



JPPMI: Jurnal Produk Pengabdian Masyarakat Indonesia

Vol. 2, No. 4, April 2026 Hal 433- 441

ISSN 3030-8313 (online)

PENDAMPINGAN KELOMPOK RELAWAN DONOR DARAH UNTUK MENJADI PENDONOR LESTARI DI DESA TUMPANG KABUPATEN MALANG

GUIDANCE OF BLOOD DONOR VOLUNTEER GROUPS TO BECOME SUSTAINABLE DONORS IN TUMPANG VILLAGE, MALANG REGENCY

Ni Luh Putu Eka Sudiwati¹, Ardi Panggayuh², Ekowati Retnaningtyas³,
Hupitoyo⁴, Atik Kurniawati⁵, Budi Susatia⁶.

¹⁻⁶Prodi D3 Teknologi Bank Darah, Poltekkes Kemenkes Malang, Indonesia
eka_sudiwati@poltekkes-malang.ac.id

Abstrack

Pelestarian donor adalah upaya untuk mempertahankan pendonor darah sukarela untuk dapat melakukan donor darah secara berkesinambungan dan teratur dalam hidupnya. Pendonor lestari ini akan selalu berupaya dapat mendonorkan darahnya secara rutin setiap 2-3 bulan sehingga secara tidak langsung pendonor akan menerapkan pola hidup sehat sesuai dengan persyaratan dalam melakukan donor darah. Pemerintah dan Pemerintah daerah mengatur penerahan dan pelestarian pendonor darah untuk menjamin kecukupan ketersediaan darah. Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat dilaksanakan di Desa Tumpang Kabupaten Malang dibagi menjadi tiga tahapan yaitu tahap persiapan, tahap pelaksanaan, dan tahap evaluasi. Ada beberapa rangkaian kegiatan yang dilaksanakan yaitu pemeriksaan kesehatan dan penyuluhan kepada siswa SMA Diponegoro Tumpang mengenai kriteria, manfaat, waktu donor, dan kiat menjaga kesehatan. Melakukan pemeriksaan kesehatan yang meliputi pengukuran berat badan, tinggi badan, lingkar perut, cek kadar gula darah, asam urat dan kolesterol untuk siswa, guru dan tenaga administrasi. Melaksanakan kegiatan donor darah bekerja sama dengan UTD PMI Kabupaten Malang yang diikuti oleh 75 orang pendonor yang bertempat di MI NU Sumber Pasir Tumpang, bekerja sama dengan UTD PMI Kabupaten Malang dan relawan donor darah Desa Sumber Pasir.

Kata kunci: pelestarian donor darah, pendonor sukarela, donor darah rutin, pola hidup sehat, pemeriksaan kesehatan, penyuluhan kesehatan, mahasiswa, UTD PMI, ketersediaan darah, pengabdian masyarakat

Abstract

Blood donor retention is an effort to maintain voluntary blood donors so that they can donate blood continuously and regularly throughout their lives. These sustainable donors will always strive to donate their blood routinely every 2–3 months, thus indirectly encouraging them to adopt a healthy lifestyle in accordance with the requirements for blood donation. The central government and local governments regulate the mobilization and retention of blood donors to ensure an adequate blood supply. The community service activity was conducted in Tumpang Village, Malang Regency, and was divided into three stages: the preparation stage, the implementation stage, and the evaluation stage. Several series of activities were carried out, including health check-ups and health education for students of SMA Diponegoro Tumpang regarding the criteria, benefits, donation intervals, and tips for maintaining health. Health examinations were performed, including measurements of body weight, height, abdominal circumference, as well as checks for blood sugar, uric acid, and cholesterol levels for students, teachers, and administrative staff. A blood donation activity was also conducted in collaboration with the PMI Blood Transfusion Unit (UTD PMI) of Malang Regency, attended by 75 donors, and held at MI NU Sumber Pasir, Tumpang, in cooperation with UTD PMI Malang Regency and blood donor volunteers from Sumber Pasir Village.

