

Hidup Sehat dengan Donor Darah

Solehudin^{1*}, Mustopa²

¹Program Studi Keperawatan Universitas Indonesia Maju Jakarta

²Program Studi Ilmu Komunikasi Universitas Indonesia Maju Jakarta

ABSTRACT: The principle of the Indonesian Red Cross service is the spirit of neutrality and independence, having a major role in providing safe, ready-to-use blood in sufficient quantities so that it can meet the demands of patients in need. The purpose of this activity is the implementation of blood donor activities in the community as an effort to maintain health. Activities in community service include health education and blood donation. The number of residents identified as registering to become blood donors was 61 people. After being screened by the Blood Transfusion Unit officers, 49 people were eligible to donate their blood. Public understanding of the importance of blood donation has increased and blood donation activities can be carried out smoothly as expected. People who cannot donate blood should be given an education.

Keywords: Health Counseling, Blood Donation, Indonesian Red Cross

ABSTRAK: Prinsip pelayanan Palang Merah Indonesia adalah semangat ketertarikan dan kemandirian, mempunyai peran utama dalam penyediaan darah yang aman, siap pakai dan dalam jumlah yang cukup sehingga dapat memenuhi permintaan pasien yang membutuhkan. Tujuan kegiatan ini adalah terlaksananya kegiatan donor darah pada masyarakat sebagai upaya menjaga kesehatan. Kegiatan dalam pengabdian kepada masyarakat antara lain penyuluhan kesehatan dan donor darah. Jumlah warga yang teridentifikasi mendaftar menjadi pendonor darah sebanyak 61 orang. Setelah melalui screening oleh petugas Unit Transfusi Darah, jumlah warga yang layak mendonorkan darahnya sebanyak 49 orang. Pemahaman masyarakat tentang pentingnya donor darah meningkat dan kegiatan donor darah dapat dilaksanakan dengan lancar sesuai dengan harapan. Masyarakat yang belum bisa donor darah harus diberikan edukasi.

Kata Kunci: Penyuluhan Kesehatan, Donor Darah, Palang Merah Indonesia

submitted: 07-08-2022; Revised: 13-08-2022; Accepted:22-08-2022

***Corresponding Author:** solehsolehudin412@gmail.com

PENDAHULUAN

Salah satu upaya yang dilakukan untuk mencegah penyebaran virus SARS CoV2 ialah dengan menutup sekolah, perguruan tinggi dan tempat-tempat umum lainnya yang banyak mengumpulkan orang dalam satu waktu. Sejak kasus positif dikonfirmasi pada bulan Maret 2020 yang lalu di Indonesia, pemerintah menyatakan untuk melakukan penutupan tersebut dan menghimbau masyarakat untuk beraktivitas di rumah sampai waktu yang ditentukan. Hal ini tentu sangat memberikan dampak negatif pada sektor pendidikan, ekonomi, maupun kesehatan (Djuardi, 2020).

Berita di media sosial terkait Covid-19 di masyarakat masih simpang siur dan berisi berita yang tidak dapat dipercaya (hoax), hal ini menimbulkan keresahan di masyarakat. Terdapat beberapa berita hoax yang telah disimpulkan oleh Kementerian Komunikasi dan Informatika RI (KOMINFO) tahun 2020 dengan judul artikel yang beredar terdiri dari penemuan virus corona pada tisu toilet, minum alkohol bisa kurangi risiko terkena corona, foto penampakan wujud virus corona setelah diperbesar 2600 kali, menteri kabinet Jokowi positif terpapar Covid - 19. Serta masih banyak berita-berita hoax lainnya yang beredar. Tugas sebagai profesional medis untuk memberikan informasi yang jujur dan ilmiah tentang apa yang kita ketahui, dan apa yang belum kita ketahui, tentang virus ini. Kita mungkin tidak dapat mencegah pandemi ini, tetapi kita tentu dapat mendidik masyarakat, terutama mereka yang tinggal di sekitar kita, untuk menghentikan rantai informasi yang tidak akurat ini menyebar lebih banyak (Bela et al., 2021)

