

## **PENYALAHGUNAAN ZAT TERLARANG (DOPING DAN NAPZA) SEBAGAI UPAYA PENINGKATAN STAMINA DALAM OLAHRAGA**

**Ida Ayu Kade Arisanthi Dewi, S.Pd., M.Fis.**

**Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan IKIP PGRI Bali  
Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi**

### **PENDAHULUAN**

Dalam kesaharian kita sering mengenal bahasa doping. Tetapi secara umum doping sering dipersepsikan sebagai zat yang berfungsi menambah stamina. Penyebutan kata doping lebih di dominan digunakan pada bidang keolahragaan atau kesehatan sehingga tulisan ini lebih banyak menguraikan sisi-sisi lain dalam dunia olahraga. Banyak cara orang untuk meraih sesuatu terutama prestasi dengan segala cara dan salah satunya adalah doping dan Napza. Untuk mengetahui apa sesungguhnya doping dan Napza dalam kontek pengertian akan dijabarkan terlebih dahulu.

#### **1. Menurut Perspektif Secara Umum**

Kata doping sendiri berasal dari kata dope, bahasa suku Kaffern di Afrika Selatan yang artinya minuman keras berkonsentrasi tinggi dari campuran akar tumbuhan yang biasa dipakai suku setempat untuk perangsang (stimulan) pada acara trance adat. Doping dalam Bahasa Inggris berarti zat campuran opium dan narkotika untuk perangsang. Kata doping pertama kali dipakai di Inggris pada tahun 1869 untuk balapan kuda di Inggris, di mana kuda didoping agar menjadi juara. Nilai sportifitas dalam beberapa cabang olahraga sering ternoda oleh pemakaian obat doping

yang dikonsumsi atletnya. Persaingan prestasi olahraga yang semakin ketat membuat sebagian atlet sering menghalalkan berbagai cara. Apalagi ada sebagian pelatih yang bernafsu meningkatkan prestasi atlet dengan berbagai cara, misalnya latihan yang lebih keras, memanfaatkan kemajuan teknologi, atau bahkan lewat jalan pintas yaitu memberi obat doping demi prestasi dan meningkatkan performa atletnya. Pengertian atau definisi Doping Menurut IOC (*International Olympic Committee*) pada tahun 1990, doping adalah upaya meningkatkan prestasi dengan menggunakan zat atau metode yang dilarang dalam olahraga dan tidak terkait dengan indikasi medis.

Menurut *International Congress of Sport Sciences*; Olympiade Tokyo (1964); doping adalah pemberian atau penggunaan oleh peserta lomba berupa bahan yang asing bagi organisme melalui jalan apa saja atau bahan fisiologis dalam jumlah yang abnormal atau diberikan melalui jalann yang abnormal dengan tujuan meningkatkan prestasi.

Salah satu jenis doping yang paling sering digunakan para atlet adalah obat-obatan anabolik, termasuk hormon androgenik steroid ( androstenedione, nandrolone dan stanozolol. THG (*tetrahydrogestrinone*) adalah steroid

tiruan yang didesain secara spesifik untuk membantu atlet. Ditemukan di laboratorium Los Angeles setelah mendapat petunjuk dari seorang pria yang menyatakan sebagai pelatih atletik terkenal. *Steroid anabolik* adalah steroid yang merangsang sel otot dan tulang untuk membuat protein baru, meniru pengaruh dari hormon seks laki-laki *testosterone*.

## 2. Menurut Perspektif Hukum

Penyebutan kata doping” dapat dilihat dalam UU. No.3 tahun 2005 tentang sistem Keolahrgaan Nasional. Dalam pasal 1 angka 22 disebutkan :“doping adalah penggunaan zat dan metode terlarang untuk meningkatkan prestasi olahraga.

