AL-MUHITH
JURNAL ILMU AL-QUR'AN DAN HADITS
E-ISSN: 2963-4024 (media online)
P-ISSN : 2963-4016 (media cetak)
DOI : 10.35931/am.v2i2.2267

ANALISIS PENGGUNAAN SUNNAH AS-SIWAK BAGI KESEHATAN MULUT

Ahmad Firmanto Azhari
Universitas Islam Negeri Banjarmasin
ahmadfirmanto17@gmail.com

Abstrak

Semakin berkembangnya zaman, sunnah As-siwak itu semakin berkembang. Pada zaman dahulu itu hanya menggunakan berbagai kayu saja dalam bersiwak, salah satunya kayu arak yang memiliki banyak sekali manfaat bagi kesehatan mulut manusia. Jurnal ini bertujuan untuk mengkaji tentang hadist sunnah as-siwak bagi kesehatan mulut dan manfaat dari penggunaan kayu arak. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan literatur pustaka yang berasal dari berbagai buku klasik dan jurnal yang relevan. Dalam agama islam itu sebenarnya menggosok gigi sudah sangat dianjurkan, bahkan sebelum para ilmuan menganjurkan untuk menggosok gigi dan menggunakan pasta gigi yang mengandung kayu arak. Kayu arak itu sendiri sudah dianjurkan oleh nabi Muhammad SAW untuk digunakan. Ada beberapa hadist yang menganjurkan, bahkan mengutamakan menggosok gigi atau bersiwak. Maka sebagai umat islam pada zaman sekarang, hendaknya bisa melestarikan sunnah bersiwak pada keseharian hidupnya, agar sunnah yang dianjurkan dalam islam itu tidak hilang bahkan luntur sampai akhir zaman nanti. Bersiwak ini memiliki banyak manfaat salah satunya yaitu menjaga kesehatan mulut.
Kata kunci: *Penggunaan, Bersiwak, kayu arak, Mulut.*

Abstract

As time goes by, the As-siwak sunnah is growing. In ancient times it only used a variety of wood in miswak, one of which was arak wood which had many benefits for human oral health. This journal aims to examine the sunnah hadith of as-siwak for oral health and the benefits of using arak wood. This study uses a qualitative method with literature derived from various classic books and relevant journals. In the Islamic religion, brushing your teeth is actually highly recommended, even before scientists recommended brushing your teeth and using toothpaste containing wood arak. Arak wood itself has been recommended by the prophet Muhammad SAW to be used. There are several hadiths that recommend, even prioritizing brushing your teeth or having a face shape. So, as Muslims today, we should be able to preserve the sunnah of miswak in their daily lives, so that the sunnah recommended in Islam does not disappear or even fade until the end of time. This siwak has many benefits, one of which is maintaining oral health.
Keywords: *Use, Miswak, Arak wood, Mouth.*

PENDAHULUAN

Siwak merupakan sunnah yang dianjurkan mulai sejak zaman dahulu. Pada masa sekarang bersiwak sudah berkembang, tidak hanya menggunakan kayu-kayuan, tetapi juga bisa dilakukan dengan menggunakan sikat gigi. Sebenarnya menggosok gigi setiap hari itu juga merupakan hakikat bersiwak. Menurut beberapa ulama bersiwak itu artinya menggosok, hanya saja jika dilakukan menggunakan niat, maka akan menjadi pahala sunnah bersiwak, jika dilakukan tanpa niat, maka tidak mendapatkan pahala bersiwak. Bersiwak itu jika dilakukan menggunakan batang atau kayu arak akan lebih afdol atau lebih utama dan juga efektif menghilangkan bau pada mulut, oleh sebab

pada kayu arak ada terkandung zat-zat anti bakteri yang dapat menghambat pertumbuhan kuman bau mulut. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa kayu siwak mengandung banyak zat organik yang bermanfaat bagi kesehatan mulut. Kandungan belerang, klorida, dan fluorida bersifat antibakteri, membantu mencegah penyakit terkait gusi.

