

## REPRESENTASI KEGELISAHAN DAN KEKHAWATIRAN TENTANG HIDUP PADA MASA QUARTER LIFE CRISIS DALAM LAGU “TAKUT” KARYA IDGITAF

**Bramuda Pramesti Kusumaningtyas<sup>1</sup>, Rizky Abrian<sup>2</sup>**

<sup>1,2</sup>Sastra Indonesia, Fakultas Adab dan Humaniora, UIN Sunan Ampel Surabaya

<sup>1</sup>*Bramudaningtyas1103@gmail.com*, <sup>2</sup>*risky.abrian@uinsby.ac.id*

### Abstrak

Penelitian ini membahas tentang bagaimana bentuk representasi dari sebuah lagu yang di dalam lagu tersebut mengangkat tentang masalah yang sulit dihindari oleh masyarakat pada umumnya. Fase yang sulit dihindari oleh sebagian besar masyarakat Indonesia adalah ditemukannya kegelisahan saat awal umur dua puluh atau fase awal menuju dewasa hingga bentuk kekhawatiran hidup saat telah memasuki usia dewasa. Permasalahan akan kegelisahan dan kekhawatiran banyak disebut dengan sebutan *quarter life Crisis*. Penelitian ini akan merepresentasikan seluruh bait lagu “Takut” dengan menggunakan representasi oleh Stuart Hall dengan diperdalam menggunakan landasan teori analisis wacana kritis milik Teun Van Dijk untuk mencari tentang bagaimana bentuk analisis wacana yang terdapat dalam lagu “Takut”. Pada penelitian ini akan berfokus pada tiga elemen, yakni pada analisis teks (Makro), Superstruktur, dan Struktur Mikro. Menggunakan metode penelitian deskriptif kualitatif. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui tentang bagaimana struktur yang ada dalam lagu “Takut” karya Idgitaf sehingga hasil dari bentuk struktur akan dapat merepresentasikan bentuk-bentuk tersebut ke dalam gambaran *quarter life crisis*. Penelitian ini adalah penelitian kualitatif dengan menggunakan metode analisis teks. Teknik yang digunakan dalam penelitian ini memiliki tiga teknik, yang pertama teknik pengumpulan data, kemudian analisis data, serta penyajian hasil. Hasil penelitian ini adalah adanya bentuk struktur yang ada didalam lagu “Takut”. hasil penelitian ditemukan adanya wacana kegelisahan dan kekhawatiran dalam lirik lagu “Takut”, peneliti juga mendapatkan data pada lirik lagu yang merepresentasikan bentuk (*Quarter Life Crisis*).

**Kata Kunci:** Analisis Wacana Kritis; Representasi; *Quarter Life Crisis*

### Abstract

*This study discusses how a song represents issues that are difficult for society in general to avoid. The phase that is difficult for most Indonesians to avoid is the discovery of anxiety in their early twenties or the early stages of adulthood, leading to concerns about life once they reach adulthood. The issues of anxiety and worry are often referred to as a quarter-life crisis. This study will represent the entire lyrics of the song “Takut” using Stuart Hall's representation, deepened using Teun Van Dijk's critical discourse analysis theory to find out how discourse analysis is found in the song “Takut”. This study will focus on three elements, namely text analysis (macro), superstructure, and microstructure. Using qualitative descriptive research methods. The purpose of this study is to determine the structure of Idgitaf's song “Takut” so that the results of the structural form can represent these forms in the context of a quarter-life crisis. This study is a qualitative study using text analysis methods. The techniques used in this study consist of three methods: data collection, data analysis, and presentation of results. The findings of this study reveal the structural elements present in the song “Takut.” The research identified themes of*

*anxiety and concern in the lyrics of "Takut," and the researcher also found data in the lyrics that represent the concept of a quarter-life crisis.*

**Keywords:** *Critical Wacana Analysis; Representation; Quarter Life Crisis*



*Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0)*

## PENDAHULUAN

Setiap individu berkembang melalui proses yang sama dari bayi, anak-anak, remaja, hingga menduduki fase sudah bisa disebut menjadi dewasa hingga tiba saat masa-masa Tua. Pada saat menjajaki setiap tahap kehidupan seorang individu pasti akan mengalami fase terjadinya krisis, pada saat ingin mencapai sesuatu tujuan namun memiliki hambatan di dalamnya. Fase krisis memiliki beberapa kategori yang dikenal masyarakat, namun yang sering sekali dibicarakan oleh masyarakat umum ada dua fase yakni, fase krisis transisi (*Adolescence Crisis*) yaitu terjadi ketika masa anak menuju fase remaja. Fase krisis yang kedua adalah fase krisis emosional yang terjadi ketika seseorang berada di fase dewasa ke lansia karena banyaknya tuntutan dan ekspektasi budaya, hal tersebut biasa dikatakan masyarakat dengan sebutan (*Quarter Life Crisis*) (Valentino & Hendrawan, 2025).

*Quarter life crisis* adalah masa krisis identitas yang muncul karena ketidaksiapan dari seorang individu pada saat memasuki masa transisi dari remaja ke dewasa. Masa-masa peralihan dari remaja menuju dewasa biasanya ada saat individu memasuki usia 18 hingga 25 tahun. Namun, juga ada yang berpendapat bahwa usia menginjak dewasa adalah pada usia 20 tahun. Namun, dari banyaknya pendapat antara mulai umur berapakah manusia mulai memasuki fase dewasa, juga terdapat pendapat yang menyatakan bahwa tidak menutup kemungkinan seorang individu masih merasakan krisis peralihan saat memasuki usia 20-an. Sehingga didapatkan usia 18 tahun hingga usia 29 tahun masih termasuk dalam usia peralihan. Karena QLC sendiri dapat dilalui oleh berbagai kalangan umur remaja mulai dari seorang yang lulus sekolah mendapati harus mencari pekerjaan, orang yang sudah bekerja harus mendapatkan sesuatu yang lebih besar, atau tuntutan hidup yang lain juga menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi terjadinya QLC pada seseorang atau kelompok umur tertentu (Mantovani dkk., 2022)

