

# Pendampingan Pasien Kanker Melalui Guided Imagery Berbasis Virtual Reality di Yayasan Kanker Indonesia

*Assistance for Cancer Patients Through Guided Imagery Based on Virtual Reality at the Indonesian Cancer Foundation*

Fathiya Luthfil Yumni <sup>1\*</sup>

Ummi Masrufah Maulidiyah <sup>2</sup>

Aswin Rosadi <sup>3</sup>

Firman Firman <sup>4</sup>

<sup>1</sup>Department of Agrotechnology, Universitas Palangka Raya, Palangka Raya, Central Kalimantan, Indonesia

<sup>1,4</sup>Faculty of Health Sciences, Universitas Muhammadiyah Surabaya, Surabaya, East Java, Indonesia

<sup>2</sup>Faculty of Psychology, Universitas Muhammadiyah Surabaya, Surabaya, East Java, Indonesia

<sup>3</sup>Faculty of Engineering, Universitas Muhammadiyah Surabaya, Surabaya, East Java, Indonesia

email: [fathiyaly@um-surabaya.ac.id](mailto:fathiyaly@um-surabaya.ac.id)

## Kata Kunci

Guided Imagery  
Kanker  
Virtual Reality

## Keywords:

Guided Imagery  
Cancer  
Virtual Reality

Received: September 2024

Accepted: November 2024

Published: January 2025

## Abstrak

Kejadian kanker terdapat 19,3 juta kasus baru kanker dan hampir 10 juta kematian akibat kanker di setiap tahunnya. Data dari Globocan kasus baru kanker di Indonesia adalah 396.914 dan dengan kejadian kematian sebesar 234.511, yang berarti meningkat 13,8% dibandingkan penambahan kasus baru di tahun sebelumnya. Prevalensi nyeri kanker dilaporkan sebanyak 51% pada pasien kanker berdasarkan fase penyakitnya dan/atau fase pengobatannya. Pengabdian ini bertujuan untuk memberikan Pendampingan Pasien Kanker Melalui Guided Imagery Berbasis Virtual Reality di Yayasan Kanker Indonesia. Metode pelaksanaan kegiatan, berupa ceramah, diskusi dan praktek. Pelatihan yang dilaksanakan selama 1 hari ini efektif meningkatkan pengetahuan dan efektif meredakan keluhan nyeri dan kecemasan, dibuktikan dengan perubahan signifikan antara perubahan tingkat pengetahuan mengatasi nyeri hasil pretest pengetahuan tinggi 20% kemudian setelah post-test pengetahuan meningkat menjadi 93.33%. Sedangkan hasil pre-test menurunnya gejala kecemasan sebanyak 6.67%, dan setelah post-test pasien tidak cemas meningkat signifikan menjadi 60%. Dengan demikian diharapkan dengan pengetahuan dan tingkat kecemasan yang dimiliki peserta, dapat meredakan keluhan nyeri dan menurunnya gejala kecemasan pasien kanker di yayasan kanker Indonesia.

## Abstract

The incidence of cancer is 19.3 million new cases of cancer and almost 10 million deaths due to cancer every year. According to data from GLOBOCAN, new cases of cancer in Indonesia are 396,914 and the incidence of deaths is 234,511, which means an increase of 13.8% compared to the addition of new cases in the previous year. The prevalence of cancer pain is reported to be 51% in cancer patients based on the phase of the disease and/or the phase of treatment. This service aims to assist cancer patients through virtual reality-based guided imagery at the Indonesian Cancer Foundation. Methods for implementing activities, in the form of lectures, discussions, and practice. The training which was carried out for 1 day was effective in increasing knowledge and effectively reducing complaints of pain and anxiety, as evidenced by significant changes in the level of knowledge of dealing with pain, the results of the pretest knowledge were high at 20%, then after the post-test knowledge increased to 93.33%. Meanwhile, the pre-test results reduced anxiety symptoms by 6.67%, and after the post-test, patients' lack of anxiety increased significantly to 60%. Thus, it is hoped that with the knowledge and level of anxiety that participants have, they can reduce pain complaints and reduce anxiety symptoms in cancer patients at the Indonesian Cancer Foundation.



