ISSN: 2088-0324
e-ISSN: 2685-0125

Penerapan Nilai-Nilai Agama Islam dalam Kegiatan Olahraga

Salahudin

STKIP Taman Siswa Bima

salahudin3009@gmail.com

Artikel Info

Tanggal Publikasi

2022-12-30

Kata Kunci

Nilai-Nilai Islam

Aktivitas Olahraga

Abstrak

Menerapkan prinsip-prinsip Islam dalam olahraga memiliki peranan signifikan dalam membentuk karakter atlet yang baik dan tangguh. Penelitian ini merupakan menelitian studi literatur yang bertujuan menganalisis berbagaimacam literatur yang ada. Beberapa nilai-nilai islami yang dapat diterapkan dalam konteks olahraga mencakup keyakinan dan ketaqwaan kepada Allah, kedisiplinan, kerja keras dan ketekunan, kepedulian sosial, keadilan, kesabaran dan ketenangan batin, serta sikap rendah hati. Dengan mengaplikasikan nilai-nilai agama Islam dalam olahraga, atlet dapat mengembangkan karakter yang sehat dan positif, serta ikut membantu menciptakan suasana harmonis dan damai di dunia olahraga. Selain itu, nilai-nilai agama Islam juga mampu membantu atlet dalam menghadapi tantangan dan ujian ketika berkompetisi, serta menjaga fokus dan menghargai *fair play* dalam olahraga. Oleh karena itu, bagi atlet Muslim, sangat penting untuk mempelajari dan menerapkan nilai-nilai agama Islam dalam konteks olahraga. Hal ini tidak hanya berdampak pada peningkatan kinerja atlet, tetapi juga memperkuat karakter pribadi dan keislaman atlet.

1. PENDAHULUAN

Nilai-nilai agama Islam memainkan peran yang sangat penting dalam olahraga, baik dalam membentuk karakter atlet yang kuat dan positif maupun dalam menciptakan lingkungan yang harmonis dan damai di dunia olahraga. Agama Islam memberikan ajaran-ajaran etika dan moral yang esensial dalam membentuk karakter atlet yang tangguh dan bermartabat. Selain itu, agama Islam juga mengajarkan pentingnya nilai-nilai fair play dan integritas dalam berkompetisi (Kulsum and Muhid, 2021).

Agama Islam juga mendorong nilai-nilai toleransi, keadilan, dan saling menghormati. Dengan mengamalkan nilai-nilai ini, atlet dan semua pihak yang terlibat dalam dunia olahraga dapat menciptakan lingkungan yang harmonis dan damai, di mana atlet dapat berlomba dengan ketenangan hati dan menghormati satu sama lain. Oleh karena itu, agama Islam memainkan peran yang sangat penting dalam dunia olahraga. Dengan menerapkan nilai-nilai Islam dalam olahraga, atlet dapat membangun karakter yang kuat dan positif serta menciptakan atmosfer yang harmonis dan damai di dalamnya (Acha and Mistar, 2018).

Lebih dari sekadar agama, Islam adalah sebuah sistem kepercayaan yang mengajarkan nilai-nilai etika dan moral yang tinggi Agama Islam memiliki cakupan yang meliputi seluruh aspek kehidupan, baik yang bersifat individu maupun sosial, sehingga dapat membentuk karakter individu yang baik dan masyarakat yang sejahtera. Terdapat sejumlah nilai-nilai yang dianggap sangat penting untuk diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Beberapa di antaranya adalah nilai keimanan, ketakwaan, disiplin, kerja keras, kepedulian sosial, keadilan, kesabaran, kerendahan hati, dan lain sebagainya. Melalui penerapan nilai-nilai agama Islam, individu dapat menjalani kehidupan yang lebih bermakna dan berarti, serta ikut menciptakan masyarakat yang harmonis,

ISSN: 2088-0324
e-ISSN: 2685-0125

damai, dan adil (Meo, 2019). Karenanya, sangatlah penting bagi umat Islam untuk mempelajari dan menerapkan nilai-nilai agama Islam dalam setiap aspek kehidupan, termasuk dalam olahraga.

2. METODE PENELITIAN

Studi literatur merupakan salah satu metode penelitian yang penting untuk mengumpulkan informasi dan pemahaman yang mendalam tentang topik penelitian. Dalam konteks penelitian "Penerapan Nilai-Nilai Islami dalam Olahraga", studi literatur akan dilakukan dengan melakukan penelusuran literatur yang relevan untuk memperoleh pemahaman yang mendalam tentang konsep-konsep dan nilai-nilai Islami yang dapat diterapkan dalam olahraga (Pakpahan *et al.*, 2022; Hasan and Arifin, 2021).

