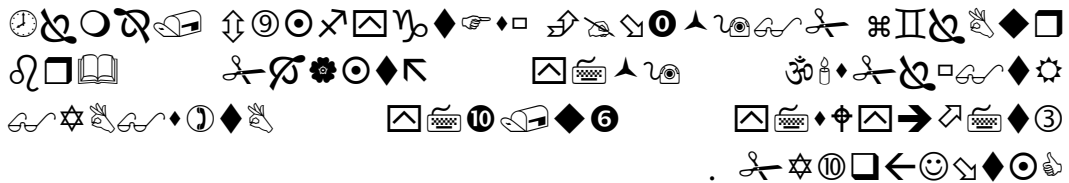


BAB III
TAFSIR AL-QUR'AN SURAT AL-ISRA' AYAT 79
TENTANG TAHAJJUD DAN KESEHATAN MENTAL

A. Lafadz dan Terjemahannya

Salat sunnah tahajjud diperintahkan oleh Allah sesuai dalam QS.

Al-Isra' ayat 79 yang berbunyi:



“Dan pada sebahagian malam hari bersembahyang tahajjudlah kamu sebagai suatu ibadah tambahan bagimu; Mudah-mudahan Tuhan-mu mengangkat kamu ke tempat yang Terpuji”.(Q.S. al-Isra’/17: 79)¹

B. Al Mufrod

1. I’rab

- a. من الليل : *Jar majrur* yang saling berhubungan dengan membuang takdir *قم*.
- b. فتهد به : *fi’il amr*.
- c. نافلة : *maf’ul li’ajlih*, yang menyimpan ل “sebagai”.
- d. عسى : *af’al muqarabah*, yang berarti mengharap, sedangkan amalnya seperti كان.
- e. أن يبعثك ربك : *fi’il* dan *fa’il* dengan tambahan أن sebagai pemisah dengan *fi’il* di depannya. Menjadi khabar dari pada kata sebelumnya.
- f. مقاما : dibaca *nashab* sebab menjadi *maf’ul bih*
- g. محمود : mengikuti sebelumnya dengan menjadi sifat/*na’at*.

¹ Departemen Agama RI, *Al-Qur’an dan Terjemahannya*, hlm. 290.

2. Bahasa

- a. **فتهدد به** : maka salatlah tahajud. **هجد** : tidur, *ahjada al-qaumu hujudan*: sesuatu kau sedang melakukan salat. Sedangkan *tahajjada al-qaum*: orang-orang bangun malam untuk melakukan salat.²
- b. **نافلة لك** : fardhu tambahan
- c. **أن يبعثك** : *fi'il* dan *fa'il* dengan tambahan **أن** sebagai pemisah dengan *fi'il* di depannya. Menjadi khabar dari pada kata sebelumnya.
- d. **مقاما** : dibaca *nashab* sebab menjadi *maf'ul bih*.
- e. **محمود** : Hamada: lawan dari kata *dzamm*: cela. Juga berarti perlindungan, *ataina fulana fa ahmadnahu wa adzmamnahu*: saya mendapati seseorang itu *Mahmud /madzmum* (berada dalam lindungan). Sedangkan dalam aplikasi ini berarti tempat yang dipuji oleh seluruh makhluk karena telah mempercepat hisab dan pertolongan di akhirat, berupa syafa'at.³

C. Tafsir QS. Al-Isra' ayat 79

(ومن الليل فتهدد به نافلة لك) Ayat ini menunjukkan adanya kewajiban tertentu kepada Nabi, yaitu melakukan salat tahajud, artinya *Lakukanlah salat di sebagian malam*. Ini menjadi perintah pertama bagi Rasulullah untuk melakukan *salat lail*, sebagai tambahan atas salat *maktubat*.⁴ Sehingga Rasulullah tidak pernah meninggalkan salat malam karena itu merupakan salat fardhu yang dikhususkan bagi beliau. Beliau

² Jamaluddin Muhammad ibn Makram al-Ifriqi al-Mishri, *Lisan al-'Arabi*, (Beirut: Dar al-Kutub al-Ilmiyyah, 2005), jilid. 2, hlm. 809.

³ Jamaluddin Muhammad ibn Makram al-Ifriqi al-Mishri, *Lisan al-'Arabi*, .hlm. 553.

