

TANGGAPAN SANTRI TERHADAP MANFAAT KEGIATAN OLAHRAGA DITINJAU DARI SUDUT PANDANG KAIDAH ISLAM”.

Nurul Hafizah, Sumarjo, Amirzan

Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Universitas Jabal Ghafu

hafizahnurul591@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini berjudul **“Tanggapan Santri terhadap Manfaat Kegiatan Olahraga ditinjau dari Sudut Pandang Kaidah Islam (Suatu Penelitian pada Dayah Syamsul Makrifah Tangse Tahun Pelajaran 2024/2025)”**. Penelitian ini mengakat tentang bagaimana tanggapan santri terhadap manfaat olahraga dari sudut pandang kaidah Islam dan apakah santri memiliki pemahan dan tanggapan yang positif terhadap olahraga. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman santri terhadap manfaat kegiatan olahraga. Olahraga memiliki manfaat yang penting tidak hanya untuk kesehatan jasmani dan rohani akan tetapi juga dari segi spritual yang berkaitan dengan ajaran Islam. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kualitatif deskriptif yang menggunakan tekni pengumpulan data menggunakan media angket kepada santri Dayah Syamsul Makrifah Tangse. Sampel yang diambil yakni setengah dari populasi yaitu 77 orang, menggunakan metode deskriptif. Berdasarkan hasil penelitian menunjukan bahwa santri memiliki pandangan dan tanggapan yang positif terhadap manfaat dan kegiatan olahraga. Para santri menyadari bahwa olahraga memiliki banyak manfaat baik dari menjaga kesehatan fisik dan mental, meningkatkan rasa tanggung jawab dan kedisiplinan, dan mempererat tali persaudaraan, serta magikuti anjuran Islam untuk menjaga kesehatan dan kebugaran tubuh. jadi dapat disimpulkan bahwa judul yang diajukan oleh peneliti diterima, dengan demikian dapat dikatakan bahwa adanya tanggapan yang positif dari santri terhadap manfaat kegiatan olahraga yang ditinjau dari sudut pandang kaidah islam di Dayah Syamsul Makrifah Tangse.

Kata kunci: Tanggapan santri, manfaat olahraga, kaidah Islam.

Pendahuluan

Dalam Undang Undang Republik Indonesia menjelaskan bahwa Pendidikan merupakan usaha sadar dan terencana untuk menumbuhkan lingkungan yang mendukung pembelajaran dan mendorong proses yang memungkinkan siswa untuk sepenuhnya menyadari kemampuan mereka. Upaya ini bertujuan untuk menanamkan dalam diri mereka rasa spiritualitas, disiplin diri, pengembangan karakter, pertumbuhan intelektual, nilai-nilai etika, dan keterampilan penting yang dibutuhkan untuk pengembangan pribadi dan perbaikan komunitas, negara, dan

masyarakat secara keseluruhan (UU RI N0.20, Tahun 2003).

Pendidikan menjadi hal yang sangat penting dalam mejalani hidup sebagai manusia, yang diberikan mulai dari bayi hingga dewasa dan yang maha kuasa telah memberikan fisik dan non fisik berupa akal dan perasaan. Kemampuan tersebut yang telah ALLAH SWT berikan kepada hambanya harus dikembangkan dengan berbagai cara dan dorongan. Oleh karena itu, dengan Pendidikan, setiap manusia dapat mengembangkan potensi pada dirinya secara perlahan sesuai dengan kemampuan yang dimiliki.

Pendidikan jasmani merupakan metode pembelajaran yang berpusat pada keterlibatan fisik dan peralatan yang dirancang untuk memenuhi tujuan pendidikan. Sebagaimana dinyatakan oleh Lutan (1998:113), Pendidikan jasmani berfungsi sebagai proses pembelajaran yang memanfaatkan aktivitas fisik, permainan, dan/atau olahraga pilihan untuk memenuhi tujuan pendidikan. Tujuan yang ingin dicapai bersifat menyeluruh, meliputi dimensi fisik, mental, emosional, sosial, dan etika. Dalam hal perkembangan fisik, tujuan utama pendidikan jasmani adalah untuk meningkatkan keterampilan gerak dasar anak-anak melalui aktivitas fisik yang disesuaikan dengan tahap pertumbuhan dan perkembangan mereka (Lauh, 2014:87).

Olahraga merupakan salah satu tata cara hidup bertujuan untuk meningkatkan dan menjaga kesehatan tubuh, terutama karena banyak individu terlibat dalam kehidupan yang padat dengan berbagai kewajiban, oleh karena itu waktu untuk berolahraga sering kali terbatas. Penting bagi masyarakat untuk menyadari pentingnya peran olahraga dalam meningkatkan dan menciptakan kehidupan yang berkualitas untuk mereka. Aspek yang berhubungan dengan aktivitas olahraga mencakup: 1) kemampuan fisik, 2) keterampilan manajemen, dan 3) kombinasi dari motivasi internal serta eksternal untuk setiap peserta (Husdarta, 2010:90).

Sedangkan menurut Prima (2021:162) olahraga mengacu pada upaya yang dilakukan seseorang untuk secara sistematis mengondisikan tubuhnya melalui rutinitas terorganisasi yang mencakup tindakan berulang yang bertujuan untuk meningkatkan kebugaran fisik. Pada pasal 28 C ayat 1 UUD 1945 “Olahraga adalah segala kegiatan yang sistematis untuk mendorong, membina serta mengembangkan potensi jasmani, rohani, dan sosial”.

