



Menjaga Kesehatan Jasmani dan Rohani dengan Olahraga dalam Persepektif Hadis: Studi Takhrij dan Syarah Hadis

Fursan Ruhbani

Jurusan Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir, Fakultas Ushuluddin
UIN Sunan Gunung Djati Bandung, Indonesia
faqotfursan@gmail.com

Abstract

This study aims to discuss the hadith about sports. This study uses a qualitative approach by applying the descriptive-analytical method. The formal object of this research is the science of hadith, while the material object is the hadith about sports in the history of Abu Daud no. 2152. The results and discussion of this study indicate that the status of shahih hadiths that meet the qualifications of *maqbul ma'mul bih* for practicing Islam. This study concludes that the hadith narrated by Abu Daud no. 2152 is relevant to be used as our concern for the fitness of our bodies in an effort to maintain physical and spiritual health, as well as to develop the field of sports.

Keywords: Hadith; Sport; Syarah; Takhrij

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk membahas hadis tentang olahraga. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan menerapkan metode deskriptif-analitis. Objek formal penelitian ini adalah ilmu hadis, sedangkan objek materialnya ialah hadis tentang olahraga pada riwayat Abu Daud No. 2152. Hasil dan pembahasan penelitian ini menunjukkan bahwa status hadis berkualitas shahih yang memenuhi kualifikasi *maqbul ma'mul bih* bagi pengamalan Islam. Penelitian ini menyimpulkan bahwa hadis riwayat Abu Daud No. 2152 relevan digunakan sebagai kepedulian terhadap kebugaran tubuh dalam upaya menjaga kesehatan jasmani dan rohani, serta pengembangan bidang olahraga.

Kata Kunci: Hadis; Olahraga; Syarah; Takhrij

Pendahuluan

Dalam hidup, kesehatan merupakan salah satu hal yang sangat berharga, dengan kesehatan kita dapat melakukan berbagai hal dengan maksimal, seperti dalam bekerja, menuntut ilmu, bersosialisasi, bahkan dengan kesehatan kita dapat dengan maksimal menghambakan diri kepada Allah SWT. Olahraga adalah salah satu aktivitas yang dibutuhkan manusia, jikalau seseorang melakukan olahraga dengan teratur dan rutin, maka akan membawa pengaruh yang baik terhadap perkembangan jasmani dan rohaninya, pengaruh tersebut dapat memberikan efisiensi kerja terhadap alat-alat tubuh, sehingga peredaran darah, pernafasan dan pencernaan menjadi teratur (Akbar, 2019). Olahraga tidak hanya sebatas aktivitas fisik saja, melainkan dalam pelaksanaannya, aktivitas olahraga didukung oleh aspek-aspek lain, seperti suasana hati, lingkungan, budaya dan hal-hal lain yang terintegrasi secara seimbang dan saling mendukung. Masyarakat pada umumnya menilai olahraga hanya sebagai aktivitas fisik belaka, sarana untuk menjaga Kesehatan jasmani belaka, dikarenakan pengetahuan tentang olahraga hanya dilihat dari sisi medis saja, kurangnya kajian yang menyangkut pautkan olahraga dengan aktivitas rohaniah membuat pengetahuan masyarakat menjadi sesempit itu. Oleh karena itu, penelitian tentang menjaga kesehatan jasmani dan rohani dengan olahraga perlu dikaji, agar masyarakat pada umumnya dan kita sebagai umat Islam khususnya dapat mengetahui hakikat berolahraga dari sudut pandang hadis.

Hasil penelitian terdahulu telah disajikan oleh sejumlah peneliti terkait pendidikan jasmani. Antara lain Maesaroh (2017), "Nilai-nilai Pendidikan Jasmani (Kajian Tafsir Q.S al-Baqarah ayat 247)," *Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta*. Penelitian ini bertujuan membahas seputar pendidikan jasmani persepektif tafsir Q.S Al-Baqarah ayat 247. Metode penelitian ini bersifat kualitatif melalui penelusuran data-data kepustakaan atau *library research*. Hasil dari penelitian ini meliputi penafisan serta pendapat Ulama tentang Q.S al-Baqarah ayat 247, serta nilai-nilai pendidikan jasmani, kebersihan, dan kesehatan persepektif al-Qur'an. Banyak aspek-aspek yang perlu diperhatikan dalam menjaga kesehatan baik itu dari pemeliharaan jasmani, kebersihan, dan kesehatan itu sendiri (Maesaroh, 2017).