Proses studi literatur akan melibatkan pencarian dan pengumpulan berbagai sumber informasi, seperti jurnal ilmiah, buku, artikel, tesis, dan sumber-sumber terpercaya lainnya yang membahas tentang Islam dan olahraga. Beberapa langkah yang dapat diikuti dalam melakukan studi literatur adalah sebagai berikut:

1. Identifikasi Topik dan Kata Kunci: Menentukan topik penelitian secara spesifik dan mengidentifikasi kata kunci yang relevan untuk pencarian literatur. Dalam hal ini, kata kunci yang mungkin digunakan adalah "Islam", "nilai-nilai Islami", "olahraga", "penerapan nilai-nilai Islami dalam olahraga", dan sejenisnya.
2. Sumber Pencarian: Menggunakan berbagai sumber pencarian literatur, seperti basis data akademik (seperti Google Scholar, PubMed, atau IEEE Xplore), perpustakaan digital, situs web resmi, dan publikasi ilmiah yang terkait.
3. Pencarian Literatur: Melakukan pencarian menggunakan kata kunci yang telah ditentukan sebelumnya dan mengevaluasi relevansi setiap literatur yang ditemukan. Pemilihan literatur yang relevan dapat dilakukan berdasarkan judul, abstrak, atau isi dari publikasi tersebut.
4. Evaluasi Literatur: Membaca dan mengevaluasi isi literatur yang ditemukan untuk memastikan kualitas dan relevansinya dengan topik penelitian. Pertimbangkan juga sumber literatur yang diterbitkan oleh penulis atau lembaga yang memiliki kredibilitas di bidang studi tersebut.
5. Pengumpulan Data: Mengumpulkan dan menyimpan literatur yang relevan dalam bentuk yang dapat diakses dan dikelola, seperti membuat catatan, mengunduh atau mencetak artikel, dan menyimpan rujukan literatur secara terorganisir.
6. Analisis Literatur: Menganalisis isi literatur yang dikumpulkan dengan mencari pola, tema, dan informasi penting terkait konsep-konsep dan nilai-nilai Islami yang dapat diterapkan dalam olahraga. Identifikasi argumen, perspektif, dan temuan-temuan yang terkait dengan topik penelitian (Candra *et al.*, 2021).

Studi literatur akan memberikan pemahaman yang mendalam tentang konsep-konsep dan nilai-nilai Islami yang relevan dalam konteks olahraga. Hasil studi literatur tersebut akan menjadi dasar penting dalam merumuskan kerangka konseptual dan memperoleh wawasan yang lebih dalam untuk penelitian tentang penerapan nilai-nilai Islami dalam olahraga.

ISSN: 2088-0324
e-ISSN: 2685-0125

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Nilai-nilai Agama Islam

Agama Islam diakui sebagai agama yang menghargai dan mengedepankan nilai-nilai etika dan moral yang tinggi. Hal ini disebabkan karena ajaran Islam berdasarkan Al-Qur'an dan Sunnah Rasulullah SAW, yang mengajarkan prinsip-prinsip kebaikan, keadilan, kesabaran, kasih sayang, dan kepedulian sosial. Ajaran ini mencakup nilai-nilai yang berkaitan dengan hubungan antara manusia dengan Tuhan, hubungan antara manusia dengan sesamanya, dan hubungan manusia dengan lingkungannya (Halimah dan Sabhrina, 2021).

Beberapa nilai-nilai agama Islam yang sangat dijunjung tinggi meliputi iman dan taqwa, keadilan, disiplin, kesabaran, kerendahan hati, dan partisipasi sosial. Dengan mengikuti nilai-nilai ini, umat Islam diharapkan dapat menciptakan kehidupan yang lebih baik dan harmonis di dunia serta mencapai kebahagiaan abadi di akhirat (Riskiyah and Muzammil, 2020). Oleh karena itu, Islam menjadi agama yang dihormati dan diikuti baik oleh umat Islam maupun masyarakat luas karena nilai-nilai etika dan moral yang diajarkannya. Hal ini mendorong banyak orang untuk tertarik mempelajari dan menerapkan nilai-nilai Islam dalam kehidupan sehari-hari mereka.