Fadillah dkk (2024:107) mengemukakan bahwa, faedah yang didapatkan dengan rutin melakukan aktivitas fisik, Meliputi: 1) melakukan aktifitas olahraga dapat meningkatkan perkembangan fisik dan keterampilan seseorang. 2) dari segi sosial olahraga dapat menumbuhkan rasa saling menghargai, memperkuat silaturahmi dengan sesama, membangun rasa tanggung jawab, dan saling toleransi terhadap agama. 3) dari segi psikologi olahraga dapat membuat melatih mental dan emosional, untuk menjaga kesehatan rohani dan jasmani yang saling berkaitan.

Kemajuan yang cepat dalam olahraga menjadi pendorong yang kuat bagi keinginan individu terhadap aktivitas fisik. Berpartisipasi dalam olahraga, dan latihan bersama, menjadi inspirasi bagi semua. Hal ini disebabkan oleh pengemang dan minat dalam aktivitas fisik berfungsi sebagai pendukung internal bagi individu untuk mencapai tujuan yang memuaskan.

Menurut husdarta (2010:18) saat ini, olahraga menjadi peranan yang baik, untuk menjaga semangat hidup masyarakat latar belakang dari perkembangan memiliki nilai dan bermakna. Hal ini dapat dilihat dari segi sosial, termasuk termasuk politik, masyarakat, kegamaan, pendidikan dan kebudayaan. Pendidikan jasmani mencakup pendidikan seseorang sebagai individu yang istimewa serta sebagai anggota suatu kelompok, yang dilakukan dengan tujuan yang jelas dan terstruktur melalui kegiatan fisik yang menantang untuk mengasah kemampuan serta keterampilan tubuh (M.Yahya dan Amirzan, 2019:79). Penting untuk memahami bagaimana santri menilai kegiatan olahraga dari sudut pandang kaidah Islam, yang mengedepankan keseimbangan antara aspek dan spiritual.

Tanggapan merupakan cara memahami dan menganalisis yang ada di sekitar kita, suatucara untuk menilai peristiwa atau

menyampaikan informasi yang didapat melalui proses pemikiran. hal Ini menunjukkan hubungan antara persepsi dan dampak dari lingkungan eksternal, yang dirasakan melalui indera, ingatan, serta kekuatan mental(Nisa dkk,2023; 215).

Islam, sangat menyarankan untuk menjaga kondisi kesehatan dan kebugaran jasmani agar ummatnya dapat melaksanakan ibadah dengan baik(Salahudin & Rabwan Satriawan, 2022:17). Dalam Islam, kegiatan fisik dianggap bermanfaat karena dapat meningkatkan individu dalam mempertahankan kesehatan tubuhnya, merupakan perintah dari Allah SWT. Nabi Muhammad SAW pernah mengungkapkan dalam sebuah hadis: "Seorang mukmin yang kuat memiliki derajat yang lebih tinggi di sisi Allah ketimbang mukmin yang lemah, meskipun keduanya memiliki keutamaan" (HR. Muslim). Umat Islam dianjurkan untuk secara aktif berupaya menjaga kesehatan dan kebugaran. Ajaran Nabi Muhammad SAW menekankan pentingnya melakukan aktivitas fisik, yang menunjukkan bahwa berolahraga dapat menjadi sarana untuk mendekatkan diri kepada Allah. Oleh karena itu, sangat penting untuk mengeksplorasi bagaimana pandangan siswa tentang olahraga terkait dengan prinsip-prinsip Islam (Fadhillah dkk, 2024:107).

Dayah Syamsul Ma'arifah Tangse adalah salah satu pesantren, yang tidak saja mengutamakan dan menekankan tentang keagamaan saja, namun juga menyediakan fasilitas yang bertujuan untuk mengembangkan pendidikan dalam lingkungan pesantren. Seiring zaman, keagamaan sering kali terabaikan. Dengan keberadaan pesantren ini memungkinkan untuk menuntut ilmu agama dan pendidikan sehingga menciptakan hubungan yang indah antara iman dan pendidikan.

Kegiatan olahraga di pesantren memiliki tujuan penting dalam mendukung perkembangan fisik dan mental santri. Meskipun manfaatnya signifikan, terdapat berbagai kendala yang dapat menghambat pelaksanaan kegiatan olahraga tersebut. meskipun kegiatan olahraga memiliki banyak manfaat, berbagai tantangan harus dihadapi untuk meningkatkan partisipasi santri dalam olahraga di pesantren. Dengan memahami masalah-masalah ini, pengelola pesantren dapat merancang program yang lebih efektif dan menciptakan lingkungan yang mendukung keseimbangan antara pendidikan dan keagamaan. Olahraga tidak hanya bertindak sebagai bentuk untuk menjaga kesehatan tubuh saja tetapi juga menjadi sarana sebagai pengabdian dan upaya untuk memperbaiki kesehatan jiwa.

Adapun olahraga sangat dianjurkan oleh Islam dikarenakan olahraga mencakup berbagai aspek kemampuan fisik, meliputi: 1) kekuatan, 2) kecepatan, 3) kelincahan, 4) keseimbangan, 5) daya tahan, 6) koordinasi, 7) kelenturan. Oleh karena itu, Nabi Muhammad SAW menganjurkan berbagai bentuk olahraga seperti berkuda, berenang, dan memanah, yang pada zamannya telah ditetapkan sebagai sunah untuk meningkatkan kekuatan fisik agar siap menghadapi tuntutan peperangan(Fadhillah, 2024:108).

