

PENGGUNAAN HIJAB SAAT BEROLAHRAGA DALAM PANDANGAN ISLAM

Norshifa Wardaniah

Email: norshifawardaniah94@gmail.com

Muhammad Bagus Pratama

Email: 2310122210077@mhs.ulm.ac.id

Universitas Lambung Mangkurat

Korespondensi penulis: norshifawardaniah94@gmail.com

Abstract. *Sports hijab is a type of hijab specifically designed for use by Muslim athletes who participate in various types of sports with the aim of maintaining honor and modesty when wearing it. For various types of sports, such as running, swimming and tennis, sports hijabs are available in various types of materials. Additionally, hijab in sports promotes gender equality in sports and allows Muslim female athletes to participate in sports without compromising their religious beliefs. The rules of international sports organizations allow Muslim female athletes who wear the sports hijab to participate in international events freely. The use of the hijab in sports is becoming increasingly popular and recognized throughout the world. It has become a symbol of Muslim athletes' struggle for equality and freedom of sport*

Keywords: *Hijab, Sport*

Abstrak. Hijab olahraga adalah jenis hijab yang dirancang khusus untuk digunakan oleh atlet muslimah yang berpartisipasi dalam berbagai jenis olahraga dengan tujuan menjaga kehormatan dan kesopanan saat menggunakannya. Untuk berbagai jenis olahraga, seperti lari, renang dan tenis, hijab olahragatersedia dalam berbagai jenis bahan. Selain itu, hijab dalam olahraga mendorong kesetaraan gender dalam olahraga dan memungkinkan atlet muslimah berpartisipasi dalam olahraga tanpa mengorbankan kepercayaan agama mereka. Aturan organisasi olahraga internasional mengizinkan atlet muslimah yang mengenakan hijab olahraga untuk berpartisipasi dalam acara internasional dengan bebas. Penggunaan hijab dalam olahraga menjadi semakin populer dan diakui di seluruh dunia. Ini telah menjadi simbol perjuangan atlet muslim untuk mendapatkan kesetaraan dan kebebasan berolahraga

Kata kunci: Hijab, Olahraga.

LATAR BELAKANG

Pada akhir abad ke-20, atlet muslimah mulai mencari cara untuk menggabungkan kewajiban agama dengan keinginan mereka dengan keinginan mereka untuk berolahraga, yang mengarah pada munculnya olahraga berhijab,. Pada saat itu, atlet perempuan tidak diizinkan berpartisipasi dalam berbagai olahraga ketika mereka mengenakan pakaian yang menutupi kepala atau menutupi seluruh tubuh.(Studi et al., 2023)

Pelari asal Maroko bernama Nawal El Moutawakel, yang memenangkan medali emas di nomor 400 meter gawang pada Olimpiade tahun 1984, adalah salah satu atlet pertama yang memperkenalkan olahraga berhijab.

Pada saat yang sama, pakaian olahraga seperti tenis menjadi lebih tertutup dan praktis. Pemain tenis mulai menggunakan celana panjang dan kaus berlengan panjang pada tahun 1930-an untuk melindungi tubuh mereka dari sinar matahari dan mengurangi jumlah keringat yang mereka keluarkan.

Teknologi bahan dan desain terus ditingkatkan untuk meningkatkan kinerja atlet dan meningkatkan kenyamanan. Banyak cabang olahraga sekarang menggunakan pakaian olahraga yang tertutup dan fungsional, yang membantu atlet mencapai tingkat kemampuan terbaik mereka.

Sejak saat itu, hijab di dunia olahraga semakin populer di kalangan atlet muslimah di seluruh dunia. Pada tahun 2007, Federasi Sepak Bola Internasional (FIFA), memperbolehkan pemain sepak bola wanita yang beragama islam untuk mengenakan hijab selama pertandingan.

Sejarah hijab di dunia olahraga telah mengalami perkembangan yang pesat, terutama dalam hal pengakuan dan penerimaan terhadap penggunaan hijab oleh atlet wanita. Ini termasuk atlet figure skating Abu Dhabi yang bernama Zahra Lari, yang menjadi pionir dalam menggunakan hijab dalam olahraga meskipun

menghadapi kesulitan dengan peraturan yang mengatur penggunaan hijab di kompetisi.