⁴ Wahbah al-Zuhaili, *Al-Tafsir al-Munir fi al-'Aqidah wa al-Syari'at wa al-Manhaj*, (Dar al-Fikr al-Mu'ashir, 1991). Juz 15-16. hlm 145.

pun menetapkan kalau salat yang lebih utama setelah maktubat adalah salat lail, berdasarkan hadis yang diriwayatkan Muslim:

عن أبي هريرة رضى الله عنه قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم افضل الصلاة بعد الفريضة صلاة الليل (رواه المسلم: ١٥)⁵

“Dari Abu Hurairah ra., mengatakan: bersabda Rasulullah saw.: Salat sunnah yang utama selain salat fardhu ialah salat malam”. (HR.Muslim).

Kata (تَهَجُّدٌ) *tahajjud* sebagai mana dijelaskan mufradatnya di atas terambil kata (هُجُودٌ) *hujud* yang berarti tidur. Sehingga tahajud dapat dipahami *meninggalkan tidur untuk melakukan salat*. Salat ini dinamakan salat *lail* karena dilakukan sesudah tidur, sesudah tersadar dari tidur kita melakukan salat. Lalu ada yang juga menamainya secara langsung salat tahajud dengan alasan sebagaimana yang dijelaskan.⁶ Demikian juga menurut pendapat Alqamah, dan al-Nkha’i, al-Aswad, dan ulama-ulama lain, yang menyebabkan tahajud dikenal dalam bahasa Arab.⁷

Apakah ia harus dilakukan setelah tidur? Jika kata *tahajjud* dipahami dalam pengertian bangun setelah tidur, maka salat dimaksud baru memenuhi syarat, jika dilaksanakan setelah yang bersangkutan tidur. Dalam konteks ini al-Qurthubi dalam tafsirnya menyebut satu riwayat yang menyatakan bahwa sahabat Rasulullah saw. Al-Hajj ibn ‘Umar berkata, “Apakah kalian mengira bila melaksanakan salat sepanjang malam bahwa dengan demikian kalian telah bertahajud? Sesungguhnya tahajud tidak lain kecuali salat sesudah tidur, kemudian salat (lagi) sesudah tidur, kemudian salat lagi sesudah tidur. Demikianlah salat Rasulullah saw.”⁸

⁵ al-Jazâirî, Abu Bakar Jabir, *Minhâj al-Muslim: Kitâb 'Âqâid wa Âdâb wa Ahlâq*, hlm. 15.

⁶ Quraish Shihab, *Tafsir al-Mishbah: Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an*, (Jakarta: Lentera, 2002), vol.7, hlm. 527.

⁷ Abi al-Fada' al-Hafidh Ibnu Katsir al-Damasyqa, *Tafsir al-Qur'an al-'Adzim*, (Beirut: Maktabah al-Nur al-Ilmiyah), juz 3, hlm. 54.

⁸ Quraish Shihab, *Tafsir al-Mishbah: Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an*, hlm. 527.

(نَافِلَةٌ لَكَ) *Nafilatan Laka* yaitu ibadah tambahan atas salat maktubah bagi Rasulullah saw, yang khusus dan tiada kewajiban bagi umat. Sedangkan bagi umat hanyalah hukum ibadah sunah belaka. Begitulah pendapat yang jelas.⁹ Artinya salat *lail* adalah hak bagi Rasulullah dalam mengemban predikat hukum *nafil* ini. Sehingga telah diampuni dosa beliau baik sebelum maupun sesudahnya. Adapun bagi umat, *nafil* ini hanya menghapus dosa mereka. Ibnu Jari menolaknya dengan pendapat, ”Rasulullah pun diperintah untuk beristigfar, sebagaimana firman Allah: (وَاسْتَغْفِرْهُ إِنَّهُ كَانَ تَوَّابًا) ‘Dan mohonlah ampun kepada-Nya. Sesungguhnya dia adalah Maha Penerima taubat.’(al-Nashr:3). Sedangkan beliau selalu beristigfar setiap hari lebih dari 100 kali. Ketika hamba sangat dekat dengan Tuhannya, maka bertambahlah rasa takut (*khauf*) darinya.¹⁰

(عَسَىٰ أَنْ يَبْعَثَكَ رَبُّكَ مَقَامًا مَّحْمُودًا) Lakukanlah apa yang Aku perintahkan, Kata Allah, supaya Aku menempatkan kamu pada hari kiamat di tempat yang terpuji. Sehingga kamu dipuji oleh Seluruh makhluk dan oleh Pencipta Yang Mahatinggi dan Mahasuci.¹¹

