

TINJAUAN KEGIATAN DONOR DARAH TERHADAP KESEHATAN DI PMI KARANGANYAR, JAWA TENGAH TAHUN 2018

¹Udi Budi Harsiwi, ²Liss Dyah Dewi Arini

APIKES Citra Medika Surakarta

Email: sweetytiwi88@gmail.com ¹⁾

leeansz_fortune@yahoo.com²⁾

Abstrak

Donor darah adalah proses pengambilan darah dari seseorang secara sukarela untuk disimpan di bank darah untuk kemudian dipakai pada transfusi darah. Donor darah memiliki beberapa efek samping oleh karena itu masyarakat harus mengetahui manfaat dan syarat yang harus dipenuhi sebelum melakukan donor darah. Donor darah memiliki banyak manfaat terhadap tubuh baik itu dampak positif atau negatif yang belum banyak diketahui oleh masyarakat. Tujuan penelitian ini adalah memberikan informasi kepada masyarakat akan dampak donor darah terhadap kesehatan dan mengetahui pengaruh donor darah terhadap perubahan tanda-tanda vital pada pendonor darah di PMI Karanganyar. Penelitian ini merupakan penelitian non eksperimen dengan cara melakukan wawancara kepada sepuluh responden yaitu pendonor darah di PMI Karanganyar. data primer diambil melalui wawancara langsung dengan responden. Waktu penelitian ini adalah tanggal 9 dan 10 Januari 2018. Populasi dalam penelitian ini adalah 4 responden laki-laki (dewasa) dan 6 responden perempuan (dewasa). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa setelah melakukan kegiatan donor darah responden A, B dan E mengalami pusing, kegemukan dan harus istirahat penuh, responden C dan F tidak mengalami apa-apa (sehat), responden D mengalami pusing, responden G dan H mengalami pusing serta responden I dan J mengalami pusing dan harus istirahat penuh.

Kata Kunci : donor darah, dampak donor darah, kesehatan

Abstract

Blood donation is the process of taking blood from a person voluntarily to be stored in a blood bank for later use in blood transfusions. Blood donors have some side effects therefore people should know the benefits and requirements that must be met before making a blood donor. Blood donors have many benefits to the body whether it is a positive or negative impact that has not been widely known by the community. The purpose of this study is to provide information to the public about the impact of blood donor on health and to know the effect of blood donor on the change of vital signs on blood donors at PMI Karanganyar. This research is a non experimental research by conducting interviews to ten respondents ie blood donors in PMI Karanganyar. primary data is taken through direct interviews with respondents. The time of this study is dated 9 and 10 January 2018. The population in this study were 4 male (adult) and 6 female (adult) respondents. The results of this study showed that after the blood donor activity of respondents A, B and E experienced dizziness, obesity and had to rest full, respondents C and F did not experience anything (healthy), respondents D experienced dizziness, respondents G and H experienced dizziness and respondents I and J experienced dizziness and had to rest full.

Keywords: blood donation, blood donor impact, health

PENDAHULUAN

Darah merupakan bagian yang sangat penting dalam tubuh manusia begitu juga dalam hal penggolongan darah manusia yaitu terdapat empat golongan darah manusia yang umum dikenal dan merupakan penggolongan darah yang penting yaitu golongan darah A, B, AB dan O. dalam proses transfusi darah dari satu orang ke orang lain, pengenalan golongan darah harus

dilakukan untuk menghindari hal-hal yang tidak diinginkan. Pendonoran darah dari pendonor ke penerima harus diselesaikan jenis golongan darahnya. Kesalahan dalam pengenalan golongan darah akan dapat membahayakan nyawa penerima karena terjadi pembekuan darah akibat bertemunya antigen yang berbeda (Bayususetyo dkk, 2017).

Donor darah memiliki beberapa efek samping oleh karena itu masyarakat harus mengetahui manfaat dan syarat yang harus dipenuhi sebelum melakukan donor darah. Donor darah memiliki banyak manfaat terhadap tubuh baik itu dampak positif atau negatif yang belum banyak diketahui oleh masyarakat (Saputra dan Setiawan, 2014).

