



MAKNA *SELF-HEALING* DALAM LIRIK LAGU SATU-SATU KARYA IDGITAF

Venessa Augusta Gogali¹, Ichsan Widi Utomo², Christoper Yudha Erlangga³

Abstrak

Musik memiliki kemampuan untuk menginspirasi perasaan positif, menghilangkan kecemasan, dan memberikan rasa kenyamanan. Hal ini dapat membantu generasi Z mengatasi berbagai tantangan kesehatan mental yang sedang hadapi. Maka Tujuan penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan makna dan pesan-pesan yang terkandung dalam lirik lagu “Satu-satu” yang dibawakan oleh Idgitaf dengan menggunakan metode penelitian kualitatif dan membedah tiap lirik menggunakan pendekatan teori semiotika Ferdinand de saussure melihat dari penanda dan petanda makna *self-healing* pada lagu lirik lagu tersebut. Pada lirik lagu “Satu-satu” ini terdapat pesan-pesan yang mengandung motivasi tentang *mental health* yang berkaitan dengan *self-healing*. Hasil penelitian dalam lirik lagu ini memiliki makna pesan motivasi yaitu setiap permasalahan hidup meski berat akan ada proses penerimaan dan memaafkan untuk menyembuhkan diri dari luka batin agar hidup lebih baik dan bahagia.

Kata kunci: Kesembuhan Diri, Semiotika, Lirik

Abstract

Music has the ability to inspire positive feelings, relieve anxiety, and provide a sense of comfort. This can help generation Z overcome the various mental health challenges they are currently facing. So the aim of this research is to describe the meaning and messages contained in the lyrics of the song "Satu-Satu" sung by Idgitaf using qualitative research methods and dissecting each lyric using Ferdinand de Saussure's semiotic theory approach looking at the signifier and signified self-meaning. healing in the song's lyrics. In the lyrics of the song "Satu-Satu" there are messages containing motivation about mental health related to self-healing. The research results in the lyrics of this song have the meaning of a motivational message, namely that for every problem in life, even though it is difficult, there will be a process of acceptance and forgiveness to heal oneself from inner wounds so that life can be better and happier.

Keywords: *Self-healing, Semiotic, Lyric*

1 Universitas Bina Sarana Informatika, Email: vanessa.vss@bsi.ac.id

2 Universitas Bina Sarana Informatika, Email: ichsan.iwu@bsi.ac.id

3 Universitas Bina Sarana Informatika, Email: christoper2709@bsi.ac.id

PENDAHULUAN

Kesehatan mental merupakan kesehatan yang berkaitan dengan kondisi emosional, mental, dan psikologis seseorang. Penting untuk diketahui bahwa peristiwa dalam hidup yang berdampak signifikan terhadap kepribadian dan perilaku seseorang juga dapat berdampak pada kesehatan mentalnya. Menurut American Psychiatric Association (2018) Masalah Kesehatan mental diartikan sebagai suatu kondisi psikologis yang berhubungan dengan pikiran, emosi, perilaku, atau kombinasi dari semuanya. seiring berjalannya waktu, penyakit ini dapat menimbulkan rasa sakit dan kesulitan hubungan dan pekerjaan (Mikael et al., 2022). Berbagai kondisi tersebut dapat mengganggu kondisi mental seseorang dan berujung pada gejala gangguan kesehatan mental. Masalah kesehatan mental dapat membuat seseorang menarik diri dari orang lain dan sulit untuk menjalin hubungan yang sehat. Namun, masalah kesehatan mental dapat mengubah cara seseorang mengatasi stres, berinteraksi dengan orang lain, menentukan pilihan, dan memicu keinginan untuk menyakiti diri sendiri. Generasi Milenial atau Generasi Z dianggap sebagai generasi yang rentan terhadap berbagai masalah kesehatan mental. Faktor pemicunya bermacam-macam, mulai dari masalah pekerjaan, keuangan, hingga masalah percintaan. Penyembuhan diri sendiri atau *Self-healing* merupakan salah satu agar kejiwaan mental seseorang dikategorikan waras dan normal.

