

STOCKHOLM SYNDROME DALAM LIRIK LAGU: ANALISIS HUBUNGAN TOKSIK DALAM KINI MEREKA TAHU OLEH BERNADYA

Mohammad Ricky Ramadhan Rasyid
Universitas Halu Oleo
moch.rickyramadahn@uho.ac.id

Diterima:

Disetujui:

Diterbitkan:

Abstract

*This study analyzed the lyrics of the song *Kini Mereka Tahu* by Bernadya through the lens of Stockholm Syndrome, a concept introduced by Dr. Nils Bejerot. The purpose of the research was to uncover the dynamics of toxic relationships reflected in the lyrics. Using a qualitative approach and content analysis method, the primary data consisted of the song's lyrics, while secondary data was gathered from reviews and relevant literature. Data analysis involved linking elements of the lyrics to the symptoms of Stockholm Syndrome. The findings revealed that the lyrics reflected key symptoms of Stockholm Syndrome, including the victim's attempts to create an idealized narrative to justify a toxic relationship, despite being aware of its negative impact. This narrative was reinforced by a cycle of emotional manipulation that made it difficult for the victim to leave the relationship. Furthermore, the study identified the victim's growing awareness of the manipulation, which marked the beginning of emotional liberation. In conclusion, the song not only reflected individual experiences but also served as a critique of destructive relationship dynamics. This research aimed to enrich interdisciplinary discourse spanning art, psychology, and popular culture, while encouraging further studies on toxic relationships in other media.*

Keywords: *toxic relationships, song lyrics, stockholm syndrome*

Abstrak

Penelitian ini menganalisis lirik lagu "Kini Mereka Tahu" karya Bernadya menggunakan konsep *Stockholm Syndrome* yang diperkenalkan oleh Dr. Nils Bejerot. Tujuan penelitian adalah untuk mengungkap dinamika hubungan toksik yang tercermin dalam lirik. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode analisis isi. Data primer berupa teks lirik lagu, sementara data sekunder diperoleh dari ulasan dan literatur terkait. Teknik analisis data dilakukan dengan mengaitkan elemen-elemen lirik pada gejala-gejala *Stockholm Syndrome*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa lirik lagu mencerminkan gejala utama *Stockholm Syndrome*, termasuk upaya korban menciptakan narasi ideal untuk membenarkan hubungan toksik, meskipun sadar akan dampak negatif yang dialami. Narasi ini diperkuat melalui siklus manipulasi emosional yang mempersulit korban untuk keluar dari hubungan tersebut. Penelitian juga menemukan adanya kesadaran korban terhadap realitas manipulasi yang menjadi awal proses pembebasan emosional. Kesimpulannya, lagu ini tidak hanya merefleksikan pengalaman individu tetapi juga berfungsi sebagai kritik terhadap dinamika hubungan yang merusak. Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya wacana interdisipliner antara seni, psikologi, dan budaya populer serta mendorong penelitian lebih lanjut terkait hubungan toksik dalam media lain.

Kata-kata kunci: Hubungan Toksik, Lirik Lagu, *Stockholm Syndrome*

PENDAHULUAN

Hubungan interpersonal dalam berbagai bentuk sering menjadi tema eksplorasi dalam seni, termasuk musik. Salah satu fenomena psikologis yang menarik untuk dikaji dalam hubungan interpersonal adalah *Stockholm Syndrome*, istilah yang pertama kali diperkenalkan oleh Dr. Nils Bejerot pada tahun 1973 untuk menggambarkan keterikatan emosional korban terhadap pelaku kekerasan dalam situasi penyanderaan. Sindrom ini mencakup kompleksitas hubungan yang paradoksal, di mana korban menunjukkan kesetiaan emosional terhadap pelaku meskipun mengalami penderitaan (King, 2020). Fenomena ini telah banyak dikaji dalam konteks

kriminal dan psikologis, tetapi penerapannya dalam analisis seni dan budaya populer, seperti lirik lagu, masih jarang ditemukan.

Penelitian ini menganalisis lagu “Kini Mereka Tahu” oleh Bernadya menggunakan konsep *Stockholm Syndrome* sebagai landasan konseptual. Lagu ini menampilkan dinamika hubungan yang toksik, sebagaimana terlihat dari lirik-liriknya yang mencerminkan manipulasi emosional dan perasaan terikat pada seseorang yang merugikan. Bernadya melalui lagu ini memberikan representasi yang kompleks tentang bagaimana korban hubungan toksik dapat menjadi apologetik terhadap pelaku (Jesson, 2022), sebuah manifestasi yang sejalan dengan gejala *Stockholm Syndrome*.

