

Kumpulan Soal dan Ulasan

# Kedokteran Keluarga

oleh Graber dan Wilbur

EDISI KEEMPAT

+ Soal-Soal Ujian Akhir Volume 1–3 & Jawabannya

3

Editor

**Jason K. Wilbur, MD.**

**Mark A. Graber, MD., MSHCE., FACEP.**

**Brigit E. Ray, MD., MME.**

**Editor Versi Bahasa Indonesia**

dr. Mora Claramita, MHPE., Ph.D.

Dr. dr. Nita Arisanti, M.Sc., CMFM.

**Editor Penyelaras Bahasa Indonesia**

dr. Nurul Qomariyah, M.Med. Ed.

dr. Hikmawati Nurokhmanti, M.Sc. (HPE)



GADJAH MADA UNIVERSITY PRESS

**Graber and Wilbur's Family Medicine Examination & Board Review, Fourth Edition**

Copyright ©2017 by McGraw-Hill Education. All rights reserved. Printed in China. Except as permitted under the United States Copyright Act of 1976, no part of this publication may be reproduced or distributed in any form or by any means, or stored in a data base or retrieval system, without the prior written permission of the publisher. Previous editions copyright ©2013, 2009, 2005 by The McGraw-Hill Companies, Inc. 1 2 3 4 5 6 7 8 9 DSS 21 20 19 18 17 16

ISBN 978-1-259-58533-3

MHID 1-259-58533-6

**KUMPULAN SOAL DAN ULASAN KEDOKTERAN KELUARGA OLEH GRABER DAN WILBUR 3  
EDISI KEEMPAT**

**Penulis**

Mark A. Graber dan Jason K. Wilbur

**Editor**

Jason K. Wilbur  
Mark A. Graber  
Brigit E. Ray

**Editor Versi Bahasa Indonesia**

Mora Claramita  
Nita Arisanti

**Editor Penyelaras Bahasa Indonesia**

Nurul Qomariyah  
Hikmawati Nurokhmanti

**Proofreader:** Andayani

**Desain sampul:** Pram's

**Tata letak isi:** Zendi

**Penerbit:**

Gajah Mada University Press  
Anggota IKAPI dan APPTI

**Ukuran** : 18,5 × 25 cm; xxiv + 514 hlm

**ISBN** : 978-602-386-865-0  
2103054-B1E

**Redaksi:**

Jl. Sendok, Karanggayam CT VIII  
Caturtunggal, Depok, Sleman  
D.I. Yogyakarta, 55281  
Telp./Fax.: (0274) 561037  
ugmpress.ugm.ac.id | gmupress@ugm.ac.id

**Cetakan pertama:** April 2021

3201.045.03.21

**Hak Penerbitan versi Indonesia ©2020 Gajah Mada University Press**

*Dilarang mengutip dan memperbanyak tanpa izin tertulis dari penerbit, sebagian atau seluruhnya dalam bentuk apa pun, baik cetak, photoprint, microfilm, dan sebagainya.*

McGraw-Hill books are available at special quantity discounts to use as premiums and sales promotions, or for use in corporate training programs. To contact a representative, please visit [www.mhprofessional.com](http://www.mhprofessional.com).

Izin menerjemahkan telah diperoleh dari Penulis dan McGraw-Hill tahun 2019 No. MD1943 Wilbur IND.pdf

Untuk Russell dan Aurelia Weil, yang telah memperlakukan saya dengan cinta kasih dari saat mereka bertemu saya dan menerima saya ke dalam keluarga mereka dengan tangan terbuka.

—*JKW*

Untuk Eastern Virginia Medical School yang—dalam kenyataan lengkungan yang aneh—sebenarnya menerima saya terlepas dari nilai saya. Dan kepada staf *Prescriber's Letter*, yang telah menerima saya selama bertahun-tahun.

—*MAG*

Untuk mendiang Nenek Trudy dan Kakek Leon Rees yang mendukung saya dalam upaya saya untuk menjadi dokter dan yang membuat semua hal mungkin dengan mendorong pendidikan yang menyeluruh.

