



Memahami Hadis Qailullah: Analisis Tekstual dan Kontekstual Atas Matan Qilū Fa-Inna Al-Syayāṭina Lā Taqīlu

Rayhan Arrasyid^{1*}, Yulia Rahmi²

¹⁻²Universitas Islam Negeri Sjech M. Djamil Djambek Bukittinggi, Indonesia

*Penulis korespondensi: rayhanarrasyid2410@gmail.com

Abstract. This research is focused on the hadith of the Prophet PBUH about qailullah, which is a short break during the day recommended by the Prophet PBUH. The hadith emphasizes the importance of qailullah through the use of fi'il amr (commandment) in matan, and mentions that leaving it resembles the devil. The purpose of this research is to examine the validity of the hadith and understand its content textually and contextually so that its relevance in modern life can be known. The research uses a qualitative approach with library research methods and tahlili analysis. The textual approach is carried out through linguistic analysis and ushul rules, while the contextual approach is through historical, sociological, anthropological, and physiological analysis. The results of the study show that textually, qailullah means activities that are stopped from various activities, both with sleep and not sleeping. The mention of Satan is understood as a symbol of evil or misfortune, not a direct resemblance to a person who does not do qailullah. Contextually, the recommendation is related to the condition of the Arab community which has a hot climate and needs rest in the middle of activities. Thus, qailullah can be understood as a form of balance in activities, which is relevant to maintain the health, focus, and productivity of modern society.

Keywords: Contextual Understanding; Hadith; Qailullah; Satan; Textual Comprehension.

Abstrak. Penelitian ini difokuskan pada hadis Rasulullah SAW tentang qailullah, yaitu istirahat sejenak di siang hari yang dianjurkan oleh Nabi SAW. Hadis tersebut menekankan pentingnya qailullah melalui penggunaan fi'il amr (perintah) dalam matan, serta menyebutkan bahwa meninggalkannya menyerupai setan. Tujuan penelitian ini adalah mengkaji validitas hadis tersebut serta memahami kandungannya secara tekstual dan kontekstual agar relevansinya dalam kehidupan modern dapat diketahui. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode kepastakaan (*library research*) serta analisis *tahlili*. Pendekatan tekstual dilakukan melalui analisis kebahasaan dan kaidah ushul, sedangkan pendekatan kontekstual melalui analisis historis, sosiologis, antropologis, dan fisiologis. Hasil penelitian menunjukkan bahwa secara tekstual, qailullah berarti aktivitas yang terhenti dari berbagai kegiatan, baik dengan tidur maupun tidak tidur. Penyebutan setan dipahami sebagai simbol keburukan atau kemudharatan, bukan penyerupaan langsung terhadap orang yang tidak melakukan qailullah. Secara kontekstual, anjuran tersebut berkaitan dengan kondisi masyarakat Arab yang beriklim panas dan membutuhkan istirahat di tengah aktivitas. Dengan demikian, qailullah dapat dipahami sebagai bentuk keseimbangan dalam beraktivitas, yang relevan untuk menjaga kesehatan, fokus, dan produktivitas masyarakat modern.

Kata Kunci: Hadis; Pemahaman Kontekstual; Pemahaman Tekstual; Qailullah; Setan.

1. LATAR BELAKANG

Qailullah adalah tradisi tidur atau istirahat singkat pada siang hari (Irham Riad & Khadafi, 2023). Dalam kamus al-Munawir *qailullah* berarti tidur ditengah hari (Munawwir, 1997). (Munawwir, 1997) *Qailullah* juga dapat diartikan tidur sebentar pukul 12 siang, sebelum atau sesudah zuhur (Rahman & Ramli, 2018). Praktik *qailullah* bukanlah tidur panjang, melainkan istirahat singkat yang biasanya dilakukan 20-30 menit, yang bertujuan menyegarkan tubuh tanpa mengganggu pola sel dalam tubuh (Aini & Sumiati, 2025). Manfaat *qailullah* tersebut, ternyata selaras dengan temuan empiris di lapangan. Beragamnya penelitian yang menunjukkan bahwa istirahat siang yang teratur berdampak positif terhadap proses belajar anak. Hal ini selaras dengan diterapkannya praktik tidur siang di beberapa sekolah dasar

seperti, SDIT Cahaya Fikri Bontang, MIM boleharjo pacitan (Ameliani & Novianti, 2024), dan SD Satit Phatnawitya (Raina, 2024). Sekolah yang menerapkan *qailullah* mampu menciptakan lingkungan belajar yang lebih sehat dan seimbang. Tidak hanya pada pendidikan, *qailullah* juga memiliki manfaat yang besar bagi spiritual, kesehatan dan produktivitas. Studi ilmiah modern telah menunjukkan bahwa tidur siang dapat meningkatkan konsentrasi, memperbaiki mood, dan mengurangi kelelahan. (Ameliani & Novianti, 2024)

