

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Olahraga adalah aktivitas untuk melatih tubuh seseorang tidak hanya Jasmani tetapi juga Rohani. Berdasarkan arti kata dalam Undang-undang ketentuan umum sistem keolahragaan uu No 3 Tahun 2005 Pasal 1 keolahragaan adalah segala aspek yang berkaitan dengan olahraga yang memerlukan pengaturan, pendidikan, pembinaan, pengembangann, dan pengawasan.

Umumnya olahraga berfungsi untuk menyehatkan badan dan memastikan organ tubuh masih sehat, olahraga sangat penting untuk kehidupan sehari-hari, karena dalam tubuh yang kuat memiliki jiwa yang sehat. Pendapat orang justru berbeda-beda, tetapi secara garis besar olahraga merupakan aktivitas fisik yang penting di lakukan dalam keseharian. Baik dengan gerakan-gerakan terarah (cabang olahraga) ataupun gerakan lainnya yang penting bergerak.

Pada mulanya olahraga dilakukan hanya untuk mengisi waktu luang, sehingga dengan penuh kegembiraan dan santai tidak ada batasnya dan aturannya yang digunakan. Olahraga tidak dilakukan secara formal, olahraga juga dapat dilakukan oleh siapa saja baik itu anak-anak, orang dewasa, orang tua, perempuan ataupun laki-laki.

Semua orang berhak melakukan olahraga, kapan saja dan dimana saja. Setiap melakukan olahraga pasti tidak jauh dari sarana dan prasarana kelengkapan untuk berolahraga, salah satunya kebutuhan bagi mahasiswi Jurusan Ilmu Keolahragaan mereka memerlukan banyak sarana dan prasana untuk melengkapi

kegiatan berolahraga. Selain berolahraga mahasiswi olahraga pasti mementingkan penampilannya saat berolahraga, salah satunya mahasiswi yang berjilbab atau yang berolahraga menggunakan jilbab.

Menjaga kehormatan dan harga diri manusia khususnya perempuan adalah suatu asas yang telah diterima dalam agama Islam serta dalam seluruh aturan-aturan dan hukum-hukumnya. Dan masalah jilbab adalah merupakan salah satu dari perkara tersebut. Al-Quran Karim telah menjelaskan berbagai topik jilbab dalam berbagai bentuk, gambaran, dan ibarat yang berbeda-beda. Allah ta'ala berfirman, "Hai anak Adam, Sesungguhnya Kami telah menurunkan kepadamu pakaian untuk menutup auratmu & pakaian indah untuk perhiasan & pakaian takwa itulah yang paling baik. Yang demikian itu adalah sebahagian dari tanda-tanda kekuasaan Allah, Mudah-mudahan mereka selalu ingat." (QS. Al-A'raaf:26)

"... dan kaum wanita yang berpakaian tetapi telanjang (karena pakaiannya tipis dan tembus pandang), menyimpang (dari kehormatan) dan mengajak wanita lain untuk berbuat seperti dirinya, kepada mereka seperti punuk unta yang miring, mereka tidak akan masuk surga dan tidak akan mendapati aromanya, padahal aromanya bisa didapat dari jarak perjalanan sekian dan sekian."(Hr. Muslim)

Islam mengajarkan bahwa pakaian adalah penutup aurat, bukan sekedar perhiasan. Islam mewajibkan setiap wanita dan pria untuk menutupi anggota tubuhnya yang menarik perhatian lawan jenis. Bertelanjangan adalah suatu perbuatan yang tidak beradab dan tidak senonoh. Langkah pertama yang diambil Islam dalam usaha mengokohkan bangunan masyarakatnya, adalah melarang bertelanjangan dan menentukan aurat laki-laki dan perempuan. Ini merupakan fiqh

mengartikan bahwa aurat adalah bagian tubuh seseorang yang wajib ditutup atau dilindungi dari pandangan. Aurat wanita yang merdeka didalam shalat ialah bagian yang lain dari wajah dan dua telapak tangannya yang zhahir dan batin hingga pergelangan tangannya, wajah dan dua telapak tangannya, luar dalam, hingga pergelangan tangannya, bukanlah aurat dalam shalat dan selebihnya adalah aurat yang wajib ditutup.

Oleh karena itu, jilbab dipandang sebagai suatu kewajiban dalam agama islam apabila seseorang mengingkarinya maka dia telah mengingkari satu hukum yang telah diwajibkan dalam agama dan mengingkari kewajiban agama berarti terjerumus didalam kekafiran. Perilaku diketahui bahwa tidak perlu semua aturan-aturan Islam itu dibahas didalam Al-Quran, yakni Rasullulah SAW dan para *awaliyah* dimana mereka mengambil sumber dari wahyu Tuhan, di sisi lain juga kebanyakan hukum-hukum tidak dibahas secara detail dalam Al-Quran, akan tetapi dibahas dengan terang dan jelas di dalam figih islam. Adapun masalah jilbab terdapat beberapa ayat yang dijelaskan dengan detail di dalam Al-Quran, oleh karena itu sebagian orang yang tidak memiliki informasi tentang jilbab, maka menciptakan suatu keraguan dan kesaingan di dalam pikiran wanita.

Jilbab saat ini tidak hanya di pandang sebagai pakaian serba tertutup yang menggambarkan kesan tradisional, monoton dan konvensional. Keberadaan jilbab telah diterima secara luas di berbagai lingkungan dan status sosial. Dulu lingkungan kerja melarang seseorang perempuan memakai jilbab, alasannya jilbab di anggap kuno, tertutup, dan menghambat aktivitas, terutama bagi perempuan karir. Jilbab juga di pandang tidak mencerminkan sifat energik, aktif, *modren*,

*mobile*, dan *fashionable*. Tapi kini tidak sulit lagi menemukan perempuan muslim memakai jilbab dalam lingkungan kerja, di kampus-kampus atau sekolah, di mall-mall, bahkan untuk kegiatan olahraga pun tidak menghalangi perempuan untuk memakai jilbab. Akan tetapi sekarang keberadaan jilbab sudah boleh digunakan di berbagai instansi militer seperti polwan, koat, dan pramugari sudah bisa menggunakan jilbab.

Berbagai model jilbab yang digunakan berbagai mahasiswi jurusan ilmu keolahragaan yang digunakan saat berada di arena lapangan saat melaksanakan kegiatan kuliah praktek, ada yang menggunakan maraknya model jilbab yang sesuai dengan kondisi lingkungan dan psikologi anak muda saat ini semakin mendorong perempuan memilih jilbab dalam berbusana keseharian. Apalagi ukuran cantik kini tidak hanya ketika menggunakan pakaian serba mini dan terbuka tetapi dengan jilbab pun bisa tampil cantik dan anggun.

Kini permasalahan jilbab yang digunakan mahasiswi terlihat karena kebanyakan mahasiswi dipertengahan perkuliahan sering langsung membuka jilbab nya dengan alasan gerah, apalagi saat perkuliahan yang mengeluarkan banyak tenaga dan energi seperti perkuliahan aerobik contohnya dan disini membuat mahasiswi merasa tidak nyaman menggunakan jilbab yang biasa.

Setelah melakukan wawancara dengan perwakilan 9 orang Mahasiswi Fakultas Ilmu Keolahragaan Jurusan Ilmu Keolahragaan yang melaksanakan kegiatan olahraga seperti olahraga futsal, olahraga bola voli, senam aerobik, dan senam kebugaran yang menggunakan jilbab diketahui terdapat ketidaknyamanan jilbab yang digunakan sehari-hari saat melakukan aktivitas olahraga. Beliau

menuturkan saat masuk kuliah praktek berolahraga, jilbab yang digunakan sehari-hari sangat mengganggu dan tidak nyaman di pakai, karena jilbab yang mereka gunakan bahannya mudah lecek, tidak rapi dan membuat pemikirannya terfokus untuk merapikan jilbabnya, sehingga konsentrasi untuk melakukan olahraga menjadi terpecah.