Teori

Tanggapan Santri Terhadap Manfaat Olahraga

Hakikat olahraga pada dasarnya adalah usaha fisik yang mencakup tantangan dan pertandingan melawan diri sendiri atau melawan lawan. Dalam kegiatan atletik, terdapat suatu bentuk persaingan, sehingga partisipasi harus disikapi dengan semangat dan pola pikir kompetitif. Hasilnya, olahraga berpotensi menginspirasi individu untuk terlibat dalam kompetisi yang bersahabat yang ditandai dengan kegembiraan dan integritas. Olahraga memfasilitasi kesempatan untuk menumbuhkan rasa

saling pengertian dan menumbuhkan semangat persatuan dan peduli terhadap kesejahteraan orang lain (Prima, 2021:162).

Abu Ahmadi (2003:64) mendeskripsikan tanggapan sebagai gambaran mental dari sesuatu yang dilihat, di mana objek yang diperhatikan. tidak ada pada saat dan lokasi pengamatan. Oleh karena itu, ketika seseorang menjumpai suatu objek, mereka akan memperhatikannya, hasil pengamatan tersebut akan memunculkan respons. Setelah respons muncul, orang tersebut akan mengambil tindakan. Jika responsnya positif, mereka akan merasa terdorong untuk mendekati dan menghargai objek tersebut. Di sisi lain, jika responsnya negatif, biasanya mereka akan merasa tidak ingin mendekati atau menghargai objek tersebut. Tanggapan menjadi penting, agar dapat memahami dan mengerti hal yang ditangkap oleh orang lain sehingga menjadi sebuah rangkuman informasi yang berasal dari orang tersebut.

Menurut CC Berg, kata tersebut berasal dari "Shastri," dalam konteks budaya India berarti "seseorang yang memiliki pengetahuan tentang teks suci Hindu," atau "ahli yang menguasai kitab suci Hindu." Di sisi lain, Jhon E. mengemukakan bahwa istilah "santri" berasal dari bahasa Tamil, yang merujuk kepada individu yang mengajarkan Al-Qur'an. Selain itu, kata itu bisa ditelusuri hingga "cantrik," mengacu pada orang yang selalu menyertai gurunya ke mana pun mereka pergi dan tinggal. Lebih dalam lagi, istilah "shastri" mendapatkan asalnya dari "shastra," yang mengartikan tulisan suci, buku religius, atau pengetahuan. Dari berbagai tafsiran tersebut, tampak bahwa pemahaman modern mengenai "santri" lebih sejalan dengan arti "cantrik," mengisyaratkan seseorang yang aktif terlibat dalam studi agama (Islam) dengan penuh semangat mengikuti ajaran guru mereka saat bergerak dan menetap. Pembentukan tempat seperti pondok atau

asrama untuk santri yang dikenal sebagai pesantren tidak dapat terwujud tanpa keberadaan santri yang berkomitmen untuk tinggal bersama dan mengikuti bimbingan guru mereka (Huda, 2015: 743).

Santri terbagi dua : "santri katalog" dan "santri mukim." Santri katalog mencakup mereka yang tidak menetap di pondok dan memutuskan untuk kembali ke rumah setelah belajar di pesantren. Umumnya, kelompok ini berasal dari sekitar, sehingga diperbolehkan untuk tidak tinggal di pondok. Sebaliknya, "santri mukim" adalah yang memilih untuk tinggal dipesantren karena berasal dari lokasi yang jauh. Dari sejarah, kesempatan untuk bepergian dan tinggal di pesantren yang jauh dianggap sebagai suatu kehormatan dan kesempatan yang sangat berharga bagi para santri (Ridwan Abdullah Sani:41).

Aktivitas olahraga telah tumbuh menjadi fenomena global yang diakui oleh Perserikatan Bangsa-Bangsa (PBB) sebagai sarana untuk kemajuan dan persatuan. Dengan demikian, pemerintah Indonesia menganggap pengembangan olahraga sebagai aspek yang krusial, memandangnya sebagai strategi yang efektif dalam meningkatkan kualitas sumber daya manusia serta membentuk karakter dan identitas bangsa (Ramadhani, 2023:125)

Olahraga melibatkan aspek fisik dan mental yang penting. memperbaiki dan menjaga kesehatan seseorang setelah melakukan aktivitas fisik (Khairuddin, 2017:1). Sedangkan menurut Husdarta (2010:145) olahraga adalah usaha mengolah latihan raga/tubuh manusia untuk menjadi sehat dan kuat. Harsono (1988) mengemukakan bahwa olahraga pada hakikatnya adalah "*the big muscles activities*". Hampir sama dengan pendapat kemal supandi (1990) yang menjelaskan bahwa olahraga pada hakikatnya adalah "aktifitas otot besar yang menggunakan energi tertentu untuk

meningkatkan kualitas hidup. Rasulullah Muhammad SAW, menurut riwayat dari Imam Bukhari, mendorong para pengikutnya unggul dalam aktivitas fisik. secara khusus menekankan pentingnya berkuda, berenang, serta memanah. Ketiga bidang yang didorong oleh Nabi Muhammad SAW ini dapat dianggap sebagai dasar dari banyak jenis olahraga yang ada di zaman sekarang. Setiap aktivitas ini mencerminkan aspek kebugaran, keterampilan, ketepatan, sportivitas, serta semangat kompetisi (Khairuddin, 2017:1).

