

Relevansi Pendidikan Jasmani dengan Tujuan Pendidikan Islam dalam Membentuk Individu yang Seimbang Secara Fisik, Mental, dan Spiritual

Ari Tri Fitrianto

Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al Banjari Banjarmasin

aritri.fitrianto@uniska-bjm.ac.id

Abstract

Physical Education and Islamic Education have significant relevance in shaping individuals who are balanced physically, mentally, and spiritually. Physical Education provides a foundation for physical development through physical activities, sports, and games, while Islamic Education emphasizes the formation of character, morality, and spirituality in individuals. The integration of both creates a holistic approach that supports the formation of individuals who are healthy both physically and spiritually. This article discusses how the application of Islamic Education principles in the Physical Education curriculum can enhance the understanding and implementation of Islamic values, such as justice, cooperation, and life balance. By combining these aspects, education becomes a means to shape individuals who not only excel physically but also possess high morality in line with Islamic teachings. Thus, this article proposes a closer integration between Physical Education and Islamic Education as a step towards the comprehensive formation of individuals, both physically and spiritually.

Keywords: Relevance, Physical Education, Objectives, Islamic Education

Abstrak

Pendidikan Jasmani dan Pendidikan Islam memiliki relevansi yang signifikan dalam membentuk individu yang seimbang secara fisik, mental, dan spiritual. Pendidikan Jasmani memberikan landasan untuk pengembangan fisik melalui aktivitas fisik, olahraga, dan permainan, sementara Pendidikan Islam menekankan pada pembentukan karakter, moralitas, dan spiritualitas individu. Integrasi keduanya menciptakan suatu pendekatan holistik yang mendukung pembentukan manusia yang sehat secara fisik dan spiritual. Artikel ini membahas bagaimana penerapan prinsip-prinsip Pendidikan Islam dalam kurikulum Pendidikan Jasmani dapat meningkatkan pemahaman dan implementasi nilai-nilai keislaman, seperti keadilan, kerja sama, dan keseimbangan hidup. Dengan menggabungkan aspek-aspek ini, pendidikan menjadi sarana untuk membentuk individu yang tidak hanya berprestasi secara fisik, tetapi juga memiliki moralitas tinggi sesuai dengan ajaran Islam. Dengan demikian, artikel ini mengusulkan integrasi yang lebih erat antara Pendidikan Jasmani dan Pendidikan Islam

sebagai langkah menuju pembentukan individu yang sehat secara menyeluruh, baik secara jasmani maupun spiritual.

Kata Kunci: *Relevansi, Pendidikan Jasmani, Tujuan, Pendidikan Islam.*

A. Pendahuluan

Pendidikan pada dasarnya merupakan usaha manusia untuk meningkatkan ilmu pengetahuan, dari berbagai lingkungan baik yang didapat dari lembaga formal maupun informal.¹ selanjutnya, sistem pendidikan di Indonesia di atur oleh kebijakan kurikulum. Dalam kurikulum pendidikan dasar dan menengah wajib memuat pendidikan jasmani atau disebut physical education (Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional). Sebab secara teoritik pendidikan jasmani dianggap sebagai komponen wajib pendidikan anak.² Selanjutnya pendidikan Jasmani dan Pendidikan Islam, dua bidang yang pada pandangan awalnya mungkin tampak berbeda, namun sebenarnya memiliki relevansi yang mendalam dalam membentuk individu yang seimbang secara fisik dan spiritual. Pendidikan Jasmani, seringkali dianggap sebagai bagian dari kurikulum sekolah yang fokus pada pengembangan fisik melalui aktivitas fisik, olahraga, dan permainan, memberikan kontribusi besar terhadap kesejahteraan jasmani siswa. Di sisi lain, Pendidikan Islam memusatkan perhatian pada pembentukan karakter, moralitas, dan spiritualitas individu berdasarkan ajaran-ajaran Islam yang kaya.

Pentingnya keseimbangan antara aspek jasmani dan spiritual dalam kehidupan sehari-hari telah menjadi perhatian utama dalam pendidikan kontemporer. Dalam era modern ini, di mana tekanan hidup semakin kompleks, tantangan untuk menghasilkan individu yang tidak hanya sehat secara fisik tetapi juga memiliki akhlak mulia menjadi semakin mendesak. Oleh karena itu, menggabungkan Pendidikan Jasmani dan Pendidikan Islam menjadi suatu pendekatan yang sangat relevan dan bermakna. Dalam penggabungan disini berarti suatu desain baru dalam kurikulum. Mendesain kurikulum berarti juga mempertimbangkan nilai-nilai.³

Beberapa penelitian sebelumnya telah membahas Pendidikan jasmani dalam Al-Qur'an: Studi tafsir tematik sebagaimana yang diungkapkan oleh Nopel yang menyatakan bahwa "relevansi pendidikan jasmani dalam dunia pendidikan merupakan suatu hal yang terintegrasi dengan tujuan pendidikan Islam yaitu berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa,

¹ Riri Nurandriani and Sobar Alghazal, "Konsep Pendidikan Islam Menurut Ibnu Khaldun Dan Relevansinya Dengan Sistem Pendidikan Nasional," *Jurnal Riset Pendidikan Agama Islam*, 2022, 28, <https://journals.unisba.ac.id/index.php/JRPAI/article/view/731>.

² Pinton Setya Mustafa, "Peran Pendidikan Jasmani Untuk Mewujudkan Tujuan Pendidikan Nasional," *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan* 8, no. 9 (2022): 69, <http://jurnal.peneliti.net/index.php/JIWP/article/view/1720>.

³ M D Tabrani, "Efektifitas Pelaksanaan Pendidikan Islam Pada Pendidikan Akhlak Peserta Didik," *Jurnal Fusion*, 2022, 542, <http://fusion.rifainstitute.com/index.php/fusion/article/view/189>.

berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab”.⁴

Pendidikan jasmani merupakan bagian penting dari pendidikan Islam sehingga harus diberi perhatian yang seimbang dengan pendidikan akidah, akhlak, dan akal.⁵ selanjutnya, dalam pandangan pertama, mungkin terlihat sulit untuk menyatukan dua aspek pendidikan yang tampaknya berfokus pada dimensi yang berbeda. Namun, ketika kita melihat lebih dalam, terdapat titik-titik konvergensi yang menarik antara keduanya. Pendidikan Jasmani bukan sekadar tentang aktivitas fisik semata, tetapi juga mengajarkan nilai-nilai seperti kerjasama, keadilan, dan disiplin diri nilai-nilai yang secara mencolok sejalan dengan prinsip-prinsip Islam. Sebaliknya, Pendidikan Islam dapat memberikan kerangka spiritual yang mendalam pada aktivitas-aktivitas fisik dalam Pendidikan Jasmani, menjadikan setiap gerakan dan latihan sebagai bentuk pengabdian kepada Sang Pencipta.

Melalui pemahaman yang mendalam terhadap esensi keduanya, artikel ini akan menjelajahi bagaimana integrasi antara Pendidikan Jasmani dan Pendidikan Islam dapat membentuk individu yang tidak hanya unggul secara fisik, tetapi juga memancarkan cahaya spiritual dan moralitas yang kokoh. Dengan menyelusuri peran masing-masing dalam pembentukan manusia holistik, kita dapat menggali potensi untuk menciptakan suatu paradigma pendidikan yang lebih komprehensif dan relevan dengan tuntutan zaman.

Seiring dengan perkembangan zaman, kita menyadari bahwa pembentukan karakter yang kokoh dan kesejahteraan jasmani tidak dapat dipisahkan satu sama lain. Dalam konteks ini, Pendidikan Jasmani tidak hanya menjadi sarana untuk meningkatkan keterampilan fisik dan kesehatan, tetapi juga menjadi wahana untuk mengajarkan nilai-nilai moral dan spiritual. Bagaimana kita berolahraga, bagaimana kita bersaing, dan bagaimana kita bekerja sama dalam tim semua ini mencerminkan aspek-aspek moral dan etika yang dapat memperkaya pembentukan karakter. Selanjutnya juga, pembentukan kepribadian seseorang idealnya dilakukan sejak dini untuk membentuk karakter sesuai dengan yang diharapkan.⁶

Pendidikan merupakan alat yang dapat membantu manusia menjadi pribadi yang lebih baik dari pada sebelumnya.⁷ selanjutnya, pendidikan Islam memberikan kerangka

⁴ Perisi Nopel, “Pendidikan Jasmani Dalam Al-Qur’an: Studi Tafsir Tematik,” *Edu Sportivo: Indonesian Journal of Physical Education* 3, no. 2 (2022): 189, <https://journal.uir.ac.id/index.php/SPORTIVO/article/view/9131>.

