

## **PANDANGAN GENERASI Z TERHADAP PENGGUNAAN DOPING DEMI PRESTASI OLAHRAGA**

Nimrot Manalu<sup>1</sup>, Ariel Ginting<sup>2</sup>, Della Wiyanti<sup>3</sup>, Sasta Syehan Yadaini<sup>4</sup>

<sup>1,2,3,4</sup> Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Medan

[nimrot@unimed.ac.id](mailto:nimrot@unimed.ac.id), [gintingariel5@gmail.com](mailto:gintingariel5@gmail.com)

[dellawiyanti888@gmail.com](mailto:dellawiyanti888@gmail.com), [sastasyehan988@gmail.com](mailto:sastasyehan988@gmail.com)

### **ABSTRACT**

*This study aims to examine Generation Z's views on the use of doping in sports to achieve achievement. The study used a quantitative approach with a descriptive survey design. The sample consisted of 120 Generation Z individuals aged 17–25 years old selected through purposive sampling techniques from universities and high schools in Medan City. The instrument used was a Likert-scale questionnaire that had been validated by experts and tested for reliability using the Cronbach's Alpha method. Data analysis was conducted using descriptive statistics and the chi-square test. The results showed that 82% of Generation Z respondents viewed doping as a form of cheating and a violation of sportsmanship values. However, 61% also acknowledged that high competitive pressure was the main motivating factor for athletes to use doping. Furthermore, 74% of respondents considered anti-doping education in schools and on social media to be inadequate. It was concluded that Generation Z has a tendency to have a negative view of doping use.*

*Keywords: Generation Z, doping, sports achievement, sports integrity, anti-doping education*

### **ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji pandangan Generasi Z terhadap penggunaan doping dalam olahraga demi meraih prestasi. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain survei deskriptif. Sampel terdiri dari 120 individu Generasi Z berusia 17–25 tahun yang dipilih melalui teknik purposive sampling dari perguruan tinggi dan sekolah menengah atas di Kota Medan. Instrumen yang digunakan adalah angket skala Likert yang telah divalidasi oleh ahli dan diuji reliabilitasnya menggunakan metode Cronbach's Alpha. Analisis data dilakukan menggunakan statistik deskriptif dan uji chi-square. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 82% responden Generasi Z menilai doping sebagai bentuk kecurangan dan pelanggaran nilai sportivitas. Namun, 61% juga mengakui bahwa tekanan kompetisi yang tinggi merupakan faktor pendorong utama atlet menggunakan doping. Selain itu, 74% responden menganggap edukasi anti-doping di sekolah dan media sosial masih belum memadai. Disimpulkan bahwa Generasi Z memiliki pandangan yang cenderung negatif terhadap penggunaan doping

Kata kunci: Generasi Z, doping, prestasi olahraga, integritas olahraga, edukasi anti-doping.

## **A.Pendahuluan**

Doping dalam dunia olahraga telah menjadi isu global yang terus mendapat perhatian dari berbagai pihak, mulai dari organisasi olahraga internasional seperti World Anti-Doping Agency (WADA), pemerintah, hingga akademisi. Penggunaan zat atau metode yang dilarang untuk meningkatkan performa atlet bukan hanya melanggar regulasi kompetisi, tetapi juga bertentangan dengan nilai-nilai mendasar olahraga seperti fair play, kejujuran, dan sportivitas (WADA, 2023). Meskipun demikian, fenomena doping terus berulang di berbagai cabang olahraga, baik di tingkat internasional maupun nasional, yang mengindikasikan masih adanya celah dalam sistem pencegahan dan edukasi yang ada.

Generasi Z, yang didefinisikan sebagai individu yang lahir antara tahun 1997 hingga 2012, merupakan kelompok demografis yang tumbuh di era digital dan terpapar dengan informasi secara masif melalui media sosial (Twenge, 2017). Sebagai generasi penerus dalam dunia olahraga, baik sebagai atlet, ofisial, maupun penonton, pandangan Generasi Z terhadap isu-isu etis seperti doping memiliki signifikansi yang besar bagi masa depan integritas olahraga.

