

## Penyuluhan Mengenai Pertolongan Pertama pada Kecelakaan (P3K) bagi Calon Pendoror Darah

### *Education on First AID (P3K) for Blood Donor Candidates*

Dahniar<sup>1\*</sup>, A. Arviani Desianti Nur<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Program Studi D-III Teknologi Bank Darah, Politeknik Kesehatan Megarezky, Indonesia

Korespondensi penulis: [dahniar@poltekkesmegarezky.ac.id](mailto:dahniar@poltekkesmegarezky.ac.id) \*

#### **Article History:**

Received: Desember 16, 2024;

Revised: Januari 10, 2025;

Accepted: Februari 07, 2025;

Published: Februari 10, 2025

**Keywords:** blood donation, outreach program, prospective donors

**Abstract:** Blood donation is a humanitarian activity that benefits patients in need of a blood transfusion. However, the process of donating blood can also pose health risks to donors, especially if they are not in optimal condition or lack knowledge of proper first aid measures. Most blood donors experience mild side effects such as dizziness, weakness, or nausea, while in certain cases, more serious reactions like fainting or bleeding at the needle insertion site may occur. Therefore, understanding First Aid in Accidents (P3K) is essential for prospective blood donors so they can prevent, recognize, and properly manage these side effects. Based on this, an educational outreach program has been conducted for the community of Tamparung Keke Subdistrict, Mamajang District, Makassar City. This outreach program aims to enhance basic knowledge among community members who wish to donate blood regularly.

#### **Abstrak**

Donor darah adalah suatu kegiatan kemanusiaan yang bermanfaat bagi pasien yang membutuhkan transfusi darah. Namun, proses donor darah juga dapat menimbulkan risiko Kesehatan bagi pendonor, terutama jika kondisi pendonor yang kurang optimal atau kurang memahami tindakan pertolongan pertama yang tepat. Sebagian besar pendonor darah mengalami efek samping ringan seperti pusing, lemas, atau mual, sementara dalam kasus tertentu dapat terjadi reaksi yang lebih serius seperti pingsan atau pendarahan di area bekas tusukan jarum. Oleh karena itu, pemahaman tentang Pertolongan Pertama pada Kecelakaan (P3K) menjadi penting bagi calon pendonor darah agar mereka dapat mencegah, mengenali, dan menangani efek samping tersebut dengan benar. Berdasarkan hal tersebut maka perlu dilaksanakan kegiatan penyuluhan. Penyuluhan ini dilaksanakan pada Masyarakat kelurahan tamparung Keke, Kecamatan Mamajang, Kota Makassar. Kegiatan penyuluhan ini dilaksanakan untuk meningkatkan pengetahuan dasar bagi Masyarakat yang memiliki keinginan untuk mendonorkan darah secara rutin.

**Kata Kunci:** donor darah, penyuluhan, calon pendonor

## **1. PENDAHULUAN**

Donor darah merupakan salah satu bentuk kepedulian sosial yang sangat bermanfaat bagi pasien yang membutuhkan transfusi darah. Namun, dalam pelaksanaannya, donor darah dapat menimbulkan efek samping tertentu bagi pendonor, seperti pusing, mual, lemas, hingga pingsan. Beberapa kondisi ini dapat terjadi akibat faktor fisik, psikologis, atau ketidaksiapan calon pendonor sebelum menjalani proses donor darah. Oleh karena itu, pemahaman mengenai tindakan pertolongan pertama pada kecelakaan (P3K) menjadi penting agar pendonor dapat mengantisipasi dan menangani kondisi tersebut dengan tepat (Ruggeri et al., 2019).

