



## Fenomena Childfree: Antara Pilihan Personal, Nilai Sosial dan Tantangan Masa Depan

Putri Nurul Erliza<sup>1</sup>, Arisman<sup>2</sup>

Universitas Islam Negeri Sultan Syarim Kasim Riau, Indonesia<sup>1-2</sup>

Email Korespondensi: [zaerliza21@gmail.com](mailto:zaerliza21@gmail.com)<sup>1</sup>, [arisman@uin-suska.ac.id](mailto:arisman@uin-suska.ac.id)<sup>2</sup>

Article received: 01 November 2025, Review process: 11 November 2025

Article Accepted: 25 Desember 2025, Article published: 12 Januari 2026

### ABSTRACT

*The childfree phenomenon has emerged as a prominent issue in contemporary social discourse, especially amid shifting societal values that increasingly emphasize individual freedom, gender equality, and ecological awareness. This study aims to examine the foundational concepts, historical emergence, motivations, social realities, and interdisciplinary approaches to the childfree movement. Using a qualitative-descriptive method based on literature review, the research draws on academic journals, books, and scientific reports published between 2018 and 2025. Findings reveal that the decision to be childfree is not a rejection of family values but a legitimate expression of bodily autonomy, existential freedom, and social responsibility toward the planet's future. Nevertheless, childfree individuals continue to face challenges such as social stigma, gender-based pressure, and inequality in public policy. Therefore, an interdisciplinary approach spanning sociology, psychology, law, and theology is essential to create a more just and inclusive space for diverse life choices.*

**Keywords:** Childfree, Individual Freedom, Bodily Autonomy.

### ABSTRAK

Fenomena childfree telah menjadi perbincangan hangat dalam diskursus sosial kontemporer, terutama di tengah perubahan nilai masyarakat modern yang semakin menekankan pada kebebasan individu, kesetaraan gender, dan kesadaran ekologis. Studi ini bertujuan untuk mengkaji konsep dasar, sejarah kemunculan, alasan dan urgensi pilihan childfree, realita sosial yang menyertainya, serta pendekatan interdisipliner dalam merespons isu ini. Dengan menggunakan metode kualitatif-deskriptif berbasis studi pustaka, penelitian ini mengeksplorasi data dari berbagai jurnal akademik, buku, dan laporan ilmiah terbitan 2018–2025. Hasil kajian menunjukkan bahwa pilihan menjadi childfree bukanlah bentuk penolakan terhadap nilai keluarga, melainkan ekspresi sah dari hak atas tubuh, kebebasan eksistensial, dan tanggung jawab sosial terhadap masa depan planet. Meskipun demikian, individu childfree masih menghadapi tantangan berupa stigma sosial, tekanan gender, dan ketimpangan dalam kebijakan publik. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan interdisipliner yang mencakup dimensi sosiologis, psikologis, hukum, dan teologis untuk membangun ruang sosial yang lebih adil dan inklusif terhadap keragaman pilihan hidup.

**Kata Kunci:** Childfree, kebebasan individu, Otonomi Tubuh.

---

## PENDAHULUAN

Fenomena *childfree* atau keputusan sadar individu untuk tidak memiliki anak telah menjadi topik diskursus yang semakin menonjol dalam dekade terakhir. Keputusan ini tidak hanya mencerminkan pilihan gaya hidup personal, tetapi juga menjadi cerminan dari pergeseran nilai, norma, dan struktur sosial dalam masyarakat kontemporer. Dalam konteks ini, *childfree* bukan hanya praktik sosial, melainkan bagian dari konstruksi ideologis yang mencerminkan ketegangan antara tradisi dan modernitas. Menurut BlackStone, gerakan *childfree* merupakan wujud dari redefinisi konsep keluarga dan otonomi individu dalam memilih jalur hidup yang tidak konvensional (Stone, 2019).

Di tengah tuntutan global terhadap pertumbuhan penduduk dan kekhawatiran akan krisis demografis, pilihan untuk tidak memiliki anak sering kali dipandang sebagai ancaman terhadap keberlanjutan sosial. Namun demikian, keputusan *childfree* seringkali didasarkan pada pertimbangan rasional yang kompleks, seperti kekhawatiran terhadap masa depan ekologis, tekanan finansial, dan kebutuhan akan kebebasan personal. Dalam pandangan ini, *childfree* bukanlah bentuk penolakan terhadap kehidupan berkeluarga secara keseluruhan, melainkan bentuk resistensi terhadap ekspektasi sosial yang memaksakan peran reproduktif.

Seiring dengan meningkatnya kesadaran individu terhadap hak atas tubuh dan kebebasan memilih, keputusan untuk hidup tanpa anak mendapatkan ruang dalam wacana feminisme kontemporer. Nabila et al. (2024). mengemukakan bahwa pada generasi Z, keputusan *childfree* sering dikaitkan dengan perjuangan terhadap norma gender tradisional yang menempatkan perempuan sebagai penanggung jawab utama reproduksi. Dalam kerangka ini, *childfree* menjadi bentuk artikulasi politik tubuh dan ekspresi otonomi perempuan terhadap tubuhnya sendiri, sekaligus penolakan terhadap narasi patriarkis dalam membentuk identitas perempuan.

Di sisi lain, realitas sosial menunjukkan bahwa pilihan untuk menjadi *childfree* masih menghadapi resistensi yang cukup kuat, terutama di negara-negara dengan nilai-nilai konservatif atau religius yang tinggi. Dalam konteks Indonesia misalnya, keputusan *childfree* tidak hanya menimbulkan kontroversi, tetapi juga membuka ruang perdebatan antara kebebasan individu dan norma agama serta budaya (Nurjannah & Nur, 2022). Oleh karena itu, fenomena *childfree* memerlukan pendekatan interdisipliner untuk memahami kompleksitasnya – baik dari aspek psikologis, sosiologis, hukum, hingga teologis.

Gerakan *childfree* juga harus dibedakan dari kondisi *childless*, yakni ketidakmampuan memiliki anak karena alasan biologis atau medis. menegaskan bahwa penggunaan istilah *childfree* adalah bentuk klaim identitas yang menolak dikasihani atau disalahpahami. Hal ini penting untuk menegaskan bahwa keputusan tersebut bukan didasarkan atas keterpaksaan, melainkan sebuah pilihan sadar yang dilandasi oleh pertimbangan filosofis dan eksistensial. Dengan kata lain, *childfree* mencerminkan penghayatan atas makna hidup yang tidak lagi terikat pada konstruksi tradisional mengenai peran orang tua.