(عَسَىٰ) ‘asa biasa digunakan dalam arti harapan (*tauqi*). Tetapi tentu saja harapan tidak menyentuh Allah swt., karena harapan mengandung makna ketidakpastian, sedangkan tidak ada yang tidak pasti bagi-Nya. Atas dasar itu para ulama, sementara para ulama memahami kata tersebut dan semacamnya dalam arti harapan bagi mitra bicara. Dalam konteks ayat ini, Rasul saw. diperintahkan untuk melaksanakan tuntutan di atas, disertai dengan harapan kiranya Allah menganugerahkan beliau *maqaman mahmudan*.¹² Ada juga yang berpendapat bahwa kata ‘asa dalam al-Qur’an, bila disertai dengan kata yang menunjukkan Allah swt.

⁹ Wahbah al-Zuhaili, *Al-Tafsir al-Munir fi al-‘Aqidah wa al-Syari’at wa al-Manhaj*, hlm. 145.

¹⁰ Wahbah al-Zuhaili, *Al-Tafsir al-Munir fi al-‘Aqidah wa al-Syari’at wa al-Manhaj*, hlm. 146.

¹¹ Ibnu Kasir, *Tafsir al-Qur’an al-‘Adzim* hlm. 54.

¹² Quraish Shihab, *Tafsir al-Mishbah: Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur’an*, hlm. 528.

maka harapan itu menjadi kepastian. Dan dengan demikian ayat ini menjanjikan Rasulullah saw. janji yang pasti bahwa Allah swt. akan menganugerahkan beliau *maqam* itu.¹³

(مَقَامًا مَّحْمُودًا) *maqaman mahmudan* dapat berarti kebangkitan yang terpuji, bisa juga di tempat yang terpuji. Keduanya benar, menurut Quraish Shihab, ayat ini tidak menjelaskan apa sebab pujian dan siapa yang memuji. Ini berarti bahwa yang memujinya semua pihak, termasuk semua makhluk. Makhluk memuji karena merasakan keindahan dan manfaat yang mereka peroleh bagi diri mereka. Nah, dari sini bertemulah analisis dengan sekian banyak riwayat dan dari berbagai sumber yang menyatakan bahwa *maqam* terpuji itu adalah syafaat terbesar Rasulullah saw. pada hari kebangkitan.

Sebagaimana Ibnu Jarir mengatakan, dalam Tafsir al-Maraghi, kebanyakan ulama berpendapat bahwa *mazaman mahmudan* itulah tempat yang akan diduduki oleh Rasulullah saw. Pada hari kiamat, untuk memberi syafaat kepada umat manusia, dengan maksud Tuhan akan melihat kepada mereka betapa hebat kedahsyatan yang akan mereka alami pada hari itu.¹⁴

An-Nasa'i, al-Hakim dan sekelompok perawi lain telah mengeluarkan sebuah riwayat Khudzaifah r.a, katanya, Allah mengumpulkan umat manusia pada satu dataran tinggi tempat mereka seluruhnya dapat mendengar seruan dan bisa dilihat seluruhnya oleh yang melihat dalam keadaan tanpa alas kaki dan tak selembat pakaian, sebagaimana mereka ketika diciptakan, berdiri, tidak ada satu orang pun yang berbicara kecuali dengan izin Allah swt.¹⁵

¹³ M. Quraisy Shihab, *Tafsir al-Mishbah: Pesan Kesan dan Keserasian al-Qur'a.*, hlm. 528

¹⁴ Mushthafa al-Maraghi, *Tafsir al-Maraghi*, terj. Hery Nor Aly, dkk, (Semarang: Tohapatra, 1988), hlm. 158.

¹⁵ Mushthafa al-Maraghi, *Tafsir al-Maraghi*, hlm. 159.

D. Munasabah

1. Pengertian *Munasabah*

Dalam Kamus Arab Indonesia kata *munasabah* berarti persesuaian atau hubungan atau relevansi.¹⁶ Yaitu hubungan persesuaian antara ayat atau surat yang satu dengan ayat atau surat yang sebelum dan sesudahnya. Abdul Jalal H.A memberi rumusan *munasabah* yaitu merupakan ilmu yang menerangkan hubungan antara ayat atau surat yang satu dengan ayat atau surat yang lain.¹⁷

Ahmad Sadzali dan Ahmad Rafi'i merumuskan *munasabah* adalah ilmu yang menerangkan tentang korelasi atau hubungan antara satu surat atau suatu ayat dengan yang lain baik yang ada di belakangnya atau ayat yang ada di depannya.¹⁸ Jadi *munasabah* merupakan hubungan antara ayat atau surat sebelumnya atau sesudahnya guna mengetahui hubungan ayat atau surat yang terdapat dalam al-Quran.