Menurut Sugianto (2017), Palang Merah Indonesia memberikan pelayanan kepada masyarakat yang membutuhkan secara efektif dan tepat waktu. Prinsip pelayanan Palang Merah Indonesia adalah semangat kenetralan dan kemandirian, mempunyai peran utama dalam penyediaan darah yang aman, siap pakai dan dalam jumlah yang cukup sehingga dapat memenuhi permintaan pasien yang membutuhkan. Dengan tujuan untuk memungkinkan penggunaan darah bagi keperluan pengobatan dan pemulihan Kesehatan yang mencakup pengambilan, pengolahan/pemeriksaan, pengamanan, penyimpanan dan penyampaian darah kepada orang sakit (Septiana et al., 2021).

Berdasarkan latar belakang diatas penulis tertarik untuk melakukan Pengabdian Kepada Masyarakat dengan tema "Manajemen Hidup Sehat dengan Donor Darah" di RT 005 dan RW 007 Kelurahan Ragajaya Kecamatan Bojong Gede, Kabupaten Bogor, Jawa Barat. Tujuan kegiatan ini adalah terlaksananya kegiatan donor darah pada masyarakat sebagai upaya menjaga kesehatan

PELAKSANAAN DAN METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan pada bulan Juli 2022. Tempat yang digunakan meliputi aula masjid dan aula Paud di wilayah tersebut. Koordinasi dilakukan mulai bulan Maret 2022 untuk mengetahui permasalahan kesehatan yang ada di Masyarakat. Kegiatan dalam pengabdian kepada masyarakat antara lain penyuluhan kesehatan dan donor darah.

Tim pelaksana kegiatan pengabdian kepada masyarakat yaitu Dosen bersama masyarakat serta Petugas Unit Transfusi Darah Kota Depok. Ketua tim pelaksana merupakan Dosen Universitas Indonesia Maju Jakarta, sedangkan anggota tim adalah dosen dan mahasiswa keperawatan.

Seleksi peserta donor darah melalui tahapan sebagai berikut: 1) Melakukan identifikasi anggota masyarakat yang berminat donor darah, 2) Membuat group WhatsApp untuk mempermudah penyampaian informasi kepada masyarakat, 3) Membuat daftar nama-nama peserta (masyarakat) yang sudah pasti akan melakukan donor darah, 4) Memberikan informasi-informasi awal tentang hidup sehat dan donor darah kepada masyarakat melalui group WhatsApp.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilakukan melalui beberapa tahapan yaitu: 1) Registrasi warga yang akan melakukan donor, 2) Pengisian *informed consent* oleh warga yang sudah registrasi, 3) Screening calon pendonor oleh petugas Unit Transfusi Darah, 4) Pelaksanaan donor darah oleh petugas bagi warga yang lolos screening, 5) Pemberian makanan ekstra bagi warga yang sudah donor.

Adapun penyuluhan kesehatan tentang manajemen hidup sehat dilakukan disaat warga melakukan *informed consent*, menunggu pelaksanaan screening dan donor darah.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Jumlah warga yang teridentifikasi mendaftar menjadi pendonor darah se banyak 61 orang. Setelah melalui screening oleh petugas Unit Transfusi Darah, jumlah warga yang layak mendonorkan darahnya sebanyak 49 orang. Warga yang tidak lolos screening donor darah sebagian besar disebabkan oleh beberapa hal seperti Tekanan Darah kurang dari 100 mmHg, kadar hemoglobin kurang dari 11 g/dl, berat badan dibawah Indeks Masa Tubuh dan memiliki riwayat penyakit Kardiovaskuler. Adapun kegiatan donor darah di lingkungan tersebut seperti gambar dibawah:



