

KONSEP PENDIDIKAN JASMANI DALAM PENDIDIKAN ISLAM



SKRIPSI

Disusun dan diajukan kepada Fakultas Tarbiyah
Institut Agama Islam Negeri Sunan Kalijaga untuk
memenuhi sebagian syarat memperoleh gelar
Sarjana Pendidikan Islam (S.Pd.I)

Oleh :

KARSANA

NIM. 9947.4137

Pembimbing :

Drs. Maragustam S. M.A.

NIP. 150232846

**JURUSAN KEPENDIDIKAN ISLAM
FAKULTAS TARBIYAH
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA
2003**

ABSTRAKSI

KONSEP PENDIDIKAN JASMANI DALAM PENDIDIKAN ISLAM

Penelitian ini akan menyelesaikan sebuah persoalan bagaimana konsep pendidikan jasmani dalam pendidikan Islam. Penelitian ini bersifat *library reseach* dengan menggunakan pendekatan filosofis dan pendidikan dengan metode analisis deskriptif. Maka dari metode ini diharapkan mendapat tujuan yang dikehendaki.

Dari hasil penelitian dinyatakan bahwa, konsep pendidikan jasmani merupakan kerangka konseptual yang berisi ide, gambaran, pengertian, serta pemikiran tentang jasmani manusia. Jasmani adalah jasad-tubuh yang berarti organ-organ tubuh manusia yang terdiri dari susunan, sistem, dan sel tubuh yang membentuk satu kesatuan dan mekanisme kerja. Kerja tubuh itulah yang disebut sebagai aktivitas jasmani. Aktivitas jasmani berupa aktivitas ibadah ritual seperti sholat, puasa, haji, mandi dan wudhu' sebagai kunci pokok aktivitas ibadah Islam. Aktivitas ibadah ini mengandung manfaat dan keuntungan bagi tubuh-fisik manusia. Dengan melakukan gerak tersebut organ-organ tubuh dapat bekerja dengan baik serta dapat beristirahat.

Tubuh manusia pada dasarnya memiliki daya tahan yang sangat terbatas, tepatlah bahwa "manusia diciptakan oleh Allah SWT bersifat lemah". Oleh karena itu untuk menutupi kelemahan tersebut tubuh manusia membutuhkan gizi dan spritual untuk memperkuatnya. Kebutuhan tersebut dapat berupa makan dan minum, kebersihan tubuh, mengobati penyakit, olahraga dan permainan, hubungan seksual yang sehat, bekerja dan istirahat, dan seni dan hiburan dalam setiap aktivitas. Kebutuhan inilah yang bersifat fitrah yang harus ada dalam diri manusia. Kebutuhan tersebut tidak hanya bersifat materi belaka, tetapi ajaran Islam memberikan penjelasan serta efek pemenuhan kebutuhan tersebut.

Pendidikan jasmani merupakan sebuah konstruksi aktivitas jasmani yang terarah, sistematis, dan sistemik untuk mencapai tujuan pendidikan. Pendidikan jasmani pada dasarnya bertujuan untuk memperkuat tubuh agar memperoleh kesehatan. Dengan kesehatan itulah ibadah dapat dilaksanakan dengan khusyu' dan baik bila dibandingkan dengan kondisi sakit.

Pendidikan jasmani dalam Islam menempatkan posisi bagian hak manusia, sebab pendidikan jasmani merupakan suatu simbiosisme dengan pendidikan moral (akhlak) dan spiritual (emosi). Pendidikan moral dan spiritual tidak akan menemukan puncaknya bila tidak didukung dengan pendidikan jasmani. Sebab pendidikan jasmani merupakan sarana yang kuat dalam mempengaruhi tingkah laku, etika, moral serta amal sholeh yang diwujudkan.

Drs. Maragustam S. M.A

Dosen Fakultas Tarbiyah

IAIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

NOTA DINAS PEMBIMBING

Hal : Skripsi Saudara Karsana

Kepada Yth :

Bapak Dekan Fakultas Tarbiyah

IAIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

Di-

Yogyakarta

Assalamu 'alaikum Wr.Wb

Setelah kami membaca, memeriksa, dan memberikan petunjuk serta mengadakan perbaikan seperlunya, maka kami selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi saudara:

Nama : Karsana

NIM : 99474137

Jurusan : Kependidikan Islam

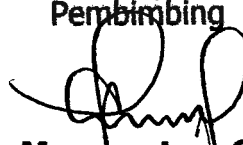
Judul : **KONSEP PENDIDIKAN JASMANI DALAM
PENDIDIKAN ISLAM**

telah dapat diajukan ke depan sidang munaqosah. Demikian nota dinas ini kami buat, atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu 'alaikum Wr.Wb.

Yogyakarta, 17 Juni 2003

Pembimbing



Drs. Maragustam S. M.A

NIP.150232846

Drs. H. Muh. Anis, M.A
Dosen Fakultas Tarbiyah
IAIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

NOTA DINAS KONSULTAN

Hal : Skripsi Saudara Karsana
Lamp : 7 Eksemplar

Kepada Yth Bapak
Dekan Fakultas Tarbiyah
IAIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

Assalamu 'alaikum Wr.Wb

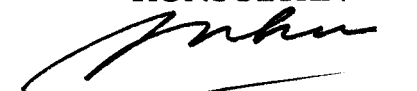
Setelah kami membaca, memeriksa, dan memberikan petunjuk serta mengadakan perbaikan seperlunya, maka kami selaku konsultan berpendapat bahwa skripsi saudara:

Nama : Karsana
NIM : 99474137
Jurusan : Kependidikan Islam
Judul : **KONSEP PENDIDIKAN JASMANI DALAM
PENDIDIKAN ISLAM**

telah diterima sebagai bagian dari syarat-syarat guna memperoleh gelar Sarjana Pendidikan Islam (S.Pd.I) IAIN Sunan Kalijaga Yogyakarta dan semoga dapat dipergunakan bagi penulis dan untuk pengembangan pendidikan Islam khususnya. Demikian nota dinas ini kami sampaikan, atas perhatiannya diucapkan terima kasih.

Wassalamu 'alaikum Wr.Wb.

Yogyakarta, 14 Juli 2003
KONSULTAN


Drs. H. Muh. Anis, M.A.
NIP.150 021 812



DEPARTEMEN AGAMA RI
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS TARBIYAH
Jl Laksda Adisucipto, Telp. : 513056, Yogyakarta 55281
E-mail: ty-suka@yogya.wasantara.net.id

PENGESAHAN

Nomor: IN/I/DT/PP.01.1/05/03

Skripsi dengan judul : KONSEP PENDIDIKAN JASMANI DALAM
PENDIDIKAN ISLAM

Yang dipersiapkan dan disusun oleh :

KARSANA
NIM : 9947.4137

Telah dimunaqosyahkan pada :
Hari : Sabtu
Tanggal : 5 Juli 2003

dan dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Tarbiyah
IAIN Sunan Kalijaga

SIDANG DEWAN MUNAQOSYAH

Ketua Sidang

Drs. Tasman Hamami, M.A
NIP.150 226 626

Sekretaris Sidang

Drs. Radino, M.Ag
NIP. 150 268 798

Pembimbing Skripsi

Drs. Maragustam S, M.A
NIP.150 232 846

Penguji I

Drs. H. Muh. Anis, M.A
NIP.150 021 812

Penguji II

Dra. Nurrohmah
NIP. 150 216 063

Yogyakarta, 14 Juli 2003

IAIN SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS TARBIYAH
DEKAN

Drs. H. RAHMAT, M.Pd
NIP. 150 037 930



KATA PENGANTAR

الحمد لله رب العالمين . والصلاة والسلام على اشرف المرسلين , سيدنا
محمد وعلى اله واصحابه اجمعين . اما بعد

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT Yang telah memberikan segala limpahan dan rahmat-Nya kepada kita semua, sehingga dengan berkah dan rahmat-Nya dapat melaksanakan aktivitas kehidupan baik untuk kita sendiri, orang lain, dan kepada-Nya. Hanya melalui Rahmat itulah manusia dapat menentukan tujuan dan arah yang dikehendakinya dalam kehidupan. Terlepas apakah ia mampu menggunakan untuk kebaikan dan amar ma'ruf nahyi munkar, atau untuk kemaksiatan.

Selesainya skripsi ini merupakan sebuah transformasi yang tidak hanya dilakukan penulis sendiri, namun keterlibatan dengan berbagai individu serta lingkungan sangat mempengaruhi substansi dan bentuk yang dilahirkan. Sebagai sebuah ikatan sistem dalam tatanan akademik tidak lupa penulis menghaturkan ucapan terima kasih yang sedalam-dalamnya kepada :

1. Bapak Drs. Rahmat, M.Pd selaku dekan Fakultas Tarbiyah IAIN Sunan Kalijaga Yogyakarta
2. Bapak Drs. Maragustam. S, MA selaku pembimbing skripsi yang telah menunjukkan berbagai kekurangan yang ada baik dalam penulisan ataupun dalam penulis sendiri.
3. Bapak Drs. Tasman Hamami, M.A selaku pembimbing akademik

4. Ibu dan bapak guru terdahulu serta dosen-dosen Fak. Tarbiyah IAIN Sunan Kalijaga yang tidak penulis sebutkan satu persatu.
5. Ibu dan Bapak yang telah mendidik penulis dalam kehidupan ini.
6. Semua teman-teman seperjuangan dan satu nasib seperti Supriyono, Habib Nanang S.B, dan adikku tercinta yang jauh di mata dan asrama kebahagiaan sepanjang masa yaitu Masjid Al-Husna Pengok Blok-D.

Proses ini merupakan "proses awal" yang perlu digali dan diterjemahkan kembali dalam tataran keilmuan yang baru, sehingga sebuah kontruksi baru merupakan harapan penulis dari pembaca dan semua pihak yang telah mengetahui.