Anjuran *qailullah* terdapat dalam beberapa riwayat, sebagaimana hadis yang diriwayatkan oleh At-Thabrani:

حَدَّثَنَا أَحْمَدُ بْنُ عَبْدِ الْوَهَّابِ قَالَ: نا عَلِيُّ بْنُ عَيَّاشٍ الْحَمَصِيُّ قَالَ : نا مُعَاوِيَةُ بْنُ يَحْيَى الْأَطْرَابُلسِيُّ، عَنْ كَثِيرِ بْنِ مَرْوَانَ، عَنْ يَزِيدَ أَبِي خَالِدٍ الدَّالَانِيِّ، عَنْ إِسْحَاقَ بْنِ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ أَبِي طَلْحَةَ، عَنْ أَنَسِ بْنِ مَالِكٍ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ : قِيلُوا فَإِنَّ الشَّيْطَانَ لَا يَقِيلُ

Artinya: berkata telah menceritakan kepada kami 'Ali bin 'Ayyasy Al-Hamshi ia berkata telah menceritakan kepada kami Mu'awiyah bin Yahya Al-Athrabulsi dari Katsir bin Marwan dari Yazid abu Khalid Ad-Dalani dari Ishaq bin 'Abdullah bin Abi Thalhah dari Anas bin Malik ia berkata, Rasulullah SAW bersabda: Tidurlah kalian di waktu siang (*Qailullah*), karena sesungguhnya setan tidak tidur siang. (At-Thabrani, 1995)

Hadis di atas mengandung lafaz perintah قِيلُوا (berbentuk *fi'il amar*). Berdasarkan kaidah *ushul fiqh*, *Al-aslu fil amri lil wujub* (hukum asal perintah adalah wajib). (Hakim, 2007) Oleh karena itu, secara redaksional hadis ini tampak menegaskan bahwa *qailullah* merupakan aktifitas yang mesti dilakukan. Tidak hanya ditegaskan dengan *fi'il amar*, hadis di atas juga disandingkan dengan perilaku setan. Kata syaithan terambil dari akar kata *syathana* yang berarti jauh karena setan menjauh dari kebenaran atau menjauh dari rahmat Allah. Menurut Quraish Shihab setan merupakan jin dan manusia yang menyebabkan keburukan atau kejahatan, Kedua jenis itu dihimpun oleh sifat yang sama dan juga tugas yang sama, yaitu menyebarkan kedurhakaan dan perusakan di bumi. Bukan hanya pada golongan jin dan manusia saja tetapi apapun yang menyebabkan keburukan serta kejahatan dapat disebut dengan setan, seperti hewan, tumbuhan, serta penyakit (Shihab, 2017).

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini berfokus pada kajian tentang pemahaman hadis Nabi *inna syayāfīna lā taqīlū*. Fokus penelitian ini dirumuskan dalam pertanyaan, yaitu: *Bagaimana pemahaman terhadap hadis inna syayāfīna lā taqīlū?* Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji makna dan kandungan hadis berdasarkan penjelasan para ulama hadis sehingga dapat dipahami sesuai dengan konteksnya.

Beberapa penelitian sebelumnya telah membahas *qailullah*, namun masih terbatas pada aspek manfaat kesehatan atau implementasi di lembaga pendidikan. Penelitian yang dilakukan

oleh Muhammad Aenul Yaqin, 2015, Prodi Tafsir Hadis, Universitas Islam Negeri Wali Songo Semarang, “*Studi Kritis Hadis-hadis Qailullah*”.(Yaqin, 2015) Penelitian ini berfokus pada kritik sanad dan matan terkait hadis-hadis *Qailullah* tentang Anjuran *qailullah*, *qailullah* dihari jumat, dan *qailullah* di dalam masjid. Sedangkan tulisan ini fokus pada pembahasan hadis *inna syayathina la taqilu*. Selanjutnya penelitian dilakukan oleh Ahmad Jauhari, 2017, Prodi Ilmu Al-Qur’an dan Tafsir, Insitut Agama Islam Negeri Antasari, “*Pemahaman Hadis Tentang Qailullah*”(Jauhari, 2017). Penelitian ini berfokus pada pemahaman hadis-hadis *qailullah* tentang anjuran *qailullah* dan pertolongan berpuasa di siang hari, Rasulullah SAW pernah melakukan *qailullah*, dan hadis yang menerangkan para sahabat pernah melakukan *qailullah*. Sedangkan tulisan ini fokus pada pembahasan hadis *inna syayathina la taqilu*. Evayanti Alawiyah, 2023, Prodi Ilmu Hadis, Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya, “*Menajemen Tidur Dalam Hadis Sunan Abi Dawud*” (Alawiyah, 2021). Setelah peneliti menelaah skripsi tersebut, membahas kualitas hadis tentang menejemen tidur, dan membahas tentang kajian tematik tentang amalan-amalan sebelum tidur, serta relevansi terhadap ilmu kesehatan. Sedangkan tulisan ini fokus pada pembahasan hadis *inna syayathina la taqilu*.

