

URGENSI PENDIDIKAN JASMANI BERBASIS NILAI-NILAI AL-QUR'AN DI UNIVERSITAS SAINS AL-QUR'AN JAWA TENGAH

**Amalinda Dinarrizana, Aura Hana Kirey, Hadziq Faza Shidiq, Mayla Kholifatul Amiroh,
Danang Isworo Wijayanto**

Universitas Sains Al-Qur'an Jawa Tengah, Wonosobo
danangisworo@gmail.com

Abstract

Physical education is an integral part of holistic human development that nurtures physical health alongside character and spiritual values. As an institution rooted in Al-Qur'anic values, Universitas Sains Al-Qur'an (UNSIQ) Jawa Tengah bears strategic responsibility for integrating divine teachings into all educational dimensions. This article employs a descriptive-qualitative method through literature review and institutional data analysis. The study reveals that several senior high schools in Wonosobo Regency have established Special Sports Classes, notably MAN 2 Wonosobo whose program has secured the General Champion title of the Regional Student Sports Week (POPDA) for ten consecutive years, including 71 medals at the 2026 edition, alongside SMA Muhammadiyah Wonosobo which also runs a special sports program. These findings demonstrate a strong foundation in sports development at the secondary level, creating both opportunity and necessity for UNSIQ to continue and elevate this momentum through higher education that unites physical excellence with Al-Qur'anic values.

Keywords: *physical education, Al-Qur'an values, special sports class, Universitas Sains Al-Qur'an, Wonosobo*

Abstrak

Pendidikan jasmani merupakan bagian tak terpisahkan dari pembentukan manusia seutuhnya yang membina kesehatan fisik sekaligus membentuk karakter dan nilai spiritual. Sebagai lembaga pendidikan tinggi yang berlandaskan nilai-nilai Al-Qur'an, Universitas Sains Al-Qur'an (UNSIQ) Jawa Tengah memiliki tanggung jawab strategis untuk mengintegrasikan ajaran ilahi ke dalam seluruh aspek pendidikan. Artikel ini disusun dengan metode deskriptif kualitatif melalui kajian pustaka dan analisis data kelembagaan. Hasil kajian menunjukkan bahwa beberapa SMA di Kabupaten Wonosobo telah membuka Kelas Khusus Olahraga, antara lain MAN 2 Wonosobo yang telah meraih Juara Umum Pekan Olahraga Pelajar Daerah selama sepuluh kali berturut-turut termasuk 71 medali pada tahun 2026, serta SMA Muhammadiyah Wonosobo yang juga menyelenggarakan program serupa. Hal ini membuktikan adanya fondasi kuat pembinaan olahraga di tingkat menengah, sehingga menciptakan peluang sekaligus kebutuhan mendesak bagi UNSIQ untuk meneruskan dan meningkatkan momentum tersebut melalui pendidikan tinggi yang menyatukan keunggulan fisik dengan nilai-nilai Al-Qur'an.

Kata kunci: pendidikan jasmani, nilai Al-Qur'an, kelas khusus olahraga, Universitas Sains Al-Qur'an, Wonosobo

A. PENDAHULUAN

Pendidikan pada hakikatnya adalah proses pembentukan manusia secara utuh yang mencakup keseimbangan antara aspek fisik, intelektual, emosional, dan spiritual. Al-Qur'an sebagai pedoman hidup umat manusia tidak hanya mengatur hubungan manusia dengan Tuhan, tetapi juga memberikan petunjuk jelas tentang cara menjaga kesehatan, kekuatan, dan kesejahteraan tubuh sebagai amanah Allah SWT. Sebagaimana tercantum dalam QS. At-Tin ayat 4: "Sesungguhnya Kami telah menciptakan manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya." Ayat ini menegaskan bahwa tubuh manusia adalah ciptaan yang sempurna dan wajib dijaga serta dikembangkan dengan sebaik-baiknya. Lebih lanjut, Allah SWT berfirman dalam QS. Al-Anfal ayat 60: "Dan siapkanlah untuk menghadapi mereka segala kekuatan yang dapat kamu sediakan..." yang menjadi landasan bahwa pengembangan fisik dan kekuatan merupakan bagian dari perintah agama.