Hukum dalam menjaga mulut agar tetap harum itu adalah sunnah. Jika seorang muslim atau bahkan yang bukan muslim menerapkan bersiwak pada kesehariannya, maka akan sangat berkemungkinan kecil bahwa orang tersebut akan terkena penyakit mulut. Apalagi telah diketahui dari segi medis bahwa di dalam kayu arak atau kayu siwak terdapat berbagai komponen anti-bakteri yang bekerja sebagai perlawanan terhadap bau mulut.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan studi literatur atau pustaka.[1] Metode penelitian yang digunakan ini adalah metode yang mengkaji dan menganalisis informasi atau data yang diperoleh dengan berbagai sumber yang relevan, seperti Jurnal, buku, artikel ilmiah dan lain-lain. Penelitian literatur ini bertujuan untuk mengkaji lebih dalam tentang sesuatu permasalahan yang akan dibahas secara terperinci.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Secara bahasa bersiwak memiliki makna yaitu menggosok dan secara istilah berarti menggosok gigi dengan sesuatu yang kasar[2]. Dalam kalimat itu dijelaskan bahwa bersiwak itu adalah menggosokan sesuatu yang kasar seperti kayu arak atau kayu-kayu lainnya yang telah dihaluskan ujungnya, seperti sikat yang halus dan digunakan untuk menggosok gigi yang bertujuan untuk menghilangkan warna kuning gigi penyebab bau mulut. Alat paling baik yang digunakan dalam bersiwak itu adalah kayu arak yang berasal dari negeri hijaz, dikatakan bahwa bermanfaat menguatkan gusi, menghindarkan penyakit gigi, menguatkan pencernaan dan mempermudah membuang air kecil.[3] Bersiwak bagi umat islam khususnya, merupakan sunnah yang paling dianjurkan. Dalam hadits disebutkan keutamaan bersiwak yaitu:

لَوْلاَ أَنْ أَشُقَّ عَلَى أُمَّتِي لأَمَرْتُهُمْ بِالسِّوَاكِ فِي كُلِّ صَلاَةٍ

[1] Albi Anggito dan Johan Setiawan, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, Cetakan Petama (CV Jejak, 2018), h.7.

[2] Hasan ibn ahmad ibn Muhammad al-Kaff, *Terjemahan Kitab al-Taqrirat Al-Sadidah fi al-Masail al-Mufidah*, 1 ed. (Lirboyo: ZamZam, t.t.), h. 49.

[3] Sayyid Sabiq, *Fikih Sunnah 1* (Jakarta: PT Pustaka Abdi Bangsa, 2017), h. 56.

Rasulullah SAW bersabda, "*Seandainya tidak memberatkan umatku pasti aku wajibkan mereka untuk bersiwak pada setiap kali shalat."*[4]

Dalam hadist diatas dijelaskan bahwa bersiwak itu merupakan perintah yang tersirat dari nabi Muhammad SAW. Andaikan umat ini paham daripada perkataan beliau SAW itu, maka mereka akan mengusahakan menjalankan sunnah itu. Bersiwak itu dapat membersihkan mulut dengan efektif, oleh sebab bersiwak menggunakan kayu arak itu dapat membersihkan dan membuat sehat mulut, serta menjadi segar dan ada manfaat lainnya yang bersifat akhirat, yaitu ittiba' (mengikuti) kepada Nabi.[5] Di dalam suatu riwayat setiap nabi SAW. akan melakukan suatu ibadah, maka beliau SAW. akan selalu bersiwak, bahkan setiap akan masuk rumah, masuk tandas atau bahkan hendak tidur selalu bersiwak. Ada beberapa hadist tentang waktu-waktu bersiwak itu yaitu:

1. Sebelum melaksanakan shalat, terdapat pada hadist yang diatas diriwayatkan dari Bukhari dan muslim. Dalam riwayat lain disebutkan bahwa:

قال النبي صلى الله عليه وسلم: {رَكْعَتَانِ بِسِوَاكٍ خَيْرٌ مِنْ سَبْعِينَ رَكْعَةً بِغَيْرِ سِوَاكٍ

"*Shalat dua raka'at menggunakan siwak itu 70 kali lebih baik, dari pada shalat tanpa menggunakan siwak"*

2. Sebelum Berwudhu.[6] Dalam satu riwayat dari Imam Ahmad dan Nasa'i bahwasanya nabi SAW. bersabda:

لَوْلَا أَنْ أَشُقَّ عَلَى أُمَّتِي ، لَأَمَرْتُهُمْ عِنْدَ كُلِّ صَلَاةٍ بِوُضُوءٍ ، ومَعَ كُلِّ وُضُوءٍ بِسِوَاكٍ ، وَلَأَخَّرْتُ عِشَاءَ الْآخِرَةِ إِلَى ثُلُثِ اللَّيْلِ

"Kalau sekiranya tidak memberatkan umatku, saya akan perintahkan mereka ada setiap akan shalat dengan berwudu. Pada setiap kali wudu dengan menggunakan siwak. Saya akan akhirkan waktu isya' akhir sampai sepertiga malam."

[4] احمد فهمي زمزم ابو حامد الغزالي, *بِدَايَتُهَاهِدَايَةٌ*, ٨ (بنجر بارو: دار السلام ياسين, ربع الآخر ١٤٤١), ٢٩.

