

## Interpretasi Lagu 'Anti-Hero' Karya Taylor Swift Dalam Mengurangi Kecemasan Sosial

Fairuz Inayah Ardyarny<sup>1</sup>, Arinda Putri Nugraha<sup>2</sup>, Wulan Aprilia Puji Lestari<sup>3</sup>

Universitas Negeri Surabaya<sup>1,2,3</sup>

[24041184052@mhs.unesa.ac.id](mailto:24041184052@mhs.unesa.ac.id)<sup>1</sup>

[20241184249@mhs.unesa.ac.id](mailto:20241184249@mhs.unesa.ac.id)<sup>2</sup>

[24041184165@mhs.unesa.ac.id](mailto:24041184165@mhs.unesa.ac.id)<sup>3</sup>

**Abstrak:** Penelitian ini bertujuan untuk menginterpretasikan lirik lagu “*anti-hero*” sebagai salah satu bentuk upaya pengurangan masalah kecemasan sosial yang sekarang marak terjadi. Kecemasan sosial merupakan sindrom cemas yang dialami oleh seseorang saat berada dalam situasi sosial. Melalui analisis lirik lagu ini mengeksplorasi perasaan tidak layak, ketidakpuasan terhadap diri sendiri, dan ketakutan akan penilaian orang lain yang sering dihadapi oleh individu dengan kecemasan sosial. Taylor Swift menggunakan metafora, ironi, dan bahasa emosional untuk memperlihatkan bagaimana perasaan internal ini memengaruhi hubungan pribadi dan persepsi diri. Interpretasi ini menunjukkan bahwa lagu *anti-hero* dapat berfungsi sebagai alat introspeksi dan pengurangan kecemasan sosial melalui identifikasi emosional dan empati yang terbangun dengan sang penulis lagu.

**Kata Kunci:** Kecemasan, Depresi, Rendah diri

### PENDAHULUAN

Di zaman yang serba maju ini, teknologi dan komunikasi terus berkembang, sehingga menimbulkan kemajuan pesat dalam berbagai aspek kehidupan. Salah satunya adalah musik yang terus berkembang, baik secara Nasional maupun Internasional. Teknologi saat ini terus membawa kemajuan bagi industri musik di seluruh dunia, tak luput juga Indonesia.

Musik dari berbagai daerah bahkan dunia terus masuk dan membuat perubahan di seluruh benua utamanya Indonesia. Musik sendiri merupakan salah satu jenis kesenian yang membahas dan menetapkan berbagai suara ke dalam pola-pola yang dapat dimengerti dan dipahami manusia (Harnia, 2021). Musik juga sebagai bentuk komunikasi yang digunakan oleh manusia, hal ini selaras dengan pernyataan menurut Hidayat (2014:224) yang menyatakan bahwa musik merupakan suatu kegiatan komunikasi melalui suara agar mampu menyampaikan pesan dengan cara yang berbeda. Musik telah menjadi bagian dari perkembangan manusia, tanpa sadar sejak dalam kandungan hingga dewasa kita sering diperdengarkan musik oleh orang tua kita. Salah satu bentuk dari musik adalah lagu.

---

Lagu merupakan satu karya seni yang dapat kita nikmati kapan saja, dalam lagu terdapat sebuah lirik, menurut Depdiknas (2008) lirik adalah puisi pendek yang mengekspresikan emosi. Lagu memiliki banyak makna tergantung pada pengekspresian yang ingin disampaikan oleh penyair atau musisi kepada pendengar. Kata kata yang dirancang sedemikian rupa hingga menghasilkan kata yang indah dan bermakna.

Taylor Swift merupakan penyanyi asal Pennsylvania, lahir pada 13 Desember 1989, dan dibesarkan di Wyomissing, Pennsylvania, Amerika Serikat. Nama asli Taylor Swift adalah Taylor Alison Swift. Taylor dikenal sebagai penyanyi berbakat di seluruh dunia dengan Jumlah total lagu 243 lagu dengan 10 album, yang masing-masing menunjukkan evolusi dari diri dan musiknya. Setiap album pun disuguhkan seperti catatan harian dari Taylor sendiri. Taylor selalu dicintai di setiap eranya (Purwanto & Yogatama, 2022).

Lagu pertamanya berjudul "I Just Can't Wait to Be King" yang merupakan salah satu soundtrack film "The Lion King" (1994), saat itu Taylor berusia 3 tahun, ia menganggap itu merupakan langkah yang berani dan ngawur. Ia terus mengepakkan sayapnya hingga akhirnya merilis album pertama "Taylor Swift" tahun 2006, yang merupakan era debutnya di dunia entertainer, Taylor Swift berhasil merilis album pertamanya dengan single berjudul "Tim McGraw" pada usia 14 tahun, dan mengembangkan karir di industri musik Amerika (Wijayanti & Saraswati, 2022) bergenre lagu country Taylor berhasil mendapatkan gelar sebagai artis pendatang baru terbaik di ajang penghargaan Musik Country pada 2007.

Diawali dengan suksesnya lagu bergenre Country tersebut, Taylor terus melebarkan sayapnya dengan mencoba berbagai genre berbeda. Setelahnya Taylor merilis album kedua yang berjudul "Fearless" (2008), yang telah terjual sebanyak 7 juta keping (Dian et al., 2023). Album ini menjadi peralihan Taylor dari lagu-lagu bergenre country ke genre pop. Pada album kedua inipun Taylor berhasil membawa pulang album of the year di Grammy. Cerita yang dibawakan di setiap lagu Taylor Swift kebanyakan mengisahkan perjalanan cinta, salah satunya "Forever and Always" lagu pertama yang mengisahkan pacar selebritas Taylor Swift.

Pada era "Midnights"(2022) Album kesepuluh Taylor, menjadi album terlaris pada 2022. Dalam album ini, lagu lagu yang dirilis bergenre pop, dengan sedikit nuansa berbeda dari album-album sebelumnya. Sesuai dengan judulnya, nuansa gelap dan reflektif lebih dominan.

---

Tak hanya itu. tema-tema kesendirian dan insecurity juga sangat terasa di albumnya ini. Dalam track lagu utamanya Taylor menceritakan pengalaman berbeda dari lagu lagu sebelumnya, dalam album kali ini ia menggambarkan berbagai keresahan, kecemasan, dan refleksi diri Taylor Swift atas segala kesulitan yang dihadapi dalam hidupnya. Lagu "Anti-Hero" dari mendapat perhatian luas karena menggambarkan pergulatan batin yang kompleks, termasuk perasaan cemas, rasa tidak percaya diri, dan ketidak layakan. Segala kecemasan dan overthinking itu kerap menghantui dirinya pada tengah malam, yang membuat malam-malam Swift terasa penuh teror dan depresif.

