

PENGARUH *GUIDED IMAGERY* TERHADAP TINGKAT KECEMASAN MAHASISWA KEPERAWATAN SEMESTER 1 DALAM MENGHADAPI *OBJECTIVE STRUCTURE CLINICAL EXAMINATION*

Yeni Nur Rahmayanti^a, Yeni Ambarsari^a, Pipi Anonyma^b

^{ab}STIKes Mitra Husada Karanganyar. Jalan Brgjen Katamso barat. Karanganyar. Indonesia

^bAKPER patria Husada Surakarta. Jalan Sumpah Pemuda No.58. Surakarta. Indonesia

Email : yeninur2004@gmail.com

Abstrak

Ujian *Objective Structure Clinical Examination* (OSCE) menimbulkan ketakutan seperti kecemasan, ketegangan, gelisah, sulit berkonsentrasi dan gangguan pencernaan. Sebuah studi pendahuluan melibatkan 20 mahasiswa keperawatan semester 1 yang menunjukkan bahwa mahasiswa tidak mengetahui ujian OSCE yang digunakan untuk menggambarkan tingkat kecemasan mereka. Upaya untuk mengurangi rasa cemas tersebut adalah dengan melakukan *guided imagery* yang dipadukan dengan alat musik klasik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *guided imagery* terhadap tingkat kecemasan mahasiswa keperawatan semester 1 yang menghadapi OSCE. Dalam penelitian ini, metode *quasy eksperiment* dengan rancangan pretest-posttest control group design. Sampel penelitian adalah 32 mahasiswa dan menggunakan teknik Sampel Random Sampling. Hasilnya terdapat perbedaan rata-rata tingkat kecemasan pada kelompok eksperimen pretest sebesar 62,19 dan posttest sebesar 54,88. Rerata kelompok kontrol adalah pretest 62,50 dan posttest 63,00. Signifikansi *guided imagery* dalam menurunkan tingkat kecemasan adalah 0,00 atau $p < 0,05$. Oleh karena itu, disimpulkan terdapat Pengaruh *Guided Imagery* terhadap tingkat kecemasan mahasiswa keperawatan semester 1 dalam menghadapi OSCE.

Kata kunci: *Guided Imagery*, tingkat kecemasan, OSCE

Abstract

The Objective Structure Clinical Examination (OSCE) exam raises fears such as anxiety, tension, restlessness, difficulty concentrating and indigestion. A preliminary study involving 20 first semester nursing students showed that they were not aware of the OSCE exam used to describe their level of anxiety. An effort to reduce this anxiety is to do Guided Imagery combined with classical musical instruments. The aim is to determine the effect of guided imagery on the anxiety level of first semester nursing students who are facing OSCE. In this study, the Quasy Experiment method was used with a pretest-posttest control group design. The research sample was 32 students and used the Random Sampling technique. The result is that there is a difference in the average level of anxiety in the experimental group pretest of 62.19 and posttest of 54.88. The mean of the control group was 62.50 pretest and 63.00 posttest. The significance of Guided Imagery in reducing anxiety level is 0.00 or $p < 0.05$. Therefore, it can be concluded that there is an effect of Guided Imagery on the anxiety level of semester 1 nursing students in dealing with OSCE.

Keywords: *Guided Imagery, Anxiety level, OSCE*

I. PENDAHULUAN

Reaksi kegelisahan atau perasaan takut yang berlebihan disertai dengan emosional yang kuat mengenai suatu hal yang dianggap membahayakan hidup. Reaksi umum terhadap penyakit karena penyakit dianggap sebagai ancaman bagi kehidupan, kesehatan, dan integritas tubuh (Umi, 2022). Rikesdas 2018 provinsi jawa tengah menyatakan tercatat sejumlah 7,71% usia remaja

mengalami kecemasan atau ansietas kemudian prevalensi kecemasan mengalami peningkatan dari tahun 2013 terdapat sebanyak 4,7% dari hasil tersebut peningkatan kecemasan mencapai 3,01% sedangkan kota Semarang memiliki prevalensi tingkat kecemasan adalah sebesar 5,8% di provinsi jawa tengah gangguan kecemasan tertinggi yaitu di kota Jepara sebesar 12,77% serta angka kecemasan

terendah terjadi di kota Grobogan adalah sejumlah 4%.