Penelitian sekarang dan hasil penelitian terdahulu memiliki kesamaan yaitu membahas seputar kesehatan jasmani. Akan tetapi, terdapat perbedaan antara penelitian sekarang dan penelitian terdahulu. Penelitian terdahulu hanya membahas seputar kesehatan jasmani (olahraga) perspektif al-Qur'an, dan hanya membahas soal kesehatan jasmani saja, sedangkan penelitian sekarang membahas secara mendalam hakikat

kesehatan jasmani serta rohani dalam keberlangsungan kesehatan persepektif hadis.

Kerangka berpikir perlu disusun untuk menjawab pertanyaan bagaimana hadis tentang menjaga kesehatan jasmani dan rohani dengan olahraga. Kata "Kesehatan" adalah keadaan sejahtera badan, jiwa, dan sosial yang memungkinkan setiap orang hidup produktif secara sosial dan ekonomi (Undang-undang Kesehatan No. 23 Tahun 1992). Umumnya aspek kesehatan ada tiga, yaitu: fisik, mental, dan sosial, akan tetapi dalam UU Kesehatan No. 23 Tahun 1992 aspek kesehatan mencakup empat aspek, yaitu: fisik, mental, sosial, dan ekonomi (Notoatmodjo, 2011).

Konsep kesehatan jasmani dan rohani dalam Islam dapat dipahami berdasarkan hadis. Hadis adalah apapun yang berasal dari Nabi Muhammad Saw., baik yang tersebar di dalam kitab-kitab hadis maupun teraktualisasi di masyarakat, yang dikenal dengan istilah sunah (Soetari, 1994). Hadis mengenai menjaga kesehatan jasmani dan rohani dengan olahraga sangat melimpah. Antara lain hadis riwayat Abu Daud No. 2125 Nabi Saw. bersabda, Telah menceritakan kepada kami Sa'id bin Manshur, telah menceritakan kepada kami Abdullah bin al-Mubarak, telah menceritakan kepadaku Abdurrahman bin Yazid bin Jabir, telah menceritakan kepadaku Abu Sallam, dari Khalid bin Zaid dari 'Uqbah, ia berkata, saya mendengar Rasulullah ﷺ berkata, "Sesungguhnya Allah memasukkan tiga orang ke dalam surga karena satu anak panah, yaitu: Pembuatnya yang menginginkan kebaikan dalam membuatnya, orang yang memanah dengannya, serta orang yang mengambilkan anak panah untuknya. Panah dan naiklah kuda, kalian memanah adalah lebih aku sukai daripada kalian menaiki kuda. Bukan termasuk hiburan (yang disunahkan) kecuali tiga perkara: seseorang melatih kudanya, bercanda dengan istrinya, dan memanah menggunakan busurnya serta anak panahnya. Dan barang siapa yang meninggalkan memanah setelah ia mengetahuinya karena tidak senang kepadanya maka sesungguhnya hal tersebut adalah kenikmatan yang ia tinggalkan atau ia berkata, yang ia ingkari" (Saltanera, 2015). Pembahasan tentang menjaga kesehatan jasmani dan rohani dengan olahraga merupakan bidang kajian ilmu hadis. Ilmu hadis adalah ilmu tentang hadis (Soetari, 1994). Hadis tentang olahraga dapat dijelaskan melalui ilmu hadis berkenaan dengan status, pemahaman, dan pengalaman hadis (Darmalaksana, 2018). Berdasarkan pembahasan ilmu hadis ini, maka dapat ditarik kesimpulan bagaimana menjaga kesehatan jasmani dan rohani dengan olahraga menurut hadis.

