**Cara Menghindari Panas saat Berhijab**

****

(Sumber gambar: www.jo24.net)

Jika dilihat dari waktu ke waktu, semakin banyak perempuan muslim yang menggunakan hijab. Oleh sebab itu, kini sudah ada beragam model hijab yang bisa kamu gunakan sesuai dengan kebutuhan. Perlu kamu mengerti bahwa menggunakan hijab tidak selalu mengenai kecantikan, tapi juga harus memikirkan kenyamananmu saat memakainya.

Biasanya, akan ada beberapa hal yang menghalangimu ketika ingin menggunakan hijab, salah satunya adalah takut merasa gerah saat berhijab, apalagi jika kamu dituntut untuk beraktivitas di luar ruangan. Teriknya sinar matahari dan udara panas saat siang hari akan membuatmu lebih mudah berkeringat. Namun, kamu tidak perlu khawatir lagi! Berikut kami rangkum beberapa tips agar kamu tidak kepanasan dan merasa lebih nyaman saat menggunakan hijab.

1. **Pilihlah Bahan Hijab yang Tepat**Pemilihan bahan kain akan sangat memengaruhi kenyamananmu saat menggunakanhijab. Sebaiknya, pilihlah bahan yang tepat agar tidak mudah kepanasan. Nah, jenis kain seperti katun, *thai silk*, atau *chiffon* sangat cocok untuk kamu yang sering beraktivitas di luar ruangan. Bahan-bahan tersebut dapat menyerap keringat sehingga kamu tidak perlu takut kepanasan ketika memakai hijab.
2. **Hindari Rambut Basah ketika Menggunakan Hijab**Hindari mengenakan hijab saat rambut masih basah. Hal ini sering kali terjadi ketika kamu sedang telat dan terburu-buru. Tahukah kamu? Memakai hijab saat rambut basah bisa membuat rambut menjadi lembap dan mudah berkeringat dalam keadaan panas. Maka dari itu, pastikan kamu mengeringkan rambut terlebih dahulu sebelum menggunakan hijab, ya!
3. **Ikat Rambut Saat Berhijab**Cara lainnya untuk menghindari panas saat menggunakan hijab adalah dengan mengikat rambut. Pasalnya, jika rambut terurai begitu saja akan membuat kamu lebih mudah merasa panas ketika mengenakan hijab. Nah, biasanya setiap perempuan memiliki caranya masing-masing ketika mengikat rambut. Beberapa contoh yang bisa kamu coba yaitu dengan mengepang rambut, cepol, atau diikat ala *ponytail.* Coba sesuaikan dengan gaya ikat rambut yang paling membuatmu nyaman, ya!
4. **Pilih Baju yang Sesuai Kebutuhan**Tidak hanya pemilihan bahan pada hijab saja, tapi kamu juga perlu pandai dalam memilih tipe [baju muslim](https://shopee.co.id/Fashion-Muslim-cat.43) yang tepat. Gunakanlah bahan *blouse* atau *maxi dress* yang bertekstur lembut. Pemakaian baju wanita ini juga bisa kamu *mix and match* sesuai kebutuhanmu. Mengenakan baju atasan berwarna putih juga dapat membantu kamu menghindari panas karena warna putih bersifat memantulkan cahaya. Dengan demikian, tubuh kamu tidak akan merasakan panas yang berlebih.
5. **Luangkan Waktu Sejenak ketika Beraktivitas**Banyaknya kegiatan yang kamu lakukan sepanjang hari dapat mempermudah kamu untuk mengeluarkan keringat. Pastinya, ini akan membuat kamu merasa tidak nyaman ketika menggunakan hijab, bukan? Selain itu, banyaknya keringat yang keluar juga bisa membuat kamu sakit kepala, *lho*. Untuk menghindari keringat yang berlebihan, akan lebih baik jika kamu meluangkan waktu sejenak untuk beristirahat.
6. **Pilihlah Warna-Warna Pastel dalam Berpakaian**Selain pemilihan bahan yang tebal dan panas, pemilihan warna pakaian juga dapat membuatmu merasa gerah. Ketika kamu menggunakan baju berwarna hitam, ini akan membuat kamu mudah merasa panas dan akhirnya berkeringat. Hal ini dikarenakan warna hitam dapat menyerap sinar matahari secara langsung. Untuk menghindari hal tersebut, lebih baik kamu memilih pakaian berwarna pastel agar selalu terlihat cerah dan segar sepanjang hari.

Nah, itu dia beberapa tips yang bisa kamu coba untuk menghindari panas saat berhijab. Memutuskan untuk menggunakan [hijab](https://shopee.co.id/Hijab-cat.43.1085) merupakan bentuk ibadah. Oleh sebab itu, jangan biarkan hal sederhana seperti ini menghalangimu untuk berhijab, ya! Jadi, mulai sekarang kamu bisa memilih bahan dan cara yang tepat agar tidak kepanasan. Jika kamu memiliki tips lain, jangan ragu untuk bagikan lewat kolom komentar di bawah ini. Semoga artikel ini membantu, ya.