

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

1. Berdasarkan analisis tafsir maqasidi terhadap ayat-ayat syukur dalam al-Qur'an, khususnya Surah al-Baqarah ayat 152, Surah Ibrahim ayat 7, dan Surah Luqman ayat 12, dapat disimpulkan bahwa syukur merupakan nilai Qur'ani yang memiliki fungsi psikologis. Syukur tidak hanya dimaknai sebagai ungkapan lisan, tetapi sebagai kesadaran menyeluruh yang diwujudkan melalui pengakuan, pengelolaan, dan pemanfaatan nikmat secara bertanggung jawab. Sebaliknya, kufur nikmat dipahami sebagai sikap mengingkari dan menutup nikmat yang berpotensi melahirkan kegelisahan batin dan ketidakpuasan hidup.
2. Syukur merupakan nilai Qur'ani yang memiliki fungsi psikososial yang sangat relevan dalam merespons fenomena FoMO. FoMO merupakan fenomena psikososial yang ditandai oleh rasa cemas dan takut tertinggal dari pengalaman, pencapaian, atau peristiwa yang dianggap bernilai oleh lingkungan sosial. Fenomena ini semakin menguat seiring perkembangan teknologi digital dan media sosial yang menampilkan kehidupan orang lain secara selektif dan ideal. Paparan konten tersebut mendorong individu untuk terus membandingkan diri, mencari validasi eksternal, serta merasa tidak cukup dengan apa yang dimilikinya. Akibatnya, FoMO berimplikasi

pada meningkatnya kecemasan, ketidakpuasan hidup, serta gangguan ketenangan batin. Syukur tidak hanya dipahami sebagai ekspresi verbal atau sikap batin semata, tetapi sebagai kesadaran menyeluruh yang diwujudkan melalui pengakuan, pemanfaatan, dan pengelolaan nikmat secara bertanggung jawab sesuai dengan tujuan ilahi ayat (maqasid al-ayat).

3. Dalam perspektif tafsir maqasidi Abdul Mustaqim, ayat-ayat syukur tidak hanya ditafsirkan pada tataran tekstual dan historis, tetapi diarahkan pada pencapaian kemaslahatan manusia (maqasid al-Qur'an), khususnya dalam menjaga keseimbangan jiwa dan akal. Syukur berfungsi sebagai mekanisme perlindungan terhadap hifz al-'aql dengan membentuk pola pikir positif, mengurangi kecenderungan perbandingan sosial, serta mencegah dominasi validasi eksternal. Selain itu, syukur juga berperan dalam hifz al-nafs melalui penguatan stabilitas emosional, pengurangan kecemasan, dan peningkatan kepuasan hidup.

B. Saran

Penelitian ini telah dilaksanakan dengan semaksimal mungkin. Jika terdapat kesalahan kata atau perbedaan pandangan, para peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian serupa dengan menggunakan referensi yang lainnya agar dapat menghasilkan kajian yang lebih sempurna. Berdasarkan isi kajian dari "Syukur Dalam al-Qur'an Sebagai Solusi Mengatasi FoMO (Studi Tafsir Maqashidi)", penelitian ini diharapkan dapat meninggalkan kesan yang

mendalam pada pikiran dan hati setiap pembaca dan mendapatkan manfaat dari penelitian ini.



DAFTAR PUSTAKA

- Abubakar, H. R. I. *Pengantar metodologi penelitian*. SUKA-Press UIN Sunan Kalijaga, 2021.
- Aisafitri, L., & Yusriyah, K. Kecanduan media sosial (fomo) pada generasi milenial. *Jurnal Audience: Jurnal Ilmu Komunikasi*, 4(01), 2021.
- Akbar, R. S., Aulya, A., Psari, A. A., & Sofia, L. Ketakutan akan kehilangan momen (FoMO) pada remaja kota Samarinda. *Jurnal Psikostudia J. Psikol*, 7(2), 2019.
- Ali, Yunasril, *Pilar-Pilar Tasawuf*, (Jakarta, Kalam Mulia, 2005).
- Al-Mahalli, I. J., & As-Suyuti, I. J. (2009). Terjemahan Tafsir Jalalain Berikut Asbabun Nuzul Jilid 7. *Cet. VII. Bandung: Sinar Baru Algeessindo*.
- Al-Qurtubi, M. B. A., & Al-Ansari, A. (2006). *al-Jami'li Ahkam al-Qur'an. Beirut: Muassasah al-Risalah*.
- Al-Ṭabarī, Abū Ja'far Muḥammad ibn Jarīr. *Jāmi' al-Bayān 'an Ta'wīl Āy al-Qur'ān*. Tahqīq Aḥmad Muḥammad Shākir. Beirut: Mu'assasat al-Risālah, 2000.
- Al-Tabari, M. B. J. (2000). *Jami'al-Bayan fi Ta'wil al-Qur'an. Mu'assasah al-Nasyr al-Islamiy*. Hamka, T. A. A., & Jilid, X. X. I. I. (2015). Jakarta: Pustaka Panjimas, 1988. *Hidayat, Komaruddin, Memahami Bahasa Agama*.
- Amaniey, M. D., & Harahap, F. Hubungan antara bersyukur dengan kesehatan mental pada mahasiswa. *Acta Psychologia*, 4(1), 2022.

