

**KONSEP TIDUR DALAM QS AN-NABA>': 9-11  
(Studi Analisis Terhadap Sayyid Quthub Dalam  
Tafsir Fi> Z}ila>l Al-Qur'a>n)**

**SKRIPSI**

**Diajukan Oleh:**

**MUNA CHAIRA**

**NIM: 3032018014**

**PROGRAM STUDI  
ILMU AL-QUR'AN DAN TAFSIR**



**FAKULTAS USHULUDDIN ADAB DAN DAKWAH  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) LANGSA**

**1444 H / 2022 M**

**SKRIPSI**

Diajukan kepada Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah  
Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Langsa  
Untuk memenuhi salah satu persyaratan memperoleh gelar Sarjana Agama (S. Ag)  
Dalam Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir

Oleh:

**MUNA CHAIRA**

**NIM 3032018014**

**Mahasiswa Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah  
Jurusan Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir**

**Disetujui Oleh:**

**Pembimbing I**



**Dr. Muhammad Amin, S. Th, M. A**  
**NIP 19820205 200710 1 001**

**Pembimbing II**



**Cut Fauziah, Lc, M. Th**  
**NIDN 2012108405**

Telah Dinilai Oleh Panitia Sidang Munaqasyah Skripsi  
Fakultas Ushuluddin Adab Dan Dakwah Institute Agama Islam Negeri Langsa  
Dinyatakan Lulus Dan Diterima Sebagai Tugas Akhir  
Penyelesaian Program Sarjana (S-1) Dalam  
Ilmu Al-Qur'an Dan Tafsir

Pada Hari / Tanggal:  
Selasa, 09 Agustus 2022 M  
11 Muharam 1444 H

**PANITIA SIDANG MUNAQASYAH SKRIPSI**

Ketua



Dr. Muhammad Amin, S. Th, M. A  
NIP 19820205 200710 1 001

Anggota I

Sekretaris



Cut Fanziah, Lc, M. Th  
NIDN 2012108405

Anggota II



Dr. Mawardi, M. SI

NIP 197405102014111002

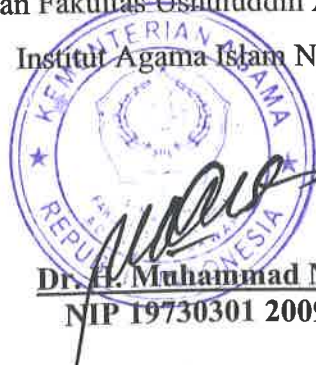


Dr. Syaifih, M. Fil. I

NIP 19740108 200901 1 004

Mengetahui,

Dekan Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah  
Institut Agama Islam Negeri Langsa



Dr. H. Muhammad Nasir, M. A  
NIP 19730301 200912 1 001

## SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : MUNA CHAIRA

NIM : 3032018014

Fakultas : Ushuluddin Adab dan Dakwah

Jurusan : Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir

Alamat : Dsn. Alue Parang, Desa Bantayan, Simpang Ulim, Aceh Timur

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi saya yang berjudul **“Konsep Tidur Dalam QS. An-Nabā’: 9-11 (Studi Analisis Terhadap Sayyid Quthub Dalam Tafsir Fī Zilāl Al-Qur’an)”** adalah benar hasil karya sendiri dan orisinil sifatnya. Apabila dikemudian hari ternyata terbukti hasil plagiasi karya orang lain atau dibuatkan orang lain, maka akan dibatalkan dan saya siap menerima sanksi akademik sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Langsa, 1 Agustus 2022

Yang membuat pernyataan,



  
(MUNA CHAIRA)

NIM: 3032018014

## **MOTTO**

*Sukses adalah sebuah perjalanan, bukan sebuah tujuan.  
usaha lebih penting dari pada hasilnya.*

*~Arthur Ashe~*

## ABSTRAK

Muna Chaira, 2022, "*Konsep Tidur Dalam QS. An-Naba>': 9-11 (Studi Analisis Terhadap Sayyid Quthub Dalam Tafsir Fi> Z}ila>l Al-Qur'an,*" Skripsi Jurusan Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir, Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah, IAIN Langsa.

Islam menaruh perhatian yang sangat besar kepada manusia dalam segala urusannya, termasuk tidur. Tidur merupakan prosedur yang memungkinkan manusia untuk beristirahat dan mempertahankan tingkat energi mereka agar tetap sehat dan bugar, Selama tidur banyak masalah fisiologis dan proses detoksifikasi terjadi. Untuk itu, tidur menjadi aspek integral dan mekanisme biologis tubuh manusia. Islam sudah membahas tentang tidur jauh sebelum ilmu biologi muncul, sebagaimana firman Allah "*dan kami jadikan tidurmu untuk istirahat, dijadikan malam sebagai pakaian dan siang untuk mencari penghidupan.*" Dalam skripsi ini, penulis memfokuskan pembahasan tidur dalam QS. An-Naba>': 9-11 pada penafsiran Sayyid Quthb. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan teknik deskriptif analisis. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan penulis menyimpulkan bahwa: *Pertama*, tidur merupakan suatu kebutuhan dan keharusan bagi semua makhluk Allah swt. Allah menciptakan fenomena malam sebagai pakaian penutup yang menjadikan istirahat dan pengenduran saraf itu berjalan dengan sempurna. Sehingga pada malam hari, Allah menganugerahkan tidur kepada makhluk-Nya agar ia dapat beristirahat, memulihkan tenaga dan pikirannya, setelah beraktivitas seharian di siang hari mencari penghidupan. *Kedua*, Adapun hikmah dari adanya tidur menurut Sayyid Quthb yaitu tidur dapat merileksasikan saraf-saraf di otak sehingga dapat menghindarkan manusia dari depresi dan pada saat tidur otot-otot menjadi rileks serta terjadi pengenduran sehingga tidur dapat memulihkan tenaga yang sebelumnya telah dikeluarkannya pada saat bekerja atau pada saat siang hari.

**Kata kunci:** Konsep Tidur, QS. An-Naba>': 9-11, Sayyid Quthb

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Allah swt. atas segala rahmat dan hidayah-Nya penulis dapat menyelesaikan penelitian ini. Shalawat berangkaikan salam semoga selalu tercurah limpahkan kepada junjungan Nabi kita yang sangatlah agung *nabiyyuna* Muhammad SAW serta kepada keluarganya, sahabatnya, para *tabi'in*, para *tabi' tabi'in*, kepada ulama *mutaqaddimin*, *mutaakhirin*, serta para *fuqaha' mu'tabar*.

Skripsi ini merupakan kajian Pustaka yang membahas tentang “**Konsep Tidur Dalam QS. An-Naba>’: 9-11 (Studi Analisis Terhadap Sayyid Quthub Dalam Tafsir Fi> Z}ila>l Al-Qur’an.**” Penelitian ini penulis lakukan guna memperoleh gelar sarjana pada program studi Ilmu Al-Qur’an dan Tafsir, fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah, IAIN Langsa.

Penulis menyadari bahwa penelitian ini tidak akan terwujud tanpa adanya dukungan, bimbingan, dan arahan dari berbagai pihak. Maka dari itu dengan segala kerendahan hati penulis ucapkan terimakasih tak terhingga kepada:

1. Bapak Dr. H. Basri, M. A selaku Rektor Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Langsa dan segenap Wakil Rektor.
2. Bapak Dr. H. Muhammad Nasir, M. A selaku Dekan Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah (FUAD) IAIN Langsa dan segenap Wakil Dekan.
3. Bapak Dr. H. Marhaban, M. A selaku Ketua Program Studi Ilmu Al-Qur’an dan Tafsir
4. Bapak Arief Muammar, M. Pem. I selaku Pembimbing Akademik penulis
5. Bapak Dr. Muhammad Amin, S. Th, M. A selaku Pembimbing I skripsi penulis
6. Ibu Cut Fauziah, Lc, M. Th selaku Pembimbing II skripsi penulis
7. Terkhusus dan teristimewa buat kedua orang tua saya, hadiah sederhana untuk yang begitu mulia, pendidik terbaik tuk menggapai cita, semoga kasih sayang Allah senantiasa menemani kedua orang tua tercinta, yaitu Ayahanda Muhammad Nur dan ibunda Nuraini, yang telah banyak berjasa dalam segala hal. Terimakasih telah mendidik, membimbing, memotivasi, dan mendoakan saya sampai detik ini, sehingga saya dapat menyelesaikan studi ini dengan baik.
8. Saudara kandung saya, sebagai pencatat kisah penyemangat jiwa, untukmu adek-adek tersayang. Terimakasih telah memberi semangat serta do’a agar

selalu menjadi pribadi yang kuat, sabar dan istiqomah dalam menghadapi situasi-situasi sulit di masa penyelesaian program S1 di IAIN Langsa.

9. Seluruh dosen terkhusus Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir. Menyelesaikan pendidikan S1 bukanlah suatu hal yang mudah, saya harus menjalani hidup sebagai mahasiswa yang jika ditanya apa momen tersulit sebagai mahasiswa, mungkin masa skripsi adalah jawabannya. Namun terimakasih ustadz dan ustadzah, telah rela meluangkan waktunya untuk membimbing saya mewujudkan semuanya. Saya bersyukur bahwa diantara perjuangan yang berat, akan selalu ada dosen yang memberikan stok semangat.
10. Diri saya sendiri, terimakasih telah menjadi seseorang yang berani dan kuat, terimakasih untuk tidak mengeluh atas apa yang dihadapi hari ini, terimakasih karena sudah percaya dengan apa yang Allah kehendaki, terimakasih selalu sehat meski sering melakukan banyak hal berat. Tetap kuat ya.
11. Rekan-rekan mahasiswa jurusan Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir IAIN Langsa angkatan 2018 yang tidak bisa saya sebutkan namanya satu persatu, terimakasih atas kebersamaannya.

Dalam hal ini penulis menyadari bahwa masih sangatlah banyak terdapat kesalahan, baik itu dalam kata, tulisan, penyampaian, dan teori. Maka dari itu penulis mohon disampaikan kritik serta saran guna mewujudkan penelitian yang lebih baik lagi di masa yang akan datang.

Demikian akhir dari penulisan ini, semoga ini dapat memberikan manfaat kepada para pembaca dan semoga Allah senantiasa mempermudah segala urusan kita semua baik di masa sekarang maupun di masa yang akan datang. Aaamiin yaa Rabb.

Langsa, 1 Agustus 2022

Penulis

**(MUNA CHAIRA)**

NIM: 3032018014



## PEDOMAN TRANSLITERASI

Transliterasi berfungsi untuk memudahkan penulis dalam memindahkan bahasa asing ke dalam bahasa Indonesia. Pedoman transliterasi harus konsisten dari awal penulisan sebuah karya ilmiah sampai akhir.

### A. Transliterasi Arab-Latin

Transliterasi adalah pengalih-hurufan dari abjad yang satu ke abjad yang lain. Transliterasi Arab-Latin di sini berarti penyalinan huruf-huruf Arab dengan huruf-huruf latin beserta pangkatnya.

Penulisan transliterasi Arab-Latin dalam skripsi ini disesuaikan dengan penulisan transliterasi Arab-Latin mengacu kepada Keputusan Bersama Menteri Agama dan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia tahun 1987 Nomor: 158 tahun 1987 dan Nomor: 0543bJU/1987.