Yogyakarta, 5 Juni 2003

Penulis



Karsana

DAFTAR ISI

Halaman Judul	i
Nota Dinas	ii
Halaman Pengesahan	iii
Halaman Persembahan	iv
Halaman Motto	v
Kata Pengantar	vi
Daftar Isi	viii
Daftar Tabel	ix
Abstraksi	xi
BAB I : PENDAHULUAN	1
A. Penegasan Istilah	1
B. Latar Belakang Masalah	3
C. Rumusan Masalah	9
D. Tujuan dan Kegunaan Penelitian	9
E. Alasan Pemilihan Judul	10
F. Telaah Pustaka	11
G. Kerangka Teoritik	14
H. Metode Penelitian	19
I. Sistematika Pembahasan	22
BAB II : TINJAUAN TUBUH MANUSIA DAN PENDIDIKAN ISLAM	24
A. Struktur Jasmani-Tubuh Manusia	24
1. Susunan Tubuh Manusia	24
2. Keadaan Tubuh Manusia	28
3. Tanda Tubuh Manusia	30
B. Pendidikan Islam	30
1. Pengertian Pendidikan Islam	30
2. Sumber Pendidikan Islam	34
3. Tujuan Pendidikan Islam	36

4.	Metodologi Pendidikan Islam -----	39
5.	Problematika Pendidikan Islam -----	42
BAB III : PENDIDIKAN JASMANI DALAM PENDIDIKAN ISLAM---		46
A.	Dasar-Dasar Pendidikan Jasmani -----	46
1.	Pengertian Pendidikan Jasmani-----	46
2.	Tujuan Pendidikan Jasmani -----	50
3.	Ruang lingkup Pendidikan Jasmani -----	53
4.	Hakekat Pendidikan Jasmani -----	55
5.	Peranan Pendidikan Jasmani-----	57
6.	Sistem Pendidikan Jasmani -----	58
B.	Pendidikan Jasmani Dalam Ajaran Islam -----	60
1.	Wudhu dan Nilai Pendidikan -----	60
2.	Mandi dan Nilai Pendidikan -----	65
3.	Sholat dan Nilai Pendidikan -----	67
4.	Puasa dan Nilai Pendidikan -----	74
5.	Haji dan Nilai Pendidikan -----	78
C.	Kebutuhan-Kebutuhan Jasmani Manusia -----	84
1.	Makan dan Minum -----	84
2.	Kebersihan -----	90
3.	Penyakit dan Pengobatan -----	99
4.	Olahraga dan Permainan -----	104
5.	Sex Higiene -----	109
6.	Bekerja dan Istirahat-----	114
7.	Seni dan Hiburan -----	118
BAB IV : PENUTUP -----		121
A.	Kesimpulan -----	121
B.	Saran-Saran -----	123

Daftar Pustaka

Curriculum Vitae

Lampiran-lampiran

Daftar Tabel

Tabel I : Penyakit yang dapat diatasi dengan puasa -----77

Tabel II : Penyakit yang tidak dapat diatasi dengan puasa -----78



BAB I

PENDAHULUAN

A. Penegasan Istilah

Skripsi ini berjudul "**Konsep Pendidikan Jasmani Dalam Pendidikan Islam**". Judul di atas memiliki beberapa istilah menurut penulis perlu mendapatkan penjelasan, penegasan, serta ruang lingkup agar tidak terjadi kesalahpahaman (*misunderstanding*) maksud yang dikandung.

Konsep merupakan *kata* atau *istilah* serta *simbol* untuk menunjuk pengertian dari pada barang sesuatu baik benda konkret atau maupun hal sesuatu yang bersifat abstrak.¹ Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, konsep dapat diartikan sebagai rancangan, ide, gambaran, atau pengertian dari peristiwa konkret kepada abstrak dari sebuah obyek maupun proses.² Sedangkan konsep dalam skripsi ini adalah sejumlah rancangan, ide, gagasan, gambaran atau pengertian yang bersifat konkret maupun abstrak pendidikan jasmani dalam pendidikan Islam.

Pendidikan Jasmani, Menurut Aip Syarifuddin-Muhadi menjelaskan:

Suatu proses melalui aktivitas jasmani yang dirancang dan disusun secara sistematis untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan, meningkatkan kemampuan dan keterampilan jasmani, kecerdasan dan pembentukan watak serta nilai dari sikap yang positif bagi warga negara dalam rangka mencapai tujuan pendidikan.³

Pengertian di atas sesuai dengan apa yang dikatakan Abdul Kadir Ateng dalam bukunya, bahwa pengertian pendidikan jasmani adalah pendidikan melalui

¹ Abdul Munir Mulhan, *Paradigma Intelektual Muslim Pengantar Filsafat Pendidikan Islam dan Dakwah*, (Yogyakarta: Sypress, 1993), hlm. 40

² Dinas P & K, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, (Jakarta : Balai Pustaka), hlm. 959

³ Aip Syarifuddin dan Muhadi, *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*, (Jakarta: Dirjen Dikbud, 1992), hlm. 4

jasmani yaitu “aktivitas jasmani pada umumnya (meskipun tidak selalu) agar diperoleh manfaatnya bagi anak-anak didik”. Dari pengertian di atas, bahwa pendidikan jasmani sesungguhnya pendidikan yang diarahkan pada pembentukan badan yang sehat, kuat dan terampil serta meningkatkan jiwa dan raga dalam kehidupan pribadi seseorang. Dengan demikian pendidikan jasmani adalah pendidikan yang diarahkan secara teratur, terkendali dan terarah bagi tubuh-jasmaniah manusia dalam membentuk kepribadian yang terkandung dalam tujuan pendidikan.

Pendidikan Islam. Para ahli telah merumuskan pengertian pendidikan Islam dalam pelbagai perspektif. Dalam tulisan ini mencoba menggunakan pengertian pendidikan Islam yang digunakan oleh Azyumardi Azra yang mengutip pendapat dari Yusuf Al-Qharadhowi tentang pendidikan Islam :

Pendidikan Islam adalah pendidikan manusia seutuhnya (insan kamil): akal dan hatinya, rohani jasmaninya, akhlak dan keterampilannya. Karena itu pendidikan Islam menyiapkan manusia untuk hidup baik dalam keadaan damai maupun perang, dan menyiapkan untuk menghadapi masyarakat dengan segala kebaikan dan kejahatan, manis dan pahitnya.⁴

Pengertian di atas menurutnya bersifat global, karena pengertian pendidikan Islam tersebut tidak spesifik seperti bimbingan dan penyuluhan. Ia mengatakan bahwa pengertian pendidikan Islam harus bersifat teknis seperti yang diungkapkan oleh Endang Saifuddin Anshori yang telah dikutipnya memberikan pengertian pendidikan Islam adalah:

...sebagai proses bimbingan (pimpinan, tuntunan, usulan) oleh subjek didik terhadap perkembangan jiwa (pikiran, perasaan, kemauan, intuisi dan sebagainya) dan raga obyek didik dengan bahan-bahan materi tertentu, pada

⁴ Yusuf Al-Qhordhowi dalam Azyumardi Azra, *Pendidikan Islam, Tradisi dan Modernisasi Menuju Milenium Baru*, (Jakarta: Logos Wacana Ilmu, 1999), hlm. 5

jangka tertentu, dengan metode tertentu dan dengan alat perlengkapan yang diarahkan terciptanya pribadi tertentu disertai evaluasi sesuai dengan ajaran Islam.⁵

Dari ketiga istilah tersebut di atas, penulis bermaksud untuk membahas atau meneliti pendidikan jasmani dalam pendidikan Islam yang tercakup dalam sejumlah rancangan, ide atau gagasan, gambaran-gambaran atau pengertian yang bersumber pada ajaran Islam serta beberapa hasil pemikiran tokoh, sehingga menyempurnakan tentang pemikiran pendidikan Islam yang selama ini dikembangkan dalam dimensi intelektual-akal, dan ruhaniyah-afektifnya.

B. Latar Belakang Masalah

Manusia merupakan dua dimensi satu kenyataan yang sama. Manusia dapat melihat dirinya sebagai makhluk yang dapat di lihat dan melihat, mendengar suara dan didengar suaranya, menyentuh dan disentuh, dapat merasakan sedap tidaknya makanan dan merasa sakit. Kenyataan bahwa badan atau kejasmanian juga merupakan sesuatu yang hakiki (alamiyah) untuk manusia yang menunjukkan bahwa *pendidikan jasmani* merupakan bagian terpenting dalam kehidupan manusia untuk menjadi pribadi yang utuh. Manusia juga perlu memperhatikan dan memelihara badan agar tetap sehat. Kesehatan badan akan membawa pengaruh untuk kesehatan jiwa. Memperhatikan dan memelihara badan jangan sampai membuat manusia mendewa-dewakannya. Sehingga upaya pendidikan jasmani sangat dibutuhkan bagi manusia.⁶

Pendidikan Islam merupakan salah satu aspek dari ajaran Islam secara keseluruhan. Karenanya, tujuan pendidikan Islam tidak terlepas dari tujuan hidup

⁵ *Ibid*, hlm. 6

⁶ Sindhunata (edit), *Menggagas Paradigma Baru Pendidikan, Demokratisasi, Otonomi, Civil Society dan Globalisasi*, (Yogyakarta: Kanisius, 2000), hlm.185-186

manusia dalam Islam; yaitu untuk menciptakan pribadi-pribadi hamba Allah yang selalu bertaqwa kepadanya dan dapat mencapai tujuan kehidupan di dunia dan di akhirat.⁷ Selain tujuan umum, tentu terdapat pula tujuan khusus yang lebih spesifik menjelaskan apa yang ingin dicapai melalui pendidikan Islam.⁸

Pendidikan Islam sebagai pokok (kerangka besar), menempatkan pendidikan jasmani sangat penting. Pendidikan Islam pada dasarnya melakukan pendekatan secara menyeluruh terhadap wujud manusia, sehingga tidak ada yang tertinggal dan terabaikan sedikitpun, baik jasmani maupun rohani, baik kehidupannya secara fisik maupun mental.⁹ Islam pada dasarnya memandang manusia secara totalitas termasuk pendidikan jasmani. Dengan adanya pendidikan jasmani mengarahkan manusia dapat mengenal dirinya, lingkungan, sosial-masyarakat, dan penciptanya.