Faktor yang mempengaruhi adalah internal (dalam diri individu) yang meliputi keadaan fisik dan mental siswa, dan eksternal yang meliputi faktor lingkungan. Banyak dari hal-hal tersebut dapat berupa tugas dan tugas perlu diselesaikan siswa, dengan tantangan dan persyaratan seperti tugas, laporan, syarat dan ujian. (Yudha, 2023). Ada berbagai jenis ujian: ujian tertulis, yang terdiri dari serangkaian pertanyaan tertulis, pertanyaan atau tugas dan jawaban dalam bentuk tertulis, dan ujian praktik, yaitu ujian yang dirancang untuk menilai pembelajaran praktis yang disebut OSCEs (Objectively Structured Clinical) (Asmara, 2016). OSCE adalah penilaian yang digunakan untuk menilai kompetensi klinis secara objektif di sekolah kedokteran dan pengaturan kesehatan. Salah satunya adalah program studi (program pendidikan keperawatan) yang dinilai bermanfaat untuk menilai keterampilan dan pengetahuan mahasiswa. dapat menawarkan siswa pengalaman belajar yang inovatif. OSCE berdampak positif pada kepercayaan diri siswa (97,1%), keterampilan ujian OSCE (98,8%), pengetahuan teori (97,7%) dan keterampilan motivasi perawat (Pugh, D, et al. 2013). Menurut Orange et al. 11,6% siswa tidak melaksanakan OSCE pada tahun 2012. Eswi et al. ditemukan pada tahun 2013 bahwa 20% siswa mengalami stres berat selama ujian OSCE, sedangkan Pugh, D. et al. 2013 menemukan bahwa 73,6% siswa mengalami kecemasan dan gangguan selama ujian OSCE.

Ujian OSCE dilaksanakan dan dihentikan ketika para siswa mendengar bunyi bel tanda. Selama ujian berlangsung, mahasiswa dan penguji tidak diperkenankan berbicara. Peraturan yang ketat membuat siswa merasa panik dan cemas (Rohmawati, 2016). Dalam pelaksanaan OSCE dilaksanakan pada akhir semester genap di laboratorium yang terdiri dari beberapa station sesuai dengan keahlian yang berbeda dan waktu ujian untuk setiap skill adalah 5-10 menit (Suyanto, 2018).

Hasil studi pendahuluan oleh peneliti di STIKes Mitra Husada pada mahasiswa

semester I prodi Keperawatan, dari 35 menunjukkan bahwa mahasiswa dilakukan pada semester I prodi Keperawatan STIKes Mitra Husada menggunakan metode wawancara didapatkan 20 mahasiswa semua mengatakan belum mengetahui OSCE. Hal dapat digambarkan adanya kecemasan pada diri mahasiswa semester 1 saat akan menghadapi OSCE yang diselenggarakan dari kampus karena belum mengetahui gambaran tentang ujian OSCE tersebut. Ujian OSCE dapat menyebabkan kecemasan, untuk mengurangi kecemasan tersebut ada beberapa teknik relaksasi, teknik relaksasi otot, teknik relaksasi pernapasan dan, teknik *Guided Imagery* (Imajinasi Tertimbang). Dalam penelitian saat dilakukan *Guided Imagery* dibantu dengan instrument musik klasik (Elisbeth et al, 2019). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *guided imagery* terhadap tingkat kecemasan mahasiswa keperawatan semester 1 yang menghadapi OSCE

II. LANDASAN TEORI

Kecemasan adalah perasaan khawatir atau takut yang samar-samar disertai dengan respons otonom. Rasa Ini adalah tanda kewaspadaan yang mengingatkan individu akan adanya bahaya dan kemampuan mereka untuk bertindak dalam menghadapi ancaman (Amin & Hardhi, 2016).

Tanda dan gejala kecemasan adalah penyakit mental dan fisik seperti ketakutan, kecemasan, perasaan buruk, ketakutan akan pikiran sendiri, mudah terganggu, stres, gelisah, Gangguan konsentrasi dan daya ingat (Utami & Astuti, 2019).