Penelitian terdahulu yang relevan dengan tema ini meliputi kajian psikologi populer terkait *Stockholm Syndrome*. Misalnya, terdapat beberapa penelitian yang menyebutkan bahwa sindrom ini muncul pada konteks hubungan interpersonal yang tidak melibatkan situasi penyanderaan secara literal, melainkan pola kekerasan emosional yang subtil (Cantor & Price, 2007) (Anjani & Lestari, 2018). Selain itu, penelitian oleh Graham dkk. menunjukkan bahwa mekanisme emosional seperti ini dapat dijelaskan melalui proses adaptasi psikologis korban untuk bertahan dalam situasi toksik (Graham, Rigsby, & Rawlings, 1995) (Herman, 2019). Namun, belum banyak yang mengkaji sindrom ini dalam konteks analisis budaya populer, khususnya lirik lagu.

Relevansi lain berasal dari penelitian musik sebagai media penyampaian realitas sosial. Seperti yang dijelaskan oleh Frith, musik sering menjadi medium bagi individu untuk menyampaikan pengalaman pribadi yang sulit diungkapkan secara verbal (Frith, 1996) (Frith, 2017). Dalam hal ini, Bernadya memanfaatkan liriknya untuk merepresentasikan konflik batin yang dialami oleh korban hubungan toksik. Akan tetapi, kajian yang secara spesifik memadukan analisis psikologis dengan lirik lagu, terutama dengan pendekatan *Stockholm Syndrome*, masih belum banyak ditemukan.

Penelitian ini menawarkan kebaruan dalam dua aspek utama. Pertama, dengan memanfaatkan konsep *Stockholm Syndrome* dalam menganalisis lirik lagu, kajian ini memperluas penggunaan konsep yang biasanya hanya diterapkan dalam psikologi klinis dan kriminal ke ranah seni dan budaya populer. Kedua, lagu “Kini Mereka Tahu” menjadi representasi unik dari dinamika hubungan toksik, yang tidak hanya mencerminkan pengalaman individu tetapi juga menggambarkan bagaimana manipulasi dan trauma dapat diinternalisasi dan dinormalisasi oleh korban.

Kemudian, analisis ini juga memperhatikan bagaimana representasi korban dalam lagu ini berkontribusi pada narasi yang lebih luas tentang kekerasan emosional dalam budaya populer. Penelitian sebelumnya, seperti yang dilakukan oleh Brad Schreiber menyebutkan bahwa musik memiliki kekuatan untuk mengubah persepsi publik terhadap isu-isu sosial, termasuk kekerasan dalam hubungan (Schreiber, 2019). Artikel ini berusaha menunjukkan bagaimana lirik “Kini Mereka Tahu” tidak hanya berfungsi sebagai refleksi pengalaman pribadi tetapi juga sebagai kritik terhadap dinamika hubungan yang merusak dan/atau toksik.

Artikel ini diharapkan dapat berkontribusi pada wacana interdisipliner antara psikologi, sastra, musik, dan budaya populer. Melalui analisis yang menggabungkan konsep *Stockholm Syndrome* dan pendekatan interpretasi lirik, penelitian ini memberikan perspektif baru tentang bagaimana seni dapat menjadi medium untuk memahami kompleksitas dinamika hubungan manusia. Dalam konteks yang lebih luas, penelitian ini juga menawarkan refleksi terhadap bagaimana masyarakat memahami dan merespons isu hubungan toksik yang sering tersembunyi di balik narasi romantisasi.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif (Nilawijaya & Awalludin, 2021; Anam, & Awalludin, 2017) dengan metode analisis isi untuk memahami dinamika hubungan toksik yang

digambarkan dalam lirik lagu “Kini Mereka Tahu” oleh Bernadya. Metode ini dipilih karena sesuai dengan tujuan penelitian untuk mengungkap makna dan pesan yang terkandung dalam teks lirik melalui perspektif *Stockholm Syndrome*. Konsep ini, yang pertama kali diperkenalkan oleh Dr. Nils Bejerot, digunakan untuk membedah representasi keterikatan emosional korban terhadap pelaku dalam konteks hubungan interpersonal. Pendekatan ini juga eksplorasi secara mendalam terhadap elemen-elemen emosional dan simbolis dalam lirik.

Pengambilan data dilakukan melalui analisis lirik lagu “Kini Mereka Tahu” yang diperoleh dari situs Genius.com. Lagu ini dipilih berdasarkan relevansinya dengan tema penelitian, di mana lirik-liriknya secara eksplisit menggambarkan pengalaman korban dalam hubungan toksik. Data primer dalam penelitian ini berupa teks lirik lagu, sedangkan data sekunder meliputi ulasan dan interpretasi terkait lagu ini yang tersedia di media daring. Penelusuran data sekunder dilakukan menggunakan kata kunci yang relevan melalui *platform* pencarian digital untuk memperoleh konteks tambahan mengenai lagu tersebut.

