

Ibadah Bersuci (Toharoh) dan Gaya Hidup Sehat

Azizah Rumaisha

Abstrak

Puji syukur saya panjatkan kehadirat Allah SWT karena berkat rahmat dan karunia-Nya yang begitu besar dapat membantu kami dalam menyelesaikan paper “Thaharah dan Gaya Hidup Sehat”. Adapun tujuan dari pembuatan paper ini adalah untuk memenuhi tugas mata kuliah “Praktik Ibadah”. Banyak umat muslim hanya tahu saja bahwa bersuci itu sebatas membasuh badan dengan air tanpa mengamalkan rukun-rukun bersuci lainnya sesuai syariat Islam. Bersuci atau dalam istilah Islam disebut “Thaharah” . Thaharah mempunyai makna yang luas tidak hanya sebatas berwudhu saja, thaharah adalah mensucikan diri, pakaian, dan tempat sholat dari hadas dan najis menurut syariat Islam. Hukum taharah ialah wajib di atas tiap-tiap mukallaf lelaki dan perempuan. Dalam hal ini banyak ayat Al-qur`an dan hadits Nabi Muhammad saw, menganjurkan agar kita senantiasa menjaga kebersihan lahir dan batin. Adalah air yang dapat digunakan untuk bersuci, baik menghilangkan hadas maupun najis, dan airnya tidak berubah warna maupun zatnya. Misal air hujan, air sungai, air sumur, air laut, air salju, air embun dan air sumber lain yang keluar dari mata air. Taharah terbagi menjadi dua bagian yaitu lahir dan batin. Taharah lahir adalah taharah / suci dari najis dan hadas yang dapat hilang dicuci dengan air mutlak (suci menyucikan) dengan wudhu, mandi, dan tayamun. Taharah batin adalah membersihkan jiwa dari pengaruh-pengaruh dosa dan maksiat, seperti dengki, iri, penipu, sombong, ujub, dan ria.

Kata kunci: air, lahir, manfaat, sehat.

Pendahuluan.

Islam menganjurkan agar kita selalu menjaga kebersihan, baik itu kebersihan anggota tubuh (badani) maupun kebersihan rohani. Kebersihan badani

tercermin dengan bagaimana umat muslim selalu bersuci, baik sebelum mereka melakukan ibadah menghadap Allah SWT maupun dalam setiap akan melakukan aktivitasnya. Pada hakikatnya tujuan bersuci adalah agar umat muslim terhindari dari kotoran yang menempel di badan, sehingga secara sadar atau tidak sengaja membatalkan rangkaian ibadah kita kepada Allah SWT.

Namun, yang terjadi sekarang adalah, banyak umat muslim hanya tahu saja bahwa bersuci itu sebatas membasuh badan dengan air tanpa mengamalkan rukun-rukun bersuci lainnya sesuai syariat Islam. Bersuci atau dalam istilah Islam disebut "*Thaharah*". Thaharah mempunyai makna yang luas tidak hanya sebatas berwudhu saja, thaharah adalah mensucikan diri, pakaian, dan tempat sholat dari hadas dan najis menurut syariat islam. Bersuci dari hadas dan najis adalah syarat sahnya seorang muslim dalam mengerjakan ibadah tertentu. Berdasarkan pengertian tersebut sebenarnya banyak sekali manfaat yang bisa kita ambil dari fungsi thaharah. Thaharah sebagai bukti bahwa Islam amat mementingkan kebersihan dan kesucian. Air tersedia di alam ini dalam jumlah yang berlimpah sebagaimana disebutkan Subandi, M (2007) dalam paper *Scholars in The Islamic Golden Ages in Revealing Scientific Information in the Qur'an*. Sedangkan manfaat air ini di alam sangatlah banyak seperti paparan Subandi dan Humanisa (2011) dalam buku *Science and Technology. Some Cases in Islamic Perspective*. Subandi, Nella Purnama Salam, Budy Frasetya (2015) dalam paper *Pengaruh Berbagai Nilai EC ternyata ait memiliki sifat elektrik yang khas untuk dapat dimanfaatkan oleh tumbuhan*.

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka penulis bermaksud untuk memaparkan penjelasan lebih rinci tentang thaharah, menjelaskan bagaimana kaitannya thaharah dengan gaya hidup sehat. Dengan demikian umat muslim akan lebih tahu makna bersuci dan mulai mengamalkannya untuk peningkatan kualitas hidup dan ibadah yang lebih baik.

