

## “Analisis Efektivitas Latihan Otot Wajah dalam Mencegah dan Memperbaiki Penurunan Wajah pada Pasien Stroke Non-Hemoragik di Ambon, Maluku: Sebuah Studi Klinis”

Hernita Frisnawati Purba<sup>1\*</sup>, Fiktoria Titirlolobi<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Program Keperawatan, STIKes RS Prof. Dr. J.A. Latumeten, <sup>2</sup>RSUD dr M.Haulussy Ambon

[\\*hernitapurba1977@gmail.com](mailto:*hernitapurba1977@gmail.com)

**Abstract** This study aims to evaluate the effectiveness of facial muscle exercises in preventing and improving facial droop in non-hemorrhagic stroke patients. The sample size is 30 individuals selected using purposive sampling and divided into intervention or control groups. Facial symmetry assessment uses the Sunnybrook Facial Grading System. Effectiveness will be evaluated by comparing pre- and post-intervention results and comparing with the control group that did not exercise. The study results show that the intervention group significantly improved their average score to 68.7. In contrast, the control group showed no score change, remaining at 49.3. The average score improvement in the intervention group is 21.4 points, while there is no improvement in the control group. Facial muscle exercises applied to the intervention group effectively enhance facial symmetry and function in patients with facial paralysis. Based on the study's findings, it is recommended to develop clinical practice by incorporating facial muscle exercises in treating patients with facial droop.

**Keyword** : Nursing Care, Facial Muscle Exercises, Face Drooping, Non-Hemorrhagic Stroke

**Abstrak.** Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas latihan otot wajah dalam mencegah dan memperbaiki wajah merot pada pasien stroke non-hemoragik, pada seluruh pasien dewasa dengan stroke non-hemoragik yang mengalami kelumpuhan saraf wajah. Besar sampel adalah 30 orang yang dipilih dengan teknik purposive sampling dan dibagi ke dalam kelompok intervensi atau kontrol. Penilaian simetri wajah menggunakan Sunnybrook Facial Grading System. Efektivitas akan dievaluasi dengan membandingkan hasil sebelum dan sesudah intervensi serta membandingkan dengan kelompok kontrol yang tidak melakukan latihan. Hasil penelitian di dapatkan kelompok intervensi menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam skor rata-rata mereka, yaitu menjadi 68,7. Sebaliknya, kelompok kontrol tidak menunjukkan perubahan skor, tetap berada di angka 49,3. Peningkatan skor rata-rata dalam kelompok intervensi adalah 21,4 poin, sedangkan tidak ada peningkatan dalam kelompok kontrol. Latihan otot wajah yang diterapkan pada kelompok intervensi efektif dalam meningkatkan kesimetrisan wajah dan fungsi wajah pada pasien dengan kelumpuhan wajah. Berdasarkan temuan penelitian, direkomendasikan pengembangan praktik klinis dengan menerapkan latihan otot wajah dalam perawatan pasien dengan face drooping.

**Kata Kunci** : Asuhan Keperawatan, Latihan Otot Wajah, Face Drooping, Stroke Non Hemoragik

### Pendahuluan

Stroke merupakan salah satu masalah kesehatan terbesar yang menyerang usia tua maupun usia muda dan produktif. Stroke adalah gangguan peredaran darah di otak yang menyebabkan defisit neurologis fokal dan global akibat gangguan suplai darah ke otak, yang dapat memburuk dan berlangsung lebih dari 24 jam (Risksedas, 2018 dalam Metasari, 2023). Menurut (Hariyanti, 2020 dalam Metasari, 2023), stroke adalah timbulnya disfungsi saraf kranial secara tiba-tiba dengan gejala yang berkembang pesat yang disebabkan oleh gangguan aliran darah otak. Sedangkan menurut *World Health Organization* (WHO), stroke merupakan salah satu masalah kesehatan utama di dunia, stroke merupakan penyebab kematian ketiga dengan 13,7 juta kasus baru stroke dan sekitar 5,5 juta orang meninggal akibat stroke setiap tahunnya (Kemenkes, 2019 dalam Metasari, 2023).

Serangan stroke mengakibatkan 8 dari 10 pasien, atau sekitar 80% mengalami kelumpuhan salah satu sisi tubuh, yang berdampak pada tangan, kaki dan wajah (National Stroke Association, 2016 dalam Huda, 2018). Gejala stroke yang muncul bervariasi. Gejala stroke yang paling umum adalah kelumpuhan anggota gerak, gangguan bicara atau afasia, pusing berputar, nyeri kepala dan penurunan kesadaran. Gejala lain yang muncul adalah perubahan tingkah laku, penurunan tajam penglihatan, gangguan lapang pandang, gangguan



menelan, dan wajah perot atau *face drooping*. *Face drooping* adalah hilangnya kemampuan bergerak otot wajah, karena terganggunya saraf otak *nervus facialis* (nervus VII) dan *nervus trigeminal* (nervus V).