Husdarta (2010:146) menyatakan bahwa olahraga menimbulkan kondisi yang positif bagi semua masyarakat dari berbagai manfaat kesehatan. Banyak ahli sosial yang berpendapat bahwa olahraga dan agama terdiri dari seperangkat praktik budaya dan makna yang terkadang-kadang berbeda tergantung pada hubungan sosial antar penggemar olahraga dan penganut agama didalam komunitas dan masyarakat sebagai keseluruhan.

Landasan Hukum Olahraga Dalam Perperspektif Islam

Beberapa tokoh dari Majelis Ulama Indonesia (MUI) memiliki pandangan sama dalam pengaturan olahraga yang sejalan dengan prinsip-prinsip Islam. menegaskan bahwa berpartisipasi dalam olahraga ialah sunah, artinya dianjurkan untuk terlibat dalam kegiatan olahraga yang sejalan dengan pedoman Islam, dengan syarat aktivitas olahraga harus mematuhi hukum Islam. Sebaliknya, olahraga dapat dianggap haram jika melanggar prinsip-prinsip Islam, seperti mengenakan busana terbuka, yang memperlihatkan aurat dan dapat menyebabkan berdosa (Erlistiana dkk, 2020:5).

Sering diyakini bahwa Islam melarang olahraga, mengarah pada gagasan bahwa negara-negara dengan mayoritas penduduk Muslim kurang memiliki prestasi dalam bidang olahraga.

Gagasan ini tidak akurat. Berdasarkan sebuah hadis yang diriwayatkan oleh Imam Bukhari, Nabi Muhammad SAW terkenal karena mendorong para pengikutnya (termasuk semua Muslim yang wajib mematuhi ajarannya) untuk unggul dalam berbagai bidang olahraga. Khususnya, nabi menekankan berkuda, berenang, dan memanah. Ketiga kegiatan yang disoroti oleh Nabi Muhammad SAW ini dapat dipandang sebagai olahraga dasar (Sumiati & Is, 2017 dalam Abror, 2024:5).

Metode Penelitian

Pendekatan dan Jenis Penelitian

Dalam penyusunan laporan penelitian ini, penulis menggunakan pendekatan deskriptif, sehingga nantinya melahirkan data-data deskriptif berupa kata-kata tertulis maupun lisan dari orang dan pelaku yang diamati (Bodgan & Taylor, dalam Moeleong, 1994:3). Dalam hal ini informasi tersebut dipeoleh dari para Santri Dayah Syamsul Ma'arifah Tangse.

Sehubungan dengan hal tersebut, dalam penelitian ini penulis menggunakan metode deskriptif, yaitu suatu metode yang berupaya mengungkapkan keadaan yang terjadi saat ini, untuk selanjutnya dianalisis dan diinterpretasi. Dalam hubungan ini, Arikunto (1992:5) menyatakan bahwa apabila peneliti bermaksud untuk mengetahui keadaan sesuatu mengenai apa dan bagaimana, berapa banyak, sejauh mana, dan sebagainya, maka penelitiannya bersifat deskriptif yaitu penelitian yang bertujuan untuk menjelaskan atau menerangkan peristiwa atau fakta-fakta yang sedang berkembang, dengan demikian akan menemukan jawaban yang sebenarnya.

3.2 Populasi dan Sampel

3.2.1 Populasi Penelitian

Populasi penelitian merupakan individu yang menjadi sumber data

penelitian. Menurut Arikunto (2013:173) Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian, Apabila seseorang ingin meneliti semua elemen yang ada dalam wilayah penelitian, maka penelitiannya merupakan penelitian populasi. Populasi merupakan keseluruhan subjek yang mempunyai ciri-ciri dan sifat-sifat yang sama dan akan diladikan sebagai objek penelitian.

Berdasarkan dengan masalah yang akan diteliti. Maka populasi pada penelitian ini adalah seluruh siswa dan Santri Dayah Syamsul Ma'arifah Tangse yang berjumlah 154 orang. Maka populasi yang digunakan dalam penelitian di dayah Syamsul Makrifah berjumlah 77 orang.

3.2.3 Sampel Penelitian

Sampel adalah bagian yang mewakili populasi yang akan diambil dan dijadikan sebagai objek penelitian. Menurut Arikunto (2013:174) Sampel adalah sebagian atau wakil Populasi yang diteliti. Dinamakan penelitian sampel apabila kita bermaksud untuk menggeneralisasikan hasil penelitian sampel. Arikunto menjelaskan bahwa "Apabila jumlah populasi kurang dari 100, maka seluruh populasi dijadikan sampel. Selanjutnya jika jumlah populasi lebih dari 100, maka populasi dapat diambil antar 10-15% atau 20-25% atau 50%".

Sampel adalah bagian yang mewakili populasi yang akan diambil dan dijadikan sebagai objek penelitian. Berdasarkan dengan jumlah populasi di atas maka sampel diambil 50 % dari jumlah populasi yang ada dengan teknik merandom sampling $50\% \times 154 = 35$ dimana nantinya para santri bernomor ganjil ditetapkan sebagai sampel penelitian, sehingga jumlah sampel pada penelitian ini adalah 77 orang. Maka diambil sebanyak 3 kelas yakni kelas A, kelas B, dan kelas C dapat dilihat dari Tabel 3.1.

