

PEMAKNAAN HADIS SHALAT MALAM

PERSPEKTIF KESEHATAN

(Kajian Ma'anil Hadis)



PROPOSAL SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam

Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta

Guna Memenuhi Syarat Gelar Sarjana Agama (S. Ag)

Disusun oleh:

Dea Uswatun Hasanah

NIM: 18105050064

PROGRAM STUDI ILMU HADIS

FAKULTAS USHULUDDIN DAN PEMIKIRAN ISLAM

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA

YOGYAKARTA

2023

NOTA DINAS

SURAT KELAYAKAN SKRIPSI

NOTA DINAS PEMBIMBING

Hal : Skripsi

Lamp. : -

Kepada
Yth. Dekan Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

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

Nama: Dea Uswatun Hasanah

NIM: 18105050064

Program Studi: Ilmu Hadis

Judul Skripsi: Pemaknaan Hadis Shalat Malam Perspektif Kesehatan
(*Kajian Ma'anil Hadis*)

Sudah dapat diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana strata satu (S1) dalam Program Studi Ilmu Hadis pada Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Dengan ini kami berharap agar skripsi/tugas akhir Saudara tersebut di atas dapat segera *dimunaqosyahkan*. Untuk itu, kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Yogyakarta, 4 April 2023
Pembimbing



Asrul M. Hum.

NIP. 19850809 201903 1007

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Dea Uswatun Hasanah
NIM : 18105050064
Program Studi : Ilmu Hadis
Fakultas : Ushuluddin dan Pemikiran Islam
Alamat : Dsn. Pancur, Ds. Rejo Agung, Kec. Tegineneng, Kab. Pesawaran,
LAMPUNG
Judul Skripsi : Pemaknaan Hadis Shalat Malam Perspektif Kesehatan (*Kajian Ma'anil
Hadis*)

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa:

1. Skripsi yang saya ajukan adalah benar asli karya ilmiah yang saya tulis sendiri.
2. Apabila dikemudian hari ternyata diketahui bahwa karya tersebut bukan karya ilmiah saya (plagiasi), maka saya bersedia menanggung sanksi dan dibatalkan gelar keserjanaan saya.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Yogyakarta, 4 April 2023

Saya menyatakan,

Dea Uswatun Hasanah

18105050064



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-656/Un.02/DU/PP.00.9/04/2023

Tugas Akhir dengan judul : Pemaknaan Hadis Shalat Malam Perspektif Kesehatan (*Kajian Ma'anil Hadis*)

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : DEA USWATUN HASANAH
 Nomor Induk Mahasiswa : 18105050064
 Telah diujikan pada : Rabu, 12 April 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
 Asrul, M.Hum.
 SIGNED

Valid ID: 644d0d89ba98c



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

Valid ID: 6482c5ccd507f



Penguji III
 Dr. Muhammad Akmaluddin, M.S.I.
 SIGNED

Valid ID: 64817d6881208



Yogyakarta, 12 April 2023
 UIN Sunan Kalijaga
 Dekan Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam
 Prof. Dr. Inayah Rohmaniyah, S.Ag., M.Hum., M.A.
 SIGNED

Valid ID: 64867adede27d

SURAT PERNYATAAN BERJILBAB

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Dea Uswatun Hasanah
Tempat dan Tanggal Lahir : Pancur, 27 November 1999
NIM : 18105050064
Program Studi : Ilmu Hadis
Fakultas : Ushuluddin dn Pemikiran Islam
Alamat : Dsn. Pancur, Desa. Rejo Agung, Kec. Tegineneng,
Kab. Pesawaran, LAMPUNG
No. HP : 082210721517

Menyatakan bahwa saya menyerahkan diri dengan mengenakan jilbab untuk dipasang pada ijazah saya. Atas segala konsekuensi yang timbul di kemudian hari sehubungan dengan pemasangan pasfoto berjilbab pada ijazah saya tersebut adalah menjadi tanggung jawab saya sepenuhnya.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Yogyakarta, 4 april 2023

Saya yang menyatakan,

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA



Dea Uswatun Hasanah
18105050064

SURAT PERSETUJUAN

Kepada Yth.
Dekan Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam
UIN Sunan Kalijaga
Yogyakarta

Assalamualaikum wr., wb.

Setelah melakukan bimbingan, arahan, dan koreksi terhadap penulisan skripsi yang berjudul:

**PEMAKNAAN HADIS SHALAT MALAM PERSPEKTIF KESEHATAN
(KAJIAN MA'ANIL HADIS)**

Yang ditulis oleh:

Nama : Dea Uswatun Hasanah
NIM : 18105050064
Jurusan : Ilmu Hadis

Saya berpendapat bahwa skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta untuk diujikan dalam sidang munaqasyah.

Wassalamu'alaikum wr., wb.

Yogyakarta, 4 April 2023

Dosen Pembimbing



Asrul M. Hum.

NIP. 19850809 201903 1007

MOTTO

Berjalanlah, maka kamu akan sampai.



PERSEMBAHAN

Skripsi ini penulis persembahkan untuk:

Kedua orang tuaku yang selalu mendukung ku hingga bisa sampai di titik ini, saya ucapkan banyak terimakasih walaupun ucapan terimakasih pun tidak akan mampu menebus semua kebaikan kalian. Sekali lagi terimakasih banyak *mak pak*.



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB LATIN

KEPUTUSAN BERSAMA

MENTERI AGAMA DAN MENTERI PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN REPUBLIK INDONESIA

Nomor: 158 Tahun 1987

Nomor: 0543b//U/1987

Transliterasi dimaksudkan sebagai pengalih-hurufan dari abjad yang satu ke abjad yang lain. Transliterasi Arab-Latin di sini ialah penyalinan huruf-huruf Arab dengan huruf-huruf Latin beserta perangkatnya.

A. Konsonan

Fonem konsonan bahasa Arab yang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan huruf. Dalam transliterasi ini sebagian dilambangkan dengan huruf dan sebagian dilambangkan dengan tanda, dan sebagian lagi dilambangkan dengan huruf dan tanda sekaligus.

Berikut ini daftar huruf Arab yang dimaksud dan transliterasinya dengan huruf latin:

Tabel 0.1: Tabel Transliterasi Konsonan

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
ا	Alif	Tidak dilambangkan	Tidak dilambangkan
ب	Ba	B	Be
ت	Ta	T	Te

ث	Ša	š	es (dengan titik di atas)
ج	Jim	J	Je
ح	Ĥa	ḥ	ha (dengan titik di bawah)
خ	Kha	Kh	ka dan ha
د	Dal	d	De
ذ	Žal	z	Zet (dengan titik di atas)
ر	Ra	r	er
ز	Zai	z	zet
س	Sin	s	es
ش	Syin	sy	es dan ye
ص	Šad	š	es (dengan titik di bawah)
ض	Ḍad	ḍ	de (dengan titik di bawah)
ط	Ṭa	ṭ	te (dengan titik di bawah)
ظ	Za	z	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
هـ	Ha	h	ha
ء	Hamzah	‘	apostrof
ي	Ya	y	ye

B. Vokal

Vokal bahasa Arab, seperti vokal bahasa Indonesia, terdiri dari vokal tunggal atau *monoftong* dan vokal rangkap atau *diftong*.

