ANJURAN MEMATIKAN LAMPU KETIKA TIDUR, MENUTUP PINTU, MENUTUP WADAH MAKANAN DAN MINUMAN

(RELASI ANTARA HADIS DAN SAINS)

SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam

Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta

Untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh Gelar

Sarjana Agama (S.Ag)

Oleh :

MUHAMMAD AUFA RIFKI DZAKWAN

NIM. 19105050022

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

PROGRAM STUDI ILMU HADIS

FAKULTAS USHULUDDIN DAN PEMIKIRAN ISLAM

UNIVERSITTAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA

YOGYAKARTA

2023

KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS USHULUDDIN DAN PEMIKIRAN ISLAM
Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 512156 Fax. (0274) 512156 Yogyakarta 55281

PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-267/Un.02/DU/PP.00.9/02/2023

Tugas Akhir dengan judul : ANJURAN MEMATIKAN LAMPU KETIKA TIDUR,MENUTUP PINTU,MENUTUP WADAH MAKANAN DAN MINUMAN (RELASI ANTARA HADIS DAN SAINS)

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : MUHAMMAD AUFA RIFKI DZAKWAN
Nomor Induk Mahasiswa : 19105050022
Telah diujikan pada : Kamis, 09 Februari 2023
Nilai ujian Tugas Akhir : A-

dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

TIM UJIAN TUGAS AKHIR

Ketua Sidang/Penguji I

Achmad dahlan, Lc., M.A
SIGNED

Valid ID: 63f6cf2bbd386

Penguji II

Dadi Nurhaedi, S.Ag.M.Si.
SIGNED

Valid ID: 63f5e5cd959cc

Penguji III

Asrul, M.Hum.
SIGNED

Valid ID: 63eb4f46c10e3

Yogyakarta, 09 Februari 2023
UIN Sunan Kalijaga
Dekan Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam

Prof. Dr. Inayah Rohmaniyah, S.Ag., M.Hum., M.A.
SIGNED

Valid ID: 63fc13c34bf76

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

1/1 27/02/2023

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama	: Muhammad Aufa Rifki Dzakwan
NIM	: 19105050022
Program Studi	: Ilmu Hadis
Fakultas	: Ushuluddin dan Pemikiran Islam
Judul Skripsi	: Anjuran Mematikan Lampu, Menutup Pintu, Menutup Wadah Makanan dan Minuman

Menyatakan bahwa skripsi ini adalah hasil karya pribadi yang tidak mengandung plagiarisme dan tidak berisi materi yang dipublikasikan atau ditulis orang lain, kecuali bagian-bagian tertentu yang penulis ambil sebagai acuan dengan mengikuti tata cara dan etika penulisan karya ilmiah sebaimana mestinya.

Apabila ternyata terbukti pernyataan ini tidak benar, maka penulis siap mempertanggung jawabkan sesuai dengan hukum yang berlaku.

Yogyakarta, 3 Februari 2023
Yang Menyatakan

METERAI TEMPEL
9EAKX276795478

Muhammad Aufa Rifki Dzakwan
NIM. 19105050022

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

NOTA DINAS PEMBIMBING

NOTA DINAS PEMBIMBING

SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI/TUGAS AKHIR

Dosen : Achmad Dahlan, Lc., M.A

Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam

UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

NOTA DINAS

Hal : Skripsi Sdr. Muhammad Aufa Rifki Dzakwan

Lamp : -

Kepada Yth,

Dekan Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam

UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

DI Yogyakarta

Assalamualaikum wr, wb.

Setelah membaca, meneliti, memberikan petunjuk dan mengoreksi serta mengadakan perbaikan seperlunya, maka kami selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi saudara:

Nama	: Muhammad Aufa Rifki Dzakwan
NIM	: 19105050022
Program Studi	: Ilmu Hadis
Judul Skripsi	:Anjuran Mematikan Lampu, Menutup Pintu, Menutup Makanan dan Minuman (Relasi Hadis dan Sains)

Sudah dapat diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata Satu (S.Ag) dalam Jurusan/Prodi Ilmu Hadis pada Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Dengan ini kami mengharap agar skripsi/tugas akhir Saudara tersebut dapat segera dimunaqasyahkan. Untuk itu, kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum wr,wb.

Yogyakarta, 1 Februari 2023
Pembimbing

Achmad Dahlan, Lc., M.A
NIP. 19780321 201101 1 007

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

MOTTO

وَمَا الْحَيٰوةُ الدُّنْيَآ اِلَّا مَتَاعُ الْغُرُوْرِ ﴿الحديد ٢٠﴾

“Dan kehidupan dunia tidak lain hanyalah kesenangan yang palsu.”

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

PERSEMBAHAN

Skripsi ini penulis persembahkan untuk:

Kedua orang tua saya, guru saya, sahabat yang telah menemani saya selama ini dan semua orang yang telah berjasa dalam kehidupan saya, serta keluarga besar program studi Ilmu Hadis UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-LATIN

Pedoman Transliterasi Arab-Latin merujuk pada SKB Menteri Agama dan menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia, tertanggal 22 Januari 1988 No.: 158/1987 dan 0543b/U/1987.

I. Konsonan Tunggal

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
أ	Alif	Tidak dilambangkan	Tidak dilambangkan
ب	Ba	B	Be
ت	Ta	T	Te
ث	Ṡa	ṡ	es (dengan titik di atas)
ج	Jim	J	Je
ح	Ḥa	ḥ	ha (dengan titik di bawah)
خ	Kha	Kh	ka dan ha
د	Dal	d	De
ذ	Żal	ż	Zet (dengan titik di atas)
ر	Ra	r	er
ز	Zai	z	zet
س	Sin	s	es
ش	Syin	sy	es dan ye
ص	Ṣad	ṣ	es (dengan titik di bawah)

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

ض	Ḍad	ḍ	de (dengan titik di bawah)
ط	Ṭa	ṭ	te (dengan titik di bawah)
ظ	Ẓa	ẓ	zet (dengan titik di bawah)
ع	`ain	`	koma terbalik (di atas)
غ	Gain	g	ge
ف	Fa	f	ef
ق	Qaf	q	ki
ك	Kaf	k	ka
ل	Lam	l	el
م	Mim	m	em
ن	Nun	n	en
و	Wau	w	we
ه	Ha	h	ha
ء	Hamzah	‘	apostrof
ي	Ya	y	ye

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

II. Konsonan Rangkap (*Syaddah*)

متعقّدين	ditulis	*muta’aqqidin*
عدّة	ditulis	*‘iddah*

III. Ta’ Marbutah di akhir kata

1. Bila dimatikan, ditulis h:

هبة	ditulis	*hibah*
جزية	ditulis	*jizyah*

2. Bila dihidupkan karena berangkaian dengan kata lain, ditulis t:

نعمة الله	ditulis	*ni’matullah*
زكاة الفطر	ditulis	*zakātul-fitri*

IV. Vokal Pendek

-َ contoh: ضَرَبَ	fathah	ditulis	a *ḍaraba*
-ِ contoh: فَ هِمَ	kasrah	ditulis	i *fahima*
-ُ contoh: كُ تبِ	dammah	ditulis	u *kutiba*