[5] Mujahidin Ahmad, "Konservasi Air Dan Energi Dengan Menghidupkan Sunnah Nabi," *El-Hayah* 4, no. 1 (1 September 2013): h. 30, https://doi.org/10.18860/elha.v4i1.2618.

[6] Ery Tresnasari, "Bersiwak Dalam Bidang Kedokteran Gigi Perspektif Tafsir Ilmi" (masters, Institut PTIQ Jakarta, 2021), h.11, https://repository.ptiq.ac.id/id/eprint/451/.

3. Sebelum membaca Al-qur'an. Sabda Nabi SAW yang diriwayatkan oleh Al- Bazzar dengan kedudukan hadis hasan yaitu:

إِنَّ الْعَبْدَ إِذَا تَسَوَّكَ ، ثُمَّ قَامَ يُصَلِّي قَامَ الْمَلَكُ خَلْفَهُ ، فَتَسَمَّعَ لِقِرَاءَتِهِ فَيَدْنُو مِنْهُ أَوْ كَلِمَةً نَحْوَهَا ، حَتَّى يَضَعَ فَاهُ عَلَى فِيهِ فَمَا يَخْرُجُ مِنْ فِيهِ شَيْءٌ مِنَ الْقُرْآنِ ، إِلاَّ صَارَ فِي جَوْفِ الْمَلَكِ فَطَهِّرُوا أَفْوَاهَكُمْ لِلْقُرْآنِ

"*Sungguh jika seorang hamba bersiwak, kemudian berdiri salat, maka ada seorang malaikat yang berdiri dibelakangnya untuk mendengarkan bacaannya. Malaikat itu akan mendekat kepadanya hingga meletakan mulutnya pada mulut orang tersebut, dan tidaklah keluar dari mulut orang tersebut berupa bacaan al-qur'an kecuali akan masuk kedalam perut malaikat, maka bersihkanlah mulut kalian bila hendak membaca al-qur'an."*[7]

4. Ketika Bangun tidur. Diriwayatkan oleh Al-Bukhari dan Muslim. "*Bila bangun dari tidur di malam hari, Nabi Muhammad SAW. membersihkan mulutnya dengan siwak"*

Menurut habib Hasan al-Kaff dikatakan bahwa hukum bersiwak itu ada lima:

1. Wajib, Ketika bersiwak itu bisa menghilangkan najis dan bau pada mulut saat hendak melakukan ibadah, seperti shalat. Jika tidak bersiwak dan akan mengganggu kekhusu'an ibadah orang lain, maka hukum bersiwak menjadi wajib.
2. Sunnah, ini merupakan hukum asal bersiwak. Salah satu waktu yang sangat paling dianjurkan bersiwak yaitu bersamaan dengan wudhu. Caranya yaitu seperti kita lihat contoh dari pada al-habib Umar bin Hafidz ulama yaman, Beliau mencontohkan bersiwak itu setelah berkumur dan *istinsyaq*. Adapun pendapat lain mengatakan setelah membasuh tangan.[8]
3. Makruh, Bagi mereka yang berpuasa pada saat tergelincir matahari. Adapun menurut ulama hadromi atau yaman ada sebagian mengatakan bahwa hukum bersiwak pada puasa, setelah tergelincir matahari tidak makruh, oleh sebab pendapat mereka bau mulut itu berdasar pada bau di dalam perut, bukan pada menggosok gigi atau bersiwak. Juga menurut pada imam nawawi mengatakan bahwa tidak makruh, sebagaimana yang terdapat didalam nadzam Shafwatu az-Zubad " *Adapun bersiwak bagi orang yang berpuasa setelah tengah hari, maka hukum yang dipilih tidak makruh, dan haram menyambung puasa tanpa disela-selai berbuka"*

[7] Taufan Bramantoro, *SEMPURNAKAN DENGAN SIWAK KARENA GIGI SEHAT ADALAH HAK UMAT* (Jawa Timur: Airlangga University Press, 2019), h. 31.

[8] MUSHARRAF HUSSAIN, *THE FIVE PILLARS OF ISLAM*, First Published (ENGLAND: Kube Publishing Ltd, 2012), h.59.

4. *Khilaful* aula bersiwak dengan siwak orang lain, dengan izin pemilik. Tapi jika tujuannya mendapatkan atau mengambil berkah orang sholeh, maka hukumnya sunnah.
5. Haram, Jika memakai siwak orang lain tanpa persetujuan pemilik siwak itu sendiri.

Ada beberapa ulama mengatakan untuk bersiwak itu jika ingin mendapatkan pahala sunnah bersiwak, bisa saja mengambil pada konteks benda kasat saja, seperti halnya kain yang kasat pada ujung pergelangan baju, maka akan mendapatkan pahala sunnah.[9] Akan tetapi ada juga sebagian ulama tidak memperbolehkan memakai kain yang kasat, seperti halnya ujung kain baju. Karena alasan membuat pakaian menjadi kotor, tetapi pendapat yang paling banyak dipakai itu adalah pendapat yang memperbolehkan.

