
Donor Darah Ulang dengan Tingkat Kecemasan Pendonor: Studi di UDD PMI Kabupaten Sleman

Repeat Blood Donation and Donor Anxiety Levels: A Study at the Indonesian Red Cross (PMI) Blood Donation Unit (UDD) in Sleman Regency

Regi¹, Arif Tirtana^{2*}, Aulia Rahman³, Gravinda Widyaswara⁴

^{1,2,3,4}Program Studi Teknologi Bank Darah STIKes Guna Bangsa

*Email korespondensi: atirtana89@gmail.com

INFO ARTIKEL

Article History

Received: 16 Mei 2026

Revised: 30 Mei 2026

Accepted: 19 juni 2026

Kata Kunci:

Kecemasan; Pendonor;
Pendonor Darah; Pendonor
Ulang

Keywords:

*Anxiety; Donors; Blood
Donors; Repeat Donors*

Copyright@author

Licensed by CC BY-SA 4.0

ABSTRAK

Pendonor darah, baik pertama kali maupun ulang, dapat mengalami tingkat kecemasan yang bervariasi selama proses donor, yang berpotensi mengganggu kenyamanan dan kelancaran kegiatan donor darah. Faktor yang memengaruhi tingkat kecemasan meliputi usia, jenis kelamin, pendidikan, dan pengalaman donor sebelumnya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pendonor ulang dengan tingkat kecemasan pendonor di UDD PMI Kabupaten Sleman. Metode yang digunakan adalah observasional analitik dengan desain cross-sectional. Sampel penelitian berjumlah 100 pendonor ulang yang dipilih dengan teknik purposive sampling, menggunakan instrumen kuesioner *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS). Hasil penelitian menunjukkan 35% responden tidak mengalami kecemasan, sedangkan 65% lainnya mengalami kecemasan dengan tingkatan berbeda, yaitu kecemasan ringan (30%), sedang (23%), berat (9%), dan sangat berat (3%). Pada kelompok pendonor sedang (2–3 kali donor), sebanyak 32,1% responden tidak mengalami kecemasan, 14,3% mengalami kecemasan ringan, 35,7% mengalami kecemasan sedang, 17,9% mengalami kecemasan berat dan tanpa ada responden yang mengalami kecemasan sangat berat. Sementara itu, pada kelompok pendonor sering (≥ 4 kali donor), 36,1% responden tidak mengalami kecemasan, 36,1% mengalami kecemasan ringan, 18,1% mengalami kecemasan sedang, 5,6% mengalami kecemasan berat, dan 4,2% mengalami kecemasan sangat berat. Analisis uji chi-square menunjukkan adanya hubungan signifikan antara pendonor ulang dengan tingkat kecemasan ($p=0,032$; $p<0,05$). Meskipun pengalaman donor berulang cenderung menurunkan kecemasan, mayoritas pendonor ulang tetap menunjukkan tingkat kecemasan yang bervariasi.

ABSTRACT

Blood donors, both first-time and repeat donors, may experience varying levels of anxiety during the donation process, which can potentially interfere with comfort and the smooth implementation of blood donation activities. Factors influencing anxiety levels include

age, gender, education, and previous donation experience. This study aimed to determine the relationship between repeat blood donors and donor anxiety levels at Palang Merah Indonesia Blood Donation Unit (UDD PMI) of Sleman Regency. The method used was an analytical observational study with a cross-sectional design. The research sample consisted of 100 repeat donors selected using purposive sampling techniques, utilizing the Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS) questionnaire instrument. The results showed that 35% of respondents did not experience anxiety, while the remaining 65% experienced anxiety at different levels, namely mild anxiety (30%), moderate anxiety (23%), severe anxiety (9%), and very severe anxiety (3%). In the moderate donor group (2–3 donations), 32.1% of respondents did not experience anxiety, 14.3% experienced mild anxiety, 35.7% experienced moderate anxiety, 17.9% experienced severe anxiety, and no respondents experienced very severe anxiety. Meanwhile, in the frequent donor group (≥ 4 donations), 36.1% of respondents did not experience anxiety, 36.1% experienced mild anxiety, 18.1% experienced moderate anxiety, 5.6% experienced severe anxiety, and 4.2% experienced very severe anxiety. Chi-square test analysis showed a significant relationship between repeat donors and anxiety levels ($p=0.032$; $p<0.05$). Although repeated donation experience tends to reduce anxiety, the majority of repeat donors still demonstrated varying levels of anxiety.