Pembahasan

Pengertian Thaharah

Thaharah diambil dari bahasa arab yang berasal dari kata طهور artinya suci atau bersih. Menurut istilah, thaharah adalah bersuci dari hadas, baik hadas besar maupun hadas kecil dan bersuci dari najis yang meliputi badan, pakaian, tempat, dan benda-benda yang terbawa/terdapat pada badan.

Nabi Muhammad SAW bersabda:

النظافة من الايمان (رواه مسلم)

Artinya : *“Kebersihan itu adalah sebagian dari iman.”*(HR.Muslim)

Selain itu, Thaharah dinilai sangat penting karena merupakan anakkunci dan syarat sahalat. Disebutkan dalam hadits Nabi SAW, beliau bersabda:

قال عليه الصلاة والسلام: مِفْتَاحُ الصَّلَاةِ الطَّهْرَةُ، وَتَحْرِيمُهَا التَّكْبِيرُ، وَتَحْلِيلُهَا التَّسْلِيمُ

“Nabi Bersabda: Kuncinya shalat adalah suci, penghormatannya adalah takbir dan perhiasannya adalah salam.”

Hukum taharah ialah wajib di atas tiap-tiap mukallaf lelaki dan perempuan. Dalam hal ini banyak ayat Al-qur`an dan hadits Nabi Muhammad saw, menganjurkan agar kita senantiasa menjaga kebersihan lahir dan batin.

Allah Swt berfirman:

وَيَسْأَلُونَكَ عَنِ الْمَحِيضِ قُلْ هُوَ أَذَىٰ فَأَعْتَرِلُوا النِّسَاءَ فِي الْمَحِيضِ وَلَا تَقْرَبُوهُنَّ حَتَّىٰ يَطْهُرْنَ فَإِذَا تَطَهَّرْنَ فَأْتُوهُنَّ مِنْ حَيْثُ أَمَرَكُمُ اللَّهُ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ التَّوَّابِينَ وَيُحِبُّ الْمُتَطَهِّرِينَ (٢٢٢)

Artinya: *“Sesungguhnya Allah mencintai orang-orang yang bertobat dan mencintai orang-orang yang suci lagi bersih”*. (QS Al Baqarah:222)

Karena thaharah sangat penting bagi kita sebagai umat islam, maka sangat penting juga untuk mengetahui syarat wajib untuk melakukan thaharah. Ada hal-hal yang harus diperhatikan sebagai syarat sah-nya berthaharah sebelum melakukan perintah

Allah SWT. Syarat wajib tersebut ialah :

1. Islam
2. Berakal
3. Baligh
4. Masuk waktu (Untuk mendirikan solat fardhu).

5. Tidak lupa
6. Tidak dipaksa
7. Berhenti darah haid dan nifas
8. Ada air atau debu tanah yang suci.
9. Mampu melakukannya sesuai kemampuan.

Berikut adalah sarana-sarana yang dapat digunakan untuk bersuci;

Firman Allah:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تَقْرَبُوا الصَّلَاةَ وَأَنْتُمْ سُكَارَىٰ حَتَّىٰ تَعْلَمُوا مَا تَقُولُونَ وَلَا جُنُبًا إِلَّا عَابِرِي سَبِيلٍ حَتَّىٰ تَغْتَسِلُوا وَإِنْ كُنْتُمْ مَرْضَىٰ أَوْ عَلَىٰ سَفَرٍ أَوْ جَاءَ أَحَدٌ مِنْكُمْ مِنَ الْغَائِطِ أَوْ لَامَسْتُمُ النِّسَاءَ فَلَمْ تَجِدُوا مَاءً فَتَيَمَّمُوا صَعِيدًا طَيِّبًا فَامْسَحُوا بِرُءُوسِكُمْ وَأَيْدِيكُمْ إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَفُورًا غَفُورًا

“Hai orang-orang yang beriman, janganlah kamu shalat, sedang kamu dalam keadaan mabuk, sehingga kamu mengerti apa yang kamu ucapkan, (jangan pula menghampiri masjid) sedang kamu dalam keadaan berjunub), terkecuali sekadar berlalu saja, hingga kamu mandi. Dan jika kamu sakit atau sedang bermusafir atau kembali dari tempat buang air atau kamu telah menyentuh perempuan, kemudian kamu tidak mendapat air, maka bertayamumlah kamu dengan tanah yang baik (suci); sapulah mukamu dan tanganmu. Sesungguhnya Allah Maha Pemaaf lagi Maha Pengampun.” (Surah Al-Nisa’, 4:43)

Berdasarkan firman Allah di atas dapat disimpulkan bahwa sarana yang dapat digunakan untuk bersuci adalah sebagai berikut :

Air dapat digunakan untuk mandi, wudhu, dan membersihkan benda-benda yang terkenajis.