1. Vokal Tunggal

Vokal tunggal bahasa Arab yang lambangnya berupa tanda atau harakat, transliterasinya sebagai berikut:

Tabel 0.2: Tabel Transliterasi Vokal Tunggal

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
ـَ	Fathah	a	a
ـِ	Kasrah	i	i
ـُ	Dammah	u	u

2. Vokal Rangkap

Vokal rangkap bahasa Arab yang lambangnya berupa gabungan antara harakat dan huruf, transliterasinya berupa gabungan huruf sebagai berikut:

Tabel 0.3: Tabel Transliterasi Vokal Rangkap

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
ـَـيْ...	Fathah dan ya	ai	a dan u
ـَـوْ...	Fathah dan wau	au	a dan u

C. Maddah

Maddah atau vokal panjang yang lambangnya berupa harakat dan huruf, transliterasinya berupa huruf dan tanda sebagai berikut:

Tabel 0.4: Tabel Transliterasi *Maddah*

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
ـَـا...ـَـا	Fathah dan alif atau ya	ā	a dan garis di atas
ـِـي...	Kasrah dan ya	ī	i dan garis di atas

وُ...	Dammah dan wau	ū	u dan garis di atas
-------	----------------	---	---------------------

Contoh:

- قِيَام : *qiyām*

D. Ta' Marbutah

Transliterasi untuk ta' marbutah ada dua, yaitu:

1. Ta' marbutah hidup

Ta' marbutah hidup atau yang mendapat harakat fathah, kasrah, dan dammah, transliterasinya adalah "t".

2. Ta' marbutah mati

Ta' marbutah mati atau yang mendapat harakat sukun, transliterasinya adalah "h".

3. Kalau pada kata terakhir dengan ta' marbutah diikuti oleh kata yang menggunakan kata sandang *al* serta bacaan kedua kata itu terpisah, maka ta' marbutah itu ditransliterasikan dengan "h".

E. Syaddah (Tasydid)

Syaddah atau tasydid yang dalam tulisan Arab dilambangkan dengan sebuah tanda, tanda syaddah atau tanda tasydid, ditransliterasikan dengan huruf, yaitu huruf yang sama dengan huruf yang diberi tanda syaddah itu.

F. Kata Sandang

Kata sandang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan huruf, yaitu ال, namun dalam transliterasi ini kata sandang itu dibedakan atas:

1. Kata sandang yang diikuti huruf syamsiyah

Kata sandang yang diikuti oleh huruf syamsiyah ditransliterasikan sesuai dengan bunyinya, yaitu huruf “I” diganti dengan huruf yang langsung mengikuti kata sandang itu.

2. Kata sandang yang diikuti huruf qamariyah

Kata sandang yang diikuti oleh huruf qamariyah ditransliterasikan dengan sesuai dengan aturan yang digariskan di depan dan sesuai dengan bunyinya.

Baik diikuti oleh huruf syamsiyah maupun qamariyah, kata sandang ditulis terpisah dari kata yang mengikuti dan dihubungkan dengan tanpa sempang.

G. Hamzah

Hamzah ditransliterasikan sebagai apostrof. Namun hal itu hanya berlaku bagi hamzah yang terletak di tengah dan di akhir kata. Sementara hamzah yang terletak di awal kata dilambangkan, karena dalam tulisan Arab berupa alif.

H. Penulisan Kata

Pada dasarnya setiap kata, baik fail, isim maupun huruf ditulis terpisah. Hanya kata-kata tertentu yang penulisannya dengan huruf Arab sudah lazim

dirangkaikan dengan kata lain karena ada huruf atau harkat yang dihilangkan, maka penulisan kata tersebut dirangkaikan juga dengan kata lain yang mengikutinya.

Contoh:

- وَ إِنَّ اللَّهَ فَهُوَ خَيْرُ الرَّازِقِينَ Wa innallāha lahuwa khair ar-rāziqīn/
Wa innallāha lahuwa khairurrāziqīn
- بِسْمِ اللَّهِ مَجْرَاهَا وَ مُرْسَاهَا Bismillāhi majrehā wa mursāhā

I. Huruf Kapital

Meskipun dalam sistem tulisan Arab huruf kapital tidak dikenal, dalam transliterasi ini huruf tersebut digunakan juga. Penggunaan huruf kapital seperti apa yang berlaku dalam EYD, di antaranya: huruf kapital digunakan untuk menuliskan huruf awal nama diri dan permulaan kalimat. Bilamana nama diri itu didahului oleh kata sandang, maka yang ditulis dengan huruf kapital tetap huruf awal nama diri tersebut, bukan huruf awal kata sandangnya.

Contoh:

- الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ Alhamdu lillāhi rabbi al-`ālamīn/
Alhamdu lillāhi rabbil `ālamīn
- الرَّحْمَنُ الرَّحِيمُ Ar-rahmānir rahīm/Ar-rahmān ar-rahīm

Penggunaan huruf awal kapital untuk Allah hanya berlaku bila dalam tulisan Arabnya memang lengkap demikian dan kalau penulisan itu disatukan dengan kata lain sehingga ada huruf atau harakat yang dihilangkan, huruf kapital tidak dipergunakan.

J. Tajwid

Bagi mereka yang menginginkan kefasihan dalam bacaan, pedoman transliterasi ini merupakan bagian yang tak terpisahkan dengan Ilmu Tajwid. Karena itu peresmian pedoman transliterasi ini perlu disertai dengan pedoman tajwid.



ABSTRAK

Salah satu shalat yang keutamaannya paling utama setelah shalat fardhu ialah shalat sunnah pada malam hari atau sering disebut *qiyamul lail*. Shalat malam merupakan shalat sunnah yang memiliki banyak keutamaan. Banyak hadis yang muncul di masyarakat membicarakan mengenai keutamaan shalat malam, keistimewaan shalat malam tidak hanya terbatas pada persoalan spritualitas seseorang namun shalat malam juga memiliki keutamaan bagi kesehatan tubuh manusia. Namun apakah hadis tersebut sudah dimaknai sesuai dengan kaidah-kaidah ilmu hadis dan apakah hadis tersebut sudah terbukti kebenarannya oleh ilmu sains? Maka dari itu penulis tertarik untuk meneliti bagaimana pemaknaan hadis shalat malam terhadap kesehatan.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dan termasuk dalam jenis penelitian kepustakaan (*library research*), yaitu penelitian yang memfokuskan pembahasan pada literatur-literatur baik berupa buku, jurnal, makalah, maupun tulisan-tulisan lainnya. Kemudian dalam memahami makna hadis pada penelitian ini penulis menggunakan kajian ma'anil hadis yang ditawarkan oleh Yusuf al-Qardhawi. Adapun penelitian ini mengkaji: (1) Bagaimana pemaknaan hadis shalat malam dengan menggunakan kajian ma'anil hadis? (2) Bagaimana pemaknaan hadis shalat malam terhadap kesehatan?

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa: (1) Hadis shalat malam memiliki makna yang tidak bertentangan dengan al-Qur'an dan tidak kontradiktif dengan hadis setema yang lebih tinggi derajatnya, makna *qiyām al-lail* dalam hadis ini adalah melakukan ibadah di malam hari yang dilaksanakan pada akhir sepertiga malam antara jam 01.00-04.00, dan memiliki arti dapat menolak penyakit dari badan yakni mencakup seluruh penyakit yang ada pada tubuh manusia. (2) Shalat malam terbukti memiliki dampak kesehatan bagi tubuh manusia yang mencakup pada 3 aspek kesehatan yaitu bagi kesehatan fisik, kesehatan mental, dan kesehatan spiritual.

Kata kunci: Shalat malam, kesehatan, ma'anil hadis

KATA PENGANTAR

Puji syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah memberi segala kenikmatan serta kesempatan dalam banyak hal, berkat rahmat dan juga hidayah Nya lah, sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi ini yang berjudul Pemaknaan Shalat Malam Terhadap Kesehatan. Sholawat serta salam semoga selalu tercurahkan kepada baginda Nabi Muhammad SAW beserta keluarganya, para sahabtanya dan juga seluruh umat muslim.

