

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Islam adalah agama yang sangat memperhatikan kebersihan semua aspek dalam kehidupan, seperti kebersihan tubuh, pakaian, makanan, dan semua hal yang berkaitan dengan manusia dilingkungannya. Begitu pula mengenai kesucian, kebersihan dan kesucian pada dasarnya tidak banyak perbedaan. Oleh karena itu, umat muslim sangat direkomendasikan dalam menjaga kebersihan diri, bahkan untuk hal-hal kecil sekalipun.

Shalat seorang muslim tidak sah, selama tidak membersihkan *hadass* dengan bersuci terlebih dahulu. Wudhu yang dilakukan lima kali dalam sehari untuk membersihkan anggota tubuh yang terkena debu dan keringat. Seperti mulut, hidung, muka, kedua tangan, kepala, telinga, dan kedua kaki. Allah SWT berfirman dalam Al-qur'an surat Al-Maidah 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
مَرَضَىٰ أَوْ عَلَىٰ سَفَرٍ أَوْ جَاءَ أَحَدٌ مِّنْكُمْ مِنَ الْغَائِبِ أَوْ لَمَسْتُمُ النِّسَاءَ فَلَمْ تَجِدُوا
مَاءً فَتَيَمَّمُوا صَعِيدًا طَيِّبًا فَامْسَحُوا بِوُجُوهِكُمْ وَأَيْدِيكُمْ مِّنْهُ ۗ مَا يُرِيدُ اللَّهُ لِيَجْعَلَ
عَلَيْكُمْ مِنْ حَرَجٍ وَلَكِنْ يُرِيدُ لِيُطَهِّرَكُمْ وَليُنِمْ نِعْمَتَهُ عَلَيْكُمْ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ

Artinya: “Wahai orang-orang yang beriman, apabila kamu hendak melaksanakan shalat, maka basuhlah wajah dan tanganmu sampai

ke siku, dan sapulah kepalamu dan (basuhlah) kedua kakimu sampai ke kedua mata kaki. Jika kamu junub, maka mandilah. Dan jika kamu sakit atau dalam perjalanan atau kembali dari tempat buang air (kakus) atau menyentuh perempuan, maka baertayamunlah dengan debu dengan baik (suci); usaplah wajahmu dan tanganmu dengan (debu) itu. Allah tidak ingin menyulitkan kamu, tetapi Dia hendak membersihkan kamu dan menyempurnakan nikmat-Nya bagimu, agar kamu bersyukur". (QS. Al-Maidah: 6)¹

Pada ayat di atas sudah jelas sekali bahwa dalam mengerjakan shalat, seorang muslim harus membersihkan dan bersuci terlebih dahulu sebelum melaksanakan shalat dan ayat ini juga menjelaskan adanya penekanan terhadap pentingnya berwudhu sebelum mengerjakan shalat. Wudhu adalah cara untuk umat muslim dalam mendekati diri kepada Allah SWT, karena Allah sangat suka dengan orang-orang yang suci dan bersih. Wudhu merupakan karunia yang amat besar yang diberikan oleh Allah kepada umat muslim, di dalam wudhu memiliki keutamaan-keutamaan yang sangat besar. Wudhu bukan hanya dapat menyucikan diri, tetapi wudhu juga bisa memberikan kebaikan bagi diri dan menenangkan yang ada di dalam diri.²

Wudhu atau bersuci dari *hadas* (kotoran batin harus dilakukan waktu hendak mengerjakan shalat, *thawaf* (mengelilingi Kabbah), dan membaca kitab suci Al-qur'an. Selain itu waktu-waktu yang wajib untuk melaksanakan wudhu, disarankan juga untuk berwudhu sebelum melaksanakan dzikir, tidur, termasuk orang yang sedang junub atau haid bagi perempuan, dan sebelum

¹Kementerian Agama RI, *Ar-Rahim (Al-qur'an dan Terjemahan)*, (Bandung: Mikraj, 2014).

²Muhammad Syafi'ie El-Bantanie, *Dahsyatnya Terapi Wudhu*, (Jakarta: PT Elex Media Komputindo, 2010), h. 2.

mandi wajib. Disarankan untuk *refreshing (tajdid)* wudhu yaitu memperbaharui wudhu walaupun masih dalam kondisi suci, sehingga wudhu bisa menjadi penyegaran ketika hendak shalat serta dapat menambah pahala. Alangkah baiknya jika berwudhu terlebih dahulu sebelum menjalankan aktivitas, seperti berhias, memasak, berkendara, menemui tamu, dan lain-lain.³