Landasan teori dibutuhkan untuk fondasi teoritis dalam melakukan pembahasan. Penelitian ini menerapkan teori ilmu hadis. Di dalam ilmu hadis terdapat ilmu *dirayah* hadis (Soetari, 2005), yaitu ilmu yang objek

materialnya ialah *rawi*, *sanad*, dan *matan* hadis. *Rawi* adalah periwayat hadis, *sanad* ialah mata rantai periwayat hadis, *matan* yaitu teks hadis (Darmalaksana, 2018). Ilmu hadis menetapkan syarat kesahihan (otentisitas) suatu hadis, yaitu: *Rawi* mesti '*adl* (memiliki kualitas kepribadian yang terpuji) dan *dhabit* (memiliki kapasitas keilmuan yang mumpuni) serta *tsiqah* (memiliki integritas yang tidak diragukan) yakni perpaduan antara '*adl* dan *dhabit*; *Sanad* mesti tersambung (*muttashil*) dalam arti tidak boleh terputus (*munfashil*); dan *Matan* tidak boleh janggal (*syadz*) dan tidak boleh ada cacat ('*illat*) (Darmalaksana, 2020b). Apabila memenuhi seluruh syarat otentisitas, maka status hadis disebut *shahih*, sedangkan bila tidak memenuhi salah satu syarat tersebut maka kualitas hadis disebut *dhaif* (Darmalaksana, 2020b). Menurut ilmu hadis, hadis *shahih* bersifat *maqbul* (diterima), sedangkan hadis *dhaif* bersifat *mardud* (tertolak) (Soetari, 2005). Akan tetapi, hadis *dhaif* dapat naik derajatnya menjadi *hasan li ghairihi* bila terdapat *syahid* dan *mutabi* (Soetari, 2015). *Syahid* adalah *matan* hadis lain sedangkan *mutabi* ialah *sanad* hadis lain (Mardiana & Darmalaksana, 2020). Meskipun demikian, tidak setiap hadis *maqbul* dapat diamalkan (*ma'mul bih*), dalam arti ada kategori hadis *maqbul* tetapi tidak dapat diamalkan (*ghair ma'mul bih*) (Soetari, 2005), hal ini bergantung konteks dalam arti situasi dan kondisi.

Permasalahan utama penelitian ini adalah terdapat menjaga kesehatan jasmani dan rohani dengan olahraga. Rumusan masalah penelitian ini ialah bagaimana menjaga kesehatan jasmani dan rohani dengan olahraga. Penelitian ini bertujuan untuk membahas hadis tentang menjaga kesehatan jasmani dan rohani dengan olahraga. Secara teoritis, penelitian ini diharapkan memiliki implikasi manfaat dan kegunaan untuk menambah informasi dan keilmuan terutama pada ilmu hadis. Secara praktis, penelitian ini diharapkan memiliki implikasi manfaat dan kegunaan sebagai pengetahuan seputar menjaga kesehatan jasmani dan rohani dengan olahraga menurut hadis.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan menerapkan metode deskriptif-analitis (UIN Sunan Gunung Djati Bandung, 2020). Jenis data penelitian ini merupakan data kualitatif yang bukan angka. Sumber data penelitian ini meliputi sumber primer dan sumber sekunder. Sumber data primer adalah Ensiklopedi Hadits Kitab 9 Imam (Saltanera, 2015). Sedangkan sumber data sekunder merupakan literatur yang terkait dengan topik penelitian ini yang bersumber dari artikel jurnal, buku, dan lain-lain. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui penelitian kepustakaan (*library research*). Teknik analisis data

ditempuh melalui tahapan inventarisasi, klasifikasi, dan interpretasi (Darmalaksana, 2022). Secara khusus, metode deskriptif-analitis dalam penelitian ini diambil dari bidang ilmu hadis, khususnya metode takhrij hadis dan metode syarah hadis. Takhrij hadis adalah proses mengambil hadis dari kitab hadis untuk diteliti otentisitasnya (Darmalaksana, 2020b). Sedangkan syarah hadis ialah penjelasan mengenai *matan* (teks) hadis untuk diperoleh suatu pemahaman (Soetari, 2015). Terakhir, interpretasi pada tahap analisis akan digunakan logika, baik logika deduktif maupun logika induktif (Sari, 2017), hingga ditarik sebuah kesimpulan.