Transfusi darah menjadi komponen penting dalam pengelolaan pasien dengan luka pada kasus kecelakaan, kondisi bedah, keganasan, komplikasi kehamilan, dan kondisi medis yang lainnya. Di negara-negara maju, indikasi utama untuk transfusi darah adalah bedah, keganasan, dan trauma. Komplikasi kehamilan dan anemia pada masa kanak-kanak adalah kondisi yang sebagian besar membutuhkan transfusi darah di negara-negara berpenghasilan rendah. Lebih dari seperempat kematian ibu dapat dicegah dengan memiliki akses terhadap transfusi darah yang aman. Donor darah juga bermanfaat untuk mengurangi risiko penyakit jantung seperti IMA, dari 2.682 partisipan, di mana 153 orang yang telah menjalankan donor darah minimal satu kali dalam setahun, menunjukkan perbaikan dalam pengobatan IMA yang telah mereka jalani dibanding yang tidak melakukan donor darah sama sekali (Pule dkk, 2014).

World Health Organization (WHO) memperkirakan bahwa setidaknya perlu 1% dari total penduduk untuk menyumbangkan darahnya dalam memenuhi kebutuhan minimum darah di suatu negara. Secara global, 70 negara memiliki tingkat pendonor darah kurang dari tingkat optimum, yaitu 10/1000 penduduk. Benua Afrika hanya berhasil mengumpulkan darah untuk memenuhi 41% dari permintaan pada tahun 2006. Negara membutuhkan 36.000 unit darah setiap tahunnya. Arsip menunjukkan bahwa 23.275 unit darah dikumpulkan pada tahun 2009 diikuti dengan penurunan untuk 20.401 unit yang dikumpulkan dalam 2010 dan 16.562 unit yang dikumpulkan pada tahun 2011 (Kemenkes, 2014).

Ketersediaan darah untuk donor secara ideal adalah 2,5% dari jumlah penduduk. Sehingga jika jumlah penduduk di Indonesia sebesar 247.837.073 jiwa, maka idealnya dibutuhkan darah sebanyak 4.956.741 kantong darah. Akan tetapi pada tahun 2013 lalu jumlah darah yang terkumpul dari donor sebanyak 2.480.352 kantong darah. Akibatnya rumah sakit masih sering mengalami kesulitan dalam memenuhi

kebutuhan transfusi darah melebihi donor darah di masa sekarang. Tingkat kesediaan yang tinggi untuk mendonorkan darah harus dianggap sebagai kesempatan bagi penggerak inisiatif masyarakat di masa mendatang (Kemenkes, 2014).

Penelitian ini bertujuan untuk memberikan informasi kepada masyarakat akan dampak donor darah terhadap kesehatan dan mengetahui pengaruh donor darah terhadap perubahan tanda-tanda vital pada pendonor darah di PMI Karanganyar.

TINJAUAN PUSTAKA

Pengertian Donor Darah

Donor darah adalah proses pengambilan darah dari seseorang secara sukarela untuk disimpan di bank darah kemudian dipakai pada transfusi darah. Transfusi darah adalah proses pemindahan darah dari seseorang yang sehat (donor) ke orang sakit (resipien). Darah yang dipindahkan dapat berupa darah lengkap dan komponen darah. Donor darah biasa dilakukan rutin di pusat donor darah lokal, dan setiap beberapa waktu dilakukan kegiatan donor darah di tempat keramaian, misalnya saja di pusat perbelanjaan, di sekolah, Universitas, di kantor perusahaan besar, ataupun di tempat ibadah. Hal ini dimaksudkan, agar mempermudah dan menarik simpati masyarakat untuk melakukan donor darah, hal ini juga mempermudah para pendonor agar melakukan donor darah, tanpa harus ke pusat donor darah. Adapula mobil darah yang juga dapat digunakan untuk dijadikan tempat menyumbang. Biasanya bank darah memiliki banyak mobil darah (Depkes RI, 2009).

