



The Virtue of Waking Up at Fajr According to Hadith

Keutamaan Bangun Di Waktu Fajar Menurut Hadis

Nadya Azzahra¹, Hasan Mud'is²

Department of Hadith, Faculty of Usuluddin

UIN Sunan Gunung Djati Bandung

nadyaazz11@gmail.com¹, hasanmudis@gmail.com²

Abstract

This study aims to discuss the virtues of getting up at dawn according to the hadith. This research method is a type of qualitative research with literature study through a hadith approach. The results and discussion of this study include some of the virtues of waking up at dawn which are virtues themselves are very good for the body. This study concludes that there are so many virtues of getting up at dawn that one of the virtues is that angels pray for people at dawn. This study recommends especially for Islamic religious instructors to be able to provide understanding to the Muslim audience about the virtues of getting up at dawn according to the hadith.

Keywords: Dawn, Dawn Time, Hadith

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk membahas keutamaan bangun di waktu fajar menurut hadis. Metode Penelitian ini termasuk jenis penelitian kualitatif dengan studi pustaka dengan melalui pendekatan hadis. Hasil dan pembahasan penelitian ini mencakup beberapa keutamaan bangun di waktu fajar yang keutamaan itu sendiri sangat bagus untuk tubuh. Penelitian ini menyimpulkan bahwa ada begitu banyak keutamaan bangun di waktu fajar yang salah satu keutamaannya adalah malaikat mendoakan orang di saat fajar. Penelitian ini merekomendasikan terutama bagi para penyuluh keagamaan Islam untuk dapat memberikan pemahaman kepada khalayak umat muslim mengenai tentang keutamaan bangun di waktu fajar menurut hadis.

Kata Kunci: Fajar, Hadis, Waktu Fajar



Pendahuluan

Kebiasaan bangun fajar (subuh) masih merupakan hal yang berat dilakukan bagi sebagian orang, apalagi jika cuaca sedang dingin atau hari hujan. Bagi sebagian orang lagi, bangun fajar (subuh) merupakan kebiasaan atau kebutuhan, banyak manfaat yang bisa diperoleh dari bangun lebih awal. Anda bisa berolahraga dan mendapatkan udara pagi yang lebih segar, atau anda bisa langsung melakukan aktifitas rutin sehari-hari. Bahkan ada pepatah yang mengatakan, orang sukses adalah mereka yang terbiasa bangun lebih awal.

Dalam Islam, bangun fajar (subuh) merupakan hal yang sangat dianjurkan dan memiliki banyak keutamaan. Dalam banyak ayat Al-Qur'an dan hadis Nabi Muhammad Salallahu wa'alaihi wa Salam, perintah untuk bangun subuh dan beribadah ditetapkan. Tidak hanya baik untuk jiwa, tetapi bangun pagi juga baik untuk kesehatan, karena udara di pagi hari yang masih bersih dan tidak tercemar baik untuk tubuh. Islam menganjurkan petunjuk bagi umatnya sejak lahir hingga meninggal. Salah satunya adalah tentang waktu terbaik untuk bangun. Setiap muslim di dunia harus bangun pada waktu fajar, karena shalat fajar harus dilaksanakan pada waktu itu. Al-Quran Surah Al-Isra Ayat 78 menganjurkan untuk bangun pagi, terutama saat fajar. "Jagalah shalat setelah matahari terbenam, hingga malam dan fajar (shalat tetap). Sesungguhnya (para malaikat) menyaksikan shalat fajar." Namun nyatanya, masih banyak orang yang tidak terbiasa untuk bangun subuh dengan berbagai alasan, padahal banyak keutamaan di dalamnya. Jadi, menurut hadis, apa manfaat bangun subuh? Menyikapi keadaan tersebut, pada artikel kali ini saya akan membahas tentang keutamaan bangun di waktu fajar menurut hadis.