Ada beberapa tingkatan dalam alat bersiwak bahkan air yang digunakan juga ada beberapa tingkatan, seperti :

1. Menggunakan Kayu arak.[10]
2. Menggunakan Pelepah daun Kurma.
3. Menggunakan kayu Zaitun.
4. Menggunakan kayu-kayuan yang berbau harum, kecuali tangkai bunga.
5. Menggunakan benda-benda yang kasat.

Adapun tingkatan Air yang dapat digunakan untuk bersiwak seperti:

1. Air seperti biasanya yang suci.
2. Air mawar atau air-air yang berbau harum.
3. Air liur.
4. Kayu arak basah.
5. Kayu arak kering.

Semakin tinggi tingkatan pada kayu yang digunakan dan air yang digunakan, maka semakin utama atau semakin afdol dalam sunnah bersiwak itu. Kayu siwak yang sesuai sunah itu memiliki aturan ukuran kayu jika ingin digunakan. Para ulama mengatakan bahwa, ukuran kayu siwak itu tidak boleh lebih dari satu jengkal tangan dan juga tidak boleh kurang dari empat jari.

Habib Hasan al-Kaff menyatakan cara memegang kayu siwak itu dengan meletakkan jari kelingking tangan kanan ke bawah kayu siwak, serta jari manis, jari tengah dan jari telunjuk pada bagian atas kayu, serta jari jempol itu berada di bawah kayu siwaknya. Sebagian besar ulama di Indonesia mengajarkan cara memegang siwak sama seperti demikian itu. Memang boleh-boleh saja tidak menggunakan cara seperti di atas, akan tetapi tidak akan mendapatkan pahala sunah daripada cara memegang siwak itu. Cara memegang ini pun ada sanad yang bersambung sampai ke

[9] الشيخ محمد أرشد, *سبيل المهتدين* (مكة المكرمة, ١٨٨٢), ٥٦.

[10] Jihan Zaki dkk., "Keutamaan Siwak Dalam Sholat: Studi Takhrij Dan Syarah Hadis," *Gunung Djati Conference Series* 8 (13 Januari 2022): h.708.

Nabi SAW. Ada juga sebagian ulama mengatakan cara penggunaan siwak itu adalah menggunakan tangan kiri. Hal tersebut disangkut pautkan dengan membersihkan kotoran, yang mana selalu menggunakan tangan kiri dalam membersihkannya. Setiap sunah yang beliau lakukan, pasti ada memiliki manfaat yang luar biasa bagi diri manusia.

Bersiwak menggunakan kayu arak pada masa sekarang sangat lah jarang ditemukan terkecuali oleh para santri dan ulama. Hal ini disebabkan mulai memudarnya sunnah nabi SAW atau bahkan sunnah nabi mulai ditinggalkan oleh umatnya sendiri. Bisa saja umat sekarang tidak mengetahui tentang sunnah bersiwak ini. Dari berbagai penelitian yang dilakukan oleh orang-orang sekarang. Dikatakan bahwa orang-orang yang terbiasa bersiwak menggunakan kayu arak atau kayu yang dianjurkan oleh nabi SAW. mereka itu lebih kecil kemungkinan terkena gigi berlubang dan gusi yang bengkak.[11] Hal ini disebabkan ada beberapa komponen yang terkandung di dalam kayu arak itu bermanfaat bagi kesehatan mulut, seperti *silica* yang bermanfaat memutihkan warna gigi. Mengandung asam tanat yang bermanfaat menghilangkan plak pada gigi dan gingivitis. Mengandung resin yang berguna mencegah karies. Mengandung Essensial oils, mengerahkan karminatif, tindakan antiseptik. Memberikan rasa pahit ringan yang merangsang aliran air liur dan berguna sebagai antiseptik. Mengandung Sulfur, yang memberikan rasa pedas, serta memiliki efek bakterisida. Kayu arak juga mengandung Vitamin C yang bermanfaat sebagai penyembuhan dan perbaikan jaringan pada mulut.

