

Pengaruh imajinasi terbimbing terhadap tingkat kecemasan pasien pre operasi mastektomi

Aan Andi Rahwando

RSUD Dr. (H.C.) Ir. Soekarno Kabupaten Bangka, Kepulauan Bangka Belitung, Indonesia

Korespondensi: aanrahwando@gmail.com

ABSTRAK

Latar belakang: Mastektomi merupakan tindakan pembedahan yang dapat memicu stres psikologis berupa kecemasan. Tingkat kecemasan yang tinggi menjelang operasi berpotensi mengganggu kestabilan hemodinamik pasien dan berisiko menunda prosedur pembedahan. Salah satu penatalaksanaan non-farmakologis untuk mengatasi kecemasan adalah terapi imajinasi terbimbing (guided imagery). **Tujuan:** Mengetahui pengaruh imajinasi terbimbing terhadap tingkat kecemasan pasien pre operasi mastektomi di Instalasi Bedah Sentral (IBS) RSUD Dr. (H.C.) Ir. Soekarno. **Metode:** Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain Quasi Experiment pendekatan one group pre-post test. Sampel penelitian berjumlah 32 pasien pre operasi mastektomi yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Pengukuran tingkat kecemasan dilakukan menggunakan kuesioner Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS) sebelum dan sesudah intervensi imajinasi terbimbing. Analisis data menggunakan uji Paired Sample t-Test setelah uji normalitas Shapiro-Wilk dipenuhi. **Hasil:** Sebelum dilakukan imajinasi terbimbing, rata-rata skor kecemasan responden adalah 23,41 (kategori kecemasan sedang, 65,6%). Setelah diberikan imajinasi terbimbing, rata-rata skor kecemasan turun menjadi 15,34 (kategori kecemasan ringan, 50,0%). Hasil analisis uji Paired Sample t-Test menunjukkan nilai p-value < 0,001 (p < 0,05). **Kesimpulan:** Terdapat pengaruh yang signifikan pemberian imajinasi terbimbing terhadap penurunan tingkat kecemasan pasien pre operasi mastektomi di IBS RSUD Dr. (H.C.) Ir. Soekarno. Terapi imajinasi terbimbing direkomendasikan sebagai intervensi keperawatan mandiri pra-pembedahan.

KATA KUNCI: Imajinasi Terbimbing; Kecemasan; Mastektomi; Pre Operasi

ABSTRACT

Background: Mastectomy is a surgical procedure that can trigger psychological stress such as anxiety. High preoperative anxiety levels can affect hemodynamics and potentially delay surgery. Guided imagery is a non-pharmacological relaxation technique used to reduce anxiety. **Objective:** To determine the effect of guided imagery on anxiety levels in preoperative mastectomy patients at the Central Surgical Installation (IBS) of RSUD Dr. (H.C.) Ir. Soekarno. **Methods:** This quantitative study used a Quasi-Experimental design with a one-group pre-post test approach. The sample consisted of 32 preoperative mastectomy patients selected using purposive sampling. Anxiety levels were measured using the Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS) questionnaire before and after the intervention. Data were analyzed using the Paired Sample t-Test. **Results:** Prior to guided imagery, the average anxiety score was 23.41 (moderate anxiety, 65.6%). After the intervention, the average score decreased to 15.34 (mild anxiety, 50.0%). Statistical analysis revealed a p-value of < 0.001 (p < 0.05). **Conclusion:** Guided imagery significantly reduces anxiety levels in preoperative mastectomy patients at RSUD Dr. (H.C.) Ir. Soekarno. It is recommended as a non-pharmacological nursing intervention.

KEYWORDS: Anxiety; Guided Imagery; Mastectomy; Preoperative

Copyright © 2026 Journal



This work is licensed under a Creative Commons Attribution Share Alike 4.0 International License

INTRODUCTION

Mastektomi adalah suatu tindakan pembedahan onkologis pada keganasan payudara yaitu dengan mengangkat seluruh jaringan payudara yang terdiri dari seluruh

stroma dan parenkim payudara, areola dan puting susu serta kulit diatas tumornya disertai diseksi kelenjar getah bening aksila ipsilateral level I, II/III tanpa mengangkat muskulus pektoralis mayor dan minor (Salsabella, 2024). Tindakan pembedahan merupakan ancaman potensial maupun aktual pada integritas seseorang yang dapat mengakibatkan reaksi stres fisiologis maupun psikologi (Elpiyanti & Simatupang, 2024).

