

EPISTEMEUS

ESSAYS

VOLUME 1 ; ISSUE 2 01.08.2026

MATI RASA DI BALIK LAYAR: MELACAK JEJAK GADGET NARCOSIS DAN LIQUID LOVE DALAM LAGU TELEPHONES KARYA VACATIONS

Simangunsong

ABSTRAK

Artikel ini bermaksud menganalisis makna sebuah lagu berjudul *Telephones* (2018) oleh grup musik indie pop asal Australia, *Vacations*. Lagu ini sering kali diinterpretasikan secara sederhana sebagai lagu melankolia romantis. Namun, melalui lensa sosiologi kritis, lirik lagu ini menyimpan makna ganda yang mencerminkan kecemasan struktural masyarakat modernitas lanjut (*late modernity*). Artikel ini bertujuan untuk membedah dualitas makna tersebut dengan mengombinasikan tiga pisau analisis sosiologi: Teori Extensions of Man dari Marshall McLuhan, Konsep Liquid Love dari Zygmunt Bauman, dan Teori Simulacra dari Jean Baudrillard. Melalui pendekatan kualitatif dengan metode analisis teks sosiologis, penelitian ini menemukan bahwa lagu *Telephones* merefleksikan dua level keterasingan: pertama, ketergantungan patologis terhadap gawai (*gadget narcosis*) yang menggeser otonomi individu; dan kedua, komodifikasi emosional di mana gawai bertransformasi menjadi ruang simulasi memori romantis yang rapuh. Artikel ini menyimpulkan bahwa lagu tersebut merupakan sebuah kritik estetis terhadap masyarakat kontemporer yang terjebak di antara adiksi teknologi dan keputusan emosional.

Kata Kunci: *Telephones (Vacations), Adiksi Digital, Liquid Love, Simulakra, Gadget*

Narcosis.

menjadi bagian hidupku”, frasa tadi mungkin terdengar seperti pernyataan afeksi terhadap seseorang yang kita lihat spesial. Namun, apakah hal tersebut benar-benar mencerminkan sebuah hubungan romansa, ataukah hal tersebut mencerminkan suatu benda yang tidak bisa kita lepas karena sudah menjadi bagian dari kebutuhan dasar kita di kehidupan sehari-hari? Melalui lagu *Telephones*, Campbell Burns bersama dengan *Vacations* meninggalkan sebuah pertanyaan besar yang dapat ditelusuri bersama: “Mengapa kita begitu terikat kepada sesuatu?”. Kehadiran telepon genggam yang mendikte ritme eksistensi manusia tidak dapat dipisahkan dari kehidupan sehari-hari masyarakat abad ke-21. Fenomena psikososial di mana individu secara refleks melakukan aktivitas scrolling tanpa tujuan sesaat setelah terbangun dari tidur maupun sesaat sebelum memejamkan mata telah menjadi ritus kultural baru yang universal di kalangan generasi muda (Pew Research Center, 2018). Fenomena ini bukan sekadar persoalan adiksi psikologis individual, melainkan sebuah transformasi struktural dalam bagaimana manusia modern mengonsumsi realitas, membangun relasi, dan mendefinisikan kehadiran diri mereka di ruang sosial (Han, 2017). Musik, sebagai produk kebudayaan populer, sering kali menangkap pergeseran eksistensial ini secara lebih intim ketimbang teks-teks akademik konvensional. Salah satu artefak budaya yang secara jeli merekam ambivalensi ini adalah lagu berjudul *Telephones* yang dirilis oleh band indie pop *Vacations* pada tahun 2018 dalam kantung album *Changes*. Secara superfisial, pendengar mengecap lagu *Telephones* sebagai narasi klise mengenai kerinduan interpersonal dan kegagalan dalam melepaskan keterikatan asmara masa lalu. Namun, struktur lirik yang dibangun oleh sang vokalis dan penulis lagu, Campbell Burns, memperlihatkan ambiguitas makna yang jauh lebih genius jika dibedah menggunakan diskursus sosiologi makro (Atwood, 2020). Lirik-lirik dalam lagu tersebut tidak secara eksplisit merujuk pada sosok manusia, melainkan pada media komunikasi itu sendiri, menciptakan sebuah personifikasi distopis di mana gawai mengambil alih peran subjek emosional. Terdapat ketegangan yang konstan antara kenyamanan yang ditawarkan oleh konektivitas digital dan rasa keterasingan yang mengikutinya, sebuah kondisi yang menggambarkan lanskap emosional manusia modern yang terkepung oleh teknologi informasi (Turkle, 2011). Ketajaman interpretasi terhadap lagu ini terletak pada kemampuannya untuk beroperasi dalam dua ranah makna sekaligus (*double meaning*). Di satu sisi, *Telephones* dapat dibaca

