

## PENDEKATAN NARATIF: MEMAHAMI CHILDFREE SEBAGAI AKTUALISASI MAKNA HIDUP INDIVIDU MELALUI KISAH PENGALAMAN DI INSTAGRAM

Jody Manggalaningwang<sup>1</sup>, Alexandra Rianti Grandi Rahardjo<sup>2</sup>, Denny Prasetya<sup>3</sup>, Eva Reh Ulina Aritonang<sup>4</sup>, Magda Sabrina Theofany Simanjuntak<sup>5</sup>, Yuditha Franciska Ullyana<sup>6</sup>

<sup>1,2,3,4,5,6</sup> Universitas Indonesia, Salemba Jakarta Pusat 10440

jody.manggalaningwang@office.ui.ac.id

---

### Abstract

*The decision to be childfree is a decision that is still considered to be anti-mainstream, so they are vulnerable to cynicism and public rejection. Individuals with identities that differ from generally accepted norms usually use social media as a medium for self-actualization. This study adopts a constructivist research paradigm and employs a narrative methodology involving in-depth interviews with six childfree participants. Thematic analysis was applied to the collected data. The study reveals that participants from diverse backgrounds share a common perspective on what constitutes a meaningful life, which differs from the prevailing societal norms in Indonesia. It highlights the importance of a well-defined self-concept in achieving psychological fulfillment among childfree individuals. Interestingly, social media serves primarily as a tool for sharing, networking, and dispelling misconceptions about the childfree lifestyle. Rather than seeking self-validation or actively promoting their choice, childfree individuals view social media to communicate the outcomes of their interactions with society. This study highlights the lives of individuals who choose to be childfree when using social media without hiding their identity as an effort to build respectful social relationships. Thus, childfree individuals interpret Instagram as only a medium for conveying the results of the interaction process with the environment, instead of self-validation.*

**Keywords:** *childfree; Instagram; self-actualization*

---

### Abstrak

Keputusan untuk *childfree* merupakan keputusan yang masih dinilai *anti-mainstream* sehingga rentan mendapat sinisme dan penolakan masyarakat. Individu dengan identitas yang berbeda dari norma yang berlaku umum biasanya menggunakan media sosial sebagai media aktualisasi diri. Penelitian ini mengadopsi paradigma penelitian konstruktivis dan menggunakan metodologi naratif yang melibatkan wawancara mendalam dengan enam partisipan *childfree*. Analisis tematik diterapkan pada data yang dikumpulkan. Studi ini mengungkapkan bahwa peserta dari berbagai latar belakang memiliki perspektif yang sama mengenai apa yang dimaksud dengan kehidupan yang bermakna, yang berbeda dari norma-norma masyarakat yang berlaku secara umum di Indonesia. Hal ini menyoroti pentingnya konsep diri yang terdefinisi dengan baik dalam mencapai kepuasan psikologis di antara individu yang memilih *childfree*. Menariknya, mereka menggunakan media sosial sebagai alat untuk berbagi, berjejaring, dan menghilangkan kesalahpahaman tentang gaya hidup *childfree*. Daripada mencari validasi diri atau secara aktif mempromosikan pilihan mereka, individu *childfree* memandang media sosial hanya sebagai sarana untuk mengomunikasikan pengalaman interaksi mereka dengan masyarakat di kehidupan sehari-hari. Studi ini menyoroti kehidupan individu yang memilih *childfree* ketika menggunakan media sosial tanpa menutupi identitasnya sebagai upaya mereka untuk membangun hubungan sosial yang saling menghargai. Dengan demikian, individu *childfree* memperlakukan Instagram hanya sebagai media penyampaian hasil proses interaksi dengan lingkungan, alih-alih mencari validasi diri.

**Kata Kunci:** *childfree; Instagram; Aktualisasi Diri*

### Pendahuluan

Keputusan untuk *childfree* atau keputusan sukarela individu/pasangan untuk tidak memiliki anak (*voluntary childless*) (Blackstone & Stewart, 2012) merupakan pilihan hidup yang berada di luar arus utama. Pada latar Indonesia, studi Soemanto (2002) menyebutkan bahwa budaya di Indonesia pada umumnya melihat keluarga sebagai sarana untuk mengembangkan bentuk keluarga besar (*extended family*), maka institusi perkawinan memiliki peran

sentral dalam kehadiran anak sebagai penerus konsep keluarga besar. Soemanto (2002) berpendapat bahwa konsep keluarga merupakan sekumpulan manusia yang terdiri ayah, ibu dan anak. Perkawinan adalah satu-satunya sarana untuk membentuk keluarga baik dengan adanya anak biologis maupun adopsi. Hal ini menyebabkan individu yang mengambil keputusan untuk *childfree* seringkali menghadapi sinisme publik (Strapagiel, 2019) dan diberikan stereotip (Agrillo & Nelinni, 2008; Hanandita, 2022).

Peristiwa yang dialami oleh Gita Savitri, seorang *content creator* asal Indonesia yang diserang warganet karena menyampaikan alasan memilih *childfree* lewat fitur balas komentar di Instagram menggambarkan sinisme publik tersebut. Gita menjelaskan bahwa resep awet muda dirinya adalah karena memilih *childfree*. Berbagai pihak kemudian merespon pernyataan tersebut mulai dari warganet biasa hingga figur publik. Namun respon tersebut cenderung sama yaitu menyudutkan Gita dan merunding pemikirannya (Aldida, 2023).

Nardo (2016) berargumen bahwa memiliki anak telah menjadi preskripsi sosial, atau sesuatu yang diharapkan, sehingga memutuskan untuk *childfree* dianggap melanggar ekspektasi tersebut. Pelanggaran ekspektasi berpotensi menimbulkan *backlash* yang kemudian berujung pada pemberian sanksi sosial bagi pelanggar atau dalam hal ini individu *childfree*. Hal ini memberikan tekanan psikologis yang mempengaruhi kesehatan mental individu *childfree*. Padahal, keputusan *childfree* perlu dipahami secara lebih luas. Faktor finansial dan psikologis menjadi alasan individu memutuskan *childfree*. Individu tidak ingin melahirkan anak jika nanti anak tersebut harus hidup dibawah garis kemiskinan. Terlebih dari itu, membesarkan anak merupakan tanggung jawab panjang yang membutuhkan kesiapan mental yang matang (Utamidewi et al., 2022).

Tidak hanya soal ketidaksiapan akan tanggung jawab menjadi orang tua, keputusan untuk *childfree* juga didorong oleh trauma masa lalu individu. Ketidakhadiran figur ayah/ibu di masa kecil membuat individu tidak memiliki gambaran tentang menjadi orang tua (Smith et al., 2020). Pengalaman menjadi saksi maupun korban tindak kekerasan dalam rumah tangga juga menjadi alasan individu untuk memilih *childfree* agar dapat memutus siklus kekerasan tersebut (Doyle et al., 2012). Selain itu, isu lingkungan terkait meledaknya populasi juga menjadi salah satu alasan. Menambah populasi berarti menambah kebutuhan energi dan meningkatkan polusi (Helm et al., 2021). Meskipun berada di dalam satu payung identitas yang sama yaitu sebagai individu *childfree*, terdapat berbagai alasan yang melatarbelakangi keputusan tersebut (Avivi, 2017).

Dalam Doyle et al. (2012) diungkapkan bahwa keputusan untuk *childfree* mendukung aspirasi karir individu. Selain itu, keputusan *childfree* memberikan kesempatan lebih bagi individu untuk menjalankan hobi dan kegiatan sosial. Terkait kepuasan hidup, individu tidak mengukurnya lewat

keberadaan anak. Individu merasa bahwa hubungan dengan generasi yang lebih muda tidak melulu harus dengan keturunannya sendiri. Seluruh penunjang kepuasan individu diperoleh melalui kegiatan, komunitas, dan dukungan lingkungan (Stahnke et al., 2020).

Namun sebagai individu yang mengambil pilihan di luar arus utama, respon yang diterima oleh individu *childfree* di lingkungan sekitarnya cenderung negatif. Kompleksitas di balik keputusan individu untuk memilih *childfree* tidak dapat dengan mudah diterima oleh norma sosial. Keputusan untuk *childfree* rentan memunculkan kepanikan moral (Nardo, 2017; Utamidewi et al., 2022; Doyle et al., 2012). Beberapa penelitian berargumen penolakan sosial tersebut melatarbelakangi kecenderungan individu untuk menganggap media sosial sebagai *safe-haven* atau tempat aman untuk mengaktualisasikan diri (Buss et al., 2022; Van Dijk, 2013; Avivi, 2017). Media sosial memberikan akses bagi pengguna terhadap komunitas yang suportif dan menerima mereka. Hal tersebut memberikan kesempatan bagi pengguna untuk mengungkapkan identitas otentik meskipun melalui serangkaian pertimbangan dan dihadapkan pada berbagai risiko (Cannon et al., 2017). Penelitian Cavalcante (2016) mengungkapkan bahwa media sosial dapat menjadi wadah bagi individu untuk membentuk identitas baru dimana kehidupan nyatanya tidak menerima identitas tersebut.

