

The Childfree Phenomenon in the Perspective of Generation Z

Fenomena *Childfree* Dalam Perspektif Generasi Z

Innocentia Armabella Lastika¹, Agnes Utari Hanum Ayuningtias^{2*}, Ni Nyoman Ari Indra Dewi³

^{1,2,3}Program Studi Psikologi, Universitas Dhyana Pura, Bali, Indonesia

(*) Corresponding Author : agnesutari@undhirabali.ac.id

Article info

<p>Keywords: <i>childfree, generation z, social media, generational trauma</i></p>	<p>Abstract <i>This research aims to investigate whether the childfree phenomenon is prevalent among Generation Z, explore the perspectives of Generation Z regarding the childfree phenomenon in Indonesia, and understand the underlying reasons that drive Generation Z to consider the childfree lifestyle. The research employs a phenomenological approach with subjects from Generation Z born between 1997 and 2012. Data is collected through interviews with both respondents and informants. The findings of this research indicate that the childfree phenomenon is indeed emerging among Generation Z, evident from various childfree-themed content proliferating on social media and the influence of foreign cultures. Some reasons that underlie why Generation Z considers the childfree lifestyle include economic factors, past traumas, and a lack of readiness both psychologically and physically.</i></p>
<p>Kata kunci: <i>childfree, generasi z, media sosial, generational trauma</i></p>	<p>Abstrak Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah fenomena <i>childfree</i> marak terjadi di kalangan generasi z, bagaimana perspektif generasi z terhadap fenomena <i>childfree</i> di Indonesia, dan mengetahui alasan-alasan yang mendasari generasi z sudah berpikiran untuk melakukan <i>childfree</i>. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah fenomenologi dengan subjek generasi z kelahiran 1997-2012. Metode pengambilan data yang digunakan adalah dengan melakukan wawancara pada narasumber dan informan. Hasil yang didapat dalam penelitian ini adalah fenomena <i>childfree</i> memang tengah berkembang di kalangan generasi z dilihat dari berbagai macam konten bertemakan <i>childfree</i> yang bertebaran di media sosial dan pengaruh budaya asing dari luar negeri. Beberapa alasan yang menjadi latar belakang mengapa generasi z berpikiran untuk <i>childfree</i> adalah ekonomi, trauma masa lalu, dan belum siap baik secara psikis maupun fisik</p>

PENDAHULUAN

Di era sekarang ini, *childfree* menjadi fenomena yang tengah berkembang di Indonesia. Definisi *childfree* adalah sebuah keputusan yang dipilih sendiri oleh seseorang dengan sadar dan tanpa paksaan (Rizka, et. al., 2021). *Childfree* mulai menjadi perbincangan hangat di tengah masyarakat ketika seorang *youtuber* bernama Gita Savitri dengan lantang mengungkapkan bahwa dirinya memutuskan untuk tidak memiliki anak.

Mengingat para pengikut Gita Savitri hampir semuanya berasal dari Indonesia, timbulah pro-kontra di masyarakat, karena dilihat dari pemikiran banyak masyarakat Indonesia, kehadiran anak dapat meningkatkan ekonomi keluarga karena dianggap membawa rezeki serta mendapatkan pengakuan positif secara sosial dari masyarakat sekitarnya (Azizi et al., 2020) serta sebagai ahli waris, bahkan dikaitkan dengan ajaran agama yang mengatakan bahwa memiliki anak adalah amanah dari Tuhan (Patnani et al., 2021).

Di Indonesia tentulah *childfree* masih dianggap hal yang sulit untuk dianggap normal, tidak seperti di negara – negara maju dimana praktik *childfree* ini sudah menjadi hal yang lumrah dilakukan, bahkan menjadikan banyak negara maju memiliki angka kelahiran yang rendah. Meskipun tampaknya praktik *childfree* masih terasa baru, jika kita melihat data yang dirilis oleh BPS (Badan Pusat Statistik) yang menunjukkan bahwa angka populasi di tahun 2010-2020 adalah 1.25%, menurun dari tahun 2000-2010 dengan hasil 1.49%, BPS juga menambahkan sebuah pernyataan bahwa diperkirakan tingkat kelahiran di Indonesia akan terus menurun, bahkan hanya 0.8% di tahun 2025-2030 (Rizka et. al., 2021).

Beberapa alasan yang melatarbelakangi banyaknya kasus *childfree* di Indonesia sendiri adalah trauma masa lalu, mungkin ada kenangan tidak baik selama masa anak-anak, isu lingkungan seperti overpopulasi, kondisi finansial, khawatir tidak mampu membesarkan anak dengan baik, sampai alasan personal seperti sudah merasa nyaman dengan kondisi tanpa anak (Puspapertiwi, 2023).

