

## **RIDA DALAM PSIKOLOGI ISLAM DAN KONSTRUKSI ALAT UKURNYA**

**Ahmad Rusdi**

Fakultas Psikologi dan Sosial Budaya, Universitas Islam Indonesia

[ahmad\\_rusdi@uii.ac.id](mailto:ahmad_rusdi@uii.ac.id)

### **ABSTRAK**

Rida terdiri dari lima dimensi yang telah diuji masing-masing reliabilitasnya dengan Cronbach Alpha, antara lain pada dimensi rida terhaap musibah (0.704), nikmat (0.753), masa lalu (0.620), masa depan (0.874), dan kesalahan orang lain (0.858). Penelitian ini telah mengkonfirmasi apakah lima dimensi tersebut dapat mengukur rida secara umum. Analisis faktor konfirmatori telah menunjukkan bahwa kelima dimensi tersebut dapat mengukur rida. Ditemukan RMSEA sebesar 0.079, TLI sebesar 0.906, CFI sebesar 0.926. Semua menunjukkan model yang baik. Untuk penggunaan praktis, alat ukur ini juga direduksi dari 22 item menjadi 14 item. Analisis korelasi menunjukkan bahwa sama saja dalam mengukur rida (0.984). Item yang lebih sedikit namun mewakili akan membuat alat ukur menjadi lebih efisien. Penelitian kedepannya diharapkan dapat menguji rida dengan berbagai variabel lain.

**Kata Kunci:** rida, skala, instrumen, alat ukur, psikologi Islam

### **PENDAHULUAN**

Rida dalam ajaran Islam dianggap sebagai suatu sifat yang harus dimiliki jika seseorang ingin mendapatkan keridaan Allah (al-Bayyinah: 8; al-Fajr: 28). Rida juga salah satu cara untuk sampai kepada Allah (al-Nābulṣī, 2009). ‘Abd al-Wāḥid ibn Zaid mengatakan bahwa rida adalah derajat yang paling mulia dan tinggi (al-Baihaqī, 2003) Namun, psikologi belum banyak membahas konsep ini secara mendalam.

Berkembangnya konsep *life satisfaction* menyebabkan penggunaan istilah *riḍā* di psikologi Timur Tengah mengalami pergeseran makna menjadi *satisfaction* dan kehilangan konsep *riḍā* yang berasaskan Islam. Oleh karena itu, saat ini konsep rida yang rasakan Islam diperjelas dengan istilah *al-riḍā ‘an Allāh* (rida kepada Allah) (al-Nābulṣī, 2009).

Alat ukur rida sebenarnya sudah dikembangkan oleh beberapa ahli psikologi di Timur Tengah. Namun, konsep *riḍā* yang dimaksud merupakan pemahaman dari konsep *satisfaction* (al-Maqṣūd, 2000; Mūsā, 2006; al-Dhawādī, 2015). Kondisi ini cukup mengkhawatirkan bagi pengembangan psikologi Islam. Pergeseran makna rida menjadi *satisfaction* bisa merubah pemahaman banyak orang di berbagai bidang mengenai konsep rida yang sebenarnya. Penggunaan istilah *riḍā* untuk menerjemahkan *satisfaction* dapat dimaklumi karena kedekatan makna antara keduanya. Dengan demikian, sampai saat ini tidak banyak ditemukan penelitian yang membahas rida dalam Islam sebagai variabel psikologi. Adapun rida dalam arti *satisfaction* sudah banyak dilakukan di Timur Tengah.

Konsep rida dalam Islam sampai saat ini kebanyakan dibahas pada ranah studi Ilmu Agama. Seperti membahas bagaimana rida dalam alquran (al-Jalād, 2010), rida sebagai perilaku hati (al-Munjid, 2009), rida dalam ketentuan Allah (Ibn Abi al-Dunya, 1990). Di Indonesia, ditemukan satu penelitian yang

membahas rida dalam kajian psikologi. Suatu penelitian melakukan pembuktian bagaimana rida terhadap takdir dalam mengurangi stres pada korban pascatrauma (Jamil, 2008). Rida merupakan bentuk pencapaian kebahagiaan yang khas bagi umat Islam. Khususnya di Indonesia yang memerlukan peningkatan kebahagiaan pada masyarakatnya (Helliwell, Huang, & Wang, 2015)..

Beberapa alat ukur *riḍā* yang dikembangkan antara lain: *Miqyās al-Riḍā ‘an al-Ḥayāh li al-Kibār*, yang berarti alat ukur kepuasan hidup untuk dewasa; *Miqyās al-Riḍā ‘an al-Ḥayāh li al-Atfāl*, yang berarti alat ukur kepuasan hidup untuk anak (al-Maqṣūd, 2000); Suatu buku panduan yang berjudul *Dalīl Miqyās al-Riḍā ‘an al-Mihnah li al-Mu’allimīn* juga dikembangkan untuk mengukur bagaimana kepuasan profesi guru (Mūsā, 2006). Semua alat ukur tersebut menggunakan istilah rida namun bermakna kepuasan sebagaimana konsep *satisfaction* di Psikologi Barat. Bahkan, buku dengan judul *al-Riḍā ‘an al-Ḥayāh wa al-Musānadah al-Ijtimā’iyah laday al-Mar’ah al-‘Āmilah* (al-Dhawādī, 2015) menjelaskan bagaimana hubungan antara rida dengan dukungan sosial pada wanita pekerja. Namun, rida yang dimaksud lagi-lagi konsep *satisfaction*, bukan konsep rida sebagaimana dalam ajaran Islam.

Berkembangnya alat ukur rida berbasis Islam justru di Indonesia. Tahun 2008, Jamil merancang alat ukur rida atas takdir Allah yang digunakan untuk mengetahui apakah rida dapat mengurangi stres. Alat ukur rida yang dirancangnya terdiri dari empat dimensi antara lain: 1) Menerima segala kejadian yang menimpa; 2) Bersikap tenang dan sabar; 3) Bersyukur kepada Allah; 4) Mengendalikan hawa nafsu. Alat ukur tersebut terdiri dari keseluruhan 14 item dan hanya 11 item yang dianggap konsisten dengan total item. Koefisien Alpha dari alat ukur tersebut adalah 0.8736 (Jamil, 2008).

Tidak banyak yang bisa diketahui dari jejak rekam alat ukur rida. Peneliti sudah mengakses ke berbagai perpustakaan digital dari perguruan tinggi baik di Indonesia maupun di Timur Tengah, namun tidak mendapati kajian tentang rida kepada Allah dalam bidang psikologi. Oleh karena itu, penelitian ini akan berusaha mendirikan alat ukur rida sebagaimana yang sebelumnya pernah digagas oleh Jamil (2008). Namun, Alat ukur ini direncanakan harus bisa secara terus menerus dikembangkan dan diperkuat melalui data empirik secara kontinyu.

Beberapa penelitian menemukan hubungan rida (dalam arti *satisfaction*) dengan variable positif psikologi lain. Suatu penelitian telah menemukan bahwa terdapat hubungan antara rida atas kehidupan (kepuasan hidup) dengan *self-esteem* pada mahasiswa (al-Namlah, 2013). Selain itu, juga ditemukan hubungan yang signifikan antara kepuasan hidup dengan penerimaan dukungan sosial pada pasien kanker payudara (Ṭashṭūsh, 2015). Kepuasan hidup merupakan bagian dari *subjective well-being*, maka seseorang yang puas akan hidupnya, maka dirinya akan memiliki afeksi positif yang baik dan afeksi negatif yang rendah (Corrigan, Kolakowsky-Hayner, Wright, Bellon, & Carufel, 2013). Kepuasan hidup yang baik tentunya hidup yang penuh dengan moral dan akhlak yang baik. Kepuasan hidup, kebahagiaan, dan moralitas merupakan tiga komponen yang tidak terpisahkan dalam membentuk kesejahteraan psikologis seseorang (Horley, 1984).

Rida dan kepercayaan kepada Allah nampaknya dapat mempengaruhi seseorang dalam mengatasi berbagai masalah hidup. Krause dan Hayward

melakukan penelitian untuk membuktikan bahwa kesulitan ekonomi yang berpengaruh pada rendahnya kesehatan, peningkatan depresi, dan rendahnya kepuasan hidup, dapat diatasi dengan kepercayaan yang tinggi kepada Tuhan (Krause & Hayward, 2015). Rida sebagai sifat menerima segalanya atas apa yang diberikan Allah, merupakan cara yang efektif dalam mengatasi berbagai kesulitan hidup. Selain itu, orang yang percaya kepada Tuhannya juga harus bersifat aktif dalam mengatasi berbagai kesulitan hidup harus bersifat aktif dalam mencapai hasil yang terbaik (Pargament, Koenig, & Perez, 2000).

Rida dan merasa puas dengan apa yang telah didapat dalam kehidupan merupakan hal yang penting dalam berbagai bidang. Tidak hanya dalam keseharian, namun dalam konteks pekerjaan (Erdogan, Bauer, Truxillo, & Mansfield, 2012), pendidikan dan pembentukan karakter remaja (Sun & Shek, 2012), dan anak (Proctor, Linley, & Maltby, 2009).

Rida juga dapat diartikan menerima dengan apa yang diberikan oleh Allah. Penerimaan dan kepuasan dalam hidup merupakan dua hal yang saling terkait (Poppe, Crombez, Hanouille, Vogelaers, & Petrovic, 2013). Begitujuga hubungannya dengan kesejahteraan psikologis seseorang (Xu, Oei, Liu, Wang, & Ding, 2014). Hasil dari kepuasan dan penerimaan adalah kebahagiaan (Singh & Khan, 2013).

Berbagai macam penelitian menjelaskan pentingnya rida dan variabel yang terkait, namun masalahnya adalah sampai saat ini belum ada alat ukur rida yang dikembangkan secara serius. Konsep rida bagi umat Islam adalah hal yang sangat penting, sentral, dan orientatif. Sudah menjadi ajaran yang melekat pada umat Islam bahwa hidup harus rida dan mengharapkan keridaan Allah. Namun, rida belum dibahas banyak dalam psikologi. Perkara akhirat adalah perkara yang penting bagi umat Islam. Adanya alat ukur rida menjadi penting untuk alat muhasabah diri sejauh mana sudah mencapai sifat rida dari yang seharusnya.

