

## **Analisis Hadis Tematik Etika Tidur dalam Enam Kitab Induk Hadis**

*Sahiriliyanti<sup>1</sup>, Mus'idul Millah<sup>2</sup>, Ahmad Farid<sup>3</sup>, Yusuf Gunawan<sup>4</sup>*

<sup>1,2,3,4</sup>Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten

<sup>1</sup>[201370002.sahiriliyanti@uinbanten.ac.id](mailto:201370002.sahiriliyanti@uinbanten.ac.id)

<sup>2</sup>[musidulmillah@uinbanten.ac.id](mailto:musidulmillah@uinbanten.ac.id)

<sup>3</sup>[221370019.ahmad@uinbanten.ac.id](mailto:221370019.ahmad@uinbanten.ac.id)

<sup>4</sup>[ssra58616@gmail.com](mailto:ssra58616@gmail.com)

### **Abstract**

*Sleep etiquette is also called a habit, deed, behavior, human activity that is often carried out every time you go to sleep. The purpose of this discussion is the ethics of sleep according to hadith and medical science. The method used is a qualitative approach by applying the hadith thematic method. The first object is bedtime ethics, bedtime ethics, and bedtime ethics which are formulated based on hadith themes. The second object is sleep ethics in a medical/health context. The result of this study is the ethics of sleep in the hadith perspective. The discussion of this study explains that sleep ethics is very closely related to health, there are many positions that can help prevent disease. The conclusion from this study is that sleep ethics has many positive impacts on health.*

**Keyword:** *Hadith Science, Sleep Ethics, Thematic Method*

### **Abstrak**

*Etika tidur disebut juga suatu kebiasaan, perbuatan, perilaku, aktivitas manusia yang sering dilakukan setiap akan melaksanakan tidur. Tujuan pembahasan ini adalah etika tidur menurut kacamata hadis dan kacamata ilmu medis. Metode yang dipakai ialah pendekatan kualitatif dengan menerapkan metode tematik hadis. Objek pertama adalah etika sebelum tidur, etika saat tidur, dan etika sebelum bangun tidur yang dirumuskan berdasarkan tema-tema hadis. Objek kedua ialah etika tidur dalam konteks medis/kesehatan. Hasil penelitian ini adalah etika tidur dalam persepektif hadis. Pembahasan penelitian ini menjelaskan bahwasanya etika tidur sangat berkaitan erat dengan kesehatan banyak posisi-posisi yang dapat membantu untuk pencegahan penyakit. Kesimpulan dari penelitian ini adalah etika tidur mempunyai banyak dampak positif dalam kesehatan.*

**Kata kunci:** *Ilmu Hadis, Etika Tidur, Hadis Tematik*

### **A. Pendahuluan**

Etika dalam konteks artikel ini ialah adat kebiasaan (Siregar, 2015), perbuatan (Wahyuningsi, 2022), moral (Hardiono, 2020), perasaan, sikap, dan cara berpikir atau paradigma personal yang berujung pada cerminan perilaku. Istilah etika disini diartikan sesuatu perbuatan standar (*standard of conduct*). Sedangkan tidur ialah sebagai keadaan berkurangnya rangsangan terhadap suatu hal. Menurut neuro-fisiologi tidur ialah sesuatu tindakan yang khusus dari kesiagaan otak (Sekartini, 2004). Menurut Nugraha, tidur ialah suatu keadaan yang membuat seseorang beristirahat dikarenakan menjalani suatu kegiatan sehari-hari karena proses mengembalikan tenaga. Apabila tubuh kekurangan tidur dapat

## ANALISIS HADIS TEMATIK ETIKA TIDUR DALAM ENAM KITAB INDUK HADIS

mempengaruhi kesehatan badan serta mental (Muis, Moch Abdul, 2022). Perubahan keadaan sebelum tidur atau saat tidur serta setelah bangun tidur merupakan suatu proses yang berulang-ulang dan kompleks dalam kehidupan sehari-hari. Dari paparan di atas, disimpulkan bahwasanya etika tidur adalah sebuah adat kebiasaan, perilaku atau perbuatan yang sering dilakukan dan diulang-ulang dalam setiap hari.

Muncul beberapa pertanyaan mengenai urgensi seorang muslim untuk memperhatikan etika tidurnya. Apakah sudah mengikuti seperti apa yang dilakukan Rasulullah sebagai teladan yang baik? Pendapat (Sholechah, 2016) menyatakan bahwa tidak dapat untuk dipungkiri bahwasanya Rasul tentu memperhatikan etika sehingga dipastikan menjelaskan tentang bagaimana cara tidur yang baik dalam redaksi Hadis. Hadis menurut ulama hadis, ialah ucapan, perbuatan, takrir (pengakuan/persetujuan), dan sifat yang dihubungkan kepada Rasul Muhammad Saw (Usman, 2021). Secara epistemologi, hadis harus menjadi landasan yuridis dalam hukum keagamaan oleh mayoritas umat Islam setelah al-Qur'an. Sebab, ia merupakan Bayan (penjelasan) terhadap ayat-ayat al-Qur'an yang masih global. Bahkan secara mandiri, hadis dapat berfungsi menetapkan suatu hukum yang belum ditetapkan oleh al-Qur'an (Az-Zuhaili, 1993). Hadis juga merupakan penafsiran praktis ayat al-Qur'an dalam implementasinya dalam realitas dan keidealan Islam.

