



**HADIS POSISI TIDUR MIRING
KANAN (STUDI PEMAHAMAN HADIS
DENGAN PENDEKATAN
MAQĀSID AL-SYARI'AH)**



**QURROTU A'YUN
NIM. 3220007**

2024

**HADIS POSISI TIDUR MIRING KANAN (STUDI
PEMAHAMAN HADIS DENGAN PENDEKATAN
MAQĀSID AL-SYARI'AH)**

SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Tugas Akhir dan Melengkapi Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Strata Satu (S1) dalam Ilmu
Hadis



Oleh :

QURROTU A'YUN

NIM. 3220007

**PROGRAM STUDI ILMU HADIS
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
K.H. ABDURRAHMAN WAHID PEKALONGAN
TAHUN 2024**

**HADIS POSISI TIDUR MIRING KANAN (STUDI
PEMAHAMAN HADIS DENGAN PENDEKATAN
MAQĀSID AL-SYARI'AH)**

SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Tugas Akhir dan Melengkapi Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Strata Satu (S1) dalam Ilmu
Hadis



Oleh :

QURROTU A'YUN
NIM. 3220007

**PROGRAM STUDI ILMU HADIS
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
K.H. ABDURRAHMAN WAHID PEKALONGAN
TAHUN 2024**

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Qurrotu A'yun

NIM : 3220007

Program Studi : Ilmu Hadis

Fakultas : Ushuluddin, Adab dan Dakwah

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa skripsi dengan judul **“HADIS POSISI TIDUR MIRING KANAN (STUDI PEMAHAMAN HADIS DENGAN PENDEKATAN MAQĀSID AL-SYARI’AH)”** adalah benar hasil karya penulis berdasarkan hasil penelitian. Semua sumber yang digunakan dalam penelitian ini telah dicantumkan sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Universitas Islam Negeri K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan.

Apabila di kemudian hari pernyataan ini terbukti tidak benar, maka penulis bersedia menerima sanksi yang berlaku di Universitas Islam Negeri K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan.

Pekalongan, 20 Juni 2024

Yang Menyatakan,



Qurrotu A'yun

NIM. 3220007

NOTA PEMBIMBING

Nurul Maisyal, M.H.I
Dukuh Sopaten RT 002 RW 001 Karangdowo Kecamatan
Kedungwuni Pekalongan

Lamp : 4 (Empat) eksemplar
Hal : Naskah Skripsi Sdri. Qurrotu A'yun

Kepada Yth.
Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah
c.q Ketua Prodi Ilmu Hadis
di-

PEKALONGAN

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Setelah diadakan penelitian dan perbaikan seperlunya, maka bersama ini kami kirimkan naskah skripsi saudara:

Nama : Qurrotu A'yun

NIM : 3220007

Judul : **HADIS POSISI TIDUR MIRING KANAN (STUDI PEMAHAMAN HADIS DENGAN PENDEKATAN MAQĀSID AL-SYARI'AH)**

Dengan ini saya mohon agar skripsi saudara/i tersebut dapat segera dimunaqasyahkan.

Demikian nota pembimbing ini dibuat untuk digunakan sebagaimana mestinya. Atas perhatiannya, saya sampaikan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Pekalongan, 20 Maret 2024
Pembimbing,



Nurul Maisyal, M.H.I
NIP. 199105042020122012



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
K.H. ABDURRAHMAN WAHID PEKALONGAN
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH
Jl. Pahlawan KM 5 Rowolaku Kajen Kab. Pekalongan Kode Pos 51161
Website: fuad.uingusdur.ac.id | Email : fuad@uingusdur.ac.id

PENGESAHAN

Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah Universitas Islam Negeri K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan mengesahkan skripsi saudara/i:

Nama : QURROTU A'YUN
NIM : 3220007
Judul Skripsi : HADIS POSISI TIDUR MIRING KANAN
(STUDI PEMAHAMAN HADIS
DENGAN PENDEKATAN MAQĀSID AL-SYARI'AH)

yang telah diujikan pada Hari Kamis, 11 Juli 2024 dan dinyatakan **LULUS** serta diterima sebagai salah satu syarat guna memperoleh Gelar Sarjana Agama (S.Ag) dalam Ilmu Hadis.

Dewan Penguji

Penguji I


Penguji II


Mochammad Achwan Baharuddin, M.Hum
NIP. 198701012019031011


Khaerunnisa Tri Darmaningrum, M.Pd
NIP. 198806302019032005



Pekalongan, 15 Juli 2024
Ditandatangani Oleh
Dekan


Dr. H. Sam'ani, M.Ag
NIP. 197305051999031002

PEDOMAN TRANSLITERASI

Pedoman transliterasi yang digunakan dalam penulisan buku ini adalah hasil Putusan Bersama Menteri Agama Republik Indonesia No. 158 tahun 1987. Transliterasi tersebut digunakan untuk menulis kata-kata Arab yang dipandang belum diserap ke dalam bahasa Indonesia. Kata-kata Arab yang sudah diserap ke dalam bahasa Indonesia sebagaimana terlihat dalam Kamus Linguistik atau Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI). Secara garis besar pedoman transliterasi itu adalah sebagai berikut.

1. Konsonan

Fonem-fonem konsonan bahasa Arab yang dalam system tulisan Arab dilambangkan dengan huruf. Dalam transliterasi itu sebagian dilambangkan dengan huruf, sebagian dilambangkan dengan tanda, dan sebagian lagi dilambangkan dengan huruf dan tanda sekaligus.

Di bawah ini daftar huruf Arab dan transliterasi dengan huruf latin.

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Keterangan
ا	Alif	Tidak dilambangkan	Tidak dilambangkan
ب	Ba	B	Be
ت	Ta	T	Te
ث	Sa	ṣ	es (dengan titik di atas)
ج	Jim	J	Je
ح	Ha	ḥ	ha (dengan titik di bawah)
خ	Kha	Kh	ka dan ha
د	Dal	D	De
ذ	Zal	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	Sad	ṣ	es (dengan titik di bawah)
ض	Dad	ḍ	de (dengan titik di bawah)
ط	Ta	ṭ	te (dengan titik di bawah)
ظ	Za	ẓ	zet (dengan titik di bawah)
ع	'ain	'	Koma terbalik (di atas)
غ	Gain	G	Ge
ف	Fa	F	Ef
ق	Qaf	Q	Qi
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

2. Vokal

Vokal tunggal	Vokal rangkap	Vokal panjang
أ = a		أ = ā
إ = i	أِي = ai	إِي = ī
أ = u	أُو = au	أُو = ū

3. Ta Marbutah

Ta marbutah hidup dilambangkan dengan /t/

Contoh :

مرأة جميلة ditulis *mar'atun jamīlah*

Ta marbutah mati dilambangkan dengan /h/

Contoh :

فاطمة ditulis *fātimah*

4. *Syaddad* (*tasydid*, geminasi)

Tanda geminasi dilambangkan dengan huruf yang sama dengan huruf yang diberi tanda *syaddad* tersebut.

Contoh:

ربنا ditulis *rabbanā*

البر ditulis *al-birr*

5. Kata sandang (artikel)

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

Contoh:

الشمس ditulis *asy-syamsu*

الرجل ditulis *ar-rojulu*

السيدة ditulis *as-sayyidah*

Kata sandang yang diikuti oleh “huruf qomariyah” ditransliterasikan sesuai dengan bunyinya, yaitu bunyi /i/ diikuti terpisah dari kata yang mengikuti dan dihubungkan dengan tanda sempang.

Contoh:

القمر ditulis *al-qamar*

البديع ditulis *al-badi'*

الجلال ditulis *al-jalāl*

6. Huruf Hamzah

Hamzah yang berada di awal kata tidak ditransliterasikan. Akan tetapi, jika hamzah tersebut berada di tengah kata atau di akhir kata, huruf hamzah itu ditransliterasikan dengan apostrof / ` /.

Contoh:

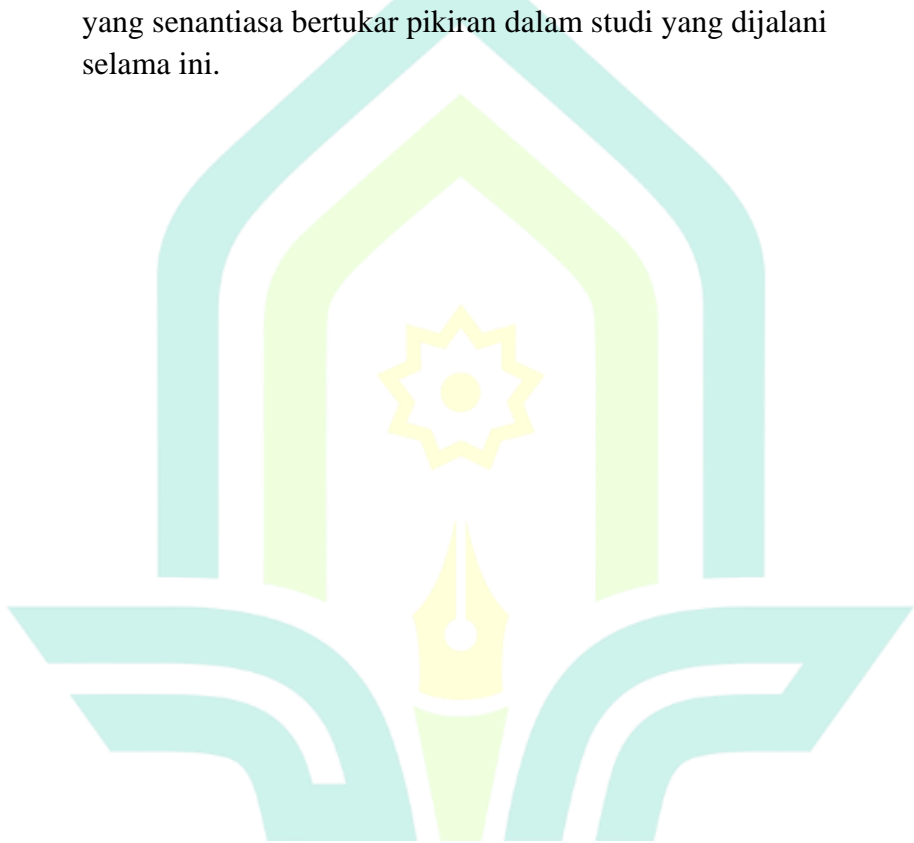
أمرت ditulis *umirtu*

شيء ditulis *syai'un*

PERSEMBAHAN

Skripsi ini penulis persembahkan kepada :

