

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Quarter life crisis merupakan krisis emosional yang terjadi pada individu akibat mengalami berbagai tuntutan, tekanan maupun problematika dalam hidupnya. Individu yang berada pada fase ini dan tidak mampu melewatinya dapat terjebak kedalam kondisi putus asa, stress bahkan depresi. Oleh sebab itu diperlukan pemecahan masalah atau pemecahan terhadap permasalahannya. Al-Qur'an sebagai pedoman utama hidup memberikan solusi untuk memecahkan permasalahan hidup. Masalah yang Allah berikan telah disesuaikan dengan kemampuan hambanya, dan Allah akan memberikan kebaikan yang setimpal bagi individu yang berusaha mencari penyelesaian terhadap masalahnya.

Surah Al-Dhuha mengandung pesan motivasi dan pesan perintah dari Allah Swt kepada Nabi Saw. Surah ini menjawab keresahan Nabi tentang masalah yang dihadapi beliau, memberikan harapan tentang masa depan dan mengajak untuk mensyukuri nikmat yang diberikan Allah Swt. Sebagai umat yang hidup pada zaman sekarang dengan berbagai problematikanya, pesan-pesan yang terkandung dalam surah ini dapat diambil sebagai pemecahan masalah. Pemecahan masalah *quarter life crisis* perspektif surah Al-Dhuha adalah meyakini bahwa Allah tidak akan meninggalkan hamba-Nya yang berada dalam masalah, memiliki sikap optimis, menjaga diri, merasa cukup dan bersabar serta bersyukur atas nikmat yang Allah beri. Di zaman sekarang

dengan pesatnya penggunaan media sosial turut membawa dampak bagi individu, membentengi diri agar memiliki rasa syukur diantaranya adalah tidak membanding-bandingkan kehidupan dengan orang lain.

B. Saran

Penelitian terkait konsep Pemecahan masalah quarter life crisis perspektif Bintu Syathi' ini semoga bermanfaat bagi pembaca dan penulis, menambah wawasan dalam khazanah ilmu Al-Qur'an. Penulis berharap semoga selanjutnya terdapat yang membahas lebih dalam quarter life crisis perspektif Al-Dhuha ini.

Penulis sangat mengharapkan adanya masukan bagi skripsi ini agar diperoleh pemahaman yang lebih kompleks dan beragam. Secara manusiawi yang menyadari bahwa manusia tempatnya salah, skripsi ini tak luput dari kekurangan, sehingga kritik dan saran akan sangat berguna untuk memperbaiki berbagai pemahaman khususnya terkait tema yang dibahas.