Faktor yang mendasari *quarter life crisis* terbagi menjadi dua, yakni faktor eksternal dan faktor internal. Bentuk-bentuk faktor terjadinya *quarter life crisis* adalah adanya kebimbangan dalam mengambil keputusan, hal tersebut didasari akan bagaimana individu remaja akhir menemui pilihan hidup yang mengharuskan individu memilih jalan hidup menuju fase dewasa. Kebimbangan dan ketakutan muncul karena adanya rasa takut dan salah saat mengambil langkah atau keputusan, aspek kedua yang muncul adalah adanya rasa putus asa, hal tersebut dilandasi karena adanya kegagalan atau tidak terpenuhinya ekspektasi individu akan pilihan yang telah dibuat, dan rasa putus asa semakin berkembang dengan munculnya kultur budaya membandingkan capaian individu dengan capaian individu yang lain pada rentang umur yang sama. Aspek ketiga yang mendasari adalah memiliki rasa ragu dan selalu merasa tidak mampu untuk menjalani tantangan dan rintangan kehidupan sehingga tidak muncul rasa optimis dan semangat dalam hidup, aspek terakhir yang mendasari adalah adanya rasa cemas akan masa depan

yang akan digapainya serta banyaknya tuntutan yang mengakibatkan individu merasa tertekan (Afina, 2022).

Fase setelah melewati *quarter life crisis* adalah akan didapati kehidupan yang mulai stabil, saat menghadapi masalah individu tersebut akan lebih siap ketimbang saat masih dalam fase *quarter life crisis*, atau sudah dikatakan bahwa individu tersebut sudah mampu menghadapi masalah dengan pikiran yang lebih terbuka, lebih dewasa, lebih jernih dalam memikirkan setiap detailnya. Setelah melalui fase *quarter life crisis* manusia akan berpikir bahwa apa yang terjadi pada hidupnya semasa menjalani *quarter life crisis* adalah sesuatu yang sangat dibutuhkan. Memang saat fase tersebut hal-hal yang tidak mengena terdapat, namun hal tersebut sangat dibutuhkan oleh hati, pikiran, serta mental pada setiap individu. Karena setiap proses pendewasaan diri pada saat masa *quarter life crisis* dapat mengubah mindset agar kita dapat meraih apa yang benar-benar kita inginkan dan butuhkan (“Quarter Life Crisis: Antara Tekanan Hidup dan Proses Pendewasaan,” 2025)

Menurut penelitian yang telah dilakukan oleh Uki Irwanti & Haq (2021), terkait kesehatan mental yang dialami oleh jalaran generasi milenial rata-rata disebabkan oleh faktor adanya media sosial. Dengan adanya media sosial para setiap individu banyak berlomba-lomba untuk mendapatkan *branding* yang baik di mata orang lain. Sehingga banyak menimbulkan gangguan-gangguan pada psikologi individu tersebut, seperti *Alexithymia* dan gangguan kecemasan lainnya. Karena baru saja menapaki dunia kenyataan yang dirasa tidak sesuai dengan apa yang diekspektasikan selama menjalani masa muda. Sehingga, seluruh kenyataan yang didapat pada saat menapaki usia 20 tahunan menimbulkan gejala-gejala *quarter life crisis* atau masa-masa transisi di kehidupannya.

Salah satu aspek yang dikira dapat meningkatkan bagaimana taraf kualitas hidup saat menjalani hidup dewasa adalah dengan bekerja. Namun, dengan syarat pekerjaan yang diambil adalah pekerjaan yang tepat atau mungkin disukai agar individu tersebut dapat nyaman saat melakukan pekerjaan tanpa dihantui rasa tertekan. Dengan tidak adanya rasa tekanan, maka hal tersebut menjadi faktor penting bagi individu baik secara finansial maupun psikologis, karena tidak adanya tekanan saat melakukan pekerjaan tersebut. Memiliki pekerjaan juga dapat dikatakan sebagai bentuk awal titik awal seorang individu yang baru saja memasuki kehidupan sebenarnya sebagai individu yang mandiri serta dapat menentukan sendiri apa yang dibutuhkan, apa yang diinginkan, serta hal-hal lain yang dikira dapat menentukan dan mengatur kehidupan individu tersebut.

Pada penelitian yang dilakukan oleh (Robinson, 2015) menjabarkan tentang bentuk *quarter life crisis* dibagi menjadi dua bentuk, antara lain *The Locked Out Form* dan *The Locked in Form*, *The Locked Out Form* adalah sebuah masa atau fase ketika individu memasuki fase menjadi peran dewasa, namun ia merasa tidak mampu menjalani fase tersebut. Pada fase ini seorang individu memiliki pemikiran bahwa dirinya tidak memiliki pekerjaan, tidak mampu memiliki hubungan secara interpersonal yang baik, dan individu akan selalu merasa tidak mampu berdiri sendiri baik secara finansial maupun lepas dari orang tua. Pada awal memasuki fase ini, seorang individu akan merasa sangat optimis ketika mulai memasuki peran sosial yang bagi individu tersebut dirasa menantang. Namun juga pada fase ini, dapat menjadi awal dari munculnya rasa kecewa, frustrasi, hingga depresi yang mendalam. Pada fase kedua, mencakup bagaimana adanya bentuk penyelesaian dan alternatif-alternatif lain. Sehingga pada fase ketiga didapatkan fase merencanakan strategi baru untuk mencapai tujuan yang telah disusun sebelumnya.

Hingga tiba pada saat fase seorang individu berkompromi pada sebuah pencapaian serta bentuk perubahan tujuan hidup. Fase ini akan diakhiri dengan kemajuan pada peran tetap dan tidak seperti saat mula awal terjadinya krisis.

Masa kedua adalah masa *The Locked in Form* yaitu masa ketika individu merasa dirinya terjebak pada peran orang dewasa. Hal tersebut terjadi saat seorang individu tersebut memiliki komitmen untuk menjadi peran orang dewasa yang menetap pada pola stabil di perkembangan dewasanya. Pada diri individu memiliki harapan bahwa mendapatkan suatu pengaruh positif dalam kehidupannya, namun individu tersebut menyadari bahwa sesungguhnya hal tersebut tidak begitu mengharapkan dirinya, sehingga mulai muncul perasaan terperangkap serta mulai timbul perasaan frustrasi. Kesimpulan yang didapat pada fase ini adalah ditemukan bahwa masa krisis yang sedang tumbuh dalam kehidupan individu, dan hal tersebut ditentukan oleh sebuah komitmen ataupun serangkaian komitmen dalam struktur kehidupan yang sudah tidak diinginkan lagi namun belum dianggap menjadi sebuah perubahan yang realistis.