Sejumlah penelitian yang telah dilakukan oleh para peneliti dalam tinjauan pustaka ini, antara lain Ana Khairiati (2017) judul "*Spirit Bangun Pagi Dalam Meningkatkan Etos Kerja*" Penerbit *Institut Agama Islam Negeri Palangka Raya*. Skripsi ini menggunakan pendekatan normatif teks Al-Qur'an dan hadis. Teknik pengumpulan data menggunakan metode observasi partisipan dan teknik kepustakaan. Analisis data dengan metode tafsir tematik dan deskriptif. Hasil dan pembahasan ini adalah waktu fajar merupakan waktu istimewa yang diasosiasikan sebagai simbol kegairahan, kesegaran dan semangat. Pagi hari sering dikaitkan dengan harapan dan optimisme, keberhasilan dan sukses. Sehingga dalam peradaban Barat-pun dikenal suatu pepatah yang berbunyi: "*The early bird catches the worm*" (Burung yang terbang di pagi harilah yang akan berhasil menangkap cacing) (Khairiati, 2017). Qomarus Zaman (2018) judul "*Terbit Fajar dan Waktu Subuh (Kajian Nash Syar'i dan Astronomi)*" Penerbit *Institut Agama Islam Negeri Kediri*. Skripsi ini menggunakan teknik kepustakaan. Pembahasan ini adalah kajian fenomena alam terbit dan terbitnya fajar sangat menarik bagi seluruh peradaban manusia sejak awal perkembangan Islam hingga milenium. Siapa yang tahu berapa lama waktu yang dibutuhkan manusia untuk menemukan dan mengungkap rahasia-rahasia Allah. Dan hikmah di balik fenomena alam ini (Zaman, 2018).

Kerangka berpikir penelitian ini disusun berdasarkan hasil-hasil penelitian terdahulu untuk mendukung temuan sebelumnya. Kerangka berpikir penelitian ini memandang perlu menegaskan kembali tentang penjelasan keutamaan bangun di



waktu fajar. Waktu fajar merupakan waktu istimewa yang diasosiasikan sebagai simbol kegairahan, kesegaran dan semangat (Khairiati, 2017). Dalam hal ini dapat dipahami bahwa data astronomis kaitannya dengan matahari yang terpenting adalah posisi matahari, terutama tinggi (*h*), atau jarak zenith (*bu'du as-sumti*), fenomena awal fajar (*morning twilight*), melewati meridian (*culmination*), matahari terbenam (*sunset*), dan akhir senja (*dusk*), yang semuanya berkaitan dengan posisi/kedudukan matahari (Raharto, 2001). Fenomena alam terbit dan terbitnya fajar sangat menarik bagi seluruh peradaban manusia sejak awal perkembangan Islam hingga milenium. Siapa yang tahu berapa lama waktu yang dibutuhkan manusia untuk menemukan dan mengungkap rahasia-rahasia Allah dan hikmah di balik fenomena alam ini (Zaman, 2018). Fajar berbeda dengan matahari terbit, yaitu saat sisi matahari mulai muncul di atas ufuk (Qusthalaani, 2018). Saat bangun tidur, manfaat dari menyebut nama Allah, yang biasanya kembali pada manfaat dzikir. Seperti yang dikatakan Ibn al-Qayyim, menyebut nama Allah dapat menghalau iblis, memicu kepuasan, menyuluh hati dan wajah, mengukuhkan diri, serta memperluas makanan (Jauziyah, 2006).

Berdasarkan paparan di atas, penelitian ini berusaha menyusun formula penelitian (Darmalaksana W. , Formula Penelitian Pengalaman Kelas Menulis, 2020), yaitu rumusan masalah atau hipotesis, pertanyaan penelitian, dan tujuan penelitian. Rumusan masalah atau hipotesis penelitian ini adalah terdapat syarah tentang keutamaan bangun di waktu fajar menurut hadis. Pertanyaan penelitian ini secara terperinci, yakni bagaimana pengertian waktu fajar, bagaimana syarah tentang hadis bangun di waktu fajar, dan terakhir bagaimana keutamaan bangun di waktu fajar. Penelitian ini bertujuan untuk membahas syarah tentang hadis bangun di waktu fajar. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat dan kegunaan khususnya bagi pengayaan khazanah pengetahuan Islam.

Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian jenis kualitatif dengan menerapkan studi pustaka dan studi lapangan (Darmalaksana W. , 2020). Penelitian dilaksanakan dengan menghimpun sumber-sumber pustaka, baik primer maupun sekunder. Setelah terhimpun sumber-sumber pustaka dikategorikan sesuai pertanyaan-pertanyaan penelitian. Setelah dikategorikan, peneliti melakukan pengambilan data dari sumber pustaka. Data-data tersebut ditampilkan sebagai temuan penelitian. Data yang telah ditampilkan kemudian di abstraksikan yang bertujuan menghasilkan informasi atau pengetahuan. Peneliti ini menggunakan studi pustaka dengan menggunakan metode pendekatan studi kasus (Darmalaksana, 2020).

Hasil Penelitian dan Pembahasan

Hasil penelitian dan pembahasan di bawah ini:

1. Sekilas Tentang Waktu Fajar

Fajar adalah keadaan cahaya merah di langit timur sebelum matahari terbit di siang hari. Tanda fajar adalah cahaya terang yang memancar secara horizontal di ufuk. Indikasinya adalah sinar matahari lemah dan matahari sendiri masih di bawah ufuk.



Klasifikasi fajar/senja dibagi menjadi tiga waktu, yang bergantung pada sudut kedalaman matahari di bawah ufuk. Pertama, sipil fajar/senja: Waktu ketika pusat geometris matahari berada 6 derajat di bawah ufuk pada sudut kedalaman/ketinggian sampai matahari terbit atau 0,5 derajat di bawah cakrawala, dan sebaliknya. Keistimewaan sipil fajar/senja adalah hamburan sinar matahari yang cukup kuat (walaupun matahari belum terbit), sehingga mudah untuk membedakan benda-benda luar di sekitar kita tanpa menggunakan lampu. Dalam kondisi cuaca cerah, batas antara cakrawala dan awan di sekitarnya di pantai terlihat jelas. Demikian juga, Venus masih terlihat secara visual.

Kedua, fajar/senja nautikal: Pusat geometris matahari adalah waktu fajar pada sudut kedalaman/ketinggian 12 derajat di bawah ufuk hingga 6 derajat ufuk, dan sebaliknya. Langit masih begitu gelap atau redup sehingga batas cakrawala dan awan di pantai tidak dapat terlihat dengan jelas. Demikian pula objek luar di sekitar kita tidak bisa dibedakan dengan jelas.

Ketiga, astronomi fajar/senja: Waktu fajar ketika pusat geometris matahari berada pada sudut kedalaman/elevasi dari 18 derajat di bawah ufuk hingga 12 derajat di bawah ufuk, dan sebaliknya. Langit sudah sangat gelap, sehingga benda-benda luar di sekitar kita tidak bisa dibedakan kecuali mata beradaptasi cukup lama dalam kegelapan. Polusi cahaya yang disebabkan oleh lampu kota dapat menyebabkan langit menjadi lebih terang dari biasanya. Fajar berbeda dengan matahari terbit, yaitu saat sisi matahari mulai muncul di atas ufuk (Qusthalaani, 2018).

Morning twilight atau waktu fajar dirumuskan seperti durasi yang dimulai apabila tempat mentari duduk berada di bawah falak, akan tetapi sinar mentari mulai disebarkan oleh udara tanah hingga kini mentari terbit (Herdiwijaya, 2017).

2. Hadis Tentang Bangun di Waktu Fajar

Dari Abu Hurairah *radhiyallahu 'anhu*, Nabi *shallallahu 'alaihi wa sallam* bersabda (Bassam, 2019).