Penulis sangat bersyukur telah mampu menyelesaikan skripsi ini meski masih jauh dari kata sempurna. Maka dari itu penulis sangat berterima kasih kepada bapak dan ibu yang telah memberikan dukungan serta doa untuk anak-anaknya. Semoga Allah SWT membalas semua segala amal kebaikan kalian semua. Bagi yang telah membantu dalam kelancaran penyusunan skripsi ini dari awal sampai akhir, dengan kerendahan hati dan penuh dengan rasa hormat penulis juga ucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya, khususnya kepada:

1. Allah SWT Tuhan semesta alam yang telah memberikan kesempatan untuk penulis berkuliah di UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
2. Kedua Orang Tua saya yang aya cintai dan saya banggakan yang telah memberikan pengorbanan materi, kepercayaan, dan juga doa yang tak pernah putus untuk saya sehingga saya bisa menyelesaikan proses perkuliahan ini.
3. Prof. Dr. Phil. Al Makin, M.A selaku Rektor UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.

4. Dr. Inayah Rohmaniyah, S. Ag., M. Hum., M.A selaku dekan Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam UIN Sunan Kailjaga Yogyakarta.
5. Drs. Indal Abror, M. Ag dan Mahatva Yoga Adi Pradana, M.Sos selaku ketua dan Sekretaris Prodi Ilmu Hadis Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam UIN Suna Kalijaga Yoyakarta.
6. Asrul, M. Hum selaku Dosen pembimbing Skripsi yang telah memberikan arahan dan masukan kepada penulis di setiap bimbingannya.
7. Seluruh dosen Ilmu Hadis yang tidak bisa saya sebut satu persatu namanya, namun tidak mengurangi rasa hormat saya sedikitpun. Yang sudah memberikan ilmu serta pengalaman yang sangat banyak dan begitu luas semoga ilmu yang diberikan dapat bermanfaat dan barokah bagi bangsa dan negara.
8. Serta saya ucapkan terimakasih kepada Mas Ratehiro Samanan yang selalu menemani dalam proses mengerjakan penelitian ini, terimakasih sudah meluangkan waktu dan segala perhatiannya. Sekali lagi saya ucapkan terimakasih.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA
Yogyakarta, 04 April 2023

Dea Uswatun Hasanah
NIM. 18105050064

DAFTAR ISI

NOTA DINAS	i
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
SURAT PERNYATAAN BERJILBAB	iv
SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI	v
MOTTO	vi
PERSEMBAHAN	vii
PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB LATIN	viii
ABSTRAK	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan Penelitian dan Manfaat Penelitian	7
D. Telaah Pustaka	8
E. Kerangka Teori.....	14
F. Metode Penelitian.....	16
G. Sistematika Penulisan	18
BAB II STUDI KUALITAS HADIS.....	21
A. Redaksi dan Takhrij Hadis	21
B. I'tibar Sanad	25
C. Kritik Sanad Hadis dan Jarh wa Ta'dil	33
D. Penilaian Sanad Hadis.....	39
E. Kritik Matan Hadis.....	40
BAB III KAJIAN MA'ANIL HADIS.....	46
A. Memahami As-Sunnah Sesuai Petunjuk Al-Qur'an	46
B. Mengumpul Beberapa Hadis yang Setema	52
C. Memahami Hadis Dengan Mempertimbangkan Latar Belakangnya	53
D. Membedakan Antara Sarana yang Berubah-ubah dan Tujuan yang Tetap	54
E. Memastikan Makna Istilah yang Digunakan Dalam Hadis.....	55
BAB IV MAKNA HADIS SHALAT MALAM BAGI KESEHATAN	59
A. Makna Kesehatan	59
B. Makna Hadis Shalat Malam Bagi Kesehatan.....	63

1) Makna Hadis Shalat Malam Bagi Kesehatan Fisik	63
2) Makna Hadis Shalat Malam Bagi Kesehatan Mental	69
3) Makna Hadis Shalat Malam Bagi Kesehatan Spiritual	75
BAB V PENUTUP	79
A. Kesimpulan	79
B. Saran	80
DAFTAR PUSTAKA	82
CURRICULUM VITAE	85



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Shalat merupakan salah satu ibadah yang paling mulia dan paling dicintai oleh Allah SWT bahkan Nabi SAW sendiri telah menegaskan tentang kedudukan shalat dalam agama, yaitu dalam sabda beliau yang berbunyi, “*Shalat merupakan tiang agama*”.¹ Shalat ialah berhadap hati kepada Allah SWT sebagai ibadah, dalam bentuk beberapa perkataan dan perbuatan yang diawali dengan takbiratul ihram dan diakhiri dengan salam serta menurut syarat-syarat yang ditentukan.²

Selain shalat fardhu yang diperintahkan wajib dikerjakan, ada banyak juga shalat-shalat sunnah yang bisa dikerjakan guna untuk sarana kita lebih mendekatkan diri kepada Allah SWT. Salah satu shalat sunnah yang keutamaannya paling utama setelah shalat fardhu ialah shalat sunnah pada malam hari atau sering disebut *qiyamul lail*.

Qiyām al-lail ialah shalat yang dikerjakan pada waktu malam hingga menjelang subuh dengan sifat, kaifiyat dan rakaat tertentu sesuai dengan

¹ Jalal Syafi'i, *Dahsyatnya Gerakan Shalat* (Jakarta: Gema Insana, 2009), hlm. 23.

² Yuanita Ma'rufah, “*Manfaat Shalat Terhadap Kesehatan Mental dalam Al-Qur'an*” (Yogyakarta, UIN Sunan Kalijaga, 2015), hlm. 5.

tuntunan Allah dan Rasul-Nya. Termasuk *qiyām al-lail* adalah shalat witir, shalat tahajud, dan shalat tarawih.³

Banyak ayat Al-Quran dan hadis yang menjelaskan tentang keutamaan *qiyām al-lail*, yang menganjurkan kepada orang-orang saleh agar mengisi waktu malam dengan berbagai ibadah dan ketaatan. Oleh karena itu, para ulama salaf yang salah sangat menginginkan agar mereka bisa meraih keutamaan yang agung itu. Pada waktu-waktu tersebut, mereka pun bertobat, beribadah, memuji Allah, berzikir, ruku', dan sujud kepada-Nya. Mereka mencari karunia dan keridhaan Allah SWT., menambah keyakinan dan keimanan, dan memohon anugerah-Nya. Allah adalah semulia-mulia yang diminta dan seutama-utama yang didamba.⁴ Allah telah menyebutkan dalam al-Qur'an yang berbunyi:

وَمِنَ اللَّيْلِ فَاسْجُدْ لَهُ وَسَبِّحْهُ لَيْلًا طَوِيلًا

“Dan pada sebagian dari malam, maka bersujudlah kepada-Nya dan bertasbihlah kepada-Nya pada bagian yang panjang di malam hari.” (QS. Al-Insan: 26)

Shalat malam memiliki keistimewaan dibanding shalat di siang hari. Shalat malam lebih bisa dirahasiakan dan lebih mungkin untuk memurnikan ibadah hanya kepada Allah (ikhlas). Shalat malam memiliki keutamaan yang lebih besar dibanding shalat sunnah lainnya karena shalat

³ Mujiburrohman, “Qiyam al-Lail dalam Perspektif Rasulullah (Tuntunan Shalat Malam Ala Rasulullah SAW Serta Urgensinya dalam Kehidupan Umat Manusia),” *Jurnal Penelitian dan Pemikiran Islam* 01, No. 01 (2014).

