

LARANGAN TIDUR SORE PERSPEKTIF HADIS

**(Studi Analisis Hadis *Musnad Abī Ya'la al-Mawṣilī* Nomor 4918 dengan
Pendekatan Medis)**

Skripsi:

Disusun untuk Memenuhi Tugas Akhir Guna Memperoleh Gelar Sarjana Strata
Satu (S-1) dalam Ilmu Ushuluddin dan Filsafat



Oleh :

JAUHAROTUL MUTHOHHAROH

E05216012

**PROGRAM STUDI ILMU HADIS
JURUSAN TAFSIR HADIS
FAKULTAS USHULUDDIN DAN FILSAFAT
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL
SURABAYA**

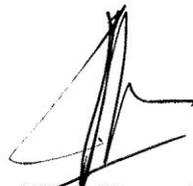
2019

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi oleh Jauharotul Muthohharoh telah disetujui untuk diajukan

Surabaya, 18 Desember 2019

Pembimbing I,



H. Atho'illah Umar, MA
NIP. 197909142009011005

Pembimbing II,



H. Budi Ichwayudi, M.Fil.I
NIP. 197604162005011004

PENGESAHAN SKRIPSI

Skripsi oleh Jauharotul Muthohharoh ini telah dipertahankan di depan Tim

Penguji Skripsi

Surabaya, 20 Desember 2019

Mengesahkan
Universitas Islam Negeri Sunan Ampel
Fakultas Ushuluddin dan Filsafat



Dekan,

Dr. Kunawi, M.Ag

NIP. 196409181992031002

Tim Penguji:

Ketua

H. Athoillah Umar, MA

NIP. 197909142009011005

Sekretaris,

Dakhirotul Hmiyah, M.H.I

NIP. 197402072014112003

Penguji I,

Dr. Hj. Nur Fadlilah, M.Ag

NIP. 195801311992032001

Penguji II,

H. Budi Ichwayudi, M.Fil.I

NIP. 197604162005011004

PERNYATAAN KEASLIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Jauharotul Muthohharoh
NIM : E05216012
Prodi : Ilmu Hadis
Fakultas : Ushuluddin dan Filsafat
Perguruan Tinggi : Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya
Judul Skripsi : Larangan Tidur Sore Perspektif Hadis (Studi Analisis Hadis *Musnad Abī Ya'la' al-Mawṣilī* Nomor 4918 dengan Pendekatan Medis)

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya tulis ini benar-benar merupakan hasil penelitian sendiri, bukan pengambilalihan atau pemikiran orang lain, kecuali pada bagian-bagian yang dirujuk sumbernya.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya dan tanpa ada paksaan dari siapapun.

Surabaya, 18 Desember 2019

Pembuat Pernyataan



Jauharotul Muthohharoh
E05216012



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
PERPUSTAKAAN

Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax.031-8413300
E-Mail: perpus@uinsby.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Jauharotul Muthohharoh
NIM : E05216012
Fakultas/Jurusan : Ushuluddin dan Filsafat / Ilmu Hadis
E-mail address : diamonia.elf@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :

Sekripsi Tesis Desertasi Lain-lain (.....)
yang berjudul :

Larangan Tidur Sore Perspektif Hadis (studi Analisis Hadis

Musnad Abi ya'la al- Mausili Nomor 4918 dengan pendekatan
Medis)

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara **fulltext** untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 30 Desember 2019

Penulis

(Jauharotul M.)
nama terang dan tanda tangan

Bab kedua merupakan bagian dari landasan teori. Landasan teori dalam bab ini meliputi konsep umum tentang tidur, teori kritik hadis, teori ke-*hujjah*-an hadis dan teori pemaknaan hadis dengan pendekatan ilmu kesehatan,.

Bab ketiga berisi pemaparan data hadis larangan tidur sore yang terdapat dalam kitab *Musnad Abī Ya' lā al-Mawṣilī*. Dalam bab ini juga dijelaskan seputar biografi *Abī Ya' lā al-Mawṣilī* dan salah satu karyanya yaitu kitab *Musnad Abī Ya' lā al-Mawṣilī*.

Bab keempat merupakan analisis kualitas dan ke-*hujjah*-an hadis tentang tidur sore dari hasil pembahasan bab kedua dan ketiga serta implikasinya ditinjau dari aspek kesehatan.