Adanya alat ukur rida dalam perspektif Islam sangat penting bagi kemajuan psikologi Islam. Sebagaimana diketahui bahwa pergeseran makna rida menjadi *satisfaction* telah terjadi. Maka, perlu suatu penelitian dan karya yang bisa mempertahankan dan menyelamatkan konsep rida berbasis Islam. Dengan demikian, kajian tentang rida tidak hanya dilakukan pada studi agama, melainkan juga pada psikologi. Rida merupakan suatu perasaan dan perilaku batin yang sebenarnya sangat penting dikaji dalam psikologi.

Mengetahui alat ukur rida artinya mengetahui indikasi dari rida dan dimensinya. Banyak yang tidak mengetahui bahwa rida bersifat multidimensional. Hal ini menjadi penting diketahui masyarakat bahwa melakukan rida bisa dilakukan dalam berbagai macam dimensi. Diharapkan dari penelitian ini muncul bagaimana modul pelatihan untuk meningkatkan rida baik secara individual maupun di kalangan masyarakat. Maka, ada dua tujuan penelitian ini: 1) Melakukan studi literatur untuk mengetahui bagaimana konsep rida dalam psikologi Islam; 2) Melakukan konstruksi alat ukur rida sesuai dengan studi literatur tersebut.

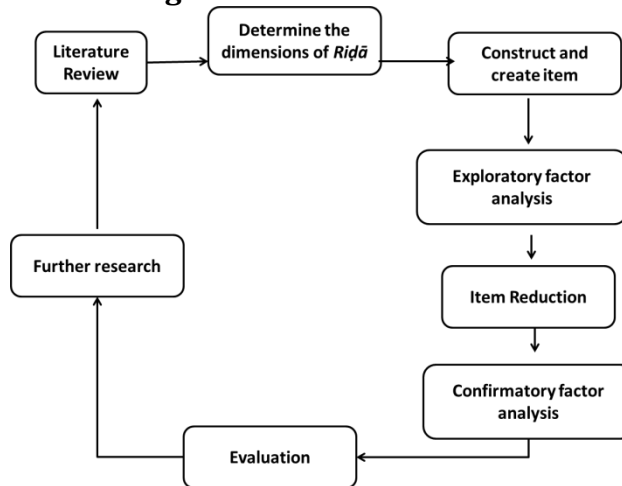
## **METODOLOGI**

### **Desain Penelitian**

Disain penelitian kali ini berbeda dengan penelitian untuk membuktikan kekuatan alat ukur sabar, syukur, kanaah, dan tawakal. Melainkan, bagaimana variabel tersebut mengukur rida. Oleh karena itu, mencari jumlah faktor bukan

menjadi tujuan utama penelitian ini, melainkan konfirmasi dimensi tersebut dalam mengukur rida. Berikut skema disain penelitian.

**Bagan 1. Desain Penelitian**



Disain penelitian ini diawali oleh studi literatur melalui berbagai karya Islam klasik dan modern. Karya dari para ulama merupakan prioritas utama untuk memahami bagaimana konsep rida. Setelah itu, uji empirik dilakukan untuk mengetahui bagaimana sabar, syukur, kanaah, dan tawakal memiliki dimensi rida pada masing-masingnya dan itu dapat digunakan untuk mengukur multidimensionalitas rida.

### **Sumber Penelitian**

Sumber literatur pada penelitian ini adalah berbagai karya muslim klasik yang menjelaskan konsep rida. Adapun siapa saja yang dikutip sebagai dasar literatur penelitian ini dapat dilihat di bagian kajian teori.

Sumber penelitian empirik pada penelitian ini adalah hasil angket yang telah diisi oleh responden. Adapun responden penelitian ini adalah 229 responden dari mahasiswa FPSB UII. Mereka diminta untuk mengisi alat ukur yang dirancang berdasarkan variabel yang telah dikonstruksikan.

### **Alat Ukur**

Penelitian ini bukan membuktikan suatu cetak biru, melainkan bagaimana merancang cetak biru yang efisien dalam mengukur rida. Sebagaimana dijelaskan bahwa dimensi rida ada di berbagai variabel sabar, syukur, kanaah, tawakal, dan kemaafan, maka cetak biru sudah ada pada masing-masing variabel tersebut.

Penelitian ini ingin mengetahui bagaimana cetak biru yang paling efisien dari dimensi rida pada variabel sabar, syukur, kanaah, memaafkan, dan tawakal secara efektif. Berikut ini kami memilih beberapa item yang dianggap dapat mengukur rida sebagai berikut.

**Tabel 1. Ringkasan Item Rida**

<b>Dimensi</b>	<b>Item</b>
Rida terhadap Musibah	Saya mudah bersedih ketika musibah atau kesulitan menimpa saya** Saya merasa semua musibah atau kesulitan yang menimpa saya amat berat** Saya sulit menghilangkan kecemasan atau kesedihan setelah ditimpa musibah atau kesulitan**
Rida terhadap Nikmat	Terkadang saya kurang puas atas nikmat yang sedikit** Jika sedang mendapatkan kesulitan, saya terlupa atas nikmat Allah karena terlalu memikirkan kesusahan** Saya merasa bahwa nikmat yang saya peroleh hanya sedikit** Terkadang saya lupa bahwa nikmat yang saya dapatkan berasal dari Allah**
Rida terhadap Masa Lalu	Nikmat yang saya dapatkan selama hidup adalah anugerah bagi saya* Sekalipun harta atau uang yang telah saya dapatkan selama ini sedikit, saya sangat bahagia karenanya* Ketika dalam kondisi keuangan yang sulit, saya merasa frustrasi** Ketika mendapatkan harta atau uang yang sedikit, saya mengeluh**
Rida terhadap Masa Depan	Seringkali saya gelisah memikirkan sesuatu yang buruk akan terjadi** Saya sering mencemaskan sesuatu yang belum terjadi** Saya merasa gelisah dalam menghadapi segala sesuatu yang akan terjadi** Saya khawatir masa depan saya penuh dengan kesulitan-kesulitan**
Rida terhadap Kesalahan Orang Lain	Saya ingin orang yang menyakiti saya menderita dan sengsara** Saya ingin orang yang menyakiti saya mengalami penderitaan yang sama dengan saya** Saya ingin orang yang menyakiti saya mendapatkan balasan yang setimpal** Saya sulit untuk dekat dengan orang yang pernah menyakiti saya** Saya menghindari orang yang pernah menyakiti saya** Saya tidak akan percaya dengan orang yang pernah menyakiti saya** Saya memutuskan hubungan dengan orang yang menyakiti saya**

\*Favourabel

\*\*Unfavourabel

Itulah item yang dianggap mewakili rida dari variabel sabar, syukur, kanaah, memaafkan, dan tawakal. Sabar mengandung dimensi rida terhadap musibah. Syukur mengandung dimensi rida terhadap nikmat. Kanaah mengandung dimensi rida terhadap masa lalu. Tawakal mengandung dimensi rida terhadap masa depan. Adapun memaafkan mengandung dimensi rida terhadap kesalahan orang lain. Dari seluruh item tersebut, peneliti ingin

mereduksi menjadi item yang lebih efisien. Adapun item yang telah direduksi dapat dilihat pada lampiran.

Skala yang digunakan adalah *rating scale*, yaitu skor 1-8. Semakin tinggi responden menunjukkan kesesuaian dengan item, semakin mendekati 8. Semakin responden menunjukkan ketidaksesuaian dengan item, semakin mendekati 1. Kemudian, *scoring* dilakukan pada tiap dimensi dengan teknik T-Score (Chadha, 2009). Teknik ini membuat rerata semua data menjadi 50 dan membuat kecendrungan data menjadi normal.

### **Teknik Analisis Data**

Terkait dengan analisis data, sumber literatur dianalisis dengan membandingkan satu pendapat dengan pendapat lain. Semakin banyak pendapat yang sama menunjukkan suatu konsep yang mapan dalam Islam. Setelah itu, konsep tersebut dikaitkan dengan dalil al-Qur'an dan hadits. Semakin relevan dengan dalil maka akan semakin tepat untuk dijadikan dimensi rida dalam psikologi Islam.

Teknik analisis statistik yang digunakan untuk menguji konstruksi alat ukur sabar yang dibuat dilakukan dengan beberapa analisis. Uji reliabilitas dilakukan untuk mengetahui konsistensi internal. Analisis faktor dilakukan untuk mengetahui bagaimana *loading* suatu item pada masing-masing dimensinya. Selain itu, Konfirmatori faktor analisis juga dilakukan untuk mengetahui apakah rida terhadap musibh, rida terhadap nikmat, rida terhadap masa lalu, rida terhadap masa depan, dan Rida terhadap kesalahan orang lain dapat mengukur rida multidimensional.

### **TEMUAN LITERATUR**

Teori tentang rida harus dikaji secara mendalam sebelum menentukan konstruksi psikologinya. Hal ini karena rida terkait dengan berbagai macam variabel seperti sabar, syukur, kanaah, tawakal, dan memaafkan. Semua itu harus dilacak melalui literatur Islam yang sedapat mungkin bersumber dari tradisi ilmiah Islam yang murni. Kedekatan teori rida dengan konsep yang dijelaskan dalam alquran dan hadis akan meningkatkan originalitas konsep rida sebagai variabel psikologi Islam.