⁵ Maslani Maslani, Ferina Yulianti, and Ahmad Tauviqillah, “Urgensi Pendidikan Jasmani Dalam Pendidikan Islam: Kajian Konseptual Hadits-Hadits Tarbawi,” *Ta’dibuna: Jurnal Pendidikan Islam* 12, no. 3 (2023): 236, <https://ejournal.uika-bogor.ac.id/index.php/TADIBUNA/article/view/9320>.

⁶ A A Pradana, “Strategi Pembentukan Karakter Siswa Pada Jenjang Pendidikan Dasar Melalui Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan,” *PREMIERE: Journal of Islamic Elementary ...*, 2021, 79, <http://ejournal.iainutuban.ac.id/index.php/premiere/article/view/128>.

⁷ S Nurafati, T Rahayu, and H H Pramono, *Strategi Implementasi Penguatan Pendidikan Karakter Pada Pembelajaran Pendidikan Jasmani* (books.google.com, 2022), 2, https://books.google.com/books?hl=en&lr=&id=aXp8EAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA2&dq=pendidikan+jasmani+dan+pendidikan+islam&ots=TFjju_zT9O&sig=X50M1jaOgMkCn8g4ojP-sBapKCg.

ajaran moral yang kuat, memberikan panduan tentang bagaimana menjalani kehidupan sehari-hari sesuai dengan prinsip-prinsip keislaman. Integrasi Pendidikan Jasmani dengan ajaran Islam menciptakan kesempatan untuk menghadirkan spiritualitas dalam setiap gerakan dan aktivitas fisik, menjadikan olahraga dan permainan sebagai sarana untuk mendekatkan diri kepada Tuhan.

Pentingnya menciptakan individu yang seimbang secara fisik dan spiritual semakin diperkuat oleh realitas bahwa kehidupan modern seringkali dipenuhi dengan tekanan dan tantangan. Dalam konteks ini, pendekatan holistik yang melibatkan Pendidikan Jasmani dan Pendidikan Islam dapat menjadi fondasi untuk membangun generasi yang mampu menghadapi berbagai situasi dengan kepala dingin, hati yang bersih, dan tubuh yang sehat.

Selain itu, perpaduan ini juga dapat merangsang pengembangan kemampuan kepemimpinan dan kepribadian yang kuat. Keterampilan yang dipelajari melalui olahraga dan aktivitas fisik dapat diintegrasikan dengan nilai-nilai kepemimpinan Islam, menciptakan pemimpin masa depan yang tidak hanya unggul dalam bidangnya, tetapi juga bertanggung jawab dan memiliki integritas moral yang tinggi.

Dalam perjalanan pendidikan ini, kerjasama antara para pendidik, keluarga, dan masyarakat sangat penting. Peningkatan pemahaman terhadap nilai-nilai Islam dalam konteks Pendidikan Jasmani dapat membuka pintu untuk dialog yang konstruktif dan kolaborasi yang erat. Dengan demikian, artikel ini bertujuan untuk menggali potensi kolaborasi antara Pendidikan Jasmani dan Pendidikan Islam sebagai sarana untuk membentuk individu yang memiliki kekuatan jasmani dan keutamaan spiritual, menciptakan pondasi yang kokoh bagi kemajuan masyarakat yang lebih luas..

B. Tinjauan Literatur

Pendidikan jasmani merupakan proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas gerak fisik sebagai sarana mencapai tujuan pendidikan nasional⁸. Pendidikan Jasmani memiliki relevansi yang penting dengan tujuan pendidikan Islam melalui beberapa aspek yang saling melengkapi. Pertama-tama, aspek kesehatan fisik yang ditekankan dalam Pendidikan Jasmani sejalan dengan ajaran Islam yang menekankan pentingnya menjaga tubuh sebagai amanah dari Allah. Rasulullah Muhammad SAW pernah mengajarkan bahwa tubuh yang sehat merupakan modal utama untuk menjalankan kewajiban agama dan beribadah.

Selain itu, nilai-nilai moral yang diajarkan dalam Pendidikan Jasmani, seperti fair play, kerjasama, dan disiplin, sejalan dengan nilai-nilai moral dalam Islam. Pendidikan Jasmani menjadi sarana untuk membentuk karakter yang adil, bersikap sportif, dan taat aturan, yang semuanya merupakan aspek penting kecerdasan emosional dalam ajaran Islam. Pendidikan Islam memiliki kedudukan potensial sehubungan dengan pengajaran kecerdasan emosional ini.⁹

⁸ F Rozi et al., "Tiga Aspek Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Pada Masa Pandemi Covid-19," ... *Di Bidang Pendidikan* ..., 2021, 239, <http://e-journal.undikma.ac.id/index.php/jurnalkependidikan/article/view/3220>.

⁹ S Sujarwo, "Peranan Pendidikan Islam Dalam Keluarga Untuk Membentuk Kecerdasan Emosional Anak Di Sekolah Dasar," *Linggau Journal of Elementary School Education*, 2022, 49, <http://jurnal.lp3mkil.or.id/index.php/ljese/article/view/148>.

Aspek kompetisi dalam olahraga juga dapat diintegrasikan dengan konsep jihad dalam Islam, di mana setiap individu diajak untuk berjuang dan berkompetisi untuk mencapai kebaikan. Oleh karena itu, Pendidikan Jasmani memberikan wadah untuk mengimplementasikan nilai-nilai jihad secara positif melalui persaingan yang sehat dan pembangunan diri.

Pendidikan Jasmani juga dapat menjadi sarana untuk mendidik tentang pentingnya keseimbangan hidup, termasuk seimbangannya aktivitas fisik, kehidupan sosial, dan spiritualitas. Dalam konteks ini, Pendidikan Jasmani dapat mendukung tujuan Islam untuk menciptakan individu yang seimbang dalam semua aspek kehidupan.

Dalam mencapai tujuan pembelajaran pendidikan jasmani tentunya dibutuhkan konsentrasi yang baik dimana konsentrasi yang baik siswa lebih mudah menyerap dan mencerna pembelajaran dengan baik.¹⁰

Selain itu, aktivitas fisik dalam Pendidikan Jasmani dapat diintegrasikan dengan konsep ibadah jasmani (ibadah yang melibatkan tubuh), seperti shalat dan puasa. Pembelajaran praktik olahraga dan gerakan fisik dapat membantu siswa memahami pentingnya kesiapan fisik dalam menjalankan ibadah-ibadah tersebut dengan optimal.

Dengan mengintegrasikan nilai-nilai Islam dalam setiap aspek Pendidikan Jasmani, kita dapat menciptakan lingkungan pendidikan yang tidak hanya menghasilkan individu yang sehat secara fisik, tetapi juga memiliki akhlak dan moralitas yang sesuai dengan ajaran Islam. Integrasi ini menciptakan pendekatan holistik dalam membentuk individu yang mampu menjalankan kewajiban agamanya sambil menjaga keseimbangan fisik dan spiritual.

Salah satu faktor penting dalam menunjang keberhasilan belajar pendidikan jasmani di sekolah adalah sarana dan prasarana, namun tidak dapat dipungkiri tersedianya sarana dan prasarana pembelajaran yang standar, tidak sedikit sekolah yang ada di Indonesia pada setiap jenjang pendidikannya, khususnya sekolah yang berada di perkotaan tidak memiliki lapangan untuk melakukan aktivitas jasmani.¹¹

Pendidikan Jasmani memiliki relevansi yang erat dengan tujuan pendidikan Islam melalui berbagai dimensi yang mencakup fisik, moral, dan spiritual. Pertama-tama, aspek fisik dalam Pendidikan Jasmani memberikan landasan untuk menjaga kesehatan tubuh, yang merupakan amanah dari Allah dalam ajaran Islam. Rasulullah Muhammad SAW mengajarkan bahwa tubuh yang sehat adalah modal utama untuk melaksanakan kewajiban agama.