Pentingnya pemahaman mengenai P3K dalam donor darah didasarkan pada fakta bahwa tidak semua pendonor memiliki kondisi fisik yang sama. Beberapa orang mungkin lebih rentan mengalami efek samping setelah mendonorkan darah, terutama mereka yang baru pertama kali mendonor atau memiliki tekanan darah yang cenderung rendah. Kurangnya edukasi mengenai P3K dapat menyebabkan kepanikan atau kesalahan dalam menangani kondisi yang muncul, sehingga memperbesar risiko komplikasi yang lebih serius. Calon pendonor darah sering kali tidak menyadari pentingnya persiapan sebelum donor. Beberapa di antaranya datang dalam keadaan kurang tidur, tidak mengonsumsi makanan bergizi, atau bahkan dalam kondisi tubuh yang kurang sehat. Hal ini dapat meningkatkan kemungkinan terjadinya efek samping saat atau setelah mendonorkan darah. Oleh sebab itu, penyuluhan mengenai P3K pada calon pendonor darah menjadi langkah preventif yang sangat dibutuhkan untuk mengurangi risiko yang dapat terjadi (Makuuchi et al., 2023).

Penyuluhan ini bertujuan untuk memberikan pemahaman yang lebih baik kepada calon pendonor tentang langkah-langkah yang perlu dilakukan sebelum, selama, dan setelah donor darah. Dengan adanya edukasi yang baik, calon pendonor dapat lebih siap secara fisik dan mental, sehingga mereka dapat mendonorkan darahnya dengan aman dan nyaman. Selain itu, penyuluhan ini juga akan memberikan informasi tentang cara menangani kondisi seperti pusing, pingsan, atau pendarahan kecil setelah donor darah (Pabbi, et al., 2022).

Keamanan dan kenyamanan pendonor darah sangat penting dalam menjaga keberlanjutan program donor darah. Jika calon pendonor merasa aman dan memahami risiko serta cara mengatasinya, mereka akan lebih termotivasi untuk mendonorkan darah secara rutin. Hal ini tentu akan berdampak positif terhadap ketersediaan stok darah di rumah sakit dan lembaga transfusi darah, yang pada akhirnya dapat membantu lebih banyak pasien yang membutuhkan transfusi darah. penyuluhan ini juga berperan dalam meningkatkan efisiensi petugas kesehatan dalam menangani calon pendonor. Dengan pemahaman yang lebih baik, calon pendonor dapat melakukan tindakan pencegahan secara mandiri, sehingga beban kerja petugas medis dapat berkurang. Hal ini akan menciptakan lingkungan donor darah yang lebih tertib, aman, dan efektif bagi semua pihak yang terlibat (Liu & Kanakry, 2021).

Dalam jangka panjang, penyuluhan mengenai P3K bagi calon pendonor darah juga dapat berkontribusi terhadap peningkatan kesadaran masyarakat tentang pentingnya donor darah yang aman. Masyarakat yang teredukasi dengan baik akan lebih peduli terhadap kesehatan mereka sebelum mendonorkan darah, sehingga kualitas darah yang disumbangkan pun lebih baik (Setiakarnawijaya, 2020). Dengan demikian, penyuluhan ini tidak hanya berdampak pada keselamatan pendonor, tetapi juga pada efektivitas layanan transfusi darah

secara keseluruhan. erdasarkan berbagai pertimbangan tersebut, kegiatan penyuluhan P3K bagi calon pendonor darah menjadi sangat penting untuk dilaksanakan. Edukasi yang baik mengenai persiapan donor, penanganan efek samping, dan langkah-langkah P3K yang tepat akan meningkatkan keamanan dan kenyamanan bagi calon pendonor. Dengan begitu, kegiatan donor darah dapat berjalan lebih optimal dan memberikan manfaat maksimal bagi masyarakat yang membutuhkan.

## **2. METODE**

Kegiatan pengabdian kepada Masyarakat ini dilaksanakan pada:

Hari/Tanggal : Rabu/ 15 Januari 2025

Waktu : Pukul 08.00 – Selesai

Tempat : Kantor Lurah Tamparang Keke, Kecamatan Mamajang, Kota Makassar.