Kerangka berpikir perlu dirancang dalam sebuah penulisan penelitian untuk mengetahui permasalahan penelitian ini. Dalam artikel ini, peneliti meninjau bahwasanya etika tidur adalah suatu keadaan, kebiasaan, perbuatan, perilaku yang sering dilakukan dan diajarkan oleh Rasul Muhammad saw perlu mendapatkan latar penelitian untuk dipublikasikan sebagai contoh suatu Sunah. Alasannya, karena cara tidur yang diajarkan oleh Rasulullah dapat dipraktekkan dan dijalankan oleh umatnya sebagai nilai ibadah Sunnah. Namun kenyataannya, masih banyak masyarakat yang tidak mengikuti atau bahkan tidak mengetahui hal yang menjelaskan bahwa menjalankan hadis-hadis yang telah diajarkan oleh Rasul adalah bernilai Sunah meskipun hanya dengan memperhatikan etika ketika tidur. Dengan ini peneliti tertarik untuk membahas bagaimana etika tidur dalam perspektif Hadis. Etika tidur Rasul ialah tidur yang sangat baik bagi kesehatan setiap waktu dan posisi yang dipilih pasti menunjukkan hikmah bagi umatnya. Hal ini menunjukkan bahwasanya

## ANALISIS HADIS TEMATIK ETIKA TIDUR DALAM ENAM KITAB INDUK HADIS

Rasul sangat menganjurkan tidur yang baik, sehat, dan tidur yang mendapatkan keberkahan dan pahala.

Memahami hadis tidak semudah dengan membalikkan telapak tangan, sehingga ulama melakukan kajian secara serius mengenai bagaimana cara untuk memahami hadis. Dari itu para ulama memberikan beberapa prinsip umum sebagaimana tulisan dari Abdul Mustaqim, yakni Dosen Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, dan Pengasuh Pondok Pesantren Mahasiswa LSQ (Lingkar Studi al-Qur'an) al-Rohman Bantul Yogyakarta menyatakan bahwa dalam memahami hadis Nabi mengenai prinsip untuk tidak terburu-buru menolak hadis yang dianggap bertentangan dengan akal, sebelum melakukan penelitian yang mendalam; kemudian menempuh prinsip memahami hadis secara tematik agar memperoleh gambaran utuh mengenai tema yang dikaji.

Ali Mustafa Yaqub menyatakan bahwa terkadang beberapa hadis saling menafsirkan karena sumbernya adalah Rasul dan untuk memahaminya harus dengan melihat riwayat yang lain. Prinsip lainnya dalam memahami hadis adalah dengan bertumpu pada analisis kebahasaan, mempertimbangkan struktur teks dan konteks. Prinsip membedakan antara ketentuan hadis yang bersifat legal formal dengan aspek yang bersifat ideal moral (baca: sesuatu yang hendak dituju), membedakan sarana dan tujuan juga perlu diperhatikan. Kemudian, prinsip bagaimana membedakan hadis yang bersifat lokal kultural, temporal dan universal. Seorang muslim harus mempertimbangkan kedudukan Nabi dengan latar sebagai manusia biasa, nabi atau rasul, hakim, panglima perang, ayah dan lain sebagainya. Sehingga pengkaji dan peneliti hadis harus cermat menangkap makna yang terkandung dibalik teks tersebut. Dalam hal meneliti hadis maka perlu dengan seksama tentang kesahihan hadis, baik sanad dan matan, serta berusaha memahami segala aspek yang terkait dengan metode pemahaman hadis. Peneliti juga harus memastikan bahwa teks hadis tersebut tidak bertentangan dengan nash yang lebih kuat. Melakukan interkoneksi dengan teori-teori sains modern untuk memperoleh kejelasan makna tentang isyarat-isyarat ilmiah yang terkandung dalam hadis-hadis sains juga tidak kalah penting untuk ditempuh (Mustaqim, 2016).

Hasil dari penelitian terdahulu dilakukan untuk mengetahui kelanjutan artikel ini setelah dilakukan penelusuran terhadap penelitian

## ANALISIS HADIS TEMATIK ETIKA TIDUR DALAM ENAM KITAB INDUK HADIS

terdahulu di temukan artikel yang membahas tentang posisi tidur yaitu: penelitian mar'atus shoclehah (2016) "*Posisi Tidur dalam Tinjauan Hadis.*" Universitas islam negeri raden fatah palembang (submit di jurnal intelektualita). Penelitian ini bertujuan untuk memberikan tanggapan terhadap posisi tidur. Penelitian ini bersifat *library researce* (penelitian kepustakaan) yang terdiri dari kitab-kitab hadis yaitu kitab *mu'jam al-mufaraas li al-fadzi al-Hadis al-nawawi (primer)* dan tulisan-tulisan terkait topik pembahasan (*sekunder*). Penelitian ini menunjukkan bahwa mengenai posisi tidur Rasul Muhammad saw. Juga menganjurkan untuk tidur dengan berbaring sebelah kanan anjuran tersebut ialah sebuah perkataan Rasul yang wajib diikuti oleh setiap umatnya, dikarenakan dengan posisi tersebut proses pencernaan lebih cepat karena condongnya lambung di atas hati. Selain bermanfaat bagi pencernaan dengan tidur dengan posisi sebelah kanan maka otak bagian kiri akan terhindar dari bahaya yang timbul akibat sirkulasi yang melambat saat tidur atau diam. Penelitian ini berharap agar masyarakat semakin tau bagaimana etika tidur yang baik untuk kesehatan. Hasil penilaian terdahulu memiliki kesamaan dan perbedaan, persamaannya yaitu sama-sama membahas tentang etika tidur walaupun itu hanya terfokus kepada satu aspek saja yaitu posisi tidur, penelitian kualitatif, sedangkan perbedaannya yaitu tidak menggunakan metode tematik hadis dalam pencariannya.

