

OPTIMALISASI MANAJEMEN KESEHATAN PADA GENERASI MILENIAL DI KELURAHAN SEPANJANG JAYA- KOTA BEKASI

Prillia Haliawan

Program Studi Manajemen, STIE Tri Bhakti

prilliawan@stietribhakti.ac.id

Abstrak

Pada umumnya masyarakat belum mengetahui tentang bagaimana mengelola kesehatan. Mereka menganggap bahwa dengan makan dan istirahat yang cukup dirasa sudah layak untuk menjaga kesehatan. Kondisi ini perlu diluruskan kepada masyarakat khususnya generasi milenial karena pengelolaan kesehatan perlu upaya tambahan. Hal ini disebabkan karena lingkungan sekitar yang secara masif terpapar polusi, pestisida dan zat lainnya yang tidak secara sadar kita terpapar dan konsumsi. Generasi milenial merupakan generasi yang mendominasi sebesar 33,75% pada aspek kehidupan. Hal ini penting mewujudkan menjadi generasi yang tangguh pada usia produktifnya. Peningkatan terhadap pengetahuan dan keterampilan dalam mengelola kesehatan melalui donor darah pada masyarakat di Kelurahan Sepanjang Jaya akan memberikan *positive impact* secara langsung dan tidak langsung kepada generasi milenial. Upaya ini akan memotivasi dan meningkatkan kepercayaan diri generasi milenial dalam mengelola kesehatannya melalui kegiatan donor darah secara rutin. Kata Kunci: Manajemen kesehatan, donor darah, generasi milenial.

Abstract

In general, people do not know how to manage health. They consider that eating and resting enough is considered adequate to maintain health. This condition needs to be straightened out to the community, especially the millennial generation because health management requires additional efforts. This is because the surrounding environment is massively exposed to pollution, pesticides and other substances that we are not consciously exposed to and consume. Millennial generation is the generation that dominates by 33.75% in aspects of life. This is important to create a strong generation at their productive age. Increasing knowledge and skills in managing health through blood donations to the community in Sepanjang Jaya Village will have a positive impact directly and indirectly on the millennial generation. This effort will motivate and increase the confidence of the millennial generation in managing their health through regular blood donation activities.

Keywords: Health management, blood donation, millennial generation.

PENDAHULUAN

Setiap tanggal 14 Juni diperingati sebagai Hari Donor Dunia (*world blood donor day*). Hari tersebut dicanangkan oleh *World Health Organization* (WHO) sejak 2005. Perayaan ini sebagai bentuk kepedulian semua negara untuk memastikan bahwa ketersediaan darah di masing-masing negara tercukupi. Menurut WHO, 2018, jumlah ketersediaan darah untuk donor yang ideal sebuah negara adalah 2% dari populasi penduduk. Indonesia sebagai negara kepulauan dan berpenduduk nomor 3 terbanyak di dunia sangat peduli terhadap kesehatan penduduknya khususnya dalam penyediaan darah. Jaminan ketersediaan darah ini tertuang dalam Peraturan Presiden Nomor 2 Tahun 2015 tentang Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional Tahun 2015-2019 dan Rencana Strategis Kementerian Kesehatan Tahun 2015-2019. Peraturan ini menekankan tentang peningkatan pelayanan kesehatan dasar dan pelayanan darah. Pihak yang terkait pada peraturan ini adalah puskesmas, unit transfusi darah (UTD) dan rumah sakit.

Gambar 1.
Indikator Dan Arget Jumlah Puskesmas Yang Telah Bekerja Sama Melalui Dinas Kesehatan UTD Dan RS

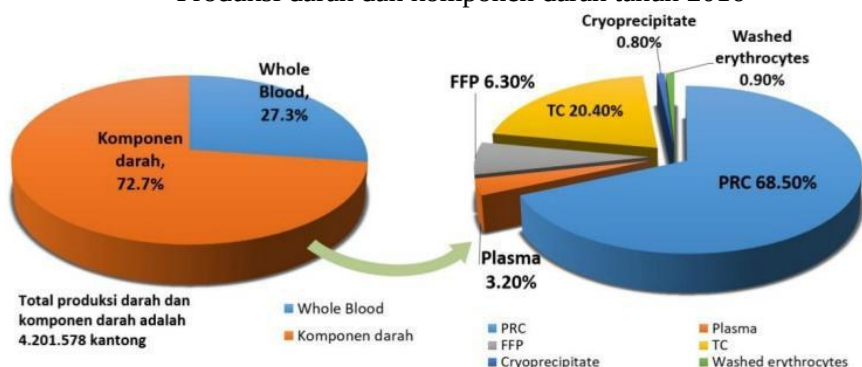
	Target				
	2015	2016	2017	2018	2019
Jumlah Puskesmas yang telah bekerja sama melalui dinas kesehatan dengan UTD dan rumah sakit	200	1.600	3.000	4.400	5.600

Sumber : Direktorat Pelayanan Kesehatan Primer, 2018

Pihak terkait dalam penyediaan darah terus meningkat setiap tahunnya. Pada tahun di 2019, jumlah puskesmas yang bekerja sama dengan dinas kesehatan dengan UTD dan rumah sakit yaitu 5.600 puskesmas. Hal ini agar pemenuhan akan ketersediaan darah relatif cukup. Darah yang diperoleh akan diproses melalui produksi darah.