1. Kedua orang tua tercinta yaitu Bapak Jamal dan Ibu Farihah yang tiada hentinya mendukung, mendoakan dan sabar dalam mendidik sehingga terselesaikan skripsi ini. Tiada harapan yang selain semoga Allah SWT menyangi kedua orang tua layaknya orang tua menyangi anaknya.
2. Kepada teman-teman Ilmu Hadis khususnya angkatan 2020 yang senantiasa bertukar pikiran dalam studi yang dijalani selama ini.



MOTTO

“Di dalam tubuh yang sehat terdapat jiwa yang kuat”

“In a healthy body there is a strong soul”



ABSTRAK

A'yun, Qurrotu. 2024. Hadis Tentang Posisi Tidur Miring Kanan (Studi Pemahaman Hadis Dengan Pendekatan Maqāsīd Al-Syarīah). Skripsi Prodi Ilmu Hadis Universitas Negeri K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan. **Pembimbing Nurul Maisyal, M.H.I**

Kata Kunci: Hadis, Tidur Miring Kanan, Maqāsīd Al-Syarīah

Fenomena pada zaman sekarang ini krisis yang dialami oleh kaum muslim ialah krisis pemikiran, dimana tidak sedikit umat muslim yang hanya fanatik atau taklid buta dalam memahami suatu persoalan seperti contoh penalaran dalam menghadapi suatu teks. Salah satu contohnya yakni krisis pemahaman terhadap teks hadis dan segala yang berhubungan dengannya. Misalnya pemahaman mengenai hadis tentang makna yang terkandung dalam posisi tidur miring kanan yang dianjurkan nabi, dimana setiap anjuran nabi memiliki khasiat, namun masih banyak orang yang mengabaikan akan hal tersebut yang sudah menjadi suatu kebiasaan.

Masalah yang di teliti dalam skripsi ini adalah: *Pertama*, Bagaimana pemahaman hadis tentang anjuran posisi tidur miring kanan saat tidur dengan pendekatan *maqāsīd al-syarīah*: *Kedua*, bagaimana implikasi hadis posisi tidur dalam kehidupan sehari-hari. Tujuan penelitian ini *Pertama*, Untuk mengetahui pemahaman hadis tentang anjuran posisi tidur miring kanan saat tidur dengan pendekatan *maqāsīd al-syarīah*: *Kedua*, Untuk mengetahui implikasi hadis posisi tidur dalam kehidupan sehari- hari. Kegunaan Penelitian *Pertama*, Untuk memahami pemahaman hadis posisi tidur miring kanan saat tidur dengan pendekatan *maqāsīd al-syarīah*: *Kedua*, Untuk memahami implikasi hadis posisi tidurdalam kehidupan sehari- hari.

Penelitian ini termasuk kedalam jenis penelitian *library research*. Adapun metode yang digunakan oleh penulis dalam penelitian ini adalah deskriptif analisis dan menggunakan pendekatan *maqāsīd al-syarīah* menurut Yusuf Qardhawi. Sumber data primer yang bersumber dari teks hadis posisi tidur miring kanan sedangkan data sekundernya berupa buku dan jurnal yang mendukung penelitian ini. Adapun metode pengumpulannya *takhrij hadis* dan *I'tibar sanad*.

Dalam penulisan ini dapat disimpulkan bahwa yang *pertama*, tidur miring yang disampaikan dalam hadis Nabi Saw. tidak sampai kedalam taraf perintah atau wajib dimana jika melakukan mendapat pahala dan

yang meninggalkannya mendapatkan dosa akan tetapi maksud dari hadis tidur miring hanya pada taraf anjuran atau sunnah, artinya suatu perbuatan yang bisa dilakukan oleh manusia sesuai dengan tabiatnya atau bagian dari *sunnah jibliyah*. *Kedua*, implikasi dan pendapat ulama terkait adanya pemahaman hadis anjuran tidur miring kanan dalam kehidupan sehari-hari bahwa posisi tidur dengan miring kanan memiliki berbagai dampak positif dan negatif yang memiliki manfaat khususnya seperti bagi kesehatan jasmani, rohani dan sosial. Serta dampak negatifnya bagi ibu hamil trimester III. Dengan melakukan atau melaksanakan anjuran tidur miring kanan tersebut mendapatkan pahala sebagai mengikuti dari sunnahnya Rasulullah SAW. Adapun pendapat ulama terkait pemahaman hadis anjuran tidur miring kanan. Menurut Al- Jauzy bahwa tidur miring kanan ialah posisi yang paling baik untuk tubuh.



KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim puji syukur penulis ucapkan kepada Allah SWT. Berkat rahmat, pertolongan dan hidayah-Nya, penulis bisa menyelesaikan skripsi ini. Shalawat serta salam semoga senantiasa tercurahkan kepada Rasulullah SAW, keluarga dan para sahabatnya. Selanjutnya, penulis ingin menyampaikan rasa terimakasih yang tak terhingga kepada semua pihak yang membantu kelancaran penulisan skripsi ini. Karena penulis yakin, tanpa bantuan dan dukungan tersebut, sulit rasanya bagi penulis untuk menyelesaikan penulisan skripsi ini. Di samping itu, izinkan penulis untuk menyampaikan ucapan terimakasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada :

1. Prof. Dr. H. Zainal Mustaqim, M.Ag., selaku Rektor UIN KH. Abdurrahman Wahid Pekalongan.
2. Dr. H. Sam'ani Sya'roni, M.Ag., selaku Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah, serta para staff Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah UIN KH. Abdurrahman Wahid Pekalongan.
3. H. Hasan Su'aidi, M.S.I., selaku ketua Prodi Ilmu Hadis sekaligus dosen wali
4. Nurul Maisyal, M.H.I selaku pembimbing yang selalu membimbing dan mengarahkan serta memberi semangat.
5. Staf dan pegawai Dosen Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah UIN KH. Abdurrahman Wahid Pekalongan, yang telah memberikan ilmunya kepada penulis. Semoga Bapak dan Ibu Dosen selalu dalam rahmat dan lindungan Allah SWT. sehingga ilmu yang telah diajarkan dapat bermanfaat dikemudian hari.
6. Pimpinan beserta staff Perpustakaan UIN KH. Abdurrahman Wahid Pekalongan, atas segala kemudahan yang diberikan kepada penulis untuk mendapatkan referensi yang mendukung penyelesaian skripsi ini.
7. Kedua orang tua yang selalu mendampingi dan mensupport atas selesainya skripsi ini. Semoga diberi panjang umur dan di beri keberkahan kesehatan dan rezeki.
8. Kepada YBM PLN yang telah mengadakan beasiswa.

9. Teman-teman jurusan Ilmu Hadis khususnya angkatan 2020 yang telah menemani dan berbagi pengalaman selama empat Tahun.
10. Kepada Ahmad Syifa yang telah menyempatkan waktu untuk senantiasa membantu dan iringan doa serta semangat sehingga skripsi ini telah selesai.

Akhirnya penulis berharap semoga amal baik dari semua pihak yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini mendapatkan balasan pahala dari rahmat Allah SWT. Semoga apa yang telah ditulis dalam skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak, terutama bagi prodi ilmu hadis *Aamiin ya rabbalalamin*.