Berdasarkan permasalahan di atas penelitian merumuskan sebagai berikut: rumusan masalah, tujuan penelitian, dan manfaat hasil penelitian. Rumusan masalah penelitian ini adalah bagaimana pandangan hadis dan medis tentang etika tidur. Tujuan penelitian ini adalah agar umat Islam mengetahui bagaimana etika tidur yang baik yang dapat mencegah penyakit dari mulai sebelum tidur, posisi tidur, dan bangun setelah tidur. Manfaat penelitian ini adalah agar meningkatkan kesadaran manusia tentang bagaimana cara tidur yang baik dan nyaman bagi kesehatan serta menjaga dan mencegah dari penyakit. Untuk membatasi pembahasan, maka penulis memilih tema **Analisis Fikih Hadis Etika Tidur dalam Enam Kitab Induk Hadis.**

## ANALISIS HADIS TEMATIK ETIKA TIDUR DALAM ENAM KITAB INDUK HADIS

### B. Metode Penelitian

Artikel ini menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif dengan menggunakan metode. Jenis data-data dalam penelitian ini merupakan data kualitatif, Sumber data penelitian ini ialah *sumber primer* dan *sumber sekunder*. Sumber primer nya ialah kitab-kitab hadis yaitu kitab *masadir Aliyah dan maktabah syamila* yang mencantumkan dan menghimpun hadits-hadits secara lengkap dengan sanad, matan, beserta perawinya sedangkan sumber sekundernya adalah meliputi artikel-artikel mengenai etika tidur. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui (library research) yaitu dari artikel-artikel, dan mesin pencarian hadis. Secara husus pembahasan hasil penelitian digunakan konten-konten hadis, artikel-artikel sampai diperoleh hasil dan kesimpulan.

Untuk pencarian teks hadis peneliti menerapkan metode tematik hadis yaitu menjadikan satu hadis-hadis yang terkait dengan topik dan satu tujuan untuk pengkajian hadis yaitu berdasarkan tema-tema yang dipermasalahkan (Ira, 2018). Pelacakan pada kitab-kitab hadis melalui metode tematik hadis akan di pertemukan nya tema-tema hadis yang berkenaan dengan tema artikel ini. Untuk hasil penelitian ini yaitu berupa tema-tema hadis melalui metode tematik hadis. Langkah awal sampai langkah ahir akan dijalankan hingga di peroleh hasil dan kesimpulan.

### C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

#### 1. Klasifikasi Hadis Etika Tidur dalam 6 Kitab Induk Hadis

Klasifikasi hadis dalam penelitian ini merupakan hasil dari olahan data dan metode penelusuran hadis yang dikenal dengan istilah *Takhrij* Hadis kemudian dideskripsikan kepada tematik sehingga menghasilkan tema-tema hadis berkenaan dengan etika tidur. Pencarian hadis dimulai dengan pelacakan kata kunci dalam tema tidur yang baik, tidur yang dilarang, etika tidur, pada kitab-kitab *mashadir asliyah* ataupun sumber hadis berdasarkan digital online.

Takhrij merupakan derivasi dari kata "kharaja" yang berarti "keluar" atau kebalikan dari kata "dukhol" yang bermakna "masuk" (Ibn Manzhur, n.d., hal. 249). Kata "kharaja" bersifat lâzim (intransitif), dan ketika 'ainfi'il-nya digandakan (tasydid), ia menjadi muta'addî (transitif) yang dengan sendirinya mengubah arti. Takhrij menurut etimologis bermakna "mengeluarkan" (Rahman, 2017).

Penulis melalui tahapan *Takhrij* sebagaimana dijelaskan oleh (Ash-Shiddieqy, 1980) yaitu mengambil suatu hadis dari suatu kitab, lalu mencari sanad

## ANALISIS HADIS TEMATIK ETIKA TIDUR DALAM ENAM KITAB INDUK HADIS

yang lain dari sanad penyusun kitab itu sudah tentu menjadi pekerjaan yang membutuhkan ketelitian dan kecermatan yang tinggi bagi seorang peneliti hadis. Orang yang mengerjakan hal ini disebut *mukharrij* atau *mustakhrij*.

Hasil penelitian dengan metode dan langkah-langkah yang telah dipaparkan di atas menunjukkan bahwa hadis-hadis memiliki kesatuan tujuan tentang tema etika tidur dan ditemukan 14 hadis dan diklasifikasikan sebagaimana dalam table berikut:

**Tabel 1: Tema-tema hadis**

No	Kode final/caption hadis	Data hadis
<b>1.</b>	<b>Etika Sebelum Tidur</b>	
a.	Etika Fisik 1) Mencuci tangan sebelum tidur jika ada bekas lemak 2) Kebersihan tempat tidur	Abu Dawud No 3852 Abu Dawud No 5050
b.	Etika Spiritual 1) Tidak tidur sebelum isya'dan bersegera setelahnya 2) Berwudhu sebelum tidur 3) Berniat untuk shalat malam	Muslim No 237  Abu Dawud No 5046 Ibnu Majah No 1344
c.	Etika Keamanan dan Keselamatan 1) Menutup tempat air saat tidur 2) Mematikan lampu dan sumber api	Muslim No 99 Abu Dawud No 5247
<b>2.</b>	<b>Etika saat Tidur</b>	
a.	Cara tidur yang dilarang 1) Tidur tengkurap 2) Tidur telentang	Ibnu Majah No 3723 Muslim No 72
b.	Cara tidur yang baik 1) Berbaring menghadap sebelah kanan	Bukhari No 6311
<b>3.</b>	<b>Etika setelah Tidur</b>	
	1) Berdoa setelah bangun tidur 2) Mencuci kedua tangan setelah bangun 3) Bersiwak setelah bangun 4) Ber- <i>istinsyaq</i> dan ber- <i>istintsar</i>	Tirmidzi No 3528 Abu Dawud No 103 Abu Dawud No 55 Nasa'i No 90

## ANALISIS HADIS TEMATIK ETIKA TIDUR DALAM ENAM KITAB INDUK HADIS

### 2. Kilas Balik tentang Enam Kitab Induk Hadis

Polemik tentang penulisan Hadis bermuara pada kenyataan bahwa penulisan Hadis di zaman kebangkitan Islam sangat minim karena indikasi adanya larangan Rasul untuk menuliskan hadis di periododesasi tersebut. Sumber data dari Urwah bin az-Zubair bahwasanya Umar Ibn Khattab ingin menulis sunnah-sunnah Nabi, lalu ia meminta fatwa daripada sahabat tentang hal itu. Mereka menyetujui keinginan Umar dan menyarankannya untuk menulisnya kemudian Umar beristikhrah selama sebulan hingga pada suatu pagi, beliau akhirnya mendapat kemantapan hati lalu berkata, *“Suatu ketika aku ingin menulis sunnah-sunnah, dan aku ingat suatu kaum terdahulu mereka menulis buku dan meninggalkan kitabullah. Demi Allah, aku tidak akan mengotori Al-Qur’an dengan suatu apapun.”* (Ali, 2017).

