

## DAFTAR ISI

<b>LEMBAR PERNYATAAN .....</b>	<b>i</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>ii</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>iii</b>
<b>المخلص .....</b>	<b>iv</b>
<b>LEMBAR PERSETUJUAN TESIS.....</b>	<b>v</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN TESIS .....</b>	<b>vi</b>
<b>PEDOMAN TRANSLITERASI .....</b>	<b>vii</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>xi</b>
<b>BAB I\ PENDAHULUAN.....</b>	<b>15</b>
A. Latar Belakang Penelitian .....	15
B. Rumusan Masalah .....	19
C. Tujuan Penelitian .....	20
D. Manfaat Penelitian .....	20
E. Hasil Penelitian terdahulu .....	21
F. Kerangka Berpikir.....	23
G. Sistematika Penulisan .....	31
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>33</b>
A. Definisi dan Klasifikasi Hadits tentang Aktivitas Fisik dalam Tradisi Islam.....	33
1. Definisi .....	33
2. Tujuan dan Manfaat Olahraga dalam Perspektif Hadis.....	35
3. Relevansi Konsep Olahraga Islami dalam Konteks Kontemporer.....	36
B. Konseptualisasi Olahraga dalam Perspektif Islam.....	37
1. Terminologi dan Ruang Lingkup Olahraga dalam Islam ..	37
2. Hadits-Hadits tentang Aktivitas Fisik: Analisis Tekstual dan Kontekstual.....	38
3. Parameter Syariah dalam Praktik Olahraga.....	39

4. Relevansi Konsep Olahraga Islam dalam Konteks Kontemporer.....	39
C. Olahraga sebagai Manifestasi Keseimbangan Hidup dalam Islam (Wasathiyah) .....	40
D. Dimensi Psikologis Olahraga dalam Perspektif Hadis .....	44
1. Rekreasi dan Kegembiraan dalam Aktivitas Fisik .....	45
2. Pembangunan Karakter dan Disiplin Diri .....	47
E. Olahraga sebagai Sarana Pembentukan Kohesi Sosial dalam Masyarakat Islam Awal.....	48
F. Prinsip Etis dalam Aktivitas Olahraga Menurut Sunnah Nabi .....	52
1. Prinsip Keselamatan dan Perlindungan .....	52
2. Sportivitas dan Fair Play .....	52
3. Penghormatan terhadap Lawan .....	53
4. Integritas dan Kejujuran .....	53
5. Tujuan yang Mulia .....	54
G. Transformasi Paradigma Olahraga dari Persiapan Perang menuju Kesehatan Preventif .....	54
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN .....</b>	<b>59</b>
A. Jenis dan Pendekatan Penelitian.....	59
B. Jenis dan Sumber Data .....	61
1. Jenis Data .....	61
2. Sumber Data .....	63
C. Metode Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data.....	68
1. Metode Penelitian.....	68
2. Teknik Pengumpulan Data .....	70
D. Prosedur Analisis Data.....	75
1. Kritik Hadis (Naqd al-Ḥadīth).....	76
2. Analisis Tematik (Taḥlīl Mawḍūʿī) .....	78
3. Triangulasi Data .....	81
4. Penarikan Kesimpulan.....	82

<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>84</b>
A. Kedudukan Olahraga dalam Islam Berdasarkan Hadis Nabi..	84
1. Urgensi Kekuatan bagi Seorang Mukmin .....	84
2. Landasan Al-Qur'an tentang Kekuatan.....	87
3. Pandangan Para Ulama tentang Kedudukan Olahraga.....	91
4. Postur Tubuh dan Kekuatan Fisik Rasulullah .....	92
B. Jenis-jenis Olahraga yang Disyariatkan dalam Hadis.....	93
1. Olahraga Memanah (al-Rimayah) .....	94
2. Olahraga Lari dan Perlombaan Kaki .....	95
3. Olahraga Berkuda (al-Furusiyyah) .....	96
4. Olahraga Berenang (al-Sibahah) .....	99
5. Olahraga Gulat (al-Mushara'ah) .....	102
6. Olahraga Anggar dan Bermain Senjata .....	104
7. Olahraga Berburu .....	105
C. Keutamaan dan Manfaat Olahraga Menurut Hadis.....	105
1. Olahraga Merupakan Sebab Masuk Surga .....	106
2. Olahraga Bernilai Setara dengan Memerdekakan Budak..	107
3. Malaikat Menyaksikan Perlombaan Olahraga .....	110
4. Olahraga Memberikan Hak Tubuh.....	112
5. Olahraga Sebagai Sarana Rekreasi yang Halal .....	114
6. Manfaat Kesehatan Olahraga .....	115
D. Etika dan Adab Berolahraga dalam Hadis .....	117
1. Mengikhlaskan Niat kepada Allah .....	117
2. Menjauhi Sifat Hasad, Benci, dan Permusuhan .....	119
3. Menjaga Aurat Saat Berolahraga .....	122
4. Menunjukkan Sportivitas dan Akhlak Mulia .....	124
5. Tidak Berlebihan dalam Berolahraga.....	126
6. Tidak Melalaikan dari Zikir dan Shalat.....	128
7. Menghindari Fanatisme Berlebihan .....	128
E. Batasan-batasan Syar'i dalam Olahraga Berdasarkan Hadis..	128

1. Larangan Olahraga yang Membahayakan Diri atau Orang Lain.....	128
2. Larangan Ikhtilath (Percampuran Laki-laki dan Perempuan).....	130
3. Larangan Meninggalkan Olahraga yang Telah Dipelajari .....	132
4. Batasan Perlombaan Berhadiah.....	135
F. Keseimbangan dan Prioritas: Olahraga Tidak Boleh Melalaikan Kewajiban .....	137
<b>BAB V PENUTUP.....</b>	<b>142</b>
A. Kesimpulan .....	142
B. Saran.....	145
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>147</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>153</b>