Dalam Anti-Hero ini pula, Taylor Swift merefleksikan dirinya sebagai seorang antihero. Antihero merupakan tokoh utama yang ikut jadi pusat cerita, tapi tidak punya karakter protagonis secara tradisional pada umumnya.

Dalam lagu ini, Swift melihat dirinya penuh dengan kegagalan personal. Sementara itu, ia juga merasa bersalah karena menyadari banyak penggemar dan orang-orang yang perhatian kepadanya tetap mendukung meski ia berulang kali melakukan kesalahan yang sama.

Kecemasan atau anxiety ini ternyata tak hanya dialami oleh Taylor Swift tapi juga dialami oleh sejumlah remaja yang sedang menuju proses pendewasaan. Menurut Durand dan Barlow, kecemasan adalah keadaan suasana perasaan yang memiliki tanda-tanda ketegangan fisik ataupun kekhawatiran akan masa depan. Menurut Stuart dan Sundeen (2008), kecemasan adalah emosi yang tidak mengenakan, yang ditandai dengan kekhawatiran, keprihatinan, rasa takut yang kadang kita alami, dalam tingkat yang berbeda-beda. Kecemasan adalah kondisi gelisah, takut, atau pesimis akibat ancaman yang mungkin terjadi atau ancaman yang tidak dapat dipahami yang dapat mempengaruhi diri sendiri atau hubungan penting dengan orang lain (Rivany et al., 2023).

Berdasarkan pada pengertian diatas, kecemasan atau anxiety dapat dialami oleh siapa saja, utamanya para remaja. Anxiety pada remaja bisa disebabkan oleh berbagai faktor, mulai dari tekanan akademik, pergaulan sosial, hingga pengaruh media sosial yang memperkuat perasaan kurang percaya diri dan ketakutan akan penilaian dari orang lain. Dalam "Anti-Hero", Swift mengeksplorasi perasaan terasing, ketidakpuasan terhadap diri sendiri, dan kegelisahan yang mendalam, tema-tema yang sangat relevan dengan pengalaman banyak remaja yang menghadapi gangguan kecemasan. kecemasan atau anxiety. Remaja merupakan kelompok

---

yang rentan terhadap tekanan emosional, terutama di tengah perkembangan sosial, akademis, dan teknologi yang menuntut mereka untuk memenuhi ekspektasi yang tinggi (Ruskandi, 2024).

Kata interpretasi merupakan sinonim dengan kata tafsiran yang diartikan menangkap maksud dengan mengutarakan pendapat (Bahasa, 1980: 336). Dengan demikian, interpretasi pada lagu ini dapat diartikan dengan memahami makna lagu kemudian mengungkapkan dengan pendapat atau rasa yang dirasakan oleh remaja yang mengalami kecemasan.

Analisis terhadap lagu ini penting karena Lagu ini mengangkat tema kecemasan, rasa tidak percaya diri, dan perasaan tidak layak—hal-hal yang sering dialami remaja dalam masa perkembangan emosional mereka. Dengan menganalisis lagu ini, kita bisa memahami bagaimana musik populer dapat merefleksikan dan mewakili pengalaman mental dan emosional yang dirasakan remaja, sehingga menjadi alat komunikasi yang efektif dalam mengatasi dan memahami kecemasan.

Selain itu, Kecemasan merupakan masalah kesehatan mental yang umum pada remaja, namun seringkali sulit untuk dibicarakan. Melalui analisis lagu ini, kita dapat lebih mengenali tanda-tanda kecemasan yang mungkin tersembunyi dalam kehidupan sehari-hari remaja. Lagu "Anti-Hero" dapat membuka ruang diskusi yang lebih luas mengenai pentingnya kesehatan mental di kalangan remaja, serta membantu memecahkan stigma tentang kecemasan. Tak hanya itu, dengan analisis ini memberikan wawasan tentang bagaimana musik pop, seperti karya Swift, dapat berfungsi sebagai saluran emosional bagi remaja yang mengalami kecemasan.

Melalui lirik yang jujur dan penuh kerentanan, lagu ini tidak hanya mencerminkan pengalaman Swift sendiri, tetapi juga memberikan ruang bagi remaja untuk merasa dipahami dan tidak sendirian dalam perjuangan mereka menghadapi kecemasan. Penelitian ini bertujuan untuk menggali interpretasi lagu "Anti-Hero" dalam mengurangi gangguan kecemasan pada remaja, serta bagaimana lagu ini dapat berperan dalam meningkatkan kesadaran akan isu kesehatan mental di kalangan generasi muda. Selain memberikan wawasan untuk remaja, penelitian ini juga penting untuk membantu orang tua, pendidik, dan pihak lain yang peduli memahami masalah yang mungkin dihadapi remaja. Dengan memahami interpretasi lirik "Anti-Hero", mereka dapat lebih tanggap dan mendukung remaja dalam menghadapi tantangan emosional yang dihadapi.

---

## **METODE**

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian kali ini adalah metode penelitian kualitatif dengan pendekatan deskriptif, karena variabel penelitian merupakan objek yang tidak perlu menggunakan pengukuran dan proses statistik. Menurut Moleong data penelitian kualitatif yang dikumpulkan adalah data yang berupa kata-kata, gambar, dan bukan merupakan angka-angka (Moleong, 1999: 6).

Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah wawancara dan analisa lirik. Wawancara sebagai metode pengumpulan data dengan cara tanya jawab yang dilakukan secara sistematis dan berdasarkan kepada tujuan penelitian (Ridho Indria et al., 2023). Pedoman wawancara berisi item-item pertanyaan wawancara kepada narasumber untuk kepentingan analisis dan identifikasi (Sukarti et al., 2018). Responden yang diperlukan dalam wawancara ini adalah responden dengan latar belakang gangguan kecemasan dan memiliki pemahaman tentang lagu “Anti-Hero” Taylor Swift serta responden merupakan remaja.

Dalam analisis data ini dilakukan reduksi data (data reduction), penyajian data (data display), dan penyimpulan (conclusion drawing/verification).

Data yang diperoleh melalui teknik pengumpulan data berupa rekaman hasil wawancara setelah itu peneliti memilih data-data yang dianggap pokok sehingga dapat lebih mudah dalam melakukan penelitian yang sesuai dengan rumusan masalah. Selanjutnya yang dilakukan adalah penyajian data, ini dilakukan untuk memudahkan dalam memahami apa yang terjadi, merencanakan kerja selanjutnya berdasarkan data-data yang sudah dikumpulkan.