Ar-Ramahurmuzy berpendapat dalam (Al-Khatib, 1989) bahwa hadis tidak bisa dikendalikan kecuali dengan tulisan, kemudian mengalami proses perkembangan dengan saling tukar dan saling melakukan kajian, mengingat dan menghafal, mempelajarinya secara berulang-ulang dan bertanya, melakukan penelitian mendalam dari para periwayat serta memahami apa yang mereka riwayatkan. Penulisannya memang dilarang oleh sebagian tokoh pada awal islam, karena kedekatan masa dan pendeknya jalur periwayatan Al-Qur’an.

Pada periode abad ke-3 H, lahirlah berbagai kitab induk hadis yang dikenal dengan ummahat kutub al-sittah), yaitu kitab-kitab sunan, al-Jami’ al-Sahih dan Musnad yang menjadi pedoman bagi umat islam. Maksud dari kitab induk yang enam ialah al-Jami’ al-Sahih li al-Bukhariy yang lebih dikenal dengan sebutan Sahih Bukhariy (194-256 H), al-Jami’ al-Sahih li Muslim bin Hajjaj al-Qusyairiy yang dikenal dengan Sahih Muslim (204-261 H), Sunan al-Nasa’iy (215-303 H), Sunan Abu Dawud (202- 276 H), Jami’ al-Tirmiziy (209-269 H) dan Sunan Ibn Majah alQazwiniy (209-276 H) (Khon, 2010). Periode ini dinobatkan sebagai masa yang paling sukses, karena para ulama hadis telah berhasil memisahkan antara riwayat yang disandarkan kepada Rasulullah saw lanjut kepada riwayat sahabat dan tabi’in, sehingga dapat dibedakan antara hadis Rasul dan fatwa atau perkataan sahabat dan tabi’in. Pada masa itu, telah dilakukannya penelitian atau dengan istilah filterisasi (penyaringan) antara hadis yang sahih dan yang tidak sahih.

## ANALISIS HADIS TEMATIK ETIKA TIDUR DALAM ENAM KITAB INDUK HADIS

Berikut adalah ulasan tentang dua kitab induk yang mewakili pembahasan terhadap deskripsi perkembangan penulisan dan kodifikasi hadis:

### a. Sahih Al-Bukhari

Sahih Al-Bukhari adalah nama kitab hadis yang diurutkan sebagai kitab induk nomor satu yang disusun oleh imam Al-Bukhari. Beliau bernama lengkap Abu Abdullah Muhammad bin Ismail bin Ibrahim bin al-Mughirah bin Bardizbah al-Ju'fi al-Bukhari. Lahir di Bukhara pada hari Jumat tanggal 13 Syawal 194 H. Ia lebih dikenal dengan nama Al-Bukhari yang dibangsakan pada tempat kelahirannya yaitu di kota Bukhara, Uzbekistan, Asia tengah, bertepatan dengan 21 Juli 810 M (Karimin, 2020).

Hadits dalam shahih al-Bukhari juga mencakup berbagai persoalan fiqh di samping berbagai masalah aqidah dan akhlak. Ia menyusun kitabnya berdasarkan bab-bab fiqh dan menjelaskan setiap kandungan hadits tersebut. Dalam menjelaskan kandungan hadits yang ditulisnya ia menempuh dua cara, yakni mencari persesuaian antar hadits Adakalanya lafadh suatu hadits ditafsirkan dengan lafadh hadits yang lain, adakalanya dijelaskan oleh makna hadits yang lain dan adakalanya pula ditafsirkan sendiri olehnya sesuai dengan kaidah bahasa dan kaidah ushul fiqh; dan mengemukakan penjelasan umum dari hadits tersebut (Karimin, 2020).

Kadang kalanya Bukhari menjelaskan bahwa sekalipun suatu hadits bersifat umum, tetapi maksudnya adalah khusus untuk kaum tertentu, atau sebaliknya hadits khusus mengandung makna yang umum. Berkaitan dengan itu ia juga berupaya mengompromikan antara hadits yang mutlak (tanpa batasan) dan hadits muqayyad (terbatas). Kemudian ia menjelaskan lafadh hadits yang sulit dipahami dan melakukan takwi hadits yang memiliki ganda atau lebih. Dalam menulis hadits yang akan dimuat ke dalam Shahih Bukhari, beliau menggunakan kriteria umum, di antaranya: hadits yang diterimanya adalah hadits yang bersambungan sanadnya, diriwayatkan oleh orang yang adil dan kuat ingatan dan hafalannya serta antara guru dan murid harus benar-benar bertemu. Contohnya, apabila rangkaian sanad itu sendiri atas Rasulullah - Sahabatnya - tabi' - tabi'in - A - B - Bukhari, maka Bukhari benar-benar bertemu dengan dan menerima hadits dari A secara langsung (al-liqa') demikian seterusnya sampai kepada Rasulullah Saw. Imam Bukhari di dalam Shahihnya mengklasifikasikan dan menyusun hadits-hadits yang berhuibungan untuk setiap persoalan yang ada kaitannya dengan hadits-hadits tersebut. Pada masing-masing

## ANALISIS HADIS TEMATIK ETIKA TIDUR DALAM ENAM KITAB INDUK HADIS

bab beliau memberikan sebuah judul yang mengindikasikan sebuah persoalan tertentu dan di bawah judul tersebut semua hadits yang dianggap relevan. Prosedur ini menjadikan hadits yang sama berada di bawah berbagai judul, karena semua hadits berhubungan dengan sejumlah besar aspek hukum Islam (Al-Zabidi, 1997).