Dari penelitian yang dilakukan oleh seorang mahasiswa dikatakan bahwa kayu siwak memiliki Antibakterial seperti astringen, abrasive, dan detergen yang berfungsi dalam membantu membunuh bakteri, mencegah infeksi, dan menghentikan gusi berdarah. Disaat pertama kali menggunakan kayu arak yang baru atau segar, seringkali terasa sedikit pedas karena kayunya mengandung zat antibakteri seperti mustard. Terdapat Klorida, fluor, trimetilamine, resin, silica, sulfur, vitamin C trimetilamin, dan vitamin C yang dapat membantu penyembuhan dan perbaikan jaringan gusi. Komponen kandungan Trimethylamine efektif mengurangi penumpukan plak pada permukaan gigi. Kandungan klorida berguna untuk menghilangkan noda dan karang gigi, sementara kandungan pada silika dapat bertindak sebagai abrasif. Sedangkan pada kandungan belerang pada kayu arak akan membawa rasa hangan dan aroma khas. Untuk Florida yang terdapat pada kayu arak itu berfungsi untuk mencegah kerusakan gigi dengan memperkuat lapisan enamel dan mengurangi kelarutan untuk asam yang dihasilkan dari metabolisme bakteri.[12]

[11] Angkoso Buonougo, "Dinamika Penafsiran Bersiwak Dalam Tafsir Klasik Dan Kontemporer" (masters, Institut PTIQ Jakarta, 2021), h.34, https://repository.ptiq.ac.id/id/eprint/450/.

[12] Yunika Dwi Rahmita, "PENGARUH MENYIKAT GIGI MENGGUNAKAN KAYU SIWAK TERHADAP PENURUNAN INDEKS PLAK" (diploma, Poltekkes Tanjungkarang, 2022), h.10, https://doi.org/10/KESIMPULAN%20DAN%20SARAN.pdf.

Dalam penelitian lain ditemukan bahwa ekstrak kayu siwak dari ranting dan akarnya itu dapat mencegah atau menghambat pertumbuhan bakteri mulut seperti *steptococcus mutans, lactobacillus acidphilus* (penyebab karies terutama pada lubang gigi pada lapisan yang lebih dalam), actinobacillus actinomycetemcomitans dan porphyromonas ginggivalis, dan pevotella intermedia penyebab perodontitis dan jamur candida albicas.[13] Penggunaan pada bagian akar itu lebih baik daripada ranting pohon, biasanya yang banyak tersebar dan digunakan oleh masyarakat itu adalah bagian akar oleh sebab bagian akar lebih banyak khasiat dan juga lebih mudah digunakan. Dimasyarakat lebih terkenal disebut kayu siwak, padahal yang mereka gunakan itu adalah bagian akar pohon arak atau batang pohon arak.

Seorang ilmuan dari jerman mengatakan bahwa terdapat banyak fadillah atau manfaat dari penggunaan siwak oleh bangsa arab. Terutama disaat kayu arak itu dibasahi oleh air, jika masih kering maka kayu itu tidak dapat mengeluarkan zat yang dapat melawan kuman. Apabila juga dipakai saat kering kayu itu akan terbasahi oleh air liur yang mana akan membasahi permukaan serabut pada kayu arak, sehingga merangsang senyawa alami yang ada didalam kandungan kayu tersebut. Sedangkan pada sebuah lembaga yang meneliti khusus tentang Siwak yang berpedoman pada buku "*Ath-Thib al-Nabawy*", karya ibnu Qayyim, bahwa siwak memiliki keistimewaan karena mengandung komposisi kimia, seperti sabut-sabut *syluz*, minyak, getah wangi, dan garam mineral. Para ilmuan kedokteran yang meneliti tentang lapisan bakteri gigi disebut dental black yang tidak dapat dijangkau oleh sabut sikat gigi biasa, dari sanalah yang menyebabkan bau mulut dan penyakit gusi. Berdasarkan studi, ternyata sabut siwak pada kayu arak dapat menjangkau lapisan tadi. [14]

Daripada berbagai kelebihan dari menggosok gigi dengan kayu arak ada terdapat beberapa kekurangan seperti : [15]

1. Serat kayu arak yang panjang akan sulit untuk menjangkau pada bagian permukaan gigi bawah sebelah dalam yang menghadap ke lidah atau lebih tepatnya pada bagian gusi.
2. Jika menyikat dengan kayu arak secara berlebihan akan menyebabkan ausnya permukaan gigi bagian depan dan jika menggunakannya dengan keadaan kering dan terlalu keras dalam menggosoknya akan berdampak ausnya permukaan gigi.
3. Jika dilakukan dengan teknik yang tidak sesuai dengan sunnah, maka kemungkinan besar akan terjadinya resensi gusi (turunnya gusi ke arah permukaan akar gigi). Dari pada sanad yang penulis dapatkan dari ulama yang datang dari hadromaut, cara sunnah menggunakan siwak itu seperti menyerupai angka delapan yang horizontal atau tanda unlimited ∞. Dimulai menggosok

[13] Asril Waisakka Hidayat, Minarni, *KHASIAT TANAMAN HERBAL TERHADAP KESEHATAN GIGI DAN MJLUT*, PERTAMA (PADANG: PT GLOBAL EKSEKUTIF TEKNOLOGI, 2023), h. 58.