Apalagi sejak kemunculan Generasi Z atau Gen Z, individu yang terlahir dari tahun 1997-2012, yang dikenal dengan nama generasi internet. Terlahir ketika teknologi sudah maju membuat generasi ini cenderung lebih menyukai hal-hal yang sederhana dan lebih praktis (Ananda, 2021). Dikemukakan oleh Dwidienawati dan Gandasari (2018) generasi z tumbuh selama resesi dan ketidakpastian ekonomi sehingga menghasilkan generasi yang lebih realistis, seringkali ragu-ragu dengan hal yang berkelanjutan atau jangka panjang, mereka juga menempatkan uang dalam prioritas utama mereka. *American Psychological Association* (Bethune, 2019) melaporkan bahwa generasi z cenderung lebih peka dan melaporkan masalah terkait kesehatan mental mereka dibanding generasi-generasi sebelumnya.

Karakteristik-karakteristik tersebut bisa dikaitkan dengan kenapa banyak generasi z yang berpikiran untuk *childfree*. Generasi z berani mengubah pola pikir tradisional yang masih dianut sebagian besar masyarakat Indonesia yang kemudian diinterpretasikan Kembali menjadi sebuah pandangan yang baru, terutama berkaitan dengan *childfree* (Christiani & Ikasari, 2020). Selain itu dikemukakan oleh Fitriyani (dalam Audinovici & Nugroho, 2023) bahwa generasi z dikenal lebih mandiri, berani membuat keputusan tanpa menunggu orang lain memberi tahu bagaimana caranya membuat suatu keputusan.

Alasan terbesar kenapa *childfree* bisa berkembang bisa dilihat dari kehidupan generasi sekarang dan generasi sebelumnya, sudah sangat jauh berbeda, baik dari segi ekonomi, teknologi, bahkan budaya. Hal tersebut akhirnya pun mempengaruhi Generasi Z

dalam keputusannya untuk memiliki anak. Beberapa dari mereka menganggap keputusan untuk memiliki anak itu sangat berat dan butuh tanggung jawab yang besar.

Seperti yang diungkapkan oleh salah satu narasumber yang peneliti wawancarai. Narasumber tersebut merupakan wanita yang lahir di tahun 2000 sehingga masih menjadi bagian dari Generasi Z:

“...karena aku takut gak bisa mendidik (anak) dengan baik dan merusak mentalnya, biar anakku tuh gak ngerasa tertekan, banyaklah pokoknya yang harus aku siapkan dari diri sendiri...” (SJ. 18 Juli 2023.)

Berdasarkan wawancara lain yang peneliti lakukan dengan narasumber lainnya yang lahir di tahun 2001, yang tentu saja masih tergabung dalam Generasi Z. Beliau mengatakan hal yang serupa dengan narasumber sebelumnya:

“...ternyata ngebesarin anak itu berat ya, agak susah, sedangkan aku sendiri mikir seperti bahkan mengurus diri sendiri aja belum sanggup, belum lagi merasa kesabaran diri sendiri itu masih tipis, jadi aku merasa belum siap aja (untuk punya anak).” (DFN. 13 Februari 2023.)

Menurut Generasi Z, untuk memiliki anak, dibutuhkan banyak kesiapan, baik dari sisi psikologis, ekonomi, maupun lingkungan. Sudah banyak Generasi Z yang menyadari betapa pentingnya mempelajari tentang *parenting* karena melihat dari orang-orang di sekitar mereka (Haritsyah, 2023). Pernyataan tersebut didukung oleh tanggapan dari Kepala BKKBN (Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional), Hasto Wardoyo dalam (Hariyanto, 2021) yang mengatakan bahwa fenomena *childfree* di kalangan Generasi Z ini dipengaruhi oleh dua faktor yaitu pilihan atau keinginan sendiri dan karena suatu akibat, misalnya dari faktor kesehatan.

Kepala BKKBN, Hasto Wardoyo, menambahkan dalam (Ayu, 2023) bahwa fenomena *childfree* memiliki dua dampak bagi kehidupan, yang pertama bisa menjadi penyebab krisis demografi, ketidakseimbangan populasi muda dengan populasi tua. Yang kedua adalah jumlah lansia bertambah banyak, tetapi kelompok muda tidak produktif, akan berprevalensi terhadap krisis ekonomi. Wardoyo juga mengatakan fenomena *childfree* akan mengancam pertumbuhan ekonomi negara.

Seperti yang sudah terlihat di Jepang, dengan jumlah kelahiran yang sangat rendah, Jepang mengalami tengah mengalami krisis demografi, para pekerja semakin menua, generasi muda belum cukup mampu untuk menutup kebutuhan tenaga kerja ini. Kekurangan tenaga kerja sama dengan roda perekonomian terhambat (Pransuamitra, 2023). Meskipun Indonesia masih terlihat memiliki banyak penduduk, bukan tidak mungkin hal yang sama akan mengancam pertumbuhan penduduk di Indonesia. Terutama jika fenomena *childfree* ini dibiarkan tanpa diberi edukasi atau pengarahan.