—*BER*



# Kontributor

## Bab 19 Kesehatan Mata

*Penulis:*

**Brian R. Kirschling, OD., FAAO.**

*Clinical Assistant Professor*, Department of Ophthalmology and Visual Sciences, Roy J. and Lucille A. Carver College of Medicine, University of Iowa Hospitals and Clinics, Iowa City, VA Medical Center, Iowa City, Iowa

*Penerjemah:*

**dr. Balgis, M.Sc., CMFM., Sp.Ak.**

Bagian Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kedokteran, Universitas Sebelas Maret, Surakarta

## Bab 20 Kesehatan Telinga-Hidung-Tenggorokan

*Penulis:*

**Chris Buresh, MD., MPH., FAAP, FACEP.**

*Associate Professor*, Department of Emergency Medicine, University of Iowa, Iowa City, Iowa

*Penerjemah:*

**dr. Veronica Dwi Jani Juliawati, M.Pd.**

*Medical Education Unit*, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya, Jakarta

## Bab 21 Perawatan Pasien Usia Lanjut

*Penulis:*

**Nicholas R. Butler, MD., MBA.**

*Clinical Assistant Professor*, Department of Family Medicine, Roy J. and Lucille A. Carver College of Medicine, University of Iowa, Iowa City, Iowa

**Jason K. Wilbur, MD.**

*Associate Professor* Klinis, Departemen Kedokteran Keluarga, Roy J. and Lucille A. Carver College of Medicine, University of Iowa, Iowa City, Iowa

*Penerjemah:*

**dr. Dian Nugroho, M.Med.Ed.**

Dosen Departemen Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kedokteran, Universitas Sebelas Maret, Surakarta

## Bab 22 Perawatan Pasien Pasca-Pembedahan

*Penulis:*

**David Baumgartner, MD., MBA.**

*Resident Physician*, Department of Emergency Medicine, University of Iowa Healthcare, Iowa City, Iowa

**Natasha B. Wheaton, MD.**

*Clinical Assistant Professor*, Department of Emergency Medicine, Roy J. and Lucille A. Carver College of Medicine, University of Iowa, Iowa City, Iowa

**Brigit E. Ray, MD., MME.**

Pengajar Departemen Kedokteran Keluarga, Roy J. and Lucille A. Carver College of Medicine, University of Iowa, Iowa City, Iowa

*Penerjemah:*

**Dr. dr. Sintak Gunawan**

Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya, Jakarta

**Bab 23 Kesehatan Jiwa**

*Penulis:*

**Monika Jindal, MD.**

*Chief Resident*, Department of Family Medicine and Psychiatry, Roy J. and Lucille A. Carver College of Medicine, University of Iowa, Iowa City, Iowa

*Penerjemah:*

**dr. Oryzati Hilman, M.Sc., CMFM., Ph.D., Sp.DLP.**

Dosen Departemen Ilmu Kedokteran Keluarga dan Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kedokteran dan Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, Yogyakarta

**Dr. dr. Puji Lestari, M.Kes., Sp.DLP.**

Dosen Departemen Ilmu Kesehatan Masyarakat-Kedokteran Pencegahan, Fakultas Kedokteran, Universitas Airlangga, Surabaya

**Bab 24 Nutrisi dan Kedokteran Herbal**

*Penulis:*

**Julia Buchkina, MD., MPH.**

*Upstream Functional Medicine*, Iowa City, Iowa

*Penerjemah:*

**dr. Insi Farisa Desy Arya, M.Kes.**

Dosen Departemen Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kedokteran, Universitas Padjadjaran, Bandung

**Dr. dr. Wahyudi Istiono, M.Kes.**

Dosen Departemen Ilmu Kedokteran Keluarga dan Komunitas, Fakultas Kedokteran, Kesehatan Masyarakat, dan Keperawatan, Universitas Gadjah Mada, Yogyakarta

**Bab 25 Penyalahgunaan Obat**

*Penulis:*

**David A. Bedell, MD.**

*Clinical Associate Professor*, Department of Family Medicine, Roy J. and Lucille A. Carver College of Medicine, University of Iowa, Iowa City, Iowa

*Penerjemah:*

**Dr. dr. Asep Sukohar, M.Kes.**

Dosen Departemen Farmakologi dan Terapi, Fakultas Kedokteran, Universitas Lampung, Lampung

**Bab 26 Etika**

*Penulis:*

**Mark A. Graber, MD., MSHCE., FACEP.**

Profesor Klinis, Departemen Kedokteran Keluarga, Roy J. and Lucille A. Carver College of Medicine, University of Iowa, Iowa City, Iowa

*Penerjemah:*

**dr. Erfen Gustiawan Suwangto, S.H.,  
M.H.(Kes.)**

Departemen Bioetika dan Hukum Kesehatan,  
Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan,  
Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya, Jakarta

## **Bab 27 Perawatan Kesehatan pada Akhir Kehidupan**

*Penulis:*

**Michelle T. Weckmann, MD., MS.**

*Assistant Professor*, Department of Family  
Medicine, Psychiatry, and Palliative Medicine,  
Roy J. and Lucille A. Carver College of  
Medicine, University of Iowa, Iowa City, Iowa

**Martin O. Bazalak, MD.**

*Fellow Physician*, Department of Internal  
Medicine and Hospice and Palliative Medicine,  
University of Iowa, Iowa City, Iowa

