

**EDUKASI PERSIAPAN PESERTA DONOR SEBELUM MELAKUKAN DONOR DARAH
DI PALANG MERAH INDONESIA GARUT****Hendrawati Hendrawati^{1*}, Iceu Amira², Udin Rosidin³**¹⁻³Fakultas Keperawatan, Universitas Padjadjaran

Email Korespondensi: hendrawati@unpad.ac.id

Disubmit: 19 September 2024

Diterima: 07 Januari 2025

Diterbitkan: 01 Februari 2025

Doi: <https://doi.org/10.33024/jkpm.v8i2.17646>**ABSTRAK**

Donor darah adalah proses pengambilan darah dari seseorang secara sukarela untuk disimpan di bank darah yang digunakan untuk keperluan transfusi darah. 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. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk memberikan pengetahuan bagi setiap pendonor supaya lebih siap dan merasa aman dan nyaman saat mau mendonorkan dan setelah di ambil darahnya. Metode yang dipergunakan dalam kegiatan ini adalah memberikan edukasi secara tatap muka dan mengobservasi setelah dilakukan pengambilan darah sampai pendonor merasa fit lagi/ tidak ada keluhan . Hasil kegiatan ini adalah adanya peningkatan yaitu 47,8 point, hasil dari pretest /sebelum dilakukan edukasi dan posttest. Adanya peningkatan pengetahuan dan kesiapan pendonor sebelum dilakukan pengambilan darah dan setelah di ambil darah, sehingga para pendonor tidak merasa ketakutan untuk diambil darahnya dan adanya kesadaran untuk tetap menjadi pendonor secara rutin , diharapkan persediaan darah di kabupaten Garut mencukupi untuk kebutuhan pasien baik jangka pendek ataupun jangka panjang..

Kata Kunci: Edukasi, Pendonor, PMI**ABSTRACT**

Blood donation is the process of taking blood from someone voluntarily to be stored in a blood bank to be used for blood transfusion purposes. Before a blood donation occurs, the donor will go through a blood donor selection stage with the aim of protecting the donor's health by ensuring that the donation is not dangerous to his health, and protecting the patient from the risk of infectious diseases or other adverse effects. The aim of this activity is to provide knowledge for Every donor should be better prepared and feel safe and comfortable when donating and after having their blood taken. The method used in this activity is to provide face-to-face education and observe after taking blood until the donor feels fit again/has no complaints. The result of this activity was an increase of 47.8 points, the results of the pretest / before education and posttest. There is an increase in knowledge and readiness of donors before taking blood and after blood is taken, so that donors do not feel afraid of having their blood taken and there is awareness to remain a regular

donor. It is hoped that the blood supply in Garut district will be sufficient for patient needs, both short and long term. long term.

Keywords: Education, Donors, PMI

1. PENDAHULUAN

Transfusi darah dibutuhkan bagi pasien dengan luka pada kasus kecelakaan, kondisi bedah, keganasan, komplikasi kehamilan dan kondisi medis lainnya. Keadaan tersebut menjadi alasan mengapa ketersediaan darah harus selalu mencukupi. Diperlukan kesadaran dan kemauan masyarakat untuk mendonorkan darahnya secara sukarela dan berkelanjutan, sebab donor darah memiliki manfaat sebagaimana menurut (Puspita, 2021), kegiatan Donor darah tidak hanya memberikan manfaat bagi orang yang membutuhkan donor darah, tetapi juga memberikan manfaat yang sangat besar bagi pendonornya khususnya manfaat bagi kesehatan diri. Jumlah kebutuhan minimal darah di Indonesia sekitar 5,1 juta kantong pertahun (2% jumlah penduduk Indonesia), sedangkan produksi darah dan komponennya saat ini sebanyak 4,6 juta kantong dari 3,05 juta donasi, sebanyak 90% diantaranya berasal dari donor darah sukarela. Artinya jumlah produksi darah secara nasional masih kurang sekitar 500 ribu kantong ((Alam, 2024) .