Hasil dan Pembahasan Penelitian

1. Hasil penelitian

Tahapan takhrij hadis mensyaratkan untuk mengeluarkan hadis dari kitab hadis yang kemudian diteliti kesahihannya. Setelah dilakukan pelacakan hadis dengan kata kunci “olahraga” pada Ensiklopedia Hadis Kitab 9 Imam, maka ditemukan hadis Abu Daud No. 2152. Adapun redaksi teks hadis di bawah ini:

حَدَّثَنَا سَعِيدُ بْنُ مَنْصُورٍ حَدَّثَنَا عَبْدُ اللَّهِ بْنُ الْمُبَارَكِ حَدَّثَنِي عَبْدُ الرَّحْمَنِ بْنُ يَزِيدَ بْنِ جَابِرٍ حَدَّثَنِي أَبُو سَلَامٍ
عَنْ خَالِدِ بْنِ زَيْدٍ عَنْ عُقْبَةَ بْنِ عَامِرٍ قَالَ
سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَقُولُ إِنَّ اللَّهَ عَزَّ وَجَلَّ يُدْخِلُ بِالسَّهْمِ الْوَاحِدِ ثَلَاثَةَ نَفَرٍ الْجَنَّةَ صَاحِعَهُ
يَحْتَسِبُ فِي صَنْعَتِهِ الْخَيْرَ وَالرَّامِيَ بِهِ وَمُنْبِلُهُ وَارْتَمَوْا وَارْتَكَبُوا وَأَنْ تَرْمُوا أَحَبُّ إِلَيَّ مِنْ أَنْ تَرْكَبُوا لَيْسَ مِنْ
اللَّهُوِ إِلَّا ثَلَاثُ تَأْدِيبِ الرَّجُلِ فَرَسَهُ وَمَلَأَ عَيْتَهُ أَهْلَهُ وَرَمِيَهُ بِقَوْسِهِ وَنَبْلِهِ وَمَنْ تَرَكَ الرَّمِيَّ بَعْدَ مَا عَلِمَهُ رَغْبَةً
عَنْهَا فَإِنَّهَا نِعْمَةٌ تَرَكَهَا أَوْ قَالَ كَفَرَهَا

Artinya: Telah menceritakan kepada kami Sa'id bin Manshur, telah menceritakan kepada kami Abdullah bin al-Mubarak, telah menceritakan kepadaku Abdurrahman bin Yazid bin Jabir, telah menceritakan kepadaku Abu Sallam, dari Khalid bin Zaid dari 'Uqbah, ia berkata, saya mendengar Rasulullah ﷺ berkata, "Sesungguhnya Allah memasukkan tiga orang ke dalam surga karena satu anak panah, yaitu: Pembuatnya yang menginginkan kebaikan dalam membuatnya, orang yang memanah dengannya, serta orang yang mengambilkan anak panah untuknya. Panah dan naiklah kuda, kalian memanah adalah lebih aku sukai daripada kalian menaiki kuda. Bukan termasuk hiburan (yang disunahkan) kecuali tiga perkara: seseorang melatih kudanya, bercanda dengan istrinya, dan memanah menggunakan busurnya serta anak panahnya. Dan barang siapa yang meninggalkan memanah setelah ia mengetahuinya karena tidak senang kepadanya maka sesungguhnya hal tersebut adalah kenikmatan yang ia tinggalkan atau ia berkata, yang ia ingkari."

Tahap berikutnya penilaian persambungan sanad hadis sebagaimana pada tabel di bawah ini.

Tabel 1. Rawi dan Sanad

No.	Rawi-Sanad	Lahir/Wafat		Negeri	Kunyah	Komentar Ulama		Kalangan
		L	W			-	+	
1	Uqbah bin 'Amir bin 'Abs	-	58 H	Maru	Abu Hammad	-	Komentar Ulama terhadap Rawi: sahabat	Sahabat
2	Khalid bin Zaid	-	-	-	-	-	Ibnu Hibban: mentsiqahkannya	Tabi'in kalangan pertengahan
3	Mamthur	-	-	Syam	Abu Sallam	-	Al-'Ajli: Tsiqah Ibnu Hibban: disebutkan dalam Ats Tsiqah Ibnu Hajar al-Asqalani: Tsiqah An-Nasa'i: Laisa Bihi Ba's; Ibnu Hajar al-Asqalani: shaduuq Adz-Dzahabi: Shaduuq	Tab'in kalangan biasa
4	Abdurrahman bin Yazid bin Jabir	-	154 H	Syam	Abu 'Utbah	-	Ahmad bin Hambal: laisa bihi ba's; Yahya bin Main: Tsiqah; Abu Daud: Tsiqah; Al 'Ajli: Tsiqah; Ibnu Sa'd: Tsiqah; An Nasa'i: Tsiqah; Ya'kub bin Sufyan: Tsiqah; Abu Hatim: Tsiqah; Ibnu Hajar al-'Asqalani: Tsiqah; Adz-Dzahabi: Tsiqah	Tabi'ut Tabi'in kalangan tua

5	Abdullah bin Al Mubarak bin Wadlih	-	181 H	Himash	Abu Abdur Rahman	-	Ahmad bin Hambal; Hafizh; Ibnul Madini; Tsiqah; Yahya bin Ma'in; tsiqah tsabat; Abu Hatim; tsiqah imam; Ibnu Sa'd; tsiqah ma'mun	Tabi'ut Tabi'in Kalangan Pertengahan
6	Sa'id bin Manshur bin Syu'bah	-	227 H	Marur Rawdz	Abu 'Utsman	-	Muhammad bin Sa'd; Tsiqah; Abu Hatim ar-Rozy; Tsiqah Tsabat; Adz-Dzahabi; Alhafidz	Tabi'ul Atba' kalangan tua
7	Abu Dawud Sulaiman bin al-Asy'ats as-Sijistani	202 H	275 H	Irak	Abu Daud	-	Imam Hadis	Mukharrij

Tabel 1 menunjukkan bahwa hadis Abu Daud No. 2152 diriwayatkan oleh tujuh periwayat. Seluruh periwayat hanya diketahui wafatnya saja, kecuali Mamthur dan Khalid bin Zaid tidak diketahui tahun wafatnya. Sedangkan biografi Imam Abu Daud, mukharrij al-hadits, yang diketahui lahir pada tahun 202 H atau 817 M di Sijistan, sebelah Timur Iran. Para ulama memberikan komentar positif kepada para periwayat.

Menurut teori ilmu hadis, *rawi* pertama berarti *sanad* terakhir dan *sanad* pertama berarti *rawi* terakhir (Soetari, 2015). Hadis di atas termasuk *muttashil* (bersambung) dilihat dari persambungan *sanad*. Syarat persambungan *sanad* adalah *liqa* (bertemu) antara guru dan murid (Soetari, 2015). *Liqa* dapat dilihat dari keberadaan mereka sezaman dan berada di satu wilayah. Dilihat dari negeri, mereka berada di wilayah yang berdekatan, meskipun Sa'id bin Manshur bin Syu'bah berasal dari Marur Rawdz dan Abdullah bin Al Mubarak bin Wadlih berasal dari Himash. Guru dan murid dapat dikatakan sezaman walaupun kebanyakan mereka tidak diketahui tahun lahirnya. Menurut teori ilmu hadis, para periwayat hadis dapat diasumsikan usia mereka berkisar 90 tahun (Darmalaksana, 2020b). Sehingga diprediksi para periwayat dalam mata rantai *sanad* tersebut kemungkinan bertemu antara guru dan murid. *Matan* hadis di atas tidak janggal dan tidak cacat. Tidak janggal dalam arti tidak bertentangan dengan Al-Qur'an, hadis yang lebih kuat dan akal sehat, sedangkan tidak

cacat dalam arti tidak ada sisipan, pengurangan dan perubahan (Soetari, 2015). Meskipun tidak dalam bentuk *lafadz* yang sama, hadis riwayat Abu Daud No. 2152 ini mendapat dukungan dari kandungan hadis lain, yaitu Tirmidzi No. 1561, Nasa'i No. 3095, Nasa'i No. 3522, dan lain-lain (Saltanera, 2015). Dengan perkataan lain, hadis tersebut memiliki *syahid* dan *mutabi* (Mardiana & Darmalaksana, 2020).

Hadis riwayat Abu Daud No. 2152 memenuhi syarat *shahih*. Hadis *shahih* bersifat *maqbul* sebagai *hujjah* pengamalan Islam.

2. Pembahasan

Hadis riwayat Abu Daud No. 2152 bersifat *maqbul* dalam arti diterima sebagai dalil. Para ulama telah memberikan syarah, yaitu penjelasan tentang isi dan makna hadis (Darmalaksana, 2020a). Sejak zaman Rasulullah SAW menjaga Kesehatan merupakan hal yang sangat penting dan perlu untuk dibiasakan, menjaga Kesehatan salah satunya dengan melakukan olahraga, adapun olahraga yang dianjurkan oleh Rasulullah SAW misalnya memanah, berkuda, berjalan kaki, dan lain sebagainya. Hadis Riwayat Abu Daud No. 2152 merupakan salah satu hadis yang berkaitan dengan anjuran tersebut, walaupun dalam pengklasifikasian, hadis ini masuk kedalam kitab jihad tetapi masih memiliki sangkut paut dengan olahraga. Adapun isi pembahasan hadis tersebut adalah tentang keistimewaan kegiatan memanah dimana Allah SWT akan memasukkan surga tiga orang dengan satu anak panah tersebut, yaitu pembuatnya yang menginginkan kebaikan dalam membuatnya, orang yang memanah dengannya, serta orang yang mengambil anak panah untuknya, disamping itu disebutkan juga bahwa memanah dapat disertakan dengan kegiatan berkuda, dalam hal ini dengan berolahraga kita tidak hanya mendapatkan manfaat Kesehatan dan kebugaran belaka, dari sisi rohani kita juga mendapatkan pahala karena dua hal tersebut termasuk perkara yang disukai dan disunnahkan oleh Rasulullah SAW. Petunjuk hadis ini dipertegas lagi dengan hadis lainnya yaitu hadis riwayat an-Nasa'i dengan pembahasan yang sama bahwa memanah dan berkuda merupakan kegiatan yang disukai dan disunnahkan oleh Rasulullah SAW (Saltanera, 2015).

Kembali ke point utama, kita tidak hanya dianjurkan menjaga pola makan dan istirahat walaupun dengan hal tersebut beberapa orang telah meraih tujuan Kesehatan itu sendiri, dalam hal ini olahraga merupakan salah satu kegiatan agar dapat mencapai tujuan sehat jasmani dan rohani, dengan berolahraga seorang muslim dapat melakukan kewajiban dengan semaksimal mungkin, dalam hadis Riwayat muslim No. 2664 dengan pembahasan bahwa muslim yang kuat lebih disukai dan dicintai oleh Allah

SWT disbanding muslim yang lemah (Saltanera, 2015), kata kuat dalam hadis tersebut jika dimaknai secara tekstual berarti kuat secara fisik atau jasmani, adapun jika digali lebih dalam lagi maknanya, kata kuat dalam hadis tersebut bukan semata-mata kuat fisik saja melainkan kuat jasmani dan rohani, artinya tubuh dan hatinya kuat dalam mengimani Allah SWT, dalam pelaksanaan keimanan orang kuat ini dapat melakukannya semaksimal mungkin dengan tubuh/jasmani yang sehat bugar tentunya, tak hanya itu hatinya juga kuat dalam mengimani/beriman kepada Allah SWT.

Menjaga kesehatan jasmani dan rohani dengan berolahraga tidak semata-mata mendapatkan manfaat duniawi belaka, dengan melakukan kegiatan olahraga yang disunnahkan oleh Rasulullah kita juga mendapatkan bekal ukhrawi, seperti itulah keutamaan muslim yang senantiasa menjaga kesehatan dengan sunnah-sunnah Rasul. Kesehatan merupakan salah satu harta yang paling berharga, dari pembahasan di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa menjaga kesehatan merupakan suatu keharusan bagi tiap-tiap insan sebab kesehatan merupakan hal yang sangat penting dalam kehidupan, dengan kesehatan kita dapat melakukan kegiatan sehari-hari dengan performa terbaik, dengan kesehatan kita dapat melaksanakan ibadah dengan maksimal, dengan kesehatan kita dapat bersosialisasi dengan manusia lainnya tanpa adanya hambatan dan menyusahkan orang lain. Adapun dalam menjaga kesehatan itu sendiri salah satu hal yang dianjurkan oleh Islam yaitu dengan berolahraga, ada beberapa olahraga yang dianjurkan dalam Islam yaitu memanah dan berkuda, dengan melakukan kegiatan tersebut kita tidak semata-mata mendapat manfaat dunia (kesehatan jasmani), melainkan juga mendapatkan manfaat ukhrawi yaitu rohani kita semakin baik dan dekat dengan Allah SWT.