Isu sosial tentang perjalanan menuju dewasa memiliki banyak faktor di dalamnya, seperti faktor ambisi khas anak muda yang sedang membara mencari jati diri, tentang bagaimana seorang *fresh graduate* menapaki kehidupan yang baru, bagaimana setiap tahun melewati jalan yang beragam, hingga menimbulkan rasa takut melanjutkan hidup, was-was, ingin hidup apa adanya, tidak ingin berkembang dan lain sebagainya. Bahkan tentang kekhawatiran dan kegelisahan hidup ke depannya bagaimana. Hal-hal tersebut banyak dilalui oleh anak muda zaman sekarang, banyak menuangkan emosi, keresahan dengan berbagai cara. Membaca, mendengarkan, melihat hal-hal yang dianggap memiliki kaitan dengan kisah hidup agar melepas beban.

Kekhawatiran akan masa depan tidak hanya muncul pada benak remaja saja melainkan juga pada orang dewasa. Oleh karena itu, penelitian tentang kekhawatiran dan kegelisahan hidup banyak dilakukan dengan beragam representasi dan interpretasi dari setiap sudut pandang yang memahaminya. Penelitian tentang bagaimana kegelisahan dan keresahan merupakan awal sebelum memasuki fase selanjutnya, yakni fase yang lebih dalam lagi yang menyangkut kesehatan mental. Sama seperti tiga penelitian yang telah disebutkan, di mana banyak lagu digunakan sebagai alat menyemangati diri, atau menggambarkan kondisi diri sendiri. Sehingga isu-isu tersebut menjadi dasar bagi banyak penulis untuk menyuarakan ungkapan, harapan kepada banyak orang, sehingga adanya relevansi keterkaitan antara tulisan dengan isu sosial yang ada.

Isu terkait *quarter life crisis* ini hangat diperbincangkan oleh kalangan Gen Z saat ini. Sehingga banyak karya-karya dalam bentuk buku, lagu, atau lainnya yang mengangkat tema tentang *quarter life crisis*. Salah satu lagu yang mengangkat tema ketakutan dan kegelisahan di usia muda menuju dewasa adalah lagu "Takut" karya Idris. Lagu "Takut" merepresentasikan tentang permasalahan yang dialami dari awal usia muda hingga usia dewasa. Bentuk-bentuk apa saja yang pernah dilalui oleh anak muda dalam menjalani prosesnya menuju dewasa, atau juga disebut *quarter life crisis*. Lagu ini memiliki bentuk-bentuk representasi dari kecemasan, kegelisahan, ketakutan dalam mengambil keputusan dan lain sebagainya yang sangat menggambarkan problematik yang banyak dialami oleh anak muda masa kini.

Gambaran representasi pada lagu tersebut sejalan dengan pemaknaan representasi menurut Stuart Hall, dimana Stuart Hall menganggap representasi merupakan sebuah proses membuat dan mengganti makna antar individu yang bergantung dengan bagaimana budaya yang melandasi individu tersebut. Representasi dapat berupa gambar, simbol, dan bahasa. Melalui representasi dapat menduga bagaimana adanya keterkaitan

fakta dengan simbol yang ada, melalui representasi juga akan didapatkan makna (Nisa', 2020) Oleh karena itu, lagu ini dapat dikaji bagaimana representasi yang ada di dalamnya menggunakan analisis wacana kritis Van Dijk. Sehingga didapatkan representasi dalam bentuk makro, mikro serta super struktural tentang gambaran keresahan dan ketakutan akan *quarter life crisis* yang tergambar pada lagu "Takut" karya Idigitaf.

Analisis Wacana Kritis (AWK) Van Dijk digunakan sebagai pendekatan untuk mengkaji lagu *Takut* karya Idigitaf karena dirasa sesuai untuk menyingkap relasi antara teks, kognisi sosial, dan konteks kekuasaan yang tersembunyi dalam lirik lagu. Melalui model Van Dijk, analisis ini menyoroti bagaimana representasi ketakutan, tekanan sosial, dan pencarian identitas dalam lagu tersebut tidak hanya mencerminkan pengalaman pribadi, tetapi juga merefleksikan struktur sosial yang memengaruhi cara individu muda memaknai fase transisi menuju kedewasaan. Pendekatan ini memungkinkan pembacaan yang lebih mendalam terhadap konstruksi makna dalam lirik, serta bagaimana wacana tersebut berinteraksi dengan realitas sosial pendengar.

Penelitian terkait analisis wacana terhadap lagu pernah dilakukan pada penelitian sebelumnya, penelitian pertama dilakukan oleh Lestari (2021), objek penelitian tersebut adalah lagu "Ojo Mudik" karya Didi Kempot, landasan teori penelitian tersebut adalah teori Van Dijk. Hasil yang didapatkan adalah bentuk-bentuk wacana dan himbuan yang direpresentasikan dalam lagu tersebut. Penelitian kedua dilakukan oleh Sahertian & Mulyono (2024) menggunakan objek album dari Nadin Amizah, dalam penelitian tersebut didapatkan bentuk representasi aspek-aspek penerimaan diri pada setiap lagunya. Serta adanya pembahasan tentang adanya pengalaman pribadi dalam penulisan lirik lagu sehingga konteks sosial yang ditunjukkan bersifat nyata. Penelitian ketiga dilakukan oleh Andika (2024), dengan objek lagu "Killing in The Name" dengan fokus penelitian pada isu ketidakadilan hukum dan adanya perilaku diskriminatif pada orang berkulit hitam khususnya di Amerika Serikat. Penelitian ke empat dilakukan oleh Al-Fatih (2023), menggunakan objek lagu "Tutur batin" dari Yura Yunita, fokus penelitian pada kaitan lirik dengan *body shaming*. Hasil penelitian menunjukkan lagu tersebut memiliki makna penerimaan diri, keyakinan pada diri sendiri dengan adanya pengalaman sang penulis yakni Yura Yunita. Penelitian terakhir dilakukan oleh Kurniawan & Rizki (2023) menggunakan objek lagu "Takut" dengan teori Van Dijk, hasil penelitian tersebut didapatkan bentuk representasi kesehatan mental yang didapati pada anak muda zaman sekarang. Penelitian terakhir dilakukan oleh