⁴ Sallamah Muhammad Abu Al-Kamal, *Mukjizat Shalat Malam* (Bandung: Mizania, 2007), hlm. 45.

di malam hari lebih berat bagi jiwa seseorang daripada shalat di siang hari, karena malam adalah saatnya tidur, istirahat dan bersenang-senang, sedangkan waktu siang memang waktu untuk seseorang melakukan banyak aktivitas.⁵

Bacaan shalat pada shalat malam hari lebih dapat direnungkan, lebih khusyu' dan lebih difahami, daripada bacaan pada shalat di siang hari, karena pada waktu malam segala kesibukan terhenti, hati dapat terbuka dan terjadi kesepakatan dengan lisan untuk memahaminya.⁶ Sebagaimana firman Allah SWT:

إِنَّ نَاشِئَةَ اللَّيْلِ هِيَ أَشَدُّ وَطْئًا وَأَقْوَمُ قِيَلًا

“Sesungguhnya bangun di waktu malam adalah lebih tepat (untuk khusyu’) dan bacaan di waktu itu lebih berkesan.” (QS. al-Muzammil:6)

Ibnu Zaid mengatakan: “Lebih tepat (untuk khusyu’) dan bacaan di waktu itu lebih berkesan, malam itu lebih tenang dan hati lebih kosong untuk menerima, karena hati tidak banyak dibebani kebutuhan dan yang lainnya, juga bacaannya lebih berkesan karena hati tidak terisi oleh keduniaan.”⁷

Selain sebagai sebuah ibadah tambahan untuk mendekatkan diri lebih kepada Allah SWT, shalat malam juga mempunyai keistimewaan

⁵ Muhammad Shalih Ali Abdillah Ishaq, *Bersujud di Keheningan Malam* (Yogyakarta: Mathabi’ al-Humaidh, 2010), hlm. 661.

⁶ Muhammad Shalih Ali Abdillah Ishaq, *Bersujud di Keheningan Malam*, hlm. 665.

⁷ Muhammad Shalih Ali Abdillah Ishaq, *Bersujud di Keheningan Malam*, hlm. 664.

dapat mengangkat derajat si pengamal shalat ke derajat yang terpuji.

Sebagaimana firman Allah:

وَمِنَ اللَّيْلِ فَتَهَجَّدْ بِهِ نَافِلَةً لَّكَ عَسَىٰ أَنْ يَبْعَثَكَ رَبُّكَ مَقَامًا مَّحْمُودًا

“Dan pada sebagian malam, lakukanlah salat tahajud (sebagai suatu ibadah) tambahan bagimu: mudah-mudahan Tuhanmu mengangkatmu ke tempat yang terpuji.” (QS. Al-Isra:79)

Begitu banyaknya keistimewaan shalat malam tidak hanya terbatas pada persoalan spiritual saja, telah banyak penelitian yang menyebutkan bahwasanya shalat malam juga memiliki dampak positif untuk tubuh. Dalam buku *Bersujud di Keheningan malam* (Muhamad Shalih Ali Abdillah Ishaq) *qiyām al-lail* dapat menangkal penyakit hati dan kotoran maksiat dan dosa, *qiyām al-lail* juga dapat menangkal penyakit fisik. *Qiyām al-lail* dapat menolak penyakit-penyakit yang mengenai tubuh, menjaga dan memeliharanya dari segala gangguan dan penyakit, dengan seizin Allah SWT.⁸

Kemudian penulis menemukan lagi dalam buku yang berjudul *Terapi Shalat Tahajud Menyembuhkan Berbagai Penyakit* (Moh. Sholeh). Tahajud merupakan salah satu bentuk ibadah *qiyām al-lail*. Dalam buku ini disebutkan bahwasanya shalat tahajud memiliki manfaat praktis, baik dari sudut pandang religius maupun kesehatan, sebagaimana disabdakan Rasulullah SAW. Dalam sebuah hadis, “Shalat tahajud dapat menghapus

⁸ Muhammad Shalih Ali Abdillah Ishaq, *Bersujud di Keheningan Malam*, hlm. 92.

dosa, mendatangkan ketenangan, dan menghindarkan dari penyakit” (HR Tirmizi).⁹

Dari teks hadis diatas yang ditemukan dalam sebuah buku, peneliti tertarik untuk mencari teks asli hadis diatas. Namun, ternyata teks hadis tersebut tidak sesuai dengan teks aslinya. Berikut teks hadis yang sesuai:

أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ عَلَيْكُمْ بِقِيَامِ اللَّيْلِ فَإِنَّهُ ذَابُّ الصَّالِحِينَ قَبْلَكُمْ وَإِنَّ قِيَامَ اللَّيْلِ قُرْبَةٌ إِلَى اللَّهِ وَمَنْهَاةٌ عَنِ الْإِثْمِ وَتَكْفِيرٌ لِلْسَيِّئَاتِ وَمَطْرَدَةٌ لِلدَّاءِ عَنِ الْجَسَدِ

Artinya: “Bahwa Rasulullah shallallahu ‘alaihi wa sallam bersabda: “Hendaknya kalian melakukan shalat malam, karena shalat malam adalah hidangan orang-orang shalih sebelum kalian, dan sesungguhnya shalat malam mendekatkan kepada Allah, serta menghalangi dari dosa, menghapus kesalahan, dan menolak penyakit dari badan.”¹⁰

Banyaknya manfaat *qiyām al-lail* membuat peneliti tertarik untuk menelaah hadis yang menyebutkan bahwasanya *qiyām al-lail* memberikan dampak positif untuk kesehatan. Karena banyak penelitian yang meneliti tentang *qiyām al-lail* hanya dari perspektif kesehatan saja, sedangkan dari perspektif hadis masih jarang dilakukan. Seperti hadis dalam kasus ini hanya digunakan sebagai pelengkap saja bahkan terkadang sampai diubah teks hadisnya sehingga dibuat seakan-akan lebih menarik.

Secara teori untuk mendapatkan pemahaman dari sebuah hadis dapat ditempuh dengan dua cara, yaitu tekstual dan kontekstual. Hadis dapat

⁹ Moh. Sholeh, *Terapi Shalat Tahajud Menyembuhkan Berbagai Penyakit*, (Jakarta: Noura, 2012) hlm. 2

¹⁰ HR. Tirmidzi No. 3472, Lidwa Pustaka

dipahami secara tekstual manakala hadis tersebut telah dipelajari secara lebih lanjut seperti dikaitkan dengan historis peristiwa, kemudian secara pemahaman sudah sesuai dengan konteks hadis yang tertulis di dalamnya. Sedangkan suatu hadis perlu dipahami secara kontekstual apabila hadis tersebut telah dipelajari lebih lanjut dan ditemukan bahwa dibalik teks hadis terdapat tanda-tanda kuat mengharuskan dikaji dan dipahami tidak dengan makna yang tekstual.¹¹

Dari beberapa uraian diatas maka perlu diadakan kajian lebih mendalam terhadap makna yang terkandung di balik teks hadis tentang *Shalat Malam*. Dalam pemaknaan suatu hadis diperlukan kejelasan apakah suatu hadis akan dimaknai dengan tekstual atau kontekstual. Sedangkan dalam upaya mencapai pemahaman yang sesuai ilmu hadis, hal yang perlu diperhatikan adalah setting-historis yang melatarbelakangi hadis itu muncul serta peran dan fungsi Nabi Muhammad SAW., ketika mengeluarkan hadis. Hal ini yang mendorong peneliti untuk lebih jauh mengkaji mengenai kandungan yang tersembunyi dibalik teks-teks hadis *Shalat Malam*. Betapa Istimewanya shalat malam yang memiliki berbagai keutamaan, peneliti juga tertarik untuk lebih dalam mengulik manfaat shalat malam terhadap aspek kesehatan, karna tak hanya terbatas pada persoalan spritual saja namun juga memiliki manfaat terhadap kesehatan tubuh. Adapun pembahasan

¹¹ Syuhud Ismail, *Hadis Nabi yang Tekstual dan Kontekstual (Telaah Ma'anil Hadis tentang Ajaran Islam yang Universal, Temporal dan Lokal)* (Jakarta: PT Bulan Bintang, 1994).

hadis *shalat malam* dititik beratkan pada makna kandungan hadis tersebut lalu mengaitkannya dengan perspektif kesehatan.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas maka yang akan menjadi rumusan masalah pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana Pemaknaan Hadis tentang Shalat Malam Melalui *Ma'anil Hadis*?
2. Bagaimana Pemaknaan Hadis Shalat Malam Terhadap Kesehatan?

