus Tetap Berjalan* pada Juni 2024, yang mendapatkan respon positif dari publik dan berhasil menduduki puncak tangga lagu Spotify. Bernadya dikenal dengan lagu-lagu yang bertema romansa melankolis atau patah hati, dan ia sering menggunakan bahasa sederhana dalam lirik lagunya agar mudah dimengerti oleh Generasi Z.

Lagu *Kata Mereka Ini Berlebihan* dari album *Sialnya, Hidup Harus Tetap Berjalan* (2024) menjadi studi kasus yang kuat. Jauh dari sekadar lagu cinta biasa, liriknya menggambarkan perasaan lelah, kecewa, dan keterpaksaan dalam menghadapi kenyataan hidup. Lirik-lirik dalam album ini secara keseluruhan merepresentasikan bentuk ekspresi emosional yang dalam, mulai dari kesedihan, harapan, hingga penerimaan terhadap realitas hidup yang tidak selalu sesuai dengan ekspektasi. Karya ini diharapkan mampu memberikan ruang refleksi bagi para pendengarnya, sekaligus menjadi cerminan bahwa emosi adalah hal yang manusiawi yang layak untuk dipahami. Pendekatan David Krech menjadi pilihan tepat untuk menelaah ekspresi emosi yang tersirat dalam lagu ini. Tema seperti ini sangat relevan dengan tekanan yang dihadapi remaja untuk menyesuaikan diri dengan ekspektasi teman sebaya atau pasangan. Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini merumuskan pertanyaan utama, Bagaimana bentuk ekspresi emosi yang terkandung dalam lirik lagu *Kata Mereka Ini Berlebihan*. Artikel ini bertujuan untuk mendeskripsikan dan menganalisis bentuk-bentuk ekspresi emosi yang terkandung dalam lirik lagu *Kata Mereka Ini Berlebihan* karya Bernadya melalui kajian psikoanalisis sastra, dengan fokus pada emosi yang berhubungan dengan stimulasi sensor, emosi yang berhubungan dengan penilaian diri, dan emosi yang berhubungan dengan orang lain.

#### **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan metode pendekatan deskriptif kualitatif. Metode ini dipilih karena kemampuannya untuk menguraikan dan menafsirkan data tekstual secara mendalam dalam bentuk narasi verbal, bukan angka statistik, sehingga cocok untuk analisis karya sastra (Moleong dalam Rahayu & Setyawan, 2023). Pendekatan teoretis yang digunakan adalah psikologi sastra, sebuah disiplin yang mengkaji karya sastra sebagai manifestasi dari fenomena kejiwaan manusia (Hasibuan et al., 2021). Sumber data primer dalam penelitian ini adalah teks lirik lagu *Kata Mereka Ini Berlebihan* yang merupakan bagian dari album *Sialnya, Hidup Harus Tetap Berjalan* (2024) karya Bernadya. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui metode simak dan catat, di mana lirik lagu disimak secara saksama, ditranskripsi, kemudian frasa-frasa yang relevan dengan fokus penelitian diidentifikasi dan diklasifikasikan. Untuk menganalisis data tersebut, digunakan teori ekspresi emosi David Krech, yang berfokus pada emosi yang berhubungan dengan stimulasi sensor, emosi yang berhubungan dengan penilaian diri, dan emosi yang berhubungan dengan orang lain, diterapkan untuk menganalisis konflik batin yang mendasari perilaku dan emosi persona dalam lagu (Istikawati et al., 2024).

#### **HASIL ANALISIS DAN PEMBAHASAN**

Penelitian ini menganalisis klasifikasi emosi pada lirik lagu dalam album *Kata Mereka Ini Berlebihan* karya Bernadya menggunakan teori David Krech yang membagi emosi menjadi empat kategori: emosi dasar, emosi terkait stimulasi sensor, emosi terkait penilaian diri sendiri, dan emosi terkait penilaian orang lain. Dari analisis tersebut, ditemukan 8 data yang relevan dengan teori tersebut. Berikut adalah lirik lagu *Kata Mereka Ini Berlebihan*.