Ketersediaan kantong darah adalah sesuatu hal yang harus diperhatikan, sebab sewaktu-waktu akan dibutuhkan untuk transfusi ketika terjadi kegawatdaruratan, sebagaimana menurut (Harsiwi, 018), transfusi darah dibutuhkan bagi pasien dengan luka pada kasus kecelakaan, kondisi bedah, keganasan, komplikasi kehamilan dan kondisi medis lainnya. Keadaan tersebut menjadi alasan mengapa ketersediaan darah harus selalu mencukupi. Diperlukan kesadaran dan kemauan masyarakat untuk mendonorkan darahnya secara sukarela dan berkelanjutan, sebab donor darah memiliki manfaat sebagaimana menurut (Puspita, 2021) kegiatan Donor darah tidak hanya memberikan manfaat bagi orang yang membutuhkan donor darah, tetapi juga memberikan manfaat yang sangat besar bagi pendonornya khususnya manfaat bagi kesehatan diri.

Tantangan yang dihadapi saat ini adalah kebutuhan akan darah semakin meningkat. Namun pada kenyataannya terjadi ketidakseimbangan antara suplai dan permintaan darah. Beberapa faktor yang mempengaruhi ketidakseimbangan antara suplai dan permintaan darah, salah satunya yaitu kurangnya pengetahuan tentang donor darah Wulandari. Pemahaman tentang donor dan pentingnya melakukan donor harus disampaikan kepada semua lapisan masyarakat agar mereka mengetahui manfaat yang didapatkan, baik manfaat bagi si pendonor maupun manfaat bagi penerima donor yang membutuhkan ((Puspita, 2021).

Pengetahuan merupakan domain kognitif yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang karena perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih bertahan lama dibandingkan dengan perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan ((Kusmara, 2023) . Faktor-faktor lain yang menyebabkan rendahnya minat donor darah ialah kurangnya pemahaman tentang syarat dan manfaat donor darah serta alasan lain seperti takut jarum suntik, phobia darah dan takut pingsan . (Rahmatullah, 2021). Pengetahuan tentang donor darah sukarela dipengaruhi oleh sumber informasi. Informasi akan memberikan pengaruh kepada pengetahuan donor darah sukarela, semakin banyak memperoleh informasi maka akan mempunyai pengetahuan yang

baik mengenai donor darah sehingga pendonor darah yang mempunyai pengetahuan yang baik dapat terus mendonorkan darahnya secara teratur setiap tahunnya (Handayani, 2023). Pendonor darah sukarela maupun donor pengganti akan mengalami hematopoiesis di dalam tubuhnya, sehingga pendonor darah tidak akan menimbulkan masalah meskipun volume darahnya berkurang (Mcperson, 2020).

Berdasarkan uraian di atas, maka perlunya edukasi pra-donasi agar calon pendonor mengetahui serangkaian proses pada donor darah. Selain itu, penting pula untuk memberikan edukasi kepada masyarakat akan manfaat kesehatan dari donor darah dengan harapan adanya kesadaran untuk melakukan donor darah secara sukarela. Berdasar pada latar belakang tersebut, maka di lakukanlah pendidikan kesehatan kepada Masyarakat berupa penyuluhan tentang proses donor darah dan pentingnya melakukan donor darah.

2. MASALAH DAN RUMUSAN PERTANYAAN

Masalah aktual dilapangan , masih banyak masyarakat yang mau dan bersedia untuk menyumbangkan darahnya melalui donor darah ,tetapi masih ada rasa takut dan tidak memenuhi persyaratan,sehingga setelah datang ke PMI dan mengikuti pemeriksaan awal banyak yang tidak memenuhi syarat untuk menjadi pendonor sampai ada yang sudah beberapa kali datang belum memenuhi syarat, sehingga dari jumlah yang datang calon pendonor hampir setengahnya yang tidak memenuhi persyaratan yaitu dari Hb (haemoglobin) nya yang rendah,lagi mengkonsumsi obat,ada keluhan pusing karena kurang tidur, tekanan darah meningkat walaupun sudah di istirahatkan TD(Tekanan Darah) masih tetap tinggi.

Rumusan Pertanyaan “ Apa yang harus dilakukan dan persiapan apakah bagi para calon pendonor agar semua pendonor lolos dalam pemeriksaan”. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk memberikan pengetahuan bagi setiap pendonor supaya lebih siap dan merasa aman dan nyaman saat mau mendonorkan dan setelah di ambil darahnya.