[14] Ahmad Zacky El-Syafa, *NIKMATNYA IBADAH*, Cet. I (Surabaya: Katalog Dalam Terbitan, 2020), h.38.

[15] Minarni, *KHASIAT TANAMAN HERBAL TERHADAP KESEHATAN GIGI DAN MJLUT*, h. 59.

daripada bagian tengah atas kekanan secara horizontal lalu kebagian gusi bawah kanan, lalu arahkan ke kiri sampai ketengah, lalu dimulai kembali kebagian kiri atas secara horizontal, lalu kebawah gusi kiri menuju kekanan kebagian tengah dan berhenti ditengah. Dilakukan secara berkelanjutan dengan jumlah 3x pengulangan.

4. Ada penelitian yang menyatakan bahwa kayu arak yang telah digunakan setelah satu hari atau 24 jam akan mengandung racun yang berbahaya untuk kesehatan mulut dan kesehatan tubuh. Jadi dalam penggunaan kayu siwak yang sesuai sunnah itu, setiap kali ingin memakainya, maka kita diharuskan untuk membasuhnya.

Dalam hadits yang diriwayat Aisyah r.a. : *Bahwa Rasulullah SAW. menggosok gigi, maka diberikannyalah kepadaku siwak untuk dicuci. Lebih dahulu kupakai untuk menggosok gigiku, kemudian kucuci dan kuserahkan kembali kepadanya.*

Dari hadits diatas dapat kita ambil hikmah, sebelum dilakukannya penelitian yang modern tentang adanya terkandung racun yang tidak baik bagi kesehatan, jika kita tidak menjaga dengan baik kayu arak itu maka akan menyebabkan racun yang berbahaya. Maka daripada itu rasul mengajarkan kita untuk mencuci setiap penggunaan siwak. Dalam pengalaman penulis bahwa setiap kita mencuci kayu arak itu dan menjaganya dengan baik (tidak sampai kayu itu mengering), maka kayu itu akan tetap segar seperti pertama kali kita menggunakannya. Berbeda jika sudah tidak dijaga, maka akan kering dan berbeda rasa penggunaannya.

Ada sebagian ulama mengatakan, bahwasanya bersiwak itu tidak hanya menggunakan kain yang kasat atau bahkan menggunakan kayu arak saja. Akan tetapi kita setiap hari menggosok gigi menggunakan sikat gigi biasa juga akan mendapatkan pahala bersiwak, asalkan dibarengi akan niat bersiwak itu sendiri. Contohnya sahaja aku berniat bersiwak mengikut sunnah nabi, karena Allah. Niat seperti itu juga akan mendapatkan pahala sunnah, walaupun kita hanya menggunakan sikat gigi biasa, tanpa kayu arak. Dasar daripada pendapat itu sendiri, berasal daripada pengertian dari bersiwak itu sendiri, yaitu menggosok. Apalagi sekarang ada halnya pasta gigi yang bercampur dengan ekstraksi batang kayu arak, yang mana itu sangat bermanfaat bagi kesegaran mulut dan berkemungkinan menurunkan pertumbuhan plak gigi.

Sebenarnya faedah atau manfaat dari bersiwak itu tidak hanya membersihkan mulut, akan tetapi bisa membuat seseorang mendapat ridhonya Allah SWT., menambah kefasihan dalam berbicara, meningkatkan kecerdasan dan memperkuat hafalan (seperti yang saya dengar dari pada hafidz-hafidz di yaman baik daripada hafidz al-qur'an atau hadist atau kitab-kitab lainnya, mereka tidak pernah terlepas dari pada menggunakan siwak atau bersiwak) bisa memudahkan lepasnya ruh (dalam suatu riwayat di saat nabi akan menjelang wafat, beliau bersiwak menggunakan pelepah kurma yang telah dihaluskan oleh Aisyah dan disiwakkan oleh Aisyah sendiri), melipat gandakan pahala, memperlambat tumbuhnya uban, menghilangkan pusing dan sakit otot kepala, menyehatkan

dan memperkuat pencernaan (dikatakan seperti ini, ada kesunahan yang dilakukan ketika memakai atau menggunakan siwak baru, serta yang pertama kali digunakan, yaitu dengan cara ditelan air liurnya. Seperti yang kita lihat, dari penelitian oleh para ahli di atas. Kayu arak itu memiliki berbagai komponen yang dapat membuat sehat mulut kita, jika komponen-komponen itu tertelan, maka akan menyebabkan sehatnya pencernaan, hal ini dilakukan di saat pertama kali digunakan saja, jikalau bukan, dari penelitian di atas juga, bahwa siwak yang digunakan lebih dari satu hari atau 24 jam itu ada memiliki racun di dalamnya, maka dari itu di anjurkan untuk dibasuh menggunakan air sebelum digunakan.) Fadilah ini termaktub di dalam kitab at-taqrirat as-Sadidah.

