

Sunah Nabi, Menutup Mulut Saat Menguap

written by Ahmad Khalwani, M.Hum



Harakatuna.com - Salah satu hal yang tidak bisa dihindari manusia ketika merasa lelah dan mengantuk adalah menguap. Setiap manusia yang hidup pasti pernah menguap. Islam sebagai agama yang mengatur segala perilaku manusia sangat menganjurkan umatnya untuk menutup mulut saat menguap.

Nabi sendiri dalam hadisnya menjelaskan bahwa menguap itu berasal dari setan maka jika mampu untuk menahan dari menguap maka tahanlah,

إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْعُطَّاسَ ، وَيَكْرَهُ التَّثَاؤُبَ ، فَإِذَا عَطَسَ فَحَمِدَ اللَّهَ فَحَقُّ عَلَى كُلِّ مُسْلِمٍ سَمِعَهُ أَنْ يُشَمِّتَهُ ، وَأَمَّا التَّثَاؤُبُ فَإِنَّمَا هُوَ مِنَ الشَّيْطَانِ فَلْيُرُدَّهُ مَا اسْتَطَاعَ فَإِذَا قَالَ : هَا ضحكك مِنْهُ الشَّيْطَانُ

Artinya: “sesungguhnya Allah menyukai bersin, dan tidak menyukai tasa’ub (menguap). Jika seseorang bersin maka ucapkanlah hamdalah, dan merupakan hak baginya terhadap setiap muslim yang mendengarnya untuk ber-tasymit. Adapun menguap, itu dari [setan](#). Maka hendaknya ia menahannya sebisa mungkin. Jika ia menguap sampai mengeluarkan suara “hah” maka setan pun tertawa”

Dalam hadis ini Rasulullah sangat mengajurkan umatnya untuk menahan dari menguap selagi mampu. Namun demikian jika tidak mampu menahan menguap maka sangat dianjurkan untuk menutup mulut. Hal ini sebagaimana yang diterangkan [Nabi Muhammad](#) dalam hadisnya

إِذَا تَنَاطَبَ أَحَدُكُمْ فَلْيُمْسِكْ بِيَدِهِ عَلَى فَمِهِ ، فَإِنَّ الشَّيْطَانَ يَدْخُلُ

Artinya: “Jika kalian menguap maka tutuplah mulutnya dengan tangannya. Karena setan akan masuk”

Menutup Mulut Dengan Tangan Kiri Atau Kanan Saat Menguap

Para ulama sendiri menganjurkan umatnya menutup mulutnya dengan tangan kiri. Hal ini didasarkan pada sebuah kaidah yang menyatakan jika baik menggunakan tangan kanan dan sebaliknya

تقديم اليمين في كل ما كان من باب الكرامة ، وتقديم الشمال في كل ما كان من باب المهانة

Artinya: “Didahulukan tangan kanan dalam semua perkara yang mulia. Dan didahulukan tangan kiri dalam semua perkara yang hina”.

Lebih lanjut para ulama menjelaskan bahwa menutup mulut saat menguap apabila menggunakan tangan kiri maka gunakan punggungnya dan apabila menggunakan telapak tangan paka gunakan telapaknya. Hal ini sebagaimana pendapat As-Safarini

وقال السفاريني رحمه الله : “وَقَالَ لِي شَيْخُنَا التَّغْلِبِيُّ فَسَّحَ اللَّهُ لَهُ فِي قَبْرِهِ : إِنْ غَطَّيْتَ فَمَكَ فِي التَّنَاطُوبِ بِيَدِكَ الْيُسْرَى فَبَطَّأْهَا ، وَإِنْ كَانَ بِيَدِكَ الْيُمْنَى فَبَبَّاطِنَهَا

Artinya: “Guruku, Syaikh At Taghlibi, semoga Allah meluaskan kuburnya, beliau berkata: jika menutup mulut ketika menguap dengan tangan kiri, maka gunakan punggungnya. Jika dengan tangan kanan, maka dengan telapaknya”

Walhasil, dengan keterangan ini maka tutuplah mulut dengan punggung tangan kiri saat menguap, Wallahu A’lam Bishowab