Dari perspektif historis, keberadaan individu atau kelompok yang hidup tanpa anak bukanlah hal baru. Namun, transformasi modern terhadap nilai keluarga

dan struktur sosial telah mempercepat artikulasi pilihan ini sebagai bagian dari identitas sosial yang sah (Chrastil, 2017). mencatat bahwa dalam banyak masyarakat, hidup tanpa anak telah lama dianggap menyimpang dari norma sosial, tetapi dalam konteks modern, pilihan tersebut mulai mendapatkan legitimasi berkat meningkatnya pendidikan, otonomi ekonomi, dan kesetaraan gender.

Meskipun demikian, sejumlah penelitian juga menunjukkan adanya kecemasan terhadap dampak jangka panjang dari tren *childfree*, terutama dalam konteks struktur keluarga, keberlanjutan ekonomi, dan keseimbangan demografis (Salyakhieva & Saveleva, 2017). Pilihan untuk tidak memiliki anak, jika terjadi secara masif, berpotensi mengurangi populasi usia produktif, yang pada gilirannya dapat memengaruhi dinamika ketenagakerjaan dan sistem jaminan sosial. Oleh karena itu, penting untuk menempatkan fenomena ini dalam kerangka yang tidak sekadar melihatnya sebagai ekspresi kebebasan individu, tetapi juga sebagai isu strategis yang menyentuh fondasi masyarakat secara lebih luas.

Dengan mempertimbangkan berbagai dimensi tersebut, kajian ini bertujuan untuk membedah fenomena *childfree* secara komprehensif, mulai dari konsep dasar, sejarah kemunculan, motivasi yang melatarbelakangi, hingga realita sosial dan upaya pemecahan yang dapat ditawarkan. Kajian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi ilmiah yang signifikan dalam memahami transformasi nilai dan pilihan hidup pada masyarakat kontemporer, sekaligus menjadi pijakan bagi pengambilan kebijakan sosial yang lebih inklusif dan responsif terhadap keragaman pilihan hidup.

## METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif-deskriptif untuk mengkaji fenomena *childfree* secara mendalam dalam konteks sosial, budaya, dan ideologis. Pendekatan kualitatif dipilih karena fokus penelitian ini bukan pada pengukuran statistik, melainkan pada pemahaman makna sosial dan konstruksi narasi di balik keputusan menjadi *childfree*. Sejalan dengan Creswell (2018), penelitian kualitatif bertujuan untuk mengeksplorasi secara holistik fenomena yang kompleks, dengan menempatkan subjektivitas dan konteks sebagai elemen analisis utama. Dalam konteks ini, pemaknaan individu terhadap keputusan *childfree* dipahami sebagai hasil interaksi antara nilai-nilai personal, tekanan sosial, dan wacana budaya yang berkembang.

Sumber data utama dalam penelitian ini adalah literatur ilmiah yang relevan dan mutakhir (2018–2025), termasuk jurnal akademik, buku, serta artikel konferensi yang mengkaji berbagai dimensi dari fenomena *childfree*. Metode *library research* digunakan untuk mengumpulkan, mengorganisasi, dan menganalisis data dari literatur tersebut. Analisis dilakukan melalui teknik *content analysis*, yakni dengan mengidentifikasi tema-tema utama, seperti motif *childfree*, konstruksi sosial, tantangan hukum, representasi gender, serta respons ideologis dan kebijakan publik. Teknik ini memungkinkan peneliti untuk merumuskan sintesis konseptual dan membangun argumentasi secara sistematis. Seperti ditegaskan oleh Bowen (2009), *document analysis* adalah strategi yang valid dalam penelitian kualitatif untuk menggali perspektif sosial dalam teks yang sudah terpublikasi. Dalam

pelaksanaannya, peneliti juga melakukan validasi silang antar sumber guna menjaga akurasi interpretasi dan menghindari bias dalam penarikan kesimpulan. Data yang dikaji tidak hanya berasal dari satu disiplin ilmu, tetapi lintas bidang – sosiologi, psikologi, hukum, gender studies, dan kajian agama – dengan tujuan untuk membangun analisis interdisipliner yang utuh. Pendekatan ini selaras dengan rekomendasi Hammarberg, Kirkman, dan de Lacey (2016) yang menekankan bahwa dalam kajian yang menyangkut pilihan hidup dan norma sosial, penting untuk melibatkan pendekatan multidisipliner agar diperoleh pemahaman yang lebih komprehensif. Oleh karena itu, metode penelitian dalam studi ini dirancang untuk menangkap kompleksitas isu childfree dengan tetap menjaga objektivitas dan kedalaman ilmiah.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### *Konsep Dasar Childfree*

Istilah childfree secara konseptual merujuk pada pilihan sadar dan sukarela dari seseorang atau pasangan untuk tidak memiliki anak dalam hidupnya. Konsep ini muncul sebagai bentuk diferensiasi dari istilah childless, yang secara tradisional digunakan untuk merujuk pada individu atau pasangan yang tidak memiliki anak karena alasan biologis atau keterpaksaan. Childfree menekankan pada unsur kesadaran dan kehendak bebas, di mana seseorang memilih untuk menjalani kehidupan tanpa tanggung jawab reproduktif sebagai ekspresi dari nilai-nilai personal dan eksistensial (Blackstone, 2019; Brunschweiler, 2022).

Secara terminologis, penggunaan istilah childfree mulai populer dalam wacana akademik dan publik sejak tahun 1970-an, bersamaan dengan munculnya gerakan emansipasi perempuan dan hak atas tubuh (bodily autonomy). Dalam perkembangannya, konsep ini mengalami transformasi dari sekadar istilah identitas menjadi sebuah fenomena sosial dan ideologis yang menantang norma tradisional tentang keluarga, pernikahan, dan peran gender (Healey, 2016; Volsche et al., 2020). Istilah ini kini digunakan untuk menandai cara hidup alternatif yang sah secara moral, walau masih menimbulkan kontroversi di banyak budaya.

