



Makna Syukur dalam Al-Qur'an dan Relevansinya bagi Kehidupan Modern

Nikhlah Ziyadaturrohman¹, Syafiin Mansur², Wita³, Maelina Putri Maratu Sholihah⁴,
Muhamad Zaky Hamdie⁵

¹⁻⁵ Universitas Islam Sultan Sultan Maulana Hasanuddin Banten, Indonesia

e-mail : 231320027.nikhlah@uinbanten.ac.id, Safiin@uinbanten.ac.id

231320012.wita@uinbanten.ac.id, 231320006.maelina@uinbanten.ac.id,

231320031.muhamadzaky@uinbanten.ac.id

Abstract: *The meaning of gratitude according to the perspective of the Qur'an and its relationship to modern human life which is influenced by technological advances, materialistic lifestyles, and social pressures. In the view of the Qur'an, gratitude is not merely expressed through words, but involves the awareness of the heart, verbal words, and real actions as a form of recognition of the blessings given by Allah SWT. Gratitude also functions as a reflection of faith that combines spiritual, moral, and social elements. In the context of modern life, the meaning of gratitude has shifted due to consumptive lifestyles and the culture of seeking recognition on social media, which has an impact on decreasing feelings of satisfaction and inner peace. This study uses a qualitative approach with a library research method through a review of the verses of the Qur'an, tafsir books, and various relevant academic literature. The results of the study show that the teachings of gratitude in the Qur'an play an important role in maintaining spiritual, emotional, and spiritual balance in the midst of modern life. The application of an attitude of gratitude has been proven to improve mental health, strengthen social relationships, and reduce materialistic tendencies. Furthermore, the value of gratitude can serve as a moral guideline for Generation Alpha, enabling them to balance technological advancement with spiritual life. Overall, the teachings of gratitude in the Quran remain universally relevant, not only as a religious obligation but also as a spiritual and social necessity that can bring happiness, serenity, and meaning to life amidst the dynamics of the digital age.*

Keywords: *Patience, Gratitude, God's Blessings.*

Abstrak : Makna syukur menurut perspektif Al-Qur'an serta keterkaitannya dengan kehidupan manusia modern yang dipengaruhi oleh kemajuan teknologi, gaya hidup materialistik, dan tekanan sosial. Dalam pandangan Al-Qur'an, syukur tidak sekedar diungkap melalui ucapan, melainkan melibatkan kesadaran hati, ucapan lisan, dan tindakan nyata sebagai bentuk pengakuan atas nikmat yang diberikan Allah SWT. Syukur juga berfungsi sebagai cerminan keimanan yang memadukan unsur spiritual, moral, dan sosial. Dalam konteks kehidupan modern, makna syukur mengalami pergeseran akibat pola hidup konsumtif dan budaya mencari pengakuan di media sosial, yang berdampak pada menurunnya rasa puas serta ketenangan batin. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi pustaka (library research) melalui penelaahan ayat-ayat Al-Qur'an, kitab tafsir, serta berbagai literatur akademik yang relevan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ajaran syukur dalam Al-Qur'an berperan penting dalam menjaga keseimbangan spiritual, emosional, dan di tengah kehidupan modern. Penerapan sikap syukur terbukti dapat meningkatkan kesehatan mental, mempererat hubungan sosial, dan mengurangi kecenderungan materialistik. Lebih jauh, nilai syukur dapat menjadi pedoman moral bagi Generasi Alfa agar mampu menyeimbangkan kemajuan teknologi dengan kehidupan spiritual. Secara keseluruhan, ajaran syukur dalam Al-Qur'an tetap memiliki relevansi universal tidak hanya sebagai kewajiban religius, tetapi juga sebagai kebutuhan batin dan sosial yang mampu membawa kebahagiaan, ketenangan, serta makna hidup di tengah dinamika era digital.

Kata Kunci : Sabar, Syukur, Nikmat Allah.

