

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Penelitian

Di era modern ini, olahraga bukan lagi sekedar gaya hidup, olahraga sudah menjadi kebutuhan. Seperti yang dilansir pada artikel di *lifestyle.okezone.com*, banyak orang melakukan *fitness* untuk memperoleh bentuk tubuh yang ideal. Banyaknya *fitness center* baru di Surabaya menandakan bahwa olahraga tersebut semakin digemari. Salah satu *fitness center* yang baru saja dibuka di Surabaya yaitu *Celebrity Fitness* yang terletak di Tunjungan Plaza 5 lantai 7. *Bodybuilding* adalah istilah yang digunakan orang ketika menggunakan olahraga sebagai media untuk memperoleh tubuh yang ideal dan atletis. Salah satu olahraga yang dapat digunakan untuk *bodybuilding* adalah *fitness*. Pada dasarnya, membentuk tubuh yang atletis memerlukan pola makan yang tepat, jadwal latihan teratur, pengukuran hasil yang rutin, dan modifikasi program latihan jika perlu (Nosca, 2010). Dengan semakin populernya gaya hidup sehat dan olahraga *fitness*, cabang olahraga *bodybuilding* juga semakin berkembang. Hampir setiap bulan diadakan berbagai *eventbodycontest* yang diselenggarakan di berbagai kota di Indonesia (ultimatebodycontest.com). Hal tersebutlah yang menarik minat individu dari berbagai kalangan untuk menggeluti *bodybuilding*.

Ade Rai mengemukakan bahwa sekarang semakin marak penyalahgunaan obat di kalangan praktisi *bodybuilding*, bukan hanya atlet namun juga masyarakat umum yang menginginkan tubuh ideal dan atletis (Idaman, 2017, Ade Rai dan Kecemasan pada Sisi Kalam Binaraga, para.

15). Penyalahgunaan obat yang dimaksud dalam artikel tersebut adalah *Androgenic Anabolic Steroid* atau biasa disingkat AAS. Praktik penggunaan AAS ini bertujuan untuk mempercepat proses mendapatkan bentuk tubuh yang atletis.

Steroid mulanya diciptakan untuk kepentingan medis, yaitu mengatasi infertilitas pada laki-laki. Steroid sendiri adalah hormon yang dibuat dari turunan senyawa kimia oleh manusia. Beberapa steroid memiliki efek androgenik, meliputi efek maskulinisasi, peningkatan pertumbuhan rambut, dan pembesaran beberapa kelenjar seks pria. Beberapa steroid juga memiliki efek anabolik meliputi peningkatan massa otot, peningkatan ukuran beberapa organ internal, dan mengikat kalsium di tulang. *Androgenic Anabolic Steroid* atau biasa disingkat AAS adalah golongan steroid yang memiliki efek androgenik dan anabolik (Charles D. Kochakian, 1990). Volkow (2006) mengatakan bahwa AAS dapat meningkatkan kinerja dan penampilan fisik atlet. Obat-obatan tersebut berbahaya jika digunakan secara tidak tepat. Penggunaan AAS yang tidak tepat dapat menyebabkan konsekuensi negatif bagi kesehatan yang tidak dapat disembuhkan. AAS dapat menyebabkan untuk serangan jantung dini, stroke, tumor hati, gagal ginjal, dan masalah kejiwaan. Selain itu, karena beberapa AAS digunakan dengan cara disuntik, pengguna yang berbagi jarum atau menggunakan cara yang tidak steril saat menyuntikkan AAS dapat berisiko tertular infeksi berbahaya, seperti HIV/AIDS dan Hepatitis B dan C.

Dari data statistik yang diperoleh sebagian besar pengguna AAS adalah atlet angkat beban berusia 20 hingga 30 tahun. Sekitar 22% penggunaan AAS dimulai pada usia remaja. Penggunaan AAS tidak populer di kalangan wanita karena efek maskulin yang diberikan oleh AAS meliputi, tumbuh rambut pada area wajah, perubahan suara menjadi lebih

berat, hingga terjadi pembesaran pada klitoris (NIDA, 2017). Di Inggris lebih dari 1 juta penduduknya menggunakan AAS. Ditinjau dari alasannya, pengguna remaja bertujuan untuk memperoleh tubuh yang sempurna dan pengguna dewasa bertujuan untuk terlihat awet muda (Morris, 2018, *Up to A Million Britons Use Steroids for Looks, Not Sport*, para. 1). Di Indonesia penelitian mengenai AAS sangat jarang dilakukan sehingga tidak ada data statistik yang mendukung.

