Panduan Psikoterapi Suportif Singkat Pada Pasien Sindroma Koroner Akut

PENDAHULUAN

Pasien dengan sindroma koroner akut (SKA) rawatan *intensive cardiac care unit* (ICCU) yang mendapatkan pengobatan medikamentosa dan / atau menjalani *percutaneous coronary angiography* (PCI) ataupun tidak, diduga mengalami suatu masalah kecemasan atau depresi, harapan dengan adanya psikoterapi singkat mampu membangun suatu energi positif bagi pasien.

Psikoterapi singkat merupakan suatu bentuk psikoterapi dengan durasi waktu yang singkat yang bertujuan untuk mengetahui, memahami dan membantu pasien dalam melakukan koping terhadap gejala yang dialami pasien, mencegah agar tidak berkembang menjadi gangguan mental yang lebih serius dan membantu pasien agar mampu berkompromi secara relatif lebih sehat dengan masalah yang dihadapinya.

Panduan psikoterapi suportif bagi pasien SKA yang dirawat di ICCU dengan atau tanpa PCI disusun untuk memandu psikoterapis terarah dalam bertatap muka dengan pasien tersebut dengan tujuan untuk membantu pasien mengungkapkan emosinya dan masalah yang menjadi pemikiran pasien, mengatasi depresi dengan membantu membangun rasa percaya diri, membantu mengurangi perasaan cemas, mencegah munculnya kecemasan dan meningkatkan keterampilan adaptif pasien dalam mengambil keputusan menghadapi masalah pengobatan SKAnya.

Pelaksanaan psikoterapi suportif singkat

Tujuan utama psikoterapi suportif singkat adalah mendorong pasien untuk mengekspresikan perasaannya dan menyampaikan pikirannya. Pada saat intervensi psikoterapi dilaksanakan, terapis hendaknya mampu memberikan suasana yang hangat dan ramah sehingga pasien mampu mengekspresikan perasaan dan kondisi kehidupannya secara nyaman.

Intervensi psikoterapi singkat akan dilaksanakan dalam 5 sesi sesuai dengan lama perawatan di ICCU, tiap sesi dilakukan setiap hari, setiap sesi selama 30 menit. Langkah-langkah klinis yang dilakukan pada pasien rawat jalan oleh seorang klinisi di Poliklinik Psikosomatik dituangkan dalam bentuk panduan aktifitas klinis.

Panduan Teknis Psikoterapi Suportif Singkat

|  |  |
| --- | --- |
| 1 | Memperkenalkan diri kepada pasien yang sebelumnya telah dilihat datanya pada rekaman medik |
| 2 | Menanyakan pada pasien nama dan tanggal lahir |
| 3 | Menjelaskan maksud dan tujuan dokter |
| 4 | Adakah yang dapat saya bantu? |
| 5 | Ceritakan perasaan Bapak / Ibu hari ini |
| 6 | Dokter menentukan kemampuan fungsi ego pasien |
| 7 | Menyakinkan pasien akan kemampuannya menghadapi masalah yang muncul |
| 8 | Adakah anggota keluarga mengetahui atau peduli terhadap masalah atau penyakit pasien |
| 9 | Beri dukungan pasien dalam menghadapi masalah yang pasien hadapi dan yang akan dihadapi |
| 10 | Beri pemahaman atau edukasi terkait masalah yang dihadapi pasien baik secara fisik atau psikis |
| 11 | Menanyakan jika ada hal yang belum dirasakan nyaman atau terkendala |
| 12 | Meminta izin mengakhiri pertemuan |