



UIN SUSKA RIAU

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## BAB IV HASIL DAN ANALISIS

### A Status dan Pemahaman Hadis Waktu pagi

#### 1. Lafaz Hadis

Dalam penelitian ini penulis menggunakan hadis yang diriwayatkan oleh At-Tirmidzi, dengan lafaz hadis:

١١٣٣ : حَدَّنَا يَعْقُوبُ بْنُ إِبْرَاهِيمَ الدَّوْرَقِيُّ حَدَّنَا هُشَيْمٌ حَدَّنَا يَعْلَى بْنُ عَطَاءٍ عَنْ عُمَارَةَ بْنِ حَدِيدٍ عَنْ صَخْرِ الْغَامِدِيِّ قَالَ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ اللَّهُمَّ بَارِكْ لِأَمَّتِي فِي بُكُورِهَا قَالَ وَكَانَ إِذَا بَعَثَ سَرِيَّةً أَوْ جَيْشًا بَعَثَهُمْ أَوَّلَ النَّهَارِ وَكَانَ صَخْرٌ رَجُلًا تَاجِرًا وَكَانَ إِذَا بَعَثَ تِجَارَةً بَعَثَهُمْ أَوَّلَ النَّهَارِ فَأَثْرَى وَكَثُرَ مَالُهُ . وَفِي الْبَابِ عَنْ عَلَيِّ ، وَابْنِ مَسْعُودٍ ، وَبُرْيَدَةَ ، وَأَنَسٍ ، وَابْنِ عُمَرَ ، وَابْنِ عَبَّاسٍ ، وَجَابِرٍ . حَدِيثُ صَخْرِ الْغَامِدِيِّ حَدِيثٌ حَسَنٌ ، وَلَا تَعْرِفُ لِصَخْرِ الْغَامِدِيِّ عَنِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ عِنْهُ هَذَا الْحَدِيثُ . وَقَدْ رَوَى سُفْيَانُ الثَّوْرِيُّ عَنْ شُعْبَةَ عَنْ بَعْلَى بْنِ عَطَاءٍ هَذَا الْحَدِيثُ .<sup>71</sup>

Telah menceritakan kepada kami Ya'qub bin Ibrahim Ad Dauraqi telah menceritakan kepada kami Husyaim telah menceritakan kepada kami Ya'la bin 'Atha` dari 'Umarah bin Hadid dari Shakhr Al Ghamidi ia berkata: Rasulullah shallallahu 'alaihi wa sallam berdoa: "Allahumma Baarik Li Ummatii Fii Bukuurihaa" (Ya Allah, limpahkanlah keberkahan kepada ummatku pada waktu pagi buta). Ia melanjutkan: Beliau jika mengutus ekspedisi atau pasukan, beliau mengutus mereka pada waktu pagi hari. Shakhr adalah seorang pedagang, jika ia mengirim barang dagangan, ia mengirimnya pada pagi hari, lalu ia meraih keuntungan dan bertambah banyak hartanya. . Ia mengatakan; Dalam hal ini ada hadits serupa dari Ali, Ibnu Mas'ud, Buraidah, Anas, Ibnu Umar, Ibnu Abbas dan Jabir. Abu Isa berkata, Hadits Shakhr Al Ghamidi adalah hadits Hasan dan kami tidak mengetahui hadits Shakhr Al Ghamidi dari Nabi selain hadits ini dan Sufyan Ats Tsauri meriwayatkan hadits ini dari Syu'bah dari Ya'la bin 'Atha`.

<sup>71</sup> Muhammad bin Isa At-Tirmidzi, *Sunan At-Tirmidzi* hlm 508.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

  1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
    - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
    - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
  2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## 2. Takhrij hadis

Takhrij hadis adalah peneusuran hadis dari berbagai sumber aslinya ataupun buku induk hadis untuk kemudian diteliti sanad dan matannya sesuai dengan kaidah-kaidah ilmu hadis *Riwayah* dan *Dirayah* sehingga status hadis dapat ditemukan, baik secara kualitas maupun kuantitasnya<sup>72</sup>.

Langkah awal dalam penerapan metode *Takhrij Al-Hadis* adalah pencarian atau penelusuran informasi keberadaan hadis pada sumbernya yang asli (kitab-kitab induk : *Kutub As-Sittah* dan *Kutub At-Tis'ah*). Pertama-tama kita lihat di kitab *Mu'jam al-Mufahras li al-Faadz al-Hadis an-Nbawi* dengan kata kunci بکور dan dapat ditemukan informasi seperti berikut:

بِكُورٍ \*  
اللَّمْ بارِك لِأَمْتَى فِي بِكُورهَا تَ بِيع ٦ جَهَ نَحَارات ٤١

Adapun penjelasan dari pencarian yang penulis dapatkan melalui metode ini sebagai berikut: hal 210

١. ت : Tirmidzi kitab buyu'
  ٢. حج : Ibnu Majah kitab tijarah
  ٣. حم : Ahmad Bin Hambal jilid 1 hadis no. 154, 155, 156, Jilid 3 no. 416, 417, 423, Jilid 4 no. 384, 390, 391

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## 1) Lafaz hadis riwayat At-Tirmidzi

١١٣٣ : حَدَّثَنَا يَعْقُوبُ بْنُ إِبْرَاهِيمَ الدَّوْرَقِيُّ حَدَّثَنَا هُشَيْمٌ حَدَّثَنَا يَعْلَى بْنُ عَطَاءٍ عَنْ عُمَارَةَ بْنِ حَدِيدٍ عَنْ صَحْرِ الْغَامِدِيِّ قَالَ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ اللَّهُمَّ بَارِكْ لِأُمِّتِي فِي بُكُورِهَا قَالَ وَكَانَ إِذَا بَعَثَ سَرِيَّةً أَوْ حِيْشًا بَعَثَهُمْ أَوْلَ النَّهَارِ وَكَانَ صَحْرٌ رَجُلًا تَاجِرًا وَكَانَ إِذَا بَعَثَ بِخَارَةً بَعَثَهُمْ أَوْلَ النَّهَارِ فَأَتَرَى وَكَثُرَ مَا لَهُ فِي الْبَابِ عَنْ عَلَيِّ ، وَابْنِ مَسْعُودٍ ، وَبُرِيْدَةَ ، وَأَنَسِ ، وَابْنِ عُمَرَ ، وَابْنِ عَبَّاسٍ ، وَجَابِرٍ . حَدِيثُ صَحْرِ الْغَامِدِيِّ حَدِيثُ حَسَنٍ ، وَلَا نَعْرِفُ لِصَحْرِ الْغَامِدِيِّ عَنِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ غَيْرَ هَذَا الْحَدِيثِ . وَقَدْ رَوَى سُفْيَانُ الثَّوْرِيُّ عَنْ شُعبَةَ عَنْ يَعْلَى بْنِ عَطَاءٍ هَذَا الْحَدِيثُ<sup>73</sup>

Telah menceritakan kepada kami Ya'qub bin Ibrahim Ad Dauraqi telah menceritakan kepada kami Husyaim telah menceritakan kepada kami Ya'la bin 'Atha` dari 'Umarah bin Hadid dari Shakhr Al Ghamidi ia berkata: Rasulullah shallallahu 'alaihi wa sallam berdoa: "Allahumma Baarak Li Ummatii Fii Bukuurihaa" (Ya Allah, limpahkanlah keberkahan kepada ummatku pada waktu pagi buta). Ia melanjutkan: Beliau jika mengutus ekspedisi atau pasukan, beliau mengutus mereka pada waktu pagi hari. Shakhr adalah seorang pedagang, jika ia mengirim barang dagangan, ia mengirimnya pada pagi hari, lalu ia meraih keuntungan dan bertambah banyak hartanya. Ia mengatakan; Dalam hal ini ada hadits serupa dari Ali, Ibnu Mas'ud, Buraidah, Anas, Ibnu Umar, Ibnu Abbas dan Jabir. Abu Isa berkata, Hadits Shakhr Al Ghamidi adalah hadits hasan dan kami tidak mengetahui hadits Shakhr Al Ghamidi dari Nabi ﷺ selain hadits ini dan Sufyan Ats Tsauri meriwayatkan hadits ini dari Syu'bah dari Ya'la bin 'Atha`.

