



INTISARI

Saliva merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi perkembangan karies. Saliva mengandung bikarbonat yang berperan sebagai kapasitas *buffer* untuk menetralkan pH saliva. Senam wajah dapat menstimulasi sekresi saliva dan fungsi rongga mulut. Derajat Keasaman (pH) saliva akan meningkat seiring dengan peningkatan sekresi saliva. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui adanya pengaruh senam wajah terhadap pH saliva.

Penelitian ini dilakukan terhadap 30 subjek mahasiswa usia 19-25 tahun yang terdiri dari 15 laki-laki dan 15 perempuan. Subjek dibagi menjadi 2 kelompok masing-masing 15 orang sebagai kelompok perlakuan dan kelompok kontrol. Kelompok kontrol tidak melakukan senam wajah dan kelompok perlakuan melakukan senam wajah. Sebelum penelitian subjek menggosok gigi, minum air mineral dan berpuasa 1 jam. Penelitian kedua dilakukan setelah 1x24 jam dengan kelompok kontrol sebelumnya tidak melakukan senam wajah pada penelitian kedua melakukan senam wajah dan kelompok perlakuan yang sebelumnya melakukan senam wajah pada penelitian kedua ini tidak melakukan senam wajah. Senam wajah dilakukan 9-11 menit dengan melakukan 3 macam gerakan. Saliva yang ditampung diukur dengan pH meter.

Hasil penelitian menunjukkan rerata pH saliva pada kelompok senam wajah $7,06 \pm 0,257$ dibandingkan dengan kelompok kontrol $6,47 \pm 0,238$. Hasil uji beda rerata menunjukkan nilai $p = 0,00$ ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang bermakna antara pH saliva kelompok kontrol dan kelompok perlakuan. Kesimpulan penelitian ini adalah senam wajah dapat meningkatkan pH saliva.

Kata kunci : *pH saliva, senam wajah, kapasitas buffer.*



ABSTRACT

Saliva is one of the key on dental caries formation. It contains bicarbonate which play a role as a buffer capacity to neutralize salivary pH. The facial exercise stimulate salivary secretion and the function of oral cavity. Salivary pH increase by the increasing of salivary secretion. The purpose of this study is to determine the effect of facial exercise to the salivary pH.

The study was conducted on 30 subjects aged between 19 to 25 years old (15 men and 15 women). The subjects were divided into control group (n=15) and treatment group (n=15). Before study, subjects brushed their teeth, drank mineral water, and fasted for an hour. In the first time, the control group did not get a facial exercise and the treatment group got it, after 1x24 hours there switched the methods among control and treatment group. Facial exercises were conducted for 9 to 11 minutes by 3 types of movements. The saliva was collected and the salivary pH was measured by pH meter.

The result of the study showed that there was a difference between control and treatment group ($p < 0,05$). This study concludes that the facial exercises increase salivary pH.

Keywords : *salivary pH, facial exercise, buffer capacity.*