



## DOPING EDUCATION AND THE DANGERS AS A PREVENTION TO USE IT IN THE PABBSI ATHLET OF PADANG CITY

<sup>1</sup>Hilmainur Syampurma, <sup>2</sup>Rika Sepriani

<sup>1,2</sup>Jurusan Pendidikan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang

Email: [hilmainursyam@fik.unp.ac.id](mailto:hilmainursyam@fik.unp.ac.id), [rikasepriani@fik.unp.ac.id](mailto:rikasepriani@fik.unp.ac.id)

### Abstrack

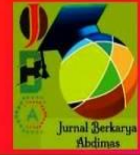
Doping is the use of materials or physiological substance in large quantities that are entered in to the body in an unnatural way, with the spesific purpose of achhieving artificial capability improvement in a match. The use of doping every year continues to increase, especially in Indonesia. PABBSI is an organization that houses athletes in the branches of weight lifting and body building in Indonesia. For the sake of getting a victory, many athletes are willing to do anything including the use of drugs that are prohibited before the match with the aim of improving perfomance appearance. Socialization and education on the use of doping in Indonesia, especially in Padang is still lacking so that many athletes dont know and understand the use of doping and it's dangers to their physiology system and the impact on their future carier. The lack of information from related parties is felt as a major factor in the high use of doping among athletes. For this reason, the team want to carried out to provide update information on the use of doping and provide education on a dangers of using doping for athletes, especially in Padang so as to prevent their use.

**Keyword:** Doping, athlete PABBSI, Padang city

## EDUKASI DOPING DAN BAHAYANYA SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN PENGGUNAANNYA PADA ATLET PABBSI KOTA PADANG

### Abstrak

Doping adalah penggunaan atau pemakaian bahan atau zat-zat faali dalam jumlah banyak yang dimasukan kedalam tubuh dengan cara yang tidak wajar, dengan tujuan khusus yaitu mencapai peningkatan kemampuan secara buatan dalam suatu pertandingan. Penggunaan doping setiap tahunnya terus meningkat khususnya di Indonesia. PABBSI merupakan organisasi yang menaungi atlet pada cabang olahraga angkat berat, binaraga dan angkat besi. Demi mendapatkan sebuah kemenangan, banyak atlet rela melakukan apa saja termasuk penggunaan obat-obatan yang dilarang sebelum pertandingan dengan tujuan meningkatkan peforma atau penampilan. Sosialisasi dan edukasi terhadap penggunaan doping di Indonesia terutama di daerah masih sangat kurang sehingga atlet tidak mengetahui dan memahami penggunaan doping dan bahayanya bagi sistem faal tubuh mereka dan juga dampaknya terhadap perjalanan kakrir mereka di masa depan. Minimnya informasi dan kurangnya edukasi dari pihak-pihak terkait dirasakan sebagai faktor utama tingginya penggunaan doping dikalangan atlet. Untuk itu, kegiatan pengabdian



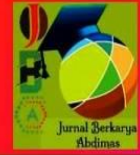
masyarakat ini dilaksanakan untuk memberikan informasi *ter-update* tentang penggunaan doping dan memberikan edukasi terhadap bahaya penggunaan doping bagi atlet khususnya pada atlet PABBSI kota Padang sehingga dapat mencegah penggunaannya.

