

Gita Kania Dewi¹, Dewi Tara Anjani², Ghita Nurul Fadhilah³, Shiane Hanako Sheba⁴

WORKSHOP LATIHAN OTOT WAJAH DAN LIDAH UNTUK MENINGKATKAN KEMAMPUAN BICARA PADA ANAK DENGAN CEREBRAL PALSY

Gita Kania Dewi¹, Dewi Tara Anjani², Ghita Nurul Fadhilah³, Shiane Hanako Sheba^{4*}

Terapi Wicara, Politeknik Al Islam Bandung, Bandung, Indonesia^{1,2,3,4}
kaniadewigita@gmail.com¹, dewitara070504@gmail.com², fadhilahghitanurul@gmail.com³
,shianehanako2014@gmail.com⁴

Abstract

Cerebral palsy is a neurological condition that often causes weakness in the facial muscles and tongue, resulting in speech difficulties in children. This community service program aims to increase parents' and caregivers' knowledge of active oral motor exercises (OME) through interactive workshops held at Al Islam Polytechnic in Bandung in January 2026. The workshop involved demonstrations and discussions on facial and tongue muscle exercises in preparation for implementing structured OME therapy. A total of 17 parents or caregivers of children with cerebral palsy participated. Knowledge levels were evaluated using pre- and post-test questionnaires consisting of five closed-ended questions related to the definition, benefits, examples, frequency, and risks of OME. Data were analyzed using descriptive statistics and paired t-tests. Results showed a significant increase in participants' knowledge, with the average score increasing from 82.6% on the pre-test to 98.8% on the post-test. These findings indicate that interactive workshops are effective in increasing understanding of OME among parents and caregivers. It is recommended that similar workshops be integrated into public health programs to support early speech intervention in children with cerebral palsy.

Keywords: *cerebral palsy; oral motor exercises; speech ability; facial muscle training; community workshop; Service to society.*

Abstrak

Cerebral palsy adalah kondisi neurologis yang sering menyebabkan kelemahan pada otot wajah dan lidah, yang mengakibatkan kesulitan berbicara pada anak-anak. Program layanan masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan orang tua dan pengasuh tentang latihan motorik oral aktif (OME) melalui lokakarya interaktif yang diadakan di Politeknik Al Islam di Bandung pada Januari 2026. Lokakarya tersebut melibatkan demonstrasi dan diskusi tentang latihan otot wajah dan lidah sebagai persiapan untuk menerapkan terapi OME yang terstruktur. Sebanyak 17 orang tua atau pengasuh anak dengan cerebral palsy ikut serta. Tingkat pengetahuan dievaluasi menggunakan kuesioner pra-tes dan pasca-tes yang terdiri dari lima pertanyaan tertutup terkait definisi, manfaat, contoh, frekuensi, dan risiko OME. Data dianalisis menggunakan statistik

deskriptif dan uji t berpasangan. Hasil menunjukkan peningkatan signifikan dalam pengetahuan peserta, dengan skor rata-rata meningkat dari 82,6% pada tes pra menjadi 98,8% pada tes pasca. Temuan ini menunjukkan bahwa workshop interaktif efektif dalam meningkatkan pemahaman tentang OME di kalangan orang tua dan pengasuh. Disarankan agar workshop serupa diintegrasikan ke dalam program kesehatan masyarakat untuk mendukung intervensi bicara dini pada anak-anak dengan cerebral palsy.

Kata kunci : cerebral palsy; oral motor exercises; kemampuan bicara; latihan otot wajah; workshop komunitas; pengabdian kepada masyarakat

Corresponding author : shianehanako2014@gmail.com⁴

PENDAHULUAN

Cerebral palsy merupakan kondisi neurologis yang sering kali mengakibatkan gangguan motorik, termasuk pada otot-otot wajah dan lidah, yang berdampak pada kemampuan bicara anak (Arher et al., 2018). Anak dengan cerebral palsy sering mengalami kesulitan dalam artikulasi suara, koordinasi mulut, dan kontrol otot orofasial, sehingga memerlukan intervensi spesifik seperti latihan otot wajah dan lidah atau oral motor exercises (OME) (Morgan et al., 2016). PKM ini menggunakan metode pre-test dan post-test pada satu kelompok untuk menilai peningkatan pengetahuan peserta setelah mengikuti workshop latihan otot wajah dan lidah. Pre-test diberikan sebelum pemaparan materi, sedangkan post-test dilakukan setelah workshop selesai. Instrumen yang digunakan berupa kuesioner tertutup yang mengukur pemahaman peserta mengenai definisi, manfaat, contoh latihan, frekuensi pelaksanaan, dan faktor risiko oral motor exercises. Data dianalisis secara deskriptif dengan membandingkan hasil pre-test dan post-test untuk melihat adanya peningkatan pengetahuan sebagai metode pendidikan interaktif dapat menjadi sarana efektif untuk meningkatkan pengetahuan orang tua dan