### **Definisi Rida**

Secara bahasa, menurut *al-Mausū'ah al-Fiqhiyah al-Kuwaitiyah*, rida berarti memilih (*al-ikhtiyār*). Jika dikatakan, “aku rida terhadap sesuatu”, maka yang dimaksud adalah “aku telah memilih sesuatu itu”. Adapun arti dari *al-ikhtiyār* adalah memilih apa yang dianggap baik (أَخَذَ مَا يَرَاهُ خَيْرًا). Menurut Ibn 'Abd Allāh (t.t), rida adalah lawan kata dari kecewa (خِلَافَ السَّخَطِ). Rida secara istilah dapat dilihat pada definisi yang dijelaskan oleh Ibn Nayf al-Shuhūd (t.t) sebagai berikut:

الرِّضَا: سُرُورُ الْقَلْبِ وَطَيْبُ النَّفْسِ . وَهُوَ ضِدُّ السَّخَطِ وَالْكَرَاهَةِ

“Rida (adalah): senangnya hati dan baiknya jiwa. Antonim darinya adalah kecewa dan ketidaksukaan”

Adapun al-Shaukānī (t.t) menjelaskan bahwa rida adalah puas atas sesuatu dan merasa cukup dengannya (القنوع بالشئ والاكْتِفَاءَ بِهِ). Menurut Ibn 'Abd Allāh (t.t), rida adalah senangnya hati sekalipun dengan ketentuan yang pahit (سرور القلب بمرّ القضاء). Juga dapat dikatakan, rida adalah mengangkat (menghapus)

kekecewaan untuk segala hukum Allah (الرّضا ارتفاع الجزع في أيّ حكم). Juga dapat dikatakan, rida adalah sehatnya ilmu yang terhubung dengan hati (صحّة العلم الواصل (إلى القلب), karena ketika hati bertemu dengan ilmu, maka akan memunculkan rida.

Menurut Ibn al-Farjī, sebagaimana dikutip oleh al-Baihaqī (2003), menjelaskan tiga makna rida sebagai berikut:

معنى الرضا فيه ثلاثة أقوال : ترك الاختيار ، وسرور القلب بمر القضاء ، وإسقاط التدبير من النفس حتى يحكم لها عليها

*“Makna rida ada tiga pendapat: 1) Menjauhi (sekalannya) memilih ketentuan (Allah); 2) Hati tetap senang sekalipun menerima ketentuan yang pahit; 3) Tetap melakukan perbuatan (usaha) hingga dirinya mengetahui bagaimana ketentuannya”*

Peneliti menyimpulkan bahwa rida adalah menerima segala sesuatu yang diberikan oleh Allah baik berupa kesulitan, nikmat, masa lalu, masa depan, dan rasa sakit dari orang lain. Dari definisi tersebut dapat dipahami bahwa segala kejadian berasal dari Allah. Sebagaimana yang dijelaskan oleh al-Nābulṣī (2009) yang menjelaskan bahwa manusia harus rida atas segala sesuatu, karena segala sesuatu terjadi karena kehendak Allah.

### **Dinamika Rida**

Rida merupakan sifat wajib yang ada pada orang beriman. Adapun lawan dari pada rida, yaitu ketidakpuasan (*al-sukḥṭ*) adalah sifat wajib yang ada pada orang kafir. Rida adalah sifat wajib bagi orang yang dekat dengan Allah, dan *al-sukḥṭ* ada sifat wajib bagi orang yang jauh dari Allah (al-Nābulṣī, 2009).

Rida bahkan dianggap sebagai salah satu rukun dari rukun berakidah. Orang yang rida harus rela berhukum dan melaksanakan syariat sesuai ketentuan Allah dengan menerima dan tunduk. Ini adalah bentuk rida terhadap hukum Allah (Azzām, t.t). Sebaliknya, rida terhadap maksiat dan kemungkaran adalah suatu kebinasaan (Ibn 'Abd al-Wahhāb, 1420 H).

al-Nābulṣī (2009) menjelaskan bahwa ada dua jenis rida: 1) Rida secara takdir (*al-riḍā al-qadarīyah*). Yaitu rida yang diberikan kepada manusia dengan takdir Allah. Istilah lainnya adalah kondisi perolehan (*al-ḥāl wahabī*). Misalnya, merasakan ketenangan dan kedamaian karena situasi tertentu ; 2) Rida secara iman (*al-riḍā al-īmānīyah*). Yaitu rida atas sesuatu yang sedang dirasakannya dan menerima kada dan kadar dengan bersyukur melalui upayanya sendiri. Istilah lainnya adalah status yang diusahakan (*al-maqām kasabī*). Artinya, rida dan ketenangan yang dia dapat adalah hasil usaha dari latihan jiwa, proses melawan hawa nafsu, mendekatkan diri kepada Allah, dan meningkatkan keyakinan. Antara keduanya lebih tinggi derajat rida karena keimanan, sebagaimana dijelaskan oleh 'Alī ibn Abī Ṭālib sebagai berikut:

الرضا بمكروه القضاء أرفع درجات اليقين

*“Rida terhadap ketentuan Allah yang tidak menyenangkan, lebih tinggi derajatnya dari keyakinan”*

Ucapan Ali r.a tersebut menunjukkan bahwa rida terhadap sesuatu yang tidak menyenangkan membutuhkan keimanan yang lebih tinggi dibandingkan keyakinan yang memang sudah tertanam. Rida terhadap sesuatu yang tidak menyenangkan sesuatu yang tidak mudah dan membutuhkan perjuangan jiwa. Hal ini menunjukkan adanya perbedaan derajat antara *al-riḍā al-kasbiyah* dengan *al-riḍā al-wahabiyah*. Rida dengan usaha sifatnya menetap, adapun rida dengan perolehan sifatnya bergantung (al-Nābulṣī, 2009).

Upaya mencapai keridaan Allah bukanlah suatu hal yang mudah dan bisa didapat dengan sekejap. Mencapai keridaan Allah harus melalui perjuangan, pengrobanan, penerimaan, dan amal. Setelah usaha tersebut dilakukan dan mencapai hasil, maka kondisi rida pun akan didapatkan (al-Nābulṣī, 2009). Orang yang mencapai rida, maka dirinya akan mencapai kebahagiaan. Hal ini dijelaskan oleh Rasul s.a.w sebagaimana dikutip dalam kitab *Tuḥfah al-Aḥwadhī* dan juga dikutip oleh sebagai berikut:

مِنْ سَعَادَةِ ابْنِ آدَمَ رِضَاهُ بِمَا قَضَى اللَّهُ لَهُ وَمِنْ شَقَاوَةِ ابْنِ آدَمَ تَرْكُهُ اسْتِخَارَةَ اللَّهِ وَمِنْ شَقَاوَةِ ابْنِ آدَمَ سَخَطُهُ بِمَا قَضَى اللَّهُ لَهُ

*“Dari kebahagiaan anak Adam adalah dia rida dengan apa yang ditentukan oleh Allah untuknya. (Adapun) dari kesulitan anak Adam adalah ketika dia meninggalkan istikhārah kepada Allah. Dan juga dari kesulitan anak adam adalah ketika kecewa dengan apa-apa yang ditentukan oleh Allah untuknya”*

Sekalipun Menurut al-Albānī (t.t) hadis tersebut lemah, namun hadis tersebut menjelaskan bagaimana cara untuk rida kepada Allah. Menyandarkan pilihan kepada Allah (*istikhārah*) adalah cara untuk mencapai kebahagiaan dan perasaan rida. Adapun cara lain yang bisa dilakukan untuk mencapai sifat rida adalah mengenal nama dan sifat Allah. Dengan memahami bahwa Allah adalah Pencipta langit bumi, Yang Mahakuat, Mahakaya, Mahamulia, Mahapengasih, dan sebagainya, akan menghadirkan kedekatan, ketenangan, kepercayaan, dan tawakal kepada Allah. Setelah rida tercapai, seseorang akan merasakan nikmatnya iman (al-Nābulṣī, 2009). Hal ini dijelaskan oleh Rasul s.a.w sebagaimana dikutip oleh al-Nābulṣī (2009) sebagai berikut:

وعن العباس بن عبد المطلب: إنه سمع رسول الله صلى الله عليه وسلم يقول: ذَاقَ طَعْمَ الْإِيمَانِ مَنْ رَضِيَ بِاللَّهِ رَبًّا، وَبِالْإِسْلَامِ دِينًا، وَبِمُحَمَّدٍ رَسُولًا

*“Dari Ibn al-‘Abbās ibn ‘Abd al-Muṭallib, sesungguhnya dia telah mendengar Rasul s.a.w bersabda: Akan merasakan nikmatnya iman barang siapa yang rida kepada Allah sebagai rabb-nya, Islam sebagai agamanya, dan Muhammad sebagai Rasulnya”*

Rida juga merupakan sifat yang paling agung dihadapan Allah. Hal ini sebagaimana dijelaskan oleh Ibn Abi al-Dunya (1990) dalam Kitab *al-Ridā ‘an Allāh bi Qadā’ih* sebagai berikut:

الرضا باب الله الأعظم ، وجنة الدنيا ، ومستراح العابدين

*“rida adalah pintu Allah yang paling agung, (rida merupakan) surga ketika di dunia, dan ketenangan bagi para hamba”*

Pernyataan di atas menunjukkan bahwa kondisi rida merupakan sifat tertinggi bagi seorang hamba. Tidak hanya di akhirat, orang yang rida juga akan mendapat kebahagiaan di dunia. Selain itu, keridaan yang dirasakannya senantiasa membawa kedamaian dan ketentraman. Orang yang sudah mencapai sifat rida maka dirinya juga dapat dengan mudah melawan hawa nafsunya, sebagaimana yang dijelaskan oleh Abū Sulaimān (dalam Ibn Abi al-Dunya, 1990) sebagai berikut.

إذا سلا العبد عن الشهوات فهو راض

*“Apabila seorang hamba mampu terbebas dari syahwat, maka dia adalah orang yang rida”*



Rida sebagai level tertinggi juga dijelaskan oleh Abū 'Abd Allāh al-Barāthī (dalam Ibn Abi al-Dunya, 1990) sebagai berikut:

من وهب له الرضا فقد بلغ أفضل الدرجات

“Barangsiapa dikaruniakan kepadanya sifat rida, maka dia telah sampai derajat yang paling utama”

Pernyataan di atas menunjukkan bahwa rida merupakan level tertinggi dari keutamaan-keutamaan. Sebagaimana dikatakan oleh al-Ghazālī (t.t) bahwa rida adalah buah dari kecintaan (الرضا ثمرة من ثمار المحبة), rida adalah posisi tertinggi yang dimiliki oleh orang-orang yang mendekati diri kepada Allah (من أعلى مقامات المقربين). Rida merupakan sebab terangkatnya pembatas antara hamba dengan Allah (الرضا هو سبب دوام رفع الحجاب). al-Ṣafūrī (t.t) Juga mengatakan bahwa rida adalah sesuatu yang paling besar dari seluruh ketaatan (أكبر من سائر الطاعات).