*Penerjemah:*

**Dr. dr. Nita Arisanti, M.Sc., CMFM.**

Departemen Ilmu Kesehatan Masyarakat,  
Program Studi Kedokteran Layanan Primer,  
Fakultas Kedokteran, Universitas Padjadjaran,  
Bandung

## **Bab 28 Kedokteran Berbasis Bukti**

*Penulis:*

**Mark A. Graber, MD., MSHCE., FACEP.**

*Penerjemah:*

*dr. Indah Widyahening, M.Sc., CMFM., Ph.D.*  
Departemen Ilmu Kedokteran Komunitas,  
Fakultas Kedokteran, Universitas Indonesia,  
Jakarta

## **Bab 29 Pelayanan Berpusat pada Pasien**

*Penulis:*

**Denise A. Martinez, MD.**

*Clinical Assistant Professor*, Department of  
Family Medicine, Assistant Dean Office of  
Cultural Affairs and Diversity Initiatives, Roy  
J. and Lucille A. Carver College of Medicine,  
University of Iowa, Iowa City, Iowa

*Penerjemah:*

**dr. Oryzati Hilman, M.Sc., CMFM.,  
Ph.D., Sp.DLP.**

## **Bab 30 Ujian Akhir**

*Penulis:*

**Jason K. Wilbur, MD.**

**Mark A. Graber, MD., MSHCE., FACEP.**

**Brigit E. Ray, MD., MME.**

*Penerjemah:*

**Dr. dr. Retno Asti Werdhani, M.Epid.**

Departemen Ilmu Kedokteran Komunitas,  
Fakultas Kedokteran, Universitas Indonesia,  
Jakarta



## Kata Pengantar

Selamat datang di edisi keempat! Kami harap Anda senang membaca buku ini. Pertama, mari kita mulai dengan tur singkat buku ini. Anda akan melihat beberapa hal baru serta aspek-aspek yang telah ada di edisi sebelumnya. Apa yang berubah? Untuk mengikuti perkembangan zaman, kami telah mengubah judulnya sedikit menjadi “Kumpulan Soal dan Ulasan Kedokteran Keluarga oleh Graber dan Wilbur”. Oke, ini sangat penting. Tetapi tunggu, masih ada lagi. Selain itu, Anda akan melihat tata letak baru dan menarik. Seluruh buku berwarna sehingga Anda tidak perlu membalik ke halaman mengkilap di tengah bagian buku untuk melihat versi foto dan gambar berwarna. Bagi Anda yang menyukai *e-reader* dan *tablet* Anda, sekarang ada versi *online* buku lengkap dengan penjelasan untuk pertanyaan di Bab Ujian Akhir. Kami menambahkan 50 pertanyaan lagi ke bab terakhir, “Ujian Akhir”. Setiap bab sekarang berakhir dengan daftar mutiara klinis, dengan sejumlah kalimat berbasis bukti untuk membantu mengonsolidasikan informasi penting. Tentu saja, kami telah memperbarui semuanya sehingga Anda akan memiliki informasi medis terbaru.

Terakhir, kami memiliki editor baru, Brigit Ray, yang telah membawa perspektif baru ke buku ini. Apa yang tidak berubah? Gaya dasar kami tetap sama. Buku ini dibagi menjadi 29 bab berdasarkan sistem tubuh dan elemen perawatan pasien, diikuti oleh “Ujian Akhir” (Bab 30). Ribuan pertanyaan dalam buku ini dijalin menjadi beberapa kasus, yang kami harap akan Anda temukan menarik, praktis, dan relevan. Untuk menguji perolehan pengetahuan Anda, setiap kasus diakhiri dengan tujuan pembelajaran. Untuk mengatasi hal-hal yang bersifat monoton dan membosankan dalam membaca soal-soal, melalui panduan belajar, Anda akan temukan “Kuis-Kuis Cepat” dan “Tips yang Sangat Membantu” yang tersedia di setiap bab.

Beberapa tahun yang lalu ketika kami menulis edisi pertama, kami membuat keputusan untuk menggunakan sudut pandang orang kedua untuk melibatkan pembaca dengan lebih baik dan untuk membuat buku itu menjadi interaktif. Kami telah mencoba menjaga agar buku itu tidak membosankan. Ya, kami sadar bahwa ini adalah alat bantu belajar. Tetapi, mengapa belajar harus menjadi latihan untuk mengatasi

rasa bosan dan meningkatkan ketahanan? Seharusnya belajar itu menyenangkan, berlaku dalam kehidupan nyata dan memberikan kejutan setiap saat.

