

EFEKTIVITAS *TERAPI GUIDAD IMAGERY* TERHADAP PENURUNAN TINGKAT KECEMASAN PADA PASIEN PRE OPERASI

Shinta Hidayati ¹, Dwi Retnaningsih ²

¹Mahasiswa Prodi Pendidikan Profesi Ners Progam Profesi Universitas Widya Husada Semarang, ²
Dosen Prodi Pendidikan Profesi Ners Program profesi Universitas Widya Husada Semarang
¹ Shintahdyt17@gmail.com, ²dwi.retnaningsih@uwhs.ac.id

ABSTRAK

Latar Belakang: Kecemasan merupakan respons emosional yang umum dialami individu ketika menghadapi situasi yang dianggap mengancam, termasuk prosedur medis seperti pembedahan. Selain itu, kecemasan juga dapat mengganggu kesiapan pasien dalam menerima edukasi kesehatan serta menurunkan tingkat kepatuhan terhadap prosedur perawatan pre-operasi. Kecemasan yang tidak dikelola dengan baik dapat berdampak negatif terhadap proses pemulihan pasca-operasi, seperti peningkatan kebutuhan analgesik, gangguan tidur, serta keterlambatan penyembuhan luka. **Tujuan:** untuk menganalisis efektivitas terapi relaksasi guided imagery terhadap penurunan tingkat kecemasan pasien pre-operasi. **Metode:** Sampel dalam studi kasus ini adalah pasien pre-operasi yang dirawat di ruang bedah yang berjumlah 5 responden. Sampel studi kasus ini dipilih menggunakan teknik purposive sampling berdasarkan kriteria inklusi, yaitu pasien yang akan menjalani tindakan pembedahan elektif, berusia ≥ 18 tahun, mampu berkomunikasi secara verbal, dan bersedia menjadi responden. Kriteria eksklusi meliputi pasien dengan gangguan kognitif, gangguan pendengaran berat, atau kondisi klinis yang tidak memungkinkan untuk mengikuti intervensi relaksasi. Penelitian ini menggunakan kuisioner APAIS. **Hasil:** Hasil studi kasus yang dilakukan pada 5 responden didapatkan bahwa sebelum diberikan terapi *guidad imagery* rata-rata tingkat kecemasan responden adalah 13-18 (kecemasan sedang) dan setelah diberikan terapi *guidad imagery* adalah 7-12 (kecemasan ringan). **Kesimpulan:** Setelah diberikan teknik *guidad imagery* terhadap 5 responden didapatkan bahwa kecemasan responden menurun dari kecemasan sedang menjadi kecemasan ringan, sehingga disimpulkan bahwa terapi *guidad imagery* efektif untuk menurunkan tingkat kecemasan pada pasien pre operasi.

Kata Kunci: Kecemasan, Pre Operatif, Terapi *Guidad Imagery*

ABSTRACT

Background: Anxiety is a common emotional response experienced by individuals when facing situations perceived as threatening, including medical procedures such as surgery. In addition, anxiety can also interfere with patient readiness to receive health education and reduce compliance with pre-operative care procedures. Anxiety that is not managed properly can negatively impact the post-operative recovery process, such as increased analgesic needs, sleep disturbances, and delayed wound healing. **Objective:** To analyze the effectiveness of guided imagery relaxation therapy in reducing pre-operative anxiety levels in patients. **Methods:** The sample in this study were 5 pre-operative patients treated in the operating room. The sample was selected using a purposive sampling technique based on inclusion criteria, namely patients who

will undergo elective surgery, aged ≥ 18 years, able to communicate verbally, and willing to be respondents. Exclusion criteria included patients with cognitive impairment, severe hearing loss, or clinical conditions that prevent them from participating in relaxation interventions. This study used the APAIS questionnaire. **Results:** The results of the study conducted on 5 respondents showed that before being given guided imagery therapy, the average level of anxiety of respondents was 13-18 (moderate anxiety) and after being given guided imagery therapy was 7-12 (mild anxiety). **Conclusion:** After being given the *guided imagery* technique to 5 respondents, it was found that the respondents' anxiety decreased from moderate anxiety to mild anxiety, so it was concluded that guided imagery therapy is effective in reducing anxiety levels in pre-operative patients.

