

KARYA TULIS ILMIAH

**PENERAPAN SENAM WAJAH SEBAGAI TERAPI
NON- FARMAKOLOGIS UNTUK MENINGKATKAN ALIRAN
SALIVA PADA LANSIA GANGGUAN MENELAN DI UPTD
PUSKESMAS TANJUNG AGUNG TAHUN 2025**



**RATNADHITA
PO7120222036**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN PALEMBANG
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI DIPLOMA TIGA KEPERAWATAN
TAHUN 2025**

KARYA TULIS ILMIAH

**PENERAPAN SENAM WAJAH SEBAGAI TERAPI
NON- FARMAKOLOGIS UNTUK MENINGKATKAN ALIRAN
SALIVA PADA LANSIA GANGGUAN MENELAN DI UPTD
PUSKESMAS TANJUNG AGUNG TAHUN 2025**



**RATNADHITA
PO7120222036**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN PALEMBANG
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM DIPLOMA TIGA
TAHUN 2025**

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Proses menua (*aging process*) merupakan suatu proses yang akan ditandai dengan adanya perubahan fisik-biologis, mental ataupun psikososial. Perubahan fisik diantaranya adalah penurunan sel, penurunan sistem persyarafan, sistem pendengaran, sistem penglihatan, sistem kardiovaskuler, sistem pengaturan temperatur tubuh, sistem respirasi, sistem endokrin, sistem kulit, sistem perkemihan, sistem musculoskeletal (jaringan ikat). Bertambahnya usia mengakibatkan terjadinya perubahan anatomi dan fungsi organ kemih antara lain disebabkan oleh melemahnya otot dasar panggul, kebiasaan mengejan yang salah ataupun karena penurunan hormone esterogen pada usia 50 tahun ke atas yang menyebabkan terjadinya penurunan tonus otot puboccygeal dan otot pintu saluran kemih uretra (Wahyudi, 2020).

Penting bagi lansia untuk meningkatkan dan mempertahankan fungsi rongga mulut karena lansia memiliki berbagai faktor resiko yang mengganggu fungsi rongga mulut. Selain itu, lansia rentan terhadap berbagai penyakit berdasarkan perubahan fungsi terkait proses penuaan. Menurut Riskesdas tahun 2021 yang paling sering diderita laansia antara lain : hipertensi 57,6%, artritis 51,9%, stroke 46,1%, masalah gigi dan mulut 19,1%, penyakit paru obstruktif menahun 8,6%, diabetes mellitus 4,8%. Xerostomia pada lansia dapat mempengaruhi kualitas hidup, karena adanya rasa tidak nyaman dalam rongga mulut, kesulitan dalam berbicara, bau mulut serta mempengaruhi kesehatan gigi dan mulut (Lewapadang, 2022). Prevalensi xerostomia pada wanita merupakan 8,1% serta pada pria 3,1%. Prevalensi bersekitar 1% hingga lebih dari 30% penderita berumur 65 tahun ke atas yang mengidan kendala ini. Lansia yang menderita xerostomia ssering mengeluh masalah dalam berbicara, menelan, dan pemakaian gigi tiruan.

Makanan yang kering biasanya sulit dikunyah dan ditelan. Pemakaian gigi tiruan juga mengalami masalah dengan retensi gigi tiruan, lesi akibat gigi tiruan, dan lidah juga lengket pada palatum.

Xerostomia menyebabkan mengeringnya selaput lendir. Mukosa mulut menjadi kering, mudah mengalami iritasi dan infeksi. Keadaan ini disebabkan oleh karena tidak adanya daya lubrikasi dan produksi dari saliva. Rasa pengecap dan proses berbicara juga akan terganggu. Kekeringan pada mulut menyebabkan fungsi pembersih saliva berkurang, sehingga terjadi radang dari selaput lendir yang disertai keluhan mulut terasa seperti terbakar. Selain itu, fungsi bakteriose dari saliva pada penderita xerostomia akan berkurang sehingga menyebabkan timbulnya proses karies gigi.

