

GAMBARAN POLA MAKAN DAN KADAR HEMOGLOBIN PADA CALON PENDONOR DARAH SUKARELA DI PMI KABUPATEN BANTUL

TAHUN 2025

Prisila Ratu Balqis¹, Yuli Astuti², Dwi Ani Danarsih³

INTISARI

Latar belakang: Donor darah merupakan kegiatan kemanusiaan yang sangat penting dalam memenuhi kebutuhan darah bagi pasien yang memerlukan transfusi. Salah satu faktor utama yang menentukan kelayakan calon pendonor adalah kadar hemoglobin yang dipengaruhi oleh pola makan.

Tujuan Penelitian: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran pola makan dan kadar hemoglobin pada calon pendonor darah sukarela di PMI Kabupaten Bantul tahun 2025.

Metode Penelitian: Metode yang digunakan adalah penelitian deskriptif kuantitatif dengan pendekatan *cross-sectional*. Sebanyak 91 responden dipilih menggunakan teknik *accidental sampling*. Data dikumpulkan melalui kuesioner *Food Frequency Questionnaire (FFQ)* dan pengukuran kadar hemoglobin dengan alat Hb checker.

Hasil penelitian: menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada kelompok usia dewasa (69,2%) dan berjenis kelamin laki-laki (68,1%). Pola makan mayoritas responden berada pada kategori cukup (50,5%), diikuti oleh kategori baik (28,6%) dan kurang (20,9%). Sedangkan kadar hemoglobin sebagian besar berada pada kategori normal (76,9%), anemia (20,9%), dan tinggi (2,2%).

Kesimpulan: Penelitian ini menyimpulkan bahwa meskipun sebagian besar calon pendonor memiliki kadar hemoglobin yang normal, terdapat sebagian yang mengalami anemia yang kemungkinan dipengaruhi oleh pola makan yang kurang optimal. Oleh karena itu, edukasi gizi yang berkelanjutan sangat penting untuk mendukung kesiapan calon pendonor darah.

Kata kunci: Pola Makan, Kadar Hemoglobin, pendonor sukarela, PMI Bantul

¹Mahasiswa Prodi Teknologi Bank Darah Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

^{2,3} Dosen Prodi Teknologi Bank Darah Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

OVERVIEW OF DIETRY PATTERNS AND HEMOGLOBIN LEVELS AMONG VOLUNTARY BLOOD DONOR CANDIDATES AT THE BANTUL DISTRICT PMI IN 2025

Prisila Ratu Balqis¹, Yuli Astuti², Dwi Eni Danarsih³

ABSTRACT

Background: Blood donation is a crucial humanitarian effort in meeting the blood supply needs of patients requiring transfusions. One of the primary factors determining donor eligibility is hemoglobin level, which is influenced by dietary patterns.

Objective: This study aimed to describe the dietary patterns and hemoglobin levels of voluntary blood donors at the Indonesian Red Cross (PMI) Bantul Regency in 2025.

Method: This research used a descriptive quantitative method with a cross-sectional approach. A total of 91 respondents were selected using accidental sampling. Data were collected through a Food Frequency Questionnaire (FFQ) and hemoglobin levels were measured using an Hb checker device.

Result: The results showed that most respondents were adults (69.2%) and male (68.1%). The majority had a moderate dietary pattern (50.5%), followed by good (28.6%) and poor (20.9%). Regarding hemoglobin levels, most were within the normal range (76.9%), while 20.9% had anemia, and 2.2% had elevated levels.

Conclusions: The study concludes that although most prospective donors had normal hemoglobin levels, some experienced anemia, likely influenced by suboptimal dietary habits. Therefore, ongoing nutritional education is essential to support donor readiness and maintain optimal hemoglobin levels.

Keywords: blood donation, dietary pattern, hemoglobin, voluntary donor, PMI Bantul

¹Student of Blood Bank Technology Study Program, General Achmad Yani University, Yogyakarta

^{2,3}Lecturer of Blood Bank Technology Study Program, General Achmad Yani University, Yogyakarta