Identitas individu *childfree* yang berada di luar arus utama dan rentan terhadap sinisme hingga penolakan publik memposisikan media sosial sebagai media aktualisasi diri yang potensial seperti dalam Buss et. al (2022). Penelitian ini bertujuan untuk menggali lebih dalam mengenai pengalaman pemanfaatan media sosial oleh individu *childfree*. Individu *childfree* dapat menggunakan media sosial sesuai kecenderungan yang terjadi pada identitas di luar arus utama lainnya, atau memiliki pola penggunaan khas sesuai dengan situasi masing-masing. Penelitian ini berfokus pada proses interaksi dialogis individu *childfree* dengan lingkungannya di kehidupan nyata (*offline*) yang terefleksikan dalam pola pemanfaatan media sosialnya. Penelitian ini terbatas pada penggunaan akun Instagram oleh individu *childfree* melalui unggahan, *instastory*, membalas komentar, mengikuti akun-akun yang terkait dengan *childfree*, hingga bergabung dengan komunitas. Konsep aktualisasi diri akan menggambarkan pengalaman individu dalam memproses interaksinya dengan lingkungan pada saat memutuskan untuk *childfree*, membagikan

pandangannya mengenai *childfree* di media sosial, hingga saat menghadapi penolakan di media sosial.

Instagram dapat menjadi saluran yang paling memungkinkan bagi kelompok *childfree* untuk mengaktualisasikan diri ideal mereka di media sosial. Mereka dapat memberikan pemahaman bahwa keputusan *childfree* merupakan kebebasan setiap orang. Individu bebas menyatakan sikap dan pendapat terkait pilihan hidupnya tanpa harus mengikuti budaya komunal. Maka, penelitian ini akan mengkaji bagaimana individu yang memutuskan untuk *childfree* menggunakan media sosial untuk mengaktualisasikan diri?

### Aktualisasi diri

Dalam perjalanan kehidupan individu, selalu terbangun makna dari peristiwa yang dialaminya. Makna atas pengalaman tersebut ditentukan oleh pemahaman individu terkait konsep diri yang ditentukan oleh dirinya sendiri maupun oleh lingkungan. Ketika individu berada di dalam kondisi memahami arti diri terhadap kehidupannya, maka individu tersebut berhasil menghadirkan keutuhan diri di antara masyarakat di dalam lingkungannya (Soemanto, 2006).

Proses individu memahami konsep diri hingga mencapai kepenuhan secara psikologis dikaji dengan teori psikohumanistik Carl Rogers. Dalam teori ini, Rogers mencoba memberikan pemahaman tentang bagaimana kepribadian individu dapat berubah melalui serangkaian proses. Dengan kata lain, pengalaman atas kehidupan individu memiliki peran penting dalam membentuk struktur diri seseorang terhadap kesadaran tentang dirinya di masa depan (Cervone & Pervin, 2008).

Konsep diri terdiri atas *real-self* dan *ideal-self*. *Real-self* mengacu pada gambaran seseorang mengenai dirinya sendiri, baik secara sadar maupun tidak sadar. *Real-self* terbentuk melalui interaksi antara pengalaman individu dan interpretasi dari pengalaman tersebut termasuk pengaruh citra tubuh kita secara intrinsik (Rogers, 1954). *Ideal-self* adalah bagian dari individu yang selalu berupaya untuk mencapai kondisi yang dipandang sebagai kondisi terbaik bagi individu. *Ideal-self* timbul ketika ada kebebasan untuk bergerak ke segala arah terlepas dari pengaruh perspektif orang lain. Sehingga ia akan selalu berusaha untuk mewujudkan kondisi tersebut sebagai tujuan yang dinamis atas konsep diri individu. Pada intinya, individu selalu memiliki kecenderungan untuk mengaktualisasikan diri agar situasi *real-self* semakin mendekati *ideal-self*. Aktualisasi diri

diperlukan untuk memenuhi *ideal self* yang menggambarkan keinginan dan ambisi untuk menjadi *fully-functioning person* (Ismail & Tekke, 2015).

Untuk mendukung pengembangan konsep diri, pada dasarnya, setiap individu perlu merasa aman secara psikologis terlebih dahulu sehingga energinya dapat dialokasikan untuk proses pertumbuhan diri sendiri (Maurer and Daukantaite, 2020). Dalam artikel ini, peneliti memfokuskan pendalaman teoritis pada fase kondisi yang diutarakan Rogers untuk melihat hal apa saja yang berperan ketika proses pengembangan diri seseorang terhadap pengalaman hidupnya yang berhubungan lingkungan dan orang lain memungkinkan untuk terjadi.

Fase kongruensi diperlukan individu dalam upaya meminimalisir kesenjangan antara *real-self* dengan *ideal-self*. Menurut Rogers (1959), semakin dekat *real-self* dan *ideal-self* terhadap satu sama lainnya, maka semakin kongruen (sesuai) atau konsisten dan semakin tinggi rasa harga diri seseorang. Sedangkan dalam artikel Ismael & Tekke (2015) menyebutnya sebagai; konsep diri individu tidak memerlukan acuan syarat nilai apapun untuk terjadinya *congruence* (kesesuaian) antara *real-self* dengan pengalaman, maka individu tersebut dapat dibilang sehat secara psikologis.

Fase kondisi *unconditional positive regard* diperlukan individu bukan karena ia pantas untuk mendapat pengakuan dari orang lain, melainkan setiap individu pasti memiliki *condition of worth*, kondisi yang menentukan penilaian individu terhadap orang lain sama positifnya terhadap harga diri yang dimilikinya. Sebaliknya jika penghargaan positif (bersyarat) mengacu pada sebatas menghargai orang lain hanya jika mereka memenuhi syarat nilai tertentu, maka ketika hal itu diinternalisasi oleh individu, hal tersebut justru melahirkan psikopatologi, karena kecenderungannya justru menekan proses pertumbuhan alami dan kemampuan seseorang untuk berhubungan dengan pengalaman otentiknya tanpa rasa malu (Maurer and Daukantaite, 2020).

Fase kondisi terakhir yaitu *empathic understanding* diperlukan individu dalam membangun pengembangan diri berupa hubungan dan penerimaan atas dirinya dan emosi individu yang dapat menghasilkan keterbukaan terhadap orang lain (Rogers, 1961). Individu yang berada pada kondisi ini tidak akan melihat persepsi orang lain atau pihak eksternal terhadap dirinya sebagai ancaman, sehingga tidak diperlukan sikap defensif untuk mempertahankan harga diri mereka. Hal ini

disebabkan karena *empathic understanding* sudah menjadi nilai diri, membentuk rasa aman secara batiniah. Rasa aman membuat individu lebih mudah membangun kedekatan dan keterhubungan terhadap orang lain dengan kasih sayang (Rogers, 1964).

### Media baru

Era perkembangan teknologi yang pesat telah membawa banyak perubahan pada kehidupan di berbagai aspek, termasuk pada cara individu berkomunikasi. Kemunculan media baru membawa perubahan besar dalam hal penyebaran informasi yang memungkinkan setiap individu memproduksi informasi untuk dikonsumsi oleh individu lain. Salah satu bentuk media baru yang paling banyak digunakan adalah media sosial yang menurut Appel, et al. (2020) merupakan sekumpulan teknologi digital berbasis perangkat lunak yang menyediakan lingkungan digital bagi penggunanya dimana mereka dapat mengirim atau menerima konten digital ataupun informasi melalui beberapa jenis jejaring sosial *online*. Lazard (2022) menunjukkan bahwa media sosial lebih dari sekedar wadah pasif namun juga platform aktif yang membentuk pemahaman sehingga individu dapat memanfaatkan media sosial untuk mengungkapkan hal-hal yang dianggap tidak pantas untuk diungkapkan secara langsung di kehidupan nyata.

Dalam konteks penggunaan terkait dengan identitas di luar arus utama, media sosial memiliki banyak manfaat bagi individu atau kelompok yang mengambil pilihan hidup yang berbeda dari budaya dan norma di lingkungannya. Penelitian Buss et al. (2022) yang melihat pemanfaatan media sosial oleh orang-orang transgender menemukan bahwa media sosial mampu menjadi sarana yang mempertemukan dan menghubungkan individu-individu yang memiliki identitas yang sama. Hal ini membuat mereka lebih leluasa untuk mengekspresikan dan membicarakan hal-hal yang terkait dengan identitas mereka. Media sosial juga memungkinkan mereka untuk berinteraksi dengan orang-orang dalam komunitas yang sama untuk saling bertukar pikiran dan berbagi informasi. Namun dalam hal interaksi dengan pihak lain, mereka cenderung berhati-hati dan menghindari konten-konten yang dapat berdampak buruk pada kesehatan mental mereka.