Upaya pendidikan jasmani dalam pendidikan Islam sesungguhnya sangat sederhana, akan tetapi mempunyai nilai yang sangat tinggi. Sholat dan puasa misalnya tidak hanya sekedar berhubungan kepada khalik, tetapi juga berhubungan dengan sosial dan manusia itu sendiri (badannya). Apa yang dikatakan M Qutub “sholat itu sendiri merupakan gerak jasmani yang diiringi dengan konsentrasi pikiran dan perasaan tubuh harus bekerja sama dengan pikiran, perasaan”. Sebelum melakukan sholat diwajibkan untuk berwudhu’ yang

⁷ Lihat S. Adzariyat: 56 yang menjelaskan tujuan diciptakan manusia adalah untuk berbuat dan bertindak hanya kepada Allah ataupun S. Al-Imron: 102 yang menjelaskan tujuan manusia untuk memperoleh ketaqwaan.

⁸ Disini penulis melihat perdebatan tentang tujuan pendidikan Islam, Zakiyah Darajat misalnya, membuat tujuan pendidikan Islam secara umum, akhir, sementara, dan operasional. Lihat Zakiyah Dajarat, dkk. *Ilmu Pendidikan Islam*, (Jakarta: Bumi Aksara, 1992), yang pada dasarnya adalah tujuan membentuk “manusia yang taqwa”.

⁹ M.Qutub, *Sistem Pendidikan Islam*, terj.Salman Harun, (Bandung: Al-Ma’arif, 1993), hlm. 27

juga mempunyai nilai jasmaniyah maupun rohaniyah. Seperti menghilangkan kotoran-kotoran yang akan menjadi penyakit kulit.

Puasa sebagai ajaran Islam tidak hanya ritualitas Islam normatif, akan tetapi puasa dalam dimensi fisik memiliki nilai-nilai kesehatan dan manfaat bagi kehidupan manusia dan kehidupan yang lain. Seperti penyakit gula, mengurangi berat badan, mengurangi kadar gula darah dan lain sebagainya. Pada intinya puasa berfungsi sebagai pembaharuan atau penggerak sel-sel dalam tubuh, terutama kelenjar-kelenjar yang mendorong pertumbuhan dan gerak aktivitas pencernaan dan pembinaan.¹⁰ Perkara lain misalnya, makanan, minuman, olahraga, rekreasi, permainan, kesehatan, kebersihan dan berbagai ajaran lain yang terkandung Islam.¹¹

Islam dalam mengatur makanan dan minuman adalah sebagai sarana untuk memperkuat tubuh, sehingga dengan kekuatan tubuhnya seorang mampu melaksanakan ibadah dengan baik. Dalam makanan dan minuman ini, Islam menegaskan "*makan dan minumlah yang baik bagimu, namun jangan berlebihan-
lebih, sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang berlebihan*".¹² Dalam olahraga dan permainan Islam mengajarkan untuk berolahraga. Sebagaimana tersirat dalam firman Allah:

وَأَعِدُّوا لَهُمْ مَا اسْتَطَعْتُمْ مِنْ قُوَّةٍ وَمِنْ رِبَاطِ الْحَيْلِ تُرْهَبُونَ بِهِ عَدُوَّ اللَّهِ وَعَدُوَّكُمْ وَعَآخِرِينَ مِنْ
دُونِهِمْ لَا تَعْلَمُوهُمْ اللَّهُ يَعْلَمُهُمْ وَمَا تُنْفِقُوا مِنْ شَيْءٍ فِي سَبِيلِ اللَّهِ يُوَفِّ إِلَيْكُمْ وَأَنْتُمْ لَا تَظْلَمُونَ (٦٠)

¹⁰ Ahmad Syauqi Al-Fanjari, *Nilai Kesehatan Dalam Syari'at Islam*, (Jakarta: Bumi Aksara, 1996), hlm. 71

¹¹ Lihat Q.S. Al-Maidah; 5:3.

¹² Lihat Q.S Al-A'rof : 31. Lihat Q.S. 23:51.

“Dan siapkanlah untuk menghadapi mereka kekuatan apa saja yang kamu sanggupi dari kuda-kuda yang ditambat untuk berperang (yang dengan persiapan itu) kamu menggetarkan musuh Allah, musuhmu dan orang-orang selain mereka yang tidak mengetahuinya sedang Allah mengetahui apa saja yang kamu nafkahkan pada jalan Allah, niscaya akan dibalasi dengan cukup kepadamu dan kamu tidak dianiaya”.(Q.S. Al-Anfaal 8: 60)

Demikian pula hadits dan ucapan sahabat Umar Ibn Khatab RA. mengindikasikan pendidikan jasmani, di antaranya: *“ajarilah anak-anakmu berenang dan memanah, sebaik-baik permainan wanita mukmin di rumah adalah menenun”*.¹³ Hadits ini sesungguhnya lebih berorientasi jenis olahraga, sehingga akan sangat baik bila dilakukan oleh umat Islam.

Pendidikan jasmani merupakan bagian pendidikan manusia yang berdasarkan pada ajaran Islam, sehingga apabila diajarkan akan memberikan kekuatan pada tubuh dan memberikan pengaruh pada proses kehidupan baik jiwa, fisik, dan lingkungan. Dengan pendidikan jasmani membuat pribadi memiliki sifat disiplin diri, sportivitas, kerja sama dan lain sebagainya. Pendidikan jasmani juga membawa dampak dalam proses belajar-mengajar dan mencari pengetahuan melalui inderanya. Dengan demikian panca indera perlu dilatih agar dapat digunakan secara seksama dan mencapai tujuan pendidikan yaitu untuk menjadi peka, teliti dan terintegrasi dengan kegiatan akal budi (moral).¹⁴

Realitas pendidikan Islam banyak berkembang dalam dominasi pendidikan moral dan intelektual, tetapi pendidikan jasmani belum banyak dilakukan

¹³ Su'dan, *Al-Qur'an dan Panduan Kesehatan Masyarakat*, (Jakarta: Dana Bakti Prima Yasa, 1997), hlm.58

¹⁴ Ibnu Miskawaih menegaskan bahwa, tubuh dengan segala potensi tidak mendapat pengetahuan kecuali dengan inderanya. Kecendrungan dan kegandrungannya timbul karena indera. Tubuh berkait-kelindan dengannya, layaknya kesenangan-kesenangan biologis dan cinta kekuasaan. Lihat M. Jawwad Ridha, *Tiga Aliran Utama Teori Pendidikan Islam Perspektif Sosiologis-Filosofis*, (Yogyakarta: Tiara Wacana, 2002), hlm.83

pengkajian yang komprehensif dalam pendidikan Islam dan dianggap tidak penting. Hal ini terbukti ketika penulis melihat hasil karya ataupun tulisan mengenai pendidikan jasmani (Islam) tidak banyak dikaji oleh tokoh pendidikan atau masyarakat muslim. Pendidikan jasmani sesungguhnya mempunyai peran strategis untuk melakukan pembinaan atau rekayasa tubuh manusia untuk memperoleh kesehatan. Dengan kesehatan segala aktivitas dapat dilaksanakan dengan baik. Sebagaimana pepatah orang-orang bijak *“kesehatan adalah mahkota di kepala orang-orang yang sehat, yang hanya dapat dilihat oleh orang-orang yang sakit”*.

Demikian juga dalam lembaga pendidikan Islam, lembaga sosial, yayasan, dan lain sebagainya pendidikan jasmani tidak diberikan porsi yang banyak, lembaga pendidikan Islam cenderung menekankan pada intelektual dan moral yang termuat dalam “intrakurikuler”. Hal ini juga dapat dilihat dalam aktivitas-aktivitas peserta didik dalam kegiatan “ekstrakurikuler”. Jikalau ada pendidikan jasmani dilakukan sekedar memenuhi target kurikulum yang telah ditentukan. Seperti dikatakan oleh Aip Syarifuddin saat pengukuhan guru besar UNJ (Jakarta) bahwa pendidikan jasmani belum efektif dilaksanakan di lembaga pendidikan termasuk sekolah ataupun madrasah. Cenderung sekolah menggunakan pendidikan jasmani dengan cara konvensional melalui pendekatan keolahragaan dan seorang guru lebih mendominasi, Padahal, dalam pendidikan jasmani tidak dipentingkan prestasi siswa dalam cabang olahraga tertentu, tetapi untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan anak. Karena itu, tidak ada

pendidikan jasmani yang tidak mempunyai sasaran pedagogis, dan tidak ada pendidikan yang lengkap tanpa adanya pendidikan jasmani.¹⁵

Realitas lebih luas, banyak masyarakat melakukan tindakan-tindakan jasmaniyah yang menyebabkan dekadensi moral, hal itu dikenal dengan istilah pekat atau penyakit masyarakat. Penyakit masyarakat, di antaranya minum-minuman keras, berjudi, pergaulan bebas, penyalahgunaan obat-obat terlarang dan lain sebagainya. Tindakan tersebut tidak hanya dilakukan oleh orang-orang yang tua (dewasa), akan tetapi sangat ironis, ketika tindakan tersebut dilakukan oleh remaja dan anak-anak yang masih dalam proses pendidikan serta labil dalam kepribadian. Kondisi yang demikian itu membawa pengaruh kepada fisik, rohani serta jiwanya baik individu atau masyarakat luas.

Benarlah kiranya, jika bangsa Indonesia yang memiliki penduduk mayoritas muslim ini mengalami “penyakit”, keadaan ini disebabkan dari sistem kenegaraan, ataupun moralitas masyarakat (individu-individu) Islam yang tidak sehat. Apa yang dikatakan di atas menjadi kegelisahan Haedar Nashir dalam tulisannya :

...memang faktor sistem sangat penting dalam kehidupan masyarakat dan bangsa, tetapi faktor manusia sangat penting lagi, sehingga dalam tubuh manusia yang sehat akan lahir sistem yang juga sehat. Sehingga ketika banyak penyakit ditubuh bangsa, belum dapat di atasi, maka merupakan agenda besar bagi setiap muslim maupun umat Islam sebagai mayoritas di negeri ini adalah kesalihan individu menyatu dalam kesalihan sosial sebagai buah dari kegairahan beragama yang selama ini tumbuh mekar dapat memberikan penawar yang menyembuhkan.¹⁶

¹⁵ Lihat harian umum, *Kompas* 13 Juni 2002, dapat dilansir dalam <http://www.google.com>

¹⁶ Haedar Nashir, *Agama & Krisis Manusia Modern*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 1999), hlm. 21

Untuk itulah tulisan ini sebagai upaya untuk menjawab kegelisahan yang ditangkap Nashir terhadap fenomena-fenomena bangsa dan masyarakat. Dengan pendidikan jasmani sebagai salah satu upaya “pengobatan” dari sebagian upaya yang lain untuk menyembuhkan dapat diterapkan, walaupun membutuhkan waktu yang lama. Maka konsep pendidikan Islam (jasmani) untuk mengobati penyakit tersebut merupakan solusi terbaik, sehingga manusia yang sehat, kuat, dan terampil akan membentuk masyarakat yang sehat,¹⁷ dan masyarakat yang sehat akan membentuk bangsa dan negara yang sehat. Upaya tersebut harus disusun secara sistematis, sistemik, dan metodologis melalui ajaran Islam, sehingga dapat diaktualisasikan dengan baik bagi individu, masyarakat dan lembaga pendidikan Islam.

