

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang penelitian

Fenomena penuaan penduduk kini menjadi tantangan besar di berbagai negara. *World Health Organization* (WHO) memprediksi bahwa pada tahun 2050, jumlah penduduk lanjut usia (>60) akan lebih dari 2 miliar jiwa. Adapun peningkatan jumlah lansia tersebut disertai dengan tantangan Kesehatan yang kompleks, tidak hanya berkaitan dengan penurunan fungsi fisik tetapi juga pada Kesehatan mental. WHO mencatat bahwa sekitar 14% lansia yang berusia >70 tahun menjalani kehidupan dengan gangguan mental seperti depresi dan kecemasan sebagai kondisi yang paling umum. Selain itu, faktor yang mempengaruhi gangguan tersebut ialah kesepian, isolasi sosial, kehilangan peran keluarga, serta penyakit kronis. Oleh karena itu, kesehatan mental pada lansia telah menjadi perhatian global yang mendesak dan membutuhkan intervensi yang komprehensif untuk dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis mereka (WHO, 2021:43).

Di Indonesia, jumlah lansia terus mengalami peningkatan setiap tahun nya. Berdasarkan data dari Badan Statistika Penduduk Lanjut Usia 2024 menunjukkan bahwa lansia merupakan kelompok rentan secara kesehatan dengan jumlah lansia di Indonesia mencapai 33,792 juta jiwa atau sekitar 12% dari keseluruhan penduduk Indonesia. Adapun masalah kesehatan yang sering dikeluhkan adalah penurunan fungsi dalam melakukan aktivitas harian, yang menjadi isu dominan pada kelompok usia 60 tahun ke atas. Selain itu, lansia yang menghadapi gangguan kesehatan yang kompleks, terutama bagi mereka yang tinggal sendiri atau tidak tinggal bersama anak. Pada kelompok lansia yang tinggal sendiri, faktor-faktor seperti status sosial-ekonomi yang rendah, terbatasnya dukungan sosial, serta kondisi kesehatan yang buruk turut meningkatkan risiko permasalahan kesehatan, termasuk masalah psikologis seperti kesepian, stres, dan depresi. Pola hidup lansia yang lebih banyak di rumah, keterbatasan partisipasi dalam kegiatan fisik maupun sosial, serta ketergantungan pada orang lain turut memperbesar kerentanan tersebut. Kondisi ini menegaskan bahwa peningkatan jumlah lansia di Indonesia harus diiringi dengan perhatian serius terhadap kesejahteraan fisik dan mental mereka, khususnya bagi

lansia yang tinggal sendiri atau dengan dukungan sosial terbatas (BPS, 2024:13-19).

Pada tingkat Provinsi, khususnya Jawa Barat yang merupakan salah satu provinsi dengan jumlah lansia terbanyak di Indonesia. Berdasarkan data dari Badan Pusat Statistika Jawa Barat pada Maret 2024, tercatat bahwa populasi lansia yang ada di Provinsi Jawa Barat mencapai 11,25% dari keseluruhan populasi penduduk, hal tersebut menandakan bahwa provinsi Jawa Barat telah memasuki struktural penduduk tua. Dari jumlah tersebut, kondisi kerentanan sosial tampak melalui data bahwa 6,34% lansia tinggal sendiri tanpa pendamping, situasi yang berhubungan langsung dengan rendahnya dukungan emosional dan meningkatnya risiko gangguan psikososial. Selain itu, komposisi demografis menunjukkan bahwa mayoritas lansia adalah perempuan, yaitu sekitar 51,08%, sedangkan lansia laki-laki 48,92%. secara keseluruhan, lansia perempuan juga tercatat lebih banyak tinggal sendiri dibandingkan laki-laki. Hal tersebut menunjukkan kerentanan yang lebih tinggi terhadap kesepian dan ketidakstabilan emosional pada lanjut usia. Di Kabupaten Bekasi dengan populasi lansia sekitar 6,86%, keberadaan lansia dengan risiko sosial tetap signifikan (BPS Jawa Barat, 2024:9-11). Hal tersebut terlihat pada tingkat Kecamatan, di mana data kecamatan Bojongmangu mencatat bahwa sekitar 167 lansia dengan kategori kartu keluarga tunggal dan kondisi ekonomi rendah. Afiliasi antara lansia yang tinggal sendiri, dominasi lansia perempuan, keterbatasan ekonomi dan minimnya dukungan keluarga memiliki potensi untuk memunculkan fenomena *empty nest*, yaitu suatu kondisi di mana lansia menjalani kehidupan tanpa kehadiran anak di rumah. Kondisi tersebut menjadikan lansia *empty nester* menjadi lebih berisiko mengalami penurunan kesejahteraan psikologis dibandingkan dengan lansia yang tinggal bersama keluarga, dan hal tersebut sejalan dengan temuan penelitian yang menunjukkan bahwa lansia *empty nester* memiliki tingkat *Psychological Well-Being* yang lebih rendah dibandingkan lansia *non-empty nest* (Nabilah dkk., 2025:67). kondisi tersebut menegaskan bahwa peningkatan jumlah lansia yang ada di Indonesia harus diiringi dengan perhatian terkait dengan kesehatan mental. Dalam pandangan Islam, kesejahteraan psikologis bukan hanya terkait pada kondisi mental, melainkan tercapainya ketenteraman hati.

