

SUDUT PANDANG AGAMA ISLAM TERHADAP PAKAIAN OLAHRAGA RENANG

Muh Hafiz

Mahasiswa JPOK, FKIP, Universitas Lambung Mangkurat, Indonesia
email: 2310122110037@mhs.ulm.ac.id

Maulana Habibie

Mahasiswa JPOK, FKIP, Universitas Lambung Mangkurat, Indonesia
email: 2310122310015@mhs.ulm.ac.id

Dwi Rahmat Dianto

Mahasiswa JPOK, FKIP, Universitas Lambung Mangkurat, Indonesia
email: 2310122310013@mhs.ulm.ac.id

ABSTRACT

Sportswear is the most important thing to pay attention to in sports activities. However, in the Islamic religion, there are principles of clothing that must be followed. Therefore, this research aims to provide a deeper understanding of the Islamic perspective on sportswear. Based on research conducted, Muslim women's sportswear that is in accordance with the principles of dressing in Islam is clothing that covers the private parts, is not tight, is not transparent, and does not show parts of the body that should be covered. Apart from that, Muslim women's sportswear that complies with the principles of clothing in Islam must also be comfortable and appropriate for the sports activities being carried out. However, there are also sports clothes that do not comply with Islamic dress principles, such as clothes that are too tight, too short, or too transparent. This is contrary to Islamic teachings which respect the honor of the body and private parts. This research also explains the etiquette of clothing in sports for men and women. Men are expected to wear clothes that are not too tight and do not go above the knees, while women are expected to wear clothes that cover the whole body and do not show the curves that should be covered.

Keywords: religion, perspective, behavior, rites, scriptures, ethics

ABSTRAK

Pakaian olahraga adalah hal yang paling penting untuk diperhatikan dalam aktivitas olahraga. Namun, dalam agama Islam, terdapat prinsip-prinsip berpakaian yang harus diikuti. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai sudut pandang Islam terhadap pakaian olahraga. Berdasarkan penelitian yang dilakukan, pakaian olahraga muslimah yang sesuai dengan prinsip-prinsip berpakaian dalam Islam adalah pakaian yang menutup aurat, tidak ketat, tidak transparan, dan tidak menampilkan bagian tubuh yang seharusnya ditutupi. Selain itu, pakaian olahraga muslimah yang sesuai dengan prinsip-prinsip berpakaian dalam Islam juga harus nyaman dan sesuai dengan aktivitas olahraga yang dilakukan. Namun, terdapat juga pakaian olahraga yang tidak sesuai dengan prinsip berpakaian dalam Islam, seperti pakaian yang terlalu ketat, terlalu pendek, atau terlalu

transparan. Hal ini bertentangan dengan ajaran Islam yang menghargai kehormatan tubuh dan aurat. Dalam penelitian ini juga dijelaskan mengenai etika berpakaian dalam olahraga untuk laki-laki dan perempuan. Laki-laki diharapkan untuk mengenakan pakaian yang tidak terlalu ketat dan tidak melebihi lutut, sedangkan perempuan diharapkan untuk mengenakan pakaian yang menutupi seluruh tubuh dan tidak menampilkan lekuk tubuh yang seharusnya ditutupi

Kata kunci: agama, cara pandang, perilaku, ritual, kitab suci, ajaran etika

LATAR BELAKANG

Dalam Islam, kesehatan dianggap sebagai salah satu faktor penting yang menunjang segala aktivitas dan aktivitas manusia, khususnya yang berkaitan dengan ibadah kepada Allah SWT. Oleh karena itu kita sebagai olahragawan wajib mengikuti syariat Islam dalam menggunakan pakaian olahraga agar diridhoi oleh Allah SWT. Islam ada karena merupakan agama yang bertujuan untuk menjadikan manusia baik budi, raga, dan jiwa. Islam ingin seluruh umatnya kuat lahir dan batin. Oleh karena itu, perwujudan tujuan Islam sendiri dalam sudut pandang adalah menjaga kesehatan jasmani. Islam juga menghendaki umatnya kuat jasmani dan rohani orang. Dimana Allah SWT memperingatkan pengikutnya agar menjadi umat Islam yang kuat lahir dan batin. Dalam Al Quran, Allah SWT berfirman dalam surat An-Nisa [4]: 9 Al-Qur'an juga memiliki perintah untuk membantu umat Islam mencari ilmu. Ini akan menjadi. Ada banyak hal yang dapat kita pelajari dari penelitian teoritis. Dalam mempelajari pendidikan jasmani, perlu mempelajari pendidikan jasmani secara menyeluruh sehingga membantu dalam pengembangan segala aspek seperti kesehatan, pemikiran, dan kemampuan jasmani. Kebugaran dan pengendalian emosi serta kemampuan berperilaku baik dalam segala aktivitas.