Hasil Peneitian

Untuk memperoleh hasil penelitian yang berkualitas, maka diperlukan persiapan yang matang dan baik terhadap penelitian ini. Baik persiapan secara pribadi maupun persiapan secara administrasi, sehingga penelitian di lapangan dapat berjalan lancar dan tidak mengalami kesulitan.

Langkah yang pertama sekali dilakukan adalah menghubungi pihak kampus yakni Dekan Ilmu pendidikan dan keguruan Universitas Jabal Ghafur Sigli untuk memperoleh surat pengantar penelitian, kemudian seterusnya mengunjungi tempat penelitian yakni Dayah Syamsul Makrifah Tangse untuk memperoleh izin melakukan penelitian di tempat tersebut kepada kepala yayasan. Setelah meperoleh izin, barulah melakukan observasi tempat penelitian dan melakukan pendekatan kepada ustad dan ustazah yang mengajar dan bertanggung jawab kepada santri di Dayah Syamsul Makrifah Tangse.

4.1.2 Hasil Angket

Setelah menyelesaikan persiapan dengan baik dan pelaksanaan penelitian dapat ditentukan jadwal pelaksanaannya, angket akan dibagikan kepada sampel atau responden penelitian. Berdasarkan hasil penelitian yang di lakukan pada Dayah Syamsul Makrifah Tangse, Angket dibagikan langsung ke respondenn. Seteleh angket telah diisi oleh responden dan mengembalikannya kepada peneliti dalam keadaan yang baik.

Tanggapan santri terhadap manfaat olahraga cukup baik terbuka terhadap manfaat yang di timbulkan dari melakukan olahraga secara rutin, namun tempat yang tidak mamadai dan waktu yang cukup singkat maka siswa terlihat kurang melakukan aktivitas olahraga.

Selanjutnya perolehan data tanggapan santri yang didapat dari lembaran angket mengenai tanggapan Santri terhadap manfaat kegiatan olahraga sitinjau dari sudut pandang kaidah islam. Pertanyaan pada angket menggunakan skala

Liters dan pertanyaan pada angket ini ada 15 pertanyaan yang masing pertanyaan telah tersedia alternatif jawabannya

Tabel 4.1 Didalam Pesantren Atau Dayah Harus Memiliki Sarana Dan Prasarana Olahraga Yang Memadai

No	Alternatif jawaban	Frekuensi	Persentase
a	Setuju	70	90,9
b	(S)	1	1,2
c	Sangat setuju	1	1,2
d	(SS)	5	6,4
	Kurang setuju (KS)		
	Tidak setuju (TS)		
Jumlah		77	100%

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa pilihan yang paling banyak dalam pertanyaan tersebut menjawab setuju (90,9%) sementara pilihan jawaban lain berada pada persentase (1,2%) dengan frekuensi 1 orang dan (6,4%) dengan frekuensi 5orang. Dapat disimpulkan bahwa para santri setuju dengan pertanyaan tersebut, yakni mengenai fasilitas olahraga.

Tabel 4.2 Dengan Melakukan Aktifitas Olahraga Membuat Tubuh Menjadi Lebih Bugar

No	Alternatif jawaban	Frekuensi	Persentase
a	Setuju (S)	45	58,4
b	Sangat setuju	26	33,7
c	(SS)	1	1,2
d		5	6,4

	Kurang setuju (KS)		
	Tidak setuju (TS)		
Jumlah		77	100%

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat alternatif pilihan yang banyak dipilih yaitu setuju dengan perolehan persentase (58,4%) dengan frekuensi 45 responden yang memilih, dan yang paling sedikit di pilih adalah tidak setuju (6,4) yang memilih dengan responden sebanyak 5 orang.

Dapat disimpulkan bahwa responden setuju dengan pertanyaan nomor 2 yaitu dengan melakukan olahraga dapat Membuat tubuh lebih bugar.

Berdasarkan tabel diatas menunjukan bahwa para santri memilih setuju dengan perolehan terbanyak yakni(48%) frekuensi sebanyak 37 reponden walaupun tidak begitu jauh perbandingan antara jawaban tidak setuju yakni dengan persentase (29,8%) frekuensi 23 responden.

Berdasarkan hasil di tabel dapat dilihat perolehan terbanyak yakni setuju dengan persentase (62%) frekuensi sebanyak 48 orang yang memilih, hal ini berbanding dengan yang menjawab tidak suka yang berada pada persentase 0. Bererti dapat disimpulkan santri setuju dengan olahraga yang manfaatnya peting bagi tubuh.

Berdasarkan tabel responden yang milih jawab setuju adalah pilihan yang terbanyak dengan perolehan persentase yakni sebanyak (64,9%) sementara yang lain berada pada perolehan sangat setuju (32,4%) dan jawaban yang lain nya berada pada persentase (1,2%) dari 77 responden. Hal ini bisa di simpulkan santri setuju

bahwa olahraga yang dilakukan dengan teman dapat meningkatkan semangat.

Berdasarkan tabel menunjukkan bawa persentase terbanyak yaitu tidak setuju(30%) frekuensi sebanyak 30 orang sementara pilihan yang paling sedikit yaitu kurang setuju (15,5), hal ini berbanding dengan pilihan setuju (25,9%) dan sangat setuju(25,9). Dapat disimpulkan bahwa sebagian santri tidak setuju dengan pertanyaan tersebut.

