Seimbangkanlah posisi kalian dalam sujud, dan janganlah salah seorang dari kalian menghamparkan kedua lengannya di atas tanah (ketika sujud) sebagaimana (yang dilakukan) anjing.

Dari Anas bin Malik -raḍiyallāhu 'anhu-, dari Nabi -ṣallallāhu 'alaihi wa sallam-, beliau bersabda, "Seimbangkanlah posisi kalian dalam sujud, dan janganlah salah seorang dari kalian menghamparkan kedua lengannya di atas tanah (ketika sujud) sebagaimana (yang dilakukan) anjing."

[Hadis sahih] [Muttafaq 'alaih]

Nabi -ṣallāhu 'alaihi wa sallam- menyuruh untuk menyeimbangkan sujud sehingga orang yang salat dalam keadaan baik saat sujud. Yaitu dengan cara meletakkan dua telapak tangannya di atas tanah dan mengangkat kedua lengannya serta menjauhkannya dari lambungnya. Sebab, keadaan ini adalah tanda semangat dan minat yang dituntut dalam salat. Keadaan yang baik ini juga memungkinkan semua organ sujud bisa mengambil bagiannya dalam ibadah. Orang yang salat dilarang untuk menghamparkan kedua lengannya (di lantai) saat sujud, karena itu merupakan tanda kemalasan dan kebosanan, serta menyerupai anjing. Ini merupakan penyerupaan yang tidak pantas.

http://www.sunnah.global/hadeeth/id/show/3111