Senam wajah adalah membuat gerakan berulang dan ekspresi berlebihan untuk mengaktifkan dan membangun otot. Anggap saja sebagai pelatihan ketahanan untuk wajah dengan memperkuat matriks yang menelan semuanya, kemungkinan kendur disekitar rahang dan mata akan berkurang sering waktu. Sekresi saliva pada individu dapat berubah-ubah dan bersifat kondisional. Sekresi saliva minimal ketika tidak distimulasi dan meningkat ketika distimulasi, baik secara langsung oleh ujung saraf atau tidak langsung seperti stimulasi mekanis yang berupa pengunyahan, termal, dan kimiawi berupa efek pengecap seperti rasa asam, manis, dan pahit. Pelatihan otot dapat meningkatkan kecepatan aliran saliva (Ligtenberg, Brand, Keijbus and Veerman, 2020).

Sebuah program Oral health care yang dilakukan di Jepang, terdiri dari oral health education dan oral function exercise menunjukkan refleksi otot-otot wajah dan rongga mulut dapat menstimulasi saraf otot wajah dan meningkatkan fungsi motorik pada rongga mulut (Ibayashi, Fujino, Pham and Matsuda, 2021).

Xerostomia adalah suatu keadaan mulut kering yang diakibatkan oleh adanya penurunan kecepatan sekresi saliva. Xerostomia juga identik dengan adanya sensasi subyektif dari

mulut kering yang memiliki hubungan dengan penurunan produksi saliva (Rahayu dan Kurniawati, 2018).

Gangguan xerostomia akibat penurunan produksi saliva pada umumnya disebabkan oleh beberapa faktor antara lain : radioterapi kepala dan leher, usia tua (lansia), penggunaan obat-obatan, penurunan volume kelenjar saliva, dan tingkat stress (Bartels, 2020).

Gangguan Menelan Merupakan Proses kompleks dan terintegrasi yang melibatkan banyak saraf dan otot. Pada keadaan normal, rongga mulut, faring, laring dan esofagus serta pernafasannya berkoordinasi dengan baik saat terjadi proses menelan. Kemampuan menelan yang baik sangat penting untuk memenuhi kebutuhan nutrisi, hidrasi dan kualitas hidup.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, dapat dirumuskan bahwa masalah pokok penelitian ini yaitu ‘’ Apakah Senam wajah mampu meningkatkan sekresi aliran saliva pada lansia Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Tanjung Agung OKU Tahun 2025’’.

C. Tujuan Penelitian

a. Tujuan Umum

Menggambarkan Penerapan Senam Wajah Sebagai Terapi Non-Farmakologis Untuk Meningkatkan Aliran Saliva Pada Lansia.

b. Tujuan Khusus

- 1) Mampu mendeskripsikan penerapan senam wajah sebagai terapi non-farmakologis untuk meningkatkan aliran saliva
- 2) \Mampu menganalisis hasil penerapan senam wajah sebagai terapi non-farmakologis untuk meningkatkan aliran saliva

- 3) Mampu mendeskripsikan perencanaan keperawatan gerontik pada klien yang mengalami terapi non-farmakologis untuk meningkatkan aliran saliva
- 4) Mampu mendeskripsikan tindakan keperawatan gerontik pada klien yang mengalami terapi non-farmakologis untuk meningkatkan aliran saliva
- 5) Mampu mendeskripsikan evaluasi tindakan keperawatan gerontik pada klien yang mengalami terapi non-farmakologis untuk meningkatkan aliran saliva.

D. Manfaat Penelitian

Proposal Karya Tulis Ilmiah ini diharapkan bermanfaat bagi pihak-pihak terkait, antara lain :

1. Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu peningkatan kualitas hidup lansia, senam wajah dapat membantu meningkatkan aliran saliva, yang penting untuk kesehatan mulut, pencernaan, dan mencegah masalah mulut kering yang umum terjadi pada lansia. Penelitian ini menawarkan alternatif terapi yang tidak melibatkan obat-obatan, yang bisa mengurangi ketergantungan pada obat dan efek samping yang mungkin terjadi pada penggunaan obat jangka panjang.