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

V. Vokal Panjang

1.	fathah + alif contoh: جاهلية	ditulis	ā (garis di atlas) *jāhiliyyah*
2.	fathah + alif maqsur contoh: يسعى	ditulis	ā (garis di atas) *yas'ā*
3.	kasrah + ya mati	ditulis	ī (garis di atas)
	contoh: مجيد		*majīd*
4.	dammah + wawu mati contoh: فرود	ditulis	ū (dengan garis di atas) *furūd*

VI. Vokal Rangkap

1.	fathah + ya mati contoh: بينكم	ditulis ditulis	ai *bainakum*
2.	fathah + wawu mati contoh: قول	ditulis ditulis	au *qaul*

VII. Vokal-vokal pendek yang berurutan dalam satu kata, dipisahkan dengan apostrof

االنتم	ditulis	*a'antum*

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

اعد ت	ditulis	*u'iddat*
لئن شكرتم	ditulis	*la'in syakartum*

VIII. Kata sandang Alif + Lam

1. Bila diikuti huruf qamariyah ditulis al-

القرآ ن	ditulis	*al-Qur'ān*
القياس	ditulis	*al-qiyās*

2. Bila diikuti huruf syamsiyyah, ditulis sama dengan huruf qamariyah

الشمس	ditulis	*al-syams*
السماء	ditulis	*al-samā'*

IX. Huruf Besar

Huruf besar dalam tulisan Latin digunakan sesuai dengan Ejaan Yang Disempurnakan (EYD)

X. Penulisan kata-kata dalam rangkaian kalimat dapat ditulis menurut penulisannya

ذوى الفرو د	ditulis	*źawi al-furud*
اهل السن ة	ditulis	*ahl al-sunnah*

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

ABSTRAK

Berbicara hadis dan sains tentu saja sampai sekarang masih banyak terjadi perdebatan dalam memahami suatu peristiwa yang ada, sebagaimana dalam penelitian ini membahas hadis tentang mematikan lampu, menutup pintu, dan menutup wadah makanan. Pemahaman terhadap hadis di zaman sekarang telah mengalami perkembangan, salah satunya adalah memahami hadis yang mempunyai makna sains seperti yang dilakukan oleh ulama kontemporer saat ini yakni Zaghlul An-Najjar.

Fokus penelitian ini terbagi menjadi dua dalam rumusan masalah, yaitu *pertama,* bagaimana status hadis mematikan lampu, menutup pintu, menutup wadah makanan dan minuman, *kedua,* bagaimana pemahaman hadis mematikan lampu, menutup pintu, menutup wadah makanan dan minuman dengan menggunakan metode Zaghlul An-Najjar. Metode penelitian yang digunakan ini termasuk kualitatif, yang berbasis data-data kepustakaan (*library research*) dengan menggunakan pendekatan sains dan pengolahan data secara deskriptif dan analisis.

Hasil dari penelitian ini ialah ditinjau dari segi sanad hadis, maka hadis tersebut berkualitas sahih. Sedangkan dari segi matan, hadis tersebut tergolong hadis *maqbul* atau dapat diterima karena tidak bertentangan dengan Al-Qur'an, hadis lainnya, akal sehat, dan fakta sejarah. Kemudian hasil pemahaman hadis dengan sains menggunakan metode Zaghlul An-Najjar dalam upaya untuk memahami relasi antara hadis dan sains, terdapat tiga point. *Pertama,* anjuran mematikan lampu saat tidur memliki hubungan untuk menjaga kualitas saat tidur, yang mana cahaya pada saat tidur dapat menghambat pembentukan hormon melantonin dan hormon melantonin ini merupakan hormon yang menjaga kualitas tidur setiap orang. *Kedua,* anjuran menutup pintu selain untuk menjaga kemaslahatan agama dan duniawi juga mempunyai maksud untuk menjauhkan setan agar tidak berbaur dengan manusia yang mana di dalam sains setan tersebut dapat menyebabkan rasa negatif terhadap diri manusia, yang hal itu dapat menyebabkan munculnya reaksi hormon berlebih yang dapat menyebabkan stress. *Ketiga,* perintah menutup makanan dan minuman memiliki hubungan dengan adanya mikroorganisme (bakteri) yang tidak tampak secara kasat mata, yang apabila bakteri tersebut masuk kedalam tubuh manusia maka akan berdampak pada kesehatan dan bahkan bisa sampai menyebabkan kematian.

Kata Kunci: Mematikan Lampu, Menutup Pintu, Menutup Makanan Minuman

KATA PENGANTAR

Dengan menyebut nama Allah Swt yang Maha Pengasih dan Maha Penyayang. Sholawat dan salam semoga tercurahkan kepada baginda Nabi Muhammad Saw yang telah membawa ajaran islam dari zaman kegelapan hingga terang-benderang.

Puji dan syukur atas kehadirat Allah Swt yang telah memberikan rahmat serta hidayah-Nya sehingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik dalam rangka memenuhi tugas akhir sebagai syarat memperoleh gelar Sarjana Agama dalam disiplin Ilmu Hadis Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Selesainya penulisan skripsi ini tidak lain atas bantuan dan dukungan dari segenap pihak yang terus memberikan bimbingan serta motivasi bagi penulis. Untuk itu penulis ucapkan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya dan rasa hormat kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Phil. Al Makin, S.Ag. M.A., selaku Rektor Universitas Negeri Islam Sunan Kalijaga Yogyakarta.
2. Ibu Dr Inayah Rohmaniyah, S.Ag., M.Hum., M.A., selaku Dekan Fakultas Ushuludin dan Pemikiran Islam UIN Sunan Kalijaga.
3. Bapak Drs. Indal Abror M.Ag. dan Bapak Mahatva Yoga Adi Pradana, M.Sos, selaku Ketua dan sekertaris Program Studi Ilmu Hadis Universitas Negeri Islam Sunan Kalijaga Yogyakarta. Yang selalu setia mendukung mahasiswanya untuk mengerjakan tugas akhir.
4. Bapak Achmad Dahlan, Lc., M.A, selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang telah berkenan meluangkan waktu, tenaga dan pikirannya untuk memberikan bimbingan dan pengarahan serta perhatiannya dalam penulisan tugas akhir kepada penulis.
5. Para Dosen yang mengajar di Fakultas Ushuludin dan Pemikiran Islam terkhususnya pada prodi Ilmu Hadis, yang banyak memberikan banyak ilmu dan pengalaman kepada penulis.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

6. Segenap staf adminitrasi, TU Fakultas Ushuludin dan Pemikiran Islam yang sudah membantu dalam kelancaran penulisan tugas akhir penulis dan kegiatan akademik penulis selama menjadi mahasiswa.
7. Segenap staf dan karyawan Perpustakaan UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta yang telah membantu kelancaran dalam penulisan tugas akhir.
8. Ayah, Ibu, serta Keluarga tercinta penulis yang telah memberikan dukungan dan do'a serta segala yang terbaik yang dimilikinya untuk membesarkan dan mendidik penulis hingga sukses sampai ke tahap penulisan akhir ini.
9. Kepada Ipul dan Dede yang sudah mau meluangkan waktu dan meminjamkan laptopnya serta support system untuk membantu dalam menyelesaikan tugas akhir.
10. Kepada Fazza Laundry dan Waroeng Sendjha yang memberikan uang tambahan dan makanan guna memperlancar dalam melakukan pengerjaan tugas akhir.
11. Segenap keluarga Tradisi Nusantara yang telah menemani perjuangan dari semasa KKN hingga mencapai tahap akhir perkuliahan, bersama selalu saling mendukung dan memberi semangat.
12. Serta seluruh pihak yang telah turut serta berkontribusi membantu menyelesaikan penyusunan skripsi ini. Semoga seluruh bantuan dan kebaikan smemperoleh imbalan yang jauh lebih baik dari Allah SWT.