*Face drooping* dapat dinilai dengan meminta pasien untuk tersenyum atau menunjukkan giginya, bila sudut bibir tidak simetris atau tertarik hanya ke salah satu sisi saja, ini adalah gejala *face drooping*. Keadaan ini terjadi pada salah satu sisi wajah, sehingga wajah nampak tidak simetris. Dampak dari *face drooping* jika tidak segera ditangani dapat berakibat pada kecacatan atau *face drooping* permanen. Pasien dengan *face drooping* tidak mampu menutup mata dengan sempurna. Latihan otot wajah merupakan terapi khusus yang dapat dilakukan untuk mengembalikan kesimetrisan wajah. Latihan otot wajah atau *facial exercise* yang dapat dilakukan seperti *facial massage* ( pijat wajah) dan *facial expression* (latihan ekspresi wajah) (Raafid, 2021). Ekspresi wajah pasien stroke yang mengalami *face drooping* tidak jelas selama percakapan sehingga kesulitan mengekspresikan emosinya pada saat marah. Ketidakmampuan mulut untuk menutup dengan sempurna saat makan mengakibatkan keluarnya cairan dan makanan saat minum maupun makan. Selain itu juga memiliki efek secara psikologis yaitu pada citra tubuh dan harga diri karena wajah nampak tidak simetris (Raafid, 2021).

*Facial massage* merupakan latihan gerak pada wajah secara pasif dengan menggunakan tekanan jari pada wajah, yang tujuannya adalah meregangkan otot-otot superfisial wajah untuk mencegah perlengketan pada jaringan. *Facial massage* juga dapat memberikan efek relaksasi, mengurangi kekakuan wajah dan menggerakkan secara lembut (Aldiyoto, 2016 dalam Metasari, 2023). Sedangkan latihan gerak aktif/*facial expression* pada wajah dengan menggerakkan otot-otot wajah dengan cara menormalkan otot-otot wajah, memperkuat pola gerakan simetris, meningkatkan gerakan volunter dan menghambat gerakan yang tidak diinginkan, sehingga kapasitas fungsional wajah meningkat. Ketika fungsi otot wajah sudah meningkat maka kemampuan untuk melakukan aktivitas fungsional seperti makan, minum dan berdehem juga meningkat (Alvionita, 2015 dalam Metasari, 2015).

## **Metode Penelitian**

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *quasy experiment* (pre-post test with control design). Penelitian Eksperimen adalah penelitian yang berusaha mencari pengaruh variabel tertentu terhadap variabel lain dalam kondisi yang terkontrol secara ketat. Penelitian ini terdiri dari kelompok intervensi dan kelompok kontrol, yaitu klien dengan stroke non hemoragik.

Penelitian ini merupakan penelitian klinis yaitu penelitian yang dilakukan di tatanan klinis seperti rumah sakit, klinik kesehatan, dan lainnya. Jika dihubungkan dengan substansinya, maka penelitian klinis umumnya merupakan penelitian terapan. Penelitian keperawatan di tatanan klinis dapat berupa pelaksanaan asuhan keperawatan pada pasien, manajemen keperawatan, intervensi keperawatan yang tepat bagi pasien atau kebijakan kesehatan.

## **Hasil Penelitian**

### **1. Gambaran Wilayah Penelitian**

RSUD Dr. M Haulussy sebagai rumah sakit kelas B non-Pendidikan merupakan rumah sakit rujukan provinsi Maluku yang merupakan daerah kepulauan yang terdiri dari 632 pulau besar dan kecil. Luas daratan Provinsi Maluku yang hanya 7,6 % dari luas Wilayah 712.479,69 km<sup>2</sup> dihuni oleh 1.200.000 jiwa.

Selama tahun 2021, jumlah pasien yang mendapat pelayanan kesehatan sebanyak 13,754 orang, 2,753 orang atau 20.1% pengunjung baru, sedangkan pengunjung lama berjumlah 11,001 orang atau 79.9%.

Pelayanan kesehatan juga didukung oleh terselenggaranya pelayanan administrasi dan keuangan yang professional dan sesuai dengan peraturan perundang-undangan yang berlaku. Pelayanan administrasi mencakup penyediaan SDM RS yang professional, pelaksanaan program dan kegiatan tahunan, dan kerjasama dengan pihak lain, sedangkan pelayanan keuangan menyangkut pengelolaan pendapatan dan belanja RS.