Melihat dari latar belakang yang telah diuraikan di atas, peneliti ingin mengetahui perspektif dari Generasi Z selaku golongan masyarakat yang mengalami secara langsung dimana tren *childfree* mulai menjadi topik pembicaraan di Indonesia serta mengenai berbagai alasan kenapa Generasi Z sudah banyak yang memikirkan untuk *childfree* bahkan disaat mereka sendiri belum berada dalam suatu hubungan pernikahan. Peneliti ingin mengetahui alasan-alasan mereka supaya dengan adanya penelitian ini, masyarakat luas bisa mengerti kenapa anak muda ingin *childfree* dan sebisa mungkin membantu mencari solusi agar tingkat kelahiran di Indonesia tetap stabil.

METODE

Metode yang diambil peneliti untuk membuat penelitian ini adalah metode penelitian kualitatif. Azwar (2015) mengemukakan bahwa metode kualitatif berfokus pada analisis dinamika hubungan antara fenomena satu dengan fenomena yang lain, dan menggunakan logika. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan *interpretivist* dengan salah satu variasinya yaitu fenomenologi dengan berpegang pada teori yang dikemukakan Edmund Husserl (dalam Rahmawati, 2020) mengenai fenomenologi sebagai metode penelitian yang berada dalam ranah pengalaman manusia sebagai subyek, juga karena penelitian ini memenuhi karakteristik penelitian kualitatif, terutama dalam hal mencari data secara mendalam melalui wawancara terhadap informan atau narasumber dalam realitas yang sesungguhnya dan juga berdasarkan pengalaman langsung dari informan.

Teknik penentuan informan atau narasumber dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* yang menurut Sugiyono (2014) merupakan teknik pemilihan sampel sumber data yang memiliki pertimbangan kriteria atau ciri khas tertentu, dikarenakan informan yang dipilih dianggap paling mengetahui mengenai apa yang peneliti harapkan. Kriteria yang digunakan dalam penelitian ini adalah generasi z yang lahir tahun 1997-2012 dan mahasiswa. Teknik penggalan data dalam penelitian ini menggunakan wawancara semi-terstruktur dan studi dokumentasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Dalam mencari responden, peneliti memberikan kriteria spesifik yaitu Generasi Z yang lahir pada tahun 1997-2012 dan mahasiswa, sesuai dengan judul dalam penelitian ini yang mana memang difokuskan untuk melihat fenomena *childfree* dalam perspektif Generasi Z. Mempertimbangkan pula rentang usia yang terlalu jauh dimana anak kelahiran 2012 masihlah terlalu muda untuk membicarakan terkait *childfree* sehingga peneliti menambahkan kriteria mahasiswa.

Dari studi pendahuluan dalam bentuk *google form* yang diisi oleh 35 responden, didapatlah 4 narasumber yang paling sesuai dengan kriteria yang sudah ditentukan oleh peneliti untuk diwawancarai. Selain itu peneliti juga mewawancarai informan dari masing-masing narasumber yang merupakan orang-orang terdekat narasumber.

Narasumber 1 dari wawancara dengan peneliti menyatakan bahwa Indonesia masih konservatif dan pembicaraan mengenai *childfree* masih dianggap tabu oleh masyarakat, karena adat ketimuran yang menjunjung tinggi paham bahwa memiliki anak itu penting. Namun, narasumber 1 pribadi melihat *childfree* sebagai pilihan positif, terutama bagi generasi z yang menghadapi biaya hidup tinggi. Narasumber juga percaya generasi z lebih *open-minded* dan cenderung menganggap *childfree* sebagai gaya hidup. Narasumber 1 sebagai generasi z ingin melakukan *childfree* karena alasan ekonomi dan lingkungan tempat tinggalnya yang buruk. Narasumber juga menganggap pengaruh budaya luar mungkin mempengaruhi generasi z untuk *childfree* tanpa adanya pertimbangan mendalam.

Narasumber 2 berpendapat bahwa masyarakat Indonesia semakin sadar akan kesehatan mental dan belajar cara mendidik anak dengan baik, serta berusaha memperbaiki diri terlebih dahulu agar tidak meneruskan pengalaman negatif kepada anak. Wawancara dengan narasumber 2 mengungkapkan bahwa berkembangnya topik *childfree* di kalangan generasi Z disebabkan oleh kemajuan teknologi yang memudahkan akses informasi tentang *parenting*, kesehatan mental, dan *childfree*. Narasumber 2 juga mengatakan bahwa ada banyak komentar dari anak muda di media sosial yang menyatakan ketertarikan mereka terhadap *childfree*. Alasan utama narasumber 2 memilih *childfree* adalah pengalaman melihat rumah tangga orang lain yang bermasalah dan dampaknya pada anak-anak. Hal ini menimbulkan ketakutan dalam diri, takut mengulangi pola yang sama.