Bab kelima merupakan bab penutup yang berisi kesimpulan dan saran yang dapat dijadikan masukan untuk kesempurnaan tulisan ini.

bukanlah tidur yang sebenarnya, tetapi tahap awal dari tidur. Hal pertama yang terjadi disebut *Nu'ās* (rasa kantuk) kemudian dilanjut dengan *Sinah* (mengantuk) dan barulah disebut *Naūm* (tidur sesungguhnya).²⁵

2. Tidur dalam Pandangan Islam

Tidur menyimpan banyak sekali rahasia dan misteri yang belum mampu diungkapkan oleh para ilmuan di masa lalu. Kondisi tidur dan terjaga berada pada alam yang berbeda. Saat manusia terjaga, ia terhubung dengan alam dunia. Sedangkan ketika tidur, ia terhubung dengan alam semesta dan alam arwah. Alam tidur merupakan alam yang penuh teka teki dan keajaiban. Ketika manusia tidur, roh meninggalkan tubuh tetapi tetap terikat dengan tubuh dalam bentuk keterikatan yang tidak kita ketahui hakikatnya. Keluarnya roh dari tubuh adalah kematian. Maka, ketika manusia tidur ia sedang mengalami kematian kecil. Sebab, meskipun roh meninggalkan tubuh, masih terdapat rahasia kehidupan di dalam tubuhnya dan di dalamnya berjalan waktu biologis.²⁶ Hal ini dapat kita pahami dari sabda Nabi:

حَدَّثَنَا قَبِيصَةُ، حَدَّثَنَا سُفْيَانُ، عَنْ عَبْدِ الْمَلِكِ، عَنْ رَبِيعِ بْنِ جَرَّاحٍ، عَنْ خُذَيْفَةَ بْنِ الْيَمَانِ، قَالَ: كَانَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ إِذَا أَوَى إِلَى فِرَاشِهِ، قَالَ: «يَاسْمُكَ أَمُوتُ وَأَحْيَا» وَإِذَا قَامَ قَالَ: «الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي أَحْيَانَا بَعْدَ مَا أَمَاتَنَا وَإِلَيْهِ النُّشُورُ»²⁷

Telah menceritakan kepada kami Qabīṣah, telah menceritakan kepada kami Sufyān, dari ‘Abd al-Malik, dari Rib’i bin Hīrāsh, dari Hudhayfah bin al-Yamān dia berkata: Apabila Nabi saw. hendak tidur, beliau berdoa “Dengan nama-Mu aku mati dan aku hidup”; dan apabila bangun tidur, beliau berdoa “Segala puji bagi Allah yang telah menghidupkan kami setelah mematikan kami dan kepadanya lah tempat kembali”.

²⁵Ibrahim, *Kitab Rahasia Tidur*, 131.

²⁶Ibid., 111-112.

²⁷Muḥammad bin Ismā’īl al-Bukhārī, *Ṣaḥīḥ al-Bukhārī Vol. 8* (TK: Dār al-Ta’šīl, 2012), 188-189.

analisis sanad dan matannya, pengecekan hadis pada sumber-sumber kitab hadis lain serta agar dapat diketahui hadis yang asli bersumber dari Nabi dan hadis palsu. Menurut Abu Hatim al-Razi, yang dimaksud *naqd al-ḥadīth* adalah suatu usaha menyeleksi hadis antara yang *ṣaḥīḥ* dan *da'īf* serta untuk menetapkan status setiap perawi hadis dari segi kepercayaan dan kecacatannya. Dengan demikian, tujuan adanya kritik terhadap hadis Nabi bukanlah untuk menguji kebenaran hadis dari segi kedudukannya sebagai sumber hukum Islam, melainkan pembuktian terhadap kebenaran penyampaian hadis melalui mata rantai periwayat yang terjadi dalam kurun waktu yang cukup panjang. Rentang waktu inilah yang menyebabkan perlunya kritik untuk mengetahui tingkat akurasi dan ke-*ṣaḥīḥ*-an hadis.⁴⁴ Terdapat dua aspek yang sangat penting dan saling berkaitan untuk diteliti dalam menentukan kualitas sebuah hadis, yaitu sanad dan matan. Kritik sanad berhubungan dengan perawi atau orang yang meriwayatkan hadis dan kritik matan berhubungan dengan ke-*ṣaḥīḥ*-an isi hadis.

1. Kritik Sanad

Sanad menurut bahasa adalah *al-mu'tamad* yang berarti sesuatu yang dijadikan sandaran, pegangan dan pedoman.⁴⁵ Sanad atau *ṭarīq* dalam ilmu hadis artinya jalan yang dapat menghubungkan matan hadis hingga sampai kepada Rasulullah.⁴⁶ Jadi, yang dimaksud dengan sanad adalah rangkaian beberapa rawi yang menyampaikan suatu hadis dari satu rawi (guru) ke rawi lainnya (murid) hingga sampai pada sumbernya yaitu

⁴⁴Idri, *Studi Hadis* (Jakarta: Kencana, 2010), 275-276.

⁴⁵Khon, *Ulumul Hadis*, 107.

