

OPTIMALISASI DONOR DARAH SUKARELA UNTUK MENDUKUNG KETERSEDIAAN DARAH DI MASYARAKAT

*Optimizing Voluntary Blood Donation to Support Blood
Availability in the Community*

Intan Pujilestari

Politeknik TEDC, Cimahi, Indonesia
e-mail: intanpujilestari@poltektedc.ac.id

Rizqy Dimas Monica

Politeknik TEDC, Cimahi, Indonesia
e-mail: rizqydimasmonica@poltektedc.ac.id

Ayu Hendrati Rahayu

Politeknik TEDC, Cimahi, Indonesia
e-mail: ayuhendrati@poltektedc.ac.id

Suharto

Politeknik TEDC, Cimahi, Indonesia
e-mail: suharto@poltektedc.ac.id

Wowo Trianto

Politeknik TEDC, Cimahi, Indonesia
e-mail: wowotrianto@poltektedc.ac.id

Abstract

The availability of safe and sustainable blood is an important component in the health care system. Voluntary blood donation is the main source of meeting blood needs in society, however the level of donor participation still faces various obstacles, such as lack of awareness, limited access, and lack of appropriate education. Therefore, optimizing voluntary blood donations needs to be carried out in a planned and sustainable manner. This optimization includes increasing education and outreach to the public regarding the benefits of blood donation. In addition, cooperation between the government, Indonesian Red Cross, educational institutions and the private sector is very necessary to expand the reach of blood donation activities. Improving service quality also plays an important role in creating a positive experience for donors thereby encouraging repeat participation. Providing non-material appreciation to voluntary donors can provide additional motivation without eliminating the human value of blood donation activities. By implementing a comprehensive optimization strategy, it is hoped that blood availability in the community can be maintained on an ongoing basis and able to support optimal health services.

Keywords—3-6 Blood Donation, Volunteer, Optimization

1. PENDAHULUAN

Darah merupakan komponen penting dalam pelayanan kesehatan yang sangat dibutuhkan untuk berbagai tindakan medis, seperti penanganan kecelakaan, operasi, persalinan, dan pengobatan penyakit tertentu. Ketersediaan darah yang cukup dan berkelanjutan menjadi faktor penting dalam menunjang keselamatan pasien. Namun, hingga saat ini kebutuhan darah di masyarakat sering kali belum terpenuhi secara optimal (Rohan, H. H., Amalia, Y., & Reswari, P. A. D. 2021).

Donor darah sukarela merupakan salah satu upaya utama dalam memenuhi kebutuhan darah tersebut. Meskipun demikian, tingkat partisipasi masyarakat dalam kegiatan donor darah, khususnya donor darah sukarela, masih tergolong rendah. Rendahnya partisipasi ini umumnya disebabkan oleh kurangnya pengetahuan, munculnya rasa takut, serta adanya berbagai mitos yang berkembang di masyarakat terkait donor darah. Ketidakseimbangan antara kebutuhan dan ketersediaan darah terus meningkat seiring dengan pertumbuhan penduduk, tingginya angka kecelakaan, serta meningkatnya tindakan medis, sementara jumlah pendonor darah sukarela belum mencukupi. Kondisi ini sering menyebabkan keterbatasan stok darah di rumah sakit dan unit transfusi darah, yang berpotensi menghambat pelayanan kesehatan dan penanganan pasien (Rohan, H. H., Amalia, Y., & Reswari, P. A. D. 2021).

Lingkungan kampus memiliki peran strategis dalam menanamkan nilai kepedulian sosial dan perilaku hidup sehat sejak dini. Kampus tidak hanya berfungsi sebagai tempat pendidikan formal, tetapi juga sebagai sarana pembentukan karakter. Melalui edukasi yang tepat, mahasiswa dapat dibekali pemahaman mengenai pentingnya donor darah, manfaatnya bagi kesehatan, serta perannya dalam membantu sesama. Selain itu, dosen dan tenaga kependidikan juga merupakan potensi pendonor yang dapat berkontribusi secara langsung dalam kegiatan donor darah.

Donor darah tidak hanya berperan penting dalam menyelamatkan nyawa, tetapi juga memiliki keterkaitan erat dengan kesehatan pendonor dan masyarakat secara keseluruhan. Kegiatan donor darah secara rutin dapat membantu menjaga kesehatan tubuh, antara lain dengan merangsang pembentukan sel darah merah baru sehingga sirkulasi darah menjadi lebih baik. Selain itu, donor darah dapat membantu mengurangi kelebihan zat besi dalam tubuh yang berpotensi menimbulkan risiko penyakit tertentu, seperti gangguan jantung. Proses skrining kesehatan sebelum donor, seperti pemeriksaan tekanan darah, kadar hemoglobin, dan riwayat kesehatan, juga memberikan manfaat deteksi dini bagi pendonor terhadap kondisi (Pujilestari dkk, 2023).