Gambar 1. Peta lokasi SMA 18 Garut dan PMI Kabupaten Garut

3. TINJAUAN PUSTAKA

Definisi Donor Darah

Donor darah adalah proses pengambilan darah dari seseorang secara sukarela untuk disimpan di bank darah yang digunakan untuk keperluan transfusi darah (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 (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 donordarah pengganti. (Basri, 2023).

Manfaat Donor Darah

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 anti kolesterol (plak lemak yang akan menyumbat pembuluh darah). Menurunnya angka masalah penyakit jantung terutama terlihat pada parapendonor yang tidak merokok. (Arief Gustaman 2013)

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 denganyang 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.

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).

Syarat Donor Darah

Seleksi donor adalah skrining awal yang dilakukan sebelum proses pengambilan darah terdiri dari:

- a. Kriteria persyaratan usia dengan usia minimal 17 tahun. Pendonor pertama kali dengan umur lebih dari 60 tahun dan pendonor ulang dengan umur lebih dari 65 tahun.
- b. Pendonor harus memiliki berat badan lebih dari 55 kg untuk penyumbangan darah 450 mL, berat badan lebih dari 45 kg untuk penyumbangan darah 350 mL, dan berat badan lebih dari 55 kg untuk penyumbangan darah metode apheresis.

- c. Tekanan darah sistolik antara 90 hingga 160 mm Hg., diastolic antara 60 hingga 100mm Hg, dan perbedaan antara sistolik dengan diastolik lebih dari 20 mmHg.
- d. Denyut nadi berkisar antara 90 hingga 100 kali per menit, dan teratur Suhu tubuh pendonor antara 36,5-37,5°C
- e. Kadar hemoglobin antara 12,5 hingga 17 g/dL g
- f. Bagi pendonor yang telah selesai haid, 6 bulan setelah melahirkan, dan 3 bulan setelah berhenti menyusui diperkenankan menyumbangkan darahnya.
- g. Jarak penyumbangan darah lengkap tidak kurang dari 8 minggu, maksimal lima kali setahun tergantung UTD masing-masing. Penyumbangan darah lengkap dapat dilakukan minimal 48 jam setelah menjalani plasma thrombopheresis. Jarak penyumbangan komponen darah trombosit minimal 1 bulan (jumlah trombosit lebih dari 150.000/ul), maksimal 6 kali setahun untuk laki-laki dan 4 kali untuk perempuan.

Persyaratan untuk melakukan donor darah, berdasarkan Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 91 tahun 2015, tentang Standar Pelayanan Transfusi Darah :

- a. Sehat jasmani dan rohani
- b. Berusia minimal 17 tahun
- c. Berat badan minimal 45 kilogram untuk menyumbang darah sekitar 350 cc
- d. Tekanan darah normal
- e. Kadar hemoglobin : 12,5 - 17,0 gr.dl
- f. Interval waktu sejak donor darah terakhir minimal 2 (dua) bulan.

Efek Samping Donor Darah

- a. Pusing
Salah satu efek samping yang paling umum dari donor darah adalah merasa pusing. Hal ini terjadi karena tubuh anda perlu beradaptasi dengan jumlah darah yang berkurang setelah proses donor. Meskipun hal ini umum, rasa pusing biasanya hanya berlangsung sebentar.
- b. Nyeri atau Memar di Lokasi Jarum
Jarum yang digunakan untuk mengambil darah dari tubuh anda dapat menyebabkan sedikit nyeri atau memar di sekitar lokasi jarum. Ini adalah reaksi alami tubuh terhadap prosedur tersebut dan akan sembuh dengan cepat.
- c. Kelelahan
Setelah mendonorkan darah anda mungkin merasa lebih lelah dari biasanya. Ini adalah reaksi umum yang disebabkan oleh pengurangan volume darah dalam tubuh. Namun, ini juga bersifat sementara dan akan hilang setelah anda istirahat dan mengkonsumsi cairan yang cukup.
- d. Mual atau Muntah
Beberapa pendonor mungkin mengalami sensasi mual atau muntah setelah prosedur donor darah. Ini bisa disebabkan oleh reaksi tubuh terhadap proses tersebut.
- e. Pingsan
Meskipun sangat jarang, beberapa individu mungkin pingsan selama atau setelah proses donor darah. Ini biasanya disebabkan oleh reaksi vasovagal, yang membuat tekanan darahnya turun secara tiba-tiba.