Secara praktiknya, *Self-healing* adalah istilah yang menggunakan proses berdasarkan prinsip bahwa tubuh manusia sebenarnya adalah sesuatu yang mampu memperbaiki dan menyembuhkan dirinya sendiri melalui metode alami tertentu (Bahrien & Ardianty, 2017). Penyembuhan diri atau *Self-healing* dicirikan sebagai metode untuk memulihkan kesehatan emosional yang buruk. Orang-orang tertentu mungkin mengalami masalah mendalam yang menimbulkan luka batin (Rozi & Abidin, 2023). Banyak cara yang dilakukan Generasi Z agar tetap waras dengan mental yang sehat untuk memulihkan diri sendiri atau *Self-healing* dari masalah kesehatan mental yaitu bisa melakukan banyak hal seperti melakukan perjalanan atau liburan, melakukan aktifitas yang disukai ataupun mendengarkan musik yang memiliki makna atau pesan untuk berdamai dengan diri sendiri.

Musik memiliki fungsi hiburan, komunikasi dan ekspresi emosional. Banyak musisi mengekspresikan perasaan emosionalnya melalui musik dan liriknya. Musik merupakan sarana bagi seniman untuk menghibur dan mengekspresikan pengalamannya kepada orang lain. Lirik dalam musik disusun seperti kata-kata yang digunakan pengarangnya untuk mengungkapkan pesan. Lirik adalah rangkaian kata yang mempunyai nada (Annisa Rahmasari & Adiyanto, 2023). Lirik merupakan bagian terpenting dalam sebuah lagu karena berguna dalam menyampaikan suatu pesan atau makna. Lirik menyampaikan informasi dalam bentuk kata dan kalimat, yang dapat digunakan untuk menciptakan suasana dan membayangkan gambar bagi pendengarnya sehingga menciptakan beragam makna. Dalam lagu sering kita temukan makna-makna motivasi. Arti dari motivasi sendiri adalah mendorong seseorang untuk mencapai suatu tujuan.

Penyanyi dan pencipta lagu menggambarkan pengalamannya melalui kata-kata dan bahasa untuk menciptakan daya tarik dalam setiap liriknya. Lirik merupakan bagian terpenting dalam sebuah lagu karena berguna dalam menyampaikan suatu pesan atau makna. Lirik menyampaikan informasi dalam bentuk kata dan kalimat, yang dapat digunakan untuk menciptakan suasana dan membayangkan gambar bagi pendengarnya sehingga menciptakan beragam makna (Alipya & Nurfauziyah, 2022). Dalam musik atau lagu sering ditemukan makna-makna motivasi. Musik atau lagu merupakan salah satu alternatif juga untuk pemulihan diri atau *Self-healing* dari masalah kesehatan mental. Musisi Indonesia banyak juga menyuarakan

tentang pentingnya kesehatan mental dan *Self-healing* dalam lirik lagunya seperti lagu Yura Yunita – Tenang, Tulus – Diri, Kunto Aji – Rehat, Hindia – Secukupnya, Isyana Sarasvati – Untuk Hati Yang Terluka dan banyak Musisi lainnya yang memiliki lagu dengan makna untuk memulikan dari masalah kesehatan mental karena kesehatan mental penting bagi setiap insan manusia.

Mendengarkan lagu dapat membantu *self-healing* dengan berbagai cara, Musik dapat membantu mengurangi stres dan kecemasan dengan cara menenangkan pikiran dan tubuh. Musik dapat memicu pelepasan hormon oksitosin, yang memiliki efek menenangkan. Musik dapat meningkatkan suasana hati dengan cara membangkitkan emosi positif. Musik yang disukai dapat membuat individu merasa bahagia, sedih, atau marah. Musik dapat membantu untuk mengungkapkan diri dan perasaan. Setiap individu dapat memilih lagu yang mewakili perasaan atau yang menginspirasi setiap pribadi. Dan musik dapat menjadi sarana untuk membangun koneksi dengan orang lain. Masalah kesehatan mental bukanlah persoalan sederhana setiap orang berhak melakukan penyembuhan diri agar memiliki pikiran yang sehat, dan salah satu langkah dalam proses ini disebut dengan penyembuhan diri atau Selfhealing (Sundari et al., 2023)

