

Pengaruh Pemberian *Massage*, *Mirror Exercise* Dan *Neuromuscular Tapping* Pada Kasus *Bell's Palsy*: Case Report

The Effect Of Giving *Massage*, *Mirror Exercise* And *Neuromuscular Tapping* On The Case *Bell's Palsy*: Case Report

Trias Ayu Rahmadani¹, Astrid Ika Izzahra², Tsamara Bunga Maulida³, Siti Sardianti Dwi Tirta⁴

Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan

Email Korespondensi: trvasayu1@gmail.com

Diterima : 24 April 2025 | Ditinjau: 29 April 2025 | Disetujui: 02 Mei 2025 | Publikasi Online: 15 Mei 2025

ABSTRAK

Bell's palsy adalah kelumpuhan saraf wajah yang terjadi secara tiba-tiba akibat peradangan atau kompresi pada saraf fasialis, yang menyebabkan gangguan fungsi otot wajah. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh pemberian *Massage*, *Mirror exercise*, dan *Neuromuscular tapping* terhadap pasien *Bell's palsy*. Metode penelitian menggunakan pendekatan *case report* dengan enam kali terapi selama tiga minggu. Evaluasi dilakukan menggunakan *Manual Muscle Testing* (MMT) dan Skala Ugo Fisch untuk mengukur kekuatan otot dan kemampuan fungsional wajah. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan kekuatan otot pada beberapa otot seperti (1) *M. Frontalis* dari 3 menjadi 5, (2) *M. Orbicularis oculi* dari 1 menjadi 3, (3) *M. Zygomaticus mayor* dari 1 menjadi 3, (4) *M. Obicularis oris* dari 1 menjadi 3, (5) *M. Depresor septi* dari 3 menjadi 5, (6) *M. Nasalis* dari 0 menjadi 5, (7) *M. Depresor labii inferior* dari 3 menjadi 5. Serta peningkatan skor Skala Ugo Fisch dari 33 (derajat IV: kelumpuhan sedang berat) menjadi 78 (derajat II: kelumpuhan ringan). Pemberian terapi ini terbukti efektif dalam meningkatkan kekuatan otot serta meningkatkan kemampuan fungsional wajah pasien *Bell's palsy*.

Kata kunci: *Bell's palsy*; *Massage*; *Mirror Exercise*; *Neuromuscular Tapping*

ABSTRACT

Bell's palsy is a sudden facial nerve paralysis caused by inflammation or compression of the facial nerve, leading to impaired facial muscle function. This study aims to analyze the effects of massage, mirror exercise, and neuromuscular tapping on *Bell's palsy* patients. The research employed a case report approach with six therapy sessions over three weeks. Evaluation was conducted using Manual Muscle Testing (MMT) and the Ugo Fisch Scale to assess facial muscle strength and functional ability. The results showed an improvement in muscle strength in several muscles, including (1) *M. Frontalis* (from 3 to 5), (2) *M. Orbicularis oculi* (from 1 to 3), (3) *M. Zygomaticus major* (from 1 to 3), (4) *M. Orbicularis oris* (from 1 to 3), (5) *M. Depressor septi* (from 3 to 5), (6) *M. Nasalis* (from 0 to 5), and (7) *M. Depressor labii inferior* (from 3 to 5). Additionally, the Ugo Fisch Scale score increased from 33 (Grade IV: moderate-severe paralysis) to 78 (Grade II: mild paralysis). This therapy has proven effective in enhancing both muscle strength and functional facial ability in *Bell's palsy* patients.

Keywords: *Bell's palsy*; *Massage*; *Mirror Exercise*; *Neuromuscular Tapping*

PENDAHULUAN

Wajah merupakan bagian tubuh manusia yang sangat penting, bukan hanya sebagai faktor penunjang penampilan, tetapi juga untuk berbagai fungsi vital, seperti makan, minum, berbicara, serta mengekspresikan perasaan. Gangguan pada wajah, seperti yang terjadi pada penderita *Bell's palsy*, dapat memengaruhi berbagai fungsi tersebut. *Bell's palsy* yakni kelumpuhan saraf wajah yang terjadi secara mendadak pada satu sisi wajah akibat peradangan atau kompresi pada saraf fasialis yang mengontrol otot-otot wajah (1). Meskipun penyebab pasti dari *Bell's palsy* belum sepenuhnya dipahami, infeksi virus, terutama *Virus Herpes Simplex (HSV)*, sering dikaitkan dengan timbulnya kondisi ini (2).