PENDAHULUAN

Pendonor darah dibedakan menjadi pendonor pertama kali dan pendonor ulang, yang keduanya berpotensi mengalami kecemasan sebelum melakukan donor darah. Kecemasan merupakan kondisi emosional berupa rasa gelisah, khawatir, tegang, tidak aman, serta takut terhadap situasi yang dianggap mengancam.¹ Pendonor pertama kali cenderung lebih mudah mengalami kecemasan karena belum memiliki pengalaman donor sebelumnya dan sering merasa takut terhadap jarum suntik, rasa nyeri, maupun efek samping seperti pusing dan lemas. Namun demikian, pendonor ulang juga dapat mengalami kecemasan, terutama apabila pernah mengalami efek samping saat donor sebelumnya atau memiliki kekhawatiran terkait kondisi kesehatannya.²

Penelitian di Unit Donor Darah PMI Kota Yogyakarta menunjukkan bahwa meskipun sebagian besar calon pendonor tidak mengalami kecemasan, masih terdapat beberapa pendonor, termasuk pendonor ulang, yang mengalami kecemasan dari tingkat ringan hingga berat sebelum donor darah.³

Kecemasan pada pendonor dapat menimbulkan ketidaknyamanan selama proses donor, meningkatkan persepsi nyeri saat penusukan jarum, serta menyebabkan ketidakpuasan hingga menurunkan minat untuk mendonor kembali. Selain itu, kecemasan juga diketahui menjadi salah satu faktor utama terjadinya reaksi donor, seperti vasovagal reaction, yang dapat menghambat seseorang untuk mendonorkan darah atau meningkatkan risiko terjadinya reaksi donor.

Tingkat rasa takut lebih tinggi pada pendonor pertama kali (58%) dibandingkan pendonor ulang (30%). Meski demikian, pendonor ulang tetap dapat mengalami kecemasan, terutama akibat pengalaman negatif sebelumnya seperti kegagalan pengambilan darah atau munculnya efek samping setelah donor.⁴ Penelitian menunjukkan bahwa tingkat kegagalan pengambilan darah pada pendonor ulang di UDD PMI Kabupaten Sleman lebih tinggi (51,41%) dibandingkan pendonor baru (48,59%), yang berpotensi memicu kecemasan saat donor berikutnya. Selain itu, faktor psikologis, seperti ekspektasi negatif dan

pengalaman sebelumnya, turut memengaruhi tingkat kecemasan pendonor.^{4,5}

Meskipun tingkat kecemasan pada pendonor ulang cenderung lebih rendah dibandingkan pendonor pertama kali, kecemasan tetap dapat terjadi. Berdasarkan studi kasus yang dilakukan peneliti selama tiga hari di UDD PMI Kabupaten Sleman terhadap 15 responden, diperoleh hasil adanya hubungan antara pendonor ulang dengan tingkat kecemasan pendonor dengan kategori korelasi sedang.⁶ Oleh karena itu, diperlukan penelitian lanjutan untuk memperoleh hasil yang lebih optimal mengenai hubungan pendonor ulang dengan kecemasan pendonor.

BAHAN DAN METODE

Penelitian ini merupakan penelitian observasional analitik dengan pendekatan *cross-sectional* yang bertujuan untuk mengidentifikasi hubungan antara pendonor yang melakukan donor ulang dan tingkat kecemasan di kalangan pendonor di UDD PMI Kabupaten Sleman.

Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendonor darah ulang yang datang ke UDD PMI Kabupaten Sleman pada Juni 2025, sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah teknik purposive sampling.

Perhitungan sampel penelitian "Hubungan antara pendonor ulang dengan kecemasan pendonor di UDD PMI Kabupaten Sleman" menggunakan rumus slovin. Dari perhitungan tersebut sampel yang didapatkan minimal 88 Responden.

HASIL

Distribusi Frekuensi

Karakteristik Umur Responden ditunjukkan pada Tabel 1.

Hasil uji *chi-square* pada penelitian ini memperoleh nilai *p-value* sebesar 0,032 ($p < 0,05$), yang menunjukkan adanya hubungan signifikan antara pendonor ulang dengan tingkat kecemasan saat melakukan donor darah di UDD PMI Kabupaten Sleman. Nilai *p-value* yang kurang dari 0,05 mengindikasikan bahwa hasil analisis statistik tersebut bermakna dan bukan terjadi secara kebetulan.

