

**STUDI TEMATIK HADĪS TENTANG TATA CARA TIDUR
NABI MUHAMMAD SAW**



SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana
dalam Ilmu Ushuluddin
Jurusan Tafsir Hadits

Oleh:

KHUMAIDAH ULFA

NIM: 104211028

**FAKULTAS USHULUDDIN
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI WALISONGO
SEMARANG
2014**

DEKLARASI

Dengan penuh kejujuran dan tanggung jawab, penulis menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan pada suatu perguruan tinggi, dan dalam sepengetahuan penulis juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali informasi yang terdapat dalam referensi yang dijadikan rujukan.

Semarang, 23 Juli 2014

Penulis,



NIM: 104211028

**STUDI TEMATIK HADĪS TENTANG TATA CARA TIDUR
NABI MUHAMMAD SAW**



SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana
dalam Ilmu Ushuluddin
Jurusan Tafsir Hadits

Oleh:

KHUMAIDAH ULFA

NIM: 104211028

Semarang, 23 Juli 2014

Disetujui Oleh:

Pembimbing I



Prof. Dr. Hj. Sri Suhandjati
NIP: 19520427 197702 2001

Pembimbing II



Hj. Sri Purwaningsih, M.Ag
NIP: 19700524 199803 2002

PENGESAHAN

Skripsi Saudara **Khumaidah Ulfa**
Nomor Induk Mahasiswa **104211028**
telah dimunaqasahkan oleh Dewan
Penguji Skripsi Fakultas Ushuluddin
Institut Agama Islam Negeri Walisongo
Semarang, pada tanggal:

23 Juli 2014

Dan telah diterima serta disahkan sebagai
salah satu syarat guna memperoleh gelar
sarjana (S.1) dalam ilmu Ushuluddin
Jurusan Tafsir Hadis.



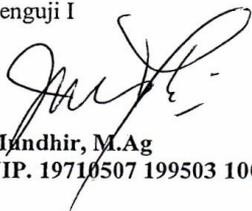
Ketua Sidang

Dr. **Masihun Amin, M.Ag**
NIP. 19680701 199303 1003

Pembimbing I


Prof. Dr./Hj. Sri Suhandjati
NIP. 19520427 197702 2001

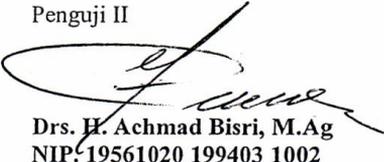
Penguji I


Mandhir, M.Ag
NIP. 19710507 199503 1001

Pembimbing II


Hj. Sri Purwaningsih, M.Ag
NIP. 19700524 199803 2002

Penguji II


Drs. H. Achmad Bisri, M.Ag
NIP. 19561020 199403 1002

Sekretaris Sidang


Rokhmah Ulfah, M.Ag
NIP. 19700513 199803 2002

MOTTO

وَهُوَ الَّذِي جَعَلَ لَكُمُ اللَّيْلَ لِبَاسًا وَالنَّوْمَ سُبَاتًا وَجَعَلَ النَّهَارَ ذُشُورًا ﴿٤٧﴾

Artinya: Dialah yang menjadikan untukmu malam (sebagai) pakaian, dan tidur untuk istirahat, dan Dia menjadikan siang untuk bangun berusaha.

(QS. Al-Furqan: 47)*

* Yayasan Penyelenggara Penterjemah Al-Qur'an, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, (Jakarta: PT. Bumi Restu, 1977), h. 566

PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB LATIN

Penulisan transliterasi Arab-Latin dalam penelitian ini menggunakan pedoman transliterasi dari keputusan bersama Menteri Agama RI dan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan RI no. 150 tahun 1987 dan no. 05436/U/1987. Secara garis besar uraiannya adalah sebagai berikut:

1. Konsonan

Huruf Arab	Nama	Huruf latin	Nama
ا	Alif	-	-
ب	Ba	B	Be
ت	Ta	T	Te
ث	Sa	Ṣ	es dengan titik di atas
ج	Jim	J	Je
ح	Ha	Ḥ	ha dengan titik di bawah
خ	Kha	Kh	ka-ha
د	Dal	D	De
ذ	Zal	Ẓ	ze dengan titik di atas
ر	ra'	R	Er
ز	Zai	Z	Zet
س	Sin	S	Es
ش	Syin	Sy	es-ye
ص	Sad	Ṣ	es dengan titik di bawah
ض	d{ad	Ḍ	de dengan titik di bawah
ط	Ta	Ṭ	te dengan titik di bawah
ظ	Za	Ẓ	ze dengan titik di bawah
ع	'ain	'	koma terbalik di atas
غ	Ghain	G	Ge
ف	Fa	F	Ef
ق	Qaf	Q	Ki
ك	Kaf	K	Ka
ل	Lam	L	El
م	Mim	M	Em
ن	Nun	N	En
و	Wau	W	We
ه	Ha	H	Ha
ء	Hamzah	'	Apostrof
ي	Ya'	Y	Ya