Persamaan dari lima penelitian di atas dengan penelitian ini adalah objek yang sama-sama menggunakan lagu yang di dalamnya terdapat bentuk representasi dari sesuatu hal. Persamaan lain adalah penggunaan teori Van Dijk sebagai landasan utama untuk menganalisis objek penelitian. Perbedaan penelitian di atas dengan penelitian ini adalah pada penelitian di atas banyak yang merepresentasikan bentuk sosial, representasi dari penulis, dan salah satu peneliti yang objek serta teorinya sama adalah penelitian yang kedua, yang di mana penelitian tersebut menggunakan objek material lagu "Takut" milik Idigitaf juga menganalisis menggunakan teori Van Dijk, namun letak perbedaan ada pada letak fokus utama dari penelitian. Pada penelitian tersebut fokus penelitian ada pada realita *mental health* anak muda, sedangkan untuk penelitian ini berfokus pada bentuk representasi hal-hal yang dialami pada masa *quarter life crisis* dengan melihat bentuk psikologi. Akibat dari *quarter life crisis* di semua kalangan, tidak hanya remaja saja karena seperti penjelasan di atas tentang bagaimana *quarter life crisis* dapat dialami oleh semua kalangan.

Analisis wacana banyak melahirkan teori sebagai landasan teori untuk menganalisis objek yang diinginkan. Salah satu landasan teori yang ada adalah teori analisis wacana kritis menurut Van Dijk. Teori milik Van Dijk merupakan salah satu teori yang banyak digunakan oleh para peneliti. Hal tersebut dilatarbelakangi karena Van Dijk dirasa merumuskan bentuk-bentuk kolaborasi elemen-elemen dari wacana, sehingga dapat digunakan dan diterapkan dengan mudah pada objek yang tepat. Van Dijk memandang teks menjadi beberapa struktur atau menurut tingkatan yang pada masing-masing bagiannya memiliki unsur pendukung satu sama lain. Van Dijk membagi struktur menjadi tiga tingkatan. Tingkatan pertama ada struktur makro, struktur makro biasa disebut sebagai makna umum dari teks yang dirasa dapat dianalisis mempertimbangkan topik ataupun tema yang diangkat pada suatu berita atau teks. Kedua adalah superstruktur, superstruktur adalah sebuah struktur wacana yang memiliki hubungan dengan sebuah kerangka di suatu teks, tentang bagaimana bagian-bagian teks dapat tersusun secara utuh. Ketiga, ada struktur mikro, sebuah bentuk wacana yang dapat mengamati dari sebagian kecil dari sebuah teks yakni sebuah kalimat, proposisi, anak kalimat, *paraphrase*, serta gambar bentuk struktur mikro yang juga merupakan bagian terkecil dari wacana juga terdiri dari semantik, sintaksis, dan bentuk retorik (Aska dkk., 2022)

Analisis wacana kritis Van Dijk adalah analisis yang menitikberatkan pada aspek kekuatan dan ketidaksetaraan yang dimunculkan pada fenomena aspek sosial. Oleh karena itu, Analisis wacana kritis juga dapat digunakan untuk menganalisis bentuk wacana pada ilmu lain yang di dalam ilmu tersebut memiliki ranah politik, budaya, kelas sosial, hegemoni, ras, dan gender. Ranah kajian Van Dijk berpusat pada prinsip analisis wacana kritis yakni pada aspek, tindakan, konteks, historis, kekuasaan, serta bentuk ideologi.

Selain menggunakan teori analisis wacana milik Van Dijk, penelitian ini juga menggunakan teori representasi untuk dapat merepresentasikan bentuk-bentuk yang telah didapat menggunakan teori Van Dijk. Konsep representasi digunakan untuk menggambarkan bentuk ekspresi di antara teks dengan realitas. Dalam sebuah tanda juga dapat dikatakan menjadi bentuk representasi, yakni sebagai media untuk menggambarkan atau mengimajinasikan sesuatu. Representasi tidak hanya sebatas memaknai teks saja, namun juga harus memiliki pemahaman dan peran yang aktif serta, bentuk kreatif seseorang dalam melihat dunia. Representasi tidak hanya berfokus pada produksi makna saja, namun juga sebagai media pertukaran makna. Stuart Hall juga berpendapat bahwa sebuah media dapat dimaknai berbeda-beda dan bisa juga media tersebut tidak dimaknai sebagaimana awal tujuan media tersebut diciptakan.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif dalam menganalisis lirik lagu "Takut" karya Idris. Dengan menggunakan landasan teori Analisis Wacana milik Van Dijk. Penelitian ini akan difokuskan pada analisis teks, seluruh bait yang ada dalam lagu "Takut" karya Idris. Karena pada seluruh bait lagu tersebut menggambarkan representasi *quarter life crisis* dari berbagai sudut pandang, sehingga seluruh bait dapat digunakan sebagai data penelitian. Untuk merepresentasikan makna *quarter life crisis* pada setiap bait lagu peneliti menggunakan keandalan interpretasi sebagai salah satu cara untuk mendeskripsikan makna representasi yang terkandung di dalamnya. Isu dalam lagu tersebut dapat dianalisis menggunakan analisis wacana kritis Van Dijk, karena dengan teori tersebut peneliti tidak hanya mendapatkan bentuk representasi kegelisahan dan keresahan fase *quarter life crisis* saja tetapi juga akan mendapatkan tentang tema

keseluruhan (Makro), makna secara tersirat pada setiap kata (Mikro), serta bagaimana kerangka keseluruhan pada lagu tersebut (superstruktural).

Untuk mengumpulkan data peneliti melakukan tahapan-tahapan penelitian. Pada tahap pertama peneliti mendengarkan lagu dan mencermati adakah bentuk kecemasan dan kegelisahan pada masa *quarter life crisis* pada lagu “Takut” karya Idgitaf. Setelah itu, membaca dan mencermati lirik, pada tahap ketiga melakukan pengumpulan data yang dikira memiliki kaitan dengan kecemasan, kebingungan pada masa *quarter life crisis*. Selanjutnya peneliti memilih data yang dikira sesuai dengan teori milik Van Dijk, tahapan terakhir yang dilakukan adalah mengkaji data-data yang sudah tersaring dan menjabarkan sesuai dengan bagaimana teori Van Dijk melihat bentuk struktur dan merepresentasikan lirik tersebut ke dalam bentuk-bentuk kecemasan, kegelisahan, bentuk psikologi lainnya saat masa *quarter life crisis*.

