

**PUASA SENIN KAMIS TERHADAP KESEHATAN HOLISTIK
BERDASARKAN HADIS RIWAYAT SUNAN AL-TIRMIDHI
NOMOR INDEKS 747
(Kajian Ma'anil Hadis)**

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar sarjana (S-1)
dalam program studi Ilmu Hadis



Penulis:

DEVI AYU RACHMAWATI

NIM: E05219006

**PROGRAM STUDI ILMU HADIS
FAKULTAS USHULUDDIN DAN FILSAFAT
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL
2023**

PERNYATAAN KEASLIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Devi Ayu Rachmawati
NIM : E05219006
Program Studi : Ilmu Hadis
Fakultas : Ushuluddin dan Filsafat
Perguruan Tinggi : Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya
Judul Skripsi : Puasa Senin Kamis Terhadap Kesehatan Holistik Berdasarkan Hadis Riwayat Sunan Al-Tirmidhi Nomor Indeks 747 (Kajian Ma'anil Hadis)

Membuktikan dengan sebenar-benarnya bahwasanya skripsi yang ditulis ini adalah murni penelitian saya sendiri. Demikian pernyataan ini dibuat dengan sebenarnya dan tanpa ada paksaan pihak manapun.

Surabaya, 21 Februari 2023

Yang membuat pernyataan,



Devi Ayu Rachmawati

NIM. E05219006

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi ini berjudul “Puasa Senin Kamis Terhadap Kesehatan Holistik Berdasarkan Hadis Riwayat Sunan al-Tirmidhī Nomor Indeks 747 (Kajian Ma’anil Hadis)” oleh Devi Ayu Rachmawati telah disetujui untuk diajukan.

Surabaya, 21 Februari 2023

Pembimbing



Drs. H. Umar Faruq, MM.

NIP. 196207051993031003

PENGESAHAN SKRIPSI

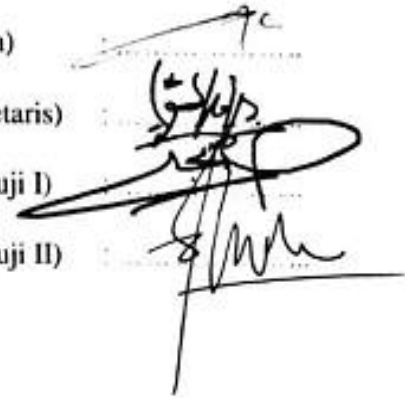
Skripsi ini berjudul “Puasa Senin Kamis Terhadap Kesehatan Holistik Berdasarkan Hadis

Riwayat Sunan al-Tirmidhi Nomor Indeks 747 (Kajian Ma’anil Hadis)” oleh Devi Ayu

Rachmawati telah diuji di depan tim penguji pada tanggal 6 Maret 2023

Tim Penguji

1. Drs. H. Umar Faruq, MM (Ketua)
2. Rif'iyatul Fahimah, Lc., M.Th.I (Sekretaris)
3. Dra. Khodijah, M.Si (Penguji I)
4. Dakhirotul Ilmiyah S.Ag, M.HI (Penguji II)



Surabaya, 13 Februari 2023

Dekan
Fakultas



Prof. Abdul Kadir Rivadi, Ph.D.
NIP. 197008132005011003



UIN SUNAN AMPEL
SURABAYA

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 : Devi Ayu Rachmawati
NIM : E05219006
Fakultas/Jurusan : Ushuluddin dan Filsafat/Ilmu Hadis
E-mail address : deviyurachma@gmail.com

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

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

Puasa Senin Kamis Terhadap Kesehatan Holistik Berdasarkan Hadis Riwayat Sunan

Al-Tirmidhi Nomor Indeks 747 (Kajian Ma'anil Hadis)

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, 31 Maret 2023

Penulis

(Devi Ayu Rachmawati)

ABSTRAK

Devi Ayu Rachmawati. NIM E05219006 “Puasa Senin Kamis Terhadap Kesehatan Holistik Berdasarkan Hadis Riwayat Sunan al-Tirmidhī Nomor Indeks 747 (Kajian Ma’anil Hadis)”.

Puasa yang hanya dilaksanakan pada hari senin dan hari kamis itu disebut dengan puasa senin kamis, puasa senin kamis ini termasuk puasa sunah. Cara penerapannya hampir sama dengan puasa wajib (Ramadhan) perbedaannya hanya terletak pada niat. Berpuasa memiliki pengaruh bagi kesehatan baik mental maupun jasmani. Health Belief Model adalah aturan prinsip nilai harapan dalam hal ini karakter mengenai masalah yang berhubungan dengan kesehatan, maka prinsip inilah yang akan membentuk keinginan untuk menjauhkan diri dari penderitaan atau suatu hal yang menjadikan sehat dan kepercayaan kepada sikap sehat yang dikerjakan akan menangkal/menurunkan rasa sakit.

Model penelitian yang diperlukan pada penelitian ini merupakan penelitian kualitatif yakni penelitian yang fokus kepada pengamatan yang mendalam yang bersifat analisis deskriptif menggunakan jenis library research (penelitian kepustakaan). Oleh karena itu, sumber data pada tahap penelitian ini bermula dari referensi-referensi bahasa yang mempunyai hubungan dengan topik yang dikaji. Terdapat tiga rumusan masalah pada penelitian ini yakni bagaimana pemaknaan hadis tentang puasa senin kamis berdasarkan hadis riwayat sunan al-tirmidhi nomor indeks 747, bagaimana kualitas dan keujjahan hadis riwayat sunan al-tirmidhi nomor indeks 747, dan bagaimana pengaruh puasa senin kamis bagi kesehatan manusia. Penelitian ini mempunyai tiga tujuan diantaranya menemukan kepastian mengenai kualitas dan keujjahan hadis, melakukan deskripsi atas pemahaman hadis dan memberikan analisis terkait hadis yang sedang diteliti.

Kesimpulan yang di dapat dari penelitian ini berdasarkan hadis riwayat sunan al-tirmidhi nomor Indeks 747 teridentifikasi sebagai hadis *ṣahīh li ghairihi* bisa diangkat menjadi pedoman dan bisa diterapkan pada kehidupan. Hadis tentang pengaruh puasa senin kamis bagi kesehatan ini memiliki dua kandungan pokok yakni: pertama, dampak mental, seperti penyembuhan sifat egois, penyembuhan sifat amarah dan menahan emosi, dan penyembuhan problematika bebas bagi pemuda. Kedua, dampak jasmani, seperti penyembuhan radang lambung, penyembuhan kegemukan/obesitas dan penyembuhan penyakit gula/diabetes.

Kata kunci: Puasa Senin Kamis, Sunan al-Tirmidhī, Health Belief Model

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN	ii
PERNYATAAN PEMBIMBING.....	iii
PENGESAHAN SKRIPSI	iv
PERSETUJUAN PUBLIKASI	v
ABSTRAK.....	vi
MOTTO	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	ix
PEDOMAN TRANSLITERASI.....	xi
BAB I: PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	13
B. Identifikasi dan Batasan Masalah	16
C. Rumusan Masalah.....	17
D. Tujuan Penelitian	17
E. Manfaat Penelitian	17
F. Kerangka Teoritik.....	18
G. Telaah Pustaka	19
H. Metodologi Penelitian.....	21
I. Sistematika Pembahasan.....	23
BAB II: LANDASAN TEORI	
A. Teori Puasa Senin Kamis.....	25
B. Kualitas Hadis.....	32
C. Kehujjahan Hadis.....	41
D. Pemaknaan Hadis.....	48
E. Pendekatan Psikologi.....	52
BAB III: DATA HADIS TENTANG PUASA SENIN KAMIS	
A. Imam Tirmidhi	55
B. Kitab Sunan Tirmidhi	57
C. Hadis Utama Dan Takhrij Hadis.....	60
D. Skema Sanad dan Tabel Periwiyatan	62
E. I'tibar	70
F. Data Perawi.....	71
BAB IV: ANALISIS DAN PEMAKNAAN HADIS PUASA SENIN KAMIS	

A. Analisis Kualitas dan Kehujjahan Hadis	72
B. Analisis Pemaknaan Hadis.....	86
C. Implikasi Puasa Senin Kamis Terhadap Kesehatan Holistik.....	93
BAB V: PENUTUP	
A. Kesimpulan	104
B. Saran	105
DAFTAR PUSTAKA	106



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Islam ialah rahmat bagi seluruh manusia maupun alam semesta. Setiap agama pasti memiliki panduan hidup masing-masing. Panduan hidup ini merupakan suatu hal yang penting menjadi pegangan hidup agar hidup ini lebih terarah. Panduan hidup islam yakni alquran dan hadis. Dari panduan hidup ini lah kemudian muncul berbagai macam bidang keilmuan, dan dari situ akan lahir ilmu-ilmu inti dari ajaran dalam islam ini yang disebut dengan rukun Islam.¹

Rukun Islam ini merupakan lima perkara pokok yang harus dilakukan agar menjadi seorang muslim yang sempurna dan hal itu juga termasuk salah satu syarat sah menjadi seorang muslim. Rukun islam ini juga menjadi pondasi agama. Di dalam Islam sendiri rukun Islam itu terpecah menjadi lima bagian yakni membaca dua kalimat syahadat, melaksanakan salat, zakat, puasa, dan haji bagi yang mampu.² Sebagaimana yang disebutkan hadis di bawah ini:

حَدَّثَنَا عَبْدُ اللَّهِ بْنُ مُوسَى، قَالَ: أَخْبَرَنَا حَنْظَلَةُ بْنُ أَبِي سُفْيَانَ، عَنْ عِكْرِمَةَ بْنِ خَالِدٍ، عَنِ ابْنِ عُمَرَ،
رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ " بُنِيَ الْإِسْلَامُ عَلَى خَمْسٍ: شَهَادَةٌ أَنْ لَا
إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَأَنَّ مُحَمَّدًا رَسُولُ اللَّهِ، وَإِقَامُ الصَّلَاةِ، وَإِيتَاءُ الزَّكَاةِ، وَالْحَجُّ، وَصَوْمُ رَمَضَانَ

Telah menceritakan kepada kami Abdullah bin musa dia berkata telah mengabarkan kepada kami Hanzalah bin Abu Sufyan dari Ikrimah bin Khalid dari Ibnu Umar berkata: Rasulullah SAW bersabda: “Islam di bangun dengan lima landasan persaksian tidak ada ilah selain Allah dan

¹Luluk Khozinatin, “Kutamaan Puasa Sunah Dalam Perspektif Hadis (Kajian Tematik)” Skripsi tidak diterbitkan (Jakarta: Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta, 2017), 1.

²Ibid.

sesungguhnya Muhammad adalah utusan Allah, mendirikan solat, menunaikan zakat, haji bagi yang mampu, dan puasa Ramadhan.

Puasa adalah salah satu syariat Islam yang telah diatur oleh Allah kepada semua umat manusia. Dalam islam puasa itu ada berbagai macam nya begitupun dengan hukum melaksanakan puasa itu sendiri ada yang wajib seperti puasa ramadhan sebulan penuh dan ada juga puasa sunah. Puasa yang wajib maupun sunah dapat memberikan dampak yang sangat baik bagi orang yang melaksanakannya.³

Makna dari masing-masing ibadah yang telah diatur oleh Allah SWT kepada pemeluk agama yakni segala sesuatu yang dilakukan yang manfaatnya itu pasti kembali kepada orang yang melaksanakannya. Banyak sekali ibadah yang bisa dilakukan oleh tiap manusia salah satunya yakni seperti ibadah puasa. Maksud dari puasa sendiri ialah pengendalian diri terhadap sesuatu yang membatalkannya dimulai dari terbitnya matahari sampai tenggelamnya matahari. Sesuatu yang membuat batalnya puasa diantaranya ialah makan, minum, muntah yang disengaja, berhubungan intim disiang hari dan lain sebagainya. Sedangkan hukum melakukan puasa itu dibagi menjadi beberapa macam, salah satunya yakni wajib yaitu puasa ramadhan dan sedangkan puasa sunah ada beberapa macam seperti puasa Senin Kamis, puasa Daud, puasa ‘Arafah, puasa Tarwiyah, puasa Rajab, puasa Syawal, puasa Ayyumul bidh, dan lain-lain.⁴ Sebagaimana hadis keutamaan puasa sunah senin kamis yang disebutkan di bawah ini:

حَدَّثَنَا مُحَمَّدُ بْنُ يَحْيَى قَالَ: حَدَّثَنَا أَبُو عَاصِمٍ، عَنْ مُحَمَّدِ بْنِ رِفَاعَةَ، عَنْ سُهَيْلِ بْنِ أَبِي صَالِحٍ، عَنْ أَبِيهِ،
عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ، أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ: تُعْرَضُ الْأَعْمَالُ يَوْمَ الْاِثْنَيْنِ وَالْاِثْمِينِ، فَأُجِبُ
أَنْ يُعْرَضَ عَمَلِي وَأَنَا صَائِمٌ⁵

³Ibid., 2.

⁴Santina, “Hubungan Antara Intensitas Puasa Senin Kamis Dengan Pengendalian Diri Pada Manusia” Skripsi tidak diterbitkan (Lampung: Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, 2019), 1.

⁵Muhammad Ibn Isa Ibn Sūraht Ibn Mūsa, *Sunan al-Tirmidzi* (Mesir: Shirkah maktabah wa maṭbu’ah, 1395H-1975M), Juz 3, 113, No. 747.

Telah menceritakan kepada kami Muhammad bin Yahya telah menceritakan kepada kami Abu Asim dari Muhammad bin Rifa'ah dari Suhail bin Abu Shalih dari ayahnya dari Abu Hurairah bahwasanya Rasulullah SAW bersabda: "pada hari senin dan kamis semua amalan dinaikkan kepada Allah SWT ketika saya sedang berpuasa."

Hadis di atas menjelaskan bahwasanya pada hari senin dan kamis Rasulullah berpuasa ketika semua amalan diserahkan pada Allah SWT. Jadi pasti seseorang akan melakukan hal baik saat semua amalan itu diserahkan seperti melakukan puasa yang mana itu akan berpengaruh bagi tubuh manusia karena tidak semua manusia memiliki respon tubuh yang baik.

Puasa sunah yang paling disukai dan dianjurkan oleh Rasulullah SAW ialah pada hari seni dan kamis, karena memiliki dampak yang baik bagi kesehatan tubuh dan kelebihan spiritual bagi siapa saja yang melakukan itu. Diantara banyaknya faedah puasa hari senin dan kamis yaitu dapat menenangkan jiwa seseorang dan mampu mengasah kepintaran. Situasi seperti ini dapat dialami karena saat seorang lagi berpuasa otomatis tidak terdapat tambahan makanan apapun yang masuk di dalam tubuh dan usus pun akan rehat sejenak serta sari makanan di dalam tubuh akan berkurang. Maka pada saat itulah badan serta pikiran akan menjadi lebih tenang dan fokus serta bisa berkonsentrasi secara optimal, itu lah bukti bahwa dengan berpuasa sunah senin kamis dapat mempertajam kecerdasan otak dan bagi seorang pencari ilmu bisa dapat prestasi yang membanggakan.⁶

Seluruh amal perbuatan manusia amal baik ataupun buruk diserahkan kepada Allah SWT. Pada saat itu Rasulullah selalu dalam keadaan berpuasa. Puasa senin kamis dilakukan oleh Rasulullah sebagai bentuk rasa syukur kepada Allah. Selain itu juga pada

⁶Ibid., 2.

hari senin ialah hari dimana Rasul dilahirkan, sehingga secara tidak langsung anjuran akan pentingnya puasa senin kamis karena manfaat dan keutamaannya itu.⁷

Ada dua alasan mengapa penelitian ini diangkat sebagai obyek penelitian. *Pertama*, untuk membuktikan kesahihan dan kehujuhan hadis supaya tidak mudah tertipu dengan hadis yang marak tersebar yang berlabel shahih. *Kedua*, karena banyak masyarakat yang belum mengetahui manfaat melakukan puasa senin kamis baik bagi kesehatan tubuh maupun kesehatan mental.

Dari uraian diatas penulis mempunyai maksud untuk melakukan sebuah penelitian benar apa tidak bahwa puasa senin kamis memiliki pengaruh bagi kesehatan tubuh maupun kesehatan mental seseorang. Dengan demikian penelitian ini berjudul “Puasa Sunah Senin Kamis Terhadap Kesehatan Holistik Berdasarkan Riwayat Sunan al-Tirmidzi No Indeks 747”.

B. Identifikasi dan Batasan Masalah

Supaya penelitian ini tersusun dan spesifik dibutuhkan adanya identifikasi dan batasan masalah berikut ini:

1. Banyak orang melakukan puasa senin kamis menjadi/merasa sehat
2. Banyak orang yang tidak tahu manfaat puasa sunah senin kamis
3. Banyak orang melaksanakan puasa senin kamis merasa bertambah spiritualitasnya
4. Sebagian orang merasa bertambah sakit karena puasa senin kamis
5. Hadis-hadis tentang kesehatan
6. Kualitas hadis tentang puasa senin kamis

⁷Anila, “Pengamalan Puasa Sunah Senin Kamis Pada Mahasantri Pondok Tahfidz Siti Khadijah Kelurahan Pekapuran Raya Kecamatan Banjarmasin Timur Kota Banjarmasin” Skripsi tidak diterbitkan (Banjarmasin: Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin, 2021), 3.

Berikut batasan masalah diantaranya:

1. Pemaknaan hadis tentang puasa sunah senin kamis
2. Pembuktian kualitas dan keujjahan hadis puasa sunah senin kamis dalam riwayat sunan al-tirmidzi nomor indeks 747
3. Pengaruh puasa sunah senin kamis bagi kesehatan dalam kehidupan manusia

C. Rumusan Masalah

1. Bagaimana pemaknaan hadis tentang puasa sunah senin kamis dalam riwayat sunan al-tirmidzi nomor indeks 747?
2. Bagaimana kualitas dan keujjahan hadis puasa sunah senin kamis berdasarkan riwayat sunan al-tirmidzi nomor indeks 747?
3. Bagaimana pengaruh puasa sunah senin kamis pada kesehatan manusia?

D. Tujuan Penelitian

1. Mendeskripsikan pemahaman hadis puasa sunah senin kamis dalam riwayat sunan al-tirmidzi nomor indeks 747.
2. Mendeskripsikan kualitas dan keujjahan hadis puasa sunah senin kamis dalam riwayat sunan al-timidzi nomor indeks 747.
3. Mendeskripsikan pengaruh puasa sunah senin kamis pada kesehatan manusia.

E. Manfaat Penelitian

Penulis berharap agar penelitian ini dapat berguna sebagai referensi berikut ini:

1. Secara teoritis

Penulis berharap agar penelitian ini dapat menjadi tambahan wawasan, ilmu pengetahuan, serta dapat menjadi literatur terutama bagi seorang yang sedang belajar di bidang ilmu hadis, serta menjadi referensi bagi penulis maupun pembaca mengenai

pengaruh puasa senin kamis berdasarkan riwayat hadis sunan al-tirmidzi nomor indeks 747.

2. Secara praktis

Penulis berharap penelitian ini dapat berpartisipasi kepada para penelaah hadis-hadis nabi dan dapat membuka sudut pandang masyarakat agar tidak terjadi kesalahpahaman dalam memaknai hadis. Tidak hanya itu peneliti juga menginginkan suatu saat penelitian ini bisa berguna bagi peneliti hadis setelahnya yang setema dengan penelitian hadis ini.

F. Kerangka Teoritik

Pada sebuah penelitian dibutuhkan hadirnya teori supaya permasalahan yang dikaji bisa diidentifikasi dan dipecahkan secara maksimal. Pada penelitian ini yang menjadi obyek utama adalah hadis. supaya bisa meneliti hadis dengan baik diperlukan adanya pengetahuan tentang kaidah dan metodenya. Adapun kualifikasi kaidah bentuk sanad hadis bisa dikatakan sah ketika sanad bersambung (*muttasil*) mulai sanad pertama sampai kepada Nabi, semua perawi bersifat adil, seluruh perawi bersifat *ḍābiṭ*, sanad hadis terhindar dari *shādh* dan *‘illat*.⁸

Selanjutnya meneliti dari sudut pandang hadis. Kualifikasi pada penelitian ini adalah matan tersebut tidak boleh bertentangan dengan sumber alquran, riwayat hadis lainnya dan dapat diterima oleh akal sehat.⁹

⁸Zubaidah, “Metode Kritik Sanad dan Matan Hadis “ Jurnal Komunikasi dan Pendidikan Islam, Vol 4, No 1, 2015, 44.

⁹Rizkiyatul Imtyas, “Metode Kritik Sanad Dan Matan” Jurnal Ilmu Ushuluddin, Vol. 4, No. 1, 2018, 25-26.

Dalam penelitian ini terdapat aspek ma'āni al-Ḥadīth. Ilmu ma'āni al-Ḥadīth ialah ilmu untuk sampai pada hadis nabi dan membahas prinsip-prinsip pengukuran dalam memahami hadis nabi sehingga isinya akurat dan proporsional.¹⁰

Berkaitan dengan kesehatan dalam penelitian ini menggunakan teori *Health Belief Model* adalah teori prinsip nilai keinginan dalam hal ini karakter yang berhubungan dengan masalah kesehatan, maka prinsip itu berubah menjadi harapan untuk menjauhkan diri dari problem kesehatan dan kepercayaan kepada sikap baik yang dikerjakan bisa mengurangi dan menurunkan rasa sakit. Teori ini memiliki beberapa komponen yakni kerentanan yang dirasakan (*perceived susceptibility*), keparahan yang dirasakan (*perceived severity*), manfaat yang dirasakan (*perceived benefit*), hambatan (*perceived barrier*).¹¹

G. Telaah Pustaka

Sesudah melakukan seluruh pencarian tersebut, tidak ditemukannya tulisan yang menjelaskan tentang Dampak Puasa Sunah Senin Kamis Terhadap Kesehatan dan Kehidupan Sehari-hari Berdasarkan Hadis Riwayat Sunan Tirmidzi No Indeks 747, namun ada beberapa karya tulis ilmiah yang membahas hampir mirip dengan penelitian ini, yakni:

1. Keutamaan Puasa Sunah dalam Perspektif Hadis (Kajian Tematik), karya Luluk Khozinatin, skripsi Fakultas Ushuluddin UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, 2017. Skripsi ini membahas tentang macam-macam dan manfaat puasa sunah. Dalam penelitian ini menggunakan metode penelitian kepustakaan. Menggunakan pendekatan deskriptif analitis.

¹⁰Afifatun Nur, Skripsi: *Pemimpin Yang Tidak Keredibel (Kajian Ma'āni al-Ḥadīth dalam Kitab Musnad Ahmad No. Indeks 14441)*, (Surabaya: UIN Sunan Ampel Surabaya, 2017), 36.

¹¹Irwan, "Etika dan Perilaku Kesehatan", (Yogyakarta: CV Absolute Media, 2017), 147-148.

2. Pengaruh Puasa Senin Kamis Terhadap Pengendalian Emosi Remaja Akhir: Studi Kasus Terhadap Remajan Karang Taruna Perumahan Rancaekek Permai RT 03 RW 16. Karya Ratna Fitriana, skripsi Fakultas Ushuluddin UIN Sunan Gunung Djati Bandung, 2018. Skripsi ini membahas puasa sunah senin kamis membantu pengendalian emosi yang awalnya sulit menjadi mudah karena terbiasa. Penelitian ini menggunakan jenis kuantitatif dan metode deskriptif. Sedangkan teknik yang digunakan ialah angket/kuisisioner.
3. Hubungan Keteraturan Menjalankan Sholat dan Puasa Senin Kamis dengan Agresivitas, karya Alif Mu'arifah dan Sri Mulyani Martaniah, artikel *Indonesian Psychological Journal*, Volume 1 Nomor 2, Agustus 2004. Artikel ini berfokus untuk mengetahui hubungan antara sholat dan puasa senin kamis dengan agresivitas. Subyek penelitian ini adalah seluruh mahasiswa psikologi Universitas Ahmad Dahlan. Pengumpulan data menggunakan angket dan metode analisis data menggunakan regresi.
4. Intensitas melakukan Puasa Senin Kamis dan Kecerdasan Emosional, karya Alhamdu dan Diana Sari, artikel *Jurnal RAP (Riset Aktual Psikologi Universitas Negeri Padang)*, Volume 9 Nomor 1, 2018. Artikel ini membahas tentang bagaimana mengetahui hubungan antara intensitas puasa senin dan kamis dengan kecerdasan emosional pada anggota dakwah kampus (LDK). Pada penelitian ini yang digunakan ialah penelitian populasi yakni peneliti menggunakan seluruh anggota LDK UIN Raden Fatah Palembang Angkatan 2013 dan 2014 dengan berjumlah 90 orang.
5. Peningkatan Kecerdasan Emosional dan Spiritual Melalui Intensitas Puasa Senin Kamis, karya Rokim. Artikel *Jurnal Ilmu Pendidikan Islam*, Volume 1 Nomor 1, 2017.

Artikel ini berfokus pada puasa senin kamis mengendalikan dan mengarahkan emosi agar menjadi penuntun menuju hal-hal yang baik.

Dari pemaparan beberapa penelitian diatas, penulis belum menemukan penelitian yang secara khusus menjadikan hadis riwayat sunan al-tirmidzi nomor indeks 747 sebagai objek kajiannya.

H. Metodologi Penelitian

Metode sangat diperlukan pada saat akan meneliti sesuatu. Tujuannya disamping mendapatkan hasil yang memuaskan serta supaya penelitian ini tersusun dengan baik.

1. Jenis dan Model Penelitian

Pengkajian ini menggunakan kualitatif. Metode kualitatif ialah cara dengan mengutamakan pengenalan mengenai problematika tentang kehidupan yang sesuai dengan kenyataannya dengan tujuan untuk mendapatkan pemahaman secara mendalam terhadap suatu permasalahan.¹²

Model penelitiannya ini bersifat penelitian pustaka (*library research*), yakni seluruh data-data yang didapat dari sumber karya tulis ilmiah seperti artikel jurnal atau karya ilmiah lainnya yang sudah diterbitkan yang masih bertautan dengan masalah yang sedang diteliti.