Guided Image Therapy adalah relaksasi membayangkan atau mengimajinasikan tempat dan kejadian yang menghubungkan pada perasaan yang menyenangkan. Relaksasi tersebut juga merangsang hormon endorfin sehingga akan melakukan blocking atau menggantikan ketegangan otot dan ketidaknyamanan yang dirasakan (Febtrina and Febriana, 2017). Teknik *guided imagery* untuk melakukan pengobatan dengan membayangkan atau memvisualisasikan diawali secara umum pasien menutup mata secara pelan dan fokus

pada penerapannya untuk mendorong klien rileks. Bersihkan pikiran Anda dan isi dengan gambar untuk menciptakan kedamaian dan ketenangan (Grocke, D. & Moe, 2015). Peneliti tertarik untuk meneliti tentang Pengaruh Guided Imagery Terhadap Tingkat Kecemasan Tingkat Keperawatan Semester 1 Dalam Menghadapi OSCE. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui apakah pengolahan citra terbimbing sebelum dan sesudah ujian berpengaruh terhadap tingkat kecemasan perawat semester 1 tentang perlakuan OSCE.

III. METODE PENELITIAN

Rancangan yang digunakan adalah *pretest-posttest with control group design*. Jenis penelitian kuantitatif. Populasi sebanyak 43 orang, dan total sampel pada penelitian ini sebanyak 32 orang. Sampel dibagi menjadi dua kelompok yaitu setiap 16 responden untuk kelompok perlakuan (eksperimen) dan kontrol. Kriteria sampel mahasiswa Tingkat I dan baru pertama kali ujian OSCE.

Teknik pengambilan sampel dengan Simple Random Sampling. Variable independent yaitu *Guided Imagery*. Serta variabel dependen yaitu tingkat kecemasan. Alat ukur penelitian ini adalah lembar kuesioner *Nursing Skills Test Anxiety Scale* (NSTAS) 20 soal. Reliabilitas kuesioner *Nursing Skills Test Anxiety Scale* (NSTAS) dengan responden mahasiswa ilmu keperawatan berkisar 0,77 dan validitas *critical ration* nya ($CR > 4$) 9,58-17,74.

Analisa univariat untuk melihat distribusi tingkat kecemasan sebelum dan sesudah pada kelompok intervensi dan kontrol. Sedangkan analisa bivariat untuk melihat pengaruh *Guided Imagery* terhadap tingkat kecemasan mahasiswa keperawatan semester 1 menjelang OSCE. Uji yang digunakan analisa uji *Independent T-test*. Di lakukan uji etik di STIKes Mitra Husada Karanganyar

IV. HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Analisis Univariat

Table 3.1 Distribusi frekuensi tingkat kecemasan pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol

Tingkat kecemasan	Eksperimen				Kontrol			
	Pre		Post		Pre		Post	
	F	%	F	%	F	%	F	%
Normal	0	0	0	0	0	0	0	0
Ringan	0	0	16	100	0	0	0	0
Sedang	16	100	0	0	16	100	16	100
Berat	0	0	0	0	0	0	0	0
Total	16	100	16	100	16	100	16	100

Tabel 1. menunjukkan distribusi tingkat kecemasan *pre test* kelompok eksperimen tingkat sedang (100%) dan *post test* kelompok eksperimen menunjukkan tingkat ringan (100%). Sedangkan distribusi kecemasan *pre test* dan *post test* kelompok kontrol menunjukkan tingkat sedang (100%).

B. Analisa Bivariat

Perbedaan rata-rata tingkat kecemasan pre test dan post test

Tabel 2. Perbedaan rata-rata tingkat kecemasan pre test dan post test dilakukan *Guided Imagery* pada kelompok eksperimen

Kelompok	Min-Max	Mean-SD	P Value
Eksperimen			
Pre test	60-66	62,19-1,83	0,00
Post test	52-58	54,88-1,78	

Tabel 2. menunjukkan hasil *Paired Sampel T test* sampel berpasangan yang membandingkan tingkat kecemasan pretest dan posttest dilakukannya uji kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Hasil perbandingan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah dilakukan tes pada kelompok eksperimen menunjukkan bahwa rata-rata tingkat kecemasan kelompok intervensi sebelum dan sesudah dibimbing citra adalah 62,19 sebelum perlakuan dan 54,88 setelah perlakuan. ditunjukkan sebelum dan sesudah perlakuan pada kelompok intervensi value = 0,00 atau $\rho < 0,05$ artinya ada pengaruh yang signifikan terhadap perubahan tingkat kecemasan kelompok eksperimen. Hasil yang didapatkan pada distribusi tingkat kecemasan *guided imagery* menunjukkan

Mean tingkat kecemasan kelompok intervensi 16 responden adalah 62,19, dengan tingkat kecemasan sedang, sedangkan Mean tingkat kecemasan kelompok kontrol sebelum dan 16 responden *guided imagery* adalah 62,50 dengan tingkat kecemasan sedang. Hal ini sejalan dengan teori kecemasan individu yang biasanya dipengaruhi faktor kecemasan yaitu luar dan dalam (Untari & Rohmawati, 2014). Penelitian ini menunjukkan banyak siswa mengalami kecemasan dengan rentang cemas sedang.