Terdapat beberapa jenis air yang diklasifikasikan berdasarkan fungsinya, yaitu sebagai berikut:

- Air suci dan mensucikan

Adalah air yang dapat digunakan untuk bersuci, baik menghilangkan hadas maupun najis, dan airnya tidak berubah warna

maupun zatnya. Misal air hujan, air sungai, air sumur, air laut, air salju, air embun dan air sumber lain yang keluar dari mata air.

- Air suci tetapi tidak mensucikan

Air ini halal diminum, tetapi tidak dapat mensucikan hadas dan najis, air yang termasuk air suci tetapi tidak mensucikan adalah air yang berubah salah satu sifatnya, seperti: air teh, air kopi, air susu, dsb, air yang kurang dari 2 kollah(jika persegi panjang maka ukurannya adalah $1 \frac{1}{4}$ hasta/ ± 216 liter) dan air buah-buahan, seperti: air kelapa, perasan anggur dsb.

- Air suci tetapi makruh hukumnya

Yaitu air yang terjemur sinar matahari dalam wadah selain emas dan perak

- Air mutanajis

Adalah air yang terkena najis. Apabila airnya kurang dari 2 kollah, terkena najis, maka hukumnya menjadi najis. Akan tetapi jika airnya lebih dari 2 kollah, maka hukumnya tidak najis dan bisa digunakan untuk bersuci selama tidak berubah warna, bau, maupun rasanya.

Tanah,

boleh mensucikan jika tidak digunakan untuk sesuatu fardhudan tidak bercampur dengan sesuatu.

Debu, dapat digunakan untuk tayamum sebagai pengganti wudhu atau mandi.

Batu bata, tisu atau benda atau benda yang dapat menyerap bias digunakan untuk istinja.

Bentuk-Bentuk Taharah

Taharah terbagi menjadi dua bagian yaitu lahir dan batin. Taharah lahir adalah taharah / suci dari najis dan hadas yang dapat hilang dicuci dengan air mutlak (suci mensucikan) dengan wudhu, mandi, dan tayamun. Taharah batin adalah membersihkan jiwa dari pengaruh-pengaruh dosa dan maksiat, seperti dengki, iri, penipu, sombong, ujub, dan ria.

Sedangkan berdasarkan cara melakukan taharah, ada beberapa macam bentuknya yaitu : wudhu, tayamum, mandi wajib dan istinja.

1. Wudhu

Wudhu menurut bahasa berarti bersih. Menurut istilah syara' berarti membasuh anggota badan tertentu dengan air suci yang menyucikan (air mutlak) dengan tujuan menghilangkan hadas kecil sesuai syarat dan rukunnya. Firman Allah SWT dalam surat AlMaidah ayat 6.

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِذَا قُمْتُمْ إِلَى الصَّلَاةِ فَاغْسِلُوا وُجُوهَكُمْ وَأَيْدِيَكُمْ إِلَى الْمَرَافِقِ وَامْسَحُوا بِرُءُوسِكُمْ وَأَرْجُلَكُمْ إِلَى الْكَعْبَيْنِ وَإِنْ كُنْتُمْ جُنُبًا فَاطَّهَّرُوا وَإِنْ كُنْتُمْ مَرْضَىٰ أَوْ عَلَىٰ سَفَرٍ أَوْ جَاءَ أَحَدٌ مِنْكُمْ مِنَ الْغَائِطِ أَوْ لَامَسْتُمُ النِّسَاءَ فَلَمْ تَجِدُوا مَاءً فَتَيَمَّمُوا صَعِيدًا طَيِّبًا فَامْسَحُوا بِوُجُوهِكُمْ وَأَيْدِيكُمْ مِنْهُ مَا يُرِيدُ اللَّهُ لِيَجْعَلَ عَلَيْكُمْ لَحْمٌ مِنْ حَرَجٍ وَلَكِنْ يُرِيدُ لِيُطَهَّرَكُمْ وَلِيُتِمَّ نِعْمَتَهُ عَلَيْكُمْ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ (6)

Artinya : *“Hai orang-orang yang beriman, apabila kamu hendak mengerjakan solat, maka basuhlah mukamu, kedua tanganmu sampai siku, dan sapulah kepalamu dan basuhlah kakimu sampai mata kaki.”*(QS Al maidah :6)

• Syarat Wudhu :

Wudhu seseorang dianggap sah apabila memenuhi syarat sebagai berikut.