Arum, L. S., Zahrani, A., & Duha, N. A. Karakteristik generasi z dan kesiapannya dalam menghadapi bonus demografi 2030. *Accounting student research journal*, 2(1), 2023

Ayu Nurlaila Sari, S. *Fear Of Missing Out (Fomo) Dalam Al-Qur'an (Kajian Tafsir Tematik)* (Doctoral dissertation, Uin Prof. Kh Saifuddin Zuhri Purwokerto), 2022.

Barry, Z. (2025). *Kontekstualisasi Hadis Qana'ah Dalam Fenomena Fear of Missing Out (FoMO)* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau).

Cahyadi, A. Gambaran fenomena Fear Of Missing Out (FOMO) pada generasi Z di kalangan mahasiswa. *Widya Warta*, 2, 2021.

Dewi, A., & Munirah, M. Konsep Syukur dalam Al-Qur. *Syams: Jurnal Kajian Keislaman*, 3(2), 2022.

Dewi, A., & Munirah, M. Konsep Syukur dalam Al-Qur. *Syams: Jurnal Kajian Keislaman*, 3(2), 2022.

Fahrezi, M. Z., Balqis, S. R., Rahmawati, D., & Azzahra, A. M. P. Pengaruh Pendapatan, Literasi Keuangan, dan FOMO terhadap Perilaku Konsumtif Mahasiswa Pengguna Shopee dalam Perspektif Islam. *Jurnal Bintang Pendidikan Indonesia*, 3(1), 2025.

Firdaus. "Syukur dalam Prespektif al-Qur'an," *Jurnal Mimbar*, 5 (1), 2019.

Fitri, H., Hariyono, D. S., & Arpandy, G. A. Pengaruh self-esteem terhadap fear of missing out (FOMO) pada generasi Z pengguna media sosial. *Jurnal Psikologi*, 1(4), 2024.

Hadi, Y. N., Nafia, Z. E., Firda, E. H., Salma, P. A., & Nasirudin, H. Urgensi Syukur Bagi Pendidik Islam. *Jurnal Global Islamika*, 2(1), 2023.

Hakim, M. N. Maqâshidiyyah Integratif dan Prinsip Metodologi Teori Tafsîr Maqâshidî Abdul Mustaqim. *Islamadina: Jurnal Pemikiran Islam*, 24(2), 2023.

Hakim, M. N. Maqâshidiyyah Integratif dan Prinsip Metodologi Teori Tafsîr Maqâshidî Abdul Mustaqim. *Islamadina: Jurnal Pemikiran Islam*, 24(2), 2023.

Hidayati, Y., & Nasution, M. I. P. Fenomena FOMO (Fear of Missing Out) di Era Digital: Studi tentang Dampaknya pada Gen Z. *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 5(3), 2025.

Hitasari, N. K. J., Dewi, N. K. S. A. D., Anindya, F., & Sandra, L. Self Disclosure Dan Big Five Personality Pada Mahasiswa Dalam Menggunakan Media Sosial. In *Seminar Ilmiah Nasional Teknologi, Sains, dan Sosial Humaniora (SINTESA)* (Vol. 6), 2023.

<https://www.youtube.com/watch?v=R5C-2UUBcng>, diakses 11 November 2025

Ibrahim, A. M., & Bela, F. A. Tafsir Maqashidi Prespektif Abdul Mustaqim. *Jurnal Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir (JIQTA)*, 2(2), 2023.

Idris, H., Muttaqin, A. I., & Fajarudin, A. A. Fenomena Fomo; Pandangan Al-Qur'an tentang Pendidikan Mental dan Keseimbangan Kehidupan Generasi Millenial. *Tarbiyatuna: Jurnal Pendidikan Islam*, 16(2), 2023.

- Jamil, R. *Sindrom Fear of Missing Out dalam Al-Qur'an (Analisis Psikologi Positif terhadap QS. Al-Baqarah (2): 155-157)* (Doctoral dissertation, Institut Agama Islam Negeri Madura), 2024.
- Mahfud, C. The Power of Syukur: Tafsir Kontekstual Konsep Syukur dalam al-Qur'an. *Epistemé: Jurnal Pengembangan Ilmu Keislaman*, 9(2), 2014.
- Mairizal, T., & Marwah, S. Makna Syukur Dalam Perspektif Mufassir al-Qusyairi. *ISTIFHAM: Journal Of Islamic Studies*, 2023.
- Majid, R. *Syukur Sebagai Gaya Hidup Muslim Perspektif Al-Qur'an* (Doctoral dissertation, UIN AR-RANIRY), 2020.
- Mandira, A., & Zaerofo, A. Pengaruh Fear Of Missing Out (Fomo), Perilaku Pembelian Impulsif, Dan Media Sosial Terhadap Minat Beli Belanja Online Pada Generasi Z. *Jurnal Al-Kharaj: Studi Ekonomi Syariah, Muamalah, dan Hukum Ekonomi*, 5(2), 2025.
- McGinnis, P. J. *Fear of Missing Out*. PT Gramedia Pustaka Utama, 2020.
- Muchtar, E. H. Tafsir Maudhu'i Qs Al-Isra' ayat 26–27: Solusi Qur'ani Fenomena Fomo Dan Gaya Hidup Konsumtif Gen-Z. *Jurnal Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir (JIQTA)*, 4(1), 2025.
- Muhammad, A. F. Syukur Sebagai Fondasi Nilai-Nilai Pendidikan Islam: Studi Al-Qur'an Surat Al-Fatihah, Surat Luqman Ayat 12, dan Surat Ibrahim Ayat 7. *Al-Fath*, 17(2), 2023.
- Munawwir, A. W., & Munawwir, A. W. (1997). Kamus al-munawwir Arab Indonesia terlengkap.