Berdasarkan perolehan tabel diatas jawab terbanyak yakni tidak setuju (61%) dengan responden sebanyak 47 orang dan jawaban paling sedikit yaitu sangat setuju (3,8%) dengan 3 respon yang memilih, sementara jawaban yang lain kurang setuju (20,7%) dengan 16 responden dan setuju berada pada persentase (14,2%) 11 responden. Dapat disimpulkan bahwa santri tidak setuju dengan pertanyaan dan pernyataan tersebut.

Berdasarkan penjelasan pada tabel diatas dapat dilihat bahwa perolehan persentase terbanyak adalah setuju (90,9%) sementara pilihan jawaban paling sedikit ada pada tidak setuju (0%). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa responden setuju dengan pernyataan diatas yang menyatakan olahraga penting bagi tubuh.

Berdasarkan penjelasan diatas dapat dilihat bahwa pilihan terbanyak ada pada persentase tidak setuju (64,9) dengan frekuensi 50 responden sementara jawaban paling sedikit adalah kurang setuju dengan persentase (6,4%) dengan 5 responden. Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa para santri tidak setuju dengan pernyataan tersebut.

Berdasarkan tabel menunjukkan bawa persentase terbanyak yaitu setuju(45%) frekuensi sebanyak 35 orang sementara pilihan yang paling sedikit yaitu tidak setuju (6,4%). Dapat disimpulkan

bahwa sebagian santri setuju dengan pertanyaan tersebut yang menyatakan selain menjaga pola makan dan istirahat yang cukup akan tetapi tubuh juga membutuhkan kegiatan olahraga untuk meningkatkan kesehatan.

Berdasarkan tabel diatas pilihan jawaban terbanyak yaitu sangat setuju (51,9%) dengan frekuensi 40 responden. Dan yang paling sedikit yaitu kurang setuju dan tidak setuju dengan perolehan (2,5%) dengan responden sebanyak 2 orang. Berarti dapat disimpulkan bahwa responden sangat setuju dengan pernyataan tersebut.

Berdasarkan uraian tabel diatas perolehan terbanyak yaitu setuju (77,9%) dan yang paling sedikit dipilih adalah tidak setuju(1,2%). Dengan demikian dapat disimpulkan para santri setuju dengan pernyataan olahraga dapat dilakukan dengan menetapkan ajaran dan aturan sesuai dengan agama islam.

Berdasarkan penjelasan pada tabel diatas perolehan jawaban terbanyak yakni setuju(72,7%) dan pilihan paling sedikit ialah tidak setuju (5,1%). Dalam hal ini dapat disimpulkan bahwa olahraga dan agama saling berkaitan satu sama lain, olahraga dapat dianggap sebagai sarana menjaga amanat yang telah Allah berikan yakni tubuh, para santri setuju terhadap pernyataan tersebut.

Berdasarkan uraian tabel diatas perolehan terbanyak yaitu setuju (61%) dan yang paling sedikit dipilih adalah tidak setuju (1,2%). Dengan demikian dapat disimpulkan para santri setuju dengan pernyataan olahraga dengan menjaga aturan dan nilai islam adalah hal yang patut dilakukan.

Berdasarkan penjelasan tabel diatas perolehan terbanyak yaitu setuju (51,9%) dan yang paling sedikit dipilih adalah tidak setuju(0%). Dengan demikian dapat disimpulkan para santri setuju dengan pernyataan dalam islam sangat menganjurkan umatnya untuk menjaga kesehata jasmani dan rohani, yaitu salah satunya dengan melakukan olahraga.

Adapun hasil penelitian menunjukan mayoritas santri mamiliki tangapan dan pemahaman yang positif tentang olahraga dan manfaat yang didapat, yang bermakna para santri menyatakan setuju, bahwasanya santri sadar dan paham tentang manfaat olahraga dan berperan penting dalam islam. Walaupun keterbatasan akan fasilitas namun tidak menghilangkan minat para santri untuk melakukan aktivitas olahraga.

Pembahasan

Adapun berdasarkan penelitian yang diperoleh melalui angket, terhadap tanggapan santri terhadap manfaat kegiatan olahraga ditinjau dari sudut pandang kaidah islam berikut uraiannya sebagai berikut:

Berdasarkan hasil angket dari para santri menunjukan bahwa santri memiliki minat dalam olahraga serta memiliki tanggapan yang positif terhadap aktifitas dan manfaat olahraga. Hal ini didukung oleh hasil angket yang menunjukan beberapa santri paham dan sadar akan manfaat dan dampak yang ditimbulkan karena melakukan kegiatan olahraga secara rutin.

Peneliti menemukan bahwa ada sebagian besar dari para santri yang dijadikan sampel, memiliki pesepsi dan pemahaman yang baik. Tentang bagaimana tetap melakukan kagiatan olahraga akan tetapi tetap menerapkan aturan dan nilai islam tanpa mengabaikanyan misalnya

seperti menjaga aurat. Fasilitas yakni berupa sarana dan prasara masih sangat terbatas, sehingga membuat santri tetap melakukan aktifitas dengan memanfaatkan fasilitas yang ada.