Van Dijk menggambarkan analisis wacana menjadi tiga dimensi yakni, teks, kognisi sosial, dan konteks sosial. Pada penelitian ini fokus pada dimensi teks yang digambarkan melalui lirik lagu. Pada tahap selanjutnya peneliti mengklasifikasikan data sesuai dengan pembagian dimensi teks menurut Van Dijk. Yakni, struktur makro, superstruktur, serta struktur mikro. Setelah mengklasifikasikan data, peneliti membuat alur penelitian sesuai dengan alur teori analisis wacana kritis menurut Van Dijk. Yakni, mencari makna representasi secara umum atau topik utama (Makro) yang mendasari lagu “Takut” karya Idgitaf. Struktur ini memiliki peran untuk mengetahui makna keseluruhan atau topik dari lagu dengan berfokus pada identifikasi topik utama yang ada pada lagu “Takut” terkait dengan kekhawatiran di fase *quarter life crisis* (Haryatmoko, 2017).

Langkah kedua peneliti mencari skema yang memberikan gambaran sistematis hingga membentuk satu kesatuan makna pada bait lagu (Superstruktural), analisis superstruktur berfokus pada poin bagaimana kata pada lirik lagu “Takut” distrukturkan serta bagaimana bait-bait tersebut dapat membentuk pesan menyeluruh yang akan disampaikan (Haryatmoko, 2016).

Langkah ketiga yang dilakukan adalah menganalisis kebahasaan pada bait lagu yang penting dan dirasa memiliki kaitan dengan tujuan penelitian, serta merepresentasikan kegelisahan dan kekhawatiran (Superstruktur Mikro) (Haryatmoko, 2017). Dengan landasan representasi Stuart Hall. Sehingga didapatkan hasil berupa Struktur Makro, Superstruktur, Struktur Mikro berdasar pada analisis wacana kritis Van Dijk, serta bentuk representasi yang ada pada lagu “Takut” karya Idgitaf.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Bentuk-bentuk *quarter life crisis* banyak tergambar pada lirik lagu “Takut” karya Idgitaf yang dimana bentuk-bentuk *quarter life crisis* digambarkan pada setiap baitnya dan bila ditelaah lebih jauh akan didapatkan bentuk-bentuk representasi dari *quarter life crisis* berikut adalah bentuk-bentuk representasi dari *quarter life crisis* yang digambarkan pada setiap bait lagu “Takut”. Melihat judul saja sudah didapatkan representasi takut akan sesuatu. Untuk menjabarkan takut yang dimaksudkan penulis maka peneliti akan merepresentasikan bait per bait pada lagu “Takut”.

## **Data 1**

*Sudah di kepala dua*

*Harus mulai dari mana?*

*Ambisiku bergejolak, antusias tak karuan*

*Banyak mimpi-mimpi yang 'kan kukejar*

Pada bait diatas tergambar jelas tentang seseorang yang baru saja menginjak usia 20 tahun namun bingung harus memulai apa yang telah direncanakan dari mana karena pada usia awal setiap anak muda akan memiliki banyak sekali cita-cita yang akan dikejar. Pada lirik tersebut juga menggambarkan bahwa pada setiap individu yang memasuki usia 20 tahunan akan memiliki gejolak ambisi yang sangat besar dalam meraih apa yang diinginkannya atau direncanakan pada usia sebelum memasuki usia 20 tahunan.

Bila ditarik ke dalam realitas kehidupan bait tersebut merepresentasikan individu atau kelompok usia awal 20-an. Pada fase tersebut para individu akan memulai memikirkan apa yang akan dilakukannya setelah mengenyam pendidikan kuliah, dan harus mulai dari mana saat akan mencapai apa yang diinginkannya dan mulai menyusun rencana agar apa yang diinginkan itu dapat tercapai. dan pada usia awal 20-an ambisi anak muda akan sangat bergejolak dalam meraih sesuatu yang diinginkannya dan hal tersebut direpresentasikan pada salah satu lirik bait di atas.

Memasuki fase menuju dewasa individu tidak lagi mengerti harus memulai semua dari mana, tidak seperti anak kecil yang masih diarahkan orang tua atau orang terdekat. Pada fase ini banyak individu mulai menapaki dunianya sendiri sehingga sejalan dengan baris kedua, karena sebagian individu pasti mengalami kebingungan untuk memulai sesuatu harus mulai dari mana dan bagaimana cara memulai.

Data pertama termasuk dapat dikategorikan menjadi dua kategori, kategori yang pertama adalah kategori superstruktural, karena pada bait pertama menggambarkan tentang awal mula kehidupan remaja menuju dewasa yang dipenuhi kebingungan atau dapat dikatakan sebagai pembuka untuk struktur yang lebih dalam pada bait-bait selanjutnya. Kategori berikutnya adalah pada aspek Makro, dimana pada bait tersebut juga didapati tentang tema umum yang sejalan dengan judul lagu, yakni ketakutan akan awal usia 20, hingga banyaknya mimpi yang harus dikejar tanpa tahu arah dan bagaimana memulai perjalanan panjang tersebut.

## **Data 2**

*Lika-liku perjalanan*

*Ku terjebak sendirian*

*Tumbuh dari kebaikan, bangkit dari kesalahan*

*Berusaha pendamkan kenyataan bahwa*

Data dua diklasifikasikan pada aspek mikro, karena pada data tersebut didapati makna-makna kehidupan, mulai dari banyaknya tantangan atau susahnya perjalanan hidup yang digambarkan dengan kata “lika-liku perjalanan” dengan kondisi tidak ada yang akan membantu selain diri sendiri, serta pada kalimat tiga yang menyatakan bahwa tidak ada salahnya untuk belajar dari kesalahan dan berusaha melawan hal-hal buruk yang muncul dari diri sendiri untuk menghancurkan segala usaha yang telah dilakukan.