Berikut adalah beberapa nilai-nilai agama Islam yang dianggap penting:

1. Iman dan Taqwa: Mengutamakan keyakinan dan takwa kepada Allah dalam setiap aktivitas olahraga, dengan menjaga niat yang ikhlas dan menjalankan perbuatan yang sesuai dengan ajaran agama.
2. Disiplin: Menunjukkan kedisiplinan dalam melaksanakan latihan, mengikuti aturan permainan, menjaga waktu, serta menghormati otoritas dan instruksi pelatih.
3. Kerja Keras dan Tekun: Menanamkan semangat kerja keras dan tekun dalam berlatih, mengembangkan kemampuan secara bertahap, dan terus berusaha untuk mencapai prestasi yang baik.
4. Kepedulian Sosial: Memiliki rasa empati dan peduli terhadap sesama atlet dan orang di sekitar, serta berpartisipasi dalam kegiatan sosial yang dapat memberikan manfaat kepada masyarakat.
5. Keadilan: Mengedepankan nilai-nilai keadilan dalam olahraga, memperlakukan lawan dengan fair, menghormati hak dan keputusan wasit atau juri, serta menghindari tindakan curang atau tidak sportif.
6. Kesabaran dan Ketenangan Jiwa: Mengembangkan kesabaran dalam menghadapi tantangan dan kegagalan, serta menjaga ketenangan jiwa dalam menghadapi tekanan dan situasi yang menegangkan di dalam pertandingan.
7. Kerendahan Hati: Menjaga sikap rendah hati dalam meraih kemenangan dan menerima kekalahan, serta menghargai usaha dan keterampilan atlet lain tanpa merasa sombong atau superior.
8. Nilai Fair Play: Menghormati prinsip-prinsip fair play, seperti menghargai aturan permainan, menghormati lawan, tidak menggunakan kekerasan atau tindakan tidak etis, serta mengakui keberhasilan dan kegagalan dengan sportifitas (Rusdin, Salahudin and Irawan, 2021).

ISSN: 2088-0324
e-ISSN: 2685-0125

Dengan menerapkan nilai-nilai ini dalam olahraga, atlet dapat membangun karakter yang sehat, positif, dan Islami, serta menciptakan lingkungan olahraga yang harmonis dan bermartabat

Penerapan Nilai-nilai Agama Islam dalam Olahraga

Adapun beberapa ayat dalam Al-Quran dan hadis yang mengatur nilai Islam dalam berolahraga yakni:

1. Apabila telah ditunaikan shalat, Maka bertebaranlah kamu di muka bumi; dan carilah karunia Allah dan ingatlah Allah banyakbanyak supaya kamu beruntung. (QS Al-Jumuah: 10). Ayat ini menunjukan kepada para atlet agar terus bekerja keras walaupun sudah gagal dan para altit agar tidak pantang menyerah dalam sebuah pertandingan (Mabrur, 2021).
2. "Dan janganlah kamu berjalan di muka bumi ini dengan sombong, sesungguhnya kamu sekali-kali tidak dapat menembus bumi dan sekali-kali tidak sampai setinggi gunung." (Surat Al-Isra' [17]: 37). Ayat ini mengajarkan pentingnya untuk tidak bersikap sombong dalam berkehidupan dan mempunyai akhlak yang baik dalam segala aktivitas, termasuk aktivitas olahraga yang dilakukan (Hidayatun Rahmi 2019).
3. "Dan berlaku adilah, karena sesungguhnya Allah menyukai orang-orang yang berlaku adil." (Surat Al-Hujurat [49]: 9). Ayat ini mengajarkan sekaligus memberikan penegasan bahwa pentingnya untuk menjaga fair play dan berlaku adil dalam dalam kehidpan dan lebih khusus pada aktivitas berolahraga (Muhajir Musa, 2021).
4. "Dan sesungguhnya kami telah menciptakan manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya." (Surat At-Tin [95]: 4). Ayat ini mengajarkan pentingnya untuk menjaga kesehatan jasmani dan Rohani dalam kehidupan ini, adapun cara menjaga kesehatan jasmani maka dengan melakukan olahraga sedangkan untuk kesehatan rohani dengan zikir kepada Allah (Mamlu'atul Dan Ummah 2015).