Keywords: *blood donor retention, voluntary blood donors, regular blood donation, healthy lifestyle, health screening, health education, students, PMI Blood Transfusion Unit, blood supply, community service*

PENDAHULUAN

Pelayanan transfusi darah adalah upaya pelayanan kesehatan yang meliputi perencanaan, pengerahan dan pelestarian pendonor darah, penyediaan darah, pendistribusian darah dan tindakan medis pemberian darah kepada pasien dengan tujuan untuk penyembuhan penyakit dan pemulihan kesehatan Menurut WHO [WHO. 2020] ketersediaan darah secara ideal adalah 2,5 persen dari jumlah penduduk. Pada saat ini diharapkan terjadi peningkatan rasio donasi darah dari 7 kantong darah per 1000 penduduk pertahun menjadi 15 kantong darah per 1000 penduduk pertahun. Untuk

itu diperlukan upaya penjarangan calon donor terutama pendonor usia muda karena pendonor muda masih relatif belum memiliki masalah kesehatan. Pendonor darah juga diharapkan menjadi donor lestari dengan melaksanakan perilaku hidup sehat agar secara kontinyu dapat mendonorkan darahnya. Pelestarian donor adalah upaya untuk mempertahankan pendonor darah sukarela untuk dapat melakukan donor darah secara berkesinambungan dan teratur dalam hidupnya. Pendonor lestari ini akan selalu berupaya dapat mendonorkan darahnya secara rutin setiap 2-3 bulan sehingga secara tidak langsung pendonor akan menerapkan pola

hidup sehat sesuai dengan persyaratan dalam melakukan donor darah. Pemerintah dan Pemerintah daerah mengatur pengerahan dan pelestarian pendonor darah untuk menjamin kecukupan ketersediaan darah. Kegiatan Pengabdian masyarakat dilaksanakan di Desa Tumpang Kabupaten Malang yang memiliki sekitar 230 pendonor darah sukarela. Permasalahan yang ada pada mitra adalah belum semua pendonor dapat mendonorkan darahnya secara rutin dan berkesinambungan karena adanya masalah kesehatan seperti kadar Hb yang rendah, hipotensi dan kurangnya waktu tidur. Solusi yang dilakukan untuk mengatasi permasalahan pada mitra adalah penyuluhan pada pendonor untuk masalah anemi, hipotensi dan masalah kesehatan yang lain, sosialisasi tentang donor darah ke siswa SMA untuk menjaring donor usia muda, melakukan cek kadar Hb, dan kegiatan donor darah.

Berdasarkan permasalahan utama yang ditemukan, belum semua pendonor dapat mendonorkan darahnya secara rutin dan berkesinambungan karena masalah

kesehatan yang menyebabkan penundaan donor darah yaitu, kadar Hb yang rendah (anemia), hipotensi (tekanan darah rendah), hipertensi (tekanan darah tinggi) dan kurangnya waktu tidur. Oleh karena itu, Pengabdian kepada Masyarakat ini berupaya menjaring pendonor usia muda / milenial dari kalangan siswa SMA, yang selama ini belum mendapatkan sosialisasi memadai tentang donor darah. Pendonor muda dianggap lebih potensial untuk menjadi pendonor lestari karena relatif belum memiliki masalah kesehatan. Untuk mengatasi persoalan tersebut, tim PKM telah menyusun tiga solusi sistematis yang ditujukan baik bagi pendonor berulang maupun calon pendonor baru.

METODE

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini dibagi menjadi tiga tahapan yaitu tahap persiapan, tahap pelaksanaan, dan tahap evaluasi.

Tahap Persiapan

Tahap persiapan meliputi kegiatan penyusunan proposal dan pengurusan ijin administrasi kegiatan ke Kesbangpol Kabupaten Malang,

persiapan instrument atau alat dan bahan yang diperlukan untuk kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat serta pendekatan kerjasama dengan UTD PMI Kabupaten Malang dalam pelaksanaan donor darah.

Tahap Pelaksanaan

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini dilaksanakan dalam dua kali kegiatan. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat diawali dengan kegiatan pertama berupa sosialisasi donor darah di Sekolah. Memberikan edukasi kepada siswa SMA mengenai kriteria, manfaat, waktu donor, dan kiat menjaga kesehatan. Sasaran kegiatan ini adalah 50 orang siswa SMA Diponegoro Tumpang. Melakukan pemeriksaan kesehatan yang meliputi pengukuran berat badan, tinggi badan, lingkar perut, cek kadar gula darah, asam urat dan kolesterol untuk siswa, guru dan tenaga administrasi, sebagai bagian dari upaya dini terhadap resiko penyakit. Kedua. Kegiatan donor darah massal. Melaksanakan kegiatan donor darah bekerja sama dengan UTD PMI Kabupaten Malang yang diikuti oleh 75 orang pendonor.