- f. **Kebocoran Darah atau Hematoma**
Pada beberapa kasus, jarum yang digunakan untuk donor darah dapat menyebabkan kebocoran darah di bawah kulit atau hematoma. Ini terjadi ketika darah merembes ke jaringan di sekitar vena yang menusuk. Meskipun ini juga jarang terjadi, hal ini bisa menyebabkan bengkak dan nyeri di lokasi penyuntikan.
- g. **Reaksi Alergi**
Meskipun sangat jarang, anda mungkin mengalami reaksi alergi terhadap komponen dalam peralatan donor darah. Jika anda memiliki riwayat alergi, penting untuk memberitahu petugas medis sebelumnya.

Persiapan sebelum Donor Darah

- a. **Tidur yang cukup di malam hari sebelum jadwal donor darah.** Tidur yang cukup dan berkualitas akan membantu tubuh merasa lebih segar dan mengurangi risiko badan lemas atau pusing setelah donor darah selesai.
- b. **Konsumsi Zat Besi.** Konsumsi makanan seperti daging sapi, ikan, bayam, brokoli dan sawi akan membantu tubuh memiliki banyak cadangan zat besi penting bagi tubuh, antara lain mencegah anemia dan menjaga kesehatan sel-sel tubuh. Saat donor darah, akan ada darah yang dikeluarkan, tanpa cadangan zat besi yang cukup, ada kemungkinan bisa mengalami anemia, cepat lelah, bahkan bisa pingsan pasca donor darah.
- c. **Konsumsi Vitamin C.** Banyak terkandung di dalam buah-buahan, yakni jeruk, tomat, kiwi, stroberi, mangga, pepaya, nanas, bluberi dan semangka. Vitamin C bisa membantu tubuh memiliki daya tahan tubuh yang baik sehingga tidak mudah sakit. Vitamin C bisa membantu tubuh menyerap zat besi secara optimal.
- d. **Makanan Kaya Asam Folat.** Asam folat juga diperlukan dalam pembentukan sel darah merah. Makanan yang mengandung asam folat diantaranya sayuran dan kacang-kacangan seperti kentang, bayam, okra, bit, kol, kacang hijau, kacang merah, dan buncis.
- e. **Minum Air Putih.** Disarankan minum banyak air putih atau jus buah sebelum donor darah, bahkan sebelum proses pengambilan darah sangat disarankan untuk minum air putih, minimal 2 (dua) gelas. Minum air putih akan melancarkan proses aliran darah pada saat pengambilan darah donor.
- f. **Menghindari makanan berlemak minimal 3 jam sebelum melakukan donor darah.** Makanan berlemak dapat mempengaruhi kualitas darah. Kumpulan lemak dalam darah membuat penyakit sulit terdeteksi. Oleh karena itu, menghindari makanan berlemak sebelum mendonorkan darah membantu memastikan hasil tes darah yang akurat.

Menjaga Tekanan Darah Tetap Stabil

- a. **Pembatasan konsumsi garam.** Mengurangi konsumsi garam dapat menurunkan tekanan darah karena garam berkontribusi pada peningkatan volume cairan dalam tubuh. Ketika mengonsumsi garam secara berlebihan, tubuh akan mempertahankan air untuk menyeimbangkan konsentrasi elektrolit dalam darah. Ini menyebabkan peningkatan volume darah dan tekanan darah. Rekomendasi penggunaan natrium (Na) sebaiknya tidak lebih dari 2 gram/hari (setara dengan 5-6 gram NaCl perhari atau 1 sendok teh garam dapur).
- b. **Makanan Sehat,** seperti konsumsi buah dan sayuran yang kaya akan serat, vitamin, dan mineral yang penting untuk kesehatan jantung dan