2. Bagi Pengembangan Ilmu Pengetahuan dan Teknologi

Dalam penulisan Karya Tulis Ilmiah ini diharapkan dapat dijadikan acuan dalam pemberian Asuhan Keperawatan Gerontik pada klien dengan terapi non-farmakologis untuk meningkatkan aliran saliva pada lansia pelayanan kesehatan mutu alternatif yang mudah diakses dan bermanfaat bagi lansia, mengurangi ketergantungan pada obat-obatan.

3. Bagi Perkembangan Ilmu Pengetahuan dan Teknologi

Manfaat bagi ilmu perkembangan adalah diharapkan dapat menambah pengetahuan dan wawasan dalam melaksanakan penerapan senam wajah sebagai terapi non-farmakologis untuk meningkatkan aliran saliva pada lansia

DAFTAR PUSTAKA

- Almeida. (2020.). Saliva Composition and Functions : 9(3), 72–80. Dr. Veerasha K.L, Professor and Head, Dr. Goel Richa, Post Graduate Student, D. B. V. (2020).
- Xerostomia – A Common Problem of the Elderly. *Journal of Orofacial & Health Sciences*, 1(3). Ibayashi, H., Fujino, Y., Pham, T. M., & Matsuda, S. (2020). Intervention study of exercise program for oral function in healthy elderly people. *Tohoku Journal of Experimental Medicine*, 215(3), 237–245.
- Indriana, T. (2020). The Relationship Between Salivary Flow Rate and Calcium Ion Secretion in Saliva. *Stomatognathic Jurnal Kedokteran Gigi*, 7(2), 129–131.
- Johansson, A. K., Jorkjend, L., Marthinussen, M. C., & Johansson, A. (2020). A comparison of two clinical methods for measuring saliva in patients with Sjögren's syndrome. *Acta Odontologica Scandinavica*, 70(3), 251–254.
- Kemkes. (2021). Riset Kesehatan Dasar 2013. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan
- R. Antika, E. Julianty, Miroah, A. Nurul, F. H. (2021). Pengukuran (Kalibrasi) Volume Dan Massa Jenis Aluminium. *Spektra: Jurnal Fisika Dan Aplikasinya*, 13(1), 22.
- Lewapadang, W., Tendean, L. E. N., & Anindita, P. S. (2021). Pengaruh Mengonsumsi Nanas (*Ananas comosus*) terhadap Laju Aliran Saliva pada Lansia Penderita Xerostomia. *E-GIGI*, 3(2).
- Ligtenberg, A. J. M., Brand, H. S., Van Den Keijbus, P. A. M., & Veerman, E. C. I. (2021). The effect of physical exercise on salivary secretion of MUC5B, amylase and lysozyme. *Archives of Oral Biology*, 60(11), 1639–1644.
- Novi Afrianti, C. R. (2021). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kepatuhan Masyarakat Terhadap Protokol Kesehatan Covid-19. *Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 11(1), 113–124.
- Nunes, M. I. (2021). Quality of life in the elderly hypertensive. *Journal of Cardiovascular Risk*, 8(5), 265–269.
- Rahayu, Y. C., dan Kurniawati, A. (2022). Cairan Rongga Mulut. Pustaka Panasea.
- Salimetrics, L. L. C., SalivaBio, L. L. C. (2022). Saliva Collection and Handling Advice. *Methods*, 44(0), 1–15.
- Study, P. (2009). Effects of Oral Health Care. 279–286.
- Utari, M. W., Purwanti, N., & Yulianto, K. D. (2022). Pengaruh Senam Wajah terhadap Kecepatan Aliran Saliva. Universitas Gadjah Mada.