

ISLAM DAN SUKAN

Oleh : Nur Nabilah Binti Azimoha
(Pensyarah ACIS UiTM Kampus Seremban)

Islam adalah agama yang syumul yang mendidik umatnya untuk mencapai kebahagiaan akhirat tanpa mengetepikan perkara-perkara ke-duniaan. Islam juga menyediakan garis panduan kepada umatnya dalam segala aspek kehidupan seperti kerohanian, ekonomi, politik, sosial, kesenian, sukan dan sebagainya.

Dalam aspek sukan, terdapat pelbagai bentuk pertandingan dan peraduan yang dianjurkan saban tahun pada peringkat kebangsaan mahupun antarabangsa seperti Sukan SEA, Sukan Olimpik, SUKMA dan sebagainya. Bahkan juga sukan dilihat dapat dijadikan sebagai alat untuk merapatkan ukhawah di antara satu sama lain. Namun begitu, terdapat pelbagai isu yang timbul berkaitan pemakaian atlet, kejurulatihan, tempat dan bentuk penganjuran pertandingan bagi peserta Muslim.

Sukan ialah aktiviti fizikal yang dilakukan untuk pelbagai tujuan sama ada pertandingan dan juga kecemerlangan yang mempunyai peraturan tertentu. Rasulullah saw selalu mengingatkan kita untuk menjaga kesihatan dan tubuh badan yang sihat melalui kegiatan bersukan serta riadah sebagaimana sabda Baginda saw yang bermaksud:

“ Lemparkah (lepaskanlah anak panah) dan tungganilah (kuda)”
Riwayat Muslim

Banyak hadis Rasulullah saw



mengenai sukan yang sangat popular pada zaman Baginda yang dilakukan sendiri oleh Rasulullah saw seperti berkuda, menunggang kuda dan memanah.

Berdasarkan hadis Rasulullah saw tersebut, amat penting bagi kita untuk menjaga kesihatan tubuh badan bagi mengelakkan daripada sebarang penyakit. Selain itu juga, umat Islam yang memiliki tubuh badan yang sihat serta fizikal yang kuat mampu mengeruni pihak musuh yang sentiasa mengambil kesempatan untuk melemahkan umat Islam dan mengganggu keamanan agama Islam di negara ini.

Secara ringkasnya, Islam telah menyediakan garis panduan bersukan menurut Islam agar segala aktiviti sukan yang dilakukan mendapat keberkatan daripada Allah sekiranya tidak melanggar batas-batas syariat Islam. Selain itu, sukan juga dianggap sebagai ibadah jika ianya dilakukan dengan niat yang baik kerana Allah swt, tidak ada unsur-unsur yang bercanggah dengan akidah Islam, tidak meninggalkan dan mengabaikan kewajipan

yang difardukan, tiada unsur perjudian, menutup aurat dan tiada unsur-unsur pergaduah serta permusuhan.

Dari aspek kejurulatihan menurut Islam, jurulatih dan atlet sukan sebaiknya mestilah terdiri daripada jantina yang sama namun sekiranya berbeza jantina, batas-batas pergaulan antara jurulatih dan atlet sukan hendaklah dijaga selaras dengan tuntutan syarak. Sebagai contoh, jurulatih lelaki tidak boleh menyentuh atlet sukan perempuan yang dilatihnya dan begitulah sebaliknya.

Penggunaan tempat bersukan juga diambil kira bagi menjaga adab dan etika sebagai seorang Muslim seperti penggunaan tempat bersukan yang melibatkan pencampuran lelaki dan perempuan adalah dilarang sama sekali. Selain itu, penggunaan tempat bersukan hendaklah disediakan secara berasingan tetapi sekiranya kemudahan penggunaan tempat tersebut tidak dapat disediakan secara berasingan sebagai alternatif jadual masa penggunaan bagi lelaki dan wanita hendaklah dilaksanakan.

Pemakaian atlet Muslim sangat dititikberatkan khususnya wanita. Islam. Pakaian sukan yang dipakai hendaklah memenuhi etika berpakaian yang ditetapkan oleh syarak seperti menutup aurat, sopan dan bersesuaian dengan sukan yang terlibat. Secara amnya, aurat bagi lelaki adalah antara pusat dan lutut. Manakala aurat perempuan adalah seluruh anggota badan kecuali muka dan dua tapak tangan.

Memakai pakaian yang menutup aurat tidak menghalang seseorang itu bersukan seperti yang ditunjukkan oleh Cathrie Astrid dari Australia yang beraksi pada Sukan Olimpik dengan pakaian yang menutup seluruh tubuh badannya. Begitu juga Nassim Hassanpour dari Iran iaitu peserta penembak air untuk Sukan Athens pada 2004.

Bagi pengurus yang menganjurkan

program sukan mestilah menitikberatkan adab dan nilai-nilai Islam seperti memilih masa dan tempat yang berseesuaian, tidak disertai dengan perbuatan-perbuatan yang haram dan maksiat, tidak mengandungi acara yang bersifat provokasi yang boleh menimbulkan prejudis di antara peserta, tidak ada unsur-unsur pertaruhan, tidak melibatkan bahan-bahan yang dilarang seperti dadah, steroid dan sebagainya. Pihak pengadil juga hendaklah mengadili perlawanan dengan adil dan tidak berat sebelah kepada mana-mana pihak.

Kesemua sukan mempunyai objektif yang tersendiri. Antaranya melatih badan supaya menjadi lebih kuat, cergas dan lincah. Bahkan juga sukan dianggap sebagai hiburan dan keseronokan kepada atlet yang bertanding dan serta kepada penonton yang menyaksikannya.

Rasulullah saw bersabda yang bermaksud: "Orang mukmin yang kuat lebih baik dan lebih disukai oleh Allah swt berbanding mukmin yang lemah" (Riwayat Muslim)

Kesimpulannya, sukan bukan sekadar aktiviti yang dapat menyihatkan tubuh badan bahkan ia juga merupakan salah satu ibadat sekiranya dipraktikkan mengikut syariat Islam. Setiap aktiviti sukan yang dilakukan perlu mengikut garis panduan yang ditetapkan agar selari dengan pensyariaan Islam. Pelaksanaan sukan yang mantap mampu memupuk perpaduan diantara bangsa serta menjaga keharmonian dalam masyarakat majmuk.

Rujukan.

1. Yusuf al-Qaradhawi, 2014, Fiqh Hiburan dan Rekreasi, (terj.). Batu Caves: PTS Islamika Sdn. Bhd.
2. Azman Ab Rahman dan lain-lain, 2017, Modul Pertandingan Sukan & Peraduan Patuh Syariah, Nilai: USIM Publisher.