Langkah analisis data dimulai dengan membaca dan memahami keseluruhan lirik untuk mengidentifikasi tema-tema utama yang berkaitan dengan *Stockholm Syndrome*. Selanjutnya, setiap baris lirik dianalisis secara mendalam menggunakan kerangka konsep dari Dr. Nils Bejerot tersebut yang mencakup elemen-elemen seperti keterikatan emosional korban terhadap pelaku, pembenaran tindakan pelaku, dan internalisasi trauma oleh korban. Proses ini dilakukan dengan mengaitkan setiap elemen lirik pada gejala-gejala yang ditemukan pada sindrom ini. Analisis juga memperhatikan penggunaan diksi, struktur narasi, dan elemen emosional dalam lagu sebagai bagian dari proses interpretasi.

Penelitian ini juga mengadopsi pendekatan interpretasi simbolis untuk memahami bagaimana pengalaman korban hubungan toksik direpresentasikan melalui bahasa dalam lirik. Analisis ini didasarkan pada metode tematik, di mana makna yang tersirat dalam lirik diidentifikasi dan dikaitkan dengan konteks sosial-psikologis. Dengan cara ini, penelitian ini tidak hanya mengungkap dinamika hubungan korban-pelaku tetapi juga memperlihatkan bagaimana lirik mencerminkan pola perilaku dan reaksi korban terhadap hubungan toksik secara emosional.

Validitas penelitian dijamin melalui triangulasi data, dengan membandingkan temuan dari analisis lirik dengan literatur yang relevan mengenai *Stockholm Syndrome*. Selain itu, temuan juga diverifikasi dengan mengacu pada studi sebelumnya tentang representasi hubungan toksik dalam media populer untuk memastikan konsistensi analisis. Pendekatan ini memberikan keutuhan pada penelitian, memastikan bahwa hasil yang diperoleh tidak hanya relevan secara konseptual tetapi juga akurat dalam menggambarkan fenomena yang diangkat oleh suatu lagu.

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Analisis ini berfokus pada lirik lagu “Kini Mereka Tahu” karya Bernadya, yang merepresentasikan dinamika hubungan toksik melalui perspektif *Stockholm Syndrome*. Lirik lagu ini diuraikan secara mendalam untuk mengidentifikasi gejala-gejala sindrom tersebut. Analisis ini juga mengungkap bagaimana penggunaan diksi, narasi, dan struktur dalam lagu mencerminkan pola perilaku korban-pelaku yang kompleks.

[Verse 1]

Dari dulu kulebih-lebihkan semua
Padahal yang kau lakukan tak seberapa
Agar seisi dunia tahu
Dan anggap 'ku paling beruntung
Milikimu

Gambar 1 Verse Pertama dari “Kini Mereka Tahu”

Pada *verse* pertama lagu “Kini Mereka Tahu,” tampak jelas bagaimana korban dalam hubungan toksik menciptakan narasi yang dilebih-lebihkan untuk mempertahankan citra positif pasangannya di mata orang lain. Frasa “Dari dulu kulebih-lebihkan semua” dan “Agar seisi dunia tahu dan anggap ‘ku paling beruntung milikimu” merepresentasikan upaya korban untuk mengonstruksi realitas yang tidak sesuai dengan kenyataan sebenarnya. Dalam konteks *Stockholm Syndrome*, hal ini menunjukkan internalisasi manipulasi emosional, di mana korban merasa perlu meyakinkan diri sendiri dan orang lain bahwa hubungannya layak untuk dipertahankan, meskipun fakta yang ada menunjukkan sebaliknya. Fenomena ini memperlihatkan bahwa keterikatan emosional korban terhadap pelaku menghasilkan distorsi persepsi terhadap tindakan pelaku.

Kalimat “Padahal yang kau lakukan tak seberapa” mengindikasikan bahwa korban meremehkan dampak buruk yang sebenarnya dialami untuk mendukung narasi positif yang telah dibangun. Hal ini mencerminkan pola perilaku korban *Stockholm Syndrome* yang sering kali memprioritaskan citra baik pelaku di atas kesejahteraan emosional mereka sendiri. Narasi ini tidak hanya merefleksikan dinamika hubungan yang toksik tetapi juga menggambarkan bagaimana korban, dalam upaya bertahan, menciptakan realitas alternatif yang mendistorsi fakta.

Kukarang cerita yang semula tak ada
Caraku sampaikan seolah semua nyata
Agar semuanya setuju dan yakin pada pilihanku
Memilihmu

Gambar 2 Verse Pertama bagian II dari “Kini Mereka Tahu”

Lirik pada bagian kedua *verse* pertama ini melanjutkan narasi tentang bagaimana korban membangun realitas palsu untuk mempertahankan hubungan toksik. Frasa “Kukarang cerita yang semula tak ada” dan “Caraku sampaikan seolah semua nyata” mempertegas upaya korban dalam menciptakan ilusi hubungan ideal yang sebenarnya tidak pernah ada. Dalam konteks *Stockholm Syndrome*, tindakan ini menggambarkan mekanisme pertahanan psikologis korban untuk menutupi rasa ketidaknyamanan atau penderitaan yang dialami. Upaya ini juga menunjukkan kebutuhan korban untuk mendapatkan validasi dari lingkungannya, sebagaimana tercermin dalam kalimat “Agar semuanya setuju dan yakin pada pilihanku memilihmu.” Validasi tersebut menjadi cara bagi korban untuk menjustifikasi keputusannya bertahan dalam hubungan, meskipun hubungan tersebut merugikan secara emosional.