KESIMPULAN

Bersiwak merupakan suatu aktivitas Sunnah yang paling dianjurkan oleh Nabi SAW. secara bahasa bersiwak adalah menggosok. Ada lima hukum dalam bersiwak sesuai dengan keadaan atau kondisi pada saat itu, seperti hukumnya wajib, hukumnya sunnah, hukumnya makruh, hukumnya khilaful aula, dan hukumnya haram. Adapun cara pemakaian siwak yang sesuai sunnah itu adalah menyerupai angka delapan, yang dimulai dari sisi kanan. Adapun kayu yang digunakan dalam bersiwak itu dari tingkatan tertinggi adalah kayu arak, pelepah daun kurma, kayu zaitun, kayu yang berbau harum, kecuali tangkai bunga, dan benda kasat, seperti kain baju. Alat yang paling dianjurkan dan memiliki banyak faedah dalam bersiwak yaitu kayu arak. Dimana kayu arak ini memiliki berbagai kandungan yang bermanfaat bagi kesehatan mulut, seperti komponen *silica* yang bermanfaat memutihkan warna gigi. Senyawa asam tanat yang bermanfaat menghilangkan plak pada gigi dan gingivitis. Senyawa resin yang berguna mencegah karies. Mengandung Essensial oils, mengerahkan karminatif, tindakan antiseptik. Memberikan rasa pahit ringan yang merangsang aliran air liur, berguna sebagai antiseptik. Senyawa Sulfur yang memberikan rasa pedas dan memiliki efek bakterisida. Kayu arak juga mengandung Vitamin C yang bermanfaat sebagai penyembuhan dan perbaikan jaringan pada mulut. Kandungan belerang pada kayu arak akan membawa rasa hangat dan aroma khas. Ada juga terdapat senyawa Florida yang berfungsi untuk mencegah kerusakan gigi dengan memperkuat lapisan enamel dan mengurangi kelarutan untuk asam yang dihasilkan dari metabolisme bakteri.

Kayu arak yang digunakan bersiwak itu merupakan bagian ranting atau juga bagian akar. Menurut penelitian bahwa yang paling banyak memiliki keunggulan atau memiliki banyak manfaat, terdapat pada bagian akar pohon arak. Dari berbagai kelebihan dalam menggunakan kayu arak ada terdapat beberapa kekurangan, seperti jika menggosok gigi menggunakan benda ini, pada bagian gusi bawah yang menghadap ke lidah akan sukar terjangkau, setelah itu jika menggunakannya dengan secara berlebihan dan juga terlalu keras, apalagi dalam keadaan kering, maka permukaan pada gigi akan cepat aus. Jika dilakukan dengan teknik yang tidak tepat atau tidak sesuai sunnah,

kemungkinan akan terjadinya resensi pada bagian gusi. Menurut pada penelitian bahwa jika kayu arak telah digunakan selama satu hari, jika tidak dibersihkan akan mengandung racun yang berbahaya bagi kesehatan mulut. Kesunahan yang sering dilupakan ialah di saat pertama kali menggunakan kayu siwak, air liur yang digosokkan itu ditelan, sebagaimana para ulama mengatakan hak demikian itu.

Sejak zaman dahulu seorang muslim sudah dianjurkan bersiwak dan dianjurkan untuk membersihkan giginya. Pada masa itu tidak adanya teknologi yang canggih untuk mengetahui manfaat dari pada menggunakan kayu arak. Dari sini dapat kita ketahui bahwa, segala kesunnahan yang dilakukan oleh Nabi SAW. pasti memberikan manfaat yang luar biasa bagi kesehatan tubuh kita.

Ada sebagian ulama mengatakan, bahwasanya bersiwak itu tidak hanya menggunakan kain yang kasat atau bahkan menggunakan kayu-kayuan seperti kayu arak saja. Akan tetapi kita setiap hari menggosok gigi menggunakan sikat gigi biasa juga akan mendapatkan pahala bersiwak, asalkan dibarengi akan niat bersiwak itu sendiri. Pahala yang didapatkan itu hanya pahala bersiwak atau menggosok saja, tidak dengan pahala kayu yang dianjurkan atau menyerupai apa yang nabi pakai dan juga pahala cara penggunaan yang dicontohkan. Sebab pahala sunnah itu diapat dengan *mutaba'ah* atau mengikut daripada apa yang sering nabi lakukan. Faedah atau manfaat dari bersiwak itu tidak hanya membersihkan mulut, akan tetapi bisa membuat seseorang mendapat ridhonya Allah SWT., menambah kefasihan dalam berbicara, meningkatkan kecerdasan dan memperkuat hafalan, bisa memudahkan lepasnya ruh melipat gandakan pahala, memperlambat tumbuhnya uban, menghilangkan pusing dan sakit otot kepala, menyehatkan dan memperkuat pencernaan.

