TIDUR DALAM AL-QUR'AN
(PERSPEKTIF PENDIDIKAN ISLAM)

OLEH

DINA NURHAYATI

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI

BANJARMASIN

2019

TIDUR DALAM AL-QUR'AN
(PERSPEKTIF PENDIDIKAN ISLAM)

Skripsi
Diajukan kepada Fakultas Tarbiyah dan Keguruan
Untuk Memenuhi Sebagian Syarat
Guna Mencapai Gelar Sarjana
Pendidikan

Oleh
Dina Nurhayati
NIM. 1501211364

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
JURUSAN PENDIDIKAN AGAMA ISLAM
BANJARMASIN
2019

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini

Nama	: Dina Nurhayati
NIM	: 1501211364
Tempat/Tgl. Lahir	: Kandangan, 30 Maret 1997
Jurusan	: Pendidikan Agama Islam
Fakultas	: Tarbiyah dan Keguruan

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya tulis ini benar-benar merupakan karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilalihan atau tulisan orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri. Jika di kemudian hari terbukti ia merupakan duplikat, tiruan, plagiat, atau dibuat oleh orang lain secara keseluruhan atau sebagian besar, maka skripsi dan gelar yang diperoleh karenanya batal demi hukum.

Banjarmasin, 13 September 2019

Yang membuat pernyataan

METERAI TEMPEL
60A16AHF003460643
6000
ENAM RIBU RUPIAH

Dina Nurhayati

PERSETUJUAN

Skripsi yang berjudul	:	Tidur Dalam Al-Qur'an (Perspektif Pendidikan Islam
Ditulis oleh	:	Dina Nurhayati
NIM	:	1401210525
Fakultas	:	Tarbiyah dan Keguruan
Program	:	Strata Satu (S-1)
Jurusan	:	Pendidikan Agama Islam
Tahun Akademik	:	2015
Tempat/Tgl. Lahir	:	Kandangan, 30 Maret 1997
Alamat	:	Jl Pelampitan rt 9 rw 1 kecamatan Muara Komam kabupaten Paser Kalimantan TImur

Setelah diteliti dan diadakan perbaikan seperlunya, kami dapat menyetujui untuk mempertahankan di depan Sidang Tim Penguji Skripsi Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Antasari Banjarmasin.

Banjarmasin, 01 Juli 2019

Pembimbing Bidang Konten dan Metodologi,	Pembimbing Bidang Bahasa dan Teknik Penulisan,
Prof. Dr. H. Kamrani Buseri, MA 195005251979021001	Dr. Hairul Hudaya, M. Ag 197510232006041003

Mengetahui
Ketua Jurusan Pendidikan Agama Islam
Fakultas Tarbiyah dan Keguruan
UIN Antasari Banjarmasin,

H. Surawardi, S. Ag, M.Ag.
NIP. 196801021998031002

PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul "Tidur Dalam Al-Qur'an (Perspektif Pendidikan Islam)" ditulis oleh Dina Nurhayati, telah diujikan dalam sidang Tim Penguji Skripsi Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Antasari Banjarmasin pada:

Hari : Selasa

Tanggal : 24 September 2019

Dinyatakan : LULUS

Nilai : 87, 5 (A)

Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan
UIN Antasari Banjarmasin

Prof. Dr. H. Juairiah, M.Pd.
NIP. 196001061986032004

TIM PENGUJI:

Nama	Tanda Tangan
1. Prof. Dr. H. Kamrani Buseri, M.A.	1.
2. Dr. Abdul Basir, M.Ag.	2.
3. Dr. Hairul Hudaya, M.Ag.	3.

ABSTRAK

Dina Nurhayati. 2018. *Tidur Dalam Al-Qur'an (Perspektif Pendidikan Islam).* Skripsi, Jurusan Pendidikan Agama Islam, Fakultas Tarbiyah dan Keguruan. Pembimbing: (I) Prof. Dr. H. Kamrani Buseri, MA. (II) Dr. Hairul Hudaya, M. Ag.