Pekalongan, 20 Juni 2024

Penulis



Qurrotu A'yun
NIM. 3220007



DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	ii
NOTA PEMBIMBING	iii
PENGESAHAN	iv
PEDOMAN TRASLITERASI	v
PERSEMBAHAN	ix
MOTTO	x
ABSTRAK	xi
KATA PENGANTAR	xiii
DAFTAR ISI	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian	5
D. Kegunaan Penelitian	5
E. Tinjauan Pustaka.....	5
F. Kerangka Teori	8
G. Metode Penelitian	11
H. Sistematika Penulis	14
BAB II LANDASAN TEORI	15
A. Pengertian Posisi Tidur.....	15
B. Adab-Adab Tidur.....	18
C. Pendekatan <i>Maqāsid Al-Syarīah</i> Dalam Memahami Hadis	24
BAB III GAMBARAN UMUM	43
A. Takhrij Hadis	43
B. Kualitas Sanad Hadis.....	50
C. Pemahaman Hadis Anjuran Posisi Tidur Miring Kanan dalam Pendekatan <i>Maqāsid Al-Syarīah</i> dan Implikasi dalam kehidupan sehari-hari	56
BAB IV ANALISA PEMAHAMAN HADIS POSISI TIDUR MIRING KANAN	36
A. Analisa Pemahaman Hadis Anjuran Posisi Miring Kanan dengan Pendekatan <i>Maqāsid Al-Syarīah</i>	36

B. Implikasi Hadis Anjuran Posisi Miring Kanan dalam kehidupan sehari-hari	66
BAB V PENUTUP	71
A. Kesimpulan	71
B. Saran	72
DAFTAR PUSTAKA	73



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Salah satu bentuk bukti kebesaran dan anugerah yang diberikan Allah Swt. kepada hamba-Nya yang patut disyukuri berupa tidur. Tidur ialah kebutuhan utama yang diperlukan manusia untuk mengembalikan stamina tubuh dalam kondisi yang terbaik.¹ Oleh karena itu proses tidur dapat memulihkan berbagai sel yang ada di anggota tubuh yang setelah dipakai untuk beraktivitas, sehingga itu sangat dibutuhkan untuk memperbaiki pola tidur yang lebih baik. Pada intinya manusia mempunyai elemen primer, yakni kebugaran tubuh, gizi seimbang dan tidur yang teratur.²

Tidak sedikit orang yang memiliki masalah dalam tidur, lalu dia harus minum obat, dan untuk seseorang yang mencapai keringanan dalam tidurnya perlu mensyukuri. Oleh sebab itu, seseorang selama hidupnya harus mempunyai waktu untuk istirahat agar dapat menjaga status kesehatan pada kondisi yang terbaik. Andaikan seorang yang mempunyai kebutuhan tidur yang terpenuhi, lalu besaran energi yang diperlukan dapat memulihkan kondisi kesehatan setelah melakukan aktivitas sehari-hari dengan terpenuhi. Selain itu, tidak semua posisi tidur dapat memberikan dampak nyaman bagi pikiran pada tubuh, karena seseorang yang menghabiskan banyak waktu seharian untuk berjuang **dan** bekerja. Tentu banyak perjuangan dan kesulitan yang dialami dan menyebabkan jiwa dan raga merasa lelah. Semua rasa letih bisa terobati dengan tidur pada posisi yang tepat dan mampu menciptakan ketenangan jiwa dan raga. Dalam prakteknya, tidak sedikit orang yang mengeluhkan rasa tidak nyaman setelah bangun tidur, seperti badan pegal, salah bantal bahkan sesak dan keluhan lainnya. Hal ini tentu salah satu penyebabnya ialah posisi tidur yang salah.

¹ Theta Dinarrwaty, “Perbaikan Kualitas Tidur Berdasarkan Posisi Tubuh Saat Tidur Menggunakan Body Position Sensor,” Bandung : Sembatik, n.d., 194.

² Adreas Prasadja, *Ayo Bangun! Dengan Bugur Karena Tidur Yang Benar* (Jakarta : Hikmah, 2009), 3.

Pengetahuan tentang pengaruh kualitas tidur terhadap kesehatan pada masyarakat masih minim, kebanyakan beranggapan bahwa tidur merupakan hal yang tidak perlu untuk diperhatikan sedetail mungkin. Seperti contoh bagaimana tidur dengan posisi tengkurap dapat menyebabkan perubahan tulang belakang leher dan memaksakan jantung dan otak untuk letih.³ Kemudian bagaimana Rasulullah mewanti-wanti kepada orang yang tidur dengan posisi tengkurap yaitu posisi tidur yang tidak disukai Allah, maka secara tersirat memiliki efek yang tidak baik bagi tubuh.

Padahal, para pakar kesehatan telah memberi perhatian bagaimana cara menjaga kesehatan mulai dari bangun tidur sampai tidur lagi. Suatu hal yang tidak berbeda juga ditunjukkan oleh nabi Muhammad bagaimana seorang nabi yang menjadi suri tauladan melakukan tidur. Digambarkan bahwa posisi Rasulullah dalam tidurnya bersandar di sisi kanan tubuh dengan tangan dan kaki agak menekuk. Kemudian menaruh telapak tangan di bawah pipinya, sambil wajahnya menghadap ke Ka'bah. Bahkan, Posisi tersebut dikatakan sebagai posisi yang terbaik untuk anggota tubuh saat tertidur, karena posisi ini dapat menciptakan kenyamanan jiwa dan anggota tubuh.⁴ Serta tidak menyebabkan beban pada tulang belakang, otot dan saraf. Gambaran ini diperkuat dari salah satu hadis nabi yakni riwayat hadis al- bukhari.

حَدَّثَنَا مُحَمَّدُ بْنُ مِقَاتٍ قَالَ أَخْبَرَنَا عَبْدُ اللَّهِ قَالَ أَخْبَرَنَا سَفْيَانُ عَنْ مَنْصُورٍ عَنْ سَعْدِ بْنِ عُبَيْدَةَ عَنْ الْبَرَاءِ بْنِ عَازِبٍ قَالَ قَالَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ إِذَا أَتَيْتَ مَضْجَعَكَ فَتَوَضَّأْ وَضُوءَكَ لِلصَّلَاةِ ثُمَّ اضْطَجِعْ عَلَى شِقِّكَ الْأَيْمَنِ ثُمَّ قُلِ اللَّهُمَّ أَسْلَمْتُ وَجْهِي إِلَيْكَ وَفَوَّضْتُ أَمْرِي إِلَيْكَ وَأَلْجَأْتُ ظَهْرِي إِلَيْكَ رَغْبَةً وَرَهْبَةً إِلَيْكَ لَا مَلْجَأَ وَلَا مَنجَأَ مِنْكَ إِلَّا إِلَيْكَ اللَّهُمَّ آمَنْتُ بِكَ الَّذِي أَنْزَلْتَ وَبِنَبِيِّكَ الَّذِي أُرْسَلْتَ فَإِنْ مِتُّ مِنْ لَيْلَتِكَ فَأَنْتَ عَلَى الْفِطْرَةِ وَجَعَلُهُنَّ آخِرَ مَا تَتَكَلَّمُ بِهِ قَالَ فَرَدَّ دُئُهَا عَلَى النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فَلَمْ يَلْضَعْتَ اللَّهُمَّ آمَنْتُ بِكَ الَّذِي أَنْزَلْتَ فَلْتُ وَرَسُولِكَ قَالَ لَا وَنَبِيِّكَ الَّذِي أُرْسَلْتُ

³ Mar'atus Sholechah, "Posisi Tidur Dalam Tinjauan Hadis" (Palembang : UIN Raden Fatah, 2015), 5.a

⁴ Kementrian Agama RI, *Kesehatan Dalam Prespektif Al- Qur'an, Tafsir Al- Tematik Edisi Yang Disempurnakan* (Jakarta : Pusataka Indonesia, 2012), 197.

Artinya “Telah menceritakan kepada kami Muhammad bin Muqatil berkata, telah menggambarkan kepada kami ‘Abdullah berkata, telah menggambarkan kepada kami Sufyan dari Masshur dari Sa’ad bin ‘Ubadah dari Al Bara’ bin’Azzib berkata, “Nabi Muhammad Saw bersabda: “Jika kamu mendatangi tempat tidurmu maka wudulah seperti wudu untuk shalat, lalu berbaringlah pada sisi kanan badanmu dan ucapkanlah: *allahumma aslamtu wajhi ilaika wa fawwadltu amrii ilaika wa alja’tu zhahrii ilaika raghbatan wa rahbatan ilaika laa malja’a wa laa manjaa illa ilaika allahumma aamantu bikitaabikalladzii anzalta wannabiyyikalladzzii arsalta* (Ya Allah, aku pasrahkan wajahku kepada-Mu, aku serahkan urusanku kepada-Mu, aku sandarkan punggungku kepada-Mu dengan perasaan senang dan takut kepada-Mu. Tidak ada tempat berlindung dan menyelamatkan diri dari siksa-Mu melainkan kepada-Mu. Ya Allah, aku beriman kepad kitab-Mu yang Engkau turunkan dan kepada Nabi-Mu yang Engkau utus)’. Jika kamu meninggal pada malammu itu, maka kamu dalam keadaan fitrah dan jadikanlah do’a ini sebagai akhir kalimat yang kamu ucapkan. “Al Bara’ bin’Azib berkata, “Maka aku ulang- ulang do’a tersebut di hadapan Nabi shallallahu ‘alaihi wasallam hingga sampai pada kalimat: *allahumma aamantu bikitaabikalladzzii anzalta* (Ya Allah, aku beriman kepada kitab-Mu yang Engkau turunkan), aku ucapkan: *wa rasuulika* (dan rasul-Mu), beliau bersabda: “Jangan, tetapi *wannabiyyikalladzzii arsalta* (dan kepada Nabi-Mu yang Engkau utus).”⁵

Kitab Syarah Sahih Bukhari yakni *Fathul Bari* tidak menjelaskan secara detail mengenai makna atau alasan tidur dengan posisi miring kearah kanan, akan tetapi hanya menjelaskan tentang *fadhilah* orang yang tidur dalam keadaan berwudhu pada malam hari, disamping itu dalam kitab *al- Minhaj Syarah Sahih Muslim*

⁵ Abi Abdillah Muhammad bin Ismail Ibnu al- Mugarah bin Bardzibah al- Bukhari al- ja’ fi, *Sahih Al- Bukhari*, ed. Juz 1 (Beirut : al- Fikr, tth, n.d.), 55–56.