2. Metode Penelitian

Pada penelitian ini digunakan metode tahlili yakni pensyarah akan menjelaskan tentang pola makna apa yang terkandung di dalam hadis tersebut dan juga akan dijelaskan secara komperhensif.

¹²Albi Anggito, *Metodologi Penelitian Kualitatif* (Sukabumi: CV Jejak, 1018), 8.

Disini nanti akan diuraikan berdasarkan kata demi kata maupun kalimat demi kalimat yang dilakukan secara berturut-turut dan juga akan menjelaskan asbabul wurud jika hadis-hadis yang diteliti memiliki asbabul wurud.¹³

3. Sumber Data

Semua sumber data ini menggunakan penelitian dari bahan-bahan pustaka yang akan digolongkan ke dalam dua pecahan yakni:

- a. Sumber data primer yaitu bahan pokok utama yang digunakan pada penelitian ini untuk menganalisis masalah yang sedang dikaji, dalam hal ini peneliti merujuk kepada kitab sunan tirmidhi.
- b. Sumber data sekunder yaitu bahan yang digunakan untuk mendukung dan memperkuat data pokok yang pembahasannya masih berhubungan dengan topik yang diteliti seperti kitab Tahdhīb al-Kamal, syarah sunan al-tirmidzi. Sementara itu juga dibutuhkan referensi lainya seperti buku yang relevan denga topik yang dibahas diantaranya buku karya Mahmud Ahmad Mustafa “Puasa Senin-Kamis (Bikin Hidup Lebih Mudah), buku karya Rizem Aizid “Super Jenius Dengan Mukjizat Puasa Senin Kamis”. Selain itu juga bisa mengambil referensi dari artikel, jurnal, dan lainya.

4. Teknik Pengumpulan Data

Pada penelitian ini digunakan cara mengumpulkan bahan atau referensi dari berbagai buku-buku, kitab-kitab, jurnal, catatan lainnya yang berhubungan dengan tema penelitian yang sedang dikaji. Untuk teknik menggunakan takhrīj al-Ḥadīth dan I’tibar al-sanad cara ini dilakukan untuk mengkaji dan mengetahui status hadis yang

¹³M. Alfadh Suryadilaga, *Motodologi Syarah Hadis Era Klasik Hingga Kontemporer (Potret Kontruksi Metodologi Syarah Hadis)*, (Yogyakarta: SUKA-Press 2012), 20.

diteliti juga menggunakan ma'anil hadis yaitu melakukan pemaknaan atau pemahaman hadis secara mendalam.

5. Teknik Analisis Data

Penelitian ini mementingkan terhadap status hadis serta kualitas sanad dan matan hadis. Kemudian menggunakan teknik dengan cara kritik sanad yakni "*rijāl al-Ḥadīth* dan *jarḥ wa al-Ta'dīl*". Selain itu untuk menguji dan membuktikan isi kandungan hadis digunakanlah dengan cara mengukurnya dengan alquran dan hadis-hadis sahih lainnya. Sedangkan dalam pengimplikasiannya terhadap hadis pada penelitian ini menggunakan dua cara yaitu *I'tibar al-sanad* dan *Takhrij al-Hadis*.

I. Sistematika Pembahasan

Disini peneliti akan memberikan sedikit gambaran kepada semua para pembaca, sehingga bisa menyajikan sistematika/gambaran yang jelas dan terarah yang lebih spesifik sebagaimana yang diinginkan oleh peneliti, maka dari itu penulis skripsi membuat penataan atau garis besar apa saja yang akan dibahas sebagai berikut ini:

1. BAB I : pada bab ini berisi pendahuluan yang meliputi beberapa aspek seperti latar belakang, identifikasi dan batasan masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, kerangka teoritik, telaah pustaka dan metodologi penelitian.
2. BAB II : Membahas mengenai teori-teori apa saja yang masih berhubungan dengan pengaruh puasa sunah senin kamis terhadap kesehatan dan tak lupa juga membahas kaidah-kaidah kesahihan sanad dan matan hadis, kejujuran sebuah hadis, sekaligus juga membahas bagaimana teori pemaknaan hadis itu dan juga pendekatan psikologi kesehatan.

3. BAB III : Di bab ketiga ini berisi penguraian data-data hadis riwayat Imam Tirmidzi dalam kitab Sunan Tirmidzi nomor indeks yang berisi riwayat hidup imam tirmidzi, data-data sanad dan matan hadis, *takhrīj al-hadīth*, skema sanad tunggal dan gabungan, *i'tibar* dan biografi rawi hadis.
4. BAB IV : pada bab keempat ini akan menjelaskan dan menguraikan kualitas sanad baik itu dari segi ketersambungan (*ittisāl*), keberadaan *syadz* dan *'illat* dalam sanad, keadilan perawi, analisis matan hadis, *ma'anīl hadīs* (pemaknaan hadis) tentang pengaruh puasa sunah senin kamis bagi kesehatan melalui pendekatan psikologi kesehatan.
5. BAB V : pada bagian ini ada penutup bab ini berisikan tentang ringkasan yang isinya adalah poin-poin penting dari semua pertanyaan yang ada di rumusan masalah



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Teori Tentang Puasa Senin Kamis

1. Pengertian Puasa Senin Kamis

Dalam bahasa arab dan alquran puasa adalah *ṣawm/ṣiyam* yang memiliki makna berhenti sejenak. Jadi pengertian puasa menurut terminologis ialah sela, jarak juga perilaku berhenti sekejap dari segala kesibukan yang tanpa berhenti dan terus-menerus.¹⁴

Dari segi bahasa puasa memiliki arti *imsak* yakni mencegah dan *kalf* yakni menahan diri dari sesuatu. Dapat disimpulkan bahwa puasa secara bahasa adalah suatu hal yang bersifat menjauhkan diri dalam bentuk apapun, termasuk untuk tidak makan dan minum dengan sengaja. Sedangkan dalam bahasa arab disebut *ṣaum* atau jamaknya *ṣiyam* yang secara bahasa juga berarti *al-imsak* atau yang artinya menjauhkan diri atau berpantang dari suatu perbuatan tertentu. Jadi secara sederhana puasa dapat diartikan sebagai upaya untuk menjauhkan diri dari suatu perbuatan.

Secara istilah adalah upaya untuk menjauhkan diri dari sesuatu yang bersifat mubah seperti: makan, minum, dan berhubungan suami istri disiang hari dengan maksud untuk mendekatkan diri kepada Allah SWT. Jadi secara syar'i arti puasa juga bisa diartikan sebagai mencegah diri dari segala hawa nafsu, baik makan ataupun minum, atau bersetubuh (berhubungan badan)

¹⁴Muhammad Rusli Malik, *Puasa* (Jakarta: Pustaka Zahra, 2003), 47.

yang dimulai dari munculnya matahari sampai pada saat tenggelamnya matahari .¹⁵

Menurut pengertian agama Islam puasa ialah meninggalkan makan dan minum dan bercampur antara suami istri di siang hari mulai dari matahari muncul sampai matahari tenggelam hal ini dilakukan guna untuk menahan diri dari godaan hawa nafsu serta menjadikan diri lebih dekat dengan Allah SWT.¹⁶

Menurut definisi puasa syara' yakni sebagai upaya untuk menjauhkan diri dari sesuatu apa saja yang dapat menggagalkan/merusak puasa, diawali dari terbitnya matahari hingga saat matahari terbenam di malam hari. Dengan ini puasa ini juga merupakan suatu perbuatan menjauhkan diri dari suatu tindakan *fi'il*, yang dalam hal ini yakni nafsu perut dan nafsu kemaluan dan mencegah suatu hal supaya tidak dapat masuk ke dalam perut, seperti obat atau semacamnya itu.

Para ulama fikih bersepakat mengartikan puasa ialah mencegah diri dari sesuatu hal perbuatan yang bisa membatalkannya. Puasa bisa didefinisikan dengan suatu kegiatan menjauhkan diri dari sesuatu yang membatalkannya secara batin maupun lahir.¹⁷ Puasa juga bisa mebatasi godaan hawa nafsu pada diri seseorang. Sebab dengan adanya memakan makanan yang sedikit maka gejala hawa nafsu dan rasa untuk melaksanakan kemaksiatan pun semakin berkurang.¹⁸

Sedangkan puasa sunah ialah suatu kebiasaan yang bisa menyempurnakan kekurangan-kekurangan ibadah wajib. Tidak hanya itu

¹⁵Abdul Wahid, *Rahasia dan Keutamaan Puasa Sunah*, (Anak Hebat Indonesia, 2019), 5-6.

¹⁶Ibnu Muhammad, *Puasa Bersama Rasulullah* (Bandung: Mizan Anggota IKAPI, 1996), 7.

¹⁷Suyadi, *Keajaiban Puasa Senin & Kamis* (Yogyakarta: Mitra Pustaka: 2009), 131.

¹⁸Mutawalli Sya'rawi, *Keistimewaan Puasa* (Tangerang: Qultum Media, 2006), 6.

puasa sunah dapat meninggikan martabat seseorang dan lebih dekat dengan-Nya serta juga bisa menambah rasa bertakwa dan terus meningkatkan ibadah. Agar selalu senantiasa menjadi hamba yang beriman.¹⁹

Jadi puasa senin kamis ialah puasa yang dilaksanakan pada hari senin dan kamis saja. Tata cara pelaksanaannya tidak jauh berbeda dengan puasa wajib (Ramadhan).²⁰

2. Macam-Macam Puasa Sunah

Puasa sunah ialah puasa yang apabila dikerjakan ia akan mendapat pahala, sedangkan jika ditinggalkan ia tidak berdosa.²¹ Ada banyak macam-macam puasa sunah yang disyariatkan dalam islam. namun dalam penelitian ini penulis memfokuskan pembahasan mengenai puasa senin kamis. Berikut ini macam-macam puasa diantara puasa sunah lainnya yakni:

a. Puasa bulan Syawal enam hari

Sunah hukumnya melaksanakan puasa ini, menurut pendapat pengikut madzab Hanafi, Syafi'i, Ahmad, dan Maliki. Imam Malik menetapkan hukum puasa enam hari bulan syawal itu makruh karena khawatir ada yang mengitakadkan wajib. Puasa enam hari bulan syawal hendaknya dikerjakan segera dihari yang mana saja dalam bulan Syawal, baik secara berturut-turut ataupun tidak. Alangkah baiknya puasa ini dilakukan pada hari kedua setelah hari raya Idul Fitri.

b. Puasa pada bulan Haram

¹⁹Siti Nur Aidah, *Panduan Praktis Menjalankan Puasa Sunah* (Yogyakarta: Penerbit KBM Indonesia, 2020), 3.

²⁰Nur Solikhin, *Buku Pintar Puasa Wajib dan Sunnah* (Yogyakarta: Kaktus, 2018), 27.

²¹Amirulloh Syarbini dan Nur Aeni Afgani, *Dahsyatnya Puasa Sunah: Kunci Utama Meraih Sukses Dunia & Akhirat* (Bandung: Ruang Kata Imprint Kawan Pustaka, 2010), 43.

Berikut ini adalah yang termasuk ke dalam bulan haram diantaranya: Dzulqaidah, Dzulhijjah, Muharam dan Rajab. Bulan yang telah disebutkan itu pandang suci serta memiliki keistimewaan tersendiri. Alangkah baiknya pada masa sebelum islam hingga sesudah islam tidak diperbolehkan untuk perang. Prinsip disunahkannya untuk mengerjakan puasa pada bulan-bulan haram dikutip dari sebuah hadis yang mendeskripsikan keinginan seseorang laki-laki terhadap Rasulullah guna menyambungkan amanah untuk melakukan puasa sunah.

c. Puasa hari ‘Arafah

Hari ‘Arafah adalah hari kesembilan Dzulhijjah, mereka yang tidak melakukan ibadah haji sangat dianjurkan berpuasa pada hari itu. Imam at-Tirmidzi mengatakan bahwa menurut pendapat ahli ilmu, puasa hari ‘Arafah ditujukan untuk selain dari mereka yang mengerjakan wukuf di ‘Arafah. Menurut jumhur ulama mereka yang mengerjakan wukuf makruh melakukan puasa ini. Dalam satu hadis disebutkan bahwa ada orang yang melakukan wukuf di ‘Arafah (mengerjakan haji) sambil berpuasa. Sebagian pendapat mengatakan sunah berpuasa seandainya puasa tersebut tidak melemahkannya.

d. Puasa pada bulan Muharam

Sunah berpuasa pada bulan Muharam sebagaimana hadis berikut:

حَدَّثَنَا أَبُو النُّعْمَانِ، أَخْبَرَنَا أَبُو عَوَانَةَ، عَنْ أَبِي بَشِيرٍ، عَنْ سَعِيدِ بْنِ جُبَيْرٍ، عَنْ ابْنِ عَبَّاسٍ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمُ: أَنَّ رَجُلًا وَقَصَهُ بَعِيرُهُ وَنَحْنُ مَعَ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، وَهُوَ مُحْرَمٌ، فَقَالَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: «اغْسِلُوهُ بِمَاءٍ وَسِدْرٍ، وَكَفَّنُوهُ فِي ثَوْبَيْنِ، وَلَا تَمْسُوهُ طَبِيبًا، وَلَا تَحْمَرُّوا رَأْسَهُ، فَإِنَّ اللَّهَ يَبْعَثُهُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ مُلَبَّبًا»²²

²²Muhammad ibn Ismā'il Abu 'Abdullah, *Ṣaḥīḥ Bukhārī* (tt:Dār Tūq al najāh, 1422 H), Juz 2, 76, 1267.

Telah menceritakan kepada kami Abu an Nu'man telah mengabarkan kepada kami Abu Awanah dari Abu Bisyr dari Sa'id bin Jubair dari Ibnu Abbas bahwa ada seorang laki-laki yang sedang melakukan ihram dijatuhkan oleh untanya yang mana pada saat itu kami sedang bersama dengan Nabi Muhammad SAW. Maka Nabi berkata: "Mandikanlah dia dengan air yang dicampur daun bidara dan kafanilah dengan dua helai kain dan janganlah diberi wewangian dan jangan juga diberi tutup kepala atau serban karena dia nanti akan dibangkitkan pada hari kiamat dalam keadaan bertalbiyah."

e. Puasa 'Asyura

Menurut pendapat jumhur ulama puasa Asyura merupakan puasa yang dikerjakan pada hari ke-10 pada bulan muharram. 'Asyura ialah hari penting pada masa kebudohan dan masa Islam. Karena orang Yahudi pada hari itu berpuasa di Madinah, sementara orang Quraisy menghiasi Ka'bah.

Nabi Muhammad mengamalkan puasa 'Asyura sebelum beliau diangkat sebagai Rasul baik sebelum maupun setelah hijrah. Malah beliau menyeru orang banyak melakukan puasa ini. Pada awalnya puasa pada hari 'Asyura difardhukan kemudian di *nasakh* dengan puasa Ramadhan. Dengan demikian sunah hukumnya menggabungkan puasa as syura dan kesembilan (*tasu'a*) atau hari kesebelas Dzulhijjah yang bermaksud untuk membedakan puasa itu dengan puasa orang Yahudi. Maka sudah jelas bahwasanya pada hari 'Asyura disunahkan untuk melakukan puasa. Kita diberikan pilihan untuk menentukan, apakah ingin berpuasa atau tidak. Ada banyak hadis yang menerangkan hal demikian. Meskipun dhaif tetapi hadis-hadis itu menguatkan satu sama lainnya.

f. Puasa hari Senin dan Kamis

Sunah berpuasa dua hari (senin dan kamis) berdasarkan hadis berikut:

حَدَّثَنَا هِشَامُ بْنُ عَمَّارٍ قَالَ: حَدَّثَنَا يَحْيَى بْنُ حَمَزَةَ قَالَ: حَدَّثَنِي ثَوْرُ بْنُ يَزِيدَ، عَنْ خَالِدِ بْنِ مَعْدَانَ، عَنْ رَبِيعَةَ بْنِ الْعَازِ، أَنَّهُ سَأَلَ عَائِشَةَ عَنْ صِيَامِ رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فَقَالَتْ: كَانَ «يَتَحَرَّى صِيَامَ الْإِثْنَيْنِ وَالْحَمِيسِ»²³

Telah menceritakan kepada kami Hisyam bin Amar berkata telah menceritakan kepada kami Yahya bin Hamzah berkata telah menceritakan kepada ku Tsaur bin Yazid dari Khalid bin Ma'dan dari Rabi'ah bin al Ghaz bahwasanya ia bertanya kepada Aisyah mengenai puasanya Rasulullah SAW. Maka Aisyah pun menjawab “beliau selalu melaksanakan puasa senin dan kamis”

g. Puasa Daud

Puasa ini merupakan amalan Nabi Daud as dan orang yang mengamalkannya sangat dikasihi oleh Allah, sebagaimana bunyi hadis dibawah ini:

حَدَّثَنَا عَلِيُّ بْنُ عَبْدِ اللَّهِ، قَالَ: حَدَّثَنَا سُفْيَانُ، قَالَ: حَدَّثَنَا عَمْرُو بْنُ دِينَارٍ، أَنَّ عَمْرُو بْنَ أَوْسٍ، أَخْبَرَهُ: أَنَّ عَبْدَ اللَّهِ بْنَ عَمْرٍو بْنَ الْعَاصِ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا، أَخْبَرَهُ: أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ لَهُ: «أَحَبُّ الصَّلَاةِ إِلَى اللَّهِ صَلَاةُ دَاوُدَ عَلَيْهِ السَّلَامُ، وَأَحَبُّ الصِّيَامِ إِلَى اللَّهِ صِيَامُ دَاوُدَ، وَكَانَ يَنَامُ نِصْفَ اللَّيْلِ وَيَقُومُ ثُلُثَهُ، وَيَنَامُ سُدُسَهُ، وَيَصُومُ يَوْمًا، وَيُفْطِرُ يَوْمًا»²⁴

Telah menceritakan kepada kami Ali bin Abdullah berkata telah menceritakan kepada kami Sufyan telah menceritakan kepada kami Amru bin Dinar bahwa Amru bin Aus mengabarkan bahwa Abdullah bin Amru bin al Ash mengabarkan bahwa Rasulullah SAW pernah berkata kepadanya: “salah yang paling Allah cintai adalah shalatnya Nabi Daud dan *shaum* atau puasa yang paling Allah cintai adalah *shaum* nya Nabi Daud. Nabi Daud tidur hingga pada tengah malam kemudian melaksanakan salat pada sepertiganya kemudian tidur kembali pada seperenam akhir malamnya. Dan Nabi Daud *shaum* sehari dan berbuka sehari.”

h. Puasa bulan Sya'ban

Orang islam disunahkan berpuasa selama sebulan atau sebagian besar dari bulan Sya'ban. Sebagaimana hadis berikut:

²³Ibn Mājah Abū ‘Abdullah, *Sunan Ibn Mājah* (tt: Dār ihya’ al-kitab, 273 H), juz 1, 553, 1739.

²⁴Muhammad ibn Ismāil Abu ‘Abdullah, *Ṣaḥīḥ Bukhārī* (tt:Dār Tūq al najāh, 1422 H), Juz 2, 50, 1131.

حَدَّثَنَا يَحْيَى بْنُ يَحْيَى، قَالَ: قَرَأْتُ عَلَى مَالِكٍ، عَنْ أَبِي النَّضْرِ، مَوْلَى عُمَرَ بْنِ عَبْدِ اللَّهِ، عَنْ أَبِي سَلَمَةَ بْنِ عَبْدِ الرَّحْمَنِ، عَنْ عَائِشَةَ أُمِّ الْمُؤْمِنِينَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهَا أَنَّهَا قَالَتْ: "كَانَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَصُومُ حَتَّى نَقُولَ: لَا يُفْطِرُ، وَيُفْطِرُ حَتَّى نَقُولَ: لَا يَصُومُ، وَمَا رَأَيْتُ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ اسْتَكْمَلَ صِيَامَ شَهْرٍ قَطُّ إِلَّا رَمَضَانَ وَمَا رَأَيْتُهُ فِي شَهْرٍ أَكْثَرَ مِنْهُ صِيَامًا فِي شَعْبَانَ"²⁵

Telah menceritakan kepada kami Yahya bin Yahya ia berkata saya telah membacakan kepada Malik dari Abu Nadlr Maula Umar bin Ubaidullah dari Abu Salamah bin Abdurrahman dari Aisyah Ummul mukminin bahwa ia berkata:” sudah biasa Rasulullah SAW berpuasa beberapa hari, hingga kami mengira bahwa beliau akan berpuasa terus. Namun beliau juga biasa berbuka atau tidak puasa beberapa hari hingga kami mengira bahwa beliau akan tidak berpuasa terus. Dan aku tidak pernah melihat Rasulullah SAW menyempurnakan puasanya sebulan penuh, kecuali Ramdhan. Dan aku juga tidak pernah melihat beliau puasa sunah dalam sebulan yang lebih banyak dari pada puasanya ketika bulan sya’ban.”

Hadis diatas dapat dipahami bahwa Nabi Muhammad berpuasa sepanjang bulan Sya’ban dan kadang berpuasa sebagian besar dari bulan Sya’ban. Ini menunjukkan bahwa amalan Rasulullah tidak tetap atas satu keadaan. Sebagian dari rahasia dibalik amalan itu adalah untuk membangkitkan ingatan orang yang sudah lupa akan keutamaan ibadah puasa pada bulan Sya’ban, sebagaimana yang telah disebutkan dalam hadis yang telah disahkan oleh Ibn Khuzaimah.²⁶

3. Syarat dan Rukun Puasa

a. Syarat wajib puasa

Segala sesuatu keadaan yang menjadikan seorang dikenakan keharusan untuk menunaikan ibadah puasa disebut dengan syarat wajib puasa. Apabila beberapa dari persyaratan ini belum tercapai, maka puasa tersebut tidak diwajibkan pada orang tersebut. Syarat wajib puasa

²⁵Muslim ibn al ḥajjaj abū ḥasān, *Saḥiḥ Muslim* (Bairut: Dār iḥya’ al turāts, 261 H), Juz 2, 810, 1156.

²⁶Hassan Muhammad Ayub, *Puasa dan I’tikaf dalam Islam* (Jakarta: Bumi Aksara, 1998), 43-51.

diantara beragama islam, baligh, berakal, sehat, mampu, tidak sedang dalam perjalanan dan suci dari haid dan nifas.

b. Syarat sah puasa

Syarat sah yang dimaksud ialah sesuatu yang membuat ibadah puasa menjadi sah hukumnya. Apabila salah satu dari syarat sah ini tidak ada atau tidak terpenuhi maka puasanya menjadi tidak sah hukumnya. Syarat sahnya puasa diantara niat, beragama Islam, suci dari haid dan nifas dan pada hari yang dibolehkan.

c. Rukun puasa

Rukun merupakan suatu hal yang wajib dilakukan ketika hendak memulai suatu ibadah baik ibadah wajib maupun ibadah sunah. Dari keputusan para ulama rukun puasa ialah sesuatu aktivitas dimana harus mencegah diri dari sesuatu keadaan yang dapat menyebabkan batalnya puasa diawali dari munculnya matahari hingga tenggelamnya matahari.²⁷

B. Teori Kualitas Hadis

Di dalam ilmu bahasa arab, kata analisis atau komentar hadis sering disebut dengan *naqd al-hadits*. Kata *naqd* berarti memiliki makna pengujian, kupasan, pandangan, pemeriksaan dan pengkajian. Berlandaskan kelima arti ini, ulasan hadis memiliki makna pengujian kualitas hadis, penjelasan mengenai sanad atau matannya, pemeriksaan hadis kepada asal mulanya, dan juga pemisahan dengan hadis asli dan bukan. Pada alquran dan hadis tidak ada istilah *al-naqd* yang memiliki arti kritik. Akan tetapi alquran memakai kata-kata *yamiz* (bentuk *mudhari'* dari kata *maza*) dalam hal ini yang mempunyai maksud

²⁷Ismail Nawawi, *Puasa Ramadhan* (Sidoarjo: CV. Dwiputra Pustaka Jaya, 2013), 56-59.

membagi dan mengasingkan keadaan dari keadaan yang lainnya. Dari konsep ini seorang Muslim ibn al-Hajjaj pada abad ketiga hijriah (w.261 H) menamai judul bukunya yang mengulas mengenai ulasan hadis terhadap kitab *al-tamyiz*.

Maka dengan ini pengujian sebuah hadis tidak bermaksud untuk membuktikan validitas sebuah hadis terhadap kedudukannya sebagai wahyu yang dibawakan oleh Nabi Muhammad karena kondisi dalam kondisi terpelihara (*ma'sum*), namun halnya pada tingkatan validitas penyajian sebuah kabar hadis mempertimbangkan masa penyusunannya membutuhkan waktu yang tidak sedikit akhirnya diperlukan adanya skema periwayat pengutaraan kabar dalam wujud sanad, beda halnya dengan alquran yang dijilid sesudah Nabi meninggal. Dalam kurun yang panjang itu merupakan alasan diperlukan adanya pengkajian untuk melihat ketepatan dan kebenarannya.²⁸

1. Kritik Sanad Hadis

Dengan demikian kaedah ilmu untuk menyeleksi setiap periwayatan dan memastikan kualitas kesahihan sebuah hadis. Maka diperlukan adanya kriteria yang wajib dicapai untuk menghasilkan sanad yang berstatus sahih. Kaedah kesahihan sanad ini bagian kaedah kesahihan hadis.²⁹

a. Bersambungnya Sanad (*Itishal al-sanad*)

Ketersambungan sanad adalah langkah awal yang digunakan untuk mempercayakan pemberian sebuah hadis kepada Nabi SAW. Terdapat beberapa cara untuk melihat berkaitan atau tidak sebuah sanad seperti menulis seluruh rawi pada sanad yang akan dikaji, mengetahui biografi atau perjalanan masa hidup masing-masing rawi.³⁰

²⁸Idri, *Studi Hadis* (Jakarta: Kencana Prenamedia Group, 2010), 275-276.

²⁹Hedhri Nahiran, "Kritik Sanad Hadis: Tela'ah Metodologis", *Jurnal Ilmu Agama*, Vol. 15, No. 1, 2015, 6.

³⁰Abdurrahman dan Elan Sumarna, *Metode Kritik Hadis*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2011), 14.