Kelainan tingkat organ yang kompleks, seperti asimetri wajah, kekakuan, dan kontraktur, merupakan beberapa komplikasi yang dapat berkembang akibat *Bell's palsy*. Pada tingkat pribadi, hal ini mengakibatkan gangguan, yaitu masalah makan, minum, menutup mata, serta kesulitan berbicara dan berekspresi wajah. Di tingkat lingkungan, kecacatan ini dapat mengganggu profesi,

terutama di bidang hiburan. Selain itu, ada pula dampak psikologis yang mempengaruhi penderita (3).

Siapa pun dapat terkena *Bell's palsy*; kondisi ini lebih umum pada orang lanjut usia, yang mempunyai kekebalan tubuh yang lemah, diabetes melitus, dan hipertensi, tetapi kondisi ini memengaruhi 75% dari mereka yang mengalami kelumpuhan saraf wajah. (1). Di Indonesia, prevalensi *Bell's palsy* cukup tinggi, dengan kejadian terbanyak pada usia 21 hingga 30 tahun (4). Faktor-faktor seperti infeksi virus saluran napas atas dan perubahan musim turut mempengaruhi angka kejadian penyakit ini (5). Oleh karena itu, *Bell's palsy* menjadi perhatian utama dalam bidang rehabilitasi medis untuk mengembalikan fungsi wajah dan meningkatkan kualitas hidup penderitanya.

Prognosisnya sering kali baik bagi pasien dengan *Bell's palsy*, namun tingkat keparahannya dapat berkisar dari sedang hingga berat. Hingga 71% pasien sembuh sepenuhnya tanpa pengobatan. “Sekitar 13% mengalami kelemahan sedang, sementara 4% mengalami kelemahan berat yang secara signifikan mengganggu fungsi wajah.” (5). Faktor klinis yang berkaitan dengan prognosis yang lebih buruk adalah usia lanjut, hipertensi, dan diabetes, yang berperan penting dalam patofisiologi kondisi ini. Melalui proses peradangan akut, kondisi ini menyebabkan gangguan fungsi saraf. Perjalanan penyakitnya bervariasi, dengan 70% kasus mengalami pemulihan total. Beberapa kasus yang tidak pulih disebabkan oleh proses *re-innervasi* yang abnormal, yang dapat menyebabkan sinkinesis, yaitu gerakan wajah yang tidak diinginkan dan tidak terkendali di area tertentu (6).

Massage merupakan teknik yang menggunakan tekanan atau sentuhan untuk merangsang otot. Kondisi seperti *Bell's palsy* menyebabkan kekakuan pada satu sisi wajah dengan menarik otot-otot yang lemah ke sisi yang sehat. Bagi pasien dengan *Bell's palsy*, memijat area yang terkena dapat meredakan kekakuan wajah dan meningkatkan relaksasi dengan merangsang otot-otot dan jaringan subkutan. (7)

Mirror exercise dalam rehabilitasi otot wajah untuk memperbaiki asimetri, meningkatkan mobilitas, dan menormalkan aktivasi otot yang tidak normal melalui penggunaan umpan balik visual. Sisi wajah yang tidak terpengaruh menerima isyarat visual dari sisi yang sehat, yang membantu memicu tindakan di sana. Metode ini bekerja dengan prinsip stimulus dan *respons*, memungkinkan pasien melihat dan menghargai kembalinya aktivitas otot mereka. (8)

Neuromuscular tapping merupakan teknik pemasangan pita elastis pada kulit untuk memberi stimulasi yang membantu mengurangi tekanan dan memperlebar area yang tertutup, dengan tujuan pengobatan. Dalam rehabilitasi, *Neuromuscular tapping* digunakan untuk melancarkan aliran cairan tubuh, meningkatkan sirkulasi darah dan getah bening, mengurangi panas berlebih, serta meredakan peradangan dan rasa sakit. (9)

