

## BAB V

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai "Syukur Dalam Al-Qur'an Dan Implikasinya Terhadap *Self Love*", maka dapat disimpulkan beberapa hal antara lain:

1. Lafal *Syukr* adalah sebuah kata yang berasal dari bahasa Arab. Namun dalam perkembangan selanjutnya, kata ini sudah menjadi ungkapan ke dalam bahasa Indonesia yang memberikan dua arti, yaitu: *pertama*, rasa syukur kepada Allah, *kedua*, kebahagiaan (mengungkapkan kelegaan, kesenangan, dan sebagainya). Menurut Al-Rāghib al-Ashfahāni terdapat tiga macam yakni, syukur dengan hati, syukur dengan lisan, dan syukur dengan perbuatan. Sedangkan menurut Ahmad Ibnu Faris dalam bukunya *Maqāyīs Al-Lughah* syukur dapat juga diartikan sebagai sebab dan akibatnya, sehingga kata "syukur" berarti: "siapa yang merasa puas dengan yang sedikit, maka akan memperoleh banyak, lebat, dan subur". Dalam al-Qur'an sendiri kata syukur disebutkan sebanyak 75 kali, tersebar dalam 69 ayat dan 37 surat, juga terbagi atas 18 bentuk.
2. Syukur memiliki hubungan dengan berbagai aspek dan komponen kebahagiaan. Seseorang yang memiliki pola pikir untuk terus bersyukur adalah seseorang yang bahagia. Sedangkan, kunci dari kebahagiaan adalah kebahagiaan yang diperoleh dari diri sendiri. Oleh karena itu, setiap orang harus bisa membahagiakan dan menghargai diri sendiri agar bertumbuh rasa syukur terhadap pemberian Allah SWT, sehingga *self love* ini perlu

ditanamkan dalam setiap diri seseorang. Sebagaimana penjelasan oleh Wood dan koleganya, yang mengatakan bahwa syukur berhubungan kuat dengan kebahagiaan, dengan kata lain, jika manusia mudah bersyukur otomatis akan mendapatkan kebahagiaan. Melihat dari tahapan bersyukur menurut al-Ghazāli yang sudah dijelaskan, yang meliputi, *'ilm*, *hal* dan *'amal*, ketika seseorang telah mengetahui bahwa apa yang ada pada dirinya adalah anugerah dari Allah dan memahami bahwa itu adalah yang terbaik, maka akan mampu untuk menerima dirinya, baik secara fisik maupun dalam situasi dan kondisi yang paling buruk sekalipun.

## **B. SARAN**

Berdasarkan penulisan yang telah dilakukan terkait Konsep Syukur Dalam Al-Qur'an Dan Implikasinya Terhadap *Self Love*, tentu masih banyak kekurangan dan jauh dari kata sempurna. Untuk itu, penulis membutuhkan kritik dan saran yang membangun dari para pembaca. Terutama mengingat tema yang dibahas terkait konsep syukur dalam al-Qur'an begitu luas, serta terkait *self love* dalam psikologi yang dibahas dalam penelitian ini mungkin kurang mendalam. Maka diharapkan adanya penelitian lanjutan dan dapat melengkapi kajian yang sudah ada.