Produksi darah yang diperoleh dari donor darah, dialokasikan sebagian besar menjadi komponen darah yaitu sebesar 72,7% (Laporan Direktorat Pelayanan Kesehatan Prima, 2018) yang terdiri *packed red cell* (PRC), *washed erythrocytes* (WE), *trombocyte concentrate* (TC), plasma, *fresh frozen plasma* (FFP) dan *cryoprecipitate*

Gambar 2.
Produksi darah dan komponen darah tahun 2016



Sumber : Info Datin KemenKes RI, 2019

Mengacu ketentuan WHO bahwa ketersediaan darah minimal 2% dari jumlah penduduk. Indonesia tercatat memproduksi darah (*whole blood* dan komponen darah) tahun 2016 sebanyak 4.201.578 kantong. Jika penduduk Indonesia pada tahun 2016 adalah 258.704.986 jiwa, maka Indonesia masih kekurangan sebanyak 972.5222 kantong darah atau kurang 18,8%.

Meningkatnya jumlah penduduk mengakibatkan peningkatan jumlah orang yang membutuhkan darah. Peningkatan ini berbanding terbalik dengan ketersediaan darah. Meskipun jumlah unit pelayanan darah sudah meningkat banyak, Indonesia masih kekurangan ketersediaan darah. Kondisi ini terjadi hampir di setiap tahun. Dan kekurangan ini terjadi hampir di semua provinsi di Indonesia. Di Indonesia setiap 8 detik ada 1 orang yang membutuhkan transplantasi darah (PMI, 2020).

Gambar 3.

Jumlah Minimal Kebutuhan Darah Dan Produksi Darah Per Provinsi Tahun 2016

No	Provinsi	Jumlah Penduduk	Minimal Kebutuhan Darah (2% dari jumlah penduduk)	Produksi Darah	Persentase Pemenuhan Kebutuhan Darah
1	Aceh	5.096.248	101.925	95.847	94,0
2	Sumatera Utara	14.102.911	282.058	124.275	44,1
3	Sumatera Barat	5.259.528	105.191	86.926	82,6
4	Riau	6.500.971	130.019	87.930	67,6
5	Kepulauan Riau	2.028.169	40.563	22.837	56,3
6	Jambi	3.458.926	69.179	28.875	41,7
7	Sumatera Selatan	8.160.901	163.218	91.475	56,0
8	Bengkulu	1.904.793	38.096	4.076	10,7
9	Lampung	8.205.141	164.103	52.434	32,0
10	Bangka Belitung	1.401.827	28.037	16.706	59,6
11	DKI Jakarta	10.277.628	205.553	622.136	302,7
12	Jawa Barat	47.379.389	947.588	589.999	62,3
13	Banten	12.203.148	244.063	143.522	58,8
14	Jawa Tengah	34.019.095	680.382	654.905	96,3
15	Yogyakarta	3.720.912	74.418	113.390	152,4

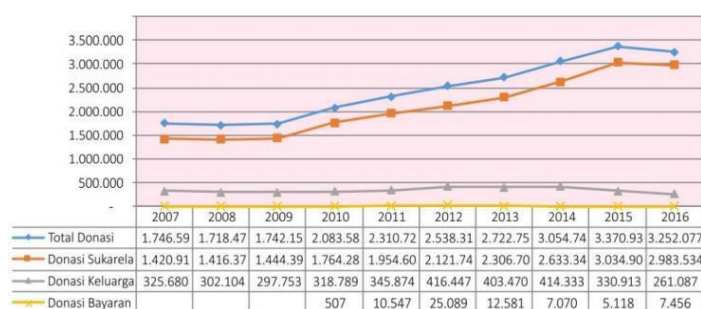
Sumber : Info Datin KemenKes RI, 2019

Kurangnya ketersediaan darah salah satunya disebabkan oleh beberapa faktor. Faktor pertama adalah besarnya jumlah pendonor darah dengan kategori pemula (baru 1x donor darah), faktor kedua adalah sejumlah pendonor yang tidak melakukan donor darah kembali secara rutin (*repeating*) bahkan berhenti untuk mendonorkan darahnya. Selain hal tersebut, jumlah potensi pendonor darah yang belum mendonorkan darahnya dan dinyatakan layak mendonor, menjadikan salah satu faktor tambahan dengan kurang ketersediaan darah.