Menurut McQuail (2010), media baru memiliki beberapa karakteristik yang membedakannya dengan media tradisional, yaitu (1) adanya jaringan, yang berfungsi sebagai alat penghubung satu dengan yang lain dan tidak terbatas oleh ruang dan waktu, (2)

interaktivitas, yang terlihat dari kemampuan setiap penggunanya untuk terlibat dalam proses produksi dan distribusi informasi, (3) digital, yang merupakan peralihan dari media analog sehingga mempermudah dan mempercepat akses data, (4) hipertekstual, yang memungkinkan setiap teks terhubung satu sama lain sehingga mempermudah pencarian informasi oleh pengguna, (5) virtual, yaitu penggunaan ruang maya dalam proses penyampaian dan penerimaan pesan, dan (6) simulasi, yaitu representasi dari suatu peristiwa yang disajikan kembali di ruang virtual.

Media baru menggambarkan suatu perubahan besar dalam kaitannya dengan produksi, distribusi, dan penggunaan media. Di masa lalu, istilah media baru dapat masuk ke berbagai macam konteks karena belum dapat didefinisikan secara spesifik. Namun saat ini ketika menyebut media baru, maka sangat erat kaitannya dengan penggunaan internet dan kombinasi antara teknologi informasi dengan digitalisasi media di dalam jaringan dengan ciri utama interkoneksi.

### Childfree

Terminologi yang digunakan dalam menjelaskan keinginan individu untuk tidak memiliki anak terus berubah dari waktu ke waktu. Dalam studi-studi awal, terminologi *childless* digunakan untuk menjelaskan individu dewasa tanpa anak baik secara sukarela, tidak sukarela dan sementara (Mosher & Bachrach, 1982). Studi-studi selanjutnya kemudian memberikan pembedaan pada kelompok yang secara sukarela memilih untuk tidak memiliki anak dengan penambahan terminologi "*voluntarily*" atau "*intentionally*" sehingga menjadi *voluntarily childless* atau *intentionally childless* (Bloom & Pebley, 1982; Corbett, 2018; Blackstone, 2019; Brooks, 2019; Parlak, 2020 & Høglund, 2023)

Pada masa kini, terminologi *childless by choice* dan *childfree* menjadi dua terminologi yang lebih sering digunakan dibandingkan *childless* dalam mendefinisikan individu yang telah secara eksplisit dan sukarela memutuskan untuk tidak memiliki anak (Morison, 2016 & Harrington, 2019). Meskipun demikian, dalam beberapa penelitian, terminologi ini tidak serta merta menjelaskan individu tanpa anak secara sukarela. Keberadaan istilah-istilah ini memberikan masalah dalam studi lintas disiplin karena definisi yang berbeda memberikan pengalaman yang berbeda (Moore, 2014). Hal ini tampak dalam penelitian Stahnke et al. (2020) dan Ruegamer (2022) yang menggunakan *childfree* untuk menjelaskan individu tanpa anak baik secara sukarela

maupun tidak. Penelitian Moore (2014) menggunakan terminologi *childfree* untuk mendefinisikan individu tanpa anak yang menikah dengan individu lain yang sudah memiliki anak dari pernikahan sebelumnya.

Berdasarkan berbagai literatur terdahulu yang diulas pada bagian ini, meskipun memiliki definisi operasional yang beragam, peneliti sepakat untuk menggunakan terminologi *childfree* yang dipergunakan dalam penelitian Tessarolo (2006) untuk menjelaskan individu yang secara sukarela memutuskan untuk tidak memiliki anak baik secara biologis maupun adopsi.

Keberfungsian secara penuh sesuai potensi yang dimiliki adalah kebutuhan setiap individu (Ismail & Tekke, 2015). Individu perlu untuk memahami konsep dirinya untuk mencapai kepuhan secara psikologis. Proses meliputi *congruence*, *empathy*, dan *unconditional positive regard* (Ismael & Tekke, 2015; Maurer & Daukantaite; 2020, Rogers, 1961). Dengan demikian, asumsi teoritis dalam penelitian ini adalah individu dengan identitas di luar arus utama yang kerap menghadapi penolakan publik memiliki kecenderungan untuk menganggap media sosial sebagai *safe haven*. Kepuasan yang tidak didapat dalam kehidupan nyata berusaha untuk didapatkan di media sosial (Buss et. al, 2022).

## Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif untuk memahami realitas sosial sebagai konstruksi sosial, serta berfokus pada proses interaktif yang mengedepankan orisinalitas sebagai kunci (Neuman, 2021). Strategi penelitian menggunakan pendekatan naratif, memungkinkan peneliti untuk menjelajah dan membangun pengetahuan dari kompleksitas dan keragaman pengalaman individu manusia (McAlpine, 2016). McAlpine menjelaskan bahwa kelebihan dari pendekatan naratif adalah peneliti dapat memahami bagaimana narasi yang disampaikan informan atas suatu pengalamannya dipandang sebagai konstruksi identitas dan bagaimana ia mencapai tingkat pemahaman tertentu, sehingga ia memperoleh makna dari setiap pengalaman terhadap realitas kehidupan. Pandangan tersebut sejalan dengan gagasan yang dikemukakan oleh Sandelowski (2004), melalui pendekatan naratif peneliti dapat menemukan bahwa setiap individu memiliki kisah unik, dan bagaimana hal itu dapat dijadikan peneliti untuk membangun pemahaman yang lebih mendalam tentang perspektif, nilai-nilai, dan emosi yang terlibat ketika individu-

individu yang menjadi informan menjalani pengalaman mereka.

Salah satu cara untuk menyusun pengalaman-pengalaman sebagai satu untai wawasan yang khas membentuk konsep diri individu adalah dengan mengorganisasikannya ke dalam unit-unit yang bermakna. Salah satu unit yang bermakna tersebut dapat berupa sebuah cerita, sebuah narasi (Moen, 2006). Selain itu untuk memahami makna dari transformasi identitas seseorang atau kelompok individu dapat melalui bercerita, sehingga kita dapat memahami hubungan erat antara diri dan narasi. Identitas naratif mengacu pada kisah diri individu yang terinternalisasi, berkembang, dan integratif. Pembentukan identitas masa kini seseorang bukanlah peristiwa yang terjadi secara tiba-tiba, melainkan dibangun berdasarkan pengorganisasian pengalaman hidup seseorang, biasanya melalui format cerita (Adler, 2012; McAdams, 2008 dalam To et al, 2013).

Penelitian ini menggunakan paradigma konstruktivisme. Paradigma konstruktivisme menurut Creswell (2013) adalah situasi dimana individu memahami tentang dunia tempat mereka hidup dan bekerja. Makna subjektif terhadap objek atau situasi tertentu kemudian dikembangkan melalui pengalaman mereka. Tujuan penelitian konstruktivisme adalah untuk mengandalkan sebanyak mungkin pandangan partisipan tentang suatu situasi. Peneliti melihat pemahaman kontekstual terhadap realitas khas yang dimiliki oleh informan, pemilihan strategi pendekatan naratif dinilai cukup tepat dan proporsional.

Pengumpulan data dilakukan terhadap 6 (enam) orang partisipan. Melalui wawancara mendalam, partisipan diharapkan mampu memberikan gambaran mengenai pengalaman hidup para individu yang memutuskan untuk menjalani pilihan hidup di luar arus utama, serta kaitannya terhadap pemanfaatan media sosial. Peneliti menentukan kriteria partisipan berdasarkan kemampuan mereka untuk menyediakan informasi yang dibutuhkan dan/atau digunakan dalam penelitian (Padgett, 2017). Dalam beberapa literatur terdahulu yang mengangkat topik serupa terkait *childfree*, partisipan yang dipilih terbatas pada individu dengan gender dan batasan umur tertentu (Smith et al., 2019; Stahnke et al., 2020). Pada penelitian terhadap pasangan *childfree*, tujuan penelitian terbatas pada penggalian signifikansi, motivasi serta pengalaman komunikasi antara pasangan yang sepakat memilih hidup *childfree* (Utamidewi et al., 2022). Kebaruan penelitian ini salah satunya ada pada

pemilihan partisipan yang merupakan pasangan *childfree*, dan mengaitkannya pada kajian komunikasi yaitu cara mereka memanfaatkan media sosial untuk menampilkan identitas di luar arus utama. Pemilihan partisipan dalam studi ini didasarkan pada kriteria: (1) laki-laki dan/atau perempuan yang sudah menikah dan memutuskan untuk *childfree*, (2) keputusan untuk *childfree* sudah merupakan kesepakatan bersama sebagai pasangan suami istri, dan (3) menggunakan Instagram sebagai media untuk membagikan pilihan untuk hidup *childfree*. Peneliti berfokus pada kriteria tersebut karena dianggap dapat memberikan informasi yang relevan untuk menjawab fokus masalah dan tujuan penelitian, serta membantu dalam menemukan generalisasi logis (Suri, 2011).

