

KORELASI *ANXIETY STATE* PADA CALON PENDONOR PEMULA DENGAN REAKSI PASCA DONOR DARAH

CORRELATION OF ANXIETY STATE IN PROSPECTIVE BEGINNER DONORS WITH POST-BLOOD DONATION REACTIONS

Wasini¹, Danik Riawati²

¹ Unit Tranfusi Darah PMI Kabupaten Tangerang

². Prodi Diploma Tiga Teknologi Bank Darah Politeknik Akbara Surakarta

Email: diniwasini@gmail.com

ABSTRAK

Anxiety merupakan suatu perasaan yang merasa gelisah dan was-was, misalnya pasca donor mengalami pusing, mual dan atau muntah, dan sebagainya. Tujuan penelitian untuk mengetahui seberapa sering dan apa saja jenis reaksi fisik yang tidak diinginkan (seperti pusing, mual, pingsan, dan memar) yang dialami oleh pendonor baru setelah darah mereka diambil. Jenis penelitian yang digunakan yaitu obeservasional analitik dengan studi *cross sectional*. Populasinya semua pendonor pemula di UTD PMI Kabupaten Tangerang sebanyak 250 responden. Besar ampel dengan taraf kesalahan 5% dihitung berdasarkan tabel *isac dan Michael* yaitu 149 responden. Pengumpulan data menggunakan data primer dan data sekunder yaitu kuesioner tertutup dan lembar observasi. Teknik Analisa data menggunakan univariat dan bivariat dengan uji korelasi *chi square* dengan bantuan program *SPSS IBM versi 26*. Hasil penelitian didapatkan usia responden terbanyak 19-40 tahun (69,1%), jenis kelamin 86 (57,7%), golongan darah O 74 (49,7%). mengalami *anxiety state* ringan 134 responden (89,9%) dan reaksi pasca donor 71 (47,7%). Hasil dari analisis korelasi *Spearman Rank* menunjukkan nilai signifikan sebesar $0,112 > 0,05$ dan kekuatan hubungan antara kedua variabel ini menunjukkan angka rho $-0,131$. Kesimpulannya yaitu tidak ada hubungan secara statistik antara kecemasan dan reaksi setelah donor darah. Kekuatan korelasi antara keduanya sangat lemah.

Kata Kunci : *Anxiety state*, Calon Pendonor Pemula, Reaksi Pasca Donor.

ABSTRACT

Anxiety is a psychological condition characterized by feelings of fear and worry. For example, post-donation dizziness, nausea, and/or vomiting, among other symptoms. The aim of the study was to determine how often and what types of unwanted physical reactions (such as dizziness, nausea, fainting, and bruising) were experienced by new donors after their blood was drawn. The type of research used was an analytical observational cross-sectional study. The population was all first-time donors at the UTD PMI Tangerang Regency, totaling 250 respondents. The sample calculation used the Isaac and Michael tables with a 5% error rate, resulting in 149 respondents. Data collection used primary and secondary data, namely closed questionnaires and observation sheets. Data analysis techniques using univariate and bivariate with chi square correlation test with the help of IBM SPSS program version 26. The results of the Spearman Rank correlation analysis showed a significant value of $0.112 > 0.05$ and

the strength of the relationship between these two variables showed a rho figure of -0.131. The conclusion is that there is no statistically significant relationship between anxiety and reactions after blood donation. The correlation between the two is very weak.

Keywords: Anxiety state, Prospective First-Time Donors, Post-Donation Reactions.

Pendahuluan

Kecemasan adalah suatu pengalaman emosional yang dapat terasa menyakitkan dan tidak nyaman, sehingga memicu reaksi ketegangan di dalam tubuh, yang terjadi karena adanya dorongan dari dalam diri sendiri atau dari lingkungan sekitar, dan dikendalikan oleh sistem saraf otonom. Contohnya, apabila dalam situasi yang berbahaya dan ketakutan, maka irama jantung berdetak lebih cepat, napasnya terasa berat, bibir tampak kering, dan telapak tangan berkeringat. Reaksi seperti inilah yang menyebabkan munculnya kecemasan. Bentuk kecemasan lain seperti fobia adalah jenis gangguan kecemasan. Gejala ini muncul sebagai bagian dari gangguan kecemasan karena seseorang tidak mengatasi pengalaman rasa takut dengan baik. Pengalaman-pengalaman yang menimbulkan kecemasan ini terjadi sepanjang hidup mereka dan berkaitan dengan objek atau situasi tertentu (Fitri and Ambarita, 2023).

Misalnya pada kegiatan mendonorkan darah yang dilakukan dengan sukarela untuk disalurkan kepada orang-orang yang membutuhkannya melalui transfusi darah. Sebelum mendonor darah, tahap pertama yang dilakukan adalah pemeriksaan Kesehatan, dengan tujuan untuk memilih calon pendonor dengan mempertimbangkan kondisi umum dan menjawab pertanyaan tentang kesehatan mereka. Riwayat kesehatan dan faktor risiko dari gaya hidup dilakukan wawancara. Kriteria donor darah menentukan donor yang aman dan hasil donasi sehingga dapat melindungi Kesehatan pendonor dan penerima donor (Tirtana, Prasetyaswati and Riawati, 2023).

Proses pengambilan darah donor dilakukan sesuai standart prosedur, tetapi terkadang ada yang merasa cemas, terutama yang baru pertama kali mendonorkan darah, sehingga dapat menyebabkan gejala seperti pusing, mual, muntah, atau bahkan pingsan saat proses pengambilan darah berlangsung atau setelahnya. Hal tersebut didukung dengan wawancara kepada salah satu petugas UTD di Kabupaten Tangerang mengenai pengambilan darah menunjukkan bahwa setiap bulan sering muncul reaksi

setelah donor seperti merasa lemas, pusing, mual, muntah, penglihatan yang kabur, kaku pada jari-jari, kejang, dan pingsan.

Riawati D tahun 2022 dalam penelitiannya mendapatkan beberapa hal salah satu syarat untuk calon pendonor yang tidak termasuk dalam kriteria seleksi umum disebabkan oleh kadar hemoglobin, tekanan darah, serta faktor-faktor lainnya (Riawati, 2022).

Data yang disediakan oleh 164 negara kepada Basis Data Global WHO mengenai Keamanan Darah menunjukkan bahwa lebih dari 92 juta donor darah dikumpulkan setiap tahun di seluruh dunia. Selain itu, setidaknya 13 juta orang yang ingin mendonorkan darah harus ditunda karena anemia, kondisi medis yang sudah ada, atau kemungkinan risiko infeksi yang dapat ditularkan melalui transfusi (WHO, 2014).

Tujuan umum penelitian ini untuk mengetahui seberapa sering dan apa saja jenis reaksi fisik yang tidak diinginkan (seperti pusing, mual, pingsan, dan memar) yang dialami oleh pendonor baru setelah darah mereka diambil.

Metode Penelitian

Jenis Penelitian yang digunakan yaitu obeservasional analitik dengan studi potong lintang untuk mengukur tingkat kecemasan sebelum donor dan memantau reaksi segera setelah donor (*vasovagal*) (Subasman, 2025). Variabel independent penelitian ini adalah dan dependen (Sidik Priadana, 2021). Populasi dalam penelitian ini adalah semua pendonor pemula di UTD PMI Kabupaten Tangerang. Jumlah populasi pendonor pemula di UTD PMI Kabupaten Tangerang selama dua minggu 250 pendonor. Penentuan jumlah sampel dengan taraf kesalahan 5 % berdasar tabel *isac dan Michael* didapatkan 146 responden (Hardani dkk, 2020). Pengumpulan data menggunakan data primer dan data sekunder. Data sekunder di dapatkan dengan menyebarkan kuesioner tertutup (kuesioner tingkat kecemasan *Zung Self Rating Anxiety Scale (SAS)* yaitu responden tinggal memilih jawaban dengan tanda centang seperti tidak pernah (skor 1), kadang-kadang (skor 2), Sebagian waktu (skor 3) dan hampir Sebagian waktu (skor 4). Total skor normal/tidak cemas (20-39), kecemasan ringan (40-59), kecemasan sedang (60-74) dan kecemasan berat (75-80) (Zung, 1971) dan lembar observasi yang diisi oleh staf medis atau *checklist* laporan mandiri (*self-report*) mengenai gejala seperti pusing, mual, berkeringat, atau pingsan setelah donor. Teknik Analisa data menggunakan

univariat menjelaskan sifat-sifat responden, penyebaran frekuensi tingkat kecemasan (rendah, menengah, tinggi), serta frekuensi reaksi setelah proses donor ada atau tidak. dan bivariat dengan uji korelasi *chi square* (Dyah Nirmala Arum Janir, 2012).

Hasil Penelitian dan Pembahasan

Sebagian besar responden pada usia dewasa 19-40 tahun sebanyak 103 responden (69,1%) dan yang paling sedikit usia dewasa tua sebanyak 1 responden (0,7%). Menurut teori, batas usia minimum untuk menjadi pendonor darah adalah 18 tahun, tetapi di beberapa negara memperbolehkan remaja yang berumur 16 atau 17 tahun mendonorkan darah jika mereka memenuhi syarat fisik dan kesehatan yang diperlukan serta mendapatkan izin yang tepat, sedangkan batas usia tertinggi untuk mendonorkan darah, yang berada di antara 60 hingga 70 tahun, telah diberlakukan di masa lalu (WHO, 2012). Hal tersebut dikarenakan kebanyakan pendonor pada masa produktif. Jenis kelamin laki-laki paling banyak ditemukan yaitu 86 responden (57,7%). Menurut teori bahwa laki-laki dalam satu tahun dapat mendonorkan darahnya 6 kali sedangkan perempuan 4 kali permenkes (Menkes RI, 2015). Alasan lain yang mempengaruhi yaitu seorang wanita usia subur mengalami pendarahan menstruasi dan memiliki kadar hemoglobin rendah sebaiknya tidak melakukan donor darah dan perlu dirujuk untuk pemeriksaan medis (WHO, 2012). Golongan darah pendonor banyak ditemukan golongan darah O+ yaitu 74 responden (49,7%) dan paling sedikit AB+ sebanyak 13 responden (8,7%). Berdasarkan data statistik terkait jumlah penduduk golongan darah 40 juta jiwa yaitu penduduk Indonesia tahun 2022 golongan darah O sebanyak 17.284.056 jiwa, B 8.250.877 jiwa, A 8.250.877, dan AB 3.234.754 jiwa (Kemendagri, 2022). Hal ini sejalan dengan penelitian Septiana et al (2021) karakteristik golongan darah pendonor yang paling banyak adalah golongan O lebih banyak 132 (35,8%).

Anxiety state jumlah responden sebagian besar mengalami kecemasan ringan (skor 20-39) sebanyak 134 responden (89,9%) dan paling sedikit mengalami kecemasan sedang (skor 60-74) sebanyak 3 responden (%). Reaksi buruk dari donor bisa membuat mereka tidak mau mendonorkan darah lagi di masa depan, selain itu kemampuan komunikasi petugas perawatan donor ternyata berhubungan terbalik dengan reaksi yang diberikan oleh donor (WHO, 2014). Memikirkan terlalu dalam adalah istilah yang

menggambarkan perilaku merenungkan segala sesuatu dengan berlebihan. Ini bisa dimulai dari rasa khawatir atau cemas yang terlalu banyak tentang hal-hal yang belum terjadi, termasuk masalah kecil dalam kehidupan sehari-hari, isu yang lebih serius, hingga pengalaman traumatis di masa lalu, sehingga membuat Anda terjebak dalam pikiran tersebut. Memikirkan terlalu dalam (Rahmasari, 2020). Menurut Zakariah dalam Ningrum (2023) kecemasan merupakan kondisi perasaan yang tidak menyenangkan, penuh dengan kegelisahan dan ketegangan. Amalia et al (2023) mengemukakan bahwa tingkat kecemasan mayoritas responden mengalami tidak cemas yaitu (46,9%). Rasa khawatir sering muncul ketika seseorang menghadapi keadaan yang sulit. Kecemasan yang ringan, biasanya akan lebih waspada dan fokus. Ketika kecemasan berada pada tingkat sedang, maka cenderung untuk memperhatikan aspek yang penting pada saat itu, sementara yang lain terlupakan. Pada tingkat kecemasan yang tinggi, fokus seseorang menjadi sangat sempit, hanya melihat masalah kecil dan mengabaikan yang lain, sehingga orang sulit untuk berpikir dengan jelas.

Reaksi pasca donor yang paling dominan tidak ada mengalami reaksi yaitu sebanyak 71 (47,7%) dan paling sedikit reaksi berat sebanyak 11 responden (7,4%). Menurut teori bahwa penurunan jumlah darah ini menyebabkan serangkaian reaksi fisiologis yang berfungsi untuk mempertahankan tekanan darah dan memastikan bahwa jaringan mendapatkan pasokan oksigen yang cukup (Pal, Saxena and Saxena, 2024). Sejalan dengan Reswari et al (2021) yang paling dominan tanpa reaksi donor yaitu 44 responden (88%) Sedangkan dari hasil yang ada reaksi donor yang paling dominan adalah reaksi pusing 4 responden (8%).

Reaksi pasca donor sering terjadi pada saat melakukan donor darah atau setelah pengambilan darah, Reaksi pasca donor adalah efek yang tidak diinginkan yang dapat terjadi setelah melakukan donor darah. Reaksi yang biasa terjadi pasca donor seperti pusing, mual dan atau muntah, hematoma dan lain-lain. Menurut teori bahwa dampak fisik, beberapa orang mungkin merasakan efek mental setelah donor darah, seperti melihat darah, jarum suntik, atau proses donor itu sendiri bisa memicu rasa cemas bagi sebagian orang. Ini dapat muncul sebagai rasa tegang, gelisah, atau bahkan ketakutan. Mengetahui betapa amannya prosedur ini dan menggunakan teknik relaksasi bisa membantu mengurangi kecemasan tersebut (Batra *et al.*, 2022).

Hasil dari analisis korelasi *Spearman Rank* menunjukkan nilai $0,112 > 0,05$, maka hipotesis nol diterima dan hipotesis alternatif ditolak. Ini berarti Tidak ada hubungan yang berarti secara statistik antara variabel *anxiety state* dan variabel reaksi pasca donor darah. Hubungan yang terlihat kemungkinan hanya terjadi secara kebetulan, bukan merupakan hubungan yang nyata dalam populasi. Kekuatan hubungan antara kedua variabel ini menunjukkan angka rho $-0,131$. Angka ini mencerminkan adanya korelasi negatif, yang berarti hubungan antara keduanya bergerak ke arah yang berlawanan. Jadi, jika *anxiety state* meningkat, tingkat reaksi setelah donor darah akan menurun, dan sebaliknya. Mengenai kekuatan hubungan, nilai $-0,131$ sangat dekat dengan 0, yang menunjukkan bahwa hubungan antara keduanya sangat kecil atau hampir tidak ada sama sekali.

Menurut teori kecemasan adalah perasaan tidak nyaman yang muncul dari dalam diri seseorang. Misalnya rasa cemas pendonor atau calon pendonor karena pengalaman rasa sakit yang pernah dialami, atau juga bisa disebabkan oleh pikiran tentang rasa sakit, pusing, mual, atau bahkan muntah yang mungkin dirasakan calon pendonor (Gilchrist et al., 2021). Studi ini tidak sejalan dengan temuan Pratama dan Nuraini (2024) yang menunjukkan adanya hubungan negatif dan signifikan antara ketakutan terhadap jarum suntik dan niat untuk menjadi donor darah ($p = 0,003$). Seseorang yang belum pernah menyumbangkan darah sebelumnya dan merasakan rasa cemas serta khawatir, dapat berdampak pada reaksi pasca donor seperti pusing, mual dan muntah. Pendonor yang pertama kali donor dan merasakan sakit tertusuk jarum, pusing, mual dan muntah, hematoma dapat menjadi alasan utama seseorang tidak mendonorkan darah lagi, sehingga perlu diupayakan untuk menanganinya.

Kesimpulan

Nilai yang dihasilkan adalah $0,95 > 0,05$, sehingga hipotesis nol dianggap benar dan hipotesis alternatif ditolak. Ini berarti bahwa tidak ada hubungan yang signifikan secara statistik antara keadaan kecemasan dan reaksi setelah melakukan donor darah. Kekuatan hubungan antara kedua variabel ini menunjukkan angka rho $-0,135$ sangat dekat dengan 0, yang menunjukkan bahwa korelasi antara keduanya sangat lemah atau hampir tidak ada sama sekali.

Saran

Perlu ada penelitian tambahan untuk menyelidiki efek psikologis dari menjadi donor darah, terutama pada orang-orang yang merasakan kecemasan.

Daftar Pustaka

- Batra, J. *et al.* (2022) 'Blood Components And Its Usage: A Clinical Insight From Diagnostic Lens', 13(6), pp. 1747–1750. Available at: <https://doi.org/10.47750/pnr.2022.13.S06.230>.
- Fitri, T. and Ambarita, A. (2023) *Problema Fobia Jarum Suntik dan Penanganannya dengan Pendekatan Terapi Perilaku*. Purbalingga: EUREKA MEDIA AKSARA. Available at: <https://repository.penerbiteureka.com/media/publications/564438-problema-fobia-jarum-suntik-dan-penangan-0016475d.pdf>.
- Hardani dkk (2020) *Metode Penelitian Kualitatif & Kuantitatif*, Pustaka Ilmu Group. Edited by H. ABADI. Yogyakarta: CV Putaka Ilmu Group.
- Janir, D.N.A. (2012) *Statistik deskriptif dan regresi linear berganda dengan spss*, Semarang University Press.
- Kemendakgri, D. (2022) *Golongan Darah Terbanyak di Indonesia*. Available at: https://cms.indonesiabaik.id/storage/post/conversions/2978/post-7289-7289-1717643300-240605_EI_Golongan-Darah--Paling-Banyak-di-Indonesia_IR-webp_conversion.webp.
- Menkes RI (2015) *Peraturan Menteri Kesehatan republik Indonesia Nomor 91 Tahun 2015 Tentang Standar Pelayanan Tranfusi Darah, Menteri Kesehatan Republik Indonesia*. Jakarta: Menteri Kesehatan Republik Indonesia. Available at: <https://peraturan.bpk.go.id/Details/116661/permenkes-no-91-tahun-2015>.
- Pal, A., Saxena, R. and Saxena, S. (2024) 'The Future of Protection : Unleashing the Power of Nanotech against Corrosion', 9(3), pp. 23–44.
- Rahmasari, D. (2020) *Self Healing : Panduan Praktis Melakukan Penyembuhan Diri Untuk Mengelola Stres Sehari-Hari*. Surabaya: Unesa University Press. Available at: https://statik.unesa.ac.id/profileunesa_konten_statik/uploads/perpustakaan/file/22e9bf32-5df2-46aa-a76f-1a0eacb05d29.pdf.
- Riawati, D. (2022) 'Faktor Penentu Kriteria Penolakan Seleksi Umum Pendorong Berdasarkan Hasil Pemeriksaan Kesehatan', *Jurnal Medika Usada*, 5(2), pp. 49–54. Available at: <https://doi.org/10.54107/medikausada.v5i2.137>.
- Sidik Priadana, D.S. (2021) *metode kuantitatif*. Edited by Della. Tangerang Selatan: Pascal Books.
- Subasman, I. (2025) *Metode dan Teknik Penelitian*. Nanny Maya. Edited by and A.H.A.M.S. Mayasari, Nanny. Cv Widina Media Utama. Available at: <https://repository.penerbitwidina.com/pt/publications/591465/metode-dan-teknik-penelitian-kuantitatif-kualitatif-dan-pengembangan-untuk-mahas#id-section-content>.
- Tirtana, A., Prasetyaswati, B. and Riawati, D. (2023) *Buku Ajar Pelayanan Darah*. Penerbit NEM. Available at: https://books.google.co.id/books/about/Buku_Ajar_Pelayanan_Darah.html?id=rPSEAAQBAJ&redir_esc=y.
- WHO (2012) *Blood Donor selection*, WHO. Edited by WHO. Geneva 27 Switzerland: WHO. Available at: <https://www.google.com/search?client=firefox-b-d&q=Blood+Donor+selection>.

- WHO (2014) *Blood Donor Counselling Implementation*. Available at: <https://iris.who.int/items/25b7706a-b9df-4c93-a28e-a0032e56cb6a>.
- Zung, W.W.K. (1971) 'A Rating Instrument For Anxiety Disorders', *Psychosomatics*, 12(6), pp. 371–379. Available at: [https://doi.org/10.1016/S0033-3182\(71\)71479-0](https://doi.org/10.1016/S0033-3182(71)71479-0).