C. Tujuan Penelitian dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Agar penelitian ini mendapat hasil yang diharapkan, maka hendak diterangkan tujuan yang hendak dicapai, adapun tujuan-tujuan penelitian ini adalah:

- a. Untuk mengetahui bagaimana pemaknaan Hadis tentang Shalat Malam dengan menggunakan metode *ma'anil hadis*.
- b. Untuk mengetahui bagaimana pemaknaan Hadis Shalat Malam Terhadap kesehatan.

2. Manfaat Penelitian

- a. Manfaat teoritis dari penelitian ini diharapkan bisa memberi sumbangan bagi khazanah studi hadis khususnya *ma'anil hadis*, dan diharapkan penelitian ini bisa memberikan manfaat dalam kehidupan nyata dalam memahami hadis tentang shalat malam dalam perspektif kesehatan.

- b. Manfaat akademis, untuk melengkapi dan memenuhi syarat dalam menyelesaikan studi di jurusan Ilmu Hadis Fakultas Ushuluddin Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.

D. Telaah Pustaka

Telaah pustaka merupakan upaya memaparkan penelitian atau kajian yang telah dibahas sebelumnya untuk memberikan kontribusi ide dalam tulisan ini, disamping itu agar tidak terjadi plagiasi. Se jauh pembacaan dan penelusuran penulis, hadis tentang shalat malam bukanlah penelitian yang baru, dan telah diteliti oleh akademisi dengan berbagai perspektif. Adapun penelitian sebelumnya mengenai hadis shalat malam akan diklasifikasi sebagai berikut:

1. Tinjauan pemahaman hadis

Tulisan yang berjudul “*Metode Pemahaman Hadis*” oleh Muhammad Asriady ini membahas tentang metodologi pemahaman. Bahwasanya dalam tulisan ini yang dimaksud metodologi pemahaman hadis adalah cara yang ditempuh seseorang untuk memahami hadis. Metode pemahaman diartikan teknik interpretasi, dimana dibagi menjadi tiga yaitu *pertama*, Interpretasi Tekstual ialah pemahaman terhadap matan hadis berdasarkan teksnya semata. *Kedua*, Interpretasi Kontekstual ialah pemahaman terhadap matan hadis dengan memperhatikan *asbab al wurud* yang dihubungkan dengan konteks kekinian. *Ketiga*, Interpretasi Interkontekstual atau antarteks ialah

metode memahami hadis dengan sistematika matan hadis bersangkutan atau hadis yang semakna atau ayat-ayat al-Qur'an yang terkait.¹²

Kemudian dari beberapa teknik pemahaman diatas, dalam penelitian ini penulis akan menggunakan metode pemahaman hadis dengan teknik interpretasi interkontekstual atau antarteks yaitu metode memahami hadis dengan sistematika matan hadis yang bersangkutan atau hadis yang semana dengan ayat-ayat al-Qur'an yang terkait.

Skripsi yang berjudul "*Metode Pemahaman Hadis Tentang Larangan Menyemir Rambut Warna Hitam Perspektif Yusuf Qardhawi*" Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya pada tahun 2019. Penelitian ini membahas tentang bagaimana bagaimana implikasi hadis tentang larangan menyemir rambut warna hitam dalam kitab sunan Ibnu Majah no indeks 1197 dan dihubungkan dengan perspektif Yusuf Qardhawi. Penelitian ini bersifat penelitian kepustakaan (*library research*), adapun langkah peneliti sebelum masuk ke pembahasan hadis ialah melakukan kritik sanad dan I'tibar untuk mengetahui kualitas hadis.

Kemudian hasil penelitian yang didapat ialah menurut Yusuf Qardhawi, larangan warna hitam untuk tidak menyerupai kaum yahudi dan nasrani dan tidak menipu dalam hal usia. Dengan pengecualian,

¹² Muhammad Asriady, "*Metode Pemahaman Hadis*," *Ekspose* 16, No. 01 (2017).

dibolehkan menggunakan warna hitam dengan tujuan untuk berperang, menyenangkan istri dan dengan sebab usia muda.¹³

Adapun perbedaan dengan penelitian ini ialah penulis akan membahas tentang pemaknaan hadis tentang shalat malam dengan ma'anil hadis yang ditawarkan Yusuf Qardhawi dan mengaitkannya dengan perspektif kesehatan.

2. Tinjauan shalat malam

Jurnal yang ditulis oleh Mujiburrohman yang berjudul "*Qiyam al-Lail dalam Perspektif Rasulullah (Tuntunan Shalat Malam Ala Rasulullah SAW Serta Urgensinya Dalam Kehidupan Umat Manusia)*" Universitas Islam Madura Pamekasan pada tahun 2014. Penelitian ini mencoba mendeskripsikan tentang apa itu *qiyam al-lail*, bagaimanakah urgensi *qiyam al-lail*, berapa jumlah rakaatnya, bagaimana tata cara pelaksanaannya, dan waktu pelaksanaannya "ala" Rasulullah SAW. Penelitian ini menggunakan sumber data primer dari hadis-hadis Nabi yang diproses menggunakan metode maudhu'i.

Dalam penelitian ini penulis mendapat kesimpulan dari beberapa rumusan masalah diatas yaitu; pertama, hakikat *qiyam al-lail* ialah shalat yang dikerjakan pada waktu malam hingga menjelang subuh dengan sifat, kaifiyat dan rakaat tertentu sesuai dengan tuntunan Allah dan Rasul-Nya. Termasuk *qiyam al-lail* adalah shalat witir, shalat

¹³ Agung Noviyanto, "*Metode Pemahaman Hadis Tentang Larangan Menyemir Rambut Warna Hitam Perspektif Yusuf Qardhawi*" (Semarang, UIN Sunan Ampel, 2019).

tahajud, dan shalat tarawih. Kedua; Rasulullah SAW memandang penting shalat malam, sebab dalam shalat malam terdapat banyak manfaat. Ketiga; Waktu pelaksanaan *qiyam al-lail* boleh dikerjakan pada awal waktu malam, pertengahan malam. Hanya saja shalat malam harus dikerjakan setelah shalat Isya. Keempat; Shalat malam sebagaimana yang telah diajarkan oleh Rasulullah SAW adalah dilakukan dengan cara dua rakaat-dua rakaat, kemudian ditutup dengan shalat witir.¹⁴

Adapun perbedaan dengan penelitian ini ialah tidak hanya membahas mengenai pengertian qiyam al-lail saja, namun akan membahas lebih mendalam mengenai keutamaan qiyam al-lail serta akan menyertakan pemaknaan hadis tentang keutamaan qiyam al-lail dan mengaitkan qiyam al-lail dengan kesehatan.

3. Tinjauan shalat dalam kesehatan

Skripsi yang ditulis oleh Annisa Rahayu yang berjudul “*Pengaruh Ibadah Shalat Terhadap Kesehatan (Tinjauan Dari Sisi Jasmani dan Rohani)*” Universitas Muhammadiyah Purwokerto pada tahun 2012. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh ibadah shalat terhadap kesehatan tinjauan dari sisi jasmani dan rohani. Jenis penelitian ini merupakan penelitian kepustakaan (*library research*) yaitu studi pustaka atau studi literatur. Metode pengumpulan datanya

¹⁴ Mujiburrohmah, “*Qiyam al-Lail dalam Perspektif Rasulullah (Tuntunan Shalat Malam Ala Rasulullah SAW Serta Urgensinya dalam Kehidupan Umat Manusia)*.”

menggunakan studi dokumenter yaitu cara mengumpulkan data melalui peninggalan tertulis, terutama berupa arsip-arsip dan termasuk buku-buku tentang pendapat yang berhubungan dengan masalah penyelidikan. Analisis data menggunakan deskriptif kualitatif.