Begitu juga dengan sanad dapat disebut bersambung ketika orang yang meriwayatkan hadis masih berada satu garis secara bersinambung mulai awal terletak di atasnya hingga pada Rasul dengan syarat terhindar dari ketidakjelasan atau hal yang samar. Terkait masalah ketersambungan Imam Bukhari dan Muslim mempunyai syarat-syarat berselisih. Bila Muslim mencukupkan sezaman, maka Bukhari mempunyai syarat-syarat khusus lagi yakni sezaman atau disebut *mu'asharah* dan pernah berjumpa atau disebut dengan *liqa'*.

Agar dapat melihat seseorang periwayat hadis yang hidup sezaman dan pernah berjumpa dengan periwayat lainnya maka bisa dilakukan melewati dua cara yaitu biografi atau profil para periwayat hadis dan lafaz memperolehnya. *Pertama*, harus memeriksa biografi tiap-tiap perawi seperti: profil periwayat, tanggal/tahun lahir dan wafat, guru dan muridnya, serta tempat-tempat yang pernah dikunjungi. *Kedua*, mengetahui kalimat memperoleh dan mengajarkan hadis.

Menurut ulama terdapat beberapa macam sebagai berikut:

- 1) *Sama'*: yakni periwayat mendengarkan secara jelas dari perkataan gurunya dengan cara didektekan atau lainnya, baik dari hafalan maupun dari tulisannya. Menurut jumbuhur cara ini adalah cara yang tertinggi tingkatannya pada *at-tahammul wa al-'ada'*. Lafaz-lafaz yang digunakan adalah: *akhbarani*, *akhbarana*, *haddasani*, *haddasana*, *sami'tu*, dan *sami'na*.
- 2) *Al-Qira'ah 'ala 'asy-Shaikh*, yakni si pembicara memberikan hadis ke hadapan gurunya, baik dia sendiri yang membaca hadis tersebut maupun orang lain dan ia mendengarkan. Cara ini menurut para para

ulama bisa diamalkan, sebagian ulama juga menilainya berada seperti pada tingkatan yang sama dengan sama' dari *al-qira'ah 'ala 'asy-shaikh*. Lafaz-lafaz yang digunakan ialah: *qara'tu 'alaihi, quri'a 'ala fulan wa ana asma', haddasana aw akhbarana qira'ah 'alaihi*.

- 3) *Ijazah*, yakni seseorang memberikan persetujuan untuk orang lain agar meriwayatkan hadis dari seseorang tersebut. Aturan seperti ini menurut pendapat mayoritas ulama bisa diamalkan, kemudian lafaz-lafaz yang digunakan ialah: *ajaztu laka riwayata al-kitab al-fulani 'anni, ajaztu laka jami'a masmu'ati wa marwiyati*.
- 4) *Munawalah*, yakni seorang guru membagikan catatan atau tulisan asli kepada muridnya atau salinan yang sudah dikoreksinya untuk diriwayatkan. Dengan cara ini menurut ahli hadis diperbolehkan. Lafaz-lafaz yang digunakan ialah: *anba'ani, anba'ana*.
- 5) *Mukhatabah*, yakni seorang guru menulis sendiri atau menyuruh orang lain untuk menuliskan beberapa hadis untuk seseorang, baik orang tersebut berada dihadapannya atau sedang berada ditempat lain. Cara ini menurut para ulama diperbolehkan. Dan lafaz-lafaz yang digunakan ialah: *haddasani fulan kitabah, akhbarani fulan kitabah, kataba ilayya fulan*.
- 6) *Wijadah*, yakni seseorang mendapatkan sebuah tulisan hadis dari orang lain yang tidak diriwayatkannya dari pemilik hadis atau pemilik tulisan tersebut. Mengenai cara ini ulama madzab dari golongan maliki tidak membolehkannya, sedangkan asy-Syafi'i

membolehkannya. Lafaz-lafaz yang digunakan ialah: *qara'tu bi khatti fulan, wajadtu bi khatti fulan.*

7) *Washiyah*, yakni pesan atau amanah saat mendatangi ajal atau akan melakukan perjalanan pada sebuah kitab supaya diriwayatkan. Cara ini menurut jumhur tidak diperbolehkan, kecuali ada *ijazah* dari orang yang memberi *washiyah*.

8) *I'lam*, yakni informasi dari mualim bahwasanya hadis yang diriwayatkannya merupakan riwayatnya sendiri yang diperoleh dari seorang guru dan tidak diperintah untuk meriwayatkan hadis tersebut. Derajat hadis dengan jalan seperti itu tidak diperkenankan. Lafaz yang digunakan: *a'lamani fulan qala haddasana.*³¹

b. Periwat yang *'ādil*

Kata adil dalam ilmu hadis dikenal dengan *'adalah* ialah salah satu watak yang berada didalam tubuh orang yang senantiasa memotivasinya untuk selalu menjaga ketakwaan, menjaga integritas, sampai membuahkannya kepribadian yang dapat dipercaya dengan validitasnya, yang bisa dilihat dari perilaku yang selalu menghindari dosa baik dosa kecil maupun dosa besar.³²

Menurut Nur al-Din 'Itr membagi syarat-syarat adil menjadi lima bagian diantaranya yakni muslim, baligh, berakal sehat, bertakwa, dan memelihara diri sesuatu perkara yang membuat kebiasaan dan kemasyarakatan dinilai secara umum oleh syara' sebagai sesuatu yang baik (*murū'ah*).³³

³¹Yuzaidi, "Metodologi Penelitian Sanad dan Matan Hadis", Al-Mu'tabar *Jurnal Ilmu Hadis*, Vol. 1, No. 1, (2021), 46-48.

³²Ibid., 49.

³³Sumarna, *Metode...*, 30.

c. Perawi yang *Dābiṭ*

Dalam bahasa Arab kata *dābiṭ* memiliki arti hal yang tangguh, perkasa, energik, kuat, terlindungi dan hafal dengan baik. Sedangkan menurut istilah ilmu hadis *dābiṭ* ialah ingatan atau kesadaran seseorang periwayat hadis ketika ia menerima sebuah hadis, kuatnya hafalan di dalam ingatan, serta menjaga naskahnya dari faktor-faktor yang dapat merubah bentuk, hingga pada masanya ia memberikan atau meriwayatkan suatu hadis tersebut.

Dengan demikian dapat dikatakan periwayat yang *dābiṭ* apabila seorang periwayat yang bisa memperoleh hadis secara sempurna lalu ia bisa menjaga hadis tersebut, baik dari ingatannya ataupun dalam rupa naskah. Melindunginya dari berbagai jenis bentuk modifikasi hingga sekarang ketika ia memberikan hadis tersebut kepada seseorang. Untuk melihat bagaimana *kedābiṭan* seorang periwayat bisa menggunakan dengan cara-cara sebagai berikut ini:

- 1) Menurut pengakuan para ulama yang masih satu zaman dengan orang tersebut. Menurut kecocokan riwayat yang diberikan oleh para periwayat lain yang disebut *tsiqah* atau *kedābiṭannya*.
- 2) Apabila ia menemukan kesalahan maka hal itu tidak merusak *dābiṭ*-annya, namun jika itu dilakukan berulang kali berarti bukan seseorang dengan status *dābiṭ* dan riwayatnya mutlak tidak bisa dijadikan hujjah.³⁴

d. Tidak mengandung *Syudzūd* (kerancuan)

³⁴Ibid., 50.

Menurut bahasa *syudzudz* memiliki makna ganjil, sedangkan menurut ilmu hadis *syudzudz* memiliki pengertian dalam hal ini terdapat tiga pendapat mengenai hal itu yakni:

- 1) Hadis yang diceritakan dari seorang berstatus *tsiqah* namun riwayatnya berlainan dengan riwayat lainnya yang juga berstatus *tsiqah*.
- 2) Hadis yang diceritakan dari seorang berstatus *tsiqah* namun periwayat-periwayat *tsiqah* lainnya tidak pernah meriwayatkan hadis tersebut.
- 3) Hadis yang hanya memiliki satu sanad baik itu periwayatnya merupakan seorang *tsiqah* atau tidak.

Dengan demikian *syudzudz* adalah sebuah hadis yang memiliki dua elemen utama yaitu pengasingan dan perselisihan. *Syudzudz* ini bisa terletak di dalam sanad maupun matan hadis. Sanad yang menyimpan *syudzudz* merupakan sanad yang cukup mempunyai sebuah sanad tidak ada sanad yang lainnya yang mengikutinya, namun jika ditemukan sanad lainnya maka pasti sanad tersebut berbeda atau berselisish terhadap sanad lainnya.

e. Tidak mengandung '*illat*

Menurut bahasa kata '*illat* memiliki makna *al-marad* atau *al-'aib* yang mempunyai arti problem, rusak, cacat. Sedangkan menurut istilah ilmu hadis pengertian '*illat* yaitu asal mula penyebab tidak terlihatnya sesuatu yang menodai hadis walaupun nampak luar terlihat kosong darinya. Dengan demikian '*illat* merupakan faktor-faktor penyebab yang ada di dalam hadis yang nampak sah, akan tetapi hadis tersebut

dinilai memiliki kecacatan yang dapat merusak kesahihan hadis. *'illat* ini terkadang terdapat di dalam sanad, selain terdapat dalam sanad *'illat* juga terdapat di dalam matan atau bisa terdapat di keduanya yakni sanad dan matan hadis. Berikut ini langkah-langkah yang digunakan dalam meneliti sebuah *'illat* yaitu:

- 1) Semua sanad maupun matan hadis yang masih mempunyai makna yang sama dihimpun kemudian diteliti, bila di dalam hadis yang masih berhubungan tersebut mempunyai *mutabi'* dan *syahid*.
- 2) Semua periwayat yang ada diberbagai macam sanad diteliti sesuai dengan kritik yang sudah ditentukan oleh para ahli kritik hadis.
- 3) Mencocokkan satu sanad yang awal dengan sanad-sanad yang lain, kemudian mengamati dengan seksama hingga dapat diketahui di dalam sanad ada sebuah *'illat* atau tidak.

2. Kritik Matan Hadis

Al-matan yakni memiliki makna kancang, kokoh, suatu hal yang terlihat dan tidak dikarang. Sedangkan dalam bahasa arab memiliki makna tanah tinggi dan keras, kitab asal (yang diberikan syarah/penjelasan). Zaman semakin berkembang begitu juga dengan perkembangan karya kepenulisan, ada matan dan ada juga syarah. Keduanya ini memiliki pengertian yang berbeda matan disini didefinisikan sebagai tulisan atau karangan asal seseorang yang menggunakan bahasa yang universal, padat, singkat dan dapat dipahami. Sedangkan syarah sendiri adalah suatu penjelasan yang lebih terurai, terperinci dan mendetail mengenai sesuatu hal. Dalam istilah kata matan adalah susunan kalimat yang berada setelah berakhirnya sebuah sanad. Dalam definisi lain disebutkan bahwa matan adalah susunan dari

lafal-lafal sebuah hadis sehingga dapat membentuk beberapa makna. Para ulama juga memberikan definisi redaksi matan ialah intinya sama yaitu materi atau isi berita hadis itu sendiri yang datang dari Nabi bukan karangan atau tulisan seseorang.³⁵

Ketika melakukan sebuah pembuktian terhadap penyandaran hadis kepada nabi hal yang harus dilakukan ialah meneliti sanad dan juga matan hadis. pada kenyataannya memang terdapat bahwa ada sebanyak matan hadis yang dapat bisa disandarkan kepada Nabi, namun secara lahiriah sanad ini terlihat *tsiqah*. Selain ketepercayaan kepada isnad, ke-*tsiqah*-an matan hadis wajib diverifikasi guna mengetahui keaslian hadis. Dalam hal ini matan harus dibuktikan dengan:

- 1) Keaslian dan pertimbangan sifat seorang perawi harus sesuai dengan dugaan dan perkiraan.
- 2) Rawi dipercaya *tsiqah* sama komentator hadis dalam satu waktu dapat saja dipandang kebalikannya oleh komentator lainnya.
- 3) Jika ada rawi dipandang *tsiqah* telah melaksanakan kekeliruan, kritik sanad ini tetap menjadi syarat.³⁶

Berikut hal yang bisa diuraikan batasan dalam sebuah penelitian matan hadis yang telah dikutip M. Syuhudi Ismail diantaranya:

- 1) Tidak berlainan terhadap ayat-ayat alquran yang jelas (muhkam)
- 2) Tidak berlainan oleh akal sehat
- 3) Tidak berlainan terhadap hadis *mutawatir*

³⁵Abdul Majid Khon, *Ulumul Hadis*, (Jakarta: Amzah, 2013), 113-114.

³⁶Phil Kamarudin, *Metode Kritik Hadis*, (Jakarta: PT Mizan Publika, 2009), 56-57.

- 4) Tidak berlainan kepada amalan yang telah disepakati oleh para tokoh hadis
- 5) Tidak berlainan dengan dalil yang telah ditetapkan
- 6) Tidak berlainan terhadap hadis ahad yang statusnya dinilai kuat.

Disamping batasan yang telah disebutkan diatas M. Syhudi Ismail menyampaikan lagi satu batasan yaitu memiliki rangkaian kebahasaan yang bagus dan sepadan dengan bukti-bukti sejarah yang ada, yakni matan hadis harus sinkron dengan kaedah kebahasaan seperti bahasa arab dan tidak bertentangan dengan fakta sejarah yang telah ada.³⁷

C. Teori Kehujjahan Hadis

Hujjah memiliki pengertian kapabilitas kekuatan sebuah hadis yang dapat dipilih sebagai sandaran dalam pengamalan ajaran agama islam. Berhubungan dengan diterima atau tidaknya sebuah hadis sebagai hujjah disini para ulama ahli hadis memecah hadis yang telah dilihat dari sisi kualitasnya terbagi dua yakni hadis *maqbul* dan hadis *mardud*.

1. Hadis *Ma'bul* (diterima)

Dalam bahasa maqbul berarti *ma'khuz* atau yang diterima dan *mushaddaq* atau yang diperkenankan atau berhasil. Sedangkan berdasarkan istilah ilmu sudah mencukupi persyaratan sebagai hadis yang sempurna (sahih). Persyaratan diterima atau tidaknya sebuah hadis berhubungan erat sama ketersambungan sanad hadis, diriwayatkan oleh seorang perawi adil maupun *ḍabīṭ* dan juga berhubungan sesuai matannya tidak ada *syadz* dan *'illat*.

³⁷Nasir Akib, "Kesahihan Sanad dan Matan Hadits Kajian Ilmu-Ilmu Sosial", Shautut Tarbiyah Ed 21, 2008, 110.

Ada hadis *maqbul* yang tidak boleh diamalkan atau diterapkan, jadi tidak semua hadis *maqbul* boleh diamalkan dalam kehidupan sehari-hari.

Hadis *maqbul* dapat dipecah sebagai berikut:

a) Hadis *ma'mul bih*

Hadis ini dapat diterapkan. Mengenai tolak ukur ini ialah hadis *muhkam* yaitu hadis yang sudah jelas dan tidak mungkin bertentangan dengan hadis lain, *mukhtalif* yaitu hadis yang dapat diambil jalan tengahnya dari beberapa hadis yang dari luarnya sudah terlihat menyimpan perselisihan, *rajih* yaitu hadis yang kokoh dan *nasikh* yaitu hadis yang di hapus/dihilangkan.

b) Hadis *ghairu ma'mul bih*

Hadis *ghairu ma'mul bih* adalah hadis yang tidak dapat diamalkan. Mengenai tolak ukur hadis *ghairu maqbul bih* ini yaitu hadis *marjuh* yaitu sebuah hadis yang bukti keabsahannya dapat dibenarkan dengan hadis yang lebih kuat, *mansukh* adalah hadis yang telah *dinasakh* atau dihapus, dan hadis *mutawaquf fih* adalah hadis yang bukti keabsahannya ditangguhkan dikarenakan adanya perselisihan yang tidak teratasi.³⁸

Hadis *maqbul* mempunyai beberapa macam kedudukan yang dilihat dari segi kualitasnya. Oleh karena itu para ulama sepakat memecah hadis *maqbul* yakni hadis sahih dan hasan.

a) Hadis sahih

Dalam bahasa kata sahih diartikan dengan orang sehat, maka dapat dikatakan bahwasanya hadis sahih adalah hadis yang tidak ada aib,

³⁸Asep Hardi, *Memahami Ilmu Hadis* (Bandung: Tafakur, 2014), 82-83.

kuat dan terhindar dari bentuk penyakit baik di dalam sanad maupun matannya. Sedangkan dalam istilah lain hadis sahih berarti *muttasil* (terhubung) dari sanad pertama sampai terakhir, diriwayatkan sama seorang yang jujur dan sempurna daya ingatan dan hafalannya juga tidak ditemukan keganjilan dan rusak (*'illat*).³⁹ Berikut pembagian hadis sahih diantaranya:

1. Sahih *li Dzatihi* ialah hadis sempurna (sahih) sebab dzatnya, maksudnya yaitu hadis yang telah memenuhi syarat sahih tanpa mendapat pertolongan lain atau tidak ada hadis pendukungnya. Sahih *li dzatihi* berdasarkan istilah ialah hadis yang telah memenuhi syarat sahih yang sanad terhubung dari pertama sampai terakhir, diriwayatkan dengan orang adil, *dhabith* atau mempunyai hafalan yang baik dan kuat, juga tidak ditemukannya *syadz* dan *'illat*.
2. Sahih *li ghairihi* ialah hadis yang telah memenuhi syarat sahih karena ada sesuatu yang lainnya, yang dimaksud ialah hadis yang jadi sah karena dikuatkan dengan jalur (sanad) atau keterangan lain yang mendukungnya.⁴⁰

Hadis yang sudah mencukupi syarat-syarat hadis sahih jadi harus untuk diterapkan sebagai pedoman atau kaidah *syara'* sesuai dengan *ijma'* para ulama hadis dan beberapa ulama ushul fiqh. Maka sebagai seorang muslim tidak ada alasan lagi untuk tidak mengamalkannya. Hadis sahih *lighairih* lebih tinggi kedudukannya dibandingkan dengan

³⁹Ibid., 168.

⁴⁰A. Qadir Hassan, *Ilmu Mushthalah Hadis*, (Bandung: CV Penerbit Diponegoro, 2017), 29-31.

hadis hasan *lidzatih*, namun lebih rendah dari sahih *lidzatih*. Meskipun begitu tiga-tiganya ini bisa diangkat sebagai hujjah.

Berikut ini beberapa gagasan pemikiran para tokoh islam dapat memperkuat kehujjahan hadis sahih diantaranya:

- a. Hadis sahih memberikan fungsi *qath 'i* yang benar akan validitasnya, apabila ada di dalam sebuah kitab al-bukhari dan muslim atau biasa disebut *shahihayn* sebagaimana argumen yang diambil ibnu ash-Shalah.
- b. Harus memperoleh hadis sahih dan wajib hukumnya walaupun belum terdapat seorang yang menerapkannya.⁴¹

Ditinjau dari segi syarat-syarat sahih yang telah tercukupi bisa dipecah jadi 7 kategori, dari kategori teratas hingga kategori yang paling rendah yaitu sebagai berikut:

- 1) *Muttafaq 'alaih*, adalah yang telah disetujui kesahihannya oleh al-Bukhari dan Muslim atau *akhrajahu/rawahu al-Bukhari wa Muslim* (diriwayatkan oleh al-Bukhari dan Muslim) atau *akhrajahu/rawahu Asy-Shaikhan* (diriwayatkan oleh dua orang guru).
- 2) Diriwayatkan oleh al-Bukhari saja
- 3) Diriwayatkan oleh Muslim saja
- 4) Hadis yang di orang lain yang telah mencukupi syarat-syarat al-Bukhari dan Muslim.
- 5) Hadis yang diriwayatkan orang lain mencukupi syarat-syarat al-Bukhari saja.

⁴¹Khon, *Ulumul...*, 174-175.

- 6) Hadis yang diriwayatkan orang lain mencukupi syarat-syaratnya Muslim saja.
- 7) Hadis yang mendapatkan penilaian sebagai hadis sahih berdasarkan para ulama hadis selain al-Bukhari dan Muslim serta tidak mencontoh syarat-syarat keduanya, seperti Ibnu Khuzaimah, Ibnu Hibban, dan lain-lain.⁴²

b) Hadis hasan

Menurut bahasa kata hasan berasal dari kata *al-husnu* yang mempunyai arti *al-jamal* yaitu keelokan. Sedangkan berdasarkan istilah para ulama membagikan pengertian hadis hasan dengan bermacam-macam. Akan tetapi pengertian yang terbaik yakni yang telah disampaikan oleh Ibnu Hajar al-Asqalani dalam *an-Nukhbah* yaitu hadis yang diceritakan seorang yang proporsional, adil, baik, sanadnya bersambung, terhindar dari *'illat*, dan tidak terdapat *syadzdz* disebut dengan hadis shahih *lidzatih*. Apabila kurang secuil saja kekuatan falannya maka disebut dengan hadis hasan *lidzatih*.

Maka demikian hadis hasan tidak jauh berbeda dengan kategori hadis sahih. Perbedaannya terdapat di dalam hafalanya saja. Hadis sahih kekuatan hafalanya harus sempurna, sedangkan dalam hadis hasan kurang sedikit hafalanya dibandingkan dengan hadis sahih. Meskipun begitu apabila disamakan dengan ke-*dhabith*-an perawi hadis dhaif belum bisa seimbang, ke-*dhabith*-an perawi hadis hasan lebih tinggi dibanding dengan hadis hasan.⁴³ Hadis hasan terbagi menjadi 2 yakni:

⁴²Ibid., 177-178.

⁴³Ibid., 179.

- 1) Hasan *li Dzatihi*, kata hasan dalam bahasa mempunyai makna baik atau bagus. *li dzatihi* bermakna karena dirinya sendiri. Sedangkan dalam istilah adalah suatu hadis yang memiliki ketersambungan sanad awal hingga akhir, diriwayatkan seorang yang adil akan tetapi ada yang kurang dalam hal ke-*dhabith-an* dan juga tidak ditemukannya *syudzudz* dan juga *'illat*.
- 2) Hasan *li Ghairihi* bermakna ada yang lain, maksudnya ialah sebuah hadis menjadi hasan dikarenakan mendapatkan bantuan. sedangkan berdasarkan istilah ialah sanad hadis terdapat rawi yang tidak diketahui keadaannya, lemah hafalannya, atau rawi yang tercampur hafalannya yang dikarenakan faktor umurnya, atau rawi mudallis (rawi yang menyamar), atau rawi yang pernah keliru dalam meriwayatkan, atau rawi sering mengalami kekeliruan dalam meriwayatkan sebuah hadis, hal yang demikian ini bisa dikuatkan dengan jalan lain yang masih sebanding dengannya.

Berdasarkan pendapat an-Nawawi dalam *at-Ta'rib*, hadis hasan pertama ditemukan dalam kitab *at-Tirmidzi*, dimpublikasikan dan disebutkan pada kitabnya. Ibnu Taimiyyah memperjelas bahwasanya *at-Tirmidzi* adalah seorang yang pertama kali yang memberitakan atas pembagian hadis yang ditinjau sisi sahih, hasan, dan dhaif. *at-Tirmidzi* berpendapat hadis hasan merupakan hadis yang dapat dihitung jumlah sanad dan terhindar dari kerancuan. Kategori hadis hasan terletak pada ditengah-tengah. Hadis sahih dikenal dengan rawi yang memiliki kekuatan hafalan yang sempurna. Sedangkan hadis dhaif merupakan

hadis lemah karena perawinya memiliki kapasitas hafalan yang tidak kuat.

Sebelumnya tidak diketahui dan tidak kenal dengan sebutan tiga hadis tersebut, yang mereka ketahui hanya dari segi kualitas yaitu sahih dan dhaif. Kemudian hadis dhaif terbagi dua macam yaitu dhaif yang tercegah pengamalannya dan dhaif yang harus ditinggalkan atau tidak boleh diamalkan. Bisa jadi dhaif yang pertama ini menurut beberapa ulama dahulu ini yang dinamakan hasan oleh at-Timidzi.⁴⁴

2. Hadis Mardud

Mardud artinya tertolak, sementara berdasarkan istilah adalah hadis yang belum mencukupi persyaratan atau beberapa syarat-syarat hadis *maqbul*. Tidak terpenuhinya persyaratan tersebut dapat disebabkan karena terjadinya pada sanad dan matan. Para ulama menegaskan bahwa hadis dengan jenis ini dikenal dengan hadis *dhaif* atau hadis yang lemah.⁴⁵

Hadis dhaif bisa disebut juga hadis *mardud*. Dilihat sisi bahasa dhaif bermakna lemah, hal ini disebabkan sanad dan matan tidak mencukupi persyaratan hadis sahih. Berdasarkan istilah adalah hadis yang tidak menggabungkan kriteria hadis hasan dikarenakan ada beberapa persyaratan yang tidak terpenuhi. Pengertian lain juga dikatakan oleh sebagian mayoritas ulama ialah hadis yang tidak menggabungkan sifat-sifat dari hadis sahih dan hadis hasan.

Berikut ini pembagian hadis dhaif diantaranya:

⁴⁴Khon, *Ulumul...*, 181-183.

⁴⁵Hardi, *Memahami...*, 83.

- a. Hadis dhaif tidak bisa diterapkan, pada *fadhail al-a'mal* atau dalam hukum sebagaimana yang disampaikan oleh Ibu Sayyid an-Nas dari Yahya bin Ma'in. Bahwa pendapat yang pertama ini merupakan pendapatnya Abu Bakar Ibnu al-Arabi, al-Bukhari, Muslim, dan Ibnu Hazam.
- b. Hadis dhaif bisa diterapkan, pada *fadhail al-a'mal* dan masalah hukum (*ahkam*), sebagaimana pendapat Abu Dawud dan Imam Ahmad. Mereka menegaskan bahwa hadis dhaif lebih kuat daripada pendapat para ulama.
- c. Hadis dhaif bisa diterapkan dalam *fadhail al-a'mal*, *mau'izhah*, *targhib* (janji-janji yang menggemar), dan *tarhib* (ancaman yang menakutkan).⁴⁶

D. Teori Pemaknaan Hadis

Menurut bahasa *ma'ani* adalah berasal dari kata *ma'anil* mempunyai bermaksud makna, arti, maksud, atau tujuan yang hendak dicapai. Dengan kata lain yakni mengkaji makna-makna yang terdapat di dalam bahasa Arab baik makna tersurat maupun makna tersirat. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ilmu *ma'ani al-hadith* merupakan ilmu yang membahas/mengkaji mengenai makna, maksud ataupun tujuan maksud itu sesuai dengan aturan yang ada.