Perbedaan rata-rata diuji menggunakan uji statistik *Paired Sampel T-test* yang tersaji dalam tabel 3. berikut:

Tabel 3. Perbedaan rata-rata tingkat kecemasan pre test dan post test tidak dilakukan *Guided Imagery* pada kelompok kontrol.

Kelompok	Min-Max	Mean-SD	P Value
Kontrol			
Pre test	60-68	62,50-2,22	0,46
Post test	60-68	63,00-1,93	

Berdasarkan tabel 3. menunjukkan hasil perbandingan tingkat kecemasan *pre test* dan *post test* pada kelompok kontrol menunjukkan bahwa rata-rata tingkat kecemasan sebelum sebesar 62,50 dan sesudah 63,00 dari hasil Uji *Paired Sampel T Test* didapatkan ρ -Value = 0,46 atau $\rho > 0,05$ artinya tidak ada pengaruh yang signifikan terhadap perubahan tingkat kecemasan pada kelompok kontrol.

Rerata tingkat kecemasan kelompok kontrol sebelum 62,50 dan setelah 63,00, menunjukkan bahwa tidak terdapat pengaruh signifikan antara pre dan post-test kelompok kontrol dan intervensi karena kelompok kontrol tidak mendapatkan tindakan visualisasi terbimbing maupun terapi lain yang dapat menurunkan tingkat kecemasan, sedangkan rerata tingkat kecemasan pada kelompok eksperimen setelah dilakukan 5 kali visualisasi terbimbing dalam waktu 10 menit selama 5 hari memiliki rata-rata tingkat kecemasan sebesar 54,88 dengan tingkat kecemasan ringan. S. Hal ini menunjukkan bahwa rata-rata tingkat kecemasan 62,19 turun menjadi 54,88 sebelum dilakukan *Guided Imagery*. Hasil uji t-berpasangan menunjukkan hasil menunjukkan adanya perbedaan rerata yang

signifikan pada hasil sebelum dan sesudah perlakuan pada kelompok eksperimen dengan nilai $\rho = 0,00$ atau $\rho < 0,05$ yang berarti bahwa hasil taraf pada kelompok eksperimen memiliki efek yang signifikan pada kecemasan. Novarenta, Affan, juga pernah melakukan penelitian tentang *guided imagery* untuk tingkat kecemasan. Hasil relaksasi tahun 2013 pada 42 responden eksperimen dan kontrol berpengaruh terhadap penurunan kecemasan pada pasien katarak pra operasi. Studi ini menunjukkan jika kelompok intervensi mengalami penurunan tingkat kecemasan setelah menerima bimbingan citra dengan musik klasik. Hal ini sesuai dengan penelitian Suhesty (2017). Subjek yang mendapatkan pelatihan *guided imagery* mengalami ketakutan akan masa depan di kalangan remaja di Panti Asuhan Asih Manutung Samarinda.

Pengaruh diuji menggunakan uji statistik Independen T-test yang tersaji dalam tabel 4. Berikut:

Tabel 4. Hasil *Independen Sampel T Test* pengaruh *Guided Imagery* terhadap tingkat kecemasan mahasiswa keperawatan semester I dalam menghadapi OSCE

	Min-Max	Mean-SD	P Value
Eksperimen			
Pre test	60-66	62,19-1,83	0,00
Post test	52-58	54,88-1,78	
Kontrol			
Pre test	60-68	62,50-2,22	
Post test	60-68	63,00-1,93	

Hasil pada tabel 4. menunjukkan bahwa hasil Uji *Independen T Test* adalah ρ -Value 0,00 atau $\rho < 0,05$ hal ini berarti terdapat pengaruh *Guided Imagery* terdapat tingkat kecemasan mahasiswa keperawatan semester I menjelang OSCE dapat diartikan ada perbedaan penurunan kecemasan sebelum dan setelah diberikan *Guided Imagery* selama 4 kali 10 menit dalam 4 hari dalam 1 bulan pada kelompok eksperimen didapatkan nilai minimum tingkat kecemasan sebelum dilakukan *Guided Imagery* adalah 60 dan nilai maksimumnya 66, setelah dilakukan *Guided Imagery* nilai minimum menjadi 52 dan nilai maksimumnya 58, ini menunjukkan bahwa penurunan kecemasan.

Hasil uji *Independent T Test* pada kelompok eksperimen dan kontrol menunjukkan nilai ρ -Value 0,00 atau $\rho < 0,05$ ini berarti hipotesis alternatif (H_a) diterima, yang artinya ada pengaruh *Guided Imagery* terhadap tingkat kecemasan mahasiswa semester I dalam menghadapi OSCE.

Perbedaan tingkat kecemasan kelompok eksperimen pada pre-test dan post-test melalui independent t-test menunjukkan nilai $\rho = 0,00$, bahwa *guided imagery* dapat menurunkan kecemasan ujian OSCE. Independent sample test ρ value = $0.00 < 0.05$, maka dapat disimpulkan bahwa uji hipotesis alternatif H_a (diterima) ada pengaruh *guided imagery* terhadap tingkat kecemasan mahasiswa keperawatan pra OSCE semester pertama. Pietra (2019) yang menjelaskan bahwa temuan tersebut dapat menurunkan tingkat kecemasan pada siswa yang mengalami aktivitas musik. Hasil tersebut menunjukkan bahwa pemberian terapi terbimbing melalui musik klasik dapat menurunkan kecemasan siswa yang mengikuti OSCE.

Melalui teknik citra terpandu dan mendengarkan musik, kecemasan dapat dilawan dengan banyak cara. Dengan pikiran santai, mendengarkan musik juga dapat mengobati kecemasan. Terapi musik adalah salah satu pengobatan untuk stres dan kecemasan (Kharinda, 2021). Terapi musik klasik memberikan relaksasi, menciptakan rasa aman dan sejahtera, serta mengurangi tingkat kecemasan (Kim, 2017). Manfaat *guided imagery* adalah tindakan untuk mengelola kecemasan, stres dan nyeri (Smeltzer & Bare, 2002, Utami & Astuti, 2019). Terapi terbimbing menekan perasaan cemas dengan menciptakan rasa nyaman dan rileks, disertai dengan positive imagery untuk merangsang peningkatan kadar endorfin dalam tubuh dan menurunkan ACTH. Sehingga dapat menurunkan hormon kortisol dan mengurangi kecemasan (Guyton dan Hall, 2012). Sebuah studi oleh Daryanto (2016) menunjukkan bahwa gambar yang dipandu efektif dengan $\rho = 0,00 < 0,05$ yang berarti berpengaruh signifikan terhadap penurunan tingkat kecemasan siswa. Berdasarkan yang dilalukan Hidayat (2017), menunjukkan bahwa tingkat kecemasan pada

kelompok perlakuan menurun secara signifikan ($\rho=0,00$) setelah dilakukan terapi relaksasi progresif.

V. KESIMPULAN

Pada penelitian ini, peneliti menyimpulkan bahwa Uji *Independent Samples Test* ρ -Value= $0,00 < 0,05$, maka dapat disimpulkan uji hipotesis alternatif H_a diterima terdapat pengaruh *Guided Imagery* terhadap tingkat kecemasan pada mahasiswa keperawatan semester I dalam menghadapi OSCE.

DAFTAR PUSTAKA

- Amin Huda, Hardhi Kusuma. 2016. Asuhan Keperawatan Praktis Berdasarkan Penerapan Diagnosa Nanda, Nic, Noc Dalam Berbagai Kasus. Jogjakarta: Mediation
- Amir, D. P., Iryani, D., & Isona, L. (2016). Hubungan Tingkat Kecemasan dalam Menghadapai Objective Structured Clinical Examination (OSCE) dengan Kelulusan OSCE pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Andalas. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 5(1)
- Anis Nurhidayanti, S. S. T., & Kes, M., 2016 Pengaruh Terapi *Guided Imagery* Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Pre Bedah Operasi Mayor Di Ruang Bedah RSUD Karanganyar.
- Antoro, B., & Amatria, G. (2018). Pengaruh Teknik Relaksasi *Guided Imagery* terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Preoperasi Katarak. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 13(2), 239-243.
- Asmara, R. (2016). *Revista Brasileira de Ergonomia*, 3(2), 80–91.
- Daryanto. (2016). *Media Pembelajaran*. Yogyakarta : Penerbit Gava Media
- Elisbeth, R., Erda, R., Alba, A.D., & Yunaspi, D (2019). Pengaruh Pemberian Terapi Musik Klasik Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Dalam Menyelesaikan Tugas Akhir di STIKes Mitra Bunda

