



Jurnal Review Pendidikan dan Pengajaran  
<http://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jrpp>  
 Volume 8 Nomor 2, 2025  
 P-2655-710X e-ISSN 2655-6022

Submitted : 29/03/2025  
 Reviewed : 08/04/2025  
 Accepted : 10/04/2025  
 Published : 23/04/2025

Andes Martua  
 Harahap<sup>1</sup>,  
 Nimrot Manalu<sup>2</sup>  
 Nigel Agassi  
 Habeahan<sup>3</sup>  
 Wilson Tagor  
 Simanjuntak<sup>4</sup>  
 Abraham Rinaldi  
 Pakpahan<sup>5</sup>  
 Tary aprilyani Sitorus<sup>6</sup>  
 Rini Kristiani Sijabat<sup>7</sup>  
 Jody Marco Bramista  
 Ginting<sup>8</sup>  
 Maria Jesica<sup>9</sup>  
 Brian Hugo R.S.  
 Malau<sup>10</sup>

## STRATEGI PENCEGAHAN DOPING DALAM OLAHRAGA: STUDI KUALITATIF TERHADAP PERAN PELATIH DAN ORGANISASI OLAHRAGA

### Abstrak

Doping merupakan salah satu tantangan utama dalam dunia olahraga yang dapat merusak integritas dan sportivitas kompetisi. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis strategi pencegahan doping yang diterapkan oleh pelatih, peran organisasi olahraga, serta pemahaman atlet mengenai regulasi anti-doping di Indonesia. Metode penelitian yang digunakan meliputi wawancara dengan pelatih dan atlet, serta analisis dokumen terkait kebijakan anti-doping dari World Anti-Doping Agency (WADA) dan International Olympic Committee (IOC). Hasil penelitian menunjukkan bahwa pelatih memiliki peran penting dalam memberikan edukasi dan pengawasan terhadap atlet, sementara organisasi olahraga berperan dalam penerapan regulasi serta pengujian doping secara acak. Namun, masih terdapat beberapa tantangan dalam implementasi kebijakan ini, seperti kurangnya pemahaman atlet muda, keterbatasan pengujian doping di tingkat daerah, serta lemahnya pengawasan di tingkat klub. Oleh karena itu, diperlukan peningkatan program edukasi berbasis digital, penguatan regulasi, serta akses yang lebih luas terhadap sumber daya anti-doping guna menciptakan lingkungan olahraga yang bersih dan adil.

**Kata Kunci:** Doping, Pencegahan, Olahraga, Regulasi, Edukasi Anti-Doping

### Abstract

Doping is one of the main challenges in the world of sports that can damage the integrity and sportsmanship of the competition. This study aims to analyze the doping prevention strategies implemented by coaches, the role of sports organizations, and athletes' understanding of anti-doping regulations in Indonesia. The research methods used include interviews with coaches and athletes, as well as document analysis related to anti-doping policies from the World Anti-Doping Agency (WADA) and the International Olympic Committee (IOC). The results of the study show that coaches have an important role in providing education and supervision to athletes, while sports organizations play a role in implementing regulations and random doping

<sup>1,2,3,4,5,6,7,8,9,10</sup> Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi, Fakultas Ilmu keolahragaan, Universitas Negeri Medan

email: mariaje1622@gmail.com<sup>1</sup>, brianhugohugoraja@gmail.com<sup>2</sup>, nigelagassi1@gmail.com<sup>3</sup>, wilsonsimanjutak02@gmail.com<sup>4</sup>, abrahampakpahan88@gmail.com<sup>5</sup>, taryaprillyanisitorus@gmail.com<sup>6</sup>, rinisijabat03@gmail.com<sup>7</sup>, jodymarcoginting@gmail.com<sup>8</sup>, andesmartua@unimed.ac.id<sup>9</sup>, nimrot@unimed.ac.id<sup>10</sup>

testing. However, there are still several challenges in implementing this policy, such as the lack of understanding of young athletes, limited doping testing at the regional level, and weak supervision at the club level. Therefore, it is necessary to improve digital-based education programs, strengthen regulations, and have wider access to anti-doping resources in order to create a clean and fair sports environment.