menerangkan untuk dianjurkan untuk tidur dengan posisi bersandar pada sisi kanan tubuh karena Nabi lebih suka melakukan segala kebaikan dengan sisi kanan seperti makan dengan tangan kanan, mengisi shaf dianjurkan mengutamakan yang kanan dan beberapa anjuran lainnya. Selain itu, tidur miring kanan dianggap lebih cepat bangun, sehingga tidak kesulitan ketika hendak membangunkan orang lain.⁶

Anjuran tidur dengan posisi berbaring kanan menurut Ibnu Qoyyim menjelaskan jika keadaan hati manusia adalah tergantung pada sisi kiri, jika seseorang tidur miring kiri, maka tidurnya akan nyenyak karena jantung dalam keadaan istirahat total, sehingga akan terasa berat ketika bangun. Namun jika tidur miring kanan tidak akan terasa berat dan mengantuk, karena jantung terasa gelisah dan ingin sekali miring ke kiri, sehingga lebih mudah untuk bangun.⁷

Berdasarkan uraian di atas, penulis mencoba mengkaji tentang makna yang terkandung dalam hadis tentang anjuran posisi tidur miring kanan yang dianjurkan nabi, dimana setiap anjuran nabi memiliki khasiat, namun masih banyak orang mengabaikan akan hal tersebut yang sudah menjadi suatu kebiasaan. Dengan pendekatan maqosid penulis berusaha mengungkap maksud atau tujuan adanya hadis tentang tata cara tidur seorang nabi terutama bagaimana yang masyhur adalah anjuran berbaring kekanan. Oleh karena itu, penelitian mengangkat judul “ **HADIS POSISI TIDUR MIRING KANAN (STUDI PEMAHAMAN HADIS DENGAN PENDEKATAN MAQĀSID AL-SYARI’AH)** ”

B. Rumusan Masalah

Melihat latar belakang yang telah dijelaskan sebelumnya, penulis memfokuskan pada rumusan berikut untuk membatasi pembahasan :

⁶ Abu Husain Muslim bin al-Hajaj bin Muslim al-Qusyairi an-Naisaburi, *Sahih Muslim*, juz 1, no.5 (Jordania: Baitul Ifkar ad-Daulah, 1998), 32.

⁷ Ibnu Qayyim Al- Jauziyah, *Mukhtasar Zaadul Ma’bad (Bekal Menuju Ke Akherat)* (Jakarta : Pusaka Azzam, 2000), 15.

1. Bagaimana pemahaman hadis tentang anjuran posisi miring kanan saat tidur dengan pendekatan maqoshid?
2. Bagaimana implikasi hadis posisi tidur dalam kehidupan sehari-hari?

C. Tujuan Penelitian

Merujuk pada rumusan masalah diatas, pada dasarnya penulis akan menguraikan tujuan penelitian sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui pemahaman hadis tentang anjuran posisi miring kanan saat tidur dengan pendekatan maqoshid.
2. Untuk mengetahui implikasi hadis posisi tidur dalam kehidupan sehari-hari.

D. Kegunaan Penelitian

Beberapa kegunaan dari penelitian ini yakni sebagai berikut:

1. Untuk memahami pemahaman hadis posisi tidur miring kanan saat tidur dengan pendekatan maqoshid.
2. Untuk memahami implikasi hadis posisi tidur dalam kehidupan sehari-hari.

E. Tinjauan Pustaka

Melihat karya ilmiah terdahulu sebagai rujukan merupakan hal yang wajib di dalam sebuah penelitian, hal tersebut sangat penting guna mencari informasi yang berkaitan dengan penelitian serta menghindari plagiarisme dan kesamaan dalam judul dan permasalahan yang akan penulis teliti pada pemahaman posisi tidur miring kanan dengan pendekatan *maqāṣid al- syari'ah*. Kajian pustaka juga menyakini bahwa penelitian yang akan dikaji tidak menyamai penelitian sebelumnya serta menghindari hal-hal yang menyalahi prosedur penulisan karya ilmiah. Kemudian ada beberapa karya tulis terdahulu yang penulis telusuri berkaitan dengan pembahasan posisi tidur miring kanan dan penulis telah menemukan sebagai berikut:

Pertama, Larangan Tidur Sore Perspektif Hadis (Kajian Analisa Hadis Musnad Abi Ya'la al-Mawsili Nomor 4981). Karya dari Jauharotul Mutahharoh, UIN Sunan Ampel Surabaya (2019). Karya

ilmiah ini menjelaskan masalah tata cara nabi untuk tidak tidur sebelum jam tiga sampai matahari terbenam dari prespektif kesehatan Adapun perbedaan dari kajian jauharotul membahas larangan tidur sore atau mengenai pola waktu tidur dalam perspektif hadis sedangkan penulis membahas mengungkapkan maksud atau tujuan tentang adanya anjuran tidur miring kanan dengan pendekatan maqoshid (*Hifz al- Nafs*).⁸

Kedua, Posisi Tidur Dalam Kajian Hadis (Telaah Ma'anil Hadis). Ditulis oleh Mar'atus Sholehah yang membahas tentang posisi tidur Rasulullah dan bagaimana hukum tidur kekanan yang dilakukan Rasulullah terhadap umatnya, Mar'atus menyimpulkan bahwa tidur berbaring kanan yakni suatu anjuran yang tidak sampai pada taraf wajib, kemudian didalamnya hanya membahas tentang kandungan tidur miring ke kanan bagi kesehatan tubuh, untuk itu penulis menentukan bahwa kajian diatas berbeda dengan penelitian penulis, dimana penelitian ini, mengungkapkan maksud atau tujuan tentang adanya anjuran tidur miring kanan dengan pendekatan *maqāshid*.

Ketiga, jurnal tentang Tidur Dari Berbagai Sisi dan Aspek , diantaranya "*Min adābi AN-Naum*" yakni karangan dari Syikh Amiin bin Abdullah Asy- Syaqaawi jurnal terjemahan dari Abu Umamah Arif Hidayatullah yang berjudul "Etika Sebelum Tidur". Abu Umamah cuma menjelaskan tentang tidur yang dianjurkan nabi, tidak menyebutkan apa saja pengaruh kesehatannya dan hanya menyertakan hadis saja tanpa menjelaskan makna hadis yang terkandung didalamnya.⁹ Untuk itu penulis menentukan bahwa kajian diatas berbeda dengan kajian penulis, dimana pengkajian yang dilakukan untuk mengungkapkan maksud atau tujuan tentang adanya anjuran tidur miring kanan dengan pendekatan *maqāshid*.

Keempat, *skripsi* yang di tulis oleh Oky Candra Lasmana (2017), dengan judul "*Tidur Terlentang Prespektif Hadis Nabi*" dalam

⁸ Jauharotul Mutahharoh, "*Larangan Tidur Sore Perspektif Hadis (Studi Analisis Hadis Musnad Abi Ya'la Al-Mawsili Nomor 4981 Dengan Pendekatan Hadis)*," (Surabaya : UIN Sunan Ampel, 2019).

⁹ Abu Umamah Arif asy- Syaqaawi, Etika Sebelum Tidur, IslamHouse.com, https://d1.islamhouse.com/data/id/ih_articles/single2/id_etika_sebelum_tidur.%202013, Diakses pada tanggal 4 April 2023.

karya ini membahas tentang posisi tidur yang baik akan mempengaruhi kesehatan, tidur terlentang membantu menjaga kesehatan tulang dan mencegah penuaan.¹⁰ Kajian penulis berbeda dengan yang dilakukan oleh Oky Cadra dalam pembahasan pembahasan penelitian yang dilakukan. Penelitian ini lebih fokus maksud atau tujuan tentang adanya anjuran tidur miring kanan dengan pendekatan *maqāshid*.

Adapun tabel ringkasan dari data kajian terdahulu sebagai berikut:

No.	Nama Penulis, Tahun dan Judul	Persamaan	Perbedaan
1.	Jauharotul Mutahharoh, 2019, Larangan Tidur Sore Perspektif Hadis (Studi Analisis Hadis Musnad Abi Ya'la al-Mawsili Nomor 4981 dengan Pendekatan Hadis)	Penelitian ini dengan penulis yakni menggunakan metode kualitatif dan dengan tema hadis yang membahas tentang tidur.	Penulis membahas mengungkapkan maksud atau tujuan tentang adanya anjuran tidur miring kanan dengan pendekatan maqoshid (Hifzh al-Nafs)
2.	Mar'atus Sholechah, 2015 "Tidur dalam Tinjaun Hadis (Kajian Ma'nil Hadis)".	Sama- sama membahas posisi tidur miring kanan	Penelitian ini, mengungkapkan maksud atau tujuan tentang adanya anjuran tidur miring kanan dengan pendekatan maqoshid.

¹⁰ Oky Candra Lasmana, "Tidur Terlentang Prespektif Hadis Nabi " (Riau : UIN Sultan Syarif Kasim, 2017).

No.	Nama Penulis, Tahun dan Judul	Persamaan	Perbedaan
3.	Abu Umamah Arif Hidayatullah “Etika Sebelum Tidur”		Penelitian ini, untuk mengungkapkan maksud atau tujuan tentang adanya anjuran tidur miring kanan dengan pendekatan maqoshid.
4.	Oky Candra Lasmana, 2017, Tidur Terlentang Prespektif Hadis Nabi	Hanya membahas secara umum tentang posisi tidur yang baik.	Penelitian ini lebih fokus maksud atau tujuan tentang adanya anjuran tidur miring kanan dengan pendekatan maqoshid.