Daftar huruf bahasa Arab dan transliterasinya ke dalam huruf latin dapat dilihat pada tabel berikut ini:

#### 1. Konsonan

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
ا	Alif	Tidak dilambangkan	Tidak dilambangkan
ب	Ba	B	Be
ت	Ta	T	Te
ث	S a	S	Es (dengan titik diatas)
ج	Jim	J	Je
ح	H}a	H}	Ha (dengan titik dibawah)
خ	Kha	Kh	Ka dan Ha
د	Dal	D	De
ذ	Z al	Z	Zet (dengan titik diatas)
ر	Ra	R	Er
ز	Zai	Z	Zet
س	Sin	S	Es
ش	Syin	Sy	Es dan Ye
ص	S}ad	S}	Es (dengan titik dibawah)

ض	D}ad	D{	De (dengan titik dibawah)
ط	T}a	T{	Te (dengan titik dibawah)
ظ	Z}a	Z{	Zet (dengan titik dibawah)
ع	'Ain	‘	Apostrof terbalik
غ	Ghain	G	Ge
ف	Fa	F	Ef
ق	Qaf	Q	Qi
ك	Kaf	K	Ka
ل	Lam	L	El
م	Min	M	Em
ن	Nun	N	En
و	Waw	W	We
ه	Ha	H	Ha
ء	Hamzah	’	Apostrof
ي	Ya	Y	Ye

## 2. Vokal

Vokal bahasa Arab, seperti vokal bahasa Indonesia, terdiri atas vokal tunggal atau monoftong dan vokal rangkap atau diftong. Vokal tunggal bahasa Arab yang lambangnya berupa tanda atau harakat, transliterasinya sebagai berikut:

Tanda	Nama	Huruf Latin	Nama
◌َ	<i>Fath}ah</i>	A	A
◌ِ	<i>Kasrah</i>	I	I
◌ُ	<i>D}ammah</i>	U	U

Gabungan antara harakat dan huruf, transliterasinya berupa gabungan huruf, yaitu:

Tanda	Nama	Huruf Latin	Nama	Contoh
◌ِي	<i>Fath}ah dan Ya'</i>	Ai	A dan I	سَيِّءٌ ( <i>Syai'an</i> )

وْ	<i>Fath}ah dan Wau</i>	Au	A dan U	حَوْلَ ( <i>H}aula</i> )
----	------------------------	----	---------	--------------------------

### 3. Maddah

*Maddah* atau vokal panjang yang lambangnya berupa harakat dan huruf, transliterasinya berupa huruf dan tanda, yaitu:

Harakat dan Huruf	Nama	Huruf dan Tanda	Nama
اِ / اِي	<i>Fathah</i> dan <i>alif</i> atau <i>Fathah</i> dan <i>ya</i> ' (rumah tanpa titik)	a>	a dan garis diatas
يِ	<i>Kasrah</i> dan <i>ya</i> >' berharakat <i>sukun</i>	i>	i dan garis diatas
وِ	<i>Dammah</i> dan <i>wau</i> berharakat <i>sukun</i>	u>	u dan garis diatas

Contoh:

قَالَ : *qa>la*

مُوسَى :  
*mu>sa>*

يَفُوتُ :  
*yafu>tu*

### 4. Ta' Marbutah

Transliterasi untuk *ta' marbutah* ada dua, yaitu: *ta' marbutah* yang hidup atau mendapat harakat *fathah*, *kasrah* dan *dammah* transliterasinya adalah (t). Sedangkan *ta' marbutah* yang mati (mendapat harakat sukun), transliterasinya (h).

Kalau pada kata yang berakhir dengan *ta' marbutah* diikuti oleh kata yang menggunakan kata sandang *al-* serta bacaan kedua kata itu terpisah, maka *ta' marbutah* itu ditransliterasikan dengan ha (h). Contoh:

رَوْضَةُ الْأَطْفَالِ : *Raud}at al-a}tfa>l*

الْمَدِينَةُ الْفَاضِلَةُ : *al-Madi>nah al-*  
*fa>d}ilah*

الْحِكْمَةُ : *al-H}ikmah*

## 5. Syaddah (Tasydid)

*Syaddah* atau *tasydid* yang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan sebuah tanda *tasydid* (ّ), dalam transliterasinya ini dilambangkan dengan perulangan huruf yang diberi tanda *syaddah*. Contoh:

حَرَّمَ : *h}arrama*

تَقَوَّلَ : *taqawwala*

Jika huruf bertasydid di akhir sebuah kata dan didahului oleh huruf *kasrah*, maka ia ditransliterasi huruf *maddah* menjadi *i*. Contoh:

عَلِيٌّ : '*Ali>* (bukan '*Aliyy* atau '*Aly*)

عَرَبِيٌّ : '*Arabi>* (bukan '*Arabiyy* atau  
'*Araby*)

## 6. Kata Sandang

Kata sandang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan huruf (*alif lam ma'rifah*). Dalam pedoman transliterasi ini, kata sandang ditransliterasi seperti biasa, *al-*, baik ketika ia diikuti oleh huruf *syamsiyah* maupun huruf *qamariyah*. Kata sandang ditulis terpisah dari kata yang mengikutinya dan dihubungkan dengan garis mendatar (-). Contoh:

التَّكَاثُرُ : *al-Taka>tsur* (bukan *at-Takatsur*)

الْحَسَنُ : *al-H}asanu*

## 7. Hamzah

Aturan transliterasi huruf hamzah menjadi apostrof (') hanya berlaku bagi hamzah yang terletak di tengah dan akhir kata. Namun, bila hamzah terletak di awal kata, ia tidak dilambangkan, karena dalam tulisan Arab ia berupa alif. Contoh :

أَحْسِبُ : *Ah}siba*

يَشَاءُ : *Yasya'*

## 8. Penulisan Kata Arab yang Lazim digunakan dalam Bahasa Indonesia

Kata, istilah atau kalimat Arab yang ditrasliterasi adalah kata, istilah atau kalimat yang belum dibakukan dalam bahasa Indonesia. Kata, istilah atau kalimat yang sudah lazim dan menjadi bagian dari perbendaharaan bahasa Indonesia, atau sering ditulis dalam tulisan bahasa Indonesia, atau lazim digunakan dalam dunia akademik tertentu, tidak lagi ditulis menurut cara transliterasi di atas.

Misalnya, kata Alquran (dari *al-Qur'an*), dan alhamdulillah (dari *al-hamdulillah*). Namun, bila kata-kata tersebut menjadi bagian dari rangkaian teks Arab, maka harus ditransliterasi secara utuh. Contoh:

*Fi> Z}ila>l Al-Qur'a>n*  
*Al-H}amd lilla>h allazi>*

## 9. Lafal Al-Jalalah (الله)

Kata “Allah” yang didahului partikel seperti huruf *jarr* dan huruf istimewa lainnya atau berkedudukan sebagai *mudhaf ilaih* (frasa nominal), ditransliterasi tanpa huruf hamzah. Contoh:

سَيْفُ اللَّهِ : *saifullah* bukan *saif Allah*  
مِنَ اللَّهِ : *minallah* bukan *min Allah*

Adapun *ta' marbutah* di akhir kata yang disandarkan kepada lafal *al-jalallah*, ditransliterasi dengan huruf (t). Contoh:

رَحْمَةُ اللَّهِ : *rahmatullah* bukan *rahmah Allah*  
اللَّهُ

## 10. Huruf Kapital

Walau sistem tulisan Arab tidak mengenal huruf kapital (*All Caps*), dalam transliterasinya huruf-huruf tersebut dikenai ketentuan tentang penggunaan huruf kapital berdasarkan pedoman ejaan Bahasa Indonesia yang berlaku (EYD).

Huruf kapital, misalnya, digunakan untuk menuliskan huruf awal nama dari (orang, tempat, bulan) dan huruf pertama pada permulaan kalimat.

Apabila nama diri didahului oleh kata sandang (*al-*), maka yang ditulis dengan huruf kapital tetap huruf awal nama diri tersebut, bukan huruf awal kata sandangnya. Jika terletak di awal kalimat, maka huruf “A” dari kata sandang tersebut menggunakan huruf kapital (*Al-*).

Ketentuan sama juga berlaku untuk huruf awal dari judul referensi yang didahului oleh kata sandang (*al-*), baik ketika ia ditulis dalam teks maupun dalam catatan rujukan (catatan kaki dan daftar pustaka). Contoh:

*min Muhammadin Rasulillah,*

*faraja ‘a ila Dimasyq*

*al-Bukhari*

*al-Syafi ‘i*

Jika nama resmi seseorang menggunakan kata *Ibnu* (anak dari) dan *Abu* (bapak dari) sebagai nama kedua terakhirnya, maka kedua nama terakhir itu harus disebutkan sebagai nama akhir dalam daftar pustaka. Contoh :

Abu al-Walid Muhammad ibnu Rusyd, ditulis menjadi: Ibnu Rusyd, Abu al-Walid Muhammad (bukan Rusyd, Abu al-Walid Muhammad Ibnu).

Nasir Hamid Abu Zaid, ditulis menjadi: Abu Zaid, Nasir Hamid (bukan Zaid, Nasir Hamid Abu).

## **B. Daftar Singkatan**

Beberapa singkatan yang dibakukan antara lain sebagai berikut:

swt. = *Subhanahu wa Ta‘ala*

saw. = *Sallallahu ‘Alaihi wa Sallam*

a.s. = *‘Alaihi al-Salam*

H = Hijriyah

M = Masehi

SM = Sebelum Masehi

l. = Lahir tahun (untuk orang yang masih hidup saja)

w. = Wafat Tahun

QS.../...:4 = QS al-Baqarah/2:4 atau QS Ali 'Imran/3:4

HR. = Hadis Riwayat

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	
<b>LEMBAR PERSETUJUAN .....</b>	<b>i</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN .....</b>	<b>ii</b>
<b>SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....</b>	<b>iii</b>
<b>MOTTO .....</b>	<b>iv</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>v</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>vi</b>
<b>PEDOMAN TRANSLITERASI .....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>xiv</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Rumusan Masalah.....	6
C. Tujuan dan Manfaat Penelitian .....	6
D. Penjelasan Istilah .....	8
E. Kerangka Teori .....	10
F. Kajian Terdahulu.....	10
G. Metode Penelitian .....	14
H. Sistematika Pembahasan.....	17
<b>BAB II LANDASAN TEORITIS .....</b>	<b>19</b>
A. Pengertian Tidur .....	19
B. Macam-macam Tidur.....	24
C. Ayat-ayat Al-Qur'an Tentang Tidur .....	28
D. Dampak Kurang dan Banyaknya Tidur .....	39
<b>BAB III BIOGRAFI SAYYID QUTHB .....</b>	<b>45</b>
A. Riwayat Sayyid Quthb .....	45
B. Pendidikan Yang Ditempuh .....	46
C. Karya-karya .....	52
D. Latar Belakang Penulisan Tafsir Fi> Z}ila>l Al-Qur'a>n.....	56
E. Metodologi Tafsir Fi> Z}ila>l Al-Qur'a>n .....	60



F. Corak Penafsiran.....	62
G. Karakteristik Tafsir Fi> Z}ila>l Al-Qur'a>n .....	63
H. Sistematika Tafsir Fi> Z}ila>l Al-Qur'a>n .....	65
<b>BAB IV PEMBAHASAN.....</b>	<b>67</b>
A. Interpretasi Konsep Tidur Dalam QS. An-Naba>': 9-11 Perspektif Sayyid Quthb Dalam Tafsir Fi> Z}ila>l Al-Qur'a>n .....	67
B. Hikmah Tidur Dalam QS. An-Naba>': 9-11 Menurut Sayyid Quthb Dalam Tafsir Fi> Z}ila>l Al-Qur'a>n .....	73
C. Analisa Terhadap QS. An-Naba>': 9-11 Dalam Tafsir Fi> Z}ila>l Al-Qur'a>n Menurut Sayyid Quthb .....	75
<b>BAB V PENUTUP .....</b>	<b>79</b>
A. Kesimpulan.....	79
B. Saran .....	80
 <b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	 <b>81</b>
<b>DAFTAR RIWAYAT HIDUP .....</b>	<b>86</b>

# BABI

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Islam adalah agama yang membebankan kewajiban kepada umatnya dalam setiap bagian kehidupan mereka, mulai dari aktivitas tidur serta pagi hingga mencari nafkah. Manusia terlibat dalam tugas-tugas yang menguras energi dan pikiran setiap hari.<sup>1</sup> Tubuh dapat menjadi lelah akibat aktivitas atau tindakan yang dilakukan. Kami menciptakan tidurmu untuk istirahat sebagai salah satu strategi untuk meningkatkanmu kembali bekerja. Kesehatan dianggap sebagai berkah dan anugerah dari Allah swt. dalam Islam. Merupakan hal yang patut kita syukuri.<sup>2</sup> Kesehatan merupakan kebutuhan fitrah manusia sekaligus nikmat dari Allah swt.

Tidur adalah proses yang memungkinkan orang untuk beristirahat dan mempertahankan tingkat energi mereka agar tetap sehat dan bugar. Selama tidur, banyak masalah fisiologis dan proses detoksifikasi terjadi. Untuk itu, tidur menjadi aspek integral dari mekanisme biologis tubuh manusia. Bukan hanya dari sudut pandang ilmiah, tapi ternyata Islam sudah membahas tidur jauh sebelum ilmu biologi muncul.