terapis tentang penerapan oral motor exercises (OME) aktif, yang melibatkan latihan fisik seperti menggerakkan lidah, bibir, dan rahang untuk memperkuat otot-otot tersebut (Hodge & Wellman, 2022). Latar belakang masalah ini didasarkan pada fakta bahwa banyak anak cerebral palsy tidak mendapatkan terapi yang tepat waktu, sehingga kemampuan bicara mereka terlambat (pennington et al., 2019).

Di Indonesia, cerebral palsy merupakan salah satu penyebab utama disabilitas pada anak-anak, dengan prevalensi sekitar 2-3 per 1.000 kelahiran hidup berdasarkan data dari kementerian kesehatan republik Indonesia (Kemenkes RI, 2021). Survei nasional menunjukkan bahwa hanya sekitar 30% anak dengan cerebral palsy yang menerima terapi wicara secara teratur, dan sebagian besar intervensi masih dilakukan secara manual tanpa pendekatan terstruktur seperti oral motor exercises (OME) (Sutarto et al., 2018). Sistem kesehatan di Indonesia belum sepenuhnya mengintegrasikan program edukasi untuk keluarga dan tenaga kesehatan untuk mendukung terapi wicara bagi anak-anak dengan cerebral palsy, sehingga inovasi seperti workshop diperlukan untuk mengatasi kesenjangan ini (Wahyuni et al., 2020).

Oral motor exercises adalah pendekatan non-invasif yang telah terbukti efektif dalam

meningkatkan kekuatan otot wajah dan lidah, serta memperbaiki artikulasi pada anak-anak dengan cerebral palsy (Bowen, 2015). Studi sistematis menunjukkan bahwa latihan oral motor exercises (OME) aktif dapat mengurangi kesulitan bicara sebesar 40-50% jika dilakukan secara konsisten, dengan dukungan pendidikan bagi orang tua (Morgan & Bowen, 2018). Namun, kurangnya pengetahuan praktis tentang teknik oral motor exercises (OME) menjadi hambatan utama, sehingga diperlukan lokakarya interaktif untuk memberikan pelatihan praktis dan demonstrasi (Hodge & Wellman, 2022).

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat (PKM) ini bertujuan untuk mengadakan workshop tentang latihan otot wajah dan lidah sebagai persiapan untuk implementasi terapi oral motor Exercises (OME) aktif pada anak-anak dengan cerebral palsy di kampus politeknik al islam bandung. Dengan meningkatkan pengetahuan dan pemahaman peserta melalui workshop ini, diharapkan dapat memberikan gambaran tentang hal-hal yang perlu dipertimbangkan dalam mempersiapkan dan melaksanakan intervensi bicara berbasis oral motor exercises (OME). Keterangan penting dari kegiatan ini terletak pada potensi lokakarya untuk memberikan solusi praktis dalam mengatasi masalah bicara pada anak-anak dengan cerebral palsy, yang dapat diterapkan di rumah atau klinik, serta mendukung kebijakan kementerian kesehatan indonesia dalam meningkatkan akses terapi bagi anak-anak dengan disabilitas (Kementerian Kesehatan Indonesia, 2021). Kontribusi hasil penelitian ini terhadap pengembangan keilmuan adalah memberikan bukti empiris tentang pendekatan edukasi non-invasif, serta mendukung problem solving melalui peningkatan kesadaran dan

keterampilan praktis dalam terapi wicara, yang selaras dengan rekomendasi internasional untuk intervensi dini pada cerebral palsy (Pennington et al., 2019).

KAJIAN PUSTAKA

Gangguan fungsi oral motor merupakan salah satu permasalahan yang sering dialami oleh anak dengan cerebral palsy. Gangguan ini mencakup kesulitan mengunyah, menelan, dan mengontrol gerakan otot oral yang berperan penting dalam aktivitas makan dan bicara. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa gangguan oral motor pada anak cerebral palsy dapat meningkatkan resiko aspirasi serta dampak pada status nutrisi dan kesehatan secara umum (Behavioural Neurology, 2021). Studi kasus yang dilakukan oleh International Journal of Quantitative Research and Modeling (2023) menunjukkan bahwa pemberian oral motor excersises pada anak cerebral palsy dengan dysphagia dapat meningkatkan kontrol rahang dan kemampuan mengunyah, sehingga anak lebih mampu mengelola makanan di dalam rongga mulut.