- Beragama Islam
- Sudah mumayiz
- Tidak berhadas besar dan kecil
- memakai air suci lagi menyucikan
- Tidak ada sesuatu yang menghalangi samp[ainya air ke anggota wudhu, seperti cat, getah dsb.

• Rukun Wudhu

Hal-hal yang wajib dikerjakan dalam wudhu adalah sebagai berikut.

- Niat berwudhu di dalam hati bersamaan ketika membasuh muka. Lafal niat:

نويت الوضوء لرفع الحدث الاصغر لله تعالى

Artinya:”Saya berniat wudhu untuk menghilangkan hadas kecil karena Allah SWT.”

- b. Membasuh seluruh muka
- c. Membasuh kedua tangan sampai siku
- d. Mengusap atau menyapu sebagian kepala.
- e. Membasuh kedua kaki sampai mata kaki, dan
- f. Tertib (berurutan dari pertama sampai terakhir)

- **Sunah Wudhu**

Untuk menambah pahala dan menyempurnakan wudhu, perlu diperhatikan hal-hal yang disunahkan dalam melakukan wudhu, antara lain sebagai berikut.

- a. Membaca dua kalimah syahadat ketika hendak berwudhu
- b. Membaca ta'awuz dan basmalah
- c. Berkumur-kumur bagi seseorang yang sedang tidak berpuasa
- d. Membasuh dan membersihkan lubang hidung
- e. Menyapu seluruh kepala
- f. Membasuh sela-sela jari tangan dan kaki
- g. Mendahulukan anggota wudhu yang kanan dari yang kiri.
- h. Membasuh anggota wudhu tiga kali.
- i. Mengusap kedua telinga bagian luar dan dalam
- j. Membaca do'a sesudah wudhu.

Do'a sesudah wudhu.

اشهد ان لا اله الا الله وحده لا شريك له. و اشهد ان محمدا عبده ورسوله. اللهم اجعلني من التوابين واجعلني من المتطهرين

Artinya : *“Aku bersaksi bahwa tidak ada Tuhan selain Allah yang Maha Esa, yang tida sekutu bagi-Nya, Dan aku bersaksi bahwa Muhammad adalah hamba-Nya dan utusan-Nya. Ya Allah jadikanlah aku termasuk dalam golongan orang-orang yang bertobat, dan jadikanlah aku termasuk dalam golongan orang-orang yang bersuci.”*

- **Hal yang membatalkan wudhu.**

Wudhu seseorang dikatakan batal apabila yang bersangkutan telah melakukan hal-hal seperti berikut.

- a. Keluar sesuatu dari kubul (kemaluan tempat keluarnya air seni) atau dubur(anus), baik berupa angin maupun cairan(kentut,kencing, tinja, darah, nanah, mazi, mani dan sebagainya)

Firman Allah SWT dalam Al Qur'an Surah An Nisa':43.

أَوْ جَاءَ أَحَدٌ مِّنَ الْغَائِطِ

Artinya : “*atau kembali dari tempat buang air*” (QS.An-Nisa :43)

- b. Bersentuhan kulit laki-laki dan perempuan tanpa pembatas.

Firman Allah SWT dalam Al Qur'an surah An Nisa :43.

أَوْ لَامَسْتُمُ النِّسَاءَ

Artinya : “*atau kamu telah menyentuh perempuan.*”

- c. Menyentuh kubul atau dubur dengan tapak tangan tanpa pembatas.

Sabda Nabi Muhammad SAW.

عن أمّ حبيبته قالت سمعت رسول الله صلى الله عليه و سلم يقول من مسّ فرجه فليتوضأ (رواه ماجه و صححه احمد)

Artinya : “*Dari Umi Habibah ia berkata saya telah mendengar Rosulullah SAW bersabda :”Barang siapa menyentuh kemaluannya hendaklah berwudhu.”*(HR Ibnu Majjah dan disahkan oleh Ahmad)

- d. Tidur dengan nyenyak
e. Hilang akal.

Tayamum

Tayamum secara bahasa adalah berwudhu dengan debu,(pasir, tanah) yang suci karena tidak ada air atau adanya halangan memakai air.Tayamum menurut istilah adalah menyapakan tanah atau debu yang suci ke muka dan kedua tangan sampai siku dengan memenuhi syarat da rukunnya sebagai pengganti dari wudhu atau mandi wajib karena tidak adanya air atau dilarang menggunakan air disebabkan sakit.

Firman Allah SWT dalam surat An Nisa ayat 43..