Dalam konteks modern, childfree lebih dari sekadar pilihan gaya hidup; ia merepresentasikan nilai-nilai seperti kebebasan, kontrol diri, otonomi, dan perlawanan terhadap ekspektasi sosial yang mewajibkan reproduksi. Blackstone (2019) mencatat bahwa gerakan ini merupakan bentuk kritik terhadap “ideologi pronatalis” yang menganggap memiliki anak sebagai puncak pencapaian hidup, khususnya bagi perempuan. Dengan menolak peran biologis tradisional tersebut, individu childfree memosisikan diri dalam kerangka kebebasan eksistensial dan kritik terhadap sistem sosial yang mendiktekan makna kehidupan berdasarkan keturunan.

Konstruksi sosial terhadap keluarga juga menjadi bagian penting dalam memahami konsep ini. Dalam masyarakat tradisional, keluarga seringkali dipahami sebagai institusi reproduktif, di mana pernikahan bertujuan untuk menghasilkan keturunan. Namun, dalam kerangka pemikiran modern dan postmodern, keluarga tidak lagi dipahami secara monolitik. Brunschweiler (2022) menyatakan bahwa

childfree menciptakan ruang wacana baru mengenai bentuk keluarga non-reproduktif yang tetap memiliki nilai sosial, emosional, dan spiritual.

Dari perspektif psikologi, keputusan menjadi childfree berkorelasi dengan kebutuhan individu untuk aktualisasi diri dan kebebasan dari peran yang tidak diinginkan. Beberapa studi menyebutkan bahwa individu childfree memiliki tingkat kepuasan hidup yang sebanding, bahkan lebih tinggi, dibanding mereka yang memiliki anak, khususnya dalam aspek kebebasan waktu, kontrol keuangan, dan stabilitas relasi (Nabila et al., 2024; Chrastil, 2019). Namun demikian, hal ini tidak meniadakan adanya tekanan sosial atau konflik internal yang kerap dihadapi, terutama di komunitas yang menjunjung tinggi nilai keluarga konvensional.

Di sisi lain, konsep childfree juga tidak terlepas dari kritik. Beberapa kalangan menyatakan bahwa pilihan ini dapat berkontribusi pada permasalahan demografis, khususnya di negara-negara dengan tingkat kelahiran rendah. Namun, argumen ini sering kali bertentangan dengan prinsip hak asasi individu untuk menentukan arah hidupnya sendiri. Nakkerud (2023) bahkan menyoroti bahwa dalam konteks krisis lingkungan, menjadi childfree justru dianggap sebagai kontribusi etis terhadap keberlanjutan planet ini.

Fenomena childfree juga mencerminkan pergeseran nilai-nilai masyarakat global dari orientasi kolektif menuju nilai-nilai individualisme reflektif. Hal ini sejalan dengan teori modernitas reflektif yang dikemukakan oleh Anthony Giddens, di mana individu tidak lagi sekadar mengikuti norma sosial secara pasif, tetapi secara aktif membentuk dan menegosiasikan identitas mereka di tengah perubahan sosial (Volsche et al., 2020). Dalam kerangka ini, childfree merupakan ekspresi dari kapasitas agen individu dalam menentukan jalan hidupnya secara sadar dan kritis.

Dengan demikian, konsep childfree tidak bisa hanya dipahami sebagai bentuk penolakan terhadap peran reproduktif, melainkan harus dilihat sebagai bagian dari dinamika sosial yang lebih luas: tentang hak, otonomi, nilai, dan transformasi identitas. Pemahaman ini penting untuk membangun ruang sosial yang inklusif dan tidak memaksakan satu bentuk kehidupan sebagai norma universal, apalagi dalam masyarakat yang semakin pluralistik.

### *Sejarah Munculnya Gerakan Childfree*

Gerakan childfree sebagai ekspresi sosial dan politik muncul dari akumulasi wacana historis yang panjang mengenai peran perempuan, hak atas tubuh, dan kritik terhadap institusi keluarga tradisional. Meskipun praktik memilih hidup tanpa anak telah ada sepanjang sejarah manusia, pengakuan atasnya sebagai gerakan sosial yang terorganisasi baru mulai terbentuk pada paruh kedua abad ke-20. Pada dekade 1970-an, muncul organisasi National Organization for Non-Parents (NON) di Amerika Serikat yang secara eksplisit menyuarakan hak individu untuk tidak memiliki anak, sebagai bentuk penolakan terhadap norma pronatalis yang mendominasi budaya Barat (Healey, 2016). NON berperan penting dalam membuka ruang wacana bahwa hidup tanpa anak dapat menjadi pilihan moral yang sah, bukan penyimpangan.

Dalam konteks sejarah sosial, keputusan untuk tidak memiliki anak sebelumnya sering dikaitkan dengan keinginan religius atau asketik, seperti dalam



tradisi para biarawan dan biarawati. Namun, pada abad ke-20, narasi ini mulai bergeser ke arah pembebasan individu dari struktur sosial yang menekan, khususnya bagi perempuan. Gerakan feminis gelombang kedua menjadi katalisator bagi munculnya kesadaran akan hak perempuan untuk menentukan nasib reproduktifnya, termasuk hak untuk tidak memiliki anak. Dalam kerangka ini, childfree diposisikan sebagai bagian dari perjuangan feminisme melawan struktur patriarkal yang menganggap reproduksi sebagai kodrat perempuan (Brunschweiler, 2022).

Perkembangan ilmu kedokteran dan kontrasepsi modern juga menjadi faktor krusial dalam memungkinkan munculnya gerakan childfree. Kemudahan akses terhadap alat kontrasepsi dan legalisasi aborsi di beberapa negara maju memberi kontrol yang lebih besar kepada perempuan atas tubuh dan fungsi reproduksinya. Sebagaimana dicatat oleh Chrastil (2019), transformasi medis ini memungkinkan perempuan untuk secara aktif memilih kehidupan tanpa anak, bukan sekadar menjadi korban keadaan atau infertilitas. Kemajuan teknologi kesehatan reproduksi ini menjadi fondasi praktis bagi berkembangnya ideologi childfree di masyarakat.