Anda akan menemukan (meskipun kadang-kadang lemah) upaya humor di seluruh buku ini. Kami memperhatikan bahwa terkadang ada pembaca yang sesekali tidak menyukai selera humor kami. Ya, kami dokter, bukan penulis untuk *Saturday Night Live* (jika Lorne Michaels membaca ini—panggil Jason). Kami telah terkesan dengan tingkat keterlibatan yang dimiliki pembaca kami. Selama bertahun-tahun, kami telah menerima sejumlah *e-mail* dari para pembaca yang telah berterima kasih kepada kami, mengoreksi kami, dan terkadang mencaci kami. Apa pun maksud dari pesan itu, nadanya hampir secara keseluruhan positif—pembaca dilibatkan dalam buku ini dan menawarkan saran yang bermanfaat. Demikian juga komentar yang dikirim *online* (bukan tempat yang biasa untuk memberi masukan) sebagian besar menyetujui, konstruktif, dan antusias.

Edisi pertama diterbitkan di tengah lingkungan yang kurang bersahabat, dengan menurunnya minat terhadap media cetak dan beberapa buku ulasan yang sudah terkenal di pasaran. Karena buku kami memiliki nada yang berbeda, pembaca perlahan tertarik kepadanya, dan pangsa pasarnya tumbuh dari mulut ke mulut. Pada 2015, edisi ketiga adalah buku ulasan terlaris di media cetak dan membuat daftar 10 buku kedokteran umum terlaris di Amazon. Dengan apa kita menghubungkan kesuksesan ini? Pembaca yang terlibat dan mendukung memainkan peran besar!

Dalam persiapan untuk bekerja pada edisi keempat, kami menyimpan semua *e-mail* Anda dan menjelajahi internet untuk komentar dan ulasan pembaca. Kami membaca dan mempertimbangkan semua yang dapat kami temukan—yang berjumlah ratusan ide pembaca. Jadi, Anda, pembaca, telah membantu mengembangkan buku ini. Biarkan *e-mail* itu datang! Dengan semua buku ulasan di luar sana, mengapa Anda harus memilih buku karya kami?

Ada dua perbedaan penting antara buku ini dan buku-buku lain yang diulas di pasar. Pertama, kami telah menulis buku ini tidak hanya untuk membantu Anda lulus, tetapi juga untuk memperluas pengetahuan Anda tentang kedokteran keluarga. Mayoritas pertanyaan berisi penjelasan terperinci tidak hanya tentang mengapa jawaban itu benar, tetapi juga mengapa jawaban lainnya salah. Dalam dunia pengetahuan medis yang berubah dengan cepat, kami telah berupaya memberikan bukti yang paling relevan dan terkini kepada Anda. Ketika bukti saat ini masih kontroversial dan kami tidak yakin apa yang akan dilakukan *American Board of Family Medicine* (ABFM) dengan itu, kami mengakui adanya ketidakpastian dan mencoba membantu Anda menavigasikan bukti saat ini.

Kami telah mencoba menjadikan buku ini seluas dan selengkap mungkin. Selain untuk digunakan sebagai buku ulasan dewan kedokteran keluarga, dapat digunakan sebagai ulasan umum untuk dokter pelayanan primer, asisten dokter, dan perawat praktisi. Mahasiswa dan residen yang belajar untuk langkah ketiga dari ujian nasional (USMLE-red.) merasakan buku ini juga bermanfaat. Namun, tidak

ada buku ulasan yang dapat mencakup seluruh ruang lingkup kedokteran keluarga. Gunakan pertanyaan-pertanyaan ini sebagai panduan: bidang apa yang menjadi kekuatan Anda dan apa yang perlu Anda pelajari lebih lanjut? Setiap jawaban dari “Ujian Akhir” direferensikan dalam buku sehingga Anda dapat kembali dan meninjau topik apa pun yang mungkin Anda lewatkan. Untuk versi *online*, kami menyadari mungkin sulit untuk bolak-balik membaca buku sehingga kami telah menyertakan penjelasan jawaban di tiap bagian untuk Anda.

Dalam buku ini, penggunaan istilah medis eponim seperti penyakit Crohn dan penyakit Wilson, mencerminkan rekomendasi *American Medical Association* saat ini dan istilah serupa di mana bentuk posesif dijatuhkan. Selain itu, ada kecenderungan umum untuk menggunakan eponim yang lebih singkat, seperti Wegener, yang telah dihapus sepenuhnya. Kami telah mencatat istilah baru dan lama ketika kami menganggap istilah lama lebih mudah dikenali. Kami senang menulis buku ini dan kami harap Anda menikmati membacanya. Jika Anda memiliki saran atau keluhan (oke, mungkin semua lelucon kami tidak benar secara politis atau bahkan tidak lucu), jangan ragu untuk menulis pesan kepada kami di [jason-wilbur@uiowa.edu](mailto:jason-wilbur@uiowa.edu) atau [mark-graber@uiowa.edu](mailto:mark-graber@uiowa.edu). Kami menanggapi komentar Anda dengan serius karena kami berupaya menjadikan belajar untuk ujian lebih efektif dan lebih menyenangkan.