Menurut Liza, 2020, kondisi ini disebabkan oleh informasi tentang manfaat kesehatan atas donor darah yang belum banyak diterima oleh masyarakat. Saputra dan Setiawan, 2014 juga menyatakan hal senada bahwa masyarakat belum mengetahui manfaat dari donor darah.

Gambar 4.

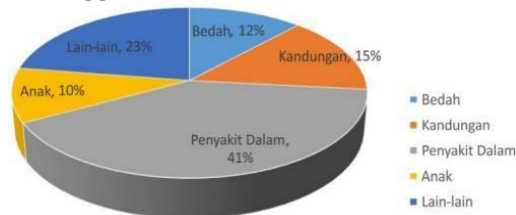
Jumlah Donasi Darah Di Indonesia Tahun 2007-2016



Sumber : Info Datin KemenKes RI, 2019

Menurut Pule, dkk (2014) pendonor yang melakukan donor darah minimal 1 kali dalam setahun menurunkan resiko gagal jantung. Manfaat donor darah juga digunakan oleh rumah sakit untuk dialokasi ke kasus anak yang membutuhkan darah, operasi atau bedah dan kondisi-kondisi lainnya yang membutuhkan darah.

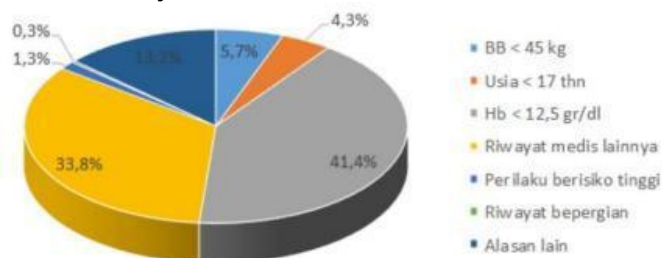
Gambar 5.
Pengguna darah di rumah sakit tahun 2016



Sumber : Info Datin KemenKes RI, 2019

Manfaat lain dari donor darah adalah pada aspek psikologi. Menurut Gustaman dkk, 2013, mendonorkan darah merupakan hal yang tak ternilai harganya serta manifestasi dalam menolong orang yang membutuhkan. Ada rasa kepuasan secara psikologis bila bisa menolong orang melalui donor darah. Karena dilakukan setiap 3-4 bulan sekali, diharapkan kondisi kesehatan pendonor darah dapat terpantau dengan baik. Sebelum melakukan donor darah, pendonor diwajibkan mengikuti beberapa test yang disediakan oleh pelayanan donor darah. Pelayanan ini diberikan secara gratis. Pemeriksaan meliputi suhu tubuh, denyut nadi, tekanan darah dan kadar hemoglobin.

Gambar 6.
Penyebab donor darah ditolak tahun 2016

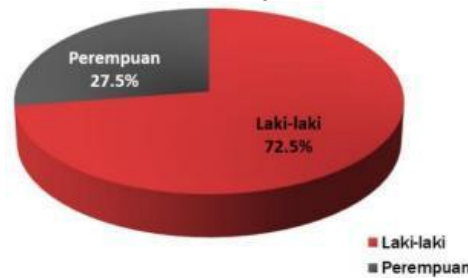


Sumber : Info Datin KemenKes RI, 2019

Salah satu pihak terkait dalam pelayanan donor darah adalah Palang Merah Indonesia (PMI). Di situasi pandemik covid-19 terjadi penurunan pendonor darah yang sangat drastis. Dalam keadaan normal, per hari PMI Jakarta menerima sekitar 1.300 pendonor dan kondisi pandemik hanya 100 pendonor.

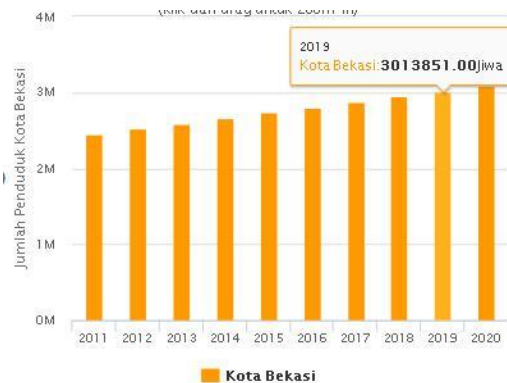
Jumlah pendonor didominasi oleh pria 72,5%. Populasi penduduk di Indonesia didominasi oleh gender wanita.

Gambar 7.
Donasi darah menurut jenis kelamin tahun 2016



Kota Bekasi merupakan salah satu penyangga kota metropolitan Jakarta. Kebutuhan akan darah adalah 200 kantong darah per hari. Di masa pandemik covid-19, banyak yang membatalkan untuk mendonor. Setiap hari hanya memperoleh 50 kantong darah. Hal ini menyebabkan ketersediaan darah di PMI Kota Bekasi berkurang (PMI Kota Bekasi, 2020).