C. Rumusan Masalah

Dari dinamika pemikiran dan problematika masalah yang ada, maka skripsi ini akan melihat sebenarnya: Bagaimana konsep pendidikan jasmani yang terkandung dalam pendidikan Islam ?

D. Tujuan dan Kegunaan Penelitian

Tujuan dari skripsi ini adalah: untuk mengetahui bagaimana konsep pendidikan jasmani dalam pendidikan Islam.

Adapun kegunaan skripsi ini dapat dimanfaatkan sebagai:

1. Sumbangan pemikiran “baru”, terhadap realitas pendidikan Islam yang selama ini hanya memberikan pendidikan pada intelektual, dan emosional

¹⁷ Masyarakat yang sehat menurut Erich Fromm adalah masyarakat yang terlepas dari belenggu kapitalisme yang menyebabkan eksploitasi manusia, dalam *“Masyarakat Yang Sehat”* (Jakarta: Obor Indonesia, 1995).

saja, perhatian terhadap pendidikan fisik-jasmani belum banyak dilakukan. khususnya di lingkungan Fak. Tarbiyah IAIN Sunan Kalijaga.

2. Pola / bentuk dalam membentuk masyarakat sehat, sehingga diharapkan dapat memberikan solusi alternatif terhadap masalah yang dihadapi bangsa.

E. Alasan Pemilihan Judul

Didasarkan karya ilmiah dan wacana pendidikan Islam, *frame* “pendidikan Jasmani” belum banyak dikaji dalam perspektif Islam. Sehingga penulis menuangkan gagasan dalam judul **“Konsep Pendidikan Jasmani Dalam Pendidikan Islam”** dengan beberapa point alasan, mengapa judul-tema di atas diangkat :

1. Pendidikan jasmani merupakan landasan utama pembentukan manusia yang sehat, kuat dan terampil untuk mengabdikan kepada Allah dan mencapai tujuan pendidikan Islam. Dengan mempunyai kesehatan, kekuatan dan keterampilan segala apa yang dilakukan manusia termasuk aktivitas pendidikan dapat dikerjakan dengan baik.
2. Dalam dataran wacana pendidikan Islam, pendidikan intelektual-akal, pendidikan akhlak-moral lebih banyak dikaji oleh para tokoh dan intelektual muslim dari masa klasik hingga modern. Pemikiran pendidikan Islam dalam bidang ini belum banyak dikembangkan yang pernah menjadi perhatian generasi dahulu awal.
3. Kesederhanaan tema-judul menjadi pertimbangan lain terhadap isi dan kandungan yang akan menjadi pembahasan pada langkah selanjutnya.

F. Telaah Pustaka

Dari penelusuran penulis terhadap karya ilmiah, baik berupa jurnal ilmiah, skripsi bahkan disertasi di perpustakaan IAIN Sunan Kalijaga belum ditemukan secara khusus pembahasan pendidikan jasmani. Secara umum pembahasan pendidikan jasmani dapat dikaji karya Aip Syarifudin dan Muhadi berjudul "*pendidikan Jasmani dan Kesehatan*", Isi buku ini mengutarakan tentang apa pendidikan jasmani, serta bagaimana pendidikan jasmani berhubungan dengan kesehatan dengan sarana aktivitas fisik. Buku ini bersifat "umum" belum melihat bagaimana dari Islam.

Kemudian karya "*Petunjuk Modern Kepada Kesehatan*" Clifford.R.Anderson. Buku ini hadir sebagai pedoman praktis bagi keluarga dan rumah tangga khususnya, akan tetapi tidak menutup kemungkinan digunakan bidang lain (pendidikan). Seperti harus mengetahui makanan dan minuman yang baik, anatomi manusia serta perawatan penyakit. Buku yang penting terhadap pembahasan ini adalah "*Pengantar Asas-Asas Landasan Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Rekreasi*" karya Abdul Kadir Ateng. Berisi uraian landasan pendidikan jasmani termasuk makna pendidikan jasmani-olahraga, rekreasi / permainan, historitas pendidikan jasmani, dan tujuan pendidikan jasmani.

Dalam pandangan Islam di antaranya; Ahmad Syauqi Al-Fanjari berjudul "*Nilai Kesehatan Dalam Syari'at Islam*". Buku ini menjelaskan tentang kesehatan masyarakat Islam, baik untuk individu dan lingkungan. Di dalamnya juga dijelaskan tentang bagaimana kebersihan, dan kesehatan. Buku Hamid Husain Roqid berjudul "*Arriayyah Asshihatu Warriyadhiyah Fil Islam-*

Membangun Kesehatan dan Olahraga dalam Islam”, buku ini memuat tentang pentingnya mengetahui makan dan minum serta aktivitas yang diperbolehkan dalam Islam berupa olahraga bagi anak-anak dan pemuda muslim. Serupa dengan karya ini, Mahmud Basyar Bibli menulis “*Riyadhotul Syababul Muslim Baina Madhi wal Hadir-Olahraga Bagi Pemuda Islam Dulu dan Sekarang*”. Buku ini spesifik tentang olahraga bagi pemuda Islam manfaat dan keuntungannya, seperti berkuda, memanah, berenang, berlari dan lain sebagainya.

Badan-tubuh tidak selamanya sehat atau mengalami sakit terus, hadirnya karya Ibn Qoyyim Al-Jawziyyah “*Pengobatan Cara Nabi-Attib Annabawy*”. Buku ini sangat tepat bagi manusia yang sedang mengalami sakit secara fisik maupun rohani. Buku lain yang memiliki kesamaan yaitu karya Wagino Ali Mashuri “*Kebersihan dan Kesehatan Dalam Ajaran Islam*” juga membahas Pendidikan jasmani. Lebih spesifik H.M Masduqi “*Hikmah Sholat Terhadap Kesehatan*”, pembahasan yang lebih praktis tentang gerakan sholat yang mempunyai hikmah bagi kesehatan dan buku ini menghubungkan pelaksanaan senam yang pernah diajarkan di lembaga pendidikan Indonesia berupa “*senam kesegaran jasmani*”.

Tidak hanya sholat yang mengandung Pendidikan jasmani. Demikian pula puasa, hal ini menjadi pembahasan Hembing Wijaya Kusuma “*Puasa Itu Sehat*”, buku ini melihat hikmah yang terkandung dalam puasa, faedah, dan manfaatnya bagi tubuh manusia, yaitu sebagai langkah untuk menghindari terhadap tindakan-tindakan negatif. Dan buku ini memberikan resep makanan yang syarat nilai kesehatan untuk sahur dan berbuka.

Karya Mahmud Ahmad Najid "*Pemeliharaan Kesehatan Dalam Islam*", Buku ini berisi pandangan Qur'an dan Hadits tentang kesehatan baik itu berupa wudhu', shalat, puasa, dan ibadah lain seperti menghindari rokok, miras dan narkoba. Pada prinsipnya buku ini sama, berbeda dalam penyampaiannya, "*Kesehatan Menurut Islam*" karya Zulkfli Yunus, ia sedikit membandingkan konsep kesehatan barat dengan konsep kesehatan dalam Islam yang terbagi dalam dua bidang "sehat di dunia dan sehat di akherat". Dari kesehatan itulah menyebabkan adanya keseimbangan hidup bagi manusia dengan formula *syukur nikmat* sebagai kata kunci karya A.M.Saviatri Sinegal "*Islam dan Keseimbangan Hidup*". Islam menempatkan makna kebersihan adalah sebagian dari iman dan umatnya diwajibkan untuk membersihkan diri setiap saat dan berperilaku sehat. Demikian inti buku R.H. Su'dan, *Al-Qur'an dan Panduan Kesehatan Masyarakat*".

Dalam perspektif pendidikan Islam, karya Abdullah Nasih Ulwan "*Pendidikan Anak Menurut Islam*" dibahas tentang pendidikan fisik/jasmani yang dilakukan ayah terhadap anak. Seorang ayah dituntut untuk mendidik jasmani kepada anak-anak, khususnya anak-anak laki-laki menjadi pembahasan Adnan Hasan Shalih Baharist "*Tanggung Jawab Ayah Terhadap Anak Laki-Laki*" secara khusus tentang tanggung jawab ini dibahas pada bab IV. Namun anak perempuan belum menjadi pembahasan ini sehingga tidak adanya "*bias gender*".

Pendidikan jasmani pada dasarnya adalah tindakan atau aktivitas fisik manusia seperti, mandi, wudhu', shalat, puasa, haji, dan kebersihan diri dan lingkungan. Kemudian untuk mencapai manusia yang sehat perlu didukung

dengan adanya olahraga dan permainan, rekreasi dan hiburan, makanan dan minuman yang sehat, memenuhi kebutuhan biologis (seks) yang syah, meninggalkan tindakan asusila (seks bebas, miras, narkotika, pengangguran, penyimpangan dan lain-lain). Pengobatan dan pencegahan penyakit merupakan sarana lain untuk menyegarkan kembali fisik manusia. Dengan syukur nikmat terhadap kondisi fisik merupakan bentuk lain dari pendidikan jasmani.