Rida merupakan variabel yang penting dalam psikologi Islam. Rida mencakup berbagai dimensi dan menjadi inti pada masing-masingnya. al-Ghazālī (t.t) menjelaskan bahwa orang yang rida, ketika dalam kefakiran, dia akan bersabar (إن كان الفقر فإن فيه الصبر) dan ketika dalam keadaan kaya, dia berkorban (وإن كان الغنى فإن فيه البذل). Maka, pengorbanan seseorang merupakan indikasi dari keridaannya kepada Allah.

Ibn 'Abd Allāh (t.t) menjelaskan dua jenis rida: 1) Rida dengan melakukan perintah Allah, menjauhi larangan-Nya, dan hanya mengerjakan yang dibolehkan-Nya; 2) Rida terhadap musibah, berupa kefakiran, sakit, dan penghinaan. Hal ini juga dijelaskan oleh Ibn Taimiyah bahwa rida yang pertama bersifat wajib, dan yang kedua bersifat *mustahab* (disukai) (Ibn Taimiyah, 1426 H). Hal ini memperlihatkan bahwa rida tidak semua diwajibkan. Ada rida yang sulit dilakukan dan cukup berat untuk mencapainya. Di sini terlihat Ibn Taimiyah secara bijak menempatkan hukum rida.

## HASIL PENELITIAN

Pada bagian ini akan dikaji bagaimana masing-masing konsep dan properti psikometrik dari rida terhadap musibah, rida terhadap nikmat, rida terhadap masa lalu, rida terhadap masa depan, dan Rida terhadap kesalahan orang lain. Kemudian, penelitian ini akan melihat bagaimana keseluruhan dimensi tersebut mengukur rida keseluruhan. Setelah itu, kemungkinan reduksi item akan terjadi karena jika lima dimensi tersebut memuat item seluruhnya, akan terlalu banyak. Analisis korelasi akan menentukan apakah item yang direduksi dan yang tidak masih bisa mengukur hal yang sama.

### Rida terhadap Takdir Musibah

Rida terhadap takdir musibah adalah inti dari kesabaran. Seseorang yang rida pasti dia bersabar (al-Ṣafūrī, t.t). Bahkan, yang dimaksud kalimat yang berbunyi *fa sabr jamīl* (maka bersabar dengan indah) yang terdapat dalam surat Yūsuf ayat 18 dan 83 dapat diartikan sebagai rida dalam menghadapi musibah. Hal ini dijelaskan oleh 'Amrū ibn Qais al-Malā'ī sebagaimana dikutip dalam kitab *al-Ṣabr wa al-Thawāb 'alaih* sebagai berikut:

فصبر جميل قال : الرضا بالمصيبة ، والتسليم

“(Yang dimaksud kalimat) *fa sabr jamīl* (adalah): rida terhadap musibah dan berserah diri”

عَجَبًا لِأَمْرِ الْمُؤْمِنِ! إِنَّ أَمْرَهُ كُلَّهُ لَهُ خَيْرٌ، وَلَيْسَ ذَلِكَ لِأَحَدٍ إِلَّا لِلْمُؤْمِنِ، إِنْ أَصَابَتْهُ سَرَاءٌ شَكَرَ، فَكَانَ خَيْرًا لَهُ، وَإِنْ أَصَابَتْهُ ضَرَاءٌ صَبَرَ، فَكَانَ خَيْرًا لَهُ (أَخْرَجَهُ مُسْلِمٌ، عَنْ صَهْبِيبِ الرَّومِيِّ)

“Aku takjub dengan urusan orang mu’min. Sungguh segala perkara meraka baik, dan tidak yang demikian kecuali orang mu’min. Ketika diberikan kesenangan dia bersyukur. Itu adalah kebaikan. Dan ketika ditimpa musibah mereka bersabar. Itu juga kebaikan”

Hadits tersebut menurut al-Nābulṣī (2009) adalah hadis yang menjelaskan bagaimana perjuangan seseorang dalam memperoleh kondisi rida. Seseorang yang ditimpa musibah akan melatih dirinya bersabar secara disiplin (*indibāt*). Adapun ketika seseorang mendapatkan kesenangan yang banyak ataupun sedikit, dirinya menerima (*iqbāl*) dan berbuat baik atas kebaikan yang diperolehnya. Dari konsep tersebut, penelitian ini menyusun item mengenai rida dalam menghadapi musibah.

**Tabel 2. Properti Item Rida terhadap Musibah**

Item	Loading	Extraction	Corrected Item-Total Correlation	Mean
Saya mudah bersedih ketika musibah atau kesulitan menimpa saya	.795	.632	.524**	4.1081
Saya merasa semua musibah atau kesulitan yang menimpa saya amat berat	.789	.622	.516**	5.3243
Saya sulit menghilangkan kecemasan atau kesedihan setelah ditimpa musibah atau kesulitan	.794	.631	.523**	4.3694

Dari item tersebut, ditemukan Cronbach Alpha sebesar 0.704. *loading* faktor cukup baik dan memiliki konsistensi dengan total item yang cukup baik. Item tersebut juga merupakan cerminan dari kesabaran. Secara teoritik, Rida terhadap musibah merupakan inti dari kesabaran. Hal ini dijelaskan oleh ‘Abd al-Wāḥid ibn Zaid sebagaimana dikutip oleh Ibn al-Baihaqī (2003) sebagai berikut:

ما أحسب أن شينا من الأعمال يتقدم الصبر إلا الرضا , ولا أعلم درجة أشرف ولا أرفع من الرضا ، وهو رأس المحبة

“Aku tidak bisa mengira, sesungguhnya ada amalan yang menyertai sabar, kecuali rida. Aku tidak mengetahui suatu derajat yang paling mulia dan yang paling tinggi kecuali rida, dia (rida) adalah puncaknya cinta pada Allah (mahabbah)” (‘Abd al-Wāḥid ibn Zaid)

Pendapat ini menunjukkan bagaimana rida terhadap musibah merupakan inti dari kesabaran. Oleh karena itu, sabar merupakan suatu variabel yang di dalamnya melekat dimensi rida terhadap musibah. Dari konsep inilah seluruh item tersebut dirancang.

### Rida terhadap Nikmat Allah

Orang yang rida terhadap nikmat dan bersyukur, akan menunjukkan kebahagiaan yang lebih tinggi. Orang yang bersyukur memiliki korelasi dengan kebahagiaan subjektif (*subjective well-being*) dan sifat positif lain (Watkins, Woodward, Stone, & Kolts, 2003). Orang yang bersyukur atas suatu nikmat menunjukkan suatu kebahagiaan yang unik dan berbeda dari kebahagiaan material biasa (Wood, Froh, & Geraghty, 2010). Maka tentu saja, orang yang

bersyukur dapat menjauhkan dirinya dari berbagai gejala gangguan mental (Vernon, Dillon, & Steiner, 2009).

Orang yang rida terhadap nikmat Allah akan merasakan kepuasan walaupun hanya dengan yang sedikit. Hal ini juga pernah dibuktikan dalam sebuah penelitian bahwa seseorang yang bersyukur akan memiliki kepuasan hidup yang baik (Froh, Fan, Emmons, Bono, Huebner, & Watkins, 2011).. Dalam hadis sufistik, dijelaskan bagaimana Allah menjelaskan bahwa manusia jangan melihat sedikitnya rizki, tapi lihat siapa yang memberikannya. Sebagaimana yang dijelaskan oleh ayahnya ‘Abd al-Rahmān ibn Ibrāhīm al-Fuhrī dalam *al-Muntakhab min Kitāb al-Zuhud wa al-Raqā’iq* (al-Baghdādī, 2000) sebagai berikut:

أَوْحَى اللَّهُ عَزَّ وَجَلَّ إِلَى بَعْضِ أَنْبِيَائِهِ: إِذَا أُوتِيتَ رِزْقًا مِّنِّي، فَلَا تَنْظُرْ إِلَى قَلْتِهِ، وَلَكِنْ انظُرْ إِلَى مَنْ أَعْطَاكَ إِيَّكَ  
 “Allah memberikan wahyu kepada sebagian para Nabi: Jika engkau diberikan rizki oleh-Ku, maka jangan lihatlah dari sedikitnya, tapi lihatlah siapa yang memberikannya”

Pendapat ini dimaknai oleh al-Baghdādī (2000) sebagai bentuk rida terhadap rizki Allah. Orang yang diberikan nikmat kemudian kecewa karena sedikit, maka sama saja dia tidak melihat nikmat itu sebagai pemberian Allah. Segala rizki yang Allah berikan, sekalipun hanya sedikit, itu adalah pemberian dari Allah. Maka, rizki yang didapat jangan dilihat dari sedikitnya, melainkan dari pemberinya, yaitu Allah. Dengan demikian, orang akan rida dengan apapun yang didapatkannya. Dari konsep itulah rida terhadap nikmat dirancang sebagai berikut.

**Tabel 3. Properti Item Rida terhadap Nikmat**

Item	Loading	Extraction	Corrected Item-Total Correlation	Mean
Terkadang saya kurang puas atas nikmat yang sedikit	.817	.667	.619**	5.0868
Jika sedang mendapatkan kesulitan, saya terlupa atas nikmat Allah karena terlalu memikirkikan kesusahan	.754	.568	.543**	4.4977
Saya merasa bahwa nikmat yang saya peroleh hanya sedikit	.755	.570	.543**	5.9178
Terkadang saya lupa bahwa nikmat yang saya dapatkan berasal dari Allah	.716	.512	.505**	5.2877

Item di atas telah menghasilkan Cronbach Alpha sebesar 0.753. Keempatnya menghasilkan *loading* faktor yang cukup baik dan memiliki konsistensi dengan total item dengan cukup baik. Analisis selanjutnya akan dipilih tiga item dengan properti psikometrik terbaik untuk direduksi menjadi item rida.