Keywords: Anxiety, Pre-Operative, *Guided Imagery* Therapy

PENDAHULUAN

Kecemasan merupakan respons emosional yang umum dialami individu ketika menghadapi situasi yang dianggap mengancam, termasuk prosedur medis seperti pembedahan. Selain itu, kecemasan juga dapat mengganggu kesiapan pasien dalam menerima edukasi kesehatan serta menurunkan tingkat kepatuhan terhadap prosedur perawatan pre-operasi. Kecemasan yang tidak dikelola dengan baik dapat berdampak negatif terhadap proses pemulihan pasca-operasi, seperti peningkatan kebutuhan analgesik, gangguan tidur, serta keterlambatan penyembuhan luka. Oleh karena itu, perawat memiliki peran penting dalam mengidentifikasi tingkat kecemasan pasien dan memberikan intervensi yang tepat untuk mengurangi dampak negatif tersebut. Pendekatan keperawatan modern menekankan pentingnya intervensi non-farmakologis sebagai pelengkap terapi medis untuk meningkatkan kenyamanan psikologis pasien. Salah satu

intervensi non-farmakologis yang banyak digunakan dalam praktik keperawatan adalah terapi relaksasi guided imagery. Guided imagery merupakan teknik relaksasi yang melibatkan penggunaan imajinasi mental terstruktur untuk menciptakan gambaran yang

menyenangkan dan menenangkan, sehingga membantu individu mengurangi stres dan kecemasan.

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa guided imagery dapat menurunkan tingkat kecemasan pasien pre-operasi melalui mekanisme distraksi kognitif dan aktivasi sistem saraf parasimpatis yang menghasilkan respons relaksasi. Penelitian terbaru menunjukkan bahwa guided imagery dapat menurunkan tingkat kecemasan pada pasien yang akan menjalani operasi sectio caesarea, dengan hasil penurunan kecemasan yang signifikan setelah pemberian intervensi (Suhermi & Karuniawati, 2022). Selain itu, teknik guided imagery and music juga terbukti efektif menurunkan kecemasan ibu hamil yang akan menjalani operasi bedah dengan hasil yang signifikan setelah intervensi diberikan (Mustafa et al., 2023).

Temuan temuan ini menunjukkan bahwa guided imagery merupakan intervensi keperawatan yang potensial untuk

diterapkan dalam praktik klinis perioperatif. Perkembangan evidence-based practice dalam keperawatan mendorong penggunaan intervensi nonfarmakologis yang didukung oleh bukti ilmiah. Guided imagery sebagai

salah satu teknik relaksasi telah banyak diteliti dalam berbagai populasi pasien, termasuk pasien bedah umum, obstetri, dan pasien dengan gangguan kesehatan mental. Studi terbaru menunjukkan bahwa *guided imagery* dapat meningkatkan kenyamanan psikologis pasien dan mengurangi respons stres yang berkaitan dengan prosedur medis invasif (Yunitasari et al., 2023).

Selain itu, penelitian lain juga melaporkan bahwa *guided imagery* dapat merangsang pelepasan endorfin yang berperan dalam mengurangi kecemasan dan meningkatkan perasaan nyaman pada pasien pre-operasi (Sari et al., 2022). Hal ini menunjukkan bahwa *guided imagery* tidak hanya memberikan manfaat psikologis, tetapi juga berdampak pada respons fisiologis pasien. Kecemasan pre-operasi juga dapat berdampak pada sistem imun dan proses penyembuhan luka. Pasien yang mengalami kecemasan tinggi cenderung mengalami peningkatan hormon stres seperti kortisol, yang dapat menekan sistem imun dan memperlambat proses penyembuhan. Oleh karena itu, intervensi yang dapat mengurangi kecemasan memiliki peran penting dalam meningkatkan outcome klinis pasien.

