

REPRESENTASI *DUCK SYNDROME* DALAM LIRIK LAGU “STRESSED OUT” KARYA TWENTY ONE PILOTS

¹Galuh Ahmad Fadhilah, ²Merry Fridha Tri Palupi, ³Irmashanti Danadharta

^{1,2,3}Ilmu Komunikasi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
galuhfadhilah11@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengungkap representasi *Duck Syndrome* dalam lirik lagu *Stressed Out* karya Twenty One Pilots menggunakan pendekatan semiotika Roland Barthes. *Duck Syndrome* merupakan kondisi psikologis ketika seseorang tampak tenang di luar, tetapi yang sebenarnya terjadi sedang mengalami tekanan emosional yang berat di dalam. Lagu *Stressed Out* dipilih sebagai objek penelitian karena terdapat ungkapan kecemasan dan tekanan sosial. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif deskriptif dengan pendekatan semiotika Roland Barthes yang terdiri dari tiga tahapan: Denotasi, Konotasi, dan Mitos. Unit analisis terdiri dari satu bagian chorus dan dua penggalan lirik yang dianggap paling representatif terhadap fenomena *Duck Syndrome*. *DUCK SYNDROME*, sebagai fenomena psikologis yang kerap tersembunyi, tergambar dalam bentrokan antara tampilan luar yang terlihat tenang dengan kondisi emosional yang penuh tekanan. Hal ini diperkuat oleh mitos sosial yang menuntut generasi muda untuk tampil sempurna, kuat, dan mandiri, meskipun kenyataannya mereka tengah berjuang dengan tekanan emosional yang tidak terlihat. Lagu ini tidak hanya menjadi media ekspresi personal, melainkan juga ruang kritik terhadap budaya modern yang menormalisasi tekanan psikologis dalam balutan pencitraan sosial. Hasil penelitian menunjukkan secara denotatif, lirik menggambarkan narasi transisi dari masa anak-anak menuju fase awal dewasa. Pada tingkat konotatif, lirik menyiratkan rasa tidak aman, tekanan sosial, dan keinginan untuk lari dari kenyataan. Lalu pada tingkat mitos, lagu ini membongkar ideologi tentang kedewasaan, individualisme, dan kapitalisme. Penelitian ini menyimpulkan bahwa lagu *Stressed Out* tidak hanya menjadi media ekspresi personal, tetapi juga mencerminkan fenomena yang banyak dialami oleh generasi muda, yaitu *Duck Syndrome*. Musik juga bisa berfungsi sebagai media representasi yang mampu menyuarakan isu psikologis dan ideologis secara simbolik.

Kata kunci: *Duck Syndrome*, Semiotika, Representasi, Lirik Lagu

Abstract

This study aims to reveal the representation of Duck Syndrome in the lyrics of the song Stressed Out by Twenty One Pilots using Roland Barthes' semiotic approach. Duck Syndrome is a psychological condition when someone appears calm on the outside, but what is actually happening is experiencing severe emotional pressure on the inside. The song Stressed Out was chosen as the object of research because it contains expressions of anxiety and social pressure. This study uses a descriptive qualitative method with Roland Barthes' semiotic approach consisting of three stages: Denotation, Connotation, and Myth. The unit of analysis consists of one chorus and two lyric fragments that are considered the most representative of the Duck Syndrome phenomenon. DUCK SYNDROME, as a psychological phenomenon that is often hidden, is depicted in the clash between a calm appearance and a stressful emotional condition. This is reinforced by social myths that demand the younger generation to appear perfect, strong, and independent, even though in reality they are struggling with invisible emotional pressure. This song is not only a medium for personal expression, but also a space for criticism of modern culture that normalizes psychological pressure in the form of social imaging. The results of the study show that denotatively, the lyrics describe the narrative of the transition from childhood to early adulthood. At the connotative level, the lyrics imply insecurity, social pressure, and the desire to escape from reality. Then at the mythical level, this song dismantles the ideology of adulthood, individualism, and capitalism. This study concludes that the song Stressed Out is not only a medium for personal expression, but also reflects a phenomenon that is widely experienced by the younger generation, namely Duck Syndrome. Music can also function as a medium of representation that is able to voice psychological and ideological issues symbolically.