© 2025 Fathiya Luthfil Yumni, Ummi Masrufah Maulidiyah, Aswin Rosadi, Firman. Published by Institute for Research and Community Services Universitas Muhammadiyah Palangkaraya. This is Open Access article under the CC-BY-SA License (<http://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>). DOI: <https://doi.org/10.33084/pengabdianmu.v10i1.8314>

## PENDAHULUAN

Mitra yang menjadi sasaran pada Program Kemitraan Masyarakat ini adalah Yayasan Kanker Indonesia (YKI), sebuah organisasi yang memiliki jaringan kerja di seluruh provinsi di Indonesia, tepatnya berada di Jl. Mulyorejo Indah I No 8, Mulyorejo, Kota Surabaya, Jawa Timur. Tujuan dibentuknya YKI untuk mengupayakan penanggulangan terhadap kanker

**How to cite:** Saptono, M., Rahayuningsih, S. E. A., Christiana, I., Kusumadati, W., & Nafisah, Z. (2025). Yumni, F. L., Maulidiyah, U. M., Rosadi, A., & Firman. *PengabdianMu: Jurnal Ilmiah Pengabdian kepada Masyarakat*, 10(1), 141-148. <https://doi.org/10.33084/pengabdianmu.v10i1.8314>

dengan melakukan berbagai macam kegiatan di bidang preventif, promotif, serta rehabilitatif. Hal ini didasarkan atas bentuk kepedulian dan keprihatinan terhadap banyaknya penderita kanker serta tingginya angka kematian pada penderita akibat berobat pada stadium lanjut.

Yayasan Kanker Indonesia telah diresmikan pada tanggal 13 juli 2008, pada perjalanannya Yayasan cabang Jawa Timur pernah mengalami vakum pada kegiatan selama 2 periode, setelah dikukuhkan kembali yayasan mulai aktif kegiatan dengan melakukan sosialisasi pada pihak yang terkait dalam penanggulangan kanker di Jawa Timur sesuai dengan visi misinya yaitu meningkatkan kepedulian masyarakat untuk penanggulangan kanker.



Gambar 1. Yayasan Kanker.

Yayasan Kanker ini bersifat penanggulangan dan mencakup banyak aspek kehidupan sehingga bisa dilakukan kerjasama dengan berbagai pihak serta memuntuk jejaring sosial yang mudah diakses oleh masyarakat yang mengalami kanker. yayasan ini memiliki potensi bermitra dengan organisasi, pemerintah, serta masyarakat yang mempunyai tujuan di bidang kesehatan, sosial, serta kemanusiaan untuk membangun kesehatan manusia seutuhnya, dalam mencapai kesejahteraan serta mewujudkan kesehatan masyarakat yang optimal terutama pada masyarakat dengan penyakit kronis seperti kanker. Pada hasil diskusi yang dilakukan terdapat permasalahan yang dihadapi para penderita kanker di yayasan tersebut. Pihak Yayasan menyebutkan kesulitan dalam melakukan pendampingan dan memberi motivasi pada pasien kanker. Akibat kondisi penyakit kronis yang mereka alami, mereka sering mengungkapkan putus asa dan tidak ingin melanjutkan terapi dan pengobatan kanker lagi di Rumah sakit, Kondisi ini bisa berdampak pada menurunnya kualitas hidup, kesejahteraan fisik dan psikologis pasien kanker. Hasil wawancara terdapat dua masalah.