Dilihat dari segi objek kajiannya, ilmu *ma'ani al-hadis* terbagi jadi dua bagian yakni material dan formal. Objek material dalam ilmu ma'anil hadis ialah yang masih berhubungan melalui isi dari hadis-hadis Rasul. Sementara itu agar tinjauan perlengkapannya ialah yang berhubungan melalui matan dan

⁴⁶Ibid., 184-188.

redaksi hadis itu sendiri tidak tercampur dengan yang lain.⁴⁷ Untuk membantu dalam memaknai hadis perlunya adanya pembantu ilmu lainnya, diantaranya sebagai berikut ini:

1. Ilmu *asbāb al-wurūd*

Ilmu *asbāb al-wurūd* adalah ilmu yang mengkaji tentang sebab-sebab atau suatu alasan timbulnya sebuah hadis atau alasan yang mendorong munculnya sebuah hadis.⁴⁸ Ilmu *asbāb al-wurūd* memiliki tujuan antara lain:

- a) Dapat menunjang dalam mencerna ataupun memaklumi sebuah hadis. dikarenakan kapasitas tentang media atau penyebab adanya suatu hal adalah media awal untuk memahami penyebab yang dikeluarkan.
- b) Dapat memahami pelajaran mengenai ketentuan agama
- c) Dapat men-*takhsis*-kan undang-undang yang masih global.⁴⁹

2. Ilmu *Tawāriḥ al-Matn*

Ilmu *tawāriḥ al-matn* ini lebih menitik beratkan kepada waktu terjadinya hadis itu diturunkan atau perilaku dan sifat apa yang dilakukan oleh Nabi.⁵⁰ Cabang ilmu ini sangat bermanfaat untuk menetapkan diantara mana yang *mansukh* dan *nasakh*, pemahaman mengenai hadis makiyah maupun madaniyah yang ditemukan tentang bagaimana pertumbuhan perkembangan syariat islam dan juga menelaah rangkaian hukum islam serta menguraikan proses pemaknaannya.⁵¹

3. Ilmu *al-Lughah*

⁴⁷Abdul Mustaqim, *Ilmu Ma'anil Hadis* (Yogyakarta: Idea Press, 2016), 12.

⁴⁸Nur Kholis, *Pengantar Studi Hadis* (Yogyakarta: Semesta Ilmu, 2016), 83.

⁴⁹Fatchur Rahman, *Ikhtisar Musthalahul Hadis* (Bandung, Alma'arif, 1974), 331.

⁵⁰Ibid., 332.

⁵¹Mustaqim, *Ilmu Ma'anil...*, 15.

Suatu bagian terpenting dalam memaklumi sebuah hadis, dikarenakan isi atau matannya menggunakan sistematika atau susunannya memakai bahasa arab. Selain itu bahasa arab juga mempunyai bagian unsur-unsur yang baik. Berikut adalah cabang-cabang bahasa arab seperti: ilmu nahwu, shorof, morfologi, fonologi, semiotik, fonetik dan lain sebagainya. Analisis linguistik sangat dibutuhkan untuk menggali redaksi teks hadis sampai di dapatkan kesesuaian makna secara bahasa.⁵²

4. Hermeneutika (*'ilm al-fahm*)

Pada masa sekarang menggali hadis kebanyakan melalui atau menggunakan sebuah metode hermeneutika. Pemaknaan hadis modern/masa kini memiliki nuansa hermeneutika yang lebih menitikberatkan pada unsur epistemologis-metodologis dalam mendalami teks hadis untuk mendapatkan hasil yang terbaik.⁵³

Pola hermeneutika ialah suatu yang berhubungan dengan teks kuno, dimana setiap masalah harus dibimbing dan dipusatkan agar bisa dimengerti dalam kondisi masa kini. Pendekatan hermeneutika ini memiliki tujuan agar sebuah hadis tidak tertanam kepada teks kuno yang menceritakan mengenai problematika pada masa dahulu namun juga mengkaji tentang masalah-masalah masa saat ini serta mampu menanggapi bantahan yang ada. Berikut komponen disiplin ilmu untuk membantu diantaranya: geografi, arkeologi, ekonomi dan lainya.⁵⁴

Mengenai landasan pokok dapat digenggam untuk memahami sebuah hadis nabi diantaranya:

⁵²Ibid., 16.

⁵³Ibid., 17.

⁵⁴Ibid., 18.

1. Prinsip konfirmatif: yaitu Al-Qur'an merupakan salah satu pedoman umat islam yang mana mempunyai fungsi sebagai penjelas dari sebuah hadis, oleh sebab itu sangat penting sekali adanya pembenaran makna hadis dengan isyarat Alquran.⁵⁵
2. Prinsip tematis komprehensif: adalah dasar mempelajari hadis Rasul dengan cara melihat hubungan antar hadis lainnya. Jadi ketika memaknai sebuah hadis penting sekali untuk mengetahui hadis-hadis signifikan, agar memperoleh hasil pemaknaan yang mendalam.⁵⁶
3. Prinsip linguistik: disebabkan munculnya hadis dalam tradisi berbahasa arab, dengan demikian diperlukan mendalami sebuah sistematika penyusunan bahasa yang tepat baik menggunakan makiki maupun makna majazi.⁵⁷
4. Prinsip historis: merupakan landasan yang erat kaitannya dengan aspek sejarah. Menurut Muhammad al-Ghazali, hadis harus dicocokkan sesuai kenyataan fakta sejarah, dikarenakan hadis dapat tumbuh disebabkan oleh faktor-faktor historis atau sejarah.⁵⁸
5. Prinsip realistik: merupakan dasar dalam mempelajari hadis nabi dengan cara memandang situasi dan kondisi sekarang ini, hingga hadis bisa disimpulkan bahwa hadis tersebut tidak memiliki keterikatan waktu dan tidak berpatokan waktu juga masih relevan pada sekarang ini.

⁵⁵Siti Fahimah, "Hermeneutika Hadis: Tinjauan Pemikiran Yusuf al-Qardhowi dalam Memahami Hadis" *Refleksi*, Vol. 16, No. 1, April 2017, 93.

⁵⁶Ibid., 94.

⁵⁷Ibid., 96.

⁵⁸Sri Purwaningsih, "Kritik Terhadap Rekontruksi Metode Pemahaman Hadis Muhammad al-Ghazali" *Jurnal Theologia*, Vol. 28, No. 1, 2017, 90.

6. Prinsip memisahkan diantara etis dan legis: dasar ini merupakan hadis yang berkaitan dengan hukum yang belum dipelajari sebagai himpunan aturan perundang-undangan saja akan tetapi memiliki poin etis di dalamnya.⁵⁹
7. Prinsip *wasilah* dan *ghayah*: pada dasar ini memilah tujuan naskah hadis dan membedakan mana hadis yang bersifat prasarana temporal dan prasarana partikular guna mendapatkan maksud (*wasilah*) serta umpan yang akan digapai (*ghayah*).⁶⁰

E. Pendekatan Psikologi

Teori perilaku model *The Health Belief* ini pada umumnya digunakan untuk memahami perubahan perilaku kesehatan dimasyarakat. Beberapa hal yang dioptimalkan dalam model *The Health Belief* diantaranya teori adopsi tindakan (*action*). Teori ini lebih menitik beratkan kepada sikap dan keyakinan individu dalam bertingkah laku terutama pada perilaku kesehatan. Keyakinan dan persepsi individu kepada sesuatu yang memunculkan rencana tindakan dalam diri individu. Teori perilaku ini lebih menitik beratkan pada aspek keyakinan dan persepsi individu. Dengan adanya pemahaman yang baik atau buruk yang berasal dari wawasan, pengalaman, berita yang diperoleh individu yang masih berhubungan sehingga terjadi perilaku dalam melihat sesuatu.

Teori perubahan perilaku kesehatan yang dikembangkan memberikan adanya kepercayaan atau persepsi individu kepada tindakan medis/kesehatan yang telah didapatkan. Adanya pengalaman pengobatan baik dalam diri individu maupun pengalaman orang lain memunculkan persepsi mengenai kesehatan. Munculnya keyakinan yang ada menyebabkan individu mengikuti

⁵⁹Muhid, dkk, *Studi Hadis* (Surabaya: UINSAPress, 2017), 209.

⁶⁰Yusuf Qardhowi, *Kaifa Nata'amal ma'a al-Sunah al-Nabawiyah*, terj. Muḥammad al-Baqir (Bandung: Kharisma, 1993), 147.

tindakan sesuai kepercayaan yang diyakini. Kepercayaan menumbuhkan model perilaku kesehatan ditinjau dari 2 aspek penting yaitu adanya pengalaman dalam diri individu atas adanya pengobatan dan kepercayaan pada individu mengenai masalah perilaku kesehatan.

Health Belief Model adalah teori nilai harapan, konsep ini dalam konteks perilaku terkait kesehatan, maka berubahlah konsep ini menjadi keinginan individu untuk menghindarkan penyakit atau menjadi sehat (nilai) dan kepercayaan bahwa perilaku sehat tertentu bisa dilakukan untuk mencegah atau mengurangi rasa sakit. Harapan ini berikutnya diuraikan berkaitan dengan dugaan individu mengenai kepekaan individu kepada suatu penyakit dan berat penyakit serta kemampuan untuk mengurangi ancaman tersebut melalui perilaku individu. *Health Belief Model* diambil dari teori perilaku, antara lain berpendapat bahwasanya tindakan seseorang tergantung pada nilai yang diberikan individu pada suatu tujuan dugaan individu kepada dugaan bahwa tindakannya bisa menghasilkan tujuan tersebut.

Ruang lingkup *Health Belief Model* pada tindakan kesehatan diantaranya digunakan tindakan dalam upaya mencegah agar tidak sakit, tindakan yang berhubungan dengan diagnosis sakit dan yang dapat berpengaruh terhadap keparahan sakit.

Konsep utama dari *Health Belief Model* adalah tindakan sehat ditetapkan oleh keyakinan individu atau persepsi mengenai penyakit dan wadah yang tersedia untuk menghilangkan suatu penyakit. *Health Belief Model* (HBM) pada awalnya di sebar luaskan pada tahun 1950 oleh kelompok psikolog sosial di pelayanan kesehatan masyarakat Amerika Serikat, dengan maksud untuk menjelaskan secara mendalam kepada masyarakat dalam program pencegahan

atau mendeteksi adanya penyakit. Kemudian model di perluas untuk meninjau bagaimana respon masyarakat terhadap gejala-gejala penyakit dan bagaimana tindakan mereka terhadap penyakit yang di diagnosa, terutama terkait dengan penanganan medis. Dengan demikian, lebih dari tiga dekade model ini menjadi salah satu model yang paling penting dan secara luas menggunakan pendekatan psikososial untuk menjelaskan hubungan antara perilaku dengan kesehatan.⁶¹



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

⁶¹Irwan, *Etika dan Perilaku Kesehatan*, (Yogyakarta: CV Absolute Media, 2017), 145-147.

BAB III

DATA HADIS TENTANG PUASA SENIN KAMIS

A. Imam Tirmidhi Sebagai Periwat Hadis No Indeks 747

1. Biografi Imam Tirmidhi

Imam Tirmidhi mempunyai nama lengkap Muḥammad bin ‘Isa Yazīd ibn saurah bin al-sakan al-sulami al-bughi al-Tirmidhi, memiliki panggilan Abu ‘Isa al-Tirmidhi al-Ḍarīr al-hāfīz. Lahir tahun 200 H dan wafat tahun 279 H.⁶² Al-Tirmidhi merupakan salah satu tokoh ulama hadis yang terkenal pada tahun ke-3 H. Pada tahun ini merupakan puncak kejayaan para tokoh islam menyebarkan macam-macam ilmu diantaranya: hadits, fiqh, nahwu, dan lain sebagainya. Al-Tirmidhi juga merupakan seorang ahli hadis yang terkenal teliti dan sempurna hafalannya. Dalam kehidupan sehari-hari dia dikenal sebagai seorang yang *zuhud* atau tidak mementingkan kesenangan duniawi, *wara*/selalu menghindari maksiat dan syubhat, dan terkadang menangis ketika berbuat sesuatu hal yang dianggap kesalahan.⁶³

2. Guru-Guru Imam Tirmidhi

Imam Tirmidhi mempunyai beberapa guru, dalam kitab *Tahdhīb al-Kamāl* terbilang mempunyai guru sebanyak 216 guru⁶⁴. Berikut ini beberapa gurunya yaitu:

⁶²Jamāluddin bin Abi al-Hajjāj bin Yūsuf al-Mizzi, *Tahdhīb al-Kamāl fi Asmāi al-Rijāl*, Jilid XXVI Bāb mīm (Beirut: Muassasah al-Risalah, 1980), 250.

⁶³Sholahuddin Al-Ayyubi, “Manhaj Imam Al-Tirmidzi Dalam Sunannya”, *Jurnal Al-Fath*, Vol. 01, No. 01, 2017, 25-26.

⁶⁴Al-Mizzi, *Tahdhīb al-Kamāl*, Jilid XXVI..., 251.

- a) Abu Bakar Muḥammad bin Ismāil ‘Āmir
- b) Abu Aḥmad bin ‘Abdullah bin Dāwud
- c) Hamīd bin Mas’adah bin al-Mubāarak
- d) Ishāk bin Mansūr bin Bahrām al-Kūsaj
- e) Muḥammad bin Bashār

3. Murid-Murid Imam Tirmidhi

Dalam kitab *Tahdhīb al-Kamāl* Imam Tirmidhi terbilang mempunyai sekitar 29 murid⁶⁵, diantaranya sebagai berikut:

- a) Abu Hāmid bin ‘Abdullah bin Dāwud al-Marūzi
- b) ‘Abdu bin Muhammad bin Mahmud al-Nisfi
- c) Aḥmad bin ‘Ali al-Maqra’i
- d) Aḥmad bin Yūsuf al-Nisfi
- e) Abu Bakar Ahmad bin Ismāil bin ‘Āmir al-Samraqandi
- f) ‘Abdullah bin Naṣr bin Suhail al-Bazduwi
- g) Dāwud bin Suhail al-Bazdu
- h) Abu al-Ḥārith Asad bin Ḥamdūyah al-Nisfi
- i) Al-Hasīn bin Yūsuf al-Farbari
- j) Al-Rabī’ bin Ḥayān al-Bāhili
- k) Ḥamād bin Shākir al-Warāq
- l) Abu al-Ḥasan ‘Ali bin bin ‘Umar bin al-Taqi bin Kulthūm al-Samaraqandi
- m) Abu al-‘Abbās Muḥammad bin Aḥmad bin Maḥbūb al-Maḥbūbi

⁶⁵Al-Mizzi, *Tahdhīb al-Kamāl*, Jilid XXVI..., 252.

4. Karya-Karya Imam Tirmidhi

Tidak sedikit pendapat para ulama atas penetapannya kepada al-Tirmidhi dalam upaya untuk menyebarkan macam-macam keilmuan, utamanya tentang telaah hadis hal ini terungkap dengan tidak sedikit tulisan al-Tirmidhi yang diangkat sebagai literatur oleh penerus setelahnya diantara kitab-kitab al-Tirmidhi berikut ini:

- a) *Al-jami' al-Ṣaḥiḥ*
- b) *Al-Asma' wa al-Kuna*
- c) *Al-'ilal al-saghir*
- d) *Al-Tarikh*
- e) *Al-'ilal al-Mufrad/al-'ilal al-Kabir*
- f) *Al-Zuhd*
- g) *Al-Shama'il* dan lain-lain.⁶⁶

B. Kitab Sunan Tirmidhi

1. Penamaan Kitab Sunan Tirmidhi

Kitab yang dikarang oleh al-Tirmidhi berhubungan erat dengan ulasan hadis yang dikenal oleh sebagian ulama hadis dengan sebutan *al-jami'* sebagaimana yang disampaikan oleh al-Khatib al-Bagdadi. Sejalan dengan yang disampaikan oleh al-Hakim atau biasanya dikenal sunan al-Tirmidhi. Bagi penamaan kitab dengan nama yang ketiga tidak diperdebatkan oleh mayoritas

⁶⁶Husnul Khatimah, "Mengenal Imam Al-Tirmidhi dan Kitab Hadis Sunan Al-Tirmidhi", Progesif: Media Publikasi Ilmiah, Vol. 7, No. 2, 2019, 49-50.

para ulama. Sedangkan penamaan yang awal dan kedua menimbulkan perbedaan di lingkungan tokoh hadis.

Perubahan disebabkan beberapa ulama penamaan kitab hadis al-Tirmidhi dan *al-jami' al-ṣaḥih* dianggap melampaui batas, dikarenakan penamaan *al-jami' al-ṣaḥih* biasanya hanya digunakan untuk menyebut status sebagai hadis sahih. Sedangkan dalam isi matan hadis al-Tirmidhi juga ditemukan beberapa yang *mauqūf*, *maqtū'*, *daif*, *mu'allaq* bahkan *munkar*. Ungkapan ini serupa dengan yang disampaikan dari ibn Katsir. Biarpun penamaan kitab hadis al-Tirmidhi dengan nama sunan menurut mayoritas tokoh dianggap tepat sebab istilah tersebut oleh ulama hadis dimaknai dengan kepenulisan hadisnya dirancang bab demi bab.⁶⁷

2. Sistematika Penulisan Kitab Sunan Tirmidhi

Penataan penyusunan kitab yang dimanfaatkan pada penulisan kitab hadis tidak sedikit mendapati banyak modifikasi. Mulai pada abad kedua hijriah yaitu pada saat sebelum *atbā' atbā' al-tābi'īn*, penataan penulisan hadis biasanya menggunakan metode *musnad*. Pada generasi *atbā' atbā' al-tābi'īn* pada abad ketiga hijriah, sistematika mulai mengalami perubahan. Sebagian ahli hadis terkenal seperti Muslim, Abu Dawud, al-Bukhari, al-Tirmidhi, dan ibn Majah, sudah berupaya membentuk sebuah cara penulisan kitab hadis yang baru. Cara yang digunakan adalah dengan dengan metode mencatat hadis yang disusun berdasarkan dengan per bab. Mengenai tata cara penyusunan kitab tirmidhi

⁶⁷Hasan Su'aidi, "Mengenal Kitab Sunan Al-Tirmidhi (Kitab Hadis Hasan)", *Jurnal Religia*, Vol, 13, No. 1, 2010, 124.

yakni dengan cara menyusun bab-bab yang ada dalam kitab tersebut secara menyeluruh terdiri dari 2.376 bab dan 3.956 hadis.⁶⁸

3. Karakteristik Kitab Sunan Tirmidhi

Sunan al-Tirmidhi berisi segala sesuatu yang masih berkaitan dengan hadis. Sementara sunan pada umumnya hanya berisi tentang hukum pokok islam. dari keistimewaan sunan al-Tirmidhi menitik beratkan terhadap unsur pembeda kualitas hadis sampai argumen pembentukannya lebih terlihat. Tidak sedikit hadisnya disertai dengan pendapat sanad. Imam al-Tirmidhi juga menambahkan sanad pada hadisnya. Oleh sebab itu para pembaca sunan al-Tirmidhi harus menyiapkan diri dulu melalui ilmu hadis. Sementara itu imam al-Tirmidhi juga menciptakan aturan sendiri ketika menilai hadis seperti prinsip hasan sahih.

Terdapat dua pengertian mengenai prinsip hadis hasan dan hadis sahih. *Pertama*, apabila mendapati dua sanad atau lebih ia diketahui sebagai sahih berdasarkan satu sanad hasan berdasarkan sanad lain. *kedua*, apabila hadis hanya mempunyai satu sanad, maka ia disebut dengan sahih dalam estimasi hadis hasan dalam penilaian orang lain.⁶⁹

C. Hadis Utama Tentang Puasa Senin Kamis Riwayat Tirmidhi

1. Hadis Riwayat Tirmidhi nomor indeks 747 dan terjemahan

⁶⁸Ibid., 125.

⁶⁹Bambang Subandi, "Tiga Kitab Sunan (Studi komparatif karakteristik kitab Sunan Abū Dāūd, Sunan al-Tirmidhī, dan Sunan al-Nasā'i), Menara Tebuireng, Vol. 08, No. 01, 2012, 81-82.

حَدَّثَنَا مُحَمَّدُ بْنُ يَحْيَى قَالَ: حَدَّثَنَا أَبُو عَاصِمٍ، عَنْ مُحَمَّدِ بْنِ رِفَاعَةَ، عَنْ سُهَيْلِ بْنِ أَبِي صَالِحٍ، عَنْ أَبِيهِ، عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ، أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ: تُعْرَضُ الْأَعْمَالُ يَوْمَ الْاِثْنَيْنِ وَالْحَمِيسِ، فَأُحِبُّ أَنْ يُعْرَضَ عَمَلِي وَأَنَا صَائِمٌ⁷⁰

Telah menceritakan kepada kami Muhammad bin Yahya telah menceritakan kepada kami Abu 'Ashim dari Muhammad bin Rifa'ah dari Suhail bin Abu Shalih dari ayahnya dari Abu Hurairah bahwasanya Rasulullah Shallallahu 'alaihi wa sallam bersabda: " Pada hari senin dan kamis semua amalan dinaikkan kepada Allah ta'ala, maka saya lebih suka amalanku dinaikkan kepada-Nya ketika saya sedang berpuasa"

D. Takhrij Hadis Puasa Senin Kamis

1. Şahih Muslim Nomor Indeks 2565

حَدَّثَنَا ابْنُ أَبِي عُمَرَ، حَدَّثَنَا سُفْيَانُ، عَنْ مُسْلِمِ بْنِ أَبِي مَرْيَمَ، عَنْ أَبِي صَالِحٍ، سَمِعَ أَبَا هُرَيْرَةَ، رَفَعَهُ مَرَّةً قَالَ: " تُعْرَضُ الْأَعْمَالُ فِي كُلِّ يَوْمٍ حَمِيسٍ وَاِثْنَيْنِ، فَيَغْفِرُ اللَّهُ عَزَّ وَجَلَّ فِي ذَلِكَ الْيَوْمِ، لِكُلِّ أَمْرٍ لَا يُشْرِكُ بِاللَّهِ شَيْئًا، إِلَّا أَمْرًا كَانَتْ بَيْنَهُ وَبَيْنَ أَخِيهِ شَحْنَاءُ، فَيُقَالُ: ارْكُوا هَذَيْنِ حَتَّى يَصْطَلِحَا، ارْكُوا هَذَيْنِ حَتَّى يَصْطَلِحَا⁷¹

Telah menceritakan kepada kami [Ibnu Abu 'Umar]; Telah menceritakan kepada kami [Sufyan] dari [Muslim bin Abu Maryam] dari [Abu Shalih]; Aku mendengar [Abu Hurairah] berkata tentang sebuah Hadits yang telah ia marfu'kan; "Pintu surga dibuka setiap hari senin dan kamis. Maka Allah mengampuni dosa setiap hamba-Nya yang tidak musyrik, kecuali orang yang bermusuhan dengan saudaranya (sesama muslim). Maka dikatakan kepada mereka; Tunggulah dahulu kedua orang ini hingga berdamai! Tunggulah dahulu kedua orang ini hingga berdamai!"

2. Sunan Abu Daud nomor Indeks 4916

حَدَّثَنَا مُسَدَّدٌ، حَدَّثَنَا أَبُو عَوَانَةَ، عَنْ سُهَيْلِ بْنِ أَبِي صَالِحٍ، عَنْ أَبِيهِ، عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ، عَنِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، قَالَ: " تُفْتَحُ أَبْوَابُ الْجَنَّةِ كُلَّ يَوْمِ اِثْنَيْنِ، وَحَمِيسٍ فَيُغْفَرُ فِي ذَلِكَ الْيَوْمَيْنِ لِكُلِّ عَبْدٍ لَا يُشْرِكُ بِاللَّهِ شَيْئًا إِلَّا [ص:280] مَنْ بَيْنَهُ وَبَيْنَ أَخِيهِ شَحْنَاءُ، فَيُقَالُ: أَنْظِرُوا هَذَيْنِ حَتَّى يَصْطَلِحَا⁷²

⁷⁰Muhammad Anwar Sah al-Kasmiri, Jilid III, Kitāb *Al-‘Arf Al-Sadi* (Lebanon: Dār al-Kutub al-Ilmiyah, 2007),

⁷¹Muslim Ibn al-Ḥajjāj Abū al-Ḥasan al-Qushayrī al-Naysābūrī, *Şahih Muslim*, Vol. 4, No. Indeks 2565 (Beirut: Dār Iḥyā’ al-Turāth al-‘Arābī,, tth),1987.

⁷²Abū Dawūd Sulaymān ibn al-Ash‘ath ibn Ishāq ibn Bashīr ibn Shaddād ibn ‘Amr al-Azdī al-Sijjistanī, *Sunan Abū Dawūd*, Vol. 4, No. Indeks: 4916 (Beirut: al-Maktabah al-‘Aşriyyah, t,th), 297.

Telah menceritakan kepada kami [Musaddad] berkata, telah menceritakan kepada kami [Abu Awanah] dari [Suhail bin Abu Shalih] dari [Bapaknya] dari [Abu Hurairah] dari Nabi shallallahu 'alaihi wasallam, beliau bersabda: "Pintu-pintu surga dibuka setiap hari senin dan kamis, lalu pada kedua hari itu akan diampuni setiap orang yang tidak mensekutukan Allah dengan sesuatu, kecuali bagi seseorang yang mempunyai permusuhan dengan saudaranya. Lalu akan dikatakan (kepada malaikat), "Tunggulah dua orang ini hingga mereka berbaikan." Abu Dawud menyebutkan, "Nabi shallallahu 'alaihi wasallam pernah mendiamkan sebagian isteri-isterinya selama empat puluh hari, Ibnu Umar juga pernah mendiamkan anaknya hingga ia meninggal." Abu Dawud berkata, "Jika mendiamkan itu karena Allah, maka (ancaman) hadits ini tidak berlaku. Umar bin Abdul Aziz pernah menutupi wajahnya dari seseorang (mendiamkan)."