⁴⁶Rahman, *Ikhtisar*, 40.

hasan dan *ḍa'īf*, maka pada penelitian matan hanya dua macam yaitu *ṣaḥīḥ* dan *ḍa'īf*.⁸³

Adapun tolak ukur penelitian matan yang dikemukakan oleh para ulama tidaklah sama. Menurut al-Khatib al-Baghdadi, suatu matan hadis dinyatakan berderajat *ṣaḥīḥ* jika memenuhi persyaratan sebagai berikut:⁸⁴

- a. Tidak bertentangan dengan Alquran
- b. Tidak bertentangan dengan akal sehat
- c. Tidak bertentangan dengan hadis mutawattir
- d. Tidak bertentangan dengan amalan yang telah menjadi kesepakatan ulama salaf
- e. Tidak bertentangan dengan dalil *qaṭ'i*
- f. Tidak bertentangan dengan hadis Ahad yang kualitas ke-*ṣaḥīḥ*-annya lebih kuat

Sedangkan menurut Ibnu al-Jawzi, setiap hadis yang bertentangan dengan akal maupun berlawanan dengan ketentuan pokok agama maka disebut hadis palsu.⁸⁵ Adapun menurut jumhur *muhaddithīn*, kriteria matan hadis yang dianggap palsu adalah:⁸⁶

- a. Susunan bahasanya kacau
- b. Bertentangan dengan akal sehat dan sulit dipahami secara rasional
- c. Bertentangan dengan pokok ajaran Islam
- d. Bertentangan dengan hukum alam

⁸³Ṣalāḥuddīn bin Aḥmad al-Adlabī, *Manhaj Naqd al-Matan 'Ind 'Ulamā al-Ḥadīth al-Nabawī* (Beirut: Dār al-Afāq al-Jadīdah, 1983), 191.

⁸⁴Ismail, *Metodologi Penelitian*, 126.

⁸⁵al-Adlabī, *Manhaj Naqd*, 237.

⁸⁶Muhid dkk., *Metodologi Penelitian*, 232.

beberapa sebab). Sedangkan hadis *mardūd* adalah hadis yang tidak unggul pembenaran pemberitaannya.⁸⁹

Kriteria hadis *maqbūl ma'mūlun bih* antara lain:⁹⁰ 1) Hadis *muḥkam*, yaitu hadis yang dapat dijadikan landasan hukum dan tidak menyalahi hadis lain sehingga dapat diamalkan secara pasti; 2) Hadis *mukhtalif* yang dapat dikompromikan. Jika terdapat dua buah hadis yang bertentangan namun dapat dikompromikan maka kedua-duanya diamalkan; 3) Hadis *rajīh*, yaitu hadis yang terkuat diantara dua hadis yang berlawanan; 4) Hadis *nasīkh*, yaitu hadis yang menghapus ketentuan hukum hadis sebelumnya. Adapun kriteria hadis *maqbūl ghaīr ma'mūlun bih* antara lain:⁹¹ 1) Hadis *mutashabbih*, yaitu hadis yang sulit dipahami maknanya karena tidak dapat diketahui ta'wilnya; 2) Hadis *mutawaqqaf fih*, yaitu dua hadis *maqbūl* yang bertentangan dan tidak dapat ditemukan cara penyelesaiannya baik dengan *al-jam'u*, *al-nasīkh wa al-mansūkh* ataupun *tarjīh*. Maka kedua hadis tersebut ditanggihkan atau tidak dipakai untuk sementara sampai adanya dalil yang dapat menyelesaikannya; 3) Hadis *marjūh*, yaitu hadis *maqbūl* yang dikalahkan oleh hadis *maqbūl* lainnya yang lebih kuat; 4) Hadis *mansūkh*, yaitu hadis *maqbūl* yang dihapus ketentuan hukumnya oleh hadis *maqbūl* yang datang setelahnya; 5) Hadis *maqbūl* yang maknanya bertentangan dengan Alquran, hadis *mutawattir*, akal sehat dan *ijma'* ulama. Hadis *maqbūl* terbagi menjadi dua yaitu hadis *mutawattir* dan hadis *aḥad*, baik yang *ṣaḥīḥ* ataupun *ḥasan*, *li dhātih* maupun *li ghairih*. Sedangkan hadis *mardūd* hanya ada

⁸⁹Khon, *Ulumul Hadis*, 166-167.

⁹⁰Rahman, *Ikhtisar*, 144.

⁹¹Ibid., 144-147.

al-Hadīth. Terkadang juga hadis muncul karena sebab-sebab tertentu atau berlaku khusus untuk orang tertentu dan dapat diketahui dengan ilmu *Asbāb al-Wurūd* dan *Tawārīkh al-Mutun*. Memahami dan meneliti hadis adalah dua hal yang berbeda namun memungkinkan diperolehnya hasil yang sama. Secara umum, memahami dan meneliti matan hadis dapat dilakukan dengan berbagai pendekatan disiplin ilmu.¹⁰⁵ Dalam hal ini, penulis menggunakan pendekatan medis yang dirasa lebih tepat untuk memahami hadis tentang tidur sore.