Selain itu, bagian ini mencerminkan aspek manipulasi internal yang dialami korban, di mana korban menjadi pelaku bagi dirinya sendiri dalam membentuk narasi palsu. Fenomena ini selaras dengan pandangan Dr. Nils Bejerot tentang bagaimana korban dalam situasi *Stockholm Syndrome* tidak hanya mengembangkan keterikatan emosional terhadap pelaku tetapi juga

memproyeksikan kebaikan pelaku melalui narasi yang mereka buat. Dengan kata lain, korban berperan sebagai penjaga narasi hubungan tersebut agar terlihat ideal di mata orang lain. Hal tersebut semakin memperkuat ketergantungan psikologis korban terhadap pelaku, karena narasi yang dibangun korban menjadi semacam mekanisme bertahan yang menghalangi korban untuk menyadari kenyataan hubungan yang sebenarnya.

[Pre-Chorus]
Sifat baikmu yang orang tahu, itu karanganku
Sifat aslimu yang hancurkanku, mereka tak tahu

Gambar 3 Verse Pre-Chorus dari “Kini Mereka Tahu”

Bagian *pre-chorus* lagu ini mengungkap kontradiksi mendasar antara citra pasangan yang diciptakan oleh korban dan realitas perilaku pasangan yang sebenarnya. Kalimat “Sifat baikmu yang orang tahu, itu karanganku” menunjukkan bahwa citra positif pasangan yang dikenali oleh lingkungan korban sepenuhnya merupakan hasil konstruksi korban sendiri. Hal ini mencerminkan gejala *Stockholm Syndrome*, di mana korban merasa perlu menciptakan narasi yang mengidealisasi pelaku untuk mempertahankan hubungan dan mendapatkan penerimaan sosial. Sebaliknya, kalimat “Sifat aslimu yang hancurkanku, mereka tak tahu” mengindikasikan adanya jarak yang signifikan antara realitas yang dirasakan korban dan persepsi publik tentang pelaku. Fenomena ini menggambarkan isolasi emosional korban, di mana rasa sakit yang dialami tidak terungkap karena korban lebih memilih untuk melindungi citra pasangan.

Kemudian, bagian ini menunjukkan dinamika kontrol dan manipulasi dalam hubungan toksik. Dengan menyembunyikan sifat asli pelaku yang merusak dalam frasa “Sifat aslimu yang hancurkanku”, korban tidak hanya melindungi pelaku tetapi juga menempatkan dirinya dalam situasi yang semakin sulit untuk melepaskan diri. Proses ini memperlihatkan bagaimana korban mengambil peran aktif dalam menciptakan dan mempertahankan kebohongan yang akhirnya memperburuk posisinya. Konsep Bejerot tentang *Stockholm Syndrome* membantu menjelaskan bahwa tindakan ini berasal dari rasa takut atau keterikatan emosional yang membuat korban sulit mengakui realitas hubungan mereka. Korban merasa terjebak dalam kebutuhan untuk melestarikan ilusi demi menghindari stigma atau rasa malu dari lingkungannya, sehingga semakin memperdalam ketergantungan emosional terhadap pelaku.

[Chorus]
Dan bahkan setelah semua yang kau lakukan padaku
Ku tetap bela kamu di depan teman-temanku
Dan mungkin saja bisa jadi bila kamu datang lagi
Ku 'kan terimamu kembali

Gambar 4 Chorus dari “Kini Mereka Tahu”

Pada bagian *chorus*, lirik “Dan bahkan setelah semua yang kau lakukan padaku, ku tetap bela kamu di depan teman-temanku” menggambarkan pengaruh mendalam manipulasi emosional yang dialami korban dalam hubungan toksik. Sikap membela pasangan di hadapan orang lain, meskipun telah mengalami perlakuan buruk, mencerminkan keterikatan emosional yang menjadi inti dari *Stockholm Syndrome*. Dalam perspektif konsep Bejerot, keterikatan ini muncul dari dinamika kekuasaan yang tidak seimbang, di mana korban merasa tergantung secara emosional pada pelaku. Proses pembelaan ini juga menunjukkan bagaimana korban

menjadi terasing dari dukungan sosial, karena mereka merasa perlu menjaga citra pelaku agar hubungan tersebut tidak dipertanyakan oleh lingkungannya.