3. Sunan Al-Tirmidhi nomor Indeks 2023

حَدَّثَنَا قُتَيْبَةُ قَالَ: حَدَّثَنَا عَبْدُ الْعَزِيزِ بْنُ مُحَمَّدٍ، عَنْ سُهَيْلِ بْنِ أَبِي صَالِحٍ، عَنْ أَبِيهِ، عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ، أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ: "تُفْتَحُ أَبْوَابُ الْجَنَّةِ يَوْمَ الْاِثْنَيْنِ وَالْحَمِيسِ فَيُعْفَرُ فِيهِمَا لِمَنْ لَا يُشْرِكُ بِاللَّهِ شَيْئًا إِلَّا الْمُهْتَجِرِينَ، يُقَالُ: رُدُّوا هَذَيْنِ حَتَّى يَصْطَلِحَا"⁷³

Telah menceritakan kepada kami [Qutaibah], telah menceritakan kepada kami [Abdul Aziz bin Muhammad] dari [Suhail bin Abu Shalih] dari [bapaknya] dari [Abu Hurairah] bahwa Rasulullah Shalallallahu 'alaihi wa sallam bersabda: "Pada hari senin dan kamis pintu-pintu surga akan dibuka. Lalu, pada hari itu Allah akan mengampuni bagi mereka yang tidak menyekutukan-Nya dengan sesuatu apa pun, kecuali dua orang yang saling berseteru, sehingga dikatakanlah kepada Malaikat, 'Kembalikanlah dua orang ini, sehingga keduanya saling berbaikan.'" Abu Isa berkata; Ini adalah hadits hasan shahih. Dan dalam sebagian hadits juga diriwayatkan dengan redaksi: "DZARUU HAADZAINI HATTAA YASHLIHAA (Tinggalkanlah dua orang ini, hingga keduanya baikan)." Maksud sabda beliau: "AL MUHTAJIRAINI" adalah dua orang yang saling bermusuhan. Ini sebagaimana pula yang diriwayatkan dari Nabi shallallahu 'alaihi wasallam, bahwa beliau bersabda: "Tidak halal bagi seorang mukmin untuk mendiamkan saudaranya lebih dari tiga hari."

4. Sunan Ibnu Mājah Nomor Indeks 1740

حَدَّثَنَا الْعَبَّاسُ بْنُ عَبْدِ الْعَظِيمِ الْعَنْبَرِيُّ قَالَ: حَدَّثَنَا الضَّحَّاكُ بْنُ مُحَمَّدٍ، عَنْ مُحَمَّدِ بْنِ رِفَاعَةَ، عَنْ سُهَيْلِ بْنِ أَبِي صَالِحٍ، عَنْ أَبِيهِ، عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ، أَنَّ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ "كَانَ يَصُومُ

⁷³Muhammad Ibn 'Isā Ibn Sawrah Ibn Mūsā Ibn al-Ḍaḥāk al-Tirmīdhī, *Sunan al-Tirmīdhī*, Vol. 4, No. Indeks 2023 (Mesir: Maktabah Mustafā al-Bābī al-Ḥalbī, 1975), 373.

الْإِثْنَيْنِ وَالْحَمِيسِ، فَقِيلَ: يَا رَسُولَ اللَّهِ إِنَّكَ تَصُومُ الْإِثْنَيْنِ وَالْحَمِيسَ؟ فَقَالَ: " إِنَّ يَوْمَ الْإِثْنَيْنِ وَالْحَمِيسِ يَغْفِرُ اللَّهُ فِيهِمَا لِكُلِّ مُسْلِمٍ، إِلَّا الْمُتَهَاجِرَيْنِ، يَقُولُ: دَعُهُمَا حَتَّى يَصْطَلِحَا"⁷⁴

Telah menceritakan kepada kami [Al Abbas bin Abdul Azhim Al 'Anbari] berkata, telah menceritakan kepada kami [Adl Dlahhak bin Abu Makhlad] dari [Muhammad bin Rifa'ah] dari [Suhail bin Abu Shalih] dari [Bapaknya] dari [Abu Hurairah] berkata, "Nabi shallallahu 'alaihi wasallam selalu berpuasa pada hari senin dan kamis. Beliau ditanya, "Ya Rasulullah, kenapa anda berpuasa pada hari senin dan kamis?" Beliau menjawab: "Sesungguhnya pada hari senin dan kamis Allah mengampuni dosa setiap muslim kecuali dua orang yang saling menjauhi (bermusuhan). Allah berfirman: "Tanggulkanlah hingga keduanya saling memaafkan. "

6. Musnad Ahmad Nomor Indeks 8361

حَدَّثَنَا أَبُو عَاصِمٍ، حَدَّثَنَا مُحَمَّدُ بْنُ رِفَاعَةَ، عَنْ سُهَيْلِ بْنِ أَبِي صَالِحٍ، عَنْ أَبِيهِ، عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ، أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ كَانَ أَكْثَرَ مَا يَصُومُ الْإِثْنَيْنِ وَالْحَمِيسِ، فَقِيلَ لَهُ، " إِنَّ الْأَعْمَالَ تُعْرَضُ كُلُّ اثْنَيْنِ وَحَمِيسٍ - أَوْ: كُلَّ يَوْمِ اثْنَيْنِ وَحَمِيسٍ - فَيَغْفِرُ اللَّهُ عَزَّ وَجَلَّ لِكُلِّ مُسْلِمٍ - أَوْ: لِكُلِّ مُؤْمِنٍ - إِلَّا الْمُتَهَاجِرَيْنِ، فَيَقُولُ: أَجْرُهُمَا"⁷⁵

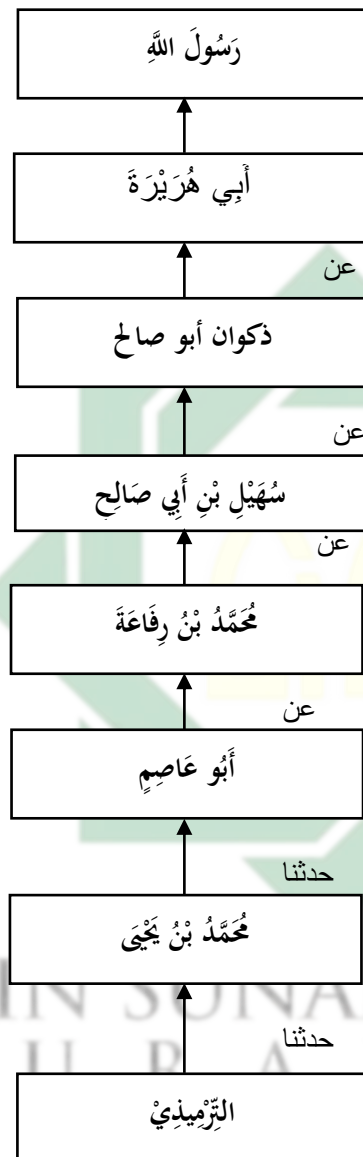
Telah menceritakan kepada kami Abu Ashim telah mengabarkan kepada kami Muhammad bin Rifa'ah dari Suhail bin Abu Shalih dari bapaknya dari Abu Hurairah, dia berkata bahwasanya Rasulullah SAW paling sering puasa di hari senin dan kamis, "Abu Hurairah berkata maka ditanyakanlah hal tersebut kepada beliau. Abu Hurairah berkata, beliau menjawab "sesungguhnya amalan itu diperlihatkan pada hari senin dan kamis atau beliau mengatakan pada setiap hari senin dan kamis lalu Allah mengampuni setiap muslim atau mukmin kecuali dua orang yang saling bermusuhan, Allah berfirman akhirkanlah amalan keduanya"

⁷⁴Ibnu Mājah Abū 'Abd Allāh Muḥammad Ibn Yazīd al-Quzwaynī, *Sunan Ibnu Mājah*, Vol. 1, No. Indeks 1740 (Halb: Dār Iḥyā' al-Kutub al-'Arabiyyah, tt), 553.

⁷⁵Abū 'Abd Allāh Aḥmad ibn Muḥammad ibn Ḥanbal ibn Hilāl ibn Asad al-Shaybānī, *Musnad Aḥmad ibn Ḥanbal*, Vol. 14, No. Indeks: 8361 (Saudi Arabiyah: Mu'assasat al-Risālah, 2001 M), 98.

E. Skema Sanad dan Tabel Periwiyatan Hadis Tentang Puasa Senin Kamis

1. Skema sanad tunggal Hadis Utama



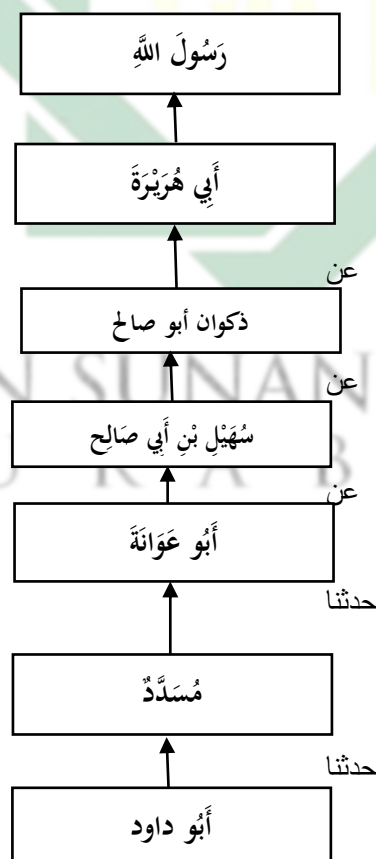
NO	NAMA PERAWI	URUTAN PERIWAYATAN	ṬABAQAH
1	Abu Hurairah (w. 57 H)	I	Ke-1 (sahabat)
2	Dhakwān Abu Ṣāliḥ (w. 101 H)	II	Ke-3 (<i>wuṣṭā al-Ṭābi'īn</i>)
3	Suhayl Ibn Abi Ṣāliḥ	III	Ke-6 (<i>ṣiḡḡār al-Ṭābi'īn</i>)
4	Muḥammad Ibn Rifā'ah	IV	Ke-7 (<i>kibār atbā' al-Ṭābi'īn</i>)
5	Abu 'Aṣim (w. 212 H)	V	Ke-9 (<i>ṣiḡḡār atbā' al-Ṭābi'īn</i>)
6	Muḥammad Ibn Yaḥya (w. 258 H)	VI	Ke-11 (<i>al-Akḥidhīn 'an al-Atbā'</i>)
7	Al-Tirmidhi (w. 279 H)	VII	<i>Mukharrij</i> Hadis

2. Skema sanad tunggal Imam Muslim



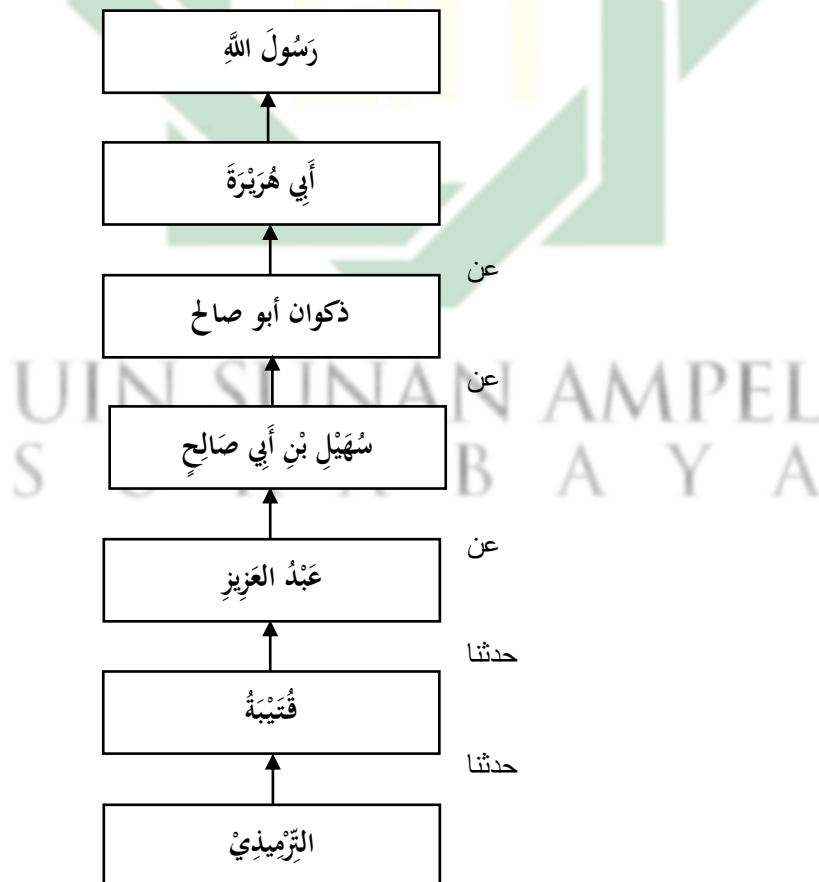
NO	NAMA PERAWI	URUTAN PERIWAYATAN	ṬABAQAH
1	Abu Hurairah (w. 57 H)	I	Ke-1 (sahabat)
2	Dhakwān Abu Ṣāliḥ (w. 101 H)	II	Ke-3 (<i>wuṣṭā al-Ṭabi'in</i>)
3	Muslim ibn Abī Maryam	III	Ke-4 (<i>wuṣṭā al-Ṭabi'in</i>)
4	Sufyān	IV	Ke-11 (<i>al-Akhiḍhīn 'an al-Atbā'</i>)
5	Ibn Abī 'umar (w.258 H)	V	Ke- 11 (<i>al-Akhiḍhīn 'an al-Atbā'</i>)
6	Muslim	VI	<i>Muharrij</i> Hadis

3. Skema sanad tunggal Sunan Abu Daud



NO	NAMA PERAWI	URUTAN PERIWAYATAN	ṬABAQAḤ
1	Abu Hurairah (w. 57 H)	I	Ke-1 (sahabat)
2	Dhakwān Abu Ṣāliḥ (w. 101 H)	II	Ke-3 (<i>wuṣṭā al-Ṭābi'īn</i>)
3	Suhail Ibn Abi Ṣāliḥ	III	Ke-6 (<i>ṣiḡḥār al-Ṭābi'īn</i>)
4	Abū 'Awānah (w. 175/176 H)	IV	Ke- 7 (<i>kibār atbā' al-Ṭābi'īn</i>)
5	Musadad	V	Ke-6 (<i>ṣiḡḥār al-Ṭābi'īn</i>)
6	Abū Dāud	VI	<i>Mukharrij</i> Hadis

4. Skema sanad tunggal Sunan Al-Tirmidhi

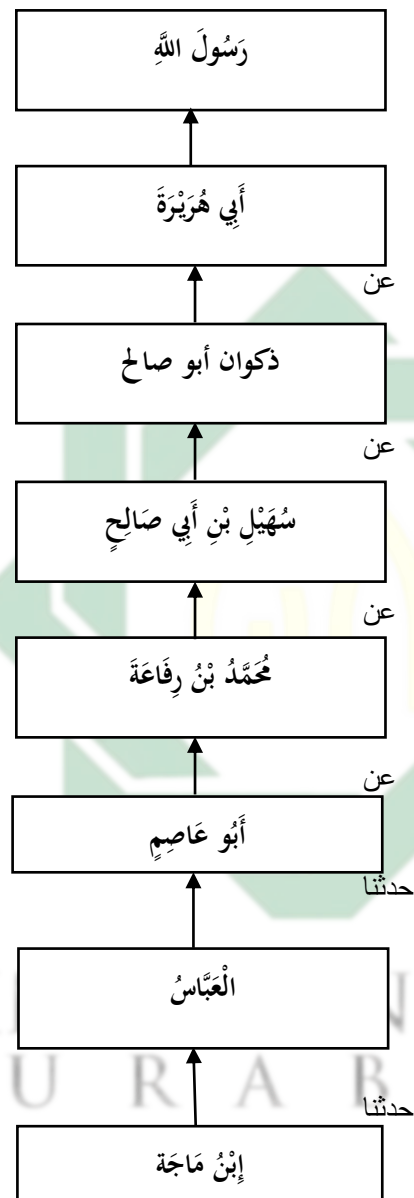


NO	NAMA PERAWI	URUTAN PERIWAYATAN	ṬABAQAḤ
1	Abu Hurairah (w. 57 H)	I	Ke-1 (sahabat)
2	Dhakwān Abu Ṣāliḥ (w. 101 H)	II	Ke-3 (<i>wuṣṭā al-Ṭābi'in</i>)
3	Suhail Ibn Abi Ṣāliḥ	III	Ke-6 (<i>ṣiḡḡar al-Ṭābi'in</i>)
4	'Abdul 'Azīz (w. 186/187 H)	IV	Ke-8 (<i>wuṣṭā Atbā' al-Ṭābi'in</i>)
5	Qutaibah (w. 251 H)	V	Ke-11 (<i>al-Akhidhīn 'an al-Atbā'</i>)
6	Al-Tirmidhi	VI	<i>Mukharrij</i> Hadis



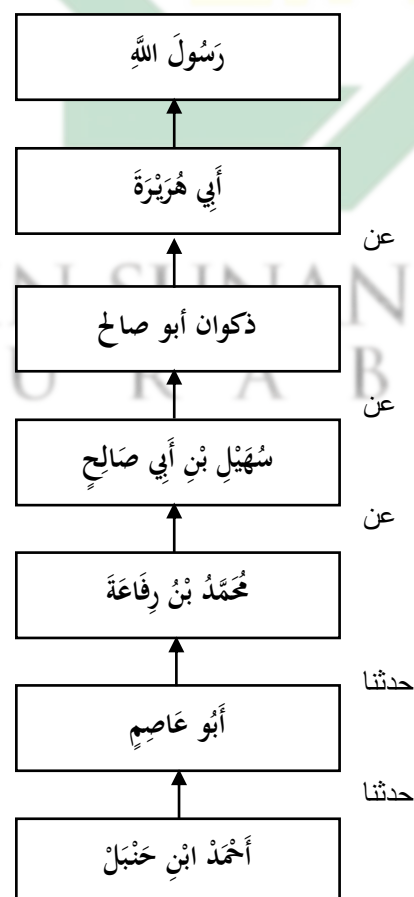
UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

5. Skema sanad tunggal Ibnu Majah



NO	NAMA PERAWI	URUTAN PERIWAYATAN	ṬABAQAḤ
1	Abu Hurairah (w. 57 H)	I	Ke-1 (sahabat)
2	Dhakwān Abu Ṣāliḥ (w. 101 H)	II	Ke-3 (<i>wuṣṭā al-Ṭābi'īn</i>)
3	Suhail Ibn Abi Ṣāliḥ	III	Ke-6 (<i>ṣiḡḡar al-Ṭābi'īn</i>)
4	Muḥammad Ibn Rifā'ah	IV	Ke-7 (<i>kibār atbā' al-Ṭābi'īn</i>)
5	Abu 'Aṣim (w. 212 H)	V	Ke-9 (<i>ṣiḡḡar atbā' al-Ṭābi'īn</i>)
6	Al-'Abās (w. 222 H)	VI	Ke-10 (<i>kibār al-Akḥidhīn 'an Ṭābi' al-Atbā'</i>)
7	Ibn Mājah	VII	<i>Muḥarrij</i> Hadis

6. Skema sanad tunggal Imam Aḥmad

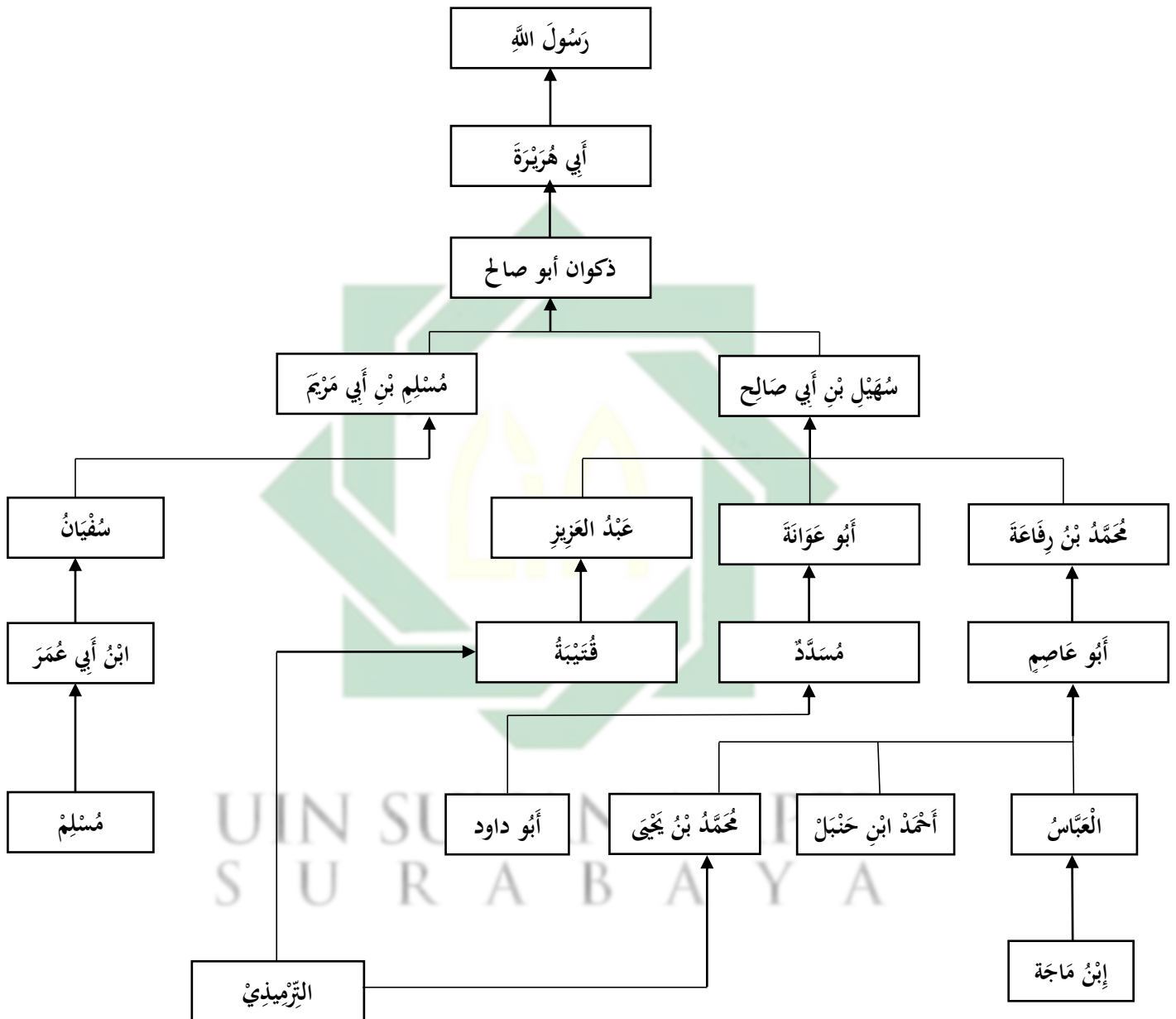


NO	NAMA PERAWI	URUTAN PERIWAYATAN	ṬABAQAH
1	Abu Hurairah (w. 57 H)	I	Ke-1 (sahabat)
2	Dhakwān Abu Ṣāliḥ (w. 101 H)	II	Ke-3 (<i>wuṣṭā al-Ṭābi'īn</i>)
3	Suhail Ibn Abi Ṣāliḥ	III	Ke-6 (<i>ṣiḡḡār al-Ṭābi'īn</i>)
4	Muḥammad Ibn Rifā'ah	IV	Ke-7 (<i>kibār atbā' al-Ṭābi'īn</i>)
5	Abu 'Aṣim (w. 212 H)	V	Ke-9 (<i>ṣiḡḡār atbā' al-Ṭābi'īn</i>)
6	Aḥmad ibn Ḥanbal	VI	<i>Mukharrij</i> Hadis



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

7. Skema sanad gabungan



F. I'tibār al-Sanad

I'tibār berdasarkan istilah ilmu hadis memiliki makna melibatkan dan apabila mengikutsertakan sanad yang lainnya dapat diketahui apakah ada periwayat yang lain atau tidak. Dengan cara al-i'tibār ini bisa tampak secara semua jalan sanad

hadis yang sudah diamati, dengan nama periwayat dan metode periwayatan yang diperlukan setiap periwayat yang bertaut. Manfaat al-i'tibār yakni membantu memahami kondisi seluruh sanad yang ditinjau dari kedudukannya sebagai mutabi' atau shāhid. Mutabi' (biasa disebut tābi' dengan jama' tawābi') adalah periwayat yang berkedudukan sebagai suporter periwayat lain yang bukan sahabat Nabi. Sementara shāhid dalam istilah ilmu hadis yang berarti kata jama' dengan shawāhid merupakan periwayat yang mempunyai status pendukung yang berkedudukan sebagai sahabat Nabi.⁷⁶

Menurut skema sanad yang sudah dibentuk diatas, hadis tentang puasa senin kamis ini tidak diketahui shāhid. Dikarenakan lingkungan sahabat Abu Hurairah merupakan seorang yang meriwayatkan hadis tentang puasa senin kamis tersebut. Sementara itu dari muttabi' terlihat pada kitab saja. Muslim ibn Abi Maryam ialah tawabi' yang berasal dari golongan tabi'in diceritakan oleh Muslim. Sama seperti 'Asim jadi muttabi' dari golongan tabi'in yang diriwayatkan dengan Ibnu Mājah, Ahmad ibn Ḥanbal, dan al-Tirmidhi. Kemudian yang terakhir Suhayl ibn Abi Ṣāliḥ juga golongan tabi'in yang diriwayatkan oleh Abu Dawud dan al-Tirmidhi.