- pembuluh darah. Buah-buahan dan sayuran yang berwarna-warni khususnya mengandung banyak antioksidan yang dapat membantu menurunkan tekanan darah. Ikan yang mengandung omega-3 seperti salmon, tuna, dan sarden mengandung omega-3, yang telah terbukti dapat membantu menurunkan tekanan darah. Biji-bijian utuh seperti beras merah, oatmeal, dan quinoa, mengandung serat, magnesium, dan nutrisi penting lainnya yang dapat membantu menurunkan tekanan darah.
- c. Berat badan yang ideal berpengaruh terhadap volume darah. Berat badan yang berlebihanseringkali berhubungan dengan peningkatan volume darah karena tubuh membutuhkan lebih banyak darah untuk mengalir ke seluruh jaringan. Ini dapat meningkatkan beban kerjajantung dan menyebabkan peningkatan tekanan darah.
 - d. Olahraga yang teratur dapat meningkatkan sirkulasi yang membantu pembuluh darah tetap elastis dan fleksibel. Ini dapat membantu menurunkan tekanan darah dan mengurangi risiko kerusakan pada pembuluh darah. Olahraga juga dapat mengurangi stres dan meningkatkan suasana hati melalui pelepasan endorfin, yang dapat memiliki efek menenangkan pada tubuh. Pengurangan stres ini juga dapat membantu menurunkan tekanan darah.

Hal yang harus dilakukan setelah donor darah

Setelah proses donor darah, ada beberapa hal agar kembali fit seperti semula:

- a. Istirahat 10-15 menit, setelah mendonorkan darah, tubuh akan mengalami perubahan volume darah. Ini dapat menyebabkan pusing atau lemas. Dengan beristirahat selama 10-15 menit, akan memberi waktu bagi tubuh untuk beradaptasi kembali dan mengurangi risiko efek samping seperti pusing.
- b. Perbanyak minum air putih, Setelah selesai donor darah, harus banyak minum air putih, ini untuk membantu tubuh lebih cepat dalam regenerasi darah.
- c. Konsumsi asam folat, perbanyak makan makanan yang mengandung asam folat seperti sayuran hijau, kacang-kacangan dan jus buah. Asam folat akan membantu membentuk pembentukan sel darah merah pasca donor darah.

4. METODE

Pada pelaksanaannya menggunakan metode ceramah langsung interaktif dengan peserta pendonor, diskusi tanya jawab dan diskusi dalam kelompok kecil. Metode ceramah langsung dilakukan agar penyampaian materi dapat diterima secara langsung kepada peserta. Metode diskusi dengan pemateri merupakan kelanjutan dari metode ceramah langsung. Pada diskusi dengan pemateri, peserta dapat menyampaikan langsung ketidakpahamannya mengenai suatu konsep, masalah yang dihadapi dan kurang tahu tentang persyaratan pendonor, dan hal lain terkait kesehatan setelah didonorkan darahnya. Tahap tindak lanjut merupakan tahap akhir dari sebuah rangkaian kegiatan. Tahap ini diadakan sebagai bentuk pelengkap atas kekurangan yang terjadi pada tahap pelaksanaan. Selain itu, tahap tindak lanjut juga diadakan sebagai upaya sasaran yang

berkelanjutan sehingga dapat bermanfaat hingga waktu mendatang.

Penggunaan metode ini adalah pemilihan spektrum kelas masyarakat dengan karakteristik yang serupa. Meskipun demikian, metode ini jauh lebih efisien dalam beberapa aspek. Pertama, metode ini lebih efisien dalam analisis strata penelitian karena sifatnya yang homogen. ((Arnab, 2017).

5. HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Hasil

Edukasi persiapan peserta donor darah sebelum melakukan donor darah di PMI Garut dilaksanakan pada bulan Pebruari 2024, sesuai dengan rencana dan jadwal yang telah ditentukan. Presentasi kehadiran penyuluhan dihadiri oleh seluruh peserta. Sebelum dimulai peserta melakukan pre-test dengan tujuan untuk mengetahui sejauhmana pengetahuan tentang kesehatan jiwa yang dimiliki oleh para peserta, dan setelah selesai kegiatan dilakukan juga post-test yaitu untuk mengetahui dalam menentukan capaian hasil kegiatan. Pre-test dan post-test memungkinkan pengukuran perubahan yang terjadi setelah peserta mengikuti kegiatan, sehingga dapat menunjukkan apakah kegiatan tersebut efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan peserta (Kearsley, 2010). Berdasarkan dari hasil *post-test* yang telah dilakukan, terdapat kenaikan rata-rata nilai yang diperoleh dari peserta dan telah mengisi presensi yang diberikan dari panitia, untuk mengikuti kegiatan serta menyimak materi yang di sampaikan oleh nara sumber dengan semangat dan antusias. Hasil pretest menunjukkan rata-rata nilai pengetahuan sebesar 35,5 dan setelah dilakukan pelatihan menjadi 83,3. Hasil kegiatan memperlihatkan ada peningkatan rata-rata nilai pengetahuan sebesar 47,8 point. Partisipan sangat antusias dan serius dalam mengikuti kegiatan. Sehingga saat dilakukan tanya jawab peserta mampu menjawab setiap pertanyaan yang diajukan oleh pemateri tentang kesehatan jiwa.