Kalimat “Dan mungkin saja bisa jadi bila kamu datang lagi, ku ’kan terimamu kembali” menekankan siklus ketergantungan emosional yang menjadi ciri khas hubungan toksik. Terlepas dari perlakuan buruk yang dialami, korban masih membuka kemungkinan untuk menerima kembali pelaku jika mereka kembali mendekat. Fenomena ini mencerminkan internalisasi trauma yang dialami korban, di mana mereka tidak hanya memaafkan pelaku tetapi juga mengabaikan dampak negatif dari hubungan tersebut demi mempertahankan ikatan yang sudah terbentuk. Siklus ini mempertegas kompleksitas *Stockholm Syndrome*, di mana korban kerap membenarkan tindakan pelaku dan merasionalisasi keinginan mereka untuk tetap bersama, meskipun berulang kali terluka. Hal tersebut menunjukkan bagaimana manipulasi emosional pelaku tidak hanya berdampak pada relasi interpersonal tetapi juga membentuk pola pikir korban yang sulit untuk diurai.

[Verse 2]

Kudengar kamu sibuk ke sana kemari
Bersihkan namamu di mata orang lain
Kau cerita dari sisimu
Kau bilang tak semua salahmu
Berharap ada yang memihakmu

Gambar 5 Verse Kedua dari “Kini Mereka Tahu”

Pada *verse* kedua, lirik “Kudengar kamu sibuk ke sana kemari, bersihkan namamu di mata orang lain” mengungkapkan usaha pelaku untuk mengontrol narasi hubungan dan memulihkan reputasi mereka di hadapan publik. Perilaku ini mencerminkan dinamika manipulasi yang sering terjadi dalam hubungan toksik, di mana pelaku berupaya meminimalkan tanggung jawab atas tindakan mereka dengan menyalahkan situasi atau pihak lain. Dalam konteks *Stockholm Syndrome*, upaya pelaku ini tidak hanya memengaruhi persepsi publik tetapi juga menciptakan tekanan psikologis tambahan bagi korban. Korban yang sudah terjebak dalam hubungan tersebut merasa terisolasi, tidak hanya oleh tindakan pelaku tetapi juga oleh perubahan narasi yang semakin memperburuk posisi mereka di mata orang lain.

Kalimat “Kau cerita dari sisimu, kau bilang tak semua salahmu, berharap ada yang memihakmu” menggambarkan bagaimana pelaku berusaha menciptakan justifikasi atas perilaku mereka, sementara korban terus menjadi pihak yang dirugikan. Strategi pelaku untuk membagi kesalahan dalam frasa “tak semua salahmu” menunjukkan taktik manipulasi yang bertujuan menurunkan rasa bersalah mereka sendiri sekaligus memengaruhi persepsi korban dan orang lain. Dalam situasi ini, korban dihadapkan pada dilema emosional, karena narasi yang dibangun oleh pelaku dapat memperkuat keterikatan korban sekaligus melemahkan kepercayaan diri mereka untuk keluar dari hubungan.

[Bridge]

Kalau suatu saat kucerita burukmu takkan kutambahkan bumbu
apapun
Tak sama seperti saat kuceritakan baikmu

Gambar 6 *Bridge* dari “Kini Mereka Tahu”

Pada bagian *bridge*, lirik “Kalau suatu saat kucerita burukmu takkan kutambahkan bumbu apapun, tak sama seperti saat kuceritakan baikmu” merefleksikan pergeseran kesadaran korban terhadap realitas hubungan yang mereka alami. Frasa ini menunjukkan niat korban untuk, pada suatu waktu di masa depan, mengungkapkan kebenaran tentang pelaku tanpa berlebihan atau menutupi kenyataan. Hal tersebut merupakan bentuk resistensi emosional yang mulai muncul, di mana korban menunjukkan kesadaran terhadap manipulasi yang selama ini mereka lakukan untuk menjaga citra pasangan. Dalam konteks *Stockholm Syndrome*, momen ini dapat dipahami sebagai awal dari proses *de-attachment*, ketika korban mulai menyadari bahwa narasi positif yang mereka ciptakan selama ini hanya memperkuat kendali pelaku atas mereka.

Namun, kesadaran ini tidak sepenuhnya bebas dari kompleksitas emosional. Kalimat “Tak sama seperti saat kuceritakan baikmu” mengindikasikan bahwa meskipun korban mulai menyadari sifat toksik pelaku, ada pengakuan akan keterlibatan mereka sendiri dalam membentuk ilusi hubungan. Hal tersebut mencerminkan konflik internal yang dialami korban, di mana mereka merasa terjebak antara rasa ingin mengungkapkan kebenaran dan rasa bersalah atas narasi yang sebelumnya mereka bangun. Berdasarkan konsep Bejerot, resistensi korban terhadap pelaku dalam situasi *Stockholm Syndrome* membutuhkan waktu yang panjang dan penuh pertimbangan emosional. Bagian *bridge* ini, dengan demikian, menjadi titik penting yang menyoroti kemungkinan bagi korban untuk memulai proses pembebasan emosional, meskipun proses tersebut berjalan lambat dan tidak linier.