Meskipun awalnya dianggap sebagai fenomena pinggiran, gerakan childfree semakin mendapatkan legitimasi akademik dan sosial pada awal abad ke-21. Hal ini terlihat dari meningkatnya jumlah penelitian dan publikasi ilmiah yang mengkaji motif, dampak, serta dimensi psikososial dari keputusan hidup tanpa anak (Volsche et al., 2020). Penelitian-penelitian tersebut tidak hanya menyoroti pilihan individu, tetapi juga memetakan bagaimana struktur sosial menanggapi dan memengaruhi keputusan tersebut, termasuk diskriminasi sistemik, tekanan keluarga, dan representasi media.

Pada era 2010-an hingga saat ini, munculnya media sosial dan komunitas daring turut mempercepat penyebaran ide childfree. Platform seperti Reddit, Instagram, dan YouTube menjadi tempat berbagi pengalaman, memperkuat identitas kolektif, serta menggalang solidaritas antarindividu yang memiliki pilihan serupa. Fenomena ini melahirkan apa yang disebut sebagai digital childfree community, yaitu ruang maya di mana identitas childfree dibentuk, dinegosiasikan, dan dipertahankan secara aktif (Blackstone, 2019). Munculnya komunitas global ini memperkuat posisi childfree sebagai gerakan lintas budaya yang mampu melampaui batas-batas geografis dan nilai lokal.

Di beberapa negara dengan tingkat kelahiran rendah seperti Jepang, Korea Selatan, dan Jerman, pilihan hidup childfree mulai dikaji sebagai faktor strategis dalam perencanaan populasi dan pembangunan. Meskipun tidak selalu diakui sebagai gerakan sosial, pilihan childfree telah menjadi bagian dari fenomena demografis yang signifikan, terutama dalam diskusi mengenai penuaan populasi dan krisis tenaga kerja. Namun, pendekatan negara seringkali lebih bersifat ekonomistik ketimbang humanistik, sehingga mengabaikan dimensi hak dan kebebasan individu dalam mengambil keputusan reproduktif (Nakkerud, 2023; Salyakhieva & Saveleva, 2017).

Di Indonesia dan negara-negara dengan struktur sosial religius yang kuat, wacana childfree baru mulai muncul secara terbuka dalam beberapa tahun terakhir. Fenomena ini dipicu oleh meningkatnya akses informasi global dan perubahan nilai

generasi muda. Generasi Z, khususnya, lebih terbuka terhadap pilihan hidup alternatif dan mempertanyakan norma-norma yang diwariskan. Namun, karena belum adanya infrastruktur hukum maupun budaya yang mendukung, individu yang memilih hidup childfree masih sering mengalami tekanan sosial yang kuat (Nabila et al., 2024; Nurjanah & Nur, 2022).

Dengan demikian, sejarah munculnya gerakan childfree adalah kisah panjang mengenai pembebasan diri dari norma pronatalis, perkembangan teknologi reproduksi, dan perjuangan terhadap otonomi tubuh. Ia berkembang dari ranah pribadi menjadi ranah sosial-politik, dari diskursus lokal menjadi wacana global. Sebagaimana dicatat oleh Volsche et al. (2020), gerakan ini mencerminkan transformasi struktural dalam masyarakat modern yang menuntut pengakuan terhadap pluralitas gaya hidup dan hak individu atas masa depannya sendiri.

### *Alasan dan Urgensi Pilihan Childfree*

Keputusan untuk menjadi childfree umumnya didorong oleh kombinasi faktor personal, sosial, ekologis, dan ideologis. Tidak ada satu alasan tunggal yang berlaku universal; setiap individu atau pasangan memiliki latar belakang motivasional yang kompleks dalam memilih untuk tidak memiliki anak. Namun demikian, penelitian menunjukkan pola yang konsisten dalam alasan-alasan yang dikemukakan oleh para penganut gaya hidup ini, terutama dalam kaitannya dengan keinginan akan kebebasan, penolakan terhadap norma gender tradisional, serta kekhawatiran terhadap kondisi global (Blackstone, 2019; Brunschweiler, 2022).

Salah satu alasan paling dominan adalah pencarian akan otonomi pribadi dan kebebasan hidup. Dalam masyarakat yang semakin menekankan nilai individualisme dan aktualisasi diri, memiliki anak sering dianggap sebagai penghalang terhadap pencapaian kebebasan tersebut. Menjadi childfree berarti menghindari tanggung jawab jangka panjang dan beban emosional yang terkait dengan pengasuhan, serta memberikan ruang lebih besar untuk fokus pada pengembangan diri, karier, dan relasi sosial non-familial (Nabila et al., 2024). Kebebasan waktu dan finansial juga sering disebut sebagai alasan kuat bagi individu modern yang tidak ingin hidupnya ditentukan oleh tanggung jawab reproduktif.

Alasan finansial menjadi pertimbangan rasional lainnya yang semakin relevan dalam konteks ekonomi global yang tidak stabil. Biaya membesarkan anak dari lahir hingga dewasa yang dalam beberapa negara bisa mencapai ratusan ribu dolar membuat banyak pasangan mempertimbangkan kembali keputusan untuk memiliki anak. Sebagaimana dijelaskan oleh Aksa et al. (2024), generasi milenial dan Z cenderung merespons tekanan ekonomi dengan menunda atau menolak prokreasi sama sekali, sebagai bentuk adaptasi terhadap ketidakpastian finansial dan sosial.

Selain faktor personal dan ekonomi, pertimbangan ekologis juga menjadi argumen yang semakin menonjol. Istilah eco-childfree muncul sebagai representasi dari pilihan sadar untuk tidak memiliki anak demi mengurangi jejak karbon dan beban ekologis planet. Nakkerud (2023) menyoroti bahwa dalam konteks krisis iklim, pilihan untuk tidak memiliki anak dipahami sebagai kontribusi etis terhadap keberlanjutan bumi, terutama karena kelahiran manusia baru secara langsung berkontribusi terhadap konsumsi energi, limbah, dan eksploitasi sumber daya alam.

Di sisi lain, keputusan childfree sering kali didasari oleh penolakan terhadap norma sosial dan gender yang telah lama melekat dalam konstruksi keluarga. Dalam pandangan feminis, childfree adalah bentuk perlawanan terhadap ekspektasi bahwa perempuan harus menjalani kehidupan reproduktif sebagai bagian dari kodratnya. Brunschweiler (2022) berargumen bahwa bagi banyak perempuan, menjadi childfree adalah bentuk klaim atas tubuh dan identitasnya sendiri, serta pengingkaran terhadap struktur patriarkal yang membatasi pilihan hidup mereka.