METODE PENELITIAN

Tujuan penelitian ini untuk memahami pengalaman atlet muslim dalam menggunakan hijab di kompetisi internasional. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian deskriptif kualitatif. Penelitian deskriptif kualitatif merupakan suatu metode penelitian berdasarkan informasi dan dijelaskan secara deskriptif. Pendekatan dan tipe Penelitian kualitatif deskriptif digunakan untuk mencoba penemuan peristiwa yang terjadi di lapangan selama proses penelitian. Untuk pengumpulan data dilakukan melalui penelitian bibliografi.

Penelitian deskriptif kualitatif adalah metode penelitian yang didasarkan pada informasi dan dijelaskan secara deskriptif. Pendekatan dan tipe penelitian ini digunakan untuk mengeksplorasi apa yang ditemukan di lapangan selama proses penelitian. Data dikumpulkan dengan melakukan penelitian bibliografi.

PEMBAHASAN PAMAKAIAN HIJAB SAAT BEROLAHRAGA

Hijab adalah busana yang menutupi rambut, leher, dan dada perempuan Muslim. Bagi atlet Muslimah, mengenakan hijab saat berada di lapangan atau tempat latihan adalah bagian penting dari menjalankan keyakinan mereka. Beberapa cabang olahraga telah menegluarkan aturan yang memperbolehkan atlet perempuan Muslimah untuk memakai hijab saat bertanding, namun atlet harus memastikan bahwa hijab yang mereka kenakan sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Dalam beberapa tahun terakhir, banyak atlet perempuan Muslim yang berhasil meraih prestasi di berbagai cabang olahraga, sementara penggunaan hijab semakin umum terlihat di arena olahraga. Pakaian khusus atlet Muslim telah dirancang untuk memenuhi kebutuhan mereka dalam menjalankan aktivitas

olahraga, dengan tetap memperhatikan prinsip-prinsip syariah.(Meilita & Berliana, 2020)

Pakaian olahraga yang dirancang khusus untuk atlet muslim umumnya menutupi seluruh bagian tubuh kecuali wajah dan tangan, tujuannya untuk menjaga aurat dan menghindari pakaian yang terlalu ketat. Beberapa merek pakaian telah mengeluarkan produk seperti jersey dengan lengan panjang atau celana yang menutupi kaki. Pakaian ini sering dipakai saat latihan, baik di dalam maupun di luar ruangan, karena memberikan kenyamanan dan rasa percaya diri kepada atlet muslim. (Salsabila et al., 2023)

Dalam beberapa tahun terakhir, busana olahraga muslim semakin diminati, dan banyak merek busana olahraga yang telah menyertakan produk-produk muslim dalam koleksinya. Perkembangan ini telah meningkatkan semangat dan motivasi para atlet muslim dalam menjalankan aktivitas olahraga mereka.

Namun, dalam beberapa kegiatan internasional seperti Olimpiade, penggunaan hijab harus mematuhi ketentuan yang telah ditetapkan oleh Federasi Olahraga Internasional (International Federation of Sports) dan Komite Olimpiade Internasional (International Olympic Committee). Sebagai contoh, pada tahun 2012, Komite Olimpiade Internasional mengeluarkan peraturan baru yang mengizinkan atlet muslimah menggunakan hijab selama pertandingan. Peraturan tersebut menetapkan bahwa hijab yang digunakan tidak boleh terlalu ketat dan harus diikat dengan aman agar tidak mengganggu selama pertandingan. Kebijakan serupa juga telah dikeluarkan oleh banyak organisasi olahraga lainnya.(Alfatih et al., 2023)

Penggunaan hijab dalam kegiatan olahraga menandakan perubahan dalam dinamika olahraga dan politik global, dimana atlet wanita dari berbagai negara semakin terbiasa dan dihargai. Penggunaan hijab dalam olahraga juga mencerminkan perubahan dalam olahraga dan politik global, di mana atlet wanita dari berbagai negara semakin nyaman dan diakui dalam menggunakan hijab saat berkompetisi. Hal ini menunjukkan bahwa hijab tidak hanya menjadi bagian dari identitas agama, tetapi juga telah menjadi bagian dari tren fashion dan kebutuhan praktis, termasuk dalam konteks olahraga.(Adirinarso, 2023)