Kesimpulan dan Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan Berdasarkan hasil penelitian mengenai Tanggapan Santri Terhadap Manfaat Kegiatan Olahraga Ditinjau dari Sudut Pandang Kaidah Islam (suatu penelitian pada Dayah Syamsul Makrifah Tangse Tahun Pelajaran 2024/2025). Maka penulis dapat menarik kesimpulan sebagai berikut:

- 5.1.1 Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada Dayah Syamsul Makrifah Tangse kurangnya fasilitas yang mendukung dalam melakukan olahraga baik dari sarana maupun prasarasa. Para santri menggunakan tempat yang ada sepert, memanfaatkan halaman dayah sebagai tempat untuk melakukan permainan olahraga sebagai penghibur saat ada waktu luang pada hari libur.
- 5.1.2 Sebagian besar dari santri yang dijadikan sampel memiliki persepsi atau tanggapan yang positif terhadap olahraga, dapat dilihat dari jumlah respoden paham tentang manfaat dan dampak yang didapat karna rutin berolah, minat santri terhadap olahraga sangat bagus. Namun dikarnakan fasilitas yang kurang memadai sehingga membuat santri jarang melakukan kegiatan olahraga di Dayah.
- 5.1.3 Tingkat pemahan para santri tentang olahraga dalam pandangan islam, cukup baik karna berapa santri paham tentang olahraga yang dianjurkan dalam islam, serta batasan-batasan yang harus disesuaikan ketika melakukan olahraga seperti menjaga aurat.
- 5.1.4 Yasasan dayah syamsul makrifah memahami betul minat santrinya

terhadap kegiatan olahraga, seperti yang sebelumnya bahwa sarana dan prasarana di Dayah tidak mendukung santri dalam melakukan olahraga. Sehingga para santri harus memanfaatkan fasilitas yang ada.

5.2 Saran

Berdasarkan penelitian dan kesimpulan di atas, maka penulis memberikan beberapa saran sebagai berikut:

5.2.1 Bagi Santri di harapkan agar lebih sering melakukan kegiatan olahraga mengingat akan manfaatnya yang luar biasa bagi kesehatan jasmani dan rohani, serta dapat meningkatkan kualitas ibadah lebih baik. Walaupun

terhalang akan fasilitas yang memadai.

5.2.2 Bagi Yayasan agar biasa mendukung keterlibatan santri untuk melakukan aktifitas olahraga dengan memberikan fasilitas untuk mendukung santrinya, dan mengadakan kedepannya perlombaan yang berkaitan dengan olahraga tidak hanya di kawasan Dayah namun juga sampai keluar. Agar dapat meingkatkan prestasi dan minat santri dalam olahraga.

5.2.3 Bagi Peneliti selanjutnya, penelitian ini dapat dijadikan referensi bagi peneliti lain untuk melakukan penelitian yang hampir sama dengan konsep yang berbedaan.

Daftar Pustaka

- Abror, M. R., & Fitri, M. (2024). Hukum Pakaian Olahraga Dalam Islam. *Islamologi: Jurnal Ilmiah Keagamaan*, 1(1), 242-251.
- Aditya, N. R. I., Iqna, A., & Utami, A. T. (2024). Implementasi Nilai-Nilai Agama Islam Terhadap Kegiatan Olahraga. *Islamic Education*, 3(1), 123-131 Alfabeta
- Aly, Abdullah, 2011. Pendidikan Islam Multikultural Di Pesantren, Yogyakarta : Pustaka Pelajar
- Amirzan, M. Y. (2019). Tanggapan siswa terhadap manfaat kegiatan ekstrakurikuler olahraga dalam pengembangan prestasi dan potensi diri. *Jurnal Sosial Humaniora Sigli*, 2(1), 79-87.

- Arikunto, Suharsimi. 2013. Prosedur Penelitian-Suatu Pendekatan Praktik. Jakarta: Rineka Cipta.
- Azizah, I. (2021). Peran Santri Milenial dalam Mewujudkan Moderasi Beragama. *Prosiding Nasional*, 4, 197-216.
- Cahya, K. D., & LEMA, I. R. (2019). Pentingnya olahraga dalam kehidupan sehari agar sehat dan bugar.
- Erlistiana, D., & Andani, M. (2020). Efektivitas Olahraga 3B (Berenang, Berkuda, Berpanah) sebagai Sarana Dakwah Islam. *Busyro: Jurnal Dakwah Dan Komunikasi Islam*, 2(1), 1-8.
- Fadhillah, M. A., Yahya, M., & Muhammad, M. (2024). Tanggapan Santri Terhadap Manfaat Olahraga

