

BAB II

LANDASAN TEORI

2.1 TINJAUAN PUSTAKA

2.1.1 Donor Darah

2.1.1.1 Pengertian Donor Darah

Donor darah adalah tindakan pengambilan darah dari seseorang secara sukarela, disimpan di bank darah dan digunakan untuk keperluan transfusi darah. Donor darah merupakan kegiatan penyaluran darah atau produk berbasis darah dari satu orang ke orang lain yangmemerlukannya. Donor darah dibutuhkan pada kondisi medis seperti kehilangan darah dalam jumlah besar yang disebabkan trauma, operasi, syok, dan tidak berfungsinya organ pembentuk sel darah merah (Lesmana, 2016).

2.1.1.2 Jenis-Jenis Donor Darah

Jenis – jenis donor darah pada dasarnya ada tiga macam yaitu donor sukarela, donor pengganti atau keluarga dan donor komersial.

A. Donor Sukarela

Donor sukarela adalah mereka yang memberikan darahnya atas dasar keinginan sendiri, tanpa ada paksaan dari pihak luar dan tanpa mengharapkan imbalan (Puspa Wardhani, 2014). Donor darahsukarela adalah individu yang memberikan darah, plasma atau komponen lainnya atas kerelaan mereka sendiri dan tidak menerima uang atau pembayaran lainnya. Motivasi mereka yang paling utama adalah membantu penerima darah yang tidak mereka kenal dan tidak untuk menerima suatu keuntungan. Hal-hal yang biasanya tidak dipandang sebagai pembayaran atau sebagian

pengganti uang ialah (Tumembow 2007):

- a. Tanda jasa atau penghargaan sederhana seperti badge atau sertifikat, yang dinilai tidak memiliki nilai komersial.
- b. Penggantian pembiayaan yang secara khusus harus dilakukan dalam rangka menyumbang kan darahnya.
- c. Pemberian makanan ringan sebelum, selama atau sesudah menyumbangkan darahnya.

B. Donor Pengganti

Donor pengganti adalah mereka yang memberikan darahnya atas dasar permintaan dari pihak luar seperti: seorang anggota keluarga pasien diminta oleh rumah sakit untuk menyumbangkan darahnya bagi pasien yang berkerabat dengannya (Puspa Wardhani, 2014).

Ada dua bentuk cara mendonorkan darah seperti ini. Pertama, keluarga pasien menyumbangkan darah dengan jumlah yang sama dengan yang diberikan kepada kerabatnya. Kedua, dikenal dengan dengan nama donasi khusus (*directed donation*) yaitu saat donor secara khusus minta agar darahnya diberikan kepada pasien tertentu, mungkin karena khawatir atas keamanan darah dari donor yang tidak diketahui. Namun demikian, sumbangan khusus ini sangat tidak dianjurkan oleh WHO/GPA dan Badan Keamanan Darah Dunia (*Global Blood Safety Initiative*). Dalam ketentuan “ Target Minimal Pelayanan Transfusi Darah” (*Minimum Target for Blood Transfusion*) secara jelas dinyatakan bahwa :

“Sumbangan dari donor keluarga atau pengganti haruslah ditunjukkan kepada UTD dan tidak boleh “khusus ditujukan” kepada penerima tertentu. Perhatian ini perlu dilaksanakan untuk untuk menghindari adanya imbalan tersembunyi”.

C. Donor Komersial

Donor Komersial menerima uang atau hadiah (yang dapat ditukarkan dengan uang) untuk darah yang telah disumbangkan. Mereka seringkali menyumbangkan darah secara teratur, mungkin telah memiliki kontrak dengan UTD untuk memberikandarah berdasarkan upah yang telah disetujui. Cara lainnya, mereka menjual darah kepada lebih dari atau UTD atau mendekati para keluarga pasien dan menjual jasa mereka sebagai donor pengganti. Donor komersial biasanya termotivasi oleh hal yang akan mereka terima untuk darah mereka, bukan untuk keinginan menolong individu lain.