Selanjutnya penelitian dilakukan oleh Nurjayati, 2019, Prodi Pendidikan Agama Islam, Universitas Muhammadiyah Ponorogo, “*Implementasi Qailullah Dalam Menanamkan Nilai Karakter Kedisipinan Pada Murid Mi Tahfizh Al-Furqan Ponorogo*” (Nurjayati, 2019). Setelah peneliti menelaah skripsi tersebut, membahas tentang penerapan *qailullah* dalam menanamkan kedisiplinan murid Mi Tahfizh Al-Furqan Ponorogo. Penelitian ini merupakan penelitian lapangan sehingga tidak fokus pada teori. Sedangkan tulisan ini fokus pada pembahasan hadis *inna syayathina la taqilu*. Dari penelusuran yang telah penulis lakukan, banyak peneliti yang membahas tentang *qailullah*, namun sejauh penelusuran penulis, belum ada yang membahas terkait dengan hadis *inna syayatina la taqilu*, maka dari itu pada penelitian yang penulis lakukan terfokus pada hadis *inna syayatina la taqilu*. Pada penelitian ini peneliti akan membahas tentang pemahaman hadis *inna syayatina la taqilu*. Hal inilah yang membedakan penelitian ini dengan penelitian-penelitian sebelumnya.

Beberapa penelitian terdahulu tentang *qailullah* umumnya membahas manfaat tidur siang dari perspektif kesehatan, pola hidup Islami, atau mengkaji hadis-hadis tentang *qailullah* secara umum. Penelitian lain juga lebih banyak menitikberatkan pada aspek kualitas sanad atau menjelaskan kandungan hadis secara deskriptif tanpa menghubungkan analisis sanad dan matan secara komprehensif. Oleh karena itu, kajian yang secara khusus mengkaji hadis *Qīlū Fa Inna al-Syayātīna Lā Taqīlu* melalui analisis pemahamannya berdasarkan syarah para ulama hadis masih relatif terbatas. Berdasarkan kondisi tersebut, penelitian ini menempati posisi

sebagai pelengkap sekaligus pengembangan dari penelitian-penelitian sebelumnya. Penelitian ini mengkaji makna hadis dengan memperhatikan penjelasan para ulama serta konteks pemahamannya dalam kehidupan sehari-hari.

Oleh sebab itu, penelitian ini menawarkan Kebaruan (novelty) dengan menggabungkan pendekatan tekstual (kebahasaan dan kaidah usul fiqh) dan kontekstual (historis, sosiologis, antropologis, dan fisiologis) secara terpadu, serta menghubungkannya dengan realitas masyarakat modern. Dengan demikian, perlu diadakan kajian mendalam terhadap makna hadis Rasulullah SAW *Qīlū Fa Inna al-Syayāṭīna Lā Taqīlu*, mengingat hadis merupakan sumber hukum Islam yang mesti diamalkan selama hadis tersebut *maqbul*. Hal tersebutlah yang mendorong penulis untuk melakukan kajian terhadap kandungan makna yang tidak bisa dipahami secara teks saja pada hadis di atas. Permasalahan yang ada pada masa sekarang dan pada hadis yang penulis angkat sangat menarik untuk dilakukan pengkajian ulang.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kepustakaan (*library research*) dengan pendekatan kualitatif. Penelitian berfokus pada kajian hadis menggunakan metode *tahlili* untuk memahami kandungan hadis "Inna asy-syayathina la taqilu" melalui analisis yang mendalam terhadap makna, konteks, dan relevansinya. Sumber data penelitian terdiri atas sumber data primer dan sekunder. Sumber data primer meliputi kitab-kitab hadis dan syarah hadis, seperti *Al-Mu'jam al-Awsath* karya Ath-Thabrani, *Thibb an-Nabawi*, serta kitab-kitab syarah lainnya, dengan dukungan aplikasi *Maktabah Syamilah* sebagai media penelusuran literatur. Adapun sumber data sekunder berupa buku-buku ilmu hadis, kamus bahasa Arab dan bahasa Indonesia, artikel ilmiah, jurnal, serta literatur lain yang berkaitan dengan tema penelitian.