RSUD Dr. M. Haulussy memiliki jumlah Aparatur Sipil Negara (ASN) secara keseluruhan sampai dengan keadaan terakhir per Juli 2022 adalah sebanyak 564 orang.

## 2. Analisis Univariat

### a. Karakteristik Individu

Pengumpulan data dilakukan dengan mengumpulkan data primer dimana data diperoleh dari jumlah responden sebanyak 30 responden. Karakteristik responden dalam penelitian ini disajikan pada tabel 4.1 dan tabel 4.2

Tabel 4.1 data Demografi Responden di RSUD dr. M. Haulussy

Variabel	f	Persentase
<b>Umur</b>		
40-50 tahun	11	36.7 %
51-60 tahun	9	30 %
61-70 tahun	10	33.3 %
<b>Jenis Kelamin</b>		
Laki-laki	9	30 %
Perempuan	21	70 %
<b>Status Pernikahan</b>		
Menikah	27	90 %
Janda/Duda	3	10 %
Belum Menikah	0	0
<b>Pendidikan</b>		
SMP	4	13.3 %
SMA	15	50 %
D3	5	16.7 %
S1	6	20 %
<b>Pekerjaan</b>		
PNS/Polri/TNI	4	13.3 %
Swasta	6	20 %
Pensiunan	20	66,6 %

Berdasarkan tabel 4.1 didapatkan bahwa responden terbanyak pada kategori usia 40-50 tahun(36,7%) dengan jenis kelamin Perempuan (70%) dan mayoritas dengan status pernikahan menikah dengan tingkat pendidikan pendidikan SMA (50 %) dan merupakan pensiunan (66,6%).

## 3. Analisis Bivariat

Efektivitas latihan otot wajah terhadap face drooping dengan Sunnybrook Facial Grading System

Tabel 4.2 Efektivitas latihan otot wajah terhadap face drooping dengan Sunnybrook Facial Grading System

Variabel	Kelompok Intervensi	Kelompok Kontrol
Jumlah Responden	15	15
Rata-rata Usia	56.9 tahun	56.9 tahun
Rata-rata Sunnybrook Pre	47.3	49.3
Rata-rata Sunnybrook Post	68.7	49.3
Peningkatan Rata-rata	21.4	0

Berdasarkan tabel 4.3 diatas kelompok responden dibagi menjadi 2 kelompok, masing-masing terdiri dari 15 orang. Kelompok pertama adalah kelompok intervensi, yang diberikan latihan otot wajah, dan kelompok kedua adalah kelompok kontrol, yang tidak menerima intervensi apapun. Usia rata-rata di kedua kelompok adalah sama, yaitu 56.9 tahun, menunjukkan bahwa kelompok-kelompok ini sebanding dalam hal usia.

Penilaian awal menggunakan Sunnybrook Facial Grading System menunjukkan bahwa kelompok intervensi memiliki skor rata-rata 47.3, sementara kelompok kontrol memiliki skor rata-rata 49.3. Setelah intervensi dilakukan selama periode penelitian, kelompok intervensi menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam skor rata-rata mereka, yaitu menjadi 68.7. Sebaliknya, kelompok kontrol tidak menunjukkan perubahan skor, tetap berada di angka 49.3.

Peningkatan rata-rata dalam kelompok intervensi adalah 21.4 poin, sedangkan tidak ada peningkatan dalam kelompok kontrol.

## Pembahasan

*Massage* atau pengurutan adalah cara untuk penyembuhan yang memiliki banyak manfaat bagi semua sistem organ tubuh. *Massage* dapat mempengaruhi organ-organ tubuh sesuai dengan area yang akan dipijat. *Massage* dapat menimbulkan relaksasi yang dalam sehingga meringankan jasmani dan rohani dikarenakan system saraf simpatis mengalami penurunan aktivitas yang akhirnya mengakibatkan turunnya tekanan darah.