Salah satu musisi dari generasi Z yaitu Brigitta Sriulina Beru Meliala atau yang lebih dikenal dengan nama panggung Idgitaf adalah seorang penyanyi-penulis lagu dan pembuat konten yang juga menyuarakan tentang masalah anak muda yang berkaitan dengan *Self-healing* seperti lagu Satu-Satu yang viral pada tahun 2023 walaupun lagu tersebut sudah di rilis pada tahun 2022. Karya “Satu-Satu” diciptakan oleh Idgitaf pada tahun 2020 lagu ini bermula dari sebuah kejadian yang tidak menyenangkan, namun Gita mengaku tidak merasa sedih selama proses pembuatannya. Gita mengingat kembali semua trauma yang menyimpannya, sehingga melihat trauma yang terjadi setelahnya bisa memberikan dampak positif (Hanggoro, 2023) Dalam lirik tersebut sangat terlihat pencipta lagu mengutarakan rasa kekecewaan dan akhirnya memilih untuk memaafkan. Dalam setiap hubungan antar manusia baik hubungan pertemanan atau percintaan akan menemukan rasa kekecewaan karena tidak sesuai dengan ekspektasi yang diharapkan namun masalah tersebut bisa diatasi jika pribadi masing manusia dapat mengatasi masalah tersebut. Jika dikaitkan dengan kajian ilmu komunikasi, lirik tersebut akan lebih dalam lagi dikaji melalui pendekatan Semiotika Ferdinand De Saussure.

Ferdinand de Saussure (1857-1913) semiotika terbagi menjadi dua bagian (dikotomi), yaitu penanda dan tanda. Penanda dipandang sebagai bentuk/ekspresi fisik yang dapat diidentifikasi melalui wujud karya arsitektur, sedangkan simbol dipandang sebagai makna yang terungkap melalui konsep, fungsi dan/atau nilai-nilai yang terkandung dalam karya arsitektur (Husna & Hero, 2022). Eksistensi semiotik Saussure mengacu pada hubungan antara penanda dan petanda berdasarkan kesepakatan, biasa disebut dengan signifikasi. Semiotika makna adalah sistem semiotika yang mempelajari hubungan antar unsur-unsur semiotik dalam sistem menurut kaidah atau konvensi tertentu. Konsensus sosial diperlukan untuk menjelaskan tanda-tanda ini. Dalam kajian Saussure, tanda meliputi: bunyi dan gambaran, yang disebut penanda atau tanda, dan konsep-konsep yang berasal dari bunyi dan gambaran, yang disebut petanda. Penanda dipandang sebagai bentuk/ekspresi fisik yang dapat diidentifikasi melalui wujud karya arsitektur, sedangkan simbol dipandang sebagai makna yang terungkap melalui konsep, fungsi dan/atau nilai-nilai yang terkandung dalam karya arsitektur. Eksistensi semiotik Saussure merupakan hubungan antara penanda dan petanda berdasarkan kesepakatan, biasa disebut dengan signifikasi. Semiotika makna adalah sistem semiotika yang mempelajari hubungan antar unsur-unsur semiotik dalam sistem menurut kaidah atau konvensi tertentu. Konsensus sosial diperlukan untuk menjelaskan tanda-tanda ini.

Menurut Saussure, tanda meliputi: bunyi dan gambaran yang disebut penanda, dan konsep bunyi dan gambaran yang disebut petanda. Dalam komunikasi, seseorang menggunakan

simbol untuk menyampaikan makna tentang suatu objek, dan orang lain menafsirkan simbol tersebut (Hamama Madhona, 2019). Bahasa merupakan tanda semiotik dengan pola dua bagian, yaitu penanda dan petanda. Penanda adalah unsur-unsur yang dilihat, didengar, dan dirasakan pada suatu benda. Sedangkan lambang mengacu pada konsep, makna, hakikat dan pemikiran yang dilihat, didengar, dan dirasakan pada objek. Kedua unsur ini saling berkaitan dan menjadi isi utama teori semiotika Saussure (Tanti & Khaerunnisa, 2022). Maka dari itu penelitian ini penulis tertarik untuk mencari makna *Selfhealing* dalam sebuah lirik melalui pendekatan Semiotik Ferdinand De Saussure. Lirik lagu *Satu-Satu* karya Idgitaf representative dari generasi Z yang relate dengan kehidupan anak muda saat ini. Penelitian ini menjelaskan bagaimana makna *Self-healing* dalam lirik lagu “*Satu-Satu*” karya Idgitaf menganalisis menggunakan teori semiotika.