Manusia adalah dua dimensi dari realitas yang sama. Manusia dapat melihat dirinya sendiri dan dilihat, mendengar dan didengar, menyentuh dan disentuh, dapat merasakan enak atau tidaknya suatu makanan, dan dapat merasakan sakit. Anda dapat menganggapnya sebagai makhluk yang juga dapat melakukan sesuatu. Fakta bahwa jasmani dan jasmani juga penting (alami) bagi manusia menunjukkan bahwa pendidikan jasmani merupakan bagian terpenting dalam hidup untuk menjadi manusia seutuhnya. Masyarakat juga perlu memperhatikan dan merawat tubuhnya agar tetap sehat. Kesehatan fisik juga mempengaruhi kesehatan mental. Menjaga dan merawat tubuh jangan sampai membuat orang mengidolakannya. Oleh karena itu, latihan fisik sangat diperlukan bagi manusia. Pendidikan Islam merupakan bagian dari Islam secara keseluruhan. Oleh karena itu, tujuan pendidikan Islam tidak lepas dari makna hidup.

Perdebatan mengenai pandangan Islam terhadap pakaian olahraga. Olahraga menjadi semakin populer dan penting untuk kesehatan dan kebugaran, namun pandangan yang berbeda

mengenai pakaian olahraga dalam agama Islam menjadi suatu isu yang seringkali dipertanyakan. Pakaian olahraga yang dikenakan harus memperhatikan prinsip-prinsip berpakaian dalam Islam agar tidak bertentangan dengan ajaran agama Islam.

METODE PENELITIAN

Berikut adalah beberapa metode penelitian yang dapat digunakan untuk meneliti tentang pakaian olahraga menurut agama Islam:

1. Penelitian Kepustakaan (Library Research)

Metode ini melibatkan pengumpulan data melalui studi literatur yang relevan dengan topik penelitian, seperti kitab suci Al-Qur'an, hadits, karya ulama, dan jurnal ilmiah. Data yang dikumpulkan kemudian dianalisis untuk menghasilkan temuan dan kesimpulan.

2. Penelitian Kualitatif (Qualitative Research)

Metode ini melibatkan pengumpulan data melalui wawancara, observasi, dan fokus grup dengan individu atau kelompok yang memiliki pengetahuan dan pengalaman tentang pakaian olahraga dalam Islam. Data yang dikumpulkan kemudian dianalisis secara kualitatif untuk memahami makna dan perspektif yang mendalam tentang topik penelitian.

3. Penelitian Kuantitatif (Quantitative Research)

Metode ini melibatkan pengumpulan data melalui survei, kuesioner, atau eksperimen untuk mengukur variabel-variabel yang terkait dengan pakaian olahraga dalam Islam. Data yang dikumpulkan kemudian dianalisis secara statistik untuk menghasilkan temuan dan kesimpulan yang generalizable.

4. Penelitian Campuran (Mixed Methods Research)

Metode ini menggabungkan metode penelitian kualitatif dan kuantitatif untuk mendapatkan pemahaman yang lebih komprehensif tentang topik penelitian. Pendekatan ini memungkinkan peneliti untuk mendapatkan data yang kaya dan mendalam dari penelitian kualitatif, serta data yang terukur dan generalizable dari penelitian kuantitatif. Penting untuk dicatat bahwa metode penelitian yang paling tepat untuk digunakan akan tergantung pada tujuan spesifik dari penelitian. Berikut adalah beberapa contoh topik penelitian tentang pakaian olahraga dalam Islam yang dapat diteliti menggunakan metode-metode di atas:

Pandangan Islam tentang pakaian olahraga yang ideal bagi pria dan wanita Hukum mengenakan pakaian olahraga ketat atau terbuka saat berolahraga Etika berpakaian olahraga dalam Islam di tempat-tempat umum Pengaruh budaya dan tradisi lokal terhadap pemahaman tentang pakaian olahraga dalam Islam Persepsi masyarakat Muslim terhadap berbagai jenis pakaian olahraga.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pakaian olahraga menjadi salah satu hal yang penting dalam melakukan aktivitas olahraga. Namun, pandangan terhadap pakaian olahraga dari sudut pandang agama sering kali menjadi perdebatan, terutama dalam Islam. Islam memiliki aturan dan prinsip-prinsip dalam berpakaian yang harus dipatuhi oleh setiap umatnya, termasuk dalam hal berolahraga. Seiring dengan meningkatnya kesadaran akan pentingnya berolahraga, maka semakin penting juga untuk memahami sudut pandang Islam terhadap pakaian olahraga agar dapat menghindari kesalahan dalam berpakaian saat berolahraga. Oleh karena itu, penelitian mengenai sudut pandang Islam terhadap pakaian olahraga sangat penting untuk dilakukan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pandangan Islam terhadap pakaian olahraga renang, prinsip-prinsip berpakaian dalam Islam, etika berpakaian dalam olahraga menurut Islam, serta studi kasus pakaian olahraga muslimah yang sesuai dengan prinsip-prinsip berpakaian dalam Islam. Diharapkan penelitian ini dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang sudut pandang Islam terhadap pakaian olahraga dan bermanfaat bagi para muslim yang ingin berolahraga dengan tetap memperhatikan aturan dan prinsip-prinsip dalam berpakaian yang berlaku dalam Islam.

Perdebatan mengenai pandangan Islam terhadap pakaian olahraga. Olahraga menjadi semakin populer dan penting untuk kesehatan dan kebugaran, namun pandangan yang berbeda mengenai pakaian olahraga dalam agama Islam menjadi suatu isu yang seringkali dipertanyakan. Pakaian olahraga yang dikenakan harus memperhatikan prinsip-prinsip berpakaian dalam Islam agar tidak bertentangan dengan ajaran agama Islam.

Tujuan dari penulisan jurnal ini adalah untuk memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai sudut pandang Islam terhadap pakaian olahraga. Dalam jurnal ini akan dibahas mengenai definisi dan prinsip-prinsip berpakaian dalam Islam, konsep olahraga dalam Islam, pakaian olahraga yang sesuai dan tidak sesuai dengan prinsip berpakaian dalam Islam, serta etika berpakaian dalam olahraga untuk laki-laki dan perempuan. Studi kasus mengenai pakaian olahraga muslimah yang sesuai dengan prinsip-prinsip berpakaian dalam Islam juga akan dibahas dalam penulisan ini. Diharapkan dengan adanya penelitian ini, umat muslim dapat lebih memahami prinsip-prinsip berpakaian dalam

Islam dan dapat memilih pakaian olahraga yang sesuai dengan aturan yang berlaku dalam agama Islam saat berolahraga.

I. Konsep Pakaian

Konsep pakaian dalam Islam merupakan hal yang penting dan harus diperhatikan oleh setiap umat muslim. Pakaian dalam Islam harus memperhatikan prinsip-prinsip yang telah ditetapkan oleh ajaran agama Islam. Berikut adalah beberapa konsep pakaian dalam Islam:

1. Pakaian dalam Islam harus dapat menutup aurat, yaitu bagian tubuh yang harus ditutupi oleh setiap muslim dan muslimah. Bagi perempuan, aurat meliputi seluruh tubuh kecuali wajah dan telapak tangan. Sedangkan bagi laki-laki, aurat meliputi bagian dari pusar hingga lutut.
2. Tidak Memperlihatkan atau menampakkan bentuk tubuh.
3. Tidak Menimbulkan Kemaksiatan
4. Tidak Menyerupai Pakaian Orang Kafir Pakaian dalam Islam tidak boleh menyerupai pakaian orang kafir. Muslim diwajibkan untuk memakai pakaian yang berbeda dengan pakaian yang dikenakan oleh orang kafir.
5. Menunjukkan Identitas Muslim Pakaian dalam Islam dapat digunakan untuk menunjukkan identitas muslim. Pakaian muslimah dan muslim memiliki ciri khas dan identitas tersendiri dalam Islam agar mudah dikenali.
6. Tidak Menimbulkan Kesenangan yang Berlebihan Pakaian dalam Islam tidak boleh menimbulkan kesenangan yang berlebihan. Pakaian yang terlalu mewah dan terlalu mencolok tidak dianjurkan dalam Islam.

II. Konsep Berpakaian

Adapun cara berpakaian dalam islam ialah dengan memakai pakaian longgar atau tidak membentuk badan memakai kaos kaki dan hijab yang dapat menutup bagian dada (untuk wanita).

Pakaian olahraga dalam perspektif Islam harus memenuhi kriteria-kriteria yang telah ditetapkan dalam ajaran agama Islam. Pakaian olahraga yang sesuai dengan syariat Islam harus dapat menutup aurat, tidak memperlihatkan bentuk tubuh yang berlebihan, tidak menimbulkan kemaksiatan, tidak menyerupai pakaian orang kafir, dan tidak menimbulkan kesenangan yang berlebihan.

Pakaian olahraga yang dipakai harus dapat menutup aurat dengan baik. Bagi perempuan, aurat meliputi seluruh tubuh kecuali wajah dan telapak tangan. Sedangkan bagi laki-laki, aurat meliputi bagian dari pusar hingga lutut. Oleh karena itu, pakaian olahraga yang dipakai harus dapat menutupi aurat tersebut.

a. Pakaian yang sesuai menurut Islam

Pakaian olahraga yang sesuai dengan prinsip berpakaian dalam Islam adalah pakaian yang menutup aurat, tidak terlalu ketat atau longgar, tidak terlalu mencolok, tidak menyerupai pakaian orang kafir, dan tidak menimbulkan kesenangan yang berlebihan. Prinsip-prinsip ini didasarkan pada ajaran Islam yang mengajarkan umat muslim untuk berpakaian sopan dan sesuai dengan tuntunan syariat Islam.

Dalil mengenai prinsip berpakaian dalam Islam dijelaskan dalam beberapa hadis Nabi Muhammad SAW. Hadis tersebut antara lain:

1. Dari Abu Hurairah, Rasulullah bersabda, "Sesungguhnya Allah itu baik dan menyukai kebaikan, dan Allah memerintahkan kamu melakukan apa yang diperintahkan para rasul- Nya. Allah berfirman: 'Hai para rasul, makanlah yang baik-baik dan kerjakanlah amal yang saleh. Sesungguhnya Aku Maha Mengetahui apa yang kamu kerjakan.'" (QS. Al- Mu'minin: 51). Rasulullah juga bersabda, "Sesungguhnya Allah itu indah dan menyukai keindahan." (HR. Muslim).

Dari Ummu Salamah, Rasulullah bersabda, "Sesungguhnya aku adalah manusia yang paling takut kepada Allah di antara kamu sekalian. Aku punya istri-istri dan anak-anak. Apabila aku memilih pakaian, maka aku memilih pakaian yang paling baik di antara kalian." (HR. Abu Dawud).

2. Dalam Q.S. Al Ahzab ayat 59, yang artinya "Wahai Nabi! Katakanlah kepada istri-istrimu, anak-anak perempuanmu dan istri-istri orang mukmin, "Hendaklah mereka menutupkan jilbabnya ke seluruh tubuh mereka." Yang demikian itu agar mereka lebih mudah untuk dikenali, sehingga mereka tidak diganggu. Dan Allah Maha Pengampun, Maha Penyayang."
3. Q.S An Nur ayat 31 yang artinya, "Katakanlah kepada wanita yang beriman: "Hendaklah mereka menahan pandangannya, dan kemaluannya, dan janganlah mereka menampakkan perhiasannya, kecuali yang (biasa) nampak dari padanya. Dan hendaklah mereka menutupkan kain kudung kedadanya, dan janganlah menampakkan perhiasannya kecuali kepada suami mereka, atau ayah mereka, atau ayah suami