Akan tetapi buku-buku tersebut menurut hemat penulis disusun dalam tinjauan medis-kesehatan, dan pendidikan Islam. Uraianannya sebagian besar merupakan konsep-konsep yang belum teraktualisasikan dalam konsep pendidikan Islam. Dari beberapa buku pokok di atas perlu disusun kembali (reformulasi) secara sistemik, sistematis, analitik dan metodologis beberapa konsep dasar pendidikan kedokteran/kesehatan/jasmaniyah, dan pendidikan Islam.

G. Kerangka Teoritik

Konsep sebagaimana dijelaskan Abdul Munir Mul Khan merupakan kata atau nama atau simbol untuk pengertian daripada barang sesuatu baik benda konkret maupun hal sesuatu yang bersifat abstrak.¹⁸ Lebih lanjut secara teoritis konsep di atas menurut MC. Kinney dapat dibedakan tiga, yaitu konsep konkreta, konsep abstrakta, dan konsep illata. Secara agak berbeda Doyle Poul Johnson membedakan konsep observable dan konstruk. Konsep yang kedua ini mirip dengan konsep abstrak dan illata di atas.

Suatu konsep disebut konkreta karena dimaksudkan untuk menunjukkan suatu pengertian barang sesuatu yang dapat diamati (observable), sementara konsep

¹⁸ Abdul Munir Mul Khan, *Op.cit*, hlm.40

abstrakta berkaitan dengan penunjukan suatu pengertian mengenai sesuatu yang ditunjuk oleh konsep konkreta, oleh karena itu konsep ini kurang di amati. Dengan demikian konsep abstrakta di susun dari konsep yang konkreta demikian seterusnya. Konsep illata merupakan yang dari konsep abstrakta. Namun demikian perlu disadari bahwa semua yang disebut konsep secara teoritis akan bersifat abstrak, karena konsep bukanlah bendanya sendiri. Bagaimana menyusun konsep-konsep di atas berkaitan dengan metode berpikir untuk menarik suatu kesimpulan yang dikenal dengan logika induksi dan deduksi serta ada yang menambahkan abduksi.¹⁹

Berdasarkan penjelasan di atas, konsep disini lebih pada generalisasi (konkret dan abstrak) dari pengalaman tentang hal-hal serta proses-proses satu demi satu. Di antara proses-proses yang dihasilkan adalah sebuah ide, gambaran, rencana dasar, pengertian atau pemikiran itu sendiri yang merupakan tindakan berpikir manusia.²⁰ Hasil generalisasi tersebut pada akhirnya membentuk sebuah teori. Sebuah teori harus melalui beberapa langkah: *Pertama*, pendefinisian istilah. *Kedua*, klasifikasi yaitu pengelompokan informan-informan yang relevan dengan kategori-kategori sejenis. *Ketiga*, mengadakan induksi dan deduksi. *Keempat*, informasi, prediksi, dan penelitian. *Kelima*, pembentukan model-model. *Keenam*, pembentukan subteori-subteori.²¹ Dalam sebuah teori minimal ada tiga

¹⁹ *Ibid*, hlm. 41

²⁰ Louis O. Kattsoff, *Pengantar Filsafat*, (Yogyakarta: Tiara Wacana, 1996), hlm.7

²¹ Nana Syaodih Sukmadinata, *Pengembangan Kurikulum Teori dan Praktek*, (Bandung: Remaja Rosda Karya, 1997), hlm.21-23

fungsi yang telah disepakati ilmuwan yaitu; (1) *mendeskripsikan*, (2) *menjelaskan*, dan (3) *memprediksi*.²²

Pendidikan Islam dikatakan Kamal Hasan adalah suatu proses yang komprehensif dari pengembangan kepribadian manusia secara keseluruhan yang meliputi intelektual, spritual, emosi, dan fisik, sehingga seorang muslim disiapkan dengan baik untuk melaksanakan tujuan-tujuan kehadirannya oleh Tuhan sebagai hamba dan wakilnya di dunia.²³

Pengembangan kepribadian total manusia melalui latihan spritual, intelektual, rasional diri, perasaan dan kepekaan tubuh manusia merupakan tujuan pendidikan. Karena itu pendidikan seharusnya menyediakan jalan bagi pertumbuhan manusia dalam segala aspeknya: spritual, intelektual, imaginative, fisik, ilmiah, linguistik, baik secara individu maupun secara kolektif dan memotivasi semua aspek untuk mencapai kebaikan dan kesempurnaan.²⁴ Untuk mencapai tujuan tersebut Al-Qur'an dan hadits merupakan elemen dasar dalam pendidikan Islam yang dituangkan dalam kurikulum dan lembaga pendidikan Islam, tidak boleh tidak harus prihatin membawa anak didiknya sesuai dengan nilai-nilai Qur'an tersebut.²⁵

Pendidikan akal bertujuan untuk mengajarkan bagaimana berpikir, melihat, dan merenung sehingga dengan itu ia sampai kepada keimanan kepada Alloh SWT, serta dapat menangkap sunah-sunah Alloh dialam semesta ini. Jika akal

²² *Ibid*, hlm.20

²³ Kamal Hasan "Beberapa Dimensi Pendidikan Islam" dalam Taufik Abdulloh (ed), *Tradisi dan Kebangkitan Islam Asia Tenggara*, (Jakarta: LP3S, 1990), hlm.409

²⁴ Ali Ashrof, *Horizon Baru Pendidikan Islam*, (Jakarta: Pustaka Firdaus), 1996, hlm.2

²⁵ Abdurahman Saleh Abdulloh, *Teori-Teori Pendidikan Berdasarkan Al-Qur'an*, (Jakarta:Renika Cipta, 1990), hlm.22

telah mendapat petunjuk, ia akan terjaga dan sikap pembangkangan, penyimpangan, kesesatan, dan tenggelam dalam kesesatan di dunia yang membuat ia tersebut dari kebenaran dan kehilangan akherat.²⁶

Ibn Qoyyim Al-Jawziyyah yang telah dikaji Hasan bin Ali Al-Hijazy banyak memiliki metode pendidikan akal yaitu dengan mentadabburi dan memperhatikan makhluk-makhluk Allah. Mentadabburi ayat-ayat Allah berupa Al-Qur'an dan mentadabburi syari'atnya. Menjalankan perintah Allah dan iatiqomah diatas manhaj-Nya. Meningkatkan kewaspadaan terhadap adanya rintangan yang menghalangi perkembangan pikiran, dan mewaspadaai bahaya maksiat. Celaan dan pengingkaran terhadap budaya taklid, karena taklid ini akan membekukan akal dan pikiran dan mengosongkan aktivitas yang bermanfaat. Dan menjauhkan diri dari hal-hal yang mengosongkan dan menutup semangat berpikir serta mengingat pentingnya aktivitas akal.²⁷

Pendidikan ruhani bertujuan untuk mengajarkan ruh ini bagaimana memperbaiki hubungan dengan Allah SWT melalui jalan menyembah dan merendah kepada-Nya serta taat dan tunduk kepada manhaj-Nya. Menurut Ibnu Qoyyim²⁸ ada 7 sarana pendidikan ruhaniyah ini yaitu:

1. Memperdalam iman kepada Allah yang dikabarkan oleh Allah SWT
2. Kembali kepada Allah dan sibuk dengan hal-hal yang diridhoi-Nya.
3. Mencintai Allah dzat yang menciptakan seluruh jiwa dan makhluk .
4. Dzikir mengingat Allah dan mendirikan sholat

²⁶ Ali Abdul Halim Mahmud, *Pendidikan Ruhani*, (Jakarta:Gema Insani Press, 2000), hlm. 69

²⁷ Hasan bin Ali Al-Hijazy, *Manhaj Tarbiyah Ibn Qoyyim*, (Jakarta: Pustaka Al-Kautsar, 2001), hlm.167-170

²⁸ *Ibid*, hlm.153-155

5. Melakukan muhasabah dalam setiap waktu
6. Menradabburi makhluk Allah yang menyimpan rahasia kebenaran dengan-Nya.
7. mengagungkan, menghormati dan mengindahkan seluruh perintah dan larangan Allah ta'ala.

Menurut Al-Ghazali, pendidikan jasmani menempatkan pada tingkat ketiga dari tingkat-tingkat kebahagiaan manusia, ia berpendapat bahwa pendidikan jasmani untuk mencapai keutamaan-keutamaan jasmaniyah yang terdiri empat macam : kesehatan jasmani, kekuatan jasmani, keindahan jasmani dan panjang umur.²⁹ Untuk mencapai keutamaan tersebut menurutnya dapat dilakukan dengan: kesehatan dan kebersihan, membiasakan makan sesuatu makanan yang baik, sekedar mencukupi kebutuhan badan dan menguatkannya serta bermain dan berolahraga. Menurut Abdulloh Nasih Ulwan, pendidikan jasmani dari konsepsi ajaran Islam dapat dilakukan dengan :

1. Kewajiban menafkahi keluarga dan anak
2. Mengikuti aturan yang sehat ketika makan, minum, dan tidur.
3. Menghindari penyakit menular dan kewajiban mengobati penyakit.
4. Menerapkan prinsip “tidak boleh membahayakan diri dan orang lain”.
5. Membiasakan anak berolahraga.
6. Membiasakan anak hidup sederhana, tidak mewah dan tenggelam dalam kenikmatan.