Wudhu merupakan salah satu hal persiapan mental dalam mengerjakan shalat. Kesucian dan kedamaian yang ditimbulkan wudhu bisa membangkitkan konsentrasi dalam melaksanakan shalat, karena wudhu bisa menstimulus enam organ panca indera, seperti telinga, hidung, mata, mulut, tangan, dan kaki. Para ilmuwan syaraf (*neurolog*) telah menemukan bahwa air wudhu dapat mendinginkan ujung-ujung syaraf pada jari-jari kaki, yang berguna untuk menguatkan konsentrasi pikiran. Hal ini juga termasuk untuk semua dengan ujung-ujung saraf seluruh bagian anggota wudhu.⁴

Wudhu merupakan keistimewaan yang diberikan oleh Allah kepada umat Islam yang pada hari kiamat kelak akan membekaskan sinar cahaya di muka, tangan, dan kaki. Hal ini mengacu pada hadis Abu Hurairah, bahwasannya Rasulullah SAW bersabda:

³Moh. Ali Aziz, *Sukses Belajar Melalui Terapi Shalat*, (Surabaya: UIN Sunan Ampel Press, 2016). H. 10-11. Diakses tanggal 20 November 2020 Pukul 15.30.

⁴Syahrudin El-Fikri, *Sehat dengan Wudhu*, (Jakarta: Republika Penerbit, 2019), h. 36.

إِنَّ أُمَّتِي يُدْعَوْنَ يَوْمَ الْقِيَامَةِ غُرًّا مُحَجَّلِينَ مِنْ آثَارِ الْوُضُوءِ، فَمَنْ اسْتَطَاعَ مِنْكُمْ أَنْ

يُطِيلَ غُرَّتَهُ فَلْيَفْعَلْ

Artinya : “*Sesungguhnya umatku kelak di hari kiamat akan datang dengan berbinar-binar dan kedua tangan dan kaki bersinar-sinar sebagai efek wudhu. Maka barangsiapa yang mampu memperlama binar cahaya tersebut, maka lakukanlah.*” (HR. Al-Bukhori dan Muslim)⁵

مَنْ تَوَضَّأَ فَأَحْسَنَ الْوُضُوءَ خَرَجَتْ خَطَايَاهُ مِنْ جَسَدِهِ، حَتَّى تَخْرُجَ مِنْ تَحْتِ

أَظْفَارِهِ

Artinya : “*Barang siapa yang berwudhu dengan baik maka gugurlah kesalahan-kesalahannya dari badannya hingga keluar dari bawah kuku-kukunya.*” (HR. Muslim)⁶

Wudhu mempunyai banyak sekali manfaat, sebagaimana disebutkan dalam penelitian Dr. Syahathah dari Universitas Alexandria. Dalam penelitian tersebut ditemukan bahwa wudhu yang mampu mencegah 17 macam penyakit serius, seperti penyakit mata, penyakit telinga, penyakit hidung (termasuk sinusitis), radang tenggorokan, penyakit pernapasan (batuk dan paru-paru), penyakit jiwa, dan penyakit kulit. Terlebih lagi, wudhu yang dilakukan lima kali dalam sehari.⁷ Selain itu kewajiban yang harus dilakukan oleh umat Islam, terbukti bahwa air yang digunakan ketika berwudhu memiliki pengaruh bagi kesehatan.

⁵Abdul Aziz Muhammad Azzam & Abdul Wahhab Sayyed Hawwas, *Fiqh Ibadah*, (Jakarta: Amzah, 2010), h. 34.

⁶Adam Rizkala, *Kumpulan Hadis Tentang Keutamaan Wudhu Dalam Islam*, <https://www.nasehatquran.com/2020/08/kumpulan-hadits-tentang-keutamaanwudhu.html>, diakses pada tanggal 20 November 2020 pukul 15:57.

⁷Mohammad Ali Toha Assegaf, *Buku Pintar Sehat Islami*, (Bandung: Mizania, 2011), h. 396.

Kesehatan psikis terkadang masalah yang sering diabaikan dalam kehidupan sehari-hari manusia. Sementara itu kesehatan psikis atau kesehatan jiwa dan kesehatan fisik memiliki kepentingan yang sama. Kesehatan psikis menurut Islam memiliki pengertian *al-mutmainnah* (jiwa yang tenang), *al-sakinah* (tentram).⁸ Kesehatan fisik akan terwujud ketika seseorang tidak dalam kondisi mengeluh sakit dan secara objektif tidak terlihat sedang sakit. Artinya semua organ tubuh berfungsi dengan normal atau tidak mengalami gangguan.