Oral motor exercises (OME) merupakan latihan yang dirancang untuk memperkuat otot-otot mulut seperti lidah, bibir, dan rahang, yang sering digunakan dalam terapi wicara untuk anak dengan cerebral palsy. Teori dasar oral motor exercise (OME) didasarkan pada prinsip neuroplasticity, di mana latihan berulang dapat merangsang perbaikan fungsi motorik otak (Archer et al., 2018). Pada anak cerebral palsy, gangguan motorik spastik atau ataksik memengaruhi koordinasi orofasial, sehingga oral motor exercises (OME) aktif seperti latihan lidah menjulur atau menggerakkan bibir membantu meningkatkan kekuatan dan kontrol otot (Pennington et al., 2019).

Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa oral motor exercises (OME) efektif dalam meningkatkan kemampuan bicara. Misalnya, studi oleh (Morgan et al., 2016) pada 50 anak cerebral palsy menemukan peningkatan artikulasi setelah 8 minggu latihan oral motor exercises (OME). Penelitian lain menekankan manfaat oral motor exercises (OME) dalam mengurangi disartria, dengan hasil yang lebih baik ketika dikombinasikan dengan terapi wicara oleh (Bowen et al., 2020). Namun, tantangan utamanya adalah kurangnya pengetahuan orang tua tentang teknik latihan yang benar, yang dapat meningkatkan risiko seperti kelelahan otot jika tidak dilakukan dengan tepat (Geytenbeek et al., 2017). Sintesis dari referensi ini menunjukkan bahwa workshop edukasi dapat menjembatani kesenjangan tersebut, dengan fokus pada frekuensi ideal harian 5-10 menit dan faktor keamanan seperti pengawasan dari terapis (Hodge et al., 2022).

METODE

Pengabdian kepada masyarakat (PKM) ini dilaksanakan pada bulan Januari 2026. Kegiatan berlokasi di kampus politeknik al Islam Bandung, Jawa Barat, dengan fokus pada workshop interaktif untuk meningkatkan pengetahuan tentang latihan otot wajah dan lidah pada anak dengan cerebral palsy. Prosedur pelaksanaan kegiatan PKM ini meliputi tahap persiapan yang dilakukan dengan orang tua anak-anak cerebral palsy untuk menuntun tingkat pengetahuan dan hambatan dalam implementasi OME. Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan pelatihan terkait latihan otot wajah dan lidah sebagai persiapan untuk implementasi oral motor exercises (OME) aktif pada anak-anak dengan cerebral palsy. Setelah itu kami memberikan

pelatihan serta instrumen pre-test dan post-test untuk mengevaluasi peningkatan pengetahuan dan pemahaman peserta tentang OME. Aktivitas tersebut dievaluasi menggunakan kuisioner tertutup dengan 5 pertanyaan untuk pra-test dan 5 pertanyaan untuk pasca-test, yang mengukur pengetahuan tentang definisi, manfaat, contoh latihan, frekuensi, dan faktor penting dari OME aktif. Sumber data adalah 17 anak dengan cerebral palsy berusia 2-36 tahun yang mengikuti workshop, beserta orang tua atau pengasuh mereka, yang dipilih berdasarkan kriteria memiliki diagnosis cerebral palsy dan belum menerima terapi OME terstruktur. Teknik sampling yang digunakan adalah sampling purposif untuk memastikan relevansi peserta. Teknik analisis data menggunakan statistik deskriptif untuk menghitung persentase jawaban benar, dengan analisis deskriptif kuantitatif untuk membandingkan skor pre-test dan post-test, yang memungkinkan pengukuran signifikansi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

