

Pakaian Olahraga Renang dalam Prespektif Islam

Firdaus^{1*}, Salahudin¹

¹STKIP Taman Siswa Bima, Indonesia
*Corresponding Author: syemfirdaus93@gmail.com

Artikel Info	Abstrak
Tanggal Publikasi 2024-04-30	Tujuan penelitian ini menggali pandangan islam tentang pakaian yang digunakan dalam olahraga renang. Melalui pendekatan kepustakaan (<i>Libarary Reseach</i>) yang bersumber dari data primer dan data sekunder seperti buku, jurnal, dan artikel ilmiah. Instrumen penelitian peneliti itu sendiri (<i>Human Instrument</i>) yang meyelidiki perspektif islam kaitan penutupan aurat dan prinsip-prinsip yang harus dipatuhi dalam pemilihan pakain olahraga renang. Teknik analisis data menggunakan koperatif dan historis. Hasil penelitian ini dapat memberikan pemhaman mendalam tentang bagaimana islam mempengaruhi penilaian pakaian dalam aktivitas olahraga tertentu, khususnya renang. Implikasi dari penelitian ini dapat membantu dalam pengembangan pakaian renang yang sesuai dengan prinsip-prinsip syariah islam dan memfasilitasi umat muslim dalam menjalankan olahraga renang sesuai dengan ajaran islam.
Kata Kunci Pakaian Olahraga Renang, Kajian Islam	

1. PENDAHULUAN

Olahraga merupakan salah satu kegiatan fisik maupun psikis yang bermanfaat untuk membentuk kebugaran dan keterampilan seseorang serta menjaga dan meningkatkan kualitas kesehatan individu (Firdaus and Irfan, 2023). Dalam pandangan Islam, kesehatan adalah aspek yang sangat penting karena termasuk dalam hak asasi manusia. Nabi Muhammad SAW bahkan menganjurkan para sahabatnya untuk mempelajari dan menguasai berbagai jenis olahraga, seperti berkuda, renang, panahan, gulat, lari, serta menombak atau lempar lembing (Salahudin and Rusdin, 2020).

Menurut para ulama, berolahraga dalam Islam dihukumi sebagai sunah atau dianjurkan, dengan syarat pelaksanaannya mengikuti kaidah Islam. Namun, jika pelaksanaannya bertentangan dengan hukum Islam misalnya dengan mengenakan pakaian yang memperlihatkan aurat, memicu hasrat seksual, atau menimbulkan perilaku maksiat, maka hukumnya menjadi haram. Dari perspektif Islam, permasalahan yang timbul bukan pada kegiatan olahraganya, melainkan pada media yang digunakan oleh pelaku olahraga, seperti busana olahraga, dan tujuan seseorang dalam berolahraga (Salahudin and Satriawan, 2021). Salah satunya dalam olahraga renang yang biasanya menggunakan busana yang memperlihatkan aurat, baik pada perempuan maupun laki-laki. Hal ini tentu melanggar kaidah Islam. syariat Islam yang mengharuskan umatnya untuk menjaga aurat bahkan saat berolahraga sekalipun. Untuk itu, banyak upaya yang dilakukan agar seorang muslim tetap dapat melakukan olahraga renang maupun kajian Islam (Khairuddin, 2021).

Dalam presepektif islam pertandingan renang telah diakomodasi dengan peraturan yang memungkinkan perempuan mengenakan pakaian tertutup lengkap beserta penutup kepala. Ini juga bertujuan untuk menghindari kejahatan seperti pelecehan seksual di kolam renang. Penggunaan burkini atau pakaian renang khusus untuk perempuan Muslim telah diizinkan di beberapa negara, seperti Inggris dan negara-negara Islam lainnya (Salahudin *et al.*, 2023). Meski beberapa negara telah memperbolehkan penggunaan burkini, ada juga negara yang menolaknya, seperti Prancis. Prancis berpendapat bahwa mengizinkan perempuan menggunakan burkini melanggar prinsip netralitas pemerintah terhadap agama. Kontroversi ini memicu perdebatan yang dianggap sebagai bentuk

