

Lirik Lagu “Daur Hidup” Karya Donne Maula Sebagai Media Dakwah dalam Refleksi Pemulihan Jiwa

Eriana Dhea Tamara¹⁾, Muhammad Yusuf²⁾

^{1,2)}Universitas Sains Al-Qur'an

¹⁾erianadhea@gmail.com, ²⁾yusuf@unsiq.ac.id

Abstrak. Permasalahan penelitian ini dilatarbelakangi oleh meningkatnya kebutuhan masyarakat akan media reflektif dalam menyampaikan nilai-nilai dakwah melalui karya musik populer terutama untuk membantu proses pemulihan jiwa. Tujuan penelitian ini adalah untuk menemukan makna refleksi pemulihan jiwa dalam konteks media dakwah yang terkandung dalam lirik lagu “Daur Hidup” karya Donne Maula menggunakan analisis semiotik Roland Barthes. Hasil penelitian menunjukkan bahwa lirik lagu “Daur Hidup” karya Donne Maula mengandung makna sebagai bentuk pembelajaran dan berkontribusi sebagai refleksi perjalanan batin seseorang dalam menghadapi kehidupan. Lirik lagu tersebut mengandung makna perjalanan hidup, ketahanan, penerimaan diri, kedamaian batin, makna spiritual, dan kedekatan dengan Allah SWT, serta makna keseimbangan emosional. Penulis juga menemukan bahwa lirik lagu “Daur Hidup” memiliki makna yang dapat mencerminkan proses pemulihan jiwa yang dihasilkan melalui berbagai aspek psikologis yang diinterpretasikan berulang kali dalam setiap bait. Proses ini meliputi tahap-tahap berikut: kehadiran harapan sebagai tahap awal, kehadiran optimisme dan kedamaian batin, kedekatan spiritual, dan tahap lanjutan, yaitu keseimbangan emosional dan penemuan makna hidup. Lirik lagu “Daur Hidup” juga dapat diinterpretasikan sebagai media dakwah karena mengandung nilai-nilai Islam yang disampaikan secara implisit. Lirik tersebut mengandung pengingat untuk bersabar dalam hidup, menyerahkan diri pada takdir Allah SWT, bersabar dan jujur, percaya pada pertolongan Allah, serta bersyukur dan puas. Dengan demikian, setiap nilai Islam yang terkandung dalam lirik “Daur Hidup” juga mencerminkan proses penyembuhan spiritual.

Kata kunci : Pemulihan jiwa, media dakwah, lirik lagu, semiotika, dakwah modern

Abstract. The background to this research problem is the increasing public demand for reflective media in conveying religious values through popular music, especially to aid in the process of spiritual healing. The purpose of this research is to find the meaning of reflection of soul recovery in the context of da'wah media contained in the lyrics of the song "Daur Hidup" by Donne Maula using Roland Barthes' Semiotic analysis. The results of the study show that the lyrics of the song "Daur Hidup" by Donne Maula contain meaning as a form of learning and contribute as a reflection of one's inner journey in facing life. The lyrics of the song contain the meaning of life's journey, resilience, self-acceptance, inner peace, spiritual meaning and closeness to God, as well as the meaning of emotional balance. The author also found that the lyrics of the song "Daur Hidup" have a meaning that can reflect the process of soul recovery produced through various psychological aspects that are repeatedly interpreted in each verse. The following process includes the following stages: the presence of hope as the initial stage, the presence of optimism and inner peace, spiritual closeness, and the advanced stage,

namely emotional balance and the discovery of the meaning of life. The lyrics of the song "Daur Hidup" can also be interpreted as a da'wah media because they contain Islamic values that are conveyed implicitly. It contains reminders to be patient in life, to surrender to God's destiny, to be patient and sincere, to believe in God's help, and to be grateful and content. Thus, each of the Islamic values contained within the lyrics of "Daur Hidup" also reflects the process of spiritual healing.

Keywords: Recovery of the Soul, Medium da'wah, Song lyrics, Semiotics, Modern da'wah

PENDAHULUAN

Baik gangguan kejiwaan maupun gangguan mental ialah suatu keadaan yang terjadi saat adanya gangguan yang menonjol dalam hal ini secara medis. Entah itu pada kognisi, regulasi emosi, ataupun tingkah laku seseorang, sehingga hal tersebut dapat berdampak pada kemampuannya dalam menjalani kehidupan sehari-hari. Kondisi ini mencakup berbagai gangguan seperti depresi, kecemasan, skizofrenia, hingga gangguan perilaku.¹ Seperti halnya pada dekade terakhir, gangguan kesehatan mental ini telah muncul sebagai salah satu masalah sosial yang meluas terutama di kawasan Indonesia.

Hasil Survei Kesehatan Jiwa Remaja Nasional I-NAMHS mengungkapkan bahwa remaja dengan rentan usia 10-17 tahun, dalam jumlah yang mencapai angka 2,45 juta remaja di Indonesia mengalami gangguan mental dalam rentan waktu 12 bulan.² Kemudian World Health Organization (WHO) juga mengungkapkan adanya 3,9% dari 8.899 remaja Indonesia bakan tercatat sudah pernah melakukan percobaan untuk menghilangkan nyawa mereka, hal tersebut dihasilkan dari survey yang dilakukan pada tahun 2017. Hal tersebut bahkan dilakukan setidaknya sekali dalam 12 bulan terakhir, ketika survei tersebut dilakukan. Berikut diperkuat dengan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 menyebutkan bahwa kecenderungan pada penduduk yang memiliki getanda-tanda atau gejala depresi paling tinggi ialah pada remaja dengan rentan usia 15 hingga 24 tahun.³ Fenomena sosial dan data tersebut menunjukkan bahwa permasalahan kesehatan mental ini semakin nyata terjadi di Indonesia

¹ World Health Organization, "Mental Disorders", 2022, dalam <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-disorders>, diakses pada 27 September 2025.

² Amirah Ellyza Wahdi, "Riset: Sebanyak 2,45 Juta Remaja Di Indonesia Tergolong Sebagai Orang Dengan Gangguan Jiwa (ODG)", 2022, dalam <https://theconversation.com/riset-sebanyak-2-45-juta-remaja-di-indonesia-tergolong-sebagai-orang-dengan-gangguan-jiwa-odgj-191960>, diakses pada 27 September 2025.

³ Sulis Winurini, "Pemeriksaan Kesehatan Mental Gratis Bagi Remaja", dalam *Isu Sepekan Bidang Kesra, Komisi IX*, 2025, hlmn. 1.

secara luas yang bahkan sebagian besar belum mendapatkan penanganan profesional akibat stigma masyarakat yang buruk dan terbatasnya layanan kesehatan jiwa.⁴

Di era modern ini, upaya pemulihan jiwa kini tidak hanya mengandalkan terapi medis atau psikologis, melainkan juga melalui media alternatif seperti seni, musik, dan dakwah. Dimana musik itu sendiri terbukti efektif dalam menurunkan kecemasan dan memperkuat keseimbangan emosional. Terapi melalui musik bahkan sudah diakui menjadi pendekatan yang pada dasarnya melengkapi bidang medis dan psikologis, serta telah terbukti mampu memberikan manfaat bagi kesehatan, termasuk dalam membantu pemulihan dan meningkatkan kualitas hidup seseorang.⁵ Menurut penelitian, terapi musik dapat didefinisikan sebagai campur tangan dalam perawatan atau metode tambahan, dimana musik bisa disebut sebagai media untuk aktivitas terapi untuk membantu dalam merawat, merehabilitasi atau memulihkan serta membuat Kesehatan mental meningkat, serta fisik yang kuat ketahanannya, dan Kesehatan emosi yang stabil.⁶

Dalam konteks ini, adanya lagu yang menjadi unsur dari music, dimana music tidak sebatas berguna sebagai penghibur, namun demikian juga sebagai sarana terapi musik itu sendiri. Melalui lirik, irama, ditambah dengan hadirnya pesan baik itu dalam hal moral dan religi yang terdapat di dalamnya. Sehingga lagu tersebut dapat memberikan ketenangan tersendiri untuk pendengarnya. Dengan demikian, lagu dapat dipahami sebagai medium yang luas, bahkan lebih jauh lagi, terbukti bahwa lagu bisa menjadi media dakwah yang menjembatani pesan keagamaan kepada masyarakat luas secara emosional dan menyentuh.⁷

Berbagai penelitian terdahulu telah mengkaji lirik lagu sebagai media penyampaian pesan dan ekspresi dari perspektif kesehatan mental.⁸ Terdapat pula penelitian yang meneliti lirik lagu dengan pendekatan berbeda, serta mengangkat tema dakwah dalam musik.⁹ Akan tetapi, sampai saat ini belum terdapat kajian yang secara spesifik mengupas Lirik Lagu Daur

⁴ Hasna Fikriya dan Firdaus Hafidz, "Gangguan Kesehatan Mental Anak Muda", 2025, dalam <https://www.tempo.co/sains/gangguan-mental-milenial-dan-gen-z>, diakses pada 28 September 2025.

⁵ Tresno Saras, *Terapi Musik: Harmoni Jiwa Dan Tubuh Melalui Getaran Bunyi* (Semarang: Tiram Media, 2023), hlm. 1-2.

⁶ Junita Batubara and others, "Pemanfaatan Terapi Musik Sebagai Pengobatan Alternatif Korban Penyalahgunaan Narkoba Di Panti Rehabilitasi Mutiara Abadi Binjai", dalam *Jurnal Panggung*, 31.4, 2022, hlm. 469.

⁷ Imam Syafi'i, 'Pesan Komunikasi Dakwah Pada Lagu Grup Band Wali (Analisis Semiotik Pada Lagu Abatasa Dan Status Hamba)', dalam *Jurnal Al-Tsiqoh (Dakwah Dan Ekonomi)*, 4.1 ,2019, hlm. 52.

⁸ Verisa Rizki Amara, "Analisis Semiotika Gangguan Kesehatan Mental Pada Lirik Lagu BTS Magic Shop", Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2022, hlm. 6-7.

⁹ Muhammad Hamdani Hidayat, "Pesan Dakwah Dalam Lagu Deen As-Salam "Sabyan Gambus", dalam *Ath-Thariq; Jurnal Dakwah dan Komunikasi*, Vol. 06, No. 02, 2022.

Hidup sebagai media dakwah dalam refleksi pemulihan jiwa dengan analisis semiotika Roland Barthes. Maka dari itu, penelitian ini terfokus bukan sekedar untuk mengungkap pesan moral atau religius dalam suatu lirik lagu, melainkan bagaimana pesan dakwah tersebut berperan dalam refleksi pemulihan jiwa. Dimana hal tersebut merepresentasikan keadaan seseorang yang mampu berdamai dengan pikiran buruknya, traumanya, dan segala perasaan negatif yang mempengaruhi jiwanya.

Sedangkan jika ditarik kembali, berdasarkan uraian sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa keunikan yang terdapat di penelitian ini terletak pada kombinasi antara media dakwah, pemulihan jiwa dan analisis Semiotika Roland Barthes. Ketika penelitian sebelumnya hanya berhenti pada analisis nilai dakwah atau moral dalam lagu, sementara dalam penelitian ini berusaha untuk menggali lebih jauh yakni bagaimana makna-makna dakwah yang ada dalam lirik tersebut dapat dimaknai sebagai sarana refleksi bagi pendengar untuk ketenangan hati, kekuatan batin, dan dalam proses penyembuhan diri. Inilah yang membuat penelitian tentang lirik lagu “Daur Hidup” memiliki kebaruan akademik sekaligus relevansi sosial.

Pada kajian ini, memilih lagu Daur Hidup karya Donne Maula menjadi objeknya untuk dimaknai sebagai media dakwah dalam konteks pemulihan jiwa. Dalam hal ini, lirik lagu Daur Hidup dipilih karena didalamnya memiliki makna yang mendalam dan penuh dengan pesan refleksi. Tak hanya itu, lirik tersebut juga memberi gambaran bahwa bagaimanapun jalan yang ditempuh oleh seorang manusia sejak ia lahir, ujungnya tetaplah kembali pada dekapan Tuhan.¹⁰ Maka dari itu banyak pendengar lagu ini yang merasa terhubung dengan pesan-pesan didalamnya, yang secara khusus merefleksikan pengalaman diri terkait dengan adanya hal yang tidak pasti, bagaimana pencarian makna hidup, serta bagaimana kecemasan merenggut hal tersebut.¹¹

Lagu yang ditulis dan dikomposeri langsung oleh Donne Maula ini diciptakan untuk memberikan struktur dalam menggali keberanian pada diri agar bisa memeluk hal-hal yang telah terjadi dalam kehidupan. Berikut sebagai pencipta lagu secara langsung, Donne Maula juga mengungkapkan bahwa dengan lagu ini diharapkan dapat menjadi pengingat kepada siapapun untuk mensyukuri setiap fase apapun dengan pencapaian yang baik itu kecil maupun

¹⁰ Adi Putra Ramadhani, "Analisis Wacana Kritis Model Teun. A. Van Dijk Dalam Lirik Lagu Daur Hidup Karya Donne Maula", Yogyakarta: Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, 2025, hlm. 6.