Saat melakukan kegiatan olahraga penampilan juga sangat diperhatikan karena kenyamanan berpakaian juga berpengaruh untuk semangat dan percaya diri mahasiswi untuk melakukan kegiatan olahraga. Jilbab yang ergonomis sangat dibutuhkan untuk berlangsungnya kegiatan perkuliahan dan olahraga agar mahasiswi dapat melaksanakan perkuliahan dan olahraga dengan nyaman dan tidak terganggu dengan jilbab yang biasa-biasa saja yang digunakannya, contohnya jilbab yang berbahan paris berbentuk segi empat.

Salah satu jenis jilbab yang sering digunakan mahasiswi saat melakukan kegiatan olahraga yaitu seperti bahan wolfis, bahan satin, dan juga bahan polyspoon. Jilbab dengan berbagai bahan ini mungkin ada yang menggunakannya dengan banyak model kreasi jilbab yang digunakan para mahasiswi. Mereka menggunakan jilbab apa adanya untuk tetap menggunakan jilbab meskipun terasa tidak nyaman dengan aktivitas olahraga yang dilakukan mahasiswi jurusan ilmu keolahragaan yang cukup tinggi pada saat dikampus, ditambah dengan adanya mahasiswi jurusan ilmu keolahragaan melakukan aktivitas fisik diluar kampus seperti latihan karate, latihan pencak silat, ada yang latihan tambahan seperti senam lantai.

Setelah melakukan aktivitas fisik para mahasiswi pasti merasa sangat kepanasan karena jilbab yang digunakannya. Oleh sebab itu penulis ingin meneliti pada mahasiswi yang melakukan aktivitas olahraga Fakultas Ilmu Keolahragan Unimed menanyakan kenyamanan tentang jilbab yang digunakannya agar terasa nyaman dan tetap ergonomis. Ada pun judul yang diangkat adalah **“Rancangan Jilbab Ergonomis Untuk Aktivitas Olahraga Pada Mahasiswi Jurusan Ilmu Keolahragaan”**.



## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah, dapat diidentifikasi masalah-masalah sebagai berikut : apakah dengan membuat jilbab yang ergonomis dapat melancarkan kegiatan aktivitas fisik pada mahasiswi FIK Unimed Jurusan Ilmu Keolahragaan ? Rancangan bagaimana yang membuat jilbab yang ergonomis untuk aktivitas olahraga pada mahasiswi FIK Unimed Jurusan Ilmu Keolahragaan? Apakah bahan yang cocok untuk melihat tingkat ergonomis pada mahasiswi FIK Unimed Jurusan Ilmu Keolahragaan ? Bahan seperti apa yang paling baik untuk digunakan setelah melakukan kegiatan olahraga agar tetap nyaman dan ergonomi ?

## **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah yang telah dikemukakan dan untuk menghindari pemahaman yang berbeda dan masalah yang lebih luas, maka penelitian ini dibatasi pada masalah “Rancangan Jilbab Ergonomis Untuk Aktivitas Olahraga Pada Mahasiswi Jurusan Ilmu Keolahragaan.

## **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan pembatasan masalah yang diatas yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimana merancang Jilbab Ergonomis Untuk Aktivitas Olahraga Pada Mahasiswa Jurusan Ilmu Keolahragaan?”

### **E. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini adalah untuk menghasilkan suatu produk jilbab yang telah dirancang khusus untuk aktivitas olahraga pada mahasiswi olahraga FIK Unimed dengan konsep ergonomi yang menghasilkan jilbab yang nyaman digunakan.

### **F. Manfaat Penelitian**

Adapun yang menjadi manfaat penelitian ini yaitu untuk mengetahui bagaimana merancang sebuah jilbab yang ergonomis yang efektif.

1. Sebagai masukan kepada mahasiswi yang berjilbab dalam melakukan aktifitas olahraga.
2. Sebagai peluang bisnis untuk mengembangkan produk jilbab yang ergonomis pada masyarakat luar.
3. Sebagai bahan masukan bagi peneliti lain, yang ingin mengembangkan penelitian dengan variabel yang lebih luas lagi.