Tujuan dari studi kasus ini adalah untuk menganalisis efektivitas terapi relaksasi *guided imagery* terhadap penurunan tingkat

kecemasan pasien pre-operasi.

METODE PENELITIAN

Populasi dalam studi kasus ini adalah

seluruh pasien pre-operasi yang dirawat di ruang bedah rumah sakit yang menjadi lokasi penelitian. Studi kasus ini dilakukan di ruang IBS RSUD dr. Adhyatma MPH, Provinsi Jawa Tengah. Sampel dalam studi kasus dipilih menggunakan teknik purposive sampling berdasarkan kriteria inklusi, yaitu pasien yang akan menjalani tindakan pembedahan elektif, berusia ≥ 18 tahun, mampu berkomunikasi secara verbal, dan bersedia menjadi responden. Kriteria eksklusi meliputi pasien dengan gangguan kognitif, gangguan pendengaran berat, atau kondisi klinis yang tidak memungkinkan untuk mengikuti intervensi relaksasi. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 5 responden. Instrumen yang digunakan dalam studi kasus ini yaitu menggunakan kuisioner APAIS. Uji validitas dan reliabilitas instrument APAIS versi Indonesia didapatkan hasil yang valid dan reliabel untuk mengukur kecemasan pre operatif pada populasi Indonesia dengan hasil 70,79% dan nilai Cronbach Alpha komponen kecemasan adalah 0,825 dan 0,863.

Pemberian kuisioner APAIS diberikan selama 3 menit setelah dilakukan intervensi teknik *guidad imagery*. Teknik Guidad Imagery dilakukan 1x dalam waktu 15 menit (Kolifah, 2022). berikut adalah langkah- langkah teknik *guided imagery*: membina hubungan saling percaya antara perawat dengan pasien, Menjelaskan prosedur, tujuan, posisi, waktu dan peran perawat, memposisikan pasien senyaman mungkin, perawat duduk didekat pasien, usahakan tidak mengganggu pasien, mulai

untuk melakukan bimbingan kepada pasien, lakukan dengan baik dan benar, kemudian perawat memfokuskan pikiran pasien dengan cara perawat meminta pasien memikirkan bahwa seolah-olah pergi ke sebuah tempat dan merasa senang ditempat tersebut, anjurkan pasien nafas pelan dan dalam untuk menikmati teknik yang diberikan, anjurkan pasien menikmati berada ditempat tersebut, ketika pasien sudah mulai rileks, pasien hanya fokus pada momen itu saja, perawat diam dan tidak perlu berbicara, jika pasien menunjukkan tanda kegelisahan atau ketidaknyamanan, perawat harus menghentikan bimbingan dan melanjutkannya lagi ketika pasien sudah siap kembali, relaksasi berlangsung selama 15 menit. Biasanya pasien akan merasa lebih rileks setelah memejamkan matanya atau mendengarkan musik klasik yang lembut selama 15 menit untuk membantunya agar merasa lebih tenang, pemberian teknik guidad imagery ini dilakukan selama 3 hari dalam waktu 15 menit, mencatat hal-hal yang dijelaskan oleh pasien kedalam lembar kerja keperawatan yang digunakan untuk latihan selanjutnya.

HASIL

Studi kasus ini dilakukan pada 5 responden yang di rawat di ruang IBS RSUD dr. Adhyatma, MPH Provinsi Jawa Tengah.

1. Karakteristik responden berdasarkan umur, jenis kelamin dan pendidikan:

Karkteristik Responden				
NO	Nama	Umur	Jenis kelamin	Pendidikan
1.	I	23	Perempuan	SMA
2.	II	56	Laki-laki	SMP
3.	III	50	Laki-laki	SMP
4.	IV	43	Perempuan	SMA
5.	V	59	Perempuan	SMP

Sumber : (Data Primer, 2026)
 Berdasarkan tabel 3.1 didapatkan bahwa sebagian besar responden berumur lansia usia pertengahan (45-59 th), sebagian besar responden berjenis kelamin Perempuan dan sebagian besar responden berpendidikan SMP.