Gambar 8.
Jumlah penduduk Kota Bekasi, 2019



Sumber : BPS Kota Bekasi, 2020

Kelurahan Sepanjang Jaya merupakan salah satu dari 4 kelurahan yang masuk dalam kecamatan Rawa Lumbu (18,82 Km²) – Kota Bekasi, Jawa Barat. Kelurahan ini mempunyai luas 295,24 Ha dengan jumlah penduduk sebanyak 16.936 jiwa. Terdiri dari laki-laki sejumlah 8.610 jiwa dan perempuan 8.326 jiwa (BPS Kota Bekasi, 2020). Kesehatan penduduk atau masyarakat dikelola (*management*) secara natural dengan makan sehat, tidur cukup dan olah raga. Pengelolaan kesehatan seperti ini belum cukup. Paparan kondisi lingkungan yang relatif tidak sehat seperti sumber polusi yang beragam dan dekat dengan lingkungan perumahan, penggunaan pestisida yang cukup tinggi karena berkaitan budidaya tanaman termasuk penggemukan hewan ternak dan ikan. Tingkat kesadaran dan disiplin masyarakat atas kesehatan tidak sama, fasilitas kesehatan yang belum menjangkau semua masyarakat dan biaya yang relatif mahal untuk kesehatan menyebabkan perlunya suatu manajemen kesehatan yang optimal.

Melalui perencanaan kegiatan donor darah yang terjadwal (± 3 bulan) dan implementasi yang dilakukan oleh pendonor dan PMI dengan mengadakan test kesehatan sebelum donor darah seperti test tekanan darah, test golongan darah, test kekentalan darah (hiperkoagulabilitas). Serta dukungan dari PMI dan pihak terkait. Monitoring dan evaluasi kegiatan secara berkala. Dengan pengelolaan kesehatan ini diharapkan meningkatnya kesehatan masyarakat khususnya generasi milenial. Optimalisasi manajemen kesehatan kepada generasi milenial ini penting. Karena generasi ini jumlah mendominasi usia produksi di Indonesia. Salah satu profil dari generasi milenial adalah mudah cepat bosan dan kurang peduli terhadap lingkungan dan kesehatan.

Tri Bhakti Business school (TBBS) sebagai salah satu bagian komponen di masyarakat Indonesia, terpanggil untuk memberikan kontribusi dan solusi nyata melalui pendidikan. TBBS menggandeng PMI Kota Bekasi memberikan informasi dan pemahaman tentang manfaat kesehatan donor darah. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan kesehatan bagi anak muda Indonesia khususnya generasi milenial di Kelurahan Sepanjang Jaya, Kota Bekasi. Optimalisasi dalam pengelolaan kesehatan ini sebagai wujud meningkatkan peran generasi milenial dalam meningkatkan manajemen kesehatan tubuhnya melalui donor darah. Kegiatan ini merupakan salah satu agenda wajib dalam memenuhi Tri Dharma Perguruan Tinggi.

KAJIAN PUSTAKA

Pengertian Generasi Milenial

Penduduk Indonesia dengan struktur dinamis memungkinkan terciptanya bonus demografi, pada tahun 2020 diperkirakan populasi usia produktif (usia 15 – 65 tahun) mencapai 179,1 juta orang. Populasi generasi milenial (usia 21 – 36 tahun) diperkirakan 63,5 juta orang (IDN Media, 2020). Ini menjadi kesempatan bagi bangsa Indonesia untuk memajukan ekonomi dengan kunci utama berinvestasi pada sumber daya manusia.

Pada tahun 2017, penduduk Indonesia didominasi oleh penduduk milenial yaitu penduduk yang lahir pada kisaran tahun 1980-2000 sebesar 33.75% (KPPPA-BPS, 2018), dengan jumlah yang hampir berimbang antara laki-laki dan perempuan. Bonus demografi ini memberikan peluang bagi generasi milenial sebagai sumber daya pada beberapa aspek kehidupan. Seperti aspek yaitu pendidikan, kesehatan, politik dan wirausaha. Termasuk kesiapan generasi milenial untuk berinteraksi dengan sumber daya lainnya misalnya perubahan teknologi dan perubahan *lifestyle*.

Gambar 9.
Sebaran Jumlah Generasi



Sumber : KPPPA-BPS, 2018

Penelitian tentang perbedaan generasi pertama kali dilakukan oleh Mannheim (1952). Menurut Mannheim generasi adalah suatu konstruksi sosial yang di dalamnya terdapat sekelompok orang yang memiliki kesamaan umur dan pengalaman historis yang sama. Individu yang menjadi bagian dari satu generasi, adalah mereka yang memiliki kesamaan tahun lahir dalam rentang waktu 20 tahun dan berada dalam dimensi sosial dan dimensi sejarah yang sama.