### **b. Sahih Muslim**

Masa penyusunan kitab ini dilakukan oleh Imam Muslim selama 15 tahun. Beliau bernama Abu al-Husain Muslim ibn al-Hajjaj ibn Muslim ibn Kaushaz al-Qusyairi al-Naisaburi. Imam Muslim dilahirkan di Naisabur tahun 204 H. Motif yang mendorong Imam Muslim untuk menyusun *al-Jami' ash-Shahih* sekurang-kurangnya karena ada dua alasan pokok. Pertama: pada masa itu masih sulit untuk menemukan referensi koleksi hadits sahih yang tersusun secara sistematis dan komprehensif; Kedua: munculnya kaum ateis yang senantiasa menyebarkan hadits palsu dan mencampur adukan hadits-hadits sahih dengan hadits-hadits daif (Zahwu, n.d.).

Jika dihitung beserta hadits-hadits yang diulang, maka jumlah hadits di dalam kitab *al-Jami'* karya Imam Muslim berjumlah 10.000 hadits, atau sekurangnya 7275 hadits (pendapat lain). Akan tetapi jika tidak dihitung beserta hadits-hadits yang diulang maka jumlahnya jauh lebih sedikit, 4000 hadits (Shalih, 2006).

Beliau menempatkan hadits-hadits yang memiliki kesamaan tema di tempat yang sama, dan tidak menempatkannya secara terpisah atau di tempat yang berbeda. Sehingga kitab Sahih karyanya memiliki nilai sistematika yang tinggi. Karena memang Imam Muslim tidak memiliki tujuan untuk mengkaitkan dengan masalah fikih sebagaimana Imam Bukhari. Ditemukan bahwa tidak ada hadits yang sama diletakkan pada dua tema yang berbeda. Selain itu apabila ada seorang peperawi berbeda dengan peperawi lainnya dalam menggunakan redaksi, padahal substansi dan tujuannya sama, maka Imam Muslim menjelaskannya. Begitu pula apabila seorang peperawi menggunakan lafadz (اخبرنا) ia mengkhabarkan kepada kami), sedang peperawi yang lain menggunakan lafadz (حدثنا) ia menceritakan kepada kami), maka beliau pun menjelaskan perbedaan tersebut (Baq'a'i, 2002).

## ANALISIS HADIS TEMATIK ETIKA TIDUR DALAM ENAM KITAB INDUK HADIS

### 3. Fikih Hadis Etika Tidur

Fikih Hadis adalah perkembangan metode pemahaman Hadis yang menjadi salah satu aspek ilmu yang mempelajari dan berupaya memahami Hadits-hadits Nabi dengan baik. Dalam artian yaitu tahapan untuk mencapai kemampuan menangkap pesan-pesan keagamaan sebagai sesuatu yang dikehendaki oleh Nabi yang berfungsi sebagai penjelas kandungan dari al-Quran.

Etika berasal dari kata latin yaitu *ethic* sedangkan dalam bahasa greek, *ethikos* yang berarti kebiasaan, perbuatan (Hardiono, 2020). Etika pada umumnya disebut sebagai moral (moralitas). Meskipun pembahasannya sama yaitu membahas tentang baik buruknya suatu tindakan seseorang tetapi etika dan moral pun memiliki definisi yang berbeda-beda satu sama lain (Wahyuningsi, 2022). Etika disini pun ialah memerhatikan dari segala bentuk tingka laku manusia sejauh apapun yang dapat ditempuh (Muzana & Monica, 2021). Dalam enisklopedia pendidikan dijelaskan bahwasanya etika ialah filsafat tentang nilai, yaitu nilai tentang suatu sikap, prilaku, kebiasaan seseorang. Sedangkan definisi menurut Aritoteles disebutkan bahwa etika adalah suatu studi mengenai sekumpulan aturan yang harus diikuti, dilaksanakan oleh setiap manusia. Seiring berkembangnya zaman definisi etika berganti dan berkembang dan menyesuaikan kebutuhan dan keadaan manusia.

#### a. Etika Sebelum Tidur

Jika seorang ingin melaksanakan tidur nabi muhamad saw menganjurkan untuk mencuci tangan sebelum tidur jika terdapat bekas lemak (*manama wafiyadihi gomaru*)S. Karna itu mencuci tangan adalah salah satu upaya dalam pencegahan penyakit (Hasanah & Mahardika, 2020). Perintah menjaga kebersihan ialah ajaran islam yang sangat memperhatikan masalah kebersihan yang sering di katakan oleh para dokter, karena kebersihan salah satu aspek penting untuk kesehatan. yang merupakan salah satu aspek penting dalam kedokteran (Khairani, 2020). Setiap orang pasti melaksanakan tidur dan jika seseorang akan tidur maka sebelum tidur hendaknya membersihkan tempat tidur (*idza iwaahadikum ila firosihi falyanfaz firusahu bizahalati izarihi*).

Hal ini dijelaskan bahwa membersihkan rumah dan halaman rumah mu sebagai mana dianjurkan unuk menjaga kebersihan dan keamanan. Etika spiritual disini nabi menyuruh umatnya untuk solat terlebih dahulu sebelum tidur dan bersegeralah tidur setelahnya (*yuahiul isya'a ila salasi laili*

## ANALISIS HADIS TEMATIK ETIKA TIDUR DALAM ENAM KITAB INDUK HADIS

*wayakrohul nawma qoblahah*. Berwudhu sebelum tidur (*idza ataita madzaka fataudoa wudhuaka lisolati*). Sebelum tidur juga hendaknya seseorang untuk berniat solat malam (*manata firosahu wahua yanwi anyaquma fayusoliy minlail*). jika seseorang akan tidur maka hendaknya ia menutup tempat air saat tidur (*ghotawal ina'a waaqu siqo'a*). Dan mematikan lampu dan semua sumber api (*idza niktum fa'atfu suruzakum*).