Pengumpulan data dilakukan melalui studi dokumentasi dengan metode *takhrij* hadis, yaitu menelusuri hadis berdasarkan lafaz awal matan menggunakan kitab *Jami' Ash-Shaghir*, kemudian mengidentifikasi perawi, sahabat perawi, serta kualitas hadis. Data yang terkumpul dianalisis menggunakan metode deskriptif-analitis dengan pendekatan *tahlili*, yaitu menguraikan hadis secara sistematis melalui analisis kebahasaan, kaidah ushul fikih, *ta'wil*, serta mengkaji *asbabul wurud* dan hubungan antarriwayat. Selanjutnya, pemahaman hadis dianalisis secara tekstual dan kontekstual dengan mempertimbangkan aspek historis, sosiologis, antropologis, dan fisiologis sehingga diperoleh pemahaman yang komprehensif serta relevan dengan kondisi masyarakat masa kini.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hadis *qailullah* diriwayatkan oleh al-Thabrani dalam Mu'jam al-Awsat, serta memiliki jalur riwayat lain dalam Sunan Ibnu Majah dan al-Adab al-Mufrad karya al-Bukhari. Para ulama hadis seperti al-Nawawi dan Ibnu Hajar al-'Asqalani menyatakan bahwa sanad hadis ini memiliki kelemahan pada salah satu perawinya, namun karena didukung oleh jalur riwayat lain yang semakna, hadis ini berstatus hasan lighairihi (hasan karena penguatnya). Muhammad Nasrudin Al-Bani. Silsilah Al-Hadis As-Shahih. (Riyad: Maktabah Al-Mu'arafah, 1995). Dengan demikian, hadis ini layak dijadikan sebagai landasan argumentasi, terutama dalam ranah anjuran (al-Irtisyad) bukan kewajiban (al-Ijab). Fokus utama penelitian ini bukan pada otentitas sanad, melainkan pada pemahaman mendalam terhadap kandungan matan hadis.

Pemahaman Tekstual hadis

Makna Qailullah dalam Perspektif Kebahasaan

Qailullah adalah Istirahat siang singkat ditengah hari. (Yunus, 2010) *qailullah* tidak sekedar dipandang sebagai kebiasaan tubuh, tetapi untuk membantu seseorang menjaga kebugaran tubuh dan semangat untuk beribadah di malam hari. Sebagaimana yang disampaikan oleh Ibnu Umar, *qailullah* membantu seseorang untuk melaksanakan shalat malam (Al-Shan'ani, 1991).

Menurut al-Shan'ani *qailullah* adalah istirahat pada pertengahan siang walaupun tidak tidur. (Al-Shan'ani, 1991) Al-Syarbini Al-Khatib mengatakan bahwa *qailullah* adalah tidur sebelum zawal (waktu zuhur). Syekh Muhammad Syarbini Al-Khatib, Mugni Al-Muhtaj, Juz. 3 (Beirut: Dar al Kutub al-'allmiyyah: Dar Al-Kotob Al-Ilmiyah, 2000). Sedangkan al-Minawi mengutip dari pendapat al-Jawhari mengatakan bahwa *qailullah* adalah tidur di pertengahan siang ketika *zawal* atau mendekati waktu *zawal* sebelum atau sesudahnya (zhahirah) (Al-Minawi, 1996). Dapat disimpulkan bahwa *qailullah* memiliki makna yaitu, istirahat yang dilakukan pada siang hari sebelum atau sesudah zuhur, baik dilakukan dengan tidur maupun tidak tidur.

Secara umum *qailullah* berarti istirahat atau tidur dipertengahan siang ketika cuaca sangat panas. Dalam kitab lisan al-'Araby mengatakan bahwa *qailullah* tidak selalu bermakna tidur, tetapi juga bermakna beristirahat pada waktu siang hari walaupun tanpa tidur. Kata *qailullah* dapat dikaitkan dengan kata *maqil*, yang mana *maqil* berarti tempat istirahat. Sebagaimana firman Allah SWT pada surat al-Furqan ayat 24, yang artinya: penghuni-penghuni surga pada hari itu paling baik tempat tinggalnya dan paling indah tempat istirahatnya. Ayat tersebut menggunakan kalimat *maqil* yang berarti tempat istirahat. Menurut orang Arab *qailullah* adalah istirahat di siang hari saat cuaca panas, walaupun tidak tidur.

Dalilnya ialah bahwa disurga tidak ada tidur, dan pada firman Allah tersebut menggunakan kata *maqil* yang berarti tempat istirahat untuk penghuni surga (Manzur, 2003). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa *qailullah* merupakan istirahat siang yang dilakukan dengan tidur maupun tanpa tidur. Pemaknaan dalam hadis *qailullah*, adalah bukan berarti setan istirahat ataupun tidak istirahat sebagaimana manusia, melainkan sebagai bentuk anjuran dan motivasi agar seseorang memperoleh tenaga untuk beribadah, terutama pada bangun malam melaksanakan *qiyamul lail*. Setan selalu berusaha melemahkan manusia dari ketaatan, sedangkan *qailullah* membantu manusia lebih kuat dalam menjalankan ibadah.