*Ku tak pernah ikat rambutku lagi semenjak kaubilang  
Rambutku indah bila terurai panjang  
Baju hitamku tak pernah kusentuh lagi sejak hari itu  
Kaubilang, "Warna gelap membosankan"  
Kubaca sampai tuntas semua buku yang paling kausuka  
Mungkin suatu saat kauanggapku cerdas  
Tak kuhiraukan kata mereka, "Ini berlebihan"  
Untukmu, apa pun akan kulakukan  
Ingin sempurna di matamu  
Hanya itu yang aku mau  
Namun, tampaknya sempurna tak cukup  
Bagimu, hm-mm  
11.000 kilometer kutempuh sendirian  
Bawa pelukku yang ternyata tak kaurindukan  
36.000 kaki di atas laut kutahan  
Kau tahu benar ku takut ketinggian  
Ingin sempurna di matamu  
Hanya itu yang aku mau*

*Namun, tampaknya sempurna tak cukup  
Bila ternyata aku bukan yang kauperlu  
Kubatalkan setiap janji  
Hanya kar'na takut tiba-tiba kau butuh aku di sisimu  
Ingin sempurna di matamu  
Hanya itu yang aku mau  
Namun, tampaknya sempurna tak cukup  
Bagimu, hu-uh  
Ingin sempurna di matamu  
Ingin kaulihat aku lebih jauh  
Ingin kautahu  
Tiada yang sayangimu lebih dari aku*

## 1. Emosi Dasar

Emosi dasar seperti senang, marah, takut, dan sedih merupakan reaksi perasaan yang paling fundamental dan primer. Emosi-emosi ini dapat memicu tindakan tertentu dan seringkali menimbulkan ketegangan dalam diri seseorang. Lirik dari lagu *Kata Mereka Ini Berlebihan* karya Bernadya menunjukkan bentuk emosi dasar, yaitu:

*“Namun, tampaknya sempurna tak cukup”*

Kutipan lirik di atas dapat diinterpretasikan sebagai ekspresi kesedihan karena mengandung nuansa kekecewaan dan ketidakpuasan. Meskipun sesuatu tampak sempurna, namun masih ada perasaan bahwa itu tidak cukup, yang dapat menimbulkan rasa sedih dan kecewa. Dalam konteks ini, kesedihan mungkin timbul dari harapan yang tidak terpenuhi atau keinginan yang belum tercapai, meskipun segala sesuatu tampak baik-baik saja. Ini menunjukkan bahwa kesempurnaan tidak selalu menjamin kebahagiaan.

*“Bila ternyata aku bukan yang kauperlu”*

Lirik ini menggambarkan perasaan kesedihan yang mendalam karena merasa tidak lagi dibutuhkan atau diinginkan oleh orang yang dicintai. Lirik ini menunjukkan adanya rasa penolakan dan ketidakberhargaan, yang dapat memicu perasaan sedih dan kecewa yang kuat. Dalam konteks ini, kesedihan mungkin timbul dari kesadaran bahwa seseorang tidak lagi menjadi prioritas atau kebutuhan orang lain, sehingga merasa tidak memiliki nilai atau arti bagi orang tersebut. Perasaan ini dapat sangat menyakitkan dan memicu kesedihan yang mendalam.

*”36.000 kaki di atas laut kutahan”*

*”Kau tahu benar ku takut ketinggian”*

Lirik ini menunjukkan bahwa seseorang rela menghadapi ketakutan terbesarnya, yaitu akrofobia (takut ketinggian), demi orang yang dicintai. Ini menunjukkan bahwa rasa cintanya sangat kuat sehingga ia berani mengatasi rasa takut yang biasanya sangat mengganggu. Fakta bahwa ia rela menahan ketakutan tersebut menunjukkan kesediaannya untuk melakukan pengorbanan besar demi orang yang dicintai, dan ini menunjukkan dalamnya perasaannya. Lirik ini juga menunjukkan bahwa cintanya lebih kuat daripada rasa takutnya.