2. Pengukuran kecemasan sebelum dan sesudah diberikan teknik guidad imagery

Pengukuran Kecemasan sebelum dan sesudah diberikan Teknik Guidad Imagery		
Nama	Sebelum	Sesudah
I	18	11
II	19	12
III	17	11
IV	18	10
V	16	8

Berdasarkan tabel diatas dapat disimpulkan bahwa 5 responden sebelum diberikan teknik guidad imagery, sebagian besar responden mengalami kecemasan sedang yaitu 13-18 dan setelah diberikan teknik guidad imagery, sebagian besar kecemasan responden menurun dengan skor 7-12 (kecemasan ringan).

Berdasarkan hasil studi kasus dapat disimpulkan bahwa teknik guidad imagery efektif diberikan untuk mengurangi kecemasan pada pasien pre operasi.

PEMBAHASAN

1. Karakteristik Responden

Berdasarkan 5 responden dalam studikusus menunjukkan bahwa sebagian besar umur responden yaitu lansia usia pertengahan (45-59 th). Menurut Ikhwati (2024) Usia mempengaruhi permasalahan yang cukup kompleks baik dari segi fisik maupun psikososial. Masalah psikososial ini yang sering terjadi yaitu kesepian, perasaan sedih depresi dan kecemasan (ansietas).

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Hastuti, 2024) menyatakan bahwa faktor usia sangat mempengaruhi kecemasan pre operasi, selain itu pengalaman operasi juga dapat mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang. Semakin bertambah usia maka akan semakin berkembang pula daya tangkap dan pola pikirnya sehingga pengetahuan yang diperoleh akan semakin baik dan pengalaman dapat diperoleh dari pengalaman diri sendiri sehingga dapat meningkatkan pengetahuan seseorang.

Berdasarkan penelitian didapatkan bahwa sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan. Jenis kelamin berhubungan dengan tingkat kecemasan pasien. Selain itu terdapat juga perbedaan antara perempuan dengan laki-laki secara biologis sejak seseorang lahir. Jenis kelamin merupakan suatu akibat dari dimorfisme seksual, yang pada manusia dikenal menjadi laki-laki dan perempuan. Hal ini sejalan dengan

penelitian (Assyifa et al., 2023) yang menyatakan bahwa kecemasan dapat terjadi karena jenis kelamin , baik perempuan maupun

laki-laki. Meskipun perempuan beresiko lebih besar mengalami kecemasan. Perempuan lebih rentan mengalami kecemasan karena kombinasi faktor biologis (fluktuasi hormon estrogen/progesteron saat menstruasi, hamil, menopause), perbedaan kimia otak, serta tekanan sosial-psikologis. Hormon memengaruhi suasana hati, sementara peran ganda dan beban ekspektasi sosial sering kali memicu stres kronis.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan, didapatkan bahwa sebagian besar responden berpendidikan SMP. Pendidikan seseorang dapat menyebabkan kecemasan pada pasien karena semakin tingginya pendidikan, semakin banyak juga informasi yang didapatkan, sehingga sangat berpengaruh terhadap kehidupan yaitu salah satunya pada pasien pre operasi.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Hatimah et al., 2022) yang menyatakan bahwa pendidikan sangat berpengaruh terhadap pola pikir dan pengetahuan seseorang. Selain itu pendidikan juga dapat

mempengaruhi kecemasan, semakin rendahnya pendidikan yang didapat juga berdampak pada kecemasannya karena tingkat pikirnya, derajat percaya dirinya dan pengalaman yang didapatkannya. Dengan demikian pendidikan merupakan faktor yang dominan yang dapat menyebabkan kecemasan.