HUKUM MENUTUP AURAT

Menurut ayat 31 dari Surat An-Nur dalam Al-Quran, umat Muslim, baik laki-laki maupun perempuan, diwajibkan untuk menutup aurat mereka. Ayat tersebut menyatakan bahwa wanita yang beriman harus menahan pandangan mereka, menjaga kemaluan mereka, tidak menampakkan perhiasan mereka kecuali yang biasa terlihat, dan menutupi kain kudung mereka ke dadanya. Mereka hanya boleh menampakkan perhiasan mereka kepada suami, ayah, ayah suami, putera-putera, saudara laki-laki, putera-putera saudara laki-laki, putera-putera saudara perempuan, wanita Islam, hamba sahaya, atau pelayan laki-laki yang tidak mempunyai keinginan terhadap wanita atau anak-anak yang belum mengerti tentang aurat wanita.

Menurut ajaran Al Qur'an, Allah SWT menegaskan pentingnya bagi muslimah untuk menutup aurat sesuai dengan ketentuan-Nya. Aurat wanita meliputi seluruh tubuh kecuali wajah, kedua telapak tangan, dan kedua telapak kaki, yang harus ditutup dengan hijab baik saat salat maupun dalam kegiatan sehari-hari.

Beberapa ulama memiliki pandangan berbeda mengenai masalah ini. Menurut Mazhab Hanafi, wajah, telapak tangan, dan telapak kaki tidak dianggap sebagai aurat sehingga tidak perlu ditutupi. Namun, menurut Imam Maliki, Asy-Syafi'i, dan Hambali, wajah dan telapak kaki tidak termasuk aurat bagi wanita, tetapi telapak kaki menjadi aurat saat sedang melaksanakan salat.

Banyak perempuan Muslim memilih untuk menutup aurat mereka dengan cermat, meskipun tidak ada kewajiban yang mengharuskan hal itu. Penggunaan cadar sendiri tidak diwajibkan secara umum, kecuali bagi perempuan yang memiliki wajah yang sangat menarik, di mana dalam hal ini menjadi kewajiban. Untuk menjaga aurat, perempuan Muslim dapat mengenakan pakaian longgar yang menutupi tubuh mereka sepenuhnya, serta kerudung yang menjuntai hingga menutupi dada. Bahan pakaian haruslah tebal dan tidak tembus pandang, dan perempuan juga dihimbau untuk menghindari penggunaan wewangian yang dapat tercium oleh laki-laki.

Beberapa orang mungkin memiliki pandangan berbeda tentang pakaian atlet Muslim, terutama yang menutupi seluruh tubuh kecuali wajah dan tangan. Beberapa kontra mengenai pakaian atlet Muslim antara lain:

1. Mengurangi kecepatan atau performa: Sebagian orang berpendapat bahwa pakaian yang menutupi seluruh tubuh dapat mengurangi kecepatan atau performa atlet. Namun, hal ini dapat diatasi dengan memilih bahan yang ringan dan sesuai dengan jenis olahraga yang dilakukan.
2. Tidak praktis: Beberapa orang menganggap pakaian atlet Muslim tidak praktis untuk digunakan dalam olahraga tertentu seperti berenang atau diving. Namun, banyak merek yang merilis pakaian renang atau diving yang dirancang khusus untuk atlet Muslim, sehingga dapat memenuhi kebutuhan mereka dalam olahraga tersebut.
3. Tidak modern: Beberapa orang berpandangan bahwa pakaian atlet Muslim terlihat kuno atau tidak modern. Namun, banyak merek pakaian olahraga terkenal yang telah merilis produk-produk yang menarik dan sesuai dengan tren saat ini untuk memenuhi kebutuhan atlet Muslim.
4. Beberapa atlet perempuan beragama Islam mungkin mengalami kesulitan dalam mencari pakaian olahraga yang sesuai dengan prinsip kesopanan agama mereka, namun banyak merek pakaian olahraga Muslim yang berhasil menggabungkan desain menarik dengan pemenuhan syariat Islam dalam produk-produk mereka.