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik umur	F	%
Remaja Akhir (17-25)	29	29%
Dewasa Awal (26-35)	27	27%
Dewasa Akhir (36-45)	16	16%
Lansia Awal (46-55)	22	22%
Lansia Akhir (56-65)	6	6%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	72	72%
Perempuan	28	28%
Pendidikan		
SMA	42	42%
Diploma III	10	10%
S1	47	47%
S2	1	1%
Pendonor ulang		
Pendonor Sedang (2-3 kali)	28	28%
Pendonor Sering (≥ 4)	72	72%
Kategori Kecemasan		
Tidak ada kecemasan (<14)	35	35%
Kecemasan ringan (14-20)	30	30%
Kecemasan sedang (21-27)	23	23%
Kecemasan berat (28-41)	9	9%
Kecemasan Sangat berat (42-56)	3	3%
Total	100	100%

Berdasarkan analisis data, pendonor dengan kategori sedang (2–3 kali donor) mayoritas mengalami kecemasan sedang (35,7%) dan kecemasan berat (17,9%). Sementara itu, pendonor dengan kategori sering (≥ 4 kali donor) lebih banyak berada pada kategori tidak cemas (36,1%) dan kecemasan ringan (36,1%), meskipun masih terdapat sebagian kecil yang mengalami kecemasan sedang (18,1%), kecemasan berat (5,6%), hingga kecemasan sangat berat (4,2%).

PEMBAHASAN

Hasil analisis menunjukkan bahwa meskipun pengalaman mendonor ulang dapat mengurangi tingkat kecemasan, faktor-faktor lain seperti pengalaman negatif saat donor sebelumnya, ketakutan terhadap jarum, atau kekhawatiran terhadap efek samping masih dapat memicu kecemasan pada sebagian pendonor. Penelitian lain menyatakan bahwa pengalaman donor sebelumnya dapat mempengaruhi tingkat kecemasan, di mana pendonor yang memiliki pengalaman positif cenderung lebih siap secara emosional dibandingkan dengan pendonor yang pernah mengalami reaksi negatif. Selain itu, kecemasan

saat donor dapat memengaruhi niat pendonor untuk mendonor kembali di masa depan. Oleh karena itu, penting bagi petugas donor untuk memberikan edukasi dan pendekatan personal guna menciptakan lingkungan donor yang nyaman, sehingga dapat menurunkan kecemasan pendonor dan meningkatkan keinginan mendonor secara rutin.^{2,3}

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada kelompok pendonor sedang (2–3 kali donor), sebagian besar responden mengalami kecemasan sedang sebanyak 10 orang (35,7%), diikuti kecemasan berat sebanyak 5 orang (17,9%), tidak mengalami kecemasan sebanyak 9 orang (32,1%), serta kecemasan ringan sebanyak 4 orang (14,3%). Sementara itu, pada kelompok pendonor sering (≥ 4 kali donor), mayoritas responden berada pada kategori tidak mengalami kecemasan dan kecemasan ringan, masing-masing sebanyak 26 orang (36,1%). Selain itu, terdapat 13 orang (18,1%) dengan kecemasan sedang, 4 orang (5,6%) dengan kecemasan berat, dan 3 orang (4,2%) dengan kecemasan sangat berat.

Fenomena tersebut dapat dijelaskan sebagai kecemasan antisipatif yang terjadi sebelum tindakan donor darah. Pendonor berulang cenderung telah membentuk skema kognitif berdasarkan pengalaman sebelumnya mengenai tahapan dan prosedur donor, sehingga persepsi terhadap konsekuensi fisik, termasuk penggunaan jarum berukuran besar, dapat memicu respons stres pra-tindakan. Selain itu, adanya kekhawatiran akan penolakan sebagai donor akibat kadar hemoglobin (Hb) yang tidak memenuhi persyaratan turut berperan sebagai stressor kognitif yang meningkatkan tingkat kecemasan dan perasaan tidak berdaya sebelum proses donor darah dilaksanakan.⁹

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat kecemasan lebih banyak ditemukan pada kelompok pendonor sedang, terutama pada kategori kecemasan sedang dan berat. Sebaliknya, kelompok pendonor sering cenderung tidak mengalami kecemasan atau hanya mengalami kecemasan ringan. Hal tersebut kemungkinan dipengaruhi oleh frekuensi donor yang lebih sering sehingga pendonor menjadi lebih terbiasa dan memiliki pengalaman yang lebih baik dalam menghadapi proses donor darah. Pendonor yang rutin mendonorkan darah umumnya memiliki pemahaman yang lebih baik, mampu

mengendalikan rasa takut, serta lebih percaya diri. Sementara itu, pendonor yang baru mendonor sebanyak 2–3 kali masih berpotensi mengalami kecemasan karena belum terbiasa dengan prosedur donor, merasa takut terhadap jarum suntik, atau belum yakin terhadap kondisi kesehatannya. Oleh karena itu, meskipun seseorang telah beberapa kali melakukan donor darah, kecemasan tetap dapat muncul.