2. Kecemasan sebelum dan sesudah dilakukan teknik *guidad imagery* pada pasien pre operasi

Berdasarkan diagram 3.2 didapatkan bahwa sebanyak 5 responden mengalami kecemasan sedang dengan skor 13-18. Sebelum dan sesudah dilakukan tindakan teknik *guidad imagery* , 5 responden diberikan teknik *guidad imagery* untuk mengukur tingkat kecemasannya. Dari hasil studi kasus yang didapatkan 5 reponden mengalami penurunan tingkat kecemasan. Berdasarkan informasi yang didapat dari responden , sebagian besar reponden tidak mengetahui cara untuk mengurangi kecemasannya dan mengenai teknik *guidad imagery* yang digunakan untuk mengurangi kecemasan.

Kecemasan responden didapatkan karena ketidaktahuan mengenai operasi yang akan dilakukan dan belum adanya pengalaman mengenai operasi. Dalam kondisi ini responden masih belum bisa mengontrol mengenai kecemasannya, pola makan, dan pola hidup sehari-harinya. Kecemasan yang dirasakan responden seperti perasaan gelisah , tegang, takut tanpa alasan, sering gemetar, konsentrasi menurun, pusing terdapat nyeri yang dirasakan pada tubuh pasien, susah tidur, nafsu makan berkurang, dan mengalami penurunan aktivitas. Selain itu responden juga menganggap kecemasan yang dirasakannya akan berdampak terhadap

dirinya untuk kedepannya. Menurut (Aulia, 2022) pasien yang akan menjalankan operasi akan timbul rasa kecemasan

sebagai respon awal terhadap stress dan ancaman terhadap nilai yang berarti bagi individu. Kecemasan sering digambarkan sebagai perasaan yang tidak pasti, ragu-ragu, tidak berdaya, gelisah, kekhawatiran, tidak tenang yang sering disertai keluhan fisik.

Hal ini dapat terjadi karena kurangnya control individu terhadap dirinya sehingga menyebabkan terjadinya kecemasan pre operasi. Kecemasan juga dapat dipicu oleh adanya faktor penuaan dan kondisi fisik yang semakin tua. Hal tersebut berdampak pada melemahnya kemampuan tubuh dalam mencukupi kebutuhan hidupnya. Kondisi tersebut menyebabkan meningkatnya rasa kekhawatiran akan hari berikutnya (Priahatin et al., 2023). Kecemasan Pre operasi pada responden

juga disebabkan karena adanya factor seperti pendidikan ekonomi, pekerjaan, komunikasi, dan pengalaman responden dalam menjalankan operasi. Dari 5 responden yang akan operasi 3 diantaranya belum pernah menjalankan operasi sebelumnya. Hal tersebut yang membuat kecemasan pada responden dan takut akan kegagalan yang dialami ketika menjalankan operasi. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Humaira, 2022) yang menyatakan bahwa Kecemasan pasien pre operasi dapat terjadi karena beberapa factor yaitu, status ekonomi, pekerjaan, pengalaman dan

komunikasi pasien sehingga berdampak terhadap tingkat kecemasannya. Setelah diberikan tindakan teknik *guidad imagery*, didapatkan bahwa rata-rata responden mengalami tingkat kecemasan ringan. Hasil tersebut menunjukkan bahwa semua responden mengalami penurunan kecemasan setelah diberikan teknik *guidad imagery*. Teknik *guidad imagery* dilakukan selama 10-15 menit.

Teknik *Guided imagery* adalah suatu teknik yang menggunakan imajinasi individu dengan imajinasi terarah untuk mengurangi kecemasan. Manfaat dari *guided imagery* yaitu sebagai intervensi perilaku untuk mengatasi kecemasan, stres, dan nyeri (Saputri, 2022). Terapi *Guided Imagery* merupakan salah satu metode pengobatan komplementer yang dapat diterapkan dalam berbagai kondisi dan populasi untuk meningkatkan kualitas hidup (Milenia et al., 2022).