b. Pembahasan

Hasil kegiatan edukasi yang telah dilaksanakan dari jam 08.30 sampai dengan jam 11.00, dan diikuti oleh 40 peserta yang terdiri dari siswa SMA 18 Karangpawitan Garut, dan masyarakat, tentang pengetahuan terkait donor darah. Selanjutnya pemateri memberikan materi terkait donor darah meliputi definisi, manfaat, persiapan sebelum donor darah, efek samping, cara menjaga tekanan darah dan hemoglobin stabil, serta hal yang dilakukan setelah donor darah. Kemudian dilakukan sesi tanya jawab apabila dari peserta ada yang kurang dipahami. Setelah sesi tanya jawab, Sebelum dilakukan penyuluhan dilakukan pre test dan sesudahnya posttest yaitu untuk melihat pencapaian keberhasilan dari kegiatan ini sesuai dengan yang dinyatakan oleh (Smith, 2020),, yaitu penggunaan pre-test dan post-test merupakan metode yang sering digunakan untuk menilai keberhasilan suatu kegiatan. Pre-test dilakukan sebelum kegiatan dimulai dan bertujuan untuk mengetahui tingkat pengetahuan dan keterampilan seseorang sebelum mengikuti kegiatan.

Adapun rata-rata nilai pre-test sebesar 35,5 dan meningkat menjadi 83,3 pada saat post-test (meningkat sebesar 47,8 point). Ini menunjukkan kegiatan penyuluhan sangat efektif terhadap peningkatan pengetahuan siswa dan masyarakat. Hasil kegiatan penyuluhan sesuai

dengan yang di lakukan penelitian oleh ((Rahmawati, 2021) yang menyatakan bahwa penyuluhan/pendidikan kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan partisipan. Hal ini sejalan juga dengan penelitian yang dilakukan oleh (Rahmita, 2024), dimana terdapat peningkatan pengetahuan donor darah pada masyarakat sehingga Masyarakat di Lingkungan mendapat pengetahuan,dan ikut serta dalam membantu memenuhi kebutuhan darah. Pendonor menjadi sehat dan tidak mengalami masalah yang berkaitan dengan penyakit jantung hal ini sesuai konsep yang menyatakan menurunnya angka masalah penyakit jantung terutama terlihat pada parapendonor yang tidak merokok. (Arief Gustaman 2013).

Saat dilaksanakan penyuluhan , semua peserta sangat antusias, semangat, memperhatikan pemateri yang menyampaikan dari awal sampai akhir kegiatan, karena mendapatkan pencerahan yang selama ini merasa takut, bingung menjadi tenang dan nyaman untuk menyumbangkan darahnya dan sudah mengetahui persiapan sebelumnya supaya dapat lolos dari pemeriksaan awal sebelum dilakukan donor, dan bisa menginformasikan ilmu yang baru didapat kepada teman-temannya,tetangga yang belum mendapatkan penyuluhan tentang persyaratan pendonor,pada saat diskusi dan berjalannya materi banyak pertanyaan - pertanyaan ,peserta sangat proaktif untuk mengetahui lebih jelas yang selama ini menjadi bingung dan takut dalam mendonorkan darahnya untuk membantu sesama manusia yang membutuhkan pertolongan untuk kelangsungan hidupnya,sehingga bisa beramal dengan tanpa disadari, 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).

Terjadi peningkatan pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan serta hasil evaluasi kegiatan yang sudah dilakukan termasuk dalam kategori baik.



Gambar 2. Foto Peserta sedang menyimak dan memperhatikan materi dengan serius.