William Strauss dan Neil dalam bukunya yang berjudul *Millennials Rising: The Next Great Generation* (2000) mempopulerkan istilah milenial pertama kali. Mereka menciptakan istilah ini tahun 1987, yaitu pada saat anak-anak yang lahir pada tahun 1982 masuk pra-sekolah. Saat itu media mulai menyebut sebagai kelompok yang terhubung ke milenium baru di saat lulus SMA di

tahun 2000. Berdasarkan *Generation Theory* yang dicetuskan oleh Karl Mannheim pada tahun 1923, generasi milenial adalah generasi yang lahir pada rasio tahun 1980 sampai dengan 2000. Generasi milenial juga disebut sebagai generasi Y. Istilah ini mulai dikenal dan dipakai pada editorial koran besar Amerika Serikat pada Agustus 1993.

Gambar 10
Pengelompokan Generasi

Sumber	Label				
Tapscott (1988)	-	Baby Boom Generation (1946-1964)	Generation X (1965-1975)	Digital Generation (1976-2000)	-
Howe & Strauss (2000)	Silent Generation (1925-1943)	Boom Generation (1943-1960)	13 th Generation (1961-1981)	Millineal Generation (1982-2000)	-
Zemke et al (2000)	Veterans (1922-1943)	Baby Boomers (1943-1960)	Gen-Xers (1960-1980)	Nexters (1980-2000)	-
Lancaster & Stillman (2000)	Traditionalist (1900-1945)	Baby Boomers (1946-1964)	Generation Xers	Generation Y	-
Martin & Tulgan (2002)	Silent Generation (1925-1942)	Baby Boomers (1946-1964)	Generations X (1965-1977)	Millinials (1981-1999)	-
Oblinger & Oblinger (2005)	Maataures (<1946)	Baby Boomers (1947-1964)	Generation Xers (1965-1980)	Gen-Y/NetGen (1981-1995)	Post Millinials (1955-present)

Sumber : Theoretical Review, Teori Perbedaan Generasi Oleh Yanuar Surya Putra, 2016

Hasil kajian yang dilakukan oleh *Boston Consulting Group* (BCG) dan *University of Berkley* tahun 2011 tentang generasi milenial USA adalah

- Minat membaca secara konvensional kini sudah menurun karena Generasi Y lebih memilih membaca lewat *smartphone* mereka
- Millennial wajib memiliki akun sosial media sebagai alat komunikasi dan pusat informasi
- Millennial pasti lebih memilih ponsel daripada televisi. Menonton sebuah acara televisi kini sudah tidak lagi menjadi sebuah hiburan karena apapun bisa mereka temukan di telepon genggam
- Millennial menjadikan keluarga sebagai pusat pertimbangan dan pengambil keputusan

Dalam aspek bekerja, Gallup (2016) menyatakan para *milenials* dalam bekerja memiliki karakteristik yang jauh berbeda dibandingkan dengan generasi-generasi sebelumnya, diantaranya adalah;

- Para *milenials* bekerja bukan hanya sekedar untuk menerima gaji, tetapi juga untuk mengejar tujuan (sesuatu yang sudah impikan sebelumnya),
- *Millennials* tidak terlalu mengejar kepuasan kerja, namun yang lebih milenials inginkan adalah kemungkinan berkembangnya diri mereka di dalam pekerjaan tersebut (belajar hal baru, keahlian baru, sudut pandang baru, mengenal lebih banyak orang, mengambil kesempatan untuk berkembang, dan sebagainya)
- *Millennials* tidak menginginkan atasan yang suka memerintah dan mengontrol
- *Millennials* tidak menginginkan *review* tahunan, *milenials* menginginkan *on going conversation*
- *Millennials* tidak terpikir untuk memperbaiki kekurangannya, *milenials* lebih berpikir untuk mengembangkan kelebihanannya.

- Bagi *millennials*, pekerjaan bukan hanya sekedar bekerja namun bekerja adalah bagian dari hidup mereka.

Pengertian Donor Darah

Kegiatan dalam proses pengambilan darah dari seseorang secara sukarela untuk disimpan di bank darah untuk kemudian dipakai pada transfusi darah dinamakan donor darah (InfoDatin-KemenkesRI, 2018). Donor darah secara sederhana adalah penderma darah atau orang yang menyumbangkan darahnya untuk menolong orang lain. Kegiatan donor darah merupakan kewajiban setiap masyarakat sebagai wujud kepedulian terhadap orang lain. Disisi lain, proses pemindahan darah dari seseorang yang sehat (donor) ke orang sakit (*resipien*) disebut transfusi darah. Untuk menjaga ketersediaan darah, kantor pelayanan PMI melakukan kegiatan pengambilan donor darah dengan 2 metode yaitu metode pasif dan aktif. Metode pasif yaitu pendonor darah datang langsung ke kantor pelayanan PMI. Sebaliknya untuk metode aktif yaitu pihak PMI melakukan jemput bola seperti di pusat-pusat keramaian, perusahaan besar, tempat ibadah termasuk kampus. Upaya ini juga 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 (InfoDatin-KemenKesRI, 2018).