عَقَدَ الشَّيْطَانُ عَلَى قَافِيَةِ رَأْسِ أَحَدِكُمْ إِذَا هُوَ نَامَ ثَلَاثَ عُقَدٍ ، يَضْرِبُ كُلَّ عُقْدَةٍ عَلَيْكَ لَيْلٌ طَوِيلٌ فَارْقُدْ ، فَإِنِ اسْتَيْقَظَ فَذَكَرَ اللَّهَ انْحَلَّتْ عُقْدَةٌ ، فَإِنِ تَوَضَّأَ انْحَلَّتْ عُقْدَةٌ ، فَإِنِ صَلَّى انْحَلَّتْ عُقْدَةٌ فَأَصْبَحَ نَشِيطًا طَيِّبَ النَّفْسِ ، وَإِلَّا أَصْبَحَ خَبِيثَ النَّفْسِ كَسَلَانَ

“Setan telah mengikat tiga simpul di salah satu leher Anda (tengkuk). Dalam setiap belunggu, iblis akan berkata: "Malam ini panjang, tidur! “Jika dia bangun dan berdzikir karena Allah, lepaskan satu ikatan. Kemudian, jika dia mandi, lepaskan simpul yang lain. Kemudian ketika dia berdoa, kendurkan ikatan terakhir. Dia akan sangat bersemangat dan sangat bersemangat ketika dia mendapat bangun di pagi hari. Bahagia. Jika dia tak memenuhi ini, maka dia tak akan bahagia dan jadilah enggan bekerja” (HR Buhari No. 1142 dan Muslim No. 776).

Ketika seseorang tidur, Setan akan mengikatkan simpul di lehernya. Perbudakan semacam ini seperti sihir yang digunakan iblis untuk mencegah seseorang bangun di malam hari. Karena hubungan ini, Setan terus membisikkan atau membujuk orang yang tidur untuk terus tidur, dengan mengatakan “malam masih panjang.” Jadi adakah

cara untuk menyingkirkan tiga belunggu yang terus-menerus merayunya dan membuatnya tetap terjaga di malam hari? Nabi Shallallahu 'alaihi wa sallam memberikan solusinya: 1) Bangun dan menyebut nama Allah; 2) Lanjut dengan wudhu; dan 3) Doa. Saat bangun tidur, manfaat dari menyebut nama Allah, yang biasanya kembali pada manfaat dzikir. Seperti yang dikatakan Ibn al-Qayyim, menyebut nama Allah dapat menghalau iblis, memicu kepuasan, menyuluh hati dan wajah, mengukuhkan diri, serta memperluas makanan (Jauziyah, 2006).

Di antara menyebut nama Allah yang bisa dibaca setelah bangun tidur adalah sebagai berikut ini:

الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي أَحْيَانَا بَعْدَ مَا أَمَاتَنَا وَإِلَيْهِ النُّشُورُ

“*Alhamdulillahilladzi ahyanaa bada maa amaataana wa ilaihin nushur*” [arti: Puji bagi Allah, Dia yang membangunkan kami setelah menidurkan kami dan kami dibangkitkan] (HR. Bukhari no. 6325).

Atau bisa pula membaca dzikir berikut:

الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي عَافَانِي فِي جَسَدِي، وَرَدَّ عَلَيَّ رُوحِي، وَأَذِنَ لِي بِذِكْرِهِ

“*Alhamdulillahilladzi afaaniy fii jasadiy, wa rodha alayya ruhiy, wa adzina lii bi dzikrih*” [arti: Puji bagi Allah, Dia membuat tubuhku sehat, memulihkan semangatku, dan mengizinkanku untuk berdoa kepadanya] (HR. Tirmidzi No. 3401. Hasan menurut Syekh Al-Abani).

Mengenai shalat malam sendiri merupakan kebiasaan yang baik bagi orang yang beriman, karena akhir malam adalah saat Allah mendekati hambanya (Al-Ammar, 2009).

Dari ‘Amr bin ‘Abasah, ia pernah mendengar Nabi shallallahu ‘alaihi wa sallam bersabda.