### **Rida terhadap Masa Lalu**

Rida terhadap masa lalu adalah sesuatu yang paling berkonotasi dengan makna rida yang sebenarnya. Dengan kata lain, rida dengan yang telah terjadi

adalah rida yang sebenarnya. Hal ini sebagaimana dikutip dalam al-Baihaqī (2003) bahwa Rasul bersabda:

سئل أبو عثمان عن قول النبي صلى الله عليه وسلم : أسألك الرضا بعد القضاء فقال : « الرضا قبل القضاء عزم على الرضا ، والرضا بعد القضاء هو الرضا»

“Abū Uthmān bertanya kepada Nabi mengenai rida terhadap ketentuan Allah: Rasul menjawab: Rida sebelum datangnya ketentuan Allah adalah semangatnya rida, adapun rida setelah datangnya ketentuan Allah, itulah rida”

Orang yang rida dengan masa lalu, dia puas dengan nikmat dunia yang didapatkannya sekalipun sedikit. Ini merupakan inti dari kanaah, adapun kanaah dekat dengan zuhud. Rida merupakan indikasi kuat seseorang memiliki sifat rida. Hal ini dijelaskan oleh Faḍīl ibn ‘Ayyād sebagaimana dikutip dalam kitab *al-Zuhud wa Ṣifah al-Zāhidīn* sebagai berikut:

إن الزهد الرضا عن الله تعالى

“Sesungguhnya zuhud adalah rida kepada Allah”

Puasnya seseorang atas ketentuan Allah berupa nikmat yang telah diperoleh merupakan suatu bentuk rida yang sebenarnya. Orang yang rida tidak akan menyesali dan kecewa dengan apa yang telah didapatkannya di dunia. Hal ini dijelaskan oleh Abū ‘Uthmān al-Bīkindī sebagaimana dikutip oleh al-Baihaqī (2003) sebagai berikut:

من لم يندم على ما فات من الدنيا ، ولم يتأسف عليها

“(rida adalah) tidak menyesal dengan apa yang telah berlalu dari dunia dan tidak kecewa dengannya”

Dari pendapat tersebut, secara tesktual bagaimana rida juga mencakup ketidakmenyesalan dan ketidakkecewaan atas apa yang telah berlalu (*fāt*) dari dunia. Adapun yang dimaksud dunia adalah berupa nikmat duniawi. Orang yang rida tidak akan kecewa dengan nikmat yang telah didapatkan. Berdasarkan konsep itulah dimensi rida terhadap masa lalu dirancang.

**Tabel 4. Properti Item Rida terhadap Masa Lalu**

Item	Indikator		Extraction	Corrected Item-Total Correlation	Mean
	Puas	Kecewa			
Nikmat yang saya dapatkan selama hidup adalah anugerah bagi saya		.864	.763	.249**	6.6758
Sekalipun harta atau uang yang telah saya dapatkan selama ini sedikit, saya sangat bahagia karenanya		.767	.621	.393**	5.7580
Ketika dalam kondisi keuangan yang sulit, saya merasa frustrasi	.907		.832	.415**	5.2009
Ketika mendapatkan harta atau uang yang sedikit, saya mengeluh	.872		.778	.564**	5.8174

Dari keempat item tersebut, menghasilkan Cronbach Alpha sebesar 0.620. Namun, secara *loading* faktor dan internal konsistensi dengan skor total menunjukkan hasil yang baik. Rida terhadap masa lalu sangat dikaitkan dengan nikmat dunia. Pada analisis berikut, tiga item dengan properti psikometrik terbaik akan direduksi untuk menyusun item rida keseluruhan.

Salah satu cara mencapai rida terhadap masa lalu adalah dengan berdoa. Suatu doa pernah diucapkan Rasulullah sebagaimana dikutip al-Kalābādhi (t.t), juga dikutip dalam Kitab *al-Du'ā li al-Ṭabrānī* sebagai berikut:

وَأَسْأَلُكَ الرِّضَا بَعْدَ الْقَضَاءِ ، وَأَسْأَلُكَ بَرْدَ الْعَيْشِ بَعْدَ الْمَوْتِ ، وَغَسْلَ الْخَطِيَايَا وَتَمْحِيطَهَا وَكِفَارَتَهَا  
“*Aku minta kepada-Mu (agar bisa) rida setelah datang ketentuan-Mu, aku minta sejujurnya kehidupan setelah kematianku, dimandikan (dibersihkan) kesalahanku, dan diawasi (kesalahanku) kemudian ditutupi (kesalahanku)*”

Rida merupakan sesuatu yang harus diminta melalui doa. Manusia harus menyerahkan dirinya kepada Allah dalam memusatkan doanya (Frederick & White, 2015). Oleh karena itu, seseorang harus bersungguh-sungguh dalam mencapai rida.

### **Rida terhadap Masa Depan**

Rida terhadap masa depan jika disertai dengan usaha akan melahirkan sifat yang disebut dengan tawakal. Adapun tawakal merupakan sifat yang tidak bisa ditinggalkan, apabila ditinggalkan seseorang akan mengalami banyak persoalan psikologis (Clements & Ermakova, 2012). Bahkan, ketiadaan rida terhadap apa yang akan datang, akan memunculkan berbagai afeksi negatif (Fadardi & Azadi, 2015). Orang yang tidak bisa tenang dengan apa yang akan datang dan tidak mempercayakannya kepada Tuhan, mungkin mengalami kecemasan berulang (Knabb, Frederick, & Cumming III, 2016). Orang yang tidak bisa menerima apa yang akan terjadi dan senantiasa ragu dengan masa depannya, menunjukkan individu yang tidak mempercayakan nasib kepada Allah. Hal ini mungkin saja beresiko menjadi depresi (Lopez, Romero-Moreno, Marquez-González, & Losada, 2012).

Rida terhadap masa depan merupakan bentuk keyakinan seseorang kepada Allah bagaimana masa depannya akan terjadi. Mereka yang rida terhadap masa depan yang akan ditentukan Allah senantiasa menerima apapun yang akan terjadi dengan tenang. Hal ini sebagaimana yang dikutip oleh al-Baihaqī (2003) bahwa al-Kharrāz berkata:

الرِّضَا قَبْلَ الْقَضَاءِ تَفْوِيضٌ ، وَالرِّضَا بَعْدَ الْقَضَاءِ تَسْلِيمٌ  
“*Rida sebelum datangnya ketentuan adalah mempercayakan Allah, dan rida sesudah ketentuan adalah menerima dengan berserah diri*”

Rida terhadap apa yang akan datang merupakan inti dari tawakal. Hal ini dijelaskan oleh al-Ḥasan sebagaimana dikutip dalam al-Baihaqī (2003) sebagai berikut:

عَنْ عَبْدِ بْنِ مَنْصُورٍ ، قَالَ : سَأَلَ الْحَسَنَ عَنِ التَّوَكُّلِ ، فَقَالَ : « الرِّضَا عَنِ اللَّهِ عَزَّ وَجَلَّ »  
“*dari 'Ibād ibn Manṣūr: al-Ḥasan ditanya tentang tawakal, dia berkata: (tawakal adalah) rida kepada Allah*”

Rida, tawakal, dan berserah diri adalah satu kesatuan yang selalu dimiliki oleh orang yang senantiasa merasa puas. Hal ini dijelaskan oleh Ghilān ibn Jarīr (dalam Ibn Abi al-Dunya, 1990) sebagai berikut.

مَنْ أَعْطِيَ الرِّضَا وَالتَّوَكُّلَ وَالتَّفْوِيضَ فَقَدْ كَفِيَ  
“*Siapa yang diberikan sifat rida, tawakal, dan berserah, sungguh dia telah dicukupkan*”

Hadis di atas menjelaskan bagaimana rida dan tawakal adalah dua hal yang berkaitan dan saling terlibat. Dalam konteks ini, rida terhadap masa depan merupakan titik temu antara keduanya. Dari dasar itulah item mengenai rida terhadap masa lalu dirancang sebagai berikut.

**Tabel 5. Properti Item Rida terhadap Masa Depan**

Item	Loading	Extraction	Corrected Item-Total Correlation	Mean
Seringkali saya gelisah memikirkan sesuatu yang buruk akan terjadi	.893	.798	.792**	3.8869
Saya sering mencemaskan sesuatu yang belum terjadi	.870	.757	.748**	4.1493
Saya merasa gelisah dalam menghadapi segala sesuatu yang akan terjadi	.866	.749	.748**	4.3982
Saya khawatir masa depan saya penuh dengan kesulitan-kesulitan	.789	.622	.645**	4.3484

Berdasarkan empat item tersebut, didapatkan Cronbach Alpha sebesar 0.874. Item yang digunakan adalah item yang berlawanan dengan sikap yakin dengan masa depan yang diberikan Allah. Item tersebut adalah item yang paling kuat kemampuannya mengukur rida terhadap masa depan. Orang yang rida terhadap masa depan tentu saja menjauhi keraguan dan ketidakpercayaan atas Allah. Hal ini sebagaimana yang dijelaskan oleh Abū al-‘Abbās ibn ‘Atā’ sebagaimana yang dikutip oleh al-Baihaqī (2003) sebagai berikut:

الرضا ترك الخلاف على الله فيما يجريه على العبد

*“Rida menjauhkan seseorang dari keraguan kepada Allah dalam setiap perbuatan yang dilakukan seorang hamba”*

Hadis di atas menjelaskan bagaimana item unfavourabel dari rida terhadap masa depan berupa sikap keraguan, ketidakpercayaan, kecemasan, dan kekhawatiran akan masa depan. Berdasarkan konsep inilah item tersebut dibangun.