**Kata Kunci: doping, atlet PABBSI, kota Padang**

## **ANALISIS SITUASI**

Olahraga merupakan faktor penting dalam upaya pemeliharaan kesehatan manusia. Menurut UNESCO, olahraga merupakan aktivitas fisik berupa permainan yang berisikan perjuangan melawan unsur-unsur alam, orang lain ataupun diri sendiri (Rusli, 2002). Seiring perkembangan zaman, olahraga tidak hanya sebagai sarana untuk pemeliharaan kesehatan manusia tetapi juga sebagai ajang kompetisi yang dapat mengharumkan nama bangsa dan negara. Berbagai kejuaraan olahraga semakin sering diselenggarakan baik di tingkat daerah, nasional, hingga internasional. Beragam motivasi seseorang menjadi atlet dan mengikuti kejuaraan menjadikan kejuaraan olahraga sebagai arena yang menarik dan menantang. Hal ini dikarenakan pihak-pihak yang mengikuti kejuaraan olahraga memiliki satu tujuan yaitu untuk memperoleh kemenangan pada cabang olahraga yang digelutinya. Orientasi untuk memperoleh kemenangan memiliki beragam motivasi diantaranya sebagai ajang pembuktian ketangkasan atau kekuatan fisik diri seseorang, memperoleh gelar atau kedudukan, pengakuan, medali, hadiah berupa materi hingga memperoleh kepuasan dalam diri karena berhasil memperoleh kemenangan (Datu Agung, 2014).

Namun demikian, tidak mudah bagi seorang atlet untuk memperoleh kemenangan dalam setiap pertandingan. Diperlukan dukungan secara moril maupun materil untuk mencetak atlet-atlet unggul dan tangguh agar mampu meraih prestasi yang diharapkan mengingat persaingan yang dihadapi seorang atlet semakin berat. Dewasa ini, tantangan yang dihadapi atlet semakin kompleks, khususnya kekhawatiran dalam menghadapi pertandingan seperti: 1) keraguan terhadap kesiapan dan potensi yang dimiliki atlet, 2) rasa takut ketika menghadapi lawan, 3) desakan untuk menang dari pelatih, orang tua, sponsor, dan lain sebagainya, 4) emosional atlet seperti mudah panik, mudah marah, dan lain-lain, 5) dan berbagai kekhawatiran baik yang muncul dari dalam diri maupun lingkungan atlet. Kekhawatiran yang dialami seorang atlet akan berdampak



pada krisis kepercayaan diri dan dapat merusak konsentrasi atlet dalam menghadapi pertandingan. Berbagai tantangan tersebut mendorong munculnya keinginan untuk mengatasi tantangan yang dihadapi atlet secara instan, salah satunya dengan menggunakan doping.

Doping adalah penggunaan atau pemakaian bahan atau zat-zat faali dalam jumlah banyak yang dimasukan kedalam tubuh dengan cara yang tidak wajar, dengan tujuan khusus yaitu mencapai peningkatan kemampuan secara buatan dalam suatu pertandingan. Zat-zat doping atau zat telarang meliputi stimulansia, narkotika, kanabinoid, anabolik steroid, hormon peptida, Beta 2 Agonis, *masking agents*, glukokortikosteroid. Sedangkan metode penggunaan doping yaitu: 1) meningkatkan transfer oksigen yang dilakukan dalam bentuk doping darah dan menggunakan produk-produk modifikasi hemoglobin, 2) manipulasi kimiawi dan fisik seperti merusak, atau upaya merusak, untuk mengubah integritas dan validitas sampel yang dikumpulkan selama pengawasan doping, c) doping gen yaitu penggunaan sel-sel, gen-gen, elemen-elemen gen, atau modulasi ekspresi gen bukan untuk tujuan pengobatan, yang mempunyai kapasitas meningkatkan kinerja olahragawan (LADI, 2007).

Jumlah atlet yang menggunakan doping meningkat setiap tahunnya. Pada PON XVIII tahun 2012 di Riau atlet yang terkena kasus doping hanya 7 orang. Jumlah ini meningkat pada PON berikutnya di Jawa Barat tahun 2016 sebanyak 12 orang. Dari 12 orang atlet yang terindikasi menggunakan doping pada PON XIX tahun 2016 di Jawa Barat delapan (8) orang berasal dari cabang olahraga binaraga. Baru-baru ini, pada bulan Februari 2019 yang lalu salah seorang lifter Indonesia juga tersangkut kasus doping usai tampil pada EGAT's Cup International Weightlifting Championship di Thailand

**Tabel 1. Atlet Binaraga yang Menggunakan Doping pada PON XIX Tahun 2016**

No.	Nama	Jenis Kelamin	Medali	Kota Asal
1.	Roni Romero	Laki-laki	Emas	Jawa Barat
2.	I Ketut Gede Arnawa	Laki-laki	Perak	Bengkulu
3.	Rahman Widodo	Laki-laki	Perak	Yogyakarta
4.	Kurniansyah	Laki-laki	Perak	Bangka