Etika sebelum tidur ialah etika dimana seseorang akan melaksanakan tidur dengan beberapa kegiatan sebelum tidur seperti mencuci tangan sebelum tidur jika ada bekas lemak atau bekas makanan *mannama wafiyadihi ghomaru*, dikarnakan mencuci tangan adalah salah satu upaya dalam pencegahan penyakit dikarnakan kebanyakan orang tidak mau mencuci tangan. Dalam hal ini bukan mencuci tangan saja yang dapat mencegah penyakit, membersihkan tempat tidur juga termasuk pencegahan dari penyakit seperti penyakit kulit dan lain-lainnya. kenapa seseorang harus menjaga kebersihan dalam islam diajarkan bahwa kebersihan sebagian dari iman.

Bukan menjaga kebersihan sebelum tidur saja tetapi seorang muslim juga harus mendahulukan sholat isya sebelum tidur dan selalu berniat untuk sholat malam. Sholat termasuk rukun islam yang kedua dalam agama islam, sholat disebut sebagai tiang, pondasi, bangunan dalam agama islam sholat 5 waktu ialah asupan nutrisi bagi ruh, menurut quraishi shihab sholat hakikatnya ialah kebutuhan mutlak untuk mewujudkan manusia seutuhnya. (Suparman, 2015)

### **b. Etika Saat Tidur**

Etika posisi tidur adalah sesuatu yang sering dilakukan tapi banyak yang tidak mengetahui bahawasanya ada posisi tidur yang dilarang dalam al-quran dan hadis yaitu seperti dijelaskan dalm buku dasyatnya puasa wajib dan sunah, ada dua arah tidur yang dilarang islam karna beberapa alasan tidur tengkurap (*naiman fimasjidi a'la batni*); dan tidur dengan sebagian tubuh terkena sinar matahari (terlentang), (*mustalaqu ala dohrihi*). Tidur sehat adalah Keinginan setiap orang, karna tidur memberikan dampak yang saat baik, dengan tidur berbaring kesebelah kanan (*somad toziq a'la siqika ayman*).

Etika saat tidur atau yang sering disebut sebagai etika posisi tidur yaitu kebiasaan tidur seseorang dengan posisi-posisi tertentu yang sering dilakukan oleh setiap orang. Etika saat tidur dibagi menjadi dua bagian : *pertama* posisi tidur yang dilarang yaitu tidur tengkurap, dan tidur

## ANALISIS HADIS TEMATIK ETIKA TIDUR DALAM ENAM KITAB INDUK HADIS

telentang. Menurut zahir al-aththar saat seseorang tidur dengan cara tengkurap akan mengakibatkan seseorang sesak napas, dikarenakan adanya sulit berkontraksi saat tidur dengan posisi tengkurap. Posisi tidur tengkurap juga dapat mengakibatkan bengkoknya tulang belakang. Sedangkan dengan tidur telentang menurut ilmu medis akan memberikan dampak negatif karna dengan tidur secara terlentang akan membuat seseorang mengalami gangguan faal paru dan menyebabkan seseorang mendengkur saat tidur.

*Kedua*, ialah cara tidur dengan posisi yang baik yaitu dengan tidur berbaring kesebelah kanan posisi ini ialah posisi yang sehat yang dapat mencegah berbagai gangguan dalam kesehatan seperti gagal jantung dan lain-lain (Nugroho, S.Kep.Ns., MNS, 2019). Posisi tidur miring kesebelah kanan yaitu tidur yang telah di contohkan dan diajarkan oleh rosulullah saw. Ibnu qoyim berkata: *barang siapa yang memperhatikan bagaimana posisi tidur nabi muhamad saw. Niscaya ia akan memhami bagaimana tidur yang baik, sehat dan bermanfaat pada badan dan anggota tubuh dalam.* Sebaik-baik suri tauladan adalah nabi muhamad saw Karena dengan posisi tidur miring kekanan sesorang akan mudah bernapas dan mudah dalam proses pencernaan lebih cepat. Menurut nabi bahwasanya tidur dengan posisi kekanan itu baik dari pandangan medis mengisahkan banyak dampak positif yang disebabkan dengan tidur posisi miring kekanan.

### c. Etika Setelah Bangun Tidur

Etika setelah tidur disini sangatlah banyak salah satunya ialah: *pertama* berdoa setelah bangun tidur (*idza fazia ahadakum fimaumi falyaqul*). *Kedua* mencuci kedua tangan setelah bangun (*idza qama ahadakum minlaili falyaqmis yadahu fil ina'i*). *Ketiga* bersiwak setelah bangun (*idza qama minallaili yasyusu fahu bisiwaki*). *Keempat* beristinsyak dan beristinsar (*idza tastayqodha ahadukum minmanamihi fatawado'a falyastansir salasa marotin*). Redaksi Hadis tersebut menunjukkan bahwa nabi mengajarkan setiap sesuatu yang baik bagi setiap umatnya.

Masih banyak langka yang harus dilakukan dalam menerapkan metode Tematik dalam artikel ini yaitu melacak kesahihan hadis, kualitas hadis . Namun Karna keterbatasan penulis maka penulis tidak melakukan itu dan hanya memeparakan beberapa yang peneliti ketahui.

Etika setelah bangun tidur banyak orang yang tidak mengetahui bahwasanya banyak etika setelah bangun tidur yang diajarkan oleh nabi muhamad saw mulai dari berdoa setelah bangun tidur seperti firman allah

## ANALISIS HADIS TEMATIK ETIKA TIDUR DALAM ENAM KITAB INDUK HADIS

dalam al-quran surat al-Baqarah : 186, *dan bila hamba-hamba ku bertanya kepada ku (muhammad) tentang aku, sesungguhnya aku dekat, akun kabulkan permohonan orang yang berdoa apabila dia berdoa kepada ku,,,,*. dari ayat ini dijelaskan bahwa allah memrintahkan untuk senantiasa berdoa dan menjalankan semua perintahnya (Mahardhika, 2015). Selanjutnya etika setelah bangun tidur yang lain yaitu mencuci tangan setelah bangun tidur mencuci tangan setelah bangun ialah mencegah dari penyakit.