Menurut pandangan narasumber 3, masyarakat di Indonesia belum sepenuhnya memahami fenomena *childfree* yang tengah berkembang. Menurutnya, apakah pilihan *childfree* baik atau tidak tergantung pada individu masing-masing, apakah mereka benar-benar siap untuk mengambil tanggung jawab besar dalam memiliki keturunan. Berdasarkan pengalamannya, narasumber 3 mengatakan bahwa banyak yang tertarik pada konsep ini, terutama perempuan mandiri yang merasa bisa mengatasi hidup sendiri tanpa adanya pasangan. Namun, seperti yang diungkapkan oleh narasumber 2, narasumber 3 juga menganggap bahwa generasi Z, termasuk dirinya sendiri, cenderung mengikuti arus tanpa mempertimbangkan konsekuensi jangka panjang. Terkait alasan mengapa narasumber 3 sudah mempertimbangkan *childfree* pada usia muda, motifnya hampir mirip dengan narasumber sebelumnya: pertimbangan ekonomi dan tanggung jawab yang besar dalam merawat anak. Narasumber 3 juga menambahkan bahwa dirinya tidak ingin anaknya mengalami hal yang tidak seharusnya dirasakan.

Narasumber 4 mengatakan bahwa ada banyak konten di media sosial yang membicarakan tentang *childfree*, dan seperti yang diungkapkan juga oleh narasumber 2, banyak anak muda sepakat dengan pandangan terkait *childfree* tersebut. Seperti halnya narasumber-narasumber lainnya, narasumber 4 juga meyakini bahwa fenomena *childfree* berkembang di kalangan generasi Z karena teknologi yang memungkinkan mereka mengakses segala informasi melalui *internet*. Narasumber 4 juga mengamati bahwa orang-orang di sekitarnya, termasuk dirinya sendiri, banyak yang berpikiran *childfree*.

Alasan di balik keinginan *childfree* yang dikemukakan oleh narasumber 4 juga sejalan dengan pandangan narasumber-narasumber sebelumnya. Ketakutan akan tanggung jawab besar, ketidaksiapan untuk mengasuh anak, dan faktor ekonomi menjadi salah satu alasan utama. Pengalaman narasumber 4 dalam melihat teman-teman sebaya yang menghadapi situasi KDRT atau rumah tangga bermasalah membuatnya tidak ingin anaknya merasakan hal yang sama di masa mendatang.

Pembahasan

Penelitian ini memiliki tiga tujuan yakni mengetahui marak atau tidaknya fenomena *childfree* di kalangan generasi Z, mengetahui perspektif generasi Z terhadap fenomena *childfree* di Indonesia, serta ingin mengetahui alasan-alasan apa yang mendasari generasi Z sudah memutuskan untuk *childfree* di usia yang masih produktif.

Kategori pertama dibagi menjadi 2 tema, yaitu pemikiran *childfree* di media sosial dan pengaruh kemajuan teknologi terhadap pemikiran *childfree*. Dalam konteks tema 1, pandangan narasumber 1, 2, dan 4 ternyata serupa, mereka sama-sama mengatakan bahwa

ada banyak konten di media sosial yang membahas fenomena *childfree*. Narasumber 2 dan 4 juga mengamati banyaknya anak muda, khususnya dari generasi z, yang memberikan tanggapan positif terhadap konten-konten tersebut, menunjukkan bahwa pemikiran *childfree* mendapatkan dukungan di kalangan mereka.

Narasumber 1 mengamati bahwa pengaruh dari *influencer* menjadi salah satu faktor penting dalam meningkatnya pemahaman tentang *childfree*, bahkan ada *influencer* yang viral karena mendiskusikan hal ini di platform YouTube. Para narasumber juga mengatakan bahwa paparan dari media sosial, terutama ketika dibahas oleh tokoh publik, seperti yang tercermin dari penggunaan hashtag #childfree di Instagram dan jumlah tampilan video dengan tagar yang sama di TikTok, mengindikasikan peningkatan kesadaran generasi z tentang isu *childfree*.

Kesimpulannya, jawaban ketiga narasumber ini menunjukkan bahwa pemahaman mereka tentang fenomena *childfree* berasal dari banyaknya konten di media sosial, sejalan dengan pandangan yang dikemukakan oleh Damayanti, Refiana, & Nuary (2022), di mana keputusan para *influencer* yang memutuskan untuk *childfree* nyatanya berpotensi memengaruhi generasi z untuk tidak takut mengambil keputusan serupa.