Pertama, masalah kesehatan yang dialami oleh pasien kanker, seperti keluhan nyeri akibat tumor yang menekan saraf di area tubuh yang terkena kanker. Selain itu pasien kanker merasakan efek samping yang sangat berat, dari pengobatan kemoterapi yang selama ini mereka jalani, hal ini disertai dengan kurangnya pengetahuan cara mengatasi nyeri dan efek samping kemoterapi. Ketua Yayasan menjelaskan kesulitan dan belum menemukan metode yang tepat, sebagai terapi modalitas dalam mengatasi permasalahan tersebut. Kedua masalah psikologis yang dialami pasien kanker, seperti kecemasan dan depresi, yang ditandai dengan perasaan putus asa dan kesepian, kurangnya pendampingan dan dukungan dari lingkungan, semakin memperburuk kondisi psikologis mereka. Mitra mengatakan selama ini belum ada layanan psikologis yang secara khusus diberikan pada pasien, padahal pasien kanker membutuhkan dukungan dan motivasi

untuk bisa bangkit menjadi resilience, sehingga mampu melewati berbagai kesulitan yang dialami (Supatni and Yumni 2019).

Dari permasalahan tersebut, tim akan melakukan kegiatan pendampingan dan memuntuk sebuah teknologi atau media inovasi untuk membantu mengatasi permasalahan mitra. Media inovasi berupa VR-Guided Imagery, dimana alat yang digunakan merupakan *Virtual Reality* untuk membantu pasien kanker melakukan self terapi guna mengurangi nyeri dan relaksasi serta bisa mengurangi keluhan efek samping dari kemoterapi. *Guided Imagery* (GI) adalah teknik relaksasi yang melibatkan penggunaan imajinasi untuk menciptakan gambaran mental yang menenangkan dan positif. Teknik ini dapat membantu mengurangi nyeri melalui beberapa mekanisme fisiologis dan psikologis (Cole, 2021). *Guided Imagery* membantu mengalihkan perhatian seseorang dari rasa nyeri ke gambaran yang menenangkan, seperti pantai, taman, atau suasana damai lainnya. Ini mengurangi fokus otak pada sensasi nyeri, sehingga rasa nyeri berkurang. Selain itu *Guided Imagery* dapat merangsang pelepasan endorfin, yaitu yang memiliki sifat penghilang nyeri alami (Pinto *et al.*, 2024).

*Guided Imagery* telah menjadi terapi standar untuk mengurangi kecemasan dapat juga untuk mengurangi nyeri kronis, tindakan operasi yang menimbulkan nyeri, susah tidur, dan menurunkan tekanan darah. terapi ini dapat membangkitkan perubahan neurohormonal dalam tubuh. Hal ini bertujuan untuk membangkitkan keadaan relaksasi psikologis dan untuk meningkatkan perubahan ke seluruh tubuh (Modarresi 2021). *Guided Imagery* adalah suatu metode relaksasi berimajinasi atau membayangkan tempat dan peristiwa yang berhubungan dengan perasaan yang menyenangkan untuk mengurangi stres agar mendapatkan pengaruh fisik, emosional dan spiritual, dengan cara perawat meminta pasien dengan perlahan untuk menutup mata dan memfokuskan nafas, pasien diminta untuk rileks, mengosongkan pikiran dan mengisi pikiran dengan hal-hal atau kejadian yang menurut pasien menyenangkan dan dapat memuntuk rasa tenang (Amir and Rantesigi 2021). Tujuan dari pengabdian masyarakat ini, untuk memberikan Pendampingan Pasien Kanker Melalui *Guided Imagery* Berbasis *Virtual Reality* di Yayasan Kanker Indonesia.

## METODE

Kegiatan pengabdian pada masyarakat ini dilaksanakan pada bulan Agustus 2024 yang berlokasi di Yayasan Kanker Indonesia. Sasaran peserta kegiatan adalah pasien kanker. Pelaksanaan kegiatan ini meliputi memberikan Pendampingan terhadap pasien kanker. Pelaksanaan Pengabdian ini melalui beberapa tahapan meliputi:

**Sosialisasi:** Kegiatan ini diawali dengan sosialisasi rencana kerja tim pengabdian dengan mitra. Tim pengabdian melakukan observasi dan berdiskusi dengan Tn. Adi selaku staf beserta para staf lainnya, untuk menentukan bentuk kegiatan, waktu dan tempat serta menjelaskan rencana tahapan kegiatan yang akan dilaksanakan.