diskriminasi negara terhadap komunitas Muslim. Namun, larangan ini hanya berlaku di beberapa kota di Prancis, sementara kota lain seperti Rennes mengizinkan burkini di kolam renang umum sebagai bentuk pelanggaran aturan pakaian renang, bukan berdasarkan alasan. Kontroversi seputar busana renang menjadi tantangan bagi Muslim yang ingin berolahraga atau berpartisipasi dalam kompetisi. Oleh karena itu, upaya harus terus dilakukan agar seorang Muslim dapat berenang sesuai dengan syariat Islam (Ibrahim, 2022). Berdasarkan dari uraian di atas peneliti sangat tertarik untuk mengkaji pakaian olahraga dalam perspektif Islam.

2. METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kepustakaan (*Library Research*) yang dimana data dikumpulkan bersumber dari data primer dan data sekunder berupa buku, jurnal, artikel, dokumen-dokumen penting yang relevan dengan judul penelitian ini. Instrumen dalam penelitian ini yaitu peneliti sendiri (*Human Instrument*). Data di analisis menggunakan komparatif yang membandingkan objek penelitian dengan konsep pembandingan antara masalah dan pandangan solusi yang ditawarkan, untuk analisis historis bertujuan untuk melakukan analisis kejadian-kejadian dimasa lalu untuk mengetahui kenapa dan bagaimana suatu peristiwa itu telah terjadi. Metode ini merupakan metode penelitian yang bertujuan untuk menggambarkan dan memahami suatu fenomena atau peristiwa dengan cara yang mendalam dan detail. Pendekatan ini menekankan pada pemahaman mendalam tentang konteks, literature, proses, dan makna yang terkandung dalam fenomena yang diteliti (Nadiah, Pramana and Zari, 2022)

Tujuan utama dari penelitian kepustakaan ini adalah untuk menghasilkan pemahaman yang mendalam, terinci, dan kontekstual tentang fenomena yang diteliti. Data yang dikumpulkan dalam penelitian ini sering kali berupa teks verbal, gambar, buku, jurnal atau makalah yang kemudian dianalisis secara deskriptif untuk mengidentifikasi pola, tema, dan makna yang muncul (Sari *et al.*, 2022).

Penelitian kepustakaan atau (*Library Research*) cocok digunakan dalam situasi dimana peneliti ingin memahami pengalaman, persepsi, dan sudut pandang individu atau kelompok terhadap suatu fenomena. Pendekatan ini memberikan ruang bagi kompleksitas dan keragaman dalam interpretasi data, serta memungkinkan peneliti untuk mengeksplorasi aspek-aspek yang mungkin tidak terlihat atau terungkap dalam penelitian sebelumnya.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Konsep Renang

Renang adalah salah satu olahraga air yang sangat populer di seluruh dunia. Selain sebagai olahraga, renang juga merupakan keterampilan hidup yang penting untuk keselamatan di air. Dalam berbagai budaya dan masyarakat, renang dipandang sebagai kegiatan rekreasi, kompetitif, serta bagian dari pendidikan fisik (Trianto, 2021)

Gaya Renang

Ada beberapa gaya renang yang diakui dalam kompetisi resmi: Gaya Bebas (*Freestyle*): Gaya ini adalah yang tercepat dan paling populer dalam kompetisi. Perenang bisa menggunakan teknik apapun, namun biasanya mereka menggunakan gaya crawl depan, Gaya Dada (*Breaststroke*): Gaya ini melibatkan gerakan tangan dan kaki yang simetris dan mendatar di permukaan air., Gaya Punggung (*Backstroke*): Perenang mengapung di punggungnya dan melakukan gerakan tangan serta kaki yang mirip dengan gaya bebas, Gaya Kupu-Kupu (*Butterfly*): Gaya ini melibatkan gerakan tangan yang simultan dan kaki yang menendang seperti lumba-lumba (Fatwa and Tahki, 2022).