Serangan stroke dapat menimbulkan berbagai macam gejala. Salah satu gejala yang sering muncul adalah ketidaksimetrisan pada wajah (*face drooping*), yang terjadi akibat terganggunya saraf otak nervus facialis (nervus VII) dan nervus trigeminal (nervus V). Intervensi yang dapat dilakukan untuk mengembalikan kesimetrisan pada wajah adalah Latihan otot wajah (*facial massage*). *Facial massage* dapat meningkatkan kesimetrisan wajah pada pasien stroke yang mengalami *face drooping*. *Facial massage* merupakan latihan gerak pada wajah secara pasif. *Facial massage* adalah perlakuan atau pemberian tekanan dengan jari pada wajah. *Facial massage* memiliki efek positif bukan hanya untuk kecantikan, tapi juga untuk status psikologi dan meningkatkan aktivitas otak. Peningkatan aktivitas otak menyebabkan nervus *facialis* yang sebelumnya terganggu dapat kembali aktif sehingga kesimetrisan wajah dapat tercapai.

Pelaksanaan latihan otot wajah yang dilakukan selama 3 hari pada pasien dengan (*Face Drooping*) dilakukan ruangan rawat Neurologi, Klinik Neurologi, dan Klinik Rehabilitasi medik. Pada hari pertama sebelum melakukan latihan otot wajah terlebih dahulu dilakukan pengkajian menggunakan *Sunny Brook Composite Scale* untuk menentukan derajat *face drooping*. Latihan otot wajah dilakukan dengan durasi 5-10 menit dilakukan sebanyak 3x/hari terhitung dari jam 08.00 wit sampai jam 16.00 wit, terapi dilakukan setiap 4 jam sekali.

Kelompok responden dibagi menjadi 2 kelompok, masing-masing terdiri dari 15 orang. Kelompok pertama adalah kelompok intervensi, yang diberikan latihan otot wajah, dan

kelompok kedua adalah kelompok kontrol, yang tidak menerima intervensi apapun. Usia rata-rata di kedua kelompok adalah sama, yaitu 56.9 tahun, menunjukkan bahwa kelompok-kelompok ini sebanding dalam hal usia.

Penilaian awal menggunakan Sunnybrook Facial Grading System menunjukkan bahwa kelompok intervensi memiliki skor rata-rata 47.3, sementara kelompok kontrol memiliki skor rata-rata 49.3. Setelah intervensi dilakukan selama periode penelitian, kelompok intervensi menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam skor rata-rata mereka, yaitu menjadi 68.7. Sebaliknya, kelompok kontrol tidak menunjukkan perubahan skor, tetap berada di angka 49.3. Peningkatan rata-rata dalam kelompok intervensi adalah 21.4 poin, sedangkan tidak ada peningkatan dalam kelompok kontrol.

Ini menunjukkan bahwa latihan otot wajah yang diterapkan pada kelompok intervensi efektif dalam meningkatkan kesimetrisan wajah dan fungsi wajah pada pasien dengan kelumpuhan wajah. Hasil ini menekankan pentingnya latihan otot wajah sebagai intervensi yang efektif dalam perawatan pasien dengan gangguan saraf wajah, seperti yang diukur dengan Sunnybrook Facial Grading System. Dengan peningkatan signifikan dalam kelompok intervensi dan tidak adanya perubahan dalam kelompok kontrol, dapat disimpulkan bahwa latihan otot wajah berkontribusi secara positif terhadap pemulihan fungsi wajah pada pasien stroke non-hemoragik.

## Kesimpulan

Stroke adalah istilah yang digunakan untuk menggambarkan perubahan neurologis yang disebabkan oleh adanya gangguan suplai darah ke bagian dari otak. Gejala stroke yang muncul adalah perubahan tingkah laku, penurunan tajam penglihatan, gangguan lapang pandang, gangguan menelan dan wajah perot (*face drooping*). *Face drooping* adalah hilangnya kemampuan bergerak otot wajah, karena terganggunya saraf otak nervus facialis (nervus VII) dan nervus trigeminal (nervus V). Pasien stroke akan mengalami kelumpuhan anggota gerak, gangguan bicara atau afasia, pusing berputar, nyeri kepala dan penurunan kesadaran

Latihan otot wajah merupakan salah satu latihan yang dapat digunakan untuk membantu pasien dengan masalah face drooping. Terdapat 2 Latihan otot wajah yang digunakan yaitu Pijat wajah dan latihan ekspresi wajah yang dilakukan selama 3 hari.

Berdasarkan uraian hasil penerapan di atas maka dapat diambil kesimpulan bahwa nilai *face drooping* dengan lembar observasi *sunnybrook facial grading system* didapatkan hasil bahwa latihan otot wajah dapat meningkatkan nilai *face drooping* pada pasien stroke non hemoragik yang mengalami *face drooping* apalagi jika dilakukan secara rutin dan konsisten maka akan mendapatkan hasil yang maksimal.

