

Hikmah Menyempurnakan Wudhu' Dalam Kesehatan

Pewarta : Redaksi - 12 June, 2018



dr. Hardisman, MHID, PhD

BeritaSumbang.com.-Ayat-ayat Al-Quran dan sunnah Rasulullah *shalallahu 'alaihi wasallam* banyak sekali yang menerangkan bagaimana pentingnya menjaga kesehatan dalam Islam, baik secara tegas (eksplisit) ataupun implisit. Berbagai upaya yang terkait dengan kesehatan dalam Islam termasuk menjaga makanan (QS Al-Baqarah [2]:168 dan 172) dan kebersihan (QS Al-Maidah [5]:6). Khususnya kebersihan fisik atau raga merupakan salah satu syarat dalam melaksanakan setiap ibadah. Sebagaimana hadits dari Abu malik Al-Asy'ari, Rasulullah *shalallahu 'alaihi wasallam* pernah bersabda "Ath-thahuru syahthru l iman" (Bersuci atau menjaga kebersihan itu adalah bahagian dari iman, HR Muslim).

Salah satu contoh nyata yang dapat dijadikan pelajaran dan diambil hikmahnya adalah adanya syari'at kewajiban wudhu' dalam setiap mengerjakan shalat. Sebagaimana sabda Rasulullah *shalallahu 'alaihi wasallam* bersabda bahwa tidak sah shalat seseorang bila ia tidak suci sampai ia mensucikan dirinya dengan berwudhu' (*Muttafaqun 'alaihi*). Wudhu' yang sempurna bukanlah sekedar membasahkan wajah, tangan, kepala, dan kaki,

namun, wudhu' adalah proses membersihkan anggota tubuh dari hadas kecil dan kotoran (najis) sehingga tubuh menjadi bersih secara zahir dan suci secara bathin.

Jika dilihat dengan lebih seksama tatacara bersuci dan berwudhu' serta anggota badan yang harus dibersihkan, maka akan dapat dilihat bagaimana ia dapat berperan dalam menjaga dan meningkatkan kesehatan. Jika dilihat semua dalil-dalil Al-Qur'an (terutama QS Al-Maidah [5]:6) dan hadits-hadits Rasulullah *shalallahu 'alaihi wasallam*, baik yang disepakati oleh ulama sebagai rukun wajib ataupun sunat, mulai dari membersihkan jari-jemari, gigi dan mulut, membersihkan hidung, wajah, tangan, rambut, telinga hingga membersihkan kaki.

Membersihkan Jari-Jemari Tangan

Mencuci telapak tangan dan jari-jemari sangatlah diperhatikan dalam Islam. Rasulullah *shalallahu 'alaihi wasallam* pernah bersabda bahwa mencuci tangan harus dilakukan sebelum melakukan ibadah dan kegiatan apapun, terutama saat bangun tidur karena seseorang tidaklah tahu ketika dalam tidurnya tangannya 'ada dimana' (*hadits muttafaqun 'alaihi*). Lebih spesifik lagi mencuci tangan merupakan bagian dalam syari'at wudhu'dengan menyempurnakannya dengan cara mencuci sela-sela jari. Sebagaimana sabda Rasulullah *shalallahu 'alaihi wasallam* dari Laqith Ibnu Shabirah dan juga dari Abdullah Ibnu Zaid *radhiyallahu anhum*a: "Sempurnakanlah dalam berwudhu usaplah sela-sela jari dan beristinsyaqlah (isaplah air ke dalam hidung dalam-dalam) kecuali jika engkau sedang berpuasa" (*hadits muttafaqun 'alaihi* juga HR An-Nasai, Abu Dawud, At-Tirmidzi dan lainnya).

Cara mencuci tangan yang diajarkan oleh Rasulullah *shalallahu 'alaihi wasallam* sebagaimana hadits tersebut dapat dijelaskan keutamaannya dan hikmahnya dengan Ilmu Kedokteran dan Kesehatan pada saat ini. Beliau mengajarkan bahwa mencuci tangan bukanlah sekedar membasahi tangan, namun menggosoknya hingga ke sela-sela jari-jemari. Cara cuci tangan dalam Ilmu Kedokteran saat ini, sebagaimana yang dikembangkan oleh organisasi kesehatan dunia (*World Health Organization: WHO*) dan Kementerian Kesehatan terutama yang diterapkan bagi petugas kesehatan yang berkontak dengan pasien sangat sesuai dengan apa yang diajarkan oleh Rasulullah *shalallahu 'alaihi wasallam* empat belas abad silam.

Dalam Ilmu Kedokteran tata cara cuci tangan ini mencakup lima, enam, atau tujuh langkah yang sempurna. Langkah-langkah tersebut meliputi mengusap dan mencuci kedua telapak tangan, mencuci sela-sela jari, ujung-ujung kuku dan pergelangan tangan. Cuci tangan yang benar, baik enam atau tujuh langkah, ataupun lima langkah