Data yang sudah direduksi kemudian disajikan dengan pengkajian, peneliti kemudian mengkaji interpretasi lirik lagu dalam mengurangi kecemasan yang dihadapi oleh remaja. Langkah selanjutnya yang dilakukan peneliti setelah data tersaji secara sistematis dan selanjutnya yang dilakukan peneliti setelah data tersaji secara sistematis dan terperinci adalah menarik kesimpulan dan verifikasi data tersebut.

Peneliti mendeskripsikan hasil analisis agar mudah dipahami untuk kemudian disimpulkan. Kesimpulan penelitian yang diperoleh tadi kemudian dikaji dengan membandingkan antara hasil analisis dari penelitian yang berkaitan sebelumnya.

---

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada bab ini peneliti akan memaparkan hasil dari analisis dan wawancara yang berkaitan dengan interpretasi para remaja terhadap lirik yang terdapat pada lagu “Anti-Hero” Taylor Swift.

Menurut kamus Bahasa Inggris Amerika online Oxford Learner’s Dictionaries, “Antihero” menerangkan tentang karakter utama dalam sebuah cerita, tetapi tidak memiliki karakter pahlawan yang khas, sehingga seperti orang biasa atau buruk secara moral (Diva Azka Layalia & Anshory, 2023).

“Anti-Hero” sendiri adalah lagu bergenre pop rock, lirik yang terkandung dalam lagu ini menggambarkan Taylor; sebagai penulis dan penyanyi lagu ini, mengkritik dirinya sendiri, sehingga menyebut dirinya sebagai “masalah” dan mengungkapkan kegelisahan, kecemasan, dan depresinya.

### 3.1 Tema-Tema yang muncul dalam Lagu “Anti-Hero” Taylor

Dari hasil analisa didapat beberapa tema utama yang muncul dalam Interpretasi lagu “Anti-Hero”, yakni mencakup:

1. **Kecemasan** : Dalam lagu ini, kecemasan merupakan perasaan yang melekat dan tak terhindarkan dalam kehidupan umat manusia, tak terkecuali Taylor. Pada lirik "I wake up screaming from dreaming," Taylor menggambarkan bagaimana kecemasan menghantui dirinya, bahkan ketika tidur. Kecemasan yang dirasakan tak hanya soal perasaan gelisah yang ringan, tetapi kecemasan yang mendalam sehingga mempengaruhi kondisinya, baik fisik maupun mental. Taylor mengekspresikan bagaimana kecemasan tersebut dapat memicu mimpi buruk, dan ketakutan akan ditinggalkan oleh orang-orang terdekatnya dalam kehidupan sehari-hari. seperti yang digambarkan dalam lirik "One day I'll watch as you're leaving, 'Cause you got tired of my scheming," yang menjelaskan ketakutannya dalam kecemasan dan tindakannya yang akan menyebabkan orang-orang pergi darinya. Kecemasan ini berakar pada kekhawatiran mendalam tentang bagaimana dia dipersepsikan oleh orang lain, dan bahwa ketidakpastian dan keraguan dalam dirinya akan membuat orang-orang yang dia cintai akhirnya menyerah dan meninggalkannya. Dalam lirik tersebut menunjukkan bahwa dia mungkin merasa bersalah atau takut atas hal-hal yang belum tentu terjadi, tetapi rasa cemas itu membuatnya memikirkan skenario terburuk secara berulang. Ini adalah ciri khas dari kecemasan berlebihan, di mana

---

seseorang mengantisipasi yang terburuk bahkan ketika tidak ada tanda-tanda nyata bahwa itu akan terjadi.

Dalam hal ini, kecemasan nyatanya tak hanya dirasakan oleh Taylor. Responden wawancara menunjukkan bahwa banyak dari mereka bisa merasakan dan memahami perasaan cemas yang dialami oleh Taylor, artinya banyak dari mereka juga mengalaminya. Bahkan, beberapa dari mereka mengatakan bahwa kecemasan yang digambarkan oleh Taylor sangat relevan dengan kehidupan realitas mereka, di mana mereka sering merasa cemas tentang hal-hal yang mungkin tidak mampu mereka kontrol, termasuk ketakutan akan berakhirnya suatu hubungan atau kesalahan yang mereka lakukan di masa depan.

Ada juga yang menyebutkan bahwa kecemasan Taylor, seperti yang diungkapkan dalam lirik-liriknya, memberikan rasa validasi terhadap perjuangan mereka sendiri. Mereka melihat bahwa seseorang seperti Taylor, yang memiliki pengaruh besar dan kesuksesan, juga berjuang dengan kecemasan yang sama. Hal ini membantu mereka merasa tidak sendirian dalam menghadapi perasaan cemas yang sering kali menakutkan dan membebani. Lagu ini, bagi beberapa pendengar, juga berfungsi sebagai cermin untuk merefleksikan kecemasan mereka sendiri, membantu mereka mengartikulasikan emosi yang sulit mereka ungkapkan. Selain itu, beberapa responden mengakui bahwa kecemasan Taylor dalam lagu ini terasa seperti sesuatu yang tidak bisa dihindari, sebuah perasaan yang terus ada dan hadir bahkan dalam situasi yang seharusnya menyenangkan. Ini memberikan penggambaran realistis tentang bagaimana kecemasan bekerja di kehidupan nyata.

Dalam hidup, kecemasan sering kali tidak mengenal waktu atau tempat, dan bisa muncul kapan saja—sama seperti dalam mimpi buruk yang Taylor alami di tengah tidurnya. Ini adalah perasaan konstan yang membuat seseorang merasa tidak pernah benar-benar bebas dari rasa khawatir. Ada juga yang menyebutkan bahwa kecemasan Taylor, seperti yang diungkapkan dalam lirik-liriknya, memberikan rasa validasi terhadap perjuangan mereka sendiri. Mereka melihat bahwa seseorang seperti Taylor, yang memiliki pengaruh besar dan kesuksesan, juga berjuang dengan kecemasan yang sama. Hal ini membantu mereka merasa tidak sendirian dalam menghadapi perasaan cemas yang sering kali menakutkan dan membebani. Lagu ini, bagi beberapa pendengar, juga berfungsi sebagai cermin untuk merefleksikan kecemasan mereka sendiri, membantu mereka mengartikulasikan emosi yang sulit mereka ungkapkan.

