

**PENERAPAN TEKNIK IMAJINASI TERBIMBING (*GUIDED IMAGERY*)  
TERHADAP PENURUNAN TINGKAT ANSIETAS PADA PASIEN  
DENGAN DIABETES MELITUS TIPE II DI RUANG JIMBARAN RSUD  
DR. SAIFUL ANWAR KOTA MALANG**

Kurnia Zuhrufa<sup>1</sup>, Eddi Sudjarwo<sup>2</sup>  
Program Studi Pendidikan Profesi Ners, Jurusan Keperawatan,  
Poltekkes Kemenkes Malang  
Email : [kurniazuhrufa17@gmail.com](mailto:kurniazuhrufa17@gmail.com)

**ABSTRAK**

Pasien dengan Diabetes Melitus Tipe II rentan mengalami ansietas akibat perubahan kondisi kesehatan, tuntutan pengobatan jangka panjang, serta kekhawatiran terhadap komplikasi penyakit. Ansietas yang tidak tertangani dapat memengaruhi kondisi fisiologis, psikologis, kepatuhan terhadap pengobatan, dan kualitas hidup pasien. Penelitian ini bertujuan mengidentifikasi penerapan teknik *Guided Imagery* terhadap tingkat ansietas pada pasien Diabetes Melitus Tipe II. Penelitian ini menggunakan desain studi kasus dengan satu subjek yang mengalami ansietas sedang berdasarkan instrumen *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS). Data dikumpulkan melalui wawancara, observasi, pemeriksaan fisik, dan pengukuran tingkat ansietas menggunakan HARS. Intervensi diberikan selama lima hari yang terdiri atas satu hari pembinaan hubungan saling percaya (BHSP) dan empat sesi terapi *Guided Imagery*. Hasil studi menunjukkan penurunan tingkat ansietas dari skor 25 (ansietas sedang) menjadi 14 (ansietas ringan). Selain itu, terjadi perbaikan tanda dan gejala ansietas berupa berkurangnya rasa khawatir, perilaku gelisah, gangguan tidur, serta meningkatnya kemampuan pasien dalam mengendalikan pikiran negatif. Penerapan teknik *Guided Imagery* menunjukkan adanya penurunan tingkat ansietas pada pasien Diabetes Melitus Tipe II sehingga dapat menjadi salah satu alternatif intervensi keperawatan *nonfarmakologis* dalam mengatasi ansietas.

**Kata Kunci:** Ansietas, *Guided Imagery*, Diabetes Melitus Tipe II.