METODE PENELITIAN

Menurut Moelong (2005), metodologi penelitian merupakan salah satu faktor terpenting dalam melakukan penelitian karena pada dasarnya metodologi penelitian adalah metode ilmiah untuk memperoleh data dengan tujuan dan kegunaan tertentu. Penelitian ini mengadopsi pendekatan kualitatif. Adapun yang dimaksud dengan penelitian kualitatif adalah penelitian yang bertujuan untuk memperoleh pemahaman mendalam tentang fenomena-fenomena yang dialami subjek penelitian, dengan menggunakan berbagai metode ilmiah untuk menggambarkannya dalam bentuk kata-kata dan bahasa pada lingkungan alam yang khusus (Gogali & Tsabit, 2022).

Penelitian ini, menggunakan metode kualitatif dengan menggunakan pendekatan analisis semiotika Ferdinand de Saussure. Menurut Saussure, bahasa disamakan dengan karya musik karena kedua-duanya memerlukan pemahaman atas keseluruhan, bukan hanya bagian-bagian individu. Saussure, tokoh pertama semiotika, mengemukakan konsep semiologi di mana tanda-tanda terbentuk dari tanda dan makna yang digabungkan (Annisa Rahmasari & Adiyanto, 2023) Penelitian ini menggunakan dua jenis data yaitu data primer yang merupakan lirik lagu "Satu-Satu" Karya Idgitaf dan data sekunder berdasarkan jurnal, buku, dan internet. Data sekunder digunakan untuk menganalisis lebih dalam makna *Selfhealing* dalam lirik lagu tersebut. Analisis lirik lagu "Satu-Satu" dilakukan melalui pendekatan analisis teks dengan memisahkan setiap bait dan menganalisisnya menggunakan teori dari Ferdinand De Saussure

HASIL DAN PEMBAHASAN

Brigitta Sriulina Beru Meliala yang lahir di Jakarta, 15 Mei 2001, dikenal dengan nama panggung Idgitaf, adalah penyanyi-penulis lagu dan konten kreator yang berdarah suku batak. Gita panggilan akrabnya merupakan alumni Universitas Indonesia yang merupakan lulusan Sarjana fakultas ilmu pengetahuan budaya pada program studi bahasa Korea. Memulai karir bernyanyi di tahun 2021 sebagai konten kreator dan penyanyi dengan mengeluarkan *single* lagu “*Terpikat Senyummu*” yang sempat populer dan viral di TikTok merupakan langkah awal Idgitaf menjadi seorang penyanyi yang kini menciptakan lagu-lagu dengan lirik-lirik yang relate dengan kehidupan, kesehatan mental dan masalah pada generasi Z. Idgitaf juga meliris lagu populer seperti “*Takut*”, “*Semoga Sembuh*” dan “*Satu-Satu*” hasil karya yang lirik lagunya ia tulis sendiri.

Pada Penelitian ini penulis meneliti Lirik lagu *Satu-Satu* karya Idgitaf yang ia tulis dan ia nyanyikan sendiri dalam lirik lagu ini penulis menemukan beberapa kalimat yang Jadi penanda dan petanda Dalam penelitian menggunakan pendekatan semiotika Ferdinand De Saussure,

Penulis membagi beberapa kalimat dalam lirik “Satu-Satu” karya Idgitaf di analisis menggunakan Pendekatan Semiotika Ferdinand De Saussure serta membagi kalimat yang Jadi *signifier* dan *signified*.

Tabel 1. Bait Pertama Lirik Lagu Satu-Satu Idgitaf

Penanda (<i>Signifier</i>)	Petanda (<i>Signified</i>)
<p><i>Mata pernah melihat</i> <i>Telinga pernah mendengar</i> <i>Badan pernah merasa</i> <i>Terekam jelas seakan terjadi</i> <i>Baru saja</i></p>	<p>Pada bait ini pencipta lagu ingin menyampaikan bahwa seseorang telah melihat, mendengar dan merasakan sendiri hal-hal buruk yang terjadi. Pengalaman tersebut masih teringat dengan jelas pada seseorang, seolah-olah baru saja terjadi. Lirik ini dapat diartikan sebagai ungkapan dari seseorang yang masih belum bisa melupakan pengalaman buruk di masa lalu. Pengalaman tersebut masih menghantui, dan membuat perasaan menjadi merasa sedih, marah, atau takut</p>

Pada Bait pertama menceritakan pengalaman buruk tersebut bisa berupa peristiwa yang tidak terlalu traumatis, tetapi tetap meninggalkan kesan yang mendalam, seperti putus cinta, ditinggalkan teman, atau gagal dalam pencapaian. Lirik ini dapat menjadi pengingat bahwa pengalaman buruk di masa lalu dapat berdampak jangka panjang pada kehidupan seseorang terutama kepada kesehatan mental seseorang.