Manfaat Donor Darah

Manfaat donor darah tidak hanya sebagai misi sosial atau menolong keluarga tetapi juga meningkatkan kesehatan pendonor bila dikelola secara optimal. Kegiatan donor darah yang dilakukan secara rutin per tiga bulan sekali memberikan manfaat kesehatan tubuh yang tetap prima dan terjaga dengan baik. 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 mneyumbat 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). Manfaat lainnya adalah pendonor dapat mendeteksi lebih awal tingkat kesehatannya. Hal ini disebabkan oleh pemeriksaan sebelum melakukan donor darah. Seperti pemeriksaan kadar hemoglobin, tekanan darah, keadaan umum, kemungkinan tertular terhadap penyakit HIV, hepatitis B, hepatitis C dan sifilis.

Jenis Pendonor Darah

Penduduk yang mendonorkan darahnya di kelompokkan menjadi beberapa jenis yaitu:

1. Donor Keluarga atau Pengganti

Pada sistem ini darah yang dibutuhkan pasien dicukupi oleh donor dari keluarga atau kerabat pasien. Biasanya keluarga diminta untuk menyumbangkan darahnya, dan donor tidak dibayar oleh unit transfusi darah (UTD) atau Rumah Sakit, tetapi mereka mungkin diberi uang atau bayaran dalam bentuk lain oleh keluarga pasien.

2. Donor Komersial

Donor menerima uang atau hadiah untuk darah yang disumbangkan bahkan mungkin mereka telah memiliki kontrak.

3. Donor Sukarela

Adalah orang yang memberikan darah, plasma atau komponen darah lainnya atas kerelaan sendiri dan tidak menerima uang atau bentuk pembayaran lainnya, mereka hanya membantu penerima darah yang mereka tidak kenal dan tidak menerima suatu keuntungan. Donor ini tidak dibayar, karena niat si pendonor untuk menolong si pasien itu sendiri.

Syarat Donor Darah

Peraturan Menteri Kesehatan RI tahun 2015 memberikan panduan tentang persyaratan donor darah. Hal ini bertujuan untuk menjamin keselamatan pendonor dan penerima darah. Beberapa syaratnya 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 36,6-37°C.
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 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 tuberkulosis, 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, pemakaian jarum suntik tidak steril)

Isu Donor Darah

Pandangan beberapa kelompok masyarakat tentang donor darah menurut Prayitono (2005), yaitu :

1. Ada beberapa kelompok masyarakat yang menyatakan bahwa 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 tulang belakang 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. Beberapa orang menyatakan bahwa setelah mendonorkan darahnya mengakibatkan 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. Beberapa orang beranggapan bahwa 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. Pendapat lainnya menyatakan bahwa 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

Wirawan, 2011 menyatakan bahwa golongan darah 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 antibodi 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 antibodi 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 antibodi 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 antibodi 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 yang sering kita dengar dengan nama PMI adalah sebuah organisasi perhimpunan nasional di Indonesia yang bergerak dalam bidang sosial kemanusiaan (Permenkes RI, 2015). 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 sesama apapun sebabnya, yang tidak

membedakan golongan, bangsa, kulit, jenis kelamin, agama dan kepercayaan terhadap Tuhan Yang Maha Esa.

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.

Berdasarkan penelitian *Monitoring trends and determinants of Cardiovascular Disease* (MONICA) di Jakarta, terdapat kenaikan rerata 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 dan 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 PENGABDIAN

Usaha untuk meng-optimalisasi kesehatan dengan manajemen kesehatan yang lebih baik dilakukan oleh semua stakeholders. Dengan semangat bahwa sehat adalah aset dan gaya hidup. Tri Bhakti Business School sebagai salah satu stakeholders terpanggil untuk memberikan pengetahuan dan kegiatan pengelolaan kesehatan kepada masyarakat. Hal ini merupakan wujud Tri Dharma Perguruan Tinggi melalui kegiatan pengabdian kepada masyarakat (PKM) dan sejalan dengan visi dan misi Tri Bhakti Business School yaitu menjadikan generasi yang profesional dan humanis dengan mengelola kesehatan yang lebih optimal. Kegiatan ini menggandeng Unit Pelayanan Darah Palang Merah Indonesia cabang Kota Bekasi. Untuk memberikan informasi dan ketrampilan tentang bagaimana mengoptimalisasi kesehatan dengan pengelolaan kesehatan yang baik. Upaya ini dilakukan agar masyarakat di Kelurahan Sepanjang Jaya khususnya generasi milenial lebih memahami tentang pengelolaan kesehatan dengan mendonorkan darahnya.