Terdapat beberapa pilihan pakaian hijab yang disarankan untuk wanita muslim yang suka berolahraga, seperti hijab instan, hijab dengan bahan manset serap keringat, hijab ninja, hijab square berbahan polycotton, dan hijab dengan bahan polycotton yang lebih adem. Tidak ada paksaan atlet muslim untuk memakai pakaian patuh syariah, tetapi dengan pilihan yang tepat, wanita muslim dapat menjaga kewajiban agama sambil berpartisipasi dalam aktivitas olahraga. (Kencana et al., 2023)

Tips Berhijab Saat Berolahraga Bagi Atlet Menurut Syariat Islam:

1. Baju panjang dan selendang yang menutupi dada : Baju panjang dan selendang yang menutupi dada merupakan salah satu pakaian yang dianjurkan dalam Islam.
2. Kainnya harus tebal, jangan tipis: Rasulullah SAW berkisah tentang dua kelompok yang masuk Neraka, salah satunya adalah wanita kasiyat (berpakaian tapi telanjang, karena kurus atau pendek dan tidak bisa menutupi auratnya).
3. Jangan menggunakan parfum atau cologne: Perhatikan salah satu sabda Nabi Muhammad SAW tentang wanita memakai parfum saat keluar rumah.
4. Pakaian tidak seperti laki-laki: Terdapat hadits-hadits yang mengatur bahwa perempuan tidak boleh memakai pakaian seperti laki-laki atau sebaliknya.

KESIMPULAN DAN SARAN

Hukum Islam mengenai menutup aurat adalah wajib, artinya barang siapa yang tidak menutup aurat maka ia berdosa. Oleh karena itu, umat Islam disarankan untuk selalu memastikan bahwa mereka menutup auratnya dan memastikan bahwa pakaian yang mereka kenakan tidak tembus pandang atau terlalu ketat, sehingga mencegah mereka memenuhi persyaratan untuk menutup aurat dengan benar. Pakaian atlet muslim biasanya menutupi seluruh bagian tubuh kecuali wajah dan tangan, untuk melindungi aurat dan menghindari penggunaan pakaian yang terlalu ketat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami ucapkan terima kasih kepada seluruh pihak yang memberikan dukungan dalam penulisan artikel ini. Tanpa adanya dukungan, kerja sama, dan dorongan yang diberikan tidak mungkin kami dapat menyelesaikan artikel ini dengan baik. Semoga artikel ini bisa bermanfaat bagi semua pihak yang terlibat.

Terima kasih atas kesempatan ini dan semoga kebaikan selalu menyertai langkah kita.

DAFTAR REFERENSI

- Adirinarso, D. (2023). NEGOSIASI BUDAYA DALAM OLAHRAGA (Studi Kasus Atlet Berhijab Figure skating Pertama Uni Emirat Arab). *Nucl. Phys.*, 13(1), 104–116.
- Alfatih, R., Putri, D. A., Firmansyah, Y., & ... (2023). Perspektif Hukum Islam Dan Pandangan Mahasiswa Mengenai Pakaian Wanita Dalam Pertandingan Senam Gymnastic. *Religion: Jurnal Agama ...*, 168–174. <https://maryamsejahtera.com/index.php/Religion/article/view/127%0Ahttps://maryamsejahtera.com/index.php/Religion/article/download/127/152>
- Kencana, A. A., Oxcygentri, O., Nayiroh, L., & Komunikasi, J. I. (2023). *Dawatuna: Journal of Communication and Islamic Broadcasting Motif Atlet Perempuan Menggunakan Hijab: Studi Fenomenologi pada Komunitas Olahraga Tengkorak di Kota Karawang.* 3, 117–121. <https://doi.org/10.47476/dawatuna.v3i1.2288>
- Meilita, L., & Berliana, B. (2020). Pengaruh Sah (Sport Active Hijab) dalam Mempertahankan Tingkat Termoregulasi dan Hidrasi Tubuh Setelah Olahraga. *Jurnal Kepeleatihan Olahraga*, 12(2), 74–82. <https://doi.org/10.17509/jkopi.v12i2.25647>
- Salsabila, N., Irawati, Rajibah, & Rahayu, A. (2023). Journal Islamic Education <https://maryamsejahtera.com/index.php/Education/index>. *Journal Islamic Education*, 1(2), 81–86.
- Studi, P., Jasmani, P., Rekreasi, K. D., Arfina, D., Muzakir, A., & Tanum, K. (2023). *Jurnal Religion: Jurnal Agama, Sosial, dan Budaya* <https://maryamsejahtera.com/index.php/Religion/index>.