Bahasan mengenai kesejahteraan psikologis tercantum dalam Al-Qur'an yaitu pada QS. Ar-Rad ayat 28 :

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

“(Yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, bahwa hanya dengan mengingat Allah hati akan selalu tenteram.”(QS. Ar-Ra'd: 28)

Ketenangan inilah yang dapat menjadi fondasi bagi para lansia untuk tetap berfungsi optimal meski dalam keterbatasan fisik maupun sosial. Namun, ketenangan tersebut sering kali menghadapi tantangan Ketika struktur pendukung terdekat mereka yaitu keluarga, mulai mengalami perubahan.

Keluarga merupakan suatu kelompok kecil yang ada pada masyarakat, yang terdiri dari ayah, ibu dan anak. Namun, ketika anak mulai tumbuh dewasa, mereka akan memulai hidup mereka, mengejar pendidikan, berpindah tempat tinggal disebabkan tuntutan pekerjaan, maupun memulai kehidupan baru bersama pasangannya. Tahapan tersebut akan menjadi sebuah fase yang baru bagi orang tua yakni fase siklus kehidupan keluarga yang disebut dengan *empty nest* yang terjadi ketika anak-anak meninggalkan rumah orang tua, meninggalnya pasangan suami istri untuk menjalani kehidupan baru tanpa kehadiran anak-anak mereka. Fase ini sering disertai dengan perasaan campur aduk, di mana orang tua akan merasakan kehilangan dan kebebasan secara bersamaan. Hal tersebut menjadikan transisi yang dapat menjadi suatu hal yang menyenangkan, tetapi juga dapat dijadikan tantangan bagi pasangan untuk menyesuaikan diri dengan kehidupan yang baru. *Empty nest* berasal dari teori siklus hidup keluarga atau *family life cycle theory* dari Evelyn Millis Duvall (1957:383). Dalam teori ini, tahapan sejak anak terakhir meninggalkan rumah hingga kematian pasangannya disebut sebagai *empty nest stage*. Mitchell (2019:1) mengatakan bahwa *empty nest* adalah fase transisi dalam kehidupan berkeluarga di mana anak-anak pindah dan meninggalkan rumah orang tua mereka.

Adapun, fenomena lansia yang tinggal sendiri atau lansia *empty nester* semakin banyak ditemukan di Indonesia seiring dengan perubahan struktural keluarga dan meningkatnya mobilitas anak keluar daerah. Berbagai penelitian terdahulu menunjukkan bahwa lansia yang hidup tanpa kehadiran anak memiliki risiko tinggi

terhadap kesepian, tekanan psikologis, serta penurunan dukungan sosial (Nabilah dkk., 2025:67) dan (Sihab, 2021:166). Keterpisahan dari anak dan berkurangnya interaksi dengan keluarga secara signifikan dapat menurunkan kesejahteraan psikologis, terutama pada aspek penerimaan diri, relasi positif, dan kualitas hidup (Octavia dkk., 2022:2) dan (Novitasari & Aulia, 2019:147). kondisi ini menciptakan berbagai tantangan besar bagi lansia dalam mempertahankan stabilitas emosional dan kebermaknaan hidup (Ciptasari et al., 2023:171). meski demikian, terdapat temuan bahwa sebagian lansia mampu menjaga kesehatan mental mereka dengan menggunakan strategi *coping religius* (Nabila dkk., 2025:66). secara keseluruhan, temuan-temuan tersebut menegaskan bahwa fenomena *empty nest* yang ada di Indonesia merupakan isu nyata yang berdampak langsung terhadap kesejahteraan psikologis lansia.

Selain itu, kondisi lansia yang hidup tanpa di temani anak-anak akan menempatkan mereka kepada situasi psikologis yang lebih rentan, terutama pada aspek kesejahteraan psikologis. Penelitian terdahulu menunjukan bahwa lansia *empty nester* atau tinggal sendiri lebih rentan mengalami penurunan kesejahteraan psikologis di karena keterbatasan dukungan sosial, berkurangnya interaksi sosial, serta penurunan peran dalam keluarga (Sihab, 2021:174). Adapun kesejahteraan yang di kemukakan oleh Ryff (2014:101) terbagi menjadi enam dimensi yaitu; penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, *Autonomy*, tujuan hidup, penguasaan lingkungan dan pertumbuhan pribadi, yang semuanya dapat dipengaruhi oleh kondisi sosial pada lansia. Pada konteks lansia *empty nester*, aspek-aspek tersebut dapat terganggu akibat kesepian, isolasi sosial, atau kehilangan hubungan emosional dengan anak mereka (Octavia dkk., 2022:8). Namun demikian, tidak semua lansia *empty nester* mengalami penurunan kesejahteraan psikologis secara signifikan. Beberapa penelitian menemukan bahwa lansia dengan tingkat spiritualitas atau nilai keagamaan yang tinggi cenderung memiliki kemampuan adaptasi yang lebih baik terhadap perubahan hidup dan tekanan emosional (Nabilah dkk., 2025:67-68).