Syarat Donor Darah

Beberapa syarat yang bertujuan untuk menjamin keselamatan pendonor dan penerima darah menurut Permenkes RI (2015) adalah sebagai berikut :

1. Umur 17-60 tahun (usia 17 tahun diperbolehkan menjadi donor bila mendapat izin tertulis dari orang tua).
2. Berat badan minimal 45 kg.
3. Temperatur tubuh berkisar antara 36,6-37⁰C.
4. Tekanan darah baik, yang ditunjukkan dengan systole 110-160 mmHg dan diastole 70-100 mmHg.

5. Denyut nadi teratur yaitu sekitar 50-100 kali/menit.
6. Hemoglobin baik pria maupun perempuan minimal 12,5 gram.
7. Bagi penyumbang darah wanita tidak sedang hadi, hamil atau menyusui.
8. Tidak menderita penyakit jantung, hati, ginjal, paru, kencing manis, pendarahan, kejang atau penyakit kulit kronis.
9. Tidak pernah menderita penyakit hepatitis B.
10. Tidak pernah menderita penyakit tuberculosis, sifilis, epilepsy dan sering kejang.
11. Tidak pernah mengalami ketergantungan obat, alkoholisme akut dan kronik.
12. Tidak pernah menderita penyakit kulit pada vena (pembuluh darah balik) yang akan ditusuk.
13. Tidak mempunyai kecenderungan perdarahan atau penyakit darah, misalnya defisiensi G6PD, thalasemia dan polibetemiavera.
14. Tidak mengidap penyakit HIV/AIDS (homoseks, morfinis, berganti-ganti pasangan seks, pemakai jarum suntik tidak steril).

Manfaat Donor Darah

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 menyumbat pembuluh darah). Menurunnya angka masalah penyakit jantung terutama terlihat pada para pendonor yang tidak merokok (Gustaman dkk, 2013).

Manfaat mendonorkan darah secara rutin setiap tiga bulan sekali maka 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. 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. Sebuah penelitian menemukan, orang usia lanjut yang rutin menjadi pendonor darah akan merasakan tetap berenergi dan bugar (Gustaman dkk, 2013).

Efek Samping Donor Darah

Donor darah juga memiliki efek samping bagi tubuh menurut Prayitono (2005), yaitu :

1. Terlalu sering melakukan donor darah akan menyebabkan tulang keropos. Sebagian orang menganggap bahwa melakukan donor darah akan menyebabkan tulang menjadi lebih cepat keropos. Alasan ini didasari dengan terlalu sering donor darah, akan menyebabkan tulangbelakang bekerja lebih ekstra dan menyebabkan osteoporosis. Efek samping ini tentu saja tidak benar. Jika donor darah saat kondisi tubuh sehat, produksi darah tidak akan terganggu.
2. Donor darah menyebabkan pusing dan muntah. Jika pusing berlebih setelah melakukan donor darah, mungkin saat melakukan donor darah saat tekanan darah di bawah normal atau hipotensi. Perasaan pusing ringan dan juga mual merupakan hal normal pada sebagian orang.
3. Setelah donor darah harus istirahat penuh selama sehari. Setelah selesai melakukan donor darah, tidak harus beristirahat selama sehari penuh untuk mengembalikan tenaga agar normal. Dengan memenuhi kebutuhan nutrisi dan asupan cairan yang cukup, keadaan akan pulih seperti semula.
4. Donor darah akan memberikan efek pada tubuh menjadi mudah gemuk. Hal ini juga tidak dibenarkan, walaupun ada beberapa orang yang makan dengan porsi sedikit, maka selanjutnya akan lebih banyak makan setika selesai melakukan donor darah.