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تَقْرَبُوا الصَّلَاةَ وَأَنتُمْ سُكَارَىٰ حَتَّىٰ تَعْلَمُوا مَا تَقُولُونَ وَلَا جُنُبًا إِلَّا عَابِرِي سَبِيلٍ حَتَّىٰ تَغْتَسِلُوا وَإِن كُنْتُمْ مَّرْضَىٰ أَوْ عَلَىٰ سَفَرٍ أَوْ جَاءَ أَحَدٌ مِّنكُم مِّنَ الْغَائِطِ أَوْ لَامَسْتُمُ النِّسَاءَ فَلَمْ تَجِدُوا مَاءً فَتَيَمَّمُوا صَعِيدًا طَيِّبًا فَامْسَحُوا بِرُءُوسِكُمْ وَأَيْدِيكُمْ إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَفُورًا غَفُورًا (٤٣)

Artinya : *“Dan jika kamu sakit atau sedang dalam musafir atau datang dari tempat buang air atau kamu telah menyentuh perempuan, kemudian kamu tidak mendapat air, maka bertayammumlah kamu dengan tanah yang baik (suci), sapulah mukamu dan tanganmu sesungguhnya Allah Maha Pemaaf lagi Maha Pengampun.”* (QS An Nisa:43)

Tayammum merupakan pengganti dari berwudhu. Apabila seseorang telah melaksanakan salat dengan tayamum kemudian dia menemukan air, maka tidak wajib mengulang sekalipun waktu salat masih ada.

Adapun syarat dan rukun, sunah serta hal-hal yang terkait dengan tayamum adalah sebagai berikut.

- **Syarat Tayamum**

Syarat tayamum adalah sebagai berikut :

- a. Ada sebab yang membolehkan mengganti wudhu atau mandi wajib dengan tayamum.
- b. Sudah masuk waktu salat
- c. Sudah berusaha mencari air tetapi tidak menemukan
- d. Menghilangkan najis yang melekat di tubuh
- e. Menggunakan tanah atau debu yang suci.

- **Rukun Tayamum**

- a. Niat
- b. Mengusap debu ke muka
- c. Mengusap debu ke dua tangan sampai siku
- d. Tertib

- **Sunah Tayamum**

Dalam melaksanakan tayamum, seseorang hendaknya memperhatikan sunah sunah tayamum sebagai berikut.

- a. Membaca dua kalimah syahadat ketika hendak bertayamum
- b. Membaca ta'awuz dan basmalah
- c. Menepiskan debu yang ada di telapak tangan
- d. Merenggangkan jari-jari tangan
- e. Menghadap kiblat

f. Mendahulukan anggota tubuh yang kanan dari yang kiri

g. Membaca do'a (seperti do'a sesudah wudhu)

- **Hal yang membatalkan Tayamum**

Tayamum seseorang menjadi batal karena sebab berikut :

f. Semua yang membatalkan wudhu juga membatalkan tayamum

g. Keadaan seseorang melihat air yang suci yang mensucikan(sebelum salat)

h. Murtad (keluar dari agama Islam)

- **Praktik Tayamum**

Ada beberapa hal yang perlu kamu ketahui dalam melakukan tayamum. Hal tersebut perlu diperhatikan karena suatu saat kamu pasti akan melakukannya, seperti ketika kamu dalam perjalanan, berada di daerah yang tidak ada air, atau sedang sakit yang tidak memperbolehkan terkena air.

a. Carilah tempat yang mengandung debu/tanah yang suci.

b. Letakkan atau tempelkan kedua tangan pada tempat yang berdebu tersebut disertai niat dalam hati. Lafal niat tayamum.

4. نَوَيْتُ التَّيْمَمَ لِاسْتِبَاحَةِ الصَّلَاةِ فَرَضًا لِلَّهِ تَعَالَى

Artinya :” Aku niat bertayamum untuk dapat mengerjakan salat fardu karena Allah Ta’ala.”

a. Mengusap kedua tangan sampai siku hingga merata dengan mendahulukan tangan kanan. Usahakan mencari debu pada tempat yang berbeda.

b. Membaca do'a sesudah tayamum, seperti do'a sesudah wudhu.

3. **Mandi Wajib**

Mandi wajib disebut juga mandi besar, mandi junub, atau mandi janabat. Mandi wajib adalah menyiram air ke seluruh tubuh mulai dari ujung rambut sampai ujung kaki dengan disertai niat mandi wajib di dalam hati.

