



## Efektivitas Donor Darah Bagi Kesehatan

Putri Utami<sup>1</sup>, Abyena Hafza<sup>2</sup>, Rizki Melinda Harahap<sup>3</sup>, Usiono<sup>4</sup>

<sup>1,2,3,4</sup>Universitas Islam Negeri Sumatera Utara

E-mail: [putriutami.pu2@gmail.com](mailto:putriutami.pu2@gmail.com)<sup>1</sup>

**Abstract.** Blood donation is the process of taking blood from someone voluntarily to be stored in a blood bank to be used for blood transfusions. This research aims to provide education to the public that blood donation has many benefits in the hope that there will be awareness of voluntary blood donation. The type of research carried out was descriptive qualitative research with data collection carried out by means of interviews, observation and documentation. The results of this research are that blood donation has a good effect on body health. Apart from that, the benefit of donating blood is that it helps reduce the risk of heart attacks and other heart problems and if blood donation is done regularly every three months, the body will produce new blood cells. The conclusion of this article is that blood donation has high effectiveness for health.

**Keywords:** blood donation, effectiveness, health

**Abstrak.** Donor darah adalah proses pengambilan darah dari seseorang secara sukarela untuk disimpan di bank darah yang digunakan untuk keperluan transfusi darah. Penelitian ini bertujuan untuk memberikan edukasi kepada masyarakat bahwa donor darah memiliki banyak manfaat dengan harapan adanya kesadaran untuk melakukan donor darah sukarela. Jenis penelitian yang dilakukan adalah penelitian kualitatif deskriptif dengan pengumpulan data yang dilakukan dengan cara wawancara, observasi, dan dokumentasi. Hasil dari penelitian ini yaitu donor darah memberikan efek yang baik bagi kesehatan tubuh. Selain itu manfaat donor darah adalah membantu menurunkan resiko terkena serangan jantung dan masalah jantung lainnya dan jika donor darah dilakukan secara rutin setiap tiga bulan sekali maka tubuh akan memproduksi sel darah baru. Kesimpulan dari artikel ini yaitu donor darah memiliki efektivitas yang tinggi bagi kesehatan.

**Kata kunci:** donor darah, efektivitas, kesehatan

### PENDAHULUAN

Donor darah adalah proses pengambilan darah dari seseorang secara sukarela untuk disimpan di bank darah yang digunakan untuk keperluan transfusi darah (Fitriana Sidikah Rachman 2020). Tujuan donor darah yaitu untuk penggunaan darah bagi keperluan pengobatan dan pemulihan kesehatan yang mencakup masalah pengadaan, pengolahan, dan penyampaian darah kepada pasien (Emil Hurian 2023). Darah yang dipindahkan dapat berupa darah lengkap dan komponen darah. Biasanya hal ini sering dilakukan di kalangan remaja sampai kalangan dewasa, perlunya keinginan pendonor dimulai dari usia remaja akhir agar terwujud suatu kebiasaan, dan jiwa sosial karena darah diperoleh dari sumbangan darah para donor darah sukarela maupun donor darah pengganti. (Ririn Feriana Basri 2023)

Ketersediaan kantong darah menjadi factor yang harus diperhatikan, karena sewaktu-waktu akan dibutuhkan untuk transfuse darah dalam keadaan darurat. Transfuse darah diperlukan pada pasien yang mengalami luka akibat kecelakaan atau kondisi pembedahan, tumor ganas, komplikasi kehamilan dan kondisi medis lainnya (Harsiwi 2018). Kondisi inilah

yang menyebabkan ketersediaan darah harus selalu tercukupi. Ketersediaan dan kemauan masyarakat untuk mendonorkan darah secara sukarela dan berkesinambungan sangat diperlukan karena donor darah mempunyai manfaat. (Puspita 2022)

Salah satu faktor terpenting yang menentukan keberhasilan suatu transfusi darah adalah adanya kesediaan pendonor. Donor darah sukarela adalah donor darah yang berniat menyumbangkan darah tanpa pamrih. Donor darah rutin adalah donor darah yang menyumbangkan darah minimal dua kali dalam setahun. Donor darah sukarela rutin adalah donor darah sukarela yang menyumbangkan darah minimal dua kali dalam setahun (Permenkes No 91 Tahun 2015).

Indonesia masih tergolong negara yang kekurangan persediaan darah, Sekitar 32% remaja putri mengalami anemia sehingga menyebabkan mereka mudah terserang penyakit. Hal ini karena kurangnya kesadaran masyarakat tentang pentingnya mendonorkan darah dan hal ini yang mengakibatkan kurangnya persediaan darah di Indonesia (Soehardjo 2019). Adapun kemungkinan yang membuat masyarakat enggan untuk mendonorkan darah karena adanya rasa takut dan kekhawatiran tertentu, seperti mendengar berita atau cerita yang dilebih-lebihkan atau tidak sesuai faktanya. Oleh karena itu, masyarakat perlu diberi bimbingan dan arahan terkait dengan donor darah. (Wiwik Handayani 2020)

Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti merasa tertarik dan akan melakukan penelitian mengenai manfaat donor darah bagi kesehatan manusia, agar tidak ada lagi masyarakat yang takut untuk mendonorkan darahnya.