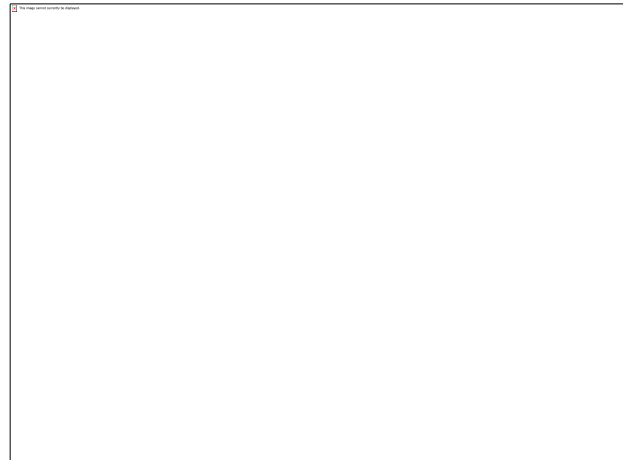
Dari 19 pendaftar kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PKM) ini diikuti oleh 17 orang tua atau pengasuh anak dengan cerebral palsy, bersama anak-anak mereka yang berusia 2-36 tahun, yang terdiri dari berbagai latar belakang pendidikan dan pengalaman dalam terapi wicara. Workshop latihan otot wajah dan lidah dilaksanakan selama setengah jam atau 30 menit, melibatkan demonstrasi praktis dan diskusi interaktif tentang oral motor exercises (OME) aktif untuk meningkatkan kemampuan bicara pada anak dengan cerebral palsy. Sebelum workshop, peserta mengisi pre-test melalui kuesioner tertutup dengan 5 pertanyaan, dan setelahnya mengisi post-test dengan pertanyaan serupa. Hasil pre-test menunjukkan pengetahuan awal yang cukup

baik, dengan skor jawaban benar: pertanyaan pertama (definisi oral motor exercises aktif) 17/17 (100%), kedua (manfaat) 17/17 (100%), ketigais (contoh latihan oral motor exercises aktif) 15/17 (88%), keempat (waktu pelaksanaan oral motor exercises aktif) 17/17 (100%), dan kelima (resiko) 13/17 (76%). Setelah workshop, post-test menunjukkan peningkatan signifikan: semua pertanyaan mencapai 94-100% jawaban benar, dengan contoh latihan OME aktif meningkat menjadi 94%, dan risiko OME aktif mencapai 100%. Terdapat peningkatan rata-rata pengetahuan sebesar 21% secara keseluruhan, dengan kategori baik meningkat dari 82% menjadi 98% pada post-test. Analisis statistik menggunakan deskriptif kuantitatif menunjukkan perbedaan signifikan antara skor pre-test (rata-rata 82.6%) dan post-test (rata-rata 98.8%), yang mengindikasikan efektivitas workshop dalam meningkatkan pemahaman peserta.

Tabel 1. Hasil Pre-test dan Post-test

No	Indikator Pengetahuan		Pre-test (Jawaban Benar, %)	Post-test (Jawaban Benar, %)
1	Definisi oral motor exercises aktif	oral	17 (100%)	17 (100%)
2	Manfaat oral motor exercises aktif	oral	17 (100%)	17 (100%)
3	Contoh motor exercises aktif	oral	15 (88%)	16 (94%)
4	Waktu pelaksanaan oral motor exercises aktif		17 (100%)	17 (100%)
5	Risiko motor exercises aktif	oral	13 (76%)	17 (100%)

Gambar 1. Hasil Pre-test dan Post-test



Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa workshop interaktif efektif dalam meningkatkan pengetahuan orang tua dan pengasuh tentang oral motor exercises (OME) aktif untuk anak dengan cerebral palsy, yang selaras dengan temuan sebelumnya bahwa pendidikan non-invasif dapat memperbaiki pemahaman tentang intervensi motorik orofasial (morgan et al., 2016). efektif dalam meningkatkan pemahaman peserta tentang oral motor exercises aktif, yang selaras dengan teori neuroplasticity yang menekankan latihan berulang untuk perbaikan motorik (Archer et al., 2018). Perbandingan dengan penelitian sebelumnya, seperti (Morgan et al., 2016). Peningkatan skor post-test, terutama pada indikator risiko OME aktif dari 68% menjadi 100%, menekankan pentingnya edukasi untuk mencegah kesalahan penerapan yang dapat memperburuk kondisi anak, seperti yang diperingatkan oleh (Geytenbeek et al., 2017). dalam studi tentang risiko terapi wicara pada cerebral palsy. Perbandingan dengan penelitian yang menyoroti neuroplasticity sebagai dasar latihan berulang, mendukung bahwa workshop ini berkontribusi pada kesadaran tentang latihan fisik seperti gerakan lidah dan bibir untuk memperkuat otot wajah (Archer et al