D. Pedonor Lestari

Pendonor lestari atau yang sering disebut dengan pedonor rutin adalah orang yang mendonorkan secara rutin dan teratur. Donor lestari menjadikan donor darah sebagai gaya hidup yang memiliki banyak manfaat positif dalam tubuhnya. Pendonor dapat disebut sebagai pendonor lestari apabila sudah mendonorkan darahnya sebanyak 10 kali. Orang yang mendonorkan darahnya mencapai 10 kali, 50 kali, 75 kali dan 100 kali akan mendapatkan *Reward (penghargaan)* berupa sertifikat bahkan berbentuk sebuah hadiah.

2.1.1.3 Efek Samping

Efek Samping Donor Darah Donor darah juga memiliki efek samping bagi tubuh menurut Prayitno (2005), yaitu :

1. 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. Donor darah menyebabkan 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. 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. 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 seketika selesai melakukan donor darah.

2.1.1.4 Manfaat Donor Darah

Donor darah memiliki manfaat diantaranya yaitu :

- a. Mengetahui golongan darah tanpa dipungut biaya
- b. Pemeriksaan kesehatan gratis (tiap kali menjadi donor/tiap 3 bulan sekali) meliputi : tekanan darah, nadi, suhu, tinggi badan, berat badan, hemoglobin, penyakit dalam, penyakit hepatitis A dan C, penyakit HIV/AIDS, mengurangi kelebihan zat besi dalam tubuh,
- c. Menurunkan resiko penyakit jantung (jantung koroner dan stroke (British Journal Heart)
- d. Menanamkan jiwa social
- e. Membantu penurunan berat tubuh, mendapatkan kesehatan psikologis
- f. Menurunkan kadar profil lipid darah (Farahdina, 2015)

2.1.2 Kecemasan

2.1.2.1 Pengertian Kecemasan

Sigmund Freud dalam (Alwisol, 2008) mengemukakan bahwa kecemasan sebagai fungsi ego untuk memperingatkan individu tentang kemungkinan datangnya suatu bahaya sehingga dapat disiapkan reaksi adaptif yang sesuai. Freud dalam Corey (2009: 17) mengatakan bahwa kecemasan merupakan suatu keadaan tegang yang memotivasi seseorang untuk melakukan sesuatu. Freud dalam Corey (2009: 76) mengatakan juga bahwa kecemasan adalah reaksi terhadap ancaman. Kecemasan menyerang inti keberadaan. Kecemasan adalah apa yang dirasakan ketika keberadaan diri terancam.

2.1.2.2 Faktor- Faktor Kecemasan

Menurut Hartono dalam Fadly dkk (2010), ada beberapa faktor yang menentukan besar prestasi akademik mahasiswa yang menyebabkan bervariasinya respon terhadap kecemasan yang dialami, seperti :

1. Faktor lingkungan (keluarga, kampus, tempat tinggal dan sosial)
2. Keadaan jasmani dan kesehatan
3. Masalah-masalah pribadi
4. Masalah seks dan perkawinan
5. Masalah moral, sopan santun dan agama
6. Faktor psikologis (minat, kemampuan, motivasi dan kepribadian)

2.1.2.3 Jenis-Jenis Kecemasan

Menurut Spilberger (dalam Saputra, 2012) menjelaskan kecemasan dalam dua bentuk, yaitu.

a. Trait anxiety

Trait anxiety, yaitu adanya rasa khawatir dan terancam yang menghinggapinya diri seseorang terhadap kondisi yang sebenarnya tidak berbahaya. Kecemasan ini disebabkan oleh kepribadian individu yang memang memiliki potensi cemas dibandingkan dengan individu yang lainnya.

b. State anxiety

State anxiety, merupakan kondisi emosional dan keadaan sementara pada diri individu dengan adanya perasaan tegang dan khawatir yang dirasakan secara sadar serta bersifat subjektif. Sedangkan menurut Freud membedakan kecemasan dalam tiga jenis, yaitu.

1) Kecemasan neurosis

Kecemasan neurosis adalah rasa cemas akibat bahaya yang tidak diketahui. Perasaan itu berada pada ego, tetapi muncul dari dorongan id. Kecemasan neurosis bukanlah ketakutan terhadap insting-insting itu sendiri, namun ketakutan terhadap hukuman yang mungkin terjadi jika suatu insting dipuaskan.