sebagai manifesto mengenai hubungan yang beracun (*toxic relationship*) antara manusia dengan perangkat digitalnya, di mana gawai diposisikan sebagai “pasangan” yang manipulatif namun mustahil untuk ditinggalkan. Pada halaman belakang, lagu ini memotret runtuhnya institusi romansa di era modernitas cair, di mana telepon genggam berfungsi sebagai sarkofagus

digital yang menyimpan artefak-artefak memori dari hubungan yang telah kandas (Chambers, 2013). Oleh karena itu, artikel ini bertujuan untuk menganalisis bagaimana lagu Telephones mengekspresikan adiksi digital dan kerapuhan hubungan interpersonal di era kontemporer. Melalui perumusan masalah tersebut, artikel ini akan mengeksplorasi keterkaitan antara alienasi teknologi dan komodifikasi memori menggunakan spektrum teoretis sosiologi kritis.

2. Metode Analisis Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode analisis teks sosiologis (textual analysis) yang berakar pada tradisi hermeneutika kritis. Pendekatan ini berasumsi bahwa produk budaya populer seperti lirik lagu bukanlah entitas yang berdiri sendiri di ruang hampa, melainkan cermin yang memantulkan kondisi material dan psikologis dari masyarakat di mana karya tersebut dilahirkan. Metode ini dipilih untuk mengungkap lapisan makna tersembunyi (latent meaning) di balik teks lirik lagu yang sering kali terabaikan oleh analisis sastra konvensional, dengan cara mengkontekstualisasikannya ke dalam struktur sosial yang lebih luas. Data primer dalam kajian ini adalah teks lirik lagu Telephones karya Vacations yang dirilis pada tahun 2018. Sementara itu, data sekunder diperoleh melalui studi pustaka yang bersumber dari buku-buku sosiologi klasik dan kontemporer, jurnal ilmiah bereputasi, serta artikel wawancara resmi dengan personel band Vacations yang tersedia di pangkalan data daring terbuka. Penggunaan literatur dari berbagai disiplin ilmu sosiologi ini bertujuan untuk memberikan landasan konseptual yang kokoh dalam menafsirkan metafora-metafora lirik yang multi-tafsir. Prosedur analisis data dilakukan melalui tiga tahapan sistematis yang adaptif terhadap kajian budaya populer. Tahap pertama adalah dekonstruksi lirik, di mana teks lagu dipilah secara saksama menjadi beberapa unit analisis berupa bait dan baris yang secara spesifik merepresentasikan tema adiksi digital serta dinamika relasi interpersonal. Tahap kedua adalah konseptualisasi teoretis, yaitu mengaitkan unit-unit analisis tersebut dengan apparatus konseptual dari Marshall McLuhan (extensions of man dan gadget narcosis), Zygmunt

Bauman (liquid love), dan Jean Baudrillard (simulacra). Dalam tahap ini, lirik diposisikan sebagai data mentah yang kemudian "dibedah" menggunakan pisau-pisau analisis tersebut. Tahap ketiga adalah sintesis interpretatif, di mana hasil pembacaan teks ditarik ke dalam kesimpulan sosiologis mengenai kondisi psikososial masyarakat modernitas lanjut, menyatukan kepingan-kepingan metafora musik menjadi sebuah argumen akademik yang utuh.

3. Narkosis Gawai: Telepon Genggam sebagai Hubungan yang Toxic Ketika mendengarkan lagu ini, kita dapat melihat cerminan teori media kritis pada bait awal yang menggambarkan bagaimana teknologi komunikasi telah menginvasi ruang privat terdalam manusia secara intim. Kedekatan