Membahas terkait tema 2, sebagai generasi pertama yang tumbuh dengan akses luas ke dunia komunikasi digital, termasuk ponsel, Wi-Fi, dan permainan komputer, generasi Z tidak dapat menggambarkan bagaimana kehidupan tanpa internet (Dwidienawati & Gandasari, 2018). Mereka memiliki kemudahan dalam mengakses berbagai informasi melalui internet, sejalan dengan pernyataan narasumber 2 yang mengatakan bahwa perkembangan teknologi mempermudah generasi Z dalam mendapatkan informasi mengenai fenomena *childfree*.

Pandangan narasumber 3 juga menunjukkan kesepakatan dengan narasumber 2, bahwa meskipun teknologi telah membuka pintu wawasan terhadap dunia, generasi z tidak selalu mampu menyaring informasi dari internet dengan baik. Narasumber 4 juga mencatat bahwa perkembangan fenomena *childfree* di kalangan generasi z dapat dikaitkan dengan eksposur mereka terhadap internet, yang memungkinkan mereka untuk mencari informasi mengenai kelebihan dan kekurangan dari memiliki dan membesarkan anak.

Karena lahir di era pertumbuhan teknologi yang cepat, generasi z memiliki kemampuan adaptasi yang tinggi dalam menggunakan teknologi (Saragih, 2012), sehingga mereka bisa dengan cepat memperoleh berbagai informasi melalui internet, termasuk informasi mengenai fenomena *childfree* yang semakin meluas (Septiningrum, 2023).

Kategori 2 dalam penelitian ini memuat 3 tema yaitu pemikiran masyarakat Indonesia yang kontra terhadap *childfree*, pengaruh budaya luar terhadap pemikiran *childfree*, dan dampak positif-negatif fenomena *childfree* dari perspektif generasi z. Dimulai dari tema pertama, narasumber 1 menyatakan bahwa Indonesia masih belum bisa menerima perubahan yang ada. Masyarakatnya cenderung mengedepankan prinsip "banyak anak, banyak rezeki" dan menolak konsep *childfree*.

Narasumber 2 mengemukakan pandangan serupa, dengan mengatakan bahwa budaya ketimuran masih dominan di Indonesia dan masyarakatnya masih konservatif. Perspektif yang sama diungkapkan oleh narasumber 3, yang melihat fenomena *childfree* masih dianggap negatif oleh masyarakat Indonesia. Narasumber 4 juga setuju bahwa pandangan masyarakat masih tidak mendukung *childfree* karena menganggap bahwa keturunan sangat penting untuk mengurus orang tua di masa depan.

Namun tentu saja proses pengambilan keputusan *childfree* sangat dipengaruhi oleh pendapat orang-orang terdekat pula, seperti yang dikemukakan oleh Audinovic & Nugroho (2023) bahwa anak-anak muda terutama generasi z, memutuskan untuk kontra terhadap paham *childfree* karena keluarga mendorong untuk punya anak. Hal tersebut lumrah ditemukan di Indonesia, karena seperti apa yang sudah dijawab oleh narasumber-narasumber peneliti bahwa Indonesia masih menganut paham orang yang menikah harus memiliki anak karena keturunan itu penting.

Kategori 2 tema 2 membahas bahwa menurut apa yang dikemukakan oleh Dahnia, Adsana, & Putri (2023) sejarah *childfree* dimulai di Eropa sehingga sebenarnya fenomena tersebut adalah budaya orang barat yang kemudian ditiru oleh masyarakat Indonesia. Sejalan dengan jawaban-jawaban yang diutarakan oleh narasumber, narasumber 1 mengatakan bahwa seiring dengan berkembangnya fenomena *childfree* di negara luar, terutama Eropa dan Amerika, maka anak-anak muda di Indonesia juga jadi membahas hal yang sama.

Fenomena *childfree* ini sendiri sungguh kontradiktif jika dibandingkan dengan keluhuran budaya masyarakat Indonesia yang masih mengagungkan paham anak mendatangkan rezeki, seperti yang tergambar pada pepatah “Banyak anak, banyak rezeki” (Nuroh & Sulhan, 2022). Narasumber 2 mengakui bahwa budaya luar yang masuk tidak lantas disaring dan hanya diterima begitu saja oleh anak-anak muda, Dampak negatif dari mudahnya masyarakat dalam mengakses budaya-budaya dari luar negeri tanpa *filter* bisa saja meracuni generasi bangsa ini (Nasution, 2017).

Tema 3 berkaitan dengan dampak positif dan negatif *childfree*, narasumber 1 mengatakan bahwa dampak positifnya generasi z lebih bisa menerima perbedaan sementara dampak negatifnya mudah terpengaruh budaya luar. Narasumber 2 menjawab dampak positif dari *childfree* adalah anak muda jadi lebih peka terhadap kesehatan mental mereka, sementara dampak negatifnya narasumber 2 berharap tidak semua generasi z berpikiran untuk *childfree* karena akan berdampak pada menurunnya populasi di Indonesia.

