

# Dalam Islam, Senyum Tak Sekedar Pemanis Bibir

written by Harakatuna



Ada satu hal yang mudah dilakukan namun dampaknya sangat luar biasa. Perbuatan itu adalah senyum. Senyum adalah seni ekspresi diri dari pelakunya yang menunjukkan makna keindahan kepada orang lain. Dengan senyum terlihat ada kesenangan yang dibagi untuk orang lain dan membuat suasana di sekitarnya terkondisikan selalu dalam keadaan positif.

Senyum adalah ungkapan yang dicirikan oleh melebarnya pada sudut mulut; biasanya menunjukkan senang atau hiburan. Mereka yang tersenyum tampak akan terlihat menarik di hadapan orang-orang yang melihatnya. Hal tersebut menunjukkan jika pelakunya memiliki nilai kebahagiaan yang ingin ditunjukkan kepada orang lain tapi bukan senyum keterpaksaan.

Perbuatan ini menunjukkan pelakunya termasuk memiliki akhlak mulia karena dengan senyum tanda yang bersangkutan bersahabat dengan siapapun. Senyum sendiri tak membutuhkan biaya dan juga tenaga, namun hal itu tentunya banyak

mendatangkan pahala serta mendaqtangkan beragam kebaikan orang-orang yang melihat senyum itu tersungging di bibir pemiliknya.

### **Senyum Adalah Sedekah**

Tersenyum kepada semua orang menunjukkan sebuah akhlak yang baik. Dengan senyum itu pulalah kita dapat bersilaturahmi dengan siapa saja sesama muslim. Islam sangat memperhatikan hal yang kecil sehingga senyum saja mendapat perhatian khusus dalam hal ini. Oleh sebab itu maka tersenyumlah karena hal itu begitu mudah untuk kita lakukan.

*“Senyum terhadap saudaramu adalah sedekah. Engkau memerintahkan kepada kebaikan dan mencegah kemungkaran adalah sedekah. Engkau menunjukkan kepada seseorang jalan di wilayah yang dia tidak ketahui adalah sedekah. Engkau membantu memberikan petunjuk kepada orang yang penglihatannya buruk adalah sedekah. Engkau memindahkan batu, duri, atau tulang dari jalanan itu sedekah. Engkau memenuhi air di tempayan saudaramu dengan air dari tempayanmu itu sedekah. HR At-Tirmidzi)*

### **Senyum Tanda Persahabatan**

Senyum yang tersungging di bibir menandakan ada sapaan hangat kepada siapa saja yang ditemuinya. Hal ini menunjukkan jika senyuman menciptakan sebuah persahabatan. Persahabatan biasanya muncul dari hati yang tulus dan senyum adalah tanda ketulusan yang dimaksud.

Orang yang selalu tersenyum dan ramah kepada siapapun tentu yang bersangkutan akan banyak teman. Hal ini membuktikan bahwa orang yang selalu tersenyum akan disukai banyak orang. Orang yang jarang senyum tak mengherankan jika yang bersangkutan akan dijuahi oleh saudara-saudaranya.

*“Janganlah sekali-kali engkau menganggap remeh suatu perbuatan baik, meskipun (perbuatan baik itu) dengan engkau menjumpai saudaramu (sesama muslim) dengan wajah yang ceria“ (HR Muslim, nomor 2626).*

### **Senyum Menunjukkan Kebahagiaan Pemiliknya**

Senyum seringkali dianggap sebagai tanda kebahagiaan seseorang. Senyum acapkali bisa mewakili perasaan orang yang melakukannya. Dengan tersenyum artinya orang yang bersangkutan berusaha membahagiakan hati orang lain.

Dengan berbagi kebaikan seperti itu maka ada nilai kebaikan di dalamnya.

Jalaludin (dalam Januar, 2012 : 20) bahwa komponen kebahagiaan adalah perasaan yang menyenangkan dan peneilaian terhadap kehidupan dirinya. Bahagia adalah emosi positif dan sedih adalah emosi negatif.

Tentu saja bagi orang yang selalu menebar senyum tentu dirinya memiliki perasaan yang menyenangkan dan itu merupakan wujud emosi bahagia. Perasaan semacam itu menunjukkan jika jiwa yang bersangkutan dalam kondisi menyenangkan dan itu sengaja ia bagi untuk orang lain. Bukankah membuat hati orang lain senang sama saja dengan berbagi kebahagiaan bagi orang lain juga ?

### ***Senyum Menunjukkan Keadaan Sehat***

Untuk tersenyum maka dibutuhkan 17 otot dan untuk cemberut dan hanya 42 otot. Namun beberapa sumber lain menyebutkan dibutuhkan 62 otot untuk cemberut dan hanya 26 otot untuk tersenyum. Jadi tentu saja kalau tersenyum tidak melelahkan sedang cemberut itu malah melelahkan.

EO Smile Train, Susan Schaefer, mengungkapkan lima manfaat fisik yang terkait dengan senyum, seperti dikutip dari laman Standard: menurunkan stres, tingkatkan kekebalan tubuh, membantu jantung ada, menunjukkan kebahagiaan dan membuat selalu ramah kepada stiap orang (<https://www.republika.co.id/berita/gaya-hidup>, Jumat 02 Jun 2017)

Berdasarkan kajian Al Quran dan hadist, kesehatan jiwa mengandung arti kecenderungan jiwa kepada kebaikan yang mengarahkan kepada ketaatan kepada Allah, kecintaan kepada akhirat, menyebabkan sifat rendah hati dan jauh dari kesombongan, sehingga akan diraih ketenangan jiwa yang berbuah kebahagiaan dunia dan akhirat

### ***Senyum Adalah Ibadah***

Sadarilah jika tersenyum adalah salah satu bagian ibadah yang kita lakukan walau berskala kecil namun dampaknya cukup besar bagi orang lain. Senyum sendiri adalah satu ibadah kecil yang bisa menghasilkan pahla besar bagi pelakunya.

*Rasulullah SAW bersabda, "Tersenyumlah ketika bertemu dengan saudara kalian adalah termasuk ibadah,". (HR Imam Turmudzi, Ibn Hibban dan Al Baihaqi).*

*“Barangsiapa yang beriman kepada Allah dan hari akhir, maka muliakanlah tamunya. Barangsiapa yang beriman kepada Allah dan hari akhir, maka sambunglah tali silaturahmi. Barangsiapa yang beriman kepada Allah dan hari akhir, maka katakanlah yang baik atau diam” (HR.Bukhari).*

Oleh sebab itu maka pantas bagi setiap muslim untuk selalu bisa tersenyum kepada siapapun karena dengan senyum dunia menjadi indah dan senyum pun memiliki manfaat bagi pelakunya karena ia akan selalu dicintai oleh saudaranya sesama muslim.\*\*\*

**Deffy Ruspiandy**, *Penulis Artikel di Berbagai Media Massa Yang Tinggal di Kota Bandung dan Pengurus Masjid di Daerah Tempat Tinggalnya*