1. PENDAHULUAN

Kata syukur yang digunakan dalam bahasa Indonesia berasal dari bahasa Arab syukr (شكر), yang secara etimologis bermakna terima kasih, pengakuan, dan apresiasi atas nikmat. Dalam bentuk verba, kata ini tampil sebagai syakara (lampau) dan yasykuru (sekarang atau akan datang). Selain itu, terdapat pula bentuk syakūr (شكور) yang menunjukkan sifat sangat

bersyukur, sebagaimana disebutkan dalam QS. Al-Furqan [25]: 62 dan QS. Al-Insan [76]: 9 (Hidayat, 2021). Dalam khazanah kebahasaan Arab, syukur tidak sekadar dimaknai sebagai ungkapan verbal, tetapi juga mencerminkan sikap batin, pengakuan hati, serta praktik nyata dalam kehidupan (Komaru Zaman & Bahari, 2023).

Nikmat dan syukur merupakan dua konsep yang tidak terpisahkan. Setiap nikmat yang diterima oleh manusia semestinya melahirkan respons berupa rasa syukur. Asy-Sya'rawi menegaskan bahwa tidak ada syukur tanpa adanya nikmat (*lā syukra illā 'alā al-ni'mah*), dan sekecil apa pun nikmat tersebut tetap wajib disyukuri karena dari sanalah keimanan akan tumbuh dan berkembang (Nufail, 2014). Dengan demikian, syukur bukan hanya reaksi emosional, tetapi juga mekanisme spiritual yang berfungsi memperkuat hubungan manusia dengan Allah SWT.

Dalam perspektif Al-Qur'an, syukur memiliki dimensi yang sangat luas. Syukur tidak hanya bermakna mengakui nikmat, tetapi juga mencakup sikap tunduk, cinta, ridha, serta penggunaan nikmat sesuai dengan kehendak Allah. Seseorang dikatakan benar-benar bersyukur apabila ia mengetahui nikmat yang diterimanya, mengenal pemberi nikmat tersebut, mengakuinya dengan lisan dan hati, serta memanfaatkannya untuk ketaatan kepada Allah (Komaru Zaman & Bahari, 2023; Wantini & Yakup, 2023). Imam Al-Ghazali juga menegaskan bahwa perintah bersyukur sering kali disandingkan dengan perintah berzikir, yang menunjukkan urgensi syukur dalam membangun kesadaran spiritual manusia (Hidayat, 2021).

Al-Qur'an secara eksplisit memerintahkan manusia untuk senantiasa bersyukur, sebagaimana firman Allah dalam QS. Al-Baqarah [2]: 152 yang menegaskan bahwa syukur merupakan jalan untuk mendapatkan perhatian dan pertolongan Allah. Ayat ini memperlihatkan bahwa syukur bukan hanya bernilai pribadi, tetapi juga berdampak pada relasi transendental antara manusia dan Tuhan. Oleh karena itu, syukur menjadi fondasi penting dalam pembentukan keimanan, akhlak, dan kesehatan spiritual individu.

Namun, dalam konteks kehidupan modern yang ditandai oleh pesatnya perkembangan teknologi, media sosial, dan gaya hidup konsumtif, makna syukur mengalami pergeseran yang cukup signifikan. Fenomena flexing atau pamer kemewahan di media sosial telah menjadi budaya baru, khususnya di kalangan generasi muda Muslim. Penelitian Rachman et al. (2024) menunjukkan bahwa praktik flexing tidak hanya memicu perilaku konsumtif, tetapi juga melemahkan nilai-nilai agama dan solidaritas sosial. Kondisi ini menyebabkan manusia semakin mudah merasa kurang, iri, dan tidak puas terhadap apa yang dimilikinya.