F. Kerangka Teori

Penelitian ini penulis berusaha untuk menganalisa bagaimana pemahaman anjuran posisi tidur kekanan dengan menggunakan pendekatan *maqāṣid al-Syari’ah*. *Maqāṣid al-Syari’ah* dapat dipahami sebagai tujuan dari seperangkat hukum Islam pada terbentuknya keadilan dan kemaslahatan masyarakat, bukan sederet atauran yang mengantarkan pada kerusakan tatanan sosial. Adapun macam- macam *maqāṣid syari’ah* yakni sebagai berikut: (*hifz al-din*) perlindungan terhadap agama, (*hifz al- nafs*) perlindungan terhadap jiwa, (*hifz al ‘aql*) perlindungan terhadap akal, (*hifz an-nasl*) perlindungan terhadap keturunan, (*hifz al- mal*) perlindungan terhadap harta (*hifz al bi’ah*)

melindungi lingkungan, (*hifz al-daulah*) menjaga negara.¹¹ Untuk mengetahui *maqāṣid syari'ah* maka diperlukan upaya untuk melakukan analisis terhadap lafaz- lafaz perintah atau anjuran sebagai berikut: 1) Analisis terhadap sifat- sifat hukum yang akan dijadikan '*illat al-Awamir* dan *al- Nawahiy*. Analisis terhadap sifat- sifat '*illat* perintah dan anjuran ini perlu dilakukan untuk mengetahui alasan syar'i (Allah SWT dan Rasul-Nya) dalam menetapkan sesuatu. 2) Melakukan Analisis terhadap hakikat *al- Awamir dan al- Nawahiy*. 3) Melakukan analisis terhadap *Sukut al- Syar'i* dalam pensyariaan suatu hukum. Cara ini digunakan untuk mengetahui hukum yang tidak disebutkan oleh al-Syar'i di dalam nash, baik dalam persoalan- persoalan yang berkenaan dengan urusan keduniaan maupun perbuatan yang berkenaan dengan ibadah. 4) Melalui metode *al- Istiqra'* yakni sebuah metode penetapan kesimpulan *qasd al-Syar'i* (tujuan pembuat syari'at) yang bukan hanya dilakukan dengan satu dalil tertentu saja, tetapi dengan menghimpun sejumlah dalil lainnya yang digabungkan satu sam lai, walaupun mengandung persoalan atau objek yang berbeda. Kesimpulan dalil-dalil itulah yang menghasilkan kesimpulan makna umum (general) yang pada akhirnya diterapkan untuk menyelesaikan secara keseluruhan persoalan- persoalan yang tidak dibicarakan dalam nash (*al- manqul*).¹²

Penelitian ini juga berusaha untuk mengkaji bagaimana implikasi hadis tentang anjuran posisi tidur miring kanan dengan menjaga kesehatan, sehingga dalam penelitian ini penulis menggunakan pendekatan *maqāṣid al- syari'ah hifz al nafs* yang mana menggunakan teori dari Yusuf Al-Qardhawi. Menurut Yusuf Al-Qardahawi, *hifz nafs* merupakan salah satu bentuk dari mewujudkan *maqāṣid al-syariah*. Hal itu dikarenakan untuk menciptakan kualitas kehidupan yang lebih baik, menghindari hal-hal buruk dan

¹¹ Nur Hahryati, *FIKIH KESEHATAN*, Cet. 1 (Jakarta: KENCANA, 2020), 24.

¹² Busyro, *Maqoshid Al- Syariah Pengetahuan Mendasar Memahami Masalah*, Cet. Ke 1 (Jakarta : Prenada Media Grup, 2019), 75–81.

memastikannya agar tetap hidup.¹³ Dalam aplikasi *hifzul al- nafs*, mengikuti pernyataan Al- Syatibi yang mengatakan bahwa menjaga *dharruriyat al-khams* bisa dilakukan dengan dua cara. Pertama, *min jalb al-wujud* (tindakan yang dapat mewujudkan kemaslahatan-kemaslahatan) dan *min jalb al- 'adam* (pencegahan perbuatan yang dapat menimbulkan bahaya).¹⁴

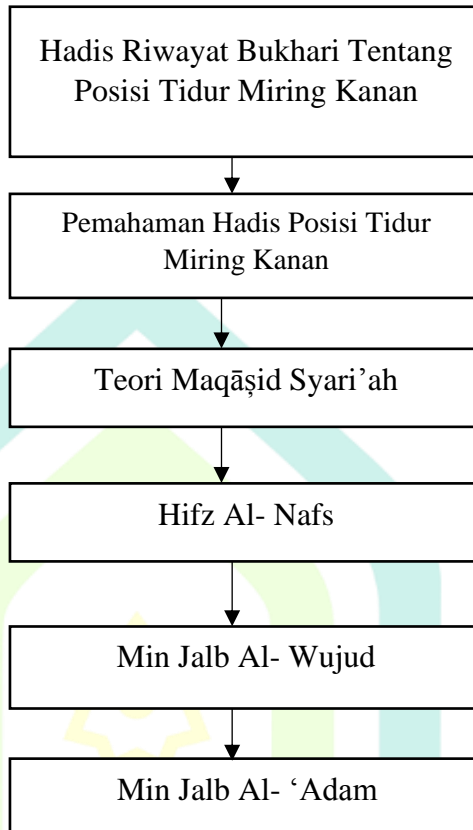
Dalam memahami hadis mengenai *hifz al- nafs*, Yusuf Al-Qardhawi menggunakan metode tematik atau *maudhu'i*. Metode *maudhu'i* berupaya untuk mengumpulkan hadis- hadis dalam satu tema yang sama (dalam hal ini hadis- hadis yang berkaitan dengan tema posisi tidur). Selain itu, Yusuf Qardhawi juga menggunakan pendekatan hermeneutika sebagai pendekatan sebagai pendekatan pemahaman hadisnya. Jika diamati, teori hermeneutika memiliki kemiripan dengan teori hermeneutika Gadamer, yaitu: 1) Prapemahaman atau teori kesadaran sejarah untuk membangun horizon pembaca; 2) Horizon teks yang ditumpuh dengan memahami ruang lingkup teks yang dikaji; 3) Asimilasi antara dua horizon; 4) Aplikasi, yakni menemukan makna signifikan dari teks tersebut. Kontruksi pemahaman dari Yusuf Al- Qardhawi yang bersigfat kontekstual berupaya untuk memadukan antara metode yang dipakai oleh ulama klasik serta menggunakan pendekatan berdasarkan ilmu yang berkembang saat ini.¹⁵

¹³ Siti Raohatul, *Implikasi Pemeliharaan Jiwa (Hifz Al- Nafs)*, Junal kajian Keislaman dan Kemasyarakatan Vol. 5, No. 2 (Semarang : UIN Walisongo, 2020), hal. 155.

¹⁴ Ahmad Sarip Saputra, “‘Hifd Al-Bi’ah Sebagai Bagian Dari Maqashid Syariah (Pandangan Yusuf Qardhawi Dalam Ri’ayat Al- Bia’ah Fi Shari’ah)’” (Surabaya: UIN Sunan Ampel, 2020), 100.

¹⁵ M. Agus Salim Nur, “Kontruksi Pemahaman Hadis- Hadis Ekologi Prespektif Yusuf Al- Qardhawi (Studi Atas Kitab Ri’ayat Al- Bi’ah Fi Syariah Al- Islam)” (Yogyakarta: UIN Sunan Kalijaga, 2021), 90.

Berikut bagan kerangka berpikir



G. Metode Penelitian

Agar penulisan karya ilmiah dapat menghasilkan hasil riset yang baik, serta analisis dan kesimpulan dapat dipertanggung jawabkan, maka penulis perlu memperhatikan setiap aspek yang dapat menunjang jalanya riset atau penelitian yang baik. Adapun aspek yang harus diperhatikan seperti berikut:

1. Jenis dan pendekatan penelitian

Jenis penelitian ini meliputi penelitian kualitatif, yakni kajian yang tujuannya guna memberikan gambaran karakteristik populasi atau fenomena yang sedang diteliti. Fokus penelitian ini ialah pada kajian pemahaman hadis yang kajian objeknya yaitu hadis itu sendiri. Riset yang akan dikaji oleh penulis adalah riset

kepuustakaan (*library research*). Karya tulis ini menggunakan pendekatan *maqāṣid al-syariah*.

2. Sumber Data

Sumber riset yang dilakukan penulis didapatkan melalui beragam sumber tertulis atau bacaan seperti buku, artikel, majalah maupun sumber bacaan lainnya.¹⁶ Dalam sumber data kepuustakaan penelitian yang akan dikaji oleh penulis dapat diklasifikasikan.

a. Sumber data primer

Data primer merupakan data atau informasi yang didapat secara langsung dari sumbernya kemudian diamati dan di tulis untuk kali pertamanya.¹⁷ Maksudnya yakni data yang diambil dari data pertama atau pokok yang bersumber berdari teks hadis Sahih Al- Bukhari no. 247 tentang anjuran posisi miring kanan.

b. Sumber data sekunder

Data sekunder ialah data penelitian yang didapat melalui beragam literasi seperti buku, jurnal dan referensi lainnya yang menunjang kebutuhan data terkait.