Urgensi lain dari pilihan childfree berkaitan dengan pengalaman hidup masa lalu atau trauma keluarga. Beberapa individu memutuskan untuk tidak memiliki anak karena memiliki masa kecil yang tidak bahagia atau menyaksikan orang tua mereka mengalami tekanan berat dalam membesarkan anak. Dalam hal ini, keputusan childfree adalah bentuk perlindungan diri dari pengulangan pola destruktif, serta wujud kesadaran akan tanggung jawab besar yang menyertai peran sebagai orang tua (Volsche et al., 2020).

Selain faktor pribadi, alasan ideologis juga mulai banyak dijumpai dalam komunitas childfree. Beberapa orang meyakini bahwa memiliki anak bukanlah bentuk kontribusi terbaik terhadap dunia. Mereka mengklaim bahwa produktivitas, kreativitas, dan kontribusi sosial tidak harus diwujudkan melalui keturunan biologis, tetapi bisa dicapai lewat karya, advokasi, atau keterlibatan sosial yang lebih luas. Pandangan ini mencerminkan pergeseran nilai dari reproduksi biologis menuju kontribusi non-biologis dalam membentuk masyarakat (Blackstone, 2019).

Namun demikian, penting untuk dicatat bahwa pilihan childfree bukanlah bentuk anti-anak atau kebencian terhadap institusi keluarga. Banyak individu childfree tetap membangun relasi sosial yang kuat dengan anak-anak, keponakan, atau komunitas, tanpa harus memiliki anak sendiri. Ini menunjukkan bahwa childfree adalah tentang pilihan struktur kehidupan, bukan penolakan terhadap nilai kasih sayang atau kepedulian terhadap generasi mendatang (Chrastil, 2019). Dengan kata lain, urgensi dari pilihan ini bersumber pada keinginan untuk hidup secara otentik dan bertanggung jawab terhadap pilihan pribadi.

Oleh karena itu, memahami alasan dan urgensi childfree tidak dapat dilakukan dengan lensa sempit atau penghakiman moral. Sebaliknya, diperlukan pendekatan multidisipliner yang mengakui hak individu atas tubuh, nilai-nilai otonomi, dan keragaman bentuk kehidupan. Dengan demikian, diskursus childfree dapat dilihat sebagai bagian dari dinamika masyarakat kontemporer yang terus mengalami transformasi nilai, dan bukan sebagai bentuk dekadensi sosial sebagaimana sering digambarkan dalam narasi konservatif.

### ***Realita Sosial: Kontroversi dan Tantangan***

Fenomena childfree, meskipun berakar pada hak individu atas kebebasan hidup, masih menuai kontroversi dan menghadapi berbagai tantangan di ruang sosial. Di banyak masyarakat, keputusan untuk tidak memiliki anak dianggap melawan kodrat alamiah manusia dan nilai-nilai keluarga. Bahkan dalam masyarakat yang mengedepankan kebebasan individu, seperti Amerika Serikat, stigma terhadap individu childfree masih cukup tinggi. Blackstone (2019)



---

menyebutkan bahwa individu childfree kerap dianggap egois, antisosial, dan tidak berkontribusi terhadap masa depan bangsa karena menolak fungsi reproduktif.

Salah satu sumber utama kontroversi adalah pandangan tradisional bahwa memiliki anak adalah tahapan esensial dalam siklus hidup manusia. Dalam kerangka ini, menjadi orang tua tidak hanya dipandang sebagai kewajiban moral, tetapi juga sebagai simbol kedewasaan dan pencapaian hidup. Ketika seseorang memilih untuk tidak menjadi orang tua, mereka seringkali diposisikan sebagai "kurang lengkap" atau "tidak normal." Nabila et al. (2024) mencatat bahwa perempuan childfree khususnya menjadi sasaran tekanan sosial yang jauh lebih besar dibanding laki-laki, karena dianggap gagal menjalankan peran keibuan yang telah dikonstruksi secara kultural sebagai kodrat.

Kontroversi ini semakin kompleks dalam masyarakat yang menjadikan agama sebagai landasan moral publik. Di Indonesia, misalnya, keputusan untuk tidak memiliki anak dianggap bertentangan dengan ajaran agama Islam yang menempatkan anak sebagai anugerah dan amanah dari Tuhan. Nurjanah dan Nur (2022) menjelaskan bahwa meskipun dalam hukum Islam tidak ada larangan eksplisit terhadap pilihan childfree, penafsiran dominan di masyarakat menempatkan keputusan tersebut sebagai bentuk pembangkangan terhadap nilai sakral keluarga dan keturunan. Akibatnya, individu yang childfree seringkali menjadi sasaran marginalisasi simbolik bahkan eksklusi sosial.

Selain aspek kultural dan religius, childfree juga menghadapi tantangan hukum dan kelembagaan. Dalam banyak negara, sistem perundang-undangan dan kebijakan publik masih sangat berorientasi pada keluarga dengan anak. Kebijakan fiskal seperti tunjangan pajak, asuransi, atau cuti kerja lebih banyak diperuntukkan bagi keluarga konvensional. Hal ini menciptakan ketimpangan struktural yang merugikan individu atau pasangan childfree, padahal mereka juga berkontribusi terhadap sistem sosial melalui pajak dan kerja produktif. Aksa et al. (2024) menegaskan bahwa kurangnya perlindungan legal terhadap gaya hidup childfree adalah bentuk ketidaksetaraan sosial yang masih jarang diangkat dalam wacana kebijakan.

Tantangan lain muncul dalam bentuk representasi media yang bias. Film, televisi, dan literatur populer seringkali menggambarkan karakter childfree sebagai orang yang dingin, tidak bahagia, atau menyesal di kemudian hari. Brunschweiler (2022) mengkritik bahwa narasi populer ini berperan dalam menciptakan citra negatif terhadap keputusan childfree dan membentuk ekspektasi sosial yang menyudutkan. Ia menyebutkan bahwa bahkan dalam narasi feminis sekalipun, menjadi ibu seringkali tetap dilihat sebagai simbol pembebasan dan kekuatan perempuan, sementara childfree dianggap sebagai bentuk penolakan terhadap femininitas itu sendiri.