Kegiatan ini terdiri atas beberapa tahap dilaksanakan yaitu:

- a) Perencanaan, mengurus perizinan ke kantor kelurahan yang bersangkutan, sosialisasi pelaksanaan kegiatan penyuluhan dengan pihak terkait seperti Lurah
- b) Pelaksanaan Kegiatan, yaitu pemberian edukasi kepada masyarakat melalui kegiatan penyuluhan materi tentang Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan (P3K) bagi Calon Pendonor Darah
- c) Tahap diskusi, diskusi dilakukan Bersama dengan Masyarakat yang hadir pada kegiatan penyuluhan
- d) Foto bersama

## **3. HASIL**

Kegiatan pengabdian kepada Masyarakat ini dihadiri Masyarakat Kelurahan Tamparang Keke sebanyak 30 orang. Kegiatan Pengabdian Masyarakat ini sudah di lakukan sesuai tahap yang di rencanakan. Kondisi pada saat berlangsungnya kegiatan dapat dilihat pada gambar 1 dan gambar 2 di bawah ini.



Gambar 1. Kondisi pada saat kegiatan penyuluhan



Gambar 2. Foto Bersama Peserta PKM

#### 4. DISKUSI

Kegiatan pengabdian ini berjalan sesuai dengan tahap yang telah direncanakan. Kegiatan penyuluhan ini memberikan pemahaman mendasar kepada Masyarakat Kelurahan Tamparang Keke terkait pertolongan pertama pada kecelakaan (P3K) bagi calon pendonor. Sejumlah Masyarakat antusias mendengarkan materi yang dipaparkan karena bisa menambah wawasan lebih sebelum mendonorkan darahnya.

Persiapan sebelum donor darah menurut Sugita (2019: 30-38) berperan penting dalam mencegah efek samping yang tidak diinginkan. Beberapa langkah yang perlu dilakukan calon pendonor meliputi:

- a. Tidur yang cukup, minimal 6-8 jam sebelum donor darah.
- b. Konsumsi makanan bergizi setidaknya 3-4 jam sebelum donor, tetapi hindari makanan berlemak tinggi.
- c. Minum cukup air untuk mencegah dehidrasi dan memperlancar aliran darah.
- d. Hindari merokok atau mengonsumsi alkohol dalam 24 jam sebelum donor karena dapat memengaruhi tekanan darah.
- e. Pastikan kondisi tubuh dalam keadaan sehat dan tidak sedang mengalami demam, flu, atau gangguan kesehatan lainnya.

Kegiatan donor darah umumnya aman, meskipun demikian ada beberapa langkah-langkah P3K selama dan setelah donor darah yang perlu dilakukan meliputi: Jika pendonor merasa pusing atau lemas maka hal yang dilakukan adalah segera memberi tahu kepada petugas medis, Tarik napas dalam-dalam dan duduk dengan posisi kepala lebih rendah dari tubuh untuk meningkatkan aliran darah ke otak dan meminum air putih serta beristirahat hingga merasa lebih baik. Namun Jika terjadi pendarah di bekas tusukan jarum maka hal yang dilakukan adalah menekan bekas tusukan dengan kapas steril atau perban untuk menghentikan pendarahan, mengangkat tangan yang ditusuk selama beberapa menit, jika pendarahan terus berlanjut, maka segera menghubungi petugas medis (Nagler et al., 2021: 53).

Edukasi mengenai P3K bagi calon pendonor darah sangat penting karena dapat meningkatkan kesadaran dan kesiapan Masyarakat sebelum mendonorkan darahnya. Beberapa manfaat utama penyuluhan ini meliputi: Mencegah komplikasi Kesehatan pada pendonor selama dan setelah donor darah, Meningkatkan kenyamanan dan rasa aman bagi calon pendonor, terutama bagi orang yang pertama kali mendonor, Membantu petugas medis dalam menangani pendonor yang mengalami efek samping dengan lebih cepat dan efektif, Menjaga keberlanjutan program donor darah karena pendonor yang merasa nyaman akan lebih termotivasi untuk mendonorkan darahnya secara rutin.