Selain itu, beberapa responden mengakui bahwa kecemasan Taylor dalam lagu ini terasa seperti sesuatu yang tidak bisa dihindari, sebuah perasaan yang terus ada dan hadir bahkan dalam situasi yang seharusnya menyenangkan. Ini memberikan penggambaran realistis tentang bagaimana kecemasan bekerja di kehidupan nyata. Dalam hidup, kecemasan sering kali tidak mengenal waktu atau tempat, dan bisa muncul kapan saja—sama seperti dalam mimpi buruk yang Taylor alami di tengah tidurnya. Ini adalah perasaan konstan yang membuat seseorang merasa tidak pernah benar-benar bebas dari rasa khawatir.

2. **Depresi** : Tema depresi dalam lagu ini juga sangat kuat, digambarkan sebagai sesuatu yang konstan dan merusak keseimbangan hidup Taylor. Pada bait pertama, Taylor mengatakan “When my depression works the graveyard shift” dalam lirik ini Taylor menggunakan metafora “shift malam” untuk menggambarkan bagaimana depresinya bekerja pada waktu-waktu tidur dan beristirahat. Bagi orang yang mengalami depresi, malam sering menjadi waktu untuk kita berpikir negatif, sehingga menyebabkan kita mengalami kesulitan tidur atau insomnia. Kondisi inilah yang secara signifikan mempengaruhi pola hidup sehari-hari, mengubah waktu malam menjadi siang, seperti yang digambarkan dalam lirik "Midnights become my afternoons". Perasaan terjebak dalam pola hidup yang tidak beraturan ini sering kali dirasakan oleh mereka yang berjuang dengan depresi, di mana perasaan tidak berdaya dan tidak termotivasi semakin memperburuk kondisi mereka.

Taylor juga menggambarkan depresi ini sebagai sesuatu yang lebih dari perasaan sesaat. Depresi dalam lagu ini menjadi bagian dari rutinitas hidup, sebuah kondisi yang tidak bisa hilang hanya dengan beristirahat atau mengubah pikiran. Lirik-liriknya menunjukkan bahwa depresi tersebut bersifat berulang dan mendalam, dengan efek yang begitu kuat hingga mengganggu keseharian. Ini memperkuat pandangan bahwa bagi orang yang mengalami depresi, setiap hari bisa menjadi perjuangan baru untuk mempertahankan stabilitas emosi dan fisik.

Salah satu kekuatan utama dari tema depresi dalam lagu ini adalah bagaimana Taylor Swift membuka diskusi tentang kesehatan mental dengan cara yang jujur dan emosional. Dengan berbagi pengalamannya secara langsung dan transparan melalui lirik, Taylor memberikan ruang bagi pendengar untuk mengidentifikasi diri mereka sendiri dengan tema depresi ini. Lagu ini dapat berfungsi sebagai alat untuk memvalidasi perasaan orang yang mengalami depresi

---

atau gangguan kesehatan mental lainnya, dengan memberikan pemahaman bahwa mereka tidak sendirian dalam perjuangan mereka.

Responden dalam wawancara juga mengakui betapa nyata dan terasa tema depresi ini. Mereka mencatat bahwa depresi yang digambarkan oleh Taylor adalah pengalaman yang terus-menerus hadir, mengganggu kehidupan secara berkelanjutan. Beberapa responden mengatakan bahwa lirik-lirik ini menggambarkan kehilangan kontrol yang sering dialami oleh orang yang berjuang dengan depresi.

Hari demi hari bisa terasa kabur dan tidak jelas antara waktu untuk beristirahat dan waktu untuk menderita, sehingga menciptakan siklus yang sangat melelahkan secara emosional dan fisik. Beberapa responden dalam wawancara mengaitkan pengalaman ini dengan perasaan kehilangan arah atau perasaan terbebani oleh tekanan mental yang konstan. Mereka menggambarkan depresi Taylor sebagai kondisi mental yang menghalangi mereka untuk menjalani hidup dengan cara yang produktif dan sehat. Sebagian dari mereka juga mengakui bahwa mereka merasa terhubung dengan pengalaman Taylor, terutama bagaimana depresi itu bisa mengubah persepsi waktu dan realitas.

Tak hanya itu, Responden juga mencatat bagaimana penggambaran depresi dalam lagu ini bisa membantu orang lain yang mengalami hal serupa untuk merasa lebih terhubung dan lebih terbuka untuk membicarakan pengalaman mereka. Mereka merasa bahwa dengan melihat Taylor sebagai figur publik yang mengakui bahwa dia mengalami depresi, itu bisa memberikan inspirasi kepada mereka untuk mengakui perasaan mereka sendiri dan mencari dukungan.

3. **Masalah diri sendiri** : Salah satu bagian paling signifikan dari lagu "Anti-Hero" karya Taylor Swift adalah lirik yang dengan jelas menunjukkan betapa Taylor menganggap dirinya sebagai akar dari segala masalah: "It's me, hi, I'm the problem, it's me." Lirik ini mengandung makna yang mendalam tentang bagaimana Taylor menginternalisasi masalah-masalah yang terjadi di sekitarnya dan secara otomatis menyalahkan dirinya sendiri. Ini bukan hanya ekspresi sederhana, tetapi sebuah pengakuan atas perjuangan batin yang intens—di mana Taylor merasa bahwa setiap konflik, ketegangan, atau kegagalan dalam hidupnya, baik yang bersifat pribadi maupun profesional, seolah-olah disebabkan oleh dirinya sendiri. Lirik ini adalah sebuah refleksi dari perasaan bersalah yang mendalam dan perasaan bahwa dirinya adalah penyebab dari kekacauan yang terjadi di hidupnya. Dalam lagu ini, Taylor tidak hanya merujuk pada

---

peristiwa-peristiwa konkret yang terjadi dalam hidupnya, tetapi juga mengungkapkan ketidakmampuannya untuk melarikan diri dari rasa bersalah yang ia ciptakan sendiri. Perasaan bahwa dia adalah "masalah" memberikan cerminan tentang self-sabotage, di mana seseorang merusak kehidupannya sendiri, bahkan ketika mereka mungkin tidak secara sadar ingin melakukannya.