Secara teoritis, pendidikan jasmani dipahami oleh berbagai ahli sebagai proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik untuk menghasilkan perubahan holistik dalam diri individu. Menurut Mutohir dan

Lutan (1966), pendidikan jasmani adalah proses yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan untuk memperoleh pertumbuhan jasmani, kesehatan, kemampuan keterampilan, kecerdasan, serta perkembangan watak dan kepribadian yang harmonis dalam rangka membentuk manusia Indonesia seutuhnya. Pendapat senada dikemukakan oleh H.J.S. Husdarta (2011) bahwa pendidikan jasmani adalah proses pendidikan melalui aktivitas jasmani, permainan, atau olahraga yang terpilih untuk mencapai tujuan pendidikan. Sementara itu, Agus Susworo DM dan Fitriani (2008) menegaskan bahwa pendidikan jasmani adalah proses pendidikan dengan pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani yang dilakukan secara sadar, sistematis, dan intensif guna merangsang pertumbuhan dan perkembangan fisik, motorik, berfikir, emosional, sosial, dan moral. UNESCO dalam International Charter of Physical Education (1974) mendefinisikan pendidikan jasmani sebagai proses pendidikan seseorang secara sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan jasmani dalam rangka meningkatkan kemampuan jasmani, kecerdasan, dan pembentukan watak.

Kajian teoretis menunjukkan bahwa pendidikan jasmani dalam perspektif Al-

Qur'an bukan sekadar aktivitas menggerakkan tubuh, melainkan sarana mewujudkan pemeliharaan amanah Allah yang diwujudkan melalui menjaga kesehatan, melatih kedisiplinan, menumbuhkan semangat kerja sama, dan memperkuat kesiapan beribadah secara optimal. Beberapa nilai Al-Qur'an yang menjadi landasan teoretis antara lain: nilai pemeliharaan amanah tubuh, nilai kesiapan dan kekuatan, nilai kedisiplinan dan pengendalian diri, serta nilai kerja sama dan persaudaraan. Secara teoretis pula, pembinaan olahraga pelajar harus berkelanjutan dari jenjang dasar hingga tinggi agar potensi atlet tidak terputus dan tidak menghambat pencapaian prestasi yang lebih tinggi.

Di Kabupaten Wonosobo, kesadaran akan pentingnya pembinaan fisik dan olahraga telah menunjukkan perkembangan yang sangat signifikan di tingkat pendidikan menengah. Berdasarkan data yang diperoleh, beberapa sekolah telah membuka program Kelas Khusus Olahraga yang dirancang khusus untuk menjaring dan membina bibit atlet potensial sejak dini dengan kurikulum yang menyeimbangkan prestasi akademik dan porsi latihan fisik yang intensif. Sekolah yang paling menonjol dalam pelaksanaan program ini adalah MAN 2 Wonosobo yang

telah meraih gelar Juara Umum Pekan Olahraga Pelajar Daerah Kabupaten Wonosobo sebanyak sepuluh kali berturut-turut sejak tahun 2017 hingga tahun 2026. Pada ajang POPDA Kabupaten Wonosobo Tahun 2026 yang diikuti oleh 4.546 atlet pelajar, MAN 2 Wonosobo kembali menegaskan dominasinya dengan meraih 71 medali, yang terdiri dari 40 medali emas, 16 medali perak, dan 15 medali perunggu. Selain itu, SMA Muhammadiyah Wonosobo juga turut membuka program Kelas Khusus Olahraga sebagai salah satu dari enam keunggulan utama sekolah.

Fakta empiris tersebut menunjukkan bahwa pembinaan olahraga di tingkat sekolah menengah di Wonosobo telah berjalan dengan baik dan menghasilkan banyak atlet berprestasi. Namun, persoalan mendasar yang muncul adalah belum adanya kelanjutan pembinaan tersebut di tingkat perguruan tinggi. Banyak lulusan dari kelas khusus olahraga berpotensi putus dari jalur pembinaan terstruktur karena tidak tersedianya wadah pendidikan tinggi yang mengakomodasi kebutuhan mereka secara khusus. Di sinilah letak urgensi peran Universitas Sains Al-Qur'an Jawa Tengah sebagai perguruan tinggi unggulan berbasis nilai-nilai Al-Qur'an di Wonosobo. Penelitian ini bertujuan untuk menguraikan

urgensi pelaksanaan pendidikan jasmani berbasis nilai-nilai Al-Qur'an di lingkungan UNSIQ Jawa Tengah sebagai respons terhadap kebutuhan keberlanjutan pembinaan atlet berprestasi di Kabupaten Wonosobo. Metode yang digunakan dalam penulisan artikel ini adalah deskriptif kualitatif melalui kajian kepustakaan dan analisis data kelembagaan serta fakta lapangan yang terverifikasi. Pendahuluan berisi latar belakang masalah yang mendasari penelitian, mencakup latar belakang secara umum, kesenjangan masalah, riset pendahuluan, perbedaan-perbedaan, pentingnya penelitian berupa alasan-alasan mendasar dalam pertanyaan penelitian. Kajian kepustakaan dicantumkan pada pendahuluan. Pertanyaan penelitian dimasukkan dalam pendahuluan, termasuk metodologi penelitian yang digunakan guna memberikan uraian yang jelas tentang bagaimana proses penelitian itu dilakukan.

B. HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Hakikat Pendidikan Jasmani dalam Perspektif Al-Qur'an

Pendidikan jasmani pada hakikatnya adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik untuk menghasilkan perubahan holistik dalam diri

individu, yang meliputi aspek fisik, kognitif, afektif, dan sosial. Dalam perspektif Al-Qur'an, tubuh manusia bukanlah sekadar wadah materi, melainkan amanah Allah SWT yang wajib dijaga, ditingkatkan kemampuannya, dan tidak dirusak dengan cara apa pun. Hal ini sejalan dengan firman Allah dalam QS. Al-Baqarah ayat 195: "Dan belanjakanlah (harta bendamu) di jalan Allah, dan janganlah kamu menjatuhkan dirimu sendiri ke dalam kebinasaan..." Dari ayat ini dapat dipahami bahwa menjaga kesehatan dan keselamatan diri adalah kewajiban setiap muslim, dan merusak tubuh sama dengan menjatuhkan diri ke dalam kebinasaan yang dilarang oleh syariat.

Pendidikan jasmani berbasis Al-Qur'an memposisikan kesehatan dan kekuatan fisik bukan sebagai tujuan akhir, melainkan sebagai sarana untuk beribadah, menuntut ilmu, dan berkhidmat kepada Allah SWT secara lebih optimal. Tubuh yang sehat dan bugar akan mendukung kemampuan berpikir, konsentrasi, dan ketekunan dalam menuntut ilmu, terutama ilmu Al-Qur'an yang memerlukan ketenangan dan ketajaman pikiran. Oleh karena itu, mengabaikan pembinaan fisik sama dengan menghambat pencapaian tujuan pendidikan secara keseluruhan.

2. Perkembangan Kelas Khusus Olahraga di Kabupaten Wonosobo

Kabupaten Wonosobo telah menunjukkan komitmen yang kuat dalam pembinaan olahraga pelajar. Dinas Pendidikan, Pemuda, dan Olahraga secara rutin menyelenggarakan POPDA yang telah menjadi ajang pembibitan atlet terbesar di daerah tersebut. Pada tahun 2026, POPDA Wonosobo diikuti oleh 4.546 atlet pelajar yang bertanding dalam tujuh belas cabang olahraga. Dua sekolah yang secara resmi menyelenggarakan program Kelas Khusus Olahraga dan telah terbukti menghasilkan prestasi adalah MAN 2 Wonosobo dan SMA Muhammadiyah Wonosobo.

MAN 2 Wonosobo menyelenggarakan program Kelas Khusus Olahraga secara resmi dan konsisten menerima siswa melalui jalur prestasi olahraga. Program ini telah membuktikan keunggulannya dengan meraih Juara Umum POPDA Wonosobo selama sepuluh kali berturut-turut sejak tahun 2017 hingga 2026. Perolehan 71 medali pada tahun 2026 menjadi bukti nyata bahwa model pembinaan terpadu antara kurikulum akademik dan latihan fisik intensif berjalan efektif. Sementara itu, SMA Muhammadiyah Wonosobo menjadikan Kelas Khusus Olahraga sebagai salah satu dari enam keunggulan utama sekolah, yang

menunjukkan bahwa pembinaan olahraga telah menjadi kebijakan terencana dan berkelanjutan di lembaga tersebut.

Kenyataan ini menegaskan adanya kekayaan sumber daya manusia berbakat di bidang olahraga yang telah dibina sejak tingkat menengah. Apabila tidak terdapat kelanjutan pembinaan di tingkat yang lebih tinggi, maka potensi tersebut dapat terbuang dan prestasi yang telah diraih sulit untuk ditingkatkan ke jenjang yang lebih tinggi.

3. Urgensi Pendidikan Jasmani Berbasis Al-Qur'an di UNSIQ Jawa Tengah

Adanya fondasi pembinaan olahraga yang kuat di tingkat menengah menjadikan pelaksanaan pendidikan jasmani berbasis Al-Qur'an di UNSIQ Jawa Tengah menjadi sesuatu yang sangat mendesak dan strategis. Pertama, untuk menjamin keberlanjutan pembinaan atlet daerah. Banyak atlet pelajar yang telah dibina sejak jenjang sekolah menengah berisiko kehilangan kesempatan berkembang lebih lanjut karena belum tersedianya program yang mengakomodasi kebutuhan mereka di tingkat perguruan tinggi. UNSIQ dapat menjadi pelopor yang membuka ruang bagi para atlet tersebut untuk melanjutkan pendidikan sekaligus pembinaan prestasi.

Kedua, untuk melengkapi kekuatan fisik dengan kekuatan iman dan akhlak. Para

lulusan kelas khusus olahraga di Wonosobo telah memiliki keunggulan fisik yang luar biasa. Hal ini sangat membutuhkan penyeimbang berupa pembinaan karakter dan spiritual yang kuat agar kekuatan fisik tersebut tidak disalahgunakan dan dapat dimanfaatkan untuk jalan yang diridhoi Allah. Pendidikan jasmani berbasis Al-Qur'an menjembatani keduanya secara harmonis.

Ketiga, untuk menjawab tuntutan Al-Qur'an dalam mempersiapkan segala kekuatan. QS. Al-Anfal ayat 60 tidak membatasi kekuatan pada satu jenis saja, melainkan segala kekuatan yang dapat disiapkan. Kekuatan fisik yang didukung kekuatan ilmu pengetahuan dan kekuatan iman adalah kekuatan yang sesungguhnya. UNSIQ sebagai perguruan tinggi berbasis Al-Qur'an memiliki tanggung jawab moral untuk mewujudkan semangat ayat ini secara nyata melalui kurikulum dan kegiatan kampus.

Keempat, untuk membentuk identitas kelembagaan sekaligus pelayanan kepada masyarakat. Pendidikan jasmani berbasis Al-Qur'an menjadi ciri khas yang membedakan UNSIQ dari perguruan tinggi lain di Wonosobo dan sekitarnya, sekaligus menjadi wujud pelayanan nyata kepada masyarakat

yang telah menunjukkan antusiasme tinggi dalam pembinaan olahraga pelajar.

4. Peluang, Tantangan, dan Strategi Pengembangan

Pelaksanaan pendidikan jasmani berbasis Al-Qur'an di UNSIQ memiliki peluang yang sangat besar, antara lain dukungan visi dan misi kelembagaan yang berbasis Al-Qur'an, adanya calon mahasiswa berpotensi dari lulusan kelas khusus olahraga di Wonosobo, serta dukungan pemerintah daerah melalui Disdikpora dan KONI Kabupaten Wonosobo. Tantangannya meliputi ketersediaan fasilitas, penyusunan kurikulum yang mengintegrasikan nilai Al-Qur'an ke setiap materi, kesiapan tenaga pengajar, serta kebijakan penerimaan yang mengakomodasi status atlet berprestasi.

Untuk menjawab peluang dan tantangan tersebut, diperlukan strategi: pertama, menyusun kurikulum pendidikan jasmani yang setiap materinya dikaitkan dengan nilai-nilai Al-Qur'an dan hadis. Kedua, menjalin kerja sama dengan sekolah-sekolah penyelenggara Kelas Khusus Olahraga dan Disdikpora Wonosobo untuk menjaring atlet berprestasi sekaligus memberikan jalur penerimaan yang mempertimbangkan prestasi olahraga. Ketiga, menyusun silabus dan bahan ajar yang spesifik memuat ayat-ayat Al-Qur'an

yang relevan dengan tema kesehatan, kekuatan, dan kedisiplinan. Keempat, membuka ruang pembinaan prestasi yang berkelanjutan sehingga atlet berprestasi dapat menyeimbangkan tuntutan akademik dan latihan tanpa mengorbankan keduanya.

C. KESIMPULAN

Pendidikan jasmani berbasis nilai-nilai Al-Qur'an merupakan kebutuhan mendesak sekaligus merupakan perwujudan visi kelembagaan yang harus dimiliki oleh Universitas Sains Al-Qur'an Jawa Tengah. Secara teoretis, Al-Qur'an memerintahkan pemeliharaan kesehatan dan kekuatan fisik sebagai bagian dari kewajiban beribadah dan bersyukur. Secara empiris, di Kabupaten Wonosobo telah berkembang pembinaan olahraga pelajar yang sangat pesat melalui program Kelas Khusus Olahraga di MAN 2 Wonosobo dan SMA Muhammadiyah Wonosobo, yang telah menghasilkan prestasi luar biasa termasuk dominasi MAN 2 Wonosobo sebagai Juara Umum POPDA selama sepuluh kali berturut-turut. Kenyataan tersebut menempatkan UNSIQ pada posisi strategis untuk menjadi kelanjutan pembinaan tersebut di tingkat perguruan tinggi, dengan keunggulan khas yaitu pengintegrasian kemampuan fisik dengan nilai-nilai Al-Qur'an. Dengan

demikian, pendidikan jasmani di UNSIQ tidak hanya membugarkan tubuh, tetapi juga memperkuat iman, meluruskan niat, dan membentuk generasi yang kuat secara fisik, dalam berilmu, dan dalam beragama.

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Qur'anul Karim dan Terjemahannya. 2019. Jakarta: Kementerian Agama RI.
- Dinas Pendidikan, Pemuda, dan Olahraga Kabupaten Wonosobo. 2026. Laporan Penyelenggaraan POPDA Kabupaten Wonosobo Tahun 2026. Wonosobo: Disdikpora.
- Hasan, M. A. 2015. Pendidikan Jasmani dalam Perspektif Al-Qur'an dan Hadis. Jakarta: Raja Grafindo Persada
- Kabar Wonosobo. 2026. POPDA Wonosobo 2026 dibuka di Stadion Kolodete diramaikan 4.546 atlet pelajar. Kabar Wonosobo, 4 Februari 2026.
- Tribun Jateng. 2026. Kelas Khusus Olahraga jadi rahasia MAN 2 Wonosobo 10 kali juara umum POPDA. Tribun Jateng, 21 Februari 2026.
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional. Jakarta: Sekretariat Negara.
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.
- Husdarta (2011) Tujuan pendidikan jasmani melalui aktivitas
- Susworo & Fitriani (2008) Pengembangan 6 aspek: fisik, motorik, pikiran, emosi, sosial, moral