2. Vokal

a. Vokal Tunggal

Tanda Vokal	Nama	Huruf Latin	Nama
----- ¹ -----	Fathah	A	A
----- ₁ -----	Kasrah	I	I
----- ³ -----	Dammah	U	U

b. Vokal Rangkap

Tanda	Nama	Huruf Latin	Nama
ي	fathah dan ya	Ai	a-i
و	fathah dan wau	Au	a-u

Contoh:

كيف \longrightarrow *kaifa* حول \longrightarrow *ḥaula*

c. vokal Panjang (*maddah*):

Tanda	Nama	Huruf Latin	Nama
أ	fathah dan alif	ā	a dengan garis di atas
يَ	fathah dan ya	ā	a dengan garis di atas
يِ	kasrah dan ya	ī	i dengan garis di atas
وُ	damah dan wau	ū	u dengan garis di atas

Contoh:

قال \longrightarrow *qāla* قيل \longrightarrow *qīla*
 رمى \longrightarrow *ramā* يقول \longrightarrow *yaqūlu*

3. Ta' Marbūṭah

- Transliterasi Ta' Marbūṭah hidup adalah "t"
- Transliterasi Ta' Marbūṭah mati adalah "h"
- Jika Ta' Marbūṭah diikuti kata yang menggunakan kata sandang "ال" ("al-") dan bacaannya terpisah, maka Ta' Marbūṭah tersebut ditransliterasikan dengan "h".

Contoh:

روضة الاطفال \longrightarrow *rauḍatul aṭfal* atau *rauḍah al-aṭfal*
 المدينة المنورة \longrightarrow *al-Madīnatul Munawwarah*, atau *al-madīnah al-Munawwarah*
 طلحة \longrightarrow *Ṭalḥatu* atau *Ṭalḥaha*

4. Huruf Ganda (*Syaddah* atau *Tasydid*)

Transliterasi *syaddah* atau *tasydid* dilambangkan dengan huruf yang sama, baik ketika berada di awal atau di akhir kata.

Contoh:

نَزَّلَ → *nazzala*
الْبِرِّ → *al- bIRR*

5. Kata Sandang “ال”

Kata sandang “ال” ditransliterasikan dengan “al” diikuti dengan tanda penghubung “-”, baik ketika bertemu dengan huruf *qamariyah* maupun huruf *syamsiyyah*.

Contoh:

القلم → *al-qalamu*
الشمس → *al-syamsu*

6. Huruf Kapital

Meskipun tulisan Arab tidak mengenal huruf capital, tetapi dalam transliterasi huruf capital digunakan untuk awal kalimat, nama diri, dan sebagainya seperti ketentuan dalam EYD. Awal kata sandang pada nama diri tidak ditulis dengan huruf capital, kecuali jika terletak pada permulaan kalimat.

Contoh:

وما محمد الا رسول → *Wa mā Muhammadun illā rasūl*

UCAPAN TERIMAKASIH

Bismillahirrahmanirrahim

Segala puji bagi Allah Yang Maha Pengasih dan Penyayang, bahwa atas taufiq dan hidayah-Nya maka penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini.

Skripsi ini berjudul “**Studi Tematik Ḥadīṣ Tentang Tata Cara Tidur Nabi Muhammad Saw**” disusun untuk memenuhi salah satu syarat guna memperoleh gelar Sarjana Strata Satu (S.1) Fakultas Ushuluddin Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Walisongo Semarang.

Dalam penyusunan skripsi ini penulis banyak mendapatkan bimbingan dan saran-saran dari berbagai pihak sehingga penyusunan skripsi ini dapat terselesaikan. Untuk itu penulis menyampaikan terima kasih kepada:

1. Yang terhormat Rektor IAIN Walisongo Semarang Prof. Dr. H. Muhibbin, M.Ag selaku penanggung jawab penuh terhadap berlangsungnya proses belajar mengajar di lingkungan IAIN Walisongo.
2. Yang terhormat Dr. Nasihun Amin, M.Ag selaku Dekan Fakultas Ushuluddin IAIN Walisongo Semarang yang telah merestui pembahasan skripsi ini.
3. Bapak Ahmad Musyafiq, M.Ag dan Bapak Dr. M. In'ammuzahhidin, M.Ag, selaku Kajur dan Sekjur Tafsir Hadits IAIN Walisongo Semarang.
4. Prof. Dr. Hj. Sri Suhandjati selaku Dosen Pembimbing I dan Hj. Sri Purwaningsih, M.Ag selaku Dosen Pembimbing II yang telah bersedia meluangkan waktu, tenaga dan pikiran untuk memberikan bimbingan dan pengarahan dalam penyusunan skripsi ini.
5. Bapak/Ibu Pimpinan Perpustakaan Fakultas Ushuluddin, Perpustakaan IAIN Walisongo beserta stafnya yang telah memberikan ijin dan layanan perpustakaan yang diperlukan dalam penyusunan skripsi ini.
6. Para Dosen Pengajar di lingkungan Fakultas Ushuluddin IAIN Walisongo, yang telah membekali berbagai pengetahuan sehingga penulis mampu menyelesaikan penulisan skripsi.