Sebagaimana dalam firman Allah QS. An-Naba>'78: 9-11 yang berbunyi:

وَجَعَلْنَا نَوْمَكُمْ سُبَاتًا ۙ وَجَعَلْنَا اللَّيْلَ لِبَاسًا ۙ ۱۰ وَجَعَلْنَا النَّهَارَ مَعَاشًا ۙ ۱۱

---

<sup>1</sup> Aqil Selma Amalia, *Tips Hidup Sehat Ala Rasulullah saw*, (Jakarta: PT Elex Media Komputindo, 2014), h. 44

<sup>2</sup> Ahmad Syauqi Al- Banjari, *Nilai Kesehatan Dalam Syariat Islam*, (Jakarta: Bumi Aksara, 1996), h. 3

Artinya:

*“Dan Kami jadikan tidurmu untuk istirahat, dan Kami jadikan malam sebagai pakaian dan Kami jadikan siang untuk mencari penghidupan”*.<sup>3</sup> (QS. An-Naba>’ :9-11).

Ayat di atas menjelaskan bahwa, salah satu tanda kebesaran Allah swt. pada manusia adalah tidur untuk mengistirahatkan tubuh atau untuk melepaskan lelah. Tidur merupakan kebutuhan dasar bagi setiap makhluk hidup di muka bumi. Tentunya dengan cara mereka masing-masing. Aktivitas tidur manusia dan hewan tentunya dapat diamati secara langsung. Berbeda halnya dengan tumbuhan yang tidak dapat diamati secara langsung. Tidur yang cukup dan berkualitas dapat menjadi landasan bagaimana seseorang dapat hidup sehat. Rasulullah saw. telah mengajak kepada umatnya cara tidur yang berkualitas dan sehat.

Sebagaimana dalam sabdanya:

رسول الله صلي الله عليه و سلم قالت كان ينام اول الليل و يحيي اخره فربها(رواه احمد)

Artinya:

*“Rasulullah saw., maka (Abu Umar) berkata; (Aisyah) berkata: Beliau tidur diawal malam dan menghidupkan akhir malamnya.”* (HR. Ahmad).<sup>4</sup>

Menurut hadits di atas dapat kita pahami, bahwa Rasulullah saw. tidur di awal malam dan bangun di akhir malam untuk menghidupkan malam dan mencari

---

<sup>3</sup> Kementrian RI. *Al-Qur'an dan Terjemahan*, (Jakarta: Bintang Indonesia, 2011), h. 582

<sup>4</sup> Yuga Pramita, *Ayat-ayat Sehat*, (Yogyakarta: Pro-U Media, 2013), h. 130

segala sumber kehidupan. Tidur yang berkualitas di malam hari merupakan upaya memaksimalkan detoksifikasi guna menetralkan racun yang mencemari tubuh, mendetoksifikasi tubuh khususnya di hati, dan mencapai antioksidan yang optimal. Nabi saw. memerintahkan kita untuk melakukan shalat di penghujung malam dalam haditsnya. Juga, tidur di pagi hari tidak dianjurkan karena Allah menciptakan hari untuk mencari semua sumber kehidupan.

Menurut psikiater Thomas Wehr diawal tahun 1990-an setelah melakukan penelitian tentang pola tidur pada para relawannya minggu ke-empat, baru diketahui bahwa durasi tidur yang pas bisa didapati manakala mereka tidur selama empat jam, kemudian bangun selama satu atau dua jam selanjutnya tidur lagi selama empat jam.<sup>5</sup> Hasil penelitian tersebut telah berhasil mematahkan anggapan umum masyarakat yang mewajibkan tidur selama delapan jam full untuk mendapatkan apa yang mereka sebut dengan tidur yang baik.

Waktu tidur pada remaja dan dewasa muda berbeda dengan usia lainnya karena perubahan hormonal yang terjadi di sekitar akhir masa pubertas. Yang mengalami pergeseran ritme sirkadian mereka saat ini, serta menyebabkan jam tidur mereka bervariasi. Secara umum, kebutuhan tidur meningkat menjadi 8,5 hingga 9,25 jam setiap hari. Namun, waktu tidur bergeser, dan rasa kantuk hanya muncul sekitar tengah malam, ketika semua orang tidur nyenyak.<sup>6</sup> Orang muda bersemangat untuk bekerja, baik itu belajar atau menyelesaikan pekerjaan, ketika orang lain mulai mengantuk pada pukul 21:00 atau 22:00. Sementara itu, orang

---

<sup>5</sup> *Ibid.*, h. 132

<sup>6</sup> Tri Widhiyanti, *Pemberian Back Message Durasi 60 Menit Dan 30 Menit Dalam Meningkatkan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa VI A Penjaskesrek FPOK IKIP Bali*, Jurnal: Pendidikan Kesehatan Rekreasi, Vol. 3, No. 1, Juni 2016, h. 9-18

muda harus bangun pagi-pagi untuk mempersiapkan diri ke sekolah, kuliah, atau bekerja. Orang-orang muda, secara keseluruhan, kurang tidur, itulah sebabnya banyak dari mereka tertidur di kelas atau tertidur di tempat kerja. Belum lagi sisi sosial yang membuat mereka bergadang dengan teman-temannya, bahkan sampai pagi. Tak heran, kita menemukan banyak anak muda yang banyak tidur di siang hari di penghujung minggu. Hutang tidur yang menumpuk selama seminggu terbayar dalam satu hari.

Waktu kerja adalah jumlah waktu yang dihabiskan untuk melakukan pekerjaan dalam jangka waktu tertentu. Hari yang baik untuk orang bekerja adalah 6-10 jam. Sisanya dimanfaatkan untuk kegiatan keluarga dan masyarakat, serta istirahat, tidur, dan kegiatan lainnya. Memperpanjang jam kerja di luar kemampuan seseorang untuk bekerja berjam-jam jarang menghasilkan peningkatan efisiensi, efektivitas, atau produksi. Penurunan kualitas dan hasil pekerjaan, serta bekerja untuk waktu yang lama, dapat menyebabkan kelelahan, masalah kesehatan, penyakit, dan kecelakaan, serta ketidakbahagiaan. Kualitas tidur mengacu pada kepuasan seseorang dengan tidurnya dalam arti tidak merasa lelah, gelisah, atau mudah terangsang, apatis, atau lesu, serta kegelapan di sekitar mata, kelopak mata bengkak, sakit kepala, sering menguap, kelelahan, dan mata sakit.<sup>7</sup>

Jumlah pekerja *shift* yang memiliki pola tidur buruk paling tinggi di antara mereka yang bekerja *shift* malam. Dari sisi kualitas dan kuantitas tidur, keluhan

---

<sup>7</sup> Muhamad Apik Pratama dan Oktomi Wijaya, *Hubungan Antara Shift Kerja, Waktu Tidur Dengan Kelelahan Pada Pekerja PT. Pamapersada Sumatera Selatan*, Artikel Penelitian, (Yogyakarta: Universitas Ahmad Dahlan, 2020), h. 3

kualitas tidur paling banyak terjadi pada pekerja *shift* malam. Hal ini terjadi karena kerja *shift* mengubah ritme alami tubuh (ritme sirkadian) serta pola tidur seseorang. Saat bekerja *shift* malam, seseorang akan melawan ritme alami tubuhnya dengan melakukan aktivitas yang seharusnya dilakukan di siang hari.<sup>8</sup> Akibatnya, orang tersebut akan merasakan kantuk yang berlebihan pada siang hari, sedangkan siang hari merupakan waktu yang tidak tepat untuk beristirahat dengan tenang.

Dalam Al-Qur'an telah dijelaskan bahwa tidur pada malam hari dan siang diciptakan untuk melakukan aktivitas kalian. Sekarang kita lihat banyak yang bergadang malam hari dan siang hari tidur, sedangkan ada khasiat tersendiri tidur di malam hari dan Allah menyuruh kita untuk tidur di malam hari. Dalam kitab tafsir pun telah dijelaskan bahwa tidur di malam hari merupakan kenikmatan yang tiada terkira, salah satunya dalam tafsir *Fi Zilal al-Qur'an* bahkan menurutnya semua yang terjadi pada saat tidur ini, terjadi dengan cara yang menakjubkan yang tidak bisa dimengerti oleh manusia bagaimana caranya, tidak ada andil *iradah* manusia sedikitpun bahkan ketika terjaga pun manusia tidak tahu bagaimana kerjanya pada saat tidur, begitulah rahasia dan nikmat Allah dalam tidur dan istirahat.<sup>9</sup> Kitab tafsir ini dikarang oleh ulama Mesir yaitu Sayyid Quthb dimana kitab tafsir ini dikarang pada waktu Sayyid Quthb dipenjara karena dituduh membunuh presiden Mesir pada masa itu. Tafsir ini merupakan tafsir yang menggunakan keindahan bahasa sehingga mudah dipahami serta menarik

---

<sup>8</sup> Yuli Amra dan Putri Handayani, *Hubungan Pergantian Waktu Kerja Dengan Pola Tidur Pekerja*. Jurnal: Kesehatan Masyarakat Nasional, Vol. 6, No. 4, Februari 2012, h. 155.

<sup>9</sup> Sayyid Quthub, *Fi Zilal al-Qur'an Dibawah Naungan Al-Qur'an Jilid 12*, Terj. As'ad Yasin, Abdul Aziz Salim Basyaharin (Jakarta : Gema Insani, Desember 2001), h. 150.

untuk dibaca. Dari penafsiran inilah unik untuk dikaji karena berbeda dengan tafsir Al-Kabir, menurut beliau pada ayat 9 dibagi menjadi tiga. Yang pertama, pendapat Zajjaj yang mengatakan bahwa *subaat* disini berarti “mati” karena *subaat* berarti “putus” disebabkan berhentinya atau diputuskan suatu objek. Yang kedua, yaitu pendapat lain *subaat* berarti tidur yaitu “pingsan” dan yang ketiga yaitu *subaat* berasal dari kata *sabt* yang berarti “memutuskan.”<sup>10</sup>

Berdasarkan latar belakang di atas, maka penulis tertarik untuk mengkaji dan meneliti lebih mendalam tentang konsep tidur yang akan penulis sajikan dalam kajian ilmiah yang berbentuk skripsi dengan judul , **“KONSEP TIDUR DALAM QS. AN-NABA>' : 9-11 (Studi Analisis Terhadap Sayyid Quthb dalam Tafsir Fi> Z}ila>l Al-Qur'a>n).**

## **B. Rumusan Masalah**

1. Bagaimana konsep tidur dalam QS. An-Naba>' :9-11 menurut Sayyid Quthb dalam Tafsir Fi> Z}ila>l al-Qur'a>n?
2. Bagaimana Hikmah Tidur yang terdapat dalam QS. An-Naba>' ; 9-11 menurut Sayyid Quthb dalam tafsir nya Fi> Z}ila>l al-Qur'a>n?

## **C. Tujuan dan Manfaat Penelitian**

Dalam penelitian ini ada beberapa tujuan masalah yang sejalan dengan rumusan masalah yaitu sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui analisis makna tidur dalam surat An-Naba>': 9-11 yang terdapat dalam Tafsir Fi> Z}ila>l al-Qur'a>n.

---

<sup>10</sup> Tim Tafsir Ilmiah Salman ITB. 2014. *Tafsir Salman*. (Bandung: Mizan Pustaka). Diakses pada tanggal 21 Juli 2022

2. Untuk mengetahui manfaat serta hikmah tidur yang terdapat dalam QS. An-Naba>': 9-1 menurut Sayyid Quthb dalam Tafsir Fi> Z}ila>l al-Qur'a>n.

Setiap penelitian diharapkan memiliki manfaat. Diantaranya manfaat secara teoritis dan praktis:

1. Secara Teoritis

Secara teoritis penelitian ini dapat memperkaya keilmuan Islam dalam bidang tafsir Al-Qur'an. Penelitian ini mampu menambah wawasan dalam pengembangan ilmu pengetahuan khususnya dalam penelitian kajian tafsir. Dengan adanya penelitian ini masyarakat mengetahui bagaimana hikmah tidur yang terdapat dalam QS. An-Naba>': 9-11 serta dapat menjadi bahan bacaan dan informasi khususnya bagi mahasiswa serta dapat menjadi referensi pada penelitian yang akan datang.