Tabel 2. Bait Kedua Lirik Lagu Satu-Satu Idgitaf

Penanda (<i>Signifier</i>)	Petanda (<i>Signified</i>)
<p><i>Siapakah yang salah</i> <i>Siapa yang tanggung jawab</i> <i>Waktu terus berjalan</i> <i>Terasa salah karena</i> <i>Ada yang belum selesai oh no no</i></p>	<p>Lirik ini menjelaskan bahwa seseorang tersebut masih belum bisa menentukan siapa yang bertanggung jawab atas masalah yang telah terjadi. Dan waktu terus berjalan dan berlalu, tetapi seseorang tersebut masih belum bisa melupakan. seseorang merasa bersalah karena masih belum bisa memaafkan. seseorang tersebut merasa bahwa apa yang telah terjadi masih belum selesai. Lirik ini dapat diartikan sebagai ungkapan dari seseorang yang masih belum bisa melepaskan diri dari rasa sakit dan trauma. Masih merasa marah, sedih, atau kecewa dengan apa yang telah terjadi. Mereka masih merasa bahwa apa yang telah terjadi adalah salah, dan mereka masih mencari jawaban atas pertanyaan "Siapa yang salah?" dan "Siapa yang tanggung jawab?"</p>

Lirik baik kedua ini menceritakan bahwa proses memaafkan membutuhkan waktu dan usaha. Jika masih merasa sulit untuk memaafkan seseorang atau sesuatu, diperlukan kesabaran dan memberikan waktu pada diri sendiri. Dalam lirik ini seseorang perlu menjalani proses memahami diri sendiri dari masalah yang di hadapinya. memaafkan perlu waktu untuk self-healing. Proses memaafkan adalah proses yang kompleks dan membutuhkan waktu dari diri sendiri

Tabel 3. Bait Ketiga Lirik Lagu Satu-Satu Idgitaf

Penanda (<i>Signifier</i>)	Petanda (<i>Signified</i>)
<p><i>Aku sudah tak marah Walau masih teringat Semua yang terjadi kemarin Jadikan aku yang hari ini</i></p>	<p>Pada lirik menyatakan bahwa seseorang telah melepaskan rasa marahnya terhadap apa yang telah terjadi. Walaupun masih ingat dengan masalah yang telah terjadi, tetapi tidak lagi merasa marah dan menerima apa yang telah terjadi di masa lalu. Dan belajar dari masa lalu untuk memulai lembaran baru.</p> <p>Ungkapan ini dari seseorang yang telah berhasil mengatasi rasa sakit dan trauma dari masa lalu. Dan belajar untuk memaafkan dan melepaskan, sehingga mereka dapat hidup lebih baik dan damai di masa kini.</p>

Pada Lirik bait ketiga ini dapat diartikan sebagai ungkapan dari seseorang yang telah berhasil mengatasi rasa sakit dan trauma dari masa lalu. Belajar untuk memaafkan dan melepaskan, sehingga seseorang dapat hidup lebih bahagia. Memaafkan adalah salah satu cara *self-healing* yang paling efektif. Memaafkan tidak berarti kita menyetujui atau membenarkan kesalahan orang lain, tetapi melepaskan diri dari emosi negatif seperti kemarahan, kebencian, dan dendam. Emosi tersebut dapat menghambat untuk *move on* dan menjalani hidup dengan lebih baik.

Tabel 4. Bait Keempat Lirik Lagu Satu-Satu Idgitaf

Penanda (<i>Signifier</i>)	Petanda (<i>Signified</i>)
<p><i>Aku sudah tak benci Walau nyatanya merugi Terdengar tidaknya kata maaf Dada lapang terima semua</i></p>	<p>Pada bait ini menyatakan tidak ada rasa benci walau telah mengalami kerugian akibat apa yang telah terjadi namun tidak menuntut kata maaf dari orang yang telah menyakitinya dan menerima apa yang telah terjadi, baik yang baik maupun yang buruk.</p>

Lirik ini dapat diartikan sebagai ungkapan bahwa meskipun telah mengalami kerugian akibat kejadian masa lalu yang melukai hati, seseorang tidak memiliki rasa benci lagi dan tidak menuntut permintaan maaf dari orang yang menyakitinya dan menerima apa yang terjadi, baik atau buruk. Proses ini merupakan penyembuhan diri sendiri untuk menjadi pribadi yang lebih baik dan mengikhlaskan semua yang terjadi dalam hidup seseorang meski mengalami luka hati.