¹¹ Rissa Yuliana and Egi Nusivera, "Representasi Fenomena Quarter Life Crisis Pada Lirik Lagu Album Daur Hidup Karya Donne Maulana", dalam Jurnal Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia Volume 10.1, 2025, hlm. 70.

besar yang didapatkan dari pengalaman hidup itu, sebagai contoh ialah kekuatan untuk tetap bertahan.¹²

Dengan demikian, lagu ini dipandang layak sebagai objek penelitian karena lagu ini dapat dipahami sebagai media dakwah yang relevan di era modern. Dimana lirik tersebut juga erat kaitannya dengan berbagai proses psikologis yang mampu menumbuhkan kekuatan batin sehingga seorang individu bisa pulih dari berbagai permasalahan dalam diri dan jiwanya. Seperti implementasi dari generasi muda khususnya Gen Z, dimana mereka menggunakan musik sebagai media dalam mengekspresikan diri dan pelarian dari tekanan psikologis. Khususnya terkait kecemasan dan depresi yang paling umum dialami oleh remaja di Indonesia.¹³

Sebagai musik populer masa kini, Lagu Daur Hidup, meskipun tidak secara eksplisit dikategorikan sebagai musik religi. Namun suatu lagu tetap mampu menjadi sarana refleksi yang menyentuh dimensi spiritual bagi pendengarnya, demikian dengan lirik di dalamnya mampu berperan menjadi media *self healing* dengan berbagai maknanya.¹⁴

Penelitian ini penting karena diharapkan mampu mengisi kekosongan kajian yang menghubungkan seni musik, dakwah, dan pemulihan jiwa dengan pendekatan semiotika. Saat ini, studi dakwah kontemporer cenderung masih banyak yang hanya fokus pada salah satu diantara ketiga indikator tersebut, sehingga belum ada yang secara penuh membahas ketiganya dalam satu penelitian. Maka dari itu, kajian ini berdiri dengan harapan besar agar dapat setidaknya menyajikan kontribusi dalam memperluas cakupan kajian modern yang lebih menyeluruh terhadap media komunikasi, dakwah dan psikologi. Serta menjawab bahwa dari lirik lagu sekalipun, itu dapat membantu memulihkan berbagai permasalahan jiwa.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan sifat penelitian kualitatif deskriptif. Penelitian kualitatif adalah penelitian yang bersifat deskriptif dan cenderung memakai teknik analisis. Jenis pendekatan yang dilakukan pada penelitian ini

¹² Shofyan Kurniawan, "Merangkul Pahit Dan Manis Kehidupan Lewat Lagu Daur Hidup Oleh Donne Maula", dalam <https://www.froyonion.com/news/music/merangkul-pahit-dan-manis-kehidupan-lewat-lagu-daur-hidup-oleh-donne-maula>, 2024, diakses pada 30 September 2025.

¹³ Syaharani Astuti and others, "Lagu Sebagai Cermin Psikologis Generasi Muda: Studi Kesehatan Mental Dalam Karya Musik Hindia", dalam *Jurnal Pengabdian Masyarakat Dan Riset Pendidikan*, 3.4 (2025), hlm. 95

¹⁴ Dinesh Bist, dkk, "Music and Spirituality: An Auto-Ethnographic Study of How Five Individuals Used Music to Enrich Their Soul", dalam *Jurnal Religions*, 15.7 (2024), hlm. 14

menggunakan kajian Semiotika Roland Barthes dengan menggunakan pendekatan studi pustaka (*library research*). Dalam penelitian ini peneliti akan mencari makna refleksi pemulihan jiwa dalam konteks media dakwah yang terdapat dalam Lirik Lagu Daur Hidup karya Donne Maula dengan menggunakan analisis Semiotika Roland Barthes.

Sumber data yang digunakan pada penelitian ini adalah data primer dan data sekunder. Data primer dari penelitian ini adalah penggalan dari lirik lagu Daur Hidup karya Donne Maula. Data tersebut dikumpulkan dan dianalisis secara mendalam. Sumber data sekunder untuk menunjang dan memperkuat data dalam penelitian ini, didapatkan dari sumber dari jurnal, skripsi dari peneliti terdahulu, tesis, media massa, dan buku-buku yang mempunyai keterkaitan dengan tema.

Pengumpulan data pada penelitian ini dapat diperoleh melalui Observasi Non Partisipan dan dokumentasi. Teknis analisis data penelitian ini menggunakan analisis semiotika Roland Barthes, yakni menganalisis kandungan makna denotasi, konotasi, dan mitos yang menghasilkan tanda secara objektif di dalamnya untuk memahami makna yang tersirat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Lagu "Daur Hidup" dipilih dalam penelitian ini, sebab di dalam liriknya menggunakan narasi yang kuat dalam mengajak pendengarnya untuk memahami fase kehidupan, termasuk di dalamnya fase kesedihan, kegagalan, dan kehilangan motivasi hidup, sebagai bagian dari proses. Proses hidup itulah yang perlu diterima dengan ikhlas oleh diri agar bisa berdamai dan sembuh dari segala luka dan gangguan yang ada di dalam jiwa.¹⁵ Melalui pendekatan ini, penelitian ini berupaya mengungkap lapisan yang mencerminkan proses pemulihan jiwa serta nilai dakwah yang tersirat.

Hasil Penelitian

A. Makna yang Terkandung dalam Lirik Lagu Daur Hidup Karya Donne Maula

Lirik lagu "Daur Hidup" tersebut kemudian akan dianalisis dengan menggunakan teori Semiotika Roland Barthes dan diklasifikasikan dalam peta tanda (*map order signification*)

¹⁵ Mohammad Habibullah Rosyadi dan Ainun Ni'Matu Rohmah, "Analisis Semiotika Pesan Resiliensi Pada Lirik Lagu "Secukupnya" Karya Hindia", dalam *Jurnal Riset Mahasiswa Dakwah Dan Komunikasi*, 5.1 (2023), hlm. 62.

dimana peta tersebut terdiri dari beberapa tingkatan pemaknaan ¹⁶. Hal itu melalui tahapan demi tahapan, dimulai dengan tingkatan pertama yakni hubungan antar Penanda (*signifier*) dan petanda (*signified*). Kemudian dilanjutkan dengan tingkatan kedua yaitu *order of signification*. Tingkat terakhir yakni Mitos (*Myth*).

1. Makna Perjalanan Hidup dan Resiliensi pada Lirik Lagu “Daur Hidup” Bait 1

Hai perkenalkan aku jiwa yang bertahan

Sudah ditempa keras oleh banyak cerita

Pada bagian pertama lirik lagu “Daur Hidup” dalam bait 1 tersebut secara langsung menggambarkan tentang seseorang yang sedang menyapa dan memperkenalkan diri, dalam hal ini ia memperkenalkan bahwa ia adalah “jiwa yang bertahan”. Memperjelas makna perjalanan hidup yang penuh liku-liku, Secara denotatif, sebagai makna paling dasar, frasa dalam lirik lagu tersebut menunjukkan bahwa orang tersebut telah mengalami peristiwa dalam kehidupan yang keras, sehingga mengacu pada lirik berikutnya yakni sudah “ditempa” dengan banyak cerita-cerita itu. Maka dari itu jika dijabarkan secara lengkap, “Hai perkenalkan aku jiwa yang bertahan” merujuk pada perkenalan diri yang dilakukan secara sederhana, menyebut dirinya sebagai jiwa yang bertahan. Kemudian secara literal, hal tersebut merujuk pada seseorang yang masih dalam keadaan hidup, masih bisa bertahan, serta bisa menjalani kehidupan meskipun banyak tantangan. Sedangkan pada bagian berikutnya, “sudah ditempa keras oleh banyak cerita” demikian secara denotatif menjelaskan bahwa seorang individu dalam lagu tersebut sudah melalui banyak peristiwa keras dan situasi yang sulit dalam hidupnya. Pada tingkatan pertama makna, tanda dalam hal ini hanya sebagai struktur mendasar yaitu signifier berupa rangkaian kata tersebut, sedangkan signified berupa makna denotasi tadi dimana seseorang memperkenalkan diri sekaligus mengakui perjalanan hidup miliknya yang penuh tekanan.¹⁷

Pada Tingkat konotasi, tanda denotasi yang dihasilkan tadi kemudian digunakan sebagai penanda baru yang dalam hal ini mengikutsertakan nilai emosional, psikologis, dan simbolik. Pada konteks bagian lirik tadi, “jiwa yang bertahan” tidak lagi hanya dipahami

¹⁶ Nabbilah Wimanda Putri Khofsofi, ‘Pemaknaan Lirik Lagu Pada Album “Tutur Batin” Sebagai Media Terapis Penyembuhan Diri Mahasiswa Broken Home Komunikasi Dan Penyiaran Islam (Analisis Semiotika Ferdinand de Saussure)’, 2024.

¹⁷ Rizqa Septia Melya Khafifah, ‘Analisis Semiotik Makna Kehidupan Dalam Lirik Lagu “Untungnya, Hidup Harus Tetap Berjalan” Karya Bernadya’, 2025.

sebagai perkenalan seseorang yang masih hidup dan bertahan.¹⁸ Ungkapan ini kemudian menghasilkan gambaran dari seseorang yang sudah mengalami banyak guncangan ujian dalam hidupnya namun berhasil untuk memilih bertahan. Hal tersebut menjadi pertanda emosional yang membaik dan ketegaran psikologisnya dalam menghadapi penerimaan hidup.

Sedangkan pada frase “ditempa keras oleh banyak cerita” turut serta memberikan konotasi yang lebih dalam lagi terkait dengan pengalaman pahit, yakni kegagalan dalam hidup, tekanan emosional, penolakan, trauma, maupun luka-luka di dalam batinnya sebagai proses yang mampu membentuk kekuatan emosional dan psikologi seseorang¹⁹. Seperti pada metafora kata “tempa” yang juga menunjukkan adanya nilai-nilai perjuangan, penderitaan, serta pertumbuhan, seperti halnya logam yang dipukul agar menjadi logam yang kuat²⁰. Jika dipahami melalui perspektif Barthes, dari sinilah tahapan makna mengalami perluasan pada tanda denotative “pengalaman hidup yang berat” berubah makna menjadi makna konotatif yakni terkait dengan pertumbuhan emosional dan pendewasaan batin. Maka dari itu, bagian lirik ini memberikan makna simbolik jika manusia dibentuk bukan melalui kenyamanan saja, melainkan pengalaman emosional yang sulit²¹.

Terakhir pada tingkat lanjutan, yakni mitos, dalam penggalan lirik tadi dapat disebut sebagai narasi budaya terkait dengan kehidupan manusia sebagai perjuangan manusia sebagai seseorang yang “ditempa” oleh penderitaan untuk menjadikannya kuat. Seperti dalam perspektif masyarakat di Indonesia khususnya, dengan adanya mitos kultural tentang terbentur lalu terbentuk, kemudian soal kesabaran sebagai dasar kekuatan, serta istilah bahwa “orang hebat adalah mereka yang pernah jatuh lalu bangkit”. Hal tersebut seolah-olah menjadi hukum alamiah bahwa pengalaman buruk otomatis membuat jiwa seseorang semakin kuat, ini kemudian seolah menormalisasikan penderitaan sebagai jalan menuju kekuatan²². Nantinya

¹⁸ Camellia Sekar Wangi, “Lagu Daur Hidup: Dari Tangis Hingga Tawa, Dari Lahir Hingga Debu”, 2025, dalam <https://radartv.disway.id/ragam/read/28371/lagu-daur-hidup-dari-tangis-hingga-tawa-dari-lahir-hingga-debu>, diakses pada 29 November 2025.

¹⁹ Zunea Farizka and Azyza Harro, “Posttraumatic Growth Pada Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga”, dalam *Jurnal Psikoborneo*, Vol 7.1, 2019, hlm. 4.

²⁰ Mujibuddakwah, ‘Dalam Sepimu’, 2025, dalam <https://smpmuhduta.sch.id/dalam-sepimu/>, diakses pada 29 November 2025.

²¹ Shofyan Kurniawan, “Merangkul Pahit Dan Manis Kehidupan Lewat Lagu Daur Hidup Oleh Donne Maula”, dalam <https://www.froyonion.com/news/music/merangkul-pahit-dan-manis-kehidupan-lewat-lagu-daur-hidup-oleh-donne-maula>, 2024, diakses pada 30 November 2025.

²² Ahmad Rosid, ‘Masa Sulit Akan Membuatmu Tangguh’, 2023, dalam <https://id.ahmadrosid.com/jurnal/tangguh>, diakses pada 30 November 2025.

hal itu boleh jadi justru menguatkan stereotip bahwa kekuatan adalah suatu hal yang lahir dari trauma, tanpa melihat lebih jauh bagaimana dampak psikologisnya ²³.