Yogyakarta, 2 Februari 2023
Penulis

Muhammad Aufa Rifki Dzakwan
19105050022

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL i
HALAMAN PENGESAHAN ii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI ii
NOTA DINAS PEMBIMBING iv
MOTTO v
PERSEMBAHAN vi
PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-LATIN vii
ABSTRAK xii
KATA PENGANTAR xiii
DAFTAR ISI xv
BAB 1 PENDAHULUAN 1
A. Latar Belakang 1
B. Rumusan Masalah 7
C. Tujuan dan Manfaat 8
D. Tinjauan Pustaka 8
E. Kerangka Teoritik 12
F. Metode Penelitian 15
G. Sistematika Pembahasan 17
BAB II TINJAUAN UMUM 18
A. Sains 18
1. Pengertian Sains 18
B. Mematikan Lampu Ketika Tidur Dari Sisi Sains 19
1. Pengertian tidur 19
2. Faktor lingkungan yang mempengaruhi tidur 20
3. Peran Melantonin Pada Kualitas Tidur 22
C. Menutup Pintu dari Sisi Sains 25
1. Hormon Adrenalin 26
2. Hormon Kortisol 28
D. Menutup Makanan dan Minuman dari Sisi Sains 30
1. Pandangan Sains 30

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

BAB III KEHUJJAHAN HADIS TENTANG MEMATIKAN LAMPU, MENUTUP PINTU, MENUTUP MAKANAN DAN MINUMAN 39
A. Deskripsi Hadis 39
1. Teks Hadis dan Terjemahannya 39
2. Takhrīj Hadis 40
B. I' tibār Sanad 42
1. Skema Sanad Hadis Bukhari no. 5624 43
2. Skema Sanad Hadis Bukhari no. 6296 44
3. Skema Sanad Hadis Ahmad bin Hanbal no. 20251 45
C. Analisis Sanad Hadis 47
1. Rijāl Al-Hadiṡ 47
2. Kesimpulan 54
D. Analisis Matan Hadis 55
1. Hadis tidak bertentangan dengan petunjuk al-Qur'an 55
2. Hadis tidak bertentangan dengan hadis lain 58
3. Hadis tidak bertentangan dengan akal sehat manusia 61
4. Hadis tidak bertentangan dengan fakta sejarah 62
BAB IV ANALISIS HADIS MEMATIKAN LAMPU, MENUTUP PINTU, MENUTUP MAKANAN DAN MINUMAN DENGAN METODE ZAGHLUL AN-NAJJAR 64
A. Hadis Mengandung Isyarat Ilmiah 65
B. Kualitas Hadis 65
C. Hadis Setema 66
D. Analisis Kebahasaan 68
E. Analisis Konteks Hadis 72
F. Relasi Hadis Saintifik (Al-Qur'an dan Hadis Lainnya) 74
G. Memahami Hadis dengan Pendekatan Sains Modern 75
BAB V PENUTUP 82
A. Kesimpulan 82
B. Saran 83
DAFTAR PUSTAKA 84
CURRICULUM VITAE 88

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hadits adalah berita yang datang dari Nabi Muhammad saw. kemudian menjadi termin suatu perkataan, perbuatan, dan persetujuan yang disandarkan kepada Nabi Muhammad.[1] Memahami suatu hadis sebagai salah satu sumber ajaran islam terpenting setelah al-Qur'an, niscaya memerlukan telaah kritis, utuh dan menyeluruh. Kajian termaksud difokuskan kepada matan hadis, sanad dan periwayatnya.[2]

Ketika Nabi Muhammad Saw. masih hidup, aajaran-ajaran Allah tercermin dalam kehidupan beliau sehari-hari. Sementara sesudah beliau wafat, ajaran-ajaran Allah tercermin dalam al-qur'an dan hadis yang beliau tinggalkan.[3] Salah satu diantara ajaran-ajarannya adalah menjaga pola hidup bersih dan sehat.

Manusia diciptakan oleh Allah SWT dan mengistimewakannya dengan nikmat akal dari seluruh makhlukNya yang lain. Dengan itu, mereka dapat mengamati, mengatur serta berpikir tentang alam semesta yang ada di sekitarnya. Manusia dapat berasumsi tentang sesuatu yang ada disekelilingnya dan berupaya memanfatkannya kemudian memperoleh kebutuhan pokok untuk hidup sehari-harinya.[4] Bagi kehidupan manusia makanan memberinya kekuatan

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

---

[1] Abdul Majid Khon, *Ulumul Hadis*, Edisi kedua (Cet.III; Jakarta: AMZAH, 2015), hlm. 2.

[2] Dasmun, *Studi al-Qur'an dan al-Hadis (Pendekatan Historis dan Filologi)*, Risalah 1, no. 1 (2015), hlm. 93.

[3] Ali Mushtofa Yaqub, *Kritik Hadis*, (Jakarta: Pustaka Firdaus, 2000), hlm. 35.

[4] Jamaluddin Mahran dan 'Abdul 'Azhim Hafna Mubasyir, *Al-Qur'an Bertutur Tentang Makanan & Obat-obatan*, (Yogyakarta: Mitra Pustaka, 2005), hlm. 2.

penting untuk menyuplai unsur-unsur yang akan membentuk sel tubuhnya dan memperbarui yang rusak. Sebenarnya ada beberapa unsur penting dari tanah yang tersusun di tubuh manusia. Maka, untuk menyempurnakan unsur-unsur itu setiap manusia harus makan. Sudah terlihat secara jelas terpautnya hubungan antara penciptaan manusia dari tanah dan makanan yang mengandung unsur-unsur yang dibutuhkan manusia untuk membangun tubuhnya, anggota tubuh serta melangsungkan kehidupannya.[5] Seseorang memerlukan kebutuhan makanan dengan secukupnya, yang berarti jangan berlebihan ataupun kurang, lebih-lebih dalam masa yang lama akan berpengaruh buruk pada kesehatan.[6] Allah swt juga berfirman dalam Q.S. Abasa/80 ayat 24 membahas betapa pentingnya memperhatikan makanan:

فَلْيَنْظُرِ الْاِنْسَانُ اِلٰى طَعَامِهٖٓ

Artinya:

"Maka hendaklah manusia itu memperhatikan makanannya"[7]

Kesehatan adalah keadaan sejahtera dari badan, jiwa dan sosial yang memungkinkan setiap orang hidup produktif secara sosial dan ekonomi. Tidak hanya terbatas dari gangguan secara fisik, mental dan sosial, tetapi kesehatan dipandang sebagai alat atau sarana untuk hidup produktif, dengan demikian, upaya kesehatan yang dilakukan, diarahkan pada upaya yang dapat mengarahkan masyarakat mencapai kesehatan yang cukup agar dapat hidup produktif.[8]

---

[5] Jamaluddin Mahran dan 'Abdul 'Azhim Hafna Mubasyir, *Al-Qur'an Bertutur Tentang Makanan & Obat-obatan* hlm. 200-203.