<sup>73</sup> Muhammad bin Isa At-Tirmidzi, *Sunan At-Tirmidzi*, hlm 508.

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

#### 2) Lafaz hadis riwayat Ibnu Majah

2318- حَدَّثَنَا أَبُو بَكْرٍ بْنُ أَبِي شَيْبَةَ حَدَّثَنَا هُشَيْمٌ عَنْ يَعْلَى بْنِ عَطَاءٍ عَنْ عُمَارَةَ بْنِ حَدِيدٍ عَنْ صَحْرِ الْعَامِدِيِّ قَالَ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ اللَّهُمَّ بَارِكْ لِأُمَّتِي فِي بُكُورِهَا قَالَ وَكَانَ إِذَا بَعَثَ سَرِيَّةً أَوْ جِيشًا بَعَثَهُمْ فِي أَوَّلِ النَّهَارِ قَالَ وَكَانَ صَحْرٌ رَجُلًا تَاجِرًا فَكَانَ يَبْعَثُ تِجَارَتَهُ فِي أَوَّلِ النَّهَارِ فَأَتَرَى وَكَثُرَ

٧٤ مَالَهُ

Telah menceritakan kepada kami Abu Bakr bin Abu Syaibah berkata: telah menceritakan kepada kami Husyaim dari Ya'la bin 'Atha dari Umarah bin Hadid dari Shakhr Al Ghamidi ia berkata: Rasulullah shallallahu 'alaihi wa sallam bersabda: "Ya Allah, berkahilah umatku di waktu paginya." Shakhr berkata: "Dan apabila beliau mengutus ekspedisi, atau pasukan perang, beliau memberangkatkan mereka di pagi hari." Ia (perawi) berkata: "Shakhr adalah seorang pedagang, ia biasa mengirim barang dagangannya di pagi hari hingga beruntung dan melimpahlah hartanya."

#### 3) Lafaz hadis riwayat Ahmad bin Hanbal

15609- حَدَّثَنَا هُشَيْمٌ حَدَّثَنَا يَعْلَى بْنُ عَطَاءٍ عَنْ عُمَارَةَ بْنِ حَدِيدٍ عَنْ صَحْرِ الْعَامِدِيِّ قَالَ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ اللَّهُمَّ بَارِكْ لِأُمَّتِي فِي بُكُورِهَا قَالَ فَكَانَ إِذَا بَعَثَ سَرِيَّةً أَوْ جِيشًا بَعَثَهُمْ مِنْ أَوَّلِ النَّهَارِ قَالَ فَكَانَ صَحْرٌ رَجُلًا تَاجِرًا وَكَانَ يَبْعَثُ تِجَارَتَهُ مِنْ أَوَّلِ النَّهَارِ قَالَ فَأَتَرَى وَكَثُرَ

٧٥ مَالَهُ

Telah menceritakan kepada kami Husyaim telah menceritakan kepada kami Ya'la bin 'Atha 'dari' Umarah bin Hadid dari Shakhr Al Ghamidi berkata: Rasulullah shallallahu 'alaihi wa sallam

<sup>74</sup> Abu Abdullah Muhammad bin Yazid bin Majah, *Sunan Ibnu Majah* (Beirut: Dar Al-Risalah Al'Alamiah, 2009), Hlm 752.

<sup>75</sup> Ahmad bin Hanbal, *Musnad Ahmad bin Hanbal*, (Beirut: Dar Al-Kotob Al-Ilmiyah, 1993), hlm. 417.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

bersabda: "Ya Allah, berilah barakah kepada umatku pada pagi harinya." (Shakhr Al Ghamidi Radliyallahu'anhu) berkata: jika beliau mengutus suatu pasukan atau kelompok tentara, mengutus mereka dari permulaan siang. ('Umarah bin Hadid hu'anhu) berkata: Shakhr adalah seorang pedagang, jika dia mengirimkan dagangannya maka pada permulaan siang, maka hal itu hartanya menjadi banyak dan melimpah.

- 4) Lafaz riwayat Ahmad bin Hanbal

15724 - حَدَّثَنَا هُشَيْمٌ قَالَ : أَخْبَرَنَا يَعْلَى بْنُ عَطَاءٍ ، عَنْ عُمَارَةَ بْنِ حَدِيدٍ ، عَنْ صَحْرِ الْعَامِدِيِّ قَالَ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ : اللَّهُمَّ بَارِكْ لِأُمَّتِي فِي بُكُورِهَا قَالَ : وَكَانَ إِذَا بَعَثَ سَرِيَّةً أَوْ جِيَشًا بَعْثَتْهُمْ مِنْ أَوَّلِ النَّهَارِ قَالَ : وَكَانَ صَحْرُ رَجُلًا تَاجِرًا كَانَ يَبْعَثُ تِجَارَةً مِنْ أَوَّلِ النَّهَارِ فَأَتَرَى وَكَثُرَ مَالُهُ .<sup>76</sup>

Telah menceritakan kepada kami Husyaim berkata: telah memberitakan kepada kami Ya'la bin 'Atho 'dari Umarah bin Hadid dari Shakhr Al Ghamidi berkata: Rasulullah shallallahu 'alaihi wa sallam bersabda: "Ya berilah berkah pada umatku pada pagi harinya. (Shakhr Al Ghamidi Radliyallahu'anhudliyallahu'anhu) berkata: beliau jika mengutus pasukan perang atau tentara maka pada waktu menjelang siang. (Umarah bin Hadid Radliyallahu'anhu) berkata: Shakhr adalah seorang pedagang, jika dia mengirim dagangannya pada waktu tersebut maka dia menjadi melimpah dan bertambah banyak hartanya.

- 5) Lafaz riwayat Ahmad bin Hanbal

19674 - حَدَّثَنَا مُحَمَّدُ بْنُ جَعْفَرٍ ، حَدَّثَنَا شُعبَةُ ، عَنْ يَعْلَى بْنِ عَطَاءٍ ، عَنْ عُمَارَةَ بْنِ حَدِيدِ الْبَخْلِيِّ ، عَنْ صَحْرِ الْعَامِدِيِّ ، عَنِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ : اللَّهُمَّ بَارِكْ لِأُمَّتِي فِي بُكُورِهَا قَالَ : فَكَانَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ إِذَا

<sup>76</sup> Ibid., hlm. 432.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

بَعَثَ سَرِيَّةً بَعْثَهَا أَوْلَ النَّهَارَ وَكَانَ صَخْرٌ رَجُلًا تَاجِرًا ، فَكَانَ لَا يَبْعَثُ غُلْمَانَةً  
إِلَّا مِنْ أَوْلَ النَّهَارِ ، فَكَثُرَ مَالُهُ حَتَّى لَا يَدْرِي أَيْنَ يَضْطَعُ مَالُهُ .<sup>77</sup>

Musnad Ahmad 18613: Telah menceritakan kepada kami Muhammad bin Ja'far Telah menceritakan kepada kami Syu'bah dari Ya'la bin Atha` dari Umarah bin Hadid Al Bajali dari Shakhr Al Ghamidi dari Nabi shallallahu 'alaihi wa sallam, beliau berdo'a: (Ya Allah, berilah keberkahan pada ummatku di waktu pagi mereka)." Dan jika Nabi shallallahu 'alaihi wa sallam mengirim Sariyyah (ekspedisi militer yang dikirim untuk operasi tertentu), maka beliau mengirimnya pada pagi hari. Kemudian Shakhr adalah seorang penjual, dan ia juga tidak pernah mengirim para pelayannya kecuali pada permulaan hari (pagi hari), sehingga hartanya pun semakin berkembang dan banyak, sampai ia tidak tahu lagi di mana ia letakkan hartanya.