mereka, atau putera-putera mereka, atau putera-putera suami mereka, atau saudara-saudara laki-laki mereka, atau putera-putera saudara lelaki mereka, atau putra-putra saudara perempuan mereka, atau wanita-wanita islam, atau budak-budak yang mereka miliki, atau pelayan-pelayan laki-laki yang tidak mempunyai keinginan (terhadap wanita) atau anak-anak yang belum mengerti tentang aurat wanita. Dan janganlah mereka memukulkan kakinya agar diketahui perhiasan yang mereka sembunyikan. Dan bertaubatlah kamu sekalian kepada Allah, hai orang-orang yang beriman supaya kamu beruntung,"

Dari hadis-hadis tersebut, dapat disimpulkan bahwa prinsip berpakaian dalam Islam adalah berpakaian dengan sopan, menutup aurat, dan tidak mencolok. Dalam hal pakaian olahraga, umat muslim dianjurkan untuk memilih pakaian olahraga yang memenuhi prinsip-prinsip tersebut, seperti kaos atau baju yang tidak ketat atau longgar, celana olahraga yang tidak membentuk lekuk tubuh, dan sepatu yang nyaman.

b. Pakaian yang tidak sesuai menurut Islam

Pakaian yang tidak sesuai dengan prinsip berpakaian dalam Islam adalah pakaian yang ketat, terlalu mencolok, menyerupai pakaian orang kafir, dan menimbulkan kesenangan yang berlebihan. Dalam Islam, umat muslim dianjurkan untuk berpakaian dengan sopan dan tidak menimbulkan godaan bagi orang lain.

Dalil mengenai pakaian yang tidak sesuai menurut Islam dijelaskan dalam beberapa hadis Nabi Muhammad SAW. Hadis tersebut antara lain:

1. Dari Abu Hurairah, Rasulullah bersabda, "Dalam diri setiap manusia ada seutas benang yang jika dia memakainya, maka dia akan berbuat fasik." Para sahabat bertanya, "Apakah benang itu, ya Rasulullah?" Rasulullah menjawab, "Itu adalah keinginan untuk berdandan dan mencari perhatian orang lain." (HR. Bukhari dan Muslim).
2. Dari Abu Hurairah, Rasulullah bersabda, "Barangsiapa menyerupai suatu kaum, maka dia termasuk golongan mereka." (HR. Abu Dawud).

Dari hadis-hadis tersebut, dapat disimpulkan bahwa pakaian yang tidak sesuai menurut Islam adalah pakaian yang menimbulkan kesenangan yang berlebihan, mencari perhatian orang lain, menyerupai pakaian orang kafir, atau memakai pakaian dengan tujuan untuk memperoleh popularitas. Pakaian seperti pakaian yang ketat atau terlalu mencolok juga tidak sesuai dengan prinsip berpakaian dalam Islam.

Dalam hal pakaian olahraga, umat muslim dianjurkan untuk memilih pakaian olahraga yang memenuhi prinsip-prinsip berpakaian dalam Islam, seperti kaos atau baju yang tidak ketat atau longgar, celana olahraga tidak membentuk, dan sepatu yang nyaman. Pakaian olahraga seperti celana pendek yang terlalu pendek, pakaian olahraga dengan logo atau tulisan yang tidak pantas, dan sepatu dengan desain yang terlalu mencolok tidak disarankan dalam Islam.

KESIMPULAN

Islam adalah agama yang paling murni bagi pemeluknya. doa dan puasa merupakan rukun Islam yang wajib dilaksanakan oleh setiap umat manusia. Di dalam gerakan sholat memiliki arti yang sangat luas. Layanan Prapaskah memiliki perannya sangat baik juga untuk kesehatan tubuh bagi yang mengerjakannya. Islam mengajarkan bahwa olahraga merupakan anjuran bagi setiap umatnya karena sesuai dengan sabda Rasulullah SAW , Oleh karena itu kita harus memperhatikan pakaian olahraga yang sudah di ajarkan dalam agama islam . yang intinya adalah setiap muslim dianjurkan untuk berlatih memanah, berkuda dan berenang. Berenang memiliki manfaat yang sangat besar misalnya, berenang dapat melatih paru-paru dan detak jantung. Ibadah ini yang tak kalah pentingnya adalah shalat dan puasa umat Islam kehidupan muslim Bagi orang yang sungguh-sungguh berdoa dan berpuasa, maka seseorang merasa sehat jasmani dan rohani.