Medis dalam *Kamus Besar Bahasa Indonesia* adalah sesuatu yang berhubungan dengan bidang kedokteran.¹⁰⁶ Sedangkan yang dimaksud sehat menurut WHO (*World Health Organization*) adalah suatu keadaan sejahtera yang mencakup fisik, mental dan sosial yang tidak hanya bebas dari penyakit atau kecacatan.¹⁰⁷ Ketika seseorang merasa lelah atau sakit, biasanya yang mereka lakukan pertama kali adalah dengan beristirahat atau tidur. Tidur merupakan hal sederhana yang menyimpan banyak sekali rahasia utamanya bagi kesehatan tubuh jika dilakukan secara benar. Dalam agama, waktu yang tidak dianjurkan untuk tidur adalah pada pagi dan sore hari. Sebab saat seseorang tidur sore hingga menjelang maghrib biasanya ketika bangun bukan kebugaran yang ia dapatkan, melainkan badan terasa tidak enak, kepala pusing bahkan linglung. Menurut medis, hal ini disebabkan oleh tidak teraturnya jadwal detoksifikasi (proses pembuangan zat-zat beracun dalam tubuh) yang lazim. Proses detoksifikasi dari dalam tubuh biasanya terjadi secara sempurna saat seseorang tidur di malam hari

¹⁰⁵Uun Namriyah, “Hadis tentang Alquran dan Madu Sebagai Obat (Memahami Hadis dalam Sunan Ibnu Majah No 3452 dengan Pendekatan Medis dan Psikoterapi)” Skripsi tidak diterbitkan, Jurusan Tafsir Hadits UIN Sunan Ampel Surabaya, 2018), 58.

¹⁰⁶Pengembangan Bahasa, *Kamus Besar*, 727.

¹⁰⁷Namriyah, “Hadis tentang Alquran”, 59.

BAB III

MUSNAD ABĪ YA'LĀ AL-MAWṢILĪ DAN HADIS TENTANG TIDUR SORE

A. *Abī Ya'lā Al-Mawṣilī*

1. Biografi *Abī Ya'lā Al-Mawṣilī*

Nama lengkapnya adalah Aḥmad bin 'Alī bin al-Muthannā bin Yaḥyā bin 'Īsā bin Hilāl al-Tamīmī al-Mawṣilī, seorang ahli hadis dari Mawṣil dan pemilik kitab *musnad* dan *mu'jam*. Dia lahir pada 3 Syawal tahun 210 H.¹⁰⁹ atau kira-kira pada masa pemerintahan Khalifah al-Makmūn (198-218 H.) hingga Khalifah al-Muqtadir (295-320 H.).¹¹⁰ Abū Ya'lā ini lebih tua (lebih senior) dari Imam al-Nasā'ī lima tahun dan sanadnya lebih tinggi dari al-Nasā'ī. Abū Ya'lā melakukan *riḥlah* untuk mencari hadis bersama ayah dan pamannya Muḥammad bin Aḥmad bin Abī al-Muthannā hingga ke Mesir dengan penuh semangat.¹¹¹

Diantara guru-guru yang ia temui adalah Aḥmad bin Ḥātim al-Ṭawīl, Aḥmad bin Ibrāhīm al-Mawṣilī, Aḥmad bin Manī', Ibrāhīm bin Ziyād Sabalān, Ishāq bin Abī Isrā'īl, Ismā'īl bin 'Abd Allāh bin Khālid, Ayyūb bin Yūnus al-Baṣri, Bashr bin al-Wālid al-Kindī, Bashr bin Hilāl, al-Ḥārith bin Suraīj, Dāwud bin Rushaīd, al-Rabī' bin Tha'labah, Abī Ayyūb Sulaimān bin

¹⁰⁹Shams al-Dīn Muḥammad bin Aḥmad bin 'Uthmān al-Dhahabī, *Siyar A'lām al-Nubalā'* Vol. 14 (Beirut: Muassasah al-Risālah, 1985), 174.

¹¹⁰al-Tamīmī, *Musnad Abī Ya'lā Vol 1*, 10.

¹¹¹al-Dhahabī, *Siyar A'lām Vol. 14*, 174.

berjudul *al-Maqṣad al-‘Alī fī zawāid Abī Ya’lā Al-Mawṣilī*.¹¹⁶ Inilah yang kemudian menjadi salah satu keistimewaan atau keunggulan dari kitab *Musnad Abī Ya’lā*. Kitab ini terdiri dari 16 juz dan telah dicetak dengan pen-*tahqīq* Ḥusāin Salīm Asad al-Dārānī pada tahun 1984. Adapun hadis tentang larangan tidur sore terdapat dalam kitab *Musnad Abī Ya’lā Al-Mawṣilī* juz 8.