Tahap Evaluasi

Monitoring dilakukan di akhir rangkaian kegiatan melalui pengukuran pengetahuan pre-test dan post-test menggunakan Google Form, serta SIM (Sistem Informasi Manajemen) donor darah untuk pencatatan dan pelaporan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat tanggal 8 Agustus 2025 di SMA Diponegoro Tumpang, Pemeriksaan Kesehatan Sederhana dan dilanjutkan Penyuluhan kepada siswa tentang Manfaat dan Syarat donor darah serta dilakukan Evaluasi pre-test dan post-test.



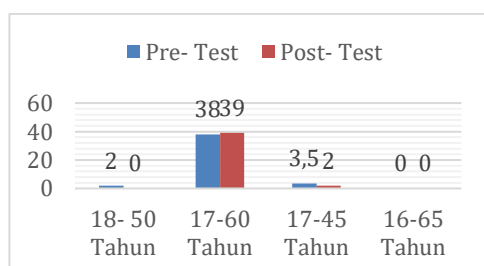
(a) (b)

Gambar.1 (a) registrasi donor. (b) hasil proyek donor darah

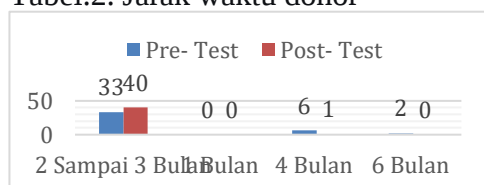
Hasil kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat Sosialisasi Donor Darah di Sekolah pada 41 siswa, tergambar dalam dokumentasi hasil pre-test dan

post-test tingkat pengetahuan siswa SMA berikut ini:

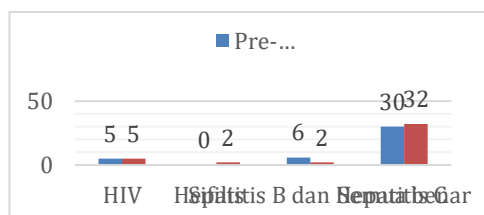
Tabel.1 usia minimal dan maksimal untuk dapat donor



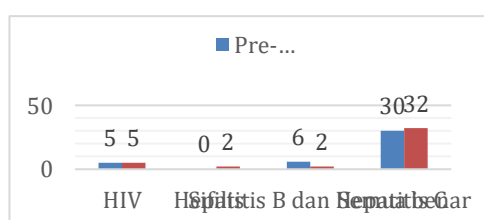
Tabel.2. Jarak waktu donor



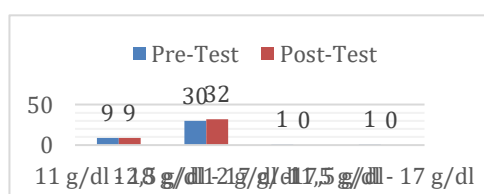
Tabel 3. Transfusi darah



Tabel.4 syarat melakukan donor



Tabel.5 Hb melakukan donor



Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat tanggal 29 Agustus 2025

di Desa Sumberpasir, Donor Darah bekerjasama dengan UTD PMI Kabupaten Malang.



Gambar.2 Pelaksanaan Donor

Kegiatan donor darah massal dilaksanakan bekerja sama dengan UTD PMI Kabupaten Malang yang diikuti oleh 75 orang pendonor lestari. Pendonor lestari ini secara rutin setiap 2 – 3 bulan mendonorkan darahnya, sehingga secara tidak langsung pendonor akan menerapkan pola hidup sehat sesuai dengan persyaratan dalam melakukan donor darah. Dengan demikian, pendonor yang sehat akan berdampak juga terhadap keamanan darah yang diperoleh, sehingga kualitas darah akan semakin baik. Selain kegiatan donor, diselingi dengan penyuluhan tentang manfaat donor bagi kesehatan.