Sejumlah penelitian psikologi modern juga membuktikan bahwa rendahnya rasa syukur berkorelasi dengan menurunnya kepuasan hidup dan meningkatnya kecemasan. Tsang (2006)

menyatakan bahwa syukur memiliki hubungan yang kuat dengan perilaku prososial, kebahagiaan, dan kesehatan mental. Bahkan, materialisme yang berlebihan terbukti menurunkan tingkat kebahagiaan karena melemahkan rasa syukur dan kepuasan batin (Tsang et al., 2014). Sementara itu, kajian Jans-Beken et al. (2020) menegaskan bahwa individu yang memiliki tingkat syukur tinggi cenderung memiliki kesehatan mental yang lebih baik dan tingkat stres yang lebih rendah.

Di tengah realitas tersebut, Al-Qur'an sesungguhnya telah menawarkan konsep syukur yang tidak hanya bersifat spiritual, tetapi juga psikologis dan sosial. Namun demikian, kajian tentang syukur dalam Al-Qur'an selama ini masih didominasi oleh pendekatan tafsir klasik dan ritualistik. Beberapa penelitian membahas syukur dalam konteks tradisi budaya (Arifada, 2025), karakter generasi Alpha (Karlina & Sassi, 2025), dan tafsir tertentu seperti Tafsir Al-Azhar karya Buya Hamka (Agustina, 2019). Meskipun penting, kajian-kajian tersebut belum sepenuhnya mengaitkan konsep syukur Qur'ani dengan tantangan kehidupan modern yang sarat dengan materialisme dan krisis makna.

Berdasarkan kondisi tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menggali dan memahami makna syukur dalam Al-Qur'an serta menjelaskan relevansinya dalam kehidupan manusia modern yang diwarnai oleh perkembangan teknologi, gaya hidup konsumtif, dan perubahan nilai sosial. Syukur dalam Al-Qur'an tidak hanya dipahami sebagai ungkapan terima kasih secara lisan, melainkan juga melibatkan kesadaran hati, tindakan nyata, serta tanggung jawab dalam memanfaatkan nikmat Allah secara benar.

Secara khusus, penelitian ini diharapkan mampu memberikan kontribusi dalam menghidupkan kembali nilai-nilai spiritual syukur sebagai pedoman hidup, terutama di lingkungan akademik dan generasi muda. Dengan memahami syukur secara utuh, masyarakat modern diharapkan tidak mudah terjebak dalam kecemasan, ketidakpuasan hidup, dan perlombaan materi. Dengan demikian, penelitian ini sekaligus menegaskan bahwa ajaran Al-Qur'an tentang syukur tetap relevan lintas zaman dan mampu menjadi solusi atas berbagai persoalan moral, sosial, dan psikologis di era modern..

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi pustaka (library research). Pendekatan ini dipilih karena penelitian berfokus pada pemahaman makna ayat-ayat Al-Qur'an yang membahas tentang syukur, serta kaitannya dengan kehidupan modern. Sumber data berasal dari berbagai literatur, seperti kitab tafsir, buku-buku keislaman, artikel ilmiah, dan jurnal yang membahas konsep syukur dalam pandangan Al-Qur'an. Selain itu, peneliti juga

menggunakan sumber-sumber kontemporer yang membahas pentingnya nilai syukur di zaman sekarang. Data dikumpulkan dengan cara membaca dan menelaah berbagai sumber yang relevan dan dapat dijadikan rujukan serta pengetahuan yang mendalam. Pendekatan kualitatif dipilih karena penelitian ini bertujuan untuk memahami makna dan nilai-nilai keagamaan yang terkandung dalam tradisi Larung Sesaji secara mendalam, serta bagaimana masyarakat memaknai tradisi tersebut dalam hubungannya dengan ajaran Islam, khususnya yang bersumber dari Al-Qur'an. Pendekatan ini juga memungkinkan peneliti menggali dimensi sosial, budaya, dan religius yang tidak dapat diukur secara statistik, tetapi justru lebih kuat melalui eksplorasi naratif dan deskriptif.