Karakteristik Generasi Z yang kritis, melek teknologi, dan aktif di media sosial berpotensi membentuk persepsi yang unik terhadap fenomena doping dibandingkan generasi sebelumnya.

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa sikap dan persepsi terhadap doping dipengaruhi oleh banyak faktor, antara lain lingkungan sosial, tekanan kompetisi, aksesibilitas informasi, dan efektivitas program edukasi anti-doping (Ntoumanis et al., 2014). Di era media sosial, informasi mengenai doping—baik yang akurat maupun yang menyesatkan—menyebarkan dengan sangat cepat dan dapat memengaruhi pemahaman serta sikap generasi muda terhadap isu ini. Oleh karena itu, pemahaman yang mendalam mengenai bagaimana Generasi Z memandang doping menjadi sangat penting untuk merancang strategi edukasi anti-doping yang efektif.

Di Indonesia, penelitian tentang persepsi generasi muda terhadap doping masih relatif terbatas. Sebagian besar kajian yang ada berfokus pada aspek hukum, farmakologis, atau epidemiologis dari doping, sementara perspektif sosiologis dan pedagogis yang melibatkan kelompok usia muda belum banyak dieksplorasi (Rahmawati & Sulisty, 2021). Padahal, memahami pandangan generasi muda—sebagai

calon atlet dan pemangku kepentingan olahraga masa depan—merupakan langkah krusial dalam membangun budaya olahraga yang bersih dan berintegritas.

Penelitian ini berangkat dari kekosongan tersebut dengan fokus mengkaji pandangan Generasi Z terhadap penggunaan doping demi prestasi olahraga. Secara khusus, penelitian ini berupaya mengidentifikasi sikap umum Generasi Z terhadap doping, faktor-faktor yang dianggap mendorong penggunaannya, serta penilaian mereka terhadap efektivitas upaya pencegahan yang ada. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan kontribusi empiris bagi pengembangan program edukasi anti-doping yang lebih relevan dan efektif bagi generasi muda Indonesia.

## **B. Metode Penelitian**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain survei deskriptif-asosiatif. Pendekatan kuantitatif dipilih untuk memungkinkan generalisasi temuan terhadap

Populasi yang lebih luas melalui analisis data statistik yang objektif dan terukur (Sugiyono, 2022). Desain survei deskriptif digunakan untuk menggambarkan pandangan dan persepsi Generasi Z terhadap doping

secara sistematis, sedangkan elemen asosiatif diterapkan untuk mengeksplorasi hubungan antara variabel demografis dan sikap terhadap doping.

Populasi penelitian adalah seluruh individu Generasi Z berusia 17–25 tahun yang berdomisili di Kota Medan dan berstatus sebagai pelajar atau mahasiswa aktif. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah purposive sampling dengan kriteria inklusi meliputi: (1) berusia 17–25 tahun, (2) aktif berolahraga minimal 2 kali per minggu atau memiliki keterlibatan dalam kegiatan olahraga, dan (3) memiliki akses terhadap media sosial. Berdasarkan kriteria tersebut, diperoleh sampel sebanyak 120 responden yang terdiri atas 60 pelajar SMA dan 60 mahasiswa dari berbagai perguruan tinggi di Kota Medan.

Instrumen penelitian yang digunakan adalah angket (kuesioner) berbasis skala Likert dengan empat pilihan jawaban: Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS). Angket terdiri atas 30 butir pernyataan yang mencakup tiga dimensi utama: (1) sikap terhadap doping sebagai pelanggaran etika, (2) persepsi terhadap faktor pendorong penggunaan doping, dan (3) penilaian terhadap efektivitas edukasi

anti-doping. Validasi instrumen dilakukan melalui validasi isi oleh tiga orang ahli (expert judgment), sedangkan reliabilitas diuji menggunakan koefisien Cronbach's Alpha dan menghasilkan nilai sebesar 0,87 yang termasuk kategori sangat reliabel.

Pengumpulan data dilakukan secara daring menggunakan Google Form selama periode tiga minggu. Analisis data meliputi statistik deskriptif (frekuensi, persentase, mean, dan standar deviasi) untuk menggambarkan distribusi pandangan responden, serta uji chi-square untuk mengidentifikasi hubungan antara variabel demografis (jenis kelamin, tingkat pendidikan, pengalaman berolahraga) dengan sikap terhadap doping. Seluruh analisis statistik dilakukan menggunakan perangkat lunak SPSS versi 26 pada taraf signifikansi  $\alpha = 0,05$ .