[6] Soegeng Santoso, dan Anne Lies Ranti, *Kesehatan dan Gizi*, (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2004), hlm. 88.

[7] Kementerian Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahnya* (Cet. I; Bandung: Syamil Quran, 2012), hlm. 585.

[8] Undang - Undang. No 36 tentang "*Kesehatan*." 2009 p. 207–21.

Dengan menyelenggarakan makanan yang aman dan higienis, maka akan dapat mengoptimalkan derajat kesehatan masyarakat. Agar dapat terbebas dari bakteri, makanan yang akan disajikan harus memenuhi syarat higienis dan sanitasi yang tepat serta harus terjaga kualitasnya.[9]

Tentunya bukan hanya soal makanan, minum juga merupakan hal yang penting untuk tubuh seseorang. Diketahui bahwa 70% bagian yang ada di dalam tubuh manusia berbentuk cairan. Oleh karenanya, manusia membutuhkan *supply* air yang cukup untuk menjaga kesegaran dan kebugaran jasmani. Air minum merupakan unsur gizi yang sama pentingnya dengan karbohidrat, protein, lemak, dan vitamin. Tubuh membutuhkan air mineral untuk dikonsumsi sebanyak 1 sampai 2,5 liter atau setara dengan 6-8 gelas setiap harinya. Mengkonsumsi air mineral yang baik dan cukup bagi tubuh dapat membantu proses pencernaan, mengatur metabolisme, mengatur zat-zat makanan dalam tubuh dan mengatur keseimbanagan tubuh [10]. Air minum adalah air yang mengalami pengolahan atau tanpa pengolahan yang memenuhi kesehatan, sedang tubuh manusia terdiri dari 60-70% air, tergantung dari ukuran badan. Agar berfungsi dengan baik, tubuh manusia membutuhkan antara 1,5 liter sampai 2,5 liter air mineral setiap hari untuk menghindari kekurangan cairan tubuh, jumlah pastinya bergantung pada tingkat aktivitas, suhu, kelembaban, dan beberapa faktor lainnya. Air minum yang dimaksud adalah air mineral yang dikonsumsi sehari-hari. Tentunya pemanfaatan air dalam kehidupan harus memenuhi persyaratan meliputi kualitas

[9] M. Dikry Alfin Nugroho. *Kondisi Higiene Penjamah Makanan dan Sanitasi Kantin di Sman 15 Surabaya*. (Surabaya: 2014) hlm.166–70.

[10] Asmadi dkk. *Teknologi Pengolahan Air Minum*. (Yogyakarta: Gosyen Publishing, 2011) hlm. 7.

maupun kuantitas yang erat hubungannya bagi kesehatan baik sebagai air minum maupun keperluan rumah tangga lainnya[11]. Menurut Juli Soemirat "syarat-syarat air minum adalah tidak berwarna, tidak berbau, tidak berasa dan tidak mengandung kuman patogen yang dapat membahayakan kesehatan manusia. Air minum juga tidak mengandung zat kimia yang dapat mengubah fungsi tubuh, tidak dapat diterima secara estetis, dan dapat merugikan secara ekonomis". Manusia membutuhkan air minum yang sehat yaitu air mineral untuk menjaga kesehatan tubuhnya.[12]

Selain itu tidur merupakan sesuatu kebutuhan alami oleh manusia, dimana tidur ini menjadi keharusan yang wajib dilakukan oleh manusia. Karena tidur merupakan proses yang sangat penting untuk menumbuhkan semangat pada aktivitas yang mana tidur merupakan proses pemulihan. Pada proses ini memiliki manfaat untuk mengembalikan kondisi tubuh dari kelelahan menjadi semangat kembali. Apabila proses pemulihan tidak berjalan dengan lancar maka kerja pada organ tubuh akan tidak maksimal. Proses pemulihan tidak berjalan dengan lancar sama dengan kekurangan waktu tidur, akibat dari kekurangan tidur ialah cepat mengalami kelelahan dan kurang fokus dalam melakukan aktivitasnya. Tentunya dianjurkan untuk selalu menjaga pola waktu tidur, Berdasarkan usia manusia memiliki perbedaan waktu yang baik untuk tidur. Pada bayi usia 0 – 3 bulan adalah 14 sampai 17 per hari, bayi pada usia 4 – 11

[11] Indah Prasetyowati Tri Purnama Sari, *Tingkat Pengetahuan Tentang Pentingnya Mengkonsumsi Air M Ineral Pada Siswa Kelas Iv Di Sd Negeri Keputran A* (Yogyakarta, JPJI) volume 2, no.2

[12] Juli Soemirat Slamet. (Kesehatan Lingkungan. (Yogyakarta: Gajah Mada University Press, 1994) hlm. 110.

bulan adalah 12 sampai 15 jam per hari, bayi pada usia 1 sampai 2 tahun adalah 11 sampai 14 jam per hari, anak-anak pada usia 3 – 5 tahun adalah 10 sampai 13 jam per hari, anak-anak usia 6 – 13 tahun adalah 9 sampai 11 jam per hari, remaja usia 14 – 17 tahun adalah 8 sampai 10 jam per hari, dewasa muda 18 – 25 tahun adalah 7 sampai 9 jam per hari, dewasa usia 26 – 64 tahun adalah 7 sampai 9 jam per hari, lansia usia diatas 65 tahun 7 sampai 8 jam per hari.[13] Ketika manusia disibukkan dengan aktivitasnya tentu kebanyakan dari mereka sangat sedikit memiliki waktu tidur yang baik, sibuk dengan aktivitas boleh akan tetapi pola tidur juga harus diperhatikan. Karena kurang tidur juga dapat menyebabkan kesehatan menurun dan ini dapat menyebabkan sakit, jika sakit maka tidak dapat melakukan aktivitas seperti biasanya. Di dalam al-Qur'an Allah swt berfirman:

وَمِنْ اٰيٰتِهٖ مَنَامُكُمْ بِالَّيْلِ وَالنَّهَارِ وَابْتِغَاۤؤُكُمْ مِّنْ فَضْلِهٖۗ اِنَّ فِيْ ذٰلِكَ لَاٰيٰتٍ لِّقَوْمٍ يَّسْمَعُوْنَ

Artinya:

"Dan diantara tanda-tanda (kebesaran)-Nya ialah tidurmu pada waktu malam dan siang hari dan usahamu mencari sebagian dari karunia-Nya. Sungguh, pada yang demikian itu benar-benar terdapat tanda-tanda bagi kaum yang mendengarkan." (Q.S. Ar-Rum:23)

Allah menciptakan pergantian siang dan malam sebagai bukti kekuasaan dan rahmat-Nya. Dan diakid tanda-tanda kebesaran-Nya yang lain ialah tidurmu untuk istirahat pada waktu malam setelah kamu beraktivitas pada siang hari, dan pada siang hari kamu beraktivitas kembali, dan usahamu mencari sebagian dari karunia-Nya berupa rezeki yang telah diatur oleh-Nya. Sungguh, pada yang demikian itu benar-benar terdapat tanda-tanda kebesaran dan keesaan-Nya bagi