Dalam situasi perubahan hidup yang dialami lansia, terutama ketika tinggal sendiri atau menghadapi keterbatasan sosial, pendekatan spiritual menjadi aspek

penting yang membantu mereka menjaga ketenangan batin dan penerimaan diri. Penelitian yang dilakukan oleh Nurliah dkk. (2020:67) menunjukkan bahwa lansia yang menjalankan spiritualitas secara aktif cenderung merasakan hidup yang lebih bermakna, lebih tenang, dan lebih terhubung dengan Tuhan maupun lingkungannya. Temuan ini sejalan dengan penelitian Annisa Chamelia dkk. (2023:23) yang menemukan bahwa semakin tinggi tingkat *religiusitas* seseorang, semakin baik pula kesejahteraan psikologisnya. Lansia yang memiliki kedekatan spiritual dinilai lebih mampu menerima kenyataan hidup dan menjalani hari-harinya dengan lebih damai. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Niken Aprilia dkk. (2024:243) juga menunjukkan bahwa aktivitas keagamaan seperti pengajian, tadarus, dan kegiatan kerohanian lainnya mampu memperkuat *spiritualitas* serta meningkatkan aspek *Psychological Well-Being*, seperti ketenteraman hati, penerimaan hidup, dan hubungan sosial yang lebih positif. Dari ketiga penelitian tersebut dapat dipahami bahwa spiritualitas berperan sebagai sumber kekuatan batin yang membantu lansia menghadapi masa tua dengan lebih lapang dada. Nilai-nilai seperti sabar, ikhlas, dan *Ridā* memberikan kontribusi penting dalam menciptakan kedamaian, meredakan kegelisahan, serta menjaga keseimbangan psikologis ketika lansia menghadapi perubahan hidup yang tidak terelakkan.

Adapun salah satu nilai *spiritual* yang diyakini dapat memberikan perlindungan psikologis pada lansia adalah *Ridā*, yaitu sikap menerima, pasrah, dan lapang dada terhadap ketentuan Allah serta berbagai perubahan hidup. Prinsip ini berlandaskan pada firman Allah dalam QS. Al-Bayyinah ayat 8:

جَزَاءُهُمْ عِنْدَ رَبِّهِمْ جَنَّاتُ عَدْنٍ تَجْرَى مِنْ تَحْتِهَا الْأَنْهَارُ خَالِدِينَ فِيهَا أَبَدًا رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمْ وَرَضُوا عَنْهُ ذَلِكَ لِمَنْ خَشِيَ رَبَّهُ ۝

“Balasan mereka di sisi Tuhan mereka ialah surga 'Adn yang mengalir di bawahnya sungai-sungai; mereka kekal di dalamnya selama-lamanya. Allah ridha terhadap mereka dan mereka pun ridha kepada-Nya. Yang demikian itu adalah (balasan) bagi orang yang takut kepada Tuhannya.” (QS. Al-Bayyinah: 8)

Ayat ini menegaskan bahwa ketentaraman hati tertinggi adalah ketika seorang hamba telah mampu menerima segala ketetapan Allah dengan dada yang lapang. Dalam konteks lansia *empty nester*, sikap *Ridā* dapat membantu lansia menghadapi

keterpisahan dari anak dengan cara yang lebih adaptif, meminimalkan perasaan putus asa, serta membantu mereka menemukan makna hidup meskipun berada dalam kondisi kesepian atau tinggal sendiri. Beberapa penelitian mengenai lansia menunjukkan bahwa kekuatan spiritual seperti rasa syukur, penerimaan diri, dan kepasrahan religius berkorelasi positif dengan tingkat kesejahteraan psikologis. Dengan demikian, *Riḍā* berpotensi menjadi faktor internal yang berperan penting dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis lansia *empty nester*, terutama pada mereka yang menghadapi keterbatasan dukungan sosial dan perubahan peran keluarga.

Meskipun beberapa penelitian terdahulu telah menjelaskan mengenai pentingnya nilai-nilai spiritual didalam pembentukan kesejahteraan psikologis, masih terdapat beberapa hal yang perlu dikaji lebih dalam. Kajian yang dilakukan sebelumnya lebih cenderung bersifat teoritis dan kurang menyoroti pengalaman nyata didalam menghadapi ujian kehidupan dengan menggunakan maqom tasawuf yaitu *Riḍā*. Karena itu, diperlukan penelitian yang lebih dekat dengan kehidupan individu, yang tidak hanya mengukur dan membandingkan konsep, akan tetapi juga memahami makna dari *Riḍā* dan kesejahteraan psikologis dari pandangan hati dan kehidupan sehari-hari.

Selanjutnya alternatif solusi dari keterbatasan penelitian terdahulu yang masih bersifat konseptual, yaitu penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional untuk dapat mengukur seberapa kuat hubungan antara *Riḍā* dan kesejahteraan psikologis. Pendekatan ini dipilih dikarenakan mampu memberikan gambaran yang lebih objektif mengenai keterkaitan nyata antara tingkat *Riḍā* seseorang dengan kesejahteraan psikologisnya. Dengan mengumpulkan data yang terukur dari responden, diharapkan penelitian ini tidak hanya memperkuat teori-teori yang sudah ada, tetapi juga dapat menghadirkan bukti-bukti empiris bahwa nilai-nilai *spiritual* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kesejahteraan psikologis individu. Dengan demikian, penelitian korelasional ini menjadi Solusi yang menjembatani kesenjangan antara konsep keagamaan dan realitas dalam psikologis, sekaligus menjadi penegas bahwa dimensi *Riḍā* bukan hanya perilaku

yang bersifat moralitas akan tetapi merupakan kekuatan batin yang dapat menjaga keseimbangan antara ketenangan dan Kesehatan jiwa.