Dari latar belakang tersebut, “penelitian ini bertujuan mengetahui pengaruh gabungan dari pemberian *Massage*, *Mirror exercise*, dan *Neuromuscular tapping* pada penderita *Bell's palsy*. Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan kontribusi baru dalam pengembangan terapi rehabilitasi yang lebih efektif dan dapat meningkatkan kualitas hidup pasien dengan *Bell's palsy*”.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian ini adalah *case report* yang dilakukan di Sragi Kabupaten Pekalongan, terapi ini dilakukan sebanyak 6 kali terapi selama 3 minggu intervensi dengan evaluasi sebanyak 2 kali. Pasien Nn. N berusia 26 tahun mengalami kekakuan, kedutan pada mata, bengkak, dan penurunan kemampuan fungsional pada sisi wajah *sinistra*. *Clinical finding* dilakukan dengan *informed consent* kepada pasien, serta dilakukan pemeriksaan spesifik berupa pemeriksaan kekuatan otot dengan *Manual Muscle Testing* (MMT) (tabel 1), pemeriksaan gerak dan fungsional wajah dengan Skala Ugo Fisch (tabel 2), dan pemeriksaan sensibilitas wajah (tabel 3).

Hasil dari pemeriksaan fisik ditemukan wajah bagian kiri pasien tampak bengkak dan kaku ketika digerakan, serta penurunan kemampuan fungsional wajah seperti: tidak mampu

mengerutkan dahi, sebagian kelopak mata tidak mampu menutup ketika memejamkan mata bola mata terbalik ke sisi atas, hidung tidak mampu kembang-kempis secara sempurna, bibir tidak mampu mencucu serta pada sudut mulut tidak mampu diangkat ketika tersenyum dan mengalami kebocoran saat berkumur. Palpasi dilakukan dan ditemukan spasme pada otot *zygomaricus mayor*. Pengukuran kekuatan otot memakai *Manual Muscle Testing* (MMT) memperlihatkan adanya penurunan pada kekuatan otot didapatkan nilai 0 pada *M. Nasalis*. Nilai 1 pada *M. Orbicularis oculi*, *M. Zygomaticus mayor*, dan *M. Obicularis oris*. Nilai 3 pada *M. Frontalis*, *M. Depresor septii*, dan *M. Depresor labii inferior*. Nilai 5 pada *M. Bucinator*, *M. Corrugator supercilli*, *M. Mentalis*, dan *M. Platysma*.

Untuk menilai fungsi motorik, dan megevaluasi kemampuan motorik otot wajah maka dilakukan pemeriksaan gerak dan kemampuan fungsional menggunakan Skala Ugo Fisch (tabel 2) pada 5 posisi berbeda yakni: “saat istirahat, mengerutkan dahi, menutup mata, tersenyum, dan mencucu atau bersiul”. Terdapat empat presentase penilaian untuk kelima posisi tersebut, yakni: “0%: asimetris komplit, tidak ada gerakan *volunteer*, 30%: simetris ringan, kesembuhan cenderung asimetris, ada gerakan *volunteer*, 70%: simetris cukup, kesembuhan parsial ke arah simetris, 100%: normal, simetris komplit”. Angka presentase tersebut selanjutnya diubah menjadi poin dengan kriteria: istirahat (poin 20), mengerutkan dahi (poin 10), menutup mata (poin 30), tersenyum (poin 30), dan mencucu/bersiul (poin 10). Hasil penilaian dari presentase penilaian dikali masing-masing poin. (tabel 2). “Nilai akhirnya adalah *score* keseluruhan lima aspek penilaian tersebut. Derajat I: normal (100 point), Derajat II : kelompok ringan (75-99 point) Derajat III : kelompok sedang (50-74 point) Derajat IV : kelompok sedang berat (49-25 point) Derajat V : kelompok berat (1-24 point). Derajat VI : kelompok total (0 point).

