

## DAFTAR ISI

|   |             |
|---|-------------|
| <b>ABSTRAK .....</b>                          | <b>i</b>    |
| <b>LEMBAR PERNYATAAN .....</b>                | <b>ii</b>   |
| <b>LEMBAR PENGESAHAN .....</b>                | <b>iii</b>  |
| <b>LEMBAR PERSETUJUAN .....</b>               | <b>i</b>    |
| <b>MOTTO HIDUP.....</b>                       | <b>v</b>    |
| <b>KATA PENGANTAR .....</b>                   | <b>vi</b>   |
| <b>PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB LATIN .....</b> | <b>ix</b>   |
| <b>DAFTAR ISI .....</b>                       | <b>xvii</b> |
| <b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>                | <b>1</b>    |
| A. Latar Belakang Penelitian .....            | 1           |
| B. Rumusan Masalah .....                      | 6           |
| C. Tujuan Penelitian .....                    | 7           |
| D. Manfaat Hasil Penelitian .....             | 7           |
| E. Kerangka Berfikir.....                     | 7           |
| F. Hasil Penelitian Terdahulu .....           | 9           |
| G. Langkah-Langkah Penelitian .....           | 13          |
| 1. Jenis Penelitian .....                     | 13          |
| 2. Sumber Data Penelitian .....               | 13          |
| 3. Teknik Pengumpulan Data .....              | 14          |
| 4. Teknik Analisis Data .....                 | 14          |
| 5. Sistematika Penulisan .....                | 15          |
| <b>BAB II LANDASAN TEORI .....</b>            | <b>16</b>   |
| A. Kesehatan.....                             | 16          |
| 1. Definisi Sehat .....                       | 16          |
| 2. Macam-macam Kesehatan.....                 | 17          |
| 3. Urgensi Kesehatan .....                    | 26          |
| B. Kesehatan Dalam Pandangan Islam .....      | 27          |
| C. Hukum Menjaga Kesehatan .....              | 33          |
| D. Korelasi Kesehatan Dengan Taklif .....     | 35          |
| E. Dampak Gaya Hidup Yang Tidak Sehat .....   | 37          |

|  |            |
|--|------------|
| <b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN .....</b>                         | <b>44</b>  |
| A. Pendekatan dan Metode Penelitian .....                          | 44         |
| B. Jenis dan Sumber Data .....                                     | 46         |
| C. Teknik Pengumpulan Data .....                                   | 47         |
| D. Teknik Analisis Data .....                                      | 47         |
| <b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>                | <b>50</b>  |
| A. Jenis Kesehatan Manusia .....                                   | 50         |
| 1. Kesehatan Jasmani Dalam Al-Qur'an.....                          | 50         |
| 2. Kedudukan Jasmani Dalam Al-Qur'an.....                          | 54         |
| 3. Kesehatan Rohani (Jiwa) Dalam Al-Qur'an.....                    | 57         |
| B. Meraih Sehat Jasmani dan Rohani Melalui Petunjuk Al-Qur'an..... | 67         |
| 1. Pemeliharaan Jasmani .....                                      | 67         |
| 2. Pemeliharaan Rohani (Mental) .....                              | 81         |
| <b>BAB V PENUTUP .....</b>   | <b>91</b>  |
| A. Simpulan .....  | 91         |
| B. Saran .....   | 92         |
| <b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>  | <b>93</b>  |
| <b>RIWAYAT HIDUP .....</b>   | <b>100</b> |