Dengan menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional untuk menguji secara empiris hubungan antara *Riḍā* dengan kesejahteraan psikologis pada lansia *empty nester* di kecamatan Bojongmangu, yang terletak di kabupaten Bekasi yang merupakan daerah industri dengan tekanan sosial dan ekonomi yang tinggi. Konteks ini dipilih karena lansia yang mengalami fase *empty nest* lebih cenderung merasakan rasa kesepian dan penurunan makna hidup sementara itu, lingkungan industri lebih cenderung kurang memberikan ruang bagi kehidupan sosial dan *spiritual* yang mendalam. Dengan pendekatan ini, penelitian diharapkan dapat memberikan bukti nyata mengenai bagaimana sikap *Riḍā* memiliki peran dalam menjaga kesejahteraan psikologis lansia ditengah-tengah dinamika kehidupan industri yang serba cepat dan individualistis, sekaligus memberikan gambaran bahwa spiritualitas islam tetap relevan dan memberikan kekuatan batin dalam menghadapi tantangan hidup yang sudah modern.

Berdasarkan pra-penelitian yang peneliti lakukan melalui wawancara awal pada tanggal 03 Desember 2025 terhadap 3 lansia di Kecamatan Bojongmangu, ditemukan bahwa ketiga lansia tersebut mengalami fase *empty nest*. Dua responden diketahui tinggal sendiri dikarenakan anak-anaknya bertempat tinggal jauh dan jarang berkunjung, sementara satu lansia lainnya hanya tinggal bersama pasangan dikarenakan anak sudah memiliki pasangan. Hasil dari wawancara menunjukan bahwa mereka merasa kesepian, sedih, dan merasa kehilangan peran. Meskipun demikian, keseluruhan responden mengungkapkan bahwa mereka berupaya menenangkan diri melalui aktivitas keagamaan seperti pengajian, salat maupun berdoa. Hal ini menunjukan adanya potensi *Riḍā* pada diri lansia, yaitu sikap menerima dengan *ikhlas* terhadap segala kondisi yang dialami.

Hasil pra-penelitian yang dilakukan bersama dengan bagian Pemberdayaan Masyarakat Desa (kasi PMD) pada tanggal 15 November 2025. Memaparkan bahwa dari 167 orang lansia yang tercatat di wilayah Kecamatan Bojongmangu, mayoritas aktif mengikuti kajian harian dan sebagian lainnya aktif bekerja sebagai buruh tani. Pihak PMD juga menyampaikan bahwa meskipun pemberdayaan pada

aspek psikologis masih minim, para lansia terlihat mampu menjalani hari-hari mereka dengan tenang dan tetap produktif. Kondisi ini mengindikasikan bahwa lansia yang ada di wilayah Kecamatan Bojongmangu memiliki potensi kesejahteraan psikologis yang cukup baik, ditandai dengan adanya penerimaan diri, kemandirian, serta tujuan hidup yang diwujudkan melalui aktivitas keagamaan dan pekerjaan sehari-hari.

Dengan ditemukannya potensi *Riḍā* dan kesejahteraan psikologis pada lansia *empty nester* di Kecamatan Bojongmangu, serta masih terbatasnya penelitian empiris yang mengkaji hubungan dua variabel tersebut pada konteks lansia *empty nester* di kawasan industrial seperti Kabupaten Bekasi, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut mengenai hubungan antara *Riḍā* dengan kesejahteraan psikologis pada lansia *empty nester* di Kecamatan Bojongmangu.

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana tingkat kesejahteraan psikologis yang dimiliki oleh lansia *empty nester* di Kecamatan Bojongmangu?
2. Bagaimana tingkat *Riḍā* yang dimiliki oleh lansia *empty nester* di Kecamatan Bojongmangu?
3. Apakah terdapat hubungan antara *Riḍā* dengan kesejahteraan psikologis pada lansia *empty nester* di Kecamatan Bojongmangu?

C. Tujuan Penelitian

1. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kesejahteraan psikologis pada lansia *empty nester* di Kecamatan Bojongmangu
2. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat *Riḍā* pada lansia *empty nester* di Kecamatan Bojongmangu
3. Penelitian ini bertujuan untuk melihat apakah terdapat hubungan antara *Riḍā* dengan kesejahteraan psikologis pada lansia *empty nester* di Kecamatan Bojongmangu.

D. Manfaat hasil Penelitian

1. Manfaat Akademik

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi pengembangan kajian dalam bidang psikologi islam dan tasawuf psikoterapi. Hasil dari penelitian ini dapat memperkuat teori-teori yang membahas mengenai hubungan *Riḍā* didalam meningkatkan kesejahteraan psikologis, serta dapat memperkaya literatur ilmiah terkait dinamika psikologis pada kelompok lansia *empty nester* di Indonesia.