Tabel 5. Bait Kelima Lirik Lagu Satu-Satu Idgitaf

Penanda (<i>Signifier</i>)	Petanda (<i>Signified</i>)
<p><i>Akan ada masa depan Bagi semua yang bertahan Duniaku pernah hancur Rangkai lagi satu satu</i></p>	<p>Lirik ini menyatakan akan ada sebuah harapan bagi mereka yang telah melewati masa lalu yang sulit dan masa depan adalah sebuah kesempatan untuk memulai lembaran baru dan menjadi pribadi yang lebih baik. Walau masa lalu yang kelam telah menghancurkan kehidupan seseorang, tetapi mereka tidak menyerah. dan berusaha untuk merangkai kembali hidupnya</p>

Lirik ini menggambarkan proses *self-healing* yang membutuhkan waktu dan usaha. Proses ini tidak mudah, tetapi seseorang yang telah melewati masa lalu yang kelam dapat membangun kembali hidupnya, satu per satu. Lirik ini memberikan harapan bagi mereka yang sedang berjuang untuk sembuh dari masa lalu yang kelam. Lirik ini mengingatkan bahwa didunia ini tidak akan ada manusia yang hidup sendirian dan bahwa masa depan akan selalu ada bagi mereka yang berjuang. Proses *self-healing* membutuhkan waktu dan usaha. Jangan memaksakan diri untuk sembuh terlalu cepat. Berikan waktu pada diri sendiri untuk sembuh.

Terkadang, proses *self-healing* bisa terasa sulit dan membuat seseorang ingin menyerah. Dukungan orang lain dapat membantu dalam proses *self-healing*. Komunikasi Bersama teman keluarga maupun kerabat juga salah satu membantu proses *self-healing* atau melakukan hal-hal yang disukai untuk meningkatkan mood. Kegiatan yang menyenangkan dapat membantu untuk melepaskan stres dan kecemasan.

Tabel 6. Bait Keenam Lirik Lagu Satu-Satu Idgitaf

Penanda (<i>Signifier</i>)	Petanda (<i>Signified</i>)
<p><i>Tak semua kan paham Dan tak semua katakan Maaf semua harus terjadi Pasti rasa sepi Kini kau tak sendiri lagi Tak pendam lagi Aku akan coba pahami</i></p>	<p>Lirik ini menggambarkan tidak semua orang akan memahami apa yang telah dialami seseorang tidak semua orang akan mengatakan maaf atas masalah yan terjadi dan menyadari bahwa apa yang telah terjadi adalah bagian dari hidup. Proses ini akan ada perasaan sendirian dan kesepian namun ada dukungan dari orang lain. Dan pada akhirnya rasa sakit dan trauma akan segera hilang walaupun terus berproses untuk memahami masalah yang telah terjadi.</p>

Lirik ini menggambarkan realita bahwa tidak semua orang akan memahami apa yang sedang dialami. Ada orang yang akan dengan mudah memahami, tetapi ada juga orang yang tidak akan pernah mengerti. Hal ini bisa membuat seseorang merasa kesepian dan tidak dihargai.

Tidak semua orang akan mengatakan maaf atas apa yang telah terjadi. Ada orang yang akan dengan mudah meminta maaf, tetapi ada juga orang yang tidak akan pernah meminta maaf. Hal ini bisa membuat seseorang merasa marah dan kecewa namun yang telah terjadi adalah bagian dari hidup. seseorang tidak bisa mengubah apa yang telah terjadi, tetapi bisa belajar dari pengalaman buruk tersebut. seseorang yang sedang berjuang untuk menyembuhkan diri dari masa lalu. Dukungan dari orang lain dapat membantu seseorang untuk merasa lebih kuat dan lebih percaya diri. Proses tersebut usaha untuk *Self-healing* pada diri sendiri.