Keywords: *Duck Syndrome, Semiotics, Representation, Song Lyrics*

Pendahuluan

Duck Syndrome merupakan istilah yang digunakan untuk menggambarkan kondisi psikologis seseorang yang tampak baik-baik saja di permukaan, namun sesungguhnya sedang menghadapi tekanan emosional yang besar. Istilah ini populer pertama kali di lingkungan mahasiswa Stanford University di Amerika Serikat sebagai penggambaran situasi yang dihadapi mahasiswanya, dimana mereka tetap terlihat baik-baik saja tetapi sedang dihadapkan dengan tekanan atau masalah dan kini telah digunakan lebih luas untuk menggambarkan tekanan psikologis yang tersembunyi, terutama pada kalangan remaja dan dewasa muda (Meilindia, 2024; Rinadi, 2023). Fenomena ini menjadi penting untuk diteliti dalam konteks Ilmu Komunikasi karena berkaitan erat dengan konstruksi citra diri dan tekanan sosial yang disebarluaskan melalui media, termasuk musik.

Menurut Malikah (2024) musik memiliki peran sebagai pelepas emosi, membantu seseorang dalam pengelolaan dan pelepasan tekanan emosional yang mereka alami. Musik tidak hanya berfungsi sebagai sarana hiburan, tetapi juga sebagai media komunikasi yang mampu menyampaikan makna, ideologi, dan emosi yang kompleks (Qusairi, 2017). Dalam lagu-lagu tertentu, termasuk “Stressed Out” karya Twenty One Pilots, terkandung pesan simbolik yang mencerminkan kegelisahan generasi muda terhadap transisi kehidupan dewasa dan beban sosial yang menyertainya. Oleh karena itu, pendekatan semiotika Roland Barthes digunakan untuk mengurai makna-makna tersembunyi dalam lirik lagu tersebut, guna memahami bagaimana media musik merepresentasikan fenomena *Duck Syndrome*.

Fokus penelitian ini hanya pada analisis lirik lagu, karena lirik diposisikan sebagai struktur teks yang mengandung tanda, simbol, dan makna yang dapat ditafsirkan secara mendalam melalui pendekatan Roland Barthes. Lirik sebagai bagian dari bahasa verbal memiliki keunggulan dalam menyampaikan makna secara eksplisit maupun implisit, yang memungkinkan peneliti untuk menelusuri representasi **DUCK SYNDROME** secara sistematis melalui tahapan denotasi, konotasi, dan mitos. Walaupun aspek musikal dan visual dalam lagu memiliki nilai penting, namun dalam konteks penelitian ini, peneliti menilai bahwa lirik sebagai wacana verbal sudah mencukupi untuk mengungkap representasi tekanan psikologis yang tersembunyi dalam konteks budaya populer. Dengan kata lain, lirik lagu menjadi medan utama dalam pembentukan makna dan representasi yang dapat diakses dan dianalisis dalam kerangka Ilmu Komunikasi.

Penelitian ini menggunakan teori semiotika Roland Barthes karena memungkinkan eksplorasi makna pada tiga level: denotasi (makna literal), konotasi (makna implisit), dan mitos (makna ideologis) (Sobur, 2009). Pendekatan ini memungkinkan penggalian makna yang lebih dalam terhadap simbol dalam teks lirik dan bagaimana makna tersebut membentuk ideologi tentang kedewasaan, produktivitas, dan citra diri. Dengan demikian, analisis ini tidak hanya menggambarkan isi lirik, tetapi juga ideologi sosial yang dibangun melalui simbol dalam lagu.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan analisis semiotika Roland Barthes. Penelitian kualitatif dalam penelitian ini berfungsi untuk menganalisis dan mendeskripsikan suatu fenomena, peristiwa, aktivitas sosial, persepsi, sikap, kepercayaan, dan pemikiran manusia baik dalam konteks individu maupun kelompok (Danadharta, 2019). Objek penelitian berupa lirik lagu “Stressed Out”, dengan fokus pada satu bagian chorus dan dua penggalan bait yang dianggap merepresentasikan *Duck Syndrome*. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi terhadap teks lirik, dokumentasi sumber lirik dari situs *genius.com*, serta literatur pendukung seperti jurnal ilmiah dan buku komunikasi.