Berdasarkan latar belakang yang peneliti temukan, peneliti di sini melihat ada sebagian peserta didik yang mengantuk, bahkan ketiduran pada saat proses pembelajaran berlangsung. Sehingga peneliti ingin mengetahui penafsiran ayat-ayat al-Qur'an yang menjelaskan tentang tidur serta bagaimana perspektif pendidikan Islam memandang tidur itu sendiri, dengan merujuk pada buku-buku buku kesehatan, psikologi dan pendidikan Islam. Adapun tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui penafsiran ayat-ayat al-Quran yang berkaitan tentang tidur yang ditinjau dengan ilmu psikologi, dan kesehatan, dan mengetahui bagaimana perspektif pendidikan Islam memandang tidur itu sendiri, dengan merujuk pada buku-buku buku kesehatan, psikologi dan pendidikan Islam.

Penelitian ini adalah penelitian studi kepustakaan *(library research)*, dengan menjadikan bahan pustaka sebagai sumber penelitian. Proses penelitannya menerapkan metode tafsir tematik *(maudhu'i)* dengan bentuk penelitian yang bersifat *deskriptif kualitatif.* Data dan sumber data menggunakan ayat-ayat al-Qur'an tentang tidur dan tafsir ayat al-Qur'an tentang tidur, serta ditinjau dengan pendapat para ahli kesehatan, psikologi dan pendidikan.

Hasil penelitian ayat-ayat al-Qur'an tentang tidur penulis dapatkan beberapa konsep tidur dalam al-Qur'an, *pertama* tidur sebagai sarana istirahat; *kedua* tidur sebagai mati kecil; *ketiga* tidur sebagai tanda kekuasaan Allah; dan *keempat* tidur tidak berlaku bagi Allah Swt. Adapun tidur dalam perspektif pendidikan Islam merujuk pada Undang-Undang Republik Indonesia No. 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional adalah memandang tidur sebagai kebutuhan dasar yang sangat berpengaruh pada kesehatan biologis dan psikologis untuk menunjang proses pembelajaran.

KATA PERSEMBAHAN

Alhamdulillah…. Puji Syukur pada Sang Penolong, Maha Penyayang dan Maha segala-galanya, Allah SWT berkat izin dan karuniaNyalah sehingga Skripsi ini bisa terselesaikan Shalawat dan Salam selalu terucapkan pada kekasih-Nya Suri Tauladan Kita, Rasulullah SAW

Ku persembahkan karya tulis ini kepada:
Ayah – Bundaku (Bapak Muhammad Haryadi dan Ibu Mariati) Tercinta dan Tersayang, Terimakasih yang tak terhingga ananda ucapkan kepada kalian, berkat do'a, dukungan, serta nasehat-nasehat kalianlah, sehingga ananda dapat menyelesaikan skripsi ini, Tidak ada yang dapat membalas jasa kalian di dunia ini. Anakmu ini hanya bisa berdoa untuk kesehatan kalian, keberkahan umur kalian,keberkahan rizki kalian dan semoga Allah bahagiakan kalian di dunia dan akhirat… Aamiin

Dan....
Kupersembahkan untuk ketiga saudaraku tersayang:
Adikku Zainab, Nur Azizah dan Rahmah Fitriyyah, terimakasih atas dukungan kalian semua, suatu hari nanti saudaramu ini akan menjadi orang yang sukses yang mampu membimbing kita semua untuk mendapatkan kesuksesan di dunia dan di akherat.