[Outro]
Yang sebagian besar tak benar begitu

Gambar 7 *Outro* dari “Kini Mereka Tahu”

Pada bagian *outro*, lirik “Yang sebagian besar tak benar begitu” memberikan penutup yang menggarisbawahi refleksi korban terhadap ilusi hubungan yang selama ini mereka pertahankan. Kalimat ini secara eksplisit menyatakan bahwa narasi yang selama ini mereka bangun tentang pasangan—terutama yang berkaitan dengan sifat baik pasangan—hanyalah distorsi dari kenyataan. Dalam konteks *Stockholm Syndrome*, terlihat momen kesadaran penuh korban bahwa mereka telah terjebak dalam manipulasi yang melibatkan kontribusi emosional mereka sendiri. Kesadaran ini penting, karena menandakan awal dari dekonstruksi narasi palsu yang selama ini melanggengkan kendali pelaku atas korban.

Kemunculan *outro* yang hampir bersamaan dengan *bridge* menegaskan pergeseran perspektif korban terhadap hubungan tersebut. Jika *bridge* menunjukkan keinginan untuk mengungkapkan kebenaran tanpa manipulasi tambahan, maka *outro* menjadi penegasan bahwa sebagian besar cerita yang telah dibangun sebelumnya tidak memiliki dasar yang benar. Dalam konsep Bejerot, ini mencerminkan tahap kritis di mana korban mulai memisahkan dirinya secara emosional dari pelaku, meskipun proses ini masih diwarnai oleh kompleksitas trauma. Pada akhirnya, bagian *outro* ini menutup narasi lagu dengan nuansa pengakuan dan refleksi diri, menggambarkan dinamika batin korban yang berupaya keluar dari bayang-bayang manipulasi yang mereka alami.

PEMBAHASAN

Hasil analisis terhadap lirik lagu “Kini Mereka Tahu” oleh Bernadya menunjukkan dinamika kompleks hubungan toksik yang direpresentasikan melalui sudut pandang korban. Pada *verse* pertama, korban terlihat membangun narasi yang dilebih-lebihkan untuk mempertahankan citra positif pasangannya. Hal ini selaras dengan gejala *Stockholm Syndrome* menurut Dr. Nils

Bejerot, di mana korban mengembangkan keterikatan emosional yang membuat mereka membenarkan tindakan pelaku. Realitas hubungan yang sebenarnya terdistorsi demi menciptakan ilusi hubungan ideal, sebuah fenomena yang tidak hanya melanggengkan manipulasi pelaku tetapi juga memperburuk isolasi emosional korban.

Narasi yang dibangun korban, sebagaimana dijelaskan pada bagian kedua *verse* pertama, mencerminkan kebutuhan untuk mendapatkan validasi sosial. Frasa “Kukarang cerita yang semula tak ada” memperlihatkan bagaimana korban tidak hanya menjadi pihak yang terpengaruh tetapi juga secara aktif membentuk narasi palsu untuk menjaga citra hubungan. Fenomena ini dapat dijelaskan melalui konsep Bejerot, yang menyebutkan bahwa korban menciptakan *defence mechanism* atau mekanisme bertahan yang justru memperkuat dominasi pelaku. Hal tersebut menunjukkan bahwa dalam hubungan toksik, manipulasi tidak hanya berasal dari pelaku tetapi juga terjadi secara internal dalam diri korban.

Pada bagian *pre-chorus*, kontradiksi antara citra pasangan di mata publik dan realitas perilaku pasangan menjadi sorotan. Korban merasa perlu menciptakan citra positif pasangan untuk menjaga hubungan, meskipun mereka sadar akan kerugian emosional yang dialami. Frasa “Sifat baikmu yang orang tahu, itu karanganku” menegaskan bahwa kontrol narasi sepenuhnya berada di tangan korban, sementara frasa “Sifat aslimu yang hancurkanku, mereka tak tahu” mengungkapkan isolasi emosional yang dialami. Dalam konteks yang lebih luas, hal ini mencerminkan bagaimana korban dalam situasi *Stockholm Syndrome* merasa terjebak dalam peran mereka sebagai penjaga hubungan, meskipun hubungan tersebut merugikan.

Siklus manipulasi yang terjadi dalam hubungan toksik ini semakin jelas dalam bagian *chorus*. Kalimat “Ku tetap bela kamu di depan teman-temanku” menunjukkan pengaruh mendalam manipulasi emosional yang membuat korban terus mempertahankan citra baik pelaku di mata orang lain. Dalam perspektif Bejerot, keterikatan emosional ini muncul dari dinamika kekuasaan yang tidak seimbang, di mana korban merasa bergantung pada pelaku. Siklus ketergantungan emosional ini diperkuat dengan frasa “Ku ’kan terimamu kembali”, yang menggambarkan betapa sulitnya korban untuk keluar dari hubungan meskipun telah mengalami perlakuan buruk.