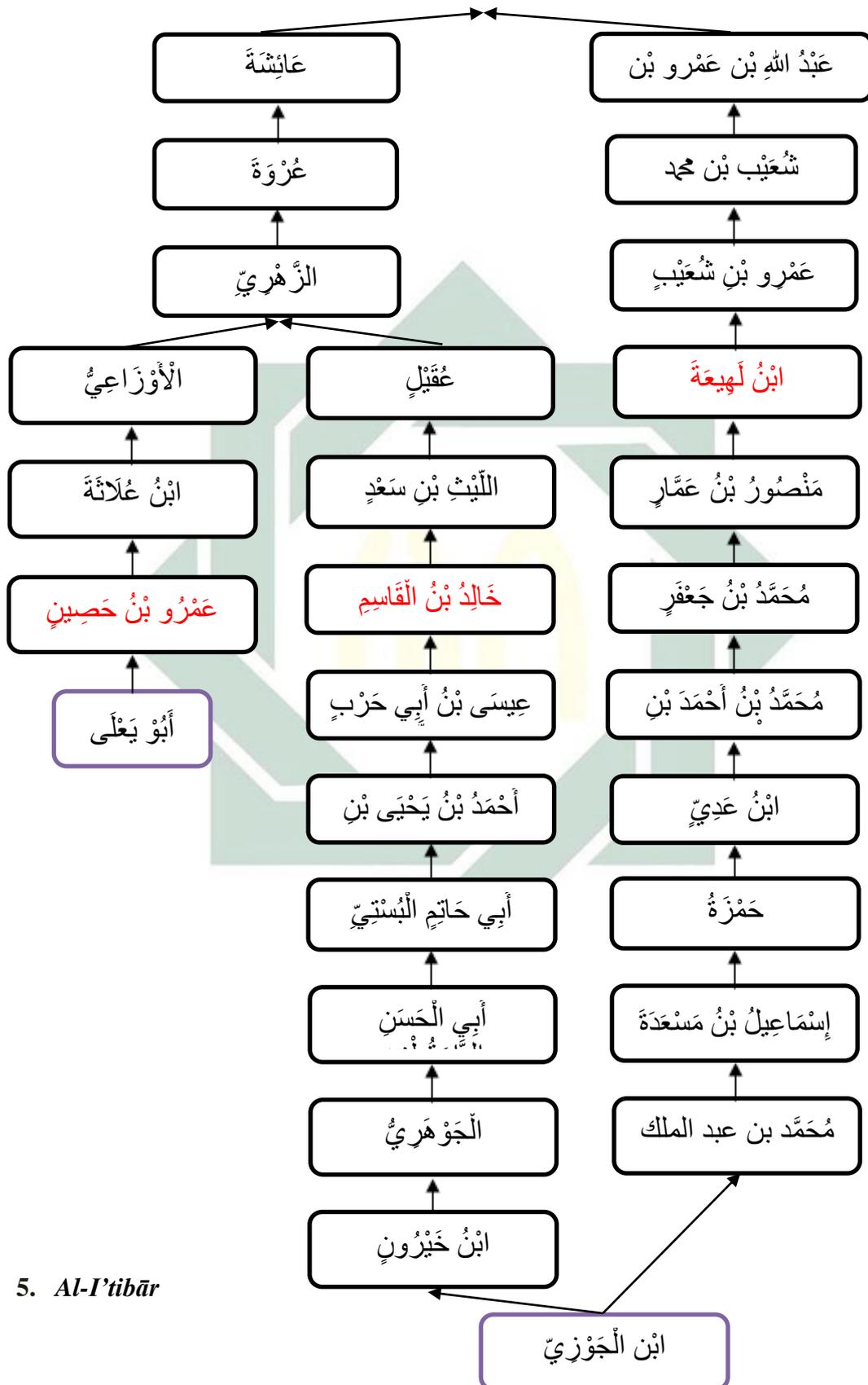
3. Komentar Ulama terhadap Abi Ya’la al-Mawsili dan Kitab *Musnad Abī Ya’lā Al-Mawṣilī*

Abū ‘Abd Allāh bin Mandah berkata: “Sesungguhnya aku ber-*riḥlah* kepadamu berdasarkan kesepakatan orang-orang di zaman ini tentang ke-*thiqah*-anmu dan kecerdasanmu”. Al-Dāraqūṭni ketika ditanya tentang *Abī Ya’lā*, dia berkata: “*thiqah ma’ mūn*”. Ibn Kathīr berpendapat bahwa *Abī Ya’lā* adalah seorang yang baik hafalannya, baik karyanya, adil dalam periwayatannya dan *dabt* hadis yang diriwayatkannya. Al-Dhahabī berkata: “*Abī Ya’lā* adalah seorang ahli hadis, terkenal dengan ke-*thiqah*-annya, melakukan *riḥlah* sendirian, orang-orang menghormatinya serta ber-*riḥlah* kepadanya”. Menurut ‘Abd al-Ghanī, Abū Ya’lā adalah salah seorang yang disepakati ke-*thiqah*-annya.¹¹⁷

al-Dhahabī menyebutkan dalam karyanya *Tadhkirah al-Ḥuffāz* dari al-Sam’ānī bahwa Ismā’īl bin Muḥammad bin al-Faḍl berkata: “Aku membaca beberapa kitab musnad seperti kitab *Musnad al-‘Adanī* dan *Musnad*

¹¹⁶al-Ghawrī, *Al-Wajīz*, 78.