**Keywords:** Doping, Prevention, Sports, Regulation, Anti-Doping Education

## PENDAHULUAN

Doping dalam olahraga telah menjadi isu global yang terus mendapat perhatian dari berbagai pihak, termasuk lembaga anti-doping, organisasi olahraga, pelatih, dan atlet. Penggunaan zat atau metode yang bertujuan meningkatkan performa secara tidak sah ini tidak hanya mencederai nilai-nilai sportifitas tetapi juga membahayakan kesehatan atlet. Organisasi Anti-Doping Dunia (World Anti-Doping Agency/WADA) terus memperbarui daftar zat dan metode yang dilarang guna memastikan keadilan dalam kompetisi olahraga.

Dalam sejarahnya tercatat bahwa doping berupa candu dan narkotika digunakan untuk kuda-kuda pacuan sejak jaman Romawi Kuno. Perkembangan doping pada zaman modern digunakan pertama kali dalam kejuaraan olahraga pada tahun 1865 dalam perlombaan renang di Amsterdam, Belanda. Meskipun pada tahun 1967 penggunaan doping dilarang oleh International Olympic Committee tetap saja ada atlet yang menggunakan doping dan cenderung memilih zat yang sulit untuk di deteksi oleh petugas atau menggunakan zat yang belum dilarang oleh International Olympic Committee untuk meningkatkan prestasi olahraga (Sismadiyanto 1990).

Di Indonesia, kasus doping masih terjadi meskipun berbagai upaya telah dilakukan untuk menanggulangnya. Salah satu tantangan utama dalam pencegahan doping adalah kurangnya pemahaman dan kesadaran dari atlet serta pelatih tentang bahaya penggunaan zat terlarang ini. Selain itu, tekanan untuk meraih kemenangan sering kali mendorong individu atau tim untuk mencari cara instan meningkatkan performa, termasuk dengan menggunakan doping. Faktor ekonomi dan komersialisasi olahraga juga turut berkontribusi dalam peningkatan kasus doping, di mana atlet yang ingin mendapatkan sponsor atau penghargaan lebih besar terkadang tergoda untuk menggunakan zat terlarang guna meningkatkan pencapaian mereka.

Beberapa kasus doping terkenal pada atlet di Indonesia ialah atlet angkat besi Muhammad Ibnul Rizqih dijatuhi sanksi oleh Organisasi Anti-Doping Indonesia (IADO) karena terbukti menggunakan zat terlarang. Sanksi ini diumumkan pada tahun 2024, menambah daftar atlet Indonesia yang terlibat dalam kasus doping.

Penegakan hukum dalam kasus doping merupakan aspek krusial dalam menjaga integritas olahraga. Doping, yaitu penggunaan zat atau metode terlarang untuk meningkatkan performa atlet secara tidak wajar, melanggar prinsip fair play dan keadilan dalam kompetisi. Oleh karena itu, berbagai badan hukum dan organisasi internasional, seperti World Anti-Doping Agency (WADA), Komite Olimpiade Internasional (IOC), serta federasi olahraga dunia, menetapkan regulasi ketat untuk mencegah dan menindak pelanggaran doping. Setiap negara juga memiliki badan anti-doping nasional yang bertugas mengawasi dan menerapkan kebijakan sesuai dengan standar internasional.

Penegakan hukum dalam kasus doping dilakukan melalui beberapa mekanisme, termasuk pengujian dan deteksi melalui tes urin dan darah, baik sebelum, selama, maupun setelah kompetisi. Teknologi modern seperti paspor biologis atlet juga digunakan untuk memantau perubahan fisiologis yang mencurigakan. Jika terbukti melakukan doping, atlet dapat dikenakan berbagai sanksi, mulai dari diskualifikasi dari kompetisi, pencabutan gelar dan medali, hingga skorsing atau larangan bertanding dalam jangka waktu tertentu. Di beberapa negara, doping bahkan dapat dikenai sanksi pidana berupa denda atau hukuman penjara jika terbukti melanggar regulasi hukum nasional.