Adapun dalam penelitian ini menggunakan pendekatan tafsir *tahlili* dan tafsir *maudhu'i*, maka dalam penelitian ini mencari ayat-ayat yang berkaitan dengan perintah salat tahajjud atau bisa disebut salat malam. Adapun ayat yang berhubungan dengan surat al-Isra' ayat 79 diantaranya adalah surat al-Muzammil ayat 1 sampai 4.

2. Lafadz dan Terjemahannya



“Hai orang yang berselimut (Muhammad). Bangunlah (untuk sembahyang) di malam hari, kecuali sedikit (daripadanya).

¹⁶ Mahmud Yunus, *Kamus Arab Indonesia*, (Jakarta : Hinda Karya Agung, 1989), hlm. 449

¹⁷ Abdul Jalal, HA, *Ulumul Qur'an*, (Surabaya : Dunia Ilmu, 1989), hlm. 154

¹⁸ Ahmad Sadzali dan Ahmad Rafi, *Ulumul Qur'an I*, (Bandung : Pustaka Setia, 2000), hlm. 168.

Yaitu seperduanya atau kurangilah dari seperdua itu sedikit. Atau lebih dari seperdua itu. dan bacalah Al Quran itu dengan perlahan-lahan”.(Q.S. al-Muzammil/73: 1-4)¹⁹

3. Asbabun Nuzul

- a. Menurut riwayat al-Hakim dari ‘Aisyah, katanya, ”Ketika turun ayat ini *قم الليل إلا قليلا* Rasul dan para sahabat melakukan salat sunnah hingga kaki mereka bengkak, maka turun juga ayat (*فاقرؤوا ما تيسر منه*).
- b. Menurut Ibnu Abbas, ”Ayat ini turun ketika permulaan diturunkannya wahyu. Ketika beliau mendengar suara Malaikat dan melihatnya secara nyata, maka dia menggigil dan bertemu dengan Khadijah seraya menyuruh, ”*زملوني زملوني*” (selimutilah aku, selimutilah aku!).
- c. Menurut riwayat Ahmad, Bukhari, Muslim dan Turmudzi dari Jabir bin Abdullah, Rasulullah bersabda, ”saya berdiam diri di rawa, ketika saya selesai dan ingin turun, ada suara mengundang saya, saya menengok ke samping kanan saya tak mendapati sesuatu, saya tengok ke kiri pun tidak melihat sesuatu, juga saya tengok ke belakang, tidak ada apa-apa, akhirnya saya angkat kepalaku, ketika itu saya didatangi seseorang yang duduk di atas kursi di antara langit dan bumi, saya sangat takut sekal. Setelah saya pulang saya menyuruh istri saya, “selimutilah saya” (dalam satu riwayat *دثروني* dan yang lain *زملوني*). Maka turun ayat di antara kedua itu. Tetapi mayoritas ulama adalah turun ayat *يا أيها المزمل* ini.

d. Al Mufrodad

a. I’rab

- *يا أيها المزمل* : *nida’ mufrad* yang menggunakan adatnya berupa kata *يا أيها* sehingga *munada’* dibaca rafa’.

¹⁹ Departemen Agama RI, *Al-Qur’an dan Terjemahannya*, hlm. 574.

- **قم اليل** : *fi'il* amar yang menyimpan *dhamir* أنت dengan *maf'ul* kata setelah perintah (قم)
- **إلا قليلا** : *maf'ul muthlaq*, menjelaskan cara atau keadaan.
- **نصفه** : mengikuti sebelumnya karena menjadi badal dari kata sebelumnya.
- **أو انقص** : dengan huruf *athaf*, mengikuti kata قم. Jadi sama-sama *fi'il amr*. Dengan adat أو sebagai pilihan.
- **أو زد** : dengan huruf *athaf*, mengikuti kata قم dan انقص. Jadi sama-sama *fi'il amr*.
- **و رتل القرآن** : dengan huruf *athaf*, mengikuti kata قم dan انقص. Jadi sama-sama *fi'il amr*. Berbeda dengan sebelumnya karena ini menggunakan adat و sebagai kelanjutan.
- **ترتيلًا** : dibaca *nashab* karena menjadi *maf'ul muthlaq*, menjelaskan keadaan atau cara.