## **METODE PENELITIAN**

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kualitatif deskriptif. Strategi pengumpulan data dilakukan dengan cara wawancara, observasi, dan dokumentasi. Jenis data yang digunakan pada penelitian ini yaitu data primer dan data sekunder. Peneliti mengumpulkan data primer dengan metode wawancara dan juga metode observasi. Peneliti melakukan wawancara kepada 3 anggota PMI, dan mendatangi langsung kegiatan JUMBARA PMI. Sedangkan data sekunder berupa buku dan jurnal sebagai referensi. Penelitian dilakukan pada saat kegiatan JUMBARA PMI yaitu di Jalan Srikandi, Medan Denai, Kota Medan, Sumatera Utara pada tanggal 13 Oktober 2023 pukul 10.00 – 11.00 WIB.

## **HASIL**

Berdasarkan data hasil temuan dan analisis data dalam penelitian ini, maka peneliti akan membahas mengenai Efektivitas donor darah terhadap kesehatan tubuh. Berikut ini adalah hasil wawancara yang digunakan peneliti dalam mencapai tujuannya untuk mengetahui tinjauan kegiatan donor darah terhadap kesehatan tubuh di acara JUMBARA PMI, Jumat 13 Oktober 2023 di Tuntungan. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan dari kegiatan wawancara adalah sebagai berikut :

Menurut Khofifah Desi, beliau mengatakan bahwa “donor darah sangat baik untuk kesehatan, dikarenakan setelah melakukan donor darah maka tubuh seseorang akan memperoleh sel darah baru”. Sedangkan menurut Fahrul Azhari, beliau mengatakan bahwa “donor darah juga sangat baik untuk kesehatan, khususnya untuk ketahanan fisik pendonor”.

Manfaat lain dari donor darah yaitu seperti yang dikatakan oleh Aldilla Putri, beliau mengatakan bahwa “selain baik untuk kesehatan, donor darah juga termasuk dalam bersedekah, dalam artian bersedekah darah. Nah jika sudah bersedekah, berarti kita sudah melakukan pensucian, selain mensucikan harta, kita juga sudah mensucikan darah supaya lebih bersih”.

Sebelum jauh membahas tentang efektivitas donor darah terhadap kesehatan tubuh, dari beberapa hasil wawancara yang peneliti peroleh, responden sepakat bahwa donor darah memberikan efek yang sangat baik bagi kesehatan.

## **PEMBAHASAN**

### **1. Pemahaman Informan tentang Donor Darah**

Menurut Khofifah Desi donor darah adalah menyumbangkan darah dengan sukarela kepada seseorang. Menurut Fahrul Azhari donor darah adalah menyumbangkan darah guna untuk membantu orang lain. Sedangkan menurut Aldilla Putri donor darah adalah menyumbangkan darah kepada orang yang membutuhkan darah guna untuk mensucikan darah agar lebih bersih.

Dari beberapa informan yang telah diwawancarai tersebut maka dapat diketahui bahwa donor darah adalah proses pengambilan darah dari seseorang secara sukarela untuk disimpan di bank darah yang digunakan untuk keperluan transfusi darah. Dan juga merupakan salah satu aktivitas yang banyak memberikan manfaat tidak hanya pada diri sendiri, namun juga kepada seluruh orang yang membutuhkan.

## **2. Efektivitas Donor Darah Terhadap Kesehatan Tubuh**

Berdasarkan hasil wawancara yang peneliti terima dari responden, dari ke 3 responden sepakat bahwa donor darah memberikan efek baik bagi kesehatan, donor darah sendiri merupakan kegiatan transfusi darah. Upaya Kesehatan Transfusi darah sendiri merupakan serangkaian kegiatan menginjak berpokok aktivasi dan penjagaan penyumbang kait tambah pengalokasian darah. Transfusi darah menemukan kiprah klinis yang penting untuk menyelamatkan jiwa serta memperbaiki kesegaran pengidap yang membutuhkan darah.