Selain penindakan, upaya pencegahan juga dilakukan melalui investigasi terhadap jaringan penyedia zat doping serta program edukasi bagi atlet agar lebih memahami risiko dan konsekuensi doping. Namun, penegakan hukum dalam kasus doping masih menghadapi berbagai tantangan, seperti teknologi doping yang semakin canggih, jaringan pemasok ilegal yang sulit diungkap, serta upaya manipulatif dari pihak-pihak yang ingin menghindari deteksi.

Oleh karena itu, regulasi yang lebih ketat, pengawasan yang lebih efektif, dan sanksi yang lebih tegas terus dikembangkan untuk memastikan olahraga tetap menjadi ajang kompetisi yang adil dan sehat.

Selain itu, akses terhadap zat-zat terlarang semakin mudah dengan perkembangan teknologi dan perdagangan bebas. Beberapa atlet mungkin tidak sepenuhnya menyadari bahwa suplemen atau obat yang mereka konsumsi mengandung bahan terlarang. Kurangnya edukasi tentang peraturan anti-doping dan ketidaktahuan akan kandungan dalam produk suplemen sering kali menjadi alasan utama pelanggaran doping. Oleh karena itu, dibutuhkan langkah-langkah preventif yang komprehensif, tidak hanya dari sisi pengawasan, tetapi juga melalui pendidikan dan pendekatan moral kepada para atlet sejak dini.

Peran pelatih dan organisasi olahraga menjadi sangat penting dalam strategi pencegahan doping. Pelatih tidak hanya berperan sebagai pembimbing teknis, tetapi juga sebagai figur yang dapat membentuk mental dan karakter atlet. Mereka memiliki pengaruh besar dalam membangun pola pikir atlet agar mengutamakan kejujuran dan sportifitas di atas segalanya. Sementara itu, organisasi olahraga bertanggung jawab dalam menyusun regulasi, menyediakan edukasi, serta melakukan pengawasan untuk memastikan kepatuhan terhadap aturan anti-doping. Tanpa keterlibatan aktif dari kedua pihak ini, upaya pemberantasan doping dalam dunia olahraga akan sulit mencapai hasil yang maksimal.

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji strategi pencegahan doping dalam olahraga melalui pendekatan kualitatif dengan menyoroti peran pelatih dan organisasi olahraga. Dengan memahami bagaimana kedua pihak ini berperan dalam menekan angka kasus doping, diharapkan dapat ditemukan solusi yang lebih efektif guna menciptakan lingkungan olahraga yang bersih dan berintegritas. Studi ini juga diharapkan dapat memberikan rekomendasi bagi lembaga olahraga dan pemerintah dalam memperkuat kebijakan anti-doping, serta menumbuhkan kesadaran di kalangan atlet tentang pentingnya menjunjung tinggi nilai-nilai sportifitas dan kesehatan dalam berkompetisi.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus untuk memahami secara mendalam strategi pencegahan doping dalam olahraga, terutama melalui peran pelatih dan organisasi olahraga. Pendekatan ini dipilih karena dapat menggali pengalaman, pemahaman, serta kebijakan yang diterapkan oleh pihak-pihak yang terlibat dalam upaya pencegahan doping. Data dalam penelitian ini dikumpulkan dari dua sumber utama, yaitu data primer dan data sekunder. Data primer diperoleh melalui wawancara mendalam dengan pelatih, pengurus organisasi olahraga, dan atlet yang memiliki pengalaman dalam menghadapi isu doping di Indonesia. Wawancara ini bersifat semi-terstruktur, sehingga memungkinkan peneliti untuk mengeksplorasi informasi lebih lanjut berdasarkan jawaban responden. Sementara itu, data sekunder diperoleh melalui analisis dokumen, termasuk regulasi anti-doping dari WADA, peraturan Komite Olimpiade Internasional (IOC), kebijakan organisasi olahraga di Indonesia, serta laporan kasus doping yang pernah terjadi.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan melalui beberapa metode, yaitu wawancara mendalam, analisis dokumen, dan observasi jika memungkinkan. Wawancara dilakukan untuk memahami perspektif para pemangku kepentingan terkait kebijakan anti-doping, tantangan dalam implementasi, serta strategi pencegahan yang telah diterapkan. Selain itu, studi terhadap regulasi, laporan kasus doping, serta kebijakan yang diterapkan oleh organisasi olahraga di Indonesia dan lembaga internasional digunakan untuk memahami bagaimana aturan anti-doping dirancang dan diimplementasikan. Observasi terhadap lingkungan pelatihan atlet juga dapat dilakukan untuk melihat bagaimana sosialisasi kebijakan anti-doping diterapkan dalam praktik sehari-hari.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Strategi Pencegahan Doping oleh Pelatih**