- Mustaqim, A. (2019). *Argumentasi Keniscayaan Tafsir Maqashidi Sebagai Basis Moderasi Islam*, “Pidato Pengukuhan Guru Besar pada Bidang Ulumul Qur; an”. Universitas Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2019.
- Pendidikan Nasional, D. (2008). Kamus Besar Bahasa Indonesia Pusat Bahasa. *Edisi IV (Jakarta)*.
- Pratiwi, S., & Mamesah, M. Hubungan antara perasaan takut tertinggal (FoMO) dengan adiksi media sosial pada mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta. *INSIGHT: Jurnal Bimbingan Konseling*, 12(2), 2023.
- Przybylski, A. K., Murayama, K., DeHaan, C. R., & Gladwell, V. Motivational, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out. *Computers in human behavior*, 29(4), 2013.
- Rahmadi, R. Pengantar metodologi penelitian, 2011.
- Ramadhani, R., & Habibullah, M. R. Implementasi Pembelajaran Sikap Syukur Terhadap Perilaku Sosial. *DAARUS TSAQOFAH Jurnal Pendidikan Pascasarjana Universitas Qomaruddin*, 2(2), 2025.
- Raynaldi, M. *Perancangan Motion Graphic sebagai Media Kampanye Sosial Mengatasi Fomo pada Remaja Usia 18-21 Tahun* (Doctoral dissertation, Universitas Dinamika), 2024.
- Rifqi, M. A., & Thahir, A. H. Tafsir Maqasidi; Building Interpretation Paradigm Based on Mashlahah. *Millah: Jurnal Studi Agama*, 18(2), 2019.

- Robikah, S. R. S. S. Rekonstruksi Kisah Ratu Balqis dalam Perspektif Tafsir Maqashidi. *Al-Wajid: Jurnal Ilmu Al-Quran Dan Tafsir*, 2(1), 2021.
- Rochmawati, N., Alsa, A., & Madjid, A. (2018). Gratitude: Empirical findings and theoretical perspectives. *Journal of Islamic Studies and Humanities*.
- Sabila, K., & Surya Tawaqal, R. The Phenomenon of FoMO (Fear of Missing Out) Culture on Tiktok Social Media among Gen Z Fenomena Budaya FoMO (Fear of Missing Out) di Media Sosial Tiktok pada Kalangan Gen Z. *Jurnal Ilmu Komunikasi*, 8 (01), 2025
- Shihab, M. Q. (2007). Ensiklopedia Al-Quran: Kajian Kosakata. (No Title).
- Shihab, M. Q. Tafsir al-Mishbah, (Jakarta: Lentera Hati, 2000), 2002. Jid 2
- Siregar, M. S. A. W., Suanti, L., Akmal, Z., Syafrianto, H., & Siregar, D. Makna, tingkatan, dan implementasi syukur dalam tafsir sufistik: Studi atas QS Ibrahim ayat 7 menurut Abdul Qadir Al-Jilani. *Al-Muaddib: Jurnal Kajian Ilmu Kependidikan*, 7(2), 2025.
- Siyoto, S., & Sodik, M. A. *Dasar metodologi penelitian*. literasi media publishing, 2015.
- Sugiyono, (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D* (Bandung: Afabeta, 2016).
- Sutrisno, S. Paradigma Tafsir Maqasidi. *Rausyan Fikr: Jurnal Ilmu Studi Ushuluddin dan Filsafat*, 13(2), 2017.

Tama, Y. R., & Istiqomah, N. Konsep Bersyukur Dalam Surah Ibrahim Ayat 7 (Teori Interpretasi Jorge Je Gracia). *Mashahif: Journal of Qur'an and Hadits Studies*, 4(2), 2024.

Wantini, W., & Yakup, R. Konsep syukur dalam al-quran dan hadis perspektif psikologi islam. *Jurnal Studia Insania*, 11(1), 2023.

Zayd, A., & Asyur, W. (2020). Metode Tafsir Maqasidi (Memahami Pendekatan Baru Penafsiran al-Qur'an) terj. Ulya Fikriyati, Jakarta Selatan: Qaf Media Kreativa.