Golongan Darah

Golongan darah menurut Wirawan (2011) adalah ciri khusus darah dari suatu individu karena adanya perbedaan jenis

karbohidrat dan protein pada permukaan membran sel darah merah Golongan darah manusia ditentukan berdasarkan jenis antigen dan antibody yang terkandung dalam darahnya, sebagai berikut:

1. Individu dengan golongan darah A memiliki sel darah merah dengan antigen A di permukaan membran selnya dan menghasilkan antibody terhadap antigen B dalam serum darahnya. Sehingga, orang dengan golongan darah A-negatif hanya dapat menerima darah dari orang dengan golongan darah A-negatif atau O-negatif.
2. Individu dengan golongan darah B memiliki antigen B pada permukaan sel darah merahnya dan menghasilkan antibody terhadap antigen A dalam serum darahnya. Sehingga, orang dengan golongan darah B-negatif hanya dapat menerima darah dari orang dengan golongan darah B-negatif atau O-negatif.
3. Individu dengan golongan darah AB memiliki sel darah merah dengan antigen A dan B serta tidak menghasilkan antibody terhadap antigen A maupun B. Sehingga, orang dengan golongan darah AB-positif dapat menerima darah dari orang dengan golongan darah ABO apapun dan disebut resipien universal. Namun, orang dengan golongan darah AB-positif tidak dapat mendonorkan darah kecuali pada sesama AB-positif.
4. Individu dengan golongan darah O memiliki sel darah tanpa antigen, tapi memproduksi antibody terhadap antigen A dan B. Sehingga, orang dengan golongan darah O-negatif dapat mendonorkan darahnya kepada orang dengan golongan darah ABO apapun dan disebut donor universal. Namun, orang dengan golongan darah O-negatif hanya dapat menerima darah dari sesama O-negatif.

Palang Merah Indonesia (PMI)

Palang Merah Indonesia (PMI) adalah sebuah organisasi perhimpunan nasional di Indonesia yang bergerak dalam bidang sosial kemanusiaan. Dalam melakukan tugas kemanusiaan gerakan ini memiliki keunikan yaitu semua kegiatan utamanya dilakukan

oleh relawan. Relawan menjadi tulang punggung kegiatan Palang Merah Indonesia, mulai dari yang masih muda dan belum memiliki pengetahuan sampai mereka yang sudah memiliki keahlian khusus dan sangat berpengalaman. PMI juga merupakan bank darah yang digunakan untuk menyimpan darah sehingga, apabila diperlukan, PMI siap menyediakan darah tersebut. PMI selalu berpegang teguh pada tujuh prinsip dasar Gerakan Internasional Palang Merah dan Bulan sabit merah yaitu kemanusiaan, kesamaan, kesukarelaan, kemandirian, kesatuan, kenetralan, dan kesemestaan. Tujuan Palang Merah Indonesia yaitu untuk meringankan penderitaan sesame apapun sebabnya, yang tidak membedakan golongan, bangsa, kulit, jenis kelamin, agama dan kepercayaan terhadap Tuhan Yang Maha Esa (Permenkes RI, 2015).

Penyakit Kardiovaskuler

Penyakit kardiovaskuler (PKV) menjadi salah satu penyakit yang paling membunuh di negara-negara industri. Di Indonesia, PKV menduduki urutan ke-11 dalam hal penyakit yang paling membunuh dan penyebab kematian pertama untuk usia di atas 40 tahun dan 65 tahun.¹ Berdasarkan penelitian *Monitoring trends and determinants of Cardiovascular Disease (MONICA)* di Jakarta, terdapatSt kenaikan rata-rata kadar kolesterol total darah pada wanita dari 206,6 mg/dL menjadi 213,0 mg/dl dan pada pria terdapat kenaikan rata-rata dari 199,8 mg/dL menjadi 204,8 mg/dL. Penelitian ini dilakukan pada tahun 1988 yaitu MONICA I dan 1993 yaitu MONICA II. Kelanjutan dari survei MONICA I dan II dimana terjadi kecenderungan peningkatan prevalensi faktor risiko kardiovaskular, maka dilakukan survei MONICA III untuk mengetahui profil faktor risiko kardiovaskular serta kecenderungannya pada tahun 2000. Batas kadar kolesterol >250 mg/dl sebagai batasan hiperkolesterolemia, maka pada MONICA I terdapatlah hiperkolesterolemia dari 11,4% pada tahun 1988 meningkat menjadi 14,8% pada tahun 1993 kemudian menurun menjadi 12,8% pada tahun 2000 pada laki-laki dan 15,2% pada tahun 1988, 18,0% pada tahun 1993 menjadi 17,7% pada tahun 2000 pada perempuan yaitu $p < 0.016$. 1,2 (Farahdina, 2015) (Soeharto, 2000).