Firman Allah Swt :

5. وَإِنْ كُنْتُمْ جُنُبًا فَاطَّهَّرُوا (٦)

Artinya : “.....dan jika kamu junub maka mandilah.” (QS Al Maidah)

Adapun lafal niatnya adalah sebagai berikut :

6. نَوَيْتُ غَسْلَ الْجَنَابَةِ لِرَفْعِ الْحَدَثِ الْكَبِيرِ فَرَضًا لِلَّهِ تَعَالَى

Artinya : *“Aku niat mandi wajib untuk menghilangkan hadast besar karena Allah Ta’ala.”*

- **Rukun mandi wajib**

Ada beberapa hal yang menjadi rukun dalam melaksanakan mandi wajib, diantaranya sebagai berikut :

- a. Niat mandi wajib
- b. Menyiramkan air keseluruh tubuh dengan merata.
- c. Membersihkan kotoran yang melekat atau mengganggu sampainya air ke badan.

- **Sunah Mandi Wajib**

Pada waktu mandi wajib disunahkan melakukan beberapa hal, antara lain :

- a. Menghadap kiblat
- b. Membaca basmalah
- c. Berwudhu sebelum mandi
- d. Mendahulukan anggota badan yang kanan dari yang kiri, dan
- e. Menggosok badan dengan tangan.

- **Beberapa Penyebab Diwajibkan Mandi Wajib**

Berikut ini adalah hal-hal yang menjadi penyebab diwajibkannya mandi wajib:

- a. Keluarnya air mani (sperma) dengan syahwat, baik ketika sedang tidur maupun dalam keadaan terjaga. Akan tetapi, apabila ia bermimpi tidak disertai keluarnya mani, maka ia tidak wajib mandi.
- b. Selesainya haid bagi perempuan.
- c. Selesai melahirkan.
- d. Selesai nifas, yakni darah yang keluar sesudah melahirkan.
- e. Meninggalnya seseorang (jenazah).

- **Praktek Mandi Wajib**

Bagi perempuan yang sudah beranjak dewasa (mengalami haid) dan anak laki-laki dewasa yang sudah mengalami mimpi basah, wajib melakukan mandi waji.

Perhatikanlah beberapa langkah yang harus diketahui dalam melakukan mandi wajib berikut :

- a. Pastikan bahwa kamu benar-benar telah mengalami hadas besar.
- b. Lakukan sesuai dengan rukun mandi wajib yang telah kamu pelajari.
- c. Sempurnakan dengan sunah-sunah mandi wajib.

2.1.Keterkaitan Thaharah dengan Gaya Hidup Sehat

Islam adalah agama yang sempurna. Tidak ada satu hal dalam kehidupan kita melainkan Islam telah memberikan arahan dan petunjuknya. Semua kandungan ajaran dalam Islam bertujuan untuk menjadikan umatnya hidup bahagia dan sejahtera di dunia dan akhirat. Salah satu aspek kehidupan yang menjadi perhatian Islam adalah thaharah, kesucian dan kebersihan.

Sehingga dengan hidup sehat dan bersih kita akan terhindar dari berbagai penyakit, dengan demikian kita akan dapat bekerja dan beribadah dengan lancar dalam rangka menunaikan kewajiban kita sebagai hamba Allah yang bertaqwa kepadaNya. Sangat mudah bagi kita mendapatkan petunjuk Allah SWT dan Rasul SAW tentang prinsip-prinsip hidup sehat dan bersih ini. Di antaranya firman Allah SWT;

وإن كنتم جنبا فاطهروا

Artinya: Jika kamu berjunub maka bersucilah (QS: Al-Maidah: 6)

Di dalam ayat lain Allah SWT berfirman:

إن الله يحب التوابين ويحب المتطهرين

Artinya: Sesungguhnya Allah menyukai orang-orang yang bertaubat dan orang-orang yang menyucikan diri (QS: Al-Baqarah: 222)

Kesucian dan kebersihan merupakan bagian dari kesempurnaan nikmat yang diberikan Allah kepada hambaNya, karena bersih merupakan modal awal

dari hidup sehat, kesehatan merupakan nikmat yang tidak ternilai harganya. Allah berfirman dalam hal ini;

ما يريد الله ليجعل عليكم من حرج ولكن يريد ليطهركم وليتم نعمته عليكم لعلكم تشكرون

Artinya: Allah tidak ingin menjadikan kamu susah tetapi Dia ingin menyucikan kamu dan menyempurnakan nikmatNya kepadamu semoga kamu bersyukur (QS: Al-Maidah:6)

Di samping ayat-ayat yang telah khatib bacakan tadi, juga terdapat hadits-hadits dari Rasulullah SAW yang berbicara tentang kebersihan ini, bahkan Rasulullah SAW mengaitkan kebersihan itu dengan keimanan seseorang. Rasulullah SAW bersabda;

الطهور شطر الإيمان

Artinya; Suci itu bagian dari iman (HR. Muslim)

Dalam hadits di atas sangat jelas dikatakan bahwa kebersihan dan kesucian merupakan bagian yang tidak dapat dipisahkan dari keimanan, oleh sebab itu orang yang tidak menjaga kebersihan dan kesucian sama dengan telah mengabaikan sebagian dari nilai-nilai keimanannya, sehingga dia belum termasuk orang yang betul-betul beriman.