¹¹⁷al-Tamīmī, *Musnad Abī Ya’lā Vol 1*, 18-20.



Secara bahasa, kata *al-i'tibār* merupakan bentuk *maṣḍar* dari kata *i'tibār* yang berarti peninjauan terhadap berbagai hal untuk mengetahui sesuatu yang sejenis atau sama. Sedangkan dalam ilmu hadis, *i'tibār* adalah memaparkan sanad suatu hadis dari jalur yang berbeda sehingga dapat diketahui keadaan sanad hadis seluruhnya dilihat dari ada atau tidaknya periwatan yang berstatus sebagai *shāhid* dan *mutābi'*. *Shāhid* adalah perawi pendukung yang berkedudukan sebagai dan untuk sahabat Nabi, sedangkan *mutābi'* adalah perawi pendukung yang berkedudukan bukan sebagai sahabat Nabi.¹³³ Dengan kata lain, *shāhid* maksudnya adalah penguat sanad dari jalur sahabat yang berbeda dan *mutābi'* berarti penguat sanad dari jalur sahabat yang sama.

Dilihat dari skema sanad gabungan di atas, dapat disimpulkan bahwa hadis yang diriwayatkan oleh *Abī Ya'lā* memiliki *shāhid* dan *mutābi'*. *Shāhid*-nya adalah sahabat 'Abdillāh bin 'Amr bin al-'Āṣ. Sedangkan *mutābi'*-nya jika dilihat dari jalur Ibn al-Jawzi, 'Uqaīl bin Khālid bin 'Uqaīl adalah *mutābi'* dari al-Awzā'i ('Abd al-Rahmān bin 'Amr bin Abī 'Amr).

6. Biografi *Shāhid* ('Abdillāh bin 'Amr bin al-'Āṣ)

Nama lengkapnya adalah 'Abdillāh bin 'Amr bin al-'Āṣ bin Wā'il bin Hāshim yang ber-*kunyah* Abū Muḥammad atau Abū 'Abd al-Rahmān al-Qurashi al-Sahmi.¹³⁴ Ibunya bernama Rayṭah binti Munabbih bin al-Ḥajjāj

¹³³Muhid dkk., *Metodologi Penelitian*, 148.

¹³⁴Shams al-Dīn Muḥammad bin Aḥmad bin 'Uthmān al-Dhahabī, *Tārīkh al-Islām wa Wafayāt al-Mashāhīr wa al-A'lām Vol. 2* (Beirut: Dār al-Gharb al-Islāmi, 2003), 666.

lambang tersebut mengindikasikan seorang murid menerima sebuah hadis dengan cara mendengarkan sendiri perkataan gurunya atau yang disebut dengan metode *al-Sama'*. Meskipun demikian, adapula rawi-rawi yang menggunakan lambang *'an* yang memiliki kemungkinan bahwa rawi tersebut meriwayatkan hadis dengan mendengar dari gurunya sendiri atau sudah melalui orang lain. Oleh karena itu, Imam al-Bukhari dan Muslim mensyaratkan adanya kriteria khusus agar periwayatannya dapat dikatakan *muttaṣil* yaitu perawi tersebut bukan seorang *mudallis* dan ia harus pernah berjumpa dengan orang yang memberinya hadis (*liqā'*) atau setidaknya ia harus hidup semasa dengan orang yang menyampaikan hadis kepadanya (*mu'āṣarah*). Maka, jika dilihat dari penelitian *jarḥ wa al-ta'dīl* rawi-rawi yang menggunakan lambang *'an* tersebut (al-Awzā'i, al-Zuhrī dan 'Urwah) dinilai *thiqah* oleh para kritikus hadis. Selain itu, mereka juga memiliki hubungan guru dengan murid. Kemudian mengenai persyaratan apakah mereka benar-benar berjumpa langsung atau setidaknya hidup sezaman, jika dilihat dari tahun wafatnya, jarak antara periwayat dan penerima hadis selisihnya tidaklah terlalu jauh sehingga dapat dipastikan mereka hidup sezaman dan ada kemungkinan mereka pernah bertemu. Maka, hadis tentang larangan tidur sore dalam *Musnad Abī Ya'lā Al-Mawṣilī* nomor 4918 dapat dikatakan memenuhi persyaratan pertama yaitu *ittiṣāl al-sanad* (bersambung sanadnya).