**Persiapan:** Tim pengabdian menyiapkan alat dan bahan yang diperlukan, serta mengatur mengkonfirmasi kembali kehadiran masyarakat dalam kegiatan pengabdian yang sudah dijadwalkan.

**Pelaksanaan Kegiatan:** Kegiatan pelaksanaan kegiatan pelatihan kesehatan meredakan keluhan nyeri dan kecemasan secara langsung dilakukan bersama dengan pasien kanker. Pelaksanaan dilakukan dengan empat sesi yaitu pertama melakukan pre-test, bertujuan untuk mengetahui pengetahuan dan tingkat kecemasan peserta mengenai cara meredakan keluhan nyeri dan menentukan gejala kecemasan, sebelum diberikan pelatihan. Kedua memberikan pelatihan dengan materi tentang Kanker dan psikososial secara umum, penyebabnya dan pencegahannya, ketiga praktek melakukan meredakan keluhan nyeri dan kecemasan, dan keempat, melakukan post-test untuk mengetahui pengetahuan dan tingkat kecemasan peserta setelah diberikan pelatihan.

Evaluasi bertujuan untuk mengukur tingkat pengetahuan dan kecemasan pasien mengenai kegiatan yang dilaksanakan. Evaluasi dilakukan dengan membandingkan tingkat pengetahuan dan kecemasan pada pretest dan *posttest*. Menilai pengetahuan dan tingkat kecemasan pasien dilakukan secara deskriptif terhadap perolehan pengetahuan baik sebelum pelaksanaan kegiatan (*pre-test*) maupun setelah pelaksanaan kegiatan (*post-test*) dan terhadap perolehan menurunnya gejala kecemasan sebelum pelaksanaan kegiatan (*pre-test*) maupun setelah pelaksanaan kegiatan (*post-test*).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

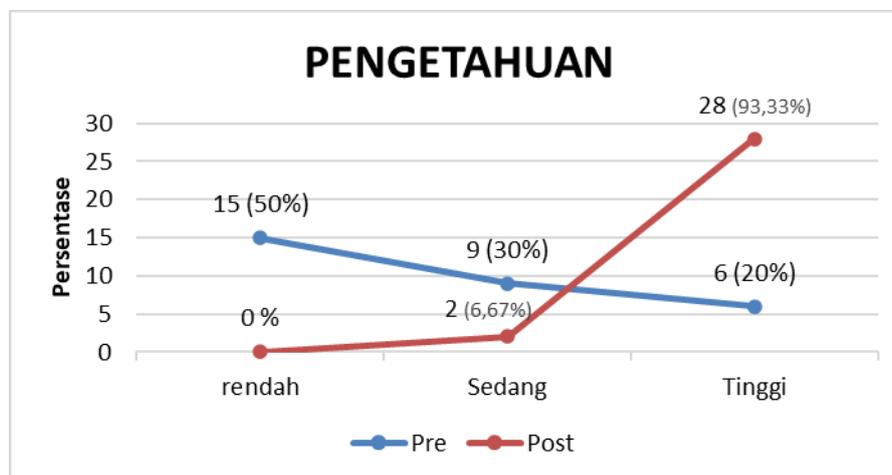
Karakteristik responden berdasarkan usia, pendidikan, status pernikahan, dan pekerjaan

