

## DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL .....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN .....	iii
LEMBAR PENGESAHAN.....	iv
PERNYATAAN KEASLIAN .....	v
PERNYATAAN PUBLIKASI.....	vi
MOTTO .....	vii
LEMBAR PERSEMBAHAN .....	viii
KATA PENGANTAR .....	ix
PEDOMAN TRANSLITERASI .....	xi
DAFTAR ISI.....	xvii
ABSTRAK.....	xx
<i>ABSTRACT</i> .....	xxii
المخلص .....	xxv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Konteks Penelitian .....	1
B. Fokus Penelitian .....	5
C. Tujuan Penelitian .....	5
D. Manfaat Penelitian .....	6
E. Penelitian Terdahulu .....	6
F. Penegasan Istilah.....	11
1. <i>Tazkiyatun Nafs</i> .....	11
2. Stres Remaja Era Digital.....	11

3. Surah Ar-Ra'd Ayat 28.....	12
4. Tafsir Al-Azhar Karya Buya Hamka.....	12
<b>G. Metode Penelitian.....</b>	<b>13</b>
1. Objek Penelitian .....	13
2. Jenis Penelitian.....	13
3. Sumber Data .....	14
4. Teknik Pengumpulan Data .....	15
5. Analisis Data.....	16
<b>H. Sistematika Pembahasan .....</b>	<b>17</b>
<b>BAB II Landasan Teori .....</b>	<b>19</b>
<b>A. Stres Remaja Era Digital: Bentuk, Penyebab, Pelampiasan dan Solusinya.....</b>	<b>20</b>
1. Pengertian Stres.....	20
2. Remaja Era Digital dan Karakteristiknya.....	21
3. Bentuk-Bentuk Stres Remaja Era Digital .....	25
4. Penyebab Stres Remaja Era Digital .....	29
5. Pelampiasan Stres Remaja .....	32
a. Pelampiasan Stres Positif .....	33
b. Pelampiasan Stres Negatif.....	34
6. Solusi Menghadapi Stres dari Berbagai Sudut Pandang Ilmu.....	36
a. Perspektif Psikologi.....	36
b. Perspektif Sosiologi.....	38
c. Perspektif Pendidikan .....	39
d. Perspektif Spritual dan Keagamaan .....	42
e. Perspektif Kesehatan dan Fisiologi .....	44
<b>B. Deskripsi Ayat dan Analisis Makna Surah Ar-Ra'd Ayat 28.....</b>	<b>47</b>
1. Deskripsi Umum Surah Ar-Ra'd .....	47
2. Teks Ayat dan Terjemahan.....	48

3. Konteks Ayat ( <i>Siyāq al-Āyah</i> ) .....	48
4. Analisis Struktur Kalimat.....	52
5. Makna Psikologis dan Spiritualitas.....	54
<b>BAB III Penafsiran Buya Hamka Terhadap Surah Ar-Ra'd Ayat 28</b>	
<b>Dalam Tafsir Al-Azhar dan Konsep Ketenangan Hati .....</b>	<b>59</b>
<b>A. Surah Ar-Ra'd Ayat 28 Dalam Perspektif Tafsir Al-Azhar .....</b>	<b>59</b>
<b>B. Makna Dzikir dalam Penafsiran Buya Hamka.....</b>	<b>60</b>
<b>C. Hubungan Iman, Dzikir, dan Ketenangan Hati .....</b>	<b>61</b>
<b>D. <i>Tuma'ninah</i> Sebagai Kondisi Ketenangan Batin .....</b>	<b>62</b>
<b>E. Konsep Ketenangan Hati Dalam Kerangka Penafsiran Hamka.....</b>	<b>64</b>
<b>BAB IV Ide Moral dan Relevansi Konsep Ketenangan Hati Dalam</b>	
<b>Penafsiran Buya Hamka Terhadap Stres Remaja Muslim Di Era Digital. 65</b>	
<b>A. Iman Sebagai Representasi Mengatasi Stres .....</b>	<b>65</b>
<b>B. Relevansi Dzikir dalam Menumbuhkan Ketenangan Hati .....</b>	<b>66</b>
<b>C. Dzikir Sebagai Orientasi Spiritual Remaja Era Digital .....</b>	<b>67</b>
<b>D. Relevansi Penafsiran Buya Hamka terhadap Kondisi Remaja Era</b>	
<b>Digital.....</b>	<b>68</b>
<b>BAB V Penutup .....</b>	<b>71</b>
<b>A. Kesimpulan .....</b>	<b>71</b>
<b>B. Implikasi Penelitian.....</b>	<b>72</b>
<b>C. Saran.....</b>	<b>73</b>
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>75</b>