Dengan metodologi ini, penelitian diharapkan dapat memberikan pemahaman yang komprehensif mengenai eksistensi, makna, dan nilai-nilai keislaman dalam tradisi Larung Sesaji, serta kontribusinya terhadap pelestarian budaya lokal yang tidak bertentangan dengan nilai-nilai Al-Qur'an.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengertian Syukur Dalam Al-Qur'an

Secara etimologis, kata *syukur* berasal dari bahasa Arab dan merupakan bentuk *mashdar* dari kata *شَكَرَ - يَشْكُرُ - شُكْرٌ* yang berarti berterima kasih, serta mengandung makna memberi pujian atas suatu kebaikan atau kelimpahan. Sementara itu, secara terminologis, *syukur* diartikan sebagai ungkapan rasa syukur atas nikmat yang diterima, yang kemudian ditunjukkan atau diekspresikan secara nyata. Kata *syukur* ini sering disandingkan dengan *kufur*, yang berarti lawan dari syukur. Dalam Al-Qur'an, kata *syukur* dan berbagai turunannya disebutkan sebanyak 75 kali. Penggunaan istilah ini tidak hanya merujuk pada tindakan manusia dalam mensyukuri nikmat, tetapi juga digunakan untuk menggambarkan sikap Allah terhadap perbuatan hamba-Nya. Oleh karena itu, istilah *syākir* (orang yang bersyukur) dalam bentuk *isim fā'il* dan *syakūr* (sangat bersyukur) dalam bentuk *ṣīghah mubālaghah* tidak hanya disematkan kepada manusia, melainkan juga kepada Allah. Tercatat ada dua ayat dalam Al-Qur'an yang menyebut Allah sebagai *Syākir*, dan empat ayat lainnya menyebut-Nya sebagai *Syakūr*. Tentu saja, makna syukur yang disandarkan kepada Allah berbeda dari makna syukur yang berlaku bagi manusia. Seperti yang dijelaskan oleh Muhammad 'Abduh, penyebutan Allah sebagai *asy-Syākir* tidak bisa dipahami secara harfiah, melainkan secara majazi atau metaforis. Secara bahasa, syukur berarti membalas dan mengapresiasi nikmat dengan pujian dan pengakuan. Dalam pengertian syariat, syukur manusia terhadap Allah adalah menggunakan nikmat sesuai dengan tujuan penciptaan nikmat tersebut oleh Allah (*ṣarf*

ni ‘amihi fīmā khuliqat lah). Pengertian ini tentu tidak berlaku untuk Allah, karena tidak ada satu pun makhluk yang memberikan nikmat atau jasa kepada-Nya sehingga layak untuk disyukuri dalam arti tersebut. Dengan demikian, ketika Allah disebut sebagai *Syākir* atau *Syakūr*, maknanya adalah bahwa Allah Mahakuasa untuk memberikan balasan kepada hamba-hamba-Nya yang berbuat baik, dan Dia tidak akan menyia-nyiakan amal kebaikan mereka. Dalam konteks ini, pemberian pahala kepada orang-orang yang beramal dianggap sebagai bentuk syukur dari Allah.