*“Hanya kar'na takut tiba-tiba kau butuh aku di sisimu”*

Lirik ini menggambarkan ketakutan emosional yang lebih dalam, yaitu takut kehilangan kesempatan untuk dibutuhkan dan diakui oleh orang yang dicintai. Ini menunjukkan adanya kecemasan akan penolakan dan perasaan tidak aman dalam hubungan. Ketakutan tersebut bukan lagi tentang hal fisik, tetapi tentang kebutuhan emosional untuk merasa dihargai dan dibutuhkan. Perasaan ini menunjukkan kerentanan dan keinginan untuk memiliki peran penting dalam kehidupan orang lain, serta takut akan kehilangan koneksi emosional tersebut.

## 2. Emosi yang Berhubungan dengan Stimulasi Sensor

Emosi terkait rangsangan sensorik muncul dari interaksi dengan lingkungan sekitar, seperti perasaan jijik atau nikmat. Dalam lagu, emosi ini dapat diekspresikan melalui kata-kata yang menggambarkan reaksi sensorik terhadap sesuatu, seperti yang terlihat dalam lagu *kata mereka ini berlebihan*.

*“Ku tak pernah ikat rambutku lagi semenjak kaubilang”*

*“Rambutku indah bila terurai panjang”*

Lirik ini menunjukkan bahwa kenikmatan yang dirasakan berasal dari pujian atau pendapat orang lain, bukan dari kepuasan personal. Hal ini berarti bahwa rasa percaya diri dan kenikmatan terkait penampilan diri sangat dipengaruhi oleh pendapat orang lain, dalam hal ini seseorang yang spesial. Kenikmatan yang dirasakan bukanlah karena dirinya sendiri merasa cantik atau puas dengan penampilannya, tapi karena pujian atau

komentar positif dari orang lain yang membuatnya merasa demikian. Ini menunjukkan ketergantungan pada validasi eksternal untuk merasa baik tentang diri sendiri.

### 3. Emosi yang Berhubungan dengan Penilaian Diri

Emosi yang berhubungan dengan penilaian diri memang sangat penting dalam memahami bagaimana seseorang memandang dirinya sendiri dan perilakunya. Beberapa contoh emosi yang terkait dengan penilaian diri antara lain, rasa bangga ketika seseorang merasa telah mencapai keberhasilan, rasa malu ketika seseorang merasa telah melakukan kesalahan atau perilaku yang tidak sesuai, rasa bersalah ketika seseorang merasa bertanggung jawab atas kesalahan atau perilaku yang tidak sesuai, dan penyesalan ketika seseorang merasa bahwa keputusan atau tindakan yang diambil tidak tepat. Emosi-emosi ini dapat mempengaruhi bagaimana seseorang memandang dirinya sendiri dan perilakunya, serta dapat mempengaruhi keputusan dan tindakan yang diambil di masa depan. Lirik dari lagu *Kata Mereka Ini Berlebihan* karya Bernadya menunjukkan bentuk emosi yang berhubungan dengan penilaian diri seperti rasa malu dan keberhasilan, yaitu:

*“Ku tak pernah ikat rambutku lagi semenjak kaubilang”*

*“Rambutku indah bila terurai panjang”*

Dalam kutipan lirik yang ini, perubahan perilaku yang dilakukan persona dapat dilihat sebagai upaya untuk menghindari potensi rasa malu atau penolakan dari orang lain. Upaya ini dilakukan dengan mengubah preferensi dan kebiasaan pribadinya, seperti tidak mengikat rambut lagi dan tidak mengenakan baju hitam karena kritik tentang warna gelap yang membosankan, persona dalam lirik tersebut menunjukkan adaptasi proaktif untuk menjaga hubungan atau meningkatkan penerimaan sosial.

