

BERANTAS PUNGLI



Ayo Kita Berantas Pungutan Liar!
SEGERA LAPORKAN
SATGAS SABER PUNGLI KOTA PADANG
Pungli /s Dosa
Pungli /s Korupsi
Harus Kita Berantas

📞 08117180117

MAU PASANG IKLAN?

VISIT MINANGKABAU



Minang Halal Tourism
Minang

ALIANSI MEDIA ONLINE INDONESIA

AMOI
Aliansi Media Online Indonesia

LITERASI SEKOLAH

pb PASBANA.com

DUKUNG LITERASI SEKOLAH
Address www.pasbana.com
Sama Berkarya & Berprestasi

HRN
Hari Pers Nasional
Surabaya 2018

Home » Artikel » Inspirasi » "Istinsyaq dan Instintsar" dalam Wudhu' Sebagai Pencegahan Penyakit

"Istinsyaq dan Instintsar" dalam Wudhu' Sebagai Pencegahan Penyakit

Diposkan Oleh Admin On Saturday, July 14, 2018



Oleh: dr. Hardisman, MHID, PhD
Dosen Fakultas Kedokteran Unand, Ketua Program Pascasarjana Kesmas & Manajemen RS, email: hardisman@fk.unand.ac.id.

Salah satu yang juga disunnahkan oleh Rasulullah shalallahu alaihi wasallam dalam rangkaian kesucian menyempurnakan wudhu adalah melakukan istinsyaq dan istintsar. Istinsyaq adalah menghisap air dalam-dalam sampai ke pangkal hidung sehingga terasa air masuk kedalam hidung, sedangkan istintsar yaitu kelanjutan dari istinsyaq adalah mengeluarkan air dengan kuat dari hidung tersebut.

Sebagaimana dua hadits dari Laqith bin Shabirah yang artinya "Sempurnakanlah dalam berwudhu usaplah sela-sela jari dan beristinsyaqlah (isaplah air ke dalam hidung dalam-dalam) kecuali jika engkau sedang berpuasa" (HR Ahmad, Ibnu Majah, An-Nasal, dan At-Tirmidzi). Serta hadits dari Humran yang menyampaikan tentang Ustman radhiyallahu anhu yang menjelaskan bagaimana beliau berwudhu sesuai wudhunya Rasulullah shalallahu alaihi wasallam dengan membasuh kedua telapak tangannya tiga kali lalu berkumur dan istinsyaq (menghisap air dengan hidung) dan istintsar (menghembuskannya) (HR Muttafaun Alaihi). Bahkan Rasulullah shalallahu alaihi wasallam menekankan untuk melakukan istintsar setiap saat bangun tidur (HR Muttafaun alaihi).

Hadits-hadits tersebut menerangkan bahwa membersihkan hidung dengan melakukan istinsyaq dan istintsar merupakan bagian dari amalan dari ibadah wudhu, untuk kebersihan dan kesucian.

Tindakan istinsyaq dan istintsar bermanfaat untuk membersihkan hidung dari lendir dan kotoran-kotoran yang ada pada rongga hidung dan apa yang ada disepanjang salurannya. Hal ini dibuktikan dengan analisis Ilmu Kedokteran, dengan melihat anatomis dan fisiologis hidung dan saluran pernafasan hingga ke bagian pangkal hidung tersebut.

Pada Ilmu Kedokteran modern, tertama Ilmu Penyakit Telinga Hidung dan Tenggorok (THT) telah diakui sebagai salah satu prosedur untuk membersihkan hidung dan rongga sinus dengan melakukan irigasi saluran hidung (nasal irrigation atau nasal lavage). Kita dalam melakukan analisis terhadap nasal irrigation, tentang indikasi, manfaat, dan prosedurnya yang benar, sehingga dapat melihat analogi kesamaan dengan istinsyaq dan istintsar dalam sunnah.