Hasil penelitian ini sejalan dengan temuan Hoogerwerf yang menyatakan bahwa pendonor ulang tetap dapat mengalami kecemasan, terutama akibat pengalaman tidak menyenangkan seperti pusing, mual, nyeri, atau takut jarum suntik. Faktor psikologis, seperti ketakutan terhadap prosedur medis dan kekhawatiran terhadap kondisi tubuh setelah donor, dapat memengaruhi tingkat kecemasan baik pada pendonor baru maupun pendonor ulang. Hal ini menunjukkan bahwa pengalaman donor sebelumnya tidak selalu membuat pendonor merasa nyaman, karena respons setiap individu berbeda-beda.^{1,7}

Penelitian ini juga menunjukkan bahwa kecemasan pada pendonor ulang tidak dapat diabaikan. Pengalaman negatif, trauma ringan, atau kurangnya edukasi setelah donor dapat memunculkan respons emosional yang kuat saat donor berikutnya. Kecemasan tersebut bahkan dapat menjadi hambatan bagi pendonor untuk kembali mendonorkan darah. pengalaman emosional selama donor sangat memengaruhi keinginan seseorang untuk mendonor kembali, terutama jika muncul ketidaknyamanan atau reaksi vasovagal seperti pusing dan mual.^{8,10,11,12}

Di sisi lain, sebagian besar pendonor sering (≥ 4 kali donor) berada pada kategori tidak cemas atau hanya mengalami kecemasan ringan. Hal ini menunjukkan bahwa donor darah yang dilakukan secara rutin dapat meningkatkan ketahanan psikologis, rasa percaya diri, dan kenyamanan terhadap prosedur donor. Oleh karena itu, UDD dapat memanfaatkan pendonor rutin sebagai pendonor inspiratif untuk mendukung promosi donor darah kepada masyarakat.

Selain itu, komunikasi yang baik antara petugas dan pendonor juga berperan penting dalam menurunkan kecemasan. Sikap ramah, hangat, dan menenangkan dari petugas dapat meningkatkan kenyamanan psikologis pendonor. Karena itu, pelatihan komunikasi

efektif bagi petugas donor darah sangat diperlukan agar mampu mengenali tanda kecemasan dan memberikan respons yang tepat.^{13,14,15}

Secara keseluruhan, penelitian ini menegaskan bahwa pendonor ulang tetap membutuhkan perhatian psikologis dalam mengatasi kecemasan. Oleh sebab itu, UDD perlu menciptakan pelayanan yang tidak hanya berfokus pada pemenuhan kebutuhan darah, tetapi juga pada kenyamanan dan pengalaman emosional pendonor guna meningkatkan loyalitas donor jangka panjang.

Penelitian ini memiliki keterbatasan, yaitu adanya beberapa responden yang kurang kooperatif saat wawancara dan pengisian kuesioner, serta jumlah sampel yang masih terbatas dan hanya dilakukan di satu lokasi UDD. Penelitian selanjutnya diharapkan dapat menggunakan pendekatan komunikasi yang lebih persuasif, melibatkan sampel yang lebih besar, mencakup lebih banyak lokasi, serta mempertimbangkan variabel lain agar hasil penelitian lebih komprehensif.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian di UDD PMI Kabupaten Sleman, terdapat hubungan yang signifikan antara pendonor ulang dengan tingkat kecemasan saat mendonorkan darah, yang ditunjukkan oleh nilai $p\text{-value} = 0,032$ ($p < 0,05$). Pendonor dengan frekuensi donor sedang (2–3 kali) cenderung mengalami kecemasan sedang hingga berat, sedangkan pendonor dengan frekuensi donor sering (≥ 4 kali) masih menunjukkan kecemasan pada berbagai tingkat, mulai dari sedang hingga sangat berat. Hal ini menunjukkan bahwa pengalaman donor berulang dapat membantu menurunkan kecemasan, namun belum sepenuhnya menghilangkan rasa cemas pada pendonor.