Mati berkali-kali tapi bisa hidup lagi

Konon jika selamat aku semakin hebat

Dalam baris berikutnya menggambarkan tentang resiliensi, dimana seseorang berhasil bangkit dari titik terendah hidupnya. Pada bait pertama, “mati berkali-kali tapi bisa hidup lagi” secara denotatif, frasa tersebut tidaklah merujuk pada istilah kematian secara biologis, namun hal tersebut tetap dapat dibaca sebagai gambaran seseorang dalam kondisi seolah sekarat, jatuh, ataupun kegagalan berkali-kali, kemudian hidup atau bangkit lagi. Sedangkan pada frase “konon jika selamat aku semakin hebat” secara denotatif berarti suatu keadaan ketika ada yang mengatakan bahwa saat seseorang itu selamat makai ia akan menjadi semakin hebat ²⁴. Maka dalam tahapan ini, tanda tersebut belum sampai pada nilai simbolik dan kultural dibaliknya, dan hanya memberikan Gambaran permukaan terkait dengan proses jatuh-bangun seseorang.

Pada tingkatan konotasi, makna sebelumnya kemudian diperluas menjadi makna lebih dalam lagi, yakni “mati berkali-kali tapi bisa hidup lagi” memberikan tanda tentang pengalaman emosional seseorang yang berat, seperti kegagalan dalam hidup, depresi mendalam, gangguan emosional, trauma, yang membuat seseorang kehilangan harapan dan seolah jiwanya mati berulang kali. Mati dalam hal ini juga bisa disebut sebagai symbol kehancuran jiwa, sedangkan hidup lagi merupakan symbol dari pemulihan, penyembuhan, *healing*, serta kemampuan seseorang untuk kembali menemukan harapan²⁵. Secara keseluruhan, konotasinya merujuk pada konsep *resilience* yakni kemampuan seorang individu untuk bangkit dari titik terendah dalam hidupnya ²⁶. Tanda itulah yang dibawa melalui nilai psikologis, sosial, dan emosional pendengarnya.

²³ Kathy Parker, "We Need To Stop Calling Trauma Survivors Resilient — Here's Why", *Medium*, 2021, dalam <https://medium.com/invisible-illness/we-need-to-stop-calling-trauma-survivors-resilient-heres-why-c2d547e9d21d>, diakses pada 28 November 2025.

²⁴ Nanda, 'Lirik Lagu Daur Hidup Dari Donne Maula, Ini Makna Sesungguhnya'. 2024, dalam <https://www.idntimes.com/hype/entertainment/lirik-lagu-daur-hidup-donne-maula-00-19lfc-8mfl39>, diakses pada 30 November 2025

²⁵ Roommate Project, 'Kulik Kupas Lirik: Daur Hidup Donne Maula', 2024, Youtube. <https://youtu.be/lazKKj9lQg?si=rgfD7q844UNkS7-F>.

²⁶ Mohammad Habibullah Rosyadi dan Ainun Ni'Matu Rohmah, "Analisis Semiotika Pesan Resiliensi Pada Lirik Lagu "Secukupnya" Karya Hindia", dalam *Jurnal Riset Mahasiswa Dakwah Dan Komunikasi*, 5.1 (2023), hlm. 65-66.

Pada Tingkat terakhir yaitu mitos, lirik diatas membentuk ideologi serta menguatkan kultur sekitar, bahwa suatu penderitaan atau keadaan sulit adalah ujian, dan ketika orang itu selamat atau lulus dari ujian, maka ia akan menjadi pribadi yang lebih kuat dan hebat. Mitos tersebut juga dapat dikaitkan dengan narasi religius, bahwa ujian adalah cara meningkatkan derajat manusia. Orang kerap kali mengatakan untuk bertahan, bahwa "hal-hal kemarin sudah terlewati, kamu hebat, pasti setelah ini kamu akan jadi semakin kuat, dan ada hal indah yang menanti di depan. Hal ini justru mengaburkan kenyataan bahwa tidak semua proses bangkit itu memberikan hasil yang adil dan sama rata dengan individu yang lain. Dan justru seolah mirip dengan fenomena "hustle culture" yakni kerja keras tanpa henti, dimana lagi-lagi suatu penderitaan dinormalisasikan sebagai proses menuju sukses²⁷.

2. Makna Penerimaan Diri dan Ketenangan Batin pada Lirik Lagu "Daur Hidup" Bait 2

Daur hidup akan selalu berputar

Tugasku hanya bertahan

Secara denotatif, lirik pertama baris kedua pada "Daur hidup akan selalu berputar, tugasku hanya bertahan" memberi gambaran perjalanan hidup manusia seperti roda yang berputar dengan berbagai fase dalam hidup. Demikian dengan pengertian bahwa tugas seorang manusia adalah untuk bertahan dalam perputaran siklus hidupnya.

Daur hidup yang berputar ini memberi Gambaran lebih jauh berkaitan dengan kehidupan yang penuh dengan hal tidak terduga, terkadang membawa bahagia, memberikan beban, bahkan boleh jadi terkesan memberi penderitaan. Demikian dengan sudut pandang psikologis, bahwa cara menghadapi kehidupan dengan baik adalah dengan mengubah keadaan, melainkan dengan bertahan, menerima, menyesuaikan diri, dan berdamai dengan segala hal dalam hidup²⁸. Entah bisa menyelesaikan masalahnya atau tidak dalam kehidupan, manusia harus dapat bertahan, bahkan energi yang dimiliki kadang tidak cukup untuk menyelesaiannya, maka manusia hanya perlu bertahan²⁹.

Dalam tingkatan mitos, Lirik tersebut menggambarkan siklus hidup sebagai hukum alam yang tidak dapat diubah, menjadi narasi budaya. Selain itu, mencerminkan "survival

²⁷ Kurnia Ekaptiningrum, "Psikolog UGM Paparkan Bahaya Hustle Culture", *Ugm.Ac.Id*, 2023, dalam <https://ugm.ac.id/id/berita/23335-psikolog-ugm-paparkan-bahaya-hustle-culture>, diakses pada 28 November 2025.

²⁸ Nita Angnia Dewi, Hubungan Antara Penerimaan Diri Dengan Kebahagiaan Peserta Didik, *Doctoral Dissertation, Universitas Pendidikan Indonesia*., 2017, hlm. 12

²⁹ Roommate Project, 'Kulik Kupas Lirik: Daur Hidup Donne Maula', 2024, Youtube. <https://youtu.be/lazKKj9lQg?si=rgfD7q844UNkS7-F>.

culture " di mana masyarakat merasa bertahan adalah kewajiban, tanpa mempertimbangkan bahwa keadaan terpaksa bisa berdampak negative ³⁰. Maka dari itu, mitos yang berjalan dalam lirik itu ialah narasi soal manusia yang harus selalu menerima dinamika kehidupan menjadi kodrat hidupnya ³¹.

Terus jalan dan mengalirlah seperti air

Dari lahir sampai ku jadi debu di akhir

Lirik tersebut mengajak pendengar untuk terus bergerak dan mengalir seperti air, mencerminkan perjalanan hidup manusia dari lahir hingga mati, di mana tubuh akhirnya menjadi tanah atau debu³². Maka di tahap denotasi ini, hanya memberikan gambaran, perjalanan hidup manusia dari awal sampai dengan akhir.

Pada tahapan kedua, lirik lagu tersebut dimaknai secara emosional. Frasa "Terus jalan dan mengalirlah seperti air" mengajak untuk menerima keadaan dan menyesuaikan diri dengan kehidupan. Kata air melambangkan fleksibilitas, mengikuti alur meski ada rintangan. Ini juga menunjukkan bahwa meskipun manusia memiliki target, mereka sebaiknya tidak berlebihan dalam mengejarnya, melainkan berserah dan beradaptasi dengan keadaan yang ada ³³. Sementara pada frase "dari lahir sampai ku jadi debu di akhir" mengandung makna konotasi dalam menyadari akan kefanaan, siklus hidup, dan kesadaran bahwa manusia tidak memiliki control dan kendali atas hidupnya. Maka takdir tersebut tidak ada yang tau kapan dimulai dan kapan kehidupan itu berakhir.

Terakhir pada tingkatan mitos, terdapat makna budaya yang terbentuk yakni terkait dengan filosofi kehidupan di Indonesia, khususnya nilai-nilai di Jawa yang erat kaitannya dengan istilah konsep *narimo ing pandum, sangkan paraning dumadi, eling lan waspada*. Dimana hal itu dapat dimaknai sebagai mitos budaya soal bagaimana selayaknya manusia sejati yang menjalani hidup tanpa memaksakan kehendak dan mengikuti alur Tuhan ³⁴.

³⁰ National Institute of Mental Health, 'Chapter 2 Culture Counts: The Influence of Culture and Society on Mental Health', in *Mental Health: Culture, Race, and Ethnicity: A Supplement to Mental Health: A Report of the Surgeon General*, 2001.

³¹ Dadan Adi Kurniawan Rizki Rian Sari, Sutiyah, "Pemaknaan Konsep Nrimo Ing Pandum Dalam Kehidupan Abdi Dalem Kraton Kasunanan Surakarta", dalam *Jurnal Candi*, Vol 21.2, 2021, hlm. 29.

³² Al-Qur'an, 'Surat Qaf Ayat 3'.

³³ Afifah, "5 Pelajaran Berharga Filosofi Hidup Mengalir Seperti Air", *IDN Times*, 2024, dalam <https://www.idntimes.com/life/inspiration/5-pelajaran-berharga-filosofi-hidup-mengalir-seperti-air-01-n6y8c-6ph54g>, diakses pada 29 November 2025.

³⁴ Ike Syamsiah, Arif Saputri, and Badril Mutsbit, 'Prinsip Nrimo Ing Pandum Dalam Proses Self-Acceptance Penyitas Covid-19', *Habitus: Jurnal Pendidikan Sosiologi Dan Antropologi*, 6.2 (2022), 112.

3. Makna Spiritual dan Kedekatan dengan Tuhan pada Lirik Lagu “Daur Hidup” Bait 3

Bohong jika aku bilang selalu kuat

Lemah datang di saat-saat tak tepat

Secara denotatif secara gamblang menggambarkan seseorang yang mengakui bahwa ia tidak selalu kuat, ia tidak selalu dalam kondisi yang baik. Disusul dengan lirik berikutnya bahwa ia mengatakan bahwa ia juga terkadang merasakan lemah namun di saat yang tidak tepat. Jadi pada Tingkat pertama ini, lirik tersebut baru memberi pernyataan jujur dari tokoh dalam lirik tersebut tentang kondisinya yang naik turun kadang kuat dan kadang juga lemah.

Namun pada tingkat berikutnya, yaitu makna konotatif yang dapat dihasilkan melalui lirik tersebut yakni ungkapan bahwa itu adalah hal yang dusta ketika ia mengatakan selalu kuat, karena setiap dari manusia, terutama dari sudut pandang tokoh tersebut, ia menyembunyikan kerapuhan dalam dirinya karena tuntutan sosial agar selalu terlihat baik-baik saja. Seperti banyak dari individu yang selalu tampil kuat seolah taka da apapun padahal jiwanya sedang bertarung habis-habisan. Lalu “lemah datang disaat saat tak tepat” ini memberikan makna konotasi bahwa setiap manusia tidak pernah tau kapan kekuatan akan datang dan kapan tiba-tiba ia lemah, yang terkadang saat ter-trigger sesuatu, manusia akan lebih rentan memburuk kondisi psikologisnya. Pada intinya pada bagian ini tentu memperkuat makna bahwa menerima dan berdamai dengan kelemahan diri adalah bagian dari mencintai diri sendiri.

Dalam tingkatan mitos (*myth*) bait lirik diatas mangandung mitos keharusan untuk kuat, dimana narasi tersebut kerap kali beredar di Masyarakat. Individu sering ditekan untuk selalu terlihat tegar, produktif, dan penuh kemandirian. Dengan dalih bahwa memperlihatkan bahwa dirinya lemah adalah kesalahan besar di masyarakat yang acap kali dianggap cupu dan manja. Sebaliknya, individu yang baik dan dewasa adalah mereka yang tidak pernah memperlihatkan sisi lemahnya. Namun frase berikutnya seolah menjadi *counter-myth* bahwa lemah bukan berarti kalah, dan kelemahan bukanlah hal yang harus ditutupi.

Beruntung aku Dijaga Kawan erat

Ayat buat ku dan Dia makin dekat

Jika dilihat melalui tingkatan awal, lirik tersebut menggambarkan makna yang sederhana, yakni seseorang atau dalam hal ini pencipta lagi merasa beruntung karena dia memiliki sahabat yang selalu menjaganya. Sedangkan pada lirik selanjutnya merujuk pada ayat ataupun puisi yang menjadi perantara dengan sahabat atau temannya tersebut. Karena dalam

bagian ini, tanda hanya berfungsi sebagai pemaknaan yang mendasar, yakni tentang hubungan antara kata dengan objek maknanya.

Makna konotasinya adalah pada lirik “Beruntung aku Dijaga Kawan erat” ialah bahwa tokoh tersebut atau ia, selama ini merasa beruntung karya ia selalu merasa dijaga dan ditopang dalam segala keadaan oleh Tuhan yang ia anggap sebagai sahabat terbaik. Seperti pada konteks penciptaan lagu, sang pencipta lagu terinspirasi oleh kisah spiritualnya, bahwa selama ini yang benar-benar bisa ia anggap sahabat terbaik adalah Tuhannya, yang tidak pernah sekalipun meninggalkannya dan selalu menemani dan menurunkan tangannya dalam situasi sulitnya. Sedangkan pada bagian selanjutnya, dapat dimaknai secara konotatif bahwa selama ini ayat-ayat Al-Qur'an selalu membuat seorang tokoh ini makin dekat dengan Allah. Ketika ia meminta, ia memanjatkan doa dengan penggalan ayat-ayat-Nya, ia selalu merasa bahwa ia semakin dekat dengan Allah, dibuktikan dengan ketenangan, keyakinan, dan kesadaran bahwa ia tidak pernah sendirian, ada Allah lah yang selalu menemaninya. Ayat-ayat itulah yang kemudian menjadi petunjuk arahnya, dan membuat si tokoh memiliki kedekatan batin yang lebih dalam dengan Tuhannya.