7. Ayahanda (Muhammad Sidiq) dan Ibunda (Istiqamah) tercinta yang menjadi inspirator dan motivator bagi penulis, yang selalu memberikan do'a restu serta dukungan baik moril maupun materil kepada penulis, sehingga penulis bisa menyelesaikan jenjang pendidikan ini. Tidak ada yang dapat penulis berikan sebagai ucapan terimakasih kecuali hanya sebaity do'a semoga keduanya selalu diberi kesehatan dan umur yang panjang. Amiin.
8. Yang penulis hormati dan muliakan Drs. KH. Abdul Karim As-Salawy dan Ibu Hj. Lutfah Karim, Selaku pengasuh Pondok Pesantren An-Nur Karanganyar, Tugu, Semarang, tempat dimana penulis bernaung dan menimba ilmu selama empat tahun terakhir ini, yang selalu penulis harapkan do'a dan bimbingannya. Semoga beliau berdua selalu diberkahi oleh Allah Swt.
9. Adik-adik penulis (Laili, Maila, Zaki) yang selalu penulis rindukan canda tawanya sebagai penghibur dan penyemangat penulis. Belajarlah yang rajin, raihlah cita-cita kalian. I love you all....
10. Teman-teman seperjuangan penulis di Pondok Pesantren An-Nur Karanganyar, Tugu, Semarang, terimakasih telah menjadi tempat untuk berbagi suka dan duka yang dirasakan penulis. I will always miss U guys...
11. Teman-teman di lingkungan Fakultas Ushuluddin khususnya jurusan Tafsir Hadis angkatan 2010. Ayo semangat buat LULUS...
12. Pembina, pengelola, pengurus, dan teman-teman BMC (Bidik Misi Community) IAIN Walisongo Semarang yang selalu memberi semangat dan dukungan kepada penulis, sehingga penulis bisa menyelesaikan studi di kampus tercinta ini.
13. Berbagai pihak yang secara tidak langsung telah membantu, baik moral maupun materi dalam penyusunan skripsi.

Pada akhirnya penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini belum mencapai kesempurnaan dalam arti sebenarnya, namun penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis sendiri khususnya dan para pembaca pada umumnya.

Semarang, 27 Juni 2014
Penulis,
Khumaidah Ulfa
NIM: 104211028

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN DEKLARASI KEASLIAN	ii
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
HALAMAN MOTTO	v
HALAMAN TRANSLITERASI	vi
HALAMAN UCAPAN TERIMAKASIH	ix
DAFTAR ISI	xi
HALAMAN ABSTRAKSI	xiii

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah	1
B. Pokok Masalah	8
C. Tujuan dan Manfaat Penulisan Skripsi	8
D. Tinjauan Pustaka	9
E. Metodologi Penelitian	11
F. Sistematika Penulisan	14

BAB II GAMBARAN UMUM TENTANG TIDUR

A. Pengertian Tidur	15
B. Cara-cara Tidur	18
C. Tahapan Tidur	20
D. Macam-macam Tidur yang Sehat	22
E. Tidur Dalam Al-Qur'an	29

BAB III GAMBARAN UMUM TENTANG ḤADĪS ETIKA TIDUR NABI MUHAMMAD SAW

A. Ḥadīs-ḥadīs Tentang Tata Cara Tidur Nabi ..	40
1. Ḥadīs tentang Tata Cara sebelum tidur ..	40
a. Mencuci tangan sebelum tidur jika ada bekas lemak	40
b. Memakai celak (itsmid)	43
c. Tidak tidur sebelum isya' dan bersegera tidur setelahnya	45
d. Berwudlu sebelum tidur meskipun dalam keadaan junub	49
e. Membersihkan tempat tidur	50

f.	Menutup tempat air	52
g.	Mematikan lampu dan sumber api ..	54
h.	Berniat bangun untuk shalat malam.	57
i.	Berdo'a dan berdzikir sebelum tidur	60
2.	Ḥadīṣ tentang Posisi tidur Nabi	66
a.	Tidur dengan posisi miring ke kanan	66
b.	Makruh tidur tengkurap	70
c.	Tidak meletakkan kaki di atas kaki lainnya jika tidur terlentang	71
3.	Ḥadīṣ Etika setelah bangun tidur	75
a.	Mencuci tangan setelah bangun tidur	75
b.	Berdo'a setelah bangun tidur	79
c.	Bersiwak setelah bangun	81
d.	Beristinsyaq dan beristinsar setelah bangun	83