**Tabel I.** Karakteristik responden berdasarkan usia, pendidikan, status pernikahan, dan pekerjaan.

| Usia                     | N  | %    |
|--------------------------|----|------|
| 17-25                    | 1  | 3.3  |
| 26-35                    | 5  | 16.7 |
| 36-45                    | 8  | 26.7 |
| 46-55                    | 16 | 53.3 |
| Jumlah                   | 30 | 100% |
| <b>Pendidikan</b>        |    |      |
| SD                       | 1  | 3.3  |
| SMP                      | 9  | 30   |
| SMA                      | 12 | 40   |
| PT                       | 8  | 26.7 |
| Jumlah                   | 30 | 100% |
| <b>Status Pernikahan</b> |    |      |
| Menikah                  | 28 | 93.3 |
| Janda                    | 2  | 6.7  |
| Jumlah                   | 30 | 100% |
| <b>Pekerjaan</b>         |    |      |
| IRT                      | 12 | 40   |
| PNS                      | 4  | 13.3 |
| Karyawan Swasta          | 14 | 46.7 |
| Jumlah                   | 30 | 100% |

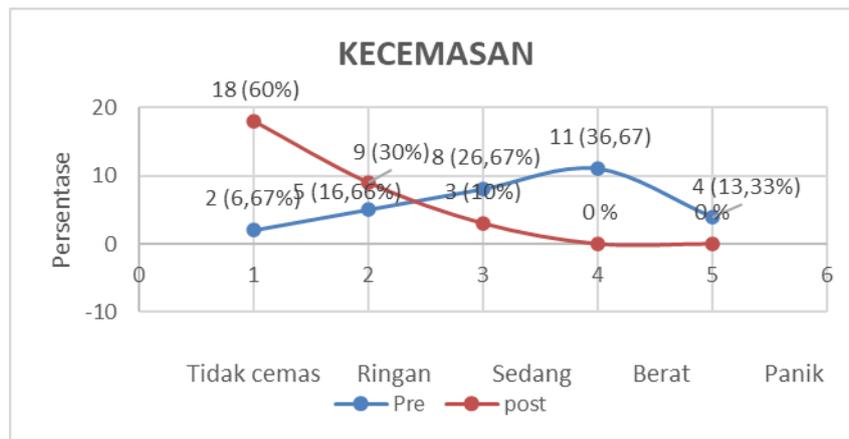
Dari tabel tersebut, menunjukkan bahwa distribusi responden berdasarkan karakteristik kelompok usia Sebagian besar berusia 46-55 tahun sebanyak 16 orang (53.3%), sementara menurut pendidikan responden sebagian besar adalah SMA sebanyak 12 orang (40%), sedangkan status pernikahan responden sebagian besar menikah 28 orang (93.3%). Sementara responden bekerja sebagai karyawan swasta sebanyak 14 orang (46.7%).

Gambaran distribusi pengetahuan hasil Pre-test dan Post-test setelah diberikan penyuluhan melalui *Guided Imagery* berbasis Virtual Reality



**Gambar 2.** Gambaran distribusi tingkat pengetahuan.

Berdasarkan gambar di atas distribusi tingkat pengetahuan mengatasi keluhan nyeri responden hasil Pre-test sebagian besar tingkat pengetahuan rendah sebesar 15 orang (50%). Dan Post-test setelah diberikan penyuluhan melalui *Guided Imagery* berbasis *Virtual Reality* sebagian besar tingkat pengetahuan tinggi sebanyak 28 orang (93.3%). Gambaran distribusi tingkat kecemasan hasil Pre-test dan Post-test setelah diberikan konseling psikologis dengan membentuk pojok konseling



Gambar 3. Gambaran distribusi tingkat kecemasan pasien kanker.

Dan hasil Post-test setelah diberikan konseling psikologis dengan membentuk pojok konseling, mayoritas tingkat kecemasan pasien tidak cemas sebanyak 18 orang (60%).



Gambar 4. Kegiatan penerapan Guided Imagery bersama pasien kanker.