Narasumber 3 berpendapat bahwa dampak positif *childfree* adalah tidak adanya cacat secara fisik maupun psikis, terutama pada perempuan yang bertugas untuk melahirkan, hidup juga jadi lebih tertata dan fokus tanpa harus stress memikirkan anak, sementara dampak negatifnya adalah bisa kesepian dan tidak ada yang mengurus di hari tua, jawaban ini selaras dengan yang dikemukakan oleh Psikolog Universitas Airlangga yaitu Ibu Nur Ainy Fardana (dalam Kurnia & Rahadi, 2023) bahwa dampak positif *childfree* adalah dapat terhindar dari risiko sakit, baik secara fisik ataupun mental saat melahirkan, dan hidup menjadi lebih fleksibel karena tidak terikat oleh anak.

Dampak negatif menurut Ibu Nur juga sejalan dengan apa yang dikatakan narasumber 3 yakni merasa kesepian karena tidak ada penyaluran kasih sayang. Narasumber 4 menambahkan bahwa dampak positif *childfree* adalah mengurangi adanya penyakit psikis, seperti yang sudah disebutkan oleh Ibu Nur, dan dampak negatifnya sama dengan apa yang diucapkan narasumber 2 yaitu berkurangnya populasi penduduk. Apabila fenomena *childfree* terus berkembang, bukan tak mungkin Indonesia akan merasakan dampaknya di masa depan, angka kelahiran turun dan Indonesia bisa mengalami kekurangan penduduk usia produktif (Pratama, 2021).

Dalam kategori terakhir, terdapat 3 tema yang ditemukan oleh peneliti yaitu keputusan *childfree* yang berpengaruh pada kesehatan mental, ekonomi sebagai faktor munculnya pemikiran *childfree* pada generasi z, dan kecemasan akibat pengalaman orang lain.

Dalam *Stress in America Survey* yang diadakan oleh *American Psychological Association* (APA) diungkapkan bahwa generasi z lebih cenderung mencari bantuan profesional untuk menangani masalah kesehatan mental yang mereka alami (Perkasa, 2022). Karena kesadaran inilah generasi z yang sekiranya memiliki gangguan mental tidak lantas memaksa diri untuk memiliki anak, karena hal tersebut bisa menjadi sebuah dampak negatif, bisa saja gangguan mental atau trauma masa lalu yang mereka alami terulang pada anak mereka nantinya, senada dengan apa yang dijawab oleh narasumber 3 bahwa menurut dirinya, keputusan *childfree* membutuhkan pertimbangan yang sangat berat, baik dari segi mental maupun fisik, narasumber 3 tidak mau anaknya harus merasakan apa yang tidak seharusnya dirasakan.

Narasumber 2 dan 4 pun memberikan jawaban yakni mereka juga merasa takut untuk memiliki anak karena merasa belum siap secara mental dan takut terjadi hal buruk di masa depan pada anak mereka. Mereka lebih memilih untuk *childfree* supaya bisa menyembuhkan trauma masa lalu terlebih dahulu daripada nantinya jika memiliki anak malah memperburuk kesehatan mental mereka sendiri. Menjadi orang tua tentulah bukan hal yang mudah, kesiapan mental menjadi hal terpenting manusia untuk bisa menjadi orang tua yang baik, karena mental yang sehat adalah penopang hidup bahagia baik untuk orang tua maupun anak (Nuroh & Sulhan, 2022).

Ekonomi pun turut menjadi faktor utama mengapa banyak generasi z memilih untuk tidak punya keturunan, narasumber 1, 2, dan 4 memiliki alasan yang sama, terus meningkatnya biaya hidup, apa-apa serba mahal dan susah untuk didapatkan, belum lagi harus mencari pendidikan yang layak, tidak bisa dibayangkan bagaimana hidup ke depannya karena finansial yang belum stabil. Dikemukakan oleh Sakitri (2021) bahwa generasi z cenderung lebih realistis dalam pengambil keputusan, generasi z menyadari pentingnya memiliki stabilitas secara finansial di masa depan yang membuat mereka terus bekerja keras demi mencapai kesuksesan. Alasan ini memang terlihat lebih realistis karena merawat dan membesarkan seorang anak merupakan tanggung jawab dan kewajiban bagi orang tuanya, kondisi ekonomi dapat menentukan apakah seorang anak akan tercukupi, baik dalam hal pendidikan, gizi, bahkan kesehatan (Siswanto & Nurhasanah, 2022).

Dari tema terakhir dapat disimpulkan bahwa berdasarkan observasi yang dilakukan oleh Tunggono (2021) yang sempat peneliti tuliskan di perspektif teori, banyak orang memutuskan untuk *childfree* karena masa kecil yang kurang bahagia dan pengalaman buruk dengan orang tua. Mereka khawatir jika nanti perlakuan *toxic* tersebut mereka turunkan kepada anak mereka. Selaras dengan apa yang dikatakan oleh narasumber 4 yang mendengar dari cerita teman-temannya yang memiliki masalah dalam keluarga mereka sehingga mengarah pada keputusan narasumber 4 untuk *childfree* karena tidak ingin tanpa sadar melakukan hal yang sama pada anaknya nanti di masa yang akan datang.