Sedangkan mitos yang terbentuk dari lirik tersebut adalah tentang hubungan dengan Tuhan, dimana seseorang yang dekat dengan Tuhannya dianggap akan selalu menemukan keberuntungan dalam hidupnya. Dengan narasi tersebut di kalangan masyarakat terkadang justru mempertanyakan, mengapa sudah beribadah sudah mendekatkan diri tetapi masih diuji dan lain sebagainya. Barangkali Allah menguji karena kita adalah hamba yang beruntung untuk dicintai-Nya maka Ia mengujinya. Pada sesungguhnya keberuntungan sejatinya lebih besar dari hal itu. Lirik ini pada akhirnya mampu memberikan pelajaran akan hal itu, bahwa selama ini Allah selalu memberikan penjagaan dalam hal-hal yang terkadang tidak kita sadari.

4. Makna Keseimbangan Emosional pada Lirik Lagu “Daur Hidup” Bait 4

Hai semua tangis dan tawa di depan mata

Aku tak pilih kasih kan ku peluk semua

Secara denotatif, lirik tersebut secara langsung menjelaskan bahwa seorang tokoh melihat tangisan dan tawa di hadapannya, dan ia menerima kedua situasi emosional yang bertentangan tersebut tanpa memilih salah satu saja. Pada Tingkat dasar menurut Barthes ini, tanda hanya merujuk pada emosi yang ada dalam kehidupan dan seorang tokoh yang bersedia menghadapi keduanya.

Namun jika bergerak pada Tingkat konotasi, lirik tersebut memperlihatkan makna yang lebih dalam, dimana tangi dan tawa bukan hanya dilihat sebagai ekspresi emosi, melainkan sebagai dua sisi keadaan dalam hidup, yaitu kesakitan, kegagalan, kesedihan, kehilangan makna hidup, sebagai bagian dari tangis, kemudian kebahagiaan, keberhasilan, penemuan makna, penemuan tujuan hidup, kesenangan jiwa dan raga, sebagai tawa. Dilengkapi dengan lirik berikutnya, yang menyatakan bahwa tokoh tersebut memperlihatkan konsep penerimaan diri (*self-acceptance and emotional openness*), hal tersebut ditandai dengan kesiapan seseorang untuk menerima dan berdamai dengan kehidupannya. Kemudian bukan dengan menolak kesedihan, melainkan dengan memeluk dan menerima kesedihan itu sebagai bagian dari hidupnya. Maka kehidupan tentu tidak bisa berjalan dengan memilih bagian yang membahagiakan saja, tetapi juga harus mampu merangkul kecewa dan luka sebagai bagian dari proses bertumbuh.

Terakhir, pada tingkatan mitos, lirik tersebut mencerminkan mitos penerimaan diri, bahwa manusia harus menerima secara penuh segala bentuk perasaan. Ini juga mengacu pada makna mitos dalam kehidupan sosial, bahwa manusia sudah seharusnya bersikap tegar dan Ikhlas dalam menjalani kehidupan yang berliku. Hal tersebut akhirnya dapat menjadi pelajaran agar individu bisa mensyukuri segala keadaan dalam hidup dan menjalani itu dengan baik. Paksaan dan tuntutan narasi tersebutlah yang akhirnya menguatkan individu, entah dengan perasaan terpaksa atau tidak dalam menerima kesedihannya. Pada akhirnya, dengan segala penerimaan inilah, tokoh dalam bait terakhir ini menunjukkan keseimbangan emosional sebagai proses penerimaan, proses pertumbuhan emosional dan spiritual untuk menerima segalanya.

B. Refleksi Pemulihan Jiwa dalam Lirik Lagu Daur Hidup Karya Donne Maula

Konsep pemulihan jiwa sendiri seperti yang dijelaskan oleh SAMHSA (*Substance Abuse and Mental Health Service Administration*) bahwa kondisi pulih secara psikologis bagi seseorang ini melibatkan perubahan kearah yang baik dalam Kesehatan mental, kesejahteraan hidup, serta arah dan tujuan kedepan.

Jika disandingkan dengan sudut pandang psikologi positif, lirik lagu "Daur Hidup" ini memperlihatkan tiga proses penting dalam pemulihan jiwa, yaitu *self-acceptance*, *meaning-making*, dan *growth*. Setiap frasa dalam lirik lagu tersebut menggambarkan bagaimana seseorang menerima rasa sakitnya dengan kedamaian dan keikhlasan bahwa itu merupakan

bagian dari hidupnya, itu juga merupakan prinsip kunci menurut Seligman dalam konsep *well-being psychology*. Konsep tersebut dihasilkan dalam lirik yang menegakan bahwa segala kehilangan, rasa sakit, rasa ingin menyerah, ketidakseimbangan emosi, bukanlah akhir, meskipun seolah pada saat itu jiwa serasa mati, namun sesungguhnya itu adalah bagian dari perjalanan untuk membentuk individu menjadi lebih kuat. Dengan demikian, lagu ini dinilai mampu merepresentasikan perjalanan pemulihan jiwa, dengan gagasan *post-traumatic growth* dalam psikologi positif.

Maka dapat disimpulkan bahwa lirik lagu Daur Hidup, dalam setiap bait dapat merefleksikan perjalanan pemulihan jiwa yaitu Pertama, lirik Daur Hidup merefleksikan proses berdamai dengan luka atau penderitaan dan kebangkitan harapan sebagai tahap awal pemulihan jiwa. Sejalan dengan makna sebelumnya yang diperoleh menggunakan semiotika Roland Barthes, yakni perjalanan hidup dan resiliensi. Maka di tahap ini, dapat dikatakan mencerminkan proses awal pemulihan jiwa. Seperti gambaran awal seseorang dengan gangguan jiwa yang akhirnya menerima dan mau berdamai dengan perjalanan hidupnya. Seperti pada lirik "*Hai perkenalkan aku jiwa yang bertahan, sudah ditempa keras oleh banyak cerita*" dimana itu memperjelas bahwa lirik tersebut ialah refleksi awal dimana seseorang akhirnya berdamai dan menerima luka dan sakitnya dan mengakui bahwa ia hebat masih bertahan sejauh ini. Ditambah dengan makna resiliensi yang dihasilkan pada lirik "*Mati berkali-kali tapi bisa hidup lagi, konon jika selamat aku semakin hebat*" yang semakin merfleksikan bahwa ia sudah benar-benar berdamai dengan penderitaan itu, bahkan ia mengakui bahwa jiwanya telah mati namun akhirnya ia kembali menemukan harapan dan hidup lagi. Sejalan dengan konsep Koenig dan SAMHS bahwa proses awal dari pemulihan jiwa adalah adanya harapan. Ibaratnya seperti saat seseorang sakit secara fisik, ketika ia punya harapan untuk sembuh maka ia akan lebih berusaha untuk sembuh dengan melakukan pengobatan dan usaha lainnya untuk sembuh. Sama halnya dengan gangguan yang berasal dari jiwa, rata-rata dari mereka itu memiliki kecenderungan mengalami penurunan atau bahkan kehilangan harapan hidupnya, jadi kalau ia sudah bangkit harapan hidupnya, maka ia sudah berada dalam proses pemulihan jiwanya, meskipun tentu tidak seinstan itu.

Kedua, lirik lagu Daur Hidup merefleksikan ketenangan batin dan optimisme dari dalam diri sebagai bagian dari pemulihan jiwa. Sejalan dengan makna yang sebelumnya diperoleh menggunakan semiotika Roland Barthes, yaitu makna penerimaan diri dan ketenangan batin pada bait kedua ini. Pada lirik "*Daur hidup akan selalu berputar, tugasku*

hanya bertahan, terus jalan dan mengalirlah seperti air, dari lahir sampai kujadi debu di akhir" dari sinilah penerimaan atas dirinya ini terefleksikan, ia menerima sejumlah hal apapun itu dalam dirinya dengan setenang itu, bahkan ketika ia membahas tentang waktunya akan berakhir kelak, pun ia setenang itu. Diperkuat dengan optimismnya bahwa hidupnya akan selalu berputar, jadi pasti ia akan merasakan kondisi teratas dan paling baik. Refleksi ini juga mengajarkan dan seolah memberi tahu, ibarat seorang psikolog yang sedang mengatakan kepada pasiennya bahwa "*siklus kehidupan itu seperti roda berputar, ketika saat ini kau sedang kacau, kau hancur, namun tenang saja tugasmu hanya bertahan maka hal-hal baik akan mendatangimu, yang penting kamu bertahan terlebih dahulu.*" Optimisme ini juga sejalan dengan aspek penting pemulihan jiwa menurut Koenig.

Ketiga, lirik lagu Daur Hidup merefleksikan ketenangan jiwa dan penguatan spiritualitas sebagai pusat pemulihan jiwa. Seperti pemaknaan yang diperoleh melalui konsep semiotika Roland Barthes pada pembahasan sebelumnya, bahwa lirik pada bait ketiga mengandung makna spiritual dan kedekatan dengan Tuhan. Lirik yang berbunyi "*Bohong jika aku bilang selalu kuat, lemah datang disaat tak tepat, beruntungku dijaga Kawan Erat, ayat buat ku dan Dia makin dekat*" lirik tersebut menjelaskan bahwa sorotan pada bait tersebut adalah kesadaran bahwa Tuhan kekuatan terbesar yang menjadi teman paling setia terutama pada saat-saat sulit, seperti kasus ketika seseorang sedang dalam kondisi keterbatasan dalam segi kesehatan jiwanya, adalah Tuhan akan selalu ada. Seperti yang dijelaskan oleh Koenig dalam kerangka teori bahwa hubungan yang erat dengan Tuhan ini dapat memperkuat aspek pemulihan jiwa, yaitu harapan, optimisme dan pencarian makna hidup. Dengan merasakan kedekatan dengan Tuhan seperti pada lirik inilah yang menciptakan adanya ketenangan jiwa yang mengacu pada keseimbangan dalam seluruh aspek dalam diri, yaitu pikiran, emosi, mental secara menyeluruh dan spiritual, berbeda dengan ketenangan batin yang hanya memberi tekanan pada pengendalian emosi. Begitupun jika diambil bagian dari aspek pemulihan jiwa dari SAMHSA juga mengatakan bahwa dukungan eksternal terutama spiritual, cenderung akan membantu mempercepat proses pemulihan jiwa. Maka meskipun pemulihan jiwa adalah proses yang kompleks dan multidisiplin. Namun keyakinan dan kekuatan dari Tuhan seperti yang tertuang dalam lirik lagu, adalah refleksi bagaimana pemulihan jiwa bekerja dengan bantuan tangan Tuhan.

Keempat, lirik lagu Daur Hidup mampu merefleksikan keseimbangan emosi dan penemuan makna hidup sebagai proses pemulihan pada Tingkat lanjut. Hal itu sejalan dengan

makna yang tertuang melalui proses analisis sebelumnya yakni menggunakan semiotika roland barthes. Dengan lirik "*Hai semua tangis dan tawa di depan mata, aku tak pilih kasih kan kupeluk semua*" dapat direfleksikan bahwa hal tersebut menampilkan transisi ketika sang tokoh telah bersedia merangkul rasa sedih. Hal ini memperjelas bahwa ia telah menemukan makna hidupnya, bahkan mampu menemukan makna dibalik kesedihannya, dan ini adalah refleksi pemulihan lanjutan. Dimana gambaran pemulihan paling utuh terjawab lengkap di akhir lirik ini, ketika seseorang sudah berdamai dengan keadaan, menemukan makna hidup, dan siap menjalani kehidupan kedepan entah dengan sedih maupun Bahagia yang menanti di depan.

C. Lirik Lagu Daur Hidup Karya Donne Maula Sebagai Media Dakwah

Lirik lagu "Daur Hidup" ini dapat dimaknai sebagai media dakwah, karena di dalamnya mengandung nilai-nilai pesan yang selaras dengan nilai-nilai dakwah. Melalui narasi tentang siklus kehidupan, perjalanan batin, kesadaran akan lemahnya manusia, dan pengakuan atas kekuatan Allah. Lagu ini memberikan pesan-pesan dakwah yang tidak menggurui secara langsung, tetapi tetap menyentuh hati dan emosional pendengarnya.