Berdasarkan angka kejadian gangguan kecemasan praoperasi di Amerika Serikat, yang mencapai 28% atau lebih, wanita lebih berisiko mengalami kecemasan dibandingkan laki-laki. Selain itu, diperkirakan 20% dari populasi dunia mengalami kecemasan sebelum menjalankan operasi, dan data tentang prevalensi kecemasan di Indonesia berkisar antara 9% dan 12% (WHO, 2020). Sekitar 1,2 juta orang, atau 80 persen, mengalami kecemasan sebelum menjalani operasi, menurut penelitian Bahsoan (2015) di ruang perawatan bedah RSUD Prof. Dr. Hi. Aloe Saboe Kota Gorontalo. Menurut penelitian Yuliana & Mirasari (2020), sekitar 80 persen pasien yang akan menjalani operasi mengalami kecemasan.

Keadaan cemas pasien akan berpengaruh kepada fungsi tubuh menjelang operasi. Kecemasan yang tinggi, dapat mempengaruhi fungsi fisiologis tubuh yang ditandai dengan adanya peningkatan frekuensi nadi dan respirasi, pergeseran tekanan darah dan suhu, relaksasi otot polos pada kandung kemih dan usus, kulit dingin dan lembab, peningkatan respirasi, dilatasi pupil, dan mulut kering. Kondisi ini sangat membahayakan kondisi pasien, sehingga dapat dibatalkan atau ditundanya suatu operasi. Akibat lainnya, lama perawatan pasien akan semakin lama dan menimbulkan masalah finansial. Maka, perawat harus mampu mengatasi kecemasan pada pasien, sehingga kecemasan tersebut dapat dikurangi secara efektif (Putri, 2024).

Kecemasan dapat diatasi dengan cara farmakologi dan non-farmakologi. Cara farmakologi yaitu dengan menggunakan obat dengan cara menurunkan fungsi kecemasan, sedangkan cara non-farmakologi salah satunya adalah terapi relaksasi imajinasi terbimbing. Imajinasi terbimbing adalah proses yang memanfaatkan kekuatan pikiran untuk membantu tubuh menyembuhkan diri sendiri dan menjaga kesehatan melalui komunikasi internal tubuh, dengan melibatkan semua indra (visual, sentuhan, penciuman, penglihatan, dan pendengaran). Proses ini menciptakan keseimbangan antara tubuh dan jiwa seseorang. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa imajinasi terbimbing merupakan metode yang menggunakan kekuatan pikiran untuk mengurangi stres serta meningkatkan perasaan tenang dan damai (Winki, 2023). Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh imajinasi terbimbing terhadap tingkat kecemasan pasien pre operasi mastektomi di IBS RSUD Dr. (H.C.) Ir. Soekarno.

METHODS

Design

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan desain Quasi Experiment mengaplikasikan rancangan one group pre-post test design. Penelitian dilaksanakan pada bulan Juli hingga Agustus 2026 di IBS RSUD Dr. (H.C.) Ir. Soekarno.

Research Questions

Apakah ada pengaruh imajinasi terbimbing terhadap tingkat kecemasan pasien pre operasi mastektomi di IBS RSUD Dr. (H.C.) Ir. Soekarno?

Sample and Settings

Populasi penelitian adalah seluruh pasien pre operasi mastektomi dengan rata-rata 46 pasien dalam tiga bulan terakhir. Penentuan sampel menggunakan rumus Slovin dan menghasilkan sampel akhir sejumlah 32 responden yang memenuhi kriteria inklusi (pasien sadar penuh, kooperatif, dan bersedia menjadi responden). 32 responden yang telah terdiagnosis kanker payudara yang akan dilakukan tindakan mastektomi. Kriteria Inklusi dalam penelitian ini adalah: Pasien pre operasi mastektomi,

Pasien yang bersedia menjadi responden, Pasien yang kooperatif dan dalam keadaan sadar penuh. Kriteria eksklusi yang ditetapkan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut: Pasien pre operasi mastektomi yang mengalami komplikasi medis mendadak atau penurunan kondisi fisik yang drastis sebelum pengambilan data dilakukan. Pasien yang menyatakan mengundurkan diri atau membatalkan kesediannya sebagai responden di tengah proses penelitian.

Variables

Variabel independen yang digunakan dalam penelitian ini yaitu imajinasi terbimbing. Sementara Variabel dependen pada penelitian ini adalah kecemasan.