Sementara narasumber 2 mengatakan bahwa dari melihat pengalaman orang-orang di lingkungan tempat tinggalnya timbul rasa ketakutan dan ketidaksiapan dalam dirinya untuk memiliki seorang anak. Banyaknya kasus KDRT yang seringkali bebas dipertontonkan di muka umum, bahkan kekerasan terhadap anak, dapat membuat anak-anak muda yang melihat punya rasa kecemasan dalam diri mereka, takut melakukan hal yang sama kepada anak mereka nantinya.

SIMPULAN

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini ada tiga tujuan yaitu mengetahui apakah fenomena *childfree* memang marak terjadi kalangan generasi z, mengetahui

bagaimana perspektif generasi z terhadap fenomena *childfree* di Indonesia, dan alasan-alasan apa yang sekiranya mendasari generasi z sudah berpikiran untuk melakukan *childfree*. Sebagaimana penelitian yang telah dilakukan maka bisa disimpulkan bahwa memang fenomena *childfree* tengah berkembang dan marak di Indonesia, terutama di kalangan anak-anak muda kelahiran 1997-2012 yang mana menyebut diri mereka generasi z.

Dapat dilihat dari banyaknya konten bertemakan *childfree* di media sosial, sehingga generasi z yang tumbuh bersama dengan *internet* bisa dengan mudah mencari informasi mengenai fenomena *childfree* tersebut. Meskipun menurut generasi z, secara umum masyarakat Indonesia masih kontra terhadap fenomena *childfree*, generasi z masih banyak yang didorong oleh orang tuanya untuk memiliki keturunan, terutama karena masyarakat Indonesia masih menganut paham ‘banyak anak, banyak rezeki’. Pengaruh budaya luar pun menjadi salah satu faktor kenapa anak muda menjadi tertarik untuk menyelami informasi terkait pemikiran *childfree* secara lebih mendalam.

Beberapa alasan yang diungkapkan oleh generasi z terkait mengapa mereka memilih untuk sudah memutuskan tidak punya anak di usia yang masih produktif, antara lain belum siap secara mental, cemas akan masa depan sang anak, belum siap menjadi orang tua. Alasan lain tentunya berkaitan dengan ekonomi, melihat inflasi terus meningkat, apa-apa serba mahal dan susah untuk didapat. Adanya kecemasan dalam memiliki keturunan akibat pengalaman orang lain menjadi alasan lain dari pemikiran *childfree* pada generasi z, mereka mendengar cerita dan bahkan melihat bagaimana banyak permasalahan terjadi di tengah-tengah masyarakat, entah kekerasan dalam rumah tangga ataupun perceraian.

DAFTAR PUSTAKA

- Ananda, G. D. (2021). Tren Childfree Masih Diminati, Ini Alasan Generasi Z Tidak Ingin Memiliki <https://padang.harianhaluan.com/milenial/pr-1061515621/tren-childfree-masih-diminati-ini-alasan-generasi-z-tidak-ingin-memiliki-anak>
- Audinovic, V., & Nugroho, R. S. (2023). Persepsi Childfree di Kalangan Generasi Zilenial Jawa Timur. *Jurnal Keluarga Berencana*, 8(1), 1-11.
- Ayu, T. (2023). Kepala BKKBN Angkat Bicara Soal Childfree, Ungkap Dua Dampak. <https://nasional.tempo.co/read/1692524/kepala-bkkbn-angkat-bicara-soal-childfree-ungkap-dua-dampak>
- Azizi, A. Q., Imron, A., & Heradhyaksa, B. (2020). Fulfillment of civil rights of extramarital children and its effect on social dimensions. *Ijtihad: Jurnal Wacana Hukum Islam dan Kemanusiaan*, 20(2), 235–252.
- Azwar, S. (2015). Metode Penelitian. *Yogyakarta: Penerbit Pustaka Pelajar*.
- Badan Pusat Statistik. Jumlah Penduduk Pertengahan Tahun (Ribuan Jiwa). <https://www.bps.go.id/indicator/12/1975/1/jumlah-penduduk-pertengahan-tahun.html>
- Bethune, S. (2019). Gen Z more likely to report mental health concerns. *American Psychological Association*, 50(1).
- Christiani, L. C., & Ikasari, P. N. (2020). Generasi Z dan pemeliharaan relasi antar generasi dalam perspektif budaya Jawa. *Jurnal komunikasi dan kajian media*, 4(2), 84-105.
- Dahnia, A. R., Adsana, A. W. F., & Putri, Y. M. (2023). Fenomena Childfree Sebagai Budaya Masyarakat Kontemporer Indonesia Dari Perspektif Teori Feminis