Hasil dari penelitian ini adalah gerakan maupun bacaan yang terdapat dalam ibadah shalat memiliki pengaruh terhadap kesehatan jasmani maupun rohani seseorang. Pengaruh shalat terhadap kesehatan jasmani meliputi aspek relaksasi otot yang terdapat dalam shalat; bagian kepala (mata, pipi, dahi, mulu, bibir, hidung, lidah dan rahang), leher, lengan bagian bawah dan lengan atas, siku pergelangan tangan, hingga pergelangan kaki dan jari-jari kaki. Kemudian pengaruh shalat terhadap kesehatan jasmani yaitu keadaan yang tenang dan jiwa yang tenang yang dihasilkan oleh shalat mempunyai pengaruh yang penting dalam meredakan ketegangan saraf yang timbul akibat berbagai tekanan kehidupan sehari-hari dan menurunkan kegelisahan yang diderita oleh sebagian orang.¹⁵

Adapun perbedaan dengan penelitian ini ialah dalam penelitian ini akan membahas pengaruh shalat terhadap kesehatan khususnya pada shalat malam dan ditinjau dari beberapa aspek kesehatan yaitu kesehatan fisik, kesehatan mental, dan kesehatan sosial.

¹⁵ Annisa Rahayu, "Pengaruh Ibadah Shalat Terhadap Kesehatan (Tinjauan dari Sisi Jasmani dan Rohani)" (Purwokerto, Universitas Muhammadiyah Purwokerto, 2012).

Skripsi yang ditulis oleh Ummi Latifah yang berjudul “*Shalat Tahajjud Sebagai Media Terapi Dalam Mewujudkan Ketenangan Jiwa*” Institut Agama Islam Negeri Padangsidempuan pada tahun 2016. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hikmah salat Tahajjud, bagaimana menenangkan jiwa, dan adakah keterkaitan shalat Tahajjud dengan ketenangan jiwa. Penelitian ini merupakan penelitian *library research* (penelitian kepustakaan) yaitu sumber-sumber datanya berasal dari bahan-bahan tertulis, dalam bentuk deskriptif dengan menggunakan analisis non-statistik atau analisis isi (*content analysis*).

Kemudian hasil penelitian ini adalah bahwa shalat Tahajjud memiliki keterkaitan untuk menenangkan jiwa, dengan berbagai permasalahan yang dialami oleh manusia yang menyebabkan tidak adanya ketenangan jiwa manusia, maka shalat Tahajjud dapat dijadikan solusi terhadap masalah yang dialami. Adapun hikmah dari melaksanakan shalat Tahajjud yaitu (1) dapat menjauhkan dosa (2) mempererat hubungan dengan Allah (3) dapat menangkal penyakit jiwa. Sedangkan cara untuk menenangkan jiwa yaitu (1) sabar (2) berpikir positif (3) dzikir (mengingat Allah) dan (4) salat. Kemudian kaitan shalat Tahajjud dengan ketenangan jiwa yaitu (1) niat yang ikhlas karena Allah dan (2) melaksanakan shalat Tahajjud dengan khusyuk.¹⁶

¹⁶ Ummi Latifah, “*Shalat Tahajjud Sebagai Media Terapi Dalam Mewujudkan Ketenangan Jiwa*” (Sumatera Utara, IAIN Padangsidempuan, 2016).

Adapun perbedaan dengan penelitian ini ialah dalam penelitian ini akan membahas relevansi shalat malam tidak hanya ditinjau dari sisi ketenangan jiwa namun akan ditinjau juga dari beberapa aspek kesehatan fisik, kesehatan mental, dan kesehatan sosial.

E. Kerangka Teori

Ma'anil hadis terdiri dari dua kata yaitu *ma'anil* dan *hadis*. *Ma'anil* berasal dari bahasa Arab yakni معانى jamaknya معان yang berarti: arti atau makna.¹⁷

Menurut Abdul Mustaqim, *ma'anil hadis* adalah sebuah ilmu yang mengkaji tentang pemahaman hadis Nabi Muhammad SAW, mempertimbangkan struktur linguistik teks hadis, konteks munculnya hadis (*asbabul wurud*), kedudukan Nabi Muhammad SAW., ketika menyampaikan hadis, dan bagaimana menghubungkan teks hadis masa lalu dengan konteks kekinian, sehingga diperoleh pemahaman yang relatif tepat, tanpa kehilangan relevansinya dengan konteks kekinian.¹⁸

Dalam melakukan telaah *ma'anil*, penulis menggunakan metode yang ditawarkan oleh Yusuf al-Qardhawi, dalam bukunya “Bagaimana Memahami Hadis Nabi SAW” metode pemahaman hadis terbagi menjadi delapan, yaitu sebagai berikut:

¹⁷ Ahmad Zuhdi Muhdlor, *Kamus Kontemporer Arab Indonesia* (Yogyakarta: Multi Karya Grapika, 1996), hlm. 747.

¹⁸ Abdul Mustaqim, *Ilmu Ma'anil Hadis Paradigma Interkoneksi (Berbagai Teori dan Metode Memahami Hadis)* (Yogyakarta: IEA Press, 2008), hlm. 5.

1. Memahami As-Sunnah sesuai Petunjuk Al-Qur'an.
2. Memadukan Beberapa Hadis Yang Mengemukakan Suatu Topik.
3. Kompromi Antara Hadis-hadis yang Tampak Bertentangan.
4. Memahami Hadis Dengan Mempertimbangkan Latar Belakangnya.
5. Membedakan antara Sarana yang Berubah-ubah dan Tujuan yang Bersifat Tetap.
6. Membedakan antara Ungkapan yang Bermakna Sebenarnya dan yang Bersifat Majaz dalam Memahami Hadis.
7. Membedakan yang Ghaib dengan yang Nyata.
8. Memastikan Makna Istilah yang Digunakan dalam Hadis.

Dari delapan kriteria di atas, tidak semuanya dapat diaplikasikan dalam mengkaji suatu hadis, melainkan harus mengikuti teks hadis yang dibahas. Adapun dalam penelitian ini langkah yang diambil penulis ialah 5 kriteria dengan mengecualikan langkah ke tiga, karna tidak ada hadis yang bertentangan dengan hadis yang akan diteliti, kemudian penulis mengecualikan kriteria ke enam, karena ungkapan *majaz* tidak terdapat dalam hadis yang akan diteliti sehingga tidak perlu untuk membandingkan antara ungkapan *haqiqah* dengan ungkapan *majaz*, lalu penulis juga mengecualikan kriteria ke tujuh, karena pembahasan hadis ini tidak memiliki hubungan dengan alam ghaib.

Peneliti menggunakan metode pemahaman hadis milik Yusuf Qardhawi karena metode tersebut dianggap cocok untuk diaplikasikan

dalam penelitian ini. Yusuf Qardhawi juga memberikan penjelasan terhadap hadis yang terkait dengan masa sekarang secara rinci dan aplikatif.

F. Metode Penelitian

Demi memperoleh hasil yang terstruktur dan tepat sasaran, diperlukan metode yang tepat dan akurat. Berikut metode yang penulis gunakan:

1. Bentuk Penelitian

Bentuk penelitian ini adalah penelitian kualitatif. Penelitian kualitatif adalah jenis penelitian yang temuannya tidak diperoleh melalui kuantifikasi, perhitungan statistis, atau bentuk cara-cara lainnya yang menggunakan ukuran angka. Kualitatif berarti sesuatu yang berkaitan dengan aspek kualitas, nilai atau makna yang terdapat dibalik fakta.¹⁹

2. Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini dikategorisasikan penelitian kepustakaan (*Library Research*) dalam arti bahwa semua sumber datanya berasal dari data kepustakaan.