2. Secara Akademis

Penelitian ini berfungsi sebagai syarat dalam rangka menyelesaikan studi strata (S.Ag) program studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir, Fakultas Ushuluddin. Dan semoga dapat menjadi bahan informasi pendahuluan yang penting bagi penelitian-penelitian serupa yang akan dilakukan di kemudian hari, atau dapat menjadi informasi pembanding bagi peneliti yang telah dahulu namun literatur bagi kepustakaan IAIN Langsa yang berkenaan dengan kajian Ilmu Tafsir.



## D. Penjelasan Istilah

Untuk memudahkan pemahaman mengenai judul penelitian ini, peneliti terlebih dahulu memaparkan penegasan istilah yang ada pada judul tersebut:

### 1. Konsep

Konsep adalah bagian yang tidak terpisahkan dari semantik dan selalu melekat dari apa saja yang kita tuturkan. Pengertian dari makna sangatlah beragam. Ferdinand de Saussure mengungkapkan, sebagaimana yang dikutip oleh Abdul Chaer, konsep sebagai pengertian yang dimiliki atau terdapat pada suatu tanda linguistik. Terkait dengan hal tersebut, Aminuddin mengemukakan bahwa makna merupakan hubungan antara bahasa dengan dunia luar yang disepakati bersama oleh pemakai bahasa sehingga dapat saling dimengerti.<sup>11</sup>

### 2. Tidur

Tidur menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia adalah keadaan berhenti badan dan kesadarannya (biasanya dengan memejamkan mata) mengistirahatkan badan dan kesadarannya, berbaring, dan keadaan tidak aktif.<sup>12</sup> Menurut World Health Organization (WHO) tidur adalah suatu keadaan relatif tanpa sadar yang penuh ketenangan tanpa kegiatan yang merupakan urutan siklus yang berulang-ulang dan masing-masing menyatakan fase kegiatan otak dan badanlah yang berbeda.

---

<sup>11</sup> Abdul Chair dan Liliana Musliati, *Semantik Bahasa Indonesia*, Modul 1-6, Edisi ke 2 (Universitas Terbuka, 1998), h. 50.

<sup>12</sup> Syaikh Muhammad Ali Ash-Shabuni, *Safwatut Tafsiri Jilid 2* (Jakarta: Pustaka Al-Kautsar, 2011), h. 1190

### 3. Tafsir

Tafsir menurut *lughah* (bahasa) ialah menerangkan atau menyatakan. Menurut istilah Az-Zarkasyi dalam Al-Burhan berkata : “Tafsir adalah menerangkan makna-makna Al-Qur’an dan mengeluarkan hukum-hukum dan hikmah-hikmahnya”.<sup>13</sup> Yang bertujuan untuk memahami makna Al-Qur’an serta petunjuk-petunjuk yang ada di dalamnya agar terpelihara dari salah memahami Al-Qur’an.

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) arti dari kata “tafsir” adalah kerterangan atau penjelasan tentang ayat- ayat Al-Qur’an agar maksudnya lebih mudah untuk dipahami. Tafsir berasal dari kata *fassara–yufassiru-tafsiran* yang berarti keterangan. Al-Jurjani berpendapat bahwa kata tafsir menurut pengertian bahasa Al-Kasyaf Wa Al-Izhar yang artinya menyikapi dan melahirakn.<sup>14</sup> Sedangkan menurut Zamaksyari, tafsir adalah suatu pengetahuan yang dapat dipahami *kitabullah* yang diturunkan kepada Nabi Muhammad saw. menjelaskan maksud-maksudnya, mengeluarkan hukum-hukum nya dan hikmahnya.<sup>15</sup>

### 4. Fi> Z}ila>l al-Qur’a>n

Fi> Z}ila>l al-Qur’a>n merupakan kitab tafsir yang dikarang oleh Sayyid Quthb di Mesir, yang diselesaikan dipenjara. Fi> Z}ila>l ini yang memiliki arti

---

<sup>13</sup> Teungku Muhammad As-Shaddieqy, *Sejarah dan Pengantar Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir*, (Semarang: PT. Pustaka Rizka Putra, 2002), h. 153-154.

<sup>14</sup> Al-Jurjani, *At-Ta'rifa, At-Taba'ah wa An-N asyr wa At-Tauzi,* Jeddah, t.t, h. 63; Muhammad Husain Adz-Zahabi, *At-Tafsir wa Al- Mufassirn, juz 1*, Dar Al-Maktubb Al-Hadistsah, Mesir, 1976, h. 13

<sup>15</sup> Zinuddin dan Muhammad Riyan, *Tafsir Takwil Dan Terjemah*, Jurnal: Al-Allam, Vol. 1, No. 1 Januari 2020, h. 2

dibawah naungan Al-Qur'an dimana sang penulis ingin memberikan kesan dan manfaat bagi si pembaca,<sup>16</sup> Yang disajikan dengan gaya bahasa sastra yang tinggi.

### **E. Kerangka Teori**

Dalam penelitian ini, penulis menggunakan teori kesehatan menurut pakar saraf dan tidur yaitu dr. Andreas Prasaja, RSPGT. Menurutnya tidur merupakan upaya mengistirahatkan fisik baik tubuh, badan, dan jasmani, bahkan pada saat tidur daya tahan tubuh manusia bekerja dengan optimal. Beliau juga memaparkan bahwa tidur yang cukup sedikit yang mengalami gangguan kesehatan.<sup>17</sup> Kesuksesan dan kebahagiaan seseorang sangat di pengaruhi oleh cara ia tidur dan bagaimana ia menyikapi tidur, dengan tidur sesuai yang di anjurkan maka kesehatan manusia akan terjaga. Tidur merupakan kebutuhan manusia yang tidak dapat dipisahkan dalam kehidupannya. Bahkan dalam proses kinerja tidur banyak terdapat rahasia-rahasia yang tidak di ketahui oleh manusia umumnya.<sup>18</sup>

### **F. Penelitian Terdahulu**

Penelitian terdahulu dalam kajian kepustakaan yang terkait dengan fenomena tidur perspektif Al-Qur'an masih terbilang sedikit. Hanya ada beberapa kajian terdahulu yang membahas mengenai *library research* terkait dengan penelitian ini diantaranya;

---

<sup>16</sup> Sayyid Quthb, *Tafsir Fi Zilal Al-Qur'an Jilid 12*, Terj. As'ad Yasin dkk. (Jakarta: Gema Insani Press, 2002), h. 6

<sup>17</sup> Andreas Prasaja, 30 Juli 2018, *Tidur Produktif Untuk Tubuh Lebih Sehat*, Diakses pada tanggal 21 Juli 2022 dengan link <http://youtube.be/cxnmf2pzfre>

<sup>18</sup> Ahmad Syauqi Ibrahim, *Asrar An-Naum; Rihlah fi 'Alam Al-Maut Al-Ashghar*. Terj. M. Baidun dkk, cet 1, (Jakarta: Tuross Khazanah Pustaka Islam, 2018), h. 56

Skripsi Syamsinar dengan judul *Pola Tidur Dalam Al-Qur'an (Kajian Tahlili Terhadap QS. Al-Furqan: 47)*, Fakultas Ushuluddin, Filsafat dan Politik UIN Alauddin Makassar tahun 2016. Hasil dari pada penelitian ini yaitu hakikat tidur (*nau>m*) adalah istirahat, keadaan berhenti badan dan kesedarannya biasanya dengan memejamkan mata, tenang, dan diam. Kemudian wujud dari pada tidur: (a) *La>il* (malam), yaitu waktu terbenamnya matahari sampai terbenanya fajar; (b) *Nahar* (siang) terbitnya matahari sampai terbenamnya matahari. Serta manfaat tidur malam dan tidur siang. Yang membedakan penelitian ini dengan penelitian yang akan dikaji oleh peneliti yaitu, pada penelitian ini hanya membahas konsep dan pola tidur serta manfaat dari pada tidur siang dan malam.<sup>19</sup> Pada penelitian yang akan dikaji oleh peneliti yaitu peneliti akan memaparkan bagaimana Sayyid Quthb menafsirkan QS. An-Naba>': 9-11.

Skripsi Tiah Nurmilah Lubis dengan judul "*Tidur Dalam Al-Qur'an (Tinjauan Ilmu Kesehatan)*" Fakultas Ushuluddin UIN Sultan Kasim Riau, tahun 2017. Hasil penelitian ini yaitu ditinjau dari ilmu kesehatan, tidur yang dianjurkan ialah tidur pada waktu malam, sebagaimana yang telah dijelaskan dalam Al-Qur'an. Bahwa Allah swt. telah menetapkan waktu yang tepat tidur untuk tidur dan bangun. Malam Allah jadikan sebagai waktu tidur dan siang Allah jadikan waktu bangun.<sup>20</sup> Penelitian ini akan fokus pada QS. An-Naba>' ; 9 -11 serta bagaimana penafsiran Sayyid Quthb terhadap ayat tersebut .

---

<sup>19</sup> Syamsinar, *Pola Tidur Dalam Al-Quran (Kajian Tahlili Terhadap QS,Al-Furqaan :47)*, (Skripsi: UIN Alauddin Makassar, 2016), h. 5

<sup>20</sup> Tiah Nurmilah Lubis, *Tidur Dalam Al-Qur'an (Tinjauan Ilmu Kesehatan)*, (Skripsi: UIN Sultan Kasim Riau, 2017), h. 7.

Skripsi Dina Nurhayati dengan judul ”*Tidur Dalam Al-Qur’an (Perspektif Pendidikan Islam)*,” Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Antasari tahun 2019. Hasil penelitan ini yaitu ayat yang mengandung makna tidur dalam Al-Qur’an ada 12 ayat dengan kata yang berbeda-beda, sehingga dari beberapa ayat tersebut menghasilkan beberapa tema yaitu: (a) Tidur sebagai sarana istirahat dalam QS. Al-Furqa>n:47 dan An-Naba>’:9; (b) Memeunasabah dengan ayat yang mengatur pola tidur terdapat pada QS. Adz-Za>riya>t: 15-18; (c) Tidur sebagai mati kecil dalam QS. Az-Z}uma>r: 42; (d) Tidur sebagai kekuasaan Allah dalam QS. Al-Kahf>i: 18, QS. Ar-Rum: 23, QS. As-Sh>affat: 102, dan QS. Al-Anfa>l: 43; (e) Dan yang terakhir tidur berlaku bagi Allah swt. dalam QS. An-Naba>: 255. Skripsi ini juga menyertakan analisis perspektif Islam terhadap ayat Al-Qur’an tentang tidur yang ditinjau dari ilmu psikolog yaitu pendidik dan peserta didik harus mematuhi dan memberikan ruang waktu untuk istirahat sebentar disiang hari guna untuk menjaga kesehatan fisik dan mental. Perbedaan pada penelitian ini dengan penelitian yang akan dikaji oleh peneliti yaitu terdapat pada ayat Al-Qur’an, dimana pada penelitian yang akan dikaji yaitu peneliti lebih memfokuskan kajiannnya pada QS. An-Naba>’:9-11.<sup>21</sup>

Jurnal Wahyudi Setiawan dengan judul “*Al-Qur’an Tentang Lupa, Tidur, Mimpi Dan Kematian*”, Al-Murabbi, Volume 2, Nomor 2, Januari 2016. Hasil penelitian ini yaitu struktur alur dari lupa, tidur, mimpi, dan kematian adalah bagian dari pelajaran hikmah yang bisa kita ambil. Dari keempat tema tersebut

---

<sup>21</sup> Dina Nurhayati, *Tidur Dalam Al-Qur’an (Perspektif Pendidikan Islam)*, (Skripsi, UIN Antasari, 2019)

bisa penulis simpulkan sebagai berikut: (a) Lupa bertujuan untuk mengingatkan manusia bahwa ia adalah makhluk lemah. Makhluk yang senantiasa membutuhkan pertolongan Tuhan dalam segala aktivitasnya; (b) Tidur adalah bagian dari waktu peristirahatan manusia. Dari aspek biologis semuanya beristirahat yang disamakan dengan mati, hanya ada perbedaan tipis diantara tidur dan kematian. Dengan demikian manusia bisa belajar bahwa latihan mati adalah dengan tidur, untuk itu Rasulullah mengajarkan beberapa adab di dalam tidur; (c) Mimpi menjadi proses perjalanan manusia untuk mengetahui aspek keakhiratan atau dimensi mistis diluar batas kemampuan manusia.<sup>22</sup> Dengan memahami makna mimpi, manusia bisa menangkap pesan-pesan Tuhan secara jelas hingga bisa diwujudkan dalam kehidupan nyata; (d) Kematian adalah akhir dan awal dari kehidupan. Dengan mengalami kematian, sesungguhnya manusia mulai terlahir dan hidup secara nyata. Para kaum sufi memberikan penjelasan bahwa kematian adalah bentuk bebasnya seorang mukmin dari penjara dunia, hingga ia bisa menjumpai kekasih yang dicintainya. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang akan di teliti yaitu, pada penelitian ini hanya menjelaskan secara umum makna tidur dalam Al-Qur'an. Pada penelitian yang akan di teliti, penulis akan menjelaskan secara mendetail makna tidur dalam Al-Qur'an khususnya yang terdapat pada QS. An-Naba>:9-11 dan disertai penafsiran Sayyid Quthb terhadap ayat tersebut.