Adapun mengenai penilaian ulama terhadap setiap rawi dalam sanad hadis tersebut, ditemukan perbedaan pendapat pada masing-masing

rawi yang telah dijelaskan secara rinci pada bab III. Para kritikus hadis sepakat bahwa ‘Āishah, ‘Urwah, al-Zuhrī dan al-Awzā’i adalah *thiqah*. Sedangkan Ibn ‘Ulāthah terdapat perbedaan pendapat tentangnya. Yaḥyā bin Ma’īn berpendapat *thiqah*. Ibn ‘Adi menyatakan hadisnya baik serta diharapkan tidak ada cacat padanya. Sedangkan al-Dāraqūṭni berpendapat bahwa dia *matrūk*. Demikian pula Abū Ḥātim yang berkata: “Kita mencatat hadis darinya namun tidak menjadikannya *hujjah*”. Kemudian rawi ‘Amr bin Ḥuṣaīn, para ulama sepakat dia *ḍa’īf* seperti al-Dāraqūṭni yang menilai dia *matrūk*. Abū Ḥātim berkata: “Aku meninggalkan dan tidak mengambil satu hadis pun darinya” dan ‘Abd al-Rahmān bin Abī Ḥātim (anaknya) berkata: ‘Amr bin Ḥuṣaīn adalah *dhāhib al-ḥadīth* (hadisnya lenyap).

Melihat perbedaan pendapat di atas, untuk perawi Ibn ‘Ulāthah, penulis berpedoman pada kaidah *أَجْرُ مَقْدَمٍ عَلَى التَّعْدِيلِ* yang artinya penilaian *jarḥ* lebih didahulukan daripada penilaian *ta’dīl*. Hal ini terjadi apabila seorang kritikus hadis menilai tercela rawi tertentu sedang kritikus lainnya menilai terpuji. Inilah yang diikuti oleh Ulama Hadis, Ulama *Fiqh* dan Ulama *Uṣūl al-Fiqh*. Sedangkan ‘Amr bin Ḥuṣaīn, para ulama sepakat bahwa dia *ḍa’īf*. Maka, berdasarkan pemaparan analisa tersebut, dapat disimpulkan bahwa kualitas sanad hadis tentang larangan tidur sore adalah *ḍa’īf* karena telah kehilangan salah satu atau lebih syarat-syarat dari hadis *ṣaḥīḥ* atau *ḥasan* yaitu adanya rawi yang tercela. Dalam hal ini, rawi Ibn ‘Ulāthah dan ‘Amr bin Ḥuṣaīn dinilai sangatlah *ḍa’īf* oleh para kritikus hadis.

untuk menghilangkan rasa lelah. Maka, diluar dua waktu itu seseorang tidak dianjurkan untuk tidur. Sebagaiman pula perkataan orang tua pada umumnya kepada anak-anak mereka bahwa tidur sore dapat melinglungkan dan bahkan menyebabkan gila. Hal ini tentunya bukanlah sekedar ucapan, sebab ternyata secara medis tidur sore memanglah menyimpan efek buruk bagi tubuh seseorang.

Berdasarkan penelitian Donna Arand, Ph.D, seorang psikolog eksperimental di Pusat Gangguan Tidur Kettering di Dayton, Ohio, Amerika Serikat, menyarankan sebaiknya seseorang menghindari tidur antara pukul 4-6 sore. Sebab, menurutnya hal ini akan mempengaruhi waktu tidurnya di malam hari.¹⁵⁷ Saat seseorang tidur sore biasanya dia mengalami susah tidur pada malam harinya. Sedangkan saat malam hari terjadi proses detoksifikasi atau pembuangan zat-zat beracun dalam tubuh secara sempurna. Maka, ketika seseorang membiasakan tidur sore kemudian “begadang” pada malam harinya, tentunya hal ini akan mengacaukan proses detoksifikasi penting di dalam tubuhnya.

Pembuangan zat-zat beracun dalam tubuh terjadi pada pukul 21.00 hingga 05.00 pada organ-organ yang penting seperti kelenjar getah bening, hati, empedu dan paru-paru. Pada pukul 21.00-23.00 terjadi proses detoksifikasi pada bagian kelenjar getah bening sehingga kita dianjurkan untuk bersikap tenang atau rileks. Kelenjar getah bening ini merupakan bagian dari sistem kekebalan. Kemudian pembersihan selanjutnya terjadi pada pukul 23.00-01.00 di bagian hati. Hati termasuk dalam alat ekskresi karena membantu ginjal dalam memecah beberapa senyawa yang bersifat racun. Setelah proses detoksifikasi di dalam hati,

¹⁵⁷Kesehatan Keluarga, “Awat, Bahaya Tidur Sore Hari!”, <http://kesga.kemkes.go.id/berita-lengkap.php?id=48> (Jumat, 6 Desember 2019, 22.50).