Taylor menampilkan dirinya sebagai seseorang yang secara konstan mencari-cari kesalahan dalam diri sendiri, sering kali meyakini bahwa dia adalah orang yang salah dalam segala situasi. Ini adalah tema yang sangat menyentuh, terutama bagi mereka yang berjuang dengan kesehatan mental atau perasaan rendah diri. Dalam wawancara dengan beberapa responden, mereka mencatat bahwa tema ini sangat relevan bagi orang-orang yang berjuang dengan perasaan bersalah yang mendalam. Mereka mengatakan bahwa, seperti Taylor, mereka sering merasa bahwa mereka adalah sumber dari semua masalah di sekitar mereka, baik dalam kehidupan pribadi maupun dalam hubungan mereka dengan orang lain. Perasaan bersalah ini begitu kuat sehingga kadang-kadang mereka merasa tidak layak mendapatkan kebahagiaan atau cinta, karena mereka terus-menerus menganggap bahwa mereka adalah beban atau sumber masalah bagi orang-orang di sekitar mereka.

Responden juga mencatat bahwa ini adalah perasaan yang sangat umum dialami oleh orang-orang yang sedang berjuang dengan kesehatan mental, seperti kecemasan, depresi, atau gangguan emosional lainnya. Orang-orang yang mengalami kondisi ini sering kali merasa seperti mereka adalah "masalah" yang harus diselesaikan, bukan hanya oleh diri mereka sendiri tetapi juga oleh orang lain. Mereka merasakan tekanan untuk berubah, untuk menjadi "lebih baik," atau untuk mengatasi masalah mereka agar tidak menjadi beban bagi orang-orang yang mereka cintai. Taylor mengungkapkan perasaan ini dengan sangat jujur, memberikan ruang bagi pendengar untuk merasakan solidaritas dalam pengalaman bersama.

Lirik "It's me, hi, I'm the problem, it's me" juga mencerminkan kecenderungan self-blame atau menyalahkan diri sendiri yang sering kali muncul pada orang-orang yang mengalami depresi atau perasaan rendah diri. Perasaan ini membuat mereka memandang segala sesuatu dari perspektif negatif, di mana mereka merasa tidak ada yang benar dalam diri mereka, bahkan ketika mungkin kenyataannya tidak seburuk yang mereka pikirkan. Taylor mengekspresikan betapa beratnya hidup dengan perasaan bahwa setiap kegagalan atau masalah dalam hidup

---

adalah akibat dari dirinya sendiri, dan betapa melelahkannya hal itu secara emosional. Responden juga mengaitkan tema ini dengan perasaan self-sabotage, di mana orang yang merasa seperti masalah sering kali secara tidak sadar menghancurkan hubungan atau peluang karena mereka merasa tidak layak mendapatkan hal-hal baik dalam hidup mereka.

Mereka mungkin berpikir bahwa, karena mereka adalah "masalah," mereka pada akhirnya akan mengecewakan atau melukai orang-orang yang mereka cintai, sehingga mereka mengantisipasi kegagalan dengan cara-cara yang merusak diri mereka sendiri. Ini menciptakan siklus destruktif, di mana perasaan bersalah dan rendah diri terus tumbuh dan memperburuk kondisi mental mereka. Selain itu, ada juga elemen ekspektasi sosial yang tercermin dalam perasaan Taylor bahwa dia harus menjadi sempurna atau tidak pernah melakukan kesalahan.

Banyak orang yang merasa tertekan untuk menyesuaikan diri dengan standar tertentu, dan ketika mereka gagal mencapai standar tersebut, mereka mulai menyalahkan diri sendiri secara berlebihan. Lirik ini menunjukkan bahwa Taylor merasakan beban yang sangat berat dari harapan-harapan tersebut, baik dari dirinya sendiri maupun dari lingkungan sekitarnya. Salah satu hal yang paling signifikan dalam wawancara dengan responden adalah bagaimana mereka menyoroti isolasi emosional yang dapat dihasilkan dari perasaan bahwa diri mereka adalah "masalah."

Mereka merasa seperti tidak ada yang bisa memahami beban emosional yang mereka rasakan, dan hal ini dapat memperburuk perasaan terasing dari orang-orang di sekitar mereka. Seperti Taylor yang merasa takut ditinggalkan oleh orang-orang yang dia cintai karena mereka "bosan" dengan "scheming"-nya, banyak orang merasa bahwa jika mereka terlalu sering menunjukkan kelemahan atau kesalahan mereka, orang-orang di sekitar mereka akan pergi dan meninggalkan mereka sendirian. Pada akhirnya, lirik "It's me, hi, I'm the problem, it's me" menjadi semacam cermin universal bagi banyak orang yang merasa bahwa mereka adalah sumber dari segala kesulitan di hidup mereka. Lagu ini mengangkat isu tentang bagaimana perasaan bersalah, self-blame, dan self-sabotage dapat mempengaruhi cara seseorang memandang diri sendiri dan dunia di sekitarnya. Lagu ini juga membantu mendobrak stigma tentang kesehatan mental dengan menunjukkan bahwa bahkan seseorang yang sekuat dan sukses Taylor Swift bisa merasakan hal yang sama seperti yang dirasakan oleh banyak pendengarnya.

4. **Insecurity** : Rasa insecurity atau ketidakamanan menjadi tema yang sangat menonjol dalam lagu "Anti-Hero" karya Taylor Swift, dan pada bait kedua, Taylor secara eksplisit menyatakan perasaannya yang mendalam terkait hal ini: "Sometimes, I feel like everybody is a sexy baby and I'm a monster on the hill." Lirik ini sangat kuat karena menggambarkan bagaimana Taylor merasa berbeda dari orang-orang di sekitarnya. Dia merasa tidak layak, baik secara fisik maupun emosional, dibandingkan dengan orang lain yang ia pandang sebagai sosok yang lebih menarik atau lebih "sempurna."

Dalam penggambaran ini, Taylor merasa dirinya seperti monster di atas bukit—sebuah sosok besar yang aneh dan terisolasi, yang tidak bisa berbaur dengan orang lain, sementara orang lain yang ia lihat tampak kecil, menarik, dan nyaman dengan diri mereka sendiri. Insecurity yang digambarkan dalam lagu ini tidak hanya sebatas pada penampilan fisik, tetapi juga pada aspek emosional dan sosial.

Taylor mengekspresikan perasaan bahwa ia tidak dapat memenuhi standar yang ada atau harapan yang ditetapkan oleh masyarakat, terutama dalam dunia yang sering kali memprioritaskan penampilan fisik dan kesuksesan. Sosok "monster di atas bukit" menunjukkan perasaan bahwa dirinya tidak cocok di dunia orang-orang yang tampak lebih menarik, sukses, atau "sempurna." Ia merasa dirinya terlalu besar, terlalu mencolok, dan terlalu berbeda untuk bisa benar-benar menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitarnya. Ini adalah gambaran yang sangat jelas tentang self-doubt (keraguan diri) yang sering kali dialami oleh banyak orang, terutama dalam situasi sosial di mana mereka merasa bahwa mereka tidak cukup baik atau tidak mampu menyamai orang-orang di sekeliling mereka.