Selain itu, prinsip-prinsip olahraga seperti fair play, kerjasama, dan disiplin yang diajarkan dalam Pendidikan Jasmani sejalan dengan nilai-nilai moral dalam Islam. Pendidikan Jasmani dapat menjadi wahana untuk membentuk karakter yang adil, sportif, dan taat aturan, yang sesuai dengan ajaran moral Islam.

Aspek kompetisi dalam olahraga dapat dihubungkan dengan konsep jihad dalam Islam, di mana individu diundang untuk berjuang dan bersaing untuk mencapai kebaikan. Dalam konteks ini, Pendidikan Jasmani dapat diartikan sebagai bentuk jihad fisik yang

¹⁰ Irwan Hermawan, Azhar Ramadhana Sonjaya, and Muhammad Sultan Raswan, "Hubungan Antara Tingkat Kebugaran Jasmani Dengan Konsentrasi Belajar Pendidikan Jasmani Siswa," *Holistic Journal of Sport Education* 1, no. 2 (2022): 53, <https://journal.uniga.ac.id/index.php/hjse/article/view/1947>.

¹¹ Muliadi Muliadi, "Kreativitas Guru Pendidikan Jasmani Dalam Memodifikasi Sarana Dan Prasarana Pembelajaran Di Sekolah Dasar," *Jurnal Pendidikan Tambusai* 6, no. 1 (2022): 22, <file:///D:/jptamadmin,+4+Muliadi+22-31.pdf>.

positif, di mana setiap individu diberdayakan untuk berkompetisi dengan baik dan mengoptimalkan potensinya.

Pendidikan Jasmani juga dapat mendukung tujuan Islam untuk menciptakan individu yang seimbang dalam semua aspek kehidupan. Melalui pembelajaran tentang pentingnya aktivitas fisik, kebugaran, dan pola hidup sehat, Pendidikan Jasmani dapat membantu siswa memahami pentingnya menjaga keseimbangan antara tubuh, pikiran, dan jiwa.

Selain itu, aktivitas fisik dalam Pendidikan Jasmani dapat diintegrasikan dengan ibadah-ibadah dalam Islam, seperti gerakan-gerakan dalam shalat dan kebugaran fisik untuk menjalankan ibadah-ibadah tersebut. Integrasi ini dapat membantu siswa memahami bahwa aktivitas fisik juga dapat menjadi bentuk ibadah jika dilakukan dengan niat yang benar.

Selanjutnya, Jasmani merupakan salah satu aspek yang tidak kalah penting dalam diri manusia. Kemampuan jasmani manusia untuk melaksanakan segala kegiatan perlu ditingkatkan, termasuk beribadah. Sebagai contoh yaitu ketika umat Islam berjuang untuk berdakwah dan membela agama Islam di zaman dahulu, mereka berusaha untuk melatih jasmani agar dapat berperang melawan musuh yang menentang agama Islam. Pendidikan jasmani diperlukan untuk mendukung aspek lain seperti rohani pada manusia. Jasmani dan rohani pada manusia berjalan saling berdampingan dan saling melengkapi. Jika rohani manusia sehat tetapi jasmaninya sakit, maka manusia tidak akan sempurna dalam menjalani aktivitasnya. Makna pendidikan jasmani dalam pendidikan Islam perlu dipelajari lebih lanjut agar manusia lebih memahami pentingnya pendidikan jasmani dalam pendidikan Islam.¹²

Dengan demikian, Pendidikan Jasmani dapat berperan sebagai alat yang efektif untuk mencapai tujuan pendidikan Islam dengan membentuk individu yang sehat secara fisik, memiliki moralitas yang baik, dan mampu menjalankan kewajiban agamanya dengan penuh kesadaran. Integrasi ini menciptakan pendekatan holistik dalam pendidikan, menghasilkan individu yang seimbang dalam dimensi fisik, moral, dan spiritual sesuai dengan ajaran Islam

C. Metode penelitian

Penelitian ini menggunakan metode penelitian literatur atau kepustakaan (*Library Research*), yaitu penelitian yang dilaksanakan dengan menggunakan literatur berupa beberapa buku dan karya ilmiah lainnya, kemudian data yang digunakan berupa jurnal dan buku terkait.

Penelitian kepustakaan (*library research*) ini melibatkan pengumpulan informasi dari sumber-sumber yang sudah ada, seperti buku, jurnal, artikel, dan publikasi lainnya, yang terkait dengan topik penelitian yang sedang dijalani. Dengan cara ini, peneliti dapat memahami perkembangan terkini dalam bidangnya dan membangun dasar pengetahuan yang kuat sebelum memulai risetnya sendiri

Dalam penelitian ini, penulis menggunakan penelitian deskriptif dengan lebih menekankan pada kekuatan analisis sumber-sumber dan data-data yang ada dengan

¹² Sri Budiman and Abdul Wachid Bambang Suharto, "Filsafat Ilmu Pendidikan Islam Dalam Perspektif Pendidikan Jasmani," *JISIP (Jurnal Ilmu Sosial Dan Pendidikan)* 5, no. 3 (2021): 506, <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.58258/jisip.v5i3.2195>.

mengandalkan teori-teori dan konsep-konsep yang ada untuk diinterpretasikan berdasarkan tulisan-tulisan yang mengarah pada pembahasan.¹³

Berdasarkan pencarian di atas dari beberapa artikel, jurnal, dan karya ilmiah lainnya yang terkait dengan kata kunci yang sudah disusun, selanjutnya peneliti mengumpulkan dan di seleksi untuk diambil kesimpulan sebagai referensi penulisan penelitian.

D. Hasil Penelitian

Pendidikan merupakan hal yang tidak dapat dipisahkan oleh manusia sebagai makhluk pembelajar dan setiap manusia berhak mendapatkan pendidikan yang layak sebagaimana yang tertulis dalam Undang-Undang Republik Indonesia No. 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional BAB IV Pasal 5 ayat (1) yang menyatakan bahwa “Setiap warga negara mempunyai hak yang sama untuk memperoleh pendidikan yang bermutu” dan ayat (2) yaitu “Warga negara yang memiliki kelainan fisik, emosional, mental, intelektual, dan/atau sosial berhak memperoleh pendidikan khusus.” Hal ini juga menunjukkan bahwa anak berkebutuhan khusus berhak untuk memperoleh kesempatan yang sama dengan anak reguler lainnya dalam pendidikan.¹⁴

Febriyanti dalam Zubaedi menjelaskan bahwa “Tujuan pendidikan Islam dapat diklasifikasikan menjadi beberapa macam. Pertama, tujuan pendidikan jasmani (al-Ahdaf al-Jismiyah), dalam sebagian aspeknya pendidikan Islam bertujuan untuk mempersiapkan manusia sebagai pengemban amanah sebagai khalifah di muka bumi dengan keterampilan fisik. Kedua, tujuan pendidikan rohani (al-Ahdaf ar-Ruhaniyah), dalam sebagian aspeknya pendidikan Islam bertujuan meningkatkan jiwa dan kesetiaan hanya kepada Allah dan melaksanakan akhlak yang dteladankan oleh Rasulullah Saw. Ketiga, tujuan pendidikan akal (al-Ahdaf al-Aqliyah), pada sebagian aspeknya, pendidikan Islam bertujuan mengarahkan intelegensi agar menemukan kebenaran dan sebab-sebabnya dengan telaah terhadap tanda-tanda kekuasaan Allah. Tahap pendidikan akal ini adalah pencapaian kebenaran ilmiah, kebenaran empiris, dan kebenaran metaempiris atau filosofis. Keempat, tujuan pendidikan sosial (al-Ahdaf al-Ijtima’iyyah), dalam sebagian aspeknya pendidikan Islam bertujuan untuk membentuk kepribadian yang utuh baik roh, tubuh, dan akal”.¹⁵

Tanggung jawab pendidikan Islam dalam memberikan bimbingan pada manusia dalam menghadapi era millennial juga dapat dilihat dari perhatian pendidikan Islam terhadap pendidikan atau perbaikan karakter. Mohammad Athiyah

¹³ Rita Kumala Sari, “Penelitian Kepustakaan Dalam Penelitian Pengembangan Pendidikan Bahasa Indonesia,” *Jurnal Borneo Humaniora* 4, no. 2 (2021): 60–61, https://doi.org/http://jurnal.borneo.ac.id/index.php/borneo_humaniora/article/view/2249.