Kriteria tersebut kemudian menjadi panduan peneliti dalam mencari partisipan di Instagram. Awalnya, peneliti mendapatkan sejumlah nama dari *followers* komunitas online @*childfreelife.id* yang berdasarkan profil berpotensi untuk dapat dijadikan partisipan. Melalui proses tersebut terdapat pula teknik *snowball*, dengan tujuan mendapatkan partisipan yang homogen, yaitu berfokus pada individu dengan kesamaan dalam sifat atau karakteristik tertentu (Etikan et al, 2016). Setelah dilakukan konfirmasi, akhirnya terpilih 6 orang partisipan yang sesuai dengan kriteria. Domisili Jabodetabek menjadi kriteria tambahan dan cukup mewakili individu yang berada di Jakarta Raya, dengan maksud memudahkan proses pengumpulan data yaitu wawancara secara langsung dengan para partisipan sesuai domisili dari peneliti. Pemilihan domisili juga diharapkan dapat mewakili penggambaran level pengalaman individu dengan identitas di luar arus utama dengan tuntutan standar sosial di kota besar di Indonesia.

Topik penelitian ini merupakan isu yang cukup sensitif, sehingga perlu pendekatan yang baik dengan partisipan agar mereka secara yakin bersedia untuk membagikan pengalaman dan informasi secara bebas dan jujur. Upaya dilakukan oleh peneliti untuk menciptakan relasi yang baik dengan partisipan dan penekanan bahwa kerahasiaan identitas mereka akan terjamin serta informasi yang terkumpul benar hanya akan digunakan untuk penelitian. Selama proses wawancara, *probing* (menggali partisipan untuk menyampaikan hal yang lebih dalam lagi) dan *prompting* (meminta partisipan untuk menjelaskan apa yang mereka katakan) digunakan untuk semakin memperdalam data.

Temuan penelitian yang berasal dari hasil wawancara dengan partisipan dianalisis dan

diorganisir terlebih dahulu berdasarkan tema-tema yang muncul dalam setiap partisipan, dan bukan per-individu (Miles & Huberman, 1994). Menurut Braun & Clarke (2006), pemilihan analisis tematik memungkinkan peneliti untuk memahami pandangan partisipan dan memetakan tema-tema penting dalam data secara terperinci, kaya, dan mendalam tentang pengalaman partisipan. Selain itu, analisis tematik juga digunakan untuk membandingkan tema-tema yang muncul dalam data dari beberapa partisipan, guna mengidentifikasi kesamaan maupun perbedaan antara pengalaman setiap partisipan.

Menurut Lincoln dan Guba (1985), terdapat 4 kriteria yang menentukan bahwa suatu penelitian dapat dipercaya, yaitu: (1) *credibility* - adanya kebenaran (*the truth*) dalam temuan penelitian; (2) *transferability* - menunjukkan bahwa temuan dapat diterapkan dalam konteks lain; (3) *dependability* - menunjukkan konsistensi temuan penelitian; dan (4) *confirmability* - menunjukkan bahwa temuan penelitian bukan sekedar bias, motivasi, atau minat dari peneliti namun dibentuk oleh informan. Untuk dapat menghasilkan data temuan yang terpercaya, uji keabsahan data dilakukan dalam hal *member-checking* dan *peer-review* (Neuman, 2013). Setelah menganalisis hasil wawancara, peneliti akan melakukan konfirmasi kepada informan dan melakukan pengecekan kembali terhadap yang dipahami peneliti; apakah sesuai dengan maksud dari para informan agar dapat memberikan hasil yang akurat. Selain triangulasi dengan narasumber, triangulasi data juga merujuk pada teori dan hasil penelitian sebelumnya yang relevan dengan masalah penelitian. Dalam studi ini terdapat 6 (enam) orang peneliti dengan perspektif, latar belakang, dan karakteristik sosial yang berbeda-beda sehingga penggabungan dari apa yang dipahami satu sama lain atas data yang dikumpulkan dapat menghasilkan analisis yang lebih lengkap.

## Hasil Pembahasan

Penelitian dilaksanakan dengan melakukan wawancara kepada informan dengan kriteria laki-laki dan/atau perempuan yang sudah menikah dan memutuskan untuk *childfree*. Keputusan *childfree* merupakan keputusan yang telah disepakati oleh pasangan suami istri serta menggunakan media sosial Instagram untuk membagikan pandangannya sebagai pasangan *childfree*. Informan berjumlah 6 (enam) orang diantaranya 1 (satu) orang laki-laki dan 5 (lima) orang perempuan. Keenam informan memiliki latar belakang pendidikan, pekerjaan, dan budaya yang berbeda. Hasil peneliti menemukan 4 (empat) tema

besar yaitu persepsi mengenai latar belakang keputusan *childfree*, persepsi keluarga ideal, penggunaan media sosial, dan keadaan saat individu *childfree* dapat memaksimalkan diri sesuai identitasnya. Keempat tema akan dipaparkan dalam hasil temuan berikut.

### Latar Belakang Keputusan Childfree

Informan memiliki berbagai macam latar belakang terkait keputusan untuk *childfree*. Hasil wawancara menunjukkan adanya pemahaman bahwa dibutuhkan situasi yang ideal untuk membesarkan anak yang dipengaruhi oleh faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal berupa ketidaksiapan dari individu *childfree* untuk memiliki anak karena mereka merasa tidak memiliki mentalitas menjadi orang tua. Hal ini disampaikan oleh **informan 4** yang mengatakan;

*“aku pikir aku maintain diriku sendiri aja aku masih ga bener, aku bilang gitu, jadi kayaknya akan sangat selfish kalau kita menghadirkan anak gitu.”*

Pernyataan yang sama juga dilontarkan oleh informan lain dengan menyatakan bahwa mereka tidak mampu untuk membesarkan anak karena tidak memiliki naluri keibuan. Informan senang pada anak-anak namun bersifat selektif karena mereka memiliki keterbatasan dalam bersosialisasi dengan anak-anak. Faktor eksternal adalah faktor yang berasal dari lingkungan sekitar yang berada diluar diri informan. Faktor ini meliputi ekonomi, lingkungan masyarakat yang aman, dan iklim yang baik untuk membesarkan anak. Kondisi lingkungan yang aman harus ada sehingga anak-anak dapat bertumbuh dengan baik jauh dari isu tidak bahagia, tidak aman dan kekurangan dalam hal finansial.

*“gue ngeliat berita, serem-serem cuy, berita serem-serem, (ada berita) orang lagi mau berangkat sholat (ke Masjid) aja diperkosa, anjir, padahal lagi mau tarawih itu, gitu, itu serem gak sih? Gitu kan.”*

(**informan 2**)

Selain faktor dari dalam diri dan lingkungan, informan juga memiliki kondisi dan situasi yang akhirnya menyebabkan mereka tidak ingin memiliki anak, yaitu faktor pekerjaan dan hobi. Informan disibukkan dengan berbagai macam kegiatan pekerjaan dan hobi yang mereka tekuni. Informan mengakui mereka akan kesulitan untuk melakukan pekerjaan dan menjalankan hobi apabila mereka memiliki anak. Hal ini yang disampaikan oleh **informan 5** bahwa:

*“Gini deh, kerjaanku di lapangan itu capek. Pagi ga banya di kantor kadang ke lapangan, sore pulang*

*udah capek. Kalau punya anak, ga ada cerita capek ga mau pegang anak, ga ada. Karna istri sudah pasti pegang anak dari pagi, gantian nih bagian lo pegang anak. Aduh capek nih. Nah itu not acceptable. Atau misalkan ada hobi-hobi yang aduh ga bisa nih ada anak. Hal-hal seperti itu lebih ke internal sih. Dia pun juga begitu. Ada hal-hal yang tidak bisa dia tinggalkan, kalau punya anak dia ga bisa. Yaudah ga usah punya anak.”*

### Persepsi Keluarga Ideal

Informan menyadari adanya perbedaan persepsi tentang keluarga ideal yang dipahami oleh informan dengan yang diakui dalam masyarakat umum. Informan memiliki persepsi tersendiri mengenai keluarga ideal yaitu sebuah keluarga tidak harus memiliki anak. Hal ini dikarenakan memiliki anak adalah sebuah pilihan yang setara dengan pilihan untuk tidak memiliki anak. Keputusan untuk tidak memiliki anak merupakan keputusan yang diambil secara sadar dan berasal dari diri sendiri, bukan dari pihak luar maupun faktor lain seperti keputusan untuk *childless* (tidak memiliki anak karena alasan biologis). Seperti yang disampaikan oleh **informan 3**;