Perubahan ini merupakan respons terhadap kritik atau pendapat orang lain yang dianggap penting oleh persona tersebut. Orang cenderung mengubah perilaku untuk menyesuaikan diri dengan norma sosial atau harapan orang lain demi merasa diterima dan dihargai. Perubahan perilaku yang terlalu dipengaruhi oleh pendapat orang lain bisa berdampak pada kehilangan identitas diri atau penurunan kepercayaan diri dalam jangka panjang.

*“Kubaca sampai tuntas semua buku yang paling kausuka”*

*“Mungkin suatu saat kauanggapku cerdas”*

Lirik ini menunjukkan bahwa motivasi di balik tindakan membaca bukan karena keinginan untuk belajar atau pengembangan diri, melainkan untuk mendapatkan pengakuan dan kesan positif dari orang lain. Keberhasilan diukur berdasarkan bagaimana orang lain memandang dirinya, bukan berdasarkan kepuasan atau pencapaian pribadi. Fokus utamanya adalah pada penampilan dan citra diri di mata orang lain, bukan pada pertumbuhan atau kepuasan internal. Hal ini bisa berdampak pada motivasi dan kebahagiaan jangka panjang, karena ketika seseorang terlalu fokus pada validasi eksternal, mereka mungkin merasa tidak puas atau tidak cukup meskipun telah mencapai banyak hal. Tekanan untuk terus mempertahankan citra yang diinginkan juga bisa berdampak pada kesejahteraan mental dan emosional.

### 4. Emosi yang Berhubungan dengan Orang Lain

Emosi yang terkait dengan orang lain muncul sebagai respons terhadap pengaruh dari individu lain atau objek di sekitarnya. Contoh emosi ini termasuk perasaan cinta atau kebencian terhadap seseorang. Emosi utama dalam kategori ini adalah cinta, yang diekspresikan dengan sangat kuat.

*“Untukmu, apa pun akan kulakukan”*

Kutipan lirik ini merupakan contoh ekspresi cinta yang kuat, individu bersedia melakukan apa saja untuk orang yang dicintainya tanpa mempertimbangkan batasan atau konsekuensi. Ekspresi ini menunjukkan tingkat pengabdian dan kesetiaan yang sangat tinggi, serta kesediaan untuk mengorbankan kepentingan pribadi demi kebahagiaan orang lain. Dalam konteks ini, cinta tidak hanya diungkapkan sebagai perasaan, tetapi juga sebagai tindakan nyata yang menunjukkan komitmen atau aksi. Pernyataan ini mencerminkan emosi yang kuat dan keinginan untuk membuktikan cinta melalui tindakan konkret, bukan hanya kata-kata. Hal ini bisa dilihat sebagai bentuk cinta yang sangat dalam dan tulus, meskipun juga bisa menimbulkan pertanyaan tentang batasan dan keseimbangan dalam hubungan.

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan dan menganalisis bentuk-bentuk ekspresi emosi dalam lirik lagu *Kata Mereka Ini Berlebihan* karya Bernadya menggunakan teori David Krech. Hasil analisis menunjukkan bahwa lirik lagu ini merupakan representasi dari emosi yang dialami persona, di mana berbagai kategori emosi saling berkelindan tentang pengorbanan demi cinta. Temuan utama mengungkapkan bahwa emosi yang paling

dominan adalah kesedihan dan ketakutan (emosi dasar), pencarian kenikmatan yang bergantung pada validasi eksternal (stimulasi sensor), perasaan gagal dalam mencapai keberhasilan yang diukur dari pandangan orang lain (penilaian diri), serta cinta sebagai pendorong utama semua tindakan (emosi terkait orang lain). Aplikasi teori Krech terbukti efektif dalam membedah lapisan-lapisan makna emosional yang terkandung dalam lirik.