Meskipun demikian, pelaksanaan kegiatan donor darah di lingkungan kampus masih menghadapi berbagai kendala. Kegiatan donor darah sering kali hanya bersifat insidental dan belum disertai dengan program edukasi yang berkesinambungan. Akibatnya, pemahaman warga sekolah tentang donor darah belum terbentuk secara optimal dan belum mendorong terciptanya pendonor darah sukarela yang rutin. Padahal, jika dikelola dengan baik, sekolah dapat menjadi mitra strategis dalam mendukung ketersediaan stok darah di masyarakat.

Berdasarkan permasalahan tersebut, diperlukan suatu kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang berfokus pada optimalisasi donor darah sukarela di lingkungan sekolah. Kegiatan ini dirancang melalui pendekatan edukatif dan partisipatif, meliputi sosialisasi tentang donor darah, pemberian edukasi kesehatan, serta pelaksanaan kegiatan donor darah yang terkoordinasi. Melalui kegiatan ini diharapkan terjadi peningkatan pengetahuan, perubahan sikap, dan

tumbuhnya kesadaran warga sekolah untuk berpartisipasi aktif dalam donor darah sukarela secara berkelanjutan, sehingga dapat berkontribusi nyata dalam mendukung ketersediaan darah di masyarakat.

2. METODE

Teknik kegiatan yang dilakukan di lingkungan kampus politeknik TEDC yang berada di Jl Pesantren Km 2 Cibabat Cimahi Utara pada hari Selasa 30 September 2025. Adapun jumlah peserta donor sebanyak 58 orang. Metode pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan menggunakan identifikasi responden, penyuluhan kesehatan dan evaluasi kegiatan. Penyuluhan, ceramah diskusi dan pembagian leaflet mengenai pentingnya donor darah untuk kesehatan tubuh. Alat dan bahan yang digunakan adalah pada saat pengabdian masyarakat adalah laptop, pengeras suara, dan materi dalam bentuk leaflet dan power point dan pemeriksaan tekanan darah menggunakan tensimeter

Tahap pengabdian kepada masyarakat ini terbagi menjadi 3 yaitu tahap persiapan dimulai dari identifikasi peserta donor, sosialisasi, tahap pelaksanaan berupa penyuluhan dan edukasi kesehatan. Mengidentifikasi karakteristik responden dengan menggunakan form daftar responden yang berisi inisial responden, jenis kelamin, umur, golongan darah.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1 Hasil

Hasil Analisis gambaran Karakteristik Peserta Donor Darah adalah sebagai berikut:

Tabel 1. Sebaran Karakteristik Peserta Donor Darah Berdasarkan Umur

No	Umur	Frekuensi	Persentase (%)
1	18-25	30	51,72%
2	26-35	10	17,24%
3	36-45	10	17,24%
4	>45	8	13,80%

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa dari 58 pendonor paling banyak berada pada kelompok umur 18-25 sebanyak 51,72%.

Tabel 2. Sebaran Karakteristik Peserta Donor Darah Berdasarkan Jenis kelamin

No	Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase (%)
1	Laki-laki	14	24,14%
2	Perempuan	44	75,86%

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa dari 58 pendonor paling banyak berada pada kelompok Perempuan sebanyak 44 (75,86%).

Tabel 3. Sebaran Karakteristik Peserta Donor Darah Berdasarkan Golongan Darah

No	Golongan Darah	Frekuensi	Persentase (%)
1	AB	28	48,28%
2	A	12	20,69%
3	B	13	22,41%
4	O	5	8,62%

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa dari 58 pendonor paling banyak berada pada golongan darah AB sebanyak 28 pendonor (48,28 %).



Gambar 1. Pendataan dan Tindakan Pemeriksaan Pendoror Darah

Hasil kegiatan tersebut menunjukkan bahwa keterlibatan generasi muda dalam donor darah cukup tinggi, karena mereka memiliki kesadaran yang lebih baik akan pentingnya donor darah serta kondisi fisik yang relatif lebih prima dibandingkan kelompok usia lainnya. Namun demikian, diperlukan upaya tambahan untuk mendorong partisipasi kelompok usia yang lebih tua agar distribusi pendonor menjadi lebih seimbang.