Pendidikan kesehatan merupakan salah satu tindakan keperawatan yang dilakukan untuk membantu individu, kelompok, ataupun masyarakat dalam mencegah dan mengatasi masalah kesehatan. Dalam pendidikan kesehatan yang disampaikan dengan tema “Semua Tentang Donor Darah” bertujuan agar peserta mengetahui konsep donor darah yang meliputi definisi, manfaat, persiapan sebelum donor darah, efek samping, cara menjaga tekanan darah dan hemoglobin stabil, serta hal yang perlu dilakukan setelah donor darah. Kegiatan pendidikan kesehatan dilakukan secara langsung dengan sasaran partisipasi remaja usia SMA dan masyarakat. Harapannya peserta lebih terpapar dengan materi yang disampaikan yaitu terkait informasi mengenai donor darah dan larangan donor darah bagi yang belum cukup umur, tekanan darah tinggi/rendah, hemoglobin rendah/tinggi bisa mempersiapkan beberapa hal jika suatu saat ingin donor darah. 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, orangusia lanjut yang rutin menjadi pendonor darah akan merasakan tetap berenergi dan bugar. (Malinti, 2021).



Gambar 3. Foto Peserta menyimak materi dengan antusias

Dengan penyuluhan tentang persiapan pendonor untuk mendonor darah dapat disimpulkan bahwa pendidikan kesehatan merupakan metode yang efektif untuk meningkatkan pengetahuan yang diharapkan dapat merubah perilaku masyarakat terkait kesehatan. Selain itu, berdasarkan hasil dari pendidikan kesehatan yang telah dilakukan bahwa kegiatan yang telah dilaksanakan perlu adanya keberlanjutan dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat terkait donor darah supaya wawasan pengetahuan masyarakat meningkatserta harapannya akan ada pendonor baru dari kegiatan tersebut sehinggga perlu adanya peran perawat sebagai edukator untuk meningkatkan pengetahuan dan minat masyarakat. Keberlanjutan kegiatan ini diharapkan dapat berlanjut untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat dengan memperluas kolaborasi dan atau sasaran pada kegiatan selanjutnya.

6. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil yang diperoleh, menunjukkan bahwa adanya peningkatan pengetahuan peserta dibuktikan oleh peserta mampu menjawab dan mengulang kembali materi yang telah disampaikan. Selain itu didapatkan hasil bahwa nilai rata-rata pre test adalah 48,33 dan setelah dilakukan pendidikan kesehatan didapatkan peningkatan nilai rata-rata post test yaitu 83,33. Dengan begitu dapat disimpulkan bahwa pendidikan kesehatan merupakan metode yang efektif untuk meningkatkan pengetahuan yang diharapkan dapat merubah perilaku masyarakat terkait kesehatan.

Saran

Diharapkan kegiatan yang telah dilaksanakan perlu adanya keberlanjutan dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat terkait donor darah supaya wawasan pengetahuan masyarakat meningkat serta harapannya akan ada pendonor baru dari kegiatan tersebut sehingga perlu adanya peran perawat sebagai edukator untuk meningkatkan pengetahuan dan minat masyarakat. Keberlanjutan kegiatan ini diharapkan dapat berlanjut untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat dengan memperluas kolaborasi dan atau sasaran pada kegiatan selanjutnya.