Di samping masalah kebersihan diri, Islam juga sangat memperhatikan kebersihan lingkungan yang ada di sekitar kita, karena sebagai agama yang menjadi rahmat bagi sekalian alam, Islam tidak akan membiarkan manusia merusak atau mengotori lingkungan sekitarnya. Kebersihan lingkungan itu sendiri akan sangat berpengaruh terhadap keselamatan manusia yang ada di sekitarnya, oleh sebab itu menjaga kebersihan lingkungan sama pentingnya dengan menjaga kebersihan diri. Ada beberapa hal yang perlu kita perhatikan berkaitan dengan kebersihan lingkungan ini;

1. Menjaga kesehatan sumber air

Hendaklah kita selalu menjaga kebersihan sumber air, seperti sumur, kolam, sungai, dan lain-lain, karena air itu akan kita gunakan sebagai sumber air minum, mencuci, mandi dan sebagainya. Air yang tercemar akan menyebabkan lahirnya berbagai penyakit seperti diare, malaria, dan lain-lain. Dalam hal ini Islam telah dengan tegas melarang umatnya supaya tidak mengotori sumber air itu. Rasulullah SAW bersabda: عن جابر رضي الله عنه أن النبي صلى الله عليه وسلم نهى أن يبال في الماء الراكد (رواه مسلم)

artinya: dari Jabir ra. Bahwa Rasulullah SAW melarang kencing dalam air yang tergenang. (HR. Muslim) Dalam riwayat yang berbeda Rasulullah ternyata juga melarang kita untuk mengotori sumber air yang mengalir Sabda Rasulullah SAW:

(عن جابر رضي الله عنه أن النبي صلى الله عليه وسلم نهى أن يبال في الماء الجاري (رواه الطبرانی)

Artinya: dari Jabir ra. Bahwa Rasulullah SAW melarang kencing di air yang mengalir. (HR. Thabrani) Dalam hadits kita dilarang untuk kencing di air yang tergenang dan mengalir, disini tersirat makna lebih luas bahwa kita dilarang untuk mengotori air itu dengan cara apapun, bukan hanya sebatas kencing saja.

2. Mencuci / bersuci dengan air yang suci

Dalam masalah bersuci dari hadas dan najis, Islam sangat menekankan penting air yang suci untuk membersihkan berbagai kotoran yang ada di tubuh dan pakaian kita, karena kalau air itu sendiri tidak bersih bagaimana ia akan membersihkan benda yang kotor. Oleh sebab itu Islam telah mengarahkan umatnya untuk selalu menggunakan air yang suci lagi menyucikan dalam bersuci. Allah SWT berfirman:

وَأَنْزَلْنَا مِنَ السَّمَاءِ مَاءً طَهُورًا

Artinya: Dan Kami turunkan dari langit itu air yang suci (QS. Al-Furqan: 48)

Allah SWT menerangkan bahwa air hujan itu suci supaya kita dapat menggunakannya dalam menyucikan diri, juga ada hadits dari Rasulullah SAW yang menerangkan tentang air lain yang juga bias digunakan untuk bersuci yaitu air laut, sabda Beliau tentang berkaitan dengan laut:

(هو الطهور ماءه الحل ميتته (رواه الخمسة

Artinya: ia (air laut) suci airnya, halal bangkainya (ikan). (HR. Khamsah) Adanya petunjuk Allah SWT dan RasulNya tentang jenis-jenis air yang suci mengajarkan umatnya untuk memperhatikan tentang kebersihan dan kesehatan air yang digunakan dalam kehidupan sehari-hari.