¹⁴ Baiq Amalia Fridayati et al., “Strategi Pembelajaran Pendidikan Jasmani Adaptif Di Sekolah Dasar Inklusif,” *Discourse of Physical Education* 1, no. 1 (2022): 42, <https://journal-center.litpam.com/index.php/dpe/article/view/608>.

¹⁵ Novi Febriyanti, Fikri Amiruddin Ihsani, and Much Syarifudin Hamdani, “Implikasi Akal Dan Relevansinya Dalam Mencapai Tujuan Pendidikan Islam,” *PAKAR Pendidikan* 19, no. 1 (2021): 88, <http://pakar.pkm.unp.ac.id/index.php/pakar/article/view/205>.

al-Abrasyimisalnya mengatakan: Pendidikan budi pekerti adalah jiwa dari pendidikan Islam, dan Islam telah menyimpulkan bahwa pendidikan budi pekerti dan akhlak adalah jiwa pendidikan Islam. Mencapai suatu akhlak yang sempurna adalah tujuan sebenarnya dari pendidikan. Tapi ini tidak berarti bahwa kita tidak mementingkan pendidikan jasmani atau akal atau ilmu ataupun segi-segi praktis lainnya.¹⁶

Pendidikan Islam merupakan pendidikan yang kompleks dan menyangkut pembinaan jasmani dan Rohani.¹⁷ Selanjutnya, pendidikan Jasmani memiliki relevansi yang kuat dengan tujuan pendidikan Islam, membentuk suatu keseimbangan antara aspek jasmani, moral, dan spiritual. Pertama-tama, Pendidikan Jasmani dapat dilihat sebagai sarana untuk menjaga dan meningkatkan kesehatan fisik, yang sejalan dengan ajaran Islam yang menekankan pentingnya menjaga amanah tubuh dari Allah. Rasulullah Muhammad SAW sendiri menekankan bahwa tubuh yang sehat adalah kunci untuk menjalankan kewajiban agama.

Dalam Islam tidak hanya mengatur kesehatan jasmani, Islam pun mengatur tentang keterampilan, bahkan dalam hadits pun disebutkan untuk mengajarkan anak-anak memanah dan berenang, dan masih ada yang lainnya, hal ini membuktikan bahwa Islam sangat peduli terhadap kesehatan jasmani dan keterampilan.¹⁸

Aspek moral dalam Pendidikan Jasmani, seperti fair play, sportivitas, dan kerjasama, mencerminkan nilai-nilai Islam yang mengajarkan integritas, keadilan, dan etika dalam setiap tindakan. Pendidikan Jasmani menjadi platform untuk membentuk karakter yang adil, disiplin, dan bertanggung jawab, sesuai dengan prinsip-prinsip moral dalam Islam.

Pendidikan jasmani menjadi salah satu media untuk membantu ketercapaian tujuan pendidikan secara keseluruhan secara afektif (sikap), kognitif (pengetahuan) dan psikomotor (pengalaman gerak tubuh), sehingga dapat memotivasi para siswa dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani.¹⁹

Pendidikan jasmani merupakan proses pendidikan melalui penyediaan pengalaman belajar kepada siswa berupa aktivitas jasmani, bermain, dan berolahraga

¹⁶ A Pronika, "Peranan Pendidikan Islam Di Era Millennial," *Multiverse: Open Multidisciplinary ...*, 2022, 75, <https://www.jurnal.medanresourcecenter.org/index.php/MULTIVERSE/article/view/630>.

¹⁷ R Ummah, "Implementasi Nilai Pluralisme Dalam Pendidikan Islam," *Al-Ikhtibar: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 2021, 54, <https://journal.iainlangsa.ac.id/index.php/ikhtibar/article/view/2869>.

¹⁸ Ani Lailaturrohmah, "Pendidikan Jasmani Dan Keterampilan Menurut Al Quran Dan Hadis," *Jurnal Pendidikan Jasmani* 1, no. 1 (2020): 1, https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/52497840/PENDIDIKAN_JASMANI_DAN_KETERAMPILAN_MENURUT_AL_QURAN_DAN_HADIS-libre.pdf?1491425769=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DPENDIDIKAN_JASMANI_DAN_KETERAMPILAN_MENU.pdf&Expires=1701246205&Signature.

¹⁹ Fakhira Dianah Ikbar, Febi Kurniawan, and Ardawi Sumarno, "Peranan Orang Tua Siswa Dalam Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ) Pendidikan Jasmani Kelas I, II, Dan III Di SDIT Mentari Ilmu Karawang," *Jurnal Pendidikan Tambusai* 5, no. 3 (2021): 8780, [https://download.garuda.kemdikbud.go.id/article.php?article=2461739&val=13365&title=Peranan orang tua siswa dalam pembelajaran jarak jauh PJJ Pendidikan Jasmani kelas I II dan III di SDIT Mentari Ilmu Karawang](https://download.garuda.kemdikbud.go.id/article.php?article=2461739&val=13365&title=Peranan%20orang%20tua%20siswa%20dalam%20pembelajaran%20jarak%20jauh%20PJJ%20Pendidikan%20Jasmani%20kelas%20I%20II%20dan%20III%20di%20SDIT%20Mentari%20Ilmu%20Karawang).

yang direncanakan secara sistematis.²⁰ selanjutnya, pendidikan Jasmani juga dapat memperkuat konsep jihad dalam Islam melalui aktivitas fisik yang melibatkan perjuangan dan usaha keras. Kompetisi dalam olahraga bisa diartikan sebagai bentuk jihad fisik yang positif, di mana individu diajak untuk berjuang untuk mencapai prestasi maksimal.

Selain itu, Pendidikan Jasmani dapat menjadi sarana untuk memahami dan mengaplikasikan konsep keseimbangan dalam Islam. Melalui kebugaran fisik, olahraga, dan aktivitas jasmani lainnya, siswa dapat memahami betapa pentingnya menjaga keseimbangan antara tubuh, pikiran, dan jiwa dalam kehidupan sehari-hari.

Integrasi antara aktivitas fisik dalam Pendidikan Jasmani dengan ibadah-ibadah Islam juga dapat ditekankan. Gerakan dan kebugaran fisik dapat membantu siswa dalam menjalankan ibadah-ibadah seperti shalat dengan konsentrasi dan kebugaran optimal.

Pendidikan jasmani merupakan salah satu mata pelajaran yang dipelajari di seluruh satuan pendidikan.²¹ Pendidikan Jasmani juga bukan hanya tentang pengembangan keterampilan fisik semata, tetapi juga menjadi alat yang efektif dalam mencapai tujuan pendidikan Islam. Integrasi ini menciptakan pendekatan holistik yang mendukung pembentukan individu yang sehat secara fisik, moralitas yang baik, dan koneksi spiritual yang kuat sesuai dengan ajaran Islam.

Selain itu, Pendidikan Jasmani juga dapat memberikan kontribusi dalam pembentukan kepribadian yang tangguh dan kepemimpinan yang bertanggung jawab, sesuai dengan nilai-nilai Islam. Melalui kegiatan kelompok, siswa dapat belajar bekerjasama, memimpin, dan mengatasi tantangan bersama-sama, menciptakan individu yang tidak hanya berkembang secara fisik, tetapi juga memiliki keterampilan sosial dan kepemimpinan yang sesuai dengan tuntutan ajaran Islam.

Pentingnya etika dalam berolahraga dan berkompetisi dalam Pendidikan Jasmani juga sejalan dengan prinsip-prinsip moralitas Islam. Mengajarkan siswa untuk menghargai lawan, berlomba dengan sportivitas, dan menerima kemenangan atau kekalahan dengan lapang dada merupakan implementasi praktis dari ajaran Islam yang menekankan pentingnya akhlak yang baik dalam segala aspek kehidupan.

