

INTISARI

Saliva merupakan cairan rongga mulut yang berperan penting bagi kesehatan dan kebersihan rongga mulut. Saliva tidak akan berfungsi secara maksimal ketika laju aliran saliva rendah. Mengunyah permen karet diketahui dapat menstimulasi sekresi saliva. Mengunyah permen karet tidak dapat dilakukan oleh orang tua yang sudah mengalami penurunan fungsi pengunyahan dan penelanan. Senam wajah yang ditujukan pada lansia dimaksudkan untuk mengatasi gangguan penelanan dengan stimulasi otot dan sekresi saliva. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh mengunyah permen karet dan senam wajah terhadap laju aliran saliva.

Jenis penelitian ini adalah uji klinis dengan desain penelitian *crossover design*. Dua belas orang subjek yang terdiri dari enam laki-laki dan enam perempuan berusia 19-24 tahun dibagi menjadi tiga kelompok perlakuan. Kelompok pertama mengunyah permen karet, kelompok kedua senam wajah, dan kelompok ketiga sebagai kontrol. Mengunyah permen karet dan senam wajah dilakukan selama 10 menit. Sampel saliva subjek sebelum dan sesudah perlakuan dikumpulkan kemudian dihitung laju aliran saliva. Selisih laju aliran saliva sebelum dan sesudah perlakuan dianalisis menggunakan uji parametrik *One Way ANOVA* dilanjutkan dengan posthoc *Games-Howells*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa antara ketiga kelompok perlakuan terdapat perbedaan rerata kenaikan laju aliran saliva yang signifikan ($p < 0,05$). Kelompok mengunyah permen karet merupakan kelompok dengan peningkatan laju aliran saliva tertinggi dengan rerata kenaikan sebesar $0,957 \pm 0,527$ ml/menit, dibandingkan dengan kelompok senam wajah dan kelompok kontrol. Kesimpulan penelitian ini adalah mengunyah permen karet berpengaruh terhadap peningkatan laju aliran saliva sedangkan senam wajah berbeda secara signifikan terhadap peningkatan laju aliran saliva.

Kata Kunci: laju aliran saliva, mengunyah permen karet, senam wajah

ABSTRACT

Saliva is an oral fluid that plays an important role in oral health and oral hygiene. Saliva will not function optimally when the flow rate of saliva is low. Chewing gum was known to stimulate salivary secretion. Chewing gum cannot be done by the elderly who have decreased chewing and swallowing function. Facial exercises for the elderly are aimed at treating swallowing disorders by stimulating muscles and saliva secretion. The aims of the research was to investigate of the effect of chewing gum and facial exercises on the salivary flow rate.

This type of research was a clinical trial crossover research design. The subjects of the research consists of six men and six women 19-24-years-olds divided into three groups (of treatment). The first group was chewing gum, the second group facial exercises, and the third group as a control group. Chewing gum and facial exercises was performed for 10 minutes. Saliva before and after treatment was collected and then the salivary flow rate was calculated. The difference in salivary flow rate before and after treatment was analyzed using One Way ANOVA parametric test analysis with posthoc Games-Howells test.

The results showed that there was a significant difference in the mean increase in salivary flow rate between groups ($p < 0.05$). The chewing gum group was the highest increase in salivary flow rate compared to the facial exercise group and the control group, it was 0.957 ± 0.527 ml/minute. The conclusion of the research was chewing gum (can) increase the salivary flow rate, whereas facial exercise no significant effect on increasing the salivary flow rate.

Keywords: saliva flow rate, chewing gum, facial exercises