

ABSTRAK

Menghadapi dinamisnya perubahan gaya hidup di era modernitas, kebebasan individu untuk menentukan arah kehidupan semakin di permudah dengan munculnya beragam konsep hidup alternatif. *Minimalism* sebagai gaya hidup alternatif erat kaitannya dengan kehidupan generasi milenial di era modernitas yang cenderung menormalisasi gaya hidup konsumtif. *Minimalism* menjadi alat konseptual yang membantu individu menemukan keseimbangan hidup melalui standarisasi pola pikir dan perilaku sehari-hari. Standar tersebut terbentuk atas kapasitas reflektif dalam mempertanyakan, mempertimbangkan serta menentukan praktik minimalis seperti apa yang sesuai dengan tujuan hidup. Maka dari itu, pertanyaan penelitian ini adalah bagaimana generasi milenial memaknai dan mengkonstruksikan gaya hidup minimalis dalam kehidupan mereka sehari-hari.

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif pendekatan fenomenologi yang dianalisis menggunakan teori identitas reflektif oleh Giddens dan studi anti-konsumsi berdasarkan alasan oleh Chatzidakis dan Lee (2012). Data diperoleh melalui wawancara mendalam (*in-depth interview*) melibatkan empat informan yang mengidentifikasi dirinya sebagai *minimalist*, serta studi pustaka berdasarkan penelitian terdahulu yang mengkaji fenomena minimalis sebagai praktik gaya hidup. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pemaknaan dan konstruksi gaya hidup minimalis berdasarkan pengalaman generasi milenial dalam mengimplementasikan nilai minimalis di kehidupan mereka.

Secara empiris, hasil temuan lapangan melihat bahwa praktik gaya hidup minimalis di maknai sebagai bentuk resistensi terhadap modernitas yang termanifestasi kedalam persepsi dan perilaku sehari-hari. Gaya hidup minimalis dikonstruksikan sebagai gaya hidup yang syarat akan nilai kesederhanaan dan menghindari aktivitas konsumsi berlebihan. Temuan menarik pada penelitian ini adalah kebiasaan *decluttering* (memilah dan memilih) barang yang dilakukan secara berkala oleh para *minimalist*. Selain itu, penelitian ini juga menemukan bahwa terdapat komunitas daring “*Minimalist Indonesia*” yang dimanfaatkan sebagai ruang diskusi aktif untuk memperoleh dan bertukar informasi mengenai praktik gaya hidup minimalis. Temuan studi juga menunjukkan bahwa latar belakang sosial ekonomi individu, menentukan pemaknaan serta praktik gaya hidup minimalis yang berdasarkan pada nilai esensialitas, fungsional dan efisiensi.

Kata kunci: *Minimalism*, generasi milenial, identitas reflektif, anti-konsumsi, kesederhanaan.

ABSTRACT

Facing the dynamic changes in the modern lifestyle era, individual freedom to determine the direction of life is increasingly facilitated by the emergence of various alternative living concepts. Minimalism as an alternative lifestyle is closely related to the lives of millennials in the era of modernity, who tend to normalize consumptive lifestyles. Minimalism becomes a conceptual tool that helps individuals find life balance through the standardization of mindset and daily behavior. The standard is formed by the reflective capacity to question, consider, and determine what kinds of minimalist practices are in accordance with life goals. Therefore, this research question is about how millennials interpret and construct the minimalist lifestyle in their daily lives.

This research uses a qualitative research method with a phenomenological approach, that is analyzed using reflective identity theory by Giddens and anti-consumption studies based on reason by Chatzidakis and Lee (2012). Data were obtained through in-depth interviews involving four informants who identify themselves as minimalists, as well as literature studies based on previous research that examines the phenomenon of minimalism as a lifestyle practice. This research aims to find out the meaning and construction of a minimalist lifestyle based on the millennial generation's experience implementing minimalist values in their lives.

Empirically, the field findings show that minimalist lifestyle practices are interpreted as a form of resistance to modernity that is manifested in everyday perceptions and behaviors. The minimalist lifestyle is constructed as a lifestyle that requires simplicity and avoids excessive consumption activities. An interesting finding in this study is the habit of decluttering (sorting and selecting) items that are carried out regularly by minimalists. In addition, this study also found that there is an online community "Minimalist Indonesia" which is utilized as an active discussion space to obtain and exchange information about minimalist lifestyle practices. The findings also show that an individual's socio-economic background determines the meaning and practice of a minimalist lifestyle based on the values of essentiality, functionality and efficiency.

Keywords: Minimalism, millennial generation, reflective identity, anti-consumption, simplicity.