²⁹ Zainudin, *Seluk Beluk Pendidikan Dari Al-Ghazali*, (Jakarta: Bumi Aksara, 1991), hlm.127

7. Membiasakan anak hidup bersungguh-sungguh, jantan dan menghindari pengangguran dan penyimpangan seperti, merokok, onani, miras, narkoba, zina dan liwath.³⁰

Demikian juga M.Qutub, berpendapat bahwa "...kita tidak hanya akan berhenti pada batas-batas tubuh arti fisik semata-mata—meskipun hal itu sangat diperhatikan oleh Islam—akan tetapi akan membicarakan pula energi potensial yang muncul dari tubuh dan terungkap dalam jiwa...".³¹ Ia menjelaskan metode yang digunakan untuk menguatkan tubuh yaitu memberi makan, memberikan kesempatan istirahat, membersihkannya, dan membinanya supaya kuat. Demikian juga dalam masalah-masalah olahraga dan permainan, mandi, wudhu', sholat, puasa, hubungan kelamin dan penampilan jasmaniyah, Islam mengaturnya.³²

H. Metode Penelitian

Metode merupakan prosedur dalam mendapatkan pengetahuan yang disebut ilmu melalui langkah-langkah sistematis.³³ Metode merupakan cara yang dipakai untuk mencapai suatu tujuan serangkaian hipotesa dengan alat-alat tertentu.³⁴ Metode ini akan mengarahkan sebuah penulisan dan menghasilkan sebuah kesimpulan terhadap penelitian. Adapun metode yang digunakan dalam pembahasan skripsi ini adalah:

³⁰ Dirangkum buku Abdullah Nasih Ulwan, *Pendidikan Anak Menurut Islam*, (Bandung: Remaja Rosda Karya, 1992), hlm.1-39

³¹ M.Qutub, *Sistem Pendidikan Islam*, terj. Salman Harun, (Bandung: Al-Ma'arif,1993), hlm. 185

³² *Ibid*, hlm.187

³³ Jujun S.Suriasumantri, *Filsafat Ilmu Sebuah Pengantar*, (Jakarta: Pustaka Sinar Harapan, 2001), hlm.119

³⁴ Winarno Surahmad, *Pengantar Penelitian Ilmiah, Dasar, Metode, dan Teknik*, edisi ke 7, (Bandung: Tarsito, 1985), hlm.31

1. Jenis Penelitian

Penelitian ini bersifat studi kepustakaan (*library reseach*), yaitu penelaahan terhadap buku-buku, karya ilmiah, karya populer, dan literatur yang berhubungan dengan tema yang dibahas.

2. Pengumpulan Data

Untuk memperoleh data, penulis lakukan dengan cara membaca literatur-literatur yang ada, baik berupa sumber utama terdiri dari: Aip Syarifudin dan Muhadi, "*pendidikan Jasmani dan Kesehatan*", Yusuf Adisasmita, "*Prinsip-Prinsip Pendidikan Jasmani; Hakekat, Filsafat, dan Peranan Pendidikan Jasmani dalam Masyarakat*", Mahmud Ahmad Najib, "*Pemeliharaan Kesehatan Dalam Islam*", Ahmad Syauqi Al-Fanjari "*Nilai Kesehatan Dalam Syari'at Islam*", R.H. Su'dan, "*Al-Qur'an dan Panduan Kesehatan Masyarakat*", H.M Masduqi "*Hikmah Sholat Terhadap Kesehatan*", dan Hembing Wijaya Kusuma "*Puasa Itu Sehat*", Abdurrahman Saleh Abdulloh "*Teori-Teori Pendidikan Berdasarkan Al-Qur'an*", Hasan langgulung "*Manusia dan Pendidikan, Suatu Analisa Psikologi dan Pendidikan*", Ahmad Tafsir, "*Ilmu Pendidikan dalam Perspektif Islam*", M.Qutub, "*Sistem Pendidikan Islam*", Hamid Husain Roqid berjudul "*Arriayyah Asshihatu Warriyadhiyah Fil Islam-Membangun Kesehatan dan Olahraga dalam Islam*", Mahmud Basyar Bibli menulis "*Riyadhotul Syababul Muslim Baina Madhi wal Hadir-Olahraga Bagi Pemuda Islam Dulu dan Sekarang*".

Kemudian sumber skunder; Abdullah Nasih Ulwan, "*Pendidikan Anak Menurut Islam*", Adnan Hasan Shalih Baharist "*Tanggung Jawab Ayah Terhadap Anak Laki-Laki*", Azyumardi Azra, "*Pendidikan Islam, Tradisi Modernisasi Menuju Milenium Baru*", "Esei-Esei Intelektual Muslim dan Pendidikan Islam", Ibn Qoyyim AL-Jawziyyah, "*Pengobatan Cara Nabi*", Afif Abdul Fatah Thabbaroh, "*Ruh Sholat Dalam Fikih Dan Kejiwaan*", Hasan bin Ali Al-Hijazy "*Manhaj Tarbiyah Ibn Qoyyim*", dan karya ilmiah yang relevan. Inilah yang disebut dengan metode *dokumentasi*.

3. Pendekatan Masalah

Untuk mendekati masalah yang ada, penulis menggunakan pendekatan:

a. Pendekatan Filosofis

Filsafat pada intinya berupaya menjelaskan inti, hakekat atau hikmah mengenai sesuatu yang berada dibalik obyek formanya. Filsafat mencari sesuatu yang mendasar, asas, inti yang terdapat dibalik lahiriyah. Pendekatan ini digunakan agar hikmah, hakekat atau inti ajaran agama Islam dapat dimengerti dan dipakai secara seksama.³⁵

b. Pendekatan Pendidikan

Pendidikan adalah bimbingan atau pimpinan secara sadar oleh orang dewasa untuk mengalihkan pengalamannya, pengetahuan, kecakapan serta keterampilannya kepada generasi muda untuk

³⁵ Abuddin Nata, *Metodologi Studi Islam*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 1998), hlm.42-43

memungkinkan fungsi hidupnya dalam pergaulan sesama sebaik-baiknya.³⁶ Upaya bimbingan tersebut harus dilakukan dengan unsur-unsur pendidikan yang didalamnya ada tujuan, pendidik, peserta didik, alat, bahan metode, dan evaluasi.³⁷

4. *Analisa Data*

Setelah data terhimpun, kemudian di analisa dengan menggunakan teknik *deskriptif analitik*, yaitu teknik analisa data yang menentukan, menafsirkan serta mengklasifikasikan dengan membandingkan fenomena-fenomena pada permasalahan yang dibahas melalui langkah: mengumpulkan data, menganalisa data, dan menginterpretasi data dengan metode berpikir :

- a. Deduktif: cara berpikir dimana pernyataan yang bersifat umum dapat ditarik kepada pernyataan yang bersifat khusus dengan pola berpikir silogismus.³⁸
- b. Induktif: cara berpikir dimana penarikan suatu kesimpulan yang bersifat khusus dan berbagai kasus yang bersifat khusus-individual. Ditarik kesimpulan yang bersifat umum.

H. **Sistematika Pembahasan**

Dalam penulisan pembahasan persoalan ini, penulis membagi kedalam empat bab yang terangkum dalam sistematika sebagai berikut:

³⁶Ahmad Tafsir, *Ilmu Pendidikan Perspektif Islam*, (Bandung: Rosda Karya, 1990), hlm.

³⁷ *Ibid*, hlm.32

³⁸ Jujun S.Suriasumantri, *Op.cit*, hlm.48

Bab kesatu, Pendahuluan, memuat gambaran umum tentang pemikiran dasar konsep pendidikan jasmani dalam pendidikan Islam yang meliputi penegasan istilah, latar belakang masalah, permasalahan, tujuan dan kegunaan penelitian, argumentasi tema, telaah pustaka, kerangka teoritik dan sistematika pembahasan.

Bab kedua, berisi pandangan umum struktur tubuh manusia (anatomi) yang akan dihubungkan dengan pendidikan Islam.

Bab ketiga, berisi inti pembahasan konsep pendidikan jasmani dalam pendidikan Islam yang termuat di dalamnya dasar-dasar pendidikan jasmani, pendidikan jasmani dalam ajaran Islam, dan kebutuhan-kebutuhan jasmani manusia.

Bab keempat, berisi penutup yang memuat isi dalam bentuk kesimpulan dan saran implikasi pemikiran yang merupakan intisari terhadap konsep yang ditawarkan dalam penulisan ini. .

BAB IV

PENUTUP

Skripsi ini mengangkat persoalan bagaimana konsep pendidikan jasmani dalam pendidikan Islam. Konsep merupakan generalisasi baik konkret ataupun abstrak dari pengalaman tentang hal-hal serta proses-proses satu demi satu. Di antara proses yang dihasilkan adalah sebuah ide, gambaran, rencana dasar, pengertian atau pemikiran itu sendiri yang merupakan tindakan berpikir manusia. Dalam penelitian ini metode yang digunakan adalah *library reseach* dengan menggunakan pendekatan filosofis dan pendidikan dengan analisis deskriptif. Maka dari metode ini untuk mendapatkan hasil sebagaimana diuraikan dalam sebuah kesimpulan penelitian ini.

A. Kesimpulan

Dari hasil penelitian dinyatakan bahwa, konsep pendidikan jasmani merupakan kerangka konseptual yang berisi ide, gambaran, pengertian, serta pemikiran tentang jasmani dan aktivitasnya. Jasmani adalah jasad-tubuh yang berarti organ-organ tubuh manusia yang terdiri dari susunan, sistem, dan sel tubuh yang membentuk satu kesatuan mekanisme kerja masing-masing. Kerja tubuh itulah yang disebut sebagai aktivitas jasmani. Aktivitas jasmani dapat berupa aktivitas ibadah ritual seperti sholat, puas, haji, mandi dan wadhu' sebagai kunci pokok aktivitas ibadah Islam. Aktivitas ibadah ini mengandung manfaat dan keuntungan bagi tubuh-fisik manusia. Dengan melakukan gerak tersebut organ-organ tubuh dapat bekerja dengan baik serta dapat beristirahat.

Tubuh manusia pada dasarnya memiliki daya tahan yang sangat terbatas, tepatlah bahwa “manusia diciptakan oleh Allah SWT bersifat lemah”. Oleh karena itu untuk menutupi kelemahan tersebut manusia membutuhkan gizi dan spiritual untuk memperkuatnya. Kebutuhan tersebut dapat berupa makan dan minum, kebersihan tubuh, mengobati penyakit, olahraga dan permainan, hubungan sexual yang sehat, bekerja dan istirahat, dan seni dan hiburan dalam setiap aktivitas. Kebutuhan inilah yang bersifat fitrah yang ada harus ada dalam diri manusia. Kebutuhan tersebut tidak hanya bersifat materi belaka, tetapi Islam memberikan penjelasan efek-akibat kebutuhan tersebut.

Pendidikan jasmani merupakan sebuah konstruksi aktivitas jasmani yang terarah, sistematis, dan sistemik untuk mencapai tujuan pendidikan. Pendidikan jasmani pada dasarnya bertujuan untuk memperkuat tubuh agar memperoleh kesehatan. Dengan kesehatan itulah ibadah dapat dilaksanakan dengan khusyu' dan baik bila dibandingkan dengan kondisi sakit.