Setelah berdoa setelah bangun dan mencuci tangan setelah bangun tidur selanjutnya yaitu bersiwak setelah bangun tidur dalam pandangan syariat bersiwak bukan saja unruk membersihkan mulut dalam menjaga penampilan namun ada nilai anjuran didalamnya. Dalam bersiwak ada waktu-waktu yang dihususkan untuk bersiwak *pertama*, hendak berwudhu *kedua* , sebelum mendirikan sholat *ketiga*, mau membaca al-quran *keempat*, disaat bangun dari tidur (Putra, 2021).

Etika tidur dengan analisis ilmu medis ini mungkin akan lebih banyak membahas bagaimana posisi tidur yang baik dan sehat. Tidur yang baik adalah keinginan semua orang dengan tidur yang baik dapat memberikan sesuatu yang positif bagi tubuh. Dampak positif itu bukan saja didapatkan dari posisi tidurnya saja yang baik melainkan dari cara sebelum tidur dan setelah tidur dengan menggunakan langkah-langkah, prilaku, kebiasaan, yang sering diajarkan oleh nabi muhamad saw. Etika sebelum tidur sendiri di bagi menjadi 3 macam etika fisik, etika spiritual, dan etika keamanan dan keselamatan untuk etika fisik ialah mencuci tangan sebelum tidur jika ada bekas lemak (HR. Abu daud no 3852), membersihkan tempat tidur (HR. Abu daud no 5050), untuk etika spiritual ialah tidak tidur setelah isya' dan brsegerah setelah nya (HR. Muslim no 237), berwudhu setelah tidur (HR. Abu daud no 5046), berniat bangun shalat malam (HR. Ibnu majah no 1344), untuk etika keamanan dan keselamatan ialah menutup tempat air saat tidur (HR. Muslim no 99), mematikan lampu dan sumber api (HR. Abu daud no 5247), sedangkan etika saat tidur ada 2 macam yaitu cara tidur yang dilarang dan cara tidur yang baik, cara tidur yang dilarang ialah tidur terlentang (HR. Muslim no 72) tidur tengkurap (HR. Ibnu majah no 3723), untuk cara tidur yang baik yaitu berbaring kesebelah kanan (HR. Bukhari no 6311), Setiap etika sebelum tidur pasti ada posisi tidur dan setelah posisi tidur pasti ada etika setelah bangun tidur untuk etika sebelum tidur ini sebagai berikut. Berdoa setelah bangun tidur (HR. Tirmizki no 3528), mencuci tangan setelah bangun (HR. Abu daud no 103), bersiwak

## ANALISIS HADIS TEMATIK ETIKA TIDUR DALAM ENAM KITAB INDUK HADIS

setelah bangun (HR. Abu daud no 55), berinstisyaq dan beristinsar (HR. Nasa'i no 90). Dari sini pasti akan merasakan hasiat dari sesuatu yang diikuti. Jika seseorang selalu mengamalkan dan mencontoh bagaimana etika tidur nabi maka pasti seseorang akan mendapatkan bagaimana tidur yang baik dan sehat.

Pada umumnya setiap organ tubuh bagian kanan sebagai anggota yang sering digunakan. Salah satu yang sering muncul akibat terganggunya tidur maka akan mengakibatkan terjadinya keluhan-keluhan saat tidur dan saat bangun setelah tidur, kualitas tidur sendiri ditentukan bagaimana dalam mempersiapkan tidur dimalam harinya. Kebiasaan yang diajarkan nabi kepada umatnya ialah ketika tidur kebiasaan tidur yang diajarkan nabi adalah miring kekanan, dalam ajaran islam menggunakan sesuatu dengan sebelah kanan adalah baik, seperti dijelaskan dalam al-quran bahwasanya golongan kanan adalah penghuni surga (Sulistiawati, 2023).

Sedangkan dalam ilmu medis/kesehatan dijelaskan bahwasanya posisi tidur yang baik dapat meningkatkan kualitas tidur (Puspita et al., 2019). Hal ini dijelaskan oleh ahli medis bahwa dengan posisi tidur miring kekanan juga dapat mengistirahatkan organ pencernaan, mengatasi seseorang yang mempunyai penyakit gagal jantung dan sesak napas. Banyak sekali dampak positif yang didapatkan dari posisi tidur yang baik. Posisi tidur ialah bermacam-macam mulai dari tidur yang positif maupun yang negatif, tidur yang positif ialah tidur dengan miring kekanan seperti yang diajarkan nabi, ilmu medis pun mengatakan tidur dengan miring kekanan mempunyai banyak manfaat dan memberi efek baik pada jantung sedangkan tidur yang negatif atau tidak baik adalah tidur dengan cara tengkurap dengan tidur tengkurap seseorang akan merasakan nyeri leher ketika ia bangun dari tidur sedangkan tidur dengan terlentang akan membuat seseorang mendengkur dari dalam mulut dan tidur seperti ini tidak dianjurkan oleh nabi dan oleh ilmu medis.

## ANALISIS HADIS TEMATIK ETIKA TIDUR DALAM ENAM KITAB INDUK HADIS

### D. Kesimpulan

Penelitian ini menyimpulkan bahwa etika tidur ialah suatu kebiasaan yang baik yang dilakukan setiap orang. Hasil dan pembahasan dalam penelitian ini menunjukkan bahwa etika tidur sangatlah baik bagi kesehatan menurut ilmu medis yaitu mencegah penyakit seperti gagal ginjal, faal jantung, nyeri leher dan sebagainya. Penelitian ini memiliki manfaat baik secara teoritis maupun praktis, secara praktis penelitian ini diharapkan bisa membuat banyak manfaat kepada semua orang dan tau bahwa banyak etika yang dilakukan saat hendak melakukan tidur. Secara teoritis Penelitian ini juga mengaharapkan banyak manfaat bagi perkembangan dalam tinjauan keilmuan ilmu hadis. Penelitian ini mempunyai keterbatasan dengan tidak melakukan pelacakan terhadap kesahihan hadis, kualitas hadis sehingga ini menjadi peluang bagi penelitian lebih lanjut untuk kajian kualitas hadis dan kesahihan hadis secara menyeluruh. Penelitian ini merekomendasikan kepada para muhadis untuk melakukan pengelolaan ruang terhadap pelacakan hadis.