3. Sumber Data Penelitian

Mengingat penelitian ini adalah penelitian kualitatif yang sumber datanya adalah kepustakaan, maka untuk mencapai hasil yang optimal

¹⁹ Imam Gunawan, *Metode Penelitian Kualitatif Teori dan Praktik* (Jakarta: PT Bumi Aksara, 2017), hlm. 82.

sumber data dalam penelitian ini dibedakan menjadi dua macam, yakni data primer dan sekunder.

a. Data Primer

Sumber data primer adalah data yang berasal dari sumber asli atau pertama²⁰, yaitu hadis yang bersumber dari kitab hadis Sunan at-Tirmidzi No. 3549.

b. Data Sekunder

Sumber data sekunder adalah data yang sudah tersedia sehingga kita tinggal mencari dan mengumpulkannya atau data pendukung dari data primer.²¹ Adapun sumber-sumber data pendukung yakni buku, skripsi, artikel/jurnal, kamus, dan karya tulis lainnya yang relevan dengan penelitian ini. Kemudian peneliti melakukan takhrij al-hadis dengan metode *takhrij bil al-lafaz* dengan menggunakan *Mu'jam Al-Mufahros Li Al-Fadzi* dan dibantu dengan aplikasi CD ROM *Mausu'ah al Hadis al-Syarif al-Kutub al-Tis'ah*.

4. Teknik Pengumpulan Data

Peneliti mengumpulkan data hadis yang terkait. Selanjutnya data dikaji dengan menggunakan metode *ma'anil hadis* sebagai upaya dalam memahami hadis. Peneliti melakukan beberapa langkah operasional yaitu:

²⁰ Jonathan Sarwono, *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif* (Yogyakarta: Graha Ilmu, 2006), hlm. 129.

²¹ Jonathan Sarwono, *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif*, hlm. 123.

1. Menetapkan objek material, dalam hal yang akan menjadi objek kajian adalah hadis tentang shalat malam.
2. Melakukan *takhrij al-hadis* untuk menelusuri hadis yang berkaitan dengan hadis yang akan diteliti.
3. Peneliti melakukan kritik sanad maupun matan untuk mengetahui kualitas hadis yang akan dikaji.
4. Melakukan pemahaman hadis dengan menggunakan metode yang sudah ditawarkan oleh Yusuf Qardhawi.
5. Metode Analisis Data

Analisis dari pengumpulan data, merupakan tahapan yang paling penting. Analisis data ini untuk memberi sebuah makna, arti dan nilai yang terkandung dalam data.²² Data yang terkumpul, baik primer maupun sekunder akan diklasifikasikan dan dianalisis sesuai dengan sub bab masing-masing, yang mana memberikan gambaran atau lukisan secara sistematis, faktual dan akurat mengenai hal-hal yang diteliti.

G. Sistematika Penulisan

Adapun penelitian ini terdapat sistematika penulisan yang bertujuan agar penyusunan penelitian lebih terarah dan sesuai dengan bidang kajian yang akan dibahas supaya memudahkan pembaca untuk memahami skripsi. Alam penelitian ini terbagi menjadi lima Bab, dari Bab I sampai Bab V yang

²² M. Syuhudi Ismail, *Metodologi Penelitian Hadis Nabi* (Jakarta: Bulan Bintang, 1992), hlm. 41.

masing-masing bab akan memperinci semua hal yang berkaitan dengan penelitian. Sistematika penulisan tersebut adalah:

Bab I, Membahas pendahuluan yang berisikan latar belakang mengenai uraian mengenai alasan penelitian ini, rumusan masalah sebagai fokus penelitian utama, tujuan dan kegunaan penelitian sebagai penegas arah yang akan dituju, tinjauan pustaka sebagai paparan singkat penelitian-penelitian sebelumnya dengan tema serupa, kerangka teori sebagai pijakan utama dalam membaca masalah dalam penelitian, metode penelitian sebagai sejumlah langkah yang akan dijalani, serta sistematika pembahasan sebagai penuturan urutan uraian penelitian ini.

Bab II, Membahas mengenai kualitas hadis tentang shalat malam, dilakukan takhrij hadis, kemudian melakukan I'tibar sanad untuk mengetahui biografi perawi serta melakukan kajian kualitas sanad serta matan.

Bab III, Melakukan analisis hadis tentang shalat malam dengan menggunakan teori ma'anil hadis yang ditawarkan oleh Yusuf Qardhawi.

Bab IV, Membahas mengenai relevansi shalat malam terhadap kesehatan. Meliputi aspek kesehatan yaitu kesehatan fisik, kesehatan mental, kesehatan spiritual, dan kesehatan sosial.

Bab V, Berisi penutup tentang kesimpulan dan saran-saran akhir dari uraian penelitian ini. Pada kesimpulan akan memaparkan inti dari hasil penelitian yang dilakukan. Sedangkan pada saran berisi penjelasan kepada

pembaca untuk ikut menyempurnakan penelitian ini dengan memberikan kritik dan masukan yang membangun bagi penulis.



BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan dari apa yang telah penulis teliti mengenai pemaknaan hadis tentang shalat malam terhadap kesehatan, dengan menggunakan kajian ma'anil hadis yang ditawarkan Yusuf al-Qardhawi dan melalui pendekatan ilmu kesehatan, maka diperoleh hasil kesimpulan pada penelitian ini yaitu:

1. Shalat malam memiliki banyak keutamaan bagi kesehatan dan tidak bertentangan dengan al-Qur'an, dalam al-Qur'an banyak ayat yang menyinggung tentang keutamaan shalat malam bagi kesehatan yakni dalam surat Al-Isra' ayat 79, surah Muzammil ayat 6, surat Adz-Dzariyat ayat 17-18. Adapun makna *qiyām al-lail* dalam hadis ini adalah berdiri melakukan shalat pada malam hari, makna shalat malam dapat juga diartikan sebagai ibadah yang dilaksanakan pada akhir sepertiga malam antara jam 01.00-04.00. Lalu makna "menolak penyakit dari badan" pada hadis riwayat Tirmizi menurut hemat penulis mencakup seluruh penyakit yang ada pada tubuh manusia, tidak hanya yang nampak (fisik) saja namun mencakup organ dalam tubuh manusia juga.

2. Berangkat dari pemahaman hadis shalat malam yang memiliki redaksi “dapat menolak penyakit dari badan” adapun pemaknaan hadis shalat malam bagi kesehatan mencakup pada 3 aspek kesehatan yaitu:

a. Kesehatan fisik bagi shalat malam

Seseorang yang melakukan shalat malam akan merasakan dampaknya terhadap kesehatan fisik, setiap gerakan shalat memiliki dampak positif bagi tubuh.

b. Kesehatan mental bagi shalat malam

Seseorang yang melakukan shalat malam akan merasakan ketenangan dan ketentraman, terhindar dari rasa cemas dan gelisah, semangat dan tidak mudah putus asa, dan lebih mudah untuk berkonsentrasi.

c. Kesehatan spiritual bagi shalat malam

Seseorang yang melaksanakan shalat malam akan menjalin keharmonisan dengan sang pencipta, memunculkan rasa percaya terhadap sang pencipta, dan spiritual yang sehat merupakan bagian dari mental yang sehat sehingga seseorang yang melaksanakan shalat malam akan merasakan ketenangan dan ketentraman karena shalat malam merupakan dimensi *dzikrullah* (mengingat Allah).

B. Saran

Dari hasil uraian tentang hadis shalat malam terhadap kesehatan menjadi tema dalam skripsi ini, penulis menganjurkan sebelum melakukan penelitian hadis alangkah baiknya menentukan suatu hadis yang akan

digunakan menjadi hadis utama baik pemahaman mendasar mengenai hadis tersebut dan segala yang dirasa bersangkutan dengan objek penelitian takhrij, dan lain sebagainya hendaknya dipahami dengan sebaik mungkin dan seteliti mungkin. Lalu baiknya dalam memahami hadis di zaman sekarang ini tidak mudah terlena dengan makna hadis yang terkesan berlebihan, dan perlunya memahami hadis tidak hanya secara tekstual saja namun secara kontekstual juga.