3.2 Pembahasan

Donor darah memiliki peran yang sangat penting dalam dunia kesehatan. Darah yang didonorkan dapat digunakan untuk membantu pasien kecelakaan, ibu melahirkan, penderita penyakit kronis, serta pasien yang membutuhkan transfusi darah. Satu kantong darah dapat menyelamatkan hingga tiga nyawa.

1. Manfaat bagi Penerima Donor Darah:

a. Menyelamatkan Nyawa

Darah sangat dibutuhkan oleh pasien kecelakaan, ibu melahirkan, pasien operasi besar, serta penderita penyakit kronis seperti thalassemia, anemia berat, kanker, dan hemofilia. Donor darah dapat menjadi penentu hidup dan mati bagi pasien.

b. Mempercepat Proses Penyembuhan

Transfusi darah membantu meningkatkan kadar hemoglobin, memperbaiki sirkulasi oksigen, dan mempercepat pemulihan kondisi pasien.

2. Manfaat Bagi pendonor

a. Menjaga Kesehatan Jantung

Donor darah secara rutin dapat membantu menurunkan kelebihan zat besi dalam tubuh, yang dapat mengurangi risiko penyakit jantung dan stroke.

b. Merangsang Pembentukan Sel Darah Baru

Setelah donor, tubuh akan secara alami memproduksi sel darah merah baru, sehingga membantu menjaga keseimbangan dan kualitas darah.

c. Pemeriksaan Kesehatan Gratis

Sebelum donor, pendonor menjalani pemeriksaan kesehatan seperti tekanan darah, kadar hemoglobin, berat badan, dan denyut nadi, sehingga membantu mendeteksi gangguan kesehatan sejak dini.

d. Membantu Menjaga Berat Badan

Donor darah dapat membantu membakar kalori dan meningkatkan metabolisme tubuh, sehingga bermanfaat dalam menjaga berat badan.

e. Menurunkan Risiko Kanker Tertentu

- Dengan berkurangnya kadar zat besi berlebih, risiko kanker tertentu seperti kanker hati dan usus besar dapat ditekan.
- f. Meningkatkan Kesehatan Mental
Tindakan donor darah menumbuhkan rasa empati, kepuasan batin, dan kebahagiaan karena dapat membantu sesama
3. Syarat Menjadi Donor
 - a. Usia 17-50 tahun, berat badan minimal 45 kg, dan hemoglobin >12,5 g/dL (wanita) atau >13 g/dL (pria).
 - b. Bebas dari penyakit menular seperti HIV, hepatitis, atau TBC, serta tidak sedang hamil/menyusui.
 - c. Tidak bertato/suntik dalam 6 bulan terakhir, tidak pengguna narkoba, dan sehat jasmani/rohani.
 4. Prosedur Lengkap Donor Darah
Proses memakan waktu 30-45 menit, diawasi dokter/perawat terlatih:
 - a. Pendaftaran dan skrining (riwayat kesehatan, Hb, tensi, suhu <37,5°C).
 - b. Pengambilan darah steril (5-10 menit, jarum sekali pakai).
 - c. Istirahat 10-15 menit, minum/jajan pengganti plasma (jus + biskuit).
 - d. Observasi pasca-donor: Hindari olahraga berat 24 jam, minum 2-3 L air/hari, pantau pusing/mual.

4. KESIMPULAN

Pengabdian ini mendorong partisipasi sebanyak 58 pendonor, yang secara efektif dapat mengatasi kekurangan stok darah di PMI. Pendekatan kolaborasi multi-sektor menjamin pasokan darah aman jangka panjang, meminimalkan ketergantungan pada donor berbayar, serta mempererat ikatan solidaritas sosial masyarakat.

5. SARAN

Pengabdian ini diharapkan dapat dilakukan secara berkelanjutan baik secara langsung maupun melalui media sosial sehingga informasi yang jelas dapat mengurangi mitos dan ketakutan terkait donor darah.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada PMI dan Politeknik TEDC, masyarakat dan semua yang terlibat dalam pengabdian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Pujilestari, Intan, Romayani, Dini & R. D Monica. (2023). Penyuluhan Gaya Hidup Sehat Untuk Jiwa Yang Kuat. *Jurnal Puan Indonesia*4(2), 207-216
<https://idebahasa.or.id/puanindonesia/index.php/about/article/view/125>
- Rohan, H. H., Amalia, Y., & Reswari, P. A. D. (2021). Kegiatan Donor Darah Di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Dr. Soetomo Surabaya Tahun 2018. *Journal of Community Engagement in Health*, 4(2), 475–480.
<https://doi.org/10.30994/jceh.v4i2.272>