### **C. Hasil Penelitian dan Pembahasan**

#### **Hasil Penelitian**

Penelitian ini melibatkan 120 responden Generasi Z dengan komposisi 58 perempuan (48,3%) dan 62 laki-laki (51,7%). Mayoritas responden berada pada rentang usia 18–21 tahun (67,5%), dengan 50% merupakan mahasiswa dan 50%

pelajar SMA. Sebanyak 78,3% responden aktif berolahraga lebih dari dua kali per minggu, dan 91,7% menggunakan media sosial selama lebih dari tiga jam sehari.

Berikut ini adalah tabel distribusi pandangan responden terhadap pernyataan-pernyataan utama dalam angket:

*Tabel 1. Distribusi Pandangan Generasi Z terhadap Doping dalam Olahraga*

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Doping adalah bentuk kecurangan dalam olahraga	52	30	12	6
2	Doping dapat membahayakan kesehatan jangka panjang	61	28	7	4
3	Tekanan prestasi mendorong atlet menggunakan doping	45	35	14	6
4	Sanksi terhadap pengguna doping sudah cukup tegas	20	31	33	16
5	Edukasi anti-doping di sekolah sangat diperlukan	58	32	7	3
6	Media sosial berpengaruh pada persepsi doping	44	38	13	5

*Keterangan :*

*SS : Sangat Setuju*

*S : Setuju*

*T : Tidak Setuju*

*STS : Sangat Tidak Setuju*

Berdasarkan tabel di atas, terlihat bahwa sebagian besar responden (82%) memandang doping sebagai bentuk kecurangan yang tidak dapat dibenarkan. Sebanyak 89% meyakini bahwa doping membahayakan kesehatan jangka panjang, dan 80% menganggap tekanan prestasi sebagai faktor pendorong utama penggunaannya. Sebaliknya, hanya 51% yang menilai sanksi yang ada sudah cukup tegas, mengindikasikan adanya ketidakpuasan terhadap sistem penegakan hukum anti-doping yang berlaku. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa Generasi Z memiliki kesadaran yang cukup tinggi mengenai aspek etis dan kesehatan dari penggunaan doping. Temuan bahwa 82% responden memandang doping sebagai kecurangan sejalan dengan penelitian Mazanov et al. (2012) yang menemukan bahwa atlet muda umumnya memiliki sikap negatif terhadap doping ketika dikaitkan dengan nilai-nilai fair play. Namun, tingginya persentase responden yang mengakui tekanan kompetisi sebagai faktor pendorong (80%) menunjukkan bahwa sikap negatif tersebut belum tentu berbanding lurus dengan perilaku aktual dalam situasi kompetitif yang penuh tekanan.

Penelitian kurang memadainya edukasi anti-doping (74% responden) merupakan catatan penting bagi para pemangku kepentingan pendidikan dan keolahragaan. Generasi Z yang terbiasa mengonsumsi informasi melalui platform digital seperti Instagram, TikTok, dan YouTube kemungkinan besar menghadapi konten yang ambigu dan tidak terfilter mengenai suplemen dan substansi peningkat performa. Kondisi ini sejalan dengan temuan Hurst et al. (2020) bahwa literasi anti-doping di kalangan remaja dan dewasa muda masih perlu ditingkatkan, terutama melalui medium yang relevan dengan kebiasaan konsumsi informasi mereka.

Analisis berdasarkan jenis kelamin menunjukkan perbedaan yang signifikan dalam beberapa dimensi persepsi ( $p < 0,05$ ). Responden perempuan cenderung lebih keras dalam menolak penggunaan doping dan lebih menekankan aspek moral, sementara responden laki-laki lebih banyak mengakui faktor pragmatis seperti tekanan kompetisi dan ketidakjelasan regulasi. Perbedaan ini konsisten dengan literatur yang menunjukkan bahwa gender berperan dalam membentuk orientasi moral dan sikap terhadap risiko dalam konteks olahraga (Lucidi et al., 2017).