Analisis terhadap emosi dasar menggambarkan penderitaan yang dialami persona. Rasa sedih tidak hanya muncul sebagai akibat pasif dari penolakan, melainkan sebagai puncak dari usaha maksimal yang berujung pada kesia-siaan, seperti yang terangkum dalam lirik *Namun, tampaknya sempurna tak cukup* dan kesadaran pahit *Bila ternyata aku bukan yang kauperlu*. Di sisi lain, emosi takut termanifestasi dalam dua bentuk yang berbeda namun saling berhubungan. Pertama adalah ketakutan fisik yang secara sadar dihadapi, menjadi simbol pengorbanan tertinggi demi cinta. Kedua adalah ketakutan emosional yang lebih subtil, yakni kecemasan akan menjadi tidak relevan atau tidak dibutuhkan. Interaksi antara kesedihan akibat kegagalan dan ketakutan akan kehilangan validasi ini menegaskan bahwa konflik batin persona bersumber dari internalisasi ekspektasi orang yang dicintainya. Absennya emosi kemarahan juga menjadi temuan signifikan, yang mengindikasikan bahwa semua energi emosional negatif diarahkan ke dalam diri sendiri, memperkuat perasaan gagal alih-alih menyalahkan pihak eksternal.

Temuan pada kategori emosi stimulasi sensor dan penilaian diri secara konsisten menunjuk pada satu tema yaitu ketergantungan akut pada validasi eksternal (orang lain). Rasa kenikmatan yang diperoleh persona, misalnya saat membiarkan rambutnya terurai, tidak bersumber dari kepuasan personal, melainkan dari pujian orang lain. Hal ini menunjukkan bahwa harga diri dan citra tubuh persona dibentuk oleh persepsi eksternal. Fenomena serupa ditemukan dalam usahanya mengejar keberhasilan dengan membaca buku, tujuannya bukan untuk pengembangan diri, melainkan agar dianggap cerdas. Ketergantungan ini menciptakan fondasi identitas yang lemah, di mana nilai diri sepenuhnya diukur melalui tatapan dan pengakuan orang lain. Temuan ini sangat relevan dengan konteks sosial yang sering dihadapi remaja, di mana terdapat tekanan kuat untuk menyesuaikan diri dengan ekspektasi teman sebaya atau pasangan.

Analisis emosi yang berhubungan dengan penilaian diri memperlihatkan sebuah ironi tragis. Perubahan perilaku yang dilakukan persona dalam lirik seperti tidak lagi mengikat rambut atau mengenakan baju hitam, dapat diinterpretasikan sebagai cara untuk menghindari rasa malu atau penolakan. Namun, penelitian ini menggarisbawahi bahwa adaptasi yang didorong oleh opini eksternal ini membawa risiko hilangnya identitas diri dalam jangka panjang. Tragisnya, pengorbanan identitas ini tidak membuahkan penerimaan yang diharapkan. Sebaliknya, persona dalam lirik terus dihadapkan pada perasaan kegagalan yang mendalam, karena segala upayanya tetap dianggap tak cukup. Konflik ini menggambarkan siklus yang menyakitkan, semakin persona berusaha menjadi sempurna untuk orang lain, semakin ia kehilangan dirinya sendiri, namun pada saat yang sama tetap merasa gagal memenuhi standar eksternal tersebut.

Penelitian ini sejalan dengan pandangan umum dalam kajian sastra bahwa lirik lagu berfungsi sebagai cerminan kehidupan dan manifestasi ekspresi perasaan personal. Namun, kontribusi spesifik penelitian ini terletak pada aplikasi sistematis teori David Krech untuk membedah dinamika emosi dalam sebuah lagu pop kontemporer Indonesia. Penelitian ini memberikan analisis tentang bagaimana satu emosi dominan, yaitu cinta menjadi pusat energi yang menggerakkan dan membentuk emosi-emosi lainnya. Emosi cinta yang diekspresikan dalam lirik *Untukmu, apa pun akan kulakukan* bukanlah sekadar perasaan, melainkan sebuah kekuatan yang memotivasi persona untuk menanggung kesedihan, menghadapi ketakutan, dan mengorbankan identitasnya demi sebuah pengabdian terhadap kekasihnya .