Lebih jauh, individu childfree juga menghadapi tekanan psikososial dalam lingkup relasi interpersonal, terutama dalam keluarga. Mereka sering dipaksa untuk memberikan justifikasi atas keputusan mereka, bahkan dicurigai mengalami trauma atau gangguan psikologis. Volsche et al. (2020) menunjukkan bahwa interaksi sosial individu childfree sering diwarnai dengan pertanyaan intrusif seperti "kapan punya

anak?" atau anggapan bahwa mereka akan berubah pikiran seiring usia. Tekanan ini menciptakan beban mental yang seringkali tidak diakui dalam diskusi publik.

Namun, tantangan terberat bagi gerakan *childfree* mungkin terletak pada konsekuensi demografis yang diasosiasikan dengannya. Dalam negara dengan tingkat kelahiran rendah seperti Jepang, Korea Selatan, dan beberapa negara Eropa, individu *childfree* secara tidak langsung dituding sebagai penyebab penurunan jumlah penduduk usia produktif. Salyakhieva dan Saveleva (2017) menyatakan bahwa *childfree* dilihat sebagai "ancaman lunak" terhadap keberlanjutan bangsa. Pandangan ini mengabaikan faktor-faktor struktural lain seperti urbanisasi, ketimpangan ekonomi, dan kurangnya dukungan terhadap keluarga muda, yang jauh lebih signifikan dalam memengaruhi angka kelahiran.

Meskipun menghadapi resistensi, popularitas gaya hidup *childfree* tetap meningkat di kalangan generasi muda. Hal ini menunjukkan adanya ketidaksesuaian antara nilai-nilai generasi lama yang pro-natalis dan generasi baru yang lebih kritis terhadap konsep keluarga tradisional. Seperti dicatat oleh Nakkerud (2023), masyarakat saat ini berada dalam fase dilema ideologis, di mana kebutuhan akan regenerasi penduduk bertabrakan dengan nilai-nilai kebebasan individu dan kesadaran ekologis. Dalam konteks ini, *childfree* bukan sekadar pilihan pribadi, tetapi juga medan konflik nilai antara masa lalu dan masa depan.

Dengan demikian, realita sosial yang dihadapi oleh individu *childfree* mencerminkan ketegangan antara kebebasan individu dan norma kolektif. Ia menjadi medan pertempuran simbolik antara konservatisme dan progresivisme, antara nilai-nilai tradisional dan kesadaran modern. Untuk menciptakan masyarakat yang inklusif, perlu adanya pengakuan terhadap keragaman pilihan hidup tanpa menormalisasi satu bentuk sebagai superior. Hanya dengan demikian, keputusan *childfree* dapat dipahami sebagai ekspresi sah dari identitas dan kebebasan manusia yang sejati.

### ***Pemecahan & Pendekatan Interdisipliner***

Fenomena *childfree* yang terus berkembang di tengah masyarakat global menuntut pendekatan pemecahan yang tidak hanya bersifat normatif, tetapi juga interdisipliner. Hal ini penting karena isu *childfree* menyentuh banyak dimensi kehidupan sosial—mulai dari hak asasi manusia, budaya, agama, hingga kebijakan negara dan demografi. Alih-alih menempatkan fenomena ini sebagai penyimpangan sosial yang perlu "dibenahi," pendekatan interdisipliner menawarkan solusi yang lebih empatik, berbasis hak, dan konstruktif. Dalam kerangka ini, pemecahan tidak berarti menghapus pilihan *childfree*, melainkan menciptakan ruang yang lebih adil bagi keberadaannya dalam struktur masyarakat.

Dari perspektif sosiologi dan hak asasi manusia, langkah pertama yang krusial adalah mengakui *childfree* sebagai bentuk hak reproduksi yang sah. Hak untuk memiliki anak dan hak untuk tidak memiliki anak seharusnya memiliki kedudukan yang setara dalam kerangka kebijakan publik. Blackstone (2019) menegaskan bahwa pengakuan formal terhadap hak *childfree* akan mengurangi stigma sosial dan memungkinkan pembentukan sistem sosial yang lebih inklusif. Pendekatan ini menuntut revisi terhadap kebijakan diskriminatif yang secara tidak

langsung menyudutkan individu tanpa anak, seperti pajak keluarga, program subsidi anak, dan insentif rumah tangga.

Pendekatan hukum juga memegang peranan penting dalam merespons diskriminasi struktural terhadap individu childfree. Di beberapa negara, sistem hukum masih mengasumsikan bahwa semua orang akan menjadi orang tua, sehingga banyak hak dan fasilitas dikaitkan dengan status tersebut. Aksa et al. (2024) menyarankan reformasi hukum keluarga dan ketenagakerjaan untuk mengakomodasi keberagaman bentuk rumah tangga, termasuk pasangan tanpa anak. Hal ini mencakup perumusan ulang definisi “keluarga” dalam regulasi, agar tidak hanya terbatas pada struktur nuklir berbasis reproduksi.

Pendekatan pendidikan dan literasi budaya juga sangat vital dalam membongkar stereotip negatif terhadap childfree. Kurikulum pendidikan dapat menyisipkan wawasan tentang keberagaman pilihan hidup, termasuk childfree, sebagai bagian dari edukasi kesetaraan gender dan hak individu. Menurut Brunschweiler (2022), pendidikan yang bersifat reflektif dan dialogis akan membantu masyarakat khususnya generasi muda memahami bahwa kebahagiaan dan kesuksesan hidup tidak harus diukur dari kepemilikan anak, tetapi dari makna hidup yang ditentukan secara personal.

Dalam ranah keagamaan, diperlukan pendekatan hermeneutik dan kontekstual terhadap teks-teks suci yang seringkali dijadikan dasar penolakan terhadap childfree. Pendekatan ini penting agar lembaga agama tidak bersikap monolitik dalam menilai keputusan reproduktif individu. Nurjanah dan Nur (2022) menekankan perlunya dialog antara ulama, akademisi, dan masyarakat untuk menafsirkan ulang ajaran agama dalam konteks kontemporer yang menuntut pluralisme dan keadilan gender. Ini termasuk mengangkat dimensi spiritual dari pilihan hidup tanpa anak yang didasarkan pada pertimbangan tanggung jawab ekologis dan sosial.