Makna Al-Syayatin dan Fungsinya dalam Teks

Defenisi setan diatas dapat disimpulkan bahwa setan merupakan suatu hal yang dapat menyebabkan kepada keburukan. Anjuran istirahat siang merupakan anjuran kebaikan yang dilakukan setelah melakukan aktifitas-aktifitas berat. Orang-orang Arab memiliki iklim yang panas serta tuntutan pekerjaan yang berat seperti mengembala hewan ternak, Petani dan Pedagang (Haris, 2006). Dikaitkan dengan setan, menunjukkan adanya efek buruk yang akan timbul, bagi seseorang yang memiliki tuntutan pekerjaan yang berat seperti kelelahan, stres dan tidak fokus untuk menjalankan ibadah. Hal ini berlaku bagi masyarakat sekarang yang memiliki tuntutan pekerjaan yang berat, dan menimbulkan efek buruk ketika tidak beristirahat.

Analisis Bentuk Perintah (Amr) dalam Hadis

Kajian *Ushul Fiqh*, hal ini disebut dengan *amr lil irsyad*, yaitu perintah yang memberi petunjuk atau manfaat bagi manusia (Fahimah, 2018). *Qailullah* memiliki banyak manfaat, baik bagi tubuh maupun ibadah. *qailullah* dapat membantu tubuh jadi lebih segar, mengurangi rasa lelah, dan membantu seseorang lebih kuat beribadah pada malam hari. Tidak hanya memerintahkan *qailullah*, hadis tersebut juga menjelaskan alasannya, yaitu: karena setan tidak melakukan *qailullah* (tidur siang). Ini menunjukkan anjuran agar manusia memiliki kebiasaan yang baik dan tidak menyerupai sifat setan. Jumhur ulama mengatakan bahwa penyerupaan dengan setan tidak selalu menunjukkan keharaman, karena mereka berdalil dengan hadis:

أخبرنا النبي صلى الله عليه وسلم بأن المجلس بين الظل والشمس مجلس الشيطان

Artinya: telah mengabarkan kepada kami, Rasulullah SAW bersabda: duduk diantara tempat teduh dan tempat terkena matahari adalah tempat duduk setan. (Muhammad, 1995) Demikian juga dengan hadis yang diriwayatkan oleh Ibnu Majah:

وليعط بيمينه، فإن الشيطان يأكل بشماله ويشرب بشماله ويعطي بشماله

Artinya: hendaklah memberi dengan tangan kananya, karena setan makan dengan tangan kirinya, minum dengan tangan kirinya, dan memberi dengan tangan kirinya. (Muhammad, 1995)

Meskipun hadis tersebut menggunakan perintah *amar* dan menyebutkan perbedaan antara kebiasaan manusia dan setan, para ulama tidak mengatakan hukum tersebut adalah wajib. Mereka sepakat bahwa penyebutan setan dalam suatu matan hadis tidak otomatis menjadikan perintah didalamnya bermakna wajib (Muhammad, 1995).

Pemahaman Kontekstual Hadis *Qailullah*

Analisis Histori

Secara historis *qailullah* memiliki hubungan dengan pola ibadah kaum muslim pada generasi awal. Para sahabat dan tabi'in memiliki keinginan untuk beribadah yang tinggi terutama *qiyamul lail*. Oleh sebab itu istirahat siang menjadi sarana untuk menjaga kekuatan fisik agar mampu menjalankan aktifitas ibadah malam secara optimal. (Rahman & Ramli, 2018) Sebagaimana hadis yang diriwayatkan oleh Ibnu Majah:

عَنْ ابْنِ عَبَّاسٍ، عَنِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ ، قَالَ: "اسْتَعِينُوا بِطَعَامِ السَّحَرِ عَلَى صِيَامِ النَّهَارِ، وَبِالْقِيْلُولَةِ عَلَى قِيَامِ اللَّيْلِ.

Artinya: dari Ibnu 'Abbas, dari Nabi SAW bersabda: mintalah pertolongan dengan makan sahur untuk berpuasa disiang hari, dan dengan *qailullah* untuk melaksanakan *qiyam lail*. (Abu Abdullah Muhammad ibn Yazid ibn Majah, 2009)

Menurut Ibnu Manzhuri dalam *lisan al-Arab* menjelaskan bahwa *qailullah* tidak selalu identik dengan tidur. Menurut Ibnu Manzhuri *qailullah* bisa diartikan istirahat pada pertengahan siang meskipun seseorang tidak tidur. (Manzur, 2003) Hal ini menunjukkan bahwa makna *qailullah* pada masa Nabi SAW lebih luas dari pada sekedar tidur siang. Tradisi tersebut sudah dikenal oleh masyarakat Arab, dan menjadi kebiasaan yang bernilai ibadah dan memberi manfaat bagi kesehatan tubuh.