- 6) Lafaz riwayat Ahmad bin Hanbal

15725 - حَدَّثَنَا عَمَّانُ ، حَدَّثَنَا شُعبَةُ ، قَالَ يَعْلَمِي بْنُ عَطَاءٍ ، أَنَّبَانِي قَالَ :  
سِمْعُتْ عُمَارَةَ بْنَ حَدِيدٍ رَجُلًا مِنْ بَجِيلَةَ قَالَ : سِمْعُتْ صَخْرًا الْعَامِدِيَّ رَجُلًا مِنَ  
الْأَزْدِ أَنَّ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ : اللَّهُمَّ بَارِكْ لِأُمَّتِي فِي بُكُورِهَا . قَالَ :  
وَكَانَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ إِذَا بَعَثَ سَرِيَّةً بَعْثَهُمْ أَوْلَ النَّهَارَ وَكَانَ  
صَخْرٌ رَجُلًا تَاجِرًا وَكَانَ لَهُ غُلْمَانٌ ، فَكَانَ يَبْعَثُ غُلْمَانَةً مِنْ أَوْلَ النَّهَارِ ، قَالَ :  
فَكَثُرَ مَالُهُ حَتَّى كَانَ لَا يَدْرِي أَيْنَ يَضْطَعُ .<sup>78</sup>

Telah menceritakan kepada kami' Affan telah menceritakan kepada kami Syu'bah berkata :Ya'la bin 'Atho 'telah memberitakan kepada kami, berkata: saya telah mendengar Umarah bin Hadid seorang dari Bajilah, berkata: saya telah mendengar Shakhr Al Ghamidi seorang dari Al Azdi, Nabi Shallallahu'alaihi wasallam bersabda: "Ya berilah berkah pada umatku pada pagi harinya.

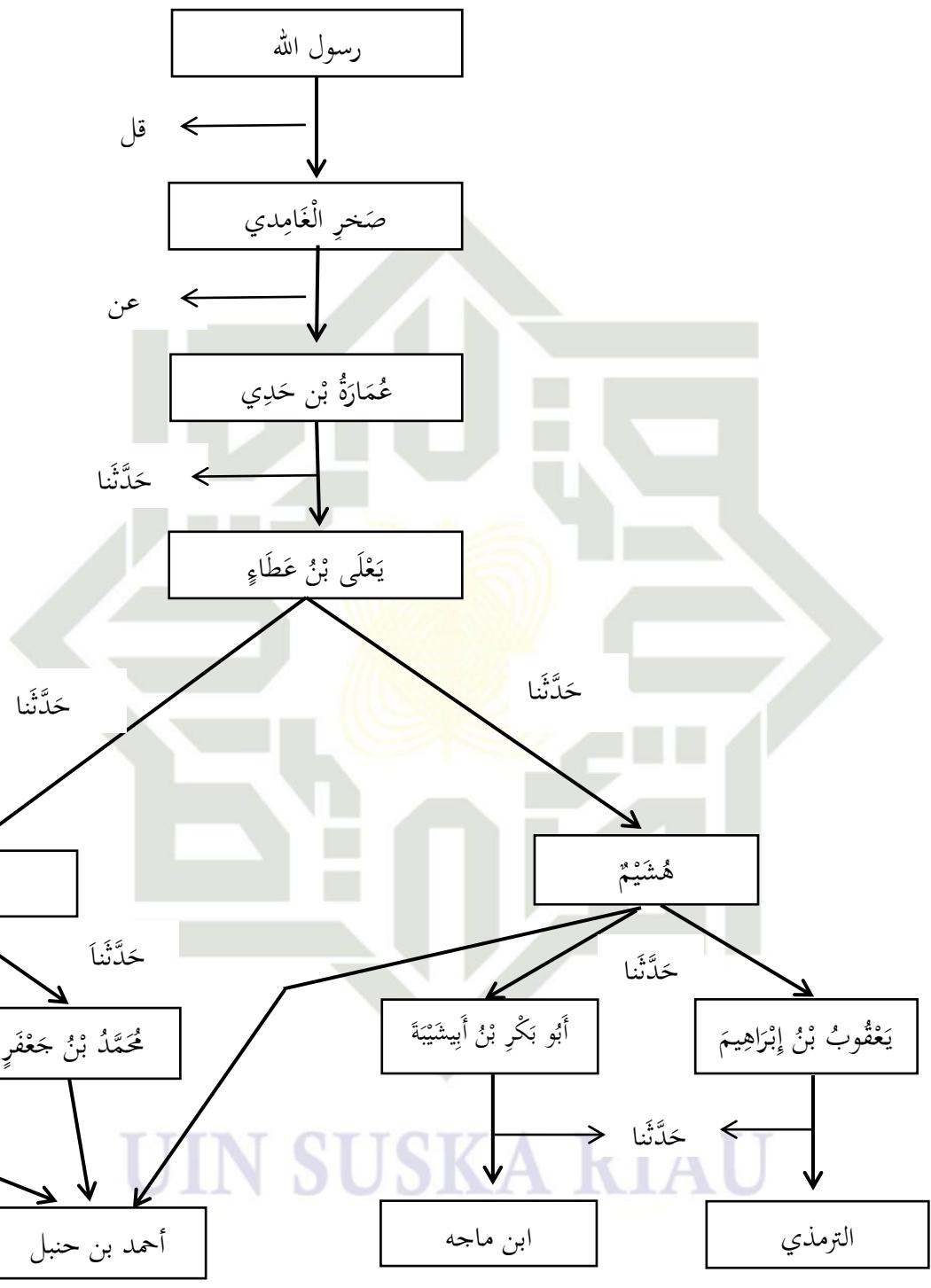
<sup>77</sup> Ibid., 4, hlm.384.

