

Evidence-Based Practice in Psychology

Evidence-based practice in Psychology (EBPP) adalah sebuah konsep yang bermakna "integrasi dari praktek psikologi terbaik berdasarkan penelitian dan keahlian klinis dalam konteks yang sesuai dengan karakteristik, budaya dan minat pasien (nilai-nilai pasien)."

(APA Presidential Task Force on Evidence-Based Practice, 2006)

Tujuan dari adanya konsep ini sejalan dengan konsep *Evidence-Based Medicine* yang telah berkembang lebih dulu di dunia kedokteran, yaitu untuk memberikan pelayanan terbaik kepada pasien (Sackett, Rosenberg, Gray, Haynes, & Richardson, 1996). Kita harus memastikan pelayanan kita *evidence-based*, agar tidak membahayakan pasien (*do no harm*). APA menggunakan kata pasien dalam publikasinya dengan memberikan keterangan kebebasan penggunaan kata "klien, konsumen, individu" sesuai dengan konteksnya.

Menurut APA (*APA Presidential Task Force on Evidence-Based Practice, 2006*) definisi EBPP tidak hanya terbatas pada treatment, namun juga mencakup semua aspek praktek psikologis seperti asesmen, formulasi kasus, hubungan terapi, dll. Selengkapnya, hal ini meliputi:

- asesmen, formulasi kasus dan diagnosis
- keputusan klinis, implementasi treatment, monitoring kemajuan klien
- keahlian interpersonal
- refleksi diri klinis dan pengembangan skill
- evaluasi penggunaan petunjuk hasil penelitian untuk basic maupun aplikasi ilmu psikologi
- pemahaman pengaruh perbedaan individu dan budaya dalam treatment
- pencarian sumber daya yang diperlukan (misalnya konsultasi, atau pelayanan alternative)
- rasional dan strategi klinis

Sackett et al. (1996) mengingatkan bahwa profesional yang baik menggunakan *evidence-based* dari hasil penelitian-penelitian, bersamaan dengan keahlian klinis. Tanpa keahlian klinis yang mencukupi, meskipun menggunakan *evidence-based treatment* akan tetap beresiko bagi pasien. Demikian pula, meskipun dengan keahlian klinis yang bagus, tanpa memperhatikan hasil review *evidence-based treatment*, akan beresiko.

Rujukan:

APA Presidential Task Force on Evidence-Based Practice. (2006). Evidence-based practice in psychology. *The American Psychologist*, 61(4), 271.

Sackett, D. L., Rosenberg, W. M. C., Gray, J. A. M., Haynes, R. B., & Richardson, W. S. (1996). Evidence based medicine: what it is and what it isn't. *BMJ*, 312(7023), 71. doi:10.1136/bmj.312.7023.71

HIGHLIGHT

Publikasi Australian Psychological Society

Tahun 2018 yang lalu Australian Psychological Association (APS) telah menerbitkan sebuah publikasi berjudul *Evidence-Based Psychological Interventions in the Treatment of Mental Disorder*. Publikasi ini merupakan edisi ke-4 dan berisi pembaharuan dari publikasi, dengan judul sama dari tahun-tahun sebelumnya.

Dokumen ini bertujuan untuk memberikan ulasan kepada anggota APS tentang macam-macam intervensi psikologi yang berdasarkan bukti. Harapannya, publikasi ini akan membantu anggotanya untuk memutuskan intervensi yang akan dipakai untuk meningkatkan kualitas layanan kesehatan jiwa.

Ulasan didasarkan atas penelitian-penelitian baru yang kualitasnya terjaga. Selanjutnya kategori tingkatan dari bukti tercantum dalam tabel di samping.

*Level I adalah evidence paling kuat, Level IV adalah yang paling lemah.

LEVEL	DASAR REVIEW
I	Meta analisis atau sistematik review dari studi level II yang termasuk analisis kuantitatif
II	Penelitian dan akurasi tes dengan subjek yang mengalami presentasi klinis, dengan metode: independen, dan blinded comparison dengan standar referensi yang valid
III-1	Penelitian dengan kontrol dan randomisasi semu
III-2	Studi komparatif dengan concurrent control: - Non random, eksperimen - Cohort study - Case-control study - interrupted time series dengan kelompok kontrol
III-3	Studi komparatif tanpa <i>concurrent control</i> : -historical control study -dua atau lebih single arm study -interrupted time series tanpa kelompok control paralel
IV	Serial kasus dengan post tes/pretes

Intervensi yang direview dalam publikasi ini adalah:

- Acceptance and commitment therapy (ACT)
- Cognitive behaviour therapy (CBT)
- Dialectical behaviour therapy (DBT)
- Emotion-focused therapy (EFT)
- Eye movement desensitisation and reprocessing (EMDR)
- Family therapy and family-based interventions
- Hypnotherapy
- Interpersonal psychotherapy (IPT)
- Mindfulness-based cognitive therapy (MBCT) and mindfulness-based stress reduction (MBSR) • Narrative therapy
- Play therapy (children)
- Psychodynamic psychotherapy
- Psychoeducation
- Schema-focused therapy
- Self-help
- Solution-focused brief therapy (SFBT)

Contoh hasil-hasil yang dapat dibaca dari publikasi tersebut antara lain:

Evidence Based Psychological Intervention untuk Depresi

Level I: CBT dan CBT online, Interpersonal Therapy, Mindfulness Based Cognitive Therapy, problem-solving therapy, psychodynamic therapy, and psychoeducation in the treatment of depression in adults.

Evidence Based Psychological Intervention untuk General Anxiety Disorder

Level I : CBT untuk dewasa

Evidence Based Psychological Intervention untuk Panic Disorder

Level I : CBT untuk dewasa

Evidence Based Psychological Intervention untuk Phobia Spesifik

Level I : CBT untuk dewasa

Level II: Virtual Reality Exposure Therapy (guided dan unguided)

Untuk pendekatan-pendekatan lain insufficient evidence

Evidence Based Psychological Intervention untuk psikosis

Level I : CBT, intervensi keluarga, psikoedukasi (dengan format kelompok dan keluarga)

Selengkapnya, teman-teman IPK dapat membaca publikasi tersebut di sini:

<https://www.psychology.org.au/getmedia/23c6a11b-2600-4e19-9a1d-6ff9c2f26fae/Evidence-based-psych-interventions.pdf>

Evidence-Based Psychological Interventions in the Treatment of Mental Disorder.