3. Tehnik Pengumpulan Data

Sebagaimana yang telah dikemukakan di atas, bahwasanya kajian ini adalah kajian kepuustakaan dimana sumber informasi yang didapatkan melalui karya- tertulis seperti artikel, jurnal ilmiah dengan data sumber informasi lain yang berkaitan terhadap pembahasan, yang dapat dipertanggung jawabkan kredibilitasnya. Oleh sebab itu, maka tehknik yang didapatkan ialah dengan mengumpulkan data melalui bahan- bahan pustaka yang sesuai dengan objek kajian yang diteliti dengan tahapan berikut ini:

a. *Takhrij Hadis*

Pada penelitian ini penulis melakukan metode tahrij hadis. tahrij hadis ialah metode atau cara megetahui letak

¹⁶ Basrowi dan Suwandi, “*Memahami Penelitian Kualitatif*“, (Jakarta: Rineka Cipta, 2008), hlm. 170.

¹⁷ Sutrisno Hadi, *Metodologi Research* (Yogyakarta : Andi Offset, 2001), hlm. 25.

keberadaan hadis- hadis dari referensi atau rujukan aslinya, diantaranya kitab dengan menyebutkan sanad dan matan tertentu.¹⁸

b. *I'tibar Sanad*

Dalam ilmu hadis, I'tibar sanad yakni mencantumkan sanad- sanad yang lain untuk suatu hadis tertentu. Maksudnya ialah metode untuk mendapatkan informasi mengenai kualitas hadis dari literatur tertentu. Dengan mencantumkan sanad lain dapat mempermudah mengetahui apakah ada periwayat lain atau tidak pada hadis yang diteliti.¹⁹

4. Teknik Pengolahan dan Analisis data

Dalam penelitian, setelah mengumpulkan data, hal selanjutnya yang harus dilakukan penulis adalah menentukan metode analisis. Dalam penelitian ini, metode analisis yang digunakan oleh penulis adalah metode analisis deskriptif. Metode deskriptif adalah metode penelitian yang berusaha menggambarkan secara mendalam dan mendetail objek penelitian. Fokus utama metode ini adalah menjelaskan objek penelitian dan menjawab peristiwa yang terjadi. Metode analitik merupakan tahapan proses penelitian dimana data dikumpulkan, kemudian diolah dan dicoba untuk menjawab pertanyaan yang ada. Dalam pendekatan ini ada tiga langkah yang harus dilakukan, yaitu: 1) Proses reduksi data atau pemilihan data; 2) Penyajian data; 3) Penarikan kesimpulan.²⁰

Reduksi data adalah tahap pemilihan atau penyederhanaan data sehingga menghasilkan informasi yang bermakna dan memudahkan penarikan kesimpulan. Setelah tahap

¹⁸ Arif Maulana, “Peran Penting Metode Tahrij Dalam Studi Kehujjahan Hadis”, Jurnal Riset Agama: Vol. 1, No. 1 April 2021, hlm. 236.

¹⁹ Cut Fizah, “*I'tibar Sanad dalam hadis*, Al- Bukhari: Jurnal Ilmu Hadis” Vol. 1, No. 1, Januari- Juli 2018.

²⁰ Ahmad Rijali, “Analisis Data Kualitatif”, (Banjarmasin: Jurnal Alhadharah UIN Antasari, No. 33, 17, 2018) hlm. 8

penyajian data, langkah selanjutnya adalah tahap rendering data. Penyajian data adalah proses pengorganisasian data menjadi data yang sistematis, dapat dipahami dan menarik kesimpulan. Tahap terakhir adalah tahap penarikan kesimpulan. Menarik kesimpulan adalah tahap menemukan makna dari data yang terkumpul dengan mencari hubungan, persamaan, atau perbedaan untuk menarik kesimpulan sebagai jawaban atas pertanyaan yang ada.²¹

H. Sistematika Penulis

Supaya skripsi tersusun secara sistematis dan alur yang terarah maka penulis akan memaparkan keseluruhan bab yang ada pada karya ilmiah ini. Berikut sistematika penulisannya.

Bab Pertama, berisi penjelasan tentang pendahuluan yang memuat rancangan pelaksanaan penelitian, meliputi latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan dan kegunaan penelitian, tinjauan pustaka, kerangka teori, kerangka berpikir, metodologi penelitian, dan sistematika pembahasan.

Bab Kedua, membahas landasan teori yang mana diantaranya persoalan yang akan dibahas penulis tentang pengertian posisi tidur dan pembagian dari posisi tidur, adab-adab ketika akan dan setelah tidur. Selain itu, dalam bab ini juga dijelaskan mengenai pendekatan *maqāshid al- syari'ah* dalam memahami hadis.

Bab Ketiga, membahas mengenai takhrij hadis dan menganalisis kualitas sanad hadis tentang anjuran posisi tidur miring kanan, serta mendeskripsikan pemahaman hadis anjuran posisi tidur miring kanan dengan pendekatan *maqāshid syari'ah*.

Bab Keempat, membahas mengenai analisa pemahaman hadis posisi tidur miring kanan dengan pendekatan *maqāshid al- syari'ah* . Selain itu, dalam bab ini juga dipaparkan pendapat ulama mengenai hadis posisi tidur miring kanan dan menjelaskan implikasinya.

Bab Kelima, penutup yang yakni meliputi kesimpulan dari pembahasan sebelumnya, daftar pustaka serta lampiran- lampiran yang mendukung dan memperkuat kredibilitas penelitian.

²¹ Ahmad Rijali, "Analisis Data Kualitatif", hlm. 10

BAB V

PENUTUP

Pembahasan pada bab V ini penulis akan memaparkan tentang kesimpulan dari hasil penelitian yang telah dilakukan dengan subjek pemahaman hadis posisi tidur miring kanan dan daftar pustaka sebagai lampiran referensi yang digunakan dalam penelitian ini.

A. Kesimpulan

Hasil penelitian terhadap “Pemahaman Hadis Posisi Tidur Miring Kanan dengan Pendekatan *Maqāṣid Al- Syari’ah*” dapat di tarik kesimpulan bahwasannya tidur miring kanan memiliki sisi positif baik dalam prespektif agama maupun medis. Dimana banyak orang yang tidak begitu memperhatikan akan kualitas tidur termasuk didalamnya posisi tidur. Posisi tidur secara tidak langsung berpengaruh bagi kondisi tubuh seperti contoh kasus salah bantal, kasus tersebut disebabkan karena kurang tepatnya posisi pada saat tidur yang menunjukkan pentingnya posisi tidur yang baik yang diajarkan Nabi Saw bahwa posisi tidur yang di contohkan Rasulullah dalam tidurnya bersandar di sisi kanan tubuh dengan tangan dan kaki agak menekuk. Kemudian menaruh telapak tangan di bawah pipinya, sambil wajahnya menghadap kiblat.

Pemahaman hadis tentang anjuran posisi tidur miring kanan dengan pendekatan *maqāṣid al- syari’ah* itu bukanlah suatu perintah yang harus dikerjakan, melainkan hanya suatu perbuatan yang bisa dilakukan oleh manusia sesuai dengan tabiatnya atau bagian dari sunnah *jibliyah*. Posisi

tersebut dapat menjaga diri atau jiwa dari sesuatu yang tidak baik seperti efek tidur tengkurap yang dapat menekan perut dan organ tubuh lainnya sehingga aliran udara dan darah dalam tubuh pun tidak lancar.

Implikasi dan pendapat ulama terkait adanya pemahaman hadis anjuran tidur miring kanan dalam kehidupan sehari-hari bahwasanya posisi tidur dengan miring kanan memiliki berbagai dampak positif dan negatif yang memiliki manfaat khususnya seperti bagi kesehatan jasmani, rohani dan sosial. Serta dampak negatifnya pada tidur miring kanan bagi ibu hamil trimester III. Dengan melakukan atau melaksanakan anjuran tidur miring kanan tersebut mendapatkan pahala sebagai mengikuti dari sunnahnya Rasulullah SAW. Adapun pendapat ulama terkait Pemahaman Hadis anjuran tidur miring kanan

Menurut Al- Jauzy bahwa tidur miring kanan ialah posisi yang paling baik untuk tubuh. Dengan mengatakan tidur dengan posisi miring kanan dapat dilakukan ketika mulai tidur, hal ini di sebabkan karena miring ke kanan dilakukan untuk mempercepat proses penurutan makanan.

B. Saran

Untuk melengkapi tulisan ini, ada beberapa saran yang perlu penulis sampaikan, antara lain sebagai berikut:

1. Disarankan agar para pembaca tulisan ini mendapat wawasan atau pengetahuan yang luas dari tulisan yang penulis tulis.
2. Kajian hadis mengenai pemahaman hadis anjuran posisi tidur miring kanan mengajarkan kepada sebagian dari sunnahnya Rasulullah Saw dalam keadaan apapun.