Dalam ketentuan tersebut diatas tegas disebutkan melarang penggunaan zat dalam berbagai bentuk dengan tujuan peningkatan prestasi artinya peraturan perundang-undangan telah memberikan ketegasan atas penyalahgunaan zat tertentu untuk meraih prestasi secara melawan hukum. Tanggung jawab hukum akan diberikan kepada pelaku yang melanggar ketentuan tersebut diatas. Ketentuan lebih lanjut diatur oleh lembaga/organisasi olahraga nasional dengan mewajibkan lembaga dimaksud membuat peraturan tentang doping sebagaimana ketentuan pasal 85 UU dimaksud.

Seberapa besarkah doping atau zat terlarang dibutuhkan oleh tubuh yang sadar ataupun tidak dikonsumsi dalam kehidupan sehari-hari. Apabila seseorang dengan kesadaran mengkonsumsi doping untuk kepentingan peningkatan prestasi/stamina dalam pertandingan, maka dapat dikategorikan

pelanggaran serius secara limitatiftegas melanggar peraturan keolahragaan. Akan tetapi ada kalanya tanpa disadari seseorang telah mengkonsumsi sesuatu dalam praktek keolahragaan dapat dikategorikan sebagai doping. Mengutip dari Cracked terdapat enam kategori obat yang didalamnya mengandung unsure doping dengan tujuan meningkatkan stamina.

Didalam penyalahgunaan Narkoba pemerintah telah memperlakukan UU untuk penyalahgunaan Narkoba yaitu UU No. 5 tahun 1997 tentang Psikotropika dan UU No. 22 tahun 1997 tentang Narkotika.

Penggelompokan Doping dan Napza dapat dilihat dalam enam kelompok tersebut adalah sebagai berikut :

### A. Jenis obat yang kategori doping tidak sengaja dikonsumsi antara lain :

#### 1. Stimulan

Stimulan adalah obat yang digunakan untuk meningkatkan aktivitas fisik dan kewaspadaan dengan meningkatkan gerak jantung dan pernapasan serta meningkatkan fungsi otak. Dengan berkerja pada sistem saraf pusat, stimulan bisa merangsang tubuh baik secara mental dan fisik. Contohnya adalah adrafinil, kokain, modafinil, pemoline, selegiline Dilarang karena dapat merangsang pikiran atau tubuh, sehingga meningkatkan kinerja dan memberi atlet keuntungan yang tidak adil. Atlet menggunakannya untuk meningkatkan kemampuan mereka dalam latihan pada tingkat yang optimal, menekan kelelahan tempur dan nafsu makan.

Stimulan adalah sejenis cafein yang banyak terdapat dalam kopi. Efeknya adalah membuat para peminumnya lebih waspada, umumnya digunakan oleh pengemudi kendaraan.

## 2. Obat Penenang

Istilah obat penenang dalam bahasa kesehatan ( Health) sering disebut “ No-Go Pills”. Obat ini digunakan oleh orang-orang yang memiliki aktivitas tinggi yang menguras energi dan pikiran

## 3. Obat Anti Mual

Jenis obat ini untuk mengurangi gejala mual kepada orang yang menkonsumsinya, lebih banyak digunakan oleh orang yang bekerja di kapal laut, penyelam, penumpang angkutan darat untuk menghindari resiko mual.

## 4. Beta Blockers

*Beta blockers* adalah obat yang digunakan dalam dunia medis untuk mengobati penyakit jantung dan tekanan darah tinggi. Obat yang sama juga digunakan untuk mengobati kecemasan karena kemampuannya mengurangi rasa gelisah dan gemetar yang ekstrim.

Beta blockers umum digunakan di kalangan professional yang butuh ketenangan dan keterampilan tangan seperti musisi, actor dan ahli bedah. Namun obat serupa yang disebut sudah dilarang Komite Olimpiade Internasional bagi atlet penembak dan pemanah.

## 5. Obat Penghilang Rasa Sakit

Obat penghilang rasa sakit ini banyak digunakan oleh petinju juga para prajurit militer dengan memiliki fungsi menghilangkan rasa sakit akibat luka terbuka ataupun lembab. Jenisnya adalah fentanil yang didalamnya mengandung morfin.