Kami mengakui dan berterima kasih kepada semua penulis bab kami yang telah membawa keahlian mereka untuk

menanggung proyek ini. Kami juga ingin berterima kasih kepada orang-orang baik di McGraw-Hill yang telah mengedit buku ini untuk menjaga kesalahan seminimal mungkin dan menciptakan tata letak yang tampan dan mudah dibaca. Jason berterima kasih kepada keluarga yang penuh kasih dan dukungannya. Setelah beberapa hambatan awal, Deb telah memberikan kesabaran dan pengertiannya kepada proyek ini, dan Jason hanya berutang makan malam setiap malam untuk setahun. Jason berterima kasih kepada anak-anak lelakinya, Ken dan Ted, yang cukup mengalihkannya dari pekerjaan dan merasa terhibur saat tahu ayah mereka adalah semacam penulis. Akhirnya, seperti pada setiap edisi yang ada, Jason harus mengakui bahwa buku ini tidak akan pernah selesai tanpa kopi dalam jumlah besar sehingga dia berterima kasih kepada semua orang yang terlibat dalam produksi kopi di seluruh dunia, dari pemetik *finca* Amerika Tengah hingga barista lokal.

Mark ingin mengucapkan terima kasih kepada Jason dan Brigit; ini merupakan upaya kolaborasi, yang membuat lebih mudah bagi kita semua. Terima kasih sudah membeli buku ini. Terima kasih juga kepada keluarganya: Hetty, Rachel, dan Abe (seperti biasa). Tetapi, tidak untuk anjing-anjingnya, Nietzsche dan Dante. Mereka perlu belajar untuk tetap berada di dalam atau di luar rumah. Tidak ada lagi bolak-balik keluar-masuk rumah. Musik yang membuatnya tetap terjaga: Faith No More, The Beach Boys (sebenarnya luar biasa bagus ... coba dengarkan “*The Sounds of Summer: The Best of the Beach Boys*”), dan Kinks. Akhirnya, terima

kasih kepada sepedanya untuk menjaga dia tetap waras, meskipun beberapa orang akan memperdebatkan hal ini.

Brigit telah menggunakan buku ulasan *Kedokteran Keluarga* untuk belajar selama bertahun-tahun dan berterima kasih kepada Jason dan Mark karena memasukkannya sebagai editor baru dalam proyek ini! Ini adalah suatu kehormatan baginya, dan dia senang bekerja dalam tim mereka. Yang terutama, dia ingin mengucapkan terima kasih kepada tunangannya, Austin, dan keluarganya karena begitu sabar ketika dia sudah rewel dan kurang tidur. Tidak mudah menyulap program gelar master dengan tugas klinis, dua jadwal sibuk dalam profesi medis, dan hubungan jarak jauh! Bahkan, dia merasa sudah terbiasa dengan melakukan tugas ganda sehingga dia bisa mulai belajar bagaimana melakukannya.

### **Beberapa Pesan tentang Belajar dan Mengikuti Ujian Nasional**

Di sepanjang buku ini, Anda akan menemukan bahwa kami memberikan saran tentang apa yang kami pikir akan terjadi pada ujian. Itu yang Anda bayar, kan? Namun, dalam edisi sebelumnya, kami belum menyarankan pembaca tentang kebiasaan belajar atau strategi mengambil tes ujian. Di sini, kami menawarkan saran kami yang sederhana tentang bagaimana mempersiapkan diri untuk ujian dan meningkatkan kinerja Anda secara keseluruhan. Kami sarankan Anda membaca bagian ini sebelum menyelam ke dalam tubuh buku ini. Meskipun kami mengakui bahwa beberapa orang adalah peserta tes yang lebih baik daripada yang lain,

ada bukti bagus untuk menunjukkan bahwa siapa pun dapat meningkatkan skornya. Bahkan, nilai ujian berbanding lurus dengan waktu yang dihabiskan untuk belajar demi ujian (meskipun hubungan ini tumbuh lebih lemah bagi mereka yang sudah memiliki skor tinggi). Intinya adalah, Anda tidak harus menjadi genius yang mendapat 36 pada ACT untuk mengguncang sertifikasi ABFM (*American Board of Family Medicine*)/Ujian Sertifikasi Ulang. Tetapi, Anda mungkin harus bekerja.