[13] Alodokter, *Memenuhi Waktu Tidur yang Ideal Demi Kesehatan*

kaum yang mendengarkan dengan saksama agar dapat menumbuhkan sifat *qanaah* (menerima dengan ikhlas segala karunia-Nya) dan kemantapan jiwa serta kesadaran penuh atas kemahakuasaannya.[14]

Dalam sebuah hadis juga disebutkan untuk mematikan lampu, menutup pintu rumah, menutup tempat makanan dan minuman sebagai berikut:

حَدَّثَنَا مُوسَى بْنُ إِسْمَاعِيلَ حَدَّثَنَا هَمَّامٌ عَنْ عَطَاءٍ عَنْ جَابِرٍ أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ أَطْفِئُوا الْمَصَابِيحَ إِذَا رَقَدْتُمْ وَغَلِّقُوا الْأَبْوَابَ وَأَوْكُوا الْأَسْقِيَةَ وَخَمِّرُوا الطَّعَامَ وَالشَّرَابَ وَأَحْسِبُهُ قَالَ وَلَوْ بِعُودٍ تَعْرُضُهُ عَلَيْهِ

Artinya :

Telah menceritakan kepada kami Musa bin Isma'il, telah menceritakan kepada kami Hammam dari 'Atha` dari Jabir bahwa Rasulullah ﷺ bersabda, "Matikanlah lampu-lampu kalian apabila kalian hendak tidur, dan tutuplah pintu rumah kalian, tutuplah wadah-wadah kalian serta tutup pula tempat makan dan tempat minum kalian -aku mengira beliau juga bersabda- walaupun hanya dengan sepotong kayu yang dapat menutupinya."

Menjaga pola hidup sehat dengan baik dan benar merupakan salah satu upaya untuk menjaga kesehatan pada tubuh. Sebagaimana kesehatan merupakan nikmat yang Allah berikan dan harus disyukuri, sebab hanya dengan kesehatan dapat membuat orang melakukan aktivitasnya serta dapat menjalankan ibadah dengan baik. Islam merupakan aqidah pertama bahkan norma ilmiah pertama yang memperkenalkan dan memerintahkan prinsip steril yang diidentikkan dengan bersuci. Yang dimaksud dengan istilah bersuci yaitu membersihkan dan membebaskan sesuatu dari bakteri atau benda yang mengandung kotoran.

[14] Tafsir ringkas kemenag RI

Sedangkan sesuatu yang kotor atau mengandung jamur diidentikan dengan najis.[15] sebagaimana Allah swt berfirman dalam Q.S. al Baqarah/2 ayat 222:

اِنَّ اللهَ يُحِبُّ التَّوَّابِيْنَ وَيُحِبُّ الْمُتَطَهِّرِيْنَ

Artinya:

"Sungguh, Allah menyukai orang yang tobat dan menyukai orang yang menyucikan diri."

Menurut Yusuf al-Qardhawi kebersihan merupakan salah satu unsur penting dalam perilaku beradab. Islam menganggap kebersihan sebagai suatu sistem peradaban dan ibadah. Karena itu, kebersihan menjadi bagian dari kehidupan sehari-hari seorang muslim.[16]

Tidak hanya didalam islam, dalam dunia sains juga menyinggung untuk melakukan pola hidup sehat, yakni tidak hanya dengan menjaga pola tidur tetapi menjaga kebersihan pada makanan dan minuman, sebab apabila tidak menjaga pola hidup sehat sistem kekebalan tubuh akan melemah maka itu dapat menimbulkan penyakit dan itu dapat menghambat dalam melakukan aktivitas. Oleh karena itu berdasarkan uraian tersebut peneliti tertarik untuk mengambil judul "Anjuran Mematikan Lampu Ketika Tidur, Menutup Pintu, Menutup Wadah Makanan dan Minuman (relasi antara hadis dan sains)"

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan, maka diperoleh rumusan masalah sebagai berikut:

[15] Ahmad Syauqi Al-Fanjari, *Nilai Kesehatan Dalam Syariat Islam*, hlm. 10.

[16] Yusuf Al-Qaradhawi, *Fiqih Peradaban: Sunnah Sebagai Paradigma IlmuPengetahuan*. Penerjemah Faizah Firdaus. (Surabaya: Dunia Ilmu, 1997), hlm. 361.

1. Bagaimana kehujjahan hadis tentang mematikan lampu ketika tidur, menutup pintu, menutup wadah makanan dan minuman?
2. Bagaimana relasi antara hadis tentang mematikan lampu ketika tidur, menutup pintu, menutup wadah makanan dan minuman dengan sains menggunakan metode Zaghlul An-Najjar?

C. Tujuan dan Manfaat

Adapun tujuan yang ingin dicapai dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Mengetahui kualitas hadis tentang mematikan lampu ketika tidur, menutup pintu, menutup wadah makanan dan minuman yang ditinjau dari segi aspek sanad dan matannya.
2. Mengetahui relasi antara hadis mematikan lampu ketika tidur, menutup pintu, menutup wadah makanan dan minuman dengan sains.

Adapun manfaat dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Dapat menambahkan pemahaman kepada masyarakat untuk diterapkan pada kehidupan sehari-hari.
2. Penelitian ini dapat menambahkan keilmuan dalam bidang agama dan sains.
3. Dapat dijadikan bahan rujukan untuk penelitian yang berhubungan dengan hadis tersebut.

D. Tinjauan Pustaka

Agar terhindar dari kesamaan pembahasan pada skripsi ini dengan skripsi yang lain, terlebih dahulu penulis menelusuri kajian-kajian yang setema atau memiliki kesamaan. Kemudian hasil penelusuran ini yang akan menjadi acuan

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

untuk tidak menggunakan pendekatan yang sama agar terhindar dari plagiat sehingga tidak melanggar hak cipta.

Berdasarkan hasil penelusuran yang penulis lakukan, belum ada menemukan penelitian yang secara khusus membahas terkait judul pada penelitian yang akan dilakukan. Akan tetapi peneliti akan memaparkan penelitian yang beririsan dengan tema penelitian ini.

1. Skripsi yang ditulis oleh Bekti Ramasari "*Kebersihan dan Kesehatan Lingkungan dalam Perspektif Hadis*". Pada penelitian ini membahas konsep kebersihan dan kesehatan lingkungan dalam hadis sama dengan konsep etika lingkungan biosentrisme yaitu teori yang memandang setiap kehidupan dan makhluk hidup mempunyai nilai dan berharga sehingga manusia memiliki kewajiban moral terhadap lingkungan. Walaupun tidak ada membahas hadis menutup pintu, mematikan lampu, menutup wadah makanan dan minuman akan tetapi penelitian ini bisa dijadikan acuan untuk pengembangan penelitian penulis.
2. Skripsi yang ditulis oleh Ahmad Erwar "*Higienitas Perssepektif Hadis (Kajian Hadis-Hadis Tentang Kebersihan Makanan, Sumber Air, Rumah, dan Jalanan*)". Pada penelitian ini membahas hadis Nabi yang menganjurkan bahwa segala aspek kehidupan harus selalu bersih atau higienis, dalam tinjauan hadis sebagai bentuk ibadah dalam pendekatan diri kepada Allah swt. Pada penelitian ini ada hadis yang setema akan tetapi pembahasannya tidak mengaitkan dengan sains, peneliti hanya menjadikan rujukan.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