<sup>78</sup> Ibid., juz,3.hlm.384



© Hak cipta milik UIN Suska Riau

### I'tibar Sanad



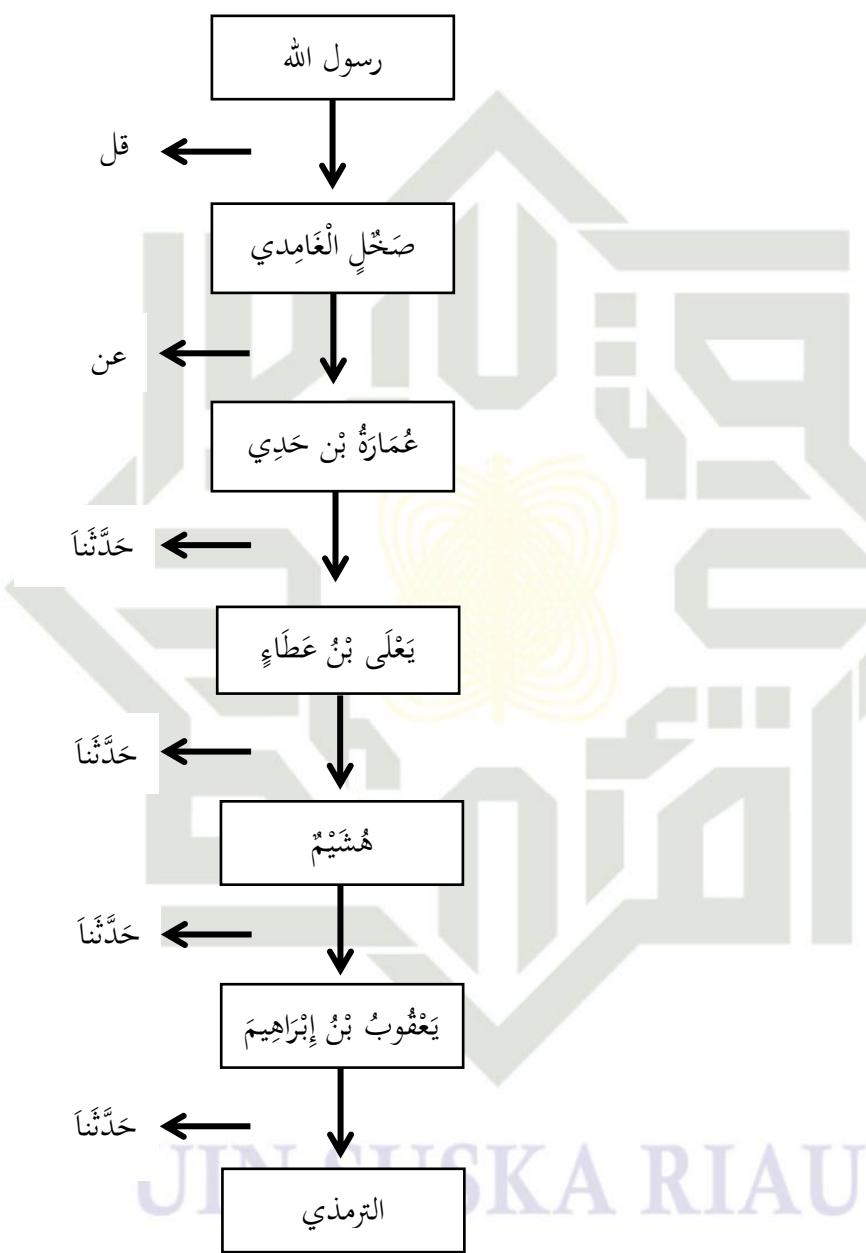
Hadis dari *I'tibar* sanad diatas berstatus **Sahih** dikarenakan sanadnya bersambung dan perawinya orang yang *tsiqah*

satu masalah.

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebut pengaruhnya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, per
  2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apa pun tanpa izin UIN Suska Riau.

#### 4. Ranji Sanad

Dari beberapa hadis di atas penulis memilih untuk mentakhrij hadis yang diriwayatkan oleh Abu Daud, berikut merupakan keterangan lebih lanjut:



#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**5. Biografi perawi**

Nama Pe rawi	Tahun Lahir & Wafat	Guru	Murid	Jarh wa al-Ta'dil
Shakhr ibn Wada'ah al-Ghamidi <sup>79</sup>		Rasulullah	Umar bin Hadid	Setiap sahabat adil
Umarah bin Hadid Al-Bajaliy <sup>80</sup>		Shakhr ibn wada'ah al-Ghamidi	Ya'la bin Atha'	Ibnu Hibban menyebutk beliu di dalam kitab tsiqahnya Al-Ijli berkata:beliau orang yang tsiqah Abu Hatim berkata: beliau majhul
Ya'la bin 'Atha' <sup>81</sup>	Wafat 120 H	Umarah bin Hadid Al-Bajaliy	Mubarok bin Fadolah Husyaim bin Hasan Husyaim bin Basyir	Yahya bin Main dan Nasa'I berkata: beliau adalah orang yang tsiqah Ibnu Hibban menyebut beliau di dalam kitab tsiqah nya Muhammad bin Sa'id berkata: beliau adalah orang yang tsiqah
Husyaim bin	Wafat	Yahya bin Said	sa'id bin	Menurut Ah-

<sup>79</sup> Jamaluddin Abu Al-Hajjaj Yusuf Al-Mizzi, *Tahzib Al-Kamal fi Asmai Al-Rijal*,(Beirut:Muassasah Al-Risalah,1992), Juz. 13, hlm. 125.

<sup>80</sup> Ibid., Juz 21, hlm.236-237.

<sup>81</sup> Ibid., Juz 32, hlm.393-395.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Basyir bin Al-Qasim bin Dinar <sup>82</sup>	183 H Lahir 104/10 5 H	Ya'la bin tha' Yahya A bin Abi Ishaq	Mansur Ibnu al madini <b>Yaqub bin Ibrahim</b>	<b>mad bin Abdil-lah al- Ijli</b> beliau adalah orang yang <i>tsiqah</i> <b>Abdurrahman bin Mahdi</b> berkata: beliau adalah orang yang hafiz dalam hadis
Yaqub bin Ibrahim bin Katsir bin Zayd bin Aflah bin Mansur bin Muzahim al-Abdi al-Qays <sup>83</sup>	Lahir 166 H Wafat 252 H	Hajaj bin Muhammad Bahz bin Asad Abu bakar bin 'Ayyasy bin Salim Sa'id bin 'Amir Syu'aib bin Harb <b>Husyaim bin Basyir</b>	Ishaq bin Ibrahim bin Yunus bin Musa bin Mansur Musa bin Daud Muslim bin al-hajaj bin muslim <b>Tirmidzi</b>	<b>Abu Hatim</b> berkata beliau adalah orang yang <i>Shaduq</i> <b>Ibnu Hibban</b> menyebut beliau di dalam kitab <i>tsiqahnya</i> <b>Abu Bakar al-Khatib</b> berkata beliau adalah orang yang <i>tsiqah</i> , hafiz dan <i>mutqin</i>
At-Tirmidzi	Lahir	<b>Yaqub bin Ib-</b>	Al- Hisam	<b>Ibnu Hibban</b>

<sup>82</sup> Syamsuddin Al-Zahabi, *Siyar A'lam Al-Nubala*, (Beirut: Muassasah Al-Risalah, 1985), Juz 8, hlm. 287-290.

<sup>83</sup> Jamaluddin Abu Al-Hajjaj yusuf Al-Mizy, *Tahzib Al-Kamal fi Asmai Al-Rijal* juz 32 (Beirut: Muassasah al- Risalah, 1992), hlm. 313.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

	209 H Wafat 279 H	<b>rahim bin Katsir bin Zayd bin Aflah bin Mansur</b> Ismail bin Musa Ahmad bin Kholid Ibrahim bin Harun Ibrahim bin Sa'id	bin kalib bin surajh bin ma'qil Ahmad bin 'Ali bin Al-hasan Bin Syadhan Muhammad Bin Ahmad Bin Mahbub Bin Fdhl	Menyebut beliau dalam kitab <i>tsiqahnya</i> dan orang yang <i>mutqin</i> <sup>84</sup>
--	-------------------------	--	---	---

**6. Analisis Kualitas Hadis**

Berdasarkan dari tabel biografi sanad periwayatan di atas, dapat disimpulkan bahwa seluruh sanad hadis di atas dapat dikatakan *itishal* karena masing-masing perawi saling memberi dan menerima riwayat kemudian dari segi keadilan dan kedhabitannya masing-masing riwayat. Dinilai oleh kritikus hadis dengan penilaian yang baik atau *tsiqah*. Oleh sebab itu hadis riwayat At-Tirmidzi kualitasnya bersatus *Shahih*.

