

Komunikasi Intrapersonal Melalui Musik Niki Zefanya “Backburner” Dalam Proses Replikasi Diri Dan Emosional Pada Pendengar Gen Z Di Kota Makassar

Nurul Hidayah.S,
nurullhdyhhhhh@gmail.com
 Universitas Muslim Indonesia

Zelfia
zelfia.zelfia@umi.ac.id
 Universitas Muslim Indonesia

Muhammad Idris
Muhammad.idris@umi.ac.id
 Universitas Muslim Indonesi

Abstrak: Musik bukan hanya sekadar bentuk hiburan, tetapi juga berfungsi sebagai media komunikasi intrapersonal yang mampu memengaruhi kondisi emosional dan proses refleksi diri pendengarnya. Dalam konteks generasi muda, khususnya Gen Z, musik sering kali menjadi medium yang digunakan untuk mengungkapkan dan memahami perasaan pribadi. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis bagaimana lagu Backburner karya NIKI Zefanya berperan sebagai sarana komunikasi intrapersonal bagi pendengar Gen Z di Kota Makassar, khususnya dalam kaitannya dengan proses replikasi diri dan pengelolaan emosi. Pendekatan penelitian yang digunakan adalah kualitatif dengan metode fenomenologi, yang berfokus pada pemahaman terhadap pengalaman subjektif para informan. Data diperoleh melalui wawancara mendalam dengan enam partisipan yang dipilih berdasarkan kriteria tertentu yang relevan dengan fokus penelitian. Hasil penelitian menunjukkan bahwa lirik dan melodi lagu Backburner mampu membangkitkan kenangan emosional, memperkuat kesadaran diri, serta menciptakan ruang reflektif bagi pendengar untuk memproses pengalaman kehilangan, penyesalan, dan penerimaan. Lagu ini tidak hanya menjadi media pelarian, tetapi juga sebagai alat untuk mengekspresikan dan mengelola perasaan secara pribadi. Temuan ini menunjukkan bahwa musik memiliki peran penting dalam membentuk komunikasi intrapersonal, meningkatkan pemahaman diri, dan mendukung regulasi emosi individu. Dengan demikian, penelitian ini memberikan kontribusi terhadap pengembangan kajian komunikasi intrapersonal dan membuka ruang eksplorasi lebih lanjut mengenai hubungan antara musik, psikologi, dan dinamika emosional generasi muda.

Kata Kunci : Komunikasi Intrapersonal, Musik, Replikasi diri, Emosi, Gen Z, NIKI Zefanya, Backburner.

Abstract: *Music is not merely a form of entertainment but also functions as a medium of intrapersonal communication that can influence emotional states and self-reflection processes in its listeners. Among younger generations, particularly Gen Z, music often serves as a tool for expressing and understanding personal emotions. This study aims to analyze how the song Backburner by NIKI Zefanya serves as a medium of intrapersonal communication for Gen Z listeners in Makassar, especially in relation to self-replication and emotional regulation. This research employs a qualitative approach with a phenomenological method, focusing on understanding the subjective experiences of participants. Data were collected through in-depth interviews with six informants*

selected based on criteria relevant to the study's focus. The findings reveal that the lyrics and melody of Backburner evoke emotional memories, strengthen self-awareness, and create reflective spaces for listeners to process experiences of loss, regret, and acceptance. The song not only acts as an emotional outlet but also serves as a personal tool for emotional management and self-expression. These results suggest that music plays a significant role in shaping intrapersonal communication, enhancing self-understanding, and supporting emotional regulation among individuals. Therefore, this study contributes to the development of intrapersonal communication studies and opens further opportunities to explore the relationship between music, psychology, and the emotional dynamics of younger generations.