## 6. Diuretik

Diuretik adalah obat yang memiliki tujuan menyamakan penggunaan doping karena efek yang ditimbulkan adalah tubuh banyak membuang cairan dan produksi urine melebihi kapasitas ambang normal.

Keenam kategori tanpa disadari oleh seseorang disebut katagori doping karena unsure utamanya adalah peningkatan stamina, akan tetapi yang mengkonsumsi sesungguhnya tidak menyadari bahwa enam kelompok obat tersebut adalah doping. Pembuktian secara kasat mata termasuk pengujian laboratorium dengan menggunakan metode ilmiah (*scientific*)

### 1. Jenis Obat Yang Kategori Doping Sengaja Dikonsumsi

Jenis doping yang sengaja dikonsumsi secara umum paling mudah diketahui adalah narkotika. Berikut jenis-jenis narkotika diantaranya;

#### A. Penggolongan Napza ( Narkotika, Psikotropika, dan zat adiktif lainnya)

##### 1. Penggolongan Narkotika

Narkotika atau Napza adalah zat /bahan yang bila masuk ke dalam tubuh akan mempengaruhi tubuh terutama susunan saraf pusat/otak sehingga bilamana disalahgunakan akan menyebabkan gangguan fisik, psikis/jiwa, dan fungsi social. Penggolongan Napza menurut WHO, 1973 antara lain; alcohol-barbiturate, amphetamine, cannabis, cocaine, hallucinogen, opiate (morphine), khat, volatile solvents (inhalant). Snyder, 1983 : Opiate, neuroleptic, stimulants, anti-anxiety, anti-depressant, psychedelic,

sedative-hypnotic. Lainnya: uppers, downers & hallucinogens.

Menurut UU No. 22 Thn 1997 mengenai Narkotika, jenis yang tergolong didalamnya antara lain; Heroin, petidin, morphin, kokain, ganja/kanabis. Dan UU No. 5 tahun 1997 mengenai Psikotropika, jenis didalamnya antara lain; amphetamine, ecstasy, shabu, rohypinol, pil koplo, BK, LCD termasuk Mushroom dan obat resep dokter yang disalahgunakan: phenobarbitol, dumolid, mogadon, lexotan.

## **2. Penggolongan Psikotropika**

Psikotropika adalah zat/obat baik alami ataupun sintesis namun bukan Narkotika yang berkasiat aktif terhadap kejiwaan (psikoaktif) melalui pengaruhnya pada susunan saraf pusat sehingga menimbulkan perubahan tertentu pada aktivitas mental dan perilaku.

## **3. Akibat yang ditimbulkan dari pemakaian Napza dan Narkotika antara lain;**

Kalau zat itu disuntikkan, bisa terjadi infeksi setempat, salah suntik terjadi emboli; dapat juga terbawa virus hepatitis C atau virus HIV/AIDS. Apabila disedot dengan hidung, dapat terjadi peradangan dihidung. Dan bila dihisap seperti rokok, dapat menyebabkan infeksi paru-paru dan infeksi jantung. Pecandu tampak kotor, jorok, jarang mandi, salah gizi atau kurus kurang gizi, mengganggu organ reproduksi, misal keguguran, gigi umumnya keros atau sering sekali sakit gigi, kulit tangan/kaki ada bekas-bekas suntikan, atau irisan, paling fatal adalah over dosis terus meninggal.

Pada sisi lain dampak yang ditimbulkan akibat penyalahgunaan

ini adalah pada mentalnya, terjadi perubahan perilaku : mudah tersinggung , kadang agresif, pemaarah, membolos sekolah, siang tidur- malam bergadang, kemampuan / prestasi belajar turun. Beberapa kasus : gangguan jiwa, paranoid, pernah juga percobaan bunuh diri. Pada keadaan lanjut, fungsi/ hubungan sosial dengan keluarga , tetangga, dll terganggu, karena sudah mulai mencuri.