Kesimpulan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa status kesahihan hadis riwayat Abu Daud No. 2152 dinilai sebagai shahih. Pembahasan penelitian ini menjelaskan bahwa hadis riwayat Abu Daud No. 2152 bersifat *maqbul ma'mul bih* untuk digunakan sebagai landasan konsep berolahraga untuk Kesehatan jasmani dan rohani. Penelitian ini diharapkan memberi manfaat sebagai pengayaan khazanah pengetahuan hadis. Penelitian ini memiliki keterbatasan dalam melakukan *syarah* hadis tanpa menyertakan tinjauan *asbabul wurud* serta analisis secara mendalam, sehingga hal ini menjadi peluang penelitian lebih lanjut dengan menerapkan analisis secara komprehensif. Penelitian ini merekomendasikan kepada lembaga

pendidikan Islam untuk mengembangkan kegiatan berolahraga khususnya bagi generasi muslim supaya mempunyai kesehatan jasmani dan rohani.

Daftar Pustaka

- Akbar, A. (2019). Olahraga dalam Perspektif Hadis. In *Fakultas Ushuluddin UIN Syarif Hidayatullah Jakarta* (pp. 1-56).
- Darmalaksana, W. (2018). Paradigma Pemikiran Hadis. *JAQFI: Jurnal Aqidah Dan Filsafat Islam*, 2(1), 95-106.
- Darmalaksana, W. (2020a). Penelitian Hadis Metode Syarah Pendekatan Kontemporer: Sebuah Panduan Skripsi, Tesis, dan Disertasi. *Dirayah: Jurnal Studi Ilmu Hadits*, 1(5), 58-68.
- Darmalaksana, W. (2020b). Prosiding Proses Bisnis Validitas Hadis untuk Perancangan Aplikasi Metode Tahrij. *Jurnal Ushuluddin UIN Sunan Gunung Djati Bandung*, 1, 1-7.
- Darmalaksana, W. (2022). *Panduan Penulisan Skripsi dan Tugas Akhir*. Fakultas Ushuluddin UIN Sunan Gunung Djati Bandung.
- Maesaroh, S. (2017). Nilai-Nilai Pendidikan Jasmani (Kajian Tafsir Al-Baqarah Ayat 247). *FITK UIN Jakarta*, 1-57.
- Mardiana, D., & Darmalaksana, W. (2020). Relevansi Syahid Ma'nawi dengan Peristiwa Pandemic Covid-19: Studi Matan Pendekatan Ma'anil Hadis. *Jurnal Perspektif*, 4(1), 12-19.
- Notoatmodjo, S. (2011). *Kesehatan Masyarakat Ilmu dan Seni*. PT. Rineka Cipta.
- Saltanera, S. (2015). *Ensiklopedi Hadits Kitab 9 Imam*. Lembaga Ilmu Dan Dakwah Publikasi Sarana Keagamaan, Lidwa Pusaka. <https://store.lidwa.com/get/>
- Sari, D. P. (2017). Berpikir Matematis dengan Metode Induktif, Deduktif, Analogi, Integratif dan Abstrak. *Delta-Pi: Jurnal Matematika Dan Pendidikan Matematika*, 5(1).
- Soetari, E. (1994). *Ilmu Hadis*. Bandung: Amal Bakti Press.
- Soetari, E. (2005). *Ilmu Hadits: Kajian Riwayah dan Dirayah*. Bandung: Mimbar Pustaka.
- Soetari, E. (2015). *Syarah dan Kritik Hadis dengan Metode Tahrij: Teori dan Aplikasi*. Bandung: Yayasan Amal Bakti Gombong Layang.
- UIN Sunan Gunung Djati Bandung. (2020). *Pedoman Penulisan Skripsi, Tesis, dan Disertasi*. UIN Sunan Gunung Djati Bandung.