Juga…
Kupersembahkan kepada semua abang-abangku **,** *saudaraku dan teman-temanku di Sanggar At-Ta'dib, Lingkar Studi Ilmu Sosial Kerakyatan (LSISK) dan Shorinji Kempo yang telah memberikan berbagai ilmu dan pengalaman yang menyenangkan hingga bermanfaat untuk bekal hidupku di masa yang akan datang….*

Serta…
Kupersembahkan kepada ka Jamilah, Dewi Sakti Handayani, dan Zainab terimakasih sudah memberikan motivasi, ilmu dan pengalamannya baik suka maupun duka yang kita alami saat bersama. kepada kaka Husaini yang telah memberikan ilmu, kritik, dan saran yang bermanfaat untuk penyelasaian skripsi ini

Ku ucapkan terimakasih atas segala bantuan, saran, kritik, dan motivasi dalam perjalananku menuju penyelesaian karya Ilmiah sederhana ini dan akhirnya Berkat pertolongan Allah jua Karya sederhana ini dapat diselesaikan…
Semoga Allah selalu memberikan kemudahan disetiap langkah kita…
Aamiin Yaa Rabbal 'Aalamin

MOTTO

Sesungguhnya dalam penciptaan langit dan bumi, dan silih bergantinya malam dan siang terdapat tanda-tanda bagi orang-orang yang berakal,

(Q.S. Ali Imran/3: 190)

\

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ

اَلْحَمْدُ للهِ رَبِّ الْعَالَمِيْنَ الصَّلاَةُ وَالسَّلاَمُ عَلَى اَشْرَفِ الْأَنْبِيَاءِ وَالْمُرْسَلِيْنَ وَعَلَى اَلِهِ وَصَحْبِهِ اَجْمَعِيْنَ,أَمَّابَعْدُ.

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah swt, yang telah melimpahkan rahmat dan pertolongan-Nya. Shalawat dan salam semoga tetap terlimpahkan kepada Nabi Muhammad SAW., yang telah menuntun manusia menuju jalan kebahagiaan di dunia dan akhirat.

Penyusunan skripsi ini merupakan kajian singkat tentang penjelasan tidur dalam ayat-ayat al-Qur'an serta dalam lingkup perspektif pendidikan Islam terhadap kebutuhan tidur dalam kehidupan sehari-hari. Penyusun menyadari bahwa penyusunan skripsi ini tidak akan terwujud tanpa adanya bantuan, bimbingan dan dorongan dari berbagai pihak. oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati pada kesempatan ini penyusun mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ibu Prof. Dr. H. Juairiah, M.Pd., selaku Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Antasari.
2. Bapak H. Surawardi, S.Ag, M.Ag dan Bapak M.Adli Nurul Ihsan, M.Pd,i selaku Ketua dan Sekretaris Jurusan Pendidikan Agama Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Antasari Banjarmasin.
3. Bapak Prof. Dr. H. Kamrani Buseri, M.A. selaku Pembimbing skripsi bidang Konten dan Metode Penelitian dan bapak Dr. Hairul Hudaya, S.Ag, selaku Pembimbing skripsi bidang Bahasa dan Teknik Penulisan yang telah banyak memberikan bimbingan dan arahan dalam penulisan skripsi ini.

4. Kepala dan staf Perpustakaan UIN Antasari Banjarmasin, Perpustakaan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Antasari yang telah memberikan layanan yang baik kepada penulis dalam mendapatkan buku-buku yang diperlukan.
5. Segenap Dosen dan Karyawan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Antasari Banjarmasin.
6. Kedua orang tua dan ketiga saudara laki-laki tercinta yang selalu mendukung dan memberikan motivasi dan pastinya selalu mendo'akan sehingga skripsi ini bisa selesai.
7. Teman-teman seperjuangan perkuliahan dalam membantu segala urusan di bangku perkuliahan (PAI '15), mereka yang tidak hanya sebagai teman seperjuangan biasa namun telah menjelma bagai keluarga yang telah banyak membantu dalam menyelesaikan skripsi, mereka adalah Anaa, Restu, Mba Mude, Fauziah, Hesty, Auliani, Rouf, Dewi SH, dan para sahabat pemberi do'a dari kejauhan sana.
8. Teman sekaligus saudara, Zainab, Ka Jamilah, dan Dewi Sakti Handayani.
9. Teman-teman seorganisasi Sanggar At-Ta'dib, Shorinji Kempo, dan Lingkar Studi Ilmu Sosial Kerakyatan (LSISK).
10. Teman-teman Qur'an Hadist G 2015.