2. Manfaat praktis

Secara praktis, hasil penelitian ini diharapkan dapat:

- a. Dapat menjadi masukan bagi keluarga dan masyarakat didalam memahami kebutuhan emosional pada lansia khususnya kelompok *empty nester*, sehingga lebih memberikan dukungan kepada mereka baik pada dimensi psikososial maupun spiritual
- b. Dapat memberikan rekomendasi bagi lembaga pelayanan lansia, seperti panti sosial, posyandu lansia, dan komunitas keagamaan didalam menyusun program pendampingan yang berbasis nilai religius untuk dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis lansia.
- c. Dapat membantu pemerintah didalam membuat kebijakan lokal dalam perancangan kebijakan sosial dan intervensi komunitas yang ramah bagi lansia, dengan memperhatikan aspek spiritual sebagai salah satu sumber daya internal yang penting bagi para usia lanjut.

E. Kerangka Berpikir

Menurut teori siklus perkembangan keluarga dari Duvall (1957:383), keluarga mengalami delapan tahapan dalam kehidupannya. Tahap ketujuh adalah *middel-aged parents (empty nest to retirement)*, yaitu fase di mana anak pertama telah dewasa dan meninggalkan rumah (*empty nest*) hingga orang tua memasuki masa pensiun. Mengutip Maclver yang pertama kali menyebut fase ini sebagai "*the stage of the empty nest*" dan mencatat bahwa fase ini sering di bahas dalam kerangka *bleakness* (kesuraman/Kegelapan) yang menanti pria dan wanita pada usia paruh

baya. Reuben Hill, sebagaimana dikutip Duvall (1957:391), merangkum berbagai kesulitan yang dapat dialami keluarga pada fase ini. Pada fase ini, keluarga menghadapi tugas perkembangan yang baru, yaitu menyesuaikan diri sebagai pasangan tanpa ada kehadiran anak di rumah, merawat anggota keluarga yang telah menua, serta mempersiapkan diri untuk pensiun dan mengalami perubahan fisik. Kondisi *empty nest* ini merupakan fase transisi perubahan yang kritis. Meskipun bersifat normal, fase ini sering disertai dengan tantangan psikologis seperti kesepian, kehilangan peran sebagai orang tua aktif, serta berkurangnya dukungan sosial dari anak-anak yang telah meninggalkan rumah. Lansia yang mengalami *empty nest* menjadi lebih rentan terhadap penurunan kesejahteraan psikologis dibandingkan lansia yang masih tinggal bersama keluarga (Nabilah dkk., 2025:65). Adapun Kesejahteraan psikologi menurut Ryff (2014:100) didefinisikan sebagai kondisi di mana individu mampu untuk dapat menerima diri sendiri apa adanya, mampu membangun hubungan positif dengan orang lain, memiliki kemandirian, mampu menguasai lingkungan, memiliki tujuan hidup yang jelas, serta terus mengembangkan potensi dirinya. Pada lansia *empty nester*, kesejahteraan psikologis dapat terancam menurun. Salah satu faktor internal yang terbukti secara konseptual maupun empiris mampu memberikan ketenangan sekaligus mendukung kesejahteraan psikologis pada lansia *empty nester* adalah sikap *Ridā*.

Ridā dalam berbagai penelitian kontemporer, menunjukkan hubungan yang erat dengan kesejahteraan psikologis. Sholichatun (2023:16) menyimpulkan bahwa *Ridā* yang dilandasi pada aspek spiritual menghasilkan ketenangan (*clanness*) dan fleksibilitas psikologis, serta berdampak positif pada kognitif, emosi dan perilaku individu. Sementara itu, menurut Darajat dan Sholeh (2023:209) secara tegas menyatakan bahwa dengan *Ridā*, seseorang akan menemukan *Psychological well-being* dalam dirinya. Secara konseptual, Zulayeha Keskin (2021:17) dalam buku *attaining inner peace in islam: Said Nursi's Perspective* menegaskan bahwa *Ridā* memiliki hubungan erat dengan ketenangan batin (*inner peace*), Bersama dengan konsep sabar, syukur dan ketenangan (*sakinah, itmi'nan*). Zulayeha Keskin (2025:97) dalam bukunya *Quranic Concepts in Islamic Psychology and Spirituality* juga memperkuat hal ini dengan menyatakan bahwa *Ridā* (*ridā*) merupakan salah

satu konsep spiritual Al-Qur'an yang berhubungan langsung dengan kesejahteraan mental (*mental well-being*). Dalam psikologi positif, ketenangan batin (*inner peace*) merupakan komponen integral dari kesejahteraan psikologis.

Selanjutnya, *Riḍā* dalam perspektif psikologi Islam memiliki landasan teoritis yang kuat. Ibnu Qayyim Al-Jauziyyah (1998:265) memaparkan bahwa *Riḍā* sebagai "sikap kerelaan terhadap apa pun yang diberikan oleh *al-Haqq* baik itu sesuatu yang menyenangkan ataupun tidak, sebagai sebuah anugerah terbaik bagi dirinya". definisi tersebut sangat relevan bagi lansia *empty nester*; karena kondisi yang mereka alami merupakan bagian dari takdir yang perlu diterima dengan hati yang lapang. Ibnu Qayyim juga menjelaskan manfaat psikologis dari *Riḍā* yaitu ketika siapa pun memenuhi hatinya dengan *Riḍā* kepada takdir Allah, maka Allah akan memenuhi hatinya dengan rasa cukup (*Ghani*), keamanan (*amnan*), dan kepuasan (*qana'ah*) (Al-jauziyah, 1998:268). Ketiga kondisi ini dapat menjadi kebutuhan mendasar bagi lansia *empty nester* karena membantu mereka untuk tidak terus-menerus merindukan anak secara berlebihan, tidak merasa cemas tinggal sendiri, dan mampu untuk menikmati hidup meskipun tanpa ada kehadiran anak.