Pada *bridge*, muncul tanda-tanda kesadaran korban terhadap manipulasi yang selama ini terjadi. Lirik “Kalau suatu saat kucerita burukmu takkan kutambahkan bumbu apapun” menandai awal dari proses *de-attachment*, ketika korban mulai menyadari bahwa narasi positif yang mereka bangun hanya memperkuat kendali pelaku atas mereka. Namun, kompleksitas emosional tetap terlihat, sebagaimana tergambar dalam kalimat “Tak sama seperti saat kuceritakan baikmu,” yang menunjukkan konflik batin antara rasa ingin mengungkapkan kebenaran dan rasa bersalah atas peran mereka dalam membangun ilusi tersebut.

Akhirnya, *outro* lagu ini menjadi penutup yang menegaskan refleksi korban terhadap hubungan mereka. Lirik “Yang sebagian besar tak benar begitu” memberikan pengakuan eksplisit bahwa narasi yang dibangun sebelumnya tidak memiliki dasar yang benar. Dalam konteks *Stockholm Syndrome*, ini merupakan momen penting yang mencerminkan tahap awal pembebasan emosional korban dari kontrol pelaku. Pengakuan ini menandai pergeseran signifikan dalam perspektif korban, meskipun proses keluar dari trauma dan manipulasi ini sering kali tidak mudah dan memerlukan waktu. Hal ini menutup narasi lagu dengan nada reflektif, memperlihatkan perjalanan emosional korban dari keterikatan menuju kesadaran.

SIMPULAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa lirik lagu “Kini Mereka Tahu” karya Bernadya merepresentasikan dinamika hubungan toksik yang kompleks melalui perspektif *Stockholm Syndrome*. Narasi yang dibangun korban untuk mempertahankan citra pasangan mencerminkan gejala keterikatan emosional yang mendalam, sebagaimana dijelaskan oleh konsep Dr. Nils

Bejerot. Melalui analisis ini, terlihat bagaimana korban menciptakan realitas alternatif yang mendistorsi fakta sebagai mekanisme bertahan, meskipun tindakan tersebut justru memperkuat dominasi pelaku dan memperburuk isolasi emosional. Proses manipulasi, baik secara eksternal oleh pelaku maupun internal oleh korban, terlihat berperan dalam memperpanjang siklus toksisitas hubungan ini.

Penelitian ini juga mengungkap perjalanan emosional korban dari keterikatan menuju kesadaran, sebagaimana tergambar dalam bagian bridge dan outro lagu. Meskipun kesadaran tersebut muncul sebagai awal dari proses pembebasan emosional, kompleksitas trauma membuat perjalanan ini tidak linier dan penuh tantangan. Penelitian ini tidak hanya memberikan wawasan tentang pola perilaku dalam hubungan toksik tetapi juga memperlihatkan potensi seni, khususnya musik, sebagai medium untuk merefleksikan isu-isu psikologis yang kompleks. Untuk penelitian lebih lanjut, disarankan untuk mengeksplorasi dinamika serupa dalam media lain, seperti film atau literatur, untuk memperluas pemahaman tentang hubungan toksik dan keterkaitan emosional yang melingkupinya.

SARAN

Berdasarkan hasil penelitian ini, disarankan agar penelitian lanjutan memperdalam kajian tentang dinamika *Stockholm Syndrome* dalam representasi seni, khususnya musik, dengan melibatkan analisis konteks budaya, sosial, dan psikologis yang lebih luas. Pendekatan ini dapat memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai bagaimana pengalaman korban hubungan toksik dipengaruhi oleh faktor-faktor eksternal di luar hubungan itu sendiri. Penelitian lanjutan juga dapat mengeksplorasi perspektif pelaku dalam dinamika hubungan toksik untuk memberikan sudut pandang yang lebih seimbang dan mendalam. Kemudian, penggabungan metode kuantitatif untuk mengukur respons audiens terhadap lirik lagu semacam ini dapat menjadi tambahan signifikan bagi literatur yang ada.

Bagi pihak-pihak terkait, seperti komunitas seni, konselor psikologi, dan pendidik, hasil penelitian ini dapat menjadi dasar untuk meningkatkan kesadaran publik terhadap dinamika hubungan toksik. Musik dan seni lainnya dapat dimanfaatkan sebagai media edukasi yang efektif untuk menyampaikan dampak negatif hubungan toksik serta langkah-langkah pemulihan emosional. Selain itu, institusi pendidikan dan layanan konseling dapat menggunakan temuan ini untuk mengembangkan program intervensi atau kampanye kesadaran yang ditujukan kepada generasi muda, yang sering menjadi audiens utama karya seni seperti lagu-lagu Bernadya. Hal ini diharapkan dapat membantu membangun pemahaman yang lebih baik mengenai pentingnya hubungan yang sehat secara emosional dan upaya untuk mencegah manipulasi dalam relasi interpersonal.