Pada pemeriksaan sensibilitas menggunakan benda (dapat menggunakan ujung hammer) bertekstur tajam, tumpul, kasar, dan halus hasilnya sempurna karena tidak terdapat permasalahan pada sensibilitas. (tabel 3)

Tabel 1. Pemeriksaan Kekuatan Otot Menggunakan *Manual Muscle Testing* (MMT)

Nama otot	Fungsi	Nilai
<i>M. frontalis</i>	Mengerutkan dahi	3
<i>M. orbicularis oculi</i>	Menutup mata	1
<i>M. zygomaticus mayor</i>	Tersenyum	1
<i>M. obicularis oris</i>	Mencucu dan bersiul	1
<i>M. bucinator</i>	Merapatkan bibir	5
<i>M. depresor septi</i>	Menarik hidung ke bawah	3
<i>M. corrugator supercilli</i>	Menggerakkan kedua alis	5
<i>M. nasalis</i>	Mengembang kempiskan hidung	0
<i>M. depresor labii inferior</i>	Menarik bibir kebawah	3
<i>M. mentalis</i>	Menarik ke atas ujung dagu	5
<i>M. platysma</i>	Merenggangkan kulit leher	5

Pada pengukuran kekuatan otot menggunakan MMT ditemukan adanya penurunan kekuatan otot wajah pasien.

Tabel 2. Pemeriksaan Gerak dan Fungsional Menggunakan Skala Ugo Fisch

Posisi Wajah	Presentase	Poin	Presentasi x Poin
Saat diam	70%	20	70% x 20 = 14
Mengerutkan dahi	70%	10	70% x 10 = 7
Menutup mata	30%	30	30% x 30 = 9
Tersenyum	0%	30	0% x 30 = 0
Mencucu/bersiul	30%	10	70% x 10 = 7
Jumlah		33 (derjat IV: Kelompok sedang berat)	

Pada pemeriksaan gerak dan fungsional menggunakan Skala Ugo Fisch didapatkan hasil 33 , yang artinya masuk ke dalam derajat IV dengan kelumpuhan sedang berat.”

Tabel 3. Pemeriksaan Sensabilitas

Pemeriksaan	Hasil
Sentuhan ringan	Utuh
Sentuhan rasa kasar	Utuh
Sentuhan rasa halus	Utuh
Sentuhan rasa tumpul	Utuh
Sentuhan rasa tajam	Utuh
Sentuhan diskriminasi 2 titik	Utuh

Pada pemeriksaan sensabilitas menggunakan beberapa benda dengan tekstur kasar, halus, tumpul, dan tajam didapatkan hasil normal karena Nn. N dapat menebak semua tekstur yang berarti sensabilitasnya utuh dan tidak ada permasalahan.

Pemberian intervensi pada *Bell's Palsy* meliputi *Massage*, *Mirror exercise*, dan *Neuromuscular tapping* yang dilakukan 2 kali seminggu selama 3 minggu. Terapi *massage* membantu pasien rileks dan mengurangi kekencangan wajah dengan merangsang otot dan jaringan di bawah kulit. Wajah dan leher dipijat selama 10 menit di setiap sisi. Pada langkah pertama pemijatan wajah dan leher, gunakan tiga jari untuk bergerak dari satu sisi ke sisi lain dengan gerakan memutar (*efflurage*), selama dua menit. Selama dua menit, gunakan ibu jari dan tiga jari untuk memijat pipi yang sakit, tarik ke arah mulut. Sebagai langkah terakhir, selama dua menit, Anda akan menepuk-nepuk dengan lembut untuk menyebarkan metode *tapotement* secara merata. (Gambar 1)

Mirror exercise membantu memperbaiki asimetri, meningkatkan mobilitas, dan mencegah ketidakseimbangan otot. Latihan otot wajah dengan umpan balik cermin-visual dikombinasikan dengan latihan melawan tahanan dengan bantuan terapis atau dengan bantuan mandiri. Semua latihan ditujukan kepada pasien dengan terapis memberikan instruksi kepada pasien untuk rutin melakukan *Mirror exercise* ini 2 kali sehari selama 10-15 menit selama 6 minggu berturut-turut di luar sesi terapi (10). Untuk macam-macam gerakannya ada gerakan mengangkat alis, gerakan membuka tutup mata, gerakan mengerutkan dahi, gerakan tersenyum pada bibir, gerakan mencucu, gerakan mengembang kempiskan hidung, dan mengucapkan huruf vokal A, I, U, E, O. Lakukan gerakan di depan cermin dengan 8 kali pengulangan pada setiap gerakan. Jika pasien belum mampu mampu menggerakkan otot-otot wajahnya maka berikan bantuan secara pasif oleh pasien sendiri atau dari terapis. (Gambar 2).