أَقْرَبُ مَا يَكُونُ الرَّبُّ مِنَ الْعَبْدِ فِي جَوْفِ اللَّيْلِ الْآخِرِ فَإِنْ اسْتَطَعْتَ أَنْ تَكُونَ مِمَّنْ يَذْكُرُ اللَّهَ فِي تِلْكَ السَّاعَةِ فَكُنْ

“*Waktu hamba bersama Allah adalah di tengah malam tadi malam. Siapa yang bisa menjadi bagian dari orang yang mengingat Allah saat itu, maka lakukanlah*” (HR. Tirmidzi No. 3579. Sahih menurut Syekh Al-Albani).

Mengenai mereka yang enggan bangun subuh masih terjalin oleh ketiga kendala tersebut. Dia telah dibisikkan oleh iblis, jadi dia tidak bisa bangun. Di akhir hadis disebutkan bahwa orang yang bangun dan terbebas dari tiga ikatan setan akan menjadi segar dan sehat di pagi hari. Jika ketiga kunci ini tidak dibuka, Anda jadi enggan bekerja dan bisa virulen di pagi hari. Hendaknya kita beri sugesti tubuh kita untuk tetap terbangun di waktu fajar. Hendak kita semua menjadi orang yang begitu banyak memperoleh keberkahan serta keutamaan melalui doa-doa Nabi Shallallahu 'alaihi wa sallam.

اللَّهُمَّ بَارِكْ لِأُمَّتِي فِي بُكُورِهَا



“Ya Allah, berkahilah umatku di waktu paginya” (HR. Abu Daud No. 2606, Tirmidzi No. 1212 dan Ibnu Majah No. 2236. Syaikh Al-Albani mengatakan bahwa hadis ini shahih).

3. Keutamaan Bangun di Waktu Fajar Menurut Hadis

Islam sangat menganjurkan kita untuk bangun fajar karena memiliki banyak keutamaan. Perintah untuk bangun dan beribadah pada waktu subuh (fajar) telah tercantum dalam berbagai ayat Al-Qur'an dan dalam Hadis Nabi Muhammad Salallahu wa'alaihi wa Salam. Tidak hanya baik untuk jiwa, tetapi bangun pagi juga baik untuk kesehatan, karena udara di pagi hari yang masih bersih dan tidak tercemar baik untuk tubuh.

Sayangnya, masih banyak orang yang tidak terbiasa bangun subuh dengan berbagai alasan, padahal banyak keutamaan di dalamnya. Lalu apa saja manfaat bangun subuh dalam Islam. Pertama, malaikat berdoa untuk orang-orang saat fajar. Rasulullah bersabda: “Setiap pagi, dua malaikat turun. Satu orang berdoa: “Allah, berilah warisan tambahan kepada orang-orang yang menafkahkan hartanya. Malaikat lain berdoa: “Allah, menyebabkan kerusakan (kehancuran) pada harta (dibahilkannya) yang dia tahan” (Mutafaun'alaih).

Kedua, bangun subuh dan berdoa akan membuat Anda bersemangat dan bahagia. Nabi berkata: "Setan mengikat tiga simpul di leher (tengkuk) salah satu dari kalian. Dalam setiap belunggu, iblis akan berkata: "Malam masih panjang, tidur! “Jika dia bangun dan berdzikir karena Allah, lepaskan satu ikatan. Kemudian, jika dia mandi, lepaskan simpul yang lain. Kemudian ketika dia berdoa, kendurkan ikatan terakhir. Dia akan sangat bersemangat dan sangat bersemangat ketika dia bangun. di pagi hari. Bahagia. Jika dia tidak melakukan ini, dia akan tidak bahagia dan menjadi malas” (HR Buhari No. 1142 dan Muslim No. 776).

Ketiga, waktu dibukanya pintu rezeki. Ketika Rasulullah pulang dari shalat subuh dari Masjid Nabawi dan mendapati putrinya bernama Fatimah masih dalam kondisi tidur. Maka beliau bersabda: “Wahai anakku, bangunlah, saksikan rezeki Tuhan-mu dan janganlah kamu termasuk orang yang lalai, Karena Allah memberi rezeki kepada hamba-Nya antara terbit fajar dengan terbit matahari” (H.R. Imam Ahmad Dan Al-Baihaqi).