Manfaat wudhu yang berhubungan dengan kondisi kesehatan fisik dan psikis. Kesehatan itu sangat berkaitan dengan kebersihan. Seseorang yang selalu menjaga kebersihan diri, insya Allah kesehatan akan terjaga. Anggota tubuh yang dibasahi saat wudhu merupakan titik-titik penting dalam peremajaan tubuh. Media yang digunakan ketika berwudhu ialah air. Air ini bersifat membersihkan, menyegarkan, dan *syifa* (terapis). Air dalam kaitannya dengan kesehatan mempunyai banyak manfaat baik dalam hal sebagai media pengobatan.⁹ Dengan berwudhu psikis yang pada mulanya bergejolak dan tidak stabil akan menjadil tenang kembali, sehingga bisa membuat pikiran mudah dalam berkonsentrasi.

⁸Meisil B Wulur, *Psikoterapi Islam*, (Yogyakarta: Deepublish, 2015), h. 3.

⁹Oan Hasanudin, *Mukjizat Wudhu*, (Jakarta: Qultum Media, 2007), h.2.

Pada saat seseorang melaksanakan wudhu maka secara tidak langsung dapat menstimulus dan mengefektifkan sistem kerja saraf. Rangsangan memiliki manfaat positif pada kinerja saraf pusat yang berada di otak. Suatu hal inilah yang dapat membuat seseorang ketika telah berwudhu, tubuh akan merasa segar dan bisa mengurangi ketegangan jiwa, khawatir, stress, amarah, dan penyakit gangguan jiwa lainnya. Hal inilah yang membenarkan hadist Rasulullah SAW yang menganjurkan umat Islam Untuk melaksanakan wudhu ketika sedang depresi.¹⁰

Penelitian yang dilakukan oleh seorang peneliti dari Jepang, Dr. Masaru Emoto, menemukan bahwa air sanggup membawa pesan atau informasi dari apa yang diberikan kepadanya. Apabila air diberikan kata-kata yang positif, seperti do'a, maka air tersebut akan menghasilkan bentuk kristal heksagonal yang indah.¹¹ Hal ini berarti dari penelitian tersebut air memiliki peran yang sangat penting dalam kelancaran metabolisme tubuh.

Adapun diambil dari kisah inspiratif orang karena berwudhu adalah: *pertama*, Prof. Dr. Leopold Werner Von Ehrenfels masuk Islam setelah melakukan penelitian terhadap wudhu.¹² *Kedua*, salah satu personil grub band Ungu, Franco Medjaya Kusuma (Enda), yang sembuh dari kecanduan

¹⁰Sholeh Gysmar, *Terapi Wudhu : Kiat Sehat, Murah dan Berkah melalui Hidroterapi dan Pijat Refleksi*, (Surakarta: Nuun, 2010), h. 60.

¹¹Basroni Prilaksamana, *Wudhu Sebagai Terapi Marah (Penelitian Kualitatif di Madrasah U'alamin Mu'amilat Atas Tambak Beras Jombang)*, Skripsi Fakultas Psikologi, (Malang: UIN Maulana Malik Ibrahim, 2013), h. 6. Diakses pada tanggal 21 November 2020 pukul 14. 25.

¹²Sagiran, *Gantung Wudhu*, (Jakarta: Qultum Media, 2018), h. 148.

narkoba menggunakan terapi air wudhu.¹³ Dari kisah tersebut, artinya wudhu bisa menyembuhkan berbagai penyakit dan menggetarkan hati seseorang untuk masuk Islam.

Bagi umat Islam yang masih mengerjakan wudhu dengan asal-asalan, sekedar hanya ingin menggugurkan kewajibannya saja, tidak sesuai dengan tata tertib wudhu, dan tidak memahami wudhu dengan benar, maka sia-sia wudhu yang dilakukan. Sementara itu jika ingin mempelajari dan memahami wudhu dengan benar, wudhu memiliki banyak sekali manfaat bagi kesehatan tubuh. Maka kerjakanlah wudhu dengan benar yang sesuai dengan yang dicontohkan oleh Rasulullah SAW, maka dari hal tersebut akan merasakan manfaat dari wudhu ini, bahwa wudhu dapat mencegah dan mengobati berbagai penyakit. Wudhu dapat dijadikan rutinitas yang baik dalam keseharian umat muslim sesuai dengan perintah dan anjuran Rasulullah SAW.