---

<sup>22</sup>Wahyudi Setiawan, *Al-Qur'an Tentang Lupa, Tidur, Mimpi Dan Kematian*". Jurnal: Al-Murabbi, Vol. 2, No. 2, Januari 2016.

Skripsi Burhanuddin Nillahi dengan judul “*Kisah Al-Qur'an dibalik Tidur ratusan tahun dalam surat Al-Baqarah: 259 dan Al-Kahfi : 19,*” fakultas Ushuluddin dan Filsafat, UIN Ar-Raniry Darussalam (Banda Aceh) tahun 2019. Hasil penelitiannya yaitu terdapat tanda kebesaran Allah swt. yang terkandung dalam kisah tersebut, yaitu: kekuasaan untuk bisa menghidupkan kembali makhluk yang sudah mati ratusan tahun tanpa adanya perubahan dan kerusakan pada fisik makhluk tersebut. Allah swt. juga memiliki kekuasaan untuk menjaga makanan, minuman dan binatang yang terdapat dalam kisah tersebut.<sup>23</sup> Selain itu, Allah swt. juga memiliki kekuasaan dalam menghidupkan kembali sebuah negeri/kota yang sudah hancur dan tidak berpenduduk. Yang membedakannya yaitu disini peneliti memakai QS.An-Naba>' :9-11 sedangkan pada penelitian sebelumnya menggunakan QS. Al-Kahfi dan Al-Baqarah.

Berbeda dengan penelitian yang sudah diteliti, pada penelitian ini peneliti hanya fokus pada QS. An-Naba>':9-11 dimana penelitian ini fokus pada penafsiran Sayyid Quthb dalam *Fi> Z}ila>l al-Qur'a>n* dan penelitian ini akan dibahas tentang konsep dan hikmah tidur yang terdapat dalam QS. An-Naba>' : 9-11.

## **G. Metode Penelitian**

Metode penelitian adalah prosedur atau serangkaian prosedur yang digunakan untuk mencapai suatu tujuan. Pada hakekatnya, metode penelitian seorang peneliti adalah bagaimana ia mengungkapkan sejumlah cara yang

---

<sup>23</sup> Burhanuddin Nillahi, *Kisah Al-Qur'an Dibalik Tidur Ratusan Tahun Dalam Surat Al-Baqarah: 259 Dan Al-Kahfi : 19*. (Skripsi: UIN Ar-Raniry, 2019)

disusun secara sistematis, logis, rasional, dan terarah yang berkaitan dengan pekerjaan sebelum, selama, dan sesudah pengumpulan data agar mampu menjawab pertanyaan-pertanyaan akademis.<sup>24</sup>

Metode yang digunakan dalam penelitian ini sebagai berikut:

### **1. Jenis Penelitian**

Untuk memudahkan setiap pembahasan dan permasalahan yang akan dibahas dalam penelitian ini. Maka diperlukan jenis penelitian pustaka (*library reaserch*) atau disebut juga penelitian kepustakaan.<sup>25</sup> Dengan data-data yang akan digunakan penulis yaitu literatur-literatur kepustakaan serta bahan pustaka lainnya. Baik itu berupa kitab, buku, dan lain sebagainya, yang menjadi sumber data primer dan sekunder dalam penelitian ini.

### **2. Pendekatan Penelitian**

Pendekatan dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif, yaitu suatu pendekatan yang digunakan untuk mengolah data tanpa menggunakan hitungan angka (statistik), namun melalui pemaparan pendapat, para ahli atau fenomena yang ada dalam kehidupan masyarakat.

### **3. Sumber Data**

Sumber-sumber data dari penelitian ini dapat dikategorikan menjadi dua bagian yaitu:

- a. Sumber Data Primer adalah sumber data langsung dari pada penelitian ini yaitu kitab Tafsir Fi> Z{i>lal Al-Qur'a>n serta karya-karya lainnya yang

---

<sup>24</sup> Dr. H. Abdul Mustaqim, *Metode penelitian Al-Qur'an dan Tafsir*, (Yogyakarta: Idea Press, 2014), h. 116

<sup>25</sup> Suharsimi Arikunto, *Metode Penelitian: Suatu Pendekatan Praktek*, (Jakarta: Rineka Cipta,1998), h. 19



ditulis oleh Sayyid Quthb terutama yang berkenaan dengan pembahasan yang akan dibahas dalam penelitian.<sup>26</sup>

- b. Sumber Data Sekunder adalah data yang sifatnya sebagai pendukung untuk melakukan penelitian ini, baik itu berupa Al-Qur'an dan terjemahan, buku, kitab, jurnal, pendapat tokoh, cendikia dan lain sebagainya.<sup>27</sup>

#### 4. Teknik Analisis Data

Analisis adalah penguraian suatu pokok atas berbagai bagiannya dan penelaahan bagian itu sendiri serta hubungan antara bagian untuk memperoleh pengertian yang tepat dan pemahaman arti keseluruhan. Jadi, analisis data adalah penelaahan dan penguraian atas data hingga menghasilkan kesimpulan.<sup>28</sup>

Metode analisis yang digunakan oleh penulis adalah analisis isi (*content analysis*), yaitu sebuah analisis terhadap penafsiran Sayyid Quthb tentang makna tidur yang terdapat dalam kitab Tafsir Fi> Z{i>lal Al-Qur'a>n.

#### 5. Teknik Pengumpulan Data

Mengenai tehnik pengumpulan data, penulis menggunakan metode riset kepustakaan yaitu mengumpulkan data-data melalui bacaan dan literatur-literatur yang ada kaitannya dengan pembahasan penulis.<sup>29</sup> Tafsir Fi> Z{i>lal Al-Qur'a>n menjadi sumber utama, karena kajian ini membahas tentang Tafsir Fi> Z{i>lal Al-Qur'a>n yang dilaksanakan secara langsung. Dan sebagai

---

<sup>26</sup> Sugiono, *Metode Penelitian Kuantitatif dan kualitatif*, (Bandung: Alfabeta, 2007), h. 225

<sup>27</sup> *Ibid.*, h. 227

<sup>28</sup> Syahtin Harahap, *Metodelogi Studi Tokoh Dan Penulisan Biografi*, (Yogyakarta: Kanisius, 2000), h. 49

<sup>29</sup> Suharsimi Arikunto, *Metode Penelitian; Suatu Pendekatan Praktek*, ..., h. 19

penunjangnya yaitu kitab-kitab tafsir lain yang memperkuat penelitian ini, dan buku-buku keislaman yang membahas secara khusus tentang puasa dan buku-buku yang membahas secara umum dan implisitnya mengenai masalah yang dibahas.

## H. Sistematika Pembahasan

Agar memudahkan dalam penjabaran dan penjelasan dalam skripsi ini, maka dalam pembahasannya akan dibagi menjadi beberapa bab, sebagai berikut:

**Bab Pertama**, berisi pendahuluan yang di dalamnya mencakup latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan dan manfaat penelitian, penelitian terdahulu, kerangka teori, metode penelitian, dan sistematika pembahasan.

**Bab Kedua**, berisi pembahasan yang akan dibahas mengenai pengertian tidur secara umum, tidur dalam pandangan ahli psikologi dan dalam ilmu kesehatan serta tidur menurut pandangan ilmu keislaman.

**Bab Ketiga**, membahas tentang Biografi Sayyid Quthub beserta karya Tafsirnya yaitu tafsir *Fi Zilal al-Qur'an* yang meliputi kelahiran dan lingkungan keluarga, perjalanan intelektual Sayyid Quthub, karya-karya yang dihasilkan, Sedangkan pada kitab tafsir *Fi Zilal al-Qur'an* ini akan disinggung mengenai sejarah penulisan, metode, dan corak penafsirannya.

**Bab Keempat**, membahas tentang kontekstualisasi makna tidur dalam pandangan Sayyid Quthub dalam tafsir *Fi Zilal al-Qur'an*, serta hikmah tidur yang terdapat dalam QS. An-Naba': 9-11. Bab ini merupakan analisis penulis terhadap makna Tidur hasil dari penafsiran Sayyid Quthb dalam Tafsirnya *Fi Zilal al-Qur'an*.

**Bab Kelima**, merupakan bab terakhir dari serangkaian bab sebelumnya. Dalam bab ini penulis berusaha menyimpulkan dari hasil analisa yang telah dikemukakan sebagai jawaban atas permasalahan yang dikaji, serta berisi saran-saran, dan diakhiri dengan penutup.

## BAB IV

### PEMBAHASAN

#### A. Interpretasi konsep tidur dalam QS. An-Naba>': 9-11 perspektif Sayyid Quthb dalam tafsir Fi> Z}ila>l Al-Qur'a>n

Setiap tafsir mempunyai ciri khas dan corak yang beraneka ragam dalam konteksnya masing-masing. Hal ini tidak bisa dilepaskan dari subjektivitas dan latar belakang mufasirnya. Kecenderungan mufasir bisa dilihat dari latar belakang pendidikan, politik, sosial, agama, budaya, ekonomi, madzhab dan lain sebagainya. Sehingga mufasir memiliki penafsiran yang berbeda dari satu mufasir dengan mufasir yang lainnya. Penjelasan tentang pendekatan penafsiran Al-Qur'an menurut Sayyid Quthb, sedikit banyak telah membuka pengetahuan khususnya pada pendekatan penafsiran kontekstual.

Dalam tafsirnya Sayyid Quthb di setiap awal pembukaan penafsiran surat, beliau selalu memulainya dengan sekilas pandang mengenai surat yang akan beliau tafsirkan. Dan mengelompokkan surat *makkiyah* dan *madaniyah*. Tak terkecuali dalam surat An-Naba>' ini, di dalam surat An-Naba>' tersebut beliau memaparkan bahwa surat An-Naba>' merupakan surat *makkiyah*, dengan jumlah ayat sebanyak 40 ayat.

Uniknya dalam tafsir tersebut beliau mengelompokkan ayat-ayat tersebut kepada beberapa pengelompokan diantaranya QS. An-Naba>' ayat 1-5 (Berita besar), ayat 6-16 (Fenomena alam), ayat 17-20 (Hari perhitungan dan pembalasan), ayat 21-30 (Neraka jahannam dan penghuninya), ayat 31-36 (Keadaan orang yang bertaqwa), ayat 37-38 (Malaikat yang merasa takut), ayat

39-40 (Hari yang pasti terjadi). Selanjutnya, Sayyid Quthb memaparkan munasabah (relasi) antara surat An-Naba>' dengan surat sebelumnya, yaitu surat Al-Anfa>l dan Ali-Imra>n.<sup>120</sup> Beliau menjelaskan di dalam surat An-Naba>' ini, Allah menunjukkan bukti bahwa kebesaran-Nya yaitu dengan diciptakannya malam dan siang, dimana Allah menciptakan tidur untuk makhluk hidup dimuka bumi dan merupakan suatu keharusan baginya.

Setelah memaparkan munasabah ayat, beliau menyajikan surat An-Naba>' dari ayat pertama hingga akhir dengan pengelompokan ayat masing-masing, dilanjutkan dengan menjelaskan penafsiran ayat secara umum agar pembaca sudah terlebih dahulu memiliki pandangan umum yang dapat digunakan sebagai asumsi dalam memahami maksud dari ayat tersebut, dalam menafsirkan ayat Al-Qur'an Sayyid Quthb menggunakan keindahan bahasa yang dapat membuat para pembaca tersentuh.