Berdasarkan hasil tingkat pengetahuan mengatasi keluhan nyeri responden hasil Pre-test sebagian besar tingkat pengetahuan rendah sebesar 15 orang (50%). Dan Post-test setelah diberikan penyuluhan melalui Guided Imagery berbasis Virtual Reality sebagian besar tingkat pengetahuan tinggi sebanyak 28 orang (93.3%). Selain itu, distribusi tingkat kecemasan pasien kanker hasil pre-test sebagian besar tingkat kecemasan pasien kecemasan berat sebanyak 11 orang (36.67%). Dan hasil Post-test setelah diberikan konseling psikologis dengan membentuk pojok konseling, mayoritas tingkat kecemasan pasien tidak cemas sebanyak 18 orang (60%).

Guided Imagery (GI) dapat digunakan sebagai alternatif intervensi untuk membantu mengurangi tingkat kecemasan dan nyeri pada pasien kanker, sebab terapi Guided Imagery selain memberikan ialah mempersiapkan mental asal klien. Persiapan mental tadi salah satunya bisa dilakukan melalui pendidikan kesehatan (Health education). Pendidikan kesehatan pada hakikatnya artinya suatu kegiatan untuk memberikan pesan kesehatan pada masyarakat, grup atau individu untuk memperoleh pengetahuan ilmu kesehatan yang baik sehingga, pengetahuan tersebut diharapkan dapat berpengaruh terhadap perubahan perilaku kearah yang lebih baik (Notoatmodjo 2021). Salah satu pendidikan kesehatan yakni penerapan terapi guided imagery. Namun seiring dengan bertambah canggihnya alat inovasi di saat ini

penerapan terapi dalam menurunkan nyeri dapat menggunakan *Guided Imagery* berbasis *Virtual Reality* (Amir *et al.*, 2022).

Saat menggunakan alat *Guided Imagery* seorang pasien akan arahan untuk berimajinasi, menciptakan gambaran mental yang menenangkan dan positif. Teknik ini dapat membantu mengurangi nyeri melalui beberapa mekanisme fisiologis dan psikologis. *Guided Imagery* membantu mengalihkan perhatian seseorang dari rasa nyeri ke gambaran yang menenangkan, seperti pantai, taman, atau suasana damai lainnya. Ini mengurangi fokus otak pada sensasi nyeri, sehingga rasa nyeri berkurang. Selain itu *Guided Imagery* dapat merangsang pelepasan endorfin, yaitu yang memiliki sifat penghilang nyeri alami (Pinto *et al.*, 2024).

Dalam penerapan *Guided Imagery* (GI) pada pasien kanker, sebanyak 30 orang yang mengikuti kegiatan, menunjukkan peningkatan pengetahuan dalam melakukan self therapy pada keluhan nyeri. Dan dari peningkatan pengetahuan tersebut, sebagian besar mengalami penurunan gejala nyeri yang dirasakan oleh responden. Sebab *Guided Imagery* dapat bekerja memberikan stimulasi pada fungsi kognitif, dimana pada saat pasien diajak, untuk memusatkan perhatian pada gambaran yang menyenangkan, seperti suasana pantai atau hutan, mekanisme ini mengurangi aktivitas di jalur saraf, yang memproses nyeri sehingga perhatian teralihkan dari nyeri. Teknik ini juga mengurangi aktivitas di area otak seperti korteks somatosensorik dan amigdala, yang terlibat dalam persepsi nyeri. Saat tubuh rileks maka sistem saraf parasimpatis aktif, selanjutnya akan menekan hormon stres (kortisol), yang sering memperburuk nyeri (Charalambous *et al.*, 2016).