Keywords: *Intrapersonal communication, Music, Self-replication, Emotions, Gen Z, NIKI Zefanya, Backburner.*

PENDAHULUAN

Komunikasi Intrapersonal melalui musik memiliki kekuatan yang signifikan dalam menyampaikan pesan dan emosi yang dalam kepada pendengar. Musik tidak hanya berfungsi sebagai hiburan, tetapi juga sebagai media yang dapat mempengaruhi emosi, pandangan, dan bahkan membantu dalam proses pemahaman diri atau "*self-replication*". Dalam konteks ini, lagu "*Backburner*" oleh Niki Zefanya menjadi salah satu contoh yang kuat karena temanya yang melankolis dan liriknya yang penuh makna tentang kehilangan dan kerinduan. Lagu ini menggambarkan pengalaman emosional yang dekat dengan kehidupan anak muda, khususnya Gen Z, yang sering kali menghadapi situasi serupa dalam hubungan pribadi mereka.

Lagu "*Backburner*" oleh NIKI menimbulkan pesan bagi generasi muda setelah mendengarkan, karena lagu ini menggambarkan perasaan terabaikan dan diabaikan dalam hubungan. Dalam lirik-liriknya, NIKI mengungkapkan perasaan yang sering dirasakan oleh seseorang ketika menjadi "*Backburner*" dalam hubungan mereka dengan pasangan. Bagi generasi Z, lagu ini memicu perasaan sedih dan kecewa karena menggambarkan pengalaman yang seringkali mereka rasakan dalam hubungan asmara mereka (Salim, 2024). Rasa tidak dihargai dan diutamakan menimbulkan emosi yang dapat dirasakan setelah mendengarkan lagu tersebut. Melalui melodi dan vokal, lagu ini menyampaikan dengan kuat emosi dan pengalaman yang terkait dengan menjadi "*Backburner*" dalam hubungan romantis. Pendengar merasa terhubung secara emosional dengan lirik-lirik yang menyentuh, membawa pendengar merenungkan dan merasakan lebih dalam tentang hubungan yang dirasakan.

Kata "*Backburner*" juga digunakan di beberapa playlist di Spotify dan di dalamnya juga terdapat lagu "*Backburner*". Contoh playlist tersebut yaitu "*Backburner era*" dan "*Pasien RS Korban Backburner*", hal tersebut menandakan pengalaman pembuat dan pendengar playlist tersebut ketika merasakan dirinya sedang difase "*Backburner*" dan lagu yang terdapat pada playlist tersebut sesuai dengan yang dirasakan. Melalui lirik lagu, pembuat lagu dapat berkomunikasi secara tidak langsung dengan pendengarnya. Hal ini terjadi karena penulis menyampaikan pesan-pesan mengenai kegelisahan yang dirasakan, yang mungkin juga dialami oleh pendengar, sehingga terjalinlah sebuah interaksi meskipun tidak langsung. Oleh karena itu, lirik lagu merupakan sarana untuk mensosialisasikan dan melestarikan sikap atau nilai tertentu (Fitriana, 2019: 106).

Proses "replikasi diri" atau *self-replication* dalam konteks ini terjadi ketika pendengar merasa bahwa pengalaman yang diceritakan dalam lagu tersebut merupakan cerminan dari pengalaman mereka sendiri. Ini dapat memicu resonansi emosional yang mendalam, yang memungkinkan mereka untuk merasa lebih dipahami, bahkan tanpa interaksi langsung. Hal ini merupakan bagian dari proses komunikasi Intrapersonal melalui musik yang menjadi sarana bagi pendengar untuk memahami dan mengekspresikan emosi mereka.