*“Yaa, suatu... suatu hak dari setiap individu, untuk dia bisa berani, e memutuskan dirinya sendiri itu tidak mempunya anak tanpa adanya paksaan ataupun tekanan dari luar.”*

Informan menyadari bahwa keputusan ini memang berbeda dengan persepsi masyarakat secara umum dimana orang tua memiliki ekspektasi terhadap anak. Anak merupakan teman di masa tua bagi orang tua yang dapat menjadi tulang punggung keluarga dan meneruskan profesi keluarga. Standar keluarga ideal dalam masyarakat dimulai dari sekolah, menikah, memiliki anak, dan sampai memiliki cucu. Selain itu masyarakat juga beranggapan anak merupakan perekat rumah tangga. Standar dalam masyarakat inilah yang dirasakan oleh **informan 6**;

*“Aku tau standar itu ada, cuma bukan kayak bukan aku harus memenuhi standar ini tapi kenapa harus ada standar ini.”*

Hal ini juga dipertegas oleh **informan 2** yang mengemukakan pernyataan sebagai bentuk sindiran terhadap standar yang ada dengan mengatakan; *“Gak ada alasan oo... biar pas tuanya itu gue ada yg nemenin.”*

### Penggunaan Media Sosial

Informan memanfaatkan media sosial untuk mendapatkan pengetahuan awal terkait pilihan *childfree*, media berbagi pendapat dan pengalaman,

serta membangun jaringan sosial. Media sosial khususnya Instagram merupakan media bagi informan untuk mengenal istilah *childfree* dan mengetahui masalah-masalah terkait *childfree* yang ada di seluruh dunia. Instagram juga menjadi media untuk berbagi pendapat dan pengalaman baik kepada komunitas maupun *followers* informan. Informan membagikan pandangan mereka dengan memposting hal-hal yang berkaitan dengan *childfree* seperti memberitahukan kepada *followers* mereka bahwa ada pilihan untuk *childfree* dan meluruskan pandangan yang salah tentang *childfree*.

*"Makanya kalau ada postingan yang cukup bagus tentang childfree, aku akan share. Tapi tidak pada posisi tiap hari ngeshare, post. Aku tidak sedang butuh validasi orang untuk ni gue childfree, engga."*  
(informan 5)

Media sosial juga mempertemukan informan dengan orang-orang baru yang sepemikiran dan sama-sama memutuskan untuk *childfree*. Bertemu dengan orang baru dengan pemikiran yang sama merupakan suatu kebahagiaan bagi informan. Selain itu, pertemanan yang terjalin melalui media daring juga berlanjut menjadi teman dalam dunia nyata. Mereka juga membangun pertemanan yang saling mendukung melalui komunitas yang diikuti bersama seperti yang disampaikan oleh **informan 1**, *"Iya, iya yang sepemikiran. Ternyata aku nggak sendirian ya, gitu."*

Selain bertemu dengan orang-orang yang sepemikiran, informan juga diperhadapkan dengan orang-orang yang tidak sepemikiran atau menolak *childfree*. Dalam hal ini, informan memiliki pemikiran yang menjadi dasar baginya untuk menanggapi respon negatif tersebut. Seperti yang disampaikan oleh **informan 2**, yang mengatakan bahwa:

*"Misery loves company sih..", jadi menurut gue mereka itu merefleksikan, apa namanya, gimana ya... kayak, mereka bilang gue begini lah, orang ga beres lah, begini lah karena gue childfree, gitu ya, sebenarnya mereka itu kalau menurut gue, ya karena mereka itu kesel melibat gue yang punya pilihan dan mereka gak seneng aja."*

Informan memilih untuk pasif dengan tidak memedulikan komentar negatif dari orang lain dan lebih memilih untuk "cuek" terhadap persepsi orang lain. Mereka tidak membutuhkan validasi dari orang-orang yang tidak sependapat karena itu adalah hak setiap orang. Seperti yang disampaikan oleh **informan 1** yang mengatakan *"Cuekin aja, nggak usah dihiraukan."* Meskipun bersifat pasif terhadap berbagai penolakan, informan masih memiliki inisiatif untuk meluruskan mispersepsi mengenai

*childfree*. Secara umum mispersepsi dalam masyarakat tampak dalam anggapan bahwa kehadiran informan pada media sosial ditujukan untuk mengkampanyekan atau mengajak orang untuk memilih *childfree*. Hal ini diluruskan oleh informan melalui pernyataan berikut:

*"Karena aku dan istri nih pada posisi bukan untuk mengkampanyekan childfree ngajak orang childfree tuh enggak. Masyarakat awam mostly berpendapat seperti itu. Tujuan kami di sosial media adalah kita pengen ngasih tau ada kok pilihan diluar pilihan harus punya anak ketika menikah."* (**Informan 5**)

*Keadaan Saat Individu Childfree dapat Memaksimalkan Diri sesuai Identitasnya*

Hasil wawancara menunjukkan bahwa informan memiliki lingkungan sosial yang suportif dan mendukung keputusan untuk tidak memiliki anak. Dukungan ini mereka peroleh dari lingkungan internal dan eksternal. Lingkungan internal merupakan keluarga inti seperti ayah, ibu, dan saudara. Hal ini yang dirasakan oleh **informan 4**:

*"Kalau respon dari keluarga gini, aku kebetulan punya bapak yang sangat demokratis, dia hanya bertanya kenapa aku mutusin ga punya anak dan ketika aku menjelaskan, aku inget banget bapakku cuma bilang begini, eee yang penting kamu Bahagia, apapun keputusan kamu yang penting kamu bahagia, that's it gitu."*

Hal ini juga yang dirasakan oleh informan lain dimana keluarga inti mereka memiliki pikiran yang terbuka dan mendukung apa yang menjadi pilihan informan. Selain itu keputusan ini juga didukung oleh pasangan yang akhirnya menjadi keputusan bersama untuk tidak memiliki anak. Informan juga mendapatkan dukungan dari lingkungan eksternal seperti teman-teman dekat, teman kerja, dan teman-teman dari lingkungan gereja.

*"Ya mereka support, mereka tidak pernah nge-judge. Mereka tidak pernah lagi mempertanyakan kenapa sih, emang gak mau ya. Lucu loh punya anak. Gak pernah ada pertanyaan kek gitu."* (**Informan 3**)

Dari hubungan sosial yang saling mendukung, informan juga membangun empati dengan lingkungan sekitarnya. Mereka membangun kepedulian dengan turut berempati dengan apa yang dirasakan oleh anggota keluarga lain memiliki pilihan berbeda dengan mereka dan membantu orang lain yang mencari pengetahuan terkait *childfree*. Hal ini disampaikan oleh **informan 6**:

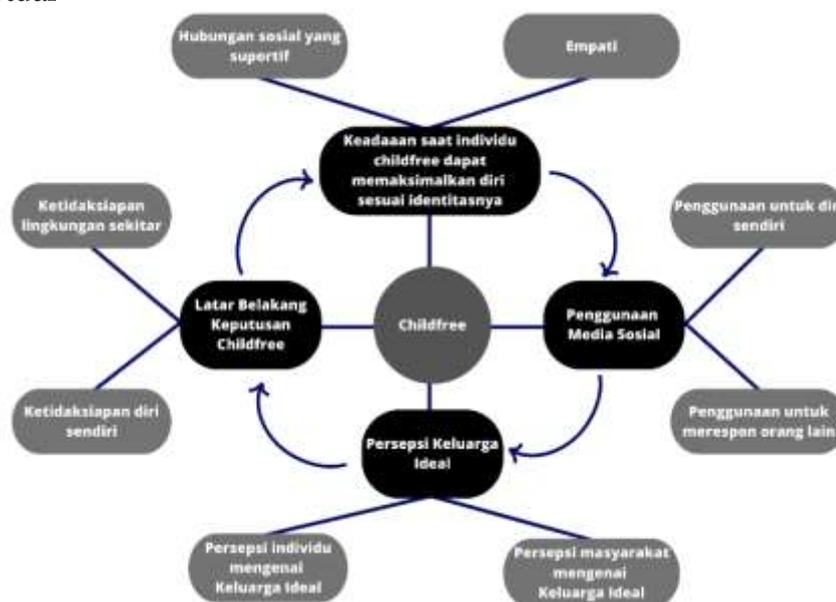
*"Jadi ada satu orang di komunitas yang udah keguguran berkali-kali sebenarnya, jadi dia memilih*

*untuk childfree karena intinya gak tega aja untuk punya anak lagi, dan aku yang kayak “oh iya bisa jadi kayak gitu, bisa jadi kayak gitu, bukan yang dia dari awal yang “engga gue gak mau punya anak” tapi ya karena she can’t deal with it anymore dan apalagi yang kayak gitu kenapa harus dipermasalahkan.”*

Informan menyampaikan bahwa setiap orang sebaiknya menghargai perbedaan pilihan. Tidak menyerang pilihan satu sama lain karena pada dasarnya keputusan memiliki anak atau tidak adalah pilihan bebas individu yang tidak perlu diperdebatkan seperti dalam pernyataan **informan 5** berikut:

*“Makna childfree buat saya adalah sebuah pilihan ya. Sama halnya dengan orang memilih menikah atau tidak menikah, punya anak ataupun ga punya anak kita tidak perlu diperdebatkan. Toh setiap orang dewasa berhak membuat suatu pilihan dan dia tau konsekuensinya apa.”*

### Peta Tema Konseptual



Gambar 1. Peta Tema Konseptual

Hasil analisis tematik dalam penelitian ini menghasilkan peta konsep seperti pada gambar diatas. Tema tersebut antara lain latar belakang, keadaan saat individu *childfree* dapat memaksimalkan diri sesuai identitasnya, penggunaan media baru dan persepsi mengenai keluarga ideal. Peneliti menemukan bahwa ketika individu sudah mantap memutuskan untuk *childfree* maka hal ini akan membantu individu untuk dapat memaksimalkan diri sesuai identitas yang dimilikinya. Hal ini tampak pada hubungan sosial individu dan kepedulian individu terhadap orang lain dalam dunia nyata. Begitu pula ketika menggunakan media sosial, individu tidak ragu

Selain temuan tema diatas peneliti juga menemukan tema *in vivo* yaitu “anak tidak bisa di *refund*” yang menggambarkan situasi bahwa tidak ada lagi yang dapat dilakukan oleh informan ketika menyesal memiliki anak. Informan memandang bahwa dengan kehadiran anak di dalam hidupnya dapat menciptakan situasi dan kondisi realitas yang tidak dapat "dikembalikan" seturut kehendak dirinya saja. Istilah *refund* mengacu pada persepsi mereka terhadap anak sebagai objek curahan kasih sayang.

*“Karna yang aku bilang itu, dan ini yang aku percaya sampai sekarang, aku lebih memilih untuk menyesal tidak punya anak ketimbang menyesal punya anak karna anak tidak bisa direfund dan ga bisa direturn.” (Informan 5)*

untuk menunjukkan identitasnya. Melalui media sosial, individu dapat bertemu dengan orang yang sepemikiran dengannya dan berbagi pengalaman mengenai *childfree*. Media sosial ini juga dimanfaatkan individu *childfree* untuk meluruskan mispersepsi mengenai *childfree* sebagai kampanye. Alih-alih untuk berkampanye, individu *childfree* justru mereka hanya sebatas memberikan gambaran kehidupan sehari-hari tentang orang-orang yang memutuskan *childfree* kepada masyarakat. Mereka memiliki kehidupan sehari-hari yang tidak jauh berbeda dari masyarakat yang hidup dengan norma keluarga ideal secara umum.

## Pembahasan

Berdasarkan wawancara yang telah dilakukan ditemukan bahwa masing-masing individu *childfree* memiliki latar belakang tertentu yang mendukung keputusannya untuk *childfree*. Keputusan untuk tidak memiliki anak diambil secara sadar, bebas, dan berdasarkan hasil pemikirannya secara pribadi. Penelitian Smith, et al (2020) pada laki-laki *childfree* di Australia menyatakan bahwa keputusan untuk *childfree* merupakan proses yang dinamis karena dapat berubah ketika pasangannya menginginkan anak. Hal ini berbeda dengan temuan penelitian ini yang menunjukkan bahwa individu *childfree* konsisten pada keputusannya.

Temuan menunjukkan bahwa pemahaman informan mengenai situasi yang ideal untuk membesarkan anak berkaitan dengan keputusannya untuk *childfree*. Adapun situasi yang dimaksud antara lain tidak adanya naluri keibuan, perasaan tidak mampu untuk membesarkan anak dan tidak memiliki mentalitas menjadi orang tua. Sejalan dengan temuan tersebut, penelitian Doyle et al. (2012) menyatakan bahwa keputusan untuk *childfree* diambil karena individu menyadari bahwa menjadi orang tua merupakan tanggung jawab yang besar dan mereka tidak mampu untuk melakukan tanggung jawab tersebut. Hal menarik lainnya adalah individu *childfree* merasa bahwa dirinya memiliki keterbatasan untuk bersosialisasi dengan anak kecil. Mereka senang kepada anak-anak namun lebih selektif misalnya menyukai anak-anak dari saudaranya maupun teman-teman dekat.

Hal lain yang melatarbelakangi keputusan ini karena individu *childfree* juga merasakan situasi saat ini tidak mendukung untuk memiliki anak jika dilihat dari pekerjaan dan hobi yang ditekuni. Kesibukan dalam pekerjaan dan menjalankan hobi menyebabkan ketiadaan waktu untuk menjaga dan merawat anak. Mobilitas yang tinggi juga menyebabkan individu *childfree* harus memikirkan kembali pilihan untuk memiliki anak. Kehadiran anak dinilai sebagai aktivitas yang memakan waktu, beban yang menghambat kebebasan dan membutuhkan pengorbanan diri (Caputo, 2007 & Doyle et al., 2012). Di samping itu, lingkungan sosial saat ini juga dinilai tidak aman untuk pertumbuhan anak.

Individu *childfree* menyadari adanya perbedaan persepsi mengenai keluarga ideal dalam sosial masyarakat. Hal ini terlihat dari respon yang berasal dari lingkungan individu *childfree* baik dari lingkungan internal maupun lingkungan eksternal. Individu *childfree* menyadari bahwa keputusan mereka untuk

*childfree* merupakan sebuah pilihan yang masih tabu dalam masyarakat. Individu yang memutuskan untuk *childfree* tidak jarang dinilai menyimpang dan mengalami tekanan dari keluarga dan masyarakat (Doyle et al., 2012; Ruegamer, 2022; & Stahnke et al., 2020). Di sisi lain individu *childfree* memiliki pandangan bahwa keluarga ideal tidak harus selalu dihubungkan dengan kehadiran anak. Terdapat orang-orang yang ingin menikmati hari tuanya tanpa terbebani dengan anak. Individu *childfree* menolak anggapan bahwa memiliki anak merupakan pusat dari identitas mereka (Carmichael dan Whittaker dalam Doyle et al., 2012). Di sisi lain, bagi sebagian masyarakat, anak merupakan penerus keturunan dalam sebuah keluarga, perekat rumah tangga, sebagai teman di masa tua, sebagai sumber penghasilan atau tulang punggung, dan sebagai penerus profesi orang tua (Soemanto, 2002; Nardo, 2016). Namun bagi individu yang memutuskan untuk tidak memiliki anak, mereka beranggapan bahwa dengan ada atau tidaknya anak, kehidupan mereka tetap baik-baik saja dan sah-sah saja bagi sebagian orang jika menganggap bahwa anak itu merupakan sumber kebahagiaan sejalan dengan penelitian Stahnke et al. (2020).

Kesiapan dalam memutuskan *childfree* mendukung individu untuk mengaktualisasikan dirinya dalam kehidupan baik dalam dunia nyata maupun di media sosial. Pengalaman dan dukungan dari lingkungan sekitar membantu individu untuk mencapai *ideal self*. Temuan menunjukkan bahwa individu *childfree* telah mencapai *ideal self* pada dunia nyata sehingga apa yang mereka tampilkan dalam media sosial adalah gambaran dari kepenuhan diri individu. Kebutuhan individu untuk mengaktualisasikan diri dinyatakan telah terpenuhi apabila telah mencapai tiga fase utama yaitu *congruence*, *empathy*, dan *unconditional positive regard*. *Congruence* tercapai pada saat *real self* dan *ideal self* sejalan. Dalam *real self*, individu menghadapi ekspektasi sosial mengenai kehadiran anak dalam rumah tangga dan persepsi sosial bahwa *childfree* adalah pilihan diluar arus utama. Meskipun demikian, individu masih dapat dengan bebas memaknai *childfree* sebagai pilihan hidup yang setara dengan pilihan untuk memiliki anak dan keputusan yang berasal dari diri sendiri, bukan pengaruh eksternal.

Dukungan lingkungan internal seperti orang tua, pasangan, bahkan lingkungan eksternal melalui orang-orang terdekat atas keputusan individu untuk *childfree* menunjukkan bahwa individu diberikan kesempatan untuk mewujudkan situasi yang idealnya

(*ideal-self*). Situasi yang ideal membuat individu nyaman dan semakin mantap atas keputusannya. Selain itu, ditemukan juga bahwa individu menunjukkan identitasnya untuk diketahui publik tanpa menutupi keputusan mereka sebagai individu *childfree* bahkan memiliki perasaan empati dengan memposisikan dirinya dari kacamata orang lain. Penelitian ini menunjukkan bahwa individu *childfree* dapat memahami pilihan hidup orang-orang yang memilih untuk memiliki anak dan hanya berharap agar bisa tercipta hubungan saling menghargai. Hal ini tampak pada salah satu narasumber dalam penelitian Doyle et al. (2012) yang menginvestasikan waktunya untuk berbelanja bersama keponakannya.

Aktualisasi diri semakin lengkap apabila mencapai fase *unconditional positive regard*. Situasi pada saat individu dapat diterima oleh lingkungannya tanpa harus memenuhi standar tertentu. Penelitian ini menunjukkan bahwa individu *childfree* dapat memilih jalan hidup sebagai *childfree* dan mendefinisikan kebahagiaan sesuai versi masing-masing. Lingkungan internal dan eksternal juga menghargai pilihan hidup individu. Kemantapan diri dalam memilih *childfree* ditunjukkan juga ketika mereka merespon konflik berupa penolakan di media sosial. Individu *childfree* tidak lagi melihat realitas di media sosial sebagai situasi yang perlu di supremasi sebagai sarana aktualisasi diri. Hal ini juga tidak terlepas dari penghargaan positif tak bersyarat dari orang-orang terdekat atas keputusannya memilih *childfree*.

Media sosial menyediakan informasi tentang konsep *childfree* dan menjadi sumber pengetahuan awal para individu yang memilih *childfree*. Aktualisasi diri individu *childfree* dituangkan dalam bentuk membagikan pengetahuan dan pengalaman mereka terkait pilihan hidup mereka di media sosial, tanpa bermaksud untuk mengampanyekan pilihan hidup *childfree* maupun mencari validasi dari orang lain. Membagikan pengalaman dan pendapat di media sosial murni untuk memberikan informasi terkait pandangan orang-orang yang memilih untuk tidak memiliki anak.

Media sosial juga menjadi media yang mempertemukan individu *childfree* dengan individu lain yang memiliki pemikiran dan pemahaman yang sama sehingga membentuk suatu jaringan sosial yang juga saling menguatkan satu sama lain. Hal ini sejalan dengan penelitian Buss, et al. (2022) pada kelompok transgender yang menyatakan bahwa kebutuhan sosial individu terpenuhi melalui jaringan sosial yang terbentuk melalui media sosial. Terpenuhinya

kebutuhan aktualisasi diri dalam kehidupan sehari-hari juga berkaitan dengan cara individu *childfree* menggunakan media sosial. Meskipun menyadari identitasnya sebagai identitas di luar arus utama memicu sinisme publik (Strapagiel, 2019), hingga tidak memenuhi preskripsi sosial (Nardo, 2016), individu *childfree* tidak menggunakan media sosial untuk berkampanye atau mencari validasi diri, melainkan untuk berbagi dan membangun jaringan sosial.

Hasil penelitian ini berbeda dengan penelitian sebelumnya, media sosial tidak selalu menjadi ruang yang aman dan bebas untuk berpendapat. Individu *childfree* juga sering mendapat respon negatif ketika membagikan pandangan mengenai *childfree* di media sosial Instagramnya. Respon-respon negatif tersebut bersifat menghakimi dan terkesan tidak menerima pandangan *childfree* karena cenderung dianggap sebagai kampanye agar orang-orang tidak mempunyai anak. Padahal sebenarnya tidak semua individu *childfree* yang menggunakan media sosial memiliki niat untuk berkampanye. Mereka hanya sekedar berbagi pengalaman dan meluruskan pandangan yang tentang *childfree*. Pengalaman di media sosial tersebut menyebabkan individu *childfree* bersikap lebih apatis dalam menanggapi respon negatif. Mereka tidak mau memaksakan kehendak agar orang-orang menyukai postingan yang dibagikan pada media sosialnya.

Temuan baru lainnya adalah mispersepsi terhadap keputusan *childfree* bukan hanya dilakukan oleh masyarakat umum namun juga pada individu yang memilih untuk *childfree*. Beberapa individu *childfree* pada media sosialnya terkesan membagikan pendapat seolah-olah individu yang memutuskan *childfree* tidak menyukai anak kecil. Hal ini akhirnya memperlebar jurang perbedaan antara individu yang memilih *childfree* dan tidak. Individu bebas untuk berpendapat, menyetujui ataupun tidak menyetujui, namun akan lebih baik jika kebebasan berpendapat setiap orang dihargai. Karena pada realitanya individu *childfree* sedang tidak mencari validasi atau pembenaran dari orang lain.

Pernyataan lebih baik menyesal tidak punya anak daripada menyesal punya anak karena anak tidak dapat di-*refund*, menunjukkan bahwa individu *childfree* tidak menyesal atas keputusannya saat ini. Penelitian Doyle (2012) menyebutkan bahwa sejauh penelitiannya dilakukan, tidak ada individu yang menyesali keputusannya untuk menjadi *childfree*. Mereka puas dengan keputusan mereka saat ini meskipun mereka berbeda dari orang kebanyakan.

Pertanyaan mengenai naluri keibuan mereka dijawab dengan bagaimana mereka dapat mengungkapkan cinta pada hewan piaraan dan termanifestasi dalam pekerjaan dan hobi mereka.

## Kesimpulan

Pada individu *childfree* yang menjadi subjek penelitian ini, diperoleh temuan yang berbeda dari asumsi awal dan penelitian-penelitian terdahulu. Didapati bahwa bagi mereka, media sosial bukan merupakan media untuk memvalidasi diri meskipun mereka menyadari bahwa keputusan yang diambil merupakan keputusan di luar arus utama. Individu *childfree* memiliki cara tersendiri dalam menggunakan media sosial sesuai dengan kebutuhannya masing-masing. Pola penggunaan media sosial oleh individu *childfree* menggambarkan keyakinannya yang diperoleh dari interaksi sehari-hari dengan lingkungannya. Individu yang memperoleh penerimaan dari lingkungannya seperti dukungan keluarga dan teman-teman dekat mencapai tingkat kepuhan diri dan dapat berfungsi secara utuh sebagai manusia. Dengan demikian, individu memanfaatkan media sosial sebatas untuk berbagi informasi, membentuk jejaring dengan individu lain yang sepemikiran, dan meluruskan mispersepsi mengenai *childfree*.

Beberapa temuan dalam penelitian ini juga memberikan sudut pandang lain terkait *childfree* yang berbeda dengan pandangan normatif masyarakat Indonesia. Temuan tersebut antara lain bahwa aktivitas individu *childfree* di media sosial tidak selalu bertujuan untuk mengkampanyekan gagasan *childfree*. Individu yang memutuskan *childfree* juga bukan berarti tidak menyukai keberadaan anak-anak di lingkungan sekitarnya. Harapan dari individu *childfree* adalah terciptanya hubungan saling menghargai antara individu yang memutuskan untuk memiliki anak dan individu yang memutuskan *childfree*.

Sebagai saran atas penelitian ini, peneliti melihat dari segi teknis, bahwa penelitian dengan strategi naratif sebaiknya dimulai dengan membuat panduan wawancara yang lebih rinci dan disajikan secara kronologis. Untuk menggali lebih dalam mengenai dinamika keputusan *childfree* dengan budaya arus utama, cakupan wilayah penelitian dapat diperluas tidak hanya pada kota besar melainkan daerah diluar kota besar atau pada kelompok masyarakat yang memiliki budaya patriarki yang kental. Secara lebih mendalam, dapat dikaji juga mengenai cara informan memperkecil kesenjangan antara *ideal-self* dengan *real-self* sehingga tercapai pemenuhan diri pada individu *childfree*.

## Daftar Pustaka

- Agrillo C., & Nelini C. (2008). Childfree by choice: A review. *Journal of Cultural Geography*, 25, 347–363.  
<https://doi.org/10.1080/08873630802476292>
- Aldida, V. I. (2023). Pernyataan Kontroversial Gita Savitri Soal Childfree yang Bikin Netizen hingga Artis Gemas. <https://celebrity.okezone.com/>.  
<https://celebrity.okezone.com/read/2023/02/09/33/2762259/pernyataan-kontroversial-gita-savitri-soal-childfree-yang-bikin-netizen-hingga-artis-gemas>.
- Appel, G., Grewal, L., Hadi, R., & Stephen, A. T. (2020). The future of social media in marketing. *Journal of the Academy of Marketing Science*, 48(1), 79–95.  
<https://doi.org/10.1007/s11747-019-00695-1>
- Ashburn-Nardo, L. (2017). Parenthood as a Moral Imperative? Moral Outrage and the Stigmatization of Voluntarily Childfree Women and Men. *Sex Roles*, 76(5–6), 393–401. <https://doi.org/10.1007/s11199-016-0606-1>
- Avivi, A. (2017). Childfree Women Surviving the Pushback and Forming an Identity in the Internet Era. *A Womb of Her Own: Women's Struggle for Sexual and Reproductive Autonomy* =-jp. 146-169
- Blackstone, A. (2019). *Childfree by Choice: The Movement Redefining Family and Creating a New Age of Independence*. Penguin.
- Blackstone, A., & Stewart, M. D. (2012). Choosing to be Childfree: Research on the Decision Not to Parent. *Sociology Compass*, 6(9), 718–727.  
<https://doi.org/10.1111/j.1751-9020.2012.00496.x>
- Braun, V. & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3, 77-101.  
<https://doi.org/10.1191/1478088706qp0630a>
- Brooks C. (2019). Meaning-making among intentionally childless women. *Interpersonal Journal of Transpersonal Studies*, 38(1), 140–153.  
<https://doi.org/10.24972/ijts.2019.38.1.140>
- Buss, J., Le, H., & Haimson, O. L. (2022). Transgender identity management across social media platforms. *Media, Culture & Society*, 44(1), 22–38.