Neuromuscular tapping teknik pemasangan pita elastis pada kulit untuk memberikan stimulasi yang membantu mengurangi tekanan dan memperlebar area yang tertutup, dengan tujuan pengobatan. Tape dipasang di titik motorik pada *M. Occipitofrontalis*, *M. Temporalis*, *M. Masseter* dengan beberapa ukuran. Pada *M. Occipitofrontalis* Tape I berbentuk kipas empat *strips* dengan panjang 5 cm dan lebar 2,5 ditempelkan pada atas alis tepat di bawah anak rambut (Gambar 3). Tape II berbentuk kipas empat *strips* panjang 4 cm, lebar 2,5 cm ditempelkan pada bagian bawah mata (Gambar 4). Pada *M. Temporalis* Tape III berbentuk kipas tiga *strips* panjang 5 cm, lebar 2,5 cm ditempelkan pada samping mata (Gambar 5). Pada *M. Masseter* Tape IV berbentuk kipas tiga *strips* panjang 10 cm, lebar 2,5 cm tempelkan di antara pipi dan rahang (Gambar 6). Tape V berbentuk kipas dua *strips* panjang 15 cm dan lebar 2,5 cm ditempelkan dari bawah telinga sampai dagu di bawah bibir (Gambar 7).



Gambar 1. Massage



Gambar 2. Mirror Exercise



Gambar 3. Taping Otot
M. Occipitofrontalis pada
bagian diatas alis



Gambar 4. Taping Otot
M. Occipitofrontalis pada
bagian dibawah mata



Gambar 5. Taping Otot
M. Temporalis pada bagian
samping mata



Gambar 6. Taping Otot
M. Masseter pada bagian
pipi dan rahang



Gambar 7. Taping Otot
M. Masseter pada bagian bawah telinga sampai dagu

HASIL

Hasil penelitian selama 3 minggu dengan 6 kali sesi terapi menunjukkan bahwa pemberian intervensi fisioterapi berupa *Massage*, *Mirror exercise*, dan *Neuromuscular tapping* didapatkan hasil yang menunjukkan adanya peningkatan kekuatan otot seperti tabel berikut:

Tabel 4. Hasil Penilaian Kekuatan Otot Wajah Menggunakan Manual Muscle Testing

Nama otot	T0	T6
<i>M. frontalis</i>	3	5
<i>M. orbicularis oculi</i>	1	3
<i>M. zygomaticus mayor</i>	1	3
<i>M. obicularis oris</i>	1	3
<i>M. bucinator</i>	5	5
<i>M. depressor septi</i>	3	5
<i>M. corrugator supercilli</i>	5	5
<i>M. nasalis</i>	0	5
<i>M. depressor labii inferior</i>	3	5
<i>M. mentalis</i>	5	5
<i>M. platysma</i>	5	5

Hasil evaluasi selama 6 kali terapi pada kekuatan otot wajah dengan MMT terdapat peningkatan dari T0-T6. Pemberian intervensi fisioterapi berupa *Massage*, *Mirror exercise*, dan *Neuromuscular tapping* dapat mengurangi spasme dan meningkatkan kekuatan otot wajah dapat dilihat dari perubahan nilai pada beberapa otot seperti: (1) *M. Frontalis* dari 3 menjadi 5, (2) *M. Orbicularis oculi* dari 1 menjadi 3, (3) *M. Zygomaticus mayor* dari 1 menjadi 3, (4) *M. Obicularis oris* dari 1 menjadi 3, (5) *M. Depressor septi* dari 3 menjadi 5, (6) *M. Nasalis* dari 0 menjadi 5, (7) *M. Depressor labii inferior* dari 3 menjadi 5.