- dalam Membentuk Kepribadian (Penelitian pada Pasantren Misbahuddin Kecamatan Kembang Tanjong Kabupaten Pidie). *Education Enthusiast: Jurnal Pendidikan dan Keguruan*, 4(1), 107-122.
- Fuad, J. (2012). Pendidikan Karakter Dalam Pesantren Tasawuf. *Tribakti: Jurnal Pemikiran Keislaman*, 23(1).
- Gufon, I. A. (2019). Santri dan Nasionalisme. *Islamic Insights Journal*, 1(1), 41-45.
- Hadi, F. K. (2020). Aktivitas olahraga bersepeda masyarakat di Kabupaten Malang pada masa pandemi COVID-19. *Sport Science and Education Journal*, 1(2), 28-36.
- Hasbi Indra. Pesantren dan Transformasi Sosial "Studi Atas Pemikiran KH. Abdullah Syafe'i Dalam bidang pendidikan Islam ". (Jakarta: Penamadani, 2005).
- Heavenlim, N. R., Abdussamad, A., & Wartiningih, A. (2020). Pembelajaran Menulis Teks Tanggapan Kritis Pada Siswa Kelas IX SMPN 8 Pontianak. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Khatulistiwa (JPPK)*, 8(3).
- Huda, M. N., & Yani, M. T. (2015). Pelanggaran santri terhadap peraturan tata tertib pondok pesantren Tarbiyatut Tholabah Kranji Lamongan. *Jurnal Kajian Moral dan Kewarganegaraan*, 2(03), 740-753.
- Husdarta, H.J.S. 2010. *Psikologi Olahraga*. Bandung: Alfabeta.
- Husdarta, H.J.S. 2010. *Sejarah dan Filsafat Olahraga*. Bandung:
- Husdarta. 2009. *Manajemen Pendidikan Jasmani*. Bandung :Alfabeta
- Husni, Agusta. (1990). *Pintar Olahraga*. Jakarta: Mawar Gempita.
- khairuddin, K. (2017). Olahraga dalam Pandangan Islam. *JOI (Jurnal Olahraga Indragiri): Olahraga, Pendidikan, Kesehatan, Rekreasi*, 1(2), 1-14
- Kuntjoro, B. F. T. (2020). Rasisme Dalam Olahraga. *Jurnal Penjakora*, 7(1), 69-77.
- Kurniawan, F. (2012). Buku pintar pengetahuan olahraga. *Jakarta: Laskar Aksara*.
- LaskarAksara Saktiawan, Lukman Hakim (2007). *Keajaiban Shalat Menurut Ilmu Kesehata Cina*, Jakarta: PT. Mizan Pustaka.
- Lutan, Rusli. 1988. *Belajar Keterampilan Motorik Pengantar Teori Dan Metode*. Jakarta: Dekdikbud. Ditjendikti
- Lauh, W. D. A. (2014). Dimensi olahraga pendidikan dalam naan penjasorkes di se *rnal Pendidikan Olah Raga*, 3(1), 83-93.
- Maksum, A. (2005). Olahraga membentuk karakter: Fakta atau mitos. *Jurnal Ordik*, 3(1), 23-30
- Nisa, A. H., Hasna, H., & Yarni, L. (2023). Persepsi. *KOLONI*, 2(4), 213-226.
- Prasetyo, A. A., Irawan, D., & Monita, S. A. (2023). Penerapan Nilai-Nilai Agama dalam Olahraga. *Religion: Jurnal Agama, Sosial, Dan Budaya*, 2(3), 190-196.

- Prima, P., & Kartiko, D. C. (2021). Survei kondisi fisik atlet pada berbagai cabang olahraga. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 9(1), 161-170.
- Ramadhani, D. A., Ahmadi, H., & Abdillah, M. I. F. (2023). Rasisme di Dunia Olahraga. *Islamic Education*, 1(1), 122-127.
- Rofiqoh, A. (2020). Shalat dan kesehatan jasmani. *Spiritualita*, 4(1), 65-76.
- Ruhardi, R., Nugroho, W. A., & Mahardhani, A. J. (2021). Olahraga Kebugaran dan Kesehatan dalam Perspektif Islam. *Pelangi: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 3(2), 64-80.
- Sugiyono. (2016). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D. Bandung: PT Alfabet.
- Safitri, K. N., Irdhillah, S., Deskia, M., Naufaldy, M. F., Rahayu, R., Kusumawicitra, N., ... & Mulyana, A. (2024). Pembelajaran Penjasorkes Di Sekolah Dasar: Manfaat Olahraga Untuk Kesehatan Tubuh. *Sinar Dunia: Jurnal Riset Sosial Humaniora Dan Ilmu Pendidikan*, 3(2), 44-56.
- Salahudin, S., & Rabwan Satriawan. (2022). Olahraga Lari dalam Pandangan Agama Islam. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 12(1), 17–27.
- Saputra, M. R., Haikal, M., & Restu, M. T. (2023). Kaitan Olahraga Berkuda Dengan Agama Islam. *Islamic Education*, 1(1), 110-116.
- Sardiman. 2009. *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*. Jakarta: PT Rajagrafindo Persada
- Shihab, M. Q. (2013). *Kaidah tafsir*. Lentera Hati Group.
- Slameto. 2010. *Belajar dan Faktor-faktor yang Mempengaruhinya*. Jakarta: PT Rineka Cipta
- Sodikin, R. A. (2003). Konsep agama dan islam. *Al Qalam*, 20(97), 1-20. <https://core.ac.uk/download/pdf/267964207.pdf>
- Sugiono. 2011. Metode Penelitian Kualitatif, kuantitati dan r&d. Bandung:
- Susanto, H., & Muzakk (2016). Perubahan perilaku studi kasus alumni pondok pesantren salafiyah di desa langkap kecamatan besuki kabupaten situbondo). *ISTAWA: Jurnal Pendidikan Islam (IJPI)*, 2(1).
- Syarifuddin, Ahmad (2008). *Puasa Menuju Sehat Fisik dan Psikis*. Jakarta: GemaInsani.
- Sari, L. R., Anggraini, R., Kencanawati, M. S., & Sularto, L. (2022). Dampak Keamanan, Manfaat, Kepercayaan, Promosi, serta Kemudahan pada Keputusan Pemanfaatan Dompot Elektronik ShopeePay. *Metik Jurnal*, 6(1), 59-69.
- Wahyudi, Moh. (1999). 400 Hadist Keutamaan Amal Beserta Penjelasannya. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Wratsongko, Madyo. (2007). *Menyikapi Rahasia Gerakan Shalat*. Cimahi: AzzamPublishing