- (Analisis Pengikut Media Sosial Childfree). *Al Yazidiy: Jurnal Sosial Humaniora dan Pendidikan*, 5(1), 66-85.
- Damayanti, Y. D., Refiana, A. A., & Nuary, M. F. A. (2022). Fenomena Childfree di Twitter pada Generasi Millennial. *Prosiding Konferensi Ilmiah Pendidikan*, 3.
- Dwidienawati, D., & Gandasari, D. (2018). Understanding Indonesia's Generation Z. *International Journal of Engineering & Technology*, 7(3), 245-253.
- Haritsyah, A. H. (2023). Mengenal Istilah Childfree yang Sedang Viral, Ini Pandangan Gen Z. <https://bekasi.urbanjabar.com/lifestyle/pr-3117462237/mengenal-istilah-childfree-yang-sedang-viral-ini-pandangan-gen-z>
- Hariyanto, P. (2021). Viral Soal Pilihan Hidup Childfree, Ini Tanggapan Kepala BKKBN. <https://nasional.sindonews.com/read/532474/15/viral-soal-pilihan-hidup-childfree-ini-tanggapan-kepala-bkkbn-1630854551>
- Rahadi, F. & Kurnia, D. (2023). Psikolog Unair Ungkap Dampak Positif dan Negatif dari Childfree. <https://rejogja.republika.co.id/berita/rqio24291/psikolog-unair-ungkap-dampak-positif-dan-negatif-dari-childfree>
- Nasution, R. D. (2017). Effect of the development of communication information technology on local cultural existence. *Jurnal Penelitian Komunikasi Dan Opini Publik*, 21(1).
- Nuroh, S., & Sulhan, M. (2022). Fenomena Childfree Pada Generasi Milenial Ditinjau Dari Perspektif Islam. *An-Nawa: Jurnal Studi Islam*, 4(2), 136-146.
- Patnani, M., Takwin, B., & Mansoer, WW (2021). Happy without children? The importance of children for involuntary childlessness. *Scientific Journal of Applied Psychology*, 9(1), 117-129.
- Perkasa, G. (2022). Kenapa Generasi Z Lebih Sadar Masalah Kesehatan Mental?. <https://lifestyle.kompas.com/read/2022/12/09/223815220/kenapa-generasi-z-lebih-sadar-masalah-kesehatan-mental?page=all>
- Pransuamitra, P. A. (2023). Childfree! Bebas Anak Bebas Biaya, Bikin "Tenggelam" Negara. <https://www.cnbcindonesia.com/research/20230215065446-128-413867/childfree-bebas-anak-bebas-biaya-bikin-tenggelam-negara>
- Pratama, N. (2021). Childfree dan Dampaknya Bagi Negara. <https://kumparan.com/novrian-pratama/childfree-dan-dampaknya-bagi-negara-1wNy0mVmVhR/full>
- Puspapertiwi, E. R. (2023). Ramai soal Childfree, ini Pengertian, Penyebab dan Dampaknya. <https://www.kompas.com/tren/read/2023/02/09/183000665/ramai-soal-childfree-ini-pengertian-penyebab-dan-dampaknya?page=all>
- Rahmawati, F. (2022). Sikap Masyarakat Arab terhadap Perancis Pasca Kemunculan Karikatur Nabi Muhammad Saw dalam Majalah Charlie Hebdo Edisi September Tahun 2020: Studi Fenomenologi Edmund Husserl. *Jurnal Al-Azhar Indonesia Seri Humaniora*, 7(1), 443046.
- Rizka, et. al. (2021). Childfree Phenomenon in Indonesia. *Proceedings of AICS-Social Sciences*, 11, 336-341.
- Sakitri, G. (2021). Selamat Datang Gen Z, Sang Penggerak Inovasi!..In *Forum Manajemen* 35(2), 1-10.
- Saragih, J. F. B. (2012). Fenomena bermain generasi Z dan hubungannya dengan eksistensi ruang bermain terbuka di lingkungan perumahan sederhana. *ComTech: Computer, Mathematics and Engineering Applications*, 3(1), 8-14.
- Septiningrum, I. (2023). Childfree dan Generasi Z. <https://www.kompasiana.com/intanseptiningrum1012/644bc91008a8b50be86a4bf2/childfree-dan-generasi-z?page=all#section1>

- Siswanto, A. W., & Nurhasanah, N. (2022). Analisis Fenomena Childfree di Indonesia. *In Bandung Conference Series: Islamic Family Law*, 2(2), 64-70.
- Sugiyono. (2014). Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D. *Bandung: Alfabeta*.
- Tunggono, V. (2021). Childfree and happy. *Jakarta: EA Books*.