Instruments

Alat atau instrument yang digunakan dalam penelitian ini yaitu: alat tulis, daftar responden, SOP imajinasi terbimbing, lembar observasi dan lembar kuisioner *Hamilton anxiety rating scale* (HARS) yang terdiri dari 14 indikator gejala kecemasan.

Data Collections

Pengukuran pre-test dilakukan 1 jam sebelum operasi. Intervensi imajinasi terbimbing diberikan sesuai SOP selama 10–20 menit. Pengukuran post-test dilakukan setelah pemberian intervensi relaksasi. Langkah-langkah yang dilakukan dalam pengumpulan data adalah sebagai berikut:

1. Peneliti mengurus surat permohonan untuk melaksanakan penelitian ke bagian administrasi di program Studi Keperawatan S1 Universitas Karya Husada Semarang.
2. Setelah mendapatkan surat ijin dari Universitas Karya Husada Semarang, peneliti menyampaikan surat ijin penelitian ke bagian administrasi RSUD Dr. (H.C.) Ir. Soekarno Bangka Belitung.
3. Peneliti akan mengajukan ijin dan kesepakatan kepada responden yang akan dijadikan sampel penelitian dengan memberikan penjelasan dan *informed consent*.
4. Peneliti akan menjelaskan tentang imajinasi terbimbing kepada responden.
5. Kemudian, lakukan penilaian tingkat kecemasan pasien menggunakan *Hamilton anxiety rating scale* (HARS).
6. Lalu berikan imajinasi terbimbing terhadap responden.
7. Setelah itu lakukan penilaian tingkat kecemasan pasien menggunakan *Hamilton anxiety rating scale* (HARS) sesudah diberikan intervensi imajinasi terbimbing.

Data Analysis

Data dianalisis secara univariat (distribusi frekuensi dan tendensi sentral) serta bivariat. Uji normalitas Shapiro-Wilk menunjukkan data berdistribusi normal ($p > 0,05$), sehingga pengujian hipotesis menggunakan uji Paired Sample t-Test dengan taraf signifikansi 95% ($\alpha=0,05$).

Ethical Consideration

Etika penelitian ini diterapkan melalui pemberian informed consent setelah responden memahami tujuan studi dan menyetujui partisipasi, menjaga kerahasiaan identitas (anonymity) serta informasi (confidentiality) dengan pengodean data, menjunjung tinggi keadilan (justice) tanpa membedakan latar belakang responden, mengedepankan kejujuran (veracity) dalam menyampaikan informasi serta prosedur penelitian, dan memastikan penelitian memberi manfaat (beneficence) bagi responden secara optimal.

RESULTS

Karakteristik responden dalam penelitian ini disajikan pada Tabel 1 di bawah ini:

Tabel 1. Karakteristik Responden (n = 32)

Variabel	Kategori	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Usia	Dewasa (18–45 tahun)	13	40,6
	Pra Lansia (45–59 tahun)	15	46,9
	Lansia Awal (>60 tahun)	4	12,5
Pendidikan	SD	6	18,8
	SMP	11	34,4
	SMA	8	25,0
	S1	7	21,9
Pekerjaan	PNS	5	15,6
	Swasta	2	6,3
	Pedagang	4	12,5
	Buruh Harian	3	9,4
	Berkebun	5	15,6
	Penjahit	1	3,1
	Ibu Rumah Tangga (IRT)	12	37,5

Berdasarkan Tabel 1, mayoritas responden berusia Pra Lansia (46,9%), berpendidikan SMP (34,4%), dan bekerja sebagai Ibu Rumah Tangga (37,5%). Seluruh responden berjenis kelamin perempuan (100%).

Tabel 2. Distribusi Skor dan Kategori Kecemasan Sebelum dan Sesudah Intervensi

Variabel	Mean	Std. Deviasi	Min - Max	Kategori Dominan	n (%)
Pre-Test	23,41	3,697	17 – 31	Kecemasan Sedang	21 (65,6%)
Post-Test	15,34	3,451	10 – 23	Kecemasan Ringan	16 (50,0%)

Berdasarkan Tabel 2, sebelum perlakuan sebagian besar pasien mengalami kecemasan sedang (65,6%) dengan rata-rata skor 23,41. Setelah intervensi imajinasi terbimbing, tingkat kecemasan mengalami penurunan dengan kategori terbanyak adalah kecemasan ringan (50,0%) dan rata-rata skor turun menjadi 15,34.