METODE

Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini adalah individu yang tergolong dalam Generasi Z, yaitu mereka yang lahir antara tahun 1997 hingga 2012 dan berdomisili di Kota Makassar. Pemilihan kelompok ini didasarkan pada karakteristik Gen Z yang berada dalam tahap pencarian jati diri, sangat dekat dengan media digital, serta menjadikan musik sebagai sarana ekspresi dan refleksi emosional. Fokus penelitian ini adalah pada pendengar aktif lagu "Backburner" karya NIKI Zefanya yang tidak hanya mengenal dan menyukai lagu tersebut, tetapi juga memiliki keterlibatan emosional terhadap lirik dan makna yang terkandung di dalamnya. Lagu ini dipilih karena mengandung pesan emosional yang kuat dan personal, sehingga memungkinkan terjadinya komunikasi intrapersonal di dalam diri pendengar. Untuk memperoleh data yang relevan dan mendalam, peneliti menggunakan teknik purposive sampling, yaitu memilih subjek berdasarkan kriteria tertentu seperti kedekatan dengan lagu, pengalaman emosional yang sejalan dengan narasi lagu, serta kemampuan untuk mengartikulasikan perasaan dan refleksi pribadi secara verbal. Jumlah subjek yang diwawancarai berkisar antara enam hingga sepuluh orang, dan ditentukan berdasarkan prinsip saturasi data, yaitu saat informasi yang diperoleh dari wawancara dianggap sudah mencukupi karena tidak ada data baru yang muncul. Dengan pendekatan ini, diharapkan penelitian dapat menggambarkan secara utuh bagaimana proses replikasi diri dan pengolahan emosi terjadi melalui komunikasi intrapersonal yang dipicu oleh musik dalam konteks pengalaman Gen Z di Kota Makassar.

Objek Penelitian

Objek dalam penelitian ini adalah fenomena komunikasi intrapersonal yang terjadi pada pendengar lagu "Backburner" karya NIKI Zefanya, khususnya dalam kaitannya dengan proses replikasi diri dan pengolahan emosi di kalangan Generasi Z di Kota Makassar. Objek ini bersifat abstrak, karena penelitian ini tidak meneliti bentuk fisik atau benda, melainkan fokus pada proses psikologis dan komunikatif yang terjadi di dalam diri individu saat mereka mendengarkan dan meresapi lagu tersebut. Lagu "Backburner" dipilih sebagai stimulus utama karena liriknya yang sarat akan makna emosional, berkisah tentang perasaan tidak diutamakan dalam hubungan, penyangkalan, dan pergulatan batin yang sangat relevan dengan pengalaman emosional banyak pendengar muda. Penelitian ini ingin mengungkap bagaimana lirik, nuansa musik, dan pengalaman pribadi pendengar saling berinteraksi dalam ruang batin mereka, membentuk dialog internal yang kemudian mencerminkan proses komunikasi intrapersonal. Dengan demikian, objek penelitian tidak hanya mencakup lagu sebagai medium, tetapi

juga mencakup respons psikologis dan reflektif yang muncul sebagai akibat dari paparan terhadap lagu tersebut, yang selanjutnya dapat memengaruhi pembentukan identitas emosional dan pemaknaan diri oleh pendengar.

Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan metode wawancara mendalam (in-depth interview) dan dokumentasi. Wawancara mendalam dilakukan secara langsung kepada informan yang telah dipilih melalui teknik purposive sampling, yaitu pendengar Gen Z di Kota Makassar yang memiliki keterikatan emosional dengan lagu “Backburner” karya NIKI Zefanya. Wawancara ini bertujuan untuk menggali pengalaman pribadi, respons emosional, serta refleksi diri yang muncul setelah mendengarkan lagu tersebut, sehingga peneliti dapat memahami proses komunikasi intrapersonal yang terjadi. Selain itu, dokumentasi digunakan sebagai teknik pendukung, berupa pencatatan hasil wawancara, transkrip, serta pengumpulan data terkait lirik lagu, ekspresi pendengar di media sosial, atau bentuk lain yang relevan untuk memperkuat temuan. Teknik ini dipilih agar data yang diperoleh bersifat mendalam, kontekstual, dan mampu menggambarkan fenomena secara holistik.