DAFTAR PUSTAKA

- Hafidz Zihabuddin Ahmad bin Ali bin Hajar Al-Asqolani, Al. *Tahdzib Aat Tahdzib*. Dar Al-Fikr, n.d.
- A. Warson Munawwir. *Al- Munawwir Kamus Arab-Indonesia*. Surabaya : Pustaka Progresif, 1997.
- A.J. Wensik. *Mu'jam Al-Mufahras Li Alfaz Al-Hadits*. Edited by Juz.3. Brill: Leiden, 1955.
- Abi Abdillah Muhammad bin Ismail Ibnu al- Mugirah bin Bardzibah al- Bukhari al- ja' fi. *Sahih Al- Bukhari*. Edited by Juz 1. Beirut : al- Fikr, tth, n.d.
- Abu Husain Muslim bin al-Hajaj bin Muslim al-Qusyairi an-Naisaburi. *Sahih Muslim*. Juz 1,no.5. Jordania: Baitul Ifkar ad-Daulah, 1998.
- Ade Hashman. *Rahasia Kesehatan Rasulullah : Meneladani Gaya Hidup Sehat Nabi Muhammad Saw*. Jakarta : Noura, 2012.
- Adreas Prasadja. *Ayo Bangun! Dengan Bugur Karena Tidur Yang Benar*. Jakarta : Hikmah, 2009.
- Agung Kurniawan. "Konsep Maqashid Syari'ah Imam Syatibi Dalam Kitab Muwafaqat." *JYogyakarta: Jurnal Al- Mabsut UIN Sunan Kalijaga* 1, no. 15 (2021): 35.
- Ahmad Jalili. "Teori Maqasid Syariah Dalam Hukum Islam." *Riau: Jurnal Syariah Dan Hukum Islam STAIN Sultan Abdurrahman Kepulauan Riau* 2, no. 3 (2021): 73.
- Ahmad Sarwat. *Maqashid Syariah*. Edited by Cet.1. Jakarta: Rumah Fiqih Publishing, 2019.
- Ahmad Suganda. "Urgensi Dan Tingkatan Maqasid Syari'ah Dalam Kemaslahatan Masyarakat." *Sukabumi : Jurnal Al- Tadbir Media Hukum Dan Pendidikan Syamsul 'ulum Guyungpuyuh* 1, no.30 (2020): 3.

- Akaha, Abduh Zulfidar. *165 Kebiasaan Nabi SAW*. Jakarta Timur: Pustaka Al- Kautsar, 2002.
- Al- Bukhari. *Al- Jami' As Shahih, Bab Taawud Wa Qiraati Indalnaum*. Juz 5., n.d.
- Al-Asqalani, Ahmadbin Ali bin Hajar. *Fath Al-Bari Bi Syarah Sahih Al-Bukhari*. Beirut. Dar al-Fikr: Juz 1, n.d.
- Al-Asqolani, Al -Hafidz Zihabuddin Ahmad bin Ali bin Hajar. *Tahdzib Aat Tahdzib*. Edited by Juz. IV. Dar Al-Fikr, n.d.
- Al-Hafidz Jamaluddin Abu al-Hajjaj Yusuf Ibn al-Zaki Abdurrahman Ibn Yusuf Ibn Ali Ibn Abdul Malik Ibn Ali Ibn Abi al-Zuhri al-Kalby al-Qadha'i al-Mizzi. *Kitab Tadzib Al-Kamal Fi Asam Al-Rijal*. Edited by Juz. IX. Beirut: Mur'asasal al-Risalah, 1980.
- . *Kitab Tadzib Al-Kamal Fi Asama Al- Rijal*. Edited by Juz. IX. Beirut: Mur'asasal al-Risalah, 1980.
- . *Kitab Tadzib Al-Kamal Fi Asma Al- Rijal*. Edited by Juz 2. Beirut: Mur'asasal al-Risalah, 1980.
- . *Kitab Tadzib Al-Kamal Fi Asma Al- Rijal*. Edited by Juz IV. Beirut: Mur'asasal al-Risalah, 1980.
- . *Kitab Tadzib Al-Kamal Fi Asma Al- Rijal*. Edited by Juz. X. Beirut: Mur'asasal al-Risalah, 1980.
- . *Kitab Tadzib Al-Kamal Fi Asma Al- Rijal*. Edited by Juz. V. Beirut: Mur'asasal al-Risalah, 1980.
- . *Kitab Tadzib Al-Kamal Fi Asma Al- Rijal*. Edited by Juz. IV. Beirut: Mur'asasal al-Risalah, 1980.
- . *Kitab Tadzib Al-Kamal Fi Asma Rijal*. Edited by Juz. IX. Bairut:Dar al- Alamiah, 1980.
- Andraini, Dewi. “Efektifitas Posisi Sleep On Side Terhadap Kualitas Tidur Ibu Hamil Trimester III.” *Keperawatan* 8, Nomor 1 (2022).

- Arifudin. *Paradigma Baru Memahami Hadis Nabi*. Jakarta:Insan Cemerlang, n.d.
- Asiyah, Nor. “Hubungan Posisi Menganjan Terlentang Dan Kombinasi Dengan Lama Kala II.” *Kudus: STIKES Muhammadiyah 2* (2015): 91.
- Avioza, Usha Thalia. “Hikmah Mengikuti Anjuran Posisi Tidur Sesuai Hadis Rasulullah Saw,” 2015.
- Brilianto dan M. Suenarwo. *Sehat Holistik Ala Rasulullah*. Jakarta : al-Mawardi Prima, 2011.
- Bukhari, Al-. *Al Jami’As Shahih Bab Ad- Do’a Idza Antabahu Bil Lail*. Juz.5., n.d.
- Bustamin, dkk. *Metodologi Kritik Hadis*. Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2004.
- Busyro. *"Maqashid Al- Syari’ah Pengetahuan Mendasar Memahami Masalahah*. Edited by Cet.1. Jakarta: Prenada Media Grup, 2019.
- . *Maqashid Al- Syariah Pengetahuan Mendasar Memahami Masalahah*. Cet. Ke 1. Jakarta : Prenada Media Grup, 2019.
- Damsqi, Ibnu Hamzah Al- Husaini Al-Hanafi Ad Dimasqi. *Asbab Al-Wurud*. Juz. 1 Ter. Jakarta: Kalam Mulia, 2003.
- Diana Diahwati. *Serba Serbi Manfaat Dan Gangguan Tidur*. Bandung : Pionir Yaya, 2001.
- Dono, Bagus Eko. *Amalan Shalih Dari Bangun Tidur Hingga Menjelang Tidur*. Bondowoso: Guepedia, 2021.
- Farah Nuril Izzah. “Hermeneutika: Arah Baru Interpretasi Hadis (Studi Anlisis Pemikiran Yusuf Al- Qardhawi Dalam Fatwa- Fatwanya).” *Purwokerto: Komunikasi STAIN Purwokerto* 8, no.2 (2014): 198.
- Faza Khilwan Amna. *Tau Gak Sih Islam Itu Sehat?* Edited by Cet. 1. Solo:Aqwamedia, 2015.

- Firdaus dan Meirison. “Hakikat Dan Majaz Dalam Al-Qur’an Dan Sunnah.” *Jurnal Kajian Dan Pengembangan Umat* Vol. 1 No. (2018): 44.
- Fuad, Moh. Fahimul. “Asy-Syatibi Dan Konsep Istiqra’ Ma’nawi (Sebuah Upaya Pengembangan Hukum Islam).” *Lampung: As-Salam STAIN Darussalam* III, no. 1 (2013): 8.
- Ghufar Shidiq. “Teori Maqashid Syari’ah Dalam Hukum Islam” XLIV, no.1 (2009): 123.
- Gumanti, Retna. “Maqasid Al- Syari’ah Menurut Jasser Auda (Pendekatan Sistem Dalam Hukum Islam).” *Gorontalo: Jurnal Al- Himayah IAIN Sultan Amai* 1, no.2 (2018): 100.
- Hahryati, Nur. *FIKIH KESEHATAN*. Cet. 1. Jakarta: KENCANA, 2020.
- Hasan, Abdillah F. *The Power Of Tidur*. Edited by Cet.1. Jakarta: Mutiara Media, 2010.
- Imam Abi Daud. *Sunan Abi Dawud Bab مايقول عند اليوم*. Edited by Juz. 2. Lebanon: Darul Fikr, n.d.
- Imam Ahmad bin Hambal. *Kitab Musnad Ahmad Bin Hambal*. Edited by Juz. 30. Muasasatu Ar- Risalah, n.d.
- Imam at- Tirmidzi. *Sunan At- Tirmidzi Bab Dakwah Rasulullah*. Edited by Juz. 5. Beirut: Darul Fikr, n.d.
- Imam Muslim. *Jami’us Shohih Bab مايقول عند اليوم*. Edited by Juz. 7-8. Beirut Lebanon: Darul Fikr, 1998.
- Imam Nawawi. *Syarah Riyadhus Shalihin*. Jilid 2. Darul Mustafa, n.d.
- Jauziyah, Ibnu Qayyim Al-. *Mukhtasar Zaadul Ma’bad (Bekal Menuju Ke Akherat)*. Jakarta : Pusaka Azzam, 2000.
- Jazairi, Abu Bakr Jabir Al-. *Minhajul Muslim Diterjemhakan Oleh Fadhil Bahri*. Jakarta: Darul Falah, 2001.

Kamus Bahasa Indonesia. Jakarta: Pusat Bahasa, 2008.

Kemertian Agama RI. *Kesehatan Dalam Prespektif Al- Qur'an, Tafsir Al- Tematik Edisi Yang Disempurnakan*. Jakarta: Pusataka Indonesia, 2012.

Kholishuddin. “Penggunaan Pendekatan Maqashid Al- Syari’ah Sebagai Instrumen Kontektualisasi Makna Hadis.” *Surabaya : Jurnal Nabawi UIN Sunan Ampel* 1, no.1 (2020): 78.

Lasmana, Oky Candra. ““Tidur Terlentang Prespektif Hadis Nabi ”.” Riau : UIN Sultan Syarif Kasim, 2017.