Keempat, mendapatkan ampunan dari segala dosa. Rasulullah bersabda, “Siapa saja yang memasuki pagi hari, ia tidak berniat mendzalimi seseorang, maka diampuni baginya terhadap segala dosa. Dan siapa saja yang memasuki pagi hari berniat menolong orang yang teraniaya dan memenuhi keperluan orang Islam, maka baginya pahala seperti pahala Haji mabrur” (Hadis dikutip dalam kitab Nashoihul ‘Ibad, karya Syaikh Nawawi).

Kelima, mendapatkan berkah dari Allah. Rasulullah bersabda, “Keberkahan bagi umatku mengalir di waktu pagi buta mereka” (HR Ath-Thabrani dalam Al-Ausath) dan “Dua rakaat shalat subuh itu lebih baik dari dunia beserta isinya” (HR Muslim-Ahmad).

Kesimpulan



Kebiasaan bangun fajar (subuh) masih merupakan hal yang berat dilakukan bagi sebagian orang. Namun, bangun di waktu fajar merupakan hal yang sangat dianjurkan dan memiliki banyak keutamaan. Salah satu keutamaan bangun di waktu fajar adalah malaikat mendoakan orang di saat fajar. Untuk itu supaya bisa mendapatkan doa dari malaikat, alangkah baiknya kita bangun di waktu fajar. Penelitian ini diharapkan memiliki implikasi manfaat sebagai khazanah pengetahuan bagi khalayak umat muslim. Penelitian ini disadari memiliki keterbatasan khususnya dalam penyajian hadis yang berkaitan tentang keutamaan bangun di waktu fajar dan syarah mengenai hadis tersebut sehingga dibutuhkan penelitian lebih lanjut secara lebih komprehensif, integral, dan mendalam. Penelitian ini merekomendasikan terutama bagi para penyuluh keagamaan Islam untuk dapat memberikan pemahaman kepada khalayak umat muslim mengenai syarah tentang hadis keutamaan bangun di waktu fajar.

Daftar Pustaka

- Al-Ammar, R. A.-F. (2009). *Kunuz Riyadhhis Sholihin*. Dar Kunuz Isybilyaa.
- Bassam, A. b. (2019). *Syarah Hadis Pilihan Bukhari-Muslim*. Darul Falah.
- Darmalaksana, W. (2020). Formula Penelitian Pengalaman Kelas Menulis. *Kelas Menulis UIN Sunan Gunung Djati Bandung*, 1-8.
- Darmalaksana, W. (2020). Metode Penelitian Kualitatif Studi Pustaka dan Studi Lapangan. *Pre-Print Digital Library UIN Sunan Gunung Djati Bandung*.
- Darmalaksana, W. (2020). Penelitian Metode Syarah Hadis Pendekatan Kontemporer: Sebuah Panduan Skripsi, Tesis, dan Disertasi. *Dirayah: Jurnal Studi Ilmu Hadis*, 59-68.
- Herdiwijaya, D. (2017). Waktu Subuh: Tinjauan Pengamatan Astronomi. *Tarjih: Jurnal Tarjih dan Pengembangan Pemikiran Islam*, 51-64.
- Jauziyah, I. Q. (2006). *Shahih Al Wabilush*. Dar Ibnul Jauzi.
- Khairiati, A. (2017). Spirit bangun pagi dalam meningkatkan etos kerja.
- Qusthalaani, I. (2018). Kajian Fajar dan Syafaq Perspektif Fikih dan Astronomi. 1-16.
- Raharto, M. (2001). Posisi Matahari untuk Penentuan Awal Waktu Salat dan Bayangan Arah Kiblat. *Workshop Nasional Mengkaji Ulang Penentuan Awal Waktu Salat & Arah Kiblat*, 8.
- Zaman, Q. (2018). Terbit Fajar dan Waktu Subuh (Kajian Nash Syar'I dan Astronomi).