Dalam sudut pandang dakwah modern, musik dapat dinilai sebagai salah satu medium yang efektif dalam penyampaian nilai-nilai kehidupan dan nilai-nilai islam dengan pendekatan yang lembut. Melalui lirik lagu ini, pendengar diajak untuk merenung tentang perjalanan kehidupan, menyadari kelemahan diri, mensyukuri segala nikmat dalam bentuk apapun dari Allah, menerima segala ujian yang Allah berikan dengan hati yang lapang. Maka melalui akar itulah nilai dakwah seputar kesabaran, ketawakalan, dan rasa Syukur ini dapat dipetik. Dengan dikemas indah melalui lirik yang menyentuh inilah, kemudian lirik lagu "Daur Hidup" ini dapat dimaknai sebagai salah satu medium dalam penyampaian ajaran agama islam. Hal tersebut dapat menjadikan lagu "Daur Hidup" mampu dipahami sebagai media dakwah islam yang relevan dengan generasi masa kini dengan era digital yang semakin modern ini.

Secara lebih lengkap, penulis merangkum hasil analisis lirik lagu "Daur Hidup" karya Donne Maula sebagai media dakwah yakni dalam penjelasan sebagai berikut:

1. Pengingat untuk Bersabar dalam Menjalani Hidup

Dalam lirik lagu "Daur Hidup" khususnya pada bait pertama yang berbunyi "*Hai perkenalkan aku jiwa yang bertahan, sudah ditempa keras oleh banyak cerita,*" adalah representasi kuat dari nilai kesabaran, hal tersebut memberikan gambaran untuk selalu

bersabar dalam menghadapi setiap takdir yang Allah berikan. Sejalan dengan refleksi pemulihan jiwa sebelumnya, kesabaran inilah yang menjadi bahan bakar dalam menggapai kekuatan dan pemulihan yang lebih dalam.

Hal tersebut juga diperkuat dengan, lirik lagu berikutnya yakni pada lirik "*mati berkali-kali tapi bisa hidup lagi, konon jika selamat aku semakin hebat.*" Lirik tersebut secara langsung memperkuat kembali pesan untuk bersabar, lalu ketika seorang hamba mampu bertahan dalam sabar, maka menjadi hamba yang lebih kuat. Sekalipun jiwanya mati, maka Allah lah yang akan mengembalikan. Bahkan bukan hanya menyembuhkan jiwanya, memulihkan jiwanya, melainkan Allah hapuskan dosanya, tambahkan pahala dan berikan balasan surga kepadanya.

Kesabaran ini kemudian juga dapat menjadi refleksi pemulihan jiwa seperti dalam pembahasan sebelumnya. Sebagai ikhtiar dalam proses pemulihan jiwa yang dapat memberikan ketenangan secara mendalam. Maka meskipun tidak secara terang-terang menyebutkan tentang kesabaran, namun secara implisit lirik tersebut tetap mampu dikatakan sebagai perantara dakwah. Karena tokoh dalam lagu tersebut dapat bertahan pun karena kesabarannya, yang akhirnya memberikan ketenangan hati seperti pada pembahasan makna sebelumnya.

2. Pengingat untuk Berserah Diri dalam Menerima Takdir Allah

Lirik lagu "Daur Hiup" ini mengajak pendengarnya untuk merenungi bahwa segala yang terjadi dalam hidup adalah ketetapan Allah SWT. Pada bait kedua "*Daur hidup akan selalu berputar, tugasku hanya bertahan, terus jalan dan mengalirlah seperti air, dari lahir sampai ku jadi debu di akhir,*" utamanya mengandung nilai dakwah untuk beriman kepada takdir yang berarti menerima seluruh perjalanan hidup beserta tiap fasanya, baik itu susah, sedih, bahkan ujian lainnya sebagai ketetapan Allah SWT. Hal tersebut merefleksikan sikap seorang mukmin terhadap takdir yang Allah berikan, yaitu dengan ikhtiar dan bertawakal, berpasrah dengan hati yang yakin atas apapun Kuasa Allah SWT itu baik adanya.

Dengan berpasrah tercermin ketenangan jiwa, tidak membenci keadaan namun juga tidak menyerah. Ketika seluruh persoalan duniawi dipasrahkan sepenuhnya tentu dengan ikhtiar, termasuk hidup dan mati yang sudah Allah atur, maka apalagi yang perlu dikhawatirkan. Bahkan jika keimanan dan kondisi psikologis manusia adalah dua hal yang berbeda sekalipun, dengan seorang hamba merasa tenang atas takdirnya maka itu akan

menjadi salah satu faktor yang membantunya pulih. Maka sisi spiritual itulah yang melengkapi proses pemulihan tersebut. Seperti konsep yang dijelaskan sebelumnya.

3. Ajakan untuk Ikhlas dan Yakin dengan Pertolongan Allah

Pada bagian lirik “Bohong jika aku bilang selalu kuat, lemah datang disaat-saat tak tepat” secara tidak langsung mengajak untuk Ikhlas pada kesulitan yang dialami. Hal tersebut nantinya sebagai fondasi juga dalam konteks pemulihan jiwa. Ikhlas ini ialah ketika kita melakukan segala sesuatu hanya untuk Allah, serta bagaimana kita bisa membersihkan niat kita dan merelakan diri kita dibabat habis oleh ujian kehidupan. Sebagaimana telah dijelaskan dalam Al-Qur'an bahwa seseorang akan menemukan ketenangan disaat ia menyerahkan segala urusannya kepada Allah. Ketika seorang hamba mampu untuk menerima hal-hal yang tidak bisa diubah secara instan, bahkan menyadari kelemahan diri. Maka Allah yang akan memberi kekuatan dalam setiap langkah, sebab Allah tidak akan menguji seorang hamba diluar batas kemampuannya. Tidak ada manusia yang lemah, semua memiliki takaran kuatnya masing-masing.

Begitupun dalam penggalan lirik setelahnya, *“Beruntung ku dijaga Kawan erat, ayat buat ku dan Dia makin dekat”* menggambarkan pertolongan Allah yang senantiasa erat. Selama ia tak lupa akan Allah, seperti makna pada bagian sebelumnya yang menekankan kedekatan dengan Tuhan. Bagian ini merepresentasikan bahwa bahkan ketika seseorang kehilangan arah, Allah selalu memberikan berbagai penjagaan dan bantuan yang tidak disangka-sangka.

Dalam perspektif dakwah sendiri, hal tersebut merupakan ajakan agar manusia selalu berprasangka baik kepada Allah, sebab pertolongan Allah pasti datang, meskipun tidak sesuai dengan yang manusia inginkan. Ini juga sejalan dengan konsep optimisme pada aspek pemulihan jiwa sebelumnya. Maka lagi lagi, keikhlasan inilah yang membantu proses pemulihan jiwa lebih jauh, sekaligus dengan mengingat kuasa Allah dari pertolongan-pertolongannya. Dengan demikian, ketenangan jiwa ini akan tercapai ketika manusia Ikhlas dan menyerahkan segala urusannya, serta yakin bahwa setiap bagian dari kehidupan adalah sebaik-baiknya rencana Allah yang pasti ada hikmahnya.

4. Ajakan untuk Bersyukur dan Bersikap *Qana'ah*

Dalam lirik lagu “Daur Hidup” karya Donne maula mengandung nilai dakwah untuk bersyukur dan bersikap qana'ah dalam menjalani kehidupan. Pada lirik *“Hai semua tangis dan tawa di depan mata, aku tak pilih kasih kan ku peluk semua”* dalam ungkapan tangis dan tawa memberikan gambaran bahwa hidup itu terdiri dari dua hal yang tidak bisa dipisahkan. Nilai

Syukur dalam lirik tersebut terefleksikan dari penerimaan untuk “*memeluk tawa*” yakni dengan menerima setiap nikmat, baik itu sedih ataupun senang dengan kesadaran penuh bahwa semua itu Allah yang memberikannya. Syukur itu sendiri juga bukan hanya secara lisan bisa disampaikan, melainkan dengan hati terdalam. Maka kebahagiaan yang Allah berikan bukan menjadi alasan untuk melupakan Allah, begitupun kesedihan bukan alasan untuk membenci Allah. Sebab sedih dan susah juga merupakan bagian dari nikmat Allah. Justru dengan bersyukur nikmat bahagianya akan Allah tambahkan lagi, jika nikmat sulit pun mampu disyukuri.

Dengan Allah uji melalui kesedihan dan penderitaan justru merupakan bukti kasih sayang Allah, karena Allah mencintai hamba-Nya maka Ia menguji apakah hamba tersebut masih bersyukur atau tidak. Kebahagiaan juga merupakan ujian jika tidak dikendalikan dengan baik, barangkali Allah menguji melalui kebahagiaan apakah hamba-Nya masih mengingat-Nya atau tidak.

Sementara di sisi lain, nilai qana'ah juga terkandung dari gambaran memeluk tangis dalam lirik tersebut. Dengan merasa cukup dan ridho dengan apapun yang Allah berikan. Tidak kemudian iri dengan nikmat orang lain dan merasa nikmat sendiri selalu kurang, bahkan terus menerus mengeluhkan hidup, padahal setiap manusia sudah memiliki takarannya. Dengan penerimaan emosional ini secara seimbang, maka dapat menjadi Pelajaran bahwa merasa cukup di hati itu lebih penting dari kelimpahan materi.

Pembahasan

A. Makna yang Terkandung dalam Lirik Lagu Daur Hidup Karya Donne Maula

1. Makna Perjalanan Hidup dan Resiliensi pada Lirik Lagu “Daur Hidup” Bait 1

Pada tingkatan pertama makna, tanda dalam hal ini hanya sebagai struktur mendasar yaitu signifier berupa rangkaian kata tersebut, sedangkan signified berupa makna denotasi tadi dimana seseorang memperkenalkan diri sekaligus mengakui perjalanan hidup miliknya yang penuh tekanan. Pada Tingkat konotasi, tanda denotasi yang dihasilkan tadi kemudian digunakan sebagai penanda baru yang dalam hal ini mengikutsertakan nilai emosional, psikologis, dan simbolik. Bagian lirik ini memberikan makna simbolik jika manusia dibentuk bukan melalui kenyamanan saja, melainkan pengalaman emosional yang sulit. tidak semua proses bangkit itu memberikan hasil yang adil dan sama rata dengan individu yang lain. Dan justru seolah

mirip dengan fenomena “hustle culture” yakni kerja keras tanpa henti, dimana lagi-lagi suatu penderitaan dinormalisasikan sebagai proses menuju sukses.

2. Makna Penerimaan Diri dan Ketenangan Batin pada Lirik Lagu “Daur Hidup” Bait 2
Ketika siklus hidupnya berputar, maka ia bersedia berdamai dengan semua hal itu, kemudian membangkitkan penerimaan dirinya, dengan segala lika-likunya. Penerimaan diri inilah yang bekerja sebagai makna yang luas, diperkuat dengan satu makna lagi yaitu ketenangan batin. Dimana si tokoh memilih untuk mengikuti arus, mengalir seperti batin sampai kelak waktunya habis. Maka ia dapat mengatakan hal tersebut karena ia dalam kondisi batin yang tenang, setelah penerimaan tadi.

3. Makna Spiritual dan Kedekatan dengan Tuhan pada Lirik Lagu “Daur Hidup” Bait 3
Bagian lirik bait ketiga, tercerminlah makna spiritual dan kedekatan dengan Tuhan. Hal tersebut tercermin karena adanya pengakuan dan penerimaan keadaan diri, yang akhirnya membuka ruang kesadaran diri dan disaat itulah manusia membutuhkan pertolongan Tuhan. Maka melalui doa dan keyakinan tersebut, terbangunlah hubungan kedekatan yang baik dengan Tuhan.

4. Makna Keseimbangan Emosional pada Lirik Lagu “Daur Hidup” Bait 4

Lirik lagu bait 4 mencerminkan mitos penerimaan diri, bahwa manusia harus menerima secara penuh segala bentuk perasaan. Ini juga mengacu pada makna mitos dalam kehidupan sosial, bahwa manusia sudah seharusnya bersikap tegar dan Ikhlas dalam menjalani kehidupan yang berliku.

Secara keseluruhan, lirik lagu “Daur Hidup” Karya Donne Maula ini menggambarkan tentang perjalanan batin seseorang yang mampu bertahan melewati hal-hal berat dalam hidupnya, melewati jatuh bangun kehidupannya. Setiap bait di dalam lirik tersebut juga menunjukkan bahwa kehidupan adalah siklus yang tarus berputar, namun tokoh tersebut mampu untuk terus bangkit. Dengan menekankan pada dukungan spiritual dengan kehadiran Tuhan sebagai peneman, dan bagaimana kedekatan tokoh tersebut dengan doa-doa kepada Tuhan sebagai sumber ketenangan dan penerimaannya. Dengan mampu memeluk segala keadaan dalam hidupnya, menerima takdir, mengikuti arus sampai nanti waktunya berakhir.