Responden dalam wawancara yang dilakukan juga sangat mengidentifikasi dengan tema ini. Banyak yang merasa bahwa Taylor menggambarkan dengan tepat perasaan rendah diri yang sering muncul dalam kehidupan sehari-hari. Beberapa dari mereka menyebutkan bagaimana mereka sering merasa seperti Taylor, bahwa mereka berbeda dan merasa tidak pantas berada di sekitar orang-orang lain yang mereka anggap lebih baik atau lebih menarik. Ini menggambarkan pengalaman universal tentang insecurity—bagaimana seseorang merasa selalu tertahan oleh ketakutan bahwa mereka tidak cukup baik dalam berbagai aspek kehidupan, baik itu dalam hal penampilan, hubungan sosial, maupun kesuksesan pribadi. Salah satu responden mengungkapkan bahwa ketidakamanan ini sering kali muncul dalam situasi-

---

situasi sosial, di mana orang dengan rendah diri merasa bahwa mereka tidak cukup menarik secara fisik atau tidak cukup cerdas untuk menjadi bagian dari kelompok tertentu. Hal ini sangat berkaitan dengan perasaan inferioritas, di mana seseorang membandingkan dirinya dengan orang lain dan merasa tidak pernah cukup.

Mereka mungkin merasa tidak cukup baik dalam hal penampilan fisik, prestasi profesional, atau dalam menjaga hubungan sosial. Standar-standar yang mereka lihat dalam masyarakat atau di media sering kali membuat mereka merasa semakin jauh dari ideal yang diharapkan, memperburuk rasa insecure tersebut. Beberapa responden juga mencatat bahwa lirik ini mencerminkan bagaimana persepsi diri yang negatif bisa mempengaruhi pandangan seseorang terhadap orang lain. Taylor, dalam lagu ini, memandang orang lain sebagai "sexy baby," sosok yang tampak sempurna dan ideal.

Namun, ini mungkin tidak mencerminkan kenyataan sebenarnya, melainkan hanya interpretasi Taylor yang lahir dari ketidakamanan yang ia rasakan tentang dirinya sendiri. Orang dengan rasa insecure sering kali melihat orang lain sebagai lebih baik atau lebih sempurna dari mereka, tanpa menyadari bahwa mungkin orang lain juga memiliki insecurity atau kelemahan yang sama. Rasa rendah diri membuat seseorang terlalu kritis terhadap dirinya sendiri, sambil melihat orang lain dengan kaca mata yang berbeda, mempercayai bahwa mereka tidak akan pernah bisa mencapai standar yang sama. Ketidakamanan ini juga tidak hanya terkait dengan penampilan fisik, tetapi juga dengan kemampuan untuk berhubungan dengan orang lain.

Taylor menggambarkan dirinya sebagai "monster" yang terisolasi, yang tidak bisa dengan mudah terhubung dengan orang-orang di sekitarnya. Ini juga berkaitan dengan perasaan tidak diterima dalam kelompok sosial atau pergaulan. Banyak orang yang merasa insecure sering kali merasa terasing, seolah-olah mereka tidak benar-benar bagian dari dunia di sekitar mereka, atau bahwa mereka terlalu berbeda untuk benar-benar dimengerti atau dihargai. Hal ini bisa menciptakan ketakutan untuk berinteraksi dengan orang lain atau membentuk hubungan yang lebih dalam, karena mereka takut tidak akan diterima. Selain itu, banyak responden juga menghubungkan tema insecurity ini dengan dunia modern yang dipenuhi dengan tekanan sosial dari media sosial dan masyarakat. Kehadiran standar kecantikan yang tidak realistis, pencapaian karir, dan popularitas di media sosial membuat orang semakin merasa tertekan untuk menjadi sempurna. Mereka merasa semakin sulit untuk menyesuaikan diri dengan

---

standar-standar yang tidak realistis ini, yang sering kali memperburuk perasaan insecure dan rendah diri. Perbandingan diri dengan orang lain, terutama melalui media sosial, membuat banyak orang merasa bahwa mereka tidak pernah cukup baik atau tidak akan pernah mencapai kesempurnaan yang mereka lihat di layar ponsel mereka.

Lirik Taylor Swift ini memberikan gambaran yang sangat kuat tentang bagaimana rasa insecurity bisa mempengaruhi cara seseorang memandang dirinya sendiri dan dunia di sekitarnya. Lagu ini menyoroti betapa sulitnya menghadapi perasaan tidak cukup baik, dan bagaimana hal tersebut dapat berdampak pada hubungan dengan orang lain dan pandangan hidup secara keseluruhan. Lagu ini juga berfungsi sebagai refleksi bagi pendengar, terutama mereka yang merasakan hal serupa dalam hidup mereka. Mereka mungkin merasa terbantu dan lebih dipahami, menyadari bahwa bahkan orang-orang sukses dan terkenal seperti Taylor Swift juga mengalami perjuangan internal yang sama dengan yang mereka alami.

5. **Terisolasi** : Perasaan terisolasi menjadi salah satu tema emosional yang sangat mendalam dalam lagu "Anti-Hero" karya Taylor Swift. Dalam liriknya, Taylor menggambarkan dirinya sebagai sosok yang tidak dapat dengan mudah terhubung dengan orang lain atau merasa nyaman di dalam lingkaran sosial.

Hal ini tergambar jelas dalam lirik "Too big to hang out, slowly lurching toward your favorite city," di mana ia merasa terlalu "besar" atau berbeda dari orang-orang di sekitarnya. Perasaan terisolasi yang dia alami tidak hanya merujuk pada jarak fisik antara dirinya dan orang lain, tetapi juga mengacu pada jarak emosional di mana ia merasa seperti tidak benar-benar diterima atau cocok dengan dunia di sekitarnya.

Taylor seolah-olah berada di pinggiran masyarakat, selalu berusaha mendekati hubungan sosial yang diinginkannya, namun tidak pernah benar-benar mampu mencapainya. Lirik ini menyoroti bagaimana perasaan keterasingan dapat muncul bahkan ketika seseorang secara fisik dekat dengan orang lain. Isolasi yang digambarkan Taylor bukanlah isolasi yang diakibatkan oleh kesepian fisik, tetapi lebih merupakan isolasi emosional, di mana ia merasa tidak dapat terhubung dengan orang lain di tingkat yang lebih dalam. Ia merasa berbeda seperti sosok yang tidak sesuai atau terlalu "besar" dalam hal perasaan, pengalaman, atau identitas untuk bisa berbaur dengan mereka yang ia pandang lebih "normal" atau lebih sesuai dengan standar sosial yang ada. Taylor menggambarkan dirinya sebagai sosok aneh yang terpisah dari kehidupan

---

normal, sehingga sulit baginya untuk membangun koneksi yang lebih mendalam dengan orang-orang di sekitarnya.