Teknik Analisis Data

Dalam penelitian ini, teknik analisis data yang digunakan adalah analisis kualitatif, yaitu menganalisis data yang diperoleh dari wawancara, observasi, dan dokumentasi, lalu menafsirkannya agar sesuai dengan tujuan penelitian. Semua data dikumpulkan dari sumber yang sama dan dicek silang satu sama lain. Misalnya, jika hasil wawancara berbeda dengan isi dokumentasi, peneliti akan menelusuri lebih lanjut untuk mengetahui mana yang paling akurat, atau memahami bahwa perbedaan itu bisa saja terjadi karena sudut pandang informan yang berbeda. Tujuan dari proses ini adalah untuk memastikan bahwa data yang digunakan benar-benar valid dan mendukung fokus penelitian. Setelah itu, data yang sudah terkumpul akan dikelompokkan berdasarkan kesamaan, dibedakan jika ada yang berbeda, dan disusun sesuai dengan pokok masalah yang sedang diteliti. Dengan cara ini, peneliti bisa lebih mudah memahami pola-pola yang muncul dari data dan menarik kesimpulan yang sesuai dengan pertanyaan penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa lagu “Backburner” karya NIKI Zefanya memicu terjadinya komunikasi intrapersonal pada pendengar Gen Z di Kota Makassar. Lagu ini membantu pendengar merefleksikan pengalaman pribadi, terutama terkait perasaan terabaikan dan hubungan yang tidak setara. Proses ini mendorong replikasi diri, di mana pendengar merasa dirinya tercermin dalam isi lagu. Selain itu, lagu juga menjadi sarana pengolahan emosi, membantu pendengar mengungkapkan perasaan yang sulit disampaikan secara verbal. Dengan demikian, musik berperan sebagai media penting dalam membentuk kesadaran emosional dan pemahaman diri.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Komunikasi intrapersonal melalui lagu Backburner karya NIKI Zefanya

menunjukkan pengaruh kuat terhadap proses replikasi diri pendengar Gen Z di Kota Makassar. Lagu ini berfungsi sebagai medium reflektif yang mendorong pendengar untuk berdialog dengan diri sendiri, mengenali emosi yang terpendam, dan mengevaluasi pengalaman pribadi, khususnya dalam konteks relasi dan kekecewaan emosional. Lirik yang penuh makna dan nuansa musik yang melankolis membangkitkan memori emosional yang memicu refleksi dan validasi perasaan. Proses ini mengarahkan pendengar pada pemahaman diri yang lebih dalam serta penerimaan terhadap pengalaman masa lalu. Melalui Backburner, pendengar membentuk kembali persepsi tentang identitas dan peran mereka dalam relasi yang pernah dijalani, sekaligus membuka ruang bagi penyembuhan emosional. Dengan demikian, lagu ini tidak hanya berfungsi sebagai hiburan, tetapi juga sebagai sarana komunikasi intrapersonal yang efektif dalam membangun kesadaran diri dan mengatasi konflik batin, yang banyak dialami secara kolektif oleh Gen Z.

DAFTAR PUSTAKA

- Budianto, R. (2020). *Generasi Z: Tuntutan Emosional dan Mentalitas dalam Era Digital*. Bandung: Pustaka Sinar Harapan.
- Pratama, F. (2016). *Psikologi Musik: Implikasi Musik terhadap Emosi dan Kesehatan Mental*. Bandung: Penerbit ITB Press.
- Altman, I., & Taylor, D. A. (1973). Social penetration: The development of interpersonal relationships. Holt, Rinehart & Winston.
- Zelfia, Z. (2022). Patterns of Cultural Communication of Overseas Students in Facing Culture Shock (Case Study of Bima Students in Makassar City). *Respon Jurnal Ilmiah Mahasiswa Ilmu Komunikasi*, 3(1), 67-82.
- Idris, F. P., & Asrina, A. (2022). Peningkatan Kemampuan Komunikasi pada Pendamping Lapangan Penyakit Menular Seksual di Kota Makassar. *Window of Community Dedication Journal*, 15-23.
- Tuljanna, A. N. M., Ahdan, S., & Zelfia, Z. (2023). Makna Komunikasi Simbolik Tope Le'leng Dalam Tradisi Masyarakat Suku Kajang Kabupaten Bulukumba. *Respon Jurnal Ilmiah Mahasiswa Ilmu Komunikasi*, 4(1), 54- 59.
- Hamsir, U. A., & Zelfia, Z. (2020). Pola Komunikasi Antara Orang Tua Dengan Anak Dalam Mengurangi Penggunaan Gadget Pada Sd Islam Terpadu Ar- Rahmah Makassar. *RESPON JURNAL ILMIAH MAHASISWA ILMU KOMUNIKASI*, 1(3).