Adapun Sikap *Riḍā* ini juga ditegaskan dalam Q.S. At- Taubah ayat 51:

قُلْ لَنْ يُصِيبَنَا إِلَّا مَا كَتَبَ اللَّهُ لَنَا هُوَ مَوْلَانَا وَعَلَى اللَّهِ فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُؤْمِنُونَ

"Katakanlah (Nabi Muhammad), "Tidak akan menimpa kami melainkan apa yang telah ditetapkan Allah bagi kami. Dialah Pelindung kami, dan hanya kepada Allah hendaknya orang-orang mukmin bertawakal". (Qs. At-Taubah [9];51)

Ayat tersebut menggambarkan sikap penerimaan total terhadap takdir sebagai bentuk dari keyakinan dan ketenangan hati yang melahirkan ketenangan batin.

Rasulullah juga bersabda :

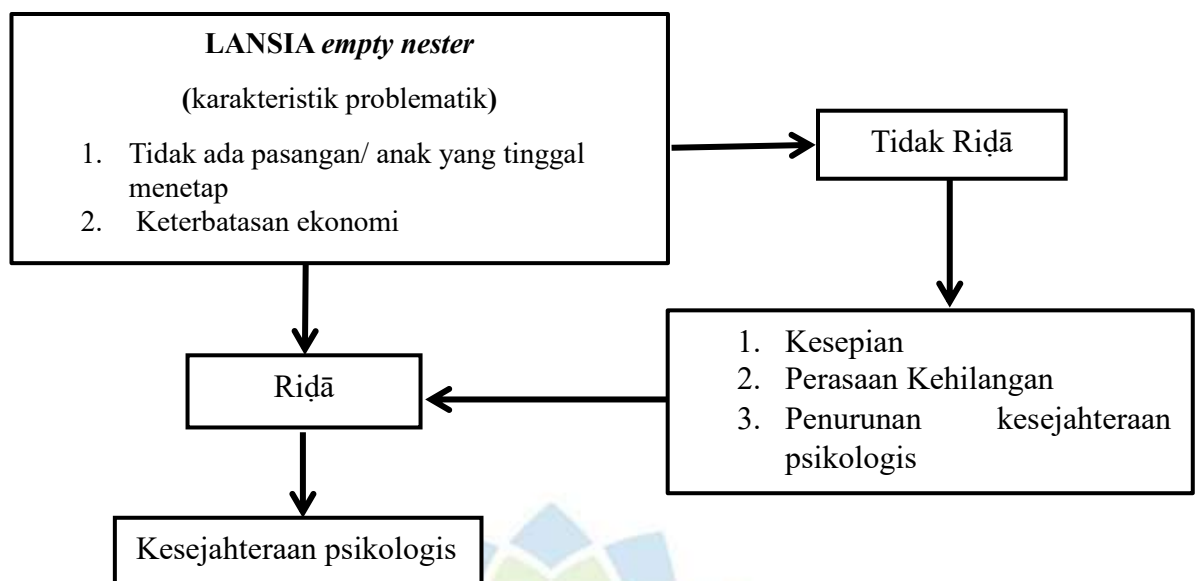
حَدَّثَنَا قُتَيْبَةُ، حَدَّثَنَا اللَّيْثُ، عَنْ يَزِيدَ بْنِ أَبِي حَبِيبٍ، عَنْ سَعْدِ بْنِ سِنَانٍ، عَنْ أَنَسٍ، قَالَ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ " إِذَا أَرَادَ اللَّهُ بِعَبْدِهِ الْخَيْرَ عَجَلَ لَهُ الْعُقُوبَةَ فِي الدُّنْيَا وَإِذَا أَرَادَ اللَّهُ بِعَبْدِهِ الشَّرَّ أَمْسَكَ عَنْهُ بِذَنْبِهِ حَتَّى يُوقَى بِهِ " وَبِهَذَا الْإِسْنَادِ عَنِ النَّبِيِّ ﷺ قَالَ " إِنَّ عَظَمَ الْجَزَاءِ مَعَ عَظَمِ الْبَلَاءِ وَإِنَّ اللَّهَ إِذَا أَحَبَّ قَوْمًا ابْتَلَاهُمْ .يَوْمَ الْقِيَامَةِ " فَمَنْ رَضِيَ فَلَهُ الرِّضَا وَمَنْ سَخِطَ فَلَهُ السَّخَطُ " . قَالَ أَبُو عِيسَى هَذَا حَدِيثٌ حَسَنٌ غَرِيبٌ مِنْ هَذَا الْوَجْهِ

Artinya: Anas berkata bahwa Rasulullah Saw bersabda: "ketika Allah menginginkan kebaikan bagi hamba-Nya, dia mempercepat hukuman baginya di dunia. Dan ketika dia menginginkan keburukan bagi hamba-Nya, dia menahan dosanya sehingga dia muncul di hadapan-Nya pada hari kiamat." Dan dengan sanad ini, (dilaporkan) dari Nabi Saw yang bersabda: "sesungguhnya, pahala yang besar sebanding dengan ujian yang besar. Dan sesungguhnya, ketika Allah

mencintai suatu kaum, dia menguji mereka, maka barang siapa yang ridha, maka baginya adalah keridhaan dan barang siapa yang tidak ridha, maka baginya adalah kemarahan.”(HR. Tirmidzi, no. 2396).