Responden dalam wawancara yang dilakukan juga mengakui bahwa tema isolasi ini sangat kuat dan relevan dengan pengalaman mereka sendiri. Banyak dari mereka yang merasa bahwa isolasi emosional yang Taylor gambarkan merupakan cerminan dari kecemasan dan depresi yang mereka alami. Salah satu responden menyebutkan bahwa dalam lirik ini,

Taylor seolah-olah menggambarkan ketidakmampuannya untuk benar-benar masuk ke dalam lingkaran sosial atau hubungan yang dia inginkan, yang pada akhirnya memperburuk perasaan isolasinya sendiri. Dalam situasi di mana seseorang memiliki masalah mental seperti kecemasan atau depresi, sering kali mereka merasa bahwa mereka tidak benar-benar dimengerti oleh orang-orang di sekitar mereka, yang membuat mereka merasa semakin terpisah dari dunia. Responden lain juga mencatat bahwa perasaan isolasi ini tidak hanya unik bagi Taylor Swift, tetapi juga mencerminkan realitas kehidupan modern.

Di tengah dunia yang semakin terhubung secara digital, banyak orang justru merasa semakin terasing secara emosional. Meskipun teknologi membuat orang lebih mudah untuk berkomunikasi dan menjalin hubungan dengan orang lain, hal itu sering kali tidak menghasilkan hubungan yang mendalam dan bermakna. Banyak orang yang merasa sendirian, meskipun mereka dikelilingi oleh orang-orang, dan mereka tidak dapat menemukan kedekatan emosional yang mereka butuhkan.

Hal ini menciptakan perasaan bahwa mereka tidak pernah benar-benar terhubung dengan dunia di sekitar mereka, bahkan ketika mereka berada di tengah-tengahnya. Beberapa responden juga mencatat bahwa isolasi emosional ini sering kali diperparah oleh tekanan sosial dan harapan masyarakat. Taylor, sebagai seorang figur publik, mungkin merasa terjebak dalam ekspektasi orang lain, sehingga sulit baginya untuk menunjukkan siapa dirinya yang sebenarnya atau merasa diterima apa adanya. Ini adalah pengalaman yang dialami oleh banyak orang, di mana mereka merasa harus menyesuaikan diri dengan standar atau harapan sosial tertentu untuk bisa diterima, namun di dalamnya, mereka merasa kehilangan identitas asli mereka sendiri.

Isolasi yang diakibatkan oleh ketidakmampuan untuk menjadi diri sendiri ini menjadi beban yang berat, di mana seseorang merasa bahwa mereka harus terus berjuang untuk memenuhi

---

ekspektasi orang lain, tetapi pada akhirnya merasa semakin terpisah dari hubungan yang mereka inginkan. Selain itu, beberapa responden juga menekankan bahwa isolasi ini sering kali diperburuk oleh perasaan bahwa mereka tidak pantas atau tidak cukup baik untuk berhubungan dengan orang lain.

Dalam kasus Taylor, ia menggambarkan dirinya sebagai monster, sosok besar yang berbeda dari orang-orang di sekitarnya yang mungkin tampak lebih sempurna atau lebih menarik. Banyak orang yang merasa terisolasi sering kali merasa bahwa mereka tidak cukup baik untuk menjadi bagian dari lingkungan sosial di sekitar mereka. Mereka mungkin merasa bahwa mereka terlalu berbeda atau terlalu rumit untuk bisa diterima sepenuhnya oleh orang lain. Perasaan ini, yang muncul dari insecurity atau rasa rendah diri, membuat mereka merasa semakin sulit untuk membangun hubungan yang bermakna, karena mereka takut bahwa ketidaksempurnaan mereka akan membuat orang lain menjauh.

Taylor juga menggambarkan isolasi ini dengan cara yang sangat visual dan emosional, di mana ia merasakan pemisahan antara dirinya dan dunia. Ia merasakan dirinya perlahan-lahan meluncur menuju kota favorit orang lain, seolah-olah ia hanya menjadi pengamat yang tidak pernah benar-benar bisa berpartisipasi dalam kehidupan orang-orang di sekitarnya. Gambaran ini mencerminkan bagaimana orang yang merasa terisolasi sering kali merasa seperti orang luar dalam lingkaran sosial mereka sendiri—mereka melihat orang lain menjalani kehidupan yang mereka inginkan, tetapi mereka merasa tidak mampu atau tidak layak untuk ikut serta dalam kehidupan itu. Mereka merasa bahwa meskipun mereka dekat secara fisik dengan orang lain, mereka selalu terpisah secara emosional, dan ini menambah perasaan keterasingan dan kesepian.

Secara keseluruhan, perasaan terisolasi yang digambarkan Taylor dalam lagu "Anti-Hero" bukan hanya tentang kesendirian fisik, tetapi lebih kepada kesendirian emosional—perasaan bahwa meskipun ia berada di antara orang lain, ia tidak benar-benar dapat berhubungan dengan mereka. Tema ini sangat relevan bagi banyak orang, terutama mereka yang berjuang dengan masalah kesehatan mental seperti kecemasan dan depresi. Lagu ini menjadi cerminan dari pengalaman tersebut, di mana perasaan terasing dari dunia di sekitar menjadi bagian yang sulit diatasi. Dalam kehidupan modern yang penuh dengan tekanan sosial, harapan, dan teknologi,

---

perasaan isolasi emosional menjadi semakin umum, dan lagu ini memberikan suara bagi mereka yang merasakan hal tersebut.

### **3.2 Interpretasi dalam lagu “Anti-Hero” dalam mengurangi masalah kecemasan sosial**

#### **1. Interpretasi Lirik dan Pesan Emosional**

Lagu ini membuka pandangan terhadap perjuangan pribadi Swift yang berkaitan dengan kecemasan dan perasaan kurang percaya diri, terutama melalui lirik-lirik seperti "It's me, hi, I'm the problem, it's me" yang menunjukkan pengakuan terhadap kesulitan dalam menerima diri sendiri. Pada remaja, perasaan serupa muncul akibat tekanan sosial, akademis, dan penilaian dari teman sebaya. Dengan mengungkapkan perasaan ini secara transparan, Swift memberikan ruang kepada pendengar untuk mengenali bahwa kecemasan dan self-doubt adalah pengalaman yang umum dan dapat diterima.