Pendidikan Jasmani juga dapat menjadi media yang efektif untuk memahami siswa tentang konsep kesehatan mental dan emosional, yang sejalan dengan nilai-nilai ketenangan jiwa dan kesabaran dalam Islam. Melalui aktivitas fisik, siswa dapat belajar mengelola stres, meningkatkan kesejahteraan mental, dan mengembangkan ketahanan jiwa yang diperlukan dalam menghadapi berbagai ujian kehidupan.

Dengan demikian, integrasi antara Pendidikan Jasmani dan tujuan pendidikan Islam bukan hanya menciptakan siswa yang aktif secara fisik, tetapi juga membentuk

²⁰ Anis Rohadatul Niehlah et al., "Penguatan Pendidikan Sebagai Upaya Untuk Meningkatkan Kemampuan Jasmani Bagi Anak Pekerja Migran Di Sanggar Bimbingan Malaysia," *Jurnal Ilmiah Kampus Mengajar*, 2023, 155, <http://journals.alptkptm.org/index.php/jikm/article/view/127>.

²¹ Winensari Winensari, Johan Irmasyah, and Isyani Isyani, "Keterlaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Adaptif Di SLBN 1 Mataram," *Discourse of Physical Education* 1, no. 2 (2022): 70, <https://journal-center.litpam.com/index.php/dpe/article/view/879>.

individu yang berakhlak mulia, berdaya, dan seimbang dalam setiap aspek kehidupan. Keselarasan antara nilai-nilai Islam dan pembelajaran praktis dalam Pendidikan Jasmani menjadi landasan yang kokoh untuk membentuk generasi yang berkualitas, mampu berkontribusi positif dalam masyarakat, dan selaras dengan visi Islam tentang pembentukan manusia yang sempurna.

E. Pembahasan

Pendidikan menjadi hak setiap manusia termasuk masyarakat Indonesia yang harus diwujudkan Pemerintah demi kemajuan sumber daya manusia dan memenuhi tujuan pendidikan nasional.²², selanjutnya, pembahasan terkait Pendidikan Jasmani dengan tujuan pendidikan Islam mencakup beberapa aspek penting yang dapat memperkaya pemahaman tentang integrasi kedua bidang ini. Salah satu aspek utamanya adalah konsep keseimbangan antara jasmani, moral, dan spiritual dalam pembentukan individu.

Pertama-tama, Pendidikan Jasmani membantu menciptakan keseimbangan fisik dan menjaga kesehatan tubuh, yang merupakan tanggung jawab seorang muslim terhadap amanah yang diberikan Allah. Oleh karena itu, tujuan Pendidikan Jasmani sejalan dengan ajaran Islam yang mendorong pemeliharaan tubuh sebagai modal untuk beribadah dan berkontribusi positif dalam kehidupan sehari-hari.

Aspek moral dalam Pendidikan Jasmani, seperti sportivitas, kerjasama, dan fair play, memberikan nilai tambah dalam membentuk karakter yang sesuai dengan nilai-nilai Islam. Pendidikan Jasmani menjadi wahana untuk melatih sikap adil, disiplin, dan tanggung jawab, yang merupakan landasan moralitas dalam Islam.

Selain itu, konsep jihad fisik dalam Islam dapat dipahami melalui kegiatan fisik dalam Pendidikan Jasmani. Kompetisi yang sehat dan usaha maksimal dalam olahraga menjadi bentuk positif dari jihad fisik, di mana individu berjuang untuk mencapai prestasi dan mengoptimalkan potensi yang diberikan Allah.

Pendidikan Jasmani juga dapat menjadi sarana untuk memahami dan mengimplementasikan konsep keseimbangan antara ibadah dan aktivitas fisik. Integrasi antara gerakan dalam shalat dan latihan fisik dalam Pendidikan Jasmani dapat memperdalam pemahaman siswa tentang kebugaran fisik sebagai bagian integral dari ibadah.

Pentingnya kerja sama antara guru Pendidikan Jasmani dan guru agama Islam dapat ditekankan, sehingga nilai-nilai Islam dapat diintegrasikan dengan baik dalam setiap sesi pembelajaran Pendidikan Jasmani. Kolaborasi ini mendukung terwujudnya pendidikan holistik yang mencakup aspek fisik, moral, dan spiritual sesuai dengan tujuan pendidikan Islam.

²² Ahmad Farid Mustafa, "Gambaran Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan (PJOK) Selama Pandemi Covid-19 Di Sekolah Dasar," *Jurnal Olahraga Pendidikan Indonesia (JOPI)* 1, no. 2 (2022): 214, <https://jopi.kemempora.go.id/index.php/jopi/article/view/25>.

Dengan demikian, pembahasan terkait Pendidikan Jasmani dengan tujuan pendidikan Islam memberikan gambaran tentang bagaimana keduanya dapat saling melengkapi dan menciptakan suatu pendekatan pendidikan yang menyeluruh dan seimbang bagi perkembangan individu yang berlandaskan pada ajaran Islam.

Pendidikan Jasmani dengan tujuan pendidikan Islam menciptakan suatu pendekatan holistik yang mengintegrasikan nilai-nilai Islam dalam setiap aspek pembelajaran dan aktivitas fisik. Berikut adalah gambaran lebih lanjut tentang seperti apa dan bagaimana keduanya dapat bersinergi:

1. Integrasi Nilai-Nilai Islam dalam pendidikan jasmani

Pendidikan jasmani merupakan bagian yang tidak dapat dipisahkan dari pendidikan keseluruhan karena pendidikan jasmani mengguguk aktivitas jasmani sebagai pokok dari pembelajaran.²³ Selanjutnya, Guru Pendidikan Jasmani dapat merancang kurikulum yang mencakup nilai-nilai Islam, seperti keadilan, kesederhanaan, dan etika, dan menyelaraskannya dengan aktivitas fisik. Setiap aktivitas olahraga dan permainan dapat diberikan konteks moral, mengajarkan siswa tentang sportivitas, tanggung jawab, dan keterampilan kepemimpinan yang sejalan dengan ajaran Islam.

Integrasi nilai-nilai Islam dalam pendidikan jasmani adalah suatu pendekatan yang penting untuk mencapai tujuan pembentukan generasi yang sehat secara rohani dan jasmani. Guru dapat mengajarkan siswa untuk menjalani setiap aktivitas jasmani dengan niat yang benar, yaitu sebagai wujud syukur kepada Allah atas anugerah kesehatan tubuh. Selain itu, konsep sportsmanship seperti sikap jujur, adil, dan menghormati lawan dapat diajarkan sejalan dengan ajaran Islam tentang keadilan dan etika dalam bersaing. Pemahaman tentang pentingnya keseimbangan antara aktivitas fisik dan mental dapat diintegrasikan dengan nilai-nilai Islam yang mengajarkan kesederhanaan dan keseimbangan dalam hidup. Kerjasama, solidaritas, dan kedisiplinan dalam tim atau kelompok juga dapat ditanamkan sebagai nilai sosial sesuai dengan ajaran Islam. Dengan demikian, integrasi nilai-nilai Islam dalam pendidikan jasmani bukan hanya menciptakan siswa yang sehat secara jasmani, tetapi juga membentuk individu yang taat beragama dan memiliki karakter yang kuat sesuai dengan ajaran Islam.

2. Kesehatan Fisik sebagai Amalan Agama

Pembelajaran tentang kebugaran fisik dan pola hidup sehat dapat diintegrasikan dengan konsep menjaga amanah tubuh dari Allah. Hal ini mengajarkan siswa bahwa menjaga kesehatan fisik adalah amalan agama yang dianjurkan.

²³ Rahman Randa and Muhammad Hidayat Cakrawijaya, "Survei Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Di Masa Pandemi Covid-19 Pada Siswa Kelas X Sma Negeri 19 Makassar," *Kumpulan Artikel Pendidikan Anak Bangsa (Kapasa): Jurnal Pendidikan, Sosial Dan Humaniora* 2, no. 3 (2022): 231, <https://journal.unimerz.com/index.php/kapasa/article/view/229>.