Sementara itu, dari sudut pandang psikologi, solusi harus difokuskan pada penyediaan ruang aman dan layanan kesehatan mental yang bebas stigma. Keputusan untuk tidak memiliki anak seringkali berakar pada pengalaman masa lalu, refleksi eksistensial, atau aspirasi hidup tertentu. Oleh karena itu, konseling dan layanan psikologis harus bersifat netral dan tidak memaksakan narasi kebapakan atau keibuan sebagai jalan utama kebahagiaan. Volsche et al. (2020) menunjukkan bahwa banyak individu childfree mengalami peningkatan kualitas hidup saat didukung oleh lingkungan yang menghargai keputusan mereka tanpa penghakiman.

Dalam konteks kebijakan publik, negara dapat memainkan peran progresif dengan merancang kebijakan sosial yang tidak bersifat family-centric, melainkan person-centric. Ini termasuk desain kebijakan kerja fleksibel, jaminan pensiun yang tidak bergantung pada keturunan, dan sistem layanan publik yang melayani semua warga secara adil terlepas dari status keluarga mereka. Nakkerud (2023) menekankan bahwa negara yang mampu menyesuaikan kebijakan dengan keragaman gaya hidup akan memiliki masyarakat yang lebih inklusif dan stabil secara sosial.

Dalam ranah media dan budaya populer, penting untuk membangun representasi alternatif yang menampilkan individu childfree secara positif dan kompleks. Media memiliki kekuatan besar dalam membentuk opini publik dan norma sosial. Representasi childfree sebagai sosok produktif, peduli sosial, dan bahagia secara emosional dapat membantu menggeser persepsi publik dari stigma menjadi penerimaan. Seiring meningkatnya partisipasi generasi muda dalam produksi konten digital, ruang ini dapat menjadi lahan subur untuk menciptakan narasi tandingan terhadap stereotip yang merugikan.

Terakhir, semua pendekatan di atas harus terintegrasi dalam sebuah paradigma etika sosial baru yang menghargai pluralitas pilihan hidup. Dalam masyarakat demokratis dan multikultural, keputusan untuk memiliki atau tidak memiliki anak seharusnya menjadi ekspresi kebebasan individual yang dilindungi dan dihormati. Oleh karena itu, pemecahan terhadap kontroversi childfree tidak cukup hanya dengan toleransi pasif, tetapi perlu diwujudkan dalam bentuk rekognisi struktural, kebijakan yang setara, dan narasi publik yang membebaskan.

Hasil studi literatur menunjukkan bahwa fenomena childfree bukanlah sekadar tren gaya hidup modern, melainkan ekspresi kompleks dari transformasi nilai dalam masyarakat kontemporer. Berdasarkan analisis berbagai sumber akademik, ditemukan bahwa keputusan menjadi childfree muncul dari kombinasi faktor struktural dan psikososial, mulai dari tuntutan ekonomi, kesadaran ekologis, penolakan terhadap norma gender, hingga pencarian kebebasan personal (Blackstone, 2019; Nabila et al., 2024). Kompleksitas ini menjadikan childfree bukan pilihan sederhana, melainkan bentuk refleksi mendalam atas makna kehidupan, tanggung jawab, dan otonomi individu.

Salah satu temuan utama dari studi ini adalah bahwa masyarakat masih cenderung menilai keputusan childfree melalui kacamata normatif dan moralistik. Dalam masyarakat konservatif dan religius, pilihan hidup tanpa anak sering kali dianggap bertentangan dengan nilai keluarga, kesempurnaan hidup, atau bahkan ajaran agama (Nurjanah & Nur, 2022). Padahal, seperti dijelaskan oleh Brunschweiler (2022), tidak semua orang memandang peran orang tua sebagai bagian dari identitas hidupnya. Sebaliknya, beberapa individu justru melihat peran tersebut sebagai sumber potensi stres, kehilangan diri, dan pembatasan ruang ekspresi pribadi.

Dari sudut pandang psikologis, keputusan menjadi childfree justru dikaitkan dengan bentuk kesehatan mental yang stabil dan kesadaran diri yang tinggi. Volsche et al. (2020) menemukan bahwa individu yang secara sadar memilih untuk tidak memiliki anak seringkali memiliki kontrol hidup yang lebih baik, serta rasa kepuasan terhadap pilihan hidupnya. Ini menantang asumsi konvensional bahwa hidup tanpa anak identik dengan kesepian atau penyesalan di masa tua. Sebaliknya, banyak individu childfree mengembangkan ikatan sosial alternatif yang bermakna dan aktif dalam komunitas mereka.

Pembahasan lebih lanjut menunjukkan bahwa tekanan sosial terhadap perempuan childfree jauh lebih besar dibandingkan laki-laki. Masyarakat masih memandang perempuan sebagai figur utama dalam proses reproduksi dan pengasuhan, sehingga ketika seorang perempuan menyatakan tidak ingin memiliki



anak, ia dianggap menyimpang dari kodratnya. Nabila et al. (2024) menyoroti bahwa banyak perempuan muda mengalami tekanan sosial, pertanyaan personal, hingga stigma psikologis karena memilih jalur hidup ini. Fenomena ini menunjukkan masih kuatnya patriarki dalam mendikte nilai hidup perempuan melalui peran biologisnya.

Namun demikian, keputusan *childfree* juga tidak dapat dilepaskan dari pertimbangan ekologis dan keberlanjutan lingkungan. Dalam perspektif *eco-childfree*, tidak memiliki anak adalah tindakan moral untuk mengurangi jejak karbon dan tekanan terhadap sumber daya alam (Nakkerud, 2023). Hal ini menjadi sangat relevan dalam konteks krisis iklim saat ini, di mana populasi global terus meningkat sementara kapasitas ekologis bumi menurun. Pendekatan ini menempatkan *childfree* sebagai bagian dari solusi etis terhadap tantangan ekologis global.

Dalam dimensi hukum dan kebijakan, studi menunjukkan adanya ketimpangan perlakuan terhadap individu *childfree*. Banyak kebijakan sosial dan ekonomi, seperti pajak keluarga, bantuan pemerintah, dan jaminan pensiun, lebih berpihak pada keluarga konvensional dengan anak. Aksa et al. (2024) menegaskan bahwa negara perlu merumuskan ulang kebijakan berbasis kesetaraan yang tidak diskriminatif terhadap status reproduksi warga negaranya. Pengakuan legal terhadap keberadaan individu *childfree* sangat penting untuk membangun masyarakat yang inklusif dan demokratis.