Beberapa penelitian mengungkapkan bahwa peningkatan kadar kolesterol terutama kolesterol total, *Low-density*

lipoprotein (LDL) dan penurunan *High-density lipoprotein* (HDL) mempunyai hubungan dengan meningkatnya risiko penyakit jantung koroner (PJK) dan hipertensi. Mengingat banyaknya penyakit kardiovaskular yang dapat disebabkan oleh peningkatan kadar kolesterol darah, terdapat beberapa tindakan yang dapat menurunkan kadar kolesterol darah, salah satunya dengan mendonorkan darah. Beberapa ilmuwan meneliti tentang hubungan donor darah dengan penurunan kadar profil lipid serum yang meliputi kolesterol total, LDL, HDL, VLDL, dan trigliserida (Farahdina, 2015).

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian non eksperimen dengan cara melakukan wawancara kepada sepuluh responden yaitu pendonor darah di PMI Karanganyar. data primer diambil melalui wawancara langsung dengan responden. Waktu penelitian ini adalah tanggal 9 dan 10 Januari 2018. Populasi dalam penelitian ini adalah 4 responden laki-laki (dewasa) dan 6 responden perempuan (dewasa).

Dasar Proses Data

Metode pengumpulan data dalam penelitian ini adalah dengan hasil wawancara, studi pustaka internet, dan referensi buku. Sumber data diperoleh dari data primer dan data sekunder. Data primer diperoleh peneliti dengan cara secara langsung melalui wawancara. Sumber data sekunder dalam penelitian ini didapatkan dari studi pustaka internet dan referensi buku dari instansi terkait.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini disajikan dalam bentuk tabel dengan analisis berdasarkan teori-teori yang relevan. Berikut ini adalah hasil wawancara yang digunakan peneliti dalam mencapai tujuannya untuk mengetahui tinjauan kegiatan donor darah terhadap kesehatan di PMI Karanganyar. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan dari kegiatan wawancara adalah sebagai berikut :

Tabel 1.
Hasil Wawancara

Responden	Kondisi Setelah Donor Darah				
	Tulang Keras	Pusing	Istirahat Penuh	Kegemukan	Muntah
A	-	√	√	√	-
B	-	√	√	√	-
C	-	-	-	-	-
D	-	√	-	-	-
E	-	√	√	√	-
F	-	-	-	-	-
G	-	√	-	-	-
H	-	√	-	-	-
I	-	√	√	-	-
J	-	√	√	-	-

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan bahwa setelah melakukan kegiatan donor darah responden A, B dan E mengalami pusing, kegemukan dan harus istirahat penuh, responden C dan F tidak mengalami apa-apa (sehat), responden D mengalami pusing, responden G dan H mengalami pusing serta responden I dan J mengalami pusing dan harus istirahat penuh.

Upaya Kesehatan Transfusi darah adalah serangkaian kegiatan mulai dari pengerahan dan pelestarian donor sampai dengan pendistribusian darah. Transfusi darah merupakan tindakan klinis yang penting untuk mengatasi penyakit dan menyelamatkan jiwa serta memperbaiki kesehatan pasien yang memerlukan darah. Transfusi darah merupakan salah satu bagian penting pelayanan kesehatan modern. Bila digunakan dengan benar, transfusi dapat menyelamatkan jiwa pasien dan meningkatkan derajat kesehatan. Indikasi tepat transfusi darah dan komponen darah adalah untuk mengatasi kondisi yang menyebabkan morbiditas dan mortalitas bermakna yang tidak dapat diatasi dengan cara lain.