3. Skripsi yang ditulis oleh Nurus Sa'adah, "*Larangan Meniup Makanan Panas (Relevansi antara hadis dan sains)*". Pada penelitian ini terdapat fokus yang berbeda, disini yang menjadi objek dari penelitiannya adalah hadis tentang larangan meniup makanan panas dan relevansinya terhadap hadis dan sains. Peneliti hanya menjadikan skripsi ini sebagai rujukan untuk pengembangan penelitian yang dilakukan.
4. Skripsi yang ditulis oleh Andriyani, "*Kajian Literatur pada Makanan dalam Perspektif Islam dan Kesehatan*" pada penelitian ini membahas tentang makanan yang baik, makanan yang memenuhi syarat higiene dan juga halal, halal dalam hal ini sudah diatur di dalam al-Qur'an dan Hadis. Pada penelitian ini menggunakan perspektif islam dan kesehatan, penilit hanya menjadikannya sebagai rujukan.
5. Skripsi yang ditulis oleh Syamsul Kurniawa "*Pantang Larang Bermain Waktu Magrib: Kajian Living Hadis Tradisi Masyarakat Melayu Sambas*". Pada penelitian membahas tentang tradisi masyarakat melayu sambas pada waktu magrib, di dalam penelitian ini hadis yang digunakan setema dengan hadis yang digunakan pada penelitian ini. Kemudian di dalam penelitian tersebut membahas tentang kepercayaan tentang keberadaan hantu dan setan masih melekat dalam keseharian mereka sebagai Masyarakat Melayu dan umat Islam. Penelitian ini termasuk jenis studi living hadis, berbeda dengan penelitian yang peneliti tulis, dan tentunya peneliti menjadikan penelitian ini sebagai acuan untuk pengembangan penelitian.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

6. Skripsi yang ditulis oleh Umar Faruk "*Perintah Nabi Untuk Menutup Pintu Dan Melarang Anak Kecil Keluar Rumah Pada Saat Memasuki Waktu Menjelang Malam".* Pada penelitian ini membahas hadis Bukhari tentang perintah Nabi untuk menutup pintu dan melarang anak kecil keluar rumah di waktu menjelang malam, dikarenakan waktu-waktu terbut banyak setan yang berkeliaran dan dianjurkan untuk membawa anak-anak masuk kedalam rumah dan menutup pintu. Walaupun ada kesamaan akan tetapi pada penelitian ini berbeda, dari segi hadis yang digunakan pun berbeda, peneliti hanya menjadikan penelitian sebagai acuan untuk pengembangan penelitian.
7. Skripsi yang ditulis oleh Fitri Yuni "*Studi Hadis-Hadis Tentang Mematikan Lampu Ketika Hendak Tidur*" penelitian ini merupakan kajian ma'anil hadis, membahas tentang kajian-kajian hadis yang berhubungan dengan mematikan lampu ketika tidur. Isi dari penelitian ini hanya memaparkan hadis hadis yang berhubungan dengan kajian tentang tidur. Penelitian ini sangat berhubungan dengan penelitian yang peneliti tulis, walaupun penelitian ini berhubungan, akan tetapi tetap tidak sama dikarenakan penelitian ini hanya membahas hadis mematikan lampu ketika tidur sedangkan yang peneliti tulis itu mencakup 3 hal yakni, mematikan lampu, menutup pintu, menutup makanan dan minuman dan peneliti menjadikan penelitian ini sebagai acuan untuk pengembangan penelitian.
8. Skripsi yang ditulis oleh, "*Kebiasaan Mematikan Lampu Ketika Tidur Sebagai Implementasi Hadis Dalam Kehidupan Pondok Pesantren As-*

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Sunnah Kota Cirebon". Pada penelitian ini termasuk jenis studi living hadis, pemahaman mematikan lampu ketika tidur menurut pengasuh dan para pengurus Pondok Pesantren As-Sunnah melihat dari anjuran Nabi SAW, mematikan lampu sebelum tidur tersebut merupakan anjuran, bukan larangan meninggalkannya. Sehingga dihukumi sunnah bagi yang melakukannya dan tidak berdosa bagi yang meninggalkannya. Peneliti hanya menjadikan penelitian ini sebagai acuan untuk pengembangan penelitian.

Kajian yang penulis lakukan dalam penelitian ini berbeda dengan yang dilakukan oleh beberapa peneliti diatas, ada beberapa penelitian yang dijadikan sebagai bahan rujukan. Pada peneliti ini lebih fokus dalam menghubungkan relasi antara hadis dan sains dan bagaimana dari relasi itu dapat menjadi landasan konsep didalam kehidupan masyarakat.

E. Kerangka Teoritik

1. Kritik sanad dan matan Syuhudi Ismail

   Menurut Syuhudi Ismail, hadis ṣaḥiḥ merupakan hadis yang sanadnya saling ketersambungan, disampaikan oleh seseorang yang adil, serta *dabit* kepada orang yang dikatakan *adl', dhabit*, dan lainnya. Selain itu, hadis *ṣaḥiḥ* juga tidak memuat *syadz* dan '*illat*[17]. Untuk mengetahui kesahihan sebuah hadis, para muhadisin menyepakati lima syarat dalam

[17] Muhammad Syuhudi Ismail, *Metodologi Penelitian Hadis Nabi* (Jakarta: PT. Bulan Bintang, 2007), hlm.61.

melakukan kritik sanad, yaitu *ittiṣāl al-sanad*, setiap rawi yang terkait dalam sebuah sanad hadis harus menerima hadis itu dari gurunya yang menjadi rawi di atasnya dalam suatu urutan sanad.[18] Selain itu, syarat yang lain adalah *adl', dhabit*, terhindar dari *syadz*, dan tidak ada '*illat*. Adapun kritik matan hadis, ulama telah merumuskan suatu standar sebagai barometer dalam menentukan validitas sebuah matan hadis, sekaligus dapat menjadi pertimbangan dalam penggunaan pendekatan sains. Adapun standar atau tolak ukur dimaksud, sebagai berikut:

a. Hadis tidak bertentangan dengan petunjuk Al-Quran.
b. Hadis tidak bertentangan dengan riwayat lain.
c. Hadis tidak bertentangan dengan akal sehat
d. Hadis tidak bertentangan dengan fakta sejarah[19]

2. Metode Zaghlul an-Najjar

Adapun dalam menganalisis hadis saintifik, peneliti menggunakan metode penafsiran Zaghlul an-Najjar. Dalam bukunya yang berjudul "Pembuktian Sains dalam Sunnah *(Al-I'jaz al-'Ilmiy fi as-Sunnah an-Nabawiyyah)"* bagian ketiga, Zaghlul an-Najjar menyebutkan langkah-langkah dalam memahami isyarat-isyarat ilmiah dalam hadis:

Untuk memahami ayat-ayat kosmologi yang disebutkan di dalam kitab Allah, begitu pula dengan isyarat-isyarat kosmologi yang ada di

[18] Mahmud Thahan, *Tafsir Mustalah Al-Hadis* (Alexandria: Markaz al-Mada alDirasah, T.t), hlm.31.