Dan dalam Al-Qur’an dijelaskan bahwa rasa syukur juga tidak hanya diucapkan lewat kata-kata, tapi juga dengan hati dan perbuatan. Salah satunya dalam surat Ibrahim ayat 7 وَإِذْ تَأَذَّنَ رَبُّكُمْ لَئِنْ شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ وَلَئِنْ كَفَرْتُمْ إِنَّ عَذَابِي لَشَدِيدٌ ﴿٧﴾ yang artinya “(Ingatlah) ketika Tuhanmu memaklumkan, “Sesungguhnya jika kamu bersyukur, niscaya Aku akan menambah (nikmat) kepadamu, tetapi jika kamu mengingkari (nikmat-Ku), sesungguhnya azab-Ku benar-benar sangat keras.” Dengan ayat ini kita harus ingat ketika Tuhan memaklumkan suatu maklumat yang dikukuhkan, Allah SWT, berfirman “sesungguhnya aku bersumpah, jika kamu bersyukur atas nikmat-nikmat ku kepadamu, niscaya aku akan menambah kepadamu nikmat yang lebih banyak lagi, tetapi sebaliknya jika kamu mengingkari nikmatku, maka pasti azabku sangat berat. Maka dari itu kita sebagai manusia ciptaan Allah SWT, sebisa mungkin harus bijak dalam menghadapi berbagai hal dan masalah yang ada dalam kehidupan sehari-hari, terutama kita di kalangan mahasiswa yang mayoritasnya orang-orang disekeliling kita mereka yang mempunyai kedudukan atau berasal dari keluarga yang berada, kita sebagai teman yang berasal dari kalangan menengah bawah harus pandai dalam menyikapi berbagai hal yang ada dalam lingkungan hidup kita.

Dengan demikian di era Modern ini kita harus lebih hati-hati dalam menyikapi segala hal bentuk rupa cobaan yang sedang dialami. Seperti dalam surat Al-Baqoroh ayat 152 yang berbunyi bahwasannya Allah SWT, berfirman فَادْكُرُونِي أذكُرْكُمْ واشْكُرُوا لِي وَلَا تَكْفُرُونَّ ﴿١٥٢﴾ yang artinya “karena itu, ingatlah kamu kepada-Ku, niscaya Aku pun akan ingat kepadamu. Bersyukurlah kepada-Ku dan janganlah kamu ingkar kepada-Ku”. Atas semua kenikmatan itu, Allah menyuruh kaum muslim untuk selalu mengingatkannya, “maka ingatlah kepadaku” baik melalui lisan dengan melafalkan pujian, melalui hati dengan mengingat kekuasaan dan kebijaksanaan Allah, maupun melalui fisik dengan menaati Allah. Jika kamu mengingatkannya, Aku pun pasti akan ingat kepadamu dengan melimpahkan pahala, pertolongan, dan kebahagiaan di dunia dan akhirat. Bersyukurlah pula kepada-Ku atas nikmat-Ku dengan menggunakannya di jalan-Ku, dan janganlah kamu ingkar kepada-Ku, kepada nikmat-nikmatku, dan mempergunakannya untuk berbuat maksiat. Itulah peringatan dari Allah untuk

hamba-hamba nya, maka dari itu kita harus banyak bersyukur atas segala nikmat yang telah Allah berikan, dan perbanyak dzikir agar selalu mengingat Allah, dan jika kita berdzikir untuk Allah maka insyaAllah hati akan terasa lebih tenang dan tentram.

Relavansi Syukur Dalam Kehidupan Modern

Syukur sebagai Pelindung Kesejahteraan Mental, Dalam kehidupan modern yang sarat tekanan baik dari tuntutan pekerjaan, pengaruh media sosial, maupun ketidakpastian ekonomi praktik bersyukur terbukti berhubungan dengan peningkatan kesejahteraan psikologis. Rasa syukur dapat membantu menurunkan gejala depresi dan kecemasan serta meningkatkan kepuasan hidup. Berbagai meta-analisis dan tinjauan sistematis menunjukkan bahwa intervensi sederhana untuk menumbuhkan rasa syukur, seperti menulis jurnal syukur, secara konsisten berkontribusi terhadap perbaikan kondisi mental dalam banyak penelitian eksperimental. Dampak fisik dan kesehatan secara umum, Selain memberikan manfaat psikologis, berbagai penelitian juga menunjukkan adanya keterkaitan antara rasa syukur dan sejumlah indikator kesehatan fisik, seperti kualitas tidur yang lebih baik serta kebiasaan hidup yang lebih sehat. Walaupun temuan mengenai aspek fisik tidak selalu seragam di setiap studi, tinjauan literatur berskala besar menunjukkan bahwa rasa syukur memiliki pengaruh positif terhadap kesehatan secara menyeluruh.