Metode yang digunakan pada PKM ini adalah menggunakan metode ceramah, sharing dan tanya jawab tentang pengelolaan kesehatan melalui kegiatan donor darah. Diberi ketrampilan bagaimana cara memeriksa kesehatan, manfaat donor darah dan ikut proses donor darah.

Tahapan kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan kepada generasi milenial di Kelurahan Sepanjang Jaya meliputi beberapa step yaitu :

Tahap pertama yaitu melalui metode ceramah, masyarakat diberikan pengetahuan dan keterampilan tentang bagaimana cara memeriksa dan membaca indikator kesehatan. Sesi ini diberikan oleh Ibu Liza dari PMI dan Bapak Prillia Haliawan sebagai narasumber.

Tahapan ke dua yaitu metode *sharing*. Kegiatan ini dilakukan di kampus dengan menggunakan protokol kesehatan covid-19. Berbagi pengalaman tentang tantangan yang dialami dalam pemeriksaan kesehatan. Model ini membantu unit pelayanan darah dari PMI Kota Bekasi untuk berbagi ide dan pengalaman. Model ini membuat workshop ini lebih menarik dan generasi milenial dapat mudah mendapatkan pengetahuan dan ketrampilan serta informasi yang mereka butuhkan serta lebih yakin.

Tahapan selanjutnya (ke 3) adalah metode tanya jawab. generasi milenial diberikan kesempatan untuk bertanya kepada narasumber. Pertanyaan yang diajukan adalah terkait seputar donor darah. Narasumber menjawab pertanyaan dari generasi milenial. Karena keterbatasan waktu, pertanyaan dapat di email ke narasumber (prilliawan@stietribhakti.ac.id) dan segera diberi respon. Pada sesi ini dilakukan aksi donor darah. Setelah generasi milenial memeriksa kesehatannya dan dinyatakan layak, tahapan selanjutnya adalah mendonorkan darahnya.

Tujuan kegiatan, yaitu:

1. Meningkatkan pengetahuan kesehatan generasi milenial di Kelurahan Sepanjang Jaya.
2. Meningkatkan ketrampilan dalam pengelolaan kesehatan di tingkat generasi milenial di Kelurahan Sepanjang Jaya di Kota Bekasi.
3. Meningkatkan kepercayaan diri generasi milenial di Kelurahan Sepanjang Jaya untuk mendonorkan darahnya secara berkala.

Kegiatan pengabdian yang dilakukan oleh *Tri Bhakti Business school* merupakan wujud kepedulian kampus terhadap masyarakat khususnya generasi milenial di Kelurahan Sepanjang Jaya di Kota Bekasi. Kegiatan pemberdayaan kepada masyarakat ini diselenggarakan secara gratis (tidak dipungut bayaran) bagi generasi milenial di Kota Bekasi.

Gambar 11

Tabel Susunan acara

Waktu	Acara	Keterangan
08:00–08:30 WIB	Registrasi Peserta	Mahasiswa (Panitia)
08:30–8:45 WIB	Pembukaan - Indonesia Raya & Doa	Mahasiswa (Panitia)
08:45-09:00 WIB	- Kata Sambutan 1. Ketua STIE Tri Bhakti	Bpk Drs.Widayatmoko., MM. M.IKom
09:00-10:00 WIB	Penyampaian materi : Peningkatan ketrampilan dalam pengelolaan kesehatan	Mc : Panitia Narasumber Ibu Liza (UPD PMI) & Ir. Prillia H.,MM
10:00-10:30 WIB	Sesi <i>Sharing</i> & tanya jawab	Mc : Panitia Narasumber Ibu Liza (UPD PMI) & Ir.Prillia H.,MM
10:30-13:00 WIB	Pemeriksaan dan aksi donor darah	Mc : Panitia Unit Pelayanan Darah PMI Kota Bekasi
13:00–13:15 WIB	Penutup	Mc : Panitia

HASIL PENGABDIAN DAN PEMBAHASAN

Implikasi

Positive impact atas terselenggaranya kegiatan ini yaitu ada yang berdampak langsung dan tidak langsung. Impact bagi generasi milenial Kelurahan Sepanjang Jaya, Unit Pelayanan Darah PMI Kota Bekasi dan *Tri Bhakti Business school*. Bagi generasi milenial Kelurahan di Sepanjang Jaya di Kota Bekasi. Meningkatnya motivasi dan kepercayaan diri generasi milenial dalam berdonor darah. generasi milenial menjadikan donor darah sebagai salah satu portfolio dalam menjaga kesehatan yang lebih baik.

Gambar 12

Narasumber dan panitia donor darah



Sumber : Panitia donor darah, 2020

Bagi Unit Layanan Darah PMI Kota Bekasi

Meningkatnya pengetahuan generasi milenial tentang donor darah berpotensi terhadap ketersediaan darah PMI Kota Bekasi lebih terjaga. Hal ini memberikan *positif impact* secara tidak langsung dengan berkurangnya jumlah penyakit kardiovasuler di Kota Bekasi. Serta meningkatkan kesehatan khususnya populasi usia produktif di Kelurahan Sepanjang Jaya.