**7. Syahrul Hadis**

Telah diriwayatkan oleh at-Tirmidzi dan al-Hakim dari 'Ali r.a. bahwa ia berkata: Aku mendengar seorang laki-laki memintakan ampun bagi kedua orang tuanya, padahal keduanya adalah musyrik. Maka aku berkata kepadanya: Apakah engkau memintakan ampun bagi kedua orang tuamu, padahal mereka musyrik? Ia menjawab: Ibrahim juga memintakan ampun bagi ayahnya, padahal dia musyrik. Maka aku menyampaikan hal itu kepada Rasulullah Saw. lalu turunlah ayat: "Tidak pantas bagi Nabi dan orang-orang yang beriman untuk memintakan ampun bagi orang-orang musyrik..." Dan Ibn 'Abbās, Qatādah, dan selain keduanya berkata: Sesungguhnya ayat ini turun karena sekelompok orang-orang beriman berkata: Kami memintakan ampun bagi orang-orang mati di antara kami

<sup>84</sup> *Ibid* Juz. 26 hlm. 252

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

sebagaimana Ibrahim as memintakan ampun bagi ayahnya. Maka turunlah ayat ini berkaitan dengan hal tersebut.<sup>85</sup>

Bagaimanapun juga, dalam turunnya larangan untuk memintakan ampun bagi orang-orang musyrik terdapat titik keberatan karena kisah Ibrahim as maka turunlah ayat setelahnya untuk menghilangkan keberatan tersebut. Maknanya: tidak pantas dan tidak sah bagi Nabi dan orang-orang yang beriman untuk memohon kepada Allah agar mengampuni orang-orang musyrik. Ini adalah bentuk kalimat berita yang bermakna larangan, karena kenabian dan keimanan merupakan dua hal yang mencegah dari memintakan ampun bagi orang-orang musyrik. Yaitu Rasulullah Saw (apabila mengutus satuan pasukan atau bala tentara) disebutkan dalam *an-Nihāyah* bahwa “*sariyyah*” adalah sekelompok dari pasukan yang jumlah maksimalnya mencapai empat ratus orang yang diutus menuju musuh. Bentuk jamaknya adalah *sarāyā*. Tamat.<sup>86</sup>

(*Fa-atsrā*) yakni menjadi orang yang kaya karena menjaga dan mengikuti sunnah. Dan dikabulkannya doa ini oleh Nabi as sebagaimana disebut dalam *al-Luma’āt*. (Dan hartanya menjadi banyak) adalah bentuk ‘*athf tafsīr* (sambungan yang menjelaskan maksud sebelumnya).<sup>87</sup>

Perkataan: “Dan dalam bab ini (juga terdapat riwayat) dari ‘Ali, Buraidah, dan seterusnya” al-Hāfiẓ adz-Dzahabī berkata dalam *Tadhkirat al-Huffāz* dalam biografi ‘Umārah bin Ḥadīd, setelah menyebutkan hadis dalam bab ini dari jalurnya, dengan lafadz: “Dan dalam bab ini juga dari Anas dengan isnad yang rusak.” Dan dari Buraidah melalui jalur Aws bin ‘Abdillah dan dia adalah perawi yang lemah. Dan dari Ibn ‘Abbās me lalui dua jalur yang tidak sahih. Tamat. Adapun hadis Ibn ‘Umar, maka diriwayatkan oleh Ibn Mājah dengan lafadz: “Ya Allah, berkahilah umatku dalam waktu pagi mereka.” Dan dalam bab ini juga (ada hadis) dari Abū Hurairah dengan lafadz: “Ya Allah, berkahilah umatku dalam waktu pagi

<sup>85</sup> Abdurrahman al-Mubarakfuri, *tuhfah al-Ahwadzi Syarh sunan At-Tirmidzi*, cet.1 (Beirut: al-Maktabah al-‘Ilmiyyah wa Thqiqat Turats, 1410 H), Juz. 4, hlm.337.

<sup>86</sup> *Ibid.*, hlm.338.

<sup>87</sup> *Ibid*

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

mereka pada hari Kamis.” Diriwayatkan oleh Ibn Mājah. Dan dalam bab ini juga terdapat (riwayat) dari sekelompok sahabat *rađiyallāhu ‘anhūm* sebagaimana akan disebutkan.<sup>88</sup>

Perkataan: “Hadis *Shakhr al-Ghāmidī* adalah hadis hasan” juga diriwayatkan oleh Abū Dāwūd, an-Nasā’ī, Ibn Mājah, dan Ibn Ḥibbān dalam *Ṣahīh*-nya. Adz-Dzahabī berkata dalam *Tadhkīrat al-Huffāz* setelah menyebut hadis ini: “*Shakhr* tidak dikenal kecuali dalam hadis ini saja, dan tidak ada yang mengatakan bahwa dia sahabat kecuali karena hadis ini, dan yang meriwayatkan hal itu hanyalah ‘Umārah.” Dan ‘Umārah adalah *majhūl* (tidak dikenal) sebagaimana dikatakan oleh ar-Rāziyyān (Abū Ḥātim dan Abū Zur‘ah). Dan tidak bisa dibanggakan hanya karena Ibn Ḥibbān menyebutnya di antara para *tsiqah*, karena kaidahnya sudah dikenal: ia memasukkan orang yang tidak dikenal ke dalam daftar hujjah (yang dijadikan dalil). Hadis ini hanya diriwayatkan darinya oleh Ya‘lā bin ‘Atā’. Ibn al-Qatṭān berkata: “Adapun perkataan bahwa hadis ini hasan, itu adalah kesalahan.” Tamat ucapan adz-Dzahabī.

Aku katakan: “Keadaannya sebagaimana yang dikatakan oleh al-Ḥāfiẓ adz-Dzahabī.” Al-Mundzirī berkata dalam *at-Targhib* setelah menyebut hadis ini: “Semuanya meriwayatkan dari ‘Umārah bin Ḥadīd dari *Shakhr*, dan ‘Umārah bin Ḥadīd adalah seorang Bajali.” Ia ditanya oleh Abū Ḥātim ar-Rāzī dan beliau berkata: “*Majhūl*.” Dan ditanya pula oleh Abū Zur‘ah dan beliau berkata: “Tidak dikenal.” an Abū ‘Umar an-Namārī berkata: *Shakhr* bin Wadā‘ah al-Ghāmidī adalah salah satu kabilah dari Azd tinggal di Ṭā’if, dan ia termasuk golongan penduduk Hijaz. Diriwayatkan darinya oleh ‘Umārah bin Ḥadīd, dan dia (yakni ‘Umārah) adalah perawi *majhūl* (tidak dikenal), tidak ada yang meriwayatkan darinya selain Ya‘lā ath-Ṭā’ifi, dan aku tidak mengetahui dari *Shakhr* selain hadis: “Diberkahi untuk umatku dalam waktu pagi mereka.” Dan

---

<sup>88</sup> *Ibid*

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

ini adalah lafaz yang diriwayatkan oleh sekelompok orang dari Nabi Saw. Tamat ucapannya.<sup>89</sup>

Al-Mundzirī berkata: Dan benar seperti yang dikatakan oleh Abū ‘Umar. Telah diriwayatkan hadis ini oleh sekelompok sahabat dari Nabi Saw, di antaranya: ‘Ali, Ibn ‘Abbās, Ibn Mas‘ūd, Ibn ‘Umar, Abū Hurairah, Anas bin Mālik, ‘Abdullāh bin Salām, an-Nawwās bin Sam‘ān, ‘Imrān bin Ḥuṣayn, Jābir bin ‘Abdillāh dan sebagian sanadnya bagus serta Nubayṭ bin Sharīṭ. Dan ia menambahkan dalam hadisnya: “pada hari Kamis mereka.” Dan juga dari Buraidah, Aws bin ‘Abdillāh, ‘Ā’ishah, dan selain mereka dari kalangan sahabat rādiyallāhu ‘anhum ajma‘īn. Dalam banyak sanad hadis ini terdapat pembicaraan (yakni kelemahan), namun sebagian di antaranya adalah hasan. Aku telah mengumpulkannya dalam sebuah risalah khusus dan memperluas pembahasannya. Diriwayatkan dari ‘Āisyah rādiyallāhu ‘anhā, ia berkata: Rasulullah Saw. bersabda: “Berpagi-pagilah dalam mencari rezeki, karena pagi itu adalah keberkahan dan keberhasilan.” Diriwayatkan oleh al-Bazzār dan ath-Tabarānī dalam al-Awsat.<sup>90</sup>