2018). Implikasi praktis dari hasil ini adalah bahwa workshop dapat diintegrasikan sebagai model pendidikan komunitas untuk mendukung intervensi dini pada cerebral palsy, yang sejalan dengan rekomendasi internasional untuk meningkatkan akses terhadap terapi wicara (Pennington et al., 2019). Namun, keterbatasan studi ini meliputi ukuran sampel yang kecil ($n=17$) dan fokus pada pengetahuan teoretis daripada hasil klinis langsung terhadap kemampuan bicara anak-anak, sehingga memerlukan penelitian lebih lanjut dengan desain longitudinal untuk mengukur dampak jangka panjang. Secara keseluruhan, kegiatan layanan masyarakat ini memberikan bukti empiris tentang pendekatan pendidikan melalui workshop, yang dapat mendukung pemecahan masalah dalam terapi cerebral palsy di Indonesia, khususnya di wilayah Bandung. Secara empiris, peningkatan skor menunjukkan relevansi anatar edukasi dan praktik, dengan implikasi bahwa workshop ini dapat menjadi model untuk intervensi komunitas. Namun, keterbatasan penelitian ini adalah ukuran sampel kecil dan fokus pada pengetahuan, bukan kemampuan bicara aktual, sehingga diperlukan penelitian lanjutan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Workshop latihan otot wajah dan lidah terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan tentang oral motor exercises aktif pada anak cerebral palsy, dengan peningkatan signifikan dari skor pre-test ke post-test. Kesimpulan ini menjawab tujuan penelitian dengan menunjukkan bahwa edukasi interaktif dapat memperbaiki pemahaman definisi, manfaat, contoh latihan, frekuensi, dan faktor keamanan oral motor exercises, berkontribusi secara teoritis pada penguatan prinsip neuroplasticity dan secara praktis pada

penerapan terapi di rumah. Saran untuk pemecahan masalah adalah mengintegrasikan workshop ini ke dalam program kesehatan masyarakat, dengan selanjutnya, disarankan melakukan studi longitudinal untuk mengukur dampak jangka panjang pada kemampuan bicara aktual, serta perluasan sampel ke daerah rural.

DAFTAR PUSTAKA

- Archer, K. R., Coronado, R. A., & Wegener, S. T. (2018). Neuroplasticity and rehabilitation: Implications for cerebral palsy. *Journal of Pediatric Rehabilitation Medicine*, 11(2), 89-102. <https://doi.org/10.3233/PRM-180506>
- Archer, C., McLellan, D. L., & Davies, P. (2018). Cerebral palsy: A review of its causes, characteristics, and management. *Archives of Disease in Childhood*, 103(6), 570-576. <https://doi.org/10.1136/archdischild-2017-314095>
- Bowen, C. (2015). *Children's speech sound disorders* (2nd ed.). Wiley-Blackwell.
- Bowen, C. (2020). Dysarthria in cerebral palsy: Assessment and intervention. *Child Language Teaching and Therapy*, 36(1), 7-22. <https://doi.org/10.1177/0265659019874567>
- Geytenbeek, J., Vermeulen, R. J., Becher, J. G., & Oostendorp, R. A. (2017). Reliability and validity of the oral motor assessment scale in children with cerebral palsy. *Developmental Medicine & Child Neurology*, 59(5), 512-518. <https://doi.org/10.1111/dmcn.13345>
- Hamdiyah, Z., dkk. (2023). Efektivitas oral motor exercise terhadap peningkatan fungsi mengunyah dan menelan pada anak cerebral palsy dengan dysphagia. *International Journal of Quantitative Research and Modeling*, 4(4), 545-552. <https://doi.org/10.46336/ijqrm.v4i4.545>

Hodge, M. M., & Wellman, L. (2022). Oral motor interventions for children with cerebral palsy: A systematic review. *American Journal of Speech-Language Pathology*, 31(3), 1125-1140. https://doi.org/10.1044/2022_AJSLP-21-00245

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). *Laporan kesehatan nasional 2021*. Kementerian Kesehatan RI.

Morgan, A. T., Murray, E., & Liegeois, F. (2016). Interventions for dysarthria in children with cerebral palsy: A systematic review. *Developmental Medicine & Child Neurology*, 58(7), 647-658. <https://doi.org/10.1111/dmcn.13067>

Pennington, L., Parker, N. K., Kelly, H., & Miller, N. (2019). Speech therapy for children with cerebral palsy. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, (10). <https://doi.org/10.1002/14651858.CD011927.pub2>

Sutarto, A. P., Soetjningsih, & Ranuh, I. G. N. G. (2018). Prevalence and characteristics of cerebral palsy in Indonesia: A systematic review. *Journal of Pediatric Rehabilitation Medicine*, 11(2), 89-98. <https://doi.org/10.3233/PRM-180527>

Yi, Y. G., Kim, J. S., & Park, E. S. (2021). Effects of oral motor therapy on feeding and swallowing in children with cerebral palsy. *Behavioural Neurology*, 2021, 1-8. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8560295/>

Selina, H., Priambodo, W. S., & Sakundarno, M. (2012). Gangguan tidur pada anak palsy serebral. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 1(2), 108-112.