3. Menjaga kesucian tempat yang ramai dikunjungi orang

Menjaga kebersihan tempat yang banyak dikunjungi orang sangat penting karena jika saja tempat itu kotor dan menjadi sarang penyakit, maka akan sangat mudah menjangkiti banyak orang dalam waktu yang bersamaan. Menyadari bahaya tersebut Rasulullah dengan tegas melarang kita untuk buang air besar dan kecil di tempat yang dilewati banyak orang, dijadikan tempat berteduh, di bawah pohon yang berbuah, tempat ibadah dan lain-lain. Rasulullah SAW bersabda:

عن أبي هريرة رضي الله عنه أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال: اتقوا اللاعنين, قالوا وما اللاعنان؟ (رواه الخمسة) قال: الذين يتخلى في طريق الناس أو في ظلهم

Artinya: Dari Abu Hurairah ra. Bahwa Rasulullah SAW bersabda: takutilah menjadi orang yang dilaknat orang lain, sahabat bertanya: siapa orang yang menjadi laknat orang lain?. Rasulullah menjawab: yaitu orang

yang buang hajat di tempat yang dilalui orang lain, atau tempat berteduh orang lain. (HR. Muslim)

Kita juga dilarang meludah di sembarangan tempat, karena disamping ludah itu sendiri sangat menjijikan, juga menjadi salah satu sarana menularnya beberapa penyakit. Dalam hal ini Rasulullah SAW bersabda:

عن أنس رضي الله عنه قال: أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال: البصاق في المسجد خطيئة وكفارتها (دفنها) متفق عليه

Artinya: meludah di mesjid adalah dosa, dan kafarat (taubat) nya adalah dengan menanam ludah itu. (HR. Bukhari dan Muslim)

Masjid di zaman Rasulullah SAW hanyalah berlantai tanah dan pasir, sehingga kadang-kadang ada orang yang dengan diam-diam meludah sembarangan di dalamnya, lalu Rasulullah SAW memerintahkan siapa yang meludah di dalam masjid untuk menanam ludah itu supaya tidak jorok dan diinjak atau diduduki orang lain. Dalam hadits ini dapat kita ambil hikmah bahwa Islam melarang kita untuk meludah di tempat-tempat umum seperti mesjid dan juga tempat lainnya, karena sama-sama menjijikkan dan menjadi salah satu faktor tertularnya penyakit. Subandi dan Hanny (2011) dan Subandi, Tita, Siti Afni, Hanny, (2017) air berperan dalam berbagai fungsi organ tubuh.

Simpulan

Thaharah adalah bersuci dari hadas, baik hadas besar maupun hadas kecil dan bersuci dari najis yang meliputi badan, pakaian, tempat, dan benda-benda yang terbawa/terdapat pada badan. Taharah terbagi menjadi dua bagian yaitu lahir dan batin. Taharah lahir adalah taharah / suci dari najis dan hadas yang dapat hilang dicuci dengan air mutlak (suci menyucikan) dengan wudhu, mandi, dan

tayamun. Taharah batin adalah membersihkan jiwa dari pengaruh-pengaruh dosa dan maksiat, seperti dengki, iri, penipu, sombong, ujub, dan ria. Apabila hidup sehat dan bersih kita akan terhindar dari berbagai penyakit, dengan demikian kita akan dapat bekerja dan beribadah dengan lancar dalam rangka menunaikan kewajiban kita sebagai hamba Allah yang bertaqwa kepadaNya,

Daftar Pustaka

- Babudin dan Tim Penyusun Kementrian Agama Republik Indonesia. 2005. *Fiqih Untuk X Madrasah Aliyah*, Jakarta: Intimedia Ciptanusantara.
- Rifa'I, Moh. 2001. *Risalah Tuntunan Shalat Lengkap*. Semarang: PT. Karya Toha Putra.
- Azzam, Abdul Aziz Muhammad dan Abdul Wahhab Sayyed Hawwas. 2010. *Fiqh Ibadah*. Jakarta: Amzah Press.
- Subandi, M (2007). Scholars in The Islamic Golden Ages in Revealing Scientific Information in the Qur'an. *Dialektika Budaya Journal of Islamic Culture, History and Language*. Vol XIV/No.2/November 2007, Faculty of Adab and Humanity . State Islamic University of Bandung.
- Subandi, M., Tita, T.T., Siti Afni, A., Hanny, H.H. (2017). *English for Specific Purposes*. PT. Remaja Rosdakarya. Bandung. Pp. 140+vii
- Subandi, M., Humanisa, H. H., (2011). *Science and Technology. Some Cases in Islamic Perspective*. (English) PT. Remaja Rosdakarya. Bandung. ISBN :978-979-692-040-2.
- Subandi, M., Nella Purnama Salam, Budy Frasetya. (2015). Pengaruh Berbagai Nilai EC (Electronic Conductivity) terhadap Pertumbuhan dan Hasil Bayam (*Amarantus sp.*) pada Hidropinik Sistem Rakit Apung. *Jurnal Istek*, 9(2):136-151.