Pada data tersebut merepresentasikan bagaimana awal mula mendapatkan sebuah kegagalan di percobaan awal-awal saat hendak memasuki usia dewasa. Pada fase tersebut individu mulai menghadapi beberapa terjal kehidupan yang tidak begitu baik untuk

menggapai cita-cita yang ingin dicapai. Namun saat keadaan buruk juga tidak ada yang bisa membantu sehingga yang dapat membantu diri kita adalah diri kita sendiri, sejalan dengan semua manusia pada akhirnya akan berusaha sendiri dan sukses dengan usahanya sendiri. Pada bait kedua telah mulai muncul gejala-gejala *quarter life crisis*. Karena pada fase mendewasakan diri seorang individu akan mendapatkan pengalaman yang berharga berasal dari sebuah kegagalan yang telah dialami selama dalam perjalanan menggapai sebuah pencapaian. Kegagalan-kegagalan tersebut menjadi salah satu faktor *quarter life crisis*. Salah satu faktor pendewasaan diri adalah dapat tetap melanjutkan jalan untuk mencapai keinginan yang telah diinginkan walaupun pernah melakukan sebuah kesalahan dan merasakan kegagalan pada fase sebelumnya, sehingga individu dapat keluar dari permasalahan *quarter life crisis*.

### **Data 3**

***Takut tambah dewasa***

***Takut aku kecewa***

***Takut tak seindah yang kukira***

***Takut tambah dewasa***

***Takut aku kecewa***

***Takut tak sekuat yang kukira***

Bait tiga menggambarkan bagian inti dari superstruktur karena pada bait ini mengungkapkan tentang semua ketakutan yang dialami yakni, takut akan dewasa, kecewa, tidak sesuai ekspektasi, tidak kuat menghadapi masalah yang akan dihadapi ke depannya. Aspek makro yang tergambar pada bait tersebut adalah bagaimana individu mengalami banyak ketakutan untuk melangkah lebih lagi, takut harus kembali ke titik awal dan lain sebagainya merupakan gambaran luas rasa takut yang dialami oleh para remaja.

Pada bait ketiga penulis menggambarkan kehidupan tentang bagaimana kondisi *quarter life crisis* digambarkan dengan adanya rasa takut dalam diri saat dalam perjalanan saat berambisi mendapatkan apa yang ingin didapatkan, yang pada awalnya di usia bawah 20 tahun merasa aman, tentram damai, namun saat memasuki usia 20 tahun para individu akan mulai menapaki jalannya sendiri sehingga didapatkan kondisi *quarter life crisis* yakni takut dalam menjalani dunia lebih lanjut karena merasa dengan semakin dewasa seorang individu akan semakin lagi merasakan tekanan-tekanan kehidupan. Sehingga dengan semakin dewasa seseorang juga akan merasa takut kembali menelan rasa kecewa karena apa yang dihadapi tidak sesuai dengan apa yang telah diimpikannya selama ini. Takut yang dihadapi bukan semata karena pengalaman pribadi namun terkadang rasa takut juga muncul karena adanya beberapa orang lain yang juga mengalami hal yang sama, sehingga menimbulkan rasa *overthinking*.

### **Data 4**

***Aku tetap bernafas***

***Meski sering tercekat***

***Aku tetap bernafas***

***Meski aku tak merasa bebas***

Data empat terdapat aspek mikro tentang bagaimana manusia tetap menjalani kehidupan walaupun banyak hal-hal yang tidak diinginkan menerpa hidupnya. Walaupun

belum mendapatkan apa yang diinginkannya, ataupun belum merasa bebas karena belum mendapatkan apa yang diinginkannya setiap individu akan tetap menjalankan kehidupan seperti biasanya. Hal tersebut sejalan dengan bagaimana orang-orang tetap melanjutkan kehidupan, pekerjaan, atau kegiatan lain yang mungkin bukan cita-citanya, sehingga kegiatan tersebut dilakukan untuk melanjutkan hidup selagi berusaha mencari jalan agar mendapatkan impian yang selama ini diimpikan.

#### **Data 5**

##### ***Pertengahan 25***

##### ***Selanjutnya bagaimana?***

##### ***Banyak mimpi yang terkubur, mengorbankan waktu tidur***

##### ***Ku tak tahu apa lagi yang 'kan kukejar***

Pada data lima, terdapat kenaikan usia yang sebelumnya pada usia 20, pada bait ini telah menginjak usia pertengahan 25, sehingga didapatkan superstruktural adanya alur kehidupan yang dibangun pada bait demi bait lagu “Takut”. Pada bait tersebut juga menggambarkan bagaimana pada pertengahan usia 25 merupakan gambaran seorang individu yang masih mengalami rasa bingung untuk hidupnya. Karena sudah banyak usaha dilakukan, mengorbankan banyak hal namun belum tahu apa yang selanjutnya harus dilakukan, pada usia tersebut telah banyak mengorbankan satu demi satu mimpi untuk meraih mimpi yang lainnya hingga pada kalimat terakhir terdapat kalimat “Ku tak tahu apa lagi yang kan kukejar”, hal tersebut sejalan dengan representasi tentang individu yang mengalami *quarter life crisis*, karena pada fase tersebut individu akan merasa tertekan, gelisah, serta khawatir dengan banyaknya kegagalan yang dilalui, ataupun sudah tidak tahu lagi arah dan tujuan ke depannya bagaimana.

#### **Data 6**

##### ***Maaf jika***

##### ***Belum seturut yang dipinta***

##### ***Maaf jika***

##### ***Seperti tak tahu arah***

Bentuk representasi dari bait tersebut adalah pada masa penerimaan saat di fase *quarter life crisis*, karena pada bait enam banyak memunculkan kata maaf yang mengandung makna minta maaf pada diri sendiri karena belum bisa menggapai apa yang diinginkan, minta maaf kepada orang sekitar yang memberi bantuan atau arah agar tidak salah melangkah namun pada akhirnya tetap menemui kegagalan. Sehingga pada bait ini didapatkan super mikro tentang bagaimana individu yang sudah merasa lelah sehingga untuk mengurangi rasa cemas menghadapi kehidupan dengan mengatakan kata minta maaf hingga dapat meringankan beban mental yang selama ini ditanggung. Kata maaf seperti minta kesempatan kedua untuk mengulang semua, karena kesalahan dan kegagalan yang telah terjadi ada karena hal tersebut merupakan usaha pertama, langkah pertama mengarungi dunia luas sehingga seperti orang tersesat di hutan yang tidak tahu arah.