#### **2. Peran Musik dalam Mengurangi Kecemasan pada Remaja**

Melalui identifikasi dengan lirik dan tema lagu, remaja dapat merasa lebih dipahami dan kurang terasing dalam kecemasan mereka. Musik *Anti-Hero* membantu menciptakan tempat aman bagi remaja untuk merenungkan emosi mereka, di mana mereka tidak perlu merasa sendirian dalam pengalaman ini. Dalam konteks ini, lagu *Anti-Hero* berfungsi sebagai "terapi pendengaran," di mana pendengar dapat menemukan dukungan emosional dan melepaskan perasaan-perasaan negatif dengan cara yang aman dan sehat.

#### **3. Pembahasan Tentang Kecemasan dalam Lirik Swift**

*Anti-Hero* secara implisit menyampaikan bahwa kecemasan dan rasa tidak percaya diri adalah bagian dari pengalaman hidup manusia. Ini relevan dengan konsep yang dikemukakan oleh Durand dan Barlow, yang menyebut kecemasan sebagai kondisi emosional yang ditandai dengan kekhawatiran dan ketegangan. Lirik dalam lagu ini menunjukkan bahwa bahkan seorang figur publik seperti Taylor Swift pun tidak terhindar dari perasaan tersebut. Hal ini menyampaikan pesan kepada remaja bahwa ketidaksempurnaan adalah hal yang normal dan bukan sesuatu yang harus disembunyikan.

#### **4. Efektivitas Lagu dalam Mengurangi Stigma Kesehatan Mental**

Lagu ini juga membuka ruang diskusi yang lebih luas tentang kesehatan mental, sehingga berpotensi mengurangi stigma seputar kecemasan. Dengan memberikan contoh nyata melalui pengalaman Swift, *Anti-Hero* mendorong para pendengar untuk tidak merasa malu membicarakan kecemasan mereka. Dengan begitu, lagu ini dapat berfungsi sebagai alat komunikasi untuk mengekspresikan perasaan, sekaligus mendorong para remaja untuk berbicara lebih terbuka tentang kesehatan mental mereka.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian, diskusi penulis, dan juga analisis kualitatif mengenai gangguan kecemasan yang diinterpretasikan lewat lagu *anti-hero* oleh Taylor Swift yang sudah dilakukan, peneliti menemukan bahwa lagu tersebut memiliki beberapa tema diantaranya yaitu kecemasan, depresi, masalah pada diri sendiri, perasaan insecure, dan perasaan terisolasi. Menurut beberapa pendengar lagu ini dianggap sebagai cermin untuk merefleksikan kecemasan mereka dan disaat yang bersamaan juga membantu mereka mengartikulasikan emosi yang sulit mereka ungkapkan. Beberapa pendengar lain merasa terinspirasi oleh lagu *anti-hero* ini untuk mengakui perasaan mereka sendiri dan mencari dukungan lewat lagu lagu yang mereka dengarkan.

Penelitian ini juga mengkonfirmasi bahwa saat ini khalayak tidak hanya menjadi penerima pasif, namun mereka aktif dalam menciptakan dan merepresentasikan makna dari lagu-lagu yang mereka dengar. Makna pesan lagu ini tidak hanya ditentukan oleh pembuat lagu, tetapi juga peran aktif pendengar dalam menafsirkan lirik dan makna pesan yang disampaikan oleh lagu tersebut sesuai dengan pengalaman dan pandangan masing-masing pendengar. Melalui lagu "*anti-hero*" oleh Taylor Swift ini, pendengar dapat mengaitkan pengalaman emosional mereka sendiri, hal tersebut bisa membuat ruang diskusi tentang isu-isu kesehatan mental semakin luas.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Dian, S., Rachelia, A., Karol, C., & Putri, N. (2023). Interpretasi Lagu "Rayuan Perempuan Gila" Karya Nadin Amizah sebagai Pemahaman tentang Kesehatan Mental. *Interpretasi Lagu "Rayuan Perempuan Gila" Karya Nadin Amizah Sebagai Pemahaman Tentang Kesehatan Mental*, 446–456.  
<https://proceeding.unesa.ac.id/index.php/sniis/article/download/824/305>

- 
- Diva Azka Layalia, & Anshory, A. M. Al. (2023). *Analisis Makna Bahasa Figuratif Dalam Lirik Lagu Anti-Hero Karya Taylor Swift*. 7(2), 132–146.  
<https://jurnal.uns.ac.id/hsb/article/view/68175>
- Harnia, N. T. (2021). Analisis Semiotika Makna Cinta Pada Lirik Lagu “Tak Sekedar Cinta” Karya Dnanda. *Jurnal Metamorfosa*, 9(2), 224–238.  
<https://doi.org/10.46244/metamorfosa.v9i2.1405>
- Purwanto, M. P., & Yogatama, A. (2022). *Citra Taylor Swift pada Tahun 2016-2021*. 1–10.
- Ridho Indria, A., Rizky Effendi, M., Kevin, \*, & Prasetya, D. (2023). Interpretasi Lagu “Secukupnya” Di Kalangan Mahasiswa Unesa. *Prosiding Seminar Nasional*, 395.  
<https://proceeding.unesa.ac.id/index.php/sniis/article/download/819/301>
- Ruskandi, J. H. (2024). Jurnal Penelitian Perawat Profesional Kecemasan Remaja Pada Masa Pandemi Covid-19. *British Medical Journal*, 2(5474), 1333–1336.  
<https://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPPP/article/view/530>
- Sukarti, T., Utami, R., & Rizqiea, N. (2018). Pengaruh Animasi Lagu Anak-Anak Terhadap Kecemasan Akibat Hospitalisasi Pada Anak Pra Sekolah Di Rumah Sakit Kasih Ibu Surakarta. *Digilib.Ukh.Ac.Id*. <https://digilib.ukh.ac.id/repo/disk1/44/01-gdl-tatik-sukar-2156-1-03tatik-1.pdf>
- Wijayanti, P. R., & Saraswati, A. (2022). Representasi Ide-Ide Feminisme dalam Lagu dan Pidato Taylor Swift. *Syntax Literate; Jurnal Ilmiah ...*, 7(12).  
<https://jurnal.syntaxliterate.co.id/index.php/syntax-literate/article/view/10287>