UCAPAN TERIMA KASIH

Dengan penuh rasa syukur, saya ingin menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Program Studi Perpustakaan dan Ilmu Informasi Universitas Halu Oleo atas dukungan akademik dan inspirasinya selama ini. Ucapan terima kasih yang tulus juga saya sampaikan kepada istri tercinta, yang senantiasa menjadi sumber kekuatan, dukungan, dan cinta tanpa batas, serta anak saya yang membawa kebahagiaan dan semangat baru dalam setiap langkah saya. Tak lupa, penghargaan saya sampaikan kepada Bernadya, yang karyanya telah menjadi inspirasi mendalam dalam tulisan ini, membuka wawasan baru, dan memberikan warna berbeda dalam perjalanan saya menyelesaikan karya ini. Semoga semua kebaikan ini terus membawa berkah bagi kita semua.

DAFTAR PUSTAKA

- Anam, S., & Awalludin, A. (2017). Kesalahan Morfologi dalam Karangan Bebas Siswa Kelas XII SMK Trisakti Baturaja. *Jurnal Bindo Sastra*, 1(1), 33-44.
- Anjani, A., & Lestari, S. B. (2018). Komunikasi Antar Pribadi dalam Hubungan Berpacaran yang Menimbulkan Konflik Kekerasan Psikis. *Interaksi Online*, 6(4), 501-513. Hämtat från <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/interaksi-online/article/view/21951>
- Cantor, C., & Price, J. (2007). Traumatic Entrapment, Appeasement and Complex Post-Traumatic Stress Disorder: Evolutionary Perspectives of Hostage Reactions, Domestic Abuse and the Stockholm Syndrome. *Australian & New Zealand Journal of Psychiatry*, 41(5), 377-384. doi:<https://doi.org/10.1080/00048670701261178>
- Effendi, Y. (2023). Manifestasi Cinta Romantik dalam Lagu Rayuan Perempuan Gila: Analisis Semiotika Charles Sander Pierce. *Bastrando: Jurnal Bahasa dan Sastra Indonesia*, 3(2), 105-114. doi:<https://doi.org/10.54895/bastrando.v3i2.2341>
- Frith, S. (1996). *Music and Identity*. London: Sage Publications.
- Frith, S. (2017). *Taking Popular Music Seriously: Selected Essays*. Oxford: Routledge.
- Graham, D. L., Rigsby, R. K., & Rawlings, E. I. (1995). *Loving to Survive: Sexual Terror, Men's Violence, and Women's Lives*. New York City: NYU Press.
- Herman, J. L. (2019). *Trauma and Recovery: The Aftermath of Violence - from Domestic Abuse to Political Terror*. New York City: Basic Books.
- Jesson, L. (2022). *Stockholm Syndrome in a Relationship: Breaking The Toxic Cycle of Trauma Bonding (Toxic Relationship)*.
- King, D. (2020). *Six Days in August: The Story of Stockholm Syndrome*. New York City: W. W. Norton & Company.
- Nilawijaya, R., & Awalludin, A. (2021). Tinjauan Sosiologi Sastra dalam Novel Hafalan Shalat Delisa Karya Tere Liye dan Relevansinya terhadap Pembelajaran Sastra di SMA. *Silampari Bisa: Jurnal Penelitian Pendidikan Bahasa Indonesia, Daerah, dan Asing*, 4(1), 13-24.
- Pramesti, R., & Suprastowo, J. (2024). Studi Kasus: Analisis Perilaku Toxic Relationship pada Mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Psikologi Insani*, 9(1), 56-66.
- Putra, D. A., & Tyas, P. H. (2023). Fenomena Toxic Relationship dalam Berpacaran. *Solusi : Jurnal Konseling dan Pengembangan Pribadi*, 5(1), 54-62. doi:<https://doi.org/10.24071/sol.v5i1.6971>
- Schreiber, B. (2019). *Music Is Power: Popular Songs, Social Justice, and the Will to Change*. New Jersey: Rutgers University Press.

Sholihah, D. M., & Rasdana, O. (2023). Analisis Gaya Bahasa Perulangan dalam Lirik Lagu Dewa 19. *Bastrando: Jurnal Bahasa dan Sastra Indonesia*, 3(2), 142-148. doi:<https://doi.org/10.54895/bastrando.v3i2.2347>

Wahidar, T. I., & Reswari, S. A. (2021). Analisis Resepsi Toxic Relationship dalam Film Pendek All Too Well Karya Taylor Swift. *Medium Jurnal Ilmiah Fakultas Ilmu Komunikasi Universitas Islam Riau*, 9(2), 332-346. doi:[https://doi.org/10.25299/medium.2021.vol9\(2\).10035](https://doi.org/10.25299/medium.2021.vol9(2).10035)

Zahro, D. F. (2023). Potret Toxic Relationship pada Lirik Lagu Dangdut: Kajian Struktural. Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia.