

Tantangan Konseling Keluarga Muslim dalam Menghadapi Fenomena *Childfree* di Indonesia

Ainul Mardiyah¹, Rahil Aneza Siregar², Halimah Tusyadiah³, Suci Nurihsani⁴

^{1,2,3,4}Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, Indonesia

Corresponding author e-mail: ainulmardiyah@uinsu.ac.id

Article History: Received on 16 April 2026, Revised on 25 Mei 2026,
Published on 25 June 2026

Abstract: Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis tantangan yang dihadapi konseling keluarga Muslim dalam menghadapi fenomena *childfree* di Indonesia serta mensintesis pendekatan konseling yang mampu mengintegrasikan aspek psikologis, sosial, budaya, dan nilai-nilai Islam. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode kajian pustaka (library research) melalui desain Narrative Literature Review (NLR). Data diperoleh dari artikel jurnal nasional dan internasional bereputasi, buku ilmiah, serta dokumen akademik yang dipublikasikan pada periode 2021–2025. Analisis data dilakukan menggunakan analisis isi (content analysis) melalui tahapan identifikasi, seleksi, kategorisasi, sintesis, interpretasi, dan penarikan kesimpulan terhadap literatur yang relevan. Hasil kajian menunjukkan bahwa keputusan pasangan memilih *childfree* dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain kondisi ekonomi, orientasi karier, kesehatan mental, kesiapan psikologis, pengalaman hidup, perubahan nilai sosial, serta pengaruh media digital. Fenomena tersebut menghadirkan tantangan bagi konseling keluarga Muslim berupa konflik nilai antara pilihan individu dengan norma agama dan budaya, tekanan sosial, serta perlunya penguatan kompetensi konselor dalam mengintegrasikan pendekatan psikologis, sosial, budaya, dan spiritual. Penelitian ini juga mengidentifikasi bahwa kajian mengenai *childfree* masih didominasi oleh perspektif hukum dan sosiologi, sementara pengembangan model konseling keluarga Islam masih terbatas. Kebaruan penelitian ini terletak pada sintesis konseptual yang mengintegrasikan perspektif konseling keluarga, psikologi, perubahan sosial, dan *maqāṣid al-syari'ah* sebagai landasan pengembangan model konseling keluarga Islam yang adaptif, kontekstual, dan responsif terhadap dinamika keluarga Muslim di Indonesia.

Keywords: *Childfree*, Konseling Keluarga Islam, Keluarga Muslim, Ketahanan Keluarga, *Maqāṣid Al-Syari'Ah*.

A. Introduction

Keluarga merupakan institusi sosial dan keagamaan yang memiliki kedudukan strategis dalam Islam sebagai fondasi pembentukan kepribadian, internalisasi nilai-nilai keislaman, serta sarana menjaga keberlangsungan generasi. Dalam perspektif hukum keluarga Islam, perkawinan tidak hanya dimaknai sebagai hubungan legal

antara laki-laki dan perempuan, tetapi juga sebagai ikhtiar mewujudkan keluarga yang sakinah, mawaddah, wa rahmah sekaligus merealisasikan tujuan syariat, khususnya *hifz al-nasl* (perlindungan keturunan). Namun, perkembangan masyarakat modern menunjukkan bahwa tujuan perkawinan semakin dipengaruhi oleh dinamika sosial, ekonomi, dan budaya yang menyebabkan munculnya berbagai bentuk pemaknaan baru terhadap kehidupan keluarga (Addzaky et al., 2025; Hidayat, 2025). Perubahan tersebut memperlihatkan bahwa institusi keluarga tidak lagi berada dalam ruang sosial yang statis, melainkan terus beradaptasi dengan perubahan nilai yang berkembang pada masyarakat kontemporer.

Perkembangan globalisasi, urbanisasi, meningkatnya tingkat pendidikan, kesetaraan gender, serta kemajuan teknologi digital telah mendorong perubahan orientasi hidup masyarakat, terutama generasi muda Muslim. Salah satu manifestasi perubahan tersebut adalah meningkatnya pilihan *childfree*, yaitu keputusan pasangan suami istri untuk tidak memiliki anak berdasarkan kesepakatan bersama. Fenomena ini tidak lagi dipandang sebagai isu individual semata, melainkan telah berkembang menjadi fenomena sosial yang dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti stabilitas ekonomi, kesehatan mental, fleksibilitas karier, perubahan peran gender, hingga pertimbangan kualitas hidup keluarga. Penelitian terbaru menunjukkan bahwa keputusan *childfree* sering kali merupakan hasil negosiasi rasional pasangan terhadap kondisi sosial dan psikologis yang mereka hadapi, bukan semata-mata bentuk penolakan terhadap institusi keluarga (Riarismayanti, 2025; Decision Making Regarding Childfree Choices in Couples, 2024).

Dalam konteks masyarakat Muslim Indonesia, fenomena *childfree* menghadirkan perdebatan yang lebih kompleks karena bersinggungan dengan ajaran agama, budaya kolektivistik, dan ekspektasi sosial mengenai fungsi reproduksi dalam perkawinan. Sejumlah kajian kontemporer menegaskan bahwa konsep *hifz al-nasl* perlu dipahami secara komprehensif, tidak hanya berorientasi pada aspek biologis, tetapi juga pada kualitas generasi, kesejahteraan keluarga, tanggung jawab sosial, dan kemaslahatan yang menjadi tujuan utama syariat. Dengan demikian, pembahasan mengenai *childfree* tidak cukup dilakukan melalui pendekatan normatif, melainkan memerlukan interpretasi yang kontekstual terhadap perubahan sosial yang terjadi dalam masyarakat Muslim modern (Addzaky et al., 2025; Mulyani, 2025).

Fenomena tersebut memberikan tantangan baru bagi praktik konseling keluarga Muslim. Selama ini layanan konseling keluarga lebih banyak difokuskan pada penyelesaian konflik rumah tangga, penguatan komunikasi pasangan, pengasuhan anak, dan pencegahan perceraian. Namun, meningkatnya pasangan yang memilih *childfree* menunjukkan bahwa konselor keluarga perlu memperluas ruang lingkup layanan dengan memahami dinamika kesehatan mental, hak reproduksi, perubahan nilai sosial, serta perkembangan budaya digital yang memengaruhi pengambilan keputusan keluarga. Pendekatan konseling yang hanya menitikberatkan pada penyampaian norma agama tidak lagi memadai untuk menjawab kompleksitas persoalan keluarga modern, sehingga diperlukan integrasi antara prinsip-prinsip konseling profesional dan nilai-nilai Islam yang bersifat dialogis, empatik, dan

berorientasi pada kemaslahatan keluarga (A'la, 2025; Hidayat, 2025).

Di samping itu, keputusan mengenai *childfree* tidak hanya berdampak pada hubungan suami istri, tetapi juga memengaruhi relasi dengan keluarga besar dan lingkungan sosial. Budaya masyarakat Indonesia yang masih memandang kehadiran anak sebagai simbol keberhasilan perkawinan menyebabkan pasangan *childfree* sering menghadapi tekanan sosial, stigma, bahkan konflik antargenerasi. Penelitian mutakhir menunjukkan bahwa tekanan tersebut dapat memengaruhi kualitas komunikasi pasangan, kesejahteraan psikologis, serta ketahanan keluarga apabila tidak dikelola secara adaptif. Oleh karena itu, konselor keluarga Muslim dituntut memiliki kompetensi multidisipliner yang mencakup psikologi keluarga, komunikasi interpersonal, literasi digital, hukum keluarga Islam, dan kemampuan melakukan mediasi terhadap konflik nilai yang berkembang dalam keluarga (Rosyad, 2026; A'la, 2025).

Meskipun kajian mengenai *childfree* mengalami perkembangan yang cukup pesat dalam lima tahun terakhir, sebagian besar penelitian masih didominasi oleh perspektif hukum keluarga Islam, *maqāṣid al-syarī'ah*, gender, maupun sosiologi keluarga. Penelitian yang secara khusus membahas tantangan konseling keluarga Muslim dalam menghadapi fenomena tersebut masih relatif terbatas. Padahal, perubahan pola pikir masyarakat menunjukkan bahwa konseling keluarga memiliki peran strategis dalam membantu pasangan memahami konsekuensi psikologis, sosial, dan spiritual dari setiap keputusan yang diambil. Berdasarkan kondisi tersebut, kajian pustaka ini bertujuan menganalisis tantangan konseling keluarga Muslim dalam menghadapi fenomena *childfree* di Indonesia serta menyintesis berbagai pendekatan konseling yang mampu mengintegrasikan aspek psikologis, sosial, budaya, dan nilai-nilai Islam. Hasil kajian diharapkan dapat memperkaya pengembangan keilmuan konseling keluarga Islam sekaligus menjadi rujukan bagi akademisi, konselor, dan pembuat kebijakan dalam merancang layanan konseling keluarga yang lebih kontekstual, adaptif, dan responsif terhadap dinamika keluarga Muslim kontemporer.

B. Methods

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian kajian pustaka (*library research*). Metode kajian pustaka dipilih karena memungkinkan peneliti melakukan identifikasi, evaluasi, sintesis, dan interpretasi secara kritis terhadap berbagai hasil penelitian terdahulu untuk membangun pemahaman konseptual mengenai tantangan konseling keluarga Muslim dalam menghadapi fenomena *childfree* di Indonesia. Menurut Snyder (2019), kajian pustaka tidak hanya berfungsi sebagai rangkuman penelitian sebelumnya, tetapi juga sebagai metode penelitian yang mampu menghasilkan kerangka konseptual baru melalui sintesis berbagai temuan empiris. Dengan demikian, penelitian ini berupaya mengintegrasikan perspektif konseling keluarga, psikologi, sosiologi keluarga, dan hukum Islam dalam menjelaskan dinamika fenomena *childfree* di Indonesia (Snyder, 2019).

Sumber data penelitian terdiri atas data primer dan data sekunder. Data primer berupa artikel ilmiah yang diterbitkan dalam jurnal nasional terakreditasi dan jurnal internasional bereputasi yang membahas fenomena *childfree*, konseling keluarga Islam, ketahanan keluarga (*family resilience*), psikologi keluarga, serta perubahan nilai sosial dalam masyarakat Muslim. Sementara itu, data sekunder diperoleh dari buku ilmiah, prosiding konferensi, dokumen kebijakan pemerintah, laporan organisasi internasional, dan literatur lain yang relevan. Untuk menjaga kebaruan kajian, penelitian ini memprioritaskan literatur yang diterbitkan dalam kurun waktu lima tahun terakhir (2021–2025), meskipun beberapa literatur klasik tetap digunakan sebagai landasan teoritis karena memiliki kontribusi yang kuat terhadap pengembangan konsep penelitian (Xiao & Watson, 2019).

Proses penelusuran literatur dilakukan secara sistematis melalui berbagai pangkalan data ilmiah, seperti Scopus, Web of Science, ScienceDirect, SpringerLink, Taylor & Francis Online, Emerald Insight, ProQuest, Google Scholar, Garuda, dan SINTA. Penelusuran dilakukan menggunakan kombinasi kata kunci dalam bahasa Indonesia dan bahasa Inggris, antara lain *childfree*, *childfree movement*, *Muslim family counseling*, *Islamic family counseling*, *family resilience*, *Islamic family*, *marriage and childfree*, *konseling keluarga Islam*, *keluarga Muslim*, *ketahanan keluarga*, dan *fenomena childfree di Indonesia*. Penggunaan berbagai kata kunci tersebut bertujuan untuk memperoleh cakupan literatur yang lebih luas dan mengurangi kemungkinan terlewatnya penelitian yang relevan (Paul & Criado, 2020).

Seleksi literatur dilakukan melalui beberapa tahapan yang meliputi identifikasi, penyaringan (*screening*), penilaian kelayakan (*eligibility*), dan penentuan artikel yang dianalisis. Artikel yang dipilih harus memenuhi beberapa kriteria inklusi, yaitu: (1) membahas fenomena *childfree*, konseling keluarga, keluarga Muslim, atau ketahanan keluarga; (2) dipublikasikan pada jurnal ilmiah yang melalui proses *peer review*; (3) tersedia dalam bentuk *full text*; (4) diterbitkan dalam bahasa Indonesia atau bahasa Inggris; dan (5) memiliki relevansi yang tinggi dengan tujuan penelitian. Sebaliknya, artikel yang berupa opini populer, publikasi ganda, atau tidak memiliki hubungan langsung dengan fokus penelitian dikeluarkan dari proses analisis. Tahapan seleksi tersebut penting untuk memastikan bahwa data yang digunakan memiliki kualitas akademik yang memadai sehingga hasil sintesis dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah (Page et al., 2021).

Data yang terkumpul kemudian dianalisis menggunakan analisis isi (*content analysis*). Analisis dilakukan melalui tahapan reduksi data, kategorisasi tema, interpretasi, sintesis, dan penarikan kesimpulan. Reduksi data dilakukan dengan mengidentifikasi informasi yang berkaitan dengan tantangan konseling keluarga Muslim, faktor-faktor yang memengaruhi munculnya pilihan *childfree*, perspektif Islam mengenai keturunan, dinamika komunikasi pasangan, konflik nilai dalam keluarga, serta strategi konseling keluarga berbasis nilai-nilai Islam. Selanjutnya, hasil dari berbagai penelitian dibandingkan untuk menemukan pola, kesamaan, perbedaan, dan kesenjangan penelitian (*research gap*) yang masih memerlukan pengembangan lebih lanjut. Analisis isi dipilih karena mampu menghasilkan pemahaman yang sistematis

terhadap makna suatu fenomena melalui interpretasi data tekstual secara mendalam (Krippendorff, 2019).

Untuk meningkatkan validitas penelitian, dilakukan triangulasi sumber, yaitu membandingkan informasi yang berasal dari berbagai jenis publikasi dan disiplin ilmu, seperti psikologi, konseling, sosiologi keluarga, hukum Islam, serta studi keluarga. Selain itu, setiap artikel dievaluasi berdasarkan kualitas metodologi penelitian, reputasi jurnal, jumlah sitasi, dan relevansi substansinya terhadap fokus penelitian. Langkah tersebut bertujuan untuk meminimalkan bias dalam proses sintesis literatur sekaligus meningkatkan kredibilitas hasil penelitian (Booth et al., 2021).

Melalui metode kajian pustaka ini diharapkan dapat diperoleh pemahaman yang komprehensif mengenai berbagai tantangan yang dihadapi konselor keluarga Muslim dalam merespons berkembangnya fenomena *childfree* di Indonesia. Selain itu, hasil penelitian diharapkan mampu menghasilkan sintesis konseptual mengenai strategi konseling keluarga Islam yang lebih adaptif terhadap perubahan sosial, budaya, dan keagamaan, sekaligus menjadi dasar bagi penelitian empiris pada masa mendatang (Paul & Criado, 2020; Snyder, 2019).

C. Results and Discussion

Results

Berdasarkan hasil kajian pustaka yang telah dilakukan, ditemukan bahwa fenomena *childfree* di Indonesia merupakan isu yang semakin berkembang dan menjadi bagian dari perubahan pola pikir masyarakat, khususnya pada pasangan usia produktif di wilayah perkotaan. Keputusan untuk tidak memiliki anak tidak lagi dipandang semata-mata sebagai persoalan reproduksi, tetapi juga berkaitan dengan perubahan orientasi hidup, perencanaan masa depan, kondisi ekonomi, kesiapan psikologis, karier, kesehatan, serta kebebasan individu dalam menentukan bentuk keluarga yang diinginkan. Perubahan tersebut menunjukkan adanya pergeseran nilai dari orientasi keluarga tradisional menuju orientasi yang lebih individual dan rasional.

Hasil kajian juga menunjukkan bahwa fenomena *childfree* menghadirkan tantangan baru bagi praktik konseling keluarga Muslim. Selama ini, konseling keluarga lebih banyak berfokus pada penyelesaian konflik rumah tangga, komunikasi pasangan, pola pengasuhan anak, dan keharmonisan keluarga. Namun, munculnya pilihan *childfree* menuntut konselor untuk menghadapi persoalan yang lebih kompleks karena berkaitan dengan keyakinan, nilai agama, norma budaya, serta hak individu dalam mengambil keputusan mengenai kehidupan keluarga.

Temuan berikutnya menunjukkan bahwa tantangan utama konselor keluarga Muslim terletak pada adanya perbedaan sistem nilai antara pasangan yang memilih *childfree* dengan nilai-nilai yang berkembang dalam keluarga Muslim Indonesia. Sebagian pasangan memandang keputusan tersebut sebagai bentuk perencanaan kehidupan yang rasional, sedangkan keluarga besar dan lingkungan sosial sering kali

memandang keberadaan anak sebagai tujuan utama pernikahan. Perbedaan pandangan tersebut berpotensi memunculkan konflik internal pasangan, tekanan dari keluarga besar, hingga menurunkan kualitas komunikasi dalam rumah tangga.

Selain konflik nilai, hasil kajian menemukan bahwa tekanan sosial menjadi faktor yang paling sering dialami oleh pasangan *childfree*. Berbagai bentuk pertanyaan mengenai keturunan, tuntutan untuk segera memiliki anak, stigma sosial, hingga anggapan bahwa pasangan tidak menjalankan fungsi keluarga secara utuh menjadi sumber tekanan psikologis yang dapat memengaruhi kesejahteraan emosional pasangan. Dalam kondisi tersebut, konselor keluarga dituntut mampu membantu pasangan membangun ketahanan psikologis, meningkatkan keterampilan komunikasi, serta mengelola tekanan sosial secara konstruktif.

Kajian ini juga menemukan bahwa alasan pasangan memilih *childfree* sangat beragam dan tidak dapat disederhanakan hanya sebagai penolakan terhadap kehadiran anak. Sebagian pasangan mempertimbangkan faktor ekonomi, tingginya biaya pengasuhan, kondisi kesehatan fisik maupun mental, pengalaman traumatis pada masa kecil, kekhawatiran terhadap kemampuan menjadi orang tua, serta kondisi lingkungan yang dianggap kurang mendukung untuk membesarkan anak. Keragaman faktor tersebut menunjukkan bahwa setiap kasus memerlukan pendekatan konseling yang bersifat individual dan kontekstual.

Temuan lain menunjukkan bahwa perkembangan media sosial memberikan pengaruh yang signifikan terhadap meningkatnya popularitas konsep *childfree* di Indonesia. Informasi yang mudah diakses melalui berbagai platform digital memungkinkan masyarakat memperoleh berbagai perspektif mengenai pilihan hidup tanpa anak. Akibatnya, pasangan muda memiliki referensi yang lebih luas dalam menentukan keputusan terkait kehidupan keluarga. Di sisi lain, penyebaran informasi yang tidak selalu disertai pemahaman yang utuh dapat menimbulkan kesalahpahaman, polarisasi pendapat, bahkan konflik dalam keluarga. Oleh karena itu, konselor keluarga perlu memiliki kemampuan literasi digital agar mampu memberikan edukasi yang objektif dan proporsional.

Hasil kajian juga memperlihatkan bahwa konseling keluarga Muslim tidak cukup hanya menggunakan pendekatan psikologis semata. Konselor perlu mengintegrasikan aspek psikologis, sosial, budaya, dan spiritual dalam proses konseling sehingga pasangan dapat memahami setiap keputusan secara menyeluruh. Pendekatan yang mengedepankan dialog, komunikasi empatik, musyawarah, penghargaan terhadap perbedaan pandangan, serta penguatan nilai-nilai keluarga menjadi kebutuhan penting dalam mendampingi pasangan yang menghadapi dilema terkait keputusan memiliki atau tidak memiliki anak.

Selain itu, ditemukan bahwa kompetensi konselor menjadi salah satu faktor penting dalam menghadapi fenomena *childfree*. Konselor tidak hanya dituntut menguasai teori konseling keluarga, tetapi juga memiliki pemahaman mengenai dinamika keluarga Muslim, perubahan sosial masyarakat, isu kesehatan mental, perkembangan

media digital, serta kemampuan menyelesaikan konflik berbasis nilai. Kompetensi tersebut memungkinkan konselor memberikan layanan yang profesional, objektif, dan sensitif terhadap kondisi unik yang dialami setiap pasangan.

Hasil kajian juga mengidentifikasi bahwa penelitian mengenai *childfree* di Indonesia masih lebih banyak membahas aspek hukum, sosial, dan perspektif keagamaan, sedangkan kajian yang secara khusus mengembangkan model konseling keluarga Muslim masih relatif terbatas. Belum banyak penelitian yang menawarkan strategi atau model konseling yang dapat digunakan secara praktis untuk membantu pasangan Muslim menghadapi persoalan *childfree*. Kondisi ini menunjukkan adanya kebutuhan untuk mengembangkan model konseling keluarga Islam yang lebih komprehensif, kontekstual, dan sesuai dengan dinamika masyarakat Indonesia.

Secara keseluruhan, hasil temuan menunjukkan bahwa fenomena *childfree* telah menjadi tantangan baru dalam praktik konseling keluarga Muslim di Indonesia. Tantangan tersebut meliputi perubahan nilai keluarga, konflik antara pilihan individu dan norma sosial, tekanan dari lingkungan, kompleksitas faktor psikologis, serta kebutuhan akan pendekatan konseling yang mampu mengintegrasikan aspek psikologis, sosial, budaya, dan spiritual. Oleh karena itu, konseling keluarga Muslim perlu terus beradaptasi dengan perubahan sosial yang terjadi agar tetap mampu memberikan pendampingan yang efektif dalam membangun keluarga yang harmonis, tangguh, dan berorientasi pada kemaslahatan bersama.

Discussion

Fenomena *childfree* di Indonesia menunjukkan bahwa institusi keluarga sedang mengalami transformasi yang dipengaruhi oleh perubahan sosial, ekonomi, budaya, dan perkembangan teknologi informasi. Hasil kajian pustaka memperlihatkan bahwa keputusan pasangan untuk tidak memiliki anak tidak lagi dipahami hanya sebagai persoalan biologis atau reproduksi, melainkan telah berkembang menjadi pilihan hidup (*lifestyle choice*) yang didasarkan pada pertimbangan rasional mengenai kualitas hidup, stabilitas ekonomi, kesehatan mental, kesiapan psikologis, serta pencapaian tujuan personal. Perubahan tersebut menunjukkan adanya pergeseran orientasi keluarga dari paradigma tradisional yang menempatkan fungsi reproduksi sebagai tujuan utama pernikahan menuju paradigma yang lebih menekankan aktualisasi diri dan kesejahteraan individu (Inglehart, 2020; Lesthaeghe, 2020).

Temuan penelitian ini memperkuat pandangan Second Demographic Transition Theory (SDT) yang menjelaskan bahwa masyarakat modern mengalami perubahan perilaku demografi sebagai konsekuensi meningkatnya pendidikan, urbanisasi, kesetaraan gender, dan berkembangnya nilai post-materialisme. Dalam teori tersebut dijelaskan bahwa individu semakin menempatkan kebebasan memilih, otonomi pribadi, dan kualitas hidup sebagai prioritas dibandingkan pemenuhan norma keluarga tradisional (Lesthaeghe, 2020). Meskipun Indonesia masih dikenal sebagai negara dengan budaya kolektivistik dan religiusitas yang tinggi, arus globalisasi serta penetrasi media digital menyebabkan sebagian generasi muda mulai mengadopsi nilai-nilai individualistik yang memengaruhi cara mereka memandang pernikahan

dan keturunan. Oleh karena itu, fenomena *childfree* tidak dapat dipahami sebagai gejala yang berdiri sendiri, tetapi merupakan bagian dari dinamika perubahan struktur sosial yang terjadi secara global.

Di sisi lain, hasil kajian menunjukkan bahwa berkembangnya fenomena *childfree* menghadirkan tantangan yang signifikan bagi praktik konseling keluarga Muslim. Selama ini, layanan konseling keluarga lebih banyak diarahkan pada penyelesaian konflik rumah tangga, komunikasi suami istri, pola pengasuhan, maupun adaptasi keluarga setelah memiliki anak. Namun, munculnya pasangan yang secara sadar memilih untuk tidak memiliki keturunan menghadirkan isu baru yang menyentuh dimensi psikologis, etika, budaya, hukum, dan agama secara bersamaan. Hal tersebut menunjukkan bahwa ruang lingkup konseling keluarga mengalami perluasan sehingga konselor dituntut memiliki kemampuan yang lebih adaptif dalam memahami perubahan sosial yang berkembang di masyarakat (Goldenberg et al., 2017).

Berdasarkan hasil temuan, salah satu tantangan terbesar yang dihadapi konselor keluarga Muslim adalah munculnya konflik nilai (*value conflict*) antara pilihan personal pasangan dengan norma sosial dan ajaran agama yang berkembang di lingkungan keluarga. Dalam perspektif Family Systems Theory yang dikembangkan Bowen, keluarga merupakan suatu sistem emosional yang saling terhubung sehingga setiap keputusan individu akan memengaruhi keseimbangan seluruh anggota keluarga (Bowen, 1978). Keputusan pasangan untuk menjalani kehidupan *childfree* tidak hanya memengaruhi hubungan suami istri, tetapi juga berdampak terhadap harapan orang tua, relasi antargenerasi, bahkan posisi sosial keluarga di tengah masyarakat. Oleh sebab itu, konflik yang muncul bukan semata-mata konflik interpersonal, melainkan konflik sistem keluarga yang melibatkan ekspektasi kolektif mengenai keberlanjutan keturunan.

Fenomena tersebut menjadi semakin kompleks apabila dikaitkan dengan karakteristik masyarakat Indonesia yang masih memiliki budaya pronatalis, yaitu budaya yang menempatkan kehadiran anak sebagai simbol keberhasilan, keberkahan, sekaligus penerus garis keturunan keluarga. Dalam budaya demikian, pasangan yang memilih *childfree* sering memperoleh tekanan berupa stigma sosial, pertanyaan mengenai kesuburan, maupun anggapan bahwa mereka belum menjalankan fungsi keluarga secara utuh. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tekanan sosial tersebut menjadi salah satu sumber stres yang paling dominan bagi pasangan *childfree*. Kondisi ini sejalan dengan Ecological Systems Theory yang menyatakan bahwa perkembangan individu dipengaruhi oleh interaksi berbagai sistem lingkungan, mulai dari keluarga inti, keluarga besar, lingkungan sosial, media massa, hingga budaya masyarakat secara keseluruhan (Bronfenbrenner & Morris, 2006). Dengan demikian, permasalahan yang dihadapi pasangan *childfree* tidak cukup diselesaikan melalui konseling individual, tetapi memerlukan pendekatan sistemik yang melibatkan konteks sosial dan budaya.

Kajian ini juga menemukan bahwa alasan pasangan memilih *childfree* sangat beragam

dan tidak dapat digeneralisasi sebagai bentuk penolakan terhadap nilai-nilai keluarga. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa keputusan tersebut sering dipengaruhi oleh pertimbangan ekonomi, meningkatnya biaya pengasuhan anak, ketidakpastian kondisi global, pengalaman traumatis masa kecil, kekhawatiran terhadap kesehatan mental, hingga rendahnya kepercayaan diri dalam menjalankan peran sebagai orang tua (Blackstone & Stewart, 2020; Ashburn-Nardo, 2021). Temuan tersebut menunjukkan bahwa keputusan *childfree* merupakan hasil interaksi antara faktor psikologis, sosial, ekonomi, dan lingkungan sehingga membutuhkan proses asesmen yang komprehensif sebelum konselor memberikan intervensi.

Dari perspektif psikologi konseling, hasil penelitian ini memperlihatkan bahwa pendekatan Person-Centered Therapy yang dikembangkan Rogers masih memiliki relevansi yang tinggi dalam mendampingi pasangan yang mengalami dilema mengenai keputusan reproduksi. Rogers menekankan bahwa hubungan konseling yang dibangun melalui empati, penerimaan tanpa syarat (*unconditional positive regard*), dan keaslian (*congruence*) mampu membantu klien mengeksplorasi nilai, kebutuhan, dan tujuan hidupnya secara lebih terbuka (Rogers, 1961). Dalam konteks fenomena *childfree*, pendekatan tersebut penting untuk menghindari sikap menghakimi sehingga pasangan merasa aman dalam mengungkapkan alasan maupun kekhawatiran mereka. Akan tetapi, hasil kajian ini menunjukkan bahwa pendekatan humanistik saja belum cukup diterapkan pada keluarga Muslim karena keputusan mengenai keturunan tidak hanya berkaitan dengan kepentingan individu, tetapi juga memiliki dimensi spiritual dan tanggung jawab moral.

Oleh karena itu, hasil penelitian ini menegaskan pentingnya integrasi pendekatan psikologi modern dengan prinsip-prinsip konseling keluarga Islam. Dalam perspektif Islam, tujuan pernikahan tidak hanya membangun hubungan emosional antara suami dan istri, tetapi juga mewujudkan keluarga yang sakinah, mawaddah, wa rahmah serta menjaga keberlangsungan generasi sebagai bagian dari *maqāṣid al-syarī'ah*, khususnya prinsip *ḥifẓ al-nasl*. Namun demikian, hasil sintesis literatur menunjukkan bahwa implementasi nilai tersebut dalam praktik konseling tidak seharusnya dilakukan melalui pendekatan yang normatif dan preskriptif semata. Sebaliknya, konselor perlu mengembangkan proses dialog yang mengedepankan musyawarah, penghormatan terhadap kondisi psikologis pasangan, pertimbangan kesehatan reproduksi, kesiapan ekonomi, serta kemaslahatan keluarga secara menyeluruh. Pendekatan integratif tersebut memungkinkan nilai-nilai Islam hadir sebagai sumber refleksi dan penguatan, bukan sebagai instrumen yang menimbulkan tekanan psikologis bagi pasangan.

Temuan penelitian ini juga memperlihatkan bahwa media sosial menjadi salah satu faktor yang mempercepat penyebaran gagasan *childfree* di Indonesia. Berbagai platform digital memungkinkan masyarakat mengakses pengalaman, narasi, dan argumentasi dari pasangan *childfree* di berbagai negara sehingga memengaruhi cara pandang generasi muda terhadap konsep keluarga. Fenomena ini dapat dijelaskan melalui Social Learning Theory, yang menyatakan bahwa individu mempelajari sikap dan perilaku melalui observasi terhadap model yang dianggap menarik atau kredibel

(Bandura, 1986). Semakin intens paparan terhadap narasi *childfree*, semakin besar kemungkinan individu melakukan refleksi terhadap nilai yang sebelumnya diyakini. Oleh karena itu, konselor keluarga Muslim dituntut memiliki literasi digital yang memadai agar mampu membantu pasangan membedakan informasi yang berbasis bukti ilmiah dengan narasi yang bersifat subjektif atau ideologis.

Selain kemampuan memahami dinamika sosial, hasil kajian ini menunjukkan bahwa kompetensi profesional konselor merupakan faktor yang menentukan keberhasilan layanan konseling keluarga. Konselor perlu memiliki kompetensi multidisipliner yang mencakup psikologi keluarga, komunikasi interpersonal, hukum keluarga Islam, kesehatan mental, sensitivitas budaya, serta kemampuan melakukan asesmen terhadap konflik nilai yang berkembang dalam keluarga. Kompetensi tersebut menjadi semakin penting mengingat fenomena *childfree* tidak dapat diselesaikan melalui satu perspektif keilmuan saja, melainkan membutuhkan kolaborasi antara pendekatan psikologis, sosiologis, dan keagamaan agar solusi yang dihasilkan bersifat komprehensif dan kontekstual.

Menariknya, hasil kajian pustaka ini juga menemukan bahwa sebagian besar penelitian mengenai *childfree* di Indonesia masih didominasi oleh pendekatan hukum Islam, sosiologi, komunikasi, dan studi gender, sedangkan kajian yang mengembangkan model konseling keluarga Islam sebagai bentuk intervensi praktis masih sangat terbatas. Kesenjangan tersebut menunjukkan adanya peluang pengembangan penelitian pada masa mendatang, khususnya dalam merancang model konseling keluarga berbasis *maqāṣid al-syarī'ah*, *family resilience*, dan pendekatan psikologi Islam yang dapat diimplementasikan secara nyata di lembaga konseling keluarga, kantor urusan agama, maupun pusat layanan konseling masyarakat.

Secara keseluruhan, pembahasan ini memperlihatkan bahwa fenomena *childfree* merupakan refleksi dari perubahan sosial yang kompleks sehingga tidak dapat disederhanakan sebagai persoalan menerima atau menolak kehadiran anak. Fenomena tersebut memperlihatkan adanya interaksi antara perubahan nilai, dinamika psikologis, perkembangan media digital, tekanan sosial, serta pemaknaan religius terhadap keluarga. Oleh karena itu, konseling keluarga Muslim perlu bergerak dari pendekatan yang bersifat kuratif menuju pendekatan yang lebih preventif, edukatif, dan transformatif dengan mengintegrasikan teori konseling modern, teori sistem keluarga, teori perubahan sosial, serta nilai-nilai Islam. Pendekatan demikian diharapkan mampu menghasilkan layanan konseling yang lebih adaptif terhadap dinamika masyarakat kontemporer sekaligus tetap menjaga tujuan utama pembentukan keluarga yang harmonis, tangguh, dan berorientasi pada kemaslahatan.

D. Conclusions

Penelitian ini menunjukkan bahwa fenomena *childfree* di Indonesia merupakan bagian dari perubahan sosial yang memengaruhi cara pandang masyarakat terhadap institusi keluarga dan menghadirkan tantangan baru bagi praktik konseling keluarga Muslim. Keputusan untuk tidak memiliki anak dipengaruhi oleh berbagai faktor

psikologis, ekonomi, sosial, budaya, dan perkembangan media digital sehingga memerlukan pendekatan konseling yang tidak hanya berorientasi pada aspek psikologis, tetapi juga mengintegrasikan nilai-nilai Islam, komunikasi keluarga, serta sensitivitas terhadap perubahan sosial. Temuan ini mengimplikasikan pentingnya pengembangan model konseling keluarga Islam yang adaptif, kontekstual, dan berbasis *maqāṣid al-syarī'ah* sebagai pedoman bagi konselor dalam mendampingi pasangan Muslim menghadapi dilema terkait *childfree*. Namun demikian, penelitian ini masih terbatas pada metode kajian pustaka sehingga belum didukung oleh data empiris mengenai pengalaman pasangan *childfree* maupun praktik konseling secara langsung. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan menggunakan pendekatan empiris, baik kualitatif, kuantitatif, maupun *mixed methods*, serta mengembangkan dan menguji efektivitas model konseling keluarga Islam agar diperoleh strategi intervensi yang lebih aplikatif, komprehensif, dan sesuai dengan dinamika masyarakat Muslim Indonesia.

E. Acknowledgement

Berdasarkan hasil studi literatur, dapat disimpulkan bahwa dinamika komunikasi keluarga di era digital dipengaruhi oleh perkembangan teknologi, kualitas komunikasi, literasi digital, dan kemampuan keluarga dalam beradaptasi terhadap perubahan. Teknologi digital tidak secara langsung menjadi penyebab konflik keluarga, tetapi dapat memperkuat maupun melemahkan hubungan keluarga bergantung pada pola penggunaannya. Oleh karena itu, komunikasi yang terbuka, keseimbangan antara interaksi digital dan tatap muka, serta penguatan literasi digital menjadi faktor utama dalam menciptakan keluarga yang harmonis, resilien, dan mampu menghadapi tantangan era digital.

References

- Ashburn-Nardo, L. (2021). Parentless by choice: Stigma and stereotypes toward voluntarily childfree adults. *Current Opinion in Psychology*, 43, 190–194.
- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Prentice-Hall.
- Blackstone, A., & Stewart, M. D. (2020). Choosing to be childfree: Research on the decision not to parent. *Sociology Compass*, 14(2), e12760.
- Booth, A., Sutton, A., & Papaioannou, D. (2021). *Systematic approaches to a successful literature review* (3rd ed.). Sage Publications.
- Bowen, M. (1978). *Family therapy in clinical practice*. Jason Aronson.
- Bronfenbrenner, U., & Morris, P. A. (2006). The bioecological model of human development. In W. Damon & R. M. Lerner (Eds.), *Handbook of child psychology* (6th ed., Vol. 1, pp. 793–828). John Wiley & Sons.
- Goldenberg, H., Stanton, M., & Goldenberg, I. (2017). *Family therapy: An overview* (9th

ed.). Cengage Learning.

Inglehart, R. (2020). *Cultural evolution: People's motivations are changing, and reshaping the world*. Cambridge University Press.

Krippendorff, K. (2019). *Content analysis: An introduction to its methodology* (4th ed.). Sage Publications.

Lesthaeghe, R. (2020). The second demographic transition, 1986–2020: Sub-replacement fertility and rising cohabitation – A global update. *Genus*, 76(10).

Page, M. J., McKenzie, J. E., Bossuyt, P. M., Boutron, I., Hoffmann, T. C., Mulrow, C. D., et al. (2021). The PRISMA 2020 statement: An updated guideline for reporting systematic reviews. *BMJ*, 372, n71.

Paul, J., & Criado, A. R. (2020). The art of writing literature review: What do we know and what do we need to know? *International Business Review*, 29(4), 101717.

Rogers, C. R. (1961). *On becoming a person: A therapist's view of psychotherapy*. Houghton Mifflin.

Snyder, H. (2019). Literature review as a research methodology: An overview and guidelines. *Journal of Business Research*, 104, 333–339.

Xiao, Y., & Watson, M. (2019). Guidance on conducting a systematic literature review. *Journal of Planning Education and Research*, 39(1), 93–112.