B. Refleksi Pemulihan Jiwa dalam Lirik Lagu Daur Hidup Karya Donne Maula

Lirik lagu Daur Hidup, sebagai narasi siklus kehidupan yang merefleksikan perjalanan dari jatuh kemudian bangkit, tersesat namun kembali menemukan arah. Sama halnya dengan

proses ketika seseorang mengalami gangguan dalam jiwanya, bagaimana proses ia terpuruk, didiagnosis kemudian semakin hancur, kemudian sedikit demi sedikit menerima sakitnya, lalu kembali menemukan arah untuk kembali berharap pada kesembuhan yang sejati. Narasi tersebut kemudian dapat sejalan dengan konsep bahwa pemulihan jiwa ini merupakan proses yang panjang bahkan dengan siklus yang selalu berulang. Dengan demikian, Daur Hidup ini memberikan refleksi menyeluruh bahwa pemulihan jiwa ini adalah tentang bagaimana membangun harapan, makna hidup, optimisme, dan penerimaan, bukan hanya tentang sembuh melainkan pulih. Jadi meskipun bersamaan dengan itu dalam kondisi gangguan jiwa yang lebih lanjut, masih memerlukan penanganan dan obat. Paling tidak narasi proses dalam lirik ini tetaplah menggambarkan tahap pulih terhadap jiwanya, disamping obat dan terapi yang barangkali masih harus menjadi bagian dalam hidup seseorang. Berbeda dengan gangguan jiwa pada tingkat yang lebih rendah, dimana hal tersebut sejalan dengan gambaran proses pulih di lagu ini.

Tabel 1 Temuan Tahapan Pemulihan Jiwa dalam Lirik Lagu "Daur Hidup"

No	Bait Lirik Lagu	Tahap Pemulihan Jiwa	Hasil Tahap Pemulihan Jiwa
1.	<i>"Hai perkenalkan aku jiwa yang bertahan, sudah ditempa keras oleh banyak cerita, mati berkali-kali tapi bisa hidup lagi, konon jika selamat aku semakin hebat"</i>	Tahap awal : Kebangkitan harapan dan Penerimaan luka	Munculnya penerimaan terhadap penderitaan atau luka dan adanya harapan untuk bertahan
2.	<i>"Daur hidup akan selalu berputar, tugasku hanya bertahan, terus jalan dan mengalirlah seperti air, dari lahir sampai ku jadi debu di akhir"</i>	Tahap menengah : Optimisme dan ketenangan batin	Tercapainya ketenangan batin yang lebih stabil dan tumbuhnya keyakinan sehingga muncul optimisme.
3.	<i>"Bohong jika aku bilang selalu kuat, beruntungku dijaga Kawan Erat, ayat buat ku dan Dia makin dekat"</i>	Tahap penguatan : Kekuatan spiritual dan ketenangan jiwa	Diperoleh ketenangan jiwa, utamanya melalui kedekatan spiritual dengan Tuhan
4.	<i>"Hai semua tangis dan tawa di depan mata, aku tak pilih kasih kan kупeluk semua"</i>	Tahap lanjut : Keseimbangan emosi dan penemuan makna hidup	Tercapainya keseimbangan emosional dan penemuan makna hidup, tahap ini menunjukkan kesiapan menjalani kehidupan secara utuh.

C. Lirik Lagu Daur Hidup Karya Donne Maula Sebagai Media Dakwah

Donne Maula dalam lagunya mengajarkan nilai-nilai agar manusia tidak hanya bersyukur ketika diberikan nikmat saja, tetapi juga mampu *qana'ah* ketika keadaan tidak seperti yang diinginkan. Hal ini membantu proses manusia untuk menjalani kehidupan dengan hati lapang, meminimalisir kecemasan juga dalam dirinya. Ajakan tersebut adalah suatu bentuk dari *self-acceptance* yang penting dalam proses pemulihan jiwa. Sisi Syukur sendiri membantu individu untuk mengalihkan fokus dari keterpurukan atau gangguan pada Kesehatan jiwanya untuk menghargai hal-hal kecil lain di hidupnya kearah yang positif. Sedangkan *qana'ah* mengajak untuk berhenti dalam membandingkan diri dengan orang lain, serta mengurangi tekanan batin lainnya. Nilai-nilai ini sejalan dengan terbentuknya elemen pemulihan sebelumnya yakni harapan, optimisme, dan tujuan hidup.

PENUTUP

Simpulan

Berdasarkan penelitian menunjukkan bahwa lirik lagu "Daur Hidup" karya Donne Maula mengandung makna sebagai bentuk pembelajaran dan berkontribusi sebagai refleksi perjalanan batin seseorang dalam menghadapi kehidupan. Lirik lagu tersebut mengandung makna perjalanan hidup, resiliensi, penerimaan diri, ketenangan batin, makna spiritual dan kedekatan dengan Tuhan, serta makna keseimbangan emosional.

Penulis menemukan juga bahwa lirik lagu "Daur Hidup" memiliki makna yang dapat merefleksikan proses pemulihan jiwa yang dihasilkan melalui berbagai aspek psikologis yang secara berulang termaknai dalam setiap baitnya. Proses berikut meliput tahapan berikut yakni adanya harapan sebagai tahap awal, adanya optimism dan ketenangan batin, kedekatan spiritual, dan tahap lanjut yakni keseimbangan emosional dan penemuan makna hidup.

Lirik lagu "Daur Hidup" juga dapat dimaknai sebagai media dakwah karena mengandung nilai-nilai islam yang tersampaikan secara implisit. Didalamnya terdapat pengingat untuk bersabar dalam menjalani hidup, berserah diri menerima takdir Allah, ajakan untuk sabar dan Ikhlas dan yakin dengan pertolongan Allah, serta bersyukur dan senantiasa bersikap *qana'ah*. Dengan demikian, setiap nilai-nilai islam yang terkandung juga turut serta merefleksikan proses pemulihan jiwa dalam lirik lagu "Daur Hidup" ini.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang menghasilkan skripsi berjudul “Lirik Lagu Daur Hidup Karya Donne Maula sebagai Media Dakwah dalam Refleksi Pemulihan Jiwa (Semiotika Roland Barthes)”, maka terdapat beberapa saran sebagai berikut:

1. Dengan penelitian ini, dihadapkan mampu memunculkan ruang diskusi dari berbagai kalangan, dari akademis hingga Masyarakat umum, terkait dengan pemaknaan lirik, proses pemulihan jiwa, maupun segi nilai dakwahnya. Masukan dan saran diharapkan agar kajian terkait dakwah melalui media music mampu berkembang menjadi manfaat untuk Masyarakat.
2. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi positif untuk Masyarakat dalam meningkatkan kesadaran pentingnya Kesehatan mental dan memperkuat hubungan spiritual dengan Allah SWT.
3. Bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini dapat menjadi rujukan dalam pengembangan kajian-kajian yang relevan, entah itu dengan menganalisis lagu lain, menggunakan teori semiotika yang berbeda, atau dengan melibatkan pendekatan psikologi jiwa secara mendalam serta studi resensi dari pendengar.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, Mulyana, 'Implementasi Iman Kepada Al-Qadha Dan Al-Qadar Dalam Kehidupan Umat Muslim', *Jurnal Pendidikan Agama Islam -Ta'lim*, 18.1 (2020), 1-11
- Abdullah Taslim, Lc., MA., 'Menggapai Ketenangan Hati Dengan Mengingat Allah (1)', 2010 <<https://muslim.or.id/4783-menggapai-ketenangan-hati-dengan-mengingat-allah-1.html>>
- Adelia, Jessy, 'Mental Health Issues : Stop Judge Si Penderita Hanya Kurang Ibadah' <<https://fkm.unair.ac.id/2023/11/30/mental-health-issues-stop-judge-si-penderita-hanya-kurang-ibadah/>>
- Afifah, '5 Pelajaran Berharga Filosofi Hidup Mengalir Seperti Air', *IDN Times*, 2024 <<https://www.idntimes.com/life/inspiration/5-pelajaran-berharga-filosofi-hidup-mengalir-seperti-air-01-n6y8c-6ph54g>>
- Al-Asyhar, Thobib, 'Transformasi Jiwa Melalui Musik', *Kemenag.Go.Id*, 2018 <<https://kemenag.go.id/opini/transformasi-jiwa-melalui-musik-7jja6x>>
- Al-Qur'an, 'Surah Ibrahim Ayat 7'
- , 'Surat Al-Baqarah Ayat 269'
- , 'Surat Al-Baqarah Ayat 286'
- , 'Surat Al-Insyirah Ayat 5-6'
- , 'Surat Al-Qalam Ayat 1'
- , 'Surat An-Nahl Ayat 125'
- , 'Surat Ar-Ra'd Ayat 28'
- , 'Surat Qaf Ayat 3'
- Amara, Verisa Rizki, 'Analisis Semiotika Gangguan Kesehatan Mental Pada Lirik Lagu BTS Magic Shop', 2022, 6-7
- Arief, Anto, 'Donne Maula – Daur Hidup', *Pophariini*, 2024 <<https://pophariini.com/donne-maula-daur-hidup/>>
- Asiva Noor Rachmayani, 'Resume : Instrumen Pengumpulan Data', 2015, 6
- Astuti, Syaharani, Khodijah Dra, Kata Kunci, Lagu Hindia, Kesehatan Mental, Gen Z Musik, and others, 'Lagu Sebagai Cermin Psikologis Generasi Muda: Studi Kesehatan Mental Dalam Karya Musik Hindia', *Jurnal Pengabdian Masyarakat Dan Riset Pendidikan*, 3.4 (2025), 2891-95
- Barthes, Roland, *Mitologi (Terjemahan)* (Yogyakarta: Kreasi Wacana, 2004)
- Barus, Efendi, and Elvi Fauziah Siregar, 'An Analysis of Roland Barthes ' Semiotic Theory : Focusing on Denotation , Connotation , and Myth', *International Journal of Educational Research Excellence (IJERE)*, 04.02 (2025), 355-63
- Batubara, Junita, Juliaster Marbun, Hendro T.G Samosir, and Kamaluddin Galingging, 'Pemanfaatan Terapi Musik Sebagai Pengobatan Alternatif Korban Penyalahgunaan Narkoba Di Panti Rehabilitasi Mutiara Abadi Binjai', *Panggung*, 31.4 (2022), 467-77

- Bist, Dinesh, Matt Shuttleworth, Laura Smith, Peter Smith, and Caroline Walker-Gleaves, 'Music and Spirituality: An Auto-Ethnographic Study of How Five Individuals Used Music to Enrich Their Soul', *Religions*, 15.7 (2024), 1-16
- Center, Walker, 'What Are the 5 Stages of Mental Health Recovery?', 2023 <<https://www.thewalkercenter.org/blog-posts/what-are-the-5-stages-of-mental-health-recovery>>
- Cindi, Susiana, 'Analisis Semiotika Dalam Lirik Lagu "Untungnya, Hidup Harus Terus Berjalan" Sebagai Media Pemotivasi Diri', 2025
- Conditions), A Consensus Study Report (Committee on Identifying Disabling Medical, *Selected Health Conditions and Likelihood of Improvement with Treatment* (The National Academies Press (NAP), 2020)
- Dalimuthe, Singgar Mantahari, and Mardiatul Husna Rambe, 'Keselarasan Antara Ihktiar Dan Tawakal Dalam Membentuk Mental Positif', *Jurnal An-Nawa : Jurnal Studi Islam*, 07.01 (2025), 12
- Dewi, Arsy Shakila, 'Pengaruh Penggunaan Website Brisik.Id Terhadap Peningkatan Aktivitas Jurnalistik Kontributor', *Jurnal KomunikA*, 17.2 (2021), 1-14
- Dewi, Nita Angnia, 'Hubungan Antara Penerimaan Diri Dengan Kebahagiaan Peserta Didik', (*Doctoral Dissertation, Universitas Pendidikan Indonesia*), 2017, 12
- Dian, Siti, Adinda Rachelia, Christoforus Karol, and Novina Putri, '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*, 2023, 446-56
- Diana Erwilla Rahmi, and Jupriani Jupriani, 'Analisis Bentuk Dan Makna Visual Pada Film Animasi Pacu Baluluak (Tinjauan Semiotika)', *Jurnal Riset Rumpun Seni, Desain Dan Media*, 2.2 (2023), 90-102
- Dr. Abdul Fattah Nasution, M. Pd, *Metode Penelitian Kualitatif* (CV. Harfa Creative, 2023)
- Ekaptiningrum, Kurnia, 'Psikolog UGM Paparkan Bahaya Hustle Culture', *Ugm.Ac.Id*, 2023 <<https://ugm.ac.id/id/berita/23335-psikolog-ugm-paparkan-bahaya-hustle-culture>>
- Enghariano, Desri Ari, 'Syukur Dalam Perspektif Al-Qur'an', *Jurnal El-Qanuny*, 5.2 (2019), 270-71
- Fadila Ramadona Wijaya, Fehan Alya Rahmi Lubis, Mhd. Najib Sihab Siregar, Azmi Ayu Fauziah Batubara, 'Sumber Data, Subjek Penelitian, Dan Isu Terkait Fadila', 3.2 (2025), 271-76
- Farhan, 'Ujian Terberat Adalah Kebahagiaan, Bukan Kesedihan!', 2024 <<https://islamkaffah.id/ujian-terberat-adalah-kebahagiaan-bukan-kesedihan/>>
- Fariyah, Irzum, 'Media Dakwah Pop', *AT-TABSYIR, Jurnal Komunikasi Penyiaran Islam*, 1.2 (2013), 25-45 <<http://journal.stainkudus.ac.id/index.php/komunikasi/article/view/432>>
- Farizka, Zunea, and Azyza Harro, 'Posttraumatic Growth Pada Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga', *Psikoborneo*, 7.1 (2019), 4
- Fauzi, M. Rizqy, 'Musik Itu Indah', *Jabar.Nu.or.Id*, 2023 <<https://jabar.nu.or.id/hikmah/musik->>