- <https://doi.org/10.1177/01634437211027106>
- Cannon, Y., Speedlin, S., Avera, J., Robertson, D. L., Ingram, M., & Prado, A. (2017). Transition, Connection, Disconnection, and Social Media: Examining the Digital Lived Experiences of Transgender Individuals. *Journal of Lgbt Issues in Counseling, 11*(2), 68–87. <https://doi.org/10.1080/15538605.2017.1310006>
- Caputo, V. (2007) She's from a 'good family': Performing childhood and motherhood in a Canadian private school setting. *Childhood 14*: 173–192.
- Cavalcante, A. L. B. (2016). "I Did It All Online:" Transgender identity and the management of everyday life. *Critical Studies in Media Communication, 33*(1), 109–122. <https://doi.org/10.1080/15295036.2015.1129065>
- Cervone, D., & Pervin, L. A. (2008). *Personality: Theory and Research*. 10th edition. Hoboken, NJ: John Wiley & Sons.
- Corbett, L. (2018). Other than Mother: The Impact of Voluntary Childlessness on Meaning in Life, and the Potential for Positive Childfree Living. *International Journal of Existential Psychology and Psychotherapy, 7*(2).
- Creswell, J. W. (2014). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches*. SAGE.
- Doyle, J., Pooley, J. A., & Breen, L. J. (2012). A phenomenological exploration of the childfree choice in a sample of Australian women. *Journal of Health Psychology, 18*(3), 397–407. <https://doi.org/10.1177/1359105312444647>
- Etikan, I., Musa, S. A., & Alkassim, R. S. (2016). Comparison of convenience sampling and purposive sampling. *American journal of theoretical and applied statistics, 5*(1), 1-4. <https://dx.doi.org/10.11648/j.ajtas.20160501.11>
- Ford, J., G. (1991). Rogerian self-actualization: A clarification of meaning. *Journal of Humanistic Psychology, 31*(2). 101-111.
- Hanandita, T. (2022). Konstruksi masyarakat tentang hidup tanpa anak setelah menikah. *Jurnal Analisa Sosiologi 11*(1), 126-136. <https://doi.org/10.20961/jas.v11i1.56920>
- Harrington, R. M. (2019). Childfree by Choice. *Studies in Gender and Sexuality, 20*(1), 22–35. <https://doi.org/10.1080/15240657.2019.1559515>
- Helm, S., Kemper, J. A., & White, S. L. (2021). No future, no kids—no kids, no future? *Population and Environment, 43*(1), 108–129. <https://doi.org/10.1007/s11111-021-00379-5>
- Höglund, B., & Hildingsson, I. (2023). Why and when choosing child-free life in Sweden? Reasons, influencing factors and personal and societal factors: Individual interviews during 2020–2021. *Sexual & Reproductive Healthcare, 35*, 100809. <https://doi.org/10.1016/j.srhc.2022.100809>
- Ismail, N. A., & Tekke, M. (2015). Rediscovering Rogers's Self Theory and Personality. *Journal of Educational, Health and Community Psychology, 143*-150.
- Lazard, L. (2022). Digital mothering: Sharenting, family selfies and online affective-discursive practices. *Feminism & Psychology, 32*(4), 540–558. <https://doi.org/10.1177/09593535221083840>
- Lincoln, Y. S., & Guba, E. G. (1985). *Naturalistic inquiry*. SAGE.
- Maurer, M. M., & Daukantaitė, D. (2020). Revisiting the Organismic Valuing Process Theory of Personal Growth: A Theoretical Review of Rogers and Its Connection to Positive Psychology. *Frontiers in Psychology, 11*. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01706>
- McAlpine, L. (2016). Why might you use narrative methodology? A story about narrative. *Estonian Journal of Education. 4*(32). <https://doi.org/10.12697/EHA.2016.4.1.02B>
- McQuail, D. (2010). *Mass Communication Theory*. Sage Publications.
- Miles, M. B., & Huberman, A. M. (1994). *Qualitative Data Analysis: An Expanded Sourcebook*. 2nd edition. SAGE.
- Moen, T. (2006). Reflections on the Narrative Research Approach. *International Journal of Qualitative Methods, 5*(4), 56–69. <https://doi.org/10.1177/160940690600500405>
- Moore, J. E. (2014). Reconsidering Childfreedom: A Feminist Exploration of Discursive Identity Construction in Childfree LiveJournal Communities. *Women's Studies in Communication, 37*(2), 159–180.

- <https://doi.org/10.1080/07491409.2014.909375>
- Morison, T., Macleod, C., Lynch, I., Mijas, M., & Shivakumar, S. T. (2016). Stigma Resistance in Online Childfree Communities. *Psychology of Women Quarterly*, 40(2), 184–198. <https://doi.org/10.1177/0361684315603657>
- Mosher, W. D., & Bachrach, C. A. (1982). Childlessness in the United States. *Journal of Family Issues*, 3(4), 517–543. <https://doi.org/10.1177/019251382003004006>
- Neuman, W. L. (2021). *Social Research Methods: Qualitative and Quantitative Approaches*. 8th edition. Pearson.
- Padgett, D. (2017). *Qualitative methods in social work research*. SAGE.
- Parlak, S., & Tekin, I. (2020). A Phenomenological Study on Voluntarily Childless Women. *Psikoloji Çalışmaları - Studies in Psychology. Advance Online Publication*. <https://doi.org/10.26650/SP2019-0034>
- Pebley, A. R., & Bloom, D. (1982) "Childless Americans." *Amer. Demographics* 4, 1: 18-21.
- Rogers, C. R. (1961). *On Becoming a Person: A psychotherapists view of psychotherapy*. Boston: Houghton Mifflin.
- Ruegamer, A. M., & Dziengel, L. (2022) Why did they have children? Rural midlife women who are childfree. *Journal of Women & Aging*, 34(5), 551-566, <https://doi.org/10.1080/08952841.2021.1944002>
- Sandelowski, M. (1991). Telling Stories: Narrative Approaches in Qualitative Research. *Image--the Journal of Nursing Scholarship*, 23(3), 161–166. <https://doi.org/10.1111/j.1547-5069.1991.tb00662.x>
- Smith, I. W., Knight, T., Fletcher, R., & Macdonald, J. A. (2020). When men choose to be childless: An interpretative phenomenological analysis. *Journal of Social and Personal Relationships*, 37(1), 325–344. <https://doi.org/10.1177/0265407519864444>
- Soemanto, R. B. (2014). *Sosiologi Keluarga*. In: Pengertian dan Ruang Lingkup Sosiologi Keluarga. Universitas Terbuka, Jakarta. ISBN 9789790114302
- Stahnke, B., Blackstone, A., & Howard, H. (2020). Lived Experiences and Life Satisfaction of ChildFreeWomen in Late Life. *The Family Journal: Counseling and Therapy for Couples and Families*, 28(2), 159-167. <https://doi.org/10.1177/1066480720911611>
- Strapagiel, L. (2021). *Please Stop Asking Me Why I'm Not Having Children*. Refinery29. <https://www.refinery29.com/en-gb/childfree-by-choice>.
- Sumanto (2006). Kajian psikologis kebermaknaan hidup. *Buletin Psikologi*, 14(2), 115-135. ISSN: 0854-7108
- Suri, H. (2011). Purposeful sampling in qualitative research synthesis. *Qualitative Research Journal*, 11, 63-75.
- Tessarolo, M. (2006). Il Movimento Childfree. *Rivista di Studi Familiari*, 11, 47–58
- To, S. ming, So, Y. yan, & Chan, T. sam. (2014). An exploratory study on the effectiveness and experience of a parent enhancement group adopting a narrative approach. *Journal of Social Work*, 14(1), 41–61. <https://doi.org/10.1177/1468017313475554>
- Utamidewi, W., Widjanarko, W., Abidin, Z., & Nayiroh, L. (2022). When spouse decide to be childfree: Are they happy without child?. *Proceeding 2nd International Conference Science (ICCS 2022)*.
- Van Dijck, J. (2013). You have one identity: Performing the self on Facebook and LinkedIn. *Media, Culture & Society* 35: 199–215.