Dengan demikian, ayat dan hadits di atas memperkuat pemahaman bahwa *Ridā* bukan sekedar sikap pasrah, melainkan jalan spiritual yang dapat membawa pada ketenangan hati. Selain itu, Khairunnis Rajab (2008:110) menjelaskan bahwa *Ridā* dapat menjadi tenaga inovasi, sumber integritas, dan kekuatan dalam spiritualitas. *Ridā* berlaku bagi tiga fungsi kejiwaan (*takhalliyah*, *tajalli*, dan *tahalliyah*) yang bersesuaian dengan metode Kesehatan mental, di mana *Ridā* memiliki peran sebagai metode pencegahan (*preventif*), pengobatan (*kuratif*), dan pembinaan (*konstruktif*). Bagi lansia *empty nester*, *Ridā* berfungsi *preventif* untuk dapat mencegah kesedihan berlebihan, *kuratif* untuk mengobati rasa kehilangan yang sudah dirasakan, dan *konstruktif* untuk dapat membangun makna hidup baru tanpa kehadiran anak.

Berdasarkan uraian di atas, dapat dipahami bahwa *Ridā* memiliki hubungan yang signifikan dengan kesejahteraan psikologis pada lansia *empty nester*. *Ridā* dapat membantu lansia menerima kondisi *empty nest* dengan hati yang lapang, menghasilkan rasa cukup, aman, maupun puas. Memiliki fungsi sebagai metode kesehatan mental serta secara empiris terbukti memiliki kontribusi terhadap *Psychological well-being*. Pada konteks lansia yang mengalami fase *empty nest* di Kecamatan Bojongmangu, sikap *Ridā* diharapkan mampu membantu mereka untuk dapat menerima kenyataan hidup tanpa kehadiran anak, mengurangi kesepian, dan kehilangan, serta tetap menjaga kesejahteraan psikologis mereka. Untuk memudahkan pemahaman. Dapat digambarkan melalui bagan kerangka berpikir sebagai Berikut:



Gambar 1. 1 Kerangka Berpikir

F. Hipotesis

Berdasarkan landasan kerangka berpikir, maka penulis mengajukan hipotesis dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Hipotesis Alternatif (Ha):

Ada hubungan *Riḍā* dengan Kesejahteraan psikologis pada lansia *empty nester* di Kecamatan Bojongmangu

2. Hipotesis Nol (H₀):

Tidak Ada hubungan *Riḍā* dengan kesejahteraan psikologis pada lansia *empty nester* di Kecamatan Bojongmangu

Dari pernyataan di atas, salah satu pernyataan dapat diterima setelah dilakukan penelitian. Jika hipotesis satu terbukti benar maka H₀ ditolak dan Ha diterima. Jika sebaliknya, maka dikatakan Ha ditolak dan H₀ diterima.

G. Hasil Penelitian Terdahulu

Penelitian ini mengacu pada beberapa penelitian terdahulu yang memiliki relevansi dengan topik penelitian hubungan *Riḍā* dengan kesejahteraan psikologis pada lansia, khususnya pada lansia yang berada pada kelompok *empty nest*.

Penelitian yang dilakukan oleh Annisa Chamelia, Aziza Fitriah, dan Ghea Amalia Apriandy (2023:23), Artikel yang berjudul “Pengaruh Religiusitas

Terhadap Psychological Well Being Pada Lansia Di Panti Perlindungan & Rehabilitas Sosial Lanjut Usia (PPRSLU) Budi Sejahtera Provinsi Kalimantan Selatan” menggunakan pendekatan kuantitatif untuk mencari pengaruh antara dua variabel dengan subjek penelitian lansia di panti perlindungan & rehabilitasi sosial lanjut usia (PPRSLU) Budi Sejahtera Provinsi Kalimantan Selatan yaitu berjumlah 69 orang lansia dengan usia dari 60 tahun ke atas. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa religiusitas berkontribusi sebesar 11,1% terhadap peningkatan kesejahteraan psikologis, di mana lansia dengan tingkat religiusitas tinggi cenderung mampu dalam penerimaan diri, memiliki emosi yang stabil, serta memiliki kemampuan adaptasi yang lebih baik terhadap perubahan hidup di masa tua. Perbedaan penelitian terletak pada penggunaan variabel *Religiusitas* secara umum dan subjek lansia yang bertempat tinggal di Panti, sementara penelitian ini menggunakan variabel spesifik yaitu *Ridā* dan berfokus kepada Lansia *empty nester* yang tinggal di masyarakat umum di Kecamatan Bojongmangu, Kabupaten Bekasi.