Pelestarian donor darah adalah upaya yang dilakukan oleh institusi seperti Unit Transfusi Darah (UTD) Palang Merah Indonesia (PMI) untuk mempertahankan pendonor darah

sukarela agar melakukan donor secara berkesinambungan dan teratur. Tujuannya adalah untuk memastikan ketersediaan stok darah yang aman dan cukup untuk kebutuhan medis. Menurut Peraturan Menteri Kesehatan No. 83 Tahun 2014, pelestarian donor merupakan bagian penting dari pelayanan transfusi darah yang menyeluruh, bersama dengan pengerahan pendonor dan penyediaan darah. Salah satu strategi pelestarian donor adalah melalui sosialisasi dan edukasi. Melakukan sosialisasi berkelanjutan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat tentang pentingnya donor darah, mengubah perilaku dari tidak tahu menjadi mau mendonor secara rutin. Hasil evaluasi Pengabdian kepada Masyarakat pada tahap pertama yang telah dilakukan melalui penyuluhan kepada siswa SMA tentang rentang usia dapat melakukan donor, jarak donor darah minimal, penyakit yang dapat ditularkan melalui transfusi darah, syarat berat badan, kadar hemoglobin sebagian besar menunjukkan peningkatan pengetahuan tentang syarat donor darah. Hal ini dapat menjadi modal dasar bagi kegiatan pengerahan dan

pelestarian pendonor. Peningkatan pengetahuan masyarakat tentang donor darah diharapkan dapat menambah kesadaran/motivasi masyarakat untuk berpartisipasi sebagai donor darah sukarela (DDS). Menurut Mufidah dkk., pengetahuan yang baik tentang manfaat donor darah akan mendorong tingkat kesadaran seseorang untuk melakukan donor darah. Selanjutnya dikatakan bahwa pengetahuan, sikap dan motivasi yang baik akan mendorong terbentuknya perilaku dari seseorang untuk ikut mendonorkan darah (Mufidah et al., 2022). Dikutip dalam Sylvia, et al. (2021) berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Salaudeen Tahun 2011 yang menyatakan bahwa donor darah di negara berkembang dipengaruhi oleh pengetahuan, sikap, dan motivasi. Tujuan pelestarian donor adalah menjamin ketersediaan stok darah. Memastikan ketersediaan stok darah yang cukup dan stabil untuk memenuhi kebutuhan rumah sakit atau unit transfusi darah (UTD). Upaya pelestarian ini sangat penting untuk mencapai target ketersediaan darah nasional yang idealnya mencapai 2,5% dari jumlah

penduduk. Hasil pemeriksaan kesehatan pada 70 orang sebagian besar menunjukkan parameter yang normal pada kadar gula darah acak 94,29% (< 140 mg/dl); kadar asam urat 30% (3,5-7,2 mg/dl) pada laki-laki, dan 57,14% (2,6-6,0 mg/dl) pada perempuan. Akan tetapi, pada hasil pemeriksaan kesehatan pada parameter tekanan darah didapatkan 44,29% masuk kategori hipertensi, lingkaran pinggang terutama dari 24 laki-laki didapatkan 50% masuk kategori obesitas. Pada parameter indeks massa tubuh (IMT) didapatkan 15,71% kategori BB berlebih dan 24,29% kategori obesitas. Pada parameter kadar kolesterol kategori batas 40% dan tinggi 24,29%). Menurut data WHO, tahun 2015 diseluruh dunia diperkirakan sekitar 1.13 miliar orang mengidap hipertensi, dan angka ini cenderung meningkat diperkirakan pada tahun 2025 akan ada 1,5 Miliar orang yang terkena hipertensi [Kemenkes. 2019]. Salah satu faktor predisposisi penting terhadap kejadian hipertensi adalah obesitas. Pada seseorang dengan obesitas akan terjadi resistensi insulin dan hiperinsulinemia sehingga akan meningkatkan aktivitas syaraf

simpatis dan sistem renin angiotensin yang berperan meningkatkan tekanan darah (hipertensi) [Guyton & Hall. 2014]. Tekanan darah pada tubuh manusia diperoleh dari kombinasi antara kekuatan denyut jantung saat memompa darah ke dalam arteri dan resistensi arteri. Tekanan yang diberikan saat jantung memompa darah ke dalam arteri disebut sistolik, sedangkan tekanan saat jantung berelaksasi setelah berdenyut disebut diastolik. Nilai optimal untuk orang dewasa adalah antara 90 mmHg dan 120 mmHg untuk tekanan sistolik dan 60–80 mmHg untuk tekanan diastolik [PAHO. 2009]. Pengambilan darah pada pendonor yang memiliki riwayat hipertensi dapat memicu gangguan vaskular akibat penurunan tekanan darah sementara. Selain itu, tekanan darah tinggi mengurangi volume darah yang bersirkulasi dan, oleh karena itu, pengambilan darah dapat menimbulkan reaksi yang merugikan dengan semakin mengurangi volume darah [PAHO. 2009].