Langkah pertama Anda dalam mempelajari ujian—setelah membeli buku ini, tentu saja—adalah mengembangkan rencana belajar. Merencanakan waktu dan mendedikasikan waktu untuk belajar tanpa gangguan adalah penting. Berapa banyak waktu yang Anda miliki sebelum ujian? Berapa jam per minggu yang bisa Anda curahkan untuk belajar? Kapan Anda paling produktif dalam belajar Anda—pagi atau malam hari? Apa peluang kegagalan tanaman kopi di seluruh dunia? Akankah film *Star Wars* baru dibuka sebelum ujian? Memikirkan pertanyaan-pertanyaan ini maka ambillah kalender, tandai tanggal ujian, dan rencanakan hari dan waktu yang akan Anda curahkan untuk belajar. Jika Anda telah mengikuti ujian sebelumnya dan hasilnya tidak berjalan dengan baik, Anda mungkin perlu mengubah jadwal kerja harian Anda selama 2 hingga 3 bulan sebelum ujian untuk mengakomodasi pembelajaran 10 hingga 15 jam per minggu.

Kami mendukung untuk tidak “menjejalkan” untuk ujian atau “menambahkan” belajar ke jadwal yang sudah penuh. Untuk mendapatkan hasil maksimal

dari belajar, Anda perlu mendekatinya seperti pengabdian setiap hari. Untuk memaksimalkan laba atas studi Anda dan untuk fokus pada kekurangan, cobalah mengambil tes awal. Pre-tes terbaik adalah ABFM ITE (baca terus untuk lebih lanjut tentang ini). Anda dapat menggunakan hasil Anda pada pre-tes untuk melihat area apa yang terlemah. Mempelajari area yang lemah tidak terlalu menyenangkan, tetapi akan menciptakan hasil yang lebih tinggi daripada mempelajari area dengan kekuatan relatif kuat. Jika ruang lingkup praktik Anda sempit (misalnya rumah sakit/*hospitalist*), Anda mungkin sudah sadar tentang bidang kekuatan dan kelemahan. Pastikan Anda mengatasi area yang lemah dengan waktu yang relatif lebih banyak.

Selanjutnya, ketahui apa yang akan ada pada ujian. Persentase konten ujian yang ditujukan untuk berbagai sistem di-*posting* di situs web ABFM, dan kami sarankan Anda mengulasnya. Sistem teratas yang diuji biasanya sistem kardiovaskular, pernapasan, dan muskuloskeletal. Jika Anda lemah dalam bidang-bidang ini, pastikan Anda memfokuskan pembelajaran Anda pada bidang-bidang tersebut. Sekarang, materi apa yang harus Anda gunakan saat belajar? Beberapa pembaca kami sangat baik, menyarankan dalam ulasan mereka bahwa buku ini adalah satu-satunya alat belajar yang diperlukan untuk ujian akhir. Meskipun kami ingin memercayainya, kami tidak bisa mendukung sudut pandang ini. Agar mendapatkan pengalaman untuk pertanyaan-pertanyaan pada ujian, strategi terbaik adalah pergi ke sumbernya.

ABFM mem-*posting* Ujian Dalam Pelatihan/*In-Training Exams* (ITE) selama tiga tahun terakhir di situs webnya ([www.theabfm.org](http://www.theabfm.org)). Diperlukan *login* yang harus dimiliki oleh semua dokter keluarga bersertifikat. ITE mungkin merupakan sumber terbaik untuk menilai pengetahuan Anda—kami sangat menyarankan Anda menggunakannya. Meskipun kami tidak merekomendasikan mengandalkan ITE sebagai satu-satunya alat bantu belajar Anda (jelas; kami mencoba menjual buku di sini!), Anda dapat menggunakannya sebagai cara untuk mengukur kemajuan Anda saat Anda belajar. Ulasan juga tersedia sehingga Anda dapat mempelajari apa yang menurut ABFM harus Anda ketahui. ABFM juga memiliki informasi lengkap tentang apa yang harus Anda harapkan ketika Anda mengikuti ujian sertifikasi/sertifikasi ulang, termasuk tutorial yang menyimulasikan ujian. Jika Anda seorang pengambil ujian yang mudah cemas, pastikan untuk membaca tutorialnya. Sementara ABFM memiliki beberapa alat yang berguna, perlu diketahui bahwa Modul Penilaian Mandiri tidak mewakili jenis pertanyaan yang akan Anda temukan pada ujian sertifikasi/sertifikasi ulang.