#### **Data 7**

*Aku sudah dewasa*  
*Aku sudah kecewa*  
*Memang tak seindah yang kukira*  
*Aku sudah dewasa*  
*Aku sudah kecewa*  
*Memang tak sekuat yang kukira*

Data tujuh menggambarkan fase superstruktur pada fase dewasa, fase yang lebih tua dari pada fase awal 20, sampai pertengahan 25. Pada fase ini menggambarkan fase lepas dari masa remaja. Fase dewasa sering disebut sebagai fase penentuan karena setelah fase dewasa bukan kembali ke fase remaja namun menuju fase lansia yang pada fase tersebut banyak orang ingin hidupnya hanya untuk menikmati hasil jerih payah selama hidup. Sehingga banyak orang mencurahkan seluruh hidupnya pada fase dewasa agar dapat menikmati hidup di fase lansia.

Pada data tersebut terdapat representasi individu sadar dan paham dirinya sudah dewasa dan sudah terlanjur kecewa dengan segala usaha dan permasalahan yang ada di kehidupan, fase dewasa yang digunakan untuk menerima apa yang memang ditakdirkan untuknya walaupun tidak sesuai dengan ekspektasi individu karena memang individu sadar dirinya tidak sekuat itu untuk menggapai apa yang sesuai ekspektasinya selama ini. Individu menerima bahwa apa yang selama ini diinginkannya mungkin bisa tercapai apabila dirinya lebih kuat dari apa yang selama ini dilakukan, namun setiap individu memiliki batas kemampuan masing-masing sehingga pada fase ini yang dilakukan adalah fase penerimaan hasil usaha yang dilakukan selama ini, menerima pahitnya rasa kecewa karena tidak sesuai ekspektasi.

#### **Data 8**

*Engkau tetap bernafas*  
*Meski sering tercekat*  
*Engkau tetap bernafas*  
*Dan langkahmu 'kan terasa bebas*  
*Dan hatimu 'kan terasa bebas*  
*Dan jiwamu 'kan terasa bebas*

Pada data delapan didapatkan aspek superstruktur penutupan, karena pada data ini ditemukan fase akhir dari segala bentuk perjuangan yakni fase menerima apa adanya dan harus tetap melanjutkan hidup. Pada bait terakhir lagu “Takut” menggambarkan bahwa fase akhir dari *quarter life crisis* atau kegelisahan, kecemasan, serta rasa takut berlebihan akan hilang apabila individu bisa menerima apa yang telah didapatkan dari usahanya selama ini dengan menerima apa adanya hasil yang didapatkan dengan sedikit demi sedikit melepas apa yang diinginkannya sehingga semakin lama maka individu akan merasa bebas sendiri karena sudah rela menjalani hidupnya tanpa lagi memikirkan tekanan yang di berikan orang lain atau standar lainnya. Bait tersebut juga menggambarkan fase menerima keadaan secara “Terpaksa” dalam menerima keadaan namun lama-lama diri akan merasa bebas dengan sendirinya, sehingga individu akan menjalani hidup tanpa tekanan dan merasa bebas melakukan apapun.

Aspek Super Makro yang didapatkan pada lagu “Takut” karya Idgitaf adalah tentang bagaimana kegelisahan, kecemasan terhadap masa depan, rasa ragu-ragu akan diri sendiri yang tidak mampu menghadapi kerasnya kehidupan, serta tentang bagaimana melanjutkan hidup tanpa bantuan siapapun dan arahan dari siapapun. Pada lagu “Takut” juga menggambarkan tentang hidup yang akan tetap berjalan walaupun semua tidak sesuai dengan ekspektasi. Lagu tersebut juga menggambarkan tentang fase-fase remaja hingga dewasa. Diawali dengan fase berjuang mati-matian hingga pada fase menerima apa adanya.

Aspek kedua yang ditemukan pada lagu “Takut” adalah adanya Superstruktur yang urut dari awal hingga akhir lagu. Pada awal lagu digambarkan usia awal 20, dilanjutkan dengan pertengahan 25, hingga menginjak usia dewasa. Awal usia 20 merupakan bait pembuka yang memberikan makna tentang munculnya kegelisahan dan kecemasan akan masa depan untuk pertama kalinya. Di lanjutkan dengan fase pendewasaan diri melalui perjalanan hidup yang terjal serta pahitnya kegagalan saat berjuang menggapai asa. Klimaks pada lagu tersebut ada pada kata takut yang berulang kali muncul pada lirik lagu di mana rasa tersebut adalah faktor terbesar individu menghadapi kehidupan. Pada akhir lagu didapatkan penyelesaian yakni dengan menerima apapun yang didapatkan dan tetap melanjutkan hidup dengan bebas tanpa adanya tekanan hidup lagi.

Aspek terakhir yang di temukan adalah aspek mikrostruktural, dimana pada aspek ini ditemukan makna-makna kecil pada beberapa kata yang ada pada lirik lagu, seperti di temukannya makna denotatif pada kata “Takut, Kecewa, Tercekat” yang merupakan gambaran nyata dari perasaan kondisi emosional seseorang yang mengalami banyak fase dan cobaan kehidupan. Makna kedua yang didapatkan adalah makna konotatif, makna tersebut didapatkan pada kalimat “Takut tambah dewasa” dan “Takut tak seindah yang ku kira”. Pada kata pertama terdapat makna tentang rasa takut bukan karena semakin tua namun rasa takut karena semakin besar harapan, tanggung jawab, dan bagaimana realitas hidup ke depannya. Pada kalimat dua menggambarkan tentang rasa cemas akan masa depan yang tidak sesuai dengan harapan.

Terdapat juga kohesi dan koherensi yang ditemukan pada lagu tersebut. Kohesi muncul karena adanya pengulangan kata “Takut tambah dewasa” menimbulkan kohesi emosi. Koherensi muncul karena adanya alur dari awal lagu hingga akhir lagu. Koherensi mulai ada saat munculnya rasa cemas dan takut akan kehidupan dewasa, memperjuangkan sesuatu, gagal, memiliki pengalaman, bertahan dengan menerima apa adanya. Lagu ini juga menunjukkan adanya implikasi bahwa di luar sana banyak para pemuda dan pemudi yang mengalami kecemasan dan rasa takut yang sama. Sehingga lagu “Takut” yang di bawakan oleh Idgitaf ini menjadi bentuk representasi dari generasi muda yang resah dan takut akan masa depan.