BAB IV	ANALISIS ḤADĪṢ ETIKA TIDUR NABI DALAM TINJAUAN ILMU KESEHATAN	
A.	Metode dan Pendekatan Kontekstual dalam Memahami Ḥadīṣ	85
B.	Kualitas Ḥadīṣ tentang Tata Cara Tidur Nabi Muhammad SAW	88
C.	Pemahaman Kontekstual Ḥadīṣ tentang Tata Cara Tidur Nabi Muhammad SAW	95
1.	Tidur Dengan Posisi Miring Ke Kanan	95
2.	Tidur Dengan Posisi Telentang	99
3.	Hal-hal yang Disunahkan dan Dimakruhkan ketika Tidur	102

BAB V	PENUTUP	
A.	Kesimpulan	140
B.	Saran	141
C.	Penutup	142

DAFTAR PUSTAKA
 DAFTAR RIWAYAT HIDUP

ABSTRAKSI

Tidur merupakan salah satu kebutuhan primer bagi manusia. Tidur dapat berfungsi sebagai kegiatan untuk mengistirahatkan tubuh dan jiwa. Kegiatan tidur ini hendaknya dilakukan bukan hanya untuk sekedar memenuhi kebutuhan tubuh saja, tetapi memperhatikan hal-hal yang berkaitan dengan tidur seperti tata cara yang berkaitan dengan tidur, cara-cara tidur yang baik juga perlu diperhatikan. Sehingga tujuan tidur untuk memperoleh kesehatan dapat tercapai.

Dalam *ḥadīṣ* Nabi banyak sekali redaksi yang memberitakan tentang tata cara tidur Nabi, baik sebelum maupun setelah bangun tidur. Seperti yang telah diketahui bersama bahwa para ulama' memiliki perbedaan pendapat tentang cara memahami *ḥadīṣ* Nabi. Ada yang memahami *ḥadīṣ* Nabi secara tekstual, dan ada yang memahaminya secara kontekstual. Dalam skripsi ini akan membahas *ḥadīṣ* yang berkaitan dengan tata cara tidur Nabi dan kemudian memahami *ḥadīṣ-ḥadīṣ* tersebut dengan menggunakan pendekatan ilmu kesehatan.

Adapun yang menjadi pokok masalah dalam penelitian ini adalah menemukan hadis-hadis yang berkaitan dengan tata cara tidur Nabi yang ada dalam kitab-kitab hadis dan kemudian memahaminya dengan pendekatan ilmu kesehatan. Dalam hal ini adalah yang berkaitan dengan aspek kesehatan jasmani, rohani dan sosial.

Penelitian ini bersifat kualitatif berdasarkan kajian kepustakaan. Metode yang digunakan dalam pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan pendekatan tematik (*mauḍu'ī*), yaitu menelusuri *ḥadīṣ* berdasarkan tema. Sedangkan metode yang digunakan untuk pengolahan data, penulis menggunakan metode deskriptif, yaitu memaparkan seluruh hadis lengkap dengan sanad, matan, *asbab al-wurud* hadis (jika ada), serta pendapat ulama' mengenai kualitas *ḥadīṣ*. Sementara untuk menganalisisnya penulis menggunakan metode multidisipliner, yaitu untuk memahami tata cara tidur yang diajarkan nabi dengan pendekatan ilmu kesehatan.

Dari penelusuran yang telah penulis lakukan, ada 16 tata cara tidur Nabi yang berhasil dikumpulkan, yang kemudian penulis bagi menjadi tiga kategori. Tata cara sebelum tidur ada sembilan poin, (mencuci tangan sebelum tidur, memakai celak (*itsmid*), tidak tidur sebelum isya' dan bersegera tidur setelahnya, berwudlu sebelum tidur, membersihkan tempat tidur, menutup tempat air, mematikan lampu dan sumber api, berniat bangun untuk shalat malam, berdo'a dan berdzikir sebelum tidur). Posisi tidur Nabi ada tiga poin (tidur dengan posisi miring ke kanan, makruh tidur tengkurap, tidak meletakkan kaki di atas kaki lainnya jika tidur terlentang). Tata cara setelah bangun tidur ada empat poin (mencuci tangan setelah bangun tidur, bersiwak setelah bangun, berdo'a sebelum bangun tidur, beristinsyaq dan beristinsar setelah bangun).