Tabel 3. Pengaruh Tingkat Kecemasan Sebelum dan Sesudah Intervensi (Paired Sample t-Test)

Variabel Intervensi	Mean	Std. Deviasi	p-value
Pre-Test Kecemasan	2,97	0,595	< 0,001
Post-Test Kecemasan	1,69	0,644	

Tabel 3 menunjukkan hasil uji paired sample t-test diperoleh nilai $p < 0,001$ ($p < 0,05$), yang berarti H_0 ditolak dan H_a diterima. Hal ini menunjukkan adanya pengaruh signifikan imajinasi terbimbing terhadap tingkat kecemasan pasien pre operasi mastektomi.

DISCUSSION

Tingkat Kecemasan Sebelum Diberikan Imajinasi Terbimbing

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberikan imajinasi terbimbing, seluruh responden ($n=32$) mengalami kecemasan dengan rata-rata skor HARS sebesar 23,41 (kategori sedang). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian terdahulu bahwa sebanyak 57 responden (55,9%) mengalami kecemasan sedang dimana tingkat kecemasan pada pasien pre operasi yang menggunakan tindakan *subarachnoid block*. Ini disebabkan oleh fakta bahwa setiap pasien yang akan melaksanakan prosedur bedah dan anestesi berpotensi mengalami perasaan cemas. Kekhawatiran yang dirasakan oleh banyak responden disebabkan oleh kurangnya pemahaman atau informasi tentang prosedur operasi dan anestesi yang akan dilaksanakan (Tarigan, 2021). Kondisi ini timbul akibat ancaman pembedahan, ketidakpastian prosedur

anestesi dan operasi, serta kekhawatiran akan komplikasi pasca pembedahan. Perspektif kognitif pasien cenderung memikirkan kemungkinan buruk akibat kurangnya pemahaman klinis, lingkungan rumah sakit yang asing, serta terbatasnya komunikasi terapeutik pra-pembedahan. Kecemasan tak terkelola memicu pelepasan kortisol dan adrenalin yang mengganggu stabilitas fisiologis.

Tingkat Kecemasan Sesudah Diberikan Imajinasi Terbimbing

Hasil penelitian setelah mendapatkan terapi relaksasi imajinasi terbimbing, rata-rata skor kecemasan responden mengalami penurunan menjadi 15,34 (kategori ringan). Hal ini sejalan dengan penelitian lainnya, dimana hasil penelitian kasus menunjukkan adanya penurunan tingkat kecemasan keempat responden setelah menjalani imajinasi yang dipandu selama 10-15 menit. Rerata skor tingkat kecemasan sebelum imajinasi terbimbing adalah 16 yang menurun menjadi 13,5 setelah imajinasi terbimbing dilakukan. Pasien pre operasi yang menerima terapi imajinasi terbimbing rata-rata menunjukkan penurunan tingkat kecemasan yang ditandai dengan berkurangnya 1 skor hampir pada semua pertanyaan, yaitu pertanyaan 1-3 mengenai pembiusan dan 4-6 mengenai pembedahan (Hijriani, 2023). Terapi relaksasi ini bekerja dengan mengaktifkan sistem saraf parasimpatis serta merangsang pelepasan hormon endorfin. Secara psikologis, pembayangan visual yang tenang memindahkan fokus perhatian pasien dari sumber kecemasan/stres ke citra mental yang positif. Hal ini meningkatkan rasa kontrol diri dan memberikan ketenangan emosional.

Pengaruh Imajinasi Terbimbing Terhadap Tingkat Kecemasan

Hasil penelitian menggunakan uji statistik Paired Sample t-Test menunjukkan nilai $p < 0,001$ ($p < 0,05$), yang secara signifikan membuktikan bahwa imajinasi terbimbing efektif menurunkan tingkat kecemasan pasien pre operasi mastektomi di IBS RSUD Dr. (H.C.) Ir. Soekarno. Mekanisme imajinasi terbimbing dalam mengurangi kecemasan pada pasien sebelum operasi dapat diuraikan melalui pendekatan psikologis, khususnya teori kognitif. Kecemasan pada pasien sebelum operasi biasanya disebabkan oleh distorsi kognitif seperti pikiran negatif, kekhawatiran yang berlebihan, dan harapan yang tidak realistis terhadap prosedur yang akan dilakukan. Pasien melalui imajinasi terbimbing dipandu untuk mengubah pola pikir negatif itu dengan citra mental yang lebih menenangkan dan positif. Proses ini berfungsi untuk memindahkan perhatian dari sumber kecemasan, sehingga tingkat kecemasan perlahan-lahan berkurang. Metode ini juga dapat meningkatkan rasa kontrol diri pada pasien, yang merupakan elemen penting dalam mengurangi kecemasan, karena pasien merasa lebih mampu mengatasi situasi yang sebelumnya dianggap berbahaya (Zemla, 2023). Keunggulan metode ini adalah aman, tidak berisiko efek samping farmakologis, mudah diaplikasikan, serta efisien dari segi waktu dan biaya.