Selain ayat-ayat di atas, terdapat pula beberapa hadis yang mengatur nilai Islam dalam berolahraga, di antaranya adalah:

1. "Setiap amalan yang tidak dimulai dengan bismillah, maka amalan itu terputus." (HR. Abu Daud). Hadis ini memberikan pengajaran tentang pentingnya memulai setiap aktivitas, termasuk olahraga, dengan menyebut nama Allah. Dalam konteks olahraga, menyebut bismillah sebelum memulai latihan atau pertandingan merupakan pengingat bahwa segala usaha yang dilakukan harus didasarkan pada niat yang baik dan dengan pengharapan keberkahan dari Allah.
2. "Sesungguhnya kekuatanmu adalah dari makananmu dan makananmu adalah dari yang halal." (HR. Ahmad). Hadis ini mengajarkan pentingnya memperhatikan asupan makanan yang halal dan berkualitas untuk mendukung performa olahraga yang optimal. Dalam menjalani olahraga, atlet diingatkan untuk menjaga kehalalan dan kualitas makanan yang dikonsumsi, karena makanan yang halal akan memberikan kekuatan dan energi yang baik bagi tubuh.
3. "Berpeganglah pada adab-adab olahraga yang baik." (HR. Muslim). Hadis ini mengajarkan pentingnya menjaga adab dan etika yang baik dalam berolahraga. Atlet diingatkan untuk menjunjung tinggi nilai-nilai

ISSN: 2088-0324
e-ISSN: 2685-0125

seperti sportivitas, menghormati lawan, mengikuti aturan permainan, dan menghindari tindakan yang tidak etis. Dengan menjaga adab olahraga yang baik, atlet dapat menciptakan lingkungan yang positif dan menyenangkan bagi semua pihak yang terlibat (Prasetyo, Irawan and Monita, 2021).

Dengan mengikuti ajaran-ajaran dalam hadis-hadis tersebut, atlet dapat memperoleh panduan dan inspirasi dalam menerapkan nilai-nilai Islami dalam olahraga. Hal ini akan membantu atlet membangun karakter yang kuat, menjaga kesehatan fisik dan spiritual, serta menciptakan lingkungan olahraga yang penuh dengan adab dan etika yang baik.

Dengan mengacu pada ayat-ayat dan hadis yang mengatur nilai-nilai Islam dalam berolahraga, kita dapat menjalankan olahraga sesuai dengan ajaran agama dan sekaligus meningkatkan kesehatan fisik dan spiritual. Penerapan nilai-nilai agama Islam dalam olahraga dapat membantu membangun karakter atlet yang kuat, baik dari segi fisik maupun mental. Beberapa nilai-nilai agama Islam yang dapat diterapkan dalam olahraga antara lain:

1. Iman dan Taqwa: Atlet dapat meningkatkan keimanan dan ketakwaan dengan menyadari bahwa olahraga adalah cara untuk menghargai anugerah tubuh yang diberikan oleh Allah SWT. Dengan mengingat Allah SWT dalam setiap gerakan, atlet dapat menerapkan nilai taqwa.
2. Disiplin: Nilai disiplin dalam Islam dapat membantu atlet menjadwalkan latihan dengan teratur dan konsisten, serta menghargai waktu dan tanggung jawab lainnya.
3. Kerja Keras dan Tekun: Atlet dapat menerapkan nilai kerja keras dan tekun dalam Islam untuk memperkuat fisik dan mental, serta meningkatkan kemampuan dalam olahraga.
4. Kepedulian Sosial: Nilai kepedulian sosial dalam Islam dapat diaplikasikan oleh atlet dengan memperhatikan kesehatan dan kesejahteraan tim, serta membantu rekan satu tim yang membutuhkan.
5. Keadilan: Atlet dapat menerapkan nilai keadilan dalam Islam dengan menghormati hak tim lawan, menjunjung tinggi fair play, dan menghindari tindakan curang dalam berkompetisi.
6. Kesabaran dan Ketenangan Jiwa: Nilai kesabaran dan ketenangan jiwa dalam Islam dapat membantu atlet mengatasi kelelahan dan stres saat berkompetisi, serta menghadapi cobaan dan ujian lainnya.
7. Kerendahan Hati: Atlet dapat menerapkan nilai kerendahan hati dalam Islam dengan tidak membanggakan prestasi yang telah dicapai, serta menghargai peran dan kontribusi dari pelatih dan rekan satu tim (Kusmanto, 2020).

Dengan menerapkan nilai-nilai agama Islam dalam olahraga, atlet dapat membangun karakter yang baik dan sehat, serta membantu menciptakan suasana yang lebih harmonis dan damai dalam dunia olahraga (Salahudin and Satriawan, 2021).