Syukur sebagai pendorong perilaku prososional kohesi sosial, Rasa syukur dapat menumbuhkan kecenderungan untuk membalas kebaikan serta mendorong individu berperilaku membantu sesama suatu hal yang krusial dalam masyarakat modern yang cenderung terpecah-belah. Berbagai eksperimen di laboratorium maupun penelitian lapangan menunjukkan bahwa penerapan praktik syukur (*gratitude induction*) mampu meningkatkan perilaku prososial, yang pada akhirnya memperkuat hubungan sosial dan memperbesar modal sosial dalam suatu komunitas.

Syukur menekan materialisme dan meningkatkan kepuasan hidup, Dalam masyarakat yang semakin konsumtif, kecenderungan materialistik sering dikaitkan dengan tingkat kepuasan hidup yang lebih rendah. Rasa syukur berperan sebagai faktor pelindung, karena individu yang bersyukur cenderung tidak mencari kebahagiaan melalui kepemilikan materi, sehingga merasa lebih puas dengan hidupnya. Temuan dari berbagai penelitian kuantitatif menunjukkan bahwa syukur berfungsi sebagai mediator dalam hubungan antara materialisme dan kesejahteraan psikologis. Relevansi di tempat kerja dan produktivitas, penerapan intervensi berbaris syukur di lingkungan kerja seperti program apresiasi atau rutinitas formal untuk saling mengungkapkan terimakasih telah terbukti berhubungan dengan peningkatan kesejahteraan

karyawan, penurunan tingkat stres, serta dalam beberapa kasus, peningkatan kerja sama antaranggota tim. Hasil meta-analisis terhadap populasi pekerja menunjukkan adanya pengaruh positif praktik syukur terhadap aspek-aspek tersebut, meskipun besarnya efek bervariasi di antara berbagai penelitian.

Dimensi Keagamaan Syukur dalam Tradisi Islam sebagai Landasan Kehidupan Dalam ajaran Islam, syukur (*shukr*) kepada Allah bukan sekadar perasaan emosional, melainkan bentuk ibadah yang menyatukan pengalaman spiritual dengan tanggung jawab etis sosial. Penelitian-penelitian kontemporer mengenai syukur dalam konteks Islam menunjukkan keterkaitan antara tingkat ketakwaan (*taqwa*) dan kemampuan individu untuk bersyukur, yang pada gilirannya memperkuat kecerdasan emosional, ketahanan diri, serta kesejahteraan sosial. Dengan demikian, syukur memiliki makna yang mendalam sebagai sumber nilai kultural dan spiritual dalam kehidupan masyarakat Muslim modern.

Tantangan Bersyukur Di zaman Sekarang

Di era modern ini, kita dikelilingi oleh berbagai kemudahan dan kenyamanan. Teknologi canggih, akses informasi yang luas, dan berbagai kemudahan yang lainnya membuat hidup kita lebih mudah dan nyaman. Di zaman modern ini, banyak orang sering merasa tertekan untuk terus “memiliki lebih banyak” baik berupa barang, status sosial, maupun pengalaman hidup. Pola pikir konsumtif seperti ini bisa menghambat rasa syukur, karena ketika seseorang terlalu fokus pada hal-hal yang belum dimiliki, ia jadi lupa untuk menghargai apa yang sudah ada. Dalam pandangan Islam, bersyukur bukan hanya dengan ucapan, tetapi juga dengan hati dan perbuatan sebagai bentuk pengakuan atas nikmat Allah. Berdasarkan penelitian “*Konsep Syukur dalam Al-Qur’an dan Hadis Perspektif Psikologi Islam*”, syukur mencakup tiga aspek utama: hati, ucapan, dan perbuatan. Namun, ketika nilai-nilai materialisme lebih diutamakan, makna syukur yang sesungguhnya terutama yang berasal dari hati dan tindakan sering kali terabaikan.

Kemudian juga di tengah pesatnya perkembangan dunia digital, generasi Alfa tumbuh dalam lingkaran yang dipenuhi oleh arus informasi tanpa batas serta pengaruh besar dari media sosial. Situasi ini berperan dalam membentuk cara berpikir, sistem nilai, dan perilaku mereka dalam menjalani kehidupan. Di satu pihak, kemajuan teknologi membuka peluang luas bagi peningkatan kemampuan diri dan proses belajar. Namun di pihak lain, hal ini juga membawa tantangan seperti tekanan sosial, munculnya rasa cemas, dan berkurangnya kemampuan untuk menghargai hal-hal sederhana. Karena itu, penanaman nilai syukur menjadi hal yang krusial agar Generasi Alfa tetap memiliki arah dan keseimbangan dalam menghadapi dinamika

kehidupan modern yang kompetitif. Bagi generasi Alfa yang tumbuh di tengah derasnya arus informasi dan pengaruh media sosial, rasa syukur dapat berperan sebagai pedoman moral dan intelektual. Dengan bersyukur, mereka belajar menghargai berbagai nikmat yang dimiliki, seperti kemudahan akses teknologi, kesempatan untuk belajar, serta dukungan dari guru dan orang tua dalam proses perkembangan mereka. Lebih dari sekadar ucapan, pemahaman bahwa manfaat syukur sebenarnya kembali kepada diri sendiri dapat menumbuhkan motivasi dari dalam diri Generasi Alfa untuk menerapkan nilai ini bukan untuk mencari pengakuan dari orang lain, tetapi untuk membangun kebahagiaan dan ketahanan mental yang lebih kuat dan berkelanjutan.

KESIMPULAN

Dalam pandangan Al-Qur'an, konsep syukur memiliki makna yang luas dan mendalam. Syukur mencakup pengakuan melalui hati, ucapan dengan lisan, serta tindakan nyata sebagai wujud ketaatan kepada Allah SWT. Rasa syukur tidak hanya berarti mengucapkan terima kasih, tetapi juga menunjukkan kesadaran spiritual bahwa segala nikmat berasal dari Allah, disertai dorongan moral untuk memanfaatkan nikmat tersebut sesuai dengan kehendak-Nya. Oleh sebab itu, syukur menjadi cerminan keimanan yang utuh karena memadukan aspek keagamaan, etika, dan sosial dalam kehidupan seorang Muslim. Dalam realitas kehidupan modern yang sarat dengan arus informasi, gaya hidup materialistis, dan tekanan sosial, makna syukur sering kali mengalami pergeseran. Banyak orang memahami syukur hanya sebatas ucapan tanpa diiringi penghayatan yang mendalam. Kebiasaan seperti hidup konsumtif, mencari pengakuan di media sosial, serta sering membandingkan diri dengan orang lain telah mengikis nilai sejati dari rasa syukur. Karena itu, penguatan kembali nilai-nilai syukur sangat dibutuhkan agar manusia memiliki keseimbangan spiritual dan emosional di tengah kemajuan zaman. Syukur juga memiliki keterkaitan yang kuat dengan kesejahteraan mental, fisik, dan sosial. Membiasakan diri untuk bersyukur dapat menurunkan tingkat stres, memperbaiki kesehatan emosional, mempererat hubungan sosial, dan mengurangi kecenderungan materialistik yang dapat menurunkan kepuasan hidup. Dalam lingkungan kerja maupun pendidikan, penerapan udaya syukur terbukti mampu menumbuhkan suasana positif, meningkatkan semangat kebersamaan, serta memperbaiki produktivitas.

DAFTAR PUSTAKA

Agustina, Niken Iaras. "Self Reward Sebagai Konsep Syukur Dalam Al-Qur'an (Studi Penafsiran Buya Hamka Dalam Tafsir Al-Azhar). 2, 2019, 1-9.

<https://doi.org/https://doi.org/10.24912/jssh.v1i1.24544213>.

- Arifada, Tsania. "LARUNG SESAJI SEBAGAI EKSPRESI SYUKUR KOLEKTIF 'Analisis Tradisi Pesisir Dukuh Jambean Desa Pecakaran Dalam Perspektif Al Qur'an.'" *Al-Munir: Jurnal Studi Ilmu Al-Qur'an Dan Tafsir* 7, no. 01 (2025): 19–48. <https://doi.org/10.24239/al-munir.v7i01.2058>.
- Hidayat, Hamdan. "Makna Syukur Dalam Al-Qur'an Pada Tradisi Babarit Di Kuningan." *Al-Dzikra: Jurnal Studi Ilmu Al-Qur'an Dan Al-Hadits* 15, no. 1 (2021): 73–90. <https://doi.org/10.24042/al-dzikra.v15i1.7278>.
- Jans-Beken, Lilian, Nele Jacobs, Mayke Janssens, Sanne Peeters, Jennifer Reijnders, Lilian Lechner, and Johan Lataster. "Gratitude and Health: An Updated Review." *Journal of Positive Psychology* 15, no. 6 (2020): 743–82. <https://doi.org/10.1080/17439760.2019.1651888>.
- Karlina, A, and K Sassi. "Pemaknaan Kontekstual Syukur Dan Relevansinya Bagi Pembentukan Karakter Generasi Alpha:(Studi Kontekstual QS. Luqman Ayat 12)." *AL-MIKRAJ Jurnal Studi Islam ...* 6, no. 1 (2025): 160–69. <https://doi.org/10.37680/almikraj.v6i1.7710>.
- Komaru Zaman, and Lilis Amaliya Bahari. "Syukur Dalam Perspektif Al-Qur'an." *Ta'wiluna: Jurnal Ilmu Al-Qur'an, Tafsir Dan Pemikiran Islam* 4, no. 2 (2023): 293–308. <https://doi.org/10.58401/takwiluna.v4i2.1090>.
- Konsep, Telaah, Al- Qur, Studi Tafsir Q S Ad-dhuha Ayat, and Aly Lirboyo. "Daripada Yang Lainnya . Ia Merupakan Makhluk Sosial Yang Selalu Membutuhkan " Orang Beriman Apabila Dipuji , Ia Akan Merasa Malu Kepada Allah Atas Pujian" 1, no. 1 (2024): 41–62.
- Nufail, Muhammad. "Fadlîlah Bersyukur," 2014, 2.
- Rachman, Abdul, Bilaly Sangare, Didi Suardi, Nur Jamaludin, Martavevi Azwar, Aisyah Defy R. Simatupang, Salman Izudin Karim, Muhammad Rafli Aprianto, and Teguh Muhammad Rizky. "'Flexing' and Its Implications for Religious and Social Life Among Indonesian Muslim Millennials." *Cakrawala: Jurnal Studi Islam* 19, no. 2 (2024): 62–71. <https://doi.org/10.31603/cakrawala.10461>.
- Tsang, Jo Ann. "Gratitude and Prosocial Behaviour: An Experimental Test of Gratitude." *Cognition and Emotion* 20, no. 1 (2006): 138–48. <https://doi.org/10.1080/02699930500172341>.
- Tsang, Jo Ann, Thomas P. Carpenter, James A. Roberts, Michael B. Frisch, and Robert D. Carlisle. "Why Are Materialists Less Happy? The Role of Gratitude and Need Satisfaction in the Relationship between Materialism and Life Satisfaction." *Personality and Individual Differences* 64 (2014): 62–66. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2014.02.009>.
- Wantini, W, R Yakup - Jurnal Studia Insania, and Undefined 2023. "Konsep Syukur Dalam Al-Quran Dan Hadis Perspektif Psikologi Islam." *Studia Insania* 11, no. 1 (2023): 33–49. <https://doi.org/10.18592/jsi.v11i1.8650>.