WHO telah mengembangkan strategi untuk transfusi darah yang aman dan meminimalkan risiko transfusi. Strategi tersebut terdiri dari pelayanan transfusi darah yang terkoordinasi secara nasional; pengumpulan darah hanya dari donor sukarela dari populasi risiko rendah; pelaksanaan skrining terhadap semua darah donor dari penyebab infeksi, antara lain HIV, virus hepatitis, sifilis dan lainnya, serta pelayanan laboratorium yang baik di semua aspek, termasuk golongan darah, uji

kompatibilitas, persiapan komponen, penyimpanan dan transportasi darah/komponen darah; mengurangi transfusi darah yang tidak perlu dengan penentuan indikasi transfusi darah dan komponen darah yang tepat, dan indikasi cara alternatif transfusi (Pratidina dan Puspita, 2001).

Di Indonesia, Palang Merah Indonesia (PMI) adalah satu-satunya organisasi yang diperbolehkan oleh pemerintah (tertuang dalam Peraturan Pemerintah No.18 tahun 1980) untuk melakukan prosedur transfusi darah (Depkes RI, 2001). Meskipun demikian, sebenarnya prosedur transfusi darah sudah dilakukan sejak zaman perjuangan revolusi oleh PMI.

Prosedur transfusi darah menyisakan banyak risiko. Paling fatal adalah risiko kematian. Pada tahun 1970an, mulai diketahui adanya risiko tinggi transmisi virus. Saat itu, virus hepatitis C terdeteksi pada lebih kurang 1% unit kantong darah. Selain hepatitis C, virus lain yang mengancam adalah HIV. Langkah-langkah pengurangan risiko transmisi pun segera dijalankan yaitu melalui pemeriksaan uji saring darah (blood screening). Perlahan tapi pasti, risiko transmisi virus bisa dikatakan sudah sangat kecil. Di Amerika, risiko transmisi virus hepatitis C adalah 1/1.000.000 unit sedangkan HIV 1/1,5-2,5 juta unit. Dalam perkembangannya, prosedur transfusi darah layaknya dua sisi mata uang. Di satu sisi, banyak orang yang akan terselamatkan. Di sisi lain, banyak risiko yang bisa terjadi dan mengganggu kesehatan resipien. Oleh karena itulah, sudah saatnya prosedur transfusi darah itu dilandasi oleh suatu disiplin ilmu yang disebut Ilmu Transfusi Darah (Transfusion Medicine) (Pratidina dan Puspita, 2001).

Hasil penelitian ini menunjukkan adanya perubahan yang signifikan sebelum dan setelah donor darah, yang dapat dilihat adanya gejala yang muncul pada responden setelah melaksanakan kegiatan donor darah, yaitu pusing, kegemukan dan harus istirahat penuh. Hal ini sesuai dengan teori Prayitono (2005) yang mengatakan bahwa donor darah menyebabkan pusing dan muntah. Jika pusing berlebih setelah melakukan donor darah, mungkin saat melakukan donor darah saat tekanan darah di bawah normal atau hipotensi. Perasaan pusing ringan dan juga mual merupakan hal normal pada sebagian orang. Selanjutnya setelah donor darah harus istirahat penuh selama sehari. Setelah selesai