Analisis Sosiologis

Sosiologi disebut sebagai ilmu yang mempelajari hidup bersama dalam masyarakat dan menyelidiki ikatan-ikatan antara manusia yang menguasai hidupnya (Mahyudi, 2023). Dilihat dari sudut pandang sosiologis melihat hadis tentang setan tidak *qailullah* bisa dilihat sebagai refleksi dari norma sosial yang berkembang dalam masyarakat Islam. Masyarakat Arab pada masa Nabi SAW hidup dalam tuntutan pekerjaan yang berat sebagaimana hadis riwayat Imam Bukhari:

لَأَنْ يَأْخُذَ أَحَدُكُمْ حَبْلَهُ ، فَيَأْتِيَ بِحُزْمَةِ الْحَطَبِ عَلَى ظَهْرِهِ فَيَبِيعَهَا ، فَيَكْفَى اللَّهُ بِهَا وَجْهَهُ ، خَيْرٌ لَهُ مِنْ أَنْ يَسْأَلَ النَّاسَ ، أَعْطَوْهُ أَوْ مَنَعُوهُ.

Artinya: Sungguh jika salah seorang diantara kalian mengambil tali lalu pergi mencari kayu bakar kemudian memikulnya diatas punggungnya dan menjualnya sehingga Allah SWT menjaga kehormatannya, itu lebih baik baginya dari pada

meminta-minta kepada manusia.(Abu ‘Abdullah bin Muhammad bin Ismail Al-Bukhari, 1989)

Hadis tentang *qailullah* mencerminkan perhatian Islam terhadap keseimbangan antara kerja dan istirahat. Dalam kehidupan modern, manusia sering dihadapkan pada tuntutan pekerjaan yang berat, dan memperpanjang waktu kerja, dari hal tersebut biasanya terjadi penurunan produktivitas terkait kondisi kelelahan, kecelakaan kerja serta penyakit akibat kerja. Era Modern sekarang tuntutan pekerjaan seseorang semakin berat dan padat yang menyebabkan kelelahan seperti: petani, nelayan, penambang dan lain sebagainya (Latief, 2022).

Pekerjaan non fisik juga membutuhkan konsentrasi tinggi seperti: guru, dosen, sopir, serta pekerjaan kantor (Yulianti, 2024). Pekerjaan-pekerjaan tersebut memerlukan waktu, tenaga dan fokus yang tinggi, sehingga menimbulkan kelelahan, menurunnya daya fokus. Kondisi tersebut menjadikan *qailullah* sebagai salah satu sarana pemulihan energi. Tanpa adanya istirahat dalam pekerjaan yang berat memungkinkan terjadinya kemudharatan bagi seseorang. *Qailullah* tidak harus dipahami sebagai wajib bagi setiap orang, tetapi sebagai anjuran yang dapat disesuaikan dengan kebutuhan dan kondisi masing-masing individu. Dengan demikian *qailullah* dianjurkan bagi seseorang yang menghadapi aktifitas berat dan padat, yang akan menimbulkan kemudharatan jika tidak beristirahat.

Analisis Antropologis

Antropologi disebut sebagai ilmu tentang manusia khususnya tentang asal usul, aneka warna, bentuk fisik, adat istiadat, kebiasaan, dan kepercayaan pada masa lampau (Ismail, 2023). Dalam Perspektif Antropologi *qailullah* dapat dipahami sebagai praktek budaya yang lahir dengan sendirinya dari proses adaptasi masyarakat terhadap lingkungan tempat tinggal mereka, dikarenakan kondisi geografis masyarakat Arab yang ber iklim panas. Bagi masyarakat Arab kebiasaan istirahat siang dapat dianalisis sebagai salah satu bentuk adaptasi terhadap lingkungan mereka yang memiliki suhu tinggi, wilayah yang gersang, dan sumber air yang terbatas(Fakiha, 2024).

Qailullah dapat dipahami satu kebiasaan masyarakat yang memiliki manfaat bagi kehidupan. *Qailullah* dipandang sebagai perilaku yang baik yang mana setan tidak mengerjakannya, seperti yang sudah dijelaskan dipengertian di atas bahwa pengertian dari setan itu sendiri adalah suatu hal yang dapat menyebabkan kepada keburukan. Dari analisis budaya masyarakat Arab diatas menunjukkan mereka memiliki tuntutan pekerjaan yang berat. Yang mengharuskan untuk beristirahat dan dapat menyebabkan kemudharatan jika tidak beristirahat, seperti kelelahan dan kurangnya fokus dalam menjalankan ibadah.