Manfaat Donor Darah akan membantu menurunkan resiko terkena serangan jantung dan masalah jantung lainnya. Penelitian menunjukkan, mendonorkan darah akan mengurangi kelebihan zat besi dalam tubuh. Walaupun masih perlu penelitian lagi untuk memastikannya, kelebihan zat besi diduga berperan menimbulkan kelainan pada jantung. Kelebihan itu akan membuat kolesterol jahat (LDL) membentuk antikolesterol (plak lemak yang akan mneyambat pembuluh darah). Menurunnya angka masalah penyakit jantung terutama terlihat pada para pendonor yang tidak merokok. (Arief Gustaman 2013)

Manfaat mendonorkan darah secara rutin setiap tiga bulan sekali dapat menyebabkan tubuh akan terpacu untuk memproduksi sel-sel darah merah baru, sedangkan fungsi sel-sel darah merah adalah untuk oksigenisasi dan mengangkut sari-sari makanan. Hal ini senada dengan yang dikatakan oleh Khofifah Desi bahwa “setelah melakukan donor darah maka tubuh seseorang akan memperoleh sel darah baru”. Dengan demikian fungsi darah menjadi lebih baik sehingga donor menjadi sehat. Selain itu, kesehatan pendonor akan selalu terpantau karena setiap kali donor dilakukan pemeriksaan kesehatan dan pemeriksaan uji saring darah terhadap infeksi yang dapat ditularkan lewat darah.

Manfaat lainnya dari mendonorkan darah adalah mendapatkan kesehatan psikologis karena menyumbangkan hal yang tidak ternilai harganya kepada yang membutuhkan akan membuat kita merasakan kepuasan psikologis. Hal ini juga sejalan dengan yang dikatakan oleh Aldilla Putri bahwa “donor darah juga termasuk dalam bersedekah, dalam artian bersedekah darah. Hal ini tentunya menjadi kepuasan tersendiri bagi yang sudah mendonorkan darahnya”. Sebuah penelitian menemukan, orang usia lanjut yang rutin menjadi pendonor darah akan merasakan tetap berenergi dan bugar. (Malinti 2021)

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan maka dapat ditarik kesimpulan yaitu donor darah adalah proses pengambilan darah dari seseorang secara sukarela untuk disimpan di bank darah untuk kemudian dipakai pada transfusi darah. Donor darah memberikan efek yang baik bagi kesehatan tubuh. Selain itu manfaat donor darah adalah membantu menurunkan resiko terkena serangan jantung dan masalah jantung lainnya dan jika donor darah dilakukan secara rutin setiap tiga bulan sekali maka tubuh akan memproduksi sel darah baru. Penelitian ini merupakan penelitian non eksperimen dengan cara melakukan wawancara kepada 3 responden yaitu 1 responden laki-laki (dewasa) dan 2 responden perempuan (dewasa).

## **UCAPAN TERIMA KASIH**

Ungkapan terima kasih ini, penulis sampaikan kepada dosen pembimbing Bapak Usiono yang telah membimbing penulis selama pengerjaan artikel hingga artikel ini selesai. Ungkapan terima kasih peneliti ucapkan juga kepada semua pihak yang telah berkontribusi dalam pelaksanaan penelitian ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arief Gustaman, Boedijono, dan Suji. 2013. *Kualitas Pelayanan Pendonoran Darah pada Unit Donor Darah Palang Merah Indonesia Kabupaten Jember*. Jember: Universitas Jember.
- Emil Hurian, dkk. 2023. "Persepsi Mahasiswa Tentang Donor Darah: Studi Kualitatif." *Jurnal Ilmu Kesehatan*, h. 32-40.
- Fitriana Sidikah Rachman, dkk. 2020. *Question & Answer Donor Darah*. Jakarta: PT. Elex Media Komputindo.
- Harsiwi, & Liss. 2018. "Tinjauan Kegiatan Donor Darah Terhadap Kesehatan di PMI Karanganyar, Jawa Tengah." *INFOKES*, h. 52-60.
- Malinti, dan Elon. 2021. "Persepsi Masyarakat Desa Cihanjuang Tentang Donor Darah: Studi Kualitatif." *Community of Publishing in Nursing*, h. 6-14.
- Puspita. 2022. "Paparan Konseling Terhadap Pengetahuan Donor Darah Pada Siswa Kelas XI SMK Negeri 1 Jepara." *Jurnal Edunomika*, h. 34-40.
- Ririn Feriana Basri, dan Rahmita. 2023. "Penyuluhan Proses Donor Darah dan Pentingnya Donor Darah Sebagai Edukasi Pra-Donasi pada Masyarakat Pattitangang, Kecamatan Mappakasunggu, Kabupaten Takalar." *Jurnal Abdimas Indonesia*, h. 258-262.
- Soehardjo, Agi Harliani. 2019. *Rekrotmen Pendonor Darah*. Malang: PT. MNC Publishing.
- Wiwik Handayani, dkk. 2020. *Buku Ajar Asuhan Keperawatan pada Klien Dengan Gangguan Sistem Hematologi*. Jakarta: Salemba Media.