Dan diriwayatkan dari ‘Utsmān ra, ia berkata: Rasulullah Saw bersabda: “Tidur di waktu pagi menghalangi rezeki.” Diriwayatkan oleh Ahmad, al-Bayhaqī, dan yang lainnya. Dan Ibn ‘Adiyy juga meriwayatkannya dalam al-Kāmil, dan hadis ini tampak keanehananya (*zāhir al-nakārah*). Dan diriwayatkan dari Fāṭimah binti Muḥammad ra, ia berkata: Rasulullah Saw. melewatkiku sementara aku sedang berbaring di pagi hari, lalu beliau menggerakkanku dengan kakinya, kemudian bersabda: “Wahai putriku, bangunlah, saksikanlah rezeki Tuhanmu dan janganlah kamu menjadi orang-orang yang lalai. Sesungguhnya Allah Swt. membagi-bagikan rezeki kepada manusia antara terbitnya fajar hingga terbitnya matahari.” Diriwayatkan oleh al-Bayhaqī. Dan diriwayatkan juga darinya (Fāṭimah) dari ‘Alī, bahwa Rasulullah Saw. masuk ke tempat

---

<sup>89</sup> Ibid

<sup>90</sup> Ibid., hlm.339.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Fātimah setelah beliau menunaikan salat Subuh, dan ia masih tertidur, lalu beliau menyebutkan hal itu dengan maknanya.<sup>91</sup>

Dan Ibn Mājah meriwayatkan dari hadis ‘Alī, ia berkata: Rasulullah Saw. melarang tidur sebelum terbit matahari. Tamat apa yang terdapat dalam *at-Targhib*. Sa‘īd bin Manṣūr telah menceritakan kepada kami, Hushaym bin Bashīr telah menceritakan kepada kami, Ya‘lā bin ‘Atā’ telah menceritakan kepada kami, ‘Umārah (dengan ‘ain ḍammah) bin Ḥadīd (dengan ḥā’ tanpa titik dan dāl dua kali) al-Bajali (dengan bā’ berharakat fathah dan jīm), seorang perawi yang *majhūl* (tidak dikenal), dari Shakhr bin Wada‘ah (dengan wāw berharakat fathah), al-Ghāmidī (dengan ghain yang bertitik), dari Nabi Saw. Al-Mundzirī berkata: Ghāmid adalah dari kabilah al-Azd, tinggal di Ṭā’if, dan termasuk penduduk Hijaz. Shakhr diriwayatkan oleh ‘Umārah bin Ḥadīd, dan tidak ada yang meriwayatkan darinya selain Ya‘lā al-Ṭā’ifi. Ia berkata: "Aku tidak mengetahui dari Shakhr kecuali hadis: 'Keberkahan diberikan kepada umatku.' (اللَّهُمَّ بارك لِأَمْتَي فِي بَكُورِهَا)." Dalam riwayat al-Bazzār disebutkan: "Ya Allah, berkahilah umatku di waktu pagi mereka, khususnya hari Kamis."<sup>92</sup>

Dalam hadis ini terdapat anjuran untuk berangkat dari tempat tinggal di pagi hari ketika hendak bepergian, sebagaimana juga dianjurkan untuk mencari rezeki di pagi hari saat bermukim, berdasarkan sabda Nabi Saw: "Berpagi-pagilah dalam mencari rezeki, karena pagi itu mengandung berkah dan keberhasilan." (Diriwayatkan oleh al-Bazzār dan al-Ṭabarānī dalam al-Awsat). Dalam riwayat al-Bayhaqī juga disebutkan: "Sesungguhnya Allah membagi rezeki kepada para hamba antara terbit fajar hingga terbit matahari." Nabi Saw apabila mengutus *sariyyah* (pasukan kecil, antara lima hingga tiga ratus orang) atau pasukan besar, beliau mengutus mereka di awal pagi (*bukrah*), karena keberkahan ada di waktu

<sup>91</sup> *Ibid*

<sup>92</sup> Syihabuddin Abu al-Abbas Ahmad bin Husain bin Ali bin Ruslan al-Maqsdisi ar-Ramli asy-Syafi'I, *Syarh Sunan Abi Daud*, Ce t.1 (Me sir: Dar al-Falah li al-Bahs al-Ilmi wa Thqiq at-Turats, 1437 H) hlm.324

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

tersebut. Shakhr bin Wada‘ah adalah seorang pedagang yang berdagang dengan jual beli dan barang-barang seperti kain, dan ia mengirimkan barang dagangannya di awal pagi hari sebagai bentuk pengamalan hadis tersebut. Maka ia pun menjadi kaya, yakni hartanya banyak karena keberkahannya mengamalkan hadis itu, dan hartanya pun terus bertambah hingga ia wafat.<sup>93</sup>

## **B. Kontekstualisasi hadis keberkahan waktu pagi dalam Kesehatan Fisik dan Mental**

### **1. Keberkahan**

Berkah adalah limpahan kebaikan dari allah SWT yang meluas, bertambah, dan membawa manfaat, baik dalam hal materi maupun non materi, seperti kesehatan , waktu, ilmu, atau ketenangan jiwa. Berkah tidak selalu di ukur dari jumlah atau ukuran lahiriah, tetapi barakah memiliki dimensi yang luas. Seperti, berkah dalam waktu, berkah dalam kesehatan, berkah dalam ilmu, berkah dalam harta.

berkah waktu pagi dapat dikaitkan dengan gaya hidup sehat, karena waktu pagi dalam islam dipenuhi anjuran untuk beraktivitas, bangun lebih awal, shalat subuh, berzikir, bekerja, bahkan berolahraga. Semua ini bukan hanya rutinitas tetapi juga sarana kita untuk mendapatkan keberkahan dari Allah yang termasuk, kesehatan jasmani, kesehatan mental, dan keberkahan waktu.

Hadis tentang keberkahan waktu pagi bukan hanya memiliki dimensi spiritual, tetapi juga relevan jika dikaji dalam konteks kesehatan modern. Rasulullah Saw. bersabda: "Ya Allah, berkahilah umatku di waktu pagi mereka." (HR. Abu Dawud). Doa nabi ini menunjukkan bahwa waktu pagi hari merupakan sebuah waktu yang dianjurkan untuk dimanfaatkan dengan baik , bukan hanya dalam hal ekonomi ataupun sosial, tetapi juga berdampak positif dari sisi kesehatan baik jasmani maupun rohani.

Rashulullah Saw. mengkhususkan waktu pagi dibandingkan waktu-waktu lainnya, karena pagi hari adalah waktu yang bisa digunakan untuk

---

<sup>93</sup> *Ibid.*, hlm.325

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

mengawali aktivitas kita. Oleh karena itu rasulullah mengkhususkan doanya agar seluruh umatnya mendapat berkah di dalamnya. Tidak hanya itu, Allah bahkan bersumpah atas waktu pagi dan menyatakannya dalam ayat pertama QS. Al-Fajr yang artinya “Demi waktu fajar”.

Dalam hal ini dapat dilihat betapa waktu pagi waktu yang sangat penting, maka akan sangat rugi bagi orang-orang yang melewatkkan waktu paginya untuk tidur. Dilihat dari sisi medis, terdapat beberapa penelitian yang menunjukkan bahwa ketika kita melakukan aktivitas di pagi hari memiliki dampak positif yang signifikan terhadap kesehatan tubuh, Sinar matahari pagi membantu mengatur ritme sirkadian atau jam biologis manusia, yang sangat penting dalam menjaga keseimbangan tidur, hormon, dan energi harian.