b. Bahasa

- **المزمل** *al-Muzammil* diambil dari kata **الزمل** *al-zaml* yang berarti *beban yang berat*. Seorang yang kuat dinamai *izmil* karena ia mampu memikul beban yang berat.²⁰ Menurut Abu Ishaq, dikutip oleh Imam Jamaluddin²¹, berasal dari kata *mutazammil* dengan ta' yang diidghamkan dalam za' karena *mutaqarib*. Dikatakan, *tazammala fulan idza talaffafa bitsiyabihi*, (seseorang berselimut ketika ia menyelubungkan pakaiannya).
- **رتل** : *ratala* : menyusun sesuatu dengan amat rapi atau indah.²²

²⁰ M. Quraisy Shihab, *Tafsir al-Mishbah: Pesan Kesan dan Keserasian al-Qur'an*, hlm. 402.

²¹ Jamaluddin, *Lisan al-Arabi*, hlm. 405.

²² Jamaluddin, *Lisan al-Arabi* hlm. 362..

4. Tafsir QS al-Muzammil ayat 1-4

Dari penjelasan kebahasaan di atas, serta perbedaan-perbedaan riwayat tentang sebab turunnya ayat, bermunculah pendapat-pendapat yang berbeda tentang maksud panggilan al-Muzammil, kata ini mengandung pesan yang ditujukan kepada diri yang terbelenggu oleh kemalasan, kelelahan, kelalaian, dan nafsu hewani.²³

Pendapat terakhir ini dikemukakan antara lain oleh *mufasssir* al-Zamakhsyari, menurutnya: "Pada suatu malam Rasulullah saw. sedang berbaring dalam keadaan berselimut, maka turunlah ayat ini menegur beliau. Teguran ini mengandung arti kecaman, yang disebabkan oleh karena beliau ketika itu bersiap-siap untuk tidur nyenyak, sebagaimana dilakukan oleh orang-orang yang tidak memberi perhatian kepada persoalan-persoalan besar, serta malas dan enggan menghadapi kesulitan dan tantangan."²⁴

Pendapat umum para ulama justru menjadikan seruan "wahai orang yang berselimut" sebagai panggilan akrab dan mesra dari Allah terhadap nabi-Nya. Memang disisi lain, panggilan itu dapat tertuju kepada setiap orang yang tidur malam agar memperhatikan pesan ayat ini dengan menggunakan waktu malam untuk mendekatkan diri kepada Allah.

Kata *qum* (قُمْ) terambil dari kata *qawama* (قَوَّمَ) yang kemudian berubah menjadi *qama* (قَامَ) yang secara umum berubah diartikan sebagai melaksanakan sesuatu secara sempurna dalam berbagai seginya. Perintah al-Quran dalam bentuk kata *qum* hanya ditemukan dua kali dalam al-Quran, masing-masing pada ayat kedua surah ini dan surah al-Muddatsir.

Sayyid Quthub dalam tafsirnya menulis tentang ayat ini bahwa: "ini adalah ajakan langit serta suara yang maha besar lagi maha tinggi.

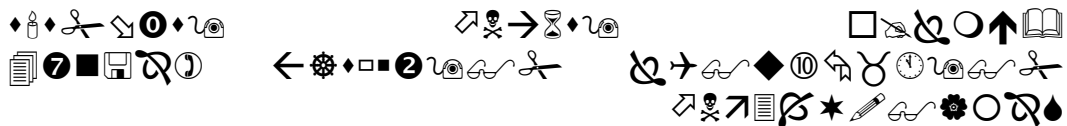
²³ Hamdani Bakran Adz-Dzakiey, *Prophetic Intelligence Kecerdasan Kenabian*, (Yogyakarta: Islamika, 2005), hlm. 321.

²⁴ M. Quraisy Shihab, *Tafsir al-Mishbah: Pesan Kesan dan Keserasian al-Qur'an*. hlm. 403.