Gambar 1. Pelaksanaan Donor Darah



Gambar 2. Pelaksanaan Donor Darah

Donor darah adalah proses pengambilan darah dari seseorang secara sukarela untuk disimpan pada bank darah yang akan digunakan untuk keperluan transfusi darah (Sudiwati et al., 2022). Penelitian yang dilakukan Rachmawati tahun 2018 menunjukkan manfaat donor darah sebagai faktor proteksi terhadap penyakit kardiovaskuler. Pendonor darah reguler/rutin memiliki kadar kolesterol total dan LDL lebih rendah daripada pendonor non-reguler. Penelitian Alvira dkk. tahun 2016 di UTD PMI Bantul menunjukkan bahwa pendonor yang *overweight* lebih sering mendonorkan darah daripada pendonor yang normal dan kurus. Namun, pendonor yang *overweight* juga memiliki rata-rata kadar kolesterol yang lebih tinggi daripada pendonor yang normal (Danarsih et al., 2022). Sebelum terjadi donor darah, pendonor akan melewati tahap seleksi donor darah dengan tujuan untuk melindungi kesehatan donor dengan cara memastikan bahwa donasi tersebut tidak berbahaya bagi kesehatannya, dan melindungi pasien dari resiko penyakit menular atau efek merugikan lainnya (Mangara et al., 2022).

Menurut Hamzah (2015), karakteristik pendonor darah menentukan pola prediksi pendonor yang berpotensi menjadi pendonor tetap. Sehingga dapat difokuskan dimana penyebaran informasi harus dilakukan agar lebih efisien dalam menambah jumlah pendonor darah dan untuk mengetahui jumlah pendonor darah yang mendonorkan darahnya secara sukarela, pengganti/keluarga dan pendonor darah apheresis. Karakteristik pendonor darah yang dimaksud adalah jenis kelamin, umur pendonor, pekerjaan dan golongan darah. Pentingnya donor darah bagi kesehatan adalah untuk menjaga kesehatan jantung, donor darah dapat menurunkan resiko penyakit jantung dan serangan jantung karena dapat menurunkan kekentalan darah dan meningkatkan produksi sel darah merah membantu tubuh mengurangi jumlah sel darah merah maka sumsum tulang belakang akan memproduksi lagi sel darah merah yang telah hilang membantu menurunkan berat badan, mendeteksi penyakit lebih dini, menurunnya resiko terjadinya kanker, dan menjaga kesehatan psikologi (Mangara et al., 2022).

Menurut Bayususetyo, dkk (2017), proses donasi darah adalah proses pengeluaran darah atau unsur-unsur darah dari seseorang. Darah tersebut akan ditransfusikan kepada pasien sehingga diperlukan donor darah yang sehat. Calon donor darah harus menjalani pemeriksaan kesehatan, baik pengukuran tekanan darah, golongan darah, kadar hemoglobin maupun konsultasi medis. Donor darah akan memperoleh banyak manfaat bagi kesehatan dengan menjadi seorang donor darah. Kegiatan menyumbangkan darah akan menyebabkan sel-sel darah di dalam tubuh menjadi lebih cepat terganti dengan yang baru. Menurut Peraturan Pemerintah Nomor 7 Tahun 2011, pelayanan darah sebagai salah satu upaya kesehatan dalam rangka pengobatan penyakit, peningkatan kondisi Kesehatan sangat membutuhkan ketersediaan darah atau komponen darah yang cukup, aman, bermanfaat, mudah diakses dan terjangkau oleh masyarakat (Peraturan Pemerintah Nomor 7 Tahun 2011) (Pongantung et al., 2022).