Pendidikan jasmani dalam Islam menempatkan posisi dari hak manusia, sebab pendidikan jasmani merupakan integral dengan pendidikan moral (akhlak) dan spritual (emosi). Pendidikan moral dan spritual tidak akan menemukan puncaknya bila tidak didukung dengan pendidikan jasmani. Sebab pendidikan jasmani merupakan sarana yang kuat dalam mempengaruhi tingkah laku, etika, moral serta sikap yang wujudkan dalam amal sholeh.

B. Saran-Saran

Dari kesimpulan di atas dapat ditarik sebuah implikasi, bahwa :

1. Dengan mengamalkan ajaran-ajaran Islam kita sebagai insan baik seorang guru, dosen ataupun masyarakat luas dan negara akan memperoleh keuntungan serta akan mendapat berbagai pahala. Pertama, pahala dunia yang berupa kesehatan jasmani, rohani, dan sosial. Kedua, pahala di akherat berupa Insya Allah surga. Oleh sebab itu ajaran-ajaran Islam yang berupa; ibadah dan muamalah merupakan prilaku hidup sehat. Dengan demikian perilaku sehat akan membentuk mu'min yang kuat. Sebagaimana sabda Rasulullah "Orang mu'min yang kuat lebih dicintai Allah dari pada mu'min yang lemah". Kelemahan mu'min sekarang sesungguhnya berawal dari kurangnya aktivitas jasmani atau juga terlalu terlalu banyak aktivitas, tetapi tidak proporsional. Disinilah pentingnya untuk melakukan pendidikan jasmani yang telah diuraikan di atas.
2. Lembaga pendidikan merupakan suatu tempat yang paling efektif untuk mengaktualisasikan pendidikan jasmani. Pendidikan jasmani dalam keluarga dapat diberikan ajaran Islam tentang kebersihan, tidur yang baik dan lain sebagainya. Dalam sekolah pendidikan jasmani dapat dijadikan mata pelajaran atau kurikulum. Selama ini telah ada, tetapi dalam pokok masalah "pendidikan seks" belum menjadi pembahasan pendidikan jasmani secara khusus. Demikian pula Masjid, Pesantren, dan masyarakat dapat dilakukan dengan cara-cara tertentu sesuai dengan keadaan dan kondisi keberadaan lembaga pendidikan tersebut.

DAFTAR PUSTAKA

A. Buku-Buku

- Abdul Munir Mul Khan. 1993. *Paradigma Intelektual Muslim Pengantar Filsafat Pendidikan Islam dan Dakwah*. Yogyakarta: Sypress.
- _____. 2002. *Nalar Spritual Pendidikan, Solusi Problem Filosofis Pendidikan Islam*. Yogyakarta: Tiara Wacana.
- _____. 2002. *Cerdas di Kelas Sekolah Kepribadian*, saduran "*Humanizing the Class room*". Yogyakarta: Kreasi Wacana.
- Abdul Kadir Ateng. 1989. *Pengantar Asas-Asas Landasan Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Rekreasi*. Jakarta: Depdikbud-Dirjen Dikti-P2LPTK.
- Abuddin Nata. 1998. *Metodologi Studi Islam*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Abdul Halim Uwais. 1994. *Pemuda Aktivitas dan Problematika Dalam Tinjauan Islam*. Jakarta: Pustaka Al-Kautsar.
- Abd.Rahman Abdullah. 2002. *Aktualisasi Konsep Dasar Pendidikan Islam, Rekontruksi Pemikiran dalam Tinjauan Filosofis Pendidikan Islam*. Yogyakarta: UII Press.
- Abdullah, Abdurrahman Saleh. 1989. *Teori-Teori Pendidikan Berdasarkan Al-Qur'an*. Jakarta: Renika Cipta.
- Ahmad Tafsir. 1990. *Ilmu Pendidikan dalam Perspektif Islam*. Bandung: Rosda Karya.
- Ahmad Mujab Mahalli. 2001. *Menikahlah Engkau Menjadi Kaya*. Yogyakarta: Mitra Pustaka.
- Ahmad Ramali.1956. *Peraturan-Peraturan Kesehatan Dalam Hukum Syara' Islam*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Ahmad Watik Pratiknya, Abdul Salam M.Sofro.1986. *Islam, Etika, dan Kesehatan*. Jakarta: Rajawali
- Al-Fanjari, Ahmad Syauqi. 1996. *Nilai Kesehatan Dalam Syari'at Islam*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Al-Hijazy, Hasan bin Ali.2001. *Manhaj Tarbiyah Ibn Qoyyim*. Jakarta: Pustaka Al-kautsar.

- Al-Abrosyi, M. Athiyah. 1996. *Beberapa Pemikiran Pendidikan Islam*. Yogyakarta: Titian Ilahi Press.
- Al-Jawziyyah, Ibn Qoyyim. 2002. *Pengobatan Cara Nabi*. Terj: Mudzakir. Bandung: Pustaka.
- _____. 1994. *Sitem Kedokteran Nabi*. Terj: Said Agil Munawar. Semarang: Thoha Putra
- Al-Baghdadi, Abdurrahman. 1991. *Seni Dalam Pandangan Islam*. Jakarta: Gema Insani Press.
- Al-Asyaibany, Omar Mohammad Al-Toumy. 1979. *Filsafat Pendidikan Islam*. Jakarta: Bulan-Bintang.
- Al-Ghazali. 1997. *Dibalik Ketajaman Mata Hati*. terj: Mahfudli Sahli, Jakarta: Pustaka Amani.
- _____. 2000. *Mutiara Ihya Ulumuddin*. Bandung: Mizan.
- Al-attas, M.Naquid. 1984. *Konsep Pendidikan Dalam Islam*. Bandung: Mizan
- Anderson, Clifford R. 1975. *Petunjuk Modern Kepada Kesehatan*. Bandung: Indonesia Publishing House.
- An-Naim, Abdulloh Ahmad. 1994. *Dekonstruksi Syari'ah*, Yogyakarta: LKiS.
- Arobi, Ibn. 2002. *Menghampiri Sang Maha Kudus. Rahasia-Rahasia Bersuci*. Bandung: Pustaka.
- As-Suyuti, Jalalludin Abdurahman. 1997. *Pengobatan Cara Nabi SAW*. Bandung: Pustaka Hidayah.
- Ashrof, Ali & Syed Sajjad Hosein. 1996. *Horizon Baru Pendidikan Islam*. Jakarta: Pustaka Firdaus.
- _____. 1986. *Krisis Pendidikan Islam*. Bandung: Gema Risalah Press.
- A.W. Munawir. 1984. *Kamus Al-Munawir*. Yogyakarta.
- Ayip Syarifuddin. 1995. *Islam dan Pendidikan Seks Anak*. Solo: Pustaka Mantiq.
- Azyumardi Azra. 1999. *Pendidikan Islam, Tradisi Modernisasi Menuju Milenium Baru*. Jakarta: Logos Wacana Ilmu.
- _____. 1999. *Esei-Esei Intelektual Muslim dan Pendidikan Islam*. Jakarta: Logos Wacana Ilmu.
- _____. 2002. *Paradigma Baru Pendidikan Nasional Rekonstruksi dan Demokratisasi*. Jakarta: Kompas.

- Baharist, Adnan Hasan Shalih. 1996. *Tanggung Jawab Ayah Terhadap Anak Laki-Laki*. Jakarta: Gema Insani Press.
- Baqi, M. Fuad Abdul. (t.t). *Al-Lu'lu' Wal Marjan*, Terj: Salim Bahreish. Surabaya: Bina Ilmu.
- Bohar Soeharto. 1989. *Menyiapkan Penelitian dan Penulisan Karya Ilmiah (Skripsi dan Thesis)*. Bandung: Tarsito.
- Bucher, Charles A. 1979. *Foundations of Physical Education & Sport*. USA: St.Louis,
- Buku Panduan IAIN Sunan Kalijaga Yogyakarta. 2000
- Chopra, Deepak. 2002. *Quantum Healing*. Jakarta: Nuansa.
- Crowther, Jonathan (ed). 1995. *Oxford Advenced Learners Dictionary*. Oxford: Oxford University Press.
- De Porter, Bobbi & Hernacki, Mike. 1999. *Quantum Learning*. Bandung: Kaifa.
- Departemen Agama RI. *Al-Qur'an dan Terjemahnya*
- Dep.Dik.Nas. 2001. *Pedoman Umum Ejaan Bahasa Indonesia Yang Disempurnakan*. Bandung: Yrama Widya.
- Dawam Raharjo. 2002. *Islam dan Transformasi Budaya*. Yogyakarta: Dana Bakti Prima Yasa.
- Dryden, Gordon & Jeanette Vos. 2000. *Learning Revolution*. Bandung: Kaifa.
- Elposito, John L. 2001. *Ensiklopedi Dunia Modern Islam*, Bandung: Mizan
- Engkos Kosasih. 1993. *Pendidikan Jasmani Teori dan Praktek*. Jakarta: Erlangga.
- Eckhlom, Erick P. 1983. *Masalah Kesehatan lingkungan Sebagai Sumber Penyakit*. Jakarta: Obor Indonesia
- Endang Soenarya. 2000. *Teori Perencanaan Pendidikan Berdasarkan Pendekatan Sistem*. Yogyakarta: Adicita.
- Fromm, Erich. 1995. *Masyarakat Yang Sehat*. Jakarta: Yayasan Obor Indonesia.