M. Quraish Shihah. *Tafsir Al- Misbah*. Edited by Jilid 15. Jakarta: Lentera Hati, 2000.

Mar’atus Sholechah. “Posisi Tidur Dalam Tinjauan Hadis.” Palembang : UIN Raden Fatah, 2015.

Mas’ud, Muhammada Sa’ad bin Ahmad bin. *Maqashid Al-Syari’ah Al-Islamiyyat Wa Laqatuha BI Aladillat Al- Syari’yat*. Riyad: Dar al-Hijrat, n.d.

Mas’udi, Hafidz Hasan Al-. *Taisyirul Kholak*. Semarang: Maktabah Wamatba’ah, n.d.

Muhammad Zainul Hasan. “Analisi Pemikiran Hermenutika Hadis Yusuf Al-Qardhawi.” *Yogyakarta: Jurnal Al- Qur’an Dan Tafsir UIN Sunan Kalijaga* 2, no. 1 (2020): 35.

———. “Analisis Pemikiran Hermeneutika Hadis Yusuf Al-Qardhawi.” *Yogyakarta: Jurnal Al- Qur’an Dan Tafsir UIN Sunan Kalijaga* 2, no. 1 (2020): 37.

Muhammmad, Sulaiman. “Penerapan Sunnah- Sunnah Wudhu Berdasarkan Kitab Hadis Bulughul Maram, Bab Thoharah.” *UIN Sumatra Utara: Jurnal Ilmu Kewahyuan* 4, no. 2 (n.d.): 92.

Mujib Abdurrahman. “Imam Bukhari.” *Jurnal Studi Agama Dan Pemikiran Islam* 11, no. 1 (2013): 2.

- Muntaha, Ismail. *Sehat Cara Al-Qur'an*. Edited by Cet.1. Jakarta Timur: Al- Maghfiroh, 2012.
- Mutahharoh, Jauharotul. “Larangan Tidur Sore Perspektif Hadis (Studi Analisis Hadis Musnad Abi Ya’la Al-Mawsili Nomor 4981 Dengan Pendekatan Hadis),” Surabaya: UIN Sunan Ampel, 2019.
- Nabila Zatadini. “Konsep Maqashid Syariah Menurut Al- Syatibi Dan Kontribusinya Dalam Kebijakan Fisikal.” *Gontor: Jurnal Masharif Al- Syariah Universitas Darussalam* 4, no. 1 (2019): 10.
- Naja, Daeng. *Hidup Bersama Rasulullah SAW*. Uwais Inspirasi Indonesia, 2020.
- Nasrullah, Galuh. “Konsep Maqashid Al- Syar’iah Dalam Menentukan Hukum Islam (Prespektif Al-Syatibi Dan Jasser Auda).” *Banjarmasin: Al- Iqtishadiyah UIN Kalimantan MAB* 1, no.1 (2014): 54.
- Nor Kholis Reefani. *Pola Hidup Dan Tidur Sehat Ala Rasulullah*, n.d.
- Nur, M. Agus Salim. “Kontruksi Pemahaman Hadis- Hadis Ekologi Prespektif Yusuf Al- Qardhawi (Studi Atas Kitab Ri’ayat Al-Bi’ah Fi Syariah Al- Islam).” Yogyakarta: UIN Sunan Kalijaga, 2021.
- Paryadi. “Maqashid Syari’ah: Definisi Dan Pendapat Para Ulama” 4, No.2 (2021): 205.
- Puspita, Dinarwulan. “Efektifitas Posisi Tidur Miring Kanan Dan Semi Flwler Terhadap Kualitas Tidur Pada Pasien Gagal Jantung Kongestif.” *Keperawatan Dan Kesehatan* 10, Nomor (2019).
- Qomarullah, Muhammad. “, ‘Metode Takhrij Hadits Dalam Menakar Hadits Nabi’,.” *El-Ghiroh* Vol. XI, N (2016): 24.
- Rahmadi, Agus. *Kitab Pedoman Pengobatan Nabi SAW*. Edited by Cet 1. Jakarta Selatan:Wahyu Qolbu, 2019.

- RI, Kemenag. *Tafsir Al- Qur'an Tematik:Kesehatan Dalam Prespektif Al-Qur'an*. Jakarta: PT Sinergi Pustaka Indonesia, 2012.
- Rosdiani, Sandi Umi. "Posisi Tidur Miring Efektif Menurunkan Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III." *Surabaya : Jurnal Ilmu Kesehatan* 2, No. 2 A (2014): 81.
- Saputra, Ahmad Sarip. "'Hifd Al-Bi'ah Sebagai Bagian Dari Maqashid Syariah (Pandangan Yusuf Qardhawi Dalam Ri'ayat Al- Bia'ah Fi Shari'ah).'" Surabaya: UIN Sunan Ampel, 2020.
- Siti Fatimah. "Hermeneutika Hadis: Tinjauan Pemikiran Yusuf Al-Qardhawi Dalam Memahami Hadis." *Lamongan: Jurnal Studi Islam Institut Agama Islam Tarbiyatut Tolabah Lamongan* 2, no. 4 (2017): 94.
- Sulistiawati. "Kajian Posisi Tidur Terhadap Kesehatan Tubuh Menurut Ajaran Nabi Muhammad SAW Dan Ilmu Medis." *Nihayat: Journal of Islamic Interdisciplinary Studies* 2, No. 3, (2023): 303.
- Syafitri, Nur Rani. "Pola Tidur Dalam Hadis Nabi Dan Korelasi Dengan Kesehatan." Riau: UIN Sultan Syarif Kasim, 2022.
- Syahid, Ahmad. "Telaah Hermenuetika Hadis Yusuf Al- Qardhawi." *Yogyakarta: Jurnal Rausyan Fikr UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta* 16, no. 1 (2020): 169.
- Syalhub, Fuad bin Abdul 'Aziz Asy-. *Ringkasan Kitab Adab*. Edited by Cet.1. Jakarta: Darul Falah, 2008.
- Tajudin, Tabrani. "Hermeneutika Yusuf Al- Qardhawi Dalam Kitab Kaifah Nata'amal Al-Sunnah An- Nabawiyyah Ma'lim Dawabi." *Yogyakarta, Yogyakarta: Jurnal Ilmu- Ilmu Keislaman Dan Kemasyarakatan UIN Sunan Kalijaga* 3, no. 1 (2021): 36.
- Theta Dinarrwaty. "Perbaikan Kualitas Tidur Berdasarkan Posisi Tubuh Saat Tidur Menggunakan Body Passition Sensor." *Bandung : Sembatik*, n.d., 194.
- Uliyah, Musriful. *Keterampilan Dasar Praktek Klinik Untuk*

Kebidanan. Jakarta: Salemba Medika, 2008.

Wijaya, Abdi. “Cara Memahami Maqashid Al- Syari’ah.” *Makassar: Jurnal Al- Daulah UIN Alaudin Makassar* 2, no. 4 (2015): 345.

Yesni, Marlina. “Pengaruh Terapi Posisi Literal Kanan Terhadap Kualitas Tidur Pasien Gagal Jantung.” *Akademika Baiturrahim* vol.8, No. (2019).

Yusuf Al- QAardhawi. *Studi Kritis As Sunnah Kaifah Nata ’malu Ma ’as Sunatain Nabawiyah Diterjemhkan Oleh Abu Bakar*. Bandung: Trigenda Karya, 1995.

Yusuf Al- Qardhawi. *Bagaimana Memahami Hadis Nabi Saw Diterjemah Oleh Muhammad Al- Baqir*. Edited by Cet. 1. Bandung: Karisma, 1993.

Yusuf, Muhammad. *Ajaibnya Bagun Pagi Dan Bagun Malam : Untuk Kesehatan Tubuh Dan Jiwa*. Jogjakarta: DIVA Press, 2013.

Zaid, Fuad Abdul Aziz Asy- Syalhub dan Haris bin. *Adabul Islam Diterjemahkan Oleh Najib Junaidi, Panduan Etika Muslim Sehari- Hari*. Surabaya:Pustaka Elba, 2009.

Zarnuji, Syaikh Al-. *Ta ’lim Muta ’allim*. Edited by Cet.1. Kediri: Santi Salaf Press, 2015.

Zubaidah. “Metode Kritik Sanad Dan Matan Hadits.” *Yogyakarta: Jurnal Komunikasi Dan Pendidikan Islam Sekolah Tinggi Pendidikan Islam Bina Insan* 4, no.1 (2015): 43.

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

I. IDENTITAS DIRI

Nama : Qurrotu A'yun
TTL : Pekalongan, 05 Februari 20001
Jenis Kelamin : Perempuan
Kewarganegaraan : Indonesia
Agama : Islam
Alamat : Jl. Karya Bkati Gang. Sunan Muria No.12 RT.03/RW.03
Medono Pekalongan Barat
Nomer Telepon : 085742063532
Email : qurratu500201@gmail.com.
Orang Tua :
1. Nama Ayah : Abdul Jamluddin Syairi
2. Nama Ibu : Fariyah

II. RIWAYAT PENDIDIKAN

1. MI 14 MEDONO
2. MTS. GONDANG WONOPRINGGO
3. MAN 1 KEDUGWUNI
4. UIN K.H. ABDURRAHMANWAHID PEKALONGAN

Demikian daftar riwayat hidup ini penulis sampaikan dengan sebenar- benarnya untuk dapat dipergunakan sebagaimana semestinya

Pekalongan, 20 Juni 2024
Penulis,



Qurrotu
JF