Manfaat Renang

Renang memiliki banyak manfaat untuk kesehatan fisik dan mental: Kardiovaskular: Renang memperkuat jantung dan meningkatkan kapasitas paru-paru, Kekuatan Otot: Gerakan dalam air melibatkan hampir semua kelompok otot tubuh, sehingga meningkatkan kekuatan otot, Kelenturan: Air memberikan resistensi yang membantu meningkatkan kelenturan sendi, Stres: Aktivitas di air dapat mengurangi stres dan meningkatkan mood, dan Keselamatan: Menguasai renang penting untuk keselamatan di sekitar air (Allsabab and Sugito, 2019).

Teknik Dasar Renang

Teknik dasar dalam renang dimulai dari: a) posisi tubuh: Menjaga posisi tubuh yang streamline atau lurus untuk mengurangi hambatan air; b) gerakan tangan: Setiap gaya renang memiliki gerakan tangan yang spesifik. Misalnya, gaya bebas menggunakan gerakan tangan yang berputar dari depan ke belakang; c) gerakan kaki: kaki harus menendang dengan ritme yang teratur untuk memberikan dorongan; d) pernapasan: Mengatur pernapasan dengan baik sangat penting, terutama dalam gaya bebas dan gaya kupu-kupu; e) start dan balik (*Turn*): Teknik start yang baik dan balik yang cepat sangat penting dalam kompetisi renang (Widiyani, 2019).

Renang dan Syariat Islam

Dalam konteks Islam, menutup aurat adalah kewajiban bagi setiap Muslim, baik laki-laki maupun perempuan. Oleh karena itu, pakaian renang yang sesuai dengan syariat Islam, seperti burkini, telah dikembangkan untuk memungkinkan perempuan Muslim berenang dengan tetap menutup aurat (Maesaroh, 2021).

Renang Dalam Pandangan Islam

Olahraga renang bukanlah olahraga yang baru ditemukan. Olahraga ini telah ada sejak zaman Mesir Kuno, dengan bukti hieroglif yang berasal dari tahun 300 SM. Renang telah dipraktikkan sejak zaman kuno dan terus berlanjut setelah Islam berkembang. Bahkan, Nabi Muhammad SAW menganjurkan untuk mempelajari olahraga renang, sebagaimana yang disebutkan dalam hadits beliau: "Ajarkan anak-anakmu berenang, memanah, dan ajarkan wanita menenun." Dengan demikian, jelas bahwa Islam menganjurkan umatnya untuk belajar berenang dan mengajarkannya kepada anak-anak mereka, serta menunjukkan bahwa tidak ada larangan berenang dalam Islam (Yulinar and Kurniawan, 2018).

Aturan Berpakaian dalam Islam

Dalam Islam, tata cara berpakaian diatur oleh Allah SWT untuk perempuan dan laki-laki, seperti dijelaskan dalam Al-Qur'an surat Al-A'raaf ayat 216. Ayat ini menekankan bahwa pakaian terbaik bagi seorang Muslim adalah pakaian taqwa, yaitu yang menutupi aurat (Akbar *et al.*, no date).

Kriteria Pakaian Renang yang Syar'i

Pakaian renang yang sesuai dengan syariat Islam harus memenuhi beberapa kriteria: Menutupi Aurat: Pakaian harus menutupi bagian tubuh yang dianggap aurat, Tidak Transparan: Pakaian tidak boleh tembus pandang sehingga memperlihatkan kulit, Tidak Ketat: Pakaian tidak boleh terlalu ketat sehingga memperlihatkan bentuk tubuh (Maesaroh, 2021).

Pakaian Perempuan

Dibandingkan dengan laki-laki, pakaian perempuan lebih banyak disoroti dalam Al-Qur'an dan hadits. Hal ini dibuktikan dengan banyaknya ayat yang menjelaskan tentang pakaian perempuan untuk menutupi auratnya. Dalam Islam, aurat adalah bagian tubuh yang harus ditutupi dan tidak boleh diperlihatkan kepada orang lain. Selain itu, seseorang juga tidak diperbolehkan melihat aurat orang lain. Islam memerintahkan perempuan untuk mengenakan jilbab guna menutupi auratnya.

Jilbab yang dimaksud adalah pakaian longgar yang menutupi area kepala hingga dada (ROCHMAH, 2015).