Agar dapat memahami bagaimana nasal irrigation bekerja maka perlu diketahui bagaimana anatomis dari rongga hidung dan saluran pernafasan. Secara singkat saluran pernafasan bagian atas mulai dari hidung, rongga hidung sampai ke trakea (tenggorok) bagian atas.

Rongga hidung terhubung dengan beberapa rongga yang dibentuk oleh tulang yang disebut dengan sinus, dan berfungsi untuk mengatur suhu udara dan membantu proses suara. Pada rongga hidung bagian depan terdapat rambut yang berfungsi sebagai proteksi mekanis dengan menyaring partikel-partikel kecil seperti debu yang masuk kedalam saluran pernafasan. Pada lapisan rongga hidung sebelah dalam berbentuk selaput tipis yang disebut mukosa yang dibawahnya terdapat kelenjar menghasilkan sekret (cairan) mucus yang juga berfungsi sebagai pembersih udara yang masuk ke saluran pernafasan. Pada daerah ini juga terdapat kelenjar limfoid sebagai reservoir sel-sel imun yang berfungsi dalam memberikan pertahanan terhadap infeksi.

Jika terdapat reaksi alergi baik terhadap perubahan cuaca, debu, ataupun benda asing lainnya maka sekresi mukosa hidung akan meningkat. Begitu juga bila terjadinya infeksi, sekresi mukosa hidung akan meningkat hebat, dan akan disertai dengan kuman-kuman yang mati sehingga sekresi cairan dalam rongga hidung dapat mengental. Begitu juga halnya bila terjadi infeksi pada rongga-rongga sinus, maka sekresi cairannya akan mengalir ke rongga hidung.

Secara medis, nasal irrigation merupakan salah satu komponen tindakan pengobatan (terapeutik) pada saluran pernafasan atas dengan cara mencuci rongga hidung dengan cairan garam fisiologis. Tindakan nasal irrigation terbukti sangat membantu dalam proses penyembuhan dan mengurangi gejala penyumbatan dan sekresi pada hidung pada rhinosinusitis kronik. Selain itu juga memberikan manfaat pada rhinosinusitis alergi, rhinitis alergi, gejala penyumbatan pada infeksi virus ringan, dan gejala sumbatan pasca trauma.

Nasal irrigation tidak hanya memberikan penyembuhan yang cepat pada rhinosinusitis kronik tetapi juga mengurangi total pemakaian obat. Penelitian lain juga menyebutkan bahwa pada pengobatan rhinosinusitis yang dikombinasikan dengan nasal irrigation memperoleh perbaikan jauh lebih baik dibandingkan hanya dengan pengobatan standar saja. Berbagai studi tersebut menyebutkan tidak ada efek samping yang berarti dari tindakan ini. Bahkan efek samping ringan yang mungkin terjadi dapat dihindari dengan menyesuaikan konsentrasi garam fisiologisnya dan cara melakukannya.

Dengan memperhatikan manfaat dan mekanisme kerja nasal irrigation pada Ilmu Kedokteran, maka dapat dilihat juga manfaat istinsyaq dan istintsar. Nasal irrigation dengan menggunakan larutan garam steril dapat membantu pengobatan peradangan, maka istinsyaq dan istintsar dapat memberikan manfaat dalam pencegahan gangguan pada hidung dan saluran pernafasan tersebut. Melakukan istinsyaq dan istintsar perlu diperhatikan air yang bersih untuk melakukannya, hal ini adalah penerapan secara komprehensif syarat-syarat air yang dapat digunakan untuk berwudhu, yaitu air yang bersih (suci dan menyucikan). Mengamalkan istinsyaq dan istintsar merupakan satu kesatuan ibadah dalam wudhu yang segala syarat-syarat air dan lainnya harus dipenuhi.

Adanya kasus efek samping akibat memamsukkan air ke hidung menjadi peringatan untuk kewaspadaan, meskipun kasus yang ditemukan tidak dapat dikaitkan langsung secara bermakna dengan adanya istintsar dan istinsya.