patologis ini bukan lagi berbentuk alat yang digunakan secara pasif oleh subjek untuk mempermudah pekerjaan, melainkan sublimasi alat menjadi subjek itu sendiri yang menuntut interaksi tanpa jeda. Konsep ini sejalan dengan pemikiran Marshall McLuhan mengenai teknologi sebagai perpanjangan dari organ fisik dan psikis manusia (*extensions of man*), di mana media baru tidak sekadar mengubah cara manusia berkomunikasi, tetapi secara radikal merestrukturisasi pola perilaku dan persepsi sensorik mereka (McLuhan, 1964). Dalam konteks *Telephones*, gawai telah bertransformasi menjadi organ vital baru; ia merupakan perpanjangan dari sistem saraf pusat manusia yang langsung terhubung dengan respons emosional penggunaannya. Kondisi ini menciptakan ketergantungan yang begitu mutlak sehingga pemisahan fisik antara individu dengan telepon genggamnya, sekecil apa pun jaraknya, akan memicu bentuk kecemasan eksistensial yang akut atau rasa kehilangan yang mendalam. Fenomena rutinitas pagi hari dan malam hari yang diisi dengan aktivitas menatap layar diilustrasikan secara implisit melalui dinamika lirik yang melelahkan namun pada saat yang bersamaan sangat adiktif.

"I wish I could live without you / But you're a part of me"

Lirik tersebut mengonfirmasi terjadinya apa yang disebut McLuhan sebagai gadget narcosis atau narkosis gawai, sebuah kondisi di mana manusia mengalami mati rasa psikologis akibat amputasi diri yang disebabkan oleh teknologi (McLuhan, 1964). Sebagai mekanisme pertahanan dari kelebihan muatan informasi sensorik, sistem saraf manusia melakukan "anestesi" atau mati rasa ketika berhadapan dengan ekstensi teknologinya sendiri.

Manusia modern sejatinya menyadari secara penuh bahwa ketergantungan mereka pada telepon genggam telah merusak kesehatan mental, mendistorsi pola tidur yang sehat, dan membuang produktivitas mereka, sebuah bentuk hubungan yang jelas-jelas korosif dan toksik. Namun ironisnya, mereka tetap merasa tidak berdaya untuk melepaskannya karena alat tersebut telah dianggap sebagai bagian utuh dari anatomi sosial mereka. Hal tersebut menjelaskan mengapa kita bisa begitu terikat kepada sesuatu, bahkan sebuah benda mati. Dorongan biologis untuk memeriksa notifikasi secara kompulsif mencerminkan bagaimana otonomi dan kontrol atas diri telah beralih dari kehendak bebas manusia menuju algoritma digital yang secara cerdas dirancang untuk mempertahankan perhatian pengguna. Lebih jauh lagi, adiksi digital ini termanifestasi dalam alienasi waktu, di mana individu kehilangan orientasi temporal murni akibat tenggelam dalam arus informasi, linimasa media sosial, dan video pendek yang tak berujung. Struktur lagu *Telephones* yang repetitif dengan ketukan bassline yang monoton seakan mengimitasi ritme keseharian manusia modern yang terjebak dalam lingkaran setan scrolling tanpa henti, memproduksi sebuah kelesuan rutinitas yang menjemukan namun sulit untuk diinterupsi (Rosa,

2013). Telepon genggam dalam hal ini tidak lagi sekadar berfungsi sebagai piranti atau fasilitator kehidupan modern, melainkan bertindak secara aktif sebagai entitas domestikator yang mendikte kapan manusia harus terjaga untuk merespons dunia digital, dan kapan manusia baru diizinkan untuk terlelap. Hubungan antara individu dan gawai dalam lagu ini secara perlahan bergeser menjadi sebuah relasi kuasa yang sangat asimetris, di mana teknologi bertindak sebagai struktur kasat mata yang mengungkung, sementara manusia terdegradasi menjadi agen yang terpasung erat dalam ilusi kebebasan digital.

4. Memori dalam Layar: Ambiguitas Antara Adiksi Teknologi dan Kerinduan Masa Lalu Kejeniusan sejati dari lagu *Telephones* tidak hanya berhenti pada kritik tentang adiksi perangkat, melainkan terletak pada struktur liriknya yang multi-tafsir, di mana kecanduan terhadap perangkat keras bergeser secara halus menjadi kecanduan terhadap spektrum emosional masa lalu yang termediasi oleh perangkat tersebut. Pada titik analitis inilah sosiologi media menemukan persinggungannya yang paling rapuh dengan sosiologi intimasi kontemporer. Di era modernitas cair (*liquid modernity*), lanskap ikatan sosial manusia secara drastis kehilangan sifat permanen dan soliditasnya, berubah menjadi bentuk jaringan-jaringan sosial yang luar biasa mudah untuk terhubung kapan saja, namun sekaligus sangat rapuh dan mudah untuk diceraikan (Bauman, 2003). Relasi asmara modern kini tidak lagi melalui

dibangun di atas fondasi komitmen jangka panjang yang stabil, melainkan perlahan dikonsumsi layaknya komoditas elektronik yang instan; dapat diputus tautannya, diblokir, atau diabaikan hanya dengan satu kali ketukan ujung jari di atas layar kaca. Fenomena kegagalan untuk melepaskan bayang-bayang masa lalu yang dipotret dengan sangat personal dalam lagu ini mengindikasikan bahwa manusia modern sering kali mengalami disorientasi emosional yang hebat justru akibat sifat hubungan antarmanusia yang menjadi terlalu cair tersebut.