Teknik *guidad imagery* yang diberikan dapat mempengaruhi system limbik yang berkaitan dengan hormon adrenalin pemicu kecemasan. Pasien yang diberikan teknik *guidad imagery* akan dibawa ke bawah alam sadar mereka yang kemudian diarahkan untuk merubah persepsi kecemasan kearah kedamaian hati mencapai ketenangan, kedamaian dan perasaan rileks (Suryanto,

2023) Teknik *guidad imagery* yang dilakukan pada pasien pre operasi akan menstimulus hipotalamus untuk

menghasilkan *corticotropin releasing factor* sehingga produksi enkephalin oleh medulla adrenal mengikandan menghasilkan endorphen neurotransmitter sehingga kecemasan yang dialami berangsur berkurang dan digantikan oleh perasaan nyaman (Rifqi et al., 2025). Penelitian yang dilakukan oleh (Kholifah, 2022) menyatakan bahwa Teknik *Guidad Imagery* menunjukan respon psikologis yang kuat seperti perubahan dalam fungsi imun serta menurunkan kecemasan yang dialami individu. Dengan adanya penurunan kecemasan ini yang dapat membantu keberhasilan pasien dalam melakukan operasi. Dengan demikian teknik *guidad imagery* ini dapat menurunkan kecemasan terhadap responden dari sebelum diberikan yaitu responden mengalami kecemasan sedang dan setelah diberikan teknik *guidad imagery* mengalami kecemasan ringan.

KESIMPULAN

Setelah dilakukan studi kasus dan pembahasan mengenai efektifitas terapi *guidad imagery* terhadap penurunan tingkat kecemasan pada pasien pre operasi, diperoleh kesimpulan yaitu Karakteristik 5 responden sebagian besar responden berumur lansia usia pertengahan (45-59 th), sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan dan sebagian besar responden berpendidikan terakhir SMP. Kecemasan pada pasien pre operasi sebelum dilakukan teknik *guidad imagery*

yaitu 4 responden mengalami kecemasan sedang (13-18) dan 1 responden mengalami kecemasan berat (19-24), setelah dilakukan teknik *guidad imagery* kecemasan 5 responden menurun menjadi kecemasan ringan (7-12). Berdasarkan hasil penelitian yang diberikan mengenai kecemasan pasien pre operasi dengan diberikan teknik *guidad imagery* selama 1x 15 menit, didapatkan bahwa 5 responden mengalami penurunan skor kecemasan. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terapi *guidad imagery* efektif untuk mengurangi kecemasan pada pasien pre operasi di RSUD dr. Adhyatma ,MPH Provinsi Jawa Tengah .

DAFTAR PUSTAKA

- Álvarez-García, C., & Yaban, Z. Ş. (2020). The effects of preoperative guided imagery interventions on preoperative anxiety and postoperative pain: A meta-analysis. *Complementary Therapies in Clinical Practice*, 38, 101077. <https://doi.org/10.1016/j.ctcp.2019.101077>
- Assyifa, F., Fadilah, S., Wasilah, S., Fitria, Y., Muthmainah, N., Studi, P., Program, K., Kedokteran, F., Mangkurat, U. L., Ilmu, D., Jiwa, K., Biomedik, D., Kedokteran, F., Mangkurat, U. L., Kedokteran, F., & Mangkurat, U. L. (2023). Hubungan jenis kelamin dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa pskps fk ulm tingkat akhir dalam pengerjaan tugas akhir. *Jurnal Mahasiswa Pendidikan Dokter Homeostatis*, 6(2), 333–338. <https://doi.org/https://doi.org/10.20527/ht.v6i2.9980>
- Aulia, S. D. (2022). Gambaran Tingkat

Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Di Rumah Sakit Umum Daerah TGK Chik Ditiro Sigli. *Journal of Nursing and Health*, 7(3), 252–260. <https://doi.org/https://doi.org/10.52488/jnh.v7i>

[3.188](#)

Faruq, L. A., & Hardiyani, T. (2025). The effectiveness of Benson relaxation therapy and guided imagery therapy on anxiety of pre-operative.Caesarea patients at the regional general hospital in 2024. *Jurnal Keperawatan Health Sains*, 6(2), 249–256.