Kesehatan fisik bukan hanya sekadar aspek dunia semata, tetapi juga merupakan amalan agama yang penting dalam Islam. Tubuh yang sehat dianggap sebagai anugerah dari Allah, dan sebagai umat Muslim, kita memiliki tanggung jawab untuk menjaga amanah ini. Rasulullah SAW mengajarkan bahwa tubuh yang kuat adalah modal untuk beribadah dan berkontribusi positif dalam masyarakat.

Melalui menjaga kesehatan fisik, kita dapat melaksanakan ibadah dengan lebih baik. Dalam Islam, tubuh yang sehat memungkinkan kita untuk menunaikan shalat, puasa, dan ibadah lainnya dengan khushyuk dan tanpa hambatan. Selain itu, menjaga kesehatan fisik juga mencerminkan sikap syukur terhadap nikmat sehat yang diberikan oleh Allah.

Rasulullah SAW memberikan pedoman yang jelas tentang pentingnya hidup sehat. Beliau menganjurkan untuk menjaga keseimbangan dalam segala hal, termasuk dalam pola makan, tidur, dan aktivitas fisik. Dengan menjaga kesehatan fisik, kita dapat memperpanjang usia dan memperoleh kesempatan lebih banyak untuk beribadah, berbuat kebaikan, dan berkontribusi dalam masyarakat. Oleh karena itu, menjaga kesehatan fisik bukan hanya tugas personal, tetapi juga merupakan perintah agama. Dengan merawat tubuh, kita dapat lebih efektif dalam melaksanakan amalan-amalan agama dan berkontribusi positif dalam menciptakan masyarakat yang sehat dan produktif. Sehingga, kesehatan fisik bukan hanya menjadi investasi untuk kehidupan dunia, tetapi juga sebagai bagian dari ibadah dan upaya untuk mendekati diri kepada Allah.

3. Keseimbangan Antara Ibadah dan Aktivitas Fisik

Guru dapat mengajarkan siswa tentang keseimbangan antara ibadah dan aktivitas fisik. Bagaimana aktivitas fisik dapat menjadi bagian dari ibadah, dan bagaimana menjaga keseimbangan ini adalah esensial dalam kehidupan seorang muslim.

Keseimbangan antara ibadah dan aktivitas fisik merupakan prinsip penting dalam Islam yang mengajarkan kehidupan yang seimbang dan terencana. Rasulullah SAW memberikan contoh hidup yang seimbang, mengintegrasikan ibadah dengan kegiatan fisik dalam kehidupan sehari-hari.

Ibadah dalam Islam melibatkan ketaatan kepada Allah melalui shalat, puasa, dzikir, dan berbagai amalan ibadah lainnya. Namun, Rasulullah juga menekankan pentingnya menjaga tubuh dan kesehatan melalui aktivitas fisik. Beliau memotivasi umatnya untuk berolahraga, seperti berjalan kaki, berlari, berenang, dan berbagai aktivitas fisik lainnya.

Keseimbangan ini tercermin dalam konsep umat yang sehat secara fisik untuk dapat dengan baik menjalankan ibadah dengan penuh khushyuk dan keikhlasan. Aktivitas fisik yang sehat juga membantu mengurangi stres dan meningkatkan energi, yang pada gilirannya dapat meningkatkan kualitas ibadah.

Pentingnya keseimbangan ini tercermin dalam hadis Rasulullah yang menyatakan, "Tubuh memiliki hak yang besar." Hal ini menunjukkan bahwa

merawat tubuh dengan baik adalah bagian dari ketaatan kepada Allah. Oleh karena itu, seorang Muslim dihimbau untuk mengatur waktu antara ibadah dan aktivitas fisik dengan bijak.

Melakukan kegiatan fisik, seperti olahraga ringan atau jalan kaki, sebelum atau setelah ibadah dapat membantu menjaga keseimbangan ini. Dengan demikian, seorang Muslim dapat hidup seimbang, menjalankan ibadah dengan sepenuh hati sambil merawat anugerah kesehatan yang diberikan oleh Allah.

4. Kolaborasi Antara Guru Pendidikan Jasmani dan Guru Agama

Kerjasama erat antara guru Pendidikan Jasmani dan guru agama Islam sangat penting. Ini memastikan bahwa nilai-nilai Islam diintegrasikan secara menyeluruh dalam kurikulum dan pelaksanaan setiap sesi pembelajaran.

Kolaborasi antara guru pendidikan jasmani dan guru agama menjadi landasan yang kuat dalam pembentukan pendidikan holistik. Integrasi nilai-nilai agama dalam pembelajaran jasmani menjadi fokus utama, di mana guru agama dan guru pendidikan jasmani dapat bersinergi untuk menyelaraskan ajaran agama dengan setiap aspek kegiatan fisik. Sebagai contoh, dalam konteks olahraga, guru-guru dapat bersama-sama menekankan nilai-nilai sportsmanship, kejujuran, dan disiplin sebagai bagian integral dari ajaran agama, membentuk karakter siswa melalui pengalaman berolahraga.

Kolaborasi ini juga membuka peluang untuk mengembangkan program kesehatan yang berbasis agama. Guru pendidikan jasmani dan guru agama dapat merancang program yang tidak hanya mendukung kebugaran fisik, tetapi juga memasukkan panduan pola makan sehat berdasarkan nilai-nilai agama. Ini menciptakan pemahaman yang lebih mendalam tentang keterkaitan antara kebugaran fisik dan keberkahan rohaniah dalam mencapai keseimbangan hidup yang sehat.

Pengorganisasian kegiatan ekstrakurikuler bersama menjadi cara yang efektif untuk mengintegrasikan nilai-nilai moral dalam aktivitas siswa di luar kelas. Kegiatan seperti seni bela diri dengan penekanan pada nilai-nilai etika dan moral dapat menjadi platform untuk pengembangan karakter holistik siswa. Selain itu, pendekatan pembelajaran holistik diimplementasikan dengan merancang rencana pembelajaran yang mengintegrasikan konsep-konsep agama dengan kegiatan fisik, menciptakan lingkungan belajar yang mendukung pengalaman belajar menyeluruh.

Pemantauan dan evaluasi bersama oleh kedua guru menciptakan siklus umpan balik yang menyeluruh terkait perkembangan siswa. Kolaborasi ini memungkinkan guru untuk memberikan umpan balik yang komprehensif tentang perkembangan fisik dan rohaniah siswa, sehingga memastikan bahwa setiap aspek pembentukan karakter diperhatikan dengan baik. Dengan demikian, kolaborasi antara guru pendidikan jasmani dan guru agama bukan hanya tentang menciptakan siswa yang sehat secara fisik, tetapi juga membentuk individu yang memiliki landasan moral dan rohaniah yang kokoh sesuai dengan nilai-nilai agama.

5. Pembinaan Karakter Islam

Pendidikan Jasmani dapat menjadi alat untuk membentuk karakter yang sesuai dengan ajaran Islam. Melalui aktivitas fisik, siswa dapat mengembangkan sifat-sifat seperti ketekunan, kejujuran, dan rasa tanggung jawab.

Pembinaan karakter Islam merupakan upaya yang komprehensif untuk membentuk individu yang tidak hanya cerdas secara intelektual, tetapi juga memiliki akhlak dan moralitas yang sesuai dengan ajaran Islam. Pendidikan moral dan etika menjadi landasan utama dalam proses ini, di mana siswa diberikan pemahaman mendalam tentang nilai-nilai seperti kejujuran, kesabaran, kasih sayang, dan keadilan melalui pembelajaran agama.

Pada tahap selanjutnya, praktik ibadah dan ritual keagamaan menjadi sarana konkrit dalam membina karakter Islam. Siswa diajak untuk secara aktif terlibat dalam shalat, puasa, dan sedekah, yang membantu memperkuat ikatan spiritual dan menanamkan disiplin diri yang diperlukan dalam kehidupan sehari-hari.

Pembinaan karakter juga mencakup pengembangan akhlak mulia, seperti toleransi, kerendahan hati, dan keikhlasan. Proses ini bukan hanya menghilangkan sifat-sifat negatif, tetapi juga merangsang perkembangan sikap yang positif dan bermanfaat bagi diri sendiri dan orang lain.