Kesimpulannya adalah analisis Antropologis menunjukkan bahwa istirahat siang bukan sekedar anjuran untuk istirahat, melainkan bentuk hubungan antara manusia, lingkungan, dan budaya. Kebiasaan yang lahir sebagai bentuk adaptasi masyarakat Arab terhadap georafis jazirah arab yang panas. kemudian diterima oleh Islam karena sejalan dengan tujuan menjaga kesehatan, kekuatan fisik, dan kesiapan seseorang untuk menjalankan aktifitas ibadah. Oleh sebab itu hadis tentang *qailullah* tidak hanya dapat dipahami sebagai anjuran saja, tetapi juga sebagai bentuk kultur budaya yang memiliki manfaat bagi kehidupan manusia.

Analisis Fisiologis

Dilihat dari sudut pandang fisiologis, manusia memerlukan waktu istirahat setelah melakukan aktivitas yang berat. Salah satu bentuk istirahat yang dianjurkan adalah *qailullah*, yaitu tidur sejenak pada siang hari. *Qailullah* memberikan berbagai manfaat bagi kesehatan, seperti meningkatkan fungsi kognitif (daya ingat, perhatian, dan konsentrasi), mengurangi stres serta memperbaiki suasana hati, membantu pemulihan fisik dengan mengurangi kelelahan dan meningkatkan energi, serta berpotensi menurunkan risiko penyakit jantung melalui pengaruhnya terhadap tekanan darah dan kesehatan kardiovaskular (Fauzio, 2023).

Relevansi Hadis Qailullah dan Kehidupan Modren

Menurut analisis penulis, hadis tentang *qailullah*, sesungguhnya setan tidak *qailullah* merupakan sebuah anjuran dari Nabi Muhammad SAW. Dapat dipahami bahwa hadis tersebut menekankan untuk melakukan *qailullah* dalam situasi tertentu, dikarenakan dapat menyebabkan ketidak stabilan antara aktifitas dan istirahat. *Illat* atau alasan dari anjuran *qailullah* pada hadis ini adalah ditujukan kepada seseorang yang memiliki tuntutan pekerjaan yang berat serta memiliki dampak yang buruk terhadap kesehatan, kondisi fisik dan ibadah seseorang. Anjuran *qailullah* bisa dipahami sebagai upaya untuk menjaga kestabilan aktifitas. Pengaitan kata setan itu sendiri sebagai bentuk penekanan serta dampak yang buruk ketika dalam situasi tertentu tidak melakukannya.

Di era modren seperti sekarang, banyak masyarakat dihadapkan pada kondisi pekerjaan fisik yang berat ditambah kondisi cuaca yang panas, seperti: Petani, pedagang, nelayan, penambang, dan lain sebagainya. Tidak hanya pada pekerja yang mengandalkan fisik saja tetapi juga pekerjaan-pekerjaan yang non fisik membutuhkan konsentrasi yang tinggi seperti guru, sopir, pekerja kantor dan lainnya. Pekerjaan-pekerjaan tersebut sangat menguras tenaga yang memungkinkan tubuh memiliki efek buruk tanpa adanya istirahat, seperti: kelelahan, merusak mood, kurangnya fokus. Dengan tuntutan pekerjaan yang berat dan padat *qailullah* hadir sebagai sarana penyeimbang dan pemulihan energi. Oleh sebab itu *qailullah* sangat di anjurkan bagi seseorang yang memiliki pekerjaan yang berat, serta memungkinkan seseorang

mengalami kelelahan, kurang fokus dalam bekerja. Dengan kata lain hadis ini bersifat kondisional terkait pada *illat* yang ada pada hadis.

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan aspek pemahaman, hadis tentang qailullah dapat ditinjau secara tekstual dan kontekstual. Secara tekstual, qailullah dipahami sebagai anjuran untuk beristirahat pada pertengahan siang, baik dengan tidur sejenak maupun sekadar beristirahat, sedangkan perintah dalam hadis bersifat anjuran (*amr lil irsyad*), bukan kewajiban. Secara kontekstual, meskipun tidak memiliki asbabul wurud khusus, kebiasaan qailullah didukung oleh kondisi sosial, budaya, dan geografis masyarakat Arab yang bekerja di bawah cuaca panas sehingga memerlukan waktu istirahat. Dari sisi fisiologis, qailullah juga terbukti bermanfaat untuk memulihkan energi, meningkatkan konsentrasi, serta mengurangi kelelahan dan stres. Oleh karena itu, anjuran qailullah tetap relevan diterapkan pada masa kini sebagai upaya menjaga keseimbangan antara aktivitas, kesehatan, dan ibadah.