Fakta lain tentang efek negatif dari tidur sore juga dibuktikan oleh penelitian Dr. John Harsh dari *University of Southern Mississippi*, Amerika, bersama rekan-rekannya terhadap 738 anak-anak usia antara 2 hingga 12 tahun. Menurut penelitian mereka, dari 738 anak-anak itu yang biasa melakukan tidur sore terbukti mengalami kesulitan tidur di malam harinya sehingga tidurnya kurang nyenyak dan susah bangun pada pagi harinya. Rata-rata dari mereka pun saat tidur di malam hari hanya membutuhkan waktu sekitar 39 menit. Selain itu, penelitian yang diketuai oleh Dr. Joe McNamara dari *University of Florida* mendapatkan kesimpulan bahwa anak-anak yang biasa tidur sore dapat menyelesaikan puzzle lebih sedikit daripada anak-anak pada umumnya.¹⁶⁰ Maka, berdasarkan riset tersebut tidur sore ternyata juga dapat mengganggu pertumbuhan mental atau konsentrasi seseorang.

Tidur sore juga dapat menyebabkan tidak optimalnya proses peremajaan sel-sel tubuh. Bahkan, jika sudah menjadi kebiasaan akan merusak dan mengakibatkan penyimpangan proses regenerasi sel-sel mati. Regenerasi sel-sel adalah proses memperbaiki dan mengganti sel-sel tubuh yang rusak sehingga akan terasa segar kembali. Jika regenerasi sel-sel dalam tubuh berjalan dengan sempurna maka kulit akan tampak segar, bukan kusam bahkan keriput. Dengan demikian, seseorang yang tidur secara baik dan benar kulitnya akan tampak segar dan awet muda. Maka, menjadi masuk akal jika seseorang tidur di waktu-waktu yang tidak tepat seperti tidur sore ketika ia bangun justru merasa lesu karena

¹⁶⁰UK News, "Afternoon Naps Could Harm Children", <https://telegraph.co.uk/news/uknews/1555911/Afternoon-naps-could-harm-children.html> (Jumat, 6 Desember 2019, 23.20).

- al-Qurthubi, Syaikh Imam. *Tafsir al-Qurthubi Jilid 3*. terj. Fathurrahman dkk. Jakarta: Pustaka Azzam, 2012.
- Rachman, Osly. *The Science of Shalat*. Jakarta: Qultum Media, 2011.
- Rahman, Fatchur. *Ikhtisar Mushthalahul Hadits*. Bandung: al-Ma'arif, 1974.
- Rohmati, Maria Ulfa. "Nilai-nilai Pendidikan Islam dalam Aktivitas Aisyah ra. sebagai Pembimbing Umat (Studi Terjemah Kitab *Sīrah al-Sayyidah 'Āishah Ummul Mukminīn ra.*)". Skripsi tidak diterbitkan. Program Studi Pendidikan Agama Islam UIN Sunan Ampel Surabaya, 2017.
- Rokhim, Abdul. "Hadits Dla'if dan Kehejumannya: Telaah terhadap Kontroversi Penerapan Ulama' sebagai Sumber Hukum". *al-Ihkam*. Vol. IV, No. 2. Jember: Desember, 2009.
- Shihab, M. Quraish. *Tafsir al-Mishbah: Pesan, Kesan dan Keserasian al-Qur'an*. Jakarta: Lentera Hati, 2002.
- Sonhaji. "Keharmonisan Keluarga Nabi Muhammad dengan Istrinya; 'Āishah dalam Kitab *Ṣaḥīḥ al-Bukhārī*". Skripsi tidak diterbitkan. Program Studi al-Qur'an dan Tafsir UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, 2017.
- Syamsinar. "Pola Tidur dalam Al-Qur'an: Kajian Taḥlīlī terhadap QS. Al-Furqān/25: 47". Skripsi tidak diterbitkan. Jurusan Tafsir Hadis UIN Alauddin Makassar, 2016.
- al-Tamīmī, Aḥmad bin 'Alī bin Muthannā. *Musnad Abī Ya'la al-Mawṣilī Vol. 1*. Beirut: Dār al-Makmūn li al-Turāth, 1989.
- *Musnad Abī Ya'la al-Mawṣilī Vol. 8*. Beirut: Dār al-Makmūn li al-Turāth, 1989.
- al-Thahhan, Mahmud. *Pengantar Studi Ilmu al-Qur'an dan Hadits Jilid 2*. Jakarta: Ummul Qura, 2016.
- Tidjani, Aisyah. "'Āishah binti Abū Bakr ra. Wanita Istimewa yang Melampaui Zamannya". *Dirosat: Journal of Islamic Studies*. vol. 1, no. 1. 2016.
- Ulfa, Khumaidah. "Studi Tematik Hadis tentang Tata Cara Tidur Nabi Muhammad SAW". Skripsi tidak diterbitkan. Jurusan Tafsir Hadits IAIN Walisongo Semarang, 2014.
- Yuni, Fitri. "Studi Hadis-hadis tentang Mematikan Lampu Ketika Hendak Tidur: Analisis terhadap Makna Hadis dengan Pendekatan Ilmu Kesehatan". Skripsi tidak diterbitkan. Jurusan Tafsir Hadis UIN SUSKA Riau, 2016.
- Zainuddin dkk. *Studi Hadits*. Surabaya: IAIN SA Press, 2011.