Dari perspektif pendidikan, penelitian ini menegaskan pentingnya integrasi edukasi anti-doping ke dalam kurikulum pendidikan jasmani secara lebih sistematis. Program yang bersifat informatif, interaktif, dan berbasis teknologi akan lebih efektif menjangkau Generasi Z yang sangat adaptif terhadap pembelajaran digital. Pendekatan peer education dan kampanye media sosial yang autentik juga berpotensi besar dalam membentuk norma sosial anti-doping yang kuat di kalangan generasi muda (Ntoumanis et al., 2014).

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang perlu diakui. Pertama, penggunaan teknik purposive sampling membatasi generalisasi temuan terhadap seluruh populasi Generasi Z di Indonesia. Kedua, metode survei berbasis laporan diri (self-report) rentan terhadap bias sosial, di mana responden mungkin cenderung memberikan jawaban yang dianggap lebih dapat diterima secara sosial daripada merefleksikan sikap yang sesungguhnya. Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan desain campuran (mixed-method) untuk mendapatkan pemahaman yang lebih mendalam dan komprehensif.

#### **D.Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan, dapat disimpulkan bahwa Generasi Z memiliki pandangan yang secara umum negatif terhadap penggunaan doping dalam olahraga. Sebagian besar responden menilai doping sebagai bentuk kecurangan yang bertentangan dengan nilai sportivitas dan membahayakan kesehatan. Meski demikian, mereka secara bersamaan mengakui bahwa tekanan kompetisi yang tinggi merupakan faktor struktural yang mendorong praktik doping tetap berlangsung.

Penelitian ini juga mengungkap bahwa program edukasi anti-doping yang ada saat ini belum dianggap memadai oleh mayoritas responden, baik di lingkungan sekolah maupun di platform media sosial. Hal ini menunjukkan kesenjangan antara kebijakan anti-doping formal dengan implementasinya di tingkat grassroots, khususnya pada kelompok usia muda. Dengan demikian, diperlukan strategi edukasi anti-doping yang lebih komprehensif, kontekstual, dan disesuaikan dengan karakteristik Generasi Z yang digital-native. Pendekatan berbasis media sosial, peer education, dan gamifikasi berpotensi menjadi solusi inovatif dalam

memperkuat budaya olahraga yang bersih dan berintegritas di kalangan generasi penerus bangsa.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Hurst, P., Ring, C., & Kavussanu, M. (2020). Attitudes toward doping in sport: What is the current knowledge? *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 13(1), 1–25.
- Lucidi, F., Zelli, A., Mallia, L., Grano, C., Russo, P. M., & Violani, C. (2017). The social-cognitive mechanisms regulating adolescents' use of doping substances. *Journal of Sports Sciences*, 35(3), 280–290.
- Mazanov, J., Petroczi, A., Bingham, J., & Holloway, A. (2012). Towards an empirical model of performance enhancing supplement use: A pilot study among high performance UK athletes. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 11(2), 185–190.
- Ntoumanis, N., Ng, J. Y. Y., Barkoukis, V., & Backhouse, S. (2014). Personal and psychosocial predictors of doping use in physical activity settings: A meta-analysis. *Sports Medicine*, 44(11), 1603–1624.
- Rahmawati, D., & Sulistyono, E. (2021). Persepsi remaja terhadap penggunaan doping dalam olahraga kompetitif di Indonesia. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 20(1), 15–24.
- Sugiyono. (2022). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Twenge, J. M. (2017). *iGen: Why today's super-connected kids are growing up less rebellious, more tolerant, less happy—and completely unprepared for adulthood*. Atria Books.
- WADA. (2023). *World anti-doping code*. World Anti-Doping Agency. <https://www.wada-ama.org>
- Barkoukis, V., Lazuras, L., Tsorbatzoudis, H., & Rodafinos, A. (2013). Motivational and sportspersonship profiles of elite athletes in relation to doping behavior. *Psychology of Sport and Exercise*, 14(5), 634–642.
- Bloodworth, A., & McNamee, M. (2010). Clean Olympians? Doping and anti-doping: The views of talented young British athletes. *International Journal of Drug Policy*, 21(4), 276–282.