Tidak dapat dipungkiri bahwa nilai-nilai yang telah terintegrasi ke kehidupan para pemeluknya telah menentukan cara mereka hidup dan berinteraksi dengan orang-orang di sekitarnya. Dalam konteks seperti ini, agama sangat menentukan arah dan gerak zaman. Banyak ajaran mulia yang dibangun oleh agama. Hal ini menjadi berkat bagi alam semesta. Catatan yang perlu diperhatikan dalam hal ini adalah bahwa bagaimanapun juga sebagai institusi yang juga memiliki karakter dunia dan manusiawi, maka ajaran agama perlu pula dievaluasi secara kritis agar senantiasa mempromosikan nilai-nilai kehidupan yang luhur. Karena itu, sebagai pemeluk agama, sikap kritis terhadap ajaran agama perlu tetap dijaga. Pemikiran sempit yang hanya berfokus pada kepentingan sepihak sering mengarah kepada ajaran yang negatif terhadap dunia sekitar dan terhadap agama lain. Ajaran agama, dengan demikian, perlu melalui proses purifikasi sehingga sanggup menjadi berkat bagi semua orang dan alam semesta secara tidak terbantahkan.

Agama merupakan salah satu kekuatan sosial paling signifikan di dunia. Dengan kenyataan sejarah dan warisan yang panjang serta kenyataan bahwa agama-agama besar ini

dianut oleh umat dengan populasi yang sangat besar, maka agama memainkan peran yang sangat menentukan dalam kehidupan sosial. Oleh karena itu, ajaran agama perlu diperhatikan secara serius. Kerendahan hati untuk mengevaluasi diri dan mengkritisi ajarannya agar menampilkan nilai-nilai yang universal dan membentuk cara pandang yang mulia merupakan harapan yang digantungkan dunia kepada parapemimpin agama dan para penganutnya.

DAFTAR PUSTAKA

Angrosino, M. V. (2004). *The Culture of the Sacred: Exploring the Anthropology of Religion*. Prospect Heights, IL: Waveland.

Braswell, G. W. Jr., (1994). *Understanding World Religion*. Nashville, TN: Broadman

Hoebel, E. A. (1958). *Man in the Primitive World*. New York: McGraw-Hill.

CA: Wadsworth. Nanda, S. (1994). *Cultural Anthropology, Fifth Edition*. Belmont, CA: Wadsworth.

Sumber Daya Tambahan: <http://ejournal.radenintan.ac.id/>
<https://journal.uinsgd.ac.id/index.php/Al-Bayan/index>

<https://journal.walisongo.ac.id/index.php/walisong> **Osborne, M. P. (1996). *One World, Many Religions: The Ways of Worship*. New York: Alfred A. Knopf.**

Peoples, J. dan Bailey, G. (2006). *Humanity: An Introduction to Cultural Anthropology, Seventh Edition*. Belmont, CA: Thomson Wadsworth.

Richter, K. E., Rapple, E. M., Modschiedler, J. C., dan Peterson, R. (2005). *Understanding Religion in a Global Society*. Belmont, CA: Wadsworth.

Robinson, T. A. dan Rodrigus, H. (2006). *World Religions: A Guide to Essentials*. Peabody, MA: Hendrickson.

Smart, N. (2000). *Worldview: Crosscultural Explorations of Human Beliefs, Third Edition*. Upper Saddle River, NJ: Prentice Hall.

<http://ejournal.radenintan.ac.id/>

<https://journal.uinsgd.ac.id/index.php/Bayan/index>

<https://journal.walisongo.ac.id/index.php/walisongo>

Walsh, B. J. dan Middleton, J. R. (1984). *The Transforming Vision*. Downers Grove, IL: InterVarsity Press.