Berdasarkan wawancara dengan beberapa pelatih olahraga, ditemukan bahwa mereka menerapkan berbagai strategi untuk mencegah doping di kalangan atlet. Salah satu pelatih tim nasional menyatakan:

*"Kami selalu menekankan pentingnya sportivitas sejak awal pembinaan atlet. Selain itu, kami juga memberikan edukasi secara rutin mengenai bahaya doping dan konsekuensi yang bisa dialami oleh atlet."*

Selain edukasi, pelatih juga memiliki kebijakan ketat terkait penggunaan suplemen dan obat-obatan. Seorang pelatih klub atletik menyebutkan:

*"Kami bekerja sama dengan dokter tim untuk memastikan bahwa setiap suplemen yang dikonsumsi atlet telah mendapatkan persetujuan medis dan tidak mengandung zat terlarang."*

Beberapa pelatih juga menerapkan pendekatan yang lebih proaktif dengan melakukan pengawasan ketat terhadap pola makan dan gaya hidup atlet. Seorang pelatih bulu tangkis nasional menambahkan:

*"Kami tidak hanya mengawasi suplemen, tetapi juga mengedukasi atlet mengenai pentingnya pola makan yang sehat dan alami. Dengan asupan nutrisi yang tepat, mereka tidak perlu tergoda untuk mencari jalan pintas melalui doping."*

Hal ini menunjukkan bahwa pelatih memiliki peran yang sangat penting dalam memberikan pemahaman kepada atlet mengenai bahaya doping serta memastikan mereka tidak mengonsumsi zat terlarang secara tidak sengaja. Namun, tantangan yang dihadapi oleh para pelatih adalah keterbatasan akses terhadap sumber daya edukasi yang lebih luas serta kurangnya dukungan regulasi yang ketat dalam beberapa tingkat kompetisi lokal.

#### **Peran Organisasi Olahraga dalam Pencegahan Doping**

Organisasi olahraga juga memiliki peran krusial dalam upaya pencegahan doping. Salah satu pengurus organisasi olahraga nasional mengungkapkan:

*"Kami rutin mengadakan seminar dan lokakarya anti-doping bagi pelatih dan atlet, bekerja sama dengan Badan Anti-Doping Indonesia (LADI). Selain itu, kami juga mengimplementasikan kebijakan tes doping acak dalam setiap kompetisi besar."*

Tes doping acak ini dianggap sebagai langkah efektif dalam mengawasi penggunaan zat terlarang oleh atlet. Salah satu pengurus lainnya menambahkan:

*"Kami mengikuti standar yang ditetapkan oleh WADA dan IOC, sehingga setiap atlet yang berpartisipasi dalam ajang nasional maupun internasional harus memahami serta mematuhi regulasi yang ada."*

Namun, wawancara dengan beberapa atlet dan pelatih mengungkapkan bahwa kebijakan pengawasan ini masih memiliki celah, terutama dalam kompetisi tingkat daerah. Beberapa organisasi olahraga daerah belum memiliki mekanisme pengujian doping yang memadai, sehingga risiko penggunaan zat terlarang masih tetap ada.