Strengths and Limitations

Mengingat jumlah sampel yang lebih kecil dari rencana serta keterbatasan waktu pengambilan data, hasil penelitian ini tidak dapat sepenuhnya digeneralisasikan pada seluruh pasien pre-operasi Mastektomi di tempat lain atau pada waktu yang berbeda. Penelitian selanjutnya disarankan untuk menyesuaikan waktu pengambilan data, memperpanjang periode pengumpulan data, serta melibatkan lebih dari satu tempat penelitian guna memperoleh jumlah sampel yang lebih besar dan representatif, sehingga hasil yang diperoleh dapat lebih akurat dan dapat digeneralisasikan secara luas.

Implications for Practice

Dalam memberikan imajinasi terbimbing sebagai intervensi dalam perawatan terletak pada kemudahan, keamanan, serta efektivitasnya dalam mengurangi kecemasan. Metode ini tidak memerlukan alat khusus, bisa dilakukan dalam waktu yang relatif singkat, dan memiliki risiko efek samping yang sangat rendah dibandingkan dengan intervensi farmakologis. Imajinasi yang terarah memiliki sifat yang adaptif

karena bisa disesuaikan dengan ciri, preferensi, dan keadaan setiap pasien, sehingga meningkatkan penerimaan dan kenyamanan selama intervensi. Keunggulan lain dari teknik ini adalah mendorong partisipasi aktif pasien dalam proses penyembuhan, sehingga meningkatkan perasaan kontrol, rasa percaya diri, serta kesiapan mental sebelum menjalani prosedur pembedahan. Imajinasi yang terarah dalam konteks praktik keperawatan saat ini yang menekankan pendekatan holistik juga merupakan salah satu intervensi yang sangat relevan untuk meningkatkan kualitas layanan dan mendukung hasil pasien secara optimal.

CONCLUSIONS

Terdapat perubahan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah dilakukan teknik relaksasi imajinasi terbimbing yang berarti bahwa ada pengaruh imajinasi terbimbing terhadap tingkat kecemasan pasien pre operasi mastektomi di IBS RSUD DR. (H.C.) Ir. Soekarno. Terapi imajinasi terbimbing direkomendasikan sebagai intervensi keperawatan mandiri pra-pembedahan.

Conflict of Interest Statement

Penulis menyatakan bahwa tidak terdapat konflik kepentingan dalam pelaksanaan dan publikasi penelitian ini.

Funding Source

Penelitian ini tidak menerima pendanaan khusus dari lembaga publik, komersial, maupun nirlaba. Seluruh biaya penelitian ditanggung secara mandiri oleh peneliti.

Author Acknowledgement

Penulis mengucapkan terima kasih kepada pihak RSUD Dr. (H.C.) Ir. Soekarno Provinsi Kepulauan Bangka Belitung, serta seluruh responden yang telah bersedia berpartisipasi dalam penelitian ini.

REFERENCES

- Elpiyanti, W., & Simatupang, L. L. (2024). *PENGARUH TEKNIK RELAKSASI GUIDED IMAGERY TERHADAP*. 2(2), 82–87.
- Elpiyanti, W., & Simatupang, L. L. (2024). Pengaruh Teknik Relaksasi Guided Imagery Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi Laparatomi Di Murni Teguh Memorial Hospital. *Indonesian Trust Nursing Journal*, 2(2), 82-87.
- Febtrina, R., & Febriana, W. (2017). Guided imagery relaxation techniques reduce pain in patients after a heart attack Teknik relaksasi imajinasi terbimbing menurunkan nyeri pada pasien pasca serangan jantung. *Nursing Current: Jurnal Keperawatan*, 5(2), 41-49.
- <https://doi.org/10.5772/intechopen.1008771>
- Hijriani, I., Yulidar, & Luciana, L. (2023). PENERAPAN IMAJINASI TERBIMBING TERHADAP TINGKAT KECEMASAN PADA PASIEN PRE OPERASI Yohanes. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat (JPKM) - Aphelion*, 5(JUNI), 207–212.
- <http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPM>
- Kemendes RI. (2018). *Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Mulyani, N. S., & Nuryani. (2013). *Kanker Payudara dan PMS pada Kehamilan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Notoatmodjo. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta, Jakarta.
- Nursalam. (2020). *Ilmu keperawatan Pendekatan Praktis Nursalam. Ilmu keperawatan Pendekatan Praktis*. <https://www.scribd.com/document/369416381/3-2Metodologi-Nursalam-EDISI-4-21-NOV>
- Nuraini, R., & Ari, O. (2023). ANALISIS FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN TINGKAT KECEMASAN PADA PASIEN PRE OPERASI *Jurnal Kesehatan*