Selain itu, pendidikan kepemimpinan berbasis Islam menjadi fokus untuk menciptakan pemimpin yang bertanggung jawab, adil, dan mampu memberikan kontribusi positif dalam masyarakat. Pembinaan karakter juga memperhatikan kemampuan berempati dan keterlibatan sosial, dengan mendorong siswa untuk membantu sesama dan terlibat dalam kegiatan sosial yang bermanfaat bagi masyarakat.

Guru dan lingkungan sekolah memainkan peran penting dalam mengintegrasikan nilai-nilai Islam dalam kehidupan sehari-hari siswa. Mulai dari kegiatan pembelajaran hingga interaksi sosial, siswa diajak untuk menerapkan nilai-nilai agama dalam setiap aspek kehidupan mereka.

Terakhir, pembinaan karakter Islam mencakup pendidikan tentang tanggung jawab sosial dan lingkungan. Siswa diberikan pemahaman tentang pentingnya menjaga lingkungan, menghormati hak-hak sesama, dan berkontribusi positif dalam masyarakat secara keseluruhan.

Dengan pendekatan holistik ini, pembinaan karakter Islam bertujuan untuk menciptakan individu yang tidak hanya memiliki pengetahuan agama, tetapi juga mampu mengaplikasikan nilai-nilai Islam dalam tindakan sehari-hari, sehingga mampu berkontribusi positif sesuai dengan ajaran agama Islam.

6. Pentingnya Pendidikan Holistik

Pendidikan Jasmani dengan tujuan pendidikan Islam menekankan pentingnya pendekatan holistik, di mana fisik, moral, dan spiritual saling terkait dan memberikan kontribusi pada pembentukan individu yang sehat secara menyeluruh.

Pendidikan jasmani yang berorientasi pada nilai-nilai Islam menempatkan pentingnya pendekatan holistik sebagai fondasi utama dalam pembentukan individu yang seimbang secara fisik, mental, dan rohani. Dalam pendekatan ini, tubuh, pikiran, dan jiwa dianggap sebagai satu kesatuan yang saling terkait, dan integrasi nilai-nilai Islam menjadi unsur kunci dalam setiap aspek pembelajaran jasmani.

Aspek pertama yang ditekankan dalam pendekatan holistik ini adalah kesehatan fisik dan rohani. Pendidikan jasmani tidak hanya bertujuan untuk mengembangkan kebugaran fisik, tetapi juga untuk memahami keterkaitan antara kesehatan tubuh dan kesehatan rohani. Melalui aktivitas fisik, siswa tidak hanya merasakan manfaat fisiknya tetapi juga berkontribusi pada pengembangan karakter dan spiritualitas sesuai dengan ajaran Islam.

Pendekatan holistik dalam pendidikan jasmani juga menekankan integrasi nilai-nilai Islam dalam setiap kegiatan fisik. Siswa diajarkan untuk membawa nilai-nilai seperti sportsmanship, kejujuran, dan kerjasama ke dalam lapangan olahraga. Hal ini membantu menciptakan lingkungan yang mendukung pembentukan karakter sesuai dengan nilai-nilai Islam.

Pembelajaran jasmani dengan pendekatan holistik tidak hanya mengajarkan keterampilan fisik, tetapi juga keterampilan sosial dan kepemimpinan sesuai dengan nilai-nilai Islam. Melalui berbagai kegiatan kelompok, siswa dapat memahami konsep kerjasama, tanggung jawab, dan keadilan yang merupakan aspek penting dalam ajaran agama.

Konsep keseimbangan, baik dalam aktivitas fisik maupun kehidupan sehari-hari, juga ditekankan dalam pendekatan holistik ini. Siswa diajarkan untuk mencapai keseimbangan antara tubuh, pikiran, dan jiwa, sesuai dengan prinsip-prinsip Islam tentang harmoni dan keseimbangan dalam hidup.

Selain itu, pendidikan jasmani yang holistik juga dapat membantu meningkatkan kesadaran spiritual siswa. Melalui refleksi diri, meditasi, atau kegiatan yang mendalam, siswa dapat memahami dan menghargai dimensi rohani dari keberadaan mereka.

Dengan mengadopsi pendekatan holistik dalam pendidikan jasmani yang berorientasi pada nilai-nilai Islam, pembelajaran tidak hanya berfokus pada aspek fisik semata, tetapi juga pada pengembangan karakter, nilai-nilai moral, dan spiritualitas siswa sesuai dengan ajaran agama Islam. Ini menciptakan lingkungan pendidikan yang menyeluruh dan memberikan kontribusi positif terhadap perkembangan holistik individu.

Melalui pendekatan ini, Pendidikan Jasmani tidak hanya menjadi tempat untuk pengembangan keterampilan fisik semata, tetapi juga menjadi sarana untuk membentuk karakter, moralitas, dan spiritualitas sesuai dengan prinsip-prinsip Islam.

Selanjutnya, Ketika membahas relevansinya tentunya tidak lepas dari Konvergensi antara pendidikan Islam dan pendidikan jasmani yang merupakan

langkah cerdas untuk membentuk generasi yang sehat secara rohani dan jasmani. Dengan menggabungkan nilai-nilai Islam dan kegiatan fisik, kita dapat menciptakan lingkungan pendidikan yang holistik.

Pendidikan Islam memberikan dasar moral dan etika, mengajarkan nilai-nilai seperti kejujuran, kesabaran, dan kasih sayang. Sementara itu, pendidikan jasmani membantu membangun tubuh yang sehat dan kuat. Ketika keduanya disatukan, siswa dapat mengintegrasikan nilai-nilai keagamaan dalam aktivitas fisik mereka, seperti sportsmanship, kerjasama, dan disiplin.

Selain itu, kegiatan fisik juga dapat menjadi sarana untuk mendekatkan diri dengan Tuhan melalui olahraga yang sehat dan bermanfaat. Aktivitas fisik yang diimbangi dengan nilai-nilai Islam dapat membentuk karakter yang kokoh dan berdaya tahan. Dengan demikian, relevansi disini bukan hanya tentang pembentukan tubuh yang sehat, tetapi juga pengembangan jiwa yang kuat dan berlandaskan nilai-nilai keagamaan. Itu adalah langkah positif untuk menciptakan generasi yang seimbang secara holistik

F. Simpulan

Pendidikan Jasmani dengan tujuan pendidikan Islam menciptakan suatu pendekatan holistik yang memadukan aktivitas fisik dengan nilai-nilai Islam. Guru Pendidikan Jasmani berperan penting dalam merancang kurikulum yang tidak hanya mengembangkan keterampilan fisik siswa, tetapi juga menyelaraskan setiap aktivitas dengan prinsip-prinsip moral dan spiritualitas Islam. Dalam konteks ini, kesehatan fisik dipandang sebagai amalan agama yang dianjurkan, mengajarkan siswa untuk menjaga amanah tubuh dari Allah. Aktivitas kompetisi dan olahraga diinterpretasikan sebagai bentuk jihad fisik positif, di mana siswa diajak untuk berjuang dan berusaha keras, sesuai dengan konsep jihad dalam Islam. Kolaborasi erat antara guru Pendidikan Jasmani dan guru agama Islam memastikan integrasi nilai-nilai Islam secara menyeluruh, membangun keseimbangan antara ibadah dan aktivitas fisik. Lebih dari sekadar pengembangan keterampilan fisik, Pendidikan Jasmani menjadi alat pembentukan karakter Islam, mengajarkan siswa tentang kejujuran, ketekunan, dan rasa tanggung jawab. Dengan pendekatan holistik ini, Pendidikan Jasmani menjadi wahana penting dalam membentuk individu yang sehat secara fisik, moral, dan spiritual sesuai dengan prinsip-prinsip Islam