[19] Syuhudi Ismail, *Hadis Nabi yang Tekstual dan Kontekstual*, (Jakarta: Bulan Bintang, 1996), hlm. 79

dalam hadis Rasulullah saw, pertama-tama kita harus memahaminya terlebih dahulu dengan pemahaman yang akurat dalam bingkai bahasa Arab, indikasi-indikasi lafalnya, dan gaya bahasanya, serta dalam perspektif asbab al-wurud, konteks hadis Nabi, dan konteks-konteks al-Qur'an dan hadis lainnya yang berkaitan dengan objek pembahasan, dan dalam bingkai prinsip-prinsip umum dan tujuan-tujuan universal Islam. Di samping merujuk pada pakem dan aksioma sains modern dalam bidang pembahasan yang sedang disoroti oleh ayat al-Qur'an atau diisyaratkan oleh hadis Nabi.[20]

Berdasarkan pernyataan diatas, dalam memahami hadis-hadis saintifik Zaghlul an-Najjar melakukan langkah-langkah berikut ini:[21]

a. Memilih hadis-hadis yang mengandung isyarat ilmiah.
b. Memeriksa kualitas hadis.
c. Mengumpulkan hadis yang membicarakan tema yang sama.
d. Analisis kebahasaan
e. Menganalisis konteks hadis
f. Relasi hadis saintifik dengan al-Qur'an dan hadis lainnya
g. Memahami hadis dengan pendekatan sains modern.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

[20] Zaghlul an-Najjar. Pembuktian Sains dalam Sunnahi Jilid II. (Jakarta: Sinar Grafika Offset 2006).

[21] Zunaidi Nur, *Hermenutika Hadis Zaghlul An-Najjar*, Tamaddun Jurnal of Islamic Studies

F. Metode Penelitian

1. Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini termasuk penelitian kualitatif, yang berbasis data-data kepustakaan (*library research*) yaitu suatu kegiatan penelitian yang dilakukan dengan cara mengumpulkan informasi dan data dengan bantuan berbagai macam material yang ada di perpustakaan seperti buku referensi, hasil penelitian sebelumnya yang sejenis, artikel, catatan serta jurnal yang berkaitan dengan penelitian atau masalah yang akan dipecahkan.

2. Pendekatan Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan sains, yang bersifat interpretif (menggunakan penafsiran) yang melibatkan banyak metode dalam menelaah masalah penelitiannya. Pada pendekatan sains ini peneliti menggunakan bidang ilmu biologi diantaranya endokrinologi (mempelajari tentang hormon) dan mikrobiologi (mempelajari mikroorganisme).

3. Sumber Data

Dalam proses pengumpulan data peneliti menggunakan berbagai sumber data, diantaranya :

a. Sumber Primer

Dalam penelitian ini, data primer yang penulis gunakan adalah hadis Imam Bukhari no. 5624.

b. Sumber Sekunder

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Adapun data sekundernya peneliti merujuk pada jurnal, buku, artikel dan data-data yang dianggap relevan dan berhubungan dengan tema yang diteliti.

4. Teknik Pengumpulan dan Pengolahan data

Dalam pengumpulan data, peneliti menggunakan studi kepustakaan, dengan menggunakan literatur baik berupa, buku, jurnal, artikel, karya ilmiah dan lain lain yang berhubungan pada penelitian ini. Kemudian peneliti melakukan *takhrīj* hadis, menggunakan kitab *Al-Mu'jam Al-Mufahras Li Alfāz Al-Hadits An-Nabawi* dengan merujuk kepada kitab asli sebagaimana pada penelitian ini hadis yang digunakan adalah hadis riwayat Imam Bukhari no. 5624.

Setelah melakukan pengumpulan data, langkah selanjutnya yang dilakukan adalah melakukan pengolahan data dengan cara menganalisis data-data yang sudah terkumpul melalui studi kepustakaan dengan tujuan untuk menjawab pokok masalah yang ada. Dalam tahap ini peneliti akan melakukan kritik sanad dan matan pada hadis utama, kemudian selanjutnya, peneliti menggunakan metode *content analysis* yang mana didalamnya terdapat tiga syarat, diantaranya objektivitas, pendekatan sistematis, dan generalisasi[22]

[22] Noeng Muhadjir, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Yogyakarta: Rake Sarasin, 2002), hlm. 6.

G. Sistematika Pembahasan

Pada penelitian ini, penulis menyusun sistematika pembahasan menjadi lima bab, sebagai berikut:

Bab I	:	Pendahuluan, berisi latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, telaah Pustaka, kerangka teoritik, metodologi penelitian dan sistematika pembahasan.
Bab II	:	Berisi tinjauan umum tentang sains, mematikan lampu ketika tidur dari sisi sains, menutup makanan dan minuman dari sisi sains dan Kesehatan.
Bab III	:	Membahas tentang metode studi otentik hadis dari segi kritik sanad dan matan hadis.
Bab IV	:	Berisi tentang analisa hadis pada anjuran mematikan lampu ketika tidur, menutup pintu, menutup wadah makanan dan minuman dengan menggunakan metode Zaghlul An-Najjar
Bab V	:	Penutup, berisi kesimpulan dan saran dari keseluruhan penelitian.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Setelah melakukan penelitian pada hadis tentang mematikan lampu, menutup pintu, menutup wadah makanan dan minuman dengan menggunakan metode pemahaman Zaghlul An-Najjar dalam upaya memahami hadis menggunakan pendekatan sains modern. Maka, peneliti menarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Ditinjau dari analisis sanad, hadis tentang mematikan lampu, menutup pintu, menutup wadah makanan dan minuman berkualitas sahih. Sedangkan dari segi matan, hadis tersebut berstatus *maqbul* atau dapat diterima karena tidak bertentangan dengan Al-Qur'an, hadis lainnya, akal sehat, dan fakta sejarah.
2. Setelah melakukan pemahaman hadis dengan sains menggunakan metode Zaghlul An-Najjar dalam upaya untuk memahami relasi antara hadis dan sains, dapat disimpulkan bahwa *pertama*, anjuran mematikan lampu saat tidur memliki hubungan untuk menjaga kualitas saat tidur, yang mana cahaya pada saat tidur dapat menghambat pembentukan hormon melantonin dan hormon melantonin ini merupakan hormon yang menjaga kualitas tidur setiap orang. *Kedua*, anjuran menutup pintu selain untuk menjaga kemaslahatan agama dan duniawi juga mempunyai maksud untuk menjauhkan setan agar tidak berbaur dengan manusia yang mana di dalam sains setan tersebut dapat menyebabkan rasa negatif terhadap diri manusia, yang hal itu dapat menyebabkan munculnya reaksi hormon berlebih yang

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

dapat menyebabkan stress. Dan *Ketiga*, perintah menutup makanan dan minuman memiliki hubungan dengan adanya mikroorganisme (bakteri) yang tidak tampak secara kasat mata, yang apabila bakteri tersebut masuk kedalam tubuh manusia maka akan berdampak pada kesehatan dan bahkan bisa sampai menyebabkan kematian.

B. Saran

Peneliti menyadari bahwa penelitian ini terdapat kekurangan di dalamnya, baik kekurangan secara kemampuan yang kurang mumpuni ataupun waktu dalam penyusunan skripsi ini. Penelitian tentang mematikan lampu, menutup pintu, menutup wadah makanan dan minuman relevansi antara hadis dan sains seharusnya masih bisa dikembangkan lebih jauh lagi dengan menggunakan beberapa pendekatan seperti antropologi, psikologi atau sosiologis dan lain sebagainya yang mana pada hadis ini dapat dinilai dari berbagai sudut pandang.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR PUSTAKA

Al-Bukhari, Al-Imam Mohammed ben Ismail. *Sahih al-Bukhari,* (Dar Al-Kotob Al-Ilmiyah: Beirut 2017).