Bagi UDD PMI Kabupaten Sleman, disarankan untuk mempertahankan loyalitas pendonor melalui edukasi rutin, penyuluhan, serta pendekatan personal yang memberikan rasa nyaman dan tenang. Selain itu, sosialisasi donor darah dapat dilakukan melalui media sosial, leaflet, seminar, maupun kegiatan donor keliling di sekolah, kampus, dan komunitas guna membantu mengurangi kecemasan pendonor.

DAFTAR PUSTAKA

1. Hoogerwerf, M. D., Veldhuizen, I. J. T., Merz, E. M., de Kort, W. L. A. M., Frings-Dresen, M. H. W. Dan Sluiter, J. K. (2017). Psychological and hormonal stress response patterns during a blood donation. *Vox Sanguinis*. 112(8). 733–743. <https://doi.org/10.1111/vox.12556>
2. Van Dongen, A. (2016) .The Influence of Adverse Reactions, Subjective Distress, and Anxiety on Retention of First-Time Blood Donors. *Transfusion*. 53(2). hlm. 337–343.
3. Purnamaningsih, N., Suwarno dan Syah, M.E. (2022) .Studi Psikologis Calon Pendonor Darah di Unit Donor Darah PMI Kota Yogyakarta. Seminar Nasional Kesehatan Masyarakat UPNVJ 2022.
4. Bruce, G. (2014) .Donor Anxiety and Adverse Reactions: Impact on Blood Donation, *Transfusion Medicine Reviews*. 28(3). hlm. 169-175.
5. Cahyani, S. & Ihtiarintyas, S. (2020) . Karakteristik Pendonor Darah yang Gagal Pengambilan Darah Saat Donasi di UDD PMI Sleman. *Jurnal Ilmiah Cerebral Medika*. 2(2). pp. 1–9.
6. Regi, R., Tirtana, A., & Rahman, A. (2025). Hubungan antara pendonor ulang dengan kecemasan pendonor di UDD PMI Kabupaten Sleman. Universitas Gunabangsa. https://repository.gunabangsa.ac.id/index.php?p=show_detail&id=1180
7. Masser, B. M., White, K. M., Hyde, M. K., Terry, D. J., & Robinson, N. G. (2016). Predicting blood donation intentions and behavior among repeat donors: Testing an extended theory of planned behavior model. *Transfusion*, 56(1), 121–129. <https://doi.org/10.1111/trf.13261>
8. Wierenga, M. E., Schipper, M. J., de Kort, W. L., & Merz, E. M. (2016). Returning blood donors: Factors associated with donor retention. *Transfusion*, 56(12), 2991–2998. <https://doi.org/10.1111/trf.13870>
9. Huis in 't Veld, E. M. J., Veldhuizen, I. J. T., & de Kort, W. L. A. M. (2023). Fear of donation-related stimuli across different levels of donation experience and types of donation (whole-blood and plasma): A cross-sectional study in Italian donors. *Transfusion*, 63(9), 1782-1793.

<https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC10093847/>

10. Newman, B. H. (2014). Donor reactions and injuries from whole blood donation. *Transfusion Medicine Reviews*, 28(3), 144-150.
<https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC4073240/>
11. Tondonoz, M., & Ulukaya, E. (2022). Frequency of vasovagal reactions in whole blood donation and contributing factors. *Transfusion and Apheresis Science*, 61(5), 103457.
<https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC9686325/>
12. Bani, M., & Giussani, B. (2010). Gender differences in psychological reactions to blood donation. *Transfusion Medicine*, 20(5), 312-320.
<https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC4073240/>
13. Osayande, I., Owusu-Agyemang, P., Arjun, A., & Herzog, E. (2023). The experience and interpersonal skills of the phlebotomist have been shown to affect the reactions in blood donors. *Asian Journal of Transfusion Science*, 17(2), 145-151.
<https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC10669961/>
14. Afolabi, M. O., & Ilesanmi, O. S. (2017). Motivational factors for blood donation, potential barriers, and knowledge about blood donation in first-time and repeat blood donors. *Pan African Medical Journal*, 28, 72.
<https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC5788257/>
15. Appiah, B., et al. (2025). Efficacy of communication interventions for promoting blood donation in low- and middle-income countries: A systematic review. *Vox Sanguinis*, 120(5), 432-446.
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/39904378/>