AAS yang beredar di masyarakat bisa dikatakan ilegal karena tidak memiliki label BPOM dan tidak terdaftar pada website BPOM. Dijelaskan dalam Pasal 106 ayat (1) Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 36 Tahun 2009 tentang Kesehatan bahwa "Sediaan farmasi dan alat kesehatan hanya dapat diedarkan setelah mendapat izin edar". Artinya segala bentuk AAS termasuk ilegal karena tidak memiliki ijin edar. Beredarnya AAS tidak lepas dari perkembangan teknologi. AAS banyak diperjualbelikan di situs jual beli *online* dan para penjual tidak memberikan informasi mengenai efek samping dari obat tersebut. Dalam Pasal 7 dan Pasal 8 Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 8 Tahun 1999 tentang Perlindungan Konsumen, pelaku usaha diminta untuk jujur atas segala informasi yang berkaitan dengan barang dan/atau jasa yang diperjualkan kepada konsumen. Pelaku usaha juga diwajibkan untuk menjual segala sesuatu yang memenuhi standar yang dipersyaratkan dan ketentuan peraturan perundang-undangan.

Penggunaan AAS jelas melanggar hukum dan berdampak negatif bagi kesehatan. Penggunaan AAS dalam jangka panjang dapat merusak hati karena hormon testosteron memiliki jalur metabolisme utama di hati sehingga dapat menurunkan fungsi hati (Sari dkk, 2015). AAS juga bekerja pada susunan sistem saraf pusat serta memengaruhi otak dengan melepaskan peptida opiat endogen dan mengaktifkan sistem messenger

sekunder, perubahan elektroensefalografi mirip dengan penggunaan amfetamin dan antidepresan trisiklik. Hal tersebut dapat membuat pengguna AAS mengalami gangguan *mood* seperti depresi, mania, hingga peningkatan agresi (Talih dkk, 2007).

Meski begitu masih banyak orang yang menggunakan AAS dengan berbagai alasan, seperti 3 calon informan yaitu RE, RA, dan EM. Wawancara *preliminary* dengan informan dilakukan dengan menggunakan aplikasi *chatting* Whatsapp dan Instagram. Ketiga informan ini adalah pengguna AAS yang rutin melakukan *cycle*. *Cycle* disini adalah istilah yang digunakan praktisi *bodybuilding* yang mana ada saatnya menggunakan dan ada saatnya berhenti untuk mengembalikan sistem kerja hormon seperti semula. Meskipun mereka melakukan *cycle*, tidak satupun dari mereka menggunakan pendampingan dokter. Penggunaan AAS mereka hanya berdasarkan pengalaman teman-teman yang lain. Walaupun demikian, ketika ditanya seputar kesehatannya saat menggunakan AAS, salah satu informan yaitu EM (Komunikasi pribadi, Februari 4, 2019) mengatakan bahwa ia merasa baik-baik saja dan lebih sehat ketika menggunakan AAS, baik atau tidaknya untuk kesehatan tergantung dari pemakaiannya. Hal tersebut disampaikan dalam kutipan wawancara sebagai berikut:

“Iyo malah sehat, berbahaya gak e iku tergantung mengkonsumsi gimana, lek over yo berbahaya, lek polosan jangan harap badan bagus”(EN)

Dalam kutipan wawancara tersebut terlihat bahwa aspek HBM *self efficacy* informan EN yakin dengan pengetahuannya tentang cara menggunakan AAS yang benar.

Pengalaman yang berbeda dirasakan oleh informan RA. Ketika ditanya “Apakah pernah merasakan dampak negatif AAS?”, Informan RA (Komunikasi pribadi, Februari 4, 2019) menjawab bahwa ia pernah merasakan efek negatif dari AAS dan sembuh jika mengkonsumsi obat tertentu. RA berpendapat selama menggunakan obat penawarnya, tidak masalah menggunakan AAS. Obat penawar yang dimaksud adalah obat yang berfungsi untuk mengembalikan fungsi hormon tubuh seperti *Nolvadex*, *Clomid*, HCG, dan *Arimidex*. Hal tersebut disampaikan dalam kutipan wawancara sebagai berikut:

“Pernah, pentil krenyeng-krenyeng, minum arimidex rutin, ilang, makae mesti sedia penawar dll”(RA)