- Persada Batam Tahun 2017. Prosiding SainsTekKes, 1, 23-30.
- Eswi, A, Badawy, A.S & Shaliabe, H. 2013. OSCE in maternity and community health nursing: Saudi nursing student's perspective. *American Journal of Research Communication*, Vol.1, No.3, 143-162.
- Febtrina, R. and Febriana, W. (2017) 'Teknik Relaksasi Imajinasi Terbimbing (Guided Imagery) Menurunkan Nyeri Pasien Pasca Serangan Jantung', *Nursing Current*, 5(2), pp. 41–49.
- Grocke, D. & Moe, (2015). *Guided imagery & Music (GIM) and Music Imagery Methods for Individual and Group Therapy*. London: Jessica Kingsley Publisher
- Guyton A.C., Hall J.E., 2012. *Buku ajar fisiologi kedokteran*. Edisi 11. Jakarta : Penerbit Buku Kedokteran EGC.H
- Hidayat, A. A. (2017). *Metode Penelitian Keperawatan dan Kesehatan*. Jakarta: Salemba Medika
- Kharinda A, F. (2021) Pengaruh Terapi Guided Imagery And Music (Gim) Terhadap Kecemasan Ibu Hamil Trimester Iii Di Wilayah Kerja Puskesmas Jembatan Kecil. Bengkulu. POLTEKES KEMENKES Bengkulu
- Kim, K. (2016). Factors associated with medical student test anxiety in objective structured clinical examinations : a preliminary study, 424-427. <http://doi.org/10.5116/ijme.5845.caec>
- Oranye, N.O. (2012). Assessing nursing clinical skills competence through objective structured clinical examination (OSCE) for Open Distance Learning Students in Open University Malaysia. *Contemporary Nurse*, 41, 233-241.
- Pietra, J. (2019). Intervensi Guided Imagery Untuk Menurunkan Kecemasan Performa Musikal Pada Siswa-Siswi Yang Mengalami Kecemasan Performa Musikal. *Journal of Psychological Science and Profession*, 3(2), 83-88
- Potter, Perry. (2010). *Fundamental Of Nursing: Concep, Proses and Practice*. Edisi 7. Vol. 3. Jakarta : EGC
- Pugh, D, Smee, S, (2013). *Guidelines for the Development of Objective Structural Clinical Examination (OSCE) Case*. Medical Clinic of Canada.
- Smeltzer, S.C. & Bare, B.G., (2008). *Brunner & Sudarth's textbook of Medical Surgical Nursing Vol.1 11th Edition*. Philladelphia: Lippincontt.
- Suhesty, A., Silifina, D., Subakti, D.A., & Solikhatin, N. H. (2017). Imajinasi Terpimpin dan Pemetaan Hidup Untuk Mengurangi Kecemasan Akan Masa Depan. *Psikostudia: Jurnal Psikologi*, 6(1), 25-32.
- Suyanto, S., & Isrovianingrum, R. (2018). Kecemasan mahasiswa perawat sebelum mengikuti ujian ketrampilan di laboratorium. *Jurnal Ilmiah Kesehatan (Journal of Health Sciences)*, 11(2), 97-103
- Rohmawati. (2014). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kecemasan pada Usia Petengahan dalam Menghadapi proses Menua (Aging Process). *Jurnal Keperawatan*
- Umi Kholifah (2022) Pengaruh Guided Imagery Terhadap Tingkat Kecemasan Dan Nyeri Pada Pasien Cholelithiasis Pre Operasi Di Rsi Sultan Agung Semarang. Semarang. Universitas Sultan Agung Semarang.
- Untari, I dan Rohmawati (2014) "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan Pada Usia Petengahan Dalam Menghadapi Proses Menua (Aging Proses)". Surakarta : STIKES PKU Muhammadiyah Surakarta.
- Utami, T. W., & Astuti, Y. S. (2019). Hubungan Kecemasan Dan Perilaku Bullying Anak Sekolah the Relationship Anxiety and Bullying Behavior in Elementary. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 2(1), 6–11.