## **5. KESIMPULAN**

Penyuluhan mengenai Pertolongan Pertama pada Kecelakaan (P3K) bagi calon pendonor darah sangat penting untuk memastikan keamanan dan kenyamanan pendonor selama serta setelah proses donor darah. Dengan persiapan yang baik, pemahaman mengenai langkah-langkah P3K, serta kesadaran akan hal-hal yang harus dihindari setelah donor, risiko efek samping dapat diminimalkan. Selain itu, edukasi yang baik juga dapat meningkatkan jumlah pendonor darah secara berkelanjutan, yang pada akhirnya berkontribusi dalam penyediaan stok darah bagi pasien yang membutuhkan. Oleh karena itu, penyuluhan ini perlu

terus dilakukan secara sistematis agar donor darah menjadi kegiatan yang aman, nyaman, dan bermanfaat bagi semua pihak.

## PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Terima kasih kepada segenap Masyarakat Kelurahan Tamparang Keke, Kecamatan Mamajang, Kota Makassar karena sudah bersedia dan berpartisipasi dalam kegiatan PKM ini. Tak luput juga kami ucapkan terima kasih kepada tim mahasiswa program studi D-III Teknologi Bank Dara yang turut berperan dalam kegiatan PKM ini sehingga PKM bisa berlangsung secara efektif dan selesai tepat waktu.

## DAFTAR REFERENSI

- Liu, J. H., & Kanakry, C. G. (2021). Have haploidentical transplants replaced umbilical cord transplants for acute leukemias? *Current Opinion in Hematology*, 25(2), 103–111. <https://doi.org/10.1097/MOH.0000000000000412>
- Makuuchi, Y., Nakashima, Y., Nishimoto, M., Koh, H., & Hino, M. (2023). Posttransplant cyclophosphamide contributes to the impairment of the graft-versus-leukemia effect and the amelioration of graft-versus-host disease with the suppression of alloreactive T cells in a murine stem cell transplant model. *Experimental Hematology*, 123, 56–65. <https://doi.org/10.1016/j.exphem.2023.01.002>
- Nagler, A., Labopin, M., Houhou, M., Aljurf, M., Mousavi, A., Hamladji, R. M., Al Zahrani, M., Bondarenko, S., Arat, M., Angelucci, E., Koc, Y., Gülbas, Z., Sica, S., Bourhis, J. H., Canaani, J., Brissot, E., Giebel, S., & Mohty, M. (2021). Outcome of haploidentical versus matched sibling donors in hematopoietic stem cell transplantation for adult patients with acute lymphoblastic leukemia: A study from the Acute Leukemia Working Party of the European Society for Blood and Marrow Transplantation. *Journal of Hematology & Oncology*, 14(1), 53. <https://doi.org/10>
- Pabbi, S., Tiwari, A. K., Aggarwal, G., Sharma, G., Marik, A., Luthra, A. S., Upadhyay, A. P., & Singh, M. K. (2022). Reference interval of platelet counts and other platelet indices in apparently healthy blood donors in North India according to Clinical and Laboratory Standards Institute guidelines: Need to redefine the platelet count cutoffs for repeat plateletpheresis donation. *Asian Journal of Transfusion Science*, 16(2), 245–250. [https://doi.org/10.4103/ajts.AJTS\\_121\\_20](https://doi.org/10.4103/ajts.AJTS_121_20)
- Ruggeri, A., Labopin, M., Savani, B., Paviglianiti, A., Blaise, D., Volt, F., Sanz, G., Arcese, W., Socie, G., & Mohty, M. (2019). Hematopoietic stem cell transplantation with unrelated cord blood or haploidentical donor grafts in adult patients with secondary acute myeloid leukemia, a comparative study from Eurocord and the ALWP EBMT. *Bone Marrow Transplantation*, 54(12), 1987–1994. <https://doi.org/10.1038/s41409-019-0510-0>

- Setiakarnawijaya, A. (2020). Edukasi dan pelatihan pertolongan pertama pada anggota PMR dan. *Prosiding PKM CSR*. Diakses dari <https://prosiding-pkmsr.org/index.php/pkmsr/article/download/909/484/>
- Sugita, J. (2019). HLA-haploidentical stem cell transplantation using posttransplant cyclophosphamide. *International Journal of Hematology*, 110(1), 30–38. <https://doi.org/10.1007/s12185-019-02660-8>