Bangkitlah, bangkitlah untuk menghadapi persoalan besar yang menantimu. Suatu beban berat yang dipersiapkan serta diletakkan di pundakmu. Bangkitlah untuk bekerja keras, letih dan sungguh-sungguh. Bangkitlah karena telah berlalu masa tidur dan istirahat. Bangkit dan bersiaplah menghadapi persoalan-persoalan berat ini.” Sayyid Quthub selanjutnya menyatakan bahwa Rasulullah saw. Menyadari benar bahwa kandungan perintah ini sehingga beliau berkata kepada istrinya Khadijah: “telah berlalu masa tidur, wahai Khadijah.”

Kata *al-lail* (الَّيْلِ) pada mulanya pada segi bahasa berarti *hitam pekat*. Karena itu, *malam*, *rambut* (yang hitam) dinamai *Lail*.

Dalam literatur keagamaan, “malam” diartikan sebagai “waktu terbenamnya matahari sampai terbitnya fajar”, demikian kesimpulan ulama sunni. Sedang, bagi ulama Syi’ah “malam dimulai setelah terbenamnya matahari yang ditandai dengan hilangnya mega merah di ufuk timur”. Karena itu, waktu berbuka puasa bagi penganut aliran Syia’ah lebih lambat sedikit dibandingkan dengan penganut aliran Sunni. Walaupun keduanya berpegang kepada firman Allah:



“Kemudian sempurnakanlah puasa itu sampai malam”. (QS. Al-Baqarah/2: 187).²⁵

Sementara ulama mengartikan kata *qum* (قُمْ) pada ayat kedua ini dalam arti *salatlah*. Menurut mereka, kata *qum* (قُمْ), apabila terangkum dengan *al-lail* (الَّيْلِ), ia telah sangat populer dalam arti *salat malam*.

Bangun pada waktu tengah malam untuk melaksanakan salat tahajjud memang berat. Akan tetapi, yang demikian itu lebih mantap bagi orang yang mampu melaksanakannya.²⁶ Sedang, mereka yang memahaminya dalam arti *bangkit*, menyatakan bahwa dalam redaksi

²⁵ Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahannya*, hlm. 75.

²⁶ Ibnu Kasir, *Tafsir al-Qur'an al-'Adzim* hlm. 180.

ayat kedua ini terdapat kata tersirat, yaitu “salat”, sehingga keseluruhannya diartikan sebagai : “Bangkitlah untuk salat pada waktu malam.”

Dengan demikian, menjadi jelas bahwa konteks ayat ini tidak berkaitan secara langsung dengan perintah bangkit untuk menghadapi tugas-tugas berat, sebagaimana pendapat Sayyid Quthub diatas, tetapi perintah untuk bangkit melaksanakan *Salat al-lail*. Hal ini akan semakin jelas jika diamati bahwa “kebangkitan” yang dituntut bukannya kebangkitan penuh, padahal yang dituntut dalam konteks penyampaian risalah adalah kebangkitan penuh.

Ayat ini tidak memerintahkan untuk melaksanakan salat *al-Lail* sejak terbenamnya matahari sampai terbitnya fajar, sebagaimana terlihat dari kata *illa qalilan* (إِلَّا قَلِيلًا) / *kecuali sedikit* dalam arti “Sedikit dari sebagian malam itu, engkau hendaknya tidak melakukan salat.”

Bagian yang sedikit tersebut dijelaskan oleh ayat 3 dan dengan demikian perintah melakukan *qiyam al-lail* adalah selama seperdua malam, atau kurang sedikit atau lebih sedikit dari seperdua malam itu. Dengan kata lain, Nabi Muhammad saw. diperintahkan untuk salat lebih kurang lima setengah jam.

Ada ulama juga yang tidak menjadikan ayat 3 dan 4 sebagai penjelasan tentang arti pengecualian pada ayat kedua. Menurut mereka, pengecualian yang dimaksud bukan pada “bagian” malam tetapi “jumlah malam” sehingga keseluruhan ayat-ayat di atas diartikan sebagai: “Bangkitlah untuk melakukan salat malam di mana kamu misalnya sedang sakit, sangat mengantuk, atau menghadapi kesibukan-kesibukan lain yang tidak terelakkan.”

Kata *rattil* (رَتَّلَ) dan *tartil* (تَرْتِيلًا) terambil dari kata *ratala* (رَتَّلَ) yang antara lain berarti serasi dan indah. Kamus-kamus bahasa merumuskan bahwa segala sesuatu yang baik dan indah dinamai *ratl*, seperti gigi yang putih dan tersusun rapi, demikian pula benteng

yang kuat dan kukuh.²⁷ Ucapan-ucapan yang disusun secara rapi dan diucapkan dengan baik dan benar dilukiskan dengan kata-kata *Tartil al-Kalam*.

