

## DAFTAR ISI

<b>ABSTRAK</b> .....	<b>i</b>
<b>LEMBAR PERNYATAAN</b> .....	<b>ii</b>
<b>LEMBAR PERSETUJUAN</b> .....	<b>iii</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN</b> .....	<b>iv</b>
<b>MOTTO</b> .....	<b>v</b>
<b>PEDOMAN TRANSLITERASI</b> .....	<b>vi</b>
<b>RIWAYAT HIDUP</b> .....	<b>xii</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>xvi</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xviii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	7
C. Tujuan Penelitian .....	7
D. Manfaat Penelitian .....	7
E. Tinjauan Pustaka .....	8
F. Kerangka Berpikir.....	11
G. Metode Penelitian .....	13
H. Sistematika Penulisan .....	16
<b>BAB II LANDASAN TEORI</b> .....	<b>17</b>
A. Definisi <i>Self-care</i> .....	17
B. Substansi <i>Self-care</i> .....	21
C. Urgensi Memahami Konsep <i>Self-care</i> .....	25
D. Generasi <i>Sandwich</i> .....	28
E. Tafsir Asy-Sya'rawi .....	35
a. Biografi Syekh Muhammad Mutawalli Asy-Sya'rawi .....	35
b. Latar Belakang Penulisan dan Karakteristik Tafsir Asy-Sya'rawi .....	41
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b> .....	<b>45</b>
A. Pendekatan dan Metode Penelitian .....	45
B. Jenis Penelitian.....	48
C. Sumber Data.....	50

D. Teknik Pengumpulan Data .....	50
E. Teknis Analisis Data.....	52
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>54</b>
A. Inventarisasi Ayat-ayat <i>Self-care</i> dalam Tafsir Asy-Sya'rawi.....	54
a. Klasifikasi Makkiyah dan Madaniyyah Ayat-ayat <i>Self-care</i> .....	58
b. Asbabun Nuzul Ayat-ayat <i>Self-care</i> .....	64
c. Munasabah Ayat-ayat <i>Self-care</i> .....	67
d. Penafsiran Ayat-ayat <i>Self-care</i> dalam Tafsir Asy-Sya'rawi.....	73
B. Konsep <i>Self-care</i> terhadap Generasi <i>Sandwich</i> dalam Tafsir Asy-Sya'rawi	89
a. Emotional <i>Self-care</i> .....	91
b. Physical <i>Self-care</i> .....	94
c. Spiritual <i>Self-care</i> .....	97
<b>BAB V PENUTUP .....</b>	<b>102</b>
A. Kesimpulan.....	102
B. Saran .....	103
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>104</b>