7. DAFTAR PUSTAKA

- Alam, S., Makalew, L., Losu, F. N., Purwandari, A., Tuju, S., Pratiwi, D., Solang, S., Lumy, F., & Pasambo, Y. (2024). Pemberdayaan Pegawai Dan Mahasiswa Poltekkes Kemenkes Manado Dalam Meningkatkan Ketersediaan Darah Melalui Donor Darah. *Jmm (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 8(1), 809. <https://doi.org/10.31764/Jmm.V8i1.20402>
- Arief Gustaman, Boedijono, Dan Suji. 2013. Kualitas Pelayanan Pendonoran Darah Pada Unit Donor Darah Palang Merah Indonesia Kabupaten Jember. Jember: Universitas Jember.
- Dean Septiana, Yuli Astuti¹, Liberty Barokah. (2021). Gambaran Karakteristik Pendonor Darah Yang Lolos Seleksi Donor Di Unit Transfusi Darah Palang Merah Indonesia Kabupaten Gunung Kidul. Fakultas Kesehatan Universitas Jendral Achmad Yani Yogyakarta.
- Emil Hurian, Dkk. 2023. "Persepsi Mahasiswa Tentang Donor Darah: Studi Kualitatif." *Jurnal Ilmu Kesehatan*, H. 32-40.
- Grossman E. Ambulatory Blood Pressure Monitoring In The Diagnosis And Management Of Hypertension. *Diabetes Care*. 2013; 36(S2):307-11.
- Handayani, R., & Usiono. (2023). Gema Donor Darah Pengaruh Pengetahuan Berkaitan Dengan Perilaku Donor Darah Masyarakat : Systematic Literature Review. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4(4), 5996-6005. <https://doi.org/10.31004/Jkt.V4i4.20353>
- Henny Y. Pongantung, Pricilia Toreh, Monica Suparlan, Yesmin Tuwohingide, Gledys Lengkong. (2022). Donor Darah Komunitas Remaja Dengan Tema "Menjadi Saudara". Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Gunung Maria Tomohon
- Harsiwi, U. B., & Arini, L. D. D. (2018). Tinjauan Kegiatan Donor Darah Terhadap Kesehatan Di Pmi Karanganyar, Jawa Tengah Tahun 2018. *Jurnal Ilmiah Rekam Medis Dan Informatika Kesehatan*, 8(1), 50-56.
- Khairun Nisa, Maizan. (2020). Donor Darah.

- <https://www.sehatq.com/tindakan-medis/donor-darah>
Kemenkes RI. (2015). Peraturan Menteri Kesehatan No 91 Tahun 2015 Tentang Standar Pelayanan Transfusi Darah RI.
- Kusmara, A. H., Badriah, D. L., Wahyuniar, L., & Mamlukah, M. (2023). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan, Sikap Dan Perilaku Donor Darah Pada Peserta Didik Kelas Xii Di Pondok Pesantren Condong Tasikmalaya 2022. *Journal Of Health Research Science*, 3(1), 34-43. <https://doi.org/10.34305/jhrs.v3i01.729>
- Messerli Fh, Bangalore S. The Blood Pressure Landscape: Schism Among Guidelines, Confusion Among Physicians, And Anxiety Among Patients. *J Amcoll Cardiol*. 2018;72:1313-16.
- Puspita. 2022. "Paparasi Konseling Terhadap Pengetahuan Donor Darah Pada Siswa Kelas Xi Smk Negeri 1 Jepara." *Jurnal Edunomika*, H. 34-40.
- Puspita, R. (2021). Paparasi Konseling Terhadap Pengetahuan Donor Darah Pada Siswa Kelas Xi Smk Negeri 1 Jepara. *Edunomika*, 06(01), 5-24.
- Rahmita, & Dahniar. (2024). Edukasi Pentingnya Donor Darah Melalui Media Leaflet pada. *Mammiri: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 35 <https://etdci.org/journal/mammiri/index>
- 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.
- Rahmatullah, 1. Widia, Rizki, 2. Shofiana Amini, & Shinta, 3. Faktor-Faktor Penyebab Rendahnya Minat Donor Darah Di Dusun Siren Desa Rumbuk Timur Kecamatan Sakra Kabupaten Lombok Timur Dan Unit Transfusi Darah Rumah Sakit Kabupaten Lombok Timur Adalah Salah Kabupaten Lombok Timur. Hal. *Amanah Kesehatan*, 3(2), 214-226. <https://doi.org/https://doi.org/10.55866/jak.v3i2.129>, 2021.
- Soehardjo, Agi Harliani. 2019. *Rekrotmen Pendonor Darah*. Malang: Pt. Mnc Publishing.
- Sacher, R. A., And Mcpherson, R. A. (2014). *Tinjauan Klinis Hasil Pemeriksaan Laboratorium*. 519, Egc, Jakarta.
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 17 Tahun 2023 Tentang Kesehatan Retrieved from https://www.hukumonline.com/pusatdata/detail/lt64d2f9cf7ee9d/undang-undang-nomor-17-tahun-2023/?utm_source=website&utm_medium=internal_link_klinik&utm_campaign=uu_17_2023
- Wiwik Handayani, Dkk. 2020. *Buku Ajar Asuhan Keperawatan Pada Klien Dengan Gangguan Sistem Hematologi*. Jakarta: Salemba Media.