				Belitung
5.	Zainal	Laki-laki	Perak	Jawa Barat
6.	Mualipi	Laki-laki	Emas	Jawa Tengah
7.	Menhi	Laki-laki	Perak	Jawa Tengah
8.	Iman Setiaman	Laki-laki	Emas	Jawa Barat

Sumber: Detik Sport, 2017

PABBSI (Persatuan Angkat Berat, Binaraga dan Angkat Besi Seluruh Indonesia) adalah organisasi yang menaungi cabang olahraga angkat berat, binaraga dan angkat besi. PABBSI mulai terbentuk pada tahun 1940 dengan tugas pokok untuk membina dan mengembangkan cabang olahraga angkat berat, binaraga dan angkat besi dengan 30 pengurus daerah/pengurus provinsi dan 247 pengurus cabang yang tersebar di seluruh Indonesia salah satunya adalah pengurus cabang kota Padang (PABBSI, 2009).

PABBSI pengurus cabang kota Padang sampai saat ini telah menanugi lebih kurang 35 orang atlet dari ketiga cabang olahraga tersebut. Cabang olahraga angkat berat, binaraga dan angkat besi merupakan cabang olahraga yang rentan terhadap penggunaan doping. Angkat berat, binaraga dan angkat besi merupakan cabang olahraga yang mementingkan kekuatan dan pembentukan otot dalam suatu pertandingan. Hal ini diperoleh dengan melakukan latihan beban dan diet protein tinggi secara rutin. Berdasarkan observasi dan wawancara yang dilakukan pada beberapa atlet PABBSI kota Padang penggunaan obat dan suplemen menjelang pertandingan sering dilakukan. Karena tingginya tuntutan yang dibebankan kepada atlet yang tidak diimbangi dengan perhatian pihak terkait dalam pemenuhan setiap kebutuhan menjelang pertandingan mendorong mereka untuk melakukan hal tersebut. Ditambah lagi dengan minimnya pengetahuan mereka tentang obat dan suplemen yang mereka gunakan untuk meningkatkan performa pada saat pertandingan dan dampak yang harus mereka hadapi jika digunakan secara terus menerus menjadi penyebab semakin banyaknya penggunaan doping pada atlet PABBSI kota Padang.

Penggunaan doping dilarang karena berdampak negatif bagi karir dan masa depan seorang atlet. Hal ini dikarenakan, dampak negatif dari penggunaan doping dalam jangka panjang seperti menimbulkan ketergantungan, rusaknya organ atau saraf pada



tubuh, rentan terserang penyakit dan hilangnya karir dalam dunia olahraga. Ambisi untuk memenangkan pertandingan akibat kekhawatiran yang terjadi dalam diri atlet melatarbelakangi tingginya penggunaan doping di lingkungan atlet. Sedangkan pengetahuan dan pemahaman atlet tentang doping sangat minim. Dengan penggunaan doping ini berarti seorang atlet telah mengingkari esensi dari olahraga itu sendiri yaitu selalu menjunjung sportivitas.

Adapun tujuan dari kegiatan ini adalah meningkatkan pengetahuan dan pemahaman atlet PABBSI kota Padang tentang penggunaan suplemen dan obat-obatan yang tergolong kepada doping sekaligus memberikan edukasi tentang bahaya penggunaannya bagi masa depan mereka nantinya. Metode yang digunakan berupa penyuluhan dan pendampingan berupa konseling tentang penggunaan obat dan suplemen selama latihan. Target luaran dari kegiatan pengabdian ini adalah peningkatan pengetahuan dan pemahaman para atlet tentang jenis-jenis obat dan suplemen yang tergolong doping dan perubahan sikap dalam penggunaan doping.

## **SOLUSI DAN TARGET LUARAN**

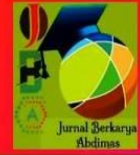
### **Solusi yang Ditawarkan**

Adapun solusi permasalahan dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah :

1. Kurangnya pengetahuan dan pemahaman atlet PABBSI kota Padang terhadap penggunaan suplemen dan obat-obatan yang tergolong doping.

Solusi yang ditawarkan pada bagian ini adalah pemberian informasi *ter-update* tentang obat dan metode yang tergolong doping. Adapun luaran yang ditargetkan adalah peningkatan pengetahuan para atlet PABBSI Kota Padang tentang obat dan suplemen yang tergolong doping.

2. Kurangnya edukasi tentang bahaya penggunaan doping bagi para atlet PABBSI kota Padang. Solusi yang ditawarkan adalah melakukan pendampingan berupa konseling penggunaan obat dan suplemen yang dikonsumsi selama latihan. Adapun luaran yang ditargetkan adalah perubahan sikap dan pemahaman para atlet PABBSI kota Padang dalam penggunaan doping dan bahaya penggunaannya.



## Target Luaran

Target luaran dari kegiatan ini adalah:

1. Peningkatan pengetahuan para atlet PABBSI Kota Padang tentang obat dan suplemen yang tergolong doping.
2. Peningkatan pemahaman para atlet PABBSI kota Padang dalam penggunaan doping dan bahaya penggunaannya.

## 3. METODE PELAKSANAAN

### Tempat dan Waktu

Kegiatan ini pengabdian kepada masyarakat ini telah dilaksanakan di Kampus III UNP Lubuk Buaya selama dua hari, mulai tanggal 8 s/d 9 September 2019

### Khalayak Sasaran.

Sasaran dalam kegiatan pengabdian ini adalah para Atlet PABBSI kota Padang sebanyak 25 orang yang melalui kerjasama dengan PABBSI pengurus cabang kota Padang.

### Metode Pengabdian

Sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai, maka metode kegiatan yang akan diterapkan adalah:

1. Metode ceramah dalam penyampaian materi doping dan bahaya penggunaannya
2. Melakukan diskusi dan konsultasi tentang penggunaan obat dan suplemen yang sering digunakan oleh atlet.

## PELAKSANAAN KEGIATAN

Sebelum kegiatan pengabdian dilaksanakan, tim pengabdian melakukan proses sosialisasi terlebih dahulu kepada khalayak sasaran. Tim pengabdian mendatangi atlet dan pelatih di tempat latihan masing-masing dimana hal ini difasilitasi oleh PABBSI Kota Padang untuk berkomunikasi dan menjelaskan tujuan dan pentingnya kegiatan pengabdian ini dilaksanakan. Kegiatan pengabdian ini dilakukan melalui:

1. Pemberian materi



Pemberian materi dilakukan melalui metode ceramah kepada khalayak sasaran tentang doping dan bahaya penggunaannya. Materi yang diberikan memuat informasi tentang :

- a. Defenisi doping
- b. Senyawa obat yang tergolong doping
- c. Bahaya penggunaan doping terhadap sistem fisiologis tubuh
- d. Tes doping
- e. Sanksi penggunaan doping



## 2. Melakukan diskusi tentang doping dan bahaya penggunaannya

Diskusi ini dilakukan agar khalayak sasaran lebih memahami tentang doping dan bahaya penggunaannya. Khalayak sasaran sangat antusias dalam kegiatan diskusi ini karena mereka memiliki rasa ingin tahu yang besar tentang doping dan bahaya penggunaannya yang nantinya akan sangat mempengaruhi perjalanan karir mereka dimasa datang.



3. Melaksanakan pendampingan berupa konsultasi penggunaan obat dan suplemen  
Tim pengabdian melakukan kegiatan pendampingan kepada peserta berupa konsultasi penggunaan obat dan suplemen yang sering digunakan. Tim mengecek dan memberikan saran tentang obat dan suplemen yang digunakan, apakah tergolong doping atau tidak. Tim selalu menyediakan waktu jika ada pertanyaan tentang penggunaan obat dan suplemen oleh peserta.







## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Hasil**

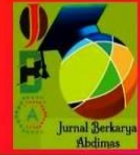
Berdasarkan pelaksanaan kegiatan pengabdian dapat diperoleh hasil sebagai berikut:

1. Para atlet PABBSI kota Padang dapat mengetahui tentang doping, apa saja senyawa yang termasuk pada klasifikasi doping dan apa saja bahaya penggunaannya. Dengan adanya kegiatan ini para atlet PABBSI kota Padang dapat mengetahui tentang doping dan apasaja bahaya penggunaannya sehingga diharapkan dapat mencegah penggunaannya dimasa datang.
2. Para atlet PABBSI kota Padang dapat memahami obat-obatan atau suplemen yang mereka konsumsi apakah termasuk doping atau tidak karena selain memberikan edukasi, tim pengabdian juga memberikan konsultasi penggunaan obat dan suplemen yang dikonsumsi para atlet.

### **Pembahasan**

Olahraga merupakan salah satu aktivitas yang tidak dapat dipisahkan dari kehidupan manusia. Olahraga merupakan faktor penting dalam upaya pemeliharaan kesehatan manusia. Menurut UNESCO, olahraga merupakan aktivitas fisik berupa permainan yang berisikan perjuangan melawan unsur-unsur alam, orang lain ataupun sendiri (Lutan: 2002: 38). Seiring perkembangan zaman, olahraga tidak hanya sebagai sarana untuk pemeliharaan kesehatan manusia tetapi juga sebagai ajang kompetisi yang dapat mengharumkan nama bangsa dan negara. Mengacu pada gagasan tentang olahraga tersebut merefleksikan bahwa melalui olahraga, seseorang memperoleh jawaban atau pernyataan tentang kemampuan, kekuatan, serta kompetisi yang dimiliki.

Berbagai kejuaraan olahraga semakin sering diselenggarakan baik di tingkat daerah, nasional, hingga internasional. Beragam motivasi seseorang menjadi atlet dan mengikuti kejuaraan menjadikan event olahraga sebagai arena yang menarik dan menantang. Hal ini dikarenakan pihak-pihak yang mengikuti kejuaraan olahraga memiliki satu tujuan yaitu untuk memperoleh kemenangan pada cabang olahraga yang digelutinya. Orientasi untuk memperoleh kemenangan memiliki beragam motivasi diantaranya

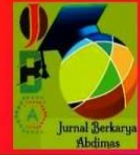


sebagai ajang pembuktian ketangkasan atau kekuatan fisik diri seseorang, memperoleh gelar atau kedudukan, pengakuan, medali, mendorong munculnya keinginan untuk mengatasi tantangan yang dihadapi atlet secara instan, salah satunya dengan menggunakan *doping*.

*Doping* berasal dari kata *dope* yakni campuran candu dengan narkotika yang pada awalnya digunakan untuk pacuan kuda di Inggris. Selanjutnya, para ahli memberikan definisi *doping* sebagai berikut: a. *Doping* adalah pemberian obat/bahan secara oral/parenteral kepada seorang olahragawan dalam kompetisi, dengan tujuan utama untuk meningkatkan prestasi secara tidak wajar. b. *Doping* adalah pemberian/penggunaan oleh peserta lomba, berupa bahan yang asing bagi organisme melalui jalan apa saja atau bahan fisiologis dalam jumlah yang abnormal atau diberikan melalui jalan yang abnormal, dengan tujuan meningkatkan prestasi. (Djoko Pekik, 2006).

Zat-zat doping atau zat telarang meliputi stimulansia, narkotika, kanabinoid, anabolik steroid, hormon peptida, Beta 2 Agonis, *masking agents*, glukokortikosteroid. Sedangkan metode penggunaan doping yaitu: 1) meningkatkan transfer oksigen yang dilakukan dalam bentuk doping darah dan menggunakan produk-produk modifikasi hemoglobin, 2) manipulasi kimiawi dan fisik seperti merusak, atau upaya merusak, untuk mengubah integritas dan validitas sampel yang dikumpulkan selama pengawasan doping, c) doping gen yaitu penggunaan sel-sel, gen-gen, elemen-elemen gen, atau modulasi ekspresi gen bukan untuk tujuan pengobatan, yang mempunyai kapasitas meningkatkan kinerja olahragawan (LADI, 2007).