Tartil al-Qur'an adalah: “Membacanya dengan perlahan-lahan sambil memperjelas huruf-huruf berhenti dan memulai (*Ibtida'*) sehingga pembaca dan pendengarnya dapat memahami dan menghayati kandungan pesan-pesannya”.²⁸ Sedang, yang dimaksud dengan al-Qur'an adalah nama bagi keseluruhan firman Allah yang diterima oleh Nabi Muhammad saw. melalui malaikat Jibril dari ayat pertama al-Fatihah sampai dengan ayat terakhir an-Nas. Dalam saat yang sama, al-Qur'an juga merupakan nama dari bagian-bagiannya yang terkecil. Satu ayat pun dinamai al-Qur'an.

Kalau pendapat yang menyatakan bahwa ayat-ayat di atas merupakan wahyu ketiga, dari segi konteksnya ayat ini berpesan agar Nabi saw. membaca dengan *tartil* lima ayat pertama pada surah al-Alaq, awal surah al-Qalam, serta awal surah al-Muddatstsir (jika yang terakhir ini turun sebelum al-Muzammil).

Di sisi lain, timbul pertanyaan apakah perintah melakukan “*Tartil*” dilaksanakan pada saat *qiyam al-lail* ataukah ia merupakan perintah tersendiri yang dilaksanakan kapan saja? Dua pendapat yang berbeda, namun penulis cenderung memahaminya sebagai perintah tersendiri yang hendaknya dilaksanakan pada malam atau siang hari.

E. Tela'ah isi kandungan surat al-Isra' ayat 79

Dari penafsiran di atas tentang surat al-Isra' ayat 79 dapat dipahami bahwa dalam ayat tersebut terdapat perintah untuk melaksanakan salat tahajjud. Kata tahajjud berasal dari kata *hujud* yang berarti tidur. Salat

²⁷ M. Quraissy Shihab, *Tafsir al-Mishbah: Pesan Kesan dan Keserasian al-Qur'an*. hlm. 405.

²⁸ M. Quraissy Shihab, *Tafsir al-Mishbah: Pesan Kesan dan Keserasian al-Qur'an*. hlm. 406.

tahajjud juga disebut dengan salat malam(salat *lail*), karena dilaksanakan pada waktu malam hari.

Dengan melaksanakan salat tahajjud akan terjadi hubungan antara hamba dengan Tuhannya. Selain itu bagi seseorang yang rajin melaksanakan salat tahajjud secara kontinu, tepat gerakannya dan khusuk akan mendapatkan tempat yang terpuji di sisi Allah.

Salat tahajjud selain bernilai ibadah, juga sekaligus mempunyai dampak terhadap psikologis seseorang apabila dilakukan dengan benar. Dengan melaksanakan salat tahajjud secara rutin dan disertai perasaan ikhlas serta tidak terpaksa, seseorang akan memiliki respon imun yang baik, yang kemungkinan besar akan terhindar dari berbagai macam penyakit. Berdasarkan penelitian secara medis menunjukkan salat tahajjud dengan benar akan membuat orang mempunyai ketahanan tubuh yang baik.

Dari *munasabah* surat al-Muzammil ayat 1 sampai dengan 4 juga menegaskan adanya rahasia bangun di tengah malam untuk melaksanakan salat tahajjud. *Pertama*, sengaja untuk bangun malam. Hal ini hanya bisa dilakukan oleh orang yang memiliki niat yang kuat dan juga didorong oleh motivasi yang kuat, sehingga pekerjaan tersebut akan dilakukan dengan ikhlas dan bersungguh.

Kedua, bacaan di malam hari memiliki dampak yang lebih mengesankan. Hal ini dikarenakan bangun di tengah malam itu sangat baik untuk berkomunikasi dengan Tuhan. Bacaan-bacaan di waktu malam itu lebih baik dari pada siang hari karena suara yang dihasilkan lebih jernih dalam kesunyian malam.

Bangun malam memang sulit dilakukan, dan hanya sedikit sekali yang melakukannya. Dengan bangun malam justru akan membangkitkan spirit dalam diri untuk bangun dengan mensucikan diri dengan berwudlu, maka keadaan suci tersebut akan memberikan motivasi tersendiri bagi diri sendiri serta memberikan kesehatan fisik maupun psikis.