Sebagaimana dalam firman Allah: An-Naba>': 9 – 11 sebagai berikut:

وَجَعَلْنَا نَوْمَكُمْ سُبَاتًا وَجَعَلْنَا اللَّيْلَ لِبَاسًا وَجَعَلْنَا النَّهَارَ مَعَاشًا

Artinya:

*"Dan Kami jadikan tidurmu untuk istirahat, dan Kami jadikan malam sebagai pakaian dan Kami jadikan siang untuk mencari penghidupan".<sup>121</sup> (QS. An-Naba>': 9-11)*

Diantara pengaturan Allah terhadap manusia ialah menjadikan tidur sebagai istirahat dan menghentikan mereka dari berfikir dan beraktivitas. Dia menjadikan

<sup>120</sup> Sayyid Quthb, *Tafsir Fi> Zjila>l Al-Qur'a>n*, .... h. 148

<sup>121</sup> Kementerian RI. *Al-Qur'an dan Terjemahan*, ..., h. 582

mereka berada dalam keadaan yang tak pula mati dan tak pula hidup.<sup>122</sup> Didalam tidur pun terbatasi rahasia-rahasia yang tidak berkaitan dengan kebutuhan fisik dan saraf. Yaitu, berhentinya ruh dari melakukan pergelutan hidup yang keras. Ketenangan mengunjungnya sehingga ia meletakkan senjata dan meninggalkan kebunnya, senang ataupun tidak senang. Ia menyerah kepada saat kedamaian yang penuh keamanan, yang dibutuhkan setiap orang sebagaimana kebutuhannya terhadap makanan dan minuman. Ia meletakkan pada alam ini fenomena malam sebagai pakaian penutup yang menjadikan istirahat dan pengenduran saraf itu berjalan dengan sempurna. Juga meletakkan fenomena siang untuk mencari penghidupan, yang dalam waktu siang inilah gerak dan aktivitas dapat berjalan dengan sempurna.

Dari penafsiran diatas dapat penulis pahami bahwa tidur ini merupakan kebutuhan dan keharusan bagi manusia seperti halnya makan dan minum, Yang mana Allah menciptakan malam sebagai pakaian yang menutupi semesta alam untuk mengistirahatkan tubuh manusia dari berbagai aktivitas dengan kegelapannya manusia bisa mendapatkan ketenangan dan kedamaian, dengan tidur ini manusia bisa memulihkan tenaga dan merileksasikan saraf serta menenangkan pikiran. Allah menciptakan siang untuk menerangi manusia agar dapat melakukan aktivitasnya dalam mencari penghidupan dengan bekerja, berniaga, berkebun, dan melakukan urusan lain yang bisa mencukupi kebutuhan keluarga dan dirinya sendiri.

---

<sup>122</sup> Sayyid Quthb, *Tafsir Fi> Zjila>l Al-Qur'a>n*, ..... h. 150

Dalam tafsirnya Sayyid Quthb menafsirkan bahwa pada saat tidur manusia berada dalam keadaan tidak hidup dan tidak pula mati. Di mana yang penulis pahami bahwa manusia mempertaruhkan hidup dan matinya ketika tidur, pada saat tidur manusia bisa mati mendadak yang disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya serangan jantung, dan sesak nafas.<sup>123</sup>

Pakar saraf dan tidur yaitu dr. Andreas Prasaja Sp. S, RSPGT. Seorang spesialis tidur atau dikenal sebagai *sleep physician* dari rumah sakit Mitra Kemayoran (Jakarta), telah melakukan penelitian bahwa ketika manusia tidak cukup akan tidurnya, maka akan mengalami gangguan kesehatan, baik penyakit jantung, diabetes, stroke dan lain sebagainya. Karena tidur merupakan bagian dasar bagi kesehatan. Jika tidur cukup sesuai dengan ketentuannya 7-8 jam maka kemungkinan kecil mengalami gangguan kesehatan. Sekarang paradigma kesehatan yang dikenal dengan *triumvirate of health* (3 komponen utama kesehatan) yaitu kebugaran fisik, keseimbangan nutrisi, dan kesehatan tidur. Menurutnya untuk mencapai kesehatan yang optimal manusia perlu *nutrition* (nutrisi), *exercise* (latihan, gerak badan atau olahraga), dan yang menjadi dasar *sleep* (tidur). Jika nutrisi dijaga namun tidur tidak dijaga percuma, bahkan jika olahraganya berlebihan dan tidur yang kurang maka akan menjadi penyakit. Ada beberapa penelitian yang dilakukan di Inggris dua atlet yang terkena serangan jantung secara tiba-tiba saat latihan, bahkan 90% pensiunan MFL (*American Foot Ball*) jantungnya bermasalah, yang disebabkan *snores* (mendengkur).

---

<sup>123</sup> *Ibid.*, h. 150

Terjadilah sesuatu yang mirip mukjizat pada saat-saat tertentu ketika rasa kantuk menimpa kelopak mata, ruh merasa berat, saraf-saraf telah letih, jiwa gelisah dan hati merasa takut. Kantuk ini yang kadang-kadang hanya beberapa saat saja seakan-akan membuat pembalikan (perubahan) total bagi keberadaan manusia, dan memperbarui bukan hanya kekuatannya melainkan dirinya, sehingga ia seakan-akan wujud baru setelah bangun. Kemukjizatan ini pernah terjadi dalam bentuk yang jelas bagi kaum muslimin yang kelelahan dalam perang Badar dan perang Uhud. Allah memberi kenikmatan dan ketentraman kepada mereka dengan kantuk ini sebagaimana yang terjadi pada banyak orang dalam keadaan yang mirip.<sup>124</sup> Sebagaimana firman-Nya:

إِذْ يُغَشِّيكُمُ النُّعَاسَ أَمَنَةً مِّنْهُ وَيُنزِلُ عَلَيْكُم مِّنَ السَّمَاءِ مَاءً لِّيُطَهِّرَكُم بِهِ وَيُذْهِبَ  
عَنكُم رِّجْزَ الشَّيْطَانِ وَلِيَرْبِطَ عَلَى قُلُوبِكُمْ وَيُثَبِّتَ بِهِ الْإِقْدَامَ

Artinya:

*"(Ingatlah), ketika Allah membuat kamu mengantuk untuk memberi ketenteraman dari-Nya, dan Allah menurunkan air (hujan) dari langit kepadamu untuk menyucikan kamu dengan (hujan) itu dan menghilangkan gangguan-gangguan setan dari dirimu dan untuk menguatkan hatimu serta memperteguh telapak kakimu (teguh pendirian)."*<sup>125</sup> (QS. Al-Anfa>l: 11).

<sup>124</sup> *Ibid.*, h. 150

<sup>125</sup> Kementerian RI. *Al-Qur'an dan Terjemahan*, ..., h. 434



Serta dalam QS. Ali- Imra>n: 154 Allah swt. berfirman:

ثُمَّ أَنْزَلَ عَلَيْكُمْ مِنْ بَعْدِ الْغَمِّ أَمْنَةً نُوعًا سَاءَ يَعْتَمِلُ طَائِفَةٌ مِّنْكُمْ ۖ وَطَائِفَةٌ قَدْ أَهَمَّتْهُمْ أَنفُسُهُمْ يَظُنُّونَ بِاللَّهِ غَيْرَ الْحَقِّ ظَنَّ الْجَاهِلِيَّةِ ۖ يَقُولُونَ هَلْ لَنَا مِنَ اللَّهِ مَرٍ مِنْ شَيْءٍ ۗ قُلْ إِنَّ اللَّهَ لَا يَهْدِي الْقَوْمَ الْكَافِرِينَ ۗ يَقُولُونَ لَوْ كَان لَنَا مِنَ اللَّهِ مَرٍ شَيْءٌ مَا قُتِلْنَا هَاهُنَا ۗ قُلْ لَوْ كُنْتُمْ فِي بُيُوتِكُمْ لَبَرَزَ الَّذِينَ كُتِبَ عَلَيْهِمُ الْقَتْلُ إِلَىٰ مَضَاجِعِهِمْ ۗ وَلِيَبْتَلِيَ اللَّهُ مَا فِي صُدُورِكُمْ وَلِيُمَحَّصَ مَا فِي قُلُوبِكُمْ ۗ وَاللَّهُ عَلِيمٌ بِذَاتِ الصُّدُورِ

Artinya:

"Kemudian setelah kamu ditimpa kesedihan, Dia menurunkan rasa aman kepadamu (berupa) kantuk yang meliputi segolongan dari kamu, sedangkan segolongan lagi telah dicemaskan oleh diri mereka sendiri; mereka menyangka yang tidak benar terhadap Allah seperti sangkaan jahiliah. Mereka berkata, "Adakah sesuatu yang dapat kita perbuat dalam urusan ini?" Katakanlah (Muhammad), "Sesungguhnya segala urusan itu di tangan Allah." Mereka menyembunyikan dalam hatinya apa yang tidak mereka terangkan kepadamu. Mereka berkata, "Sekiranya ada sesuatu yang dapat kita perbuat dalam urusan ini, niscaya kita tidak akan dibunuh (dikalahkan) di sini." Katakanlah (Muhammad), "Meskipun kamu ada di rumahmu, niscaya orang-orang yang telah ditetapkan akan mati terbunuh itu keluar (juga) ke tempat mereka terbunuh." Allah (berbuat demikian) untuk menguji apa yang ada dalam dadamu

*dan untuk membersihkan apa yang ada dalam hatimu. Dan Allah Maha Mengetahui isi hati.*"<sup>126</sup> (QS. Ali Imra>n: 154).

Maka, istirahat yakni menghentikan berpikir dan beraktivitas dengan tidur ini merupakan suatu keharusan dari keharusan-keharusan bangunan kehidupan. Ia merupakan suatu rahasia kekuasaan yang menciptakan, dan salah satu nikmat dari nikmat-nikmat Allah swt. yang tidak ada seorang pun yang mampu memberikannya selain Dia. Adapun mengarahkan perhatian kepadanya sebagaimana yang dicontohkan Al-Qur'an ini, mengingatkan dan menyadarkan hati kepada kekhususan-kekhususan zat-Nya. Juga kepada tangan yang mewujudkan eksistensinya dan menyentuh hati tersebut dengan sentuhan yang membangkitkannya untuk memikirkan dan merenungkan serta mengambil kesan darinya.

#### **B. Hikmah Tidur dalam QS. An-Naba>': 9-11 menurut Sayyid Quthb dalam tafsir Fi> Z}ila>l Al-Qur'a>n**

Tidur merupakan suatu hal yang dilakukan manusia setiap harinya di waktu-waktu tertentu dengan maksud untuk melepas kelelahan baik jasmani maupun mental. Tidur merupakan peralihan dari alam sadar ke alam mimpi bahkan tidur dapat diartikan kematian kecil, di mana pada saat tidur manusia berada dibawah alam sadar.

Dalam QS. An-Naba>': 9-11 Sayyid Quthb menafsirkan bahwa semua terjadi dengan cara yang yang menakjubkan yang manusia tidak mengerti caranya. Tidak ada andil dan *iradah* manusia di dalam hal ini, dan tidak mungkin

---

<sup>126</sup> *Ibid.*, hal. 234

ia mengetahui bagaimana hal ini berjalan dengan sempurna sedemikian rupa, Ketika dalam keadaan jaga pun, ia tidak mengetahui bagaimana cara kerjanya pada saat tidur, apalagi dalam keadaan tertidur. Ini adalah salah satu rahasia bangunan makhluk hidup yang tidak diketahui kecuali oleh yang menciptakannya dan yang meletakkan rahasia itu padanya, serta menjadikan kehidupannya bergantung atasnya.<sup>127</sup> Maka, tidak ada seorang pun yang mampu hidup tanpa tidur kecuali dalam waktu yang sangat terbatas. Kalau ia memaksakan diri dengan menggunakan sarana-sarana luar agar terus terjaga (tidak tidur), maka sudah tentu ia akan binasa.

Hikmah-hikmah tidur dalam QS. An – Naba>’: 9-11 dalam tafsir Fi> Z{ila>l Al-Qur’an :

1. Dapat merileksasikan saraf-saraf di otak, Pada saat tidur performal otak dijaga kinerja dari saraf simpatetik menurun, sehingga sekresi adrenalin berkurang dan aktivitas para simpatetik (sistem saraf otonomik) meningkat.<sup>128</sup>
2. Mengistirahatkan fisik (tubuh, badan, jasmani). Daya tahan tubuh manusia hanya bekerja optimal pada saat tidur,<sup>129</sup> Pada saat tertidur otot-otot menjadi rileks serta terjadi pengenduran. Sehingga dengan tidur ini dapat memulihkan tenaga yang dikeluarkannya pada saat bekerja atau pada saat siang hari, Bahkan dengan tidur ini manusia akan terhindar dari depresi.