melakukan donor darah, tidak harus beristirahat selama sehari penuh untuk mengembalikan tenaga agar normal. Dengan memenuhi kebutuhan nutrisi dan asupan cairan yang cukup, keadaan akan pulih seperti semula. Selain hal-hal tersebut donor darah akan memberikan efek pada tubuh menjadi mudah gemuk. Hal ini juga tidak dibenarkan, walaupun ada beberapa orang yang makan dengan porsi sedikit, maka selanjutnya akan lebih banyak makan setika selesai melakukan donor darah.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Donor darah adalah proses pengambilan darah dari seseorang secara sukarela untuk disimpan di bank darah untuk kemudian dipakai padatransfusi darah.
2. Untuk menjamin keselamatan pendonor dan penerima darah, beberapa syarat harus dipenuhi.
3. 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.
4. Beberapa tanggapan masyarakat tentang efek donor darah adalah seperti tulang menjadi keropos, pusing dan muntah, kegemukan dan butuh istirahat penuh sebenarnya tidak sepenuhnya, karena kegiatan donor darah dapat membakar \pm 600 kalori dan memproduksi sel darah baru.
5. Penelitian ini merupakan penelitian non eksperimen dengan cara melakukan wawancara kepada sepuluh responden yaitu 4 responden laki-laki (dewasa) dan 6 responden perempuan (dewasa).
6. Hasil penelitian ini adalah responden A, B dan E mengalami pusing, kegemukan dan harus istirahat penuh, responden C dan F tidak mengalami apa-apa (sehat), responden D mengalami pusing, responden G dan H mengalami pusing serta responden I dan J mengalami pusing dan harus istirahat penuh.

DAFTAR PUSTAKA

- Farahdina, Selvia. 2015. "Donor Darah Dan Profil Lipid". *J Majority*, Volume 4 Nomor 6.
- Soeharto I. *Penyakit Jantung Koroner dan Serangan Jantung*, edisi ke-2.

- Jakarta: Gramedia Pustaka Utama. 2000. hlm 77-78.
- Kementerian Kesehatan RI. *Situasi Donor Darah di Indonesia*. Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI. 2014. hlm 1-7.
- Pule PI, Boltshwarelo R, Magafu MGD, Habte D. "Factors Associated with Intention to Donate Blood: Sociodemographic and Past Experience Variables". *Journal of blood transfusion*, 1-2.
- Depkes RI. 2009. Donor Darah, Hidup Sehat Sambil Beramal. Jakarta. www.health.detik.com. Diakses tanggal 20 Januari 2018.
- Bayususetyo, Dhimas; Santoso, Rukun dan Tarno. 2017. "Klasifikasi Calon Pendonor Darah Menggunakan Metode Naïve Bayes Classifier". *Jurnal Gaussian*, Volume 6, Nomor 2, Halaman 193-200. ISSN: 2339-2541.
- Permenkes RI. 2015. *Standar Pelayanan Transfusi Darah*. Jakarta : Depkes.
- Gustaman, Arief; Boedijono dan Suji. 2013. "Kualitas Pelayanan Pendonoran Darah pada Unit Donor Darah Palang Merah Indonesia Kabupaten Jember". *Artikel Ilmiah Hasil Penelitian Mahasiswa*. Jember : Universitas Jember.
- Prayitno, Hadi. 2005. Identifikasi Problema Pelayanan Kesehatan pada Unit Transfusi Darah (UTD) PMI Cabang Jember dan Upaya Pemecahannya. *Jurnal Aspirasi*, 15 (1): 75-88.
- Wirawan, Ni Putu Sarilani. 2011. "Blood For Life", Menyelamatkan Jiwa Melalui Donor Darah". *Tugas Akhir Semester*. Depok : Universitas Indonesia.
- Saputra, Matin Aziz dan Setiawan, Bambang. 2014. "Customer Relationship Management Untuk Pengelolaan Donor Darah". *Jurnal Teknik Pomits* Vol. 3, No. 2, (2014) ISSN: 2337-3539 (2301-9271).
- Pratidina, Eki dan Puspita, Pupu. 2001. "Transfusi Darah". *Bhakti Kencana Medika*, Volume 1, No. 3 Juli 2001, hal 89-95.
- Departemen Kesehatan RI. 2001. *Buku Pedoman Pelayanan Transfusi Darah: Skrining untuk Penyakit Infeksi*. Modul 2. Jakarta :1,13-5,25-6,27- 33,36.