Penulis menggunakan buku yaitu buku *Dahsyatnya Terapi Wudhu* karya Muhammad Syafi'ie el- Bantanie. Karena dalam buku tersebut mencoba mengkaji dan menjelaskan tentang beberapa kedahsyatan wudhu, keutamaan, hikmah, kaifiyat wudhu dan manfaat wudhu bagi diri, jiwa, dan kehidupan. Buku tersebut juga menjelaskan bahwa wudhu sebagai sebuah

¹³Sholeh Gisymar, *Terapi Wudhu: Kiat Sehat, Murah dan Berkah melalui Hidroterapi dan Pijat Refleksi*, (Surakarta: Nuun, 2010), h. 57.

pelatihan pembentukan karakter diri yang unggul dan aplikatif. Selain sebagai syarat sahnya dalam melaksanakan shalat, wudhu juga terbukti secara ilmiah sebagai terapi kesehatan fisik dan mencegah berbagai penyakit dan wudhu juga dapat menyehatkan psikis dan jiwa yaitu meredakan gejala amarah. Sebagaimana yang sudah dibahas sebelumnya, penulis mencoba mengingatkan kepada seluruh umat Muslim, bahwa sesungguhnya dalam wudhu ini memiliki banyak sekali manfaat bagi kesehatan fisik dan psikis, yang belum banyak diketahui sebelumnya.

Dari latar belakang di atas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian lebih mendalam tentang **“Urgensi Terapi Wudhu Bagi Kesehatan Fisik dan Psikis: Studi Buku Dahsyatnya Terapi Wudhu Karya Muhammad Syafi’ie El-Bantanie”**.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan apa yang telah di jelaskan di atas, maka yang menjadi rumusan masalah penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Bagaimana konsep terapi wudhu menurut Muhammad Syafi’ie el-Bantanie?
2. Bagaimana urgensi terapi wudhu bagi kesehatan fisik dan psikis menurut Muhammad Syafi’ie el-Bantanie?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang ada, maka tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui konsep wudhu menurut Muhammad Syafi'ie el-Bantanie.
2. Untuk mengetahui urgensi terapi wudhu bagi kesehatan fisik dan psikis menurut Muhammad Syafi'ie el-Bantani.

D. Kegunaan Penelitian

Adapun dalam penelitian ini memiliki beberapa kegunaan, yaitu kegunaan secara teoritis dan kegunaan secara praktis, maka yang menjadi kegunaan dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Kegunaan Teoritis

Adapun kegunaan teoritis dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Penelitian ini dapat menambah wawasan dan ilmu pengetahuan tentang terapi wudhu untuk kesehatan fisik dan psikis.
- b. Penelitian ini berguna menambah wawasan penulis dan mengaplikasikan pengetahuan yang penulis dapat selama menempuh perkuliahan dan jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam.

2. Kegunaan Praktis

Adapun kegunaan praktis dalam penelitian ini adalah sebagai

berikut:

- a. Bagi fakultas dan jurusan, bahwa penelitian ini dapat menjadi bahan penelitian ke depannya, guna sebagai menambah wawasan keilmuan dan pengetahuan tentang terapi wudhu bagi kesehatan fisik dan psikis.
- b. Menjadi panduan bagi setiap umat muslim dalam melaksanakan wudhu dan menjadikan wudhu sebagai terapi bagi kesehatan fisik dan psikis.
- c. Memenuhi persyaratan dalam memperoleh gelar Sarjana (SI) dalam Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Raden Fatah Palembang dalam meraih gelar S. Sos.

E. Sistematika Penulisan Skripsi

Berikut adalah keterangan singkat mengenai keseluruhan dari lima bab yang akan dibahas dalam penelitian penulis, di antaranya adalah :

BAB I Pendahuluan, bab pertama ini menguraikan hal-hal yang terdiri dari; latar belakang masalah, setelah mengetahui penulis merumuskan masalah, menentukan tujuan, dan kegunaan penelitian. Selanjutnya, membahas sistematika penulisan penelitian ini.

BAB II Tinjauan Teori, bab ini membahas tentang konsep serta teori umum yang akan digunakan dan teori khusus yang akan digunakan dengan topik yang dibahas. Seperti tinjauan pustaka, konsep terapi wudhu

dan manfaat wudhu bagi kesehatan fisik dan psikis, sehingga dapat diperoleh gambaran secara menyeluruh tentang urgensi terapi wudhu bagi kesehatan fisik dan psikis.

BAB III Metodologi Penelitian, bab ini berisi metode yang digunakan dalam penelitian, yang meliputi; metode/ pendekatan penelitian yang penulis gunakan, jenis penelitian, data dan sumber data, teknik pengumpulan data, dan teknik analisis data penulis menggunakan *content analysis*.

BAB IV Hasil dan Pembahasan, bab ini berisi penguraian mengenai biografi penulis buku *Dahsyatnya Terapi Wudhu*, bibliografi *Dahsyatnya Terapi Wudhu* dan menjelaskan hasil penelitian yang telah dilakukan penulis.

BAB V Penutup, bab ini berisi mengenai kesimpulan dari hasil penelitian urgensi terapi wudhu bagi kesehatan fisik dan psikis. Selain itu bab ini berisi mengenai saran-saran yang membangun supaya ke depannya penelitian ini bisa dikembangkan lebih lanjut.