Sumber pertanyaan hebat lainnya adalah situs web *American Academy of Family Physicians* (AAFP). Jika Anda adalah anggota AAFP, Anda dapat mengakses pertanyaan secara gratis. Mereka dikategorikan oleh sistem tubuh dan dapat dilakukan dalam potongan sepuluh sekaligus bernilai 0,25 CME kredit. Bank soal ini menawarkan kesempatan lain untuk menguji pengetahuan Anda dan menentukan di mana Anda perlu

memfokuskan pembelajaran Anda. Selain itu, AAFP memasarkan kursus ulasan belajar mandiri yang komprehensif, yang akan membuat Anda harus membayar sekitar \$1.000 jika Anda adalah anggota dan lebih banyak jika bukan anggota. Memang, itu

mencakup semua yang perlu Anda ketahui untuk ujian. Begitu juga buku ini! Jadi, pilihan ada di tangan Anda, meskipun kami ragu Anda akan membutuhkan buku kami dan paket belajar mandiri ujian AAFP.

# Prakata

## Memulai Belajar Menggunakan Buku Kumpulan Soal dan Ulasan Kedokteran Keluarga Ini

Bagaimana dengan buku teks dan sumber primer? Ya, sementara kami akan mengagumi ketekunan Anda dalam menyelami seluruh buku teks untuk mempersiapkan ujian, kami tidak menyarankan mencoba membaca teks sampul-sampul seperti *Robert Rakel's Textbook of Family Medicine* atau bahan referensi seperti *UpToDate*. Jangan salahkan kami! Kami menyukai sumber-sumber ini dan merekomendasikannya kepada Anda sebagai referensi saat Anda belajar, tetapi Anda tidak harus bergantung pada mereka sebagai bahan studi Anda sendiri. Demikian juga menggunakan sumber-sumber utama, seperti jurnal medis, tidak praktis sebagai dasar studi, tetapi berguna untuk memperluas pengetahuan Anda ketika tidak memahami sesuatu. Sejauh kursus ulasan dewan: untuk masing-masing sendiri. Jika Anda mempertimbangkan untuk menghadiri kursus, AAFP menawarkan kursus komprehensif beberapa kali per tahun yang berlokasi di seluruh negeri. Jika Anda belajar lebih baik dalam pengaturan kuliah langsung, kursus ini mungkin merupakan pilihan yang baik untuk Anda, tetapi Anda tidak perlu

menghadiri kursus untuk mendapatkan semua informasi itu (ayolah, Anda sudah mendapatkan buku ini!).

Ada beberapa hal dasar penting yang perlu Anda ketahui tentang ujian. Pertama, ujian terdiri atas empat bagian, dua di antaranya bersifat umum dan dua di antaranya adalah modul yang akan Anda pilih pada hari ujian. Yang terbaik adalah memilih modul yang lebih Anda kenal. Misalnya, jika Anda berlatih, terutama di departemen gawat darurat, Anda mungkin ingin memilih Kegawatdaruratan Medis dan Kedokteran Rumah Sakit daripada Perawatan Bersalin (kecuali jika Anda mencari tantangan tambahan). Ujian seluruhnya terdiri atas pertanyaan dengan empat butir pilihan ganda. Anda tidak mendapat hukuman karena menebak. Pertanyaan yang tidak terjawab akan selalu salah, sedangkan pertanyaan yang ditebak memiliki peluang 25% untuk menjadi benar. Jika Anda tidak tahu, silakan menebak. Sebagai konsekuensi wajar dari aturan itu, jangan pernah keluar dari ujian tanpa terlebih dahulu menyelesaikan semua pertanyaan. Anda tidak dapat kembali untuk menjawab pertanyaan yang tidak ditandai.

Baca setiap pertanyaan dan pilihan dengan cermat. Meskipun kami ragu bahwa ABFM

akan menulis “pertanyaan jebakan”, mereka menggunakan kata/frasa, seperti “kecuali”, “paling mungkin”, “langkah pertama”, dan “paling tidak mungkin”. Jika Anda tidak memperhatikan kata kunci, Anda cenderung menjawab pertanyaan yang salah. Di masa lalu, ABFM merekomendasikan mengandalkan bukti yang ada hingga dua tahun sebelum ujian yang sedang berlangsung daripada bukti medis terbaru. Sekarang, ABFM merekomendasikan para peserta ujian bergantung pada bukti terbaru yang ada. Jadi, ketika Anda melihat pertanyaan dan berpikir, “Ya, jawabannya tahun lalu mungkin ‘A’, tetapi sekarang bukti menunjuk ke ‘B’. Pilihlah B.”