---

<sup>127</sup> Sayyid Quthb, *Tafsir Fi> Z{ila>l Al-Qur’a>n*, ..., h. 150

<sup>128</sup> Ahmad Syauqi Ibrahim, *Asrar An-Naum; Rihlah fi 'Alam Al-Maut Al-Ashghar*, ..., h. 35

<sup>129</sup> Andreas Prasaja, 30 Juli 2018, *Tidur Produktif Untuk Tubuh Lebih Sehat*, Diakses pada tanggal 21 Juli 2022 dengan link <http://youtube.be/cxnmf2pzfre>

Di antara pengaturan Allah juga ialah ia menjadikan gerakan alam ini selaras dengan gerakan makhluk-makhluk hidup.<sup>130</sup> Dengan demikian, selaras dan serasilah ciptaan Allah, dan alam ini pun sangat cocok bagi makhluk hidup, dengan segala kekhususannya. Makhluk-makhluk hidup itu dibekali dengan susunan yang cocok dengan gerak dan kebutuhan-kebutuhannya, sesuai dengan kekhususan-kekhususan dan kesesuaian yang terdapat dalam alam semesta. Semua ini keluar dari tangan kekuasaan yang mencipta dan mengatur dengan serapi-rapinya.

### C. Analisa terhadap QS. An-Naba>': 9-11 dalam tafsir Fi> Zjila>l Al-Qur'a>n menurut Sayyid Quthb

Sebagaimana dalam firman Allah dalam QS. An-Naba>': 9 – 11 yang berbunyi:

مَعَاشًا النَّهَارَ وَجَعَلْنَا لِبَاسًا اللَّيْلَ وَجَعَلْنَا سُبَاتًا نَوْمَكُمْ وَجَعَلْنَا

Artinya:

*"Dan Kami jadikan tidurmu untuk istirahat, dan Kami jadikan malam sebagai pakaian dan Kami jadikan siang untuk mencari penghidupan".<sup>131</sup> (QS. An-Naba>' :9-11).*

Bisa kita pahami bahwa Sayyid Quthb dalam penafsirannya tampak berusaha menampilkan sisi-sisi petunjuk Al-Qur'an yang berkenaan dengan sosial masyarakat. Di mana, beliau menafsirkan ayat tersebut dengan bahasa yang mudah dipahami oleh masyarakat luas, serta memiliki sastra bahasa tinggi

<sup>130</sup> Sayyid Quthb, *Tafsir Fi> Zjila>l Al-Qur'a>n*, ..., h. 150

<sup>131</sup> Kementerian RI. *Al-Qur'an dan Terjemahan*, ..., h. 582

sehingga membuat para pembaca terkesan olehnya dan membuat terpesona oleh tafsir ini.

Dalam hal ini beliau menjelaskan bahwa tidur diibaratkan manusia berada di antara hidup dan mati dimana dengan tidur ini, manusia bisa mengalami kematian mendadak, seperti halnya manusia mempertaruhkan hidup dan matinya pada saat tidur, saat tidur Keletihan menyentuh kelopak mata (kantuk), yang ditandai dengan ceroboh, jiwa terasa berat, saraf menjadi lelah, jiwa resah, dan hati merasa takut, terjadilah suatu keajaiban. Bahkan Sayyid Quthb memaparkan bahwa tidur ini adalah relaksasi tubuh dan psikologis. Dengan tidur ini dapat merileksasikan sistem saraf-saraf di otak, bisa dikatakan kinerja sistem saraf menurun pada saat tidur, umumnya siang hari manusia berfikir dan melakukan aktivitas baik itu berat maupun tidak sehingga akan berpengaruh kepada otot dan saraf-saraf.<sup>132</sup> Sayyid Quthb menafsirkan bahwa tidur ini merupakan istirahat dari segala aktivitas, dimana istirahat disini bermakna tidur yang pada saat tidur ini tubuh manusia merasa letih, kelopak mata terasa berat, saraf mejadi letih, maka dibutuhkan lah tidur yang dinamakan dengan istirahat yang berfungsi untuk mengistirahatkan tubuh manusia dari segala pergelutan yang dilakukan disiang hari.

Tidur merupakan keharusan dan kebutuhan pokok bagi manusia yang tidak dapat dipisahkan dalam kehidupan manusia. Yang dalam tidur tersebut banyak terjadi rahasia-rahasia Allah tetapkan yang manusia tidak tahu bagaimana kinerja tidur sepenuhnya bahkan pada saat terjaga. Tidur ini merupakan salah satu dari

---

<sup>132</sup> Sayyid Quthb, *Tafsir Fi> Zjila>l Al-Qur'a>n, ...*, h. 150

nikmat-nikmat Allah yang tidak ada seorang pun yang mampu memberikannya selain dia.

Dari pemaparan dan penafsiran Sayyid Quthb terhadap konsep tidur sebagai istirahat, dapat penulis simpulkan bahwa tidur yang dimaksud Sayyid Quthb adalah tidur yang mengistirahatkan tubuh, jiwa, saraf, raga serta pikiran dari segala aktivitas yang mana tidur ini umumnya terjadi pada saat malam hari, di mana malam hari merupakan waktu yang bagus untuk tidur, karna Allah menciptakan malam sebagai pakaian yang menyelimuti manusia, pada saat malamlah manusia merasa kedamaian dalam hidupnya sehingga untuk tidur pun sangat baik, bahkan dalam ilmu kesehatan pun telah dijelaskan diatas bahwa pada saat tidurlah metabolisme tubuh manusia terjadi, saraf-saraf rileks, otot-otot terjadi pengenduran. Jika manusia kurang akan waktu tidur yang telah ditentukan 7-8 jam perhari nya, maka manusia akan mengalami berbagai macam gangguan kesehatan, karena menurut dr. Andreas Prasaja (spesialis saraf dan tidur) tidur merupakan kebutuhan dan dasar utama bagi manusia, di mana tubuh manusia tidak cukup dengan nutrisi yang bagus dan cukup serta olahraga yang bagus jika tidurnya tidak cukup maka semua itu tidak ada gunanya bahkan tidak berpangatuh baik bagi kehidupan manusia, karna kunci utama manusia untuk sehat itu adalah tidur. Jika tidurnya baik dan cukup maka tubuh manusia akan sehat dan terjaga. Peneliti di Inggris pada wanita yang langsing, sehat, olahraganya rajin, dan nutrisinya terjaga dengan yang durasi tidurnya tidak cukup yaitu kurang 7-8 jam

memiliki resiko kanker payudara hingga 47%. Maka dari itu untuk menjaga tidur yang sehat adalah langkah cerdas untuk meningkatkan produktivitas.<sup>133</sup>

Jadi, tidur sebagai istirahat merupakan sebuah isyarat tentang salah satu nikmat agung Allah kepada hamba-Nya. Tidak diragukan lagi bahwa alam tidur merupakan alam yang menakjubkan dan penuh dengan misteri serta rahasia. Akan tetapi, karena tidur merupakan rutinitas manusia yang terus-menerus berulang setiap harinya, hal itu membuat manusia melihat sebagai hal yang biasa, tidak lagi mengagumkan, tidak menarik perhatian, dan tidak membangkitkan keterpukauan mereka. Sehingga membuat mereka tidak mensyukuri nikmatnya tidur. Dengan ketidaktahuannya fungsi dan manfaat tidur ini maka manusia mengalami kerugian yang sangat besar. Sekarang kita liat di zaman sekarang ini masih banyak diantara kita yang bergadang di malam hari untuk melakukan segala aktivitas yang seharusnya dilakukan di siang hari, bahkan ada yang bergadang sampai pagi hari. Karena manusia menagnggap tidur itu hanya sebagai rutinitas yang dilakukan setiap harinya.

Secara tidak sadar kita telah menganggap tidur itu sepele, bahkan tidur itu merupakan fenomena biologis di dalam tubuh yang datang secara silih berganti dengan fase terjaga dalam sebab siklus yang teratur, seakan-akan di dalam sistem saraf pusat tubuh terdapat sebuah jam biologis yang mempengaruhi aktivitas dan kerja sama anggota tubuh manusia.

---

<sup>133</sup> Andreas Prasaja, 30 Juli 2018, *Tidur Produktif Untuk Tubuh Lebih Sehat*, Diakses pada tanggal 21 Juli 2022 dengan link <http://youtube.be/cxnmf2pzfre>

## BAB V

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan yang dikemukakan pada bab-bab sebelumnya, maka dapat diberikan kesimpulan sebagai berikut:

1. Di dalam tafsir *Filalil Qur'an* tepatnya dalam surat An-Naba': 9-11, Sayyid Quthb mengemukakan bahwa tidur merupakan suatu kebutuhan dan keharusan bagi semua makhluk Allah swt. baik itu manusia, hewan, maupun tumbuhan. Allah menciptakan fenomena malam sebagai pakaian penutup yang menjadikan istirahat dan pengenduran saraf itu berjalan dengan sempurna. Sehingga pada malam hari, Allah menganugerahkan tidur kepada makhluk-Nya agar ia dapat beristirahat, memulihkan tenaga dan pikirannya, setelah beraktivitas seharian di siang hari mencari penghidupan. Dan disaat tidur, Dia menjadikan mereka berada dalam keadaan yang tak pula mati dan tak pula hidup.
2. Segala sesuatu yang Allah ciptakan terdapat hikmahnya. Termasuk juga di dalamnya tidur. Adapun hikmah dari adanya tidur menurut Sayyid Quthb yaitu (1) Tidur dapat merileksasikan saraf-saraf di otak sehingga dapat menghindarkan manusia dari depresi. (2) Mengistirahatkan fisik. Pada saat tidur otot-otot menjadi rileks serta terjadi pengenduran. Sehingga tidur dapat memulihkan tenaga yang sebelumnya telah dikeluarkannya pada saat bekerja atau pada saat siang hari.



## **B. Saran**

Dalam hal ini tiada kata yang penulis ucapkan melainkan *alhamdulillah* rasa syukur penulis sehingga penelitian ini bisa diselesaikan. Adapun penelitian ini membahas tentang konsep dan hikmah menurut pandangan Sayyid Quthb dalam tafsirannya. Dengan melihat penafsiran beliau kita dapat memperoleh informasi yang cukup jelas mengenai bagaimna yang dimaksud dengan tidur dan apa hikmahnya, meskipun dalam penyajian dan analisa penulis masih terdapat banyak kekurangan. Oleh sebab itu, diharapkan akan ada penelitian selanjutnya yang akan membahas tentang tidur yang lebih utuh dan padat lagi agar wawasan yang diperoleh juga semakin luas.

Untuk itu setelah melakukan penelitian, penulis sadar ini hanyalah bentuk usaha manusia yang jauh dari sempurna. Kekurangan pasti akan ditemukan dan kesalahan mungkin aakan didapatkan. Akan tetapi penulis memastikan bahwa kesalahan yang sifatnya sengaja tidak akan ditemukan dalam penulisan ini. Dan penulis akan tetap berharap penelitian ini akan bermanfaat, khususnya bagi penulis secara pribadi dan juga akademis serta umat muslim pada umumnya.



## DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, Sayyid Abdul Hakim, *Resep Hidup Sehat Cara Nabi*, Solo: Kiswah Media, 2011
- Abdullah. Mawardi, *Ulumul Qur'an*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2011
- Ahmad ibn Faris Ibn Zakariya Al- Qazawaini Al-Razi, *Mu'jam Muqayyis Al-Lughah*, (Beirut: Al-Fikr Al-Ilmiyyah, 2011), Juz V
- Al Maraghi. Ahmad Mustofa, *Tafsir Al-Maraghi*, Terj. Bahrn Abu Bakar dan Hery Noer Aly, Juz 4, Semarang: PT. Karya Toha Putra, 1993
- Al-Banjari. Ahmad Syauqi, *Nilai Kesehatan Dalam Syariat Islam*, Jakarta: Bumi Aksara, 1996
- Al-Fattah. Saliyah Abd, *Tafsir Metodologi Pergerakan Dibawah Naungan Al-Quran*, Jakarta: Yayasan Bunga Karang, 1995
- Aliyah. Sri, *Kaedah-kaedah Tafsir Fi> Zjila>l Al-Qur'an*, Jurnal: Jihad, Vol. 15, No. 2, Desember 2013
- Al-Jurjani, At-Ta'rifa, At-Taba'ah wa An-N asyr wa At-Tauzi,' Jeddah, t.t, h. 63; Muhammad Husain Adz-Zahabi, *At-Tafsir wa Al- Mufassirn, juz 1*, Dar Al-Maktubb Al-Hadistsah, Mesir, 1976
- Al-Khalidi. Salah Abd Fatah, *Pengantar Memahami Tafsir Fi> Zjila>l Al-Qur'an*, Solo: Intermedia, 1978
- Al-Khalidi. Shalah Abd Fatah, *Pengantar Memahami Tafsir Fi> Zjila>l Al-Qur'an*, Surakarta: Era Intermedia, 2001
- Al-Qur'an dan Terjemahan*, Jakarta: Bintang Indonesia, 2016
- Al-Wakili. Muhammad Sayyid, *Pergerakan Islam Terbesar Abad 14*, Bandung As-Syamil, 2001
- Al-Zuhaili. Wahbah Mustafa, *Tafsir Al-Munir Fi Al-'Aquadah Wa Al-Syaru'ah Wa Al- Manhaj*, Damaskus: Dar Al-Fikr, 1418 H
- Amalia. Aqil Selma, *Tips Hidup Sehat Ala Rasulullah saw*, Jakarta: PT Elex Media Komputindo, 2014
- Amra. Yuli, *Hubungan Pergantian Waktu Kerja Dengan Pola Tidur Pekerja*. Jurnal: Kesehatan Masyarakat Nasional, Vol. 6, No. 4, Februari 2012
- Anwar. Desi, *Kamus Lengkap Bahasa Indonesia*, Surabaya: Abdi Utama, 2001

- Arikunto. Suharsimi, *Metode Penelitian: Suatu Pendekatan Praktek*, Jakarta: Rineka Cipta, 1998
- Ash-Shabuni. Syaikh Muhammad Ali, *Safwatut Tafsiri Jilid 2*, Jakarta: Pustaka Al-Kautsar, 2011
- As-Shaddieqy. Teungku Muhammad, *Sejarah dan Pengantar Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir*, Semarang: PT. Pustaka Rizka Putra, 2002
- Audah. Ali, *Konkordansi Qur'an: Panduan Kata Dalam Mencari Ayat Qur'an*, Bogor: Pustaka Lentera Antar Nusa, 2008
- Bahnasawi. Salim, *Butir- butir Pemikirannya Sayyid Quthb Menuju Pembaruan Gerakan Islam*, Jakarta: Gema Insani Press, 2008
- Baidan. Nasruddin, *Wawasan Baru Ilmu Tafsir*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2005
- Chirzin. Muhammad, *Jihad Menurut Sayyid Qutub*, Solo: Ira Intermedia, 2001
- Dinas Kesehatan, 07 Maret 2017, *Dampak Banyaknya Tidur*, Diakses pada tanggal 16 April 2022 dengan link <https://www.sehatq.com/akibat-kurang-tidur>
- Diponegoro, 28 Januari 2013, *Memahami Tidur Irama Sirkadian*, diakses pada tanggal 28 Juni 2022 dengan link <https://uad.ac.id/id/memahami-tidur-dan-irama-sirkadian>
- Djunaedi, *Tidur Yang Baik Menurut Islam*, Sidoardjo: Amanah Citra, 2019
- Fadhullah. Mahdi, *Titik Temu Agama dan Politik (Analisa Pemikiran Sayyid Quthb)*, Solo: CV. Ramadhani, 1991
- Faza. Asrar Mabur, et al, *Pedoman Penulisan Proposal dan Skripsi*, Langsa: Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah IAIN Langsa, 2018
- Hakim. Arief, *Jangan Tidur Sore Hari*, Yogyakarta: Diva Press, 2013
- Harahap. Syahtin, *Metodelogi Studi Tokoh Dan Penulisan Biografi*, Yogyakarta: Kanisius, 2000
- Hashman. Ade, *Rahasia Kesehatan Rasulullah: Meneladani Gaya Hidup Sehat Nabi Muhammad Saw*, Jakarta: Noura, 2021
- Hidayat. Nuim, *Sayyid Quthb Biografi dan Kejernihan Pemikirannya*, Jakarta: Gema Insani, 2005
- Ibrahim. Ahmad Syauqi, *Asrar An-Naum; Rihlah fi 'Alam Al-Maut Al-Ashghar*. Terj. M. Baidun dkk, cet 1, Jakarta: Tuross Khazanah Pustaka Islam, 2018

- Imani. Allamal Kamal Faqih, *Tafsir Nurul Qur'an*, Jakarta: Al Huda, 2003
- Ismail. Ilyas, *Paradigma Dakwah Sayyid Quthub: Rekonstruksi Pemikiran Dakwah Harakah*, Jakarta: Penamadani, 2006
- Kamus Ilmiah Populer, *Cabang Biologi Yang Berkaitan Dengan Fungsi Dan Kegiatan Kehidupan Atau Zat Hidup (Organ, Jaringan Atau Sel)*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2012
- Kementrian RI. *Al-Qur'an dan Terjemahan*, Jakarta: Bintang Indonesia, 2011
- Khair. Abdul, *Semantik Bahasa Indonesia*, Modul 1-6, Edisi ke 2, Universitas Terbuka, 1998
- Lubis. Tiah Nurmilah, *Tidur Dalam Al-Qur'an (Tinjauan Ilmu Kesehatan)*, Skripsi: UIN Sultan Kasim Riau, 2017
- Munawwir. Ahmad Warson, *Al-Munawwir Kamus Arab-Indonesia*, Surabaya: Pustaka Progresif, 1997
- Mustaqim. Abdul, *Metode penelitian Al-Qur'an dan Tafsir*, Yogyakarta: Idea Press, 2014
- Mustaqim. Abdullah, *Studi Al-Qur'an Kontemporer (Wacana Baru Berbagai Metodologi Tafsir)*, Yogyakarta: PT. Tiara Wacana Yogya, 2002
- Nillahi. Burhanuddin, *Kisah Al-Qur'an Dibalik Tidur Ratusan Tahun Dalam Surat Al-Baqarah: 259 Dan Al-Kahfi: 19*, Skripsi: UIN Ar-Raniry, 2019
- Nurhayati. Dina, *Tidur Dalam Al-Qur'an (Perspektif Pendidikan Islam)*, Skripsi, UIN Antasari, 2019
- Pramita. Yuga, *Ayat-ayat Sehat*, Yogyakarta: Pro-U Media, 2013
- Prasaja. Andreas, *Ayo Bangun! Dengan Bugar Karena Tidur Yang Benar*, Jakarta: PT Mizan Publika, 2009
- Prasaja. Andreas, *Tidur Produktif Untuk Tubuh Lebih Sehat*, Diakses pada 21 Juli 2022 dengan link <http://youtube.be/cxnmf2pzfre>
- Pratama. Muhammad Apik, *Hubungan Antara Shift Kerja, Waktu Tidur Dengan Kelelahan Pada Pekerja PT. Pamapersada Sumatera Selatan*, Artikel Penelitian, Yogyakarta: Universitas Ahmad Dahlan, 2020

- Puji. Apriandi, 30 April 2021, *Beragam Efek Dan Bahaya Kurang Tidur Bagi Kesehatan*, Diakses pada tanggal 22 Juli 2022 dengan link <https://hellosehat.com/pola-tidur/gangguan-tidur/efek-kurang-tidur/>
- Quthub. Sayyid, *At-Tashwir Fanni Fi Al-Qur'an (Keindahan Al-Qur'an Yang Menakjubkan)*, Jakarta: Gema Insani Press, 2001
- Quthub. Sayyid, *Fi> Z}ila>l Al-Qur'an Dibawah Naungan Al-Qur'an Jilid 12*, Terj. As'ad Yasin, Abdul Aziz Salim Basyaharin, Jakarta: Gema Insani, Desember 2001
- Quthub. Sayyid, *Tafsir Fi> Z}ila>l Al-Qur'an dan Terjemahannya*, Ter. Drs. As'ad dkk, Jilid 12, Jakarta: Gema Insani Press, 1992
- Reefani. Nor Kholish, *Pola Hidup Dan Tidur Sehat Ala Rasulullah saw*, Jakarta: Gema Insani Press, 2011
- Sahabuddin, *Ensiklopedia Al-Qur'an Kajian Kosa Kata*, Jakarta: Lentera Hati, 2007
- Sardjito, 30 Oktober 2019, *Waspadai Dampak Kurang Tidur Terhadap Kesehatan*, Diakses pada tanggal 22 Juli 2022 dengan link <https://sardjito.co.id/2019/10/30/waspadai-dampak-kurang-tidur-terhadap-kesehatan/>
- Setiawan. Wahyudi, *Al-Qur'an Tentang Lupa, Tidur, Mimpi Dan Kematian*".  
Jurnal: Al-Murabbi, Vol. 2, No. 2, Januari 2016.
- Shihab. Muhammad Quraish, *Ensiklopedia Al-Qur'an Kajian Kosa Kata*, Jakarta: Lentera Hati, 2007
- Shihab. Muhammad Quraish, *Tafsir Al-Misbah, Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an*, Jakarta: Lentera Hati, 2002
- Siregar. Abu Bakar Adanan, *Analisis Kritis terhadap Tafsir Fi> Z}ila>l Al-Qur'an*, Jurnal: Ittihad, Vol. 1, No. 2, Juli-Desember 2017
- Sugiono, *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif*, Bandung: Alfabeta, 2007
- Supriadi, *Pemikiran Tafsir Sayyid Quthb Dalam Tafsir Fi> Z}ila>l Al-Qur'an*,  
Jurnal: As-Syukriyyah, Vol. 14, Edisi. Maret-Desember 2015
- Syahrur, *Studi Al-Qur'an Kontemporer; Wacana Baru Berbagai Metodologi Tafsir*, Yogyakarta: Tiara Wacana, 2002

- Syamsinar, *Pola Tidur Dalam Al-Quran (Kajian Tahlili Terhadap QS,Al-Furqaan :47)*, Skripsi: UIN Alauddin Makassar, 2016
- Tim Tafsir Ilmiah Salman ITB. 2014. *Tafsir Salman*. (Bandung: Mizan Pustaka).  
Diakses pada tanggal 21 Juli 2022
- Widhiyanti. Tri, *Pemberian Back Message Durasi 60 Menit Dan 30 Menit Dalam Meningkatkan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa VI A Penjaskesrek FPOK IKIP Bali*, Jurnal: Pendidikan Kesehatan Rekreasi, Vol. 3, No. 1, Juni 2016
- Zaedi. Muhammad, *Karakteristik Tafsir Fi> Zjila>l Al-Qur'an*, Jurnal: Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir, Vol.1, No.1, Februari 2021
- Zinuddin, *Tafsir Takwil Dan Terjemah*, Jurnal: Al-Allam, Vol. 1, No. 1 Januari 2020

## **DAFTAR RIWAYAT HIDUP**

1. Nama Lengkap : Muna Chaira
2. Tempat/Tanggal Lahir : Ulee Ateung, 7 November 1999
3. Jenis Kelamin : Perempuan
4. Agama : Islam
5. Kebangsaan : Indonesia
6. Suku : Aceh
7. Nomor Induk Mahasiswa : 3032018014
8. Status Perkawinan : Belum Kawin
9. Pekerjaan : Mahasiswa
10. Alamat : Simpang Ulim, Kab. Aceh Timur
11. Nama Orang Tua
  - a. Ayah : M. Nur Daud
  - b. Ibu : Nuraini
  - c. Pekerjaan : Wiraswasta
  - d. Alamat : Simpang Ulim, Kab. Aceh Timur
12. Riwayat Pendidikan
  - a. SDN 1 Bantayan : Berijazah tahun 2012
  - b. MTsN 1 Simpang Ulim : Berijazah tahun 2015
  - c. SMAN 1 Simpang Ulim : Berijazah tahun 2018
  - d. IAIN Langsa : Tahun 2018-sekarang

Demikianlah daftar riwayat hidup ini saya perbuat dengan sebenarnya agar dapat kiranya dipergunakan seperlunya.

Langsa, 1 Agustus 2022

Penulis

**MUNA CHAIRA**