Pakaian Laki-Laki

Tidak berbeda dengan perempuan, cara berpakaian bagi laki-laki juga harus menutupi aurat. Aurat laki-laki mencakup area dari pusar hingga lutut, yang tidak boleh diperlihatkan kepada orang lain kecuali mahramnya. Oleh karena itu, dalam Islam, laki-laki juga diwajibkan berpakaian yang menutupi aurat. Namun, pakaian yang tipis dan ketat tidak diperkenankan, meskipun secara kasat mata pakaian tersebut sudah menutupi aurat (Maksalmina, Jafar and Ifwandi, 2017).

Pakaian Renang Menurut Pandangan Islam

Nilai, peran, dan kedudukan agama Islam dalam segala aktivitas, termasuk dalam berolahraga, harus diperhatikan dengan seksama. Agama tidak hanya memengaruhi kegiatan olahraga, tetapi juga meresap ke seluruh aspek kehidupan manusia. Dalam konteks olahraga, khususnya bagi umat Muslim, penting untuk menjadikan olahraga sebagai bentuk ibadah kepada Allah yang selalu mencari ridho-Nya (Salahudin *et al.*, 2023).

Renang, sebagai salah satu cabang olahraga, seringkali memunculkan kontroversi terkait pakaian yang harus dikenakan, terutama bagi atlet perempuan. Dalam perspektif Islam, renang dianjurkan selama dilakukan sesuai dengan syariat, termasuk dalam hal berpakaian. Baik laki-laki maupun perempuan diwajibkan untuk menutupi auratnya. Oleh karena itu, pakaian renang Muslim yang dikenal sebagai burkini telah diciptakan sebagai alternatif bagi umat Islam dalam mematuhi syaria (Pasaribu, Hartoyo and Saragih, no date)t.

Berikut ini adalah pakaian renang Muslimah yang dirancang dalam bentuk setelan panjang yang menutupi seluruh tubuh pemakainya. Pemilihan pakaian menjadi hal yang sangat penting dalam menjaga kehormatan seseorang, khususnya bagi perempuan Muslim. Mereka seharusnya menghindari pakaian yang dapat menampakkan aurat kepada orang yang bukan mahram mereka. Dengan memakai pakaian Islami, termasuk saat berenang, seseorang menunjukkan keseriusannya dalam memenuhi kewajiban menutup aurat. Oleh karena itu, penggunaan pakaian renang Muslimah yang aman dan sesuai syariat seharusnya diperbolehkan (Fadilah, Warsah and Wanto, 2020).

4. KESIMPULAN

Menurut ajaran islam, olahraga renang adalah sala satu kegiatan yang diajarkan oleh Nabi Muhammad SAW. Namun, Olahraga ini seringkali dipenuhi dengan kontroversi terkait pakaian yang harus dipakai saat renang. Para atlet tidak memilih kebebasan untuk memilih pakaian yang membuat mereka merasa nyaman. Pakian renang yang umumnya terbuka tidak sesuai dengan syariat islam yang memwajibkan penutupan aurat bagi para pemeluknya, baik laki-laki maupun perempuan. Namun, inovasi telah muncul dalam bentuk pakaian khusus untuk Muslimah yang dikenal sebagai burkini, sebuah pakaian renang dengan setelan panjang yang menutupi seluruh tubuh. Dengan adanya pakaian ini, seharusnya umat Muslim diberi kebebasan untuk memilih pakaian renang yang membuat mereka nyaman dan tetap menjaga aurat mereka.

Daftar Pustaka

- Akbar, M. *et al.* (no date) 'BAKTI SOSIAL PELAYANAN FISIOTERAPI PADA EVENT LARI MARATHON', download.garuda.kemdikbud.go.id.
ALLSABAH, M. and Sugito, S. (2019) 'Peluang Olahraga dalam Menyongsong Era 5.0', *Peluang Olahraga dalam repository.unpkediri.ac.id*.