"Wherever I go, you'll always be next to me"

Melalui kacamata Zygmunt Bauman, potongan lirik yang menghantui tersebut mengekspos konsep *liquid love* (cinta cair), di mana telepon genggam kini ditugaskan untuk bertindak sebagai medium penampung sisa-sisa kehangatan dari hubungan yang telah retak (Bauman, 2003). Ketika sebuah komitmen atau hubungan fisik terpaksa berakhir di dunia nyata, jejak digital dari hubungan tersebut menolak untuk mati. Semuanya tetap tersimpan secara utuh, awet, dan presisi di dalam memori telepon genggam dalam bentuk riwayat pesan singkat yang sentimental, dokumentasi foto galeri yang membekukan senyuman masa lalu, hingga kurasi daftar putar musik bersama yang masih bisa diputar berulang-ulang. Pada akhirnya, gawai bertransformasi menjadi semacam ruang transisional yang

sangat membingungkan secara psikologis bagi individu: mereka acap kali tidak lagi secara tulus merindukan sosok fisik dan karakter asli dari mantan pasangan mereka yang telah pergi beserta segala kekurangannya, melainkan mereka merindukan sensasi emosional teridealisasi yang terus-menerus diproduksi ulang oleh gawai tersebut (Chambers, 2013). Ambiguitas emosional ini kemudian semakin diperparah oleh hilangnya sekat pembatas yang rasional antara realitas objektif yang terjadi di dunia luar dan fantasi digital yang tersaji di layar genggam. Lagu ini mencerminkan dengan sangat gamblang pemikiran Jean Baudrillard, di mana ketika individu berdiam diri menatap layar telepon genggam mereka di tengah keheningan dan kesendirian malam, mereka sejatinya tidak sedang berinteraksi dengan realitas yang ada, melainkan sedang terjebak secara suka rela dalam ruang hiperrealitas (Baudrillard, 1994). Layar gawai memproyeksikan kembali tanda-tanda (signs) dan simbol-simbol masa lalu yang sesungguhnya telah lama terlepas dari referen atau rujukan aslinya di dunia nyata yang terus berubah. Komunikasi romantis yang secara faktual telah usai kini mengalami proses mediatisasi berkelanjutan, memproduksi apa yang secara

kritis disebut Baudrillard sebagai simulacra, yaitu sebuah bentuk realitas semu yang sering kali terasa jauh lebih nyata, lebih sempurna, dan lebih menggairahkan ketimbang realitas kesepian absolut yang sedang dihadapi individu sendirian di atas tempat tidur mereka (Baudrillard, 1994). Kesempurnaan memori digital ini menolak memberikan ruang bagi individu untuk benar-benar pulih. Kondisi psikososial yang distopis ini mencapai titik puncaknya ketika individu pada akhirnya menyadari bahwa kepedihan dan duka emosional mereka telah terkomodifikasi secara sempurna oleh infrastruktur teknologi. Seseorang yang memaksakan diri untuk tetap terjaga di malam hari semata-mata untuk memandangi dan menggulir layar telepon genggamnya sejatinya sedang mengonsumsi sebuah ilusi kedekatan; mereka terperangkap dalam hasrat melankolia yang dipelihara dan terus disuapkan oleh algoritma media sosial (Illouz, 2007). Oleh karena itu, keberadaan makna ganda dari lagu *Telephones* berhasil membongkar sebuah ironi sosiologis yang sangat getir tentang kehidupan kiwari: manusia modern secara instingtif menggunakan telepon genggam sebagai alat bantu utama untuk melarikan diri dari perasaan kesepian yang diakibatkan oleh runtuhnya hubungan sosial mereka, namun alat pelarian yang sama itu justru mengisolasi mereka lebih jauh ke dalam simulasi memori yang hampa dan siklus adiksi digital yang hanya akan memperpanjang penderitaan emosional mereka sendiri (Turkle, 2011).