Di sisi lain, diskursus publik tentang *childfree* masih didominasi oleh narasi negatif di media massa. Individu *childfree* seringkali digambarkan sebagai tidak bahagia, kesepian, atau gagal membangun keluarga. Representasi ini memperkuat stigma dan membatasi ruang ekspresi identitas *childfree* di ruang sosial (Brunschweiler, 2022). Oleh karena itu, perlu adanya upaya rekonstruksi narasi publik yang lebih adil, yang menghadirkan ragam cerita tentang keberhasilan, kebahagiaan, dan kontribusi sosial individu tanpa anak.

Fenomena *childfree* juga menunjukkan adanya pergeseran paradigma dalam memaknai keluarga. Keluarga tidak lagi harus dibangun atas dasar reproduksi, tetapi bisa berbentuk relasi afektif yang berbasis pada kesetaraan, komitmen, dan dukungan emosional, terlepas dari kehadiran anak. Ini menunjukkan bahwa struktur sosial modern bergerak menuju definisi keluarga yang lebih luas dan fleksibel (Chrastil, 2019). Dengan demikian, *childfree* bukanlah antitesis dari nilai keluarga, tetapi bentuk baru dari interpretasi keluarga dalam masyarakat pasca-modern.

Secara keseluruhan, pembahasan ini menegaskan bahwa pilihan *childfree* harus dipahami dalam kerangka hak individu, keberagaman nilai, dan dinamika sosial yang terus berubah. Penolakan terhadap keputusan ini seringkali lebih mencerminkan ketakutan sosial terhadap perubahan daripada kegagalan moral individu. Oleh karena itu, upaya ke depan seharusnya difokuskan pada pembentukan ruang dialog yang sehat, edukatif, dan berperspektif keadilan sosial, agar *childfree* tidak lagi menjadi topik tabu, melainkan bagian dari wacana sah dalam masyarakat yang beradab.

## SIMPULAN

Fenomena childfree merupakan refleksi dari dinamika sosial kontemporer yang mencerminkan pergeseran nilai dan orientasi hidup dalam masyarakat modern, bukan sekadar pilihan gaya hidup semata. Keputusan untuk tidak memiliki anak lahir dari berbagai faktor kompleks seperti otonomi tubuh, pertimbangan ekonomi, kesadaran ekologis, serta resistensi terhadap norma pronatalis dan patriarkal yang menempatkan reproduksi sebagai tolok ukur keberhasilan hidup. Childfree juga didorong oleh tanggung jawab etis terhadap keberlanjutan lingkungan dan masa depan planet, sehingga bukan merupakan keputusan egoistik melainkan bentuk refleksi moral yang memikirkan dampak jangka panjang. Secara konseptual, childfree menantang definisi tradisional tentang keluarga dan keberhasilan hidup, membuka ruang untuk pemaknaan ulang terhadap konsep kebahagiaan dan kontribusi sosial dalam bentuk non-reproduktif yang tetap konstruktif dan bermakna.

Masyarakat masih menghadirkan berbagai bentuk tekanan dan diskriminasi terhadap individu childfree, terutama perempuan, melalui norma patriarkal, stigma religius, dan bias media yang membentuk lingkungan sosial kurang mendukung. Kondisi ini memperkuat urgensi untuk membangun narasi baru yang lebih inklusif dan membuka ruang bagi pilihan hidup alternatif sebagai bagian dari keragaman sosial yang sehat. Oleh karena itu, pendekatan terhadap fenomena childfree harus bersifat interdisipliner, inklusif, dan berbasis hak, karena pemahaman yang reduksionistik hanya akan menghasilkan stigma baru dan menutup ruang bagi pluralitas nilai, sementara pengakuan terhadap keberagaman pilihan hidup merupakan langkah penting dalam membangun masyarakat yang demokratis, adil, dan beradab.

## DAFTAR RUJUKAN

- Aksa, F. N., Herinawati, H., & Rasyid, L. M. (2024). Child-Free Choices and Contradictions: Navigating Diverse Perspectives. *Malikussaleh International Conference on Law, Legal Studies and Social Science (MICOLLS)*. <https://proceedings.unimal.ac.id/micolls/article/view/1100>
- Blackstone, A. (2019). *Childfree by choice: The movement redefining family and creating a new age of independence*. New York: Dutton.
- Bowen, G. A. (2009). Document analysis as a qualitative research method. *Qualitative Research Journal*, 9(2), 27–40. <https://doi.org/10.3316/QRJ0902027>
- Brunschweiler, V. (2022). *Do Childfree People Have Better Sex? A Feminist's Journey in the Childfree Movement*. New York: Routledge.
- Chrastil, R. (2019). *How to Be Childless: A History and Philosophy of Life Without Children*. Oxford University Press.
- Creswell, J. W. (2018). *Qualitative inquiry and research design: Choosing among five approaches* (4th ed.). Thousand Oaks, CA: SAGE Publications.
- Hammarberg, K., Kirkman, M., & de Lacey, S. (2016). Qualitative research methods: When to use them and how to judge them. *Human Reproduction*, 31(3), 498–501. <https://doi.org/10.1093/humrep/dev334>

- Nabila, W., Al Jauza, H., & Maryam, M. (2024). A Feminist Study of the Childfree Trend in Generation Z: A Normative Review. *Scientific Conference on Publication and Society*, 2(1), 105–112. <http://journal.walideminstitute.com/index.php/sicopus/article/view/142>
- Nakkerud, E. (2023). Ideological dilemmas actualised by the idea of living environmentally childfree. *Human Arenas*, 6(3), 345–359. <https://doi.org/10.1007/s42087-021-00255-6>
- Nurjanah, S., & Nur, I. (2022). Childfree: Between the Sacredness of Religion, Law and the Reality of Society. *Al-'Adalah*, 19(2), 123–137. <https://ejournal.radenintan.ac.id/index.php/adalah/article/view/11962>
- Volsche, S., Schmidt, S., & Farris, D. N. (2020). From voluntarily childless to childfree: Sociohistoric perspectives on a contemporary trend. In D. C. C. et al. (Eds.), *The demography of marriage and the family: Emerging patterns in the United States* (pp. 355–372). Springer. [https://doi.org/10.1007/978-3-030-35079-6\\_19](https://doi.org/10.1007/978-3-030-35079-6_19)