Teknik analisis menggunakan model tiga tahap dari Roland Barthes, yaitu denotasi, konotasi, dan mitos. Pertama, peneliti mengidentifikasi tanda-tanda linguistik dalam lirik. Kedua, tanda tersebut dianalisis untuk mengungkap makna konotatif yang berkaitan dengan emosi dan persepsi sosial. Ketiga, peneliti menafsirkan mitos atau ideologi yang terkandung dalam lirik, yang berfungsi membentuk pemahaman kolektif tentang citra ideal dalam masyarakat. Keabsahan data diperkuat melalui triangulasi sumber dengan merujuk pada literatur yang relevan.

Hasil dan Pembahasan

Dalam penelitian lirik lagu *Stressed Out* karya Twenty One Pilots, peneliti menafsirkan representasi *duck syndrome* yang terkandung dalam lirik lagu tersebut. Teori semiotika Roland Barthes akan dijadikan teori oleh peneliti dalam penelitian ini. Hal ini digunakan peneliti sebagai pembantu peneliti untuk melihat dan mengetahui representasi *duck syndrome* pada lirik lagu *Stressed Out*. Lagu ini menceritakan rasa gelisah karena tumbuh dewasa, tekanan hidup, dan kerinduan pada kehidupan masa kecil. Salah satu isu psikologis yang relevan adalah *duck syndrome*, kondisi seseorang yang terlihat tenang di luar tetapi sebenarnya sedang berjuang keras di dalam, hal ini dianalogikan seperti seekor bebek yang berenang tenang di permukaan air, tetapi kaki-kakinya mengayuh dengan cepat di bawah air. Penulis mengkaji beberapa lirik yang dianggap merepresentasikan *duck syndrome* dengan pendekatan semiotika Roland Barthes.

Berdasarkan analisis yang dilakukan penulis menggunakan pendekatan semiotika Roland Barthes terhadap lirik lagu *Stressed Out*, penulis menyimpulkan bahwa lagu ini merepresentasikan *Duck Syndrome* melalui makna Denotatif, Konotatif, dan Mitos yang terkandung dalam liriknya. Lagu ini menggambarkan tekanan psikologis yang dialami individu dalam proses transisi menuju kedewasaan, di mana mereka dituntut untuk tetap terlihat baik-baik saja di tengah tekanan sosial, ekonomi, dan ekspektasi lingkungan.

Lirik chorus “*Wish we could turn back time to the good old days, when our momma sang us to sleep but now we’re stressed out*” secara denotatif menunjukkan kerinduan pada masa kecil yang damai dan bebas dari tekanan. Konotasinya menggambarkan situasi psikologis generasi muda yang tertekan oleh tuntutan hidup dewasa dan kehilangan rasa aman emosional. Secara mitologis, bagian ini mengkritik ideologi sosial yaitu modernisasi yang menuntut kedewasaan identik dengan kemandirian, stabilitas, dan produktivitas, yang pada akhirnya mendorong individu untuk menyembunyikan tekanan psikologis demi menjaga citra. Menurut Twenge

(2017) dalam bukunya *iGen: Why Today's Super Connected Kids Are Growing Up Less Rebellious, More Tolerant, Less Happy*, generasi muda saat ini menghadapi krisis eksistensial dan tekanan psikologis yang berat dibanding generasi sebelumnya. Hal ini disebabkan oleh ekspektasi sosial yang tinggi, ketidakpastian dalam ekonomi, dan tekanan untuk selalu terlihat produktif di era digital.

Masih dalam konteks yang sama, pengalaman individu dalam lirik lagu ini mencerminkan kondisi psikologis yang kompleks. Lirik "*I was told when I get older all my fears would shrink, but now I'm insecure and I care what people think*" menunjukkan ketidaksesuaian antara ekspektasi sosial tentang pertumbuhan dan kenyataan yang dihadapi. Banyak orang percaya bahwa bertambah usia berarti semakin percaya diri dan stabil secara emosional. Namun, kenyataan menunjukkan bahwa seiring bertambahnya usia, individu justru menghadapi tekanan baru, termasuk tuntutan pencitraan dan penilaian dari orang lain. Ini menggambarkan kondisi khas dari *Duck Syndrome*, di mana individu merasa harus terlihat baik-baik saja di hadapan publik, meskipun sedang berada dalam tekanan yang berat secara psikologis.