5. Kesimpulan Melalui proses pembacaan sosiologi kritis yang mendalam, lirik lagu *Telephones* karya *Vacations* terbukti bukan sekadar komposisi musik indie pop yang bersifat eskapis atau pelarian semata, melainkan sebuah dokumen budaya yang valid dalam merekam pa-

tologi sosial masyarakat modern kontemporer. Melalui kecerdasan dualitas makna liriknya, lagu ini berhasil mengartikulasikan dua krisis eksistensial struktural secara sekaligus. Pertama, melalui lensa determinisme teknologi Marshall McLuhan, lagu ini membongkar fenomena gadget narcosis, di mana telepon genggam telah bermutasi dari sekadar alat komunikasi netral menjadi perpanjangan anatomi tubuh manusia yang bersifat opresif, menciptakan sebuah siklus adiksi patologis yang merampas otonomi individu atas waktunya sendiri. Kedua, melalui integrasi pemikiran Zygmunt Bauman dan Jean Baudrillard, lagu ini memperlihatkan sisi gelap dari inovasi komunikasi: bagaimana runtuhnya fondasi intimasi di era modernitas cair justru mendorong gawai untuk mengambil alih peran krusial sebagai produsen simulacra memori romantis. Hal ini pada gilirannya membuat individu terjebak dalam hiperrealitas masa lalu yang mencegah mereka untuk melanjutkan kehidupan.

Kejeniusan *Vacations* sebagai musisi terletak pada kemampuan mereka menyajikan kepedihan alienasi teknologi dan kerapuhan asmara ini dengan cara menyelubunginya ke dalam nada-nada pop yang santai dan menenangkan. Benturan antara nada yang nyaman dan lirik yang depresif tersebut adalah sebuah kontras estetis yang paling paripurna, karena secara brilian mencerminkan ironi pamungkas abad ke-21: bagaimana masyarakat modern dengan suka cita merayakan keterasingan mereka sendiri dalam balutan harmoni digital yang fana dan semu.

Daftar Pustaka

- Baudrillard, J. (1994). *Simulacra and Simulation* (S. F. Glaser, Trans.). University of Michigan Press. <https://archive.org/details/simulacrasimulat00baud>
- Bauman, Z. (2003). *Liquid Love: On the Frailty of Human Bonds*. Polity Press.
- Atwood. (2020). *Vacations on Changes and the Evolution of Their Indie Sound*. Atwood Magazine. <https://atwoodmagazine.com/vach-vacations-interview-2020-music/>
- Castells, M. (2010). *The Rise of the Network Society*. Wiley-Blackwell. <https://archive.org/details/the-rise-of-the-network-society>
- Chambers, D. (2013). *Social Media and Personal Relationships: Online Intimacies and Networked Friendship*. New York: St. Martin's Press LLC.
- Giddens, A. (1992). *The Transformation of Intimacy: Sexuality, Love and Eroticism in Modern Societies*. Stanford University Press.
- Han, B.-C. (2017). *In the Swarm: Digital Prospects*. MIT Press.
- Hobbs, M., Owen, S., & Gerber, L. (2017). Liquid Love Beyond Tinder: Dating Apps, Intimacy, and Modernity. *Journal of Sociology*, 53(2), 271–284.

<https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/1440783316662718>

Hwang, Y., & Lim, S. (2021). The Narcotic Power of Smartphones: An Empirical Study on Gadget Narcosis and Youth Alienation. *Open Journal of Social Sciences*, 9(4), 112–129.

<https://www.scirp.org/journal/paperinformation.aspx?paperid=108422>

Illouz, E. (2007). *Cold Intimacies: The Making of Emotional Capitalism*. Polity Press.

McLuhan, M. (1964). *Understanding Media: The Extensions of Man*. McGraw-Hill.

Miller, D. (2011). *Tales from Facebook*. Polity Press.

Pew Research Center. (2018). *Teens, Social Media & Technology 2018*. Pew Research Center.

<https://www.pewresearch.org/internet/2018/05/31/teens-social-media-technology-2018/>

Postman, N. (1985). *Amusing Ourselves to Death: Public Discourse in the Age of Show Business*. Viking Penguin.

Rosa, H. (2013). *Social Acceleration: A New Theory of Modernity*. Columbia University

Turkle, S. (2011). *Alone Together: Why We Expect More from Technology and Less from Each Other*. Basic Books.

<https://archive.org/details/alonetogetherwhy0000turk>

Vacations. (2018). *Telephones [Song]*. On Changes. Human Sounds Records.

<https://vacationsfanclub.bandcamp.com/track/telephones>