

## DAFTAR ISI

ABSTRAK.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN .....	ii
LEMBAR PENGESAHAN .....	iii
DAFTAR RIWAYAT HIDUP .....	iv
MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI .....	viii
<b>BAB I      PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah .....	6
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Kegunaan Penelitian.....	6
E. Kerangka Pemikiran.....	7
F. Tinjauan Pustaka .....	13
G. Metodologi Penelitian .....	14
<b>BAB II     LANDASAN TEORI</b>	
A. Zuhud.....	19
1. Definisi Zuhud .....	19
2. Tujuan Zuhud.....	24
3. Tanda-tanda Orang yang Zuhud .....	31
B. Stress .....	38
1. Definisi Stress .....	38
2. Penyebab Terjadinya Stress / Stressor .....	41
3. Gejala Stress.....	43

4. Cara Mengatasi Stress.....	46
C. Peran Zuhud dalam Mengobati Stress.....	50
<b>BAB III PERSEPSI SYAIKH ABDUL QADIR AL-JAILANI (SOLUSI DALAM MENGOBATI STRESS)</b>	
A. Biografi Syaikh Abdul Qadir al-Jailani.....	56
1. Riwayat Hidup Syaikh Abdul Qadir al-Jailani .....	57
2. Proses Mencari Ilmu .....	62
3. Karya-karya Syaikh Abdul Qadir al-Jailani.....	65
B. Zuhud dalam Persepsi Syaikh Abdul Qadir al-Jailani.....	66
1. Definisi Zuhud dalam Persepsi Syaikh Abdul- Qadir al-Jailani.....	67
2. Tujuan Zuhud dalam Persepsi Syaikh Abdul- Qadir al-Jailani.....	73
3. Tanda-tanda Perilaku Zuhud dalam Persepsi- Syaikh Abdul Qadir al-Jailani.....	76
C. Metode Mengobati Stress dengan Zuhud dalam Persepsi Syaikh Abdul Qadir al-Jailani .....	80
1. Persepsi Syaikh Abdul Qadir al-Jailani tentang- Zuhud sebagai Solusi dalam Mengobati Stress .....	80
2. Pengaruh Zuhud Persepsi Syaikh Abdul- Qadir al-Jailani.....	95
<b>BAB IV KESIMPULAN .....</b>	<b>97</b>
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>100</b>