Selain senyawa kimia yang disebutkan diatas, beberapa minuman energi yang mengandung senyawa stimulan seperti caffein juga dapat dikategorikan sebagai doping jika digunakan untuk meningkatkan *performance* pada saat pertandingan. Menurut Sepriani dkk (2018) minuman energi dapat meningkatkan daya tahan aerobik pada saat aktivitas fisik. Tidak hanya minuman energi, minuman beroksigen juga mampu meningkatkan daya tahan aerobik pada aktivitas fisik yang dapat juga dikategorikan sebagai doping jika digunakan untuk meningkatkan *performance* pada saat pertandingan (Sepriani, 2017).



Jumlah atlet yang menggunakan doping meningkat setiap tahunnya. PABBSI (Persatuan Angkat Berat, Binaraga dan Angkat Besi Seluruh Indonesia) adalah organisasi yang menaungi cabang olahraga angkat berat, binaraga dan angkat besi. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk mencegah terjadinya penggunaan doping pada atlet khususnya pada atlet PABBSI kota Padang. Kegiatan pengabdian ini dilakukan selama dua hari yaitu tanggal 8 sampai dengan 9 September 2019 yang diikuti oleh 25 orang peserta.

Peserta terlihat begitu antusias dalam mengikuti kegiatan ini karena mereka merasa pengetahuan tentang doping sangat penting dalam menunjang perjalanan karir mereka dimasa datang yang selama ini mereka tidak pernah mendapatkannya. Dari kegiatan ini diharapkan dapat mencegah penggunaan doping pada atlet.

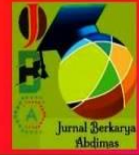
## KESIMPULAN

Berdasarkan pengabdian kepada masyarakat yang telah dilakukan dengan judul “Edukasi Doping dan Bahayanya Sebagai Upaya Pencegahan Penggunaannya Pada Atlet PABBSI Kota Padang” dapat ditarik kesimpulan yaitu:

1. Para atlet PABBSI kota Padang dapat mengetahui tentang doping, apa saja senyawa yang termasuk pada klasifikasi doping dan apa saja bahaya penggunaannya. Dengan adanya kegiatan ini para atlet PABBSI kota Padang dapat mengetahui tentang doping dan apasaja bahaya penggunaannya sehingga diharapkan dapat mencegah penggunaannya dimasa datang.
2. Para atlet PABBSI kota Padang dapat memahami obat-obatan atau suplemen yang mereka konsumsi apakah termasuk doping atau tidak

## DAFTAR PUSTAKA

- Datu Agung Utomo. 2014. *Upaya Pencegahan Penggunaan Doping Pada Atlet Cabang Olahraga Atletik Di Daerah Istimewa Yogyakarta. Skripsi.* Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Irianto, Djoko Pekik. 2006. *Panduan Gizi Lengkap Keluarga dan Olahragawan.* Yogyakarta: PT. Andi Yogyakarta.



- LADI. 2007. *Pedoman Anti Doping Dalam Olahraga*. Jakarta: LADI.
- Lutan, Rusli. 2002. *Olahraga dan Etika Fair Play*. Departemen Pendidikan Nasional: Jakarta.
- PABBSI. 2009. Sejarah PABBSI. (Diunggah pada tanggal 8 April 2019 di <http://www.bangadang.com/organisasi/pabbsi>)
- Sepriani, R. (2017). PENGARUH PEMBERIAN MINUMAN BEROKSIGEN TERHADAP KEMAMPUAN VOLUME OKSIGEN MAKSIMAL (VO<sub>2</sub> Maks). *Jurnal Menssana*, 2(2), 89-98.
- Sepriani, R., Rosmaneli, R., & Asnaldi, A. (2018). EFEKTIVITAS MINUMAN ENERGI TERHADAP DAYA TAHAN AEROBIK. *Sporta Saintika*, 1(2), 175-188.