- Akper Kesdam II Sriwijaya Palembang, Volume 12 No. 1, Janua. *Jurnal Kesehatan Akper Kesdam II Sriwijaya Palembang*, 12(1).
- Oktaviani, M., & Nur, H. A. (2019). Pemberian Relaksasi Imajinasi Terbimbing Untuk Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi di Wilayah Puskesmas Jepang Kecamatan Mejobo Kabupaten Kudus. *Jurnal Profesi Keperawatan*, 6(2).
- Putri, N. A. (2024). *ANALISIS TINGKAT ANSIETAS PADA PASIEN PRE OPERASI MASTEKTOMI DENGAN INTERVENSI TERAPI RELAKSASI OTOT PROGRESIF DI RSUD JENDERAL AHMAD YANI KOTA METRO TAHUN 2024* Xvii. 2, 306–312.
- Salsabella, Y.H. (2024). Analisis Tingkat Ansietas Pasien Pre Mastektomi dengan Intervensi Otot Progresif Kombinasi Relaxound di RS Urip Sumoharjo Tahun 2024 (Disertasi Doktor, Poltekkes Kemenkes Tanjungkarang).
- Salsabella, Y. H. (2024). *ANALISIS TINGKAT ANXIETAS PASIEN PRE MASTECTOMY DENGAN INTERVENSI OTOT PROGRESIF KOMBINASI RELAXOUND DI RS URIP SUMOHARJO TAHUN 2024*. 2, 306–312.
- Simanjuntak, C. E. (2025). *Penerapan Guided Imagery Relaxation Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Diruang Fitra Dan Shafa Marwa Rsu Haji Medan Tahun 2025* (Doctoral dissertation, Poltekkes Kemenkes Medan).
- Siregar, M. H. et al. 2021, Metodologi Penelitian Kesehatan. Aceh: Yayasan Penerbit Muhammad Zaini.
- Sulistiyawati, S., Muhith, A., & Mahyuvi, T. (2024). Addressing Anxiety Problems in Hospital Patients with Guided Imagery Therapy: A Systematic Review. *Journal of Applied Nursing and Health*, 6(2), 295–302. <https://doi.org/10.55018/janh.v6i2.258>
- Suparto, M. H., Salam, A. Y., & Roisah, R. (2023). Pengaruh Preoperatif Teaching Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Sectio Caesarea di RSUD Haryoto Lumajang. *Jurnal Berita Kesehatan*, 16(1), 13–21. <https://doi.org/10.58294/jbk.v16i1.114>
- Tarigan. (2021). Gambaran tingkat kecemasan pre operasi pada pasien pembedahan dengan tindakan subarachnoid block. *Skripsi*. https://repository.itekes-bali.ac.id/medias/journal/17D10032_Laura_Melisa_Tarigan.pdf
- Winki, M. H. (2023). *Pengaruh terapi kombinasi imajinasi terbimbing dan musik relaksasi alam terhadap kecemasan pasien kanker* (Doctoral dissertation, Widya Mandala Surabaya Catholic University). <https://doi.org/10.1186/s12888-023-05315-5>
- Yunitasari, D., Novitasari, D., & Kurniawan, W. E. (2025). Implementasi Guided Imagery terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan pada Pasien Pre Operasi dengan Spinal Anestesi. *Jurnal Abdi Masyarakat Indonesia*, 5(6), 2501–2508. <https://doi.org/10.54082/jamsi.2137>
- Zemla, K., Sedek, G., Wróbel, K., Postepski, F., & Wojcik, G. M. (2023). Investigating the Impact of Guided Imagery on Stress, Brain Functions, and Attention: A Randomized Trial. *Sensors*, 23(13), 1–19. <https://doi.org/10.3390/s23136210>