## Daftar Pustaka

1. Agusrianto, N. R., & Rantesigi, N. (2020). "Penerapan latihan range of motion (ROM) pasif terhadap peningkatan kekuatan otot ekstremitas pada pasien dengan kasus stroke." *Jurnal Ilmiah Kesehatan (JIKA)*, 2(2), 45-52.
2. Daulay, N. M., & Hidayah, A. (2021). "Pengaruh Latihan Range Of Motion (ROM) Pasif Terhadap Kekuatan Otot dan Rentang Gerak Sendi Ekstremitas Pada Pasien Pasca Stroke." *Jurnal Kesehatan Ilmiah Indonesia (Indonesian Health Scientific Journal)*, 6(1), 22-26.
3. Destriana, A., Dewi, N. R., & Ayubbana, S. (2021). Penerapan facial massage terhadap kesimetrisan wajah pasien stroke non hemoragik dengan face drooping di rsud jend. Ahmad yani metro. *Jurnal Cendikia Muda*, 2(2), 156-161.
4. Deva, A. R., Aisyiah, A., & Widowati, R. (2022). "Pengaruh Latihan Range Of Motion Terhadap Kekuatan Otot Pada Lansia Stroke Non Hemoragik Di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 1 & 3." *Malahayati Nursing Journal*, 4(4), 950-959.

5. Gofir, A. 2021. Tatalaksana Stroke dan Penyakit Vaskuler Lainnya. Ugm Press : Yogyakarta Hariyanti, T., Piyoto, A. Z. and Rezkiah, F, 2020, Mengenal Stroke dengan Cepat, Deepublish
6. Publisher, Yogyakarta. Diakses pada 17 November 2020 dari: <https://books.google.co.id/books?id=RE7wDwAAQBAJ&pg=PA6&dq=perilaku+pengobatan&hl=en&sa=X&ved=2ahUKEwj52tP40ojtAhUCOisKHXWJA60Q6AEwAXoECAMQA#v=onepage&q=perilaku> pencarian pengobatan&f=false
7. Helen, M., Evilianti, M., & Juita, R. (2021). The Effect of Active Range of Motion (ROM) Training on Muscle Strength of Non-Hemorrhagic Stroke Patients in BIDDOKKES Polda Metro Jaya. *Nursing and Health Sciences Journal (NHSJ)*, 1(1), 22-26. <https://doi.org/10.53713/nhs.v1i1.22>
8. Huda, N., & Muflihatin, S. K. (2018). Analisa Praktik Klinik Keperawatan pada Klien dengan Stroke Non Hemoragik (SNH) dengan Intervensi Inovasi Efektifitas Facial Massage dan Facial Expression terhadap Kesimetrisan Wajah Pasien Stroke dengan Face Drooping di Ruang Stroke Center AFI RSUD Abdul Wahab Sjahranie Samarinda.
9. Kune, N., & Pakaya, N. (2020). "Range Of Motion (ROM) on Muscle Strength in Stroke Patients: Literature Review." *Jambura Nursing Journal*, 5(1), 22-26. <https://doi.org/10.53713/jnj.v5i1.22>
10. Kusumawati, S. (2021). Asuhan Keperawatan Hambatan Komunikasi Verbal pada Pasien Stroke Non Hemoragik dengan Penerapan Latihan Facial Expression di RSUD Dr. Tjitrowardojo Purworejo. Universitas Muhammadiyah Gombong.
11. Martono, M., Isnaeni, A., & Hartono, H. (2022). Assessment of the Effectiveness of Facial Expression Exercises Stimulation Using Mirror Media in Increasing Facial Muscle Strength in Hemiparetic Stroke Patients. *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*, 10(B), 2543-2548. <https://doi.org/10.3889/oamjms.2022.10267>
12. Metasari, S. (2023). Pengaruh Facial Massage Dan Facial Expression Terhadap Face Drooping Pada Pasien Stroke Non Hemoragik. *Jurnal Ners*, 7(1), 245-250.
13. Mutiarasari, D. (2019). Ischemic stroke : Symptom, Risk Factors, and Prevention. *Medika Tadulako, Jurnal Ilmiah Kedokteran*, 1(2), 36-44
14. Raafid, M., & Inayati, A. (2021). Efektifitas Facial Massage dan Facial Expression terhadap Kesimetrisan Wajah Pasien Stroke Non Hemoragik dengan Face Drooping. *Jurnal Cendikia Muda*, 1(2), 136-141.
15. Sri Yona. (2006). Penyusunan Studi Kasus. *Jurnal Keperawatan Indonesia*. (Nomor 2 Vol. 10). Hlm. 76-80.