*Guided Imagery* (GI) telah terbukti efektif mengurangi rasa sakit dengan menggabungkan teknik relaksasi, gangguan, dan pembiasaan ulang kognitif. Metode ini dapat menurunkan intensitas nyeri, meningkatkan respons emosional terhadap nyeri, dan, dalam beberapa kasus, mengurangi ketergantungan pada opioid. Tinjauan sistematis terhadap imajinasi terbimbing untuk nyeri kronis non-kanker menyoroti efektivitasnya dalam mengurangi persepsi nyeri dan meningkatkan kualitas hidup secara keseluruhan. Meskipun hasilnya bervariasi tergantung pada jenis nyeri, GI adalah alat yang berharga dalam strategi manajemen nyeri multidimensi, khususnya sebagai terapi komplementer (Charalambous *et al.*, 2016). Terapi imajinasi terbimbing (*guided imagery*) dapat dijadikan salah satu pilihan, sebagai terapi nyeri pada pasien kanker. Teknik ini membantu pasien memvisualisasikan situasi yang menenangkan, mengurangi stres, dan memodulasi persepsi nyeri melalui relaksasi. Penelitian menunjukkan bahwa *Guided Imagery* dapat mengurangi intensitas nyeri akut maupun kronis pada pasien kanker, terutama saat dikombinasikan dengan metode manajemen nyeri lainnya seperti terapi obat. Selain itu, teknik ini juga meningkatkan kualitas hidup pasien dengan mengurangi kecemasan terkait penyakit dan pengobatan (Santana *et al.*, 2023).

Selain itu penerapan *Guided Imagery* juga dapat menurunkan gejala cemas, dibuktikan dari hasil penerapan pada 30 pasien, saat pretest sebagian besar peserta mengalami kecemasan sedang hingga berat sebanyak 11 orang (36,67%) namun setelah diberikan terapi *Guided Imagery* atau imajinasi terbimbing, dari hasil posttest menunjukkan penurunan gejala cemas, dimana sebagian besar responden tidak mengalami cemas sebanyak 18 orang (60%). Hal ini membuktikan bahwa saat pasien melakukan terapi imajinasi terbimbing, Pasien memfokuskan pikiran pada gambaran mental yang menyenangkan, seperti pantai atau pegunungan, mengalihkan perhatian dari kekhawatiran tentang penyakit atau pengobatan, Imajinasi positif menggantikan pikiran-pikiran yang mengkhawatirkan, membantu menciptakan pola pikir yang lebih optimis dan meningkatkan ketahanan emosional (Zemla *et al.*, 2023). Selain itu mengaktifkan sistem saraf parasimpatis, menurunkan hormon stres seperti kortisol, memperlambat detak jantung, dan mengurangi tekanan darah. Teknik ini membantu pasien merasa lebih terkendali terhadap kondisi mereka, mengurangi perasaan ketidakberdayaan yang sering memicu kecemasan. Penggunaan *Guided Imagery* secara konsisten dapat melatih otak untuk memperkuat jalur neural yang terkait dengan ketenangan, dan mengurangi kecenderungan untuk mengalami kecemasan (Santana *et al.*, 2023).

Seorang pasien kanker yang mengalami keluhan nyeri dan kecemasan, dapat kita atasi dengan berbagai cara. Individu akan berperilaku untuk mencari pengobatan apabila ia merasa rentan terhadap suatu masalah. Hal ini berlaku juga bagi pasien kanker dimana pasien akan mencari pengobatan untuk menurunkan nyeri dan akan butuh dukungan secara psikologis agar nyeri yang mereka rasakan tidak meningkat karena apabila nyeri ringan yang dirasakan pasien tidak segera diatasi dapat menyebabkan nyeri sedang begitupun dengan nyeri sedang dapat berakibat menjadi nyeri berat sehingga

akan memuntuk kualitas hidup pasien akan memburuk (Sulastri *et al.*, 2024). Selain itu pasien yang mengalami rasa cemas yang berlebihan dapat mengakibatkan stres berat hingga depresi, maka dari itu kita perlu memberikan perhatian dan dukungan salah satunya dengan membantu memberi terapi Guide Imagery pada pasien kanker, agar pasien tidak mengalami masalah psikososial yang akan memperburuk kehidupan pasien dan hilangnya rasa percaya diri pada diri mereka.

