

ABSTRAK

PENGARUH PERILAKU *DIGITAL MINIMALISM* TERHADAP KONSEP DIRI POSITIF MAHASISWA/I UNIVERSITAS LAMPUNG

Oleh

AZIZAH MUTIARA PUTRI

Pada saat ini, teknologi telah menjadi kebutuhan utama setiap orang. Indonesia tercatat sebagai salah satu dari sepuluh besar negara yang kecanduan media sosial. Orang Indonesia menghabiskan rata-rata 8 jam 52 menit setiap hari di internet. Penggunaan media sosial dapat merubah konsep diri seseorang dari positif menjadi negatif ataupun sebaliknya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar pengaruh perilaku *digital minimalism* terhadap konsep diri positif pada mahasiswa/i Universitas Lampung.

Teori yang digunakan adalah teori *uses and gratification*. Tipe penelitian yang digunakan yakni kuantitatif dengan pendekatan *survey* sebagai pengumpulan data, menggunakan teknik pengambilan sampel *non probability sampling*. Adapun sampling dalam penelitian ini adalah 100 mahasiswa/i Universitas Lampung. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa perilaku *digital minimalism* memberikan pengaruh sebesar 23,9% terhadap konsep diri positif pada mahasiswa/i Universitas Lampung, sedangkan 76,1% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain. Melalui penelitian ini, diketahui bahwa perilaku responden memiliki kontrol diri yang baik dalam penggunaan internet, sehingga hal tersebut berdampak positif pada konsep diri seseorang.

Kata Kunci : *Digital minimalism*, konsep diri.

ABSTRACT

PAFFECTS *DIGITAL MINIMALISM* BEHAVIOR TOWARDS THE POSITIVE SELF-CONCEPT OF UNIVERSITY OF LAMPUNG STUDENTS

Oleh

AZIZAH MUTIARA PUTRI

At this time, technology has become everyone's main need. Indonesia is listed as one of the top ten countries addicted to social media. Indonesians spend an average of 8 hours and 52 minutes every day on the internet. The use of social media can change a person's self-concept from positive to negative or vice versa. This study aims to determine how much influence *digital minimalism* behavior has on positive self-concept in University of Lampung students.

The theory used is the uses and gratification theory. The type of research used is quantitative with a survey approach as data collection, using a non-probability sampling technique. The sampling in this study were 100 students at the University of Lampung. Based on the results of the study, it shows that digital minimalism has an influence of 23.9% on positive self-concept in Lampung University students, while the remaining 76.1% is influenced by other factors. Through this research, it is known that the behavior of the respondents has good self-control in using the internet, so that it has a positive impact on a person's self-concept.

Keywords: Digital minimalism, self-concept.