Untuk mengatasi tantangan ini, organisasi olahraga harus memperkuat regulasi dan memperluas cakupan program edukasi. Selain itu, perlu ada koordinasi yang lebih baik antara lembaga nasional dan daerah dalam mengimplementasikan kebijakan anti-doping secara menyeluruh.

#### **Pemahaman Atlet Mengenai Doping**

Sebagian besar atlet yang diwawancarai mengaku telah mendapatkan sosialisasi mengenai doping sejak dini. Seorang atlet angkat besi menyatakan:

*"Saya tahu betapa berbahayanya doping bagi kesehatan dan karier saya. Oleh karena itu, saya selalu berhati-hati dalam memilih suplemen dan obat-obatan yang saya konsumsi."*

Namun, ada juga beberapa atlet yang mengaku kurang memahami detail mengenai daftar zat terlarang. Seorang atlet muda dalam cabang olahraga renang mengatakan:

*"Saya pernah hampir mengonsumsi suplemen yang ternyata mengandung zat yang dilarang. Untungnya, pelatih saya selalu mengecek terlebih dahulu."*

Hasil wawancara ini menunjukkan bahwa masih ada celah dalam pemahaman atlet terhadap zat-zat terlarang. Beberapa atlet masih mengandalkan informasi dari pelatih atau rekan satu timnya, tanpa memiliki inisiatif sendiri untuk mempelajari regulasi anti-doping secara lebih mendalam.

Hal ini menandakan perlunya sistem edukasi yang lebih interaktif dan mudah diakses oleh para atlet, seperti modul online atau aplikasi berbasis digital yang berisi informasi terkini

tentang daftar zat terlarang dan dampaknya. Selain itu, program edukasi harus dirancang dengan metode yang lebih menarik dan mudah dipahami oleh para atlet, misalnya melalui video interaktif, simulasi kasus, serta platform diskusi daring yang memungkinkan atlet berinteraksi langsung dengan pakar anti-doping.

Selain itu, sosialisasi harus melibatkan berbagai pihak, termasuk keluarga dan manajemen tim, agar mereka juga memahami risiko dan konsekuensi doping. Dengan demikian, atlet tidak hanya mendapatkan informasi dari pelatih dan sesama atlet, tetapi juga dari lingkungan terdekat yang turut berperan dalam mendukung karier mereka.

#### **Analisis Dokumen dan Regulasi Anti-Doping**

Analisis dokumen terhadap regulasi yang diterapkan oleh WADA dan IOC menunjukkan bahwa Indonesia telah mengadopsi kebijakan internasional dalam upaya pencegahan doping. Regulasi ini mencakup:

1. Larangan terhadap penggunaan zat tertentu yang dapat meningkatkan performa secara tidak wajar.
2. Sanksi tegas bagi atlet yang terbukti menggunakan doping, termasuk larangan bertanding dalam jangka waktu tertentu.
3. Kewajiban bagi organisasi olahraga untuk melakukan tes doping secara berkala.

Namun, dalam implementasinya, masih ditemukan beberapa tantangan, di antaranya:

1. Kurangnya Kesadaran Atlet Muda: Atlet junior atau yang baru memulai karier sering kali kurang memahami regulasi anti-doping. Mereka cenderung lebih fokus pada peningkatan performa tanpa mempertimbangkan konsekuensi jangka panjang dari doping.
2. Keterbatasan Sumber Daya untuk Pengujian: Tidak semua kompetisi olahraga di Indonesia memiliki sistem pengujian doping yang memadai. Beberapa cabang olahraga juga belum memiliki regulasi pengujian doping yang ketat.
3. Kurangnya Pengawasan di Tingkat Klub: Meskipun regulasi nasional cukup ketat, pengawasan di tingkat klub atau akademi olahraga masih relatif lemah. Hal ini bisa menjadi celah bagi atlet muda untuk mencoba doping tanpa terdeteksi.