<https://doi.org/https://doi.org/10.35473/jhhs.v6.i2.502>

Hatimah, S. H., Ningsih, R., Syahleman, R., Borneo, S., & Medika, C. (2022). Hubungan Pengetahuan Dengan Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Di Ruang Meranti RSUD Sultan Imanuddin Pangkalan Bun. *Jurnal Borneo Cendekia*, 6(1),

55–65. <https://www.journal.stikesborneocendekiamedika.ac.id/index.php>

Irwansjah, N., Amir, H., Suharto Putri, S. H., & Marini, E. (2025).

Implementation of guided imagery to reduce anxiety in patients with breast cancer. *An Idea Nursing Journal*, 4(02), 93–99.

<https://doi.org/10.53690/inj.v4i02.603>

Kholifah, U. (2022). *Pengaruh Guided Imagery Terhadap Tingkat Kecemasan dan Nyeri Pada Pasien Cholelithiasis Pre Operasi di RSI Sultan Agung Semarang*.

Semarang:Universitas Islam Sultan Agung Semarang.

Milenia, A., Retnaningsih, D., Prodi, M., Keperawatan, D., Widya, U., Semarang, H., Prodi, D

Keperawatan, I., Widya, U., & Semarang, H. (2022). Penerapan Terapi Guided Imagery pada Pasien Dengan Kanker Payudara Dengan Nyeri Sedang. *Jurnal Manajemen Asuhan Keperawatan*, 5(1),

35–42. <https://doi.org/https://doi.org/10.32583/pskm.v11i1> Published: 20

Prianahatin, A. L., Retnaningsih, D., Kustriyani, M., Widya, U., & Semarang, H. (2023). Kecemasan Lansia Dengan Hipertensi Terhadap Kualitas Hidupnya. *Jurnal Surya Muda*,5(2).

<https://journal.uwhs.ac.id/index.php/jitk/article/viewFile/422/520>

Rifqi, M., Abkari, K., Hidayah, N., Ernawati, N., & Hospital, L. (2025). Efektivitas Kombinasi Terapi Guided Imagery dan Bimbingan Spiritual Terhadap Kecemasan Pasien Pre Operasi Anestesi Spinal di RS IHC Lavalette. *Jurnal Keperawatan Muhamadiyah*, 10(2).

<https://journal.um-surabaya.ac.id/JKM/article/view/26611>

Saputri, I. (2022). Efektifitas Guidad Imagery, Slow deeo breathing dan Aroma mawar untuk mengurangi kecemasan pasien pre operasi. *Jurnal Vokasi Kesehatan*, 8(1), 51–58.

<http://ejournal.poltekkes-pontianak.ac.id/index.php/JVK%0AEFEKTIV ITAS>

Suhermi, S., & Karuniawati, N. (2022). Efektivitas penerapan terapi guided imagery terhadap penurunan kecemasan pasien pre- operas SectioCaesarea. *Jurnal Ilmiah Permas:Jurnal IlmiahSTIKESKendal*, 15(1)

<https://doi.org/10.32583/pskm.v15i1.1517>

Wina Elpiyanti & Lenny Lusiat Simatupang. (2024). Pengaruh teknik relaksasi guided imagery terhadap tingkat kecemasan pasien pre-operasi laparatomy di Murni Teguh Memorial Hospital. *Indonesian Trust Nursing Journal*, 2(2).

<https://doi.org/10.37104/itnj.v2i2.258>

Yunitasari, D., Novitasari, D., & Kurniawan, W. E. (2025). Implementasi guided imagery terhadap penurunan tingkat kecemasan pada pasien pre-operasi denganspinal anestesi. *JurnalAbdi Masyarakat Indonesia*.
<https://doi.org/10.54082/jamsi.213>