itu-indah-eKlth>

- Hafidz, Hasna Fikriya dan Firdaus, 'Gangguan Kesehatan Mental Anak Muda', *Tempo.Co*, 2025
<<https://www.tempo.co/sains/gangguan-mental-milenial-dan-gen-z>>
- Hafiz, Muhammad Iqbal, and Rizky Nurfadillah, 'Analisis Keutamaan Sikap Sabar Dalam Menghadapi Musibah', *Jurnal Hibbul Ulama : Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Keislaman*, 5.1 (2023), 38-46
- Hakim, Faisal, 'Analisis Pesan Visual Bernilai Moral Keagamaan Dalam Film Pendek "Bener Kata Kamu" (2024) KPIictures (Analisis Semiotika Roland Barthes)', 2024
- Hakim, M. Saifudin, 'Pertolongan Allah Di Ujung Harapan Dan Di Persimpangan Terakhir', 2024
<<https://muslimah.or.id/18558-pertolongan-allah-di-ujung-harapan-dan-di-persimpangan-terakhir.html>>
- Hamdah Hafidah, Desti Yustianingsih, Nailla Azzahra Nur Ashyfa, Zia Syakila, and Ihsaque dan Muhamad Parhan, 'Perkembangan Musik Sebagai Media Dakwah Bagi Generasi Zillenial', *Jurnal Hikmah*, 17.2 (2023), 317
- Handayani, Ririn, *Metode Penelitian Sosial*, Bandung, 2020
- Haomiao Jia, Matthew M Zack , William W Thompson, Alex E Crosby, Irving I Gottesman, 'Impact of Depression on Quality-Adjusted Life Expectancy (QALE) Directly as Well as Indirectly through Suicide', *Jurnal Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol*, 50.6 (2016), 8
- Hasanah, Hasyim, 'Teknik-Teknik Observasi', 21-46
- Hasanah, Nurul, Nurul Hidayah, and Triantoro Safaria, 'Posttraumatic Growth Pada Individu Dewasa Penyintas Child Maltreatment', *Jurnal JIIP (Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan)*, 6.7 (2023), 4724
- Health, National Institute of Mental, 'Chapter 2 Culture Counts: The Influence of Culture and Society on Mental Health', in *Mental Health: Culture, Race, and Ethnicity: A Supplement to Mental Health: A Report of the Surgeon General.*, 2001
- Hidayat, Muhammad Hamdani, 'Pesan Dakwah Dalam Lagu Deen As-Salam "Sabyan Gambus"', *Progress in Retinal and Eye Research*, 561.3 (2019), S2-3
- Husna, Hayatul, Elsita Insani, Najwa Ananda Putri, Sabila Ramadani Lubis, and Latifha Umi Barokha, 'Menggali Keutamaan Al-Qur ' an Sumber Petunjuk Dalam Kehidupan Umat Islam', *Ikhlas : Jurnal Ilmiah Pendidikan Islam*, 2.1 (2025), 26
- Hutasoit, Isabella, 'Hubungan Penerimaan Diri Dengan Keseimbangan Kehidupan Kerja (Work-Life Balance) Pada Tenaga Honorer Pemerintah Penyandang Disabilitas', *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 6.2 (2018), 206-14
- Indonesia, Media, 'Pendidikan Dan Ketenangan Jiwa', 2022
<<https://epaper.mediaindonesia.com/detail/pendidikan-dan-ketenangan-jiwa>>
- Indonesia, Smile Consulting, 'Psikologi Di Balik "Sok Kuat": Mengapa Kita Takut Terlihat Rapuh?', *Smileconsultingindonesia.Com*, 2025
<<https://smileconsultingindonesia.com/article/read/2025/6/psikologi-di-balik-sok-kuat-mengapa-kita-takut-terlihat-rapuh>>
- Izza, Najma Zulfatus, and Vetrisia Rega Natalia, 'Peran Musik Untuk Mengatasi Stres Dan Krisis',

5.1 (2025), 113-24

- Jacob, K. S., 'Editorial Recovery Model of Mental Illness : A Complementary Approach to Psychiatric Care', *Indian Journal of Psychological Medicine*, 37.2 (2015), 117-19
- Jeneponto, MA Babul Ilmy, 'Syar Islam Melalui Musik Di Era Sosial Media', *Jumaris*, 2021
- Jeric, Shofa Mayonia, *Komunikasi Antarbudaya (Analisis Semiotik Dalam Film Eat, Pray, Love)*, *Institutional Repository UIN Syarif Hidayatullah*, 2014
- Jessica Patrisia Shirleen, Ayu Puspitasari, Amanah Hijriah, 'Analisis Lagu Bertema Akuntansi "Galang Rambu Anarki" Dalam Perspektif Semiotika Roland Barthes', *Jurnal Kewirausahaan Bukit Pengharapan*, 3.2 (2023), 17
- Kallick, Jenny, and Susan McClary, 'Feminine Endings: Music, Gender, and Sexuality', *Journal of Music Theory*, 37.2 (1993), 391
- Kamalia, Malikhatul, and Anggi Wahyu Ari, 'Makna Qana ' Ah Dan Implementasinya Di Masa Kini (Kajian Tafsir Tahlili QS . Al-Hajj , 22 : 36)', *Jurnal : Ta'wiluna: Jurnal Ilmu Al-Qur'an, Tafsir Dan Pemikiran Islam*, 3.1 (2022), 50-53
- Karolina, Regina Ria, 'Mengenal Dan Memvalidasi Emosi', 2022
<<https://www.djkn.kemenkeu.go.id/kpknl-singkawang/baca-artikel/15077/Mengenal-dan-Memvalidasi-Emosi.html>>
- Khafifah, Rizqa Septia Melya, 'Analisis Semiotik Makna Kehidupan Dalam Lirik Lagu "Untungnya, Hidup Harus Tetap Berjalan" Karya Bernadya', 2025
- Khofsofi, Nabbilah Wimanda Putri, 'Pemaknaan Lirik Lagu Pada Album "Tutur Batin" Sebagai Media Terapis Penyembuhan Diri Mahasiswa Broken Home Komunikasi Dan Penyiaran Islam (Analisis Semiotika Ferdinand de Saussure)', 2024
- Knegtering, Henderikus, Richard Bruggeman, and Symen Kornelis Spoelstra, 'Spirituality as a Therapeutic Approach for Severe Mental Illness : Insights from Neural Networks', 2024, 1-12
- Koenig, Harold G., 'Religion, Spirituality, and Health: The Research and Clinical Implications', *ISRN Psychiatry*, 2012 (2012), 4-5
- Kumalasari, Indah, *Sabar Tanpa Batas Ala Rasulullah*, 2017
<<https://unia.ac.id/2017/02/09/sabar-tanpa-batas-ala-rasulullah/>>
- Kurniawan, *Semiotologi Roland Barthes* (Penerbit Indonesiatera, 2001) >
- Kurniawan, Shofyan, 'Merangkul Pahit Dan Manis Kehidupan Lewat Lagu Daur Hidup Oleh Donne Maula', *Froyonion.Com*, 2024
<<https://www.froyonion.com/news/music/merangkul-pahit-dan-manis-kehidupan-lewat-lagu-daur-hidup-oleh-donne-maula>>
- Kurniawansyah, Muhammad Redho, 'Nilai Religius Dalam Lirik Lagu Melayu Jambi Pada Album Mayang Mangurai Karya Syahril Jahari', 2020, 22
- Lustyantie, Ninuk, 'Pendekatan Semiotika Model Roland Barthes Dalam Karya Sastra Prancis', *Seminar Nasional FIB UI*, 2012, 1-15
- Ma'arif, Samsul, 'Makna Prasangka Dan Ikhlas Dalam Menerima Takdir Pada Lirik Lagu "Hati-Hati Di Jalan" Karya Tulus', 2023

- Malibu, Seasons, 'The Difference Between "Cured" and "Recovered"', 2022
<<https://seasonsmalibu.com/blog/difference-between-cured-recovered-addiction/>>
- Mananta, Daniel, 'Program Youtube Daniel Tetangga Kamu - Tangis Donne Maula Pecah Saat Ceritakan Keajaiban Umroh', 2025
<<https://youtu.be/YelThXIWCto?si=CtaNnHVfj85AFcQW>>
- Maula, Donne, 'Daur Hidup', 2024
- , 'Menari Sampai Tua', 2019
- Maulana, Muhammad Alfin, 'Representasi Dakwah Dalam Video Lirik Musik Indie " Hiduplah Sebelum Mati " Karya Kunto Aji (Analisis Semiotika Roland Barthes)', 2024
- Melvina Tionardus, Dian Maharani, 'Cerita Donne Maula Jadi Kepala Rumah Tangga Sejak Kelas 4 SD', *Kompas.Com*, 2024
<<https://www.kompas.com/hype/read/2024/06/06/070000366/cerita-donne-maula-jadi-kepala-rumah-tangga-sejak-kelas-4-sd>>
- Melvina Tionardus, Tri Susanto Setiawan, 'Donne Maula Bersiap Rilis Album Pertama, Daur Hidup Yang Berisi Overthinking Di Kepalanya', *Kompas.Com*, 2024
<<https://www.kompas.com/hype/read/2024/06/05/153520366/donne-maula-bersiap-rilis-album-pertama-daur-hidup-yang-berisi-overthinking>>
- Muhammadiyah, Suara, 'Mengapa Allah Menguji Orang-Orang Yang Dicintai-Nya?', 2024
<<https://suaramuhammadiyah.id/read/mengapa-allah-menguji-orang-orang-yang-dicintai-nya>>
- Muhson, Ali, 'Teknik Analisis Kuantitatif', 2006
- Mujahadah, Siti, 'Metode Dakwah Untuk Generasi Milenial', *Jurnal Dakwah Tabligh*, 21.2 (2020), 201
- Mujibuddakwah, 'Dalam Sepimu', 2025 <<https://smpmuhduta.sch.id/dalam-sepimu>>
- Mulyazir, Muhammad Fadhillah, 'Konsep Semiotika Roland Barthes Dan Aplikasinya Terhadap Kajian Al-Quran', *Al-Fathanah (Jurnal Studi Islam Dan Pendidikan Agama Islam)*, 3.1 (2023), 28-37
- Nanda, Erfah, '5 Fakta Kehidupan Donne Maula Yang Tertuang Dalam Album Daur Hidup!', *IDN News*, 2024 <<https://www.idntimes.com/hype/entertainment/fakta-kehidupan-donne-maula-yang-tertuang-dalam-album-daur-hidup-00-19lfc-dd9n70>>
- , 'Lirik Lagu Daur Hidup Dari Donne Maula, Ini Makna Sesungguhnya', *IDN Times*, 2024
<<https://www.idntimes.com/hype/entertainment/lirik-lagu-daur-hidup-donne-maula-00-19lfc-8mfl39>>
- Narindha, Taffa, and Guntur Sektii Wijaya, 'Penyembuhan Spiritual Dan Emosional Dalam Album "Semoga Sembuh" Terhadap Penggambaran Proses Pemulihan Diri Melalui Karya Musik: Kajian Psikologi Sastra', *Prosiding Konferensi Nasional Mahasiswa Sastra Indonesia (KONASINDO)*, 1 (2024), 515-34
<<https://proceedings.uinsa.ac.id/index.php/konasindo/article/view/2803>>
- Nasution, Anggi Saputra, Ahmad Fauzan, Al Ghifari, and Muhamad Afif Abdilah, 'Pengaruh Optimisme Dan Kemampuan Penyelesaian Masalah Terhadap Kesejahteraan Psikologi

Pada Mahasiswa Psikologis . Seseorang Dapat Menafsirkan Pengalaman Hidupnya Dengan Membandingkannya', *Jurnal Publikasi Ilmu Psikologi*, 2.1 (2024), 147

Nilasari, Ika, 'Profil Donne Maulana, Suami Yura Yunita', *Harapan Rakyat*, 2024 <<https://www.harapanrakyat.com/2024/12/profil-donne-maulana-suami-yura-yunita>>

Nurhidayati, Siti Asiyah, 'Konsep Qanaah Sebagai Media Terapi Fomo Syndrom Menurut Quraish Shihab Dalam Tafsir Al-Mishbah', 2025

Organization, World Health, 'Mental Disorders', *Who.Int*, 2022 <<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-disorders>> [accessed 27 September 2025]

Parker, Kathy, 'We Need To Stop Calling Trauma Survivors Resilient — Here's Why', *Medium*, 2021 <<https://medium.com/invisible-illness/we-need-to-stop-calling-trauma-survivors-resilient-heres-why-c2d547e9d21d>>

Patty, Aldila, *Konsep Recovery Dan Supportive Environment Dalam Perawatan Klien Gangguan Jiwa*, 2021 <<https://id.scribd.com/document/543402439/KONSEP-RECOVERY-DAN-SUPPORTIVE-ENVIRONMENT-DALAM-PERAWATAN-KLIEN-GANGGUAN-JIWA>>