Artikel Jurnal, Karimah Darajat dan Achmad Khudori Soleh (2023:209) dalam artikel yang berjudul “*Komparasi konsep Ridā dalam Al-Quran dan Konsep Psychological Well-Being*” menggunakan pendekatan kualitatif untuk membandingkan nilai *Ridā* yang ada dalam Al-Qur’an dengan konsep *Psychological Well-Being* dalam psikologi modern. Adapun hasil dari penelitian tersebut menunjukkan bahwa kedua konsep tersebut mempunyai kesamaan makna, terutama pada aspek penerimaan diri, rasa syukur, dan ketenangan hati. Perbedaan dengan penelitian ini terletak pada metode penelitian pada penelitian yang dilakukan oleh Karimah Darajat dan Achmad khudori Soleh, menggunakan pendekatan kualitatif-konseptual (studi perpustakaan). Sementara penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional untuk dapat menguji hubungan variabel *Ridā* dan variabel Kesejahteraan psikologis pada populasi lansia *empty nester* .

Huria Husna Nabilah, Lita Heni Kusumawardani dan Koernia Nanda Pratama (2025:74) dalam artikelnya berjudul “*Hubungan Koping Religius Dengan Kesejahteraan Psikologis Lansia empty nester Di Kecamatan Banyumas*” menggunakan pendekatan *cross-sectional* untuk menganalisis dinamika hubungan

antara coping religius dengan kesejahteraan psikologis pada lansia *empty nester*, dengan subjek penelitian seluruh lansia *empty nester* di Kecamatan Banyumas. penelitian ini menemukan adanya hubungan positif antara coping religius dengan kesejahteraan psikologis pada lansia *empty nester*. Lansia yang memiliki coping religius yang positif cenderung lebih mampu menerima hidup, merasa tenang, dan tetap bersyukur di tengah kesepian. Perbedaan dengan penelitian ini adalah penggunaan variabel coping religius dan lokasi penelitian yaitu Banyumas, sementara pada penelitian ini menggunakan variabel *Ridā* dan berlokasi di Kecamatan Bojongmangu, Kabupaten Bekasi.

Niken Aprilia, Fahrudin Kurdi, dan Hanny Rasni (2024:243), dalam artikelnya yang berjudul “*Correlation Between Spirituality and The Level of Psychological Well-Being in the Elderly at Banyumas Nursing Home*” menggunakan pendekatan kuantitatif korelasi untuk dapat menentukan hubungan antara dua variabel. Penelitian ini menemukan bahwa terdapat hubungan positif signifikan antara spiritualitas dengan kesejahteraan psikologis pada lansia, bahwa semakin tinggi tingkat *spiritualitas* lansia, maka semakin tinggi pula tingkat *Psychological Well-Being* yang mereka miliki. Perbedaan dengan penelitian terletak pada variabel *spiritualitas* secara umum dan subjek penelitian.

Supria Ningsih, Dewi Kurniawati dan Wisnatul Izzati (2025:9), dalam Artikel yang berjudul “*Hubungan Spiritual Dengan Psychological Well-being Pada Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Kasih Sayang Ibu Batusangkar*” menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan deskripsi adapun subjek penelitian adalah seluruh lansia yang ada di panti sosial tresna werdha kasih ibu Batusangkar. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan dan kuat antara *spiritualitas* dengan *Psychological well-being* pada lansia. Lansia dengan tingkat *spiritualitas* tinggi cenderung memiliki *Psychological well-being* yang lebih baik, ditandai dengan penerimaan diri yang positif, kepercayaan diri, memiliki hubungan sosial yang baik dan mampu mengatasi stres. Perbedaan penelitian terletak pada variabel *spiritual*, subjek penelitian dan lokasi penelitian.

Dyah Ayu Puspitasari (2021:6) dalam Artikel berjudul “*The Relationship Between Religiosity and Empty Nest Syndrome in the Elderly*” menemukan bahwa

religiusitas memiliki hubungan negatif dengan tingkat *empty nest syndrome*. Di mana semakin tinggi religiusitas seseorang, maka semakin rendah tingkat kesedihan dan kesepian yang ada dalam dirinya. Perbedaan penelitian terletak pada variabel *Religiusitas*.

Berdasarkan enam penelitian terdahulu, diketahui bahwa aspek keagamaan seperti: *religiusitas*, *spiritualitas*, *koping religius* dan *Riḍā* memiliki hubungan positif dengan kesejahteraan psikologis pada lansia. Namun, masih terdapat perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya. *Pertama*, dari segi variabel, dari sebagian besar penelitian menggunakan konsep umum seperti *spiritualitas* dan *religiusitas*, sementara penelitian ini menggunakan variabel *Riḍā* yang lebih spesifik. *Kedua*, dari segi metode, penelitian Darajat dan Soleh (2023:204) masih menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi perpustakaan. *Ketiga*, dari segi lokasi, penelitian Nabilah dkk. (2025:67) dilakukan di Banyumas, sedangkan penelitian ini dilakukan di Kecamatan Bojongmangu, Kabupaten Bekasi.

Dengan demikian, belum terdapat penelitian yang secara khusus menguji hubungan empiris antara *Riḍā* dengan kesejahteraan psikologis pada lansia *empty nester* di Kecamatan Bojongmangu, Kabupaten Bekasi. Hal ini menjadi kebaruan (*novelty*) sekaligus kontribusi penelitian ini bagi pengembangan kajian *spiritualitas* dalam psikologis pada lansia yang ada di Indonesia.