Hal ini dapat membuktikan bahwa ajaran islam tidak hanya mencakup dalam aspek spiritual, tetapi juga dapat selaras dengan aspek kesehatan fisik dan kesehatan mental. Dengan demikian keberkahan di waktu pagi yang terdapat dalam hadis nabi itu bermakna luas, keberkahan tersebut bukan hanya dilihat dari aspek agama, ekonomi, dan sosial, tetapi juga terdapat kesehatan fisik dan kesehatan mental, yang teruji kebenarannya dalam konteks kesehatan modern.

Dalam perspektif islam, keberkahan bukan hanya dalam hal rezeki atau kemudahan dalam pekerjaan, tetapi juga mencakup ketenangan hati, kesehatan tubuh, dan semangat hidup. Maka, anjuran Nabi untuk memulai pagi dengan aktivitas bermanfaat dapat dilihat sebagai langkah preventif dan promotif dalam menjaga kesehatan manusia secara menyeluruh. Hal ini juga menunjukkan bahwa ajaran Islam bersifat holistik, mencakup dimensi spiritual dan fisik secara bersamaan.

## 2. Kesehatan

### a. Aspek Kesehatan Fisik

- 1) Aktivitas fisik dipagi hari membawa dampak positif yang signifikan terhadap kesehatan tubuh. Paparan sinar matahari pagi mengandung vitamin D yang sangat dibutuhkan untuk kekuatan tulang, imunitas tubuh, dan kesehatan metabolisme. Sinar matahari pagi juga mem-

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

bantu mengatur ritme sirkadian atau jam biologis manusia, yang sangat penting dalam menjaga keseimbangan tidur, hormon, dan energi harian.<sup>94</sup>

- 2) Menjaga keseimbangan hormon dalam tubuh, Makhluk hidup pada hakekatnya tidak bisa lepas dari yang namanya biokimia tubuh dan kelenjer hormon. Sedangkan hormon itu sendiri memiliki pengaruh besar terhadap perilaku seseorang. Ada beberapa kelenjer-kelenjer hormone yang vital berkaitan dengan perilaku manusia. Seperti *norepinephrine*, *adrenalin*, *vasopressin*, *Estrogen*, *testosteron*, *oxytocin*, *steroid*, *insulin*, dan yang lainnya.<sup>95</sup>

Hormon-hormon ini sangat berpengaruh besar terhadap emosi seseorang, dan juga pada perilaku-perilaku lainnya. Diantara beberapa hormon diatas, salah satunya hormon yang memunculkan rasa emosi, yakni hormon *tireoid*, para ulama berpendapat bahwa seseorang yang bangun siang (setelah matahari terbit dan terang), akan mengalami kegelisahan dan kepenatan hati.<sup>96</sup> Menurut prof. HM. Hembing Wijayakusuma mengatakan jika hormon *tireoid* ini tidak seimbang karena terlalu aktif, akan menimbulkan perilaku-perilaku yang tidak wajar. Seperti mudah emosi, tergesah-gesah, atau tidak sabaran. Istilah semacam ini dikenal dalam dunia kesehatan dengan *hipertireoid*.<sup>97</sup>

Hilangnya keseimbangan hormon dan biokimia tubuh dapat mengganggu kelancaran proses-proses metabolisme zat dalam tubuh manusia. Dan pada saat semacam ini, seseorang sangat mudah terserang berbagai macam penyakit seperti : liver, jantung, sesak nafas,

<sup>94</sup> Harvard Health Publishing, *Sunlight and Your Health: The Good and the Bad.*( Harvard Medical School.2020)

<sup>95</sup> Yusni a.Ghazali, *menyingkapi rahasia, kasat, dan mukjizat shalat tahajjud dan subuh bagi kesehatan fisik,jiwa, peneguhan iman, dan kesuksesan karir* (Jakarta selatan: grafindo kharisma ilmu 2008)hlm, 225.

<sup>96</sup> *Ibid*...hlm, 227.

<sup>97</sup> Hembing Wijayakusuma, *hikmah sholat untuk pengobatan dan kesehatan* ( Jakarta: pustaka kartini, 1995) hlm, 197.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

lumpuh, cemas, depresi, tekanan darah tinggi, diabetes, dan kanker.<sup>98</sup>

Maka dapat dilihat ketika kita bangun dan beraktivitas di pagi hari maka hormon kita seimbang, dan dapat melancarkan proses-proses metabolisme zat dalam tubuh manusia. Sehingga tubuh kita dapat terhindar dari penyakit yang dijelaskan di atas.

- 3) Menormalkan kinerja syarat pusat, ketika kita bangun di awal waktu dan mengerjakan shalat subuh, kita akan mendapatkan kesehatan, Shalat dalam artian yang sempurna dan dikerjakan dengan khusyu, menurut penelitian medis sangat bermanfaat bagi kesehatan jasmani. Ketika seseorang mrnjalankan shalatnya dengan seksama dan khusyu, ini akan membawah pengaruh yang besar pada syaraf pusat. Syaraf pusat dalam kondisi semacam itu, ia akan memperoleh istirahatnya secara penuh. Dan dengan istirahat yang penuh, syaraf pusat akan kembali normal dan bekerja dengan bagus dalam mengatur organ dan sel-sel jaringan tubuh. Sehingga susunan kerja di dalam tubuh menjadi serasih dan sesuai dengan kinerja sistem yang telah tersusun di dalam syaraf pusat<sup>99</sup>
- 4) Mencegah penyakit *kardiovaskular* (gangguan jantung), pada waktu pagi udara belum tersentuh dengan polusi dan waktu ini merupakan momentum yang sangat baik bagi paru-paru untuk menghirup udara segar dan murni, terlebih dilanjutkan dengan gerakan shalat subuh. Dr. Muslim Nathin mengatakan bahwa bangun di awal waktu dapat menghindari seseorang dari serangan penyakit *kardiovaskular*.<sup>100</sup>
- 5) Udara pagi bagi kesehatan, menghirup udara subuh akan membantu tubuh dalam proses pembentukan sistem imunitas dalam tubuh. Dengan demikian, daya tahan tubuh akan meningkat dan tubuh akan

<sup>98</sup> Yusni a.Ghazali, *me nyinkapi rahasia, kasat, dan mukjizat shalat tahajjud.....* hlm,

226

<sup>99</sup> *Ibid...* hlm, 224

<sup>100</sup> Abil Qays Maarif, *dahsyatnya berkah bangun pagi, tahajjud, subuh, dan duhāh: me nyinkapi ke berkah waktu pagi* (Yogyakarta:fillah books 2020) hlm, 64.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

mampu untuk menolak berbagai macam penyakit yang ingin menyerang tubuh. Menghirup udara segar pada saat subuh akan meningkatkan kecepatan mengalirnya darah dari menuju otak, maka otak akan memperoleh asupan oksigen segar melalui aliran darah yang kaya akan oksigen. Dengan demikian, kinerja otak akan meningkat dan kecerdasan juga didapat dengan membiasakan bangun pagi.<sup>101</sup>

Dr Alexander Bruce juga mengatakan bahwa pada waktu pagi gas ozon mengandung oksigen pada titik puncak dan akan menipis dengan perlahan-lahan seiring dengan terbitnya matahari.<sup>102</sup> Gas ozon ini sangat baik bagi kesehatan tubuh. Manfaat yang dapat dari gas ozon itu diantaranya dapat mencegah dan menghindarkan kerusakan pada paru-paru, merangsang seluruh urat syaraf agar dapat bekerja dengan baik sehingga dapat menghindarkan terjadinya penyumbatan pada pembuluh darah, dan dapat meningkatkan kualitas serta kekebalan tubuh.