- Fadhil Jamali. [t.t]. *Menerabas Krisis Pendidikan Dunia Islam*. Jakarta: Golden Terayon Press.
- Gufron Ajib Mas'adi. 2001. *Haji Menangkap Makna Fisik dan Spritual*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Ghulam, Saykh Moinuddin. 1999. *Penyembuhan Cara Sufi*. Yogyakarta: Bentang.
- Hasan Langgulung, edisi Revisi. 2000. *Asas-Asas Pendidikan Islam*. Jakarta: Al-Husna Zikra.
- _____. 1988. *Pendidikan Islam Menghadapi Abad 21*. Jakarta: Pustaka Al-Husna.
- _____. 1995. *Beberapa Pemikiran Tentang Pendidikan Islam*, Bandung: Al-Ma'arif.
- Haedar Nashir. 1999. *Agama dan Krisis Manusia Modern*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Ismail SM & Abdul Mukti (ed). 2000. *Pendidikan Islam Demokratisasi dan Masyarakat Madani*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Jujun S. Suriasumantri. 2001. *Filsafat Ilmu Sebuah Pengantar*. Jakarta: Pustaka Sinar Harapan.
- Kamal Hasan. 1990. "Beberapa Dimensi Pendidikan Islam" Dalam Taufik Abdulloh (ed). *Tradisi dan Kebangkitan Islam Asia Tenggara*. Jakarta: LP3S
- Leahy, Louis. 1993. *Manusia Sebuah Misteri, Sintesa Filosofis Makhluk Paradoksal*. Jakarta: Gramedia.
- Malik Fadjar. 1998. *Visi Pembaruan Pendidikan Islam*. Jakarta: LP3NI.
- _____. 1995. "Pengembangan Pendidikan Islam" Dalam *Kontektualisasi Ajaran Islam, 70 th Prof. Dr.H Munawir Syadzali*. Jakarta: Paramadina.
- Mastuhu. 1999. *Memberdayakan Sistem Pendidikan Islam*. Jakarta: Logos.
- Mahmud, Ali Abdul Halim. 2000. *Pendidikan Ruhani*. Jakarta: Gema Insani Press.
- Ma'mun Bisri Bibli, Mahmud. 1994. *Riyadhotus Syababbul Muslim*. Libanon: Beirut.
- Marwan Saridjo. 1998. *Bunga Rampai Pendidikan Agama Islam*. Jakarta: Depag RI.

- Muslih Usa & Ade Wijdan SZ (ed). 1997. *Pendidikan Islam Dalam Peradaban Industrial*. Yogyakarta: Aditya Media
- Muchtar Buchori. 1994. *Spektrum Problematika Pendidikan di Indonesia*. Yogyakarta: Tiara Wacana.
- Musa Asy'ari. 1992. *Manusia Pembentuk Kebudayaan Dalam Al-Qur'an*. Yogyakarta: LESFI.
- Murtadha Muthahhari. 1995. *Manusia Seutuhnya, Studi Kritis Berbagai Pandangan Filosofis*. Bangil: Yayasan Pesantren Islam.
- Murata, Shaciko. 1996. *The Tao of Islam, Relasi Gender Dalam Kosmologi dan Teologi Islam*. Bandung: Mizan.
- M. Sastrapratedja. 2000. *Pendidikan Sebagai Humanisasi*. Yogyakarta: Universitas Sanata Dharma Press.
- M. Noor Matdawam. 1999. *Bersuci dan Sholat Serta Butir-Butir Hikmahnya*. Yogyakarta: Sumbangsih Offset.
- Nana Sudjana. 1997. *Tuntunan Penyusunan Karya Ilmiah (Makalah, Skripsi, Tesis, Disertasi)*. Jakarta: Sinar Baru Al-Gesindo.
- Najati, Usman. 2000. *AL-Qur'an dan Ilmu Jiwa*. Bandung: Pustaka.
- Najib, Mahmud Ahmad. 1994. *Pemeliharaan Kesehatan Dalam Islam*. Solo: Pustaka Mantiq.
- Nasr, Seyyed Hossein. 1994. *Islam Tradisi di Tengah Kancan Modern*. Bandung: Pustaka.
- _____. 1986. *Sains Dan Peradaban Di Dalam Islam*. Bandung: Pustaka.
- Nazwar Syamsu. 1983. *Al-Qur'an Tentang Mekkah dan Ibadah Haji*. Jakarta: Gahlia Indonesia
- Nixon, John E. 1967. *An Introduction to Physical Education*. USA: Souder Company Press.
- Nina Surtiretna, cet: 9 2002. *Bimbingan Seks Suami Istri Pandangan Islam dan Medis*. Bandung: Rosda Karya.
- _____. 2001. *Bimbingan Seks Bagi Remaja*. Bandung: Rosda Karya.
- Nizamuddin. 1993. *Ilmu Alamiyah Dasar*. Yogyakarta: Ghalea.

- N.Drijakara S.J. 1969. *Filsafat Manusia*. Yogyakarta: Kanisius
- Nurcholish Madjid. 1997. *Masyarakat Religius*. Jakarta: Paramadina.
- O'ong Maryono. 1998. *Pencak Silat Merentang Waktu*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- P.Hardono Hadi. 1996. *Jati Diri Manusia Berdasar Filsafat Organisme Whitehead*. Yogyakarta: Kanisius.
- Paryana Suyadipura. 1994. *Manusia Dengan Atomnya Dalam Keadaan Sehat dan Sakit*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Qhordhowi, Yusuf. 2001. *Halal dan Haram Dalam Islam*. Solo: Intermedia.
- _____. 2002. *Islam Agama Ramah Lingkungan*. Jakarta: Pustaka Al-Kautsar.
- Qutub, Muhammad. 1993. *Sistem Pendidikan Islam*. terj. Salman Harun, Bandung: Al-Ma'arif.
- Quraish Shihab. 2000. *Wawasan Al-Qur'an*. Bandung: Mizan.
- _____. 1992. *Membumikan Al-Qur'an*. Bandung: Mizan.
- R.H. Su'dan. 1997. *Al-Qur'an dan Panduan Kesehatan Masyarakat*. Jakarta: Dana Bakti Prima Yasa.
- Rahman, Fazlur. 1997. *Islam*. Bandung: Pustaka.
- _____. 2000. *Islam dan Modernitas Tentang Transformasi Intelektual*. Bandung: Pustaka.
- _____. 1999. *Etika Pengobatan Dalam Islam*. Bandung: Mizan.
- Ridho, M. Jawwad. 2002. *Tiga Aliran Utama Pendidikan Islam Perspektif Sosiologis- Filosofis*. Yogyakarta: Tiara Wacana
- Ridwi, M. Sayid. 2002. *Meraih Kesucian Jasmani dan Rohani*. Jakarta: Lentera
- Rusli Lutan. [t.t]. *Manusia dan Olahraga*. Bandung: ITB FPOK IKIP Bandung.
- Roqid, Hamid Husen. 1997. *Arriayah Shikhiyatul Wa Rriyadhiyatul Fil Islam*, Libanon: Bairut.
- Sabiq, Sayyid. 1986. *Fikih Sunah 2*. Bandung: Al-Ma'arif.
- Sardar, Ziauddin. 2000. *Merombak Intelektual Muslim*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

- Sentot Haryanto. 2001. *Psikologi Sholat Aspek-Aspek Psikologis Sholat*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Siberman, Mel. 1996. *Active Learning, 101 Strategies to Teach Any Subject*, Terj: Yappendis.
- Sindhunata (edit). 2000. *Menggagas Paradigma Baru Pendidikan, Demokratisasi, otonomi, Civil Society dan Globalisasi*. Yogyakarta: Kanisius.
- Sinegal, A.M. Saviatri. 1994. *Islam dan Keseimbangan Hidup*. Jakarta: Golden Terayon Press
- Soegarda Poerbakawatja. 1976. *Pendidikan Dalam Alam Indonesia Merdeka*. Jakarta: Gunung Agung.
- Suharsimi Arikunto. 1993. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*, Jakarta: Renika Cipta.
- Sutrisno Hadi, 1980. *Metodologi Riset I-II*, Yogyakarta: Andi Offset.
- Subulus Salam*. [t.t]. terjemah: Abu Bakar Muhammad jil. I, Surabaya: Al-Ikhlash.
- T.M. Hasbi Ash-Shidiqy. 1981. *2002 Mutiara Hadist Bagian II*. Jakarta: Bulan Bintang.
- _____. 1998. *Al-Islam jil. 2*. Semarang: Pustaka Rizki Putra.
- _____. 1979. *Pedoman Haji*. Jakarta: Bulan Bintang
- Thabbaroh, Afif Abdul Fatah. 2001. *Ruh Sholat Dalam Fikih Dan Kejiwaan*. Jakarta: Al-Kautsar.
- Thohir Luth. 2001. *Antara Perut dan Etos Kerja Dalam Perspektif Islam*. Jakarta: Gema Insani.
- Toto Tasmara. 2002. *Membudayakan Etos Kerja Islam*. Jakarta: Gema Insani Press.
- Ulwan, Abdullah Nasih. 1992. *Pendidikan Seks*. Bandung: Rosda Karya.
- _____. 1992. *Mengembangkan Kepribadian Anak*. Bandung: Rosda Karya.
- Winarno Surahmad. 1985. *Pengantar Penelitian Ilmiah, Dasar, Metode, dan Teknik*, edisi 7. Bandung: Tarsito.

Yusuf Amir Feisal. 1995. *Reorientasi Pendidikan Islam*. Jakarta: Gema Insani Press.

Yusuf Adisasmita. 1989. *Prinsip-Prinsip Pendidikan Jasmani; Hakekat, Filsafat, dan Peranan Pendidikan Jasmani Dalam Masyarakat*. Jakarta: Dikbud & P2LPTK.

Zainuddin. 1991. *Seluk Beluk Pendidikan Dari AL-Ghazali*. Jakarta: Bumi Aksara.

Zakiah Darajat. 1994. *Ilmu Pendidikan Islam*. Jakarta: Bumi Aksara.

Zulkifli. 1994. *Kesehatan Menurut Islam*. Bandung: Pustaka

B. Majalah, Jurnal, Artikel, Buletin, dan lain-lain

Jurnal Cakrawal Pendidikan, No: I XVIII/1998

Jurnal Media Inovasi, No: 2 th X/2000

Jurnal Ulumul Qur'an No: 3 Vol II/1990

Jurnal Ulumul Qur'an No: 5 Vol VII/1997

Lanjar Sumarno, 2002, "Minuman Energi, Dan Kesehatan Kita" Republika, hlm. 10

Jurnal Tarjih Dan Pengembangan Pemikiran Islam, edisi ke 4, 2002, M.J Muhamadiyah dan LPPI UMY

Majalah, Perkawinan dan Keluarga No: 206 / 1989

Majalah Mimbar Ulama, No: 227/ Juli 1997