KESIMPULAN

Dengan pendekatan semiotika Ferdinand De Saussure sangat tepat untuk mengkonstruksi adanya makna Penanda dan Petanda yang sangat jelas. Makna dari setiap bait di lirik Satu-satu sangat jelas jika diteliti melalui pendekatan Semiotika Ferdinand De Saussure. Makna *self-healing* pada lagu "Satu-Satu" karya Idris adalah bahwa proses *self-healing* merupakan proses yang tidak mudah, tetapi dapat dilakukan dengan bantuan dan dukungan dari orang lain. Proses ini membutuhkan waktu dan usaha, tetapi seseorang yang telah melewati proses ini akan merasa lebih baik dan lebih bahagia. Berikut adalah beberapa poin penting dari makna *self-healing* pada lagu tersebut:

1. Masa lalu tidak bisa diubah, tetapi menjadi pembelajaran hidup.
2. Tidak harus memaafkan orang yang telah menyakitinya, tetapi seseorang bisa melepaskan rasa marah dan dendam untuk proses *self-healing*
3. Dukungan dari orang lain dapat membantu untuk sembuh dari luka batin.
4. Segala sesuatu butuh waktu, proses dan kesabaran tidak menyerah dalam proses *self-healing*.

Lagu "Satu-Satu" dapat menjadi inspirasi bagi seseorang yang sedang berjuang untuk menyembuhkan diri dari masa lalu. Lirik lagu ini mengingatkan bahwa di dunia ini tidak ada yang sendirian dan bahwa ada harapan untuk masa depan yang lebih baik.

REFERENSI

- Alipya, R., & Nurfauziyah, D. I. (2022). Pesan-Pesan Motivasi Dalam Lirik Lagu “ Diri ” Karya Tulus: Analisis Semiotika. *Journal of Social Humanities and Education*, 1(3), 10–25.
- Annisa Rahmasari, R., & Adiyanto, W. (2023). Representasi Kesehatan Mental Dalam Lirik Lagu Secukupnya Karya Hindia (Analisis Semiotika Ferdinand De Saussure). *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 3(2), 11764–11777. <https://j-innovative.org/index.php/Innovative/article/view/1445>
- Bahrien, B., & Ardianty, S. (2017). Pengaruh Efektivitas Terapi Self Healing Menggunakan Energi Reiki terhadap Kecemasan Menghadapi Ujian Skripsi. *Psymphathic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 4(1), 141–148. <https://doi.org/10.15575/psy.v4i1.1227>

- Gogali, V. A., & Tsabit, M. (2022). Personal Branding Konten Kreator Melalui Citra Diri Mahasiswa Di Instagram (Studi Deskriptif Kualitatif Pada Akun @Jeromepolin). *Jurnal Media Penyiaran*, 1(2), 117–123. <https://doi.org/10.31294/jmp.v1i2.991>
- Hamama Madhona, R. (2019). Representasi Emosional Joker Sebagai Korban kekerasan Dalam Film Joker 2019 (Analisis Semiotika Ferdinand De Saussure). *SOETOMO COMMUNICATION AND HUMANITIES*, 3, 1–13.
- Hanggoro, H. T. (2023). Lagu “Satu-Satu” dari Idgitaf Diputar Lebih dari 7 Juta Pendengarnya. Merahputih.Com. <https://merahputih.com/post/read/lagu-satu-satu-dari-idgitaf-diputar-lebih-dari-7-juta-pendengarnya>
- Husna, I., & Hero, E. (2022). Analisis Semiotika Ferdinand De Saussures Makna Pesan Iklan Rokok A Mild Versi Langkah. *Journal of Discourse and Media Research*, 1(01), 44–59.
- Mikael, K., Fuady, I., Kunto, D. S., & Wibowo, A. (2022). Content Analysis of Mental Health Messages in Popular Music. *Semiotika*, 16(2). <http://journal.ubm.ac.id/>
- Rozi, F., & Abidin, S. (2023). Representation of Self Healing in the Song Lyrics " Self " by Muhammad Tulus Rusydi Rholand Barthes ' Semiotic Analysis Study. 4(2), 95–105.
- Sundari, D., Wirman, W., & Eldapi, R. (2023). Konstruksi Makna Self Healing Millenial Moms Di Instagram. 11(1), 1–21.
- Tanti, S., & Khaerunnisa. (2022). Petanda Pada Cerpen Anak “Ke Hutan” Karya Yosep Rustandi Pendekatan Semiotik: Ferdinand De Saussure. *METAMORFOSIS | Jurnal Bahasa, Sastra Indonesia Dan Pengajarannya*, 15(1), 19–25. <https://doi.org/10.55222/metamorfosis.v15i1.638>