Dari kutipan tersebut meskipun telah merasakan efek samping dari AAS, RA tetap menggunakan AAS karena RA percaya bahwa obat tertentu dapat menangkal efek samping AAS, sedangkan *arimidex* sendiri adalah obat yang dikembangkan dalam menangani kanker payudara (Plourde dkk, 1994). Pernyataan RA tersebut menggambarkan *self efficacy*nya karena ia yakin dengan kemampuannya mengatasi efek samping AAS, selain itu *Percieved severity* RA juga terlihat bahwa ia merasa bahwa efek samping yang dirasakan tersebut tidak parah dan dapat diatasi. Informan RE mengatakan bahwa ia mengenal AAS dari teman di gym. RE sempat merasa takut sebelum menggunakan AAS, namun karena RE ingin memenangkan *bodycontest* ia tetap menggunakannya, seperti yang disampaikan dalam kutipan wawancara pada tanggal 13 April 2019 berikut:

“Intine aku kenal roid iku tekan arek-arek gym, maringono... eee.. yo teko searching-searching google, kegoisan seseorang pengen jadi pemenang, akhirnya lewat jalan pintas. Efeknya yoo... takut lah nyo, cuman yo tetep pada porsinya. Coba-coba ya beruntung berhadiah la” (RE).

Berdasarkan kutipan di atas *Cues of action* informan RE berasal dari dalam dan luar. Informan RE ingin memenangkan *Body Contest* dan dia percaya bahwa AAS dapat memberikan *Benefits* yang mendukung performanya, di sisi lain keputusannya menggunakan AAS tidak lepas dari pengaruh lingkungan yang memberinya pengetahuan seputar AAS.

Penggunaan AAS secara berlebihan dapat merusak kerja sistem organ manusia dan mempengaruhi keseimbangan hormon dalam tubuh. Salah satu organ yang dapat rusak akibat penyalahgunaan AAS adalah jantung (Karl E. Friedl, 1990). Penggunaan AAS juga dapat menyebabkan perubahan mental seseorang seperti perubahan *mood* yang signifikan, peningkatan agresivitas hingga kecanduan AAS itu sendiri (Katz and Pope Jr, 1990).

Kerusakan pada jantung karena penyalahgunaan AAS dialami oleh salah satu praktisi *bodybuilding* di Amerika, Rich Piana. Piana ditemukan tidak sadarkan diri oleh kekasihnya di kamar mandi rumahnya. Menurut artikel dari www.tnz.com hasil otopsi Piana menyatakan bahwa ia mengalami gagal jantung dan menurut investigasi polisi ditemukan 20 botol AAS di rumahnya. Hal serupa juga terjadi di Indonesia. Salah seorang atlet *bodybuilding* berprestasi Jawa Timur yang banyak menjuarai kompetisi tingkat nasional mendadak meninggal pada usia 38 tahun 3 hari setelah menjuarai kompetisi tingkat nasional di Bali. Fenomena tersebut tidak diliput oleh media dalam negeri, namun tersebar dari mulut ke mulut di kalangan praktisi *bodybuilding* di Surabaya.

Meskipun banyak dampak negatif dari penyalahgunaan AAS dan cukup banyak berita tentang meninggalnya pengguna AAS, masih banyak praktisi *bodybuilding* di Surabaya yang menggunakannya seperti ketiga

calon informan diatas. Penggunaan AAS yang pada mulanya digunakan untuk penanganan medis, kini sudah banyak disalahgunakan terutama dalam bidang olahraga. Olahraga merupakan salah satu aktivitas untuk menjaga kesehatan. Maka untuk melihat alasan informan menggunakan AAS, peneliti menggunakan konsep *Health Belief Model*.

Theory of Reasoned Action (TRA) dan *Theory of Planned Behavior* (TPB) berfokus pada konstruksi teoretis yang berkaitan dengan faktor motivasi individu sebagai penentu dari kemungkinan melakukan perilaku tertentu. TRA dan TPB keduanya memprediksi suatu perilaku muncul karena kehendak individu yang dipengaruhi oleh sikap terhadap perilaku dan persepsi normatif sosial mengenai dirinya jika melakukan perilaku tersebut (Montaño & Kasprzyk dalam Glanz dkk, 2008). Dalam TRA dan TPB konstruksi yang lebih dominan adalah sikap dan norma subjektif yang terbentuk karena pengaruh sosial.

Health Belief Model merupakan suatu konsep yang mengungkapkan alasan dari individu untuk mau atau tidak mau melakukan perilaku sehat (Becker, 1974). *Health Belief Model* juga dapat diartikan sebagai sebuah konstruksi teoritis mengenai kepercayaan individu dalam berperilaku sehat. *Health Belief Model* dipelajari sebagai model perilaku terhadap gejala-gejala sakit yang terdiagnosis terutama tentang kepatuhan terhadap proses pencarian penyembuhan.