Peserta tes yang sukses tidak menggunakan strategi besar untuk mengakali pembuat pertanyaan; alih-alih mereka cenderung menggunakan beberapa aturan sederhana ketika menjawab pertanyaan pilihan ganda. Aturan sederhana ini yang mengikuti sejumlah pedoman yang tidak bisa diterapkan secara membabi buta ke seluruh tes, tetapi sering benar. Mungkin bukan rahasia bagi kebanyakan dari Anda, tetapi berikut ini beberapa pedomannya:

1. Pilihlah dengan pilihan bijaksana pertama Anda, kecuali Anda memiliki alasan kuat untuk mengubahnya (misalnya Anda salah membaca pertanyaan).
2. Cari kata kunci dalam jawaban, seperti “selalu” dan “tidak pernah”. Ini sering menjadi jawaban yang salah.
3. Hindari jawaban dengan istilah yang tidak dikenal (misalnya nama penyakit yang tidak jelas atau prosedur yang jarang dilakukan). Ini sering salah.
4. Jawaban yang paling terperinci sering kali merupakan jawaban yang benar.
5. Jika ada dua jawaban serupa, keduanya mungkin salah.
6. Tetap berpegang pada prinsip kedokteran keluarga (misalnya jawaban dengan “lebih banyak riwayat” atau “pengambilan keputusan bersama” lebih mungkin benar).
7. Jika Anda tidak tahu, maka tebak dan lanjutkan. Jangan buang waktu untuk membahas satu pertanyaan. Akhirnya, kami menawarkan saran yang kami tahu dokter yang sibuk jarang mengikutinya: banyak istirahat. Serius! Bersiaplah untuk hari ujian dengan tidur nyenyak. Jangan berhenti merawat kesehatan Anda sebelum ujian, dan itu termasuk istirahat. Makan sarapan yang enak, bawa camilan untuk istirahat Anda, dan rencanakan membawa diri Anda keluar untuk makan siang yang menyenangkan (tetapi lewati *martini* karena Anda harus menjalani ujian). Sama seperti pendaki gunung, kenakan pakaian tebal. Beberapa dari pusat tes tersebut sangat dingin; walaupun ada juga yang panas. Tetap berpikir positif, ambil napas dalam-dalam, dan terus bergerak melewatinya. Anda akan melewati hal ini! Semoga berhasil!

## Daftar Isi

|                                       |            |   |            |
|---------------------------------------|------------|---|------------|
| Kontributor.....                      | vii        | <b>Bab 23 Kesehatan Jiwa.....</b>       | <b>215</b> |
| Kata Pengantar.....                   | xi         | Mutiara Klinis.....                     | 290        |
| Prakata .....                         | xvii       | Pustaka.....                            | 291        |
| Daftar Isi.....                       | xix        | <b>Bab 24 Nutrisi dan Kedokteran</b>    |            |
| Daftar Tabel .....                    | xxi        | <b>Herbal .....</b>                     | <b>293</b> |
| Daftar Gambar.....                    | xxiii      | Mutiara Klinis.....                     | 315        |
| <b>Bab 19 Kesehatan Mata.....</b>     | <b>1</b>   | Pustaka.....                            | 315        |
| Mutiara Klinis.....                   | 42         | <b>Bab 25 Penyalahgunaan Obat .....</b> | <b>318</b> |
| Pustaka.....                          | 42         | Mutiara Klinis.....                     | 350        |
| <b>Bab 20 Kesehatan Telinga-</b>      |            | Pustaka.....                            | 350        |
| <b>Hidung-Tenggorokan.....</b>        | <b>44</b>  | <b>Bab 26 Etika.....</b>                | <b>352</b> |
| Mutiara Klinis.....                   | 87         | Mutiara Klinis.....                     | 374        |
| Pustaka.....                          | 88         | Pustaka.....                            | 375        |
| <b>Bab 21 Perawatan Pasien Usia</b>   |            | <b>Bab 27 Perawatan Kesehatan</b>       |            |
| <b>Lanjut .....</b>                   | <b>89</b>  | <b>pada Akhir Kehidupan....</b>         | <b>376</b> |
| Mutiara Klinis.....                   | 150        | Mutiara Klinis.....                     | 402        |
| Pustaka.....                          | 151        | Pustaka.....                            | 402        |
| <b>Bab 22 Perawatan Pasien Pasca-</b> |            | <b>Bab 28 Kedokteran Berbasis</b>       |            |
| <b>Pembedahan.....</b>                | <b>154</b> | <b>Bukti .....</b>                      | <b>405</b> |
| Mutiara Klinis.....                   | 212        | Mutiara Klinis.....                     | 428        |
| Pustaka.....                          | 212        | Pustaka.....                            | 429        |

|  |            |                                 |            |
|--|------------|---------------------------------|------------|
| <b>Bab 29 Pelayanan Berpusat<br/>pada Pasien .....</b> | <b>430</b> | <b>Bab 30 Ujian Akhir .....</b> | <b>460</b> |
| Mutiara Klinis.....                                    | 458        | Jawaban .....                   | 503        |
| Pustaka.....   | 458        | Indeks.....                     | 509        |