G. Data Perawi

1) Abu Hurairah

Memiliki nama panjang adalah Abū Hurairah. Dia salah satu ulama hadis dari golongan sahabat. Meninggal pada tahun 57 H ada yang mengatakan juga pada tahun 58/59 H. Tidak sedikit hadis-hadisnya dimasukkan ke dalam *kutub*

⁷⁶Muhid, dkk. *Metodologi Penelitian Hadis* (Surabaya: IAIN Sunan Ampel Press, 2013), 124.

al-sittah. Ibnu ḥajar dan al-dhahabi memberi predikat sebagai orang yang *thiqah*.⁷⁷

2) Dhakwān Abu Ṣāliḥ

Nama lengkapnya dhakwān abū ṣāliḥ al-samān al-ziyāt al-madani. Ia hidup di angkatan ke-3 (*wuṣṭā al-Tābi'in*). Beliau meninggal pada tahun 101 H. Tidak sedikit hadis-hadisnya dimasukkan ke *kutub al-sittah*. Ibnu ḥajar, al-dhahabi memberi predikat *thiqah*.⁷⁸

3) Suhayl Ibn Abi Ṣāliḥ

Suhayl mempunyai nama lengkap Suhayl ibn Ṣāliḥ. Dia adalah generasi ke-6 (*ṣiḡḡār al-Tabi'in*). Hadis-hadisnya ada di kutubussittah. Ibnu ḥajar menilainya ṣadūq. Al-Dhahabi menilainya *thiqah*. Begitu juga dengan Ibnu Ma'in dan Abu Hatim.⁷⁹

4) Muslim ibn Abī Maryam

Mempunyai nama lengkap Muslim ibn abi Maryam Yasār al-Madani al-Anṣār bani muslim bani umayah. Muslim adalah generasi ke-4 (*wuṣṭā al-Tābi'in*). Tidak sedikit hadis-hadisnya dimasukkan ke *kutub al-sittah*. Ibnu Ḥajar, al-Dhahabi memberi nilai dengan predikat *thiqah*.⁸⁰

5) Muḥammad Ibn Rifā'ah

⁷⁷Yusuf ibn 'Abd al-Raḥman ibn Yusuf, *Tahdhīb al-Kamāl Asmā' al-Rijal*, Vol. 12 (Beirut: 1980), 262.

⁷⁸Al-Mizzī, *Tahdhīb al-Kamāl*, Vol. 8, 513.

⁷⁹Abū al-Faḍl Aḥmad ibn 'Alī ibn Muḥammad ibn Aḥmad ibn Ḥajar al-'Asqalani, *Tahdhīb al-Tahdhīb*, Vol. 4 (India: Matbu'ah Da'irah al-Ma'arif, 1326 H), 263.

⁸⁰Al-'Asqalānī, *Tahdhīb al-Tahdhīb*, Vol. 10, 138.

Nama lengkap Muḥammad ibn rifā'ah ibn thu'labah ibn abi mālik al-qurẓī al-madani. Ia adalah generasi Ke-7 (*kibār atbā' al-Tābi'īn*). Hadis-hadisnya ada di *kutub al-sittah*. Ibnu ḥajar menilainya maqbūl.⁸¹

6) Abū Dāud

Memiliki nama panjang yaitu sulaimān ibn al-ash'ath ibn ishāq ibn bashīr ibn shaddād. Dia salah satu ulama angkatan/generasi 11. Meninggal tahun 275 H. tidak sedikit hadisnya dimasukkan ke dalam *kutubus sittah* Ibnu Ḥajar juga Maslamah ibn Qasim memberikan nilai *thiqah*. Sementara al-Dhahabī menilai *thabt*.⁸²

7) Qutaibah

Qutaibah mempunyai nama lengkap Ḥamīd ibn mukhlad ibn Qutaibah ibn 'Abdullah al-azdi. Ia ulama hadis angkatan 11 (*al-Akhidhīn 'an al-Atbā'*). Meninggal tahun 248 H (ada yang menyebutkan 251 H). Hadisnya ada pada *kutub al-sittah*. Ibnu Ḥajar, al-Dhahabi memberi predikat *thiqah thabit*, al-ḥāfīz, muṣanaf *thiqah*.⁸³

8) Abū 'Awānah

Nama lengkapnya Abū 'Awānah memiliki nama lengkap al-Waḍaḥ ibn 'Abdullah al-yashkur abū 'Awānah. Abū 'Awānah merupakan ulama hadis pada angkatan 7 (*kibār atbā' al-Tābi'īn*). Meninggal pada 175 H (ada yang menyebutkan 176 H). Tidak sedikit hadis-hadisnya dicantumkan dalam *kutub*

⁸¹Al-Mizzī, *Tahdhī al-Kamāl*, Vol. 25, 201.

⁸²Abū Zakariyā Muḥyī al-Din Yahyā ibn Sharaf al-Nawāwī, *Tahdhīb al-Asmā' wa al-Lughāt*, Vol. 1 (Beirut: Dār al-Kutub al-'Ilmiyah, t.th), 305.

⁸³Al-'Asqalānī, *Tahdhīb al-Tahdhīb*, Vol. 11, 198.

al-sittah. Ibnu Hajar memberikan nilai dengan thiqah thabit dan al-Dhahabi menilainya dengan predikat al-Hāfīz thiqah.⁸⁴

9) ‘Abdul ‘Azīz

Mempunyai nama lengkap ‘Abdul azīz ibn muḥammad ibn ‘ubaid. Ia dilahirkan di madinah dan wafat di madinah pada tahun 186 H (ada yang menyebutkan 187 H). ‘Abdul azīz merupakan ulama hadis pada angkatan ke-8 (*wuṣṭā Atbā’ al-Tābi’in*). Hasil hadisnya banyak dimasukkan pada *kutubus sittah*. Ibnu Hajar, al-nasā’i, ibn ma’in, abū zur’ah menyebutkan ṣadūq.⁸⁵

10) Sufyān

Sufyān mempunyai nama lengkap Aḥmad ibn Sufyān atau sering dikenal dengan Abū Sufyān al-Nasā’i. Ia salah satu ulama tingkatan 11 (*al-Akhidhīn ‘an al-Atbā’*). Tidak sedikit hadis-hadisnya dimasukkan dalam *kutub al-sittah*. Ibnu Hajar menilainya dengan predikat Ṣadūq sedangkan Al-Dhahabi mengatakan thiqah.⁸⁶

11) Abu ‘Aṣim

Mempunyai nama lengkap Al-ḍaḥāk ibn makhlad ibn ḍaḥāk ibn muslim ibn ḍaḥāk al-shaibāni abū ‘āsim al-nabiylal biṣri. Ia merupakan tokoh hadis generasi ke ke-9 (*ṣiḡhār atbā’ al-Tābi’in*). Beliau meninggal tahun 212 H. tidak sedikit hadisnya dimasukkan dalam *kutub al-sittah*. Ibn hajar menilainya thiqah begitu juga dengan al-dhahabi dan ‘umar ibn shubah.⁸⁷

⁸⁴Al-Mizzī, *Tahdhīb al-Kamāl*, Vol. 6, 107.

⁸⁵Al-‘Asqalānī, *Tahdhīb al-Tahdhib*, Vol. 6, 353.

⁸⁶Al-Nawāwī, *Tahdhīb al-‘Asmā’ wa al-lughat*, Vol. 1, 223.

⁸⁷Al-Mizzī, *Tahdhīb al-Kamāl*, Vol. 13, 281.

12) Musaddad

Musaddad memiliki nama lengkap ḥanān al-asadi al-baṣra al-kawfi. Dia salah satu ulama hadis di angkatan ke-6, hadisnya ada di *kutub al-sittah*. Ibnu Ḥajar menilainya dengan hadis yang maqbūl.⁸⁸

13) Ibn Abī ‘umar

Nama lengkapnya aḥmad ibn ḥafiṣ ibn ‘abdullah ibn rāshid al-salmi atau dikenal dengan sebutan abū ‘ali ibn abi ‘umar al-Naisābūr. Beliau ulama di angkatan ke- 11. Beliau meninggal tahun 258 H.tidak sedikit hadisnya tercantum dalam *kutub al-sittah*. Ibnu Ḥajar menilainya Ṣadūq.⁸⁹

14) Al-‘Abās

Nama lengkapnya Aḥmad ibn al-Ḥajāj al-Bakr al-Dhuhli al-Shaibāni atau dikenal dengan sebutan Abu Abās. Ia tokoh di angkatan/generasi 10. Dia meninggal 222 H. tidak sedikit hadisnya di masukkan pada *kutubus sittah*. Ibnu Ḥajar dan al-Dhahabi menilainya dengan predikat *thiqah*.⁹⁰

15) Aḥmad ibn Ḥanbal

Memiliki nama panjang Aḥmad ibn Muḥammad ibn Ḥanbal ibn Hilāl ibn Asad al-Shaybāni. Dia salah satu ulama di generasi 10. Ia lahir tahun 164 H dan meninggal tahun 241 H. Tidak sedikit tulisannya dimasukkan pada *kutubus sittah*. Imam Ibnu Ḥajar dan al-‘Ijli memberi nilai dengan predikat *thiqah*.⁹¹

⁸⁸Al-‘Asqalānī, *Tahdhīb al-Tahdhīb*, Vol. 2, 254.

⁸⁹Al-Mizzī, *Tahdhīb al-Kamāl*, Vol. 9, 15.

⁹⁰Al-Nawāwī, *Tahdhīb al-‘Asmā’ wa al-lughat*, Vol. 1, 27.

⁹¹Al-‘Asqalānī, *Tahdhīb al-Tahdhīb*, Vol. 1, 414.

16) Muḥammad Ibn Yaḥya

Nama lengkapnya Muḥammad ibn yaḥya ‘abdullah ibn khālīd ibn āris ibn dhu’aib al-dhuhli atau dikenal juga dengan Abu ‘abdullah al-naisābūrī imam al-ḥāfid. Beliau ulama hadis angkatan 11. Beliau lahir 172 H dan meninggal 258 H. Tulisannya ada di *kutub al-sittah*. Ibnu Ḥajar, al-Dhahabi, Abu Dawud dan Abu Hatim memberi nilai thiqah.⁹²

17) Imam Muslim

Nama lengkapnya adalah Muslim bin al-Ḥajāj bin Muslim al-Qushairī, memiliki julukan ‘Abu al-Ḥusain al-Naisābūrī. Muslim wafat pada Bulan Rajab 261 H. Ia memiliki guru diantaranya yakni: Muḥammad bin al-Muthannā, Sa’id bin Yaḥya, ‘Ubaidillah bin Muḥammad. Dan juga memiliki murid Imam al-Tirmidhi, ‘Abu Yaḥyā Zakariyā bin Dawud dan Ṣālih bin Muḥammad. Kritik sanadnya ialah al-Imam fi al-Hadith.⁹³

18) Ibn Mājah

Ibnu Majah mempunyai nama lengkap Muḥammad ibn Yazid al-Raba’i. Lahir pada tahun 209 dan meninggal tahun 273 H. Ia juga memiliki guru diantaranya ialah Muḥammad ibn Bishri, al-‘Abās ibn al-Walid, Hishām ibn ‘Amār dan Yaḥya ibn Ḥakim. Dan juga memiliki beberapa murid yakni Ibrāhīm ibn Dinār, Aḥmad ibn Ibrāhīm dan Ja’far ibn Idris. Ibnu Ḥajar dan al-Dhahabi menilainya *Ḥāfiẓ*.⁹⁴

19) Al-Tirmidhi

⁹²Al-Mizzī, *Tahdhīb al-Kamāl*, vol, 26, 617-618

⁹³Ibid., Vol. 6, 538.

⁹⁴Al-‘Asqalānī, *Tahdhīb al-Tahdhīb*, Vol. 1, 443.

Nama lengkapnya Muhammad bin ‘Isa Yazīd bin Surah ibn al-Sakan al-Sulamiyyu, memiliki panggilan Abu Isa al-Tirmidhi al-Ḍarīr al-Ḥāfiẓ. Ia adalah kelompok *Tabi’ al-Atba’* meninggal pada 279 H. Ia mempunyai 216 guru diantaranya: Muḥammad bin Bashār, Muḥammad bin Abi Ḥātim. Juga mempunyai 26 murid diantaranya yaitu: Ḥamād bin Shakīr, Makiy bin Nūh dan murid-murid lainnya.⁹⁵



⁹⁵Al-Mizzī, *Tahdhīb al-Kamāl*, Jilid XXVI, 252.

BAB IV

ANALISIS DAN PEMAKNAAN HADIS TENTANG PUASA SENIN KAMIS

A. Analisis Kualitas dan Kejujahan Hadis Tentang Puasa Senin Kamis

Berikut cara memastikan bagaimana derajat sebuah hadis serta menentukan kejujahan sebuah hadis.⁹⁶

1. Analisis Kualitas Sanad

Berikut ini analisis ke-*ṣahīh*-an sanad hadis riwayat Imam Tirmidhi:

a) Ketersambungan Sanad (*ittiṣāl al-sanad*)

Salah satu ciri sanad yang bersambung yakni apabila periwayat pertama sampai dengan periwayat terakhir terbukti tidak ditemukan adanya periwayat yang samar-samar dan tidak ditutupi.⁹⁷

Berikut ini sanad-sanad dari *mukharrij* hingga kepada Rasulullah SAW:

1) Imam Tirmidhi (w. 279 H) dengan Muḥammad ibn Yaḥya (w. 258 H)

Imam Tirmidhi tercantum ke dalam orang yang meriwayatkan hadis utama pada penelitian ini. Ia meninggal pada 279 H dan tertulis murid dari Muḥammad ibn Yaḥya. Sedangkan Muḥammad ibn Yaḥya sendiri meninggal pada tahun 258 H. Lafadz yang dipergunakan oleh Tirmidhi dalam menyampaikan hadis yaitu *ḥaddthanā*, lafadz *ḥaddthana*

Menurut penguraian diatas, dapat diambil kesimpulan bahwasanya ketersambungan sanad Imam Tirmidhi (w. 279 H) – Muḥammad ibn

⁹⁶Syuhudi Ismail, *Kaidah Kesahihan Sanad Hadis* (Jakarta: Bulan Bintang, 1995), 5.

⁹⁷Yuzaidi, *Metodologi...*, 46.

Yahya (w. 258 H) sebagai perawi terdekatnya, mempunyai sanad yang bersambung.

- 2) Muḥammad ibn Yaḥya (w. 258 H) dengan Abū ‘Āsim (w. 212 H)
- Muḥammad ibn Yaḥya meninggal tahun 258 H. Dia tercatat anak dari Abū ‘Āsim. Sedangkan Abū ‘Āsim meninggal tahun 212 H. Lambang yang dipergunakan oleh Muḥammad ibn Yaḥya menyampaikan sebuah hadis yaitu *ḥaddthanā*

Menurut analisis diatas, dapat diambil kesimpulan bahwasanya Muḥammad ibn Yaḥya (w. 258 H) – Abū ‘Āsim (w. 212 H) memiliki kebersambungan sanad.

- 3) Abū ‘Āsim (w. 212 H) dengan Muhamman ibn Rifā’ah
- Abū ‘Āsim meninggal tahun 212 H. ia anak didik dari Muhamman ibn Rifā’ah. Dengan meninjau data diatas dapat di simpulkan bahwa keduanya sudah berjumpa. Lafadz yang dipakai Abū ‘Āsim ketika menyampaikan hadis yaitu *ḥaddthanā*, lambang periwayatan *ḥaddthana*.

Menurut analisis data diatas, penulis memberikan kesimpulan bahwasanya ketersambungan sanad antara Abū ‘Āsim (w. 212 H)-Muhamman ibn Rifā’ah sebagai perawi terdekatnya, memiliki sanad yang bersambung atau disebut dengan *muttaṣīl*.

- 4) Muḥammad ibn Rifā’ah dengan Suhayl Ibn Abi Ṣāliḥ

Muḥammad ibn Rifā’ah merupakan golongan generasi Ke-7 (*kibār atbā’ al-Tābi’in*). Sedangkan Suhayl Ibn Abi Ṣāliḥ termasuk

golongan generasi ke-6 (*ṣiḡhār al-Ṭabi'īn*). Dengan melihat data di atas dapat diberikan kesimpulan masih memiliki satu ikatan guru dan murid.

Lafadz yang diberikan oleh Muḥammad ibn Rifā'ah dalam meriwayatkan hadis adalah *'an*. Beberapa tokoh mengklasifikasikan lafadz *'an* termuat dalam klasifikasi hadis dhaif yaitu hadis *mu'an'an*. Mereka tertulis masih memiliki satu hubungan murid dan guru dan dipermantapkan lagi keduanya dikenal seorang yang thiqah dan adil.⁹⁸

Menurut analisis tersebut, penulis memberikan kesimpulan bahwasanya ketersambungan sanad antara Muḥammad ibn Rifā'ah dengan Suhayl Ibn Abi Ṣālih terbukti memiliki sambungan sanad.

5) Suhayl Ibn Abi Ṣālih dengan Dhakwān Abu Ṣālih (w. 101 H)

Suhayl Ibn Abi Ṣālih termasuk golongan generasi ke-6 (*ṣiḡhār al-Ṭabi'īn*). Sedangkan Dhakwān Abu Ṣālih generasi ke-3 (*wuṣṭā al-Ṭabi'īn*). Dia meninggal tahun 101 H. Maka bisa disimpulkan bahwasanya mereka pernah berjumpa dan masih dalam satu guru dan murid.

Lafadz yang dipakai Suhayl Ibn Abi Ṣālih ketika menyampaikan hadis adalah *'an*. Ditinjau dari penguraian tersebut, mereka terbukti masih satu hubungan guru dan murid.⁹⁹

⁹⁸Yuzaidi, *Metodologi...*, 47.

⁹⁹Ibid.

Berdasarkan analisis tersebut, penulis menuliskan bahwa Suhayl Ibn Abi Şālih dengan Dhakwān Abu Şālih (w. 101 H) memiliki sambungan sanad.

- 6) Dhakwān Abu Şālih (w. 101 H) dengan Abu Hurairah (w. 57/58/59 H).

Dhakwān Abu Şālih wafat pada tahun 101 H. Dia tercatat anak didik dari Abu Hurairah. Sementara Abu Hurairah meninggal tahun 57 H ada yang mengatakan 58 H dan ada juga yang mengatakan 58 H. Ditinjau dari uraian diatas keduanya masih dalam satu hubungan guru dan murid.

Dhakwān Abu Şālih memberikan sebuah lambang ‘an ketika menyampaikan hadis. Menurut analisis tersebut, dapat diambil kesimpulan bahwasanya Dhakwān Abu Şālih (w. 101 H) dengan Abu Hurairah mempunyai keterkaitan sanad.¹⁰⁰

b) Ke-*thiqah*-an para perawi

Keadilan perawi adalah salah satu persyaratan dalam ke-*ṣahīh*-an sanad hadis. Jika seorang perawi dinilai *thiqah*, maka perawi tersebut berhasil memenuhi dua syarat ke-*ṣahīh*-an hadis yaitu keadilan dan ke-*dhabit*-an. Berikut ini adalah data hadis utama pada penelitian ini:

No	Nama Perawi	<i>Jarḥ wa Ta’dīl</i>
1	Abu Hurairah	Ṣahabat
2	Dhakwān Abu Şālih	Ibnu Ḥajar dan al-Dhahabi memberi penilaian <i>thiqah</i> .

¹⁰⁰Ibid.

3	Suhayl Ibn Abi Ṣāliḥ	Ibnu Ḥajar menilainya Ṣadūq. Al-Dhahabi menilainya <i>thiqah</i> . Begitu juga dengan Ibnu Ma‘in dan Abu Hatim.
4	Muḥammad Ibn Rifā‘ah	Ibnu Ḥajar menilainya Maqbūl
5	Abū ‘Aṣim	Ibnu Ḥajar menilainya <i>thiqah</i> begitu juga dengan al-Dhahabi dan ‘Umar ibn Shubah
6	Muḥammad Ibn Yaḥya	Ibnu Ḥajar, al-Dhahabi, Abu Dawud dan Abu Hatim menilainya <i>thiqah</i> .
7	Al-Tirmidhi	<i>Mukharrij</i>

Dari data diatas, bisa diketahui mayoritas rawi mendapatkan penilaian *thiqah* oleh para ulama’. Suhayl ibn Abi Ṣāliḥ dinilai *ṣaduq* oleh Ibnu Ḥajar. Biarpun salah seorang rawi ada yang mendapat nilai *ṣaduq*. tetapi tidak ditemukan satu pun rawi yang mendapat nilai jelek oleh para ulama’. Telah dibuktikan bahwa para perawi dalam sanad hadis tentang puasa senin kamis ini memiliki status ‘*ādil* dan *ḍabit*.

c) Tidak mengandung *Syadz*

Sanad *ṣahīḥ* ialah yang terhindar dari *syadz*. Hadis ini ditemukan mempunyai banyak jalan riwayat diantaranya: Abu Dawud, Imam Aḥmad, Imam Muslim dan Ibnu Mājah. Dari sini terlihat terhindar dari matan yang berselisih, menunjukkan riwayat ini tidak tunggal dan juga tidak berselisih dengan rawi *thiqah*. Maka dapat disimpulkan bahwa hadis ini terhindar dari *syadz*.

d) Terhindar dari *illat*

'illat merupakan penyebab terletaknya pada hadis yang tampak sahih, akan tetapi menyimpan kecacatan yang dapat merusak pada kesahihan hadis. Pada jalur periwayatan Imam Tirmidhi mulai dari Muhammad Ibn Yahya, Abū 'Aṣim, Muḥammad Ibn Rifā'ah, Suhayl Ibn Abi Ṣāliḥ, Dhakwān Abu Ṣāliḥ dan Abu Hurairah sampai dengan Nabi Muḥammad tidak ditemukannya rusak yang tersembunyi.

2. Analisis Kualitas Matan

Dapat dikatakan *ṣahīh* apabila matan hadis telah terpenuhi dua persyaratan yakni bebas dari *syadz* dan 'illat. Berdasarkan beberapa pendapat para ulama' matan hadis yang sahih diantaranya:

a) Matan hadis tidak berselisih dengan Al-Qur'an

Hadis tentang puasa senin kamis yang memuat mengenai pengaruh puasa senin kamis pada kesehatan ini sejalan dengan surat Al-Baqarah ayat 183

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلَى الَّذِينَ مِن قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ

Hai orang-orang yang beriman, wajib bagimu untuk menjalankan puasa sebagaimana yang diwajibkan atas orang-orang sebelum kamu agar kamu bertakwa.¹⁰¹

Berdasarkan ayat diatas selain diperintah untuk melakukan puasa bagi orang-orang yang beriman. Puasa juga berpengaruh bagi kesehatan baik kesehatan fisik maupun kesehatan mental, dalam hal ini kesehatan fisik adalah memuat semua bagian pencernaan yang terdapat pada tubuh. Ada beberapa kotoran yang rusuh di dalam tubuh seperti tinja dan

¹⁰¹Q.S Al-Baqarah:183

air kencing. Dengan melaksanakan puasa sunah dapat mengontrol jumlah makanan yang masuk ke dalam tubuh. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwas puasa berpengaruh/berdampak bagi kesehatan tubuh manusia.

b) Matan hadis tidak berselisih dengan hadis shahih.

Hal ini dapat ditinjau lewat periwayat lain yaitu Sunan Al-Nasa'i dan Sunan Ibnu Mājah.

1) Sunan Al-Nasa'i No. Indeks 2186

أَخْبَرَنِي عَمْرُو بْنُ عُثْمَانَ، عَنْ بَقِيَّةَ، قَالَ: حَدَّثَنَا بَجِيرٌ، عَنْ خَالِدٍ، عَنْ جُبَيْرِ بْنِ نُفَيْرٍ، أَنَّ رَجُلًا سَأَلَ عَائِشَةَ، عَنِ الصِّيَامِ، فَقَالَتْ: «إِنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ كَانَ يَصُومُ شَعْبَانَ كُلَّهُ، وَيَتَحَرَّى صِيَامَ الْاِثْنَيْنِ وَالْخَمِيسِ»¹⁰²

Telah mengabarkan kepadaku Amr bin Utsman dari Baqiyyah dia berkata telah menceritakan kepada kami Bahir bin Khalid dari Jubair bin Nufair bahwasanya ada seorang laki-laki bertanya kepada Aisyah dan ia menjawab “sesungguhnya Rasulullah SAW melakukan puasa di bulan sya’ban satu bulan penuh dan lebih memilih melakukan puasa pada hari senin dan kamis.

2) Sunan Ibnu Mājah No. Indeks 1739

حَدَّثَنَا هِشَامُ بْنُ عَمَّارٍ قَالَ: حَدَّثَنَا يَحْيَى بْنُ حَمْزَةَ قَالَ: حَدَّثَنِي ثَوْرُ بْنُ يَزِيدَ، عَنْ خَالِدِ بْنِ مَعْدَانَ، عَنْ رَبِيعَةَ بْنِ الْعَازِ، أَنَّهُ سَأَلَ عَائِشَةَ عَنْ صِيَامِ رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فَقَالَتْ: كَانَ «يَتَحَرَّى صِيَامَ الْاِثْنَيْنِ وَالْخَمِيسِ»¹⁰³

Telah menceritakan kepada kami Hisyam bin Amar berkata telah menceritakan kepada kami Yahya bin Hamzah berkata telah menceritakan kepadaku Tsaury bin Yazid dari Khalid bin Ma’dan dari Rabi’ah al Ghaz bahwasanya ia bertanya kepada Aisyah tentang puasanya Rasulullah SAW, dan Aisyah pun menjawab “beliau selalu melakukan puasa pada hari senin dan kamis.”

¹⁰²Abd al-Rahman Aḥmad ibn Shu’ayb al-Nasā’ī, *Sunan al-Nasā’ī*, Vol. 4, (Halb: Maktabah al-Maṭbū’ah al-Islamiyyah), 152, 2186.

¹⁰³Ibnu Mājah Abū ‘Abd Allāh Muḥammad Ibn Yazīd al-Quzwaynī, *Sunan Ibnu Mājah*, Vol. 1 (Halb: Dār Iḥyā’ al-Kutub al-‘Arabiyyah, tt), 553, 1739.

Dari dua hadis diatas mempunyai maksud yang sama dengan riwayat Tirmidhi nomor indeks 747, yang membedakan hanya dari segi redaksinya saja. Hal ini tidak mengubah makna matannya berselisih dengan hadis yang lain.

- c) Matan hadis tidak berselisih dengan akal sehat, indera, dan fakta sejarah.

