

Modul 3

Perawatan Dasar Untuk Pasien Skizofrenia

MODUL 3:

PERAWATAN DASAR UNTUK PASIEN SKIZOFRENIA

Lama Sesi: 30 Menit

Pendahuluan

Kualitas hidup pasien skizofrenia sangat bergantung pada dukungan yang diberikan oleh keluarga (*Caregiver*). Perawatan yang tepat dapat membantu pasien menjalani kehidupan yang lebih baik dan mencegah kekambuhan gejala. Dalam modul ini, Anda akan mempelajari panduan perawatan harian, pengawasan obat, dan manajemen terhadap gejala.

Tujuan Pembelajaran:

Setelah mengikuti modul ini, keluarga (*caregiver*) diharapkan mampu:

1. Memahami pentingnya peran keluarga dalam perawatan pasien skizofrenia
2. Menerapkan panduan perawatan harian
3. Mengawasi dan mendukung kepatuhan pasien terhadap pengobatan
4. Mengidentifikasi dan mengelola gejala skizofrenia
5. Mengambil tindakan yang sesuai ketika gejala pasien memburuk

1. Panduan Perawatan Harian

1.1 *Membangun Rutinitas Harian*

- **Waktu Bangun dan Tidur Teratur:** Tetapkan jadwal tidur yang konsisten untuk mengurangi stres.
- **Kegiatan Harian:** Libatkan pasien dalam aktivitas ringan seperti menyapu atau memasak sederhana.
- **Kesehatan Fisik:** Dorong pasien untuk berolahraga ringan, seperti berjalan kaki, dan memastikan pola makan yang seimbang.
- **Hiburan:** Berikan waktu untuk kegiatan menyenangkan, seperti mendengarkan musik atau menggambar.

Rutinitas harian membantu menciptakan kestabilan bagi pasien.

1.2 Komunikasi Positif

- **Berbicara dengan Tenang:** Gunakan nada suara lembut untuk menghindari stres.
- **Hindari Kritik Berlebihan:** Fokus pada hal-hal positif yang dilakukan pasien.
- **Mendengarkan Aktif:** Berikan perhatian penuh saat pasien berbicara.

2. Pengawasan Obat

2.1 Pentingnya Mengikuti Rencana Pengobatan

Penggunaan obat sesuai anjuran dokter sangat penting untuk mengatasi gejala skizofrenia. Penelitian Griffiths et al. (2023) menekankan bahwa ketidakpatuhan terhadap pengobatan dapat menyebabkan kekambuhan.

2.2 Cara Mengawasi Penggunaan Obat

- **Membuat Jadwal:** Tuliskan waktu minum obat pasien dan tempelkan di tempat yang mudah dilihat.
- **Pengingat:** Gunakan alarm atau aplikasi pengingat obat.
- **Pantau Efek Samping:** Laporkan gejala kepada dokter atau perawat seperti mengantuk berlebihan, tremor atau tangan bergetar, atau mual-mual.

2.3 Mengatasi Tantangan

- **Pasien Menolak Obat:** Jelaskan pentingnya obat dengan bahasa sederhana dan tanpa memaksa.
- **Lupa Minum Obat:** Catat dosis yang terlewat dan konsultasikan dengan dokter apakah perlu diminum atau dilewatkan.

3. Manajemen Gejala

3.1 Memahami Gejala Skizofrenia

- **Gejala Positif:** Halusinasi, delusi.
- **Gejala Negatif:** Penurunan motivasi, isolasi social atau menarik diri.
- **Gejala Kognitif:** Kesulitan memusatkan perhatian atau mengingat.

3.2 Langkah-Langkah Praktis Mengelola Gejala

- **Pemantauan Harian:** Catat perubahan perilaku pasien setiap hari.
- **Tanda Kekambuhan:** Waspada tanda seperti bicara yang tidak teratur atau menarik diri dari aktivitas.
- **Dukungan Emosional:** Berikan kata-kata penyemangat dan bantu pasien merasa diterima.

3.3 Ketika Gejala Memburuk: Segera hubungi tenaga kesehatan jika:

- Pasien menunjukkan agresivitas.
- Halusinasi menjadi intens dan terus-menerus.
- Pasien mengancam keselamatan diri sendiri atau orang lain.

Penutup

Sebagai caregiver, peran Anda sangat penting dalam memastikan pasien skizofrenia menjalani hidup yang lebih baik. Dengan memahami panduan perawatan harian, pengawasan obat, dan manajemen gejala, Anda dapat membantu pasien mencapai kestabilan dan meningkatkan kualitas hidup mereka.

"Jika Anda mengalami kesulitan, jangan ragu untuk mencari bantuan dari tenaga kesehatan profesional".



Evaluasi bagi Caregiver:

Apakah Anda memahami cara membantu pasien minum obat dengan benar? (Ya/Tidak)

Referensi:

Griffiths, C., et al. (2023). *Caring for Patients with Schizophrenia: A Practical Guide*.