Pada lirik lain, "*Used to play pretend, wake up you need the money*", terdapat pesan mendalam tentang transisi dari fase bermain imajinatif pada masa anak-anak menuju realitas kehidupan dewasa yang keras dan berorientasi ekonomi. Kehidupan masa kecil yang penuh kebebasan digantikan oleh tuntutan untuk bekerja dan menghasilkan uang. Dalam hal ini, Barthes menyebut bahwa mitos bekerja secara halus dalam membentuk pandangan hidup, dan lagu ini mereproduksi mitos tentang kedewasaan sebagai fase yang identik dengan produktivitas, kerja keras, dan kestabilan ekonomi hal ini sejalan dengan ideologi kapitalisme yang mendorong individu untuk terus meningkatkan diri, memaksimalkan produktivitas, dan memperlakukan dirinya sebagai modal manusia yang harus diinvestasikan (Harvey, 2007). Namun mitos ini menutupi kenyataan bahwa tidak semua orang siap atau mampu menjalani tuntutan tersebut tanpa mengalami tekanan psikologis.

Secara keseluruhan, pembacaan semiotika terhadap lagu ini mengungkapkan bahwa lirik-liriknya membentuk narasi simbolik yang mengilustrasikan kondisi *Duck Syndrome*. Melalui lapisan denotatif, konotatif, dan mitos, lagu ini menampilkan wajah kehidupan dewasa yang penuh tekanan, nostalgia terhadap masa kecil, dan ekspektasi sosial yang mengikis kesejahteraan psikologis. Representasi ini sangat relevan dalam konteks komunikasi, karena menunjukkan bagaimana media musik dapat menyuarakan kondisi sosial yang tidak selalu bisa diungkapkan secara langsung oleh individu yang mengalaminya.

Penutup

Lagu "Stressed Out" karya Twenty One Pilots merepresentasikan fenomena *Duck Syndrome* melalui konstruksi tanda yang dianalisis secara semiotik. Lagu ini menggambarkan benturan antara identitas masa kecil yang bebas dan tekanan kedewasaan yang sarat ekspektasi. Dengan menggunakan pendekatan Roland Barthes, ditemukan bahwa makna-makna dalam lirik membentuk mitos sosial tentang kedewasaan, stabilitas, dan kesuksesan, yang pada akhirnya menjadi tekanan tersendiri bagi generasi muda. Musik dalam hal ini berperan sebagai medium kritik sosial dan representasi psikologis. Lagu "Stressed Out" menjadi contoh bahwa media populer dapat menyuarakan isu-isu psikososial yang tersembunyi dalam kehidupan sehari-hari. Peneliti sadar masih memiliki banyak kekurangan sehingga peneliti memberikan saran kepada peneliti yang selanjutnya agar lebih memperbanyak sumber dan referensi lagi yang lebih akurat mengenai permasalahan yang diangkat untuk lebih jauh dan lebih dalam mengeksplorasi mengenai representasi *Duck Syndrome* yang ada di dalam lirik lagu dengan menggunakan metode atau analisis model lain sehingga semakin memperbanyak dan memperkaya referensi penelitian

Daftar Pustaka

- Danadharta, I. (2019). Representasi Feminis Marxis Dalam Film Suffragette. *Representamen*, 5(1). <https://doi.org/10.30996/representamen.v5i1.2401>
- Harvey, D. (2007). *A brief history of neoliberalism*. Oxford university press.
- Malikah, M. (2024). Dinamika pengaruh musik pada kesejahteraan psikologis peserta didik: Analisis literatur tentang respons neurologis dan emosional. *JOURNAL OF EDUCATION RESEARCH*, 5(4), 5109–5118.
- Meilindia, T. (2024). *Duck Syndrome dan Tekanan Mahasiswa Era Digital*. *Jurnal Psikologi Sosial Remaja*, 6(2), 130–145.
- Qusairi, M. (2017). *Musik Sebagai Representasi Budaya Pop*. *Jurnal Representasi Sosial*, 3(2), 74–89.
- Rinadi, F. R. (2023). Terapi Asertif dengan Istighfar untuk Mengurangi Duck Syndrome pada Perempuan Karir di Sidoarjo [Skripsi, UIN Sunan Ampel Surabaya].
- Sobur, A. (2009). *Analisis Teks Media: Suatu Pengantar untuk Analisis Wacana, Semiotika, dan Framing*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Twenge, J. M. (2017). *iGen: Why today's super-connected kids are growing up less rebellious, more tolerant, less happy--and completely unprepared for adulthood--and what that means for the rest of us*. Simon and Schuster.