Penelitian skripsi ini tentunya masih banyak kekurangannya. Skripsi ini dibuat oleh penulis dengan segala kemampuan dan keterbatasan. Maka dari itu, penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan-kekurangan sehingga untuk mencapai kesempurnaan itu diharapkan agar pembaca dapat memberi saran dan kritik untuk membangun dan lebih sempurnanya skripsi ini. Semoga skripsi ini bisa bermanfaat bagi para pembaca sebagai sumber referensi untuk penyusunan skripsi selanjutnya

DAFTAR PUSTAKA

- Abu Al-Kamal, Sallamah Muhammad. *Mukjizat Shalat Malam*. Bandung: Mizania, 2007.
- Agama, Kementerian. *Kemenag Tafsir Ringkas Jilid 2*. Jakarta: Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an, 2016.
- Ahmad, Arifuddin. *Paradigma Baru Memahami Hadis Nabi*. Jakarta: Insan Cemerlang, 2005.
- Arbain, Muhammad. *Shalat Sebagai Terapi*. Yogyakarta: Pustaka Ilmu, 2014.
- Ariadi, Purmansyah. "Kesehatan Mental Dalam Perspektif Islam." *Syifa Medika* Vol. 3, No. 2 (Maret 2013).
- Asriady, Muhammad. "Metode Pemahaman Hadis." *Ekspose* 16, No. 01 (2017).
- Asy-Syifa. *Al-Qur'an dan Terjemahnya*. Bandung: Algasindo, 2007.
- Bahnasi, Muhammad. *Shalat Sebagai Terapi Psikologi*. Bandung: Mizani Pustaka, 2007.
- Chodijah, Siti. *Konsep Shalat Tahajud Melalui Pendekatan Psikoterapi Hubungannya Dengan Psikologi Kesehatan (Penelitian di Klinik Terapi Shalat Tahajud Surabaya)*, t.t.
- Elly Purnamasari dkk. "Faktor-faktor yang Berhubungan Dengan Kesehatan Spiritual Islam Perawat di Ruang Inap RSUD Kabupaten Tangerang" Vol. 2, No. 2 (2019).
- Ghazali, Imam. *Rahasia Shalatnya Orang-Orang Makrifat*. MitraPress, 2008.
- Gunawan, Imam. *Metode Penelitian Kualitatif Teori dan Praktik*. Jakarta: PT Bumi Aksara, 2017.
- Hisny Fajrussalam, Adinda Fadya Imaniar, Aisyah Isnaeni, Cantika Septrida, dan Vivi Nur Utami. "Pandangan Sains Terhadap Shalat Untuk Kesehatan," 2022.
- Husaini, Ibnu Hamzah al-. *Asbabul Wurud Latar Belakang Historis Timbulnya Hadis-Hadis Rasul Juz 3*. Jakarta: Kalam Mulia, 2007.
- Ishaq, Muhammad Shalih Ali Abdillah. *Bersujud di Keheningan Malam*. Yogyakarta: Mathabi' al-Humaidh, 2010.

- Ismail, M. Syuhudi. *Metodologi Penelitian Hadis Nabi*. Jakarta: Bulan Bintang, 1992.
- Ismail, Syuhud. *Hadis Nabi yang Tekstual dan Kontekstual (Telaah Ma'anil Hadis tentang Ajaran Islam yang Universal, Temporal dan Lokal)*. Jakarta: PT Bulan Bintang, 1994.
- Jumini, Sri, dan Chakimatul Munawaroh. "Analisis Vektor Dalam Gerakan Shalat Terhadap Kesehatan." *Jurnal Pendidikan Sains* Vol. IV, No. 02 (September 2018).
- Khuli, Hilmi al. *Rahasia Gerakan-Gerakan Shalat*. Yogyakarta: Diva Press, 2008.
- Khulli, Hilm al-. *Ajaibnya Gerakan Shalat*. Yogyakarta: Redaksi Divapress, 2013.
- Kurdi. *Hermeneutika al-Qur'an dan Hadis*. Yogyakarta: Elsaq, 2010.
- Latifah, Ummi. "Shalat Tahajud Sebagai Media Terapi Dalam Mewujudkan Ketenangan Jiwa." IAIN Padangsidempuan, 2016.
- Ma'rufah, Yuanita. "Manfaat Shalat Terhadap Kesehatan Mental dalam Al-Qur'an." UIN Sunan Kalijaga, 2015.
- Muhammad, Abdullah bin. *Terjemah Tafsir Ibnu Katsir Jilid 6, terj. M. Abdul Ghoffar*. Bogor: Pustaka Imam Syafi'i, 2004.
- Muhdlor, Ahmad Zuhdi. *Kamus Kontemporer Arab Indonesia*. Yogyakarta: Multi Karya Grapika, 1996.
- Mujiburrohman. "Qiyam al-Lail dalam Perspektif Rasulullah (Tuntunan Shalat Malam Ala Rasulullah SAW Serta Urgensinya dalam Kehidupan Umat Manusia)." *Jurnal Penelitian dan Pemikiran Islam* 01, No. 01 (2014).
- Munawwir, A.W. *Kamus al-Munawwir Arab-Indonesia Terlengkap*. Surabaya: Pustaka Progresif, 1997.
- Musbikin, Imam. *Rahasia Salat Bagi Penyembuhan Fisik dan Psikis*. Yogyakarta: Mitra Pustaka, 2007.
- Mustaqim, Abdul. *Ilmu Ma'anil Hadis Paradigma Interkoneksi (Berbagai Teori dan Metode Memahami Hadis)*. Yogyakarta: IEA Press, 2008.
- Nabila Ma'rifatullah dkk, Syauqi. "Gambaran Kualitas dan Kuantitas Salat serta Profil Kesehatan Jiwa Masyarakat Muslim di Kota Palembang." *Intizar* Vol. 25, No. 2 (Desember 2019).
- Notoatmodjo, S. *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Jakarta: PT Rineka Cipta, 2007.

- Noviyanto, Agung. "Metode Pemahaman Hadis Tentang Larangan Menyemir Rambut Warna Hitam Perspektif Yusuf Qardhawi." UIN Sunan Ampel, 2019.
- Nurchayono, Heru. *Ilmu Kesehatan: Untuk Sekolah Menengah Kejuruan*. Jakarta: Direktorat Pembinaan SMK Direktorat Jenderal Manajemen Pendidikan Dasar dan Menengah, 2008.
- Rahayu, Annisa. "Pengaruh Ibadah Shalat Terhadap Kesehatan (Tinjauan dari Sisi Jasmani dan Rohani)." Universitas Muhammadiyah Purwokerto, 2012.
- Ritonga, Azis, dan Bilqis Azizah. "Shalat Tahajud Bepengaruh terhadap Penurunan Stres Mahasiswa." *Jurnal Ilmu dan Teknologi Kesehatan* Vol. 6, No. 1 (September 2018).
- Rofiqoh, Aqidatur. "Shalat dan Kesehatan Jasmani." *Jurnal Pendidikan Guru* Vol. 1, No.3 (Januari 2008).
- Sarwono, Jonathan. *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif*. Yogyakarta: Graha Ilmu, 2006.
- Shihab, M. Quraish. *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan dan Keserasian, Vol 14*. Tangerang: Lentera Hati, 2005.
- Sholeh, Moh. *Terapi Shalat Tahajud Menyembuhkan Berbagai Penyakit*. Jakarta: Noura Book, 2012.
- Sukiniarti. *Anatomi dan Fisiologi Tubuh Manusia*, t.t.
- Syafi'i, Jalal. *Dahsyatnya Gerakan Shalat*. Jakarta: Gema Insana, 2009.
- Undang-undang Kesehatan dan Rumah Sakit*. Yogyakarta: Pustaka Yustisia, 2010.
- W. Al-Hafidz, Ahsin. *Fikih Kesehatan*. Jakarta: Amzah, 2007.
- Yusuf al-Mizyi, Jamal al-Din Abd al-Hajjaj. *Tahdzib al-Kamal fii Asma' al-Rijal*. Beirut: Mu'assasah Risalah, 1983.
- Zuhaili, Wahbah. *Terjemah Tafsir Al Munir Jilid 15, terj. Haydeal Kattani dkk*. Bogor: Gema Insani, t.t.
- Software Mausu'ah al-Hadis al-Kutub al-Tis'ah*