## **4. Efek penggunaan doping diataranya;**

Efeknya nyata bila sebelum dan selama penggunaan zat anabolic dilakukan latihan intensif, yang disertai diet yang kaya akan protein dan kalori. Mengingat dosis tinggi yang diperlukan untuk efek baik tersebut dan efek samping buruk yang dapat terjadi maka pemakaian doping tidak dapat dibenarkan. Semua organisasi olahraga dunia melarang penggunaan anabolic yang dimuat dalam satu daftar khusus. Atlet yang keberadaannya menggunakan doping atas dasar tes urine yang dilakukan akan didiskulifikasi dan didenda berat.

Dalam penggunaan doping ada beberapa efek yang dapat ditimbulkan secara positif dan negative. Efek penggunaan doping secara positif secara umum dapat menambah stamina, menambah rasa percaya diri, menambah kekuatan badan dan meningkatkan keberanian, penghilang rasa sakit saat haid menjekang. Selain itu dapat meningkatkan ketenangan, mengurangi tangan gemetar, menurunkan denyut jantung agar mudah berkonsentrasi. Efek penggunaan doping secara negative , dapat menimbulkan kejang otot,

mual, sakit kepala, dan pingsan. Pemakaian yang terlalu sering dapat menyebabkan gangguan ginjal dan jantung. Dan perubahan yang terjadi pada perempuan timbulnya gangguan pada menstruasi, pola distribusi rambut, mengecilkan ukuran buah dada dan meningkatkan agresifitas.

### **5. Upaya pencegahan penggunaan doping (*preventif*)**

Pencegahan dari awal dapat dilakukan apabila ada kesadaran dan keseriusan memaknai olahraga dan kompetisi sebagai tindakan sportif, dimana atlet menggunakan segala potensi yang dimiliki tanpa harus menggunakan dukungan dari luar (doping) dalam aktivitas olahragayang melanggar hokum dan kode etik keolahragaa. Partisipasi pencegahan tidak saja atas kesadaran atlet sendiri namun partisipasi ini wajib dilakukan oleh;

#### **1. Pelatih**

Pelatih dalam hal ini adalah orang yang bertanggungjawab akan kemampuan skill atau bakat lain dari seorang atlet itu,. Pelatih adalah orang yang dijadikan panutan bagi atlet didalam pelaksanaan perkembangan disiplin dan menjadi model yang baik bagi atlet tersebut.

#### **2. Pengurus cabang Olahraga (*Official*)**

Official adalah satu orang atau lebih yang keterlibatannya sebagai kepemilikan, kepengurusan atau pengaturan dalam cabang olahraga yang seyogyanya memberikan motivasi dan arahan yang harus dilakukan berdasarkan standar keolahragaan. Dan bertanggungjawab didalam menciptakan prestasidengan memegang teguh komitmen sportivitas yang dilakukan oleh

ppengurus cabang olahraga sebagai wadah bernaung atlet

### **3. Pemerintah Daerah**

Pemerintah daerah melalui Komite Olahraga Nasional Daerah baik Kota maupun Kabupaten memiliki peranan yang besar untuk melakukan supporting system dengan memberikan arahan kebijakan tentang sanksi bagi atlet yang melanggar standar keolahragaan.

### **4. Masyarakat**

Secara umum ataupun pecinta olahraga memiliki peranan di dalam bidang pengawasan terkait dengan perilaku atlet yang menyimpang dengan memberikan kontribusi dan informasi kepada pemangku kebijakan.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Kemenpora, 2011. *Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional*. Biro Humas dan Kepegawaian Kemenpora RI: Jakarta.
- Lembaga Anti Doping Indonesia, 2003. *Kode Anti Doping Dunia*. KONI: Samarinda
- [http://Ridwanaz.com/kesehatan/pengetian\\_doping\\_obat\\_perangsang\\_prestasi/](http://Ridwanaz.com/kesehatan/pengetian_doping_obat_perangsang_prestasi/).
- [http://Putro Agus Harnowodetik.com/Jenis obat peambah stamina//2013](http://Putro_Agus_Harnowodetik.com/Jenis_obat_peambah_stamina//2013).
- <http://id.m.wikipedia.org/wiki/doping//2015>.