Semoga Allah swt. melimpahkan rahmat dan karunia-Nya kepada mereka semuadan mencatat bagi mereka kebaikan dengan pahala yang berlipat ganda disisi-Nya.

Akhirnya, dengan mengharap ridha dan karunia-Nya semoga tulisan ini dapat bermanfaat dan menjadi amal ibadah disisi-Nya. Aaamiiin.

Banjarmasin, 08 Agustus 2019
Penyusun,

Dina Nurhayati
NIM.1501211364

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL..... i
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN..... ii
PERSETUJUAN..... iii
PENGESAHAN..... iv
ABSTRAK v
MOTTO..... vi
KATA PERSEMBAHAN..... vii
KATA PENGANTAR viii
DAFTAR ISI x
DAFTAR LAMPIRAN..... xii

BAB I PENDAHULUAN
A. Latar Belakang Masalah 1
B. Definisi Operasional..... 7
C. Rumusan Masalah 9
D. Tujuan Penelitian 10
E. Signifikansi Penelitian..... 11
F. Telaah Kepustakaan 11
G. Metode Penelitian 12
H. Sistematika Penulisan..... 15

BAB II TINJAUAN UMUM TENTANG TIDUR
A. Tidur Ditinjau Dari Ilmu Kesehatan..... 16
B. Tidur Ditinjau Dari Ilmu Psikologi 24

BAB III KONSEP TIDUR DALAM AL-QUR'AN
A. Ayat-ayat Al-Qur'an Tentang Tidur 28
B. Tafsir Ayat Al-Qur'an Tentang Tidur..... 31
1. Tidur Sebagai Sarana Istirahat 31
2. Tidur Sebagai Mati Kecil..... 40
3. Tidur Sebagai *Sunnatullah*/Tanda Kekuasaan Allah..... 51
4. Tidur Tidak Berlaku Bagi Allah..... 63

BAB IV ANALISIS PERSPEKTIF PENDIDIKAN ISLAM PADA AYAT TENTANG TIDUR DITINJAU DENGAN ILMU KESEHATAN DAN PSIKOLOGI
A. Tidur Sebagai Sarana Isitirahat (Analisis Pendidikan Islam, Kesehatan dan Psikologi) 75
B. Tidur Sebagai Mati Kecil (Analisis Pendidikan Tauhid Dan Psikologi Pendidikan..... 78
C. Tidur Sebagai *Sunnatullah*/Tanda Kekuasaan Allah (Analisis Penyerahan Diri dan Pola Tidur Siang) 81
D. Tidur Tidak Berlaku Bagi Allah (Analisis Pendidikan Islam 82

BAB V PENUTUP
A. Simpulan 84
B. Saran 85

DAFTAR PUSTAKA 86
LAMPIRAN 89
RIWAYAT HIDUP PENULIS

DAFTAR LAMPIRAN

1. DAFTAR TERJEMAH
2. DAFTAR TURUNNYA SURAH AL-QUR'AN
3. SURAT PENUNJUKAN PEMBIMBING
4. SURAT TELAH MELAKSANAKAN SEMINAR PROPOSAL SKRIPSI
5. SURAT PERUBAHAN JUDUL
6. SURAT IZIN RISET
7. SURAT SELESAI RISET
8. CATATAN SEMINAR DESAIN PROPOSAL SKRIPSI
9. CATATAN KONSULTASI BIMBINGAN SKRIPSI
10. DAFTAR RIWAYAT HIDUP PENULIS