## KESIMPULAN

Dari hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dapat disimpulkan, bahwa dengan memberikan pendidikan kesehatan melalui *Guided Imagery* berbasis *Virtual Reality* untuk memberikan pendampingan pada pasien kanker. Penerapan pendidikan kesehatan melalui *Guided Imagery* berbasis *Virtual Reality* efektif meredakan keluhan nyeri dan kecemasan, dibuktikan dengan perubahan signifikan antara perubahan tingkat pengetahuan mengatasi nyeri hasil pretest pengetahuan tinggi 6 orang (20%), kemudian setelah post-test pengetahuan meningkat menjadi 28 orang (93.33%). Sedangkan hasil pre-test menurunnya gejala kecemasan, dari total sampel yang tidak mengalami kecemasan hanya sebanyak 4 orang (6.67%), dan setelah post-test pasien menjadi tidak cemas meningkat signifikan menjadi 18 orang (60%).

## UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada DRTPM Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia, yang telah memberikan bantuan pendanaan kegiatan pengabdian ini, LPPM Universitas Muhammadiyah Surabaya yang telah memberikan pendampingan dan mendukung pelaksanaan kegiatan pengabdian ini, sehingga dapat dilaksanakan dengan baik.

## REFERENSI

- Amir, A, and Rantesigi, N. (2021). "Pengaruh Aromaterapi Lemon Dan *Guided Imagery* Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Pasien Dengan Fraktur Ekstremitas." *Madago Nursing Journal* 2(1):9-14. <https://doi.org/10.33860/mnj.v2i1.441>
- Amir, N, Saleh, A, and Said, S. (2022). "*Guided Imagery* to Improve Mental Health in Cancer Patients with Chemotherapy: Literature Review." *Jurnal Keperawatan Komprehensif* 8(1).
- Charalambous, A., Giannakopoulou, M., Bozas, E., Marcou, Y., Kitsios, P., & Paikousis, L. (2016). *Guided Imagery* and progressive muscle relaxation as a cluster of symptoms management intervention in patients receiving chemotherapy: A randomized control trial. *PLoS ONE*, 11(6), 1-18. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0156911>
- Cole, L. (2021). The Impact of *Guided Imagery* on Pain and Anxiety in Hospitalized Adults. *Pain Management Nursing*, 22(4), 465-469. <https://doi.org/10.1016/j.pmn.2021.02.007>
- Modarresi, S. (2021). "Chronic Pain Following Musculoskeletal Injuries: Where Do Familial Factors, Depression, and Distress Fit In." The University of Western Ontario (Canada).
- Notoatmodjo, S. (2021). "Ilmu Perilaku Kesehatan." Rineka Cipta. Jakarta.
- Pinto, B. M., Tavares, I., & Pozza, D. H. (2024). Enhancing Chronic Non-Cancer Pain Management: A Systematic Review of Mindfulness Therapies and *Guided Imagery* Interventions. *Medicina (Lithuania)*, 60(5). <https://doi.org/10.3390/medicina60050686>

- Santana, E. de O., Silva, L. D. S., da Silva, L. A. A., Lemos, J. L. de A., Marcondes, L., Guimarães, P. R. B., & Kalinke, L. P. (2023). Effect of *Guided Imagery* relaxation on anxiety in cervical cancer: randomized clinical trial. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 76(5), 1-7. <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2021-0874>
- Sulastri, Erika, K. A., & Rachmawaty, R. (2024). Efektivitas Teknik *Guided Imagery* Dalam Menurunkan Nyeri Terhadap Kadar Endofrin Pada Pasien Breast Cancer. *Jurnal Keperawatan*, 17, 153-164.
- Supatni, and Yumni, F. L. (2019). "Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Harga Diri Pada Pasien Kanker Serviks Yang Menjalani Kemoterapi Di Ruang Merak RSUD Dr. Soetomo Surabaya." *Jurnal Kajian Komunikasi* 6(1):51-63.
- 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>