Ketersediaan darah sangat tergantung kepada kemauan dan kesadaran masyarakat untuk mendonorkan darahnya secara sukarela dan teratur. Penelitian Sinde (2013) melaporkan bahwa motivasi seseorang untuk mendonorkan darahnya seperti untuk menolong sesama yang membutuhkan darah (88,57%), manfaat kesehatan bagi diri sendiri (77,14%), mengetahui kondisi kesehatan melalui tes kesehatan sebelum donor (18,57%), untuk beramal/ibadah (11,42%), memperoleh kepuasan/rasa senang karena dapat membantu orang lain (4,28%) dan menginspirasi orang lain untuk mendonorkan darah (1,42%) (Novianingsih et al., 2022).

Penelitian Astuti dan Chusniyah tahun 2020 mengenai gambaran motivasi pendonor darah di era pandemi Covid 19 di Kabupaten Bojonegoro melaporkan bahwa pandemi Covid 19 memberikan dampak negatif terhadap berkurangnya pasokan darah. Sementara itu, permintaan darah yang tetap tinggi selama pandemi menyebabkan terjadi ketidakseimbangan antara jumlah permintaan yang lebih tinggi daripada persediaan darah di berbagai negara termasuk Indonesia. Hal ini terjadi akibat terjadinya penurunan motivasi untuk melakukan donor darah diakibatkan ketakutan berlebihan terhadap risiko penularan Covid-19 saat menyumbangkan darah yang belum terbukti melalui penelitian atau kasus yang dilaporkan. Penurunan motivasi untuk melakukan donor darah diakibatkan adanya pembatasan aktivitas di luar rumah dan tidak adanya kegiatan donor darah di perkantoran dan tempat umum lainnya (Novianingsih et al., 2022).

Melakukan kegiatan rekrutmen donor merupakan tantangan tersendiri bagi setiap UTD terutama di masa pandemi untuk memenuhi kebutuhan stok darah. Virus Corona (Covid-19) dinyatakan sebagai pandemi oleh *World Health Organization* (WHO) sejak 9 Maret 2020 dan penyebarannya telah meluas ke 226 negara. Berdasarkan data Satgas Covid Indonesia terbaru per November 2021, jumlah kasus positif di Indonesia adalah sebanyak 4.248.843 kasus, dengan persentase tingkat kesembuhan sebesar 96,39% (4.095.663) dan tingkat kematian sebesar 3,37% atau 143.578 kasus. Trend peningkatan jumlah kasus pada akhir

tahun 2021 cukup menurun dibandingkan pada awal tahun 2020 hingga pertengahan tahun 2021. Tetapi, hal ini tetap menjadi tantangan bagi UTD dalam melakukan kegiatan rekrutmen donor (Sudiwati et al., 2022).

Melihat beberapa manfaat donor darah bagi pendonor. Aktivitas donor darah merupakan kewajiban setiap masyarakat sebagai wujud kepedulian terhadap orang lain. Banyak orang yang tidak tahu tentang manfaat donor darah bagi kesehatan. Bahkan ada juga orang enggan mendonorkan darahnya karena khawatir terhadap efek samping yang ditimbulkannya. Padahal dengan melakukan donor darah, maka sel-sel darah di dalam tubuh menjadi lebih cepat terganti dengan yang baru. Apabila rutin mendonorkan darahnya tiga bulan sekali, maka kesehatan tubuh tetap terjaga. Selain bermanfaat untuk membantu orang lain, donor darah juga membuat tubuh kita menjadi lebih sehat (Mangara et al., 2022).

Menurut penulis, adanya pandemi menyebabkan masyarakat mengalami ketakutan atau kecemasan untuk melakukan kontak langsung dengan orang lain. Hal ini juga diperkuat dengan adanya aturan yang dibuat oleh pemerintah yaitu masyarakat diharuskan melakukan *social distancing*, *work from home* atau sekolah dari rumah. Dampak yang dirasakan oleh fasilitas kesehatan dalam bidang pelayanan darah sebagaimana UTD yaitu mengalami penurunan stok darah dikarenakan banyaknya pendonor yang menunda untuk donor darah. Oleh karena itu kegiatan donor darah ini sangat bermanfaat untuk menambah ketersediaan darah yang ada di UTD, sehingga jika ada orang yang membutuhkannya sangat mudah didapat

KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

Pemahaman masyarakat tentang pentingnya donor darah meningkat dan kegiatan donor darah dapat dilaksanakan dengan lancar sesuai dengan harapan. Saran yang diberikan meliputi 1) Sebaiknya dilakukan edukasi kesehatan terhadap masyarakat secara terjadwal, 2) Donor darah bisa dilakukan secara rutin dengan memperluas wilayah disekitarnya. Beberapa rencana tindak lanjut yaitu 1) Kegiatan donor darah bisa dilaksanakan dalam kurun waktu minimal setiap 3 (tiga) bulan sekali, Saran berupa 1) Masyarakat yang sudah donor darah bisa melakukan donor darah kembali, 2) Masyarakat yang belum bisa donor darah harus diberikan edukasi

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih penulis sampaikan kepada teman-teman Dosen, para mahasiswa, tim Bank Darah dan seluruh panitia. Terima kasih juga penulis sampaikan kepada pihak kampus yang telah mendanai kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat sehingga mampu laksana dan berjalan lancar

DAFTAR PUSTAKA

- Bela, G. S., Pusporini, L. S., Marwiyah, N. &, & Kuntarto, B. (2021). Gambaran Pengetahuan, Sikap, dan Tingkat Kecemasan Masyarakat tentang Kejadian Covid-19 di Lingkungan Perumahan Taman Banten Lestari Kota Serang Tahun 2020 The Depiction of Public Knowledge, Attitudes and Anxiety Level Regarding Covid-19 Occurrence at. *Faletehan Health Journal*, 8(1), 42-50. <https://journal.lppm.stikesfa.ac.id/index.php/FHJ/article/download/198/75>
- Danarsih, D. E., Purnamaningsih, N. A., & Susilo, T. D. E. (2022). Status Obesitas dan Kadar Kolesterol Darah pada Pendonor Darah Di Unit Donor Darah PMI Kabupaten Sleman. *J-Dinamika*, 15(2), 1-23.
- Djuardi, A. M. P. (2020). Donor Darah Saat Pandemi COVID-19. *Jurnal Medika Hutama*, 02(01), 298-303.
- Mangara, A., Lissanora, S. M., & Pardede, S. (2022). Edukasi Kesehatan Tentang Manfaat Donor Darah Pada Prajurit TNI AD Dalam Rangka Hut Kodam I/ Bukit Barisan. *Jurnal Pendidikan Dan Pengabdian Masyarakat*, 2(2), 108-112.
- Novianingsih, R., Purnamaningsih, N. A., & Prahesti, R. (2022). Motivasi Donor Darah Pada Pendonor Sukarela Di Unit Donor Darah PMI Kabupaten Sleman Tahun 2021. *Jurnal Sehat Mandiri*, 17(1), 1-9.
- Pongantung, H. Y., Toreh, P., Suparlan, M., Tuwohingide, Y., & Lengkong, G. (2022). Donor Darah Komunitas Remaja Dengan Tema "Menjadi Saudara." *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat MAPALUS Sekolah*, 1(1), 26-34.
- Septiana, D., Astuti, Y., & Barokah, L. (2021). Gambaran Karakteristik Pendonor Darah Yang Lolos Seleksi Donor Di Unit Transfusi Darah Palang Merah Indonesia. *Jurnal Ilmiah Cerebral Medika*, 3(2), 1-12.

Sudiwati, N. L. P. E., Susatia, B., Panggayuh, A., & Retnaningtyas, E. (2022). Mewujudkan Generasi Sehat Melalui Kegiatan Donor Darah Sebagai Gaya Hidup Remaja Di SMKN 2 Kota Malang. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat: Kesehatan (JPKMK)*, 2.