4. KESIMPULAN

Islam bukan hanya sebuah agama, melainkan juga sebuah sistem kepercayaan yang mengajarkan nilai-nilai etika dan moral yang tinggi. Nilai-nilai agama Islam meliputi seluruh aspek kehidupan, baik yang bersifat

ISSN: 2088-0324
e-ISSN: 2685-0125

individu maupun sosial, dengan tujuan membentuk karakter individu yang baik dan masyarakat yang sejahtera. Terdapat beberapa nilai-nilai yang dianggap sangat penting untuk diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Beberapa di antaranya adalah keimanan, ketakwaan, disiplin, kerja keras, kepedulian sosial, keadilan, kesabaran, kerendahan hati, dan lain sebagainya. Dengan menerapkan nilai-nilai agama Islam, individu dapat menjalani kehidupan yang memiliki makna dan arti yang lebih dalam, serta turut menciptakan masyarakat yang harmonis, damai, dan adil

Daftar Pustaka

Acha, B. and Mistar, J. (2018) 'Nilai-Nilai Karakter dalam Olahraga Tradisional Aceh di Gampong Paya Bujok Seuleumak Kota Langsa', *SEUNEUBOK LADA: Jurnal ilmu-ilmu Sejarah ...* [Preprint].

Candra, V. *et al.* (2021) *Pengantar Metodologi Penelitian*. Yayasan Kita Menulis.

HALIMAH, S.M. and Sabhrina, A.I. (2021) 'NILAI-NILAI PENDIDIKAN ISLAM DALAM KEPEMIMPINAN KHALIFAH HARUN AR-RASYID', *TaLimuna: Jurnal ...* [Preprint].

Hasan, Z. and Arifin, S. (2021) 'Penerapan Experiential Marketing dalam Meningkatkan Penjualan selama Pandemi Covid-19 di Taylor Al Fashion Jenggawa Jember', *Iqtishodiyah: Jurnal Ekonomi dan Bisnis ...* [Preprint].

HIDAYATUN RAHMI (2019) 'PENANGANAN SIFAT SOMBONG MENURUT AL-QUR'AN', *Jurnal Kajian Pendidikan Ekonomi dan Ilmu Ekonomi*, 2(1), pp. 1–19.

Kulsum, U. and Muhid, A. (2021) 'Pendidikan Karakter Melalui Pendidikan Agama Islam Di Era Revolusi Digital', *Intelektual: Jurnal Pendidikan Dan ...* [Preprint].

Kusmanto, H. (2020) 'Nilai-nilai pendidikan karakter pada wacana humor kiai', *Salingka* [Preprint].

Mabrur, H. (2021) 'Kerja Keras dalam Islam', *Jurnal El-Hamra: Kependidikan dan Kemasyarakatan*, 6(1), pp. 19–26.

MAMLU'ATUL, R.E. and UMMAH, M. (2015) 'Studi Penafsiran Surah At-Tin', *Academia.Edu* [Preprint].

Meo, M. (2019) 'Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Dalam Membentuk Nilai–Nilai Karakter', *Jurnal Ilmiah Pendidikan Citra Bakti* [Preprint].

Muhajir Musa, M.G. (2021) 'Pendiidkan Multikultural Perspektif Al-Quran (Telaah Surah Al-Hujurat Ayat 9-13)', *Jurnal Ta'lim*, 1(1), pp. 122–123.

Pakpahan, M. *et al.* (2022) *Metodologi Penelitian*. Yayasan Kita Menulis.

Prasetyo, A.A., Irawan, D. and Monita, S.A. (2021) 'Penerapan Nilai-Nilai Agama dalam Olahraga', *Jurnal Religion: Jurnal Agama, Sosial, dan Budaya*, 1(3), pp. 190–196.

Riskiyah, I. and Muzammil, M. (2020) 'Internalisasi Nilai-nilai Keislaman dalam Pendidikan Pesantren di Pondok Pesantren Nurul Qur'an Karanganyar Paiton Probolinggo', *EDISI* [Preprint].

Rusdin, R., Salahudin, S. and Irawan, E. (2021) 'Peran Olahraga Dalam Pembentukan Karakter Islami Mahasiswa Di Stkip Taman Siswa Bima', *Jurnal Ilmiah Mandala Education*, 8(3), pp. 2576–2583. Available at: https://doi.org/10.58258/jime.v8i3.3808.

Salahudin, S. and Satriawan, R. (2021) 'Guru Penjaskesrek Perlu Memahami Agama Islam: Integrasi Pendidikan Agama Islam Dalam Pendidikan Jasmani', *Musamus Journal of Physical Education and Sport (MJPES)*, 3(02), pp. 193–203. Available at: https://doi.org/10.35724/mjpes.v3i02.3547.