Buku yang berjudul membumikan alquran karya Quraish Shihab mengungkapkan bahwasanya cara untuk mengontrol diri dan peningkatan potensi salah satunya dengan puasa. Dengan maksud agar bisa membentuk dirinya dengan cara meneladani sifat-sifat Allah. Kemudian dalam tafsir Aisar al-Tafasir juga disebutkan bahwa setelah Nabi melakukan hijrah ke Madinah yang dimana saat itu madinah telah mempunyai skema pemerintahan yang sepadan. Nabi Muhammad mulai menerapkan hukum qisas, melakukan wasiat untuk selalu beriman kepada Allah, dan memerintahkan umatnya untuk senantiasa melakukan ibadah puasa sebagaimana perintah yang terdapat dalam surat al-Baqarah ayat 183. Kewajiban ini dimulai pada tahun kedua hijriyah.

- d) Sistematika bahasa matan hadis menunjukkan ciri lafal kenabian.

Semasa hidupnya Nabi Muhammad senantiasa selalu mengaplikasikan gaya hidup yang sederhana dan tidak berlebih-lebihan. Nabi menjadikan puasa sebagai salah satu amalan ibadah yang mempunyai banyak manfaat juga menyehatkan bagi tubuh. Tidak hanya melakukan puasa wajib tetapi nabi juga melakukan puasa sunah. Salah

satu cara nabi menjaga tubuh agar tetap sehat yaitu dengan cara berpuasa secara istiqomah.

Dapat disimpulkan bahwasanya ditinjau dari sisi sanad sudah mencukupi ke-*ṣahīh*-an sanad hadis seperti sanad yang bersambung (*ittisal al-sanad*), terhindar cacat atau *syudzudz*, namun pada penilaian ke-*ḍabit*-an telah ditemukan salah seorang perawi yaitu Suhayl Ibn Abi Ṣāliḥ mendapat penilaian *ṣadūq*. Kemudian matan sudah mencukupi semua syarat ke-*ṣahīh*-an matan sesuai ketentuan para ulama telah ditetapkan. Dari sini dapat diambil kesimpulan hadis ini mempunyai tingkatan hadis *ḥasan li dzatihi*. Namun hadis riwayat Tirmidhi ini mempunyai penguat serta pendukung hadis lain. Maka statusnya berubah menjadi hadis *ṣahīh li ghairih*.

3. Analisis Kehujjahan Hadis

Apabila hadis sudah mencukupi syarat ke-*ṣahīh*-an hadis maka dapat diamalkan dan dijadikan sebuah hujjah. Menurut uraian diatas, hadis riwayat Tirmidhi mempunyai tingkatan *ṣahīh li ghairih*. Menunjukkan bahwasanya hadis ini dapat dibuat sebagai *hujjah*.

Ditinjau dari sisi penerapan hadis tentang puasa senin kamis ini kadungan atau isinya tidak bertentangan dengan hadis lain. Dalam hal ini hadis tentang puasa senin kamis termasuk kedalam derajat *maqbul ma'mūn bih* ialah hadis yang diterima dan bisa terapkan.

B. Analisis Pemaknaan Hadis

Berikut agar menghasilkan pemahaman hadis dengan mendalam, diantara melakukan analisis pemaknaan hadis tentang pengaruh puasa senin kamis bagi kesehatan riwayat Tirmidhi:

1. Prinsip Konfirmatif

Dasar ini mewajibkan agar kandungan atau isi hadis dapat dihubungkan dengan alquran yang masih signifikan. Hadis tentang pengaruh puasa senin kamis bagi kesehatan ini searah dengan firman Allah dalam surat Al-Baqarah ayat 183-185

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلَى الَّذِينَ مِن قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ ۗ وَمَن كَانَ مِنكُم مَّرِيضًا أَوْ عَلَى سَفَرٍ فَعِدَّةٌ مِّنْ أَيَّامٍ أُخَرَ ۗ وَعَلَى الَّذِينَ يُطِيقُونَهُ ۖ فِدْيَةٌ طَعَامٌ مِّسْكِينٍ ۚ فَمَن تَطَوَّعَ خَيْرًا فَهُوَ خَيْرٌ لَّهُ ۗ وَأَن تَصُومُوا خَيْرٌ لَّكُمْ إِن كُنتُمْ تَعْلَمُونَ ۗ شَهْرُ رَمَضَانَ الَّذِي أُنزِلَ فِيهِ الْقُرْآنُ هُدًى لِّلنَّاسِ وَبَيِّنَاتٍ مِّنَ الْهُدَىٰ وَالْفُرْقَانِ ۚ فَمَن شَهِدَ مِنْكُمُ الشَّهْرَ فَلْيَصُمْهُ ۗ وَمَن كَانَ مَرِيضًا أَوْ عَلَى سَفَرٍ فَعِدَّةٌ مِّنْ أَيَّامٍ أُخَرَ ۗ يُرِيدُ اللَّهُ بِكُمُ الْيُسْرَ وَلَا يُرِيدُ بِكُمُ الْعُسْرَ ۗ وَلِتُكْمِلُوا الْعِدَّةَ وَلِتُكَبِّرُوا اللَّهَ عَلَىٰ مَا هَدَيْكُم ۗ وَلَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ

Wahai orang-orang yang beriman, diwajibkan atas kamu untuk melakukan puasa sebagaimana yang telah diwajibkannya atas orang-orang sebelum kamu bertakwa yaitu dalam beberapa hari tertentu. Barangsiapa diantara kamu ada yang sedang dalam keadaan sakit atau sedang dalam perjalanan jauh kemudian ia berbuka maka wajib baginya untuk berpuasa sebanyak yang telah ditinggalkannya itu. Dan wajib bagi orang-orang yang berat menjalankan puasa atau jika mereka tidak berpuasa membayar fidyah yaitu memberi makan orang-orang miskin. Barangsiapa yang dengan rela hati mengerjakan baikan itu maka itulah yang lebih baik darinya. Dan berpuasa lebih baik jika kamu mengetahuinya beberapa hari yang telah ditentukan yaitu puasa bulan Ramadhan, bulan yang didalamnya diturunkannya alquran sebagai petunjuk bagi manusia dan penjelasan-penjelasan mengenai petunjuk itu dan pembeda antara hak dan batil. Karena itu barangsiapa yang hadir ditempat tinggalnya hendaklah berpuasa dibulan itu. Dan barangsiapa yang sakit maka wajib berpuasa sebanyak hari yang ditinggalkannya itu di hari lain. Allah menghendaki

kemudahan bagimu dan tidak menghendaki kesukaran bagimu. Dan hendaklah kamu mencukupkan bilangannya dan hendaklah kamu mengagungkan Allah atas petunjuk-Nya yang telah diberikan kepadamu, agar kamu bersyukur.¹⁰⁴

Di dalam ayat diatas ini tidak dijelaskan secara langsung pengaruh puasa senin kamis pada kesehatan. Akan tetapi ayat diatas masih signifikan karena masih satu tema yakni sama sama membahas tentang puasa. Mengacu kepada uraian diatas, maka terbukti bahwasanya hadis tentang pengaruh puasa senin kamis bagi kesehatan mempunyai aspek kecocokan dengan isi kandungan Al-Qur'an.

2. Prinsip Tematis Komprehensif

Agar memperoleh pemaknaan hadis yang mendalam, perlu adanya untuk meninjau hadis lainnya yang dirasa masih signifikan. Berikut hadis riwayat Muslim nomor indeks 2565.

(2565) حَدَّثَنَا قُتَيْبَةُ بْنُ سَعِيدٍ، عَنْ مَالِكِ بْنِ أَنَسٍ، فِيمَا قُرِئَ عَلَيْهِ، عَنْ سُهَيْلٍ، عَنْ أَبِيهِ، عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ، أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، قَالَ: " تَفْتَحُ أَبْوَابُ الْجَنَّةِ يَوْمَ الْإِثْنَيْنِ، وَيَوْمَ الْخَمِيسِ، فَيَعْفَرُ لِكُلِّ عَبْدٍ لَا يُشْرِكُ بِاللَّهِ شَيْئًا، إِلَّا رَجُلًا كَانَتْ بَيْنَهُ وَبَيْنَ أَخِيهِ شَحَاءٌ، فَيَقَالُ: أَنْظِرُوا هَذَيْنِ حَتَّى يَصْطَلِحَا، أَنْظِرُوا هَذَيْنِ حَتَّى يَصْطَلِحَا، أَنْظِرُوا هَذَيْنِ حَتَّى يَصْطَلِحَا"¹⁰⁵

Telah menceritakan kepada kami Qutaibah bin Sa'id dari Malik bin Anas dari apa yang telah dibacakan kepadanya dari Suhail dari bapaknya dari Abu Hurairah bahwa Rasulullah SAW bersabda: sesungguhnya pintu-pintu surga telah dibuka pada hari senin dan kamis. Semua dosa hamba yang tidak menyekutukan Allah akan diampuni, kecuali bagi orang yang dengan saudaranya terdapat kebencian dan perpecahan. Lalu dikatakan tangguhkanlah dua orang ini hingga mereka berdamai, tangguhkanlah orang ini sampai berdamai.

¹⁰⁴Cv Mubarakatan Thoyyibah, QS Al-Baqarah/183-185.

¹⁰⁵Muslim Ibn al-Hajjāj Abū al-Ḥasan al-Qushayrī al-Naysābūrī, *Ṣaḥīḥ Muslim*, Vol. 4, No. Indeks 2565 (Beirut: Dār Iḥyā' al-Turāth al-'Arābī, tth),1987.

Hadis diatas menjadi hadis pendukung terhadap hadis tentang pengaruh puasa senin kamis bagi kesehatan. Sebab secara tidak langsung hadis tersebut memberikan pengetahuan tentang pentingnya puasa senin kamis yang mana hal itu juga akan berpengaruh bagi kesehatan tubuh seseorang.

3. Pemahaman Linguistik

Dasar ini digunakan agar dapat menelaah dengan memakai bahasa hakiki ataupun majazi. Prinsip linguistik ini menitik beratkan untuk mengupas makna per kata sedang di jadikan ojek pemaknaan. Agar dapat memahami kaidah kebahasaan perlu adanya syarah dari Sunan al-Tirmidhi yaitu *Tuḥfah al-Aḥwadhī* karya Imam al-Mubārakfūrī.

Dideskripsikan bahwa kata (تُعْرَضُ الْأَعْمَالُ) mencakup amal-amal perbuatan baik yang baik maupun buruk manusia. Adapun kata (فَأُحِبُّ) bermakna saya lebih suka atau mencintai. Kata (أَنْ يُعْرَضَ عَمَلِي وَأَنَا صَائِمٌ) maksud dari kata tersebut Rasulullah sedang berpuasa ketika semua catatan amal diserahkan kepada Allah SWT. Kemudian Ibn al-Mulk berkata, dan ini tidak bertentangan dengan apa yang dia (Muhammad) ketika amal diambil pada malam sebelum amal siang, dan amal siang diambil sebelum amal malam, untuk membedakan keduanya (amal siang dan malam) Karena amal dikumpulkan selama seminggu dan disajikan selama dua hari tersebut. Setiap mukmin akan diampuni kecuali

seorang makhluk yang ada permusuhan antara dia dan saudaranya, dan dikatakan, “Tunggu sampai keduanya berdamai.”¹⁰⁶

Melihat ulasan linguistik diatas, bisa ditentukan bahwasanya pengaruh puasa senin kamis bagi kesehatan pada kitab Sunan al-Tirmidhi nomor indeks 747 memakai bahasa majazi, misal apabila dimaknai dengan makna hakiki atau dengan pemahaman tektual tidak akan menghasilkan pemahaman secara mendalam. Maka dari itu hadis ini memakai pemahaman kontekstual dengan maksud hadis tersebut merupakan pentingnya melakukan puasa senin kamis karena pada saat itu semua perbuatan amal baik maupun buruk manusia di setorkan kepada-Nya yang mana ketika berpuasa itu pasti akan berpengaruh pada kesehatan fisik fisik maupun mental. Karena respon setiap individu berbeda-beda ada yang dengan berpuasa merasa tubuh menjadi sehat ada juga yang dengan berpuasa tubuh menjadi terasa sakit dan lemas.

4. Prinsip Historis

Alasan atau motif turunnya hadis ini dapat ditinjau melalui syarah atau isi kandungan tersebut. Hadis mengenai puasa senin kamis ini tidak diuraikan secara detail. Namun pada suatu hari ada seorang sahabat yang bertanya kepada Rasulullah SAW ” Ya Rasulullah, mengapa engkau berpuasa pada hari Senin dan Kamis?” Seketika Baginda Rasulullah pun menjawab “Ketahuilah saudaraku, hari Senin dan Kamis adalah hari dimana aku dilahirkan, hari aku diutus, serta di hari itu wahyu diturunkan untukku”. Selanjutnya, sahabat

¹⁰⁶Muhammad ‘Abd al-Rahman ibn ‘Abd al-Rahim al-Mubarakfuri, *Tuḥfah al-Aḥwadhī bi Sharḥ Jāmi al-Tirmidhī*, Vol. 10 (Beirut: Dār al-Kutub al’Ilmiyyah,1353)

tersebut bertanya kembali, “Lalu bagaimana dengan hari Kamis Ya Rasulullah” “Apakah istimewanya hari itu?” tanya sahabat Rasulullah lagi. Dalam hal ini, Baginda Rasulullah menjawab dengan tenang. “Tahukah kamu saudaraku, bahwa pada hari itu (hari Kamis), semua amal ibadah manusia akan dikumpulkan di hadapan Allah oleh para Malaikat. Tidakkah engkau merasa bahagia apabila di saat amalmu sedang diperiksa, engkau sedang dalam keadaan beribadah kepada-Nya?”. Substansi yang terkandung di dalam hadis tersebut pada dasarnya berisikan tentang kabar Rasulullah puasa hari senin adalah bentuk rasa syukur kepada Allah SWT sebab beliau lahir dihari senin.¹⁰⁷

5. Prinsip Realistik

Puasa senin kamis adalah salah satu ibadah sunah yang sering dilakukan oleh Rasulullah. Semua amal perbuatan baik amal yang baik maupun yang buruk akan disetorkan kepada Allah SWT yang bertepatan pada hari senin dan hari kamis. Oleh karena itulah alasan mengapa puasa sebaiknya dilakukan secara rutin pada hari Senin dan Kamis bagi umat muslim sesuai dengan yang telah dicontohkan Nabi Muhammad SAW.

6. Prinsip Distingsi Etis dan Legis

Hadis tidak selalu di pahami dengan validitas yang memiliki nilai atau aturan, akan tetapi hadis juga mengandung nilai-nilai etis di dalamnya. Seperti hadis tentang puasa senin kamis di dalamnya mengandung nilai-nilai sosial diantaranya dapat memunculkan nilai kedudukan/persamaan antara kaum

¹⁰⁷Ahmad Karomi, “Puasa Senin dan Kamis : Sebuah Tealaah Ma’anil Hadith”, Legitima: Vol. 1, No. 1, (2018), 90.

muslim bahwa mereka adalah umat yang sama dalam hal beragama islam akan makan di waktu yang sama jika berpuasa. Selain itu puasa juga dapat menumbuhkan kepribadian yang positif dalam diri seseorang seperti sifat religius, jujur, tanggung jawab dan peduli terhadap sesama.

7. Prinsip *wasilah* dan *ghayah*

Dalam hal ini ada prasarana temporal dan partikular agar mendapatkan suatu (*wasīlah*) dan sebuah tujuan yang ingin di capai (*ghāyah*). Ditinjau dari sunan al-Tirmidhi nomor indeks 747 mempunyai dua tujuan yang signifikan dengan kajiannya berkaitan dengan ajakan untuk berpuasa senin kamis. Pertama, Allah sudah menetapkan bahwa setiap manusia yang hidup pasti akan diperiksa atau di hisab. Di mana hari penghitungan amalan manusia tersebut biasanya akan dilakukan pada hari Senin dan Kamis. Hal itu memiliki maksud bahwa selama manusia hidup di Bumi, ada malaikat Rakib dan Atid yang selalu mencatat segala perbuatan baik dan buruknya manusia dan akan diserahkan hasil catatan tersebut kepada Allah pada dua hari istimewa tersebut. Pada saat proses pemeriksaan tersebut, seorang muslim akan dicatat amalan baiknya. Selama mereka berbuat kebaikan maka akan dihapus atau diampuni semua dosanya. Namun, pengampunan tersebut tidak berlaku untuk seorang hamba yang bermusuhan.

Kedua, berpuasa hari Senin dan Kamis yang bisa seorang muslim atau muslimah dapatkan adalah kesehatan yang optimal. Berpuasa dapat menjadi salah satu jalan alternatif berobat bagi orang-orang yang mengalami masalah kesehatan. Dengan mengurangi dan mengontrol makan dan minum serta

menjaga perasaan agar tetap positif, maka secara tidak langsung manusia dapat memiliki kesehatan yang lebih baik. Puasa juga dapat mencegah manusia untuk makan secara berlebihan. Oleh karena itu, berpuasa dapat menjadi solusi bagi orang yang mempunyai tubuh tidak sehat untuk mengaplikasikan gaya hidup dengan cara makan secukupnya. Selain itu, manfaat puasa hari Senin dan Kamis yang baik bagi kesehatan dapat menjadi detoks alami bagi sistem pencernaan manusia. Apabila seseorang melaksanakan puasa, hal itu dapat membuat sistem pencernaan pada manusia menjadi istirahat sehingga bisa dapat bekerja dengan optimal ketika digunakan lagi. Tidak hanya itu, puasa juga bisa digunakan untuk menurunkan tekanan darah tinggi. Darah tinggi bisa menjadi peluang menjadi penyebab sakit jantung. Oleh karena itu, puasa mampu menahan emosi dan dapat membuat emosi menjadi lebih stabil. Sebenarnya, keutamaan dan manfaat dari puasa Senin Kamis ini sangat banyak. Terlebih lagi, puasa hari Senin dan hari Kamis tergolong merupakan puasa yang ringan dan tentunya lebih mudah dilakukan oleh siapa saja.

C. Puasa senin kamis terhadap kesehatan holistik

Membahas terkait pengaruh puasa senin kamis bagi kesehatan sebagaimana yang telah di jelaskan di bab sebelumnya. Puasa sunah yang kerap dijalankan dan digambarkan oleh Nabi Muhammad adalah puasa pada hari senin dan kamis. Selain itu, senin dan kamis merupakan hari spesial, oleh karena itu Rasulullah SAW senantiasa memelihara sunah pada hari ini. Namun, apabila amalan puasa sunnah kemudian diwajibkan maka hal itu dapat memberatkan seseorang yang menjalankannya. Beberapa tokoh islam berkata setiap orang diberikan pilihan

untuk melakukan puasa sunah dan mempunyai hak untuk menentukan keputusan atau membatalkannya. Apabila ada seorang yang sedang melakukan berpuasa sunah dan ingin membatalkannya maka tidak dikenakan atau tidak diwajibkan untuk menggantinya.¹⁰⁸

Puasa senin dan kamis merupakan dorongan untuk melakukan kebaikan dalam hidup. Apabila tubuh dalam kondisi keroncongan tidak selalu seorang akan kekurangan tenaga untuk melakukan beberapa suatu tindakan. Nafsu untuk melakukan suatu tindakan memiliki peluang lebih besar imajinatif. seseorang yang melakukan puasa mempunyai ketakutan yang tinggi agar tidak menyerah dan tidak boleh putus asa. Tetapi beberapa orang selalu mengeluh apabila memperoleh pekerjaan tambahan atau pekerjaan yang berat dan menjadi menyerah apabila yang diharapkan tidak sebanding dengan keinginannya. Apabila puasa senin kamis tidak termasuk ibadah maka menahan dalam hal lapar dan haus tidak mungkin ada maknanya.

Beberapa ulama juga mengungkapkan bahwasanya tidak sedikit orang-orang yang melakukan puasa masih sering berbuat dosa seperti suka ghibah, fitnah, gosip dan lain sebagainya. Dan mata yang sering melihat sesuatu yang dilarang. Telinga dipakai untuk mendengarkan diharamkan Allah. Namun dalam praktiknya ia secara tak langsung menghancurkan semangat puasa dan melemahkan kekuatannya.

¹⁰⁸Diana Sari, "Intensitas Melakukan Puasa Senin Kamis dan Kecerdasan Emosional", Jurnal RAP UNP, Vol. 9, No. 1, 2018

Puasa senin kamis menurut ulama Wahbah Az-Zuhayli, dalam kategori beribadah umat muslim tak hanya melaksanakan segala sesuatu hal yang telah diwajibkan kepadanya saja. Akan tetapi, salah satu wujud ibadah selain ibadah yang diwajibkan umat muslim yang dapat dilaksanakan ialah puasa senin kamis. Beberapa orang yakin bahwa hari senin dan hari kamis mempunyai suatu keutamaan sendiri jika dibandingkan dengan hari-hari lainnya. Di dalam alquran maupun hadis sudah diuraikan secara jelas dan terang akan pentingnya melakukan ibadah puasa senin kamis.

Oleh sebab itu, kita sebagai warga negara indonesia yang kebanyakan menganut madzab syafi'iyah atau yang sering disebut dengan madzab imam Syafi'i. Seperti amalan pada umumnya seperti puasa sunah senin dan kamis mengharuskan untuk niat diarahkan dengan yang lebih baik dan diridhai oleh Allah. Apabila niat yang baik merupakan salah satu syarat diterimanya sebuah amalan. Dari sini dapat dilihat bahwa tidak ada hubungan atau diwajibkan bahwasanya puasa yang satu harus diikuti dengan puasa yang lain, sehingga sering terjadi juga dalam waktu seminggu hanya melakukan puasa di hari senin atau hari kamis saja. Adapun pengaruh dari puasa senin kamis dalam perspektif psikologi dan kesehatan bagi tubuh sebagai berikut:¹⁰⁹

1) Implikasi terhadap penyakit mental

Setiap ujian yang datang kepada setiap manusia dapat melahirkan munculnya beberapa penyakit mental pada tubuh manusia. Maka disini

¹⁰⁹Ahmad bin Abdullah Azizi Al-Husain, *Ruh Puasa dan Maknanya* (Surabaya: Pustaka eIBA, 2008), 433.

datanglah beberapa hikmah melakukan puasa sunah. Dengan berpuasa dapat menjadikan tubuh menjadi relax terhadap aktivitas sehari-hari dan menciptakan ketenangan dalam tubuh, serta dapat menjadikan hidup terasa lebih damai. Dikarenakan pada saat melaksanakan puasa biasanya aktivitas lebih tertutup. Dapat terhindar dari maksiat-maksiat. Dapat melatih diri dan senantiasa kuat ketika menghadapi segala permasalahan hidup. Apabila seorang muslim berpuasa ia senantiasa berada dalam kepercayaan bahwa ia dalam penjagaan Allah Swt, dan secara tidak langsung ia akan merasa sangat dekat kepada-Nya. Dalam hal ini ia akan merasa bahwa setiap tindakan apapun itu diawasi Allah yang maha mengetahui lagi maha melihat. Jadi apabila dihitung berbagai macam penyakit psikologi bisa diobati dengan cara berpuasa, berikut penulis menyebutkan beberapa diantaranya yaitu:

a. Penyembuhan sifat egois

Sifat egois adalah sifat yang lebih mementingkan keinginannya terhadap dirinya sendiri sangat besar. Sehingga ia selalu merasa bangga kepada dirinya, sangat mencintai dirinya, suka menguasai segala sesuatu baik dari hal yang kecil maupun yang besar, serta ingin menguasai hak orang lain, dan menjadi serakah dan kikir. Maka dari itu puasa dapat membenahi akhlak dan watak kepribadian terhadap orang lain. Sehingga kita beranggapan bahwa kita sedang berada dalam fase kepribadian orang lain, bukan kepribadian diri kita yang biasanya. Karena puasa dapat membuat seseorang terletak pada kondisi suka berkorban, memberi dan mengutamakan orang lain daripada dirinya sendiri. Juga mengutamakan hal-hal yang dapat menjadikan orang

lain senang. Dan akhirnya ia membunji kepada manusia dengan membawa jiwa yang ridha, padahal sebelumnya itu jiwanya sangat serakah dan rakus ketika sedang tidak berpuasa. Ini semua dilaksanakan karena demi mengharapkan sebuah pahala. Dan juga karena mengamalkan hadis Rasulullah SAW yang berbunyi:

حَدَّثَنَا هَنَادٌ قَالَ: حَدَّثَنَا عَبْدُ الرَّحِيمِ بْنُ سُلَيْمَانَ، عَنْ عَبْدِ الْمَلِكِ بْنِ أَبِي سُلَيْمَانَ، عَنْ عَطَاءٍ، عَنْ زَيْدِ بْنِ خَالِدِ الْجُهَنِيِّ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: «مَنْ فَطَرَ صَائِمًا كَانَ لَهُ مِثْلُ أَجْرِهِ، غَيْرَ أَنَّهُ لَا يَنْقُصُ مِنْ أَجْرِ الصَّائِمِ شَيْئًا»: «هَذَا حَدِيثٌ حَسَنٌ صَحِيحٌ»¹¹⁰

Telah menceritakan kepada kami Hanad telah menceritakan kepada kami Abdurahim dari Abdul Malik bin Abu Sulaiman dari Atha' dari Zaid bin Khalid al Juhani berkata Rasulullah SAW bersabda: “barangsiapa yang memberi makan orang yang berbuka maka dia akan memperoleh pahala seperti pahalalah orang yang berpuasa tanpa mengurangi pahala orang yang berpuasa sedikitpun.”

Apabila menghadapi mengenai kepedihan seseorang yang kesusahan dalam memperoleh makan dan ikut mengalami keadaannya dengan artian tidak sengaja ketika dalam fase puasa maka harapan atau nafsu lebih menurun. Jadi mengerti rasa kepedihan seseorang, maka secara tidak langsung dapat menurunkan keegoisannya.¹¹¹

b. Penyembuhan sifat amarah dan menahan emosi

Puasa bisa menciptakan prasangka baik pada seseorang karena dalam kondisi lebih dekat dengan Allah SWT, dan siapa yang bisa menggapai tujuan tersebut maka secara langsung hatinya kembali, juga

¹¹⁰Muhammad Ibn `Isa Ibn Sawrah Ibn Mūsā Ibn al-Daḥāk al-Tirmīdhī, *Sunan al- Tirmīdhī*, Vol. 3, No. Indeks 807 (Mesir: Maktabah Mustafā al-Bābī al-Ḥalbī, 1975), 162.