### E. Daftar Pustaka

- Al-Khatib, M. 'Aaj. (1989). *Ushulul Hadis*. Dar al-Fikr.
- Al-Zabidi. (1997). *Ringkasan Shahih Bukhari*. Mizan.
- Ali, M. (2017). Teori Klafikasi Kitab Hadits. *Tahdis*, 8(2), 154-170.
- Ash-Shiddieqy, H. (1980). *Sejarah dan Pengantar Ilmu Hadis*. Bulan Bintang.
- Az-Zuhaili, W. (1993). *Al-Qur'an al-Karim wa Bunyatuhu at-Tasyri'iyah wa Khasha'ishuhu al-Khadariyyah*. Dar al-Fikr.
- Baq'a'i, A. N. (2002). *Manahij al-Muhadditsin: ash-Shina'ah al-Haditsiyah*. Dar al-Basya'ir al-Islamiyah.
- Hardiono, H. (2020). Sumber Etika Dalam Islam. *Jurnal Al-Aqidah*, 12(2), 26-36. <https://doi.org/10.15548/ja.v12i2.2270>
- Hasanah, U., & Mahardika, D. R. (2020). Edukasi Prilaku Cuci Tangan Pakai Sabun pada Anak Usia Dini untuk Pencegahan Transmisi Penyakit. *Jurnal Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LPPM UMJ*, 1-9.
- Ira, M. (2018). STUDI HADIS TEMATIK. *Al-Bukhari Jurnal Ilmu Hadis*, 1(2 juli-desember), 189-206.
- Karimin. (2020). Metodologi Penulisan Dan Kualitas Kitab Hadits. In *Al Qiraah* (p. 34).
- Khairani, M. D. (2020). Prilaku Hidup Bersih dan Sehat: Perspektif Al-Qur'an dan Sunnah Rasul. *Journal of Darussalam Islamic Studies*, 1(1), 31-44. <https://doi.org/10.47747/jdis.v1i1.89>
- Khon, A. M. (2010). *Ulumul Hadis (IV)*. AMZAH.
- Mahardhika, G. P. (2015). Digital game based learning dengan model ADDIE untuk pembelajaran doa sehari-hari. *Teknoin*, 21(2), 115-122.

## ANALISIS HADIS TEMATIK ETIKA TIDUR DALAM ENAM KITAB INDUK HADIS

- Muis, Moch Abdul, mukhamad nur bawono. (2022). ANALISIS POLA TIDUR TIM FUTSAL PUTRI KARTINI YUK LAMONGAN DI MASA PANDEMI. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 10(01 march), 93–104.
- Mustaqim, A. (2016). *Ilmu Ma'anil Hadis: Paradigma Interkoneksi berbagai Teori dan Metode Memahami Hadis Nabi (II)*. Idea Press.
- Muzana, S. R., & Monica, M. (2021). *Konsep Etika dalam Pandangan Al-Ghazali*. 177–186.
- Nugroho, S.Kep.Ns., MNS, F. A. (2019). Tingkat Kualitas Tidur Pada Pasien Gagal Jantung Kongestif (CHF) Dengan Posisi Tidur Semi Fowler, Semi Fowler Miring Kanan, Dan Semi Fowler Miring Kiri di Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Gombong. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan*, 15(1), 40. <https://doi.org/10.26753/jikk.v15i1.326>
- Puspita, D., Nur, B. M., & Jumaiyah, W. (2019). Efektifitas Posisi Tidur Miring Kanan dan Semifowler Terhadap Kualitas Tidur Pada Pasien Gagal Jantung Kongestif Di RSUD Dr. Soedarso Pontianak. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan*, 77(1), 1–15.
- Putra, D. (2021). SIWAK: Between Needs and Lifestyle. *Jurnal Hukum Islam Dan Pranata Sosial Islam*, 9(01), 2614–4018. <https://doi.org/10.30868/am.v9i01.1109>
- Rahman, A. (2017). Pengenalan Atas Takhrij Hadis. *Riwayah : Jurnal Studi Hadis*, 2(1), 146. <https://doi.org/10.21043/riwayah.v2i1.1617>
- Sekartini, R. (2004). Masalah Tidur pada Anak. *Sari Pendrianti*, 6(3), 138–142.
- Shalih, S. (2006). *Ulum al-Hadits wa Mushthalahuhu*. Dar al-'Ilm li al-Malayin.
- Sholechah, M. (2016). Posisi Tidur dalam Tinjauan Hadits ( Kajian Ma' anil Hadits ). *Intelektualita*, vol.5(2), 146–152.
- Siregar, F. (2015). Etika Sebagai Filsafat Ilmu (Pengetahuan). *Jurnal De'Rechtsstaat*, 1(1), 54–61.
- Sulistiawati. (2023). KAJIAN POSISI TIDUR TERHADAP KESEHATAN TUBUH MENURUT AJARAN NABI MUHAMMAD SAW DAN ILMU MEDIS. *NIHAIYYAT: Jurnal of Islamic Interdisciplinary Studies*, 2(3), 299–308.
- Suparman, D. (2015). Pembelajaran Ibadah Shalat Dalam Perpektif Psikis Dan Medis. *Jurnal Istek*, 9(2), 48–70.
- Usman, I. (2021). Hadis pada Masa Rasulullah dan Sahabat: Studi Kritis terhadap Pemeliharaan Hadis. *El-USRAH: Jurnal Hukum Keluarga*, 4(1), 47. <https://doi.org/10.22373/ujhk.v4i1.9173>
- Wahyuningsi, S. (2022). KONSEP ETIKA DALAM ISLAM. *Jurnal An-Nur : Kajian Pendidikan Dan Ilmu Keislaman*, 8,(1 januari-juli), 1–12.
- Zahwu, M. A. (n.d.). *al-Hadits wa al-Muhadditsun*. al-Maktabah at-Taufiqiyah.