Tabel 5. Hasil Penilaian Kemampuan Fungsional Wajah Menggunakan Skala Ugo Fisch

Posisi Wajah	T0	T6
Saat diam	14	20
Mengerutkan dahi	7	10
Menutup mata	9	21
Tersenyum	0	21
Bersiul	3	7
Jumlah	33 (derajat IV: kelumpuhan sedang berat)	78 (derajat II: kelumpuhan ringan)

Hasil evaluasi selama 6 kali terapi pada kemampuan fungsional wajah dengan Skala Ugo Fisch terdapat peningkatan dari T0-T6. Pemberian intervensi fisioterapi berupa *Massage*, *Mirror exercise*, dan *Neuromuscular tapping* dapat meningkatkan kemampuan fungsional wajah dilihat dari peningkatan nilai dari 33 yang masuk dalam kategori derajat IV (kelumpuhan sedang berat) menjadi 78 yang masuk dalam kategori derajat II (kelumpuhan ringan). Pada posisi diam dan mengerutkan dahi pasien mendapatkan nilai sempurna yang artinya pada kedua posisi tersebut sudah kembali seperti semula tanpa keluhan.

PEMBAHASAN

Bell's palsy adalah “suatu kondisi neurologis ditandai dengan kelemahan atau kelumpuhan otot wajah secara tiba-tiba pada satu sisi wajah”. Kondisi ini terjadi akibat peradangan atau kompresi pada saraf kranial ketujuh (saraf fasialis), yang bertanggung jawab mengontrol otot-otot wajah (2). Namun ada berapa hal yang menjadi dugaan penyebab seseorang terkena *Bell's palsy*

seperti hamparan angin kencang dari kipas angin atau berkendara tanpa menggunakan pelindung diri seperti helm dan masker (11).

Hasil Penelitian pemberian *Massage*, *Mirror exercise*, dan *Neuromuscular tapping* selama 6 kali terapi memberikan perubahan yang signifikan pada kekuatan otot dan kemampuan fungsional wajah pada pasien *Bell's Palsy sinistra*. Pada terapi pertama hasil pengukuran dengan *Manual Muscel Testing* (MMT) adanya penurunan pada kekuatan otot didapatkan nilai 0 pada *M. Nasalis*. Nilai 1 pada *M. Orbicularis oculi*, *M. Zygomaticus mayor*, dan *M. Obicularis oris*. Nilai 3 pada *M. Frontalis*, *M. Depresor septii*, dan *M. Depresor labii inferior*. Nilai 5 pada *M. Bucinator*, *M. Corrugator supercilli*, *M. Mentalis*, dan *M. Platysm* dan Skala Ugo Fisch menunjukkan skor 33 point yang masuk dalam kategori derajat IV (kelompok sedang berat). Pada terapi ke 6 atau terakhir menunjukkan adanya peningkatan kekuatan otot nilai 5 pada gerakan mengerutkan dahi, merapatkan bibir, menarik hidung ke bawah, menggerakkan kedua alis, menggebang kempiskan hidung, menarik bibir ke bawah, menarik ke atas ujung dagu, meregangkan kulit leher. Nilai 3 pada gerakan menutup mata, tersenyum, mencucu dan bersiul dan skor menjadi 78 point masuk dalam kategori derajat II (kelompok ringan). Perubahan nilai *Manual Musle Testing* (MMT) dan point Skala Ugo Fisch menunjukkan bahwa terdapat perbaikan fungsi motorik wajah. Pemberian *Massage*, *Mirror Exercise*, dan *Neuromuscular Tapping* ini efektif dalam mempercepat pemulihan pasien.

Massage mengacu pada praktik pemberian tekanan pada area tubuh tertentu untuk mempercepat proses penyembuhan. Memberikan *masaage* pada kulit bertujuan untuk meningkatkan suhu kulit sehingga dapat menurunkan resistensi kulit, efek *massage* pada otot dan jaringan lunak adalah untu menjaga otot dalam kondisi terbaik dari segi nutrisi, fleksibilitas, dan vitalidas sehingga setelah mengalami trauma otot dalam kondisi maksimal (12). “*Massage* yang diberikan pada kasus *Bell's Palsy* dapat membantu memperlancar aliran darah dan cairan tubuh, sehingga nutrisi dan oksigen dapat sampai ke sel-sel tubuh dengan baik, yang pada akhirnya memberi efek relaksasi” (13). Hal ini sesuai dengan penelitian (7) bahwa “pemberian *Massage* pada kasus *Bell's Palsy* bertujuan untuk merangsang otot dan jaringan bawah kulit, sehingga