¹¹¹ Al-Husain, *Ruh...*, 433.

dapat melatih mental serta jiwanya. Ketika sedang puasa seseorang menjadikan aspirasi senantiasa menggunakan waktu sebaik mungkin dengan mengaji, mengerjakan sholat sunah, berdzikir, memperbanyak berdzikir, sholawat, penolong, tidak ghibah, selalu bersyukur dengan segala nikmat-Nya. Bagi orang yang sedang menjalankan ibadah puasa dihindarkan dari sifat bohong, menjadi orang yang pelit. Segala sifat-sifat tidak terpuji ini tidak diperkenankan dalam kehidupan sehari-hari. Namun pada saat berpuasa perbuatan itu di larang, sebagaimana Rasulullah bersabda:

حَدَّثَنَا آدَمُ بْنُ أَبِي إِيَاسٍ، حَدَّثَنَا ابْنُ أَبِي ذَنْبٍ، حَدَّثَنَا سَعِيدُ الْمُقْبِرِيِّ، عَنْ أَبِيهِ، عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ، قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: «مَنْ لَمْ يَدَعْ قَوْلَ الزُّورِ وَالْعَمَلَ بِهِ، فَلَيْسَ لِلَّهِ حَاجَةٌ فِي أَنْ يَدَعَ طَعَامَهُ وَشَرَابَهُ»¹¹²

Telah menceritakan kepada kami Adam bin Iyas telah menceritakan kepadakami ibu Abi Dza'bi telah menceritakan kepada kami Sa'id al Ma'bari dari bapaknya dari abu Hurairah berkata Rasulullah SAW bersabda:”barangsiapa yang tidak meninggalkan ucapan maupun perbuatan keji maka Allah tidak butuh orang itu meninggalkan makan serta minumannya.”

Menahan diri dari segala hal yang diharuskan kepada orang yang melakukan puasa baik dari segi mental, maupun tindakan perilaku yaitu dimulai dari menahan makan, minum, berkata yang tidak baik, sehingga menahan emosi dari ejekan orang lain. semua itu dapat menjadikan diri seseorang sangat terlatih dalam menghadapi berbagai pengaruh dari luar yang masuk ke dalam tubuh dan emosi yang sangat berkaitan dengan

¹¹²Muhammad ibn Ismā'īl ibn Abū 'Abd Allāh al-Bukhārī al-Ja'fī, *Ṣaḥīḥ al-Bukhārī*, No. Indeks: 1903, Vol. 3 (Beirut: Dār Ṭawq al-Najāh, 1422), 26.

jaringan dalam otak. Saat semua bisa menahan segala pengaruh luar yang akan masuk kedalam emosionalnya, berarti ia mampu untuk sampai pada titik *level sensory deprivation* (level dimana seseorang bisa mereduksi stimulasi yang berasal dari salah satu atau beberapa indranya).¹¹³

c. Penyembuhan problematika pergaulan bebas bagi pemuda

Pemuda merupakan penunjang dan pilar yang kuat bagi masyarakat dan bangsa. Mereka adalah aset yang cemerlang dan masa depan yang gemilang. Karena itu beberapa orang sangat memperhatikan pemudanya. Namun ada saatnya masalah terberat yang harus dihadapi adalah nafsu seksual yang mana bila sudah mencapai titik puncaknya pada salah satu tingkatan umur pemuda maupun pemudi. Tubuh mereka pada masa ini menghadapi beberapa perubahan fisiologi yang bermacam-macam bentuknya. Seperti tanda-tanda baligh, munculnya gejala nafsu seksual, banyak memikirkan perilaku seks dan cara mengatasinya. Untuk mengatasinya maka datanglah islam yang memberikan solusi bagi masalah besar yang diderita oleh para pemuda, sebagaimana sabda Rasulullah Saw:

حَدَّثَنَا عَبْدَانُ، عَنْ أَبِي حَمْزَةَ، عَنِ الْأَعْمَشِ، عَنِ إِبْرَاهِيمَ، عَنْ عَلْقَمَةَ، قَالَ: بَيْنَا أَنَا أُمِّشِي، مَعَ عَبْدِ اللَّهِ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ، فَقَالَ: كُنَّا مَعَ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، فَقَالَ: «مَنْ اسْتَطَاعَ الْبَاءَةَ فَلْيَتَزَوَّجْ، فَإِنَّهُ أَعْضُ لِلْبَصْرِ، وَأَحْصَنُ لِلْفَرْجِ، وَمَنْ لَمْ يَسْتَطِعْ فَعَلَيْهِ بِالصَّوْمِ، فَإِنَّهُ لَهُ وَجَاءٌ»¹¹⁴

¹¹³Jamal Muhammad Az-Zaki, *Hidup Sehat Tanpa Obat: Manfaat Kesehatan dalam Shalat, Puasa, Zakat dan Haji*, (Jakarta: Cakrawala Publishing, 2013), 176.

¹¹⁴Muhammad ibn Ismā'īl ibn Abū 'Abd Allāh al-Bukhārī al-Ja'fī, *Ṣaḥīḥ al-Bukhārī*, No. Indeks: 1905, Vol. 3 (Beirut: Dār Ṭawq al-Najāh, 1422), 26.

Telah menceritakan kepada kami Abdan dari Abu Hamzah dari al A'masy dari Ibrahim dari Alqamah berkata ketika aku sedang berjalan dengan Abdullah dia berkata kami pernah bersama Nabi yang ketika itu beliau bersabda:” barangsiapa yang sudah mampu menafkahi keluarga maka hendaklah dia menikah karena menikah itu bisa menundukkan pandangan dan juga bisa menjaga kemaluan. Barangsiapa yang tidak sanggup menikah maka hendaklah dia berpuasa karena puasa itu menjadi benteng baginya.”

Maka siapa saja yang sudah mampu untuk menikah, mampu dalam hal nafkah lahir dan maka pernikahan adalah pengobatan yang terbaik bagi problematika yang sedang dihadapinya. Tetapi siapa yang belum memiliki kemampuan itu juga tidak memiliki pendapatan yang membantunya untuk mendapatkan nafkah dalam sebuah pernikahan maka ia harus berpuasa. Karena berpuasa adalah sebaik-baik pengobatan baginya, juga perlindungan baginya dari kesalahan dan penangkal yang menjaganya dari terperosok dalam kejelekan.¹¹⁵

2) Implikasi terhadap penyakit jasmani

Penelitian ilmiah modern yang ada di berbagai macam negara memutuskan bahwa puasa memiliki banyak sekali manfaat yang sangat baik. Juga memiliki hasil yang sangat memuaskan dalam mengatasi berbagai macam penyakit jasmani. Beberapa penyakit jasmani yang dapat disembukan sebagai berikut:

a. penyembuhan penyakit radang lambung

Beberapa golongan dokter menetapkan bahwa puasa dapat membantu, mengatasi dan meringankan penderitaan yang disebabkan oleh berbagai penyakit sistem pencernaan secara efektif. Diantaranya: penyakit radang usus besa dan pembengkakan pada empedu. Karena puasa mampu

¹¹⁵Al-Husain, *Ruh...*, 447.

membantu semua sistem tubuh beristirahat setelah mengalami segala aktivitas berlebihan yang dijalani sepanjang hari.

Selain itu puasa juga mampu membantu usus besar menjadi konstan karena ketenangan batin yang diperoleh seseorang yang berpuasa. Maka dengan itu lenyaplah tanda-tanda penyakit usus besar, seperti: sakit pada lambung, pembengkakan, gangguan pada usus, serta susah buah air besar. Di samping itu, berbagai macam studi dan pengujian yang dilakukan oleh para peneliti muslim, membuktikan bahwasanya puasa sangat bermanfaat untuk mengobati radang lambung. Karena puasa bekerja menormalkan kadar asam yang ada dalam lambung yang dipercaya sebagai penyebab terjadinya asam lambung. Juga mengontrol jalan keluarnya zat-zat asam yang mencerna di dalamnya.¹¹⁶

Prof. Dr. dr. Ari Fahrial Syam, SpPD mengatakan bahwa pada dasarnya sakit lambung itu berawal dari ketidakteraturan makan. Dan pada saat berpuasa akan merasa tenang, jadi orang yang asam lambungnya tinggi pasti akan turun karena ketika tenang produksi asam lambung turun dan sebaliknya.¹¹⁷

b. Penyembuhan kegemukan (obesitas)

Obesitas adalah meningkatnya jumlah berat badan melebihi kapasitas normal yang disebabkan oleh menumpuknya beberapa lemak. Peningkatan berat badan ini mencapai 30% dari berat badan ideal.

¹¹⁶Ibid., 457-458.

¹¹⁷<https://news.unair.ac.id/2022/04/02/dokter-unair-tv-hadirkan-sajian-tentang-gangguan-lambung-saat-berpuasa/?lang=id> diakses pada tanggal 12 maret 2023.

Penumpukan lemak dalam tubuh ini disebabkan oleh bertambahnya jumlah sel lemak dalam tubuh tersebut. Puasa merupakan cara alternatif dalam membantu para pasien obesitas menurunkan berat badan yang berlebihan, dilakukan dengan cara bertahap tanpa adanya kesulitan sedikitpun. Karena jumlah makanan yang dimakan seseorang menjadi sedikit dari biasanya ketika ia menjalankan puasa. Sehingga dapat menurunkan jumlah lemak yang mengendap di dalam tubuh.¹¹⁸

c. Penyembuhan penyakit gula

Glukosa adalah zat gula yang terletak di dalam darah dan merupakan sumber energi utama bagi seluruh jaringan tubuh. Jumlah normal bagi glukosa di dalam darah berkisar antara 70-110 mg/100 ml darah yaitu pada saat seseorang dalam kondisi tidak makan apa-apa selama 8-12 jam. Kadar ini akan mendapati peningkatan sampai 120-150 mg/100 ml darah setelah seseorang mengonsumsi karbohidrat. Hal ini yang disebut dengan peningkatan fisiologis gula pada darah. Kemudian 2-3 jam setelah mengonsumsi makanan, kadar yang tinggi ini pun akan kembali normal. Ketika berpuasa selama 12-18 jam, kadar gula yang ada di dalam darah ini akan mengalami perubahan penurunan sampai ke titik 60-70 mg/100 ml darah. Penurunan ini juga disebut dengan penurunan fisiologis gula darah.¹¹⁹

¹¹⁸Ibid., 467.

¹¹⁹Az-Zaki, *Hidup...*, 193.

Diabetes melitus adalah penyakit yang ada dalam tubuh disebabkan oleh faktor keseimbangan antara fungsi insulin dan anti insulin tidak mampu bekerja seimbang. Seseorang yang menderita penyakit kencing manis akan mengalami gangguan pada sistem metabolisme tubuh terhadap unsur karbohidrat dan lemak dan juga kehilangan keseimbangan kadar gula dan garam yang mana hal ini dapat berpengaruh dalam waktu jangka panjang pada kebanyakan organ tubuh khususnya organ saraf, ginjal dan mata. Oleh karena itu berpuasa merupakan salah satu kesempatan yang tepat untuk mengurangi kadar gula dalam darah tersebut sampai pada titik terendah sekalipun. Karena dengan ini masuknya makanan secara berlebihan bisa memperbanyak kadar gula dalam darah, karena tidak ada yang bertugas untuk mengontrolnya.

Selain itu puasa juga mampu memberikan kesempatan kepada pankreas untuk beristirahat sejenak. Pankreas ini mengeluarkan hormon insulin yang dapat mengolah gula menjadi tepung dan lemak yang akan dicadangkan di jaringan tubuh. Apabila vitamin yang masuk kedalam tubuh mempunyai kadar gula yang sangat besar hal ini yang akan menyebabkan pankreas kepayahan karena bekerja lebih dari biasanya dan kemudian fungsinya tidak akan bisa optimal. Maka terjadilah penumpukan zat gula darah yang kadarnya akan semakin meningkat sehingga timbullah penyakit gula tersebut.¹²⁰

¹²⁰Ibid., 195.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Dari penelitian ini bisa diambil kesimpulan yang merujuk pada rumusan masalah yang telah ditentukan diantaranya:

1. Disini penulis telah melakukan penelitian terkait kritik matan maupun sanad hadis tentang pengaruh puasa senin kamis bagi kesehatan riwayat Tirmidhi nomor indeks 747 mempunyai tingkatan yakni hadis *ḥasan li dzatihi*. Namun, hadis riwayat Tirmidhi ini mempunyai hadis lain sebagai pendukung dan penguatnya. Oleh karena itu, status hadis ini jadi hadis *ṣahīḥ li ghairihi*. Sementara mengenai kejujubahannya hadis ini termasuk *maqbul ma'mūl bih* yakni dapat diterapkan pada kehidupan sehari-hari.
2. Pemaknaan hadis tentang puasa senin kamis terhadap kesehatan holistik ini memakai pemaknaan kontekstual yang mana pemahamannya tidak pada teks saja melainkan pada makna yang ada dibalik teks tersebut. Dengan maksud hadis tersebut merupakan anjuran untuk melakukan puasa senin kamis karena pada saat itu semua perbuatan amal baik maupun buruk manusia di setorkan kepada-Nya yang mana ketika berpuasa itu pasti akan berdampak pada kesehatan fisik fisik maupun mental.
3. Puasa senin kamis terhadap kesehatan holistik ini memiliki dua hal pokok yaitu: *pertama*, implikasi terhadap penyakit mental dengan berpuasa senin kamis yaitu ketika seseorang sedang tertimpa musibah hal itu dapat menimbulkan penyakit mental. Ada banyak macam penyakit mental yang dapat diatasi dengan puasa diantaranya mengobati sifat egois, mengobati sifat amarah dan menahan emosi, dan mengobati problematika

pergaulan bebas bagi pemuda maupun pemudi. *Kedua*, implikasi terhadap penyakit jasmani dengan cara berpuasa senin kamis yaitu para peneliti ilmiah modern diberbagai negara telah menetapkan bahwasanya puasa ini memiliki banyak manfaat dalam mengobati berbagai penyakit jasmani seperti mengobati penyakit radang lambung, mengobati kegemukan (obesitas), dan mengobati penyakit gula (diabetes).

B. Saran

Dari hasil penelitian ini penulis berharap agar penelitian ini bisa jadi dedikasi referensi yang membahas mengenai pengaruh puasa senin kamis bagi kesehatan. Dengan ini penulis juga ingin para pembaca mempunyai pemahaman secara komprehensif mengenai kandungan isi hadis pada sunan al-Tirmidhi nomor indeks 747. Maka disimpulkan bahwasanya tidak semua penyakit harus disembukan lewat pengobatan medis akan tetapi beberapa penyakit juga bisa disembuhkan dengan cara terapi tradisional seperti berpuasa.

Pada karya ilmiah mungkin terdapat banyak kekurangan pada penelitian ini karena keterbatasan penulis sendiri baik dalam pengetahuan, pemahaman maupun kecakapan. Maka dari itu, penulis membutuhkan saran dan kritik yang dapat membangun penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdurrahman dan Elan Sumarna, *Metode Kritik Hadis*, Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2011.
- Aidah, Siti Nur. *Panduan Praktis Menjalankan Puasa Sunah* Yogyakarta: Penerbit KBM Indonesia, 2020
- Akib, Nasir. “Kesahihan Sanad dan Matan Hadits Kajian Ilmu-Ilmu Sosial”, *Shautut Tarbiyah* Ed 21, 2008.
- al-‘Asqalani, Abū al-Faḍl Aḥmad ibn ‘Alī ibn Muḥammad ibn Aḥmad ibn Ḥajar, *Tahdhīb al- Tahdhīb*, Vol. 4 India: Matbu‘ah Da’irah al-Ma‘arif, 1326.
- al-Ayyubi, Sholahuddin. “Manhaj Imam Al-Tirmidzi Dalam Sunannya”, *Jurnal Al-Fath*, Vol. 01, No. 01, 2017.
- al-Bukhārī, Muḥammad ibn Ismā‘īl Abū ‘Abdullah. *Ṣaḥīḥ Bukhārī* tt:Dār Tūq al najāh, 1422.
- al-Husain, Ahmad bin Abdullah Azizi. *Ruh Puasa dan Maknanya* (Surabaya: Pustaka eIBA, 2008), 433.
- al-Ja’fī , Muḥammad ibn Ismā‘īl ibn Abū ‘Abd Allāh al-Bukhārī. *Ṣaḥīḥ al-Bukhārī*, No. Indeks: 1903, Vol. 3 Beirut: Dār Ṭawq al-Najāh, 1422.
- al-Kasmiri, Muhammad Anwar Sah. Jilid III, Kitāb *Al-‘Arf Al-Sadi* Lebanon: Dār al-Kutub al-Ilmiyah, 2007.
- Al-Mizzi, Jamāluddin bin Abi al-Hajjāj bin Yūsuf al-Mizzi, *Tahdhīb al-Kamāl fī Asmāi al-Rijāl*, Jilid XXVI Bāb mīm (Beirut: Muassasah al-Risalah, 1980.
- al-Mubārakfūrī, Muḥammad ‘Abd al-Raḥman ibn ‘Abd al-Raḥim al-Mubārakfūrī, *Tuḥfah al-Aḥwadhī bi Sharḥ Jāmi al-Tirmidhī*, Vol. 10 Beirut: Dār al-Kutub al’Ilmiyyah, 1353.
- al-Nasā’ī, ‘Abd al-Raḥman Aḥmad ibn Shu’ayb, *Sunan al- Nasā’ī*, Vol. 4, Halb: Maktabah al-Maṭbū‘ah al-Islamiyyah.
- al-Nawāwī, Abū Zakariyā Muḥyī al-Din Yaḥyā ibn Sharaf, *Tahdhīb al-Asmā’ wa al-Lughāt*, Vol. 1 Beirut: Dār al-Kutub al-‘Ilmiyah, t.th
- al-Naysābūrī, Muslim Ibn al-Ḥajjāj Abū al-Ḥasan al-Qushayrī, *Ṣaḥīḥ Muslim*, Vol. 4, No. Indeks 2565 Beirut: Dār Iḥyā’ al-Turāth al-‘Arābī, tth

- al-Quzwaynī, Ibnu Mājah Abū ‘Abd Allāh Muḥammad Ibn Yazīd, *Sunan Ibnu Mājah*, Vol. 1, No. Indeks 1740 Halb: Dār Iḥyā’ al-Kutub al-‘Arabiyyah, tt
- al-Shaybānī, Abū ‘Abd Allāh Aḥmad ibn Muḥammad ibn Ḥanbal ibn Hilāl ibn Asad *Musnad Aḥmad ibn Ḥanbal*, Vol. 14, No. Indeks: 8361 Saudi Arabiyah: Mu’assasat al-Risālah, 2001.
- al-Sijistanī, Abū Dawūd Sulaymān ibn al-Ash‘ath ibn Ishāq ibn Bashīr ibn Shaddād ibn ‘Amr al-Azdī, *Sunan Abū Dawūd*, Vol. 4, No. Indeks: 4916 Beirut: al-Maktabah al-‘Aṣriyyah, t,th
- al-Tirmidhi, Muhammad Ibn Isa Ibn Sūraht ibn Mūsa. *Sunan al-Tirmidzi* Mesir: Shirkah maktabah wa maṭbu’ah, 1395-1975.
- Amirulloh Syarbini & Sumantri Jamhari, *Dahsyatnya Puasa Wajib & Sunah Rekomendasi Rasulullah* Jakarta Selatan: Qultum Media, 2012.
- Anggito, Albi. *Metodologi Penelitian Kualitatif* (Sukabumi: CV Jejak, 1018), 8.
- Anila, “Pengamalan Puasa Sunah Senin Kamis Pada Mahasantri Pondok Tahfidz Siti Khadijah Kelurahan Pekapuran Raya Kecamatan Banjarmasin Timur Kota Banjarmasin” Skripsi tidak diterbitkan Banjarmasin: Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin, 2021.
- Ayub, Hassan Muhammad. *Puasa dan I’tikaf dalam Islam* Jakarta: Bumi Aksara, 1998.
- Az-Zaki, Jamal Muhammad. *Hidup Sehat Tanpa Obat: Manfaat Kesehatan dalam Shalat, Puasa, Zakat dan Haji*, Jakarta: Cakrawala Publishing, 2013.
- Cv Mubarakatn Thoyyibah, QS Al-Baqarah/183-185.
- Fahimah, Siti. “Hermeneutika Hadis: Tinjauan Pemikiran Yusuf al-Qardhowi dalam Memahami Hadis” Refleksi, Vol. 16, No. 1, April 2017.
- Hardi, Asep. *Memahami Ilmu Hadis* Bandung: Tafakur, 2014.
- Hassan, A. Qadir. *Ilmu Mushthalah Hadis*, Bandung: CV Penerbit Diponegoro, 2017.
- Idri, *Studi Hadis* Jakarta: Kencana Prenamedia Group, 2010.
- Imtyas, Rizkiyatul. “Metode Kritik Sanad Dan Matan” Jurnal Ilmu Ushuluddin, Vol. 4, No. 1, 2018.
- Irwan, *Etika dan Perilaku Kesehatan*, Yogyakarta: CV Absolute Media, 2017.
- Ismail, Syuhudi. *Kaidah Kesahihan Sanad Hadis* Jakarta: Bulan Bintang, 1995
- Kamarudin, Phil. *Metode Kritik Hadis*, Jakarta: PT Mizan Publika, 2009.

- Khatimah, Husnul. “Mengenal Imam Al-Tirmidhi dan Kitab Hadis Sunan Al-Tirmidhi”,
Prosesif: Media Publikasi Ilmiah, Vol. 7, No. 2, 2019.
- Kholis, Nur. *Pengantar Studi Hadis* Yogyakarta: Semesta Ilmu, 2016.
- Khon, Abdul Majid. *Ulumul Hadis*, Jakarta: Amzah, 2013.
- Khozinatn, Luluk. “Kutamaan Puasa Sunah Dalam Perspektif Hadis (Kajian Tematik)”
Skripsi tidak diterbitkan Jakarta: Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah
Jakarta, 2017.
- Karomi, Ahmad. “Puasa Senin dan Kamis : Sebuah Tealaah Ma’anil Hadith”, Legitima:
Vol. 1, No. 1, 2018.
- Malik, Muhammad Rusli. *Puasa* Jakarta: Pustaka Zahra, 2003.
- Muhammad, Ibnu. *Puasa Bersama Rasulullah* Bandung: Mizan Anggota IKAPI, 1996.
- Muhid, dkk. *Metodologi Penelitian Hadis* Surabaya: IAIN Sunan Ampel Press, 2013.
- Muhid, dkk. *Studi Hadis* Surabaya: UINSAPress, 2017.
- Mustaqim, Abdul. *Ilmu Ma’anil Hadis* Yogyakarta: Idea Press, 2016
- Nadhiran, Hedhri. ”Kritik Sanad Hadis: Tela’ah Metodologis”, *Jurnal Ilmu Agama*, Vol.
15, No. 1, 2015.
- Nawawi, Ismail. *Puasa Ramadhan* Sidoarjo: CV. Dwiputra Pustaka Jaya, 2013.
- Nur, Afifatun. Skripsi: *Pemimpin Yang Tidak Keredibel (Kajian Ma’āni al-Ḥadīth dalam
Kitab Musnad Aḥmad No. Indeks 14441)*, Surabaya: UIN Sunan Ampel Surabaya,
2017.
- Purwaningsih, Sri. “Kritik Terhadap Rekonstruksi Metode Pemahaman Hadis Muhammad
al-Ghazali” *Jurnal Theologia*, Vol. 28, No. 1, 2017.
- Qardhowi, Yusuf. *Kaifa Nata’amal ma’a al-Sunah al-Nabawiyah*, terj. Muhammad al-
Baqir Bandung: Kharisma, 1993.
- Rahman, Fatchur. *Ikhtisar Musthalahul Hadis* Bandung, Alma’arif, 1974.
- Salim, Muhammad Ibrahim. *The Miracle Of Shaum* (Mukjizat Puasa) Jakarta: Amzah,
2007.
- Santina, “Hubungan Antara Intensitas Puasa Senin Kamis Dengan Pengendalian Diri Pada
Manusia” Skripsi tidak diterbitkan Lampung: Universitas Islam Negeri Raden
Intan Lampung, 2019.

- Sari, Diana. "Intensitas Melakukan Puasa Senin Kamis dan Kecerdasan Emosional", *Jurnal RAP UNP*, Vol. 9, No. 1, 2018.
- Solikhin, Nur. *Buku Pintar Puasa Wajib dan Sunnah* Yogyakarta: Kaktus, 2018. Syarbini Syarbini, Amirulloh dan Nur Aeni Afgani, *Dahsyatnya Puasa Sunah: Kunci Utama Meraih Sukses Dunia & Akhirat* Bandung: Ruang Kata Imprint Kawan Pustaka, 2010.
- Su'aidi, Hasan. "Mengenal Kitab Sunan Al-Tirmidhi (Kitab Hadis Hasan)", *Jurnal Religia*, Vol, 13, No. 1, 2010.
- Subandi, Bambang. "Tiga Kitab Sunan (Studi komparatif karakteristik kitab Sunan Abū Dāud, Sunan al-Tirmidhī, dan Sunan al-Nasā'i)", *Menara Tebuireng*, Vol. 08, No. 01, 2012.
- Suryadilaga, M. Alfadh. *Motodologi Syarah Hadis Era Klasik Hingga Kontemporer (Potret Kontruksi Metodologi Syarah Hadis)*, Yogyakarta: SUKA-Press 2012.
- Suyadi, *Keajaiban Puasa Senin & Kamis* Yogyakarta: Mitra Pustaka: 2009.
- Sya'rawi, Mutawalli. *Keistimewaan Puasa* Tangerang: Qultum Media, 2006.
- Wahid, Abdul. *Rahasia dan Keutamaan Puasa Sunah* Anak Hebat Indonesia, 2019.
- Yuzaidi, "Metodologi Penelitian Sanad dan Matan Hadis", *Al-Mu'tabar Jurnal Ilmu Hadis*, Vol. 1, No. 1, 2021.
- Zubaidah, "Metode Kritik Sanad dan Matan Hadis " *Jurnal Komunikasi dan Pendidikan Islam*, Vol 4, No 1, 2015
- <https://news.unair.ac.id/2022/04/02/dokter-unair-tv-hadirkan-sajian-tentang-gangguan-lambung-saat-berpuasa/?lang=id> diakses pada tanggal 12 maret 2023