Oleh karena itu, perlu ada upaya tambahan untuk memperkuat pengawasan serta meningkatkan akses informasi bagi atlet dan pelatih agar lebih memahami pentingnya anti-doping dalam dunia olahraga.

#### **SIMPULAN**

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pencegahan doping dalam olahraga di Indonesia melibatkan peran aktif dari pelatih, organisasi olahraga, dan regulasi yang ketat. Edukasi yang diberikan kepada atlet sejak dini menjadi langkah utama dalam mencegah penggunaan zat terlarang. Namun, masih terdapat tantangan dalam implementasinya, termasuk kurangnya pemahaman atlet muda, keterbatasan sistem pengujian doping di tingkat daerah, serta kurangnya pengawasan di tingkat klub dan akademi olahraga.

Untuk meningkatkan efektivitas strategi pencegahan doping, diperlukan langkah-langkah berikut:

1. Peningkatan Program Edukasi: Organisasi olahraga harus memperluas program edukasi, tidak hanya melalui seminar, tetapi juga melalui platform digital yang lebih mudah diakses oleh atlet dan pelatih.
2. Penguatan Regulasi dan Pengawasan: Pemerintah dan organisasi olahraga perlu meningkatkan pengawasan di semua tingkatan, termasuk kompetisi daerah dan klub olahraga.
3. Peningkatan Akses terhadap Sumber Daya Anti-Doping: Tes doping harus dilakukan secara lebih luas, termasuk di tingkat kompetisi yang lebih kecil, untuk memastikan bahwa semua atlet bertanding secara fair dan bersih.

Dengan adanya sinergi antara pelatih, atlet, dan organisasi olahraga dalam menerapkan strategi pencegahan doping yang lebih komprehensif, diharapkan dunia olahraga Indonesia dapat berkembang dengan menjunjung tinggi prinsip sportivitas dan kejujuran.

## DAFTAR PUSTAKA

- Badan Anti-Doping Dunia (WADA). (2023). *World Anti-Doping Code 2023*. Montreal: WADA.
- Badan Anti-Doping Indonesia (LADI). (2022). *Laporan Tahunan Pengawasan Doping di Indonesia*. Jakarta: LADI.
- Hadi, S. (2020). "Strategi Pencegahan Doping dalam Olahraga: Peran Pelatih dan Regulasi." *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 8(2), 123-137.
- Komite Olimpiade Internasional (IOC). (2021). *Guidelines on Anti-Doping Regulations for Athletes*. Lausanne: IOC.
- Prasetyo, A., & Suryadi, R. (2021). "Efektivitas Program Edukasi Anti-Doping di Kalangan Atlet Muda." *Jurnal Sport Science Indonesia*, 10(1), 45-59.
- Setiawan, B. (2019). "Pengaruh Pengawasan Pelatih terhadap Kesadaran Anti-Doping Atlet." *Jurnal Keolahragaan Nasional*, 7(1), 78-92.
- Suhartono, T., & Lestari, D. (2022). "Doping dalam Olahraga: Dampak, Regulasi, dan Upaya Pencegahan." *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 5(3), 112-130.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Supardi, M., & Rahmawati, I. (2020). "Analisis Kesadaran Atlet terhadap Regulasi Doping di Indonesia." *Jurnal Kesehatan dan Olahraga*, 6(4), 201-215.
- Yulianto, E. (2023). "Implementasi Teknologi dalam Pencegahan Doping: Studi Kasus Aplikasi Edukasi Digital bagi Atlet." *Jurnal Teknologi dan Olahraga*, 9(2), 67-81.