Australian Red Cross (ARC) memberikan kriteria bahwa orang yang mengkonsumsi obat untuk mengontrol tekanan darah dapat diterima sebagai donor darah, asalkan

tekanan darahnya stabil dan terkontrol dengan baik (tidak $\geq$ 180/100 mmHg) [PAHO. 2009]. Bahkan dengan donor darah secara teratur dikaitkan dengan penurunan tekanan darah yang signifikan pada penderita hipertensi [Sundrela, et al. 2016].

KESIMPULAN

Donor darah sampai saat ini masih terus diperlukan untuk persediaan donor darah di fasilitas pelayanan kesehatan maupun UDD Palang Merah Indonesia (PMI) yang dapat membantu para pasien yang membutuhkan darah untuk penanganan penyakit maupun keadaan gawat darurat yang membutuhkan transfusi darah. Ketersediaan Darah di UDD Palang Merah Indonesia (PMI) sangat membantu pasien-pasien yang membutuhkan serta masih perlu ditingkatkan kesadaran masyarakat untuk berpartisipasi dalam donor darah karena selain untuk membantu orang lain yang membutuhkan juga dapat meningkatkan kesehatan. Perlu diberikan edukasi kepada masyarakat agar masyarakat mau mendonorkan darah untuk sesama.

Diperlukan program kegiatan pengerahan dan pelestarian donor yang berkelanjutan, petugas pencari dan pelestari donor darah sukarela (P2D2S) akan melakukan perekrutan dan pembinaan kepada para pendonor darah sukarela, sehingga terjadi peningkatan jumlah ketersediaan darah, peningkatan pengetahuan masyarakat tentang donor darah, dan bertambahnya kesadaran masyarakat untuk berpartisipasi sebagai Donor Darah Sukarela (DDS).

DAFTAR PUSTAKA

- Guyton, A. C., & Hall, J.E. 2014. *Guyton and Hall textbook of medical physiology (Twelfth Edition)*. (Alih Bahasa: Ilyas, E. I. I). Jakarta: EGC. (Buku asli diterbitkan 2010).
- Kemenkes. 2019. *Hipertensi Penyakit Paling Banyak Diidap Masyarakat. Generasi Sehat, Masa Depan Hebat. Diunggah 4 Desember 2025.* <https://kemkes.go.id/id/%20hipertensi-penyakit-paling-banyak-diidap-masyarakat>.
- Mufidah, H., Handriani Kristanti, & Eva Runi Khristiani. (2022). *Hubungan Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Terhadap Motivasi Donor Darah Sukarela di PMI Kabupaten Sleman Yogyakarta. Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI), 5(5), 539–544.*

<https://doi.org/10.56338/mppki.v5i5.2246>

- PAHO. 2009. *Eligibility for Blood Donation: Recommendations for Education and Selection of Prospective Blood Donors*. Pan American Health Organization. Washington, D.C.
- Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 83 Tahun 2014 Tentang Unit Transfusi Darah, Bank Darah Rumah Sakit, dan Jejaring Pelayanan Transfusi Darah.
- Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 91 Tahun 2015 Tentang Standar Pelayanan Transfusi Darah.
- Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 7 Tahun 2011 Tentang Pelayanan Darah.
- Sundrela Kamhieh-Milz, Julian Kamhieh-Milz, Yvonne Tauchmann, Thomas Ostermann, Yatin Shah, Ulrich Kalus, Abdulgabar Salama, Andreas Michalsen. 2016. *Regular blood donation may help in the management of hypertension: an observational study on 292 blood donors*. *Transfusion*. 2016 Mar;56(3):637-44. doi: 10.1111/trf.13428.
- Sylvia Jene P.L.S, Anna Kartika, & Ratih Dwi Anggraynie. (2021). *Gambaran Pengetahuan, Sikap dan Motivasi Donor Darah Sukarela Mengenai Donor Darah (Studi pada UDD PMI Kota Semarang pada Bulan Juli Tahun 2021)*. **Jurnal Mimbar Administrasi**, 18(2), 1–8.
- WHO. 2020. *Menjaga persediaan darah yang aman dan memadai selama pandemi penyakit coronavirus (COVID-19). Panduan sementara*. 20 Maret 2020. chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcgklcfindmkaj/https://cdn.who.int/media/docs/default-source/searo/indonesia/covid19/menjaga-persediaan-darah-yang-aman-dan-memadai-selama-pandemi-penyakit-coronavirus-(covid-19)---panduan-sementara.pdf?sfvrsn=6a1d7324_2.