Jadi sebagai seorang yang mengaku cinta kepada Nabi SAW. hendaknya ia selalu mengusahakan apapun sunnah yang beliau kerjakan untuk selalu ditiru. Seperti halnya sunnah bersiwak. Bahkan disaat beliau sakaratul maut, benda terakhir yang berada dimulut beliau adalah siwak. Tanda seorang itu cinta adalah dengan pembuktian, bukan sekedar kata yang keluar dari lisannya. Bersiwak dengan kayu arak merupakan sunnah yang paling ringan dan juga paling banyak memiliki segudang faedah dalam penggunannya.

Saran

Sebaiknya setelah mengetahui keutamaan dari pada bersiwak itu maka sebaiknya, diamalkan pada kehidupan sehari-hari, guna melestarikan sunnah nabi yang mulai memudar. Bagi seorang penuntut ilmu, jika ia telah mendapatkan suatu ilmu, maka ia berkewajiban dalam mengamalkan ilmu yang ia dapatkan. Ilmu ini adalah ilmu-ilmunya Nabi Muhammad SAW

DAFTAR PUSTAKA

Ahmad, Mujahidin. "Konservasi Air Dan Energi Dengan Menghidupkan Sunnah Nabi." *El-Hayah* 4, no. 1 (1 September 2013). https://doi.org/10.18860/elha.v4i1.2618.

Ahmad Zacky El-Syafa. *NIKMATNYA IBADAH*. Cet. I. Surabaya: Katalog Dalam Terbitan, 2020.

Albi Anggito dan Johan Setiawan. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Cetakan Petama. CV Jejak, 2018.

Al- Lafi T and Ababneh H. The effect of the extraxt of the miswak (Chewing sticks) Used in Jordan and the Middle East on oral bacteria. Int Dent J, 1995; 45: 218-22.

Buonougo, Angkoso. "Dinamika Penafsiran Bersiwak Dalam Tafsir Klasik Dan Kontemporer." Masters, Institut PTIQ Jakarta, 2021. https://repository.ptiq.ac.id/id/eprint/450/.

Hasan ibn ahmad ibn Muhammad al-Kaff. *Terjemahan Kitab al-Taqrirat Al-Sadidah fi al-Masail al-Mufidah*. 1 ed. Lirboyo: ZamZam, t.t.

Minarni, Asril Waisakka Hidayat. *KHASIAT TANAMAN HERBAL TERHADAP KESEHATAN GIGI DAN MJLUT*. PERYAMA. PADANG: PT GLOBAL EKSEKUTIF TEKNOLOGI, 2023.

MUSHARRAF HUSSAIN. *THE FIVE PILLARS OF ISLAM*. First Published. ENGLAND: Kube Publishing Ltd, 2012.

Rahmita, Yunika Dwi. "PENGARUH MENYIKAT GIGI MENGGUNAKAN KAYU SIWAK TERHADAP PENURUNAN INDEKS PLAK." Diploma, Poltekkes Tanjungkarang, 2022. https://doi.org/10/KESIMPULAN%20DAN%20SARAN.pdf.

Sayyid Sabiq. *Fikih Sunnah 1*. Cetakan I. Jakarta: PT Abdi Bangsa, 2017.

Taufan Bramantoro. *SEMPURNAKAN DENGAN SIWAK KARENA GIGI SEHAT ADALAH HAK UMAT*. Jawa Timur: Airlangga University Press, 2019.

Tresnasari, Ery. "Bersiwak Dalam Bidang Kedokteran Gigi Perspektif Tafsir Ilmi." Masters, Institut PTIQ Jakarta, 2021. https://repository.ptiq.ac.id/id/eprint/451/.

Zaki, Jihan, Susanti Vera, Saifudin Nur, dan Busro. "Keutamaan Siwak Dalam Sholat: Studi Takhrij Dan Syarah Hadis." *Gunung Djati Conference Series* 8 (13 Januari 2022): 700–710.

ابو حامد الغزالي, احمد فهمي زمزم. *بِدَايَةُالهِدَايَةُ*. ٨. بنجر بارو: دار السلام ياسين, ربع الآخر ١٤٤١.

الشيخ محمد أرشد. *سبل المهتدين*. مكة المكرمة, ١٨٨٢.