- Fadilah, F. R., Warsah, I. and Wanto, D. (2020) 'Implementasi Outdoor Learning: Upaya Menanamkan Nilai-nilai Keislaman Siswa SDIT Cahaya Rabbani Kepahiang', *Dan Sosial Keagamaan*. jurnal.lp2msasbabel.ac.id.
- Fatwa, H. H. and Tahki, K. (2022) 'Model Penurunan Tingkat Kecemasan Melalui Media Olahraga Renang Untuk Anak Usia DinI', *Journal Olahraga Rekat (Rekreasi Masyarakat* journal.unj.ac.id.
- Firdaus, F. and Irfan, I. (2023) 'The Effect of Bocce Games on the Physical Fitness of Children with Grahita SLB AL-GIFARI During the Covid-19 Pandemic', *Journal of Physical and Outdoor Education*, 5(1), pp. 27–36. doi: 10.37742/jpoe.v5i1.200.
- Ibrahim, R. M. (2022) *Evaluasi Pengembangan Pariwisata Bandar Bakau Oleh Dinas Kepemudaan Olahraga Dan Pariwisata Kota Dumai*. repository.uir.ac.id.
- Khairuddin, K. (2021) 'Diagnosis Psikologi dalam Proses Rekrutmen Calon Paskibraka Provinsi Sumatera Utara Tahun 2021', *Gotong Royong: Jurnal Pengabdian* jp3km.jurnalp3k.com.
- Maesaroh, S. (2021) 'Kemampuan Berpikir Kritis Matematis Siswa SMP pada Materi Bangun Ruang Sisi Datar: Kemampuan Berpikir Kritis Matematis Siswa SMP pada Materi Bangun ...', *Jurnal Riset Intervensi Pendidikan (JRIP)*. journal.rekarta.co.id.
- Maksalmina, T., Jafar, M. and Ifwandi, I. (2017) 'Pandangan pengelola dan santri pesantren dayah modern Darul Ulum YPUI Banda Aceh tentang kegiatan olahraga tahun 2017', *Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan* jim.usk.ac.id.
- Nadirah, S. P., Pramana, A. D. R. and Zari, N. (2022) *Metodologi Penelitian Kualitatif, Kuantitatif, Mix Method (Mengelola Penelitian Dengan Mendeley dan Nvivo)*. books.google.com.
- Pasaribu, R. N. L., Hartoyo, I. and Saragih, F. H. (no date) 'Developing Students'workbook Of Reading Skil Based On Inquiry Based Learning For The Tenth Grade Students Sma Swasta ', *and Learning of FBS UNIMED*. jurnal.unimed.ac.id.
- ROCHMAH, N. U. R. (2015) *Korelasi antara persepsi tentang pakaian wanita muslimah dan akhlak mahasiswi Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Walisongo Semarang angkatan ...* core.ac.uk.
- Salahudin et al. (2023) 'Champions: Education Journal of Sport, Health, and Recreation The Role of Swimming in Maintaining Body Health From an Islamic Perspective', 1(3), pp. 17–23.
- Salahudin, R. S. and Satriawan, R. U. (2021) *Guru Penjaskesrek Perlu Memahami Agama Islam: Integrasi Pendidikan Agama Islam Dalam Pendidikan Jasmani*. scholar.archive.org.
- Salahudin, S. and Rusdin, R. (2020) 'Olahraga Meneurut Pandangan Agama Islam', *JISIP (Jurnal Ilmu Sosial dan Pendidikan)*, 4(3), pp. 457–464. doi: 10.58258/jisip.v4i3.1236.
- Sari, I. N. et al. (2022) *Metode penelitian kualitatif*. books.google.com.
- Tahapary, J. M. and Syaranamual, J. (2020) 'Latihan Teknik Dasar Dapat Meningkatkan Hasil Renang Gaya Bebas', *Jargaria Sprint: Journal Science of* ojs3.unpatti.ac.id.
- Trianto, A. (2021) *Renang dan Keselamatan Diri di Air*. doc-pak.undip.ac.id.
- Widiyani, S. H. (2019) *Pengembangan Modifikasi Muslimah Swim Wear Untuk Kebutuhan Pada Aktivitas Berenang Sesuai Syariat Islam*. digilib.unimed.ac.id.
- Yulinar, Y. and Kurniawan, E. (2018) 'Pengaruh Latihan Renang Terhadap Peningkatan Daya Tahan Kardiovaskuler Pada Atlet Klub Sepak Bola', *Jurnal Serambi Ilmu*. ojs.serambimekkah.ac.id.