Gambar 12

Sesi *sharing* dan tanya jawab



Sumber : Panitia donor darah, 2020

Gambar 13
Sesi pengecekan darah dan aksi donor darah



Sumber : Panitia donor darah, 2020

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Kegiatan yang dihadiri generasi milenial Kelurahan Sepanjang Jaya dan mahasiswa berjumlah 81 orang memberikan *value added* dengan meningkatkan motivasi dan kepercayaan diri generasi milenial dalam donor darah. Kegiatan ini juga memberikan *positif impact* bagi Unit Pelayanan Darah PMI Kota Bekasi dalam menjaga ketersediaan stok darah. Hal serupa juga berdampak teralisasinya wujud kepedulian *Tri Bhakti Business school* melalui pendidikan dengan melakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui kegiatan peningkatan ketrampilan dalam pengelolaan kesehatan.

Saran

Kegiatan ini dapat diagendakan secara berkala di Kelurahan - kelurahan lain di Kota Bekasi atau kota lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

Sumber cetak

- Aziz, Anton Mulyono dan Maya Irjayanti. (2014). Manajemen. Bandung, Mardika Group Badan Pusat Statistik RI, 2019. Survei angkatan kerja nasional (Sakernas). Jakarta: Badan Pusat Statistik.
- Badan Pusat Statistik Kota Bekasi. (2020). Peta Administrasi Kota Bekasi. Jakarta : Badan Pusat Statistik
- Dwiastuti Rini, Agustina Shinta, Riyanti Isaskar. (2012). Ilmu Perilaku Konsumen. Malang:Universitas Brawijaya Press.
- Hong J, Loke AY. Hong Kong young people's blood donation behaviour. Asian J Transfus Sci. (2011). January;5(1):49-52.
- InfoDatin. (2019). Pelayanan darah di Indonesia. Pusat data dan informasi Kementerian Kesehatan RI. ISSN 2442-7659 IDN Research Institute, 2020. *Indonesia Millenial Report 2020*. IDN Media Gallup, 2016. *How milenials want to work and live*. US. Gallup Inc.
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. (2019). Data pokok pendidikan dasar dan menengah (Dapodik). Jakarta. Dirjen Pendidikan dasar dan menengah.
- KPPPA dan BPS. (2018). Profil generasi milenial Indonesia. Jakarta. Kementerian pemberdayaan perempuan dan perlindungan anak.

- Purwandi I. dkk, 2017, " Milenial Nusantara", PT Gramedia Pustaka Utama Wahyudi, Bambang, 2012. Manajemen Sumber Daya Manusia. Sulita, Bandung.
- World Health Organization. (2011). Blood Donor Selection: Guidelines on Assessing Donor Suitability for Blood Donation:WHO.
- World Health Organization. (2010). Towards 100% Voluntary Blood Donation: A Global Framework for Action:WHO.

Sumber Jurnal

- Alvira dan Danarsih. (2016). Frekuensi donor darah dapat mengendalikan faktor resiko penyakit kardiovaskuler di unit donor darah PMI Kabupaten Bantul. Jurnal formil (forum ilmiah) KesMas Respati. Volume 1 nomor 1, April 2016. ISSN 2502-5570.
- Fattima, wahyudo, setiawan dan morfi. (2016). Kegiatan donor darah di pengadilan negeri Tanjung Karang. JPM Ruwa Jurai. Volume 2 nomor 1.
- Harsiwi & Arini. (2018). Tinjauan Kegiatan Donor Darah terhadap Kesehatan di PMI Karang Anyar, Jawa Tengah tahun 2018. Infokes, vol 8 No. 1.
- Sonita dan Kundari. (2019). Aplikasi seleksi calon pendonor darah menggunakan algoritme C4.5. Jurnal pseudocode. Vol VI Nomor 2. ISSSN 2355-59520.
- Sugesty, Sulastri dan Proborini. (2019). Pengaruh pemberian informasi melalui brosur dan ceramah terhadap minat donor darah pemula di sekolah. Jurnal psikologi Malahayati. Volume 1 nomor 1.
- Wulandari, Widjarnako dan Kusyogo. (2015). Analisis niat donor darah sukarela (DDS) untuk konseling menerima hasil test di Unit donor darah (UDD) PMI Kabupaten Semarang. Jurnal promosi kesehatan vol.10 no.2.

Sumber elektronik

- (<https://www.suara.com/news/2020/03/19/130902/heboh-corona-jumlah-pendonor-darah-di-pmi-jakarta-turun-drastis>
<https://kec-rawalumbu.bekasikota.go.id/profil/tentang/23>)

Biodata Penulis

Penulis: Dosen Tetap Prodi Manajemen di STIE Tri Bhakti.