Reference

- Budiman, Sri, and Abdul Wachid Bambang Suharto. "Filsafat Ilmu Pendidikan Islam Dalam Perspektif Pendidikan Jasmani." *JISIP (Jurnal Ilmu Sosial Dan Pendidikan)* 5, no. 3 (2021). <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.58258/jisip.v5i3.2195>.
- Febriyanti, Novi, Fikri Amiruddin Ihsani, and Much Syarifudin Hamdani. "Implikasi Akal Dan Relevansinya Dalam Mencapai Tujuan Pendidikan Islam." *PAKAR Pendidikan* 19, no. 1 (2021): 86–96. <http://pakar.pkm.unp.ac.id/index.php/pakar/article/view/205>.
- Fridayati, Baiq Amalia, Muhammad Ridwan Lubis, Erna Fitriatun, and Rusdiana Yusuf. "Strategi Pembelajaran Pendidikan Jasmani Adaptif Di Sekolah Dasar Inklusif." *Discourse of Physical Education* 1, no. 1 (2022): 41–56. <https://journal-center.litpam.com/index.php/dpe/article/view/608>.
- Hermawan, Irwan, Azhar Ramadhana Sonjaya, and Muhammad Sultan Raswan. "Hubungan Antara Tingkat Kebugaran Jasmani Dengan Konsentrasi Belajar Pendidikan Jasmani Siswa." *Holistic Journal of Sport Education* 1, no. 2 (2022): 52–59. <https://journal.uniga.ac.id/index.php/hjse/article/view/1947>.
- Ikbar, Fakhira Dianah, Febi Kurniawan, and Ardawi Sumarno. "Peranan Orang Tua Siswa Dalam Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ) Pendidikan Jasmani Kelas I, II, Dan III Di SDIT Mentari Ilmu Karawang." *Jurnal Pendidikan Tambusai* 5, no. 3 (2021): 8779–83. [https://download.garuda.kemdikbud.go.id/article.php?article=2461739&val=13365&title=Peranan orang tua siswa dalam pembelajaran jarak jauh PJJ Pendidikan Jasmani kelas I II dan III di SDIT Mentari Ilmu Karawang](https://download.garuda.kemdikbud.go.id/article.php?article=2461739&val=13365&title=Peranan%20orang%20tua%20siswa%20dalam%20pembelajaran%20jarak%20jauh%20PJJ%20Pendidikan%20Jasmani%20kelas%20I%20II%20dan%20III%20di%20SDIT%20Mentari%20Ilmu%20Karawang).
- Lailaturrohmah, Ani. "Pendidikan Jasmani Dan Keterampilan Menurut Al Quran Dan Hadis." *Jurnal Pendidikan Jasmani* 1, no. 1 (2020): 1–8. https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/52497840/PENDIDIKAN_JASMANI_DAN_KETERAMPILAN_MENURUT_AL_QURAN_DAN_HADIS-libre.pdf?1491425769=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DPENDIDIKAN_JASMANI_DAN_KETERAMPILAN_MENU.pdf&Expires=1701246205&Signature.
- Maslani, Maslani, Ferina Yulianti, and Ahmad Tauviqillah. "Urgensi Pendidikan Jasmani Dalam Pendidikan Islam: Kajian Konseptual Hadits-Hadits Tarbawi." *Ta'dibuna: Jurnal Pendidikan Islam* 12, no. 3 (2023): 236–54. <https://ejournal.uika-bogor.ac.id/index.php/TADIBUNA/article/view/9320>.
- Muliadi, Muliadi. "Kreativitas Guru Pendidikan Jasmani Dalam Memodifikasi Sarana Dan Prasarana Pembelajaran Di Sekolah Dasar." *Jurnal Pendidikan Tambusai* 6, no. 1 (2022): 22–31. <file:///D:/jptadmin,+4+Muliadi+22-31.pdf>.
- Mustafa, Ahmad Farid. "Gambaran Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan (PJOK) Selama Pandemi Covid-19 Di Sekolah Dasar." *Jurnal Olahraga Pendidikan Indonesia (JOPI)* 1, no. 2 (2022): 213–25. <https://jopi.kemenpora.go.id/index.php/jopi/article/view/25>.

- Mustafa, Pinton Setya. "Peran Pendidikan Jasmani Untuk Mewujudkan Tujuan Pendidikan Nasional." *Jurnal Ilmiah Wabana Pendidikan* 8, no. 9 (2022): 68–80. <http://jurnal.peneliti.net/index.php/JIWP/article/view/1720>.
- Niehlah, Anis Rohadatul, Adi Jufriansah, Azmi Khusnani, Irfan Miftahul Fauzi, and Tria Puspita Sari. "Penguatan Pendidikan Sebagai Upaya Untuk Meningkatkan Kemampuan Jasmani Bagi Anak Pekerja Migran Di Sanggar Bimbingan Malaysia." *Jurnal Ilmiah Kampus Mengajar*, 2023, 105–22. <http://journals.alptkptm.org/index.php/jikm/article/view/127>.
- Nopel, Perisi. "Pendidikan Jasmani Dalam Al-Qur'an: Studi Tafsir Tematik." *Edu Sportivo: Indonesian Journal of Physical Education* 3, no. 2 (2022): 186–91. <https://journal.uir.ac.id/index.php/SPORTIVO/article/view/9131>.
- Nurafiaty, S, T Rahayu, and H H Pramono. *Strategi Implementasi Penguatan Pendidikan Karakter Pada Pembelajaran Pendidikan Jasmani*. books.google.com, 2022. https://books.google.com/books?hl=en&lr=&id=aXp8EAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA2&dq=pendidikan+jasmani+dan+pendidikan+islam&ots=TFjJu_zT9O&sig=X50M1jaOgMkCn8g4ojP-sBapKCg.
- Nurandriani, Riri, and Sobar Alghazal. "Konsep Pendidikan Islam Menurut Ibnu Khaldun Dan Relevansinya Dengan Sistem Pendidikan Nasional." *Jurnal Riset Pendidikan Agama Islam*, 2022, 27–36. <https://journals.unisba.ac.id/index.php/JRPAI/article/view/731>.
- Pradana, A A. "Strategi Pembentukan Karakter Siswa Pada Jenjang Pendidikan Dasar Melalui Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan." *PREMIERE: Journal of Islamic Elementary ...*, 2021. <http://ejournal.iainutuban.ac.id/index.php/premiere/article/view/128>.
- Pronika, A. "Peranan Pendidikan Islam Di Era Millennial." *Multiverse: Open Multidisciplinary ...*, 2022. <https://www.jurnal.medanresourcecenter.org/index.php/MULTIVERSE/article/view/630>.
- Randa, Rahman, and Muhammad Hidayat Cakrawijaya. "Survei Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Di Masa Pandemi Covid-19 Pada Siswa Kelas X Sma Negeri 19 Makassar." *Kumpulan Artikel Pendidikan Anak Bangsa (Kapasa): Jurnal Pendidikan, Sosial Dan Humaniora* 2, no. 3 (2022): 230–36. <https://journal.unimerz.com/index.php/kapasa/article/view/229>.
- Rozi, F, S R Safitri, I Latifah, and ... "Tiga Aspek Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Pada Masa Pandemi Covid-19." ... *Di Bidang Pendidikan ...*, 2021. <http://ejournal.undikma.ac.id/index.php/jurnalkependidikan/article/view/3220>.
- Sari, Rita Kumala. "Penelitian Kepustakaan Dalam Penelitian Pengembangan Pendidikan Bahasa Indonesia." *Jurnal Borneo Humaniora* 4, no. 2 (2021): 60–69. https://doi.org/http://jurnal.borneo.ac.id/index.php/borneo_humaniora/article/view/2249.

- Sujarwo, S. “Peranan Pendidikan Islam Dalam Keluarga Untuk Membentuk Kecerdasan Emosional Anak Di Sekolah Dasar.” *Linggau Journal of Elementary School Education*, 2022. <http://jurnal.lp3mkil.or.id/index.php/ljese/article/view/148>.
- Tabrani, M D. “Efektifitas Pelaksanaan Pendidikan Islam Pada Pendidikan Akhlak Peserta Didik.” *Jurnal Fusion*, 2022. <http://fusion.rifainstitute.com/index.php/fusion/article/view/189>.
- Ummah, R. “Implementasi Nilai Pluralisme Dalam Pendidikan Islam.” *Al-Ikhtibar: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 2021. <https://journal.iainlangsa.ac.id/index.php/ikhtibar/article/view/2869>.
- Winensari, Winensari, Johan Irmasyah, and Isyani Isyani. “Keterlaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Adaptif Di SLBN 1 Mataram.” *Discourse of Physical Education* 1, no. 2 (2022): 70–83. <https://journal-center.litpam.com/index.php/dpe/article/view/879>.