Pawestri, Noristera, 'Biodata Donne Maula, Penyanyi Yang Baru Saja Menikah Dengan Yura Yunita', *Tribun News*, 2020, p. 1 <<https://jogja.tribunnews.com/2020/12/12/biodata-donne-maula-penyanyi-yang-baru-saja-menikah-dengan-yura-yunita>>

Prayoga, Yudi, '4 Cara Allah Memberikan Rezeki Kepada Kita', 2022 <<https://lampung.nu.or.id/keislaman/4-cara-allah-memberikan-rezeki-kepada-kita->>

Project, Roommate, 'Youtub - Kulik Kupas Lirik: Daur Hidup Donne Maula', 2024 <<https://youtu.be/lazKKjj9lQg?si=rgfD7q844UNkS7-F>>

Puji, Aprinda, 'Setelah Bolak-Balik Rumah Sakit Jiwa, Saya Bisa Hadapi Skizofrenia', 2022 <<https://hellosehat.com/mental/mental-lainnya/pengalaman-skizofrenia-rumah-sakit-jiwa/>>

Purwati, Dewi, 'Donne Maula Resmi Rilis Album Bertajuk "Daur Hidup"', *RRI.Co.Id*, 2024 <<https://rri.co.id/hiburan/807327/donne-maula-resmi-rilis-album-bertajuk-daur-hidup>>

Raihanah, 'Konsep Sabar Dalam Al-Qur'an', *Jurnal Tarbiyah Islamiyah*, 6.1 (2016), 41-42

Ramadhani, Adi Putra, 'Analisis Wacana Kritis Model Teun. A. Van Dijk Dalam Lirik Lagu Daur Hidup Karya Donne Maula', 2025, 6

Riachi, Eve, Juha Holma, and Aarno Laitila, 'Psychotherapists' Views on Triggering Factors for Psychological Disorders', *Discover Psychology*, 2022 <<https://doi.org/10.1007/s44202-022-00058-y>>

Rizki Rian Sari, Sutiyah, Dadan Adi Kurniawan, 'Pemaknaan Konsep Nrimo Ing Pandum Dalam Kehidupan Abdi Dalem Kraton Kasunanan Surakarta', *Candi*, 21.2 (2021), 29-45

Roland Barthes, Stephen Heath, 'Image Music Text', 17 (1385), 302

Rosid, Ahmad, 'Masa Sulit Akan Membuatmu Tangguh', 2023 <<https://id.ahmadrosid.com/jurnal/tangguh>>

Rosyadi, Mohammad Habibullah, and Ainun Ni'Matu Rohmah, 'Analisis Semiotika Pesan

Resiliensi Pada Lirik Lagu “Secukupnya” Karya Hindia’, *Jurnal Riset Mahasiswa Dakwah Dan Komunikasi*, 5.1 (2023), 62–74

Rozak, Abdul, ‘Psikologi Positif Dalam Pembelajaran Di Era Disrupsi (2)’, 2022 <<https://www.uinjkt.ac.id/id/psikologi-positif-dalam-pembelajaran-di-era-disrupsi-2>>

Safitri, Amalia, ‘Pesan Dakwah Dan Kritik Sosial Pada Lirik Lagu (Analisis Semiotika Rolland Barthes Pada Lirik Lagu “Haluan” Barasuara)’, *Skripsi IAIN Salatiga*, 2020, 1–132

Salsafateha, ‘Hidup Harus Sabar Dan Ikhlas: Jangan Menyerah, Ini Caranya’, 2025 <<https://baznas.jogjakota.go.id/detail/index/44906/hidup-harus-sabar-dan-ikhlas-jangan-menyerah-ini-caranya-2025-11-26>>

Saras, Tresno, *Terapi Musik: Harmoni Jiwa Dan Tubuh Melalui Getaran Bunyi* (Tiram Media, 2023)

Saraswati, Dyah Paramita, ‘Teruntuk Jiwa Yang Kupuja Jadi Single Kedua Donne Maula & Sheila Dara’, *Detik.Com*, 20 September 2020 <<https://hot.detik.com/music/d-5180914/teruntuk-jiwa-yang-kupuja-jadi-single-kedua-donne-maula-sheila-dara.%0A>>

Sari, Putri Purnama, ‘Sukses Dengan Lagu Tutur Batin Yura, Kini Donne Maula Rilis Lagu Berjudul “Bercinta Lewat Kata”’, *Medcom.Id*, 2023 <<https://www.medcom.id/hiburan/musik/5b2rBXeb-sukses-dengan-lagu-tutur-batin-yura-kini-donne-maula-rilis-lagu-berjudul-bercinta-lewat-kata>>

Sasongko, Agung, ‘Mereka Yang Beruntung’, 2017 <<https://khazanah.republika.co.id/berita/ow7nir313/mereka-yang-beruntung>>

Somawidjaja, Theresia Vania, ‘Pesan Mendalam Donne Maula Di Lagu “Sabar”’, *Medcom.Id*, 2024 <<https://www.medcom.id/hiburan/musik/8N0009dK-pesan-mendalam-donne-maula-di-lagu-sabar>>

Sri Melati , Ahmad Zuhri, Jufri Naldo, ‘Qanā ’ Ah Dan Pengaruhnya Terhadap Kesehatan Jiwa Menurut Buya Hamka Dalam Tafsir Al-Azhar’, *Jurnal Al-Fahmu: Jurnal Ilmu Al-Qur'an Dan Tafsir*, 4.2 (2025), 644–45

Sugiyono, Dr, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D* (Alfabeta, 2009)

Suhendra, Ichsan, ‘Cerita Donne Maula, Doanya Saat Umrah Dijawab Tuhan Dengan Cara Tak Terduga’, *Viva.Co.Id*, 2025 <<https://www.viva.co.id/showbiz/gosip/1797807-cerita-donne-maula-doanya-saat-umrah-dijawab-tuhan-dengan-cara-tak-terduga>>

Sundari, Zulfa Ayu, ‘Donne Maula Menang FFI 2024, Yura Yunita: Sayang, Kamu Lupa Terima Kasih Beyoncé’, *Liputan6.Com*, 21 November 2024 <<https://www.liputan6.com/showbiz/read/5798562/donne-maula-menang-ffi-2024-yura-yunita-sayang-kamu-lupa-terima-kasih-beyonce>>

Suriati, ‘Implikasi Takdir Dalam Kehidupan Manusia’, *Jurnal Al-Mubarak*, 3.20 (2018), 45

Susanto, Dedy, *Pemulihan Jiwa* 3 (Gramedia Pustaka Utama, 2008)

Syafi'i, Imam, ‘Pesan Komunikasi Dakwah Pada Lagu Grup Band Wali (Analisis Semiotik Pada Lagu Abatasa Dan Status Hamba)’, *Jurnal Al-Tsiqoh (Dakwah Dan Ekonomi)*, 4.1 (2019),

- Syamsiah, Ike, Arif Saputri, and Badril Mutsbit, 'Prinsip Nrimo Ing Pandum Dalam Proses Self-Acceptance Penyitas Covid-19', *Habitus: Jurnal Pendidikan Sosiologi Dan Antropologi*, 6.2 (2022), 111-19
- Tim detikcom, 'Cinta Yura Yunita Berlabuh Pada Donne Maula', *Detik.Com*, 2020 <<https://hot.detik.com/celeb/d-5291775/cinta-yura-yunita-berlabuh-pada-donne-maula>>
- Townsend, Wilma, and Nicole Glasser, 'Recovery: The Heart and Soul of Treatment.', *Psychiatric Rehabilitation Journal*, 27.1 (2003), 83-86 <<https://doi.org/10.2975/27.2003.83.86>>
- Trihidayati, Noorwahyu, M Kep, A Pentingnya Pengalaman, and Keluarga Mencari, 'BAB II Pengalaman Keluarga Mencari Pengobatan Pada Pasien Gangguan Jiwa', 2019, 14-36
- Tsani, Zuhda Kharisma, 'Makna Self Love Dalam Pandangan Islam Teori Semiotika Roland Barthes', 2024
- Ulum, M Rizaqul, 'Persepsi Ulama Kabupaten Kediri Terhadap Lagu Genjer-Genjer (Studi Tentang Pemaknaan Lagu Genjer-Genjer)', 2021, 18-19
- Undari Sulung, Mohamad Muspawi, 'Memahami Sumber Data Penelitian : Primer, Sekunder, Dan Tersier', 5.September (2024), 110-16
- Uyuni, Badrah, *Media Dakwah Era Digital*, ed. by Kusnadi (Assofa Publishing, 2023)
- Vincentius Mario, Novianti Setuningsih, '4 Fakta Tentang Donne Maula, Calon Suami Yura Yunita', *Kompas.Com*, 2020 <<https://www.kompas.com/hype/read/2020/12/10/191123866/4-fakta-tentang-donne-maula-calon-suami-yura-yunita>>
- Wahdi, Amira Ellyza, 'Riset: Sebanyak 2,45 Juta Remaja Di Indonesia Tergolong Sebagai Orang Dengan Gangguan Jiwa (ODGJ)', *The Conversation*, 2022 <<https://theconversation.com/riset-sebanyak-2-45-juta-remaja-di-indonesia-tergolong-sebagai-orang-dengan-gangguan-jiwa-odgj>>[accessed 27 September 2025]
- Wahyudi, Dicky, 'Mencoba Menjalani Setiap Tawa Dan Tangis Dalam Lagu Daur Hidup', *Mediapijar.Com*, 2024 <<https://mediapijar.com/2024/09/mencoba-menjalani-setiap-tawa-dan-tangis-dalam-lagu-daur-hidup/>>
- Wangi, Camellia Sekar, "Lagu Daur Hidup: Dari Tangis Hingga Tawa, Dari Lahir Hingga Debu", 2025 <<https://radartv.disway.id/ragam/read/28371/lagu-daur-hidup-dari-tangis-hingga-tawa-dari-lahir-hingga-debu>>
- Wardhani, Miranty Novia, 'Self Regulation Dan Executive Function', *Rsmmbogor.Com*, 2025 <<https://rsmbogor.com/self-regulation-dan-executive-function-1263V6L#:~:text=Self%20regulation%20adalah%20kemampuan%20seseorang,emosi%20dan%20mengendalikan%20impuls/dorongan.>>
- Wardhani, Pradnya, 'Selalu Berusaha Terlihat Baik-Baik Saja Justru Bahaya. 6 Hal Ini Bisa Jadi Kamu Lupa', 2016 <<https://www.hipwee.com/motivasi/selalu-berusaha-terlihat-baik-baik-saja-justru-bahaya-6-hal-ini-bisa-jadi-kamu-lupa/>>
- Wartono, Muhammad Nurhuda, and Lukman Al Farisi, 'Pesan Dakwah Dalam Lirik Lagu

- “Kebaikan Tanpa Sekat”, *Anida (Aktualisasi Nuansa Ilmu Dakwah)*, 20.2 (2020), 125–46
- Wibowo, Markus, ‘Musik Genjring Sebagai Sarana Dakwah Islamiah’, 11.2 (2016), 60–69
- Wijaya, Andesta Herli, “Daur Hidup”, Debut Album Nuansa Kontemplatif Dari Donne Maula’, *Validnews.Id*, 2024 <<https://validnews.id/kultura/quotdaur-hidupquot-debut-album-nuansa-kontemplatif-dari-donne-maula>>
- Wikipedia, ‘Donne Maula’, *Wikipedia*, 2025 <https://id.wikipedia.org/wiki/Donne_Maula>
- Winurini, Sulis, ‘Pemeriksaan Kesehatan Mental Gratis Bagi Remaja’, *Isu Sepekan Bidang Kesra, Komisi IX*, 2025, 2
- Wulandari, Tanty Sri, Mukhlis Aliyudin, and Ratna Dewi, ‘Musik Sebagai Media Dakwah’, *Tabligh: Jurnal Komunikasi Dan Penyiaran Islam*, 4.4 (2019), 448–66
- Yasmine Angelita Sulaiman Putri, Lely Ika Mariyati, ‘Hubungan Penerimaan Diri Dan Regulasi Emosi Terhadap Psychological Well Being Caregiver Lansia’, *G-COUNS: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 9.1 (2024), 263–75
- Yuliana, Rissa, and Egi Nusivera, ‘Kurniawan, Shofyan, “Merangkul Pahit Dan Manis Kehidupan Lewat Lagu Daur Hidup Oleh Donne Maula”, Froyonion.Com, 2024 <<https://Www.Froyonion.Com/News/Music/Merangkul-Pahit-Dan-Manis-Kehidupan-Lewat-Lagu-Daur-Hidup-Oleh-Donne-Maula>> Representasi Fenomena Qu’, 10.1 (2025), 68–80
- Yunita, Yura, ‘Youtube Cerita Perjalanan Cinta Dan Rahasia Yura Donne - Buka Hati Bicara Ep 01’, 2021 <<https://youtu.be/7E06gBzivCE?si=kRw2MGONuCsJhKF3>>
- Zhafira, Arnidhya Nur, ‘Donne Maula Gandeng Sheila Dara Rilis Lagu “Tak Terima”’, *Antaranews*, 2020 <<https://www.antaranews.com/berita/1367118/donne-maula-gandeng-sheila-dara-rilis-lagu-tak-terima>>