Berdasarkan analisis yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa penelitian ini berhasil memetakan struktur emosi dalam lirik lagu *Kata Mereka Ini Berlebihan*. Keberhasilan ini diukur dari kemampuan metode yang diusulkan untuk mengklasifikasikan dan menginterpretasikan setiap data lirik yang relevan ke dalam kerangka teori David Krech, sehingga menghasilkan pemahaman yang koheren mengenai emosi persona. Semua permasalahan yang dirumuskan telah terjawab melalui analisis data tersebut.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan penelitian, dapat ditarik beberapa kesimpulan mengenai bentuk konflik batin dalam lagu *Kata Mereka Ini Berlebihan* karya Bernadya. Lagu ini secara efektif merepresentasikan bentuk-bentuk ekspresi emosi melalui berbagai lapisan emosi. Dengan menggunakan teori David Krech, penelitian

ini memetakan struktur emosi yang menunjukkan bagaimana pengorbanan persona atas nama cinta justru berujung pada penderitaan internal. Emosi yang paling menonjol adalah kesedihan dan ketakutan sebagai reaksi dasar, yang diperparah oleh ketergantungan persona pada validasi eksternal untuk merasakan kenikmatan dan keberhasilan. Kesimpulan utama dari penelitian ini adalah bahwa emosi persona bersumber dari siklus yang menyakitkan, cinta yang mendorongnya untuk mengorbankan identitas diri demi memenuhi ekspektasi orang lain. Namun, pengorbanan ini tidak menghasilkan penerimaan yang diharapkan, melainkan perasaan gagal dan kesedihan yang terus-menerus. Absennya emosi kemarahan menunjukkan bahwa semua energi negatif diarahkan ke dalam diri.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Fikri, M. I., & Hidayatullah, S. (2022). Nilai Karakter Kebangsaan pada Lirik Lagu Anak di Taman Kanak-Kanak. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 6(1), 8174–8182. <https://jptam.org/index.php/jptam/article/view/3681><https://jptam.org/index.php/jptam/article/download/3681/3112>
- Hasibuan, M. N. S., Masrizal, Hsb, E. R., Adam, D. H., & Irmayanti. (2021). *Analisis Psikologi Sastra Dengan Teori Freud Dalam*. 9(2), 433–436. <https://journal.ipts.ac.id/index.php/ED/article/view/2593>
- Istikawati, I., Pertiwi, R. A., Saputri, P. Y., & Nugroho, A. (2024). Konflik Batin Dalam Film Ngenest Karya Ernest Prakasa: Kajian Psikoanalisis Sigmund Freud. *Lingua Rima: Jurnal Pendidikan Bahasa Dan Sastra Indonesia*, 13(1), 55. <https://doi.org/10.31000/lgrm.v13i1.11035>
- Rahayu, E., & Setyawan, A. (2023). Bentuk Emosi Pada Album Lagu “Riuh” Karya Feby Putri Sebagai Individu Dewasa Awal (Kajian Psikologi Sastra). *Journal of Educational Language and Literature*, 1(2), 12–18. <https://doi.org/10.21107/jell.v1i2.21357>
- Simangunsong, Y. I. R., Panggabean, S., & Bangun, K. (2022). Analisis Nilai-Nilai Estetika, Etika, dan Karakter dalam Novel Ladang Perminus Karya Ramadhan KH. *Jurnal Pendidikan*.6(2),16477–16491. <https://www.jptam.org/index.php/jptam/article/view/5098><https://www.jptam.org/index.php/jptam/article/download/5098/4305>