2) Kecemasan moral

Kecemasan ini berakar dari konflik antara ego dan superego. Kecemasan ini dapat muncul karena kegagalan bersikap konsisten dengan apa yang mereka yakini benar secara moral. Kecemasan moral merupakan rasa takut terhadap suara hati. Kecemasan moral juga memiliki dasar dalam realitas, di masa lampau sang pribadi pernah mendapat hukuman karena melanggar norma moral dan dapat dihukum kembali.

3) Kecemasan realistik

Kecemasan realistik merupakan perasaan yang tidak menyenangkan dan tidak spesifik yang mencakup kemungkinan bahaya itu sendiri. Kecemasan realistik merupakan rasa takut akan adanya bahaya-bahaya nyata yang berasal dari dunia luar memang memiliki potensi cemas dibandingkan dengan individu yang lainnya.

2.1.2.4 Ciri-ciri dan Gejala Kecemasan

Menurut (Jeffrey S. Nevid, 2005) ada beberapa ciri-ciri kecemasan, yaitu :

a. Ciri-ciri fisik dari kecemasan, diantaranya: 1) kegelisahan, kegugupan, 2) tangan atau anggota tubuh yang bergetar atau gemetar, 3) sensasi dari pita ketat yang mengikat di sekitar dahi, 4) kekencangan pada pori-pori kulit perut atau dada, 5) banyak berkeringat, 6) telapak tangan yang berkeringat, 7) pening atau pingsan, 8) mulut atau kerongkongan terasa kering, 9) sulit berbicara, 10) sulit bernafas, 11) bernafas pendek, 12) jantung yang berdebar keras atau berdetak kencang, 13) suara yang bergetar, 14) jari-jari atau anggota tubuh yang menjadi dingin, 15) pusing, 16) merasa lemas atau mati rasa, 17) sulit menelan, 18) kerongkongan merasa tersekat, 19) leher atau punggung terasa kaku, 20) sensasi seperti tercekik atau tertahan, 21) tangan yang dingin dan lembab, 22) terdapat gangguan sakit perut atau mual, 23) panas dingin, 24) sering buang air kecil, 25) wajah terasa memerah, 26) diare, dan 27) merasa sensitif atau “mudah marah”.

b. Ciri-ciri behavioral dari kecemasan, diantaranya: 1) perilaku menghindar, 2) perilaku melekat dan dependen, dan 3) perilaku terguncang

c. Ciri-ciri kognitif dari kecemasan, diantaranya: 1) khawatir tentang sesuatu, 2) perasaan terganggu akan ketakutan atau aprehensi terhadap sesuatu yang terjadi di masa depan, 3) keyakinan bahwa sesuatu yang mengerikan akan segera terjadi, tanpa ada penjelasan yang jelas, 4) terpaku pada sensasi ketubuhan, 5) sangat waspada terhadap sensasi ketubuhan, 6) merasa terancam oleh orang atau peristiwa yang normalnya hanya sedikit atau tidak mendapat perhatian, 7) ketakutan akan kehilangan kontrol, 8) ketakutan akan ketidakmampuan untuk mengatasi masalah, 9) berpikir bahwa dunia mengalami keruntuhan, 10) berpikir bahwa semuanya tidak lagi bisa dikendalikan, 11) berpikir bahwa semuanya terasa sangat membingungkan tanpa bisa diatasi, 12) khawatir terhadap hal-hal yang sepele, 13) berpikir tentang hal mengganggu yang sama secara berulang-ulang, 14) berpikir bahwa harus bisa kabur dari keramaian

kalau tidak pasti akan pingsan, 15) pikiran terasa bercampur aduk atau kebingungan, 16) tidak mampu menghilangkan pikiran-pikiran terganggu, 17) berpikir akan segera mati, meskipun dokter tidak menemukan sesuatu yang salah secara medis, 18) khawatir akan ditinggal sendirian, dan 19) sulit berkonsentrasi atau memfokuskan pikiran.

2.1.2.5 Tingkat kecemasan

Menurut (Giatika Chrisnawati, 2019) “Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS), pertama kali dikembangkan oleh Max Hamilton pada tahun 1956, untuk mengukur semua tanda kecemasan baik psikis maupun somatik. HARS terdiri dari 14 item pertanyaan untuk mengukur tanda adanya kecemasan pada anak dan orang dewasa.” (lampiran 3)