DAFTAR REFERENSI

- Abu ‘Abdullah bin Muhammad bin Ismail Al-Bukhari. (1989). *Al-Adab al-Mufrad*.
- Abu Abdullah Muhammad ibn Yazid ibn Majah. (2009). *Sunan Ibnu Majah*.
- Aini, Z. R., & Sumiati, E. (2025). Implementasi Program Qailullah dalam Membentuk Akhlak Siswa Di MIM Boleharjo Pacitan. *Jurnal Manajemen Pendidikan Islam*, 13(2), 303.
- Al-Khatib, S. M. S. (2000). *Mugni al-Muhtaj* (Juz. 3). Dar Al-Kotob Al-Ilmiyah.
- Al-Minawi, M. A. al-R. (1996). *Faydh al-Qadir Syarh al-Jami al-Shaghir min Ahadits al-Basyir al-Nadzir*.
- Al-Shan’ani, A.-I. M. bin I. al-A. al-Y. (1991). *Subul al-Salam Syarh Bulugh al-Maram*.
- Alawiyah, E. (2021). *Menajemen Tidur Dalam Hadis Sunan Abi Dawud*.
- Ameliani, M., & Novianti, N. (2024). Pembiasaan Program Qailullah Dalam Meningkatkan Disiplin Waktu Belajar di Era Digitalisasi Peserta Didik Kelas I SDIT Cahaya Fikri Bontang Tahun Pelajaran 2023/2024. *Jurnal Penelitian Pendidikan Islam*, 2(1).
- At-Thabrani, A. Q. S. bin A. (1995). *Mu’jam al-Awsath*.
- Fahimah, S. (2018). Kaidah-Kaidah Memahami Amr dan Nahy: Urgensitasnya dalam Memahami Alqur’an. *Al-Furqan*, 1(1), 1–13.
- Fakiha, R. A. (2024). Kondisi Geografis, Social Dan Karakteristik Bangsa Arab Pra-Islam: Telaah Histori Terhadap Pemikiran Jawwad Ali. *Jurnal of Islamic Educational Development*, 1(1), 43–45.
- Fauzio, R. (2023). Manfaat Tidur Siang Bagi Kesehatan Tubuh. *Jurnal Pandu Husada*, 4(3).
- Hakim, A. H. (2007). *As-Sulam*.

- Haris, A. (2006). Nabi Muhammad dan Reformasi Masyarakat Arab. *Jurnal Penelitian Sosial Keagamaan*, 21(2), 3–4.
- Irham Riad, & Khadafi, M. Z. (2023). Qailullah (tidur siang dalam Tradisi Sunnah: Manfaatnya Bagi Kesehatan dan Produktifitas. *Jurnal Regilion: Agama, Sosial Dan Budaya*, 2(6), 1303.
- Ismail, T. (2023). Pendekatan Antropologi dalam Studi Islam. *Jurnal Studi Islam*, 8(2), 142.
- Jauhari, A. (2017). *Pemahaman Hadis Tentang Qaylulah*.
- Latief, A. W. L. (2022). Faktor Yang Berhubungan dengan Kelelahan Kerja Pada Petani. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 4(1), 152.
- Mahyudi, D. (2023). Pendekatan Antropologi dan Sosiologi dalam Studi Islam. *Jurnal Pendidikan Bahasa Dan Sastra Arab*, 9(2), 117.
- Manzur, I. 'Alamah Ibnu. (2003). *Lisanul 'Arabi*.
- Muhammad, S. bin. (1995). *Syarah Bulughul Maram Bithariqah Sual wa Jawab*.
- Munawwir, A. W. (1997). *Al-Munawwir Kamus Arab-Indonesia*.
- Nurjayati. (2019). *Implementasi Qailullah Dalam Menanamkan Nilai Karakter Kedisipinan Pada Murid Mi Tahfizh Al-Furqan Ponorogo*.
- Rahman, N. H. A., & Ramli, F. Z. M. (2018). Spesifikasi Qailullah Menurut Perspektif Al-Quran dan Al-Sunnah. *Proceeding of The International Conference On Contemporary Issues in Al-Quran And Hadith*, 1(1).
- Raina. (2024). Implementasi Qailullah dalam Meningkatkan Kualitas Belajar Siswa Sd Kelas 1/1 Satit Phatnawitya, (Yala, Thailand). *Journal Of Social Science Research*, 4(2).
- Sihab, Q. (2017). *Setan Dalam Al-Qur'an*.
- Yaqin, M. A. (2015). *Studi Kritis Hadis-Hadis Qailullah*.
- Yulianti, L. (2024). Faktor Yang mempengaruhi kelelahan kerja pada guru SMK Sekolah Menengah Teknologi Industri (SMTI). *Jurnal Window of Public Health*, 5(2), 830–831.
- Yunus, M. (2010). *Kamus Arab-Indonesia*.