

BAB 6

SIMPULAN DAN SARAN

6.1 Simpulan

Berdasarkan data dari 50 responden yang mengikuti penelitian ini, ditemukan sebanyak 39 responden yang menyatakan menggunakan steroid anabolik, 26 responden pengguna steroid anabolik mengalami efek samping kerontokan rambut, sedangkan sisanya sebanyak 13 responden tidak mengalami efek samping kerontokan rambut kepala. Terdapat sebanyak 11 responden yang mengaku tidak pernah menggunakan steroid anabolik, dan dari 11 responden tidak ada yang mengalami kejadian kerontokan rambut kepala. Dari hasil penelitian yang sudah dilakukan, maka dapat disimpulkan hal-hal sebagai berikut:

1. Karakteristik responden ditinjau dari aspek penggunaan steroid anabolik, menunjukkan bahwa rata-rata atlet binaraga di area Surabaya Timur menggunakan jenis obat-obatan berjenis steroid dengan tujuan mendapatkan efek anabolik. Hal ini dikarenakan steroid anabolik memang memiliki efek yang nyata dalam memaksimalkan pembentukan otot. Sedangkan jika ditinjau dari tabel kerontokan rambut, juga didapati sebagian besar atlet binaraga yang menggunakan steroid anabolik mengalami kerontokan rambut.
2. Penggunaan obat-obat berjenis steroid sangat marak di kalangan atlet, hal ini dikarenakan informasi yang tidak benar mengenai fungsi dan efek samping dari penggunaan obat-obat tersebut. Namun masih ada beberapa atlet yang menghindari menggunakan obat-obat berjenis steroid, pada penelitian ini ditemukan 11 dari 11 responden yang menyatakan tidak pernah mengonsumsi obat-obat berjenis steroid, tidak mengalami kejadian kerontokan rambut.
3. Kerontokan rambut kepala adalah efek samping yang mudah dijumpai pada atlet pengguna steroid. Resiko penggunaan steroid anabolik lebih besar daripada manfaatnya, kerontokan rambut menjadi salah satu efek samping pada sistem dermatologis selain timbulnya peningkatan jerawat.

6.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan yang telah dikemukakan, peneliti menyampaikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi Petugas Kesehatan

Pada dasarnya penggunaan steroid anabolik pada atlet dikarenakan kurangnya informasi seputar manfaat dan efek samping dari penggunaan obat-obat jenis ini. Petugas kesehatan diharapkan dapat memberi edukasi obat-obat jenis steroid pada para atlet, sehingga para atlet dapat mengetahui tentang bahaya dan menghindari menggunakan obat-obat tersebut.

2. Bagi Peneliti Lanjutan

- a. Masih diperlukan penelitian lebih lanjut yang berhubungan dengan steroid anabolik beserta efek sampingnya.
- b. Wilayah populasi daerah lain perlu juga diteliti sehingga akan diperoleh hasil penelitian yang lebih akurat pada setiap daerahnya.
- c. Perlu dilakukan penelitian lebih lanjut diluar dunia binaraga, khususnya atlet-atlet yang juga menggunakan obat-obat yang menghasilkan efek ergogenik namun beresiko menimbulkan efek samping.

DAFTAR PUSTAKA

1. Rasul KH, Aziz FM. The Effect of Sustanon (Testosterone Derivative) Taken By Athlete on The Testis of Rat. 2011
2. Helms ER, Aragon AA, Fitschen PJ. nutrition and supplementation. Evidence-based recommendations for natural bodybuilding contest preparation. 2014.
3. Pitigoi G, Paunescu C, Mitrea N, Baconi D, Paunescu M. Burcea C, Arsene AI. *New Approaches Regarding The Dynamics Of The Doping Pharmacologic Agents In Sports*. 2012.
4. Harrison S, Bergfeld W. Its triggers and management. Diffuse hair loss. 2009.
5. Hadshiew IM, Foitzik K. Stress and the Underestimated Psychosocial. Burden of Hair Loss. 2006.
6. França KF, Rodrigues TS. Comprehensive Overview and Treatment Update on Hair Loss. 2013.
7. Dhurat R, Saraogi P. Merits and Demerits. Hair Evaluation Methods. 2009.
8. Rennie MJ. a case of the Emperor's new clothes? Claims for the anabolic effects of growth hormone. 2012.
9. Guyton AC, Hall JE. Textbook of Medical Physiology. 12th ed. Guyton AC, Hall JE, editors. Philadelphia: Saunders/Elsevier; 2004. (14)
10. Katzung BG, Masters SB, Trevor AJ. Basic & Clinical Pharmacology. 12th ed. London: McGraw-Hill; 2012. p. 828-830 (9)
11. Hoffman JR, Ratamess NA. Are They Exaggerated? Medical Issues Associated With Anabolic Steroid Use. 2006.
12. Bhasin S, Storer TW. The Effects of Supraphysiologic Doses of Testosteron on Muscle Size and Strength in Norma Men. 2006 July; 335. (15)
13. Evans NA. Current Concepts in Anabolic-Androgenic Steroids. 2006; 32
14. Tortora GJ, Derrickson B. Principles of Anatomy and Physiology. 12th ed. Roesch B, editor. Danvers: John Wiley & Sons, Inc.; 2009.
15. Niecshlag E, Behre HM. Testosterone: Action, Deficiency, Substitution. 3rd ed.; 2008.