## **SIMPULAN**

Pada penelitian ini didapatkan representasi bentuk-bentuk kecemasan dan rasa takut yang tergambar pada lirik lagu “Takut”. Setiap bait lagu “Takut” memiliki representasi masing-masing seperti representasi tentang bagaimana memulai semua, bagaimana memulai perjalanan panjang hidup, juga tentang hidup dewasa yang harus dilakukan sendiri tanpa bantuan orang lain dengan jalan yang berliku. Representasi rasa takut dan resah akan masa depan, hingga representasi tentang menerima apa adanya hasil yang telah diperjuangkan. Selain mendapatkan representasi pada setiap baitnya, lagu “Takut” juga didapati aspek-aspek analisis wacana kritis Van Dijk. Dalam lagu tersebut didapatkan

adanya super makro berupa kegelisahan, ketakutan, dan kecemasan akan masa depan. Serta adanya fase-fase kehidupan yang awalnya berusaha hingga pada akhirnya menerima apa adanya. Poin kedua yang didapatkan adalah superstruktur dengan adanya alur runtut dari awal lagu yang menggambarkan awal 20, fase dua pada pertengahan 25, hingga fase terakhir yakni fase dewasa. Aspek terakhir yang ditemukan adalah aspek super mikro, di mana pada poin ini ditemukan makna denotatif tentang rasa takut, kecewa, dan tercekat. Makna kedua adalah makna konotatif tentang “takut tambah dewasa dan takut tak seindah yang kukira”, kohesi dan koherensi tentang adanya kohesi emosional dan adanya koherensi alur dari rasa takut, berjuang, gagal, bertahan atau menerima. Serta adanya implikasi tentang banyaknya anak muda sekarang juga mengalami hal yang mirip atau bahkan serupa sehingga lagu “Takut” dapat dijadikan sebagai representasi dari generasi muda yang takut, cemas, dan resah.

Masa *quarter life crisis* memang akan selalu dihadapi oleh setiap individu namun dampak baik buruknya tergantung dari bagaimana kita mempersiapkan diri untuk menghadapi masa menuju dewasa hingga masa dewasa. Sehingga pada lagu “Takut” dapat disimpulkan memiliki makna terkait *Quarter life Crisis* karena dalam lagu tersebut memiliki banyak kekhawatiran sosok individu dari masa remaja hingga menuju dewasa sampai tiba waktu dewasa yang penuh akan kekhawatiran di hidupnya serta aspek-aspek supermakro, superstruktur, dan supermikro.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Afina. (2022). *Pengaruh Afiriasi Positif Terhadap Quarter Life Crisis Pada Dewasa Awal*. Universitas Muhammadiyah Banjarmasin.
- Al-Fatih, H. M. (2023). *Analisis Wacana Kritis Model Teun A Van Dijk Dalam Lirik Lagu “Tutur Batin” Karya Yura Yunita*. Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta.
- Andika, A. D. (2024). *Kritik Sosial Dari Lagu “Killing In The Name” Yang Dipopulerkan Oleh Rage Against The Machine*.
- Aska, W., Alghifari, M. F., & Goziyah. (2022). Analisis Wacana Kritis Van Dijk Pada Lirik Lagu “Usik” Karya Feby Putri. *Jurnal Skripta*, 8, 3642.
- Dr. Haryatmoko. (2016). *Critical Discourse Analysis (Analisis Wacana Kritis): Landasan Teori, Metodologi, dan Penerapan*. rajawali pers .
- Dr. Haryatmoko. (2017). *Critical Discourse Analysis (Analisis Wacana Kritis): Landasan Teori, Metodologi, dan Penerapan* (H. Zaskuri, Ed.). Rajawali Pers.
- Kurniawan, Y. W., & Rizki, R. C. (2023). Representasi Quarter Life Crisis Melalui Analisis Wacana Pada Lirik Lagu “Takut” Karya Idgitaf Terhadap Realita Mental Health Remaja 1\*. Dalam *COMMUNICATIONS* (Vol. 5, Nomor 2). <https://doi.org/Communication5.2.4>
- Lestari, D. N. (2021). *Analisis Wacana Kritis Teun A. Van Dijk Atas Lirik Lagu “Ojo Mudik” Ciptaan Didi Kempot Teun A. Van Dijk’s Critical Discourse Analysis Of The Lyrics The Song “Ojo Mudik” Created By Didi Kempot*.
- Mantovani, A. N. P., Kencana, K. P., Sepsita, V., & Wijaya, Z. C. (2022). Quarterlife Crisis in Young Adults: Challenges, Impacts, and Adaptation Processes. *Jurnal Psikologi Terapan (JPT)*, 5(2), 68. <https://doi.org/10.29103/jpt.v5i2.10424>
- Nisa’, N. A. (2020). *Representasi Egoisme Dalam Novel “Derana” Analisis Wacana Teun A. Van Dijk*.

- Quarter Life Crisis: Antara Tekanan Hidup dan Proses Pendewasaan. (2025, Juli 24). <https://www.umy.ac.id/quarter-life-crisis-antara-tekanan-hidup-dan-proses-pendewasaan/>.
- Robinson, O. C. (2015). *A longitudinal mixed-methods case study of quarter-life crisis during the post-university transition: Locked-out and locked-in forms in combination*.
- Sahertian, W. C., & Mulyono. (2024). Representasi Penerimaan Diri Dalam Album Untuk Dunia, Cinta, Dan Kotornya Karya Nadin Amizah: Kajian Analisis Wacana Kritis Teun A. Van Dijk. Dalam *Sapala* (Vol. 11).
- Uki Irwanti, R., & Haq, A. H. B. (2021). Alexithymia pada Generasi Milenials. *Jurnal Ilmu Sosial Humaniora Indonesia*, 1(1), 61–66. <https://doi.org/10.52436/1.jishi.9>
- Valentino, K., & Hendrawan, D. (2025). Tinjauan Sistematis: Gambaran Quarter-life Crisis, Dampak, serta Faktor-faktor yang Memengaruhinya. *Buletin Psikologi*, 33(1), 26. <https://doi.org/10.22146/buletinpsikologi.98848>