- 6) Energi matahari pagi, kandungan vitamin D pada sinar matahari pagi akan mengupas sel yang mati dan menjauhkan wanita dari serangan kanker payudara. Selain vitamin D dan kalsium, sinar matahari pagi juga mengandung kalsitriol jenis vitamin D yang merupakan hormon *pleiotrofik* jenis vitamin D yang banyak digunakan untuk mengobati penyakit tulang, seperti pelemahan tulang akibat penurunan fungsi ginjal dan *osteoporosis*. Hormon ini merupakan bentuk aktif vitamin D setelah proses konversi oleh ginjal, terhadap kalsidiol yang dikresi oleh hati, dengan katalis berupa enzim *sitokrom p450 hidroksilase 1-alfa*.<sup>103</sup>

Menurut organisasi kesehatan dunia (WHO), kita hanya perlu terpapar sinar matahari setidaknya 5-15 menit di tangan, lengan, dan wajah dalam waktu 2-3 kali seminggu untuk mendapatkan vitamin

<sup>101</sup> *Ibid.*, hlm, 65.

<sup>102</sup> *Ibid.*, hlm, 64.

<sup>103</sup> *Ibid*

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

D yang cukup tanpa menggunakan tabir surya, terutama bagi orang yang memiliki kulit pucat.<sup>104</sup>

Paparan sinar matahari dapat membantu tubuh memproduksi vitamin D, yang merupakan nutrisi penting untuk kesehatan tulang dan otak. Vitamin D tidak banyak ditemukan dalam makanan, sehingga kita perlu mendapatkannya dari paparan sinar matahari. Vitamin D dapat disintetis melalui paparan radiasi UVB. Tanpa vitamin D yang cukup, tulang tidak akan terbentuk dengan baik. Tingkat vitamin D yang rendah pada tubuh juga akan memperburuk *osteoporosis* pada pria maupun wanita, sehingga menyebabkan penyakit tulang *osteomalacia* yang menyakitkan.<sup>105</sup>

#### b. Aspek Kesehatan Mental

- 1) Penelitian dalam bidang medis menunjukkan bahwa Seseorang yang memiliki kecenderungan *morning-type* atau terbiasa bangun pagi, memiliki performa kerja yang lebih baik, tingkat stres yang lebih rendah, serta lebih optimis dalam menjalani kehidupan. Sebaliknya, mereka yang terbiasa aktif di malam hari (*night owls*) cenderung mengalami gangguan suasana hati dan kesehatan mental yang lebih buruk.<sup>106</sup>
- 2) Seseorang yang rutin bangun dan beraktivitas di pagi hari cenderung memiliki pola hidup yang lebih sehat dibandingkan dengan orang yang begadang. Ketika seseorang terbiasa bangun pagi akan memiliki tingkat stress yang lebih rendah dan juga akan memiliki performa kerja yang lebih baik dibandingkan dengan seseorang yang aktif di malam hari. Kebiasaan ini juga dikaitkan dengan

**UIN SUSKA RIAU**

<sup>104</sup> World Health Organization. (2024). *Radiation: The known health effects of ultraviolet radiation* (Fact sheet). Diakses 17 Juni 2025, dari WHO website .

<sup>105</sup> Abil Qays Maarif, *dahsyatnya berkah bangun pagi*, hlm,68

<sup>106</sup> Biss, R. K., Hashe r, L., & Thomas, R. C, *Morningness, social interaction, and positive affect in old age . Psychology and Aging*,(2014) hlm, 488–497.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

resiko penurunan penyakit metabolik seperti diabetes tipe 2 dan obesitas.<sup>107</sup>

- 3) Didalam cahaya matahari pagi dapat memengaruhi produksi hormon melatonin dan serotonin. Paparan sinar matahari pagi selama 15-30 menit dapat meningkatkan produksi serotoxin, hormon yang berkaitan dengan perasaan bahagia dan stabilitas emosi.<sup>108</sup> dapat kita ketahui apabila kita bangun dan beraktivitas di pagi hari akan memberikan pengaruh dan emosi yang stabil untuk tubuh kita, dengan memiliki perasaan yang bahagia kita akan lebih mudah untuk mengawali hari dan beraktivitas dengan emosi yang stabil.

### **3. Kontekstualisasi**

Kontekstualisasi adalah memberikan konteks atau latar belakang yang diperlukan untuk memahami suatu informasi, pernyataan, atau situasi secara lebih lengkap dan akurat. Dalam konteks komunikasi atau interpretasi, informasi sering kali dapat diartikan dengan cara yang berbeda tergantung pada situasi atau lingkungan di mana informasi tersebut disajikan. Oleh karena itu, kontekstualisasi bertujuan untuk memastikan bahwa informasi tersebut dipahami dengan benar dan tidak disalah artikan.

Berdasarkan pemaparan sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa terdapat keterkaitan yang erat antara hadis tentang keberkahan waktu pagi dengan aspek kesehatan, baik secara fisik maupun mental. Dalam hadis Nabi Muhammad Saw. yang memuat lafadz "bukūrah", yang berarti waktu pagi, terdapat pesan implisit mengenai pentingnya memanfaatkan waktu pagi sebagai momentum yang penuh keberkahan (*barakah*). Dalam konteks ini, keberkahan dapat dimaknai sebagai segala bentuk kebaikan dan manfaat yang melimpah, salah satunya adalah kesehatan jasmani dan rohani. Penelitian yang telah dikemukakan menunjukkan bahwa waktu

---

<sup>107</sup> Knutson, K. L, *Sleep duration and cardiometabolic risk: A review of the epidemiologic evidence*. (Best Practice & Research Clinical Endocrinology & Metabolism,2010) hlm, 73-743

<sup>108</sup> Harvard Health Publishing. *Sunlight and Your Health: The Good and the Bad*. (Harvard Medical School.2020)

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

pagi memberikan pengaruh positif terhadap kondisi kesehatan manusia secara menyeluruh. Keberkahan pagi hari, sebagaimana disebutkan dalam hadis, bukan hanya dimaknai secara spiritual, tetapi juga dapat ditinjau secara ilmiah melalui berbagai manfaat yang ditawarkan oleh aktivitas di waktu pagi terhadap kesehatan tubuh dan kestabilan mental seseorang.

Dari sisi kesehatan fisik, aktivitas di pagi hari memiliki kontribusi yang signifikan. Paparan sinar matahari pagi merupakan sumber alami vitamin D yang sangat dibutuhkan oleh tubuh untuk menjaga kesehatan tulang, mendukung metabolisme tubuh, serta memperkuat sistem kekebalan. Udara pagi yang segar juga berperan dalam menstimulasi sistem pernapasan dan sirkulasi darah, sehingga membantu tubuh dalam proses detoksifikasi alami serta pembentukan sistem imunitas. Penelitian medis bahkan menyebutkan bahwa asupan vitamin D dari sinar matahari pagi dapat menurunkan risiko berbagai penyakit kronis, termasuk kanker payudara pada wanita. Sementara itu, dari aspek kesehatan mental, individu yang memiliki kebiasaan bangun dan beraktivitas di pagi hari cenderung menunjukkan performa kerja yang lebih optimal serta tingkat stres yang lebih rendah dibandingkan mereka yang terbiasa bangun siang. Paparan sinar matahari pagi juga dapat merangsang produksi hormon serotonin di dalam otak, yaitu hormon yang berperan penting dalam menjaga suasana hati, meningkatkan perasaan bahagia, serta menjaga stabilitas emosi. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa salah satu bentuk keberkahan yang terkandung dalam waktu pagi sebagaimana termuat dalam sabda Rasulullah Saw adalah kesehatan holistik yang mencakup fisik dan mental. Penemuan ini menunjukkan bahwa ajaran Islam melalui hadis tidak hanya memiliki dimensi spiritual, tetapi juga selaras dengan temuan ilmiah modern dalam bidang kesehatan.