Al-Hajjaj, Imam Muslim bin. *Sahih Muslim,* no. 2012, (Dar Al-Kotob Al-Ilmiyah, Beirut 2013).

Al-Munawwir, Ahmad Warson. *Al-Munawwir Kamus Arab Indonesia*, (Yogyakarta: Pondok Pesantren Al-Munawwir, 1984).

Al-Aridl, Ali Hasan. *Sejarah dan Metodelogi Tafsir*. Terjemah Ahmad Arkom, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 1994).

Al-Asqalani, Ibnu Hajar. *Fathul Baari syarah Shahih Al Bukhari,* Cet. I, (Jakarta: Pustaka Azzam).

---------- *Tahdzib al-Tahdzib*, (Beirut: Muassasatu al-Risalah, 1996).

Alodokter, *Memenuhi Waktu Tidur yang Ideal Demi Kesehatan* https://www-.alodokter.com/memenuhi-waktu-tidur-yang-ideal-demi-kesehatan [Di-akses tanggal 2 Desember 2022].

Al-Tahhan, Mahmud. *Taysir Mushthalah al-hadis*, (Beirut : Dar al-Tsaqafah al-islamiyah, tth.).

An-Najjar Zaghlul, *Pembuktian Sains dalam Sunnahi* Jilid II. (Jakarta: Sinar Grafika Offset 2006).

Asmadi dkk. Teknologi Pengolahan Air Minum. (Yogyakarta: Gosyen Publishing, 2011).

Azara Rima dan Ida Agustini Saidi. *Buku Ajar Mikrobiologi Pangan* (Siduarjo, 2020).

Dasmun. *Studi al-Qur'an dan al-Hadis* (Pendekatan Historis dan Filologi, 2015).

Depdikbud, *Kamus Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Pusat Bahasa, 1999).

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Dikry, M. Alfin Nugroho. *Kondisi Higiene Penjamah Makanan dan Sanitasi Kantin di Sman 15* (Surabaya, 2014).

Fakihan, Ahmad. *Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kualitas Tidur Pada Lanjut Usia.* (Surakarta: 2016).

Halodoc, *Dampak Kekurangan atau Kelebihan Hormon Adrenalin, https://-www.halodoc.com/a-rtikel/ini-dampak-kekurangan-atau-keleb-ihan-hormon-adrenalin* [Diakses tanggal 29 Januari 2023].

Hanbal, Ahmad bin. *Musnad al Imam Ahmad Ibn Hanbal Abi Abdullah al Shiybani,* (Dar al Ihya al-Turath al-Arabi, 1993).

Hayat, Muhammad Syaipul. *Hakikat Sains dan Inkuiri*, (https://osf.io).

Hellosehat, *Hormon Kortisol, https://hellosehat.com/sehat/informasi-kesehatan-/hormon-kortisol-adalah/* [Diakses tanggal 29 Januari 2023]

Ibn Manzur, Jamaluddin Muhammad bin Mukarram. *Lisan al- Arab.* (Kairo: Daar al-fikr, 1987).

Ismail, M. Syuhudi. *Metodologi Penelitian Hadis Nabi* (Jakarta : Bulan Bintang, 2007).

---------- *Hadis Nabi yang Tekstual dan Kontekstual*, (Jakarta: Bulan Bintang, 1996).

J. Hubbard, dkk. *Non-circadian direct effects of light on sleep and alertness: lessons from transgenic mouse models*. (Sleep Med Rev. 2013).

Jurnal, *Faktor Lingkungan yang Memepengaruhi Kualitas Tidur,* (2014) https://www.e-jurnal.com/2014/01/faktor-lingkungan-yang-mempeng-aruhi.html [Diakses tanggal 18 Januari 2023]

Kementerian Agama RI., *Al-Qur'an dan Terjemahnya* (Bandung: Syamil Quran, 2012).

Khon, Abdul Majid. *Takhrij Dan Metode Memahami Hadis*, (Jakarta : Amzah, 2014).

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

L. Betty S. dan Jenie M.S., *Sumber Kontaminasi dan Mikroba Indikator*, (Tanggerang Selatan: UT, 2016).

M. I. Ni Luh Putu Ayu dan Sri Wahyuni, *Melatonin Dan Melatonin Receptor Agonist Sebagai Penanganan Insomnia Primer Kronis*, (Denpasar: 2016).

Mahran Jamaluddin dan Abdul Azhim Hafna Mubasyir, *Al-Qur'an Bertutur Tentang Makanan & Obat-obatan*, (Yogyakarta: Mitra Pustaka, 2005).

Ma'luf, Louis. *Qamus al-Munjid fi al-Lugah* (Beirut: Dar alMasyriq, 1997).

Manzhur, Ibnu. *Lisan al-'Arab*, (tt: Dar al-Ma'arif, tth).

Muhadjir, Noeng. *Metodologi Penelitian Kualitataif*, (Yogyakarta: Rake Sarasin, 2002).

Nur, Zunaidi. *Hermeneutika Hadis Zaghlul An-Najjar*, (Tamaddun Journal of Islamic Studies, 2022).

Pentashihan, Lajnah. *Kesehatan Dalam Persepektif Al-Quran*, (Departemen Agama Republik Indonesia, 2009).

Qardhawi, Yusuf Al. *Fiqih Peradaban: Sunnah Sebagai Paradigma Ilmu Pengetahuan. Penerjemah Faizah Firdaus*. (Surabaya: Dunia Ilmu, 1997).

Sari, Indah Prasetyowati Tri Purnama, *Tingkat Pengetahuan Tentang Pentingnya Mengkonsumsi Air M Ineral Pada Siswa Kelas Iv Di Sd Negeri Keputran A* (Yogyakarta, 2014).

Santoso Soegeng dan Anne Lies Ranti, *Kesehatan dan Gizi*, (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2004).

Slamet, Juli Soemirat. *Kesehatan Lingkungan*. (Yogyakarta: Gajah Mada, 1994).

Sopandi,T dan Wardah, *Mikrobiologi Pangan Teori dan Praktik*. (Yogyakarta: Andi, 2014).

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Tim Penyusun Ensiklopedia Al-Qur'an, *Ensiklopedia Al-Qur'an Kajian Kosa Kata*, Jilid III (Cet. I; t.t.: Lentera Hati/Pusat Studi Al-Qur'an/Yayasan Paguyuban, 2007 M/1428H).

Undang - Undang. No 36 tentang *Kesehatan*. 2009.

Yaqub, Ali Musthofa. *Kritik Hadis*, (Jakarta: Pustaka Firdaus, 2000).

Yusuf al-Mizi Jamaluddin Abi al-Hujjaj, *Tahdhib al-Kamal fi Asma' al-Rijal*, Juz 24 (Beirut: Dar al-Fikr, 1983).

Zunaidi Wahbah, dkk. *Buku Pintar Al-Quran: Seven in One, terj. Imam Ghazali Masykur*, dkk (Jakarta: Al-Mahira, 2009).

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA