

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI.....	iv
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Penelitian.....	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Hasil Penelitian	5
E. Kerangka Berpikir	5
F. Hipotesis	8
G. Hasil Penelitian Terdahulu	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	13
A. Gaya Hidup Sehat	13
1. Pengertian Gaya Hidup Sehat	13
2. Gaya Hidup Sehat Menurut Para Ahli	14
3. Gaya Hidup Sehat dalam Al-Qur'an	15
4. Aspek-Aspek Gaya Hidup Sehat	19
5. Manfaat Gaya Hidup Sehat	26
B. <i>Wara'</i>	27
1. Pengertian <i>Wara'</i>	27
2. <i>Wara'</i> Menurut Para Ahli	28
3. Tingkatan <i>Wara'</i>	29
4. Aspek-Aspek <i>Wara'</i>	31
5. Ciri -Ciri <i>Wara'</i>	32
6. Manfaat <i>Wara'</i>	35

BAB III METODOLOGI PENELITIAN	36
A. Pendekatan dan Metode Penelitian	36
B. Jenis dan Sumber Data	37
C. Teknik Pengumpulan Data	38
D. Teknik Analisis Data	47
E. Waktu dan Tempat Penelitian	50
BAB VI HASIL DAN PEMBAHASAN	51
A. Deskripsi Data	51
B. Pengujian Hipotesis Penelitian	53
C. Pembahasan Hasil Penelitian	66
BAB V PENUTUP.....	71
A. Kesimpulan	71
B. Saran	72
DAFTAR PUSTAKA	73
LAMPIRAN	76
RIWAYAT HIDUP	