### **Rida terhadap Kesalahan Orang Lain**

al-Imām al-Shāfi‘ī menjelaskan bahwa salah satu tanda orang yang rida adalah bisa merubah rasa marahnya. Berikut pernyataan al-Imām al-Shāfi‘ī sebagaimana dikutip oleh al-Nābulsi (2009) sebagai berikut:

إذا كان سرورك بالنعمة كسرورك بالنعمة فقد رضيت عن الله، البطولة لا في الرخاء، أن تأتي الشدة

*“Apabila engkau tetap senang ketika marah, sebagaimana engkau senang ketika (diberikan) nikmat, maka engkau telah rida. Seorang pemenang bukan dilihat dari kemakmurannya, melainkan dari kesulitan yang dia hadapi”*

Pernyataan al-Imām al-Shāfi‘ī tersebut menjelaskan bagaimana seseorang yang rida ditandai dari kemampuannya bersusah payah merubah perasaan marah menjadi senang. Tidak muda bagi seseorang untuk merubah rasa marah menjadi penerimaan. Memaafkan tidak hanya mengendalikan marah, melainkan penerimaan dengan senang hati atas rasa sakit dari orang lain.

Orang yang mencapai sikap rida terhadap kesalahan orang lain, maka dirinya akan menyesal atas apa yang kemarahan diucapkannya. Hal ini dijelaskan oleh Mauriq al-‘Ajli sebagaimana dijelaskan dalam Kitab *al-Zuhud li Ahmad ibn Hanbal* sebagai berikut :

ما تكلمت بشيء في الغضب فندمت عليه في الرضا

“Apa yang telah engkau ucapkan ketika marah, maka engkau telah sesali ketika rida”

Ini menunjukkan bahwa sebelum orang rida dengan kesalahan orang lain, dirinya tidak akan menyadari bahwa rasa marah dan dendam yang dimiliki sebenarnya adalah hal yang merugikan yang akan membawa penyesalan di masa yang akan datang. Rida terhadap kesalahan orang tidak lain adalah melepaskan rasa dendam (*al-ḥiqd*) dan benci (*al-karāhiyah*). Berdasarkan itulah indikasi orang rida kepada orang lain, Berikut itemnya.

**Tabel 6. Properti Item Rida terhadap Kesalahan Orang (Memaafkan Orang)**

Item	Indikator		Mean	Corrected Item-Total Correlat ion	Extracti on
	<i>al-Ḥiqd</i>	<i>Karāhiyah</i>			
Saya ingin orang yang menyakiti saya menderita dan sengsara	.884		4.9140	.603**	.683
Saya ingin orang yang menyakiti saya mengalami penderitaan yang sama dengan saya	.824		6.0633	.626**	.808
Saya ingin orang yang menyakiti saya mendapatkan balasan yang setimpal	.796		4.1357	.542**	.562
Saya sulit untuk dekat dengan orang yang pernah menyakiti saya		.842	5.1041	.618**	.538
Saya menghindari orang yang pernah menyakiti saya		.834	4.4615	.622**	.736
Saya tidak akan percaya dengan orang yang pernah menyakiti saya		.720	5.6878	.720**	.790
Saya memutuskan hubungan dengan orang yang menyakiti saya		.564	4.1719	.636**	.752

Dari 7 item tersebut, menghasilkan reliabilitas sebesar 0.858. *Loading* faktor dan konsistensi internal pada masing-masing item cukup baik. Item tersebut tersusun dari dua indikator: 1) *al-ḥiqd*, yaitu rasa dan keinginan untuk membalas dendam; 2) *al-karāhiyah*, yaitu rasa enggan dan ingin menjauhi seseorang karena suatu ketidaksukaan. Dua indikator ini adalah tanda seseorang belum memaafkan. Adapun melepaskan keduanya adalah bentuk keridaan atas kesalahan orang lain.

Orang yang rida dan meninggalkan keinginan membalas bukanlah orang yang lemah. al-Qaradāwī (t.t) mengatakan bahwa rida adalah sifat yang kuat. Tidak benar dikatakan jika orang yang menerima, puas, dan memaafkan adalah orang yang lemah. Justru sifat kuat disandarkan pada orang yang rida (الرضا مصدر) (قوة لصاحبه). Perjuangan dalam mencapai rida dan melawan nafsu adalah perjuangan yang berat yang hanya bisa dicapai oleh orang-orang yang kuat jiwanya. Orang yang rida juga tidak berarti dia terhadap kebatilan (الرضا لا يقتضي) (السكوت على الباطل). Justru mereka hanya rida dengan kebenaran, hukum, dan aturan Allah. Mereka tidak akan membiarkan penyimpangan dan kerusakan.

### Struktur Rida Tereduksi

Pada bagian ini, item dari variabel rida akan direduksi menjadi lebih sedikit, yakni dari 22 item menjadi 14 item. Kemudian, item tersebut akan dibandingkan dengan jumlah item yang banyak. Selain itu, jumlah item yang sudah direduksi, merupakan model yang lebih fit dan menunjukkan semua item dapat menjelaskan laten variabel. Membandingkan alat ukur dengan item yang telah direduksi dengan item belum direduksi dan melihat dari korelasi antara keduanya. Berikut uji korelasi variabel rida yang telah direduksi dengan yang belum direduksi.

**Tabel 7. Korelasi Variabel Tereduksi dan Tidak**

Variabel Tereduksi dan Tidak	Koefisien Korelasi
Rida	.984**
Terhadap Musibah	1**
Terhadap Nikmat	.945**
Terhadap Masa Lalu	.880**
Terhadap Masa Depan	.978**
Terhadap Kesalahan Orang	.912**

Berdasarkan uji korelasi tersebut, hampir kebanyakan dimensi rida sama saja menggunakan keseluruhan item dengan item yang direduksi. Adapun secara umum, mengukur rida dengan 22 item sama saja dengan 14 item. Ini ditandai dengan koefisien korelasi antara 22 item dan 14 item sebesar 0.984. suatu koefisien yang menunjukkan kesamaan antara keduanya. Jadi, 14 item menjadi lebih efisien dan sama saja dalam mengukur rida dengan 22 item. Berikut perbandingan faktor *loading* pada masing-masing dimensi.

**Tabel 8. Perbandingan Faktor *Loading* pada Rida terhadap Nikmat**

Item	Faktor <i>Loading</i>	
	Tereduksi	Tidak
Terkadang saya kurang puas atas nikmat yang sedikit	.866	.805
Jika sedang mendapatkan kesulitan, saya terlupa atas nikmat Allah karena terlalu memikirkikan kesusahan	.777	.737
Saya merasa bahwa nikmat yang saya peroleh hanya sedikit	.770	.749

Berdasarkan perbandingan di atas kita bisa melihat justru faktor *loading* untuk item yang tereduksi menjadi lebih baik dibandingkan dengan item yang



tidak direduksi. Berikut perbandingan faktor *loading* pada dimensi rida terhadap masa lalu.

**Tabel 9. Perbandingan Faktor *Loading* pada Rida terhadap Masa Lalu**

Item	Faktor <i>Loading</i>	
	Tereduksi	Tidak
Ketika dalam kondisi keuangan yang sulit, saya merasa frustrasi	.896	.907
Ketika mendapatkan harta atau uang yang sedikit, saya mengeluh	.896	.872

Berdasarkan perbandingan di atas, dapat diketahui bahwa faktor *loading* yang tereduksi sedikit lebih kecil dari yang tidak tereduksi ketika sebanyak tiga item. Adapun item ketiga dihapus karena berdasarkan konfirmatori faktor analisis tidak dapat mengukur rida terhadap masa lalu. Adapun, dua item ini justru mampu mengukur rida terhadap masa lalu. Berikut perbandingan selanjutnya pada dimensi rida terhadap masa depan.

**Tabel 10. Perbandingan Faktor *Loading* pada Rida terhadap Masa Depan**

Item	Faktor <i>Loading</i>	
	Tereduksi	Tidak
Seringkali saya gelisah memikirkan sesuatu yang buruk akan terjadi	.899	.893
Saya sering mencemaskan sesuatu yang belum terjadi	.906	.870
Saya merasa gelisah dalam menghadapi segala sesuatu yang akan terjadi	.881	.866

Berdasarkan perbandingan di atas dapat diketahui bahwa faktor *loading* item yang tereduksi lebih besar dari pada yang tidak tereduksi. Hal ini menunjukkan bahwa item tersebut memiliki daya ukur dan daya diskriminasi yang lebih baik. Berikut perbandingan faktor *loading* selanjutnya mengenai dimensi rida terhadap kesalahan orang lain.

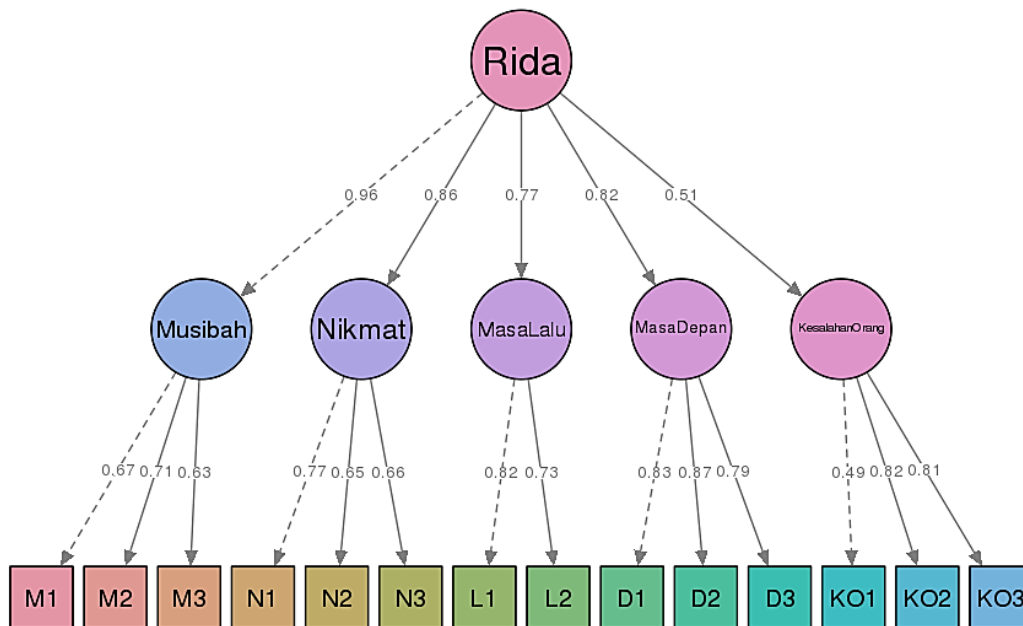
**Tabel 11. Perbandingan Faktor *Loading* pada Rida terhadap Kesalahan Orang**

Item	Faktor <i>Loading</i>	
	Tereduksi	Tidak
Saya ingin orang yang menyakiti saya menderita dan sengsara	.660	.884
Saya sulit untuk dekat dengan orang yang pernah menyakiti saya	.860	.842
Saya menghindari orang yang pernah menyakiti saya	.872	.834

Berdasarkan perbandingan di atas, dua item tereduksi memiliki faktor *loading* yang lebih baik, namun satu item tidak. Sekalipun tidak lebih baik dari item ketika tidak tereduksi, namun faktor *loading* masih menunjukkan angka yang cukup baik. Dengan demikian, dari semua item yang tereduksi tersebut,

penelitian ini melakukan konfirmatori faktor analisis untuk mengkonfirmasi apakah rida secara keseluruhan dapat diukur melalui dimensi dan item tersebut.

**Bagan 2. Struktur Rida**



Ditemukan RMSEA sebesar 0.079 Nilai RMSEA antara 0,05 dan 0,08 menunjukkan indeks yang baik suatu model diterima atau tidak. *Root Mean Square Error of Approximation* (RMSEA). RMSEA memiliki kelebihan dibandingkan *statistic chi square* yang cenderung menolak model dengan jumlah sampel yang besar. RMSEA lebih cocok untuk item sedikit. Maka berdasarkan RMSEA, model penelitian ini dapat diterima karena 0.079 ada di antara 0.05-0.08

Ditemukan Tucker-Lewis Index (TLI) sebesar 0.906. TLI merupakan indeks kesesuaian *incremental* yang membandingkan model yang diuji dengan *baseline model*. TLI cocok digunakan untuk model yang kompleks. Nilai penerimaan yang dianggap baik adalah nilai TLI > 0,90. TLI memiliki kelebihan tidak dipengaruhi oleh ukuran sampel. Maka dalam penelitian ini, model telah sesuai dengan *baseline model*, karena TLI yang ditemukan 0.906>0.90

Ditemukan Comparative Fit Index (CFI) sebesar 0.926. CFI juga merupakan indeks kesesuaian *incremental*. Semakin mendekati 1, indeks kesesuaian semakin baik. Kelebihan CFI adalah tidak dipengaruhi jumlah sampel dan kompleksitas model. Nilai penerimaan yang baik adalah CFI > 0,90. Maka, indeks CFI pada penelitian ini cukup baik karena 0.926>0.90. Dengan demikian, struktur berikut mendukung teori awal yang ingin diajukan oleh peneliti dengan skema sebagai berikut.

**Bagan 3. Rida sebagai Variabel Sentral**



Skema di atas menunjukkan beberapa variabel yang bersentral pada rida, antara lain: sabar, tawakal, syukur, kanaah, dan kemaafan. Semua variabel tersebut menjadikan rida sebagai dimensi sentral dengan fitur yang berbeda-beda. Kelima variabel tersebut juga membutuhkan dimensi tambahan untuk menjadikan variabel baru yang lebih utuh. Syukur membutuhkan dimensi eksternal berupa ekspresi bersyukur dalam bentuk pujian atau ketaatan. Sabar butuh dimensi tambahan berupa persistensi dalam ketaatan. Tawakal butuh dimensi tambahan berupa usaha untuk masa depan. Kanaah membutuhkan variabel tambahan dalam bentuk perilaku tidak menuntut dunia. Kemaafan membutuhkan variabel tambahan berupa meminta maaf kepada orang lain dan meminta ampunan kepada Allah.

**DISKUSI**

Variabel yang terlibat dengan rida senantiasa memiliki hubungan positif dengan beberapa variabel positif lain. Di samping itu, variabel yang terlibat dengan rida harus berhubungan secara vertikal kepada Allah. Semua alat ukur yang terkait dengan sabar harus dikaitkan dengan Allah. Sebagai contoh, salah satu turunan rida, yaitu syukur, telah dikembangkan alat ukurnya yang khusus melihat bersyukur kepada Allah (Aghababaei & Tabik, 2013).

Penelitian banyak kesesuaian dengan yang dilakukan oleh Jamil (2008). Beberapa dimensi yang dia rancang dalam mengukur rida memiliki kesamaan dengan penelitian ini. Namun, dimensi penelitian ini telah dirancang sebelum menemukan penelitian Jamil (2008). Artinya, antara penelitian ini dan penelitian Jamil (2008) menemukan konsep yang sama. Untuk ke depannya, alat ukur

penelitian ini dapat dikorelasikan dengan alat ukur yang dirancang oleh Jamil (2008).

Banyak item yang digunakan merupakan jenis item unfavourabel. Hal ini disebabkan oleh item berjenis unfavourabel lebih banyak memiliki properti item yang lebih baik dibandingkan jenis favourabel. Penelitian ke depannya perlu menguji perbandingan segala properti item antara kedua jenis tersebut. Adapun item unfavourabel yang digunakan berisikan kalimat yang berlawanan dengan sifat rida sebagaimana dijelaskan oleh Ibn 'Abd Allāh (t.t), bahwa lawan dari rida adalah kecewa (*al-sakht*), sedih (*al-jaza'*), cemas (*al-qalaq*), marah (*al-ghaḍab*), iri (*al-ḥasad*), dendam (*al-ḥiqd*), benci (*al-ghill*).

Rida tidak perlu dikorelasi dengan sabar, syukur, tawakal, kanaah, dan kemaafan. Karena dimensi rida terdapat pada masing-masing variabel tersebut dan pasti menunjukkan korelasi di dalamnya. Ibn 'Abd Allāh (t.t) menjelaskan beberapa sifat yang terkait dengan rida antara lain mengikuti (*al-ittibā'*), senang (*al-surūr*), sabar (*al-ṣabr*), penyabar (*al-muṣābirah*), yakin (*al-yaqīn*), memaafkan atau toleransi (*al-samāḥah*), kanaah, dan zuhud.

Rida terkandung dalam berbagai variabel sabar, syukur, kanaah, tawakal, dan memaafkan. Dalam kaitannya dengan variabel sabar, telah ditemukan bahwa kepuasan berkorelasi dengan resiliensi (Rani & Midha, 2014). Dalam kaitan rida terhadap nikmat, telah ditemukan bahwa orang yang bersyukur berkaitan dengan kepuasan hidup (Szcześniak & Soares, 2011). Dalam kaitan rida terhadap masa depan, suatu penelitian membuktikan bahwa orang yang percaya (*trust*), memiliki kebahagiaan dan kepuasan hidup yang lebih baik (Anna, 2015). Dalam kaitan rida terhadap memaafkan, telah ditemukan bahwa dendam berhubungan negatif dengan kepuasan hidup (Szcześniak & Soares, 2011). Dengan demikian, dapat diperjelas bahwa rida memiliki keterlibatan dengan variabel-variabel tersebut.

## **KESIMPULAN**

Penelitian merupakan ujung dari berbagai penelitian yang telah dilaksanakan peneliti sebelumnya. Rida diketahui sebagai variabel yang penting dan sentral. Begitupula hasil penelitian ini menunjukkan bahwa memang rida merupakan hal yang sentral.

Penelitian ini telah menelusuri berbagai literatur untuk menjelaskan konsep rida. Berdasarkan literatur Islam, rida secara keseluruhan terdiri dari rida terhaap musibah, nikmat, masa lalu, masa depan, dan kesalahan orang lain. Lima dimensi tersebut juga merupakan dimensi inti dari sabar, syukur, kanaah, tawakal, dan memaafkan. Oleh karena itu, penelitian ini ingin mengkonfirmasi apakah lima dimensi tersebut dapat mengukur rida secara umum. Analisis faktor konfirmatori telah menunjukkan bahwa kelima dimensi tersebut dapat mengukur rida.

Sebagai penggunaan praktis, alat ukur ini juga direduksi dari 22 item menjadi 14 item. Analisis korelasi menunjukkan bahwa penggunaan 22 item dan 14 item sama saja dalam mengukur rida. Item yang lebih sedikit namun mewakili akan membuat alat ukur menjadi lebih efisien.

Beberapa hal yang harus dilakukan untuk penelitian selanjutnya adalah melakukan uji korelasi atau regresi alat ukur rida dengan alat ukur lain. Khususnya mengukur untuk variabel yang berlawanan yang telah ditentukan oleh teori. selain variabel yang berlawanan, variabel yang konkuren juga

diperlukan untuk mengetahui bagaimana posisi rida dengan variabel lain. Khususnya terhadap variabel *life satisfaction* yang dianggap memiliki kemiripan dengan konsep rida. Dengan melakukan korelasi tersebut akan diketahui bagaimana kemiripan rida dengan semua variabel itu.

Perlu juga dilakukan pengembangan dimensi rida menjadi modul pelatihan. Beberapa elemen rida dapat dibahas satu per satu dan dijadikan bahan untuk melakukan pelatihan membangun rida. Selain dijadikan konsep pelatihan, juga dapat dijadikan dasar konseling untuk membangun sifat rida pada klien. Konsep rida diharapkan dapat diterapkan secara luas di berbagai bidang.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Aghababaei, N., & Tabik, M. T. (2013). Gratitude and mental health: differences between religious and general gratitude in a Muslim context. *Mental Health, Religion & Culture*, 16(8), 761—766.
- al-Albānī, M. N. (t.t). *Da'if sunan al-Tirmidhī*. al-Maktabah al-Shāmilah, V.3.28.
- al-Baghdādī, A. B.-K. (2000). *al-Muntakhab min kitāb al-zuhud wa al-raqā'iq*. Beirut: Dār al-Bashā'ir al-Islāmiyah.
- al-Baihaqī, A. B. (2003). *Shu'b al-īmān*. al-Riyād: Maktabah al-Rashd al-Nashr wa al-Tawzī'.
- al-Dhawādī, L. J. (2015). *al-Riḍā 'an al-ḥayāh wa al-musānadah al-ijtimā'iyah laday al-mar'ah al-'āmilah*. Kairo: Maktabah al-Anjilū al-Miṣriyah.
- al-Ghazālī. (t.t). *Iḥyā' 'ulūm al-dīn*. t.tp: al-Maktabah al-Shāmilah, V. 3.28.
- al-Jalād, M. M. (2010). *al-Riḍā: Dirāsah Qur'āniyah*. Nāblus: Thesis: al-Mājistīr fī Uṣūl al-Dīn min Kuliyah al-Dirāsāt al-'Ulyā fī Jāmi'ah al-Najāḥ al-Waṭaniyah.
- al-Kalābādī. (t.t). *Baḥr al-fu'ād al-musammā bi ma'nā al-akhyār*. al-Maktabah al-Shāmilah, V.3.28.
- al-Maqṣūd, A. '. (2000). *Miqyās al-riḍā 'an al-ḥayāh li al-atfāl*. Kairo: al-Tawzī'.
- al-Maqṣūd, A. '. (2000). *Miqyās al-riḍā 'an al-ḥayāh li al-kibār*. Kairo: al-Tawzī'.
- al-Munjid, M. S. (2009). *al-Riḍā*. Jeddah: Majmū'ah Zād.
- al-Nābulsī, M. R. (2009, Februari 18). *al-Riḍā 'an Allāh*. Dipetik November 25, 2016, dari Mausū'ah al-Nābulsī li al-'Ulūm al-Islāmiyah: <http://www.nabulsi.com/blue/ar/art.php?art=4638&id=150&sid=0&ssid=0&ssid=777>
- al-Namlah, ' a.-R. (2013). Taqdīr al-dhāt wa 'alāqatuhū bi al-riḍā 'an al-ḥayāh laday ṭullāb Jāmi'ah al-Imām Muḥammad ibn Sa'ūd al-Islāmiyah al-Dārisīn bi istikhdām al-intirnit. *Dirāsāt al-'Ulūm al-Tarbawiyah*, 40(4), 1318—1333.
- al-Qaraḍāwī, Y. (t.t). *al-Īmān wa al-ḥayāh*. al-Maktabah al-Shāmilah, V.3.28.
- al-Ṣafūrī. (t.t). *Nazhah al-majālis wa muntakhab al-nafā'is*. al-Maktabah al-Shāmilah, V.3.28.
- al-Shaukānī. (t.t). *Fī al-sulūk al-Īslāmī al-qawīm*. al-Maktabah al-Shāmilah, V.3.28.
- al-Ṭabrānī. (t.t). *al-Du'ā li al-Ṭabrānī*. al-Maktabah al-Shāmilah, V.3.28.
- Anna, M. (2015). *Trust as a factor of subjective life satisfaction*. Moscow: National Research University higher School of Economics.
- Azzām, ' A. (t.t). *al-'Aqīdah wa atharuhā fī binā' al-jīl*. al-Maktabah al-Shāmilah, V.3.28.

- Bin Ḥanbal, A. (t.t). *al-Zuhud li Aḥmad ibn Ḥanbal*. al-Maktabah al-Shāmilah, V.3.28.
- Chadha, N. K. (2009). *Applied psychometry*. New Delhi: SAGE Publications India.
- Clements, A. D., & Ermakova, A. V. (2012). Surrender to God and stress: A possible link between religiosity and health. *Psychology of Religion and Spirituality*, 4(2), 93—107.
- Corrigan, J. D., Kolakowsky-Hayner, S., Wright, J., Bellon, K., & Carufel, P. (2013). The satisfaction with life scale. *Journal of Head Trauma Rehabilitation*, 28(6), 489—491.
- Erdogan, B., Bauer, T. N., Truxillo, D. M., & Mansfield, L. R. (2012). Whistle while you work : A review of the life satisfaction literature. *Journal of Management*, 38(4), 1038—1083
- Fadardi, J. S., & Azadi, Z. (2015). The relationship between trust-in-God, positive and negative affect, and hope. *Journal of Religion and Health*, 1-11.
- Froh, J., Fan, J., Emmons, R., Bono, G., Huebner, S., & Watkins, P. (2011). Measuring gratitude in youth: assessing the psychometric properties of adult gratitude scales in children and adolescents. *Psychological Assessment*, 23(2), 311—324.
- Helliwell, J. F., Huang, H., & Wang, S. (2015). The geography of world happiness. Dalam J. F. Helliwell, R. Layard, & J. Sachs, *World happiness report 2015* (hal. 12-40). New York: Sustainable Development Solutions Network.
- Horley, J. (1984). Life satisfaction, happiness, and morale: Two problems with the use of subjective well-being indicators. *The Gerontologist*, 24(2), 124—127.
- Ibn 'Abd Allāh, S. (t.t). *Naḍrah al-na'im fī makārim akhlāq al-Rasūl al-karīm*. Jedah: Dār al-Wasīlah.
- Ibn 'Abd al-Wahhāb, M. (1420 H). *al-Kabā'ir*. Riyad: Wizārah al-Shu'ūn al-Islāmiyah wa al-Awqāf wa al-Da'wah wa al-Irshād.
- Ibn Abi al-Dunya. (1990). *al-Riḍā 'an Allāh bi qaḍā'ih*. Bombay: al-Dār al-Salafiyah.
- Ibn Abī al-Dunyā. (t.t). *al-Ṣabr wa al-thawāb 'alaih*. al-Maktabah al-Shāmilah, V.3.28.
- Ibn Nayf al-Shuhūd, ' . (t.t). *al-Mufaṣṣil fī sharḥ āyah lā ikrāh fī al-dīn*. al-Maktabah al-Shāmilah, V.3.28.
- Ibn Taimiyah. (1426 H). *Majmū' al-fatāwā*. al-Iskandariyah: Dār al-Wafā'.
- Jamil, A. (2008). *Pengaruh ridha akan takdir dan tipe kepribadian terhadap stres pascatrauma bencana gempa Yogyakarta tahun 2006*. Jakarta: Tesis: Program Studi Timur Tengah dan Islam, Kekhususan Kajian Islam dan Psikologi, Universitas Indonesia.
- Knabb, J. J., Frederick, T. V., & Cumming III, G. (2016). Surrendering to God's providence: A three-part study on providence-focused therapy for recurrent worry (PFT-RW). *Psychology of Religion and Spirituality*.
- Krause, N., & Hayward, R. D. (2015). Assessing whether trust in God offsets the effects of financial strain on health and well-being. *The International Journal for the Psychology of Religion*, 25(4), 307—322.
- Lopez, J., Romero-Moreno, R., Marquez-González, M., & Losada, A. (2012). Spirituality and self-efficacy in dementia family caregiving: trust in God and in yourself. *International Psychogeriatrics*, 1—10.

- Mūsā, F. '-F. (2006). *Dalīl miqyās al-riḍā 'an al-mihnah li al-mu'allimīn*. Kairo: Maktabah al-Anjilū al-Miṣriyah.
- Pargament, K. I., Koenig, H. G., & Perez, L. M. (2000). The many methods of religious coping: Development and initial validation of the rcope. *Journal of Clinical Psychology*, 56(4), 519—543.
- Poppe, C., Crombez, G., Hanoulle, I., Vogelaers, D., & Petrovic, M. (2013). Improving quality of life in patients with chronic kidney disease: Influence of acceptance and personality. *Nephrology Dialysis Transplantation*, 28(1), 116—121.
- Proctor, C. L., Linley, P. A., & Maltby, J. (2009). Youth life satisfaction: A review of the literature. *Journal of Happiness Study*, 10, 583—630.
- Rani, R., & Midha, P. (2014). Does resilience enhance life satisfaction among teenagers? *IOSR Journal of Humanities and Social Science*, 19(6), 16—19.
- Singh, N., & Khan, I. (2013). Self acceptance and happiness : A study on gender differences among school teachers. *My Research Journal*, 4(1).
- Sun, R., & Shek, D. (2012). Positive youth development, life satisfaction and problem behaviour among chinese adolescents in hong kong: A replication. *Social Indicators Research*, 105(3), 541—559.
- Szcześniak, M., & Soares, E. (2011). Are proneness to forgive, optimism and gratitude associated with life satisfaction? *Polish Psychological Bulletin*, 42(1), 20—23.
- Ṭashṭūsh. (2015). al-Riḍā 'an al-ḥayāh wa al-da'm al-ijtimā'i al-mudrik wa al-'alāqah bainahumā laday 'ainah min marīḍāt surṭān al-thadī. *al-Majallah al-Urduniyah fī al-'Ulūm al-Tarbawiyah*, 11(4), 467—449.
- Tuḥfah al-Aḥwadhī*. (t.thn.). al-Maktabah al-Shāmilah, V.3.28.
- Vernon, L., Dillon, J., & Steiner, A. (2009). Proactive coping, gratitude, and posttraumatic stress disorder in college women. *Anxiety, Stress, & Coping*, 22(1), 117—127.
- Watkins, P., Woodward, K., Stone, T., & Kolts, R. (2003). Gratitude and happiness: Development of a measure of gratitude, and relationship with subjective well-being. *Social Behaviour and Personality*, 31(5), 431—452.
- Wizārah al-Awqāf wa al-Shu'ūn al-Islāmiyah al-Kuwait. (1427H). *al-Mausū'ah al-fiqhiyah al-kuwaitiyah*. Kairo: Dār Ṣafwah.
- Wood, A., Froh, J., & Geraghty, A. (2010). Gratitude and well-being: A review and theoretical integration. *Article in Press Clinical Psychology Review*, 1—16.
- Xu, W., Oei, T. P., Liu, X., Wang, X., & Ding, C. (2014). The moderating and mediating roles of self-acceptance and tolerance to others in the relationship between mindfulness and subjective well-being. *Journal of Health Psychology*, 1—11.