Salah satu konsep utama *Health Belief Model* adalah *barriers* atau pencegahan (Conner dan Norman, 2015). *Health Belief Model* dikemukakan untuk mengintegrasikan antara teori *stimulus-response* dengan teori kognitif dalam menjelaskan perilaku. *Health Belief Model* dipengaruhi oleh teori Kurt Lewin yang menyatakan persepsi realitas lebih mempengaruhi perilaku daripada realitas objektif. Teori *stimulus-response* sebelumnya telah

menekankan pentingnya konsekuensi perilaku dalam memprediksi tindakan, sementara teori kognitif memodifikasi hal tersebut dengan menekankan relevansi penilaian subjektif orang tersebut, dan penilaian mereka pada kemungkinan bahwa suatu tindakan akan memberikan konsekuensi yang diinginkan.

Pendekatan gabungan ini adalah teori yang disebut sebagai nilai-harapan. Dalam perspektif ini, perilaku kesehatan dipengaruhi oleh keinginan seseorang untuk menghindari penyakit atau untuk sembuh dan dengan keyakinan mereka bahwa tindakan yang mereka lakukan akan memberi dampak yang diinginkan (Hochbaum, 1958). TRA, TPB, dan HBM, ketiganya mampu memprediksi dan menjelaskan tentang sebuah fenomena perilaku sehat. Teori HBM lebih menekankan bahwa perilaku seseorang muncul karena persepsi dari dalam individu, sementara TRA dan TPB lebih menekankan pada konstruksi sikap dan norma subjektif.

Individu yang menggunakan AAS rentan terkena gangguan psikologis misalnya *body dysmorphic disorder* (Sagoe, 2015). Dalam penelitiannya, Lollis dkk (1995) menyatakan bahwa *health belief model* telah digunakan sebagai kerangka kerja untuk memahami perilaku kesehatan preventif dan perilaku saat sakit selama lebih dari satu dekade. Dalam penelitian yang dilakukan pada pengguna narkoba tersebut, *health belief model* secara signifikan dapat memperkirakan penggunaan kondom pada subjek pria. Mereka mengesampingkan perasaan nyaman saat berhubungan seks dan lebih memilih menggunakan kondom karena takut tertular penyakit seksual. Maycock dan Howat (2005) mengatakan bahwa individu sempat merasa ragu sebelum menggunakan AAS. Individu juga memiliki beberapa alasan untuk menggunakan AAS seperti kebutuhan

untuk meningkatkan ukuran dan kekuatan otot, mencapai *body image* yang diinginkan, meningkatkan harga diri, status sosial dan keamanan.

Pada hakikatnya, tujuan olahraga adalah untuk menjaga kesehatan, dan sebagai individu yang aktif berolahraga seharusnya menjadikan kesehatan sebagai tujuan utama. Dari data yang diperoleh saat wawancara *preliminary* dengan informan, mereka menggunakan steroid untuk meningkatkan performa dalam olahraga, dan mendapatkan bentuk tubuh yang ideal menurut mereka. Peneliti tertarik mengangkat fenomena ini karena penelitian mengenai dampak negatif penggunaan *anabolic steroid* ini masih jarang dikaji. Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat membantu psikolog kesehatan menegakkan diagnosis gangguan mental dan memberikan intervensi pada pengguna AAS.

1.2 Fokus Penelitian

Bagaimana gambaran *Health Belief Model* pada praktisi *bodybuilding* yang menggunakan AAS?

1.3 Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui gambaran *Health Belief Model* pada praktisi *bodybuilding* yang menggunakan AAS.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan mampu menggambarkan *Health Belief Model* pada praktisi *bodybuilding* yang menggunakan AAS, sehingga penelitian ini dapat menjadi referensi apabila suatu saat ada peneliti lain yang ingin mengkaji fenomena serupa.

1.4.2 Manfaat Praktis

a. Bagi Praktisi *Bodybuilding*

Praktisi *bodybuilding* dapat mengetahui gambaran *health belief model*nya sehingga ke depannya, mereka memiliki wawasan yang lebih luas mengenai AAS dan dapat lebih bijaksana dalam mengambil keputusan menggunakan AAS.

b. Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada masyarakat sehubungan dengan gambaran *health belief model* pada praktisi *bodybuilding* yang menggunakan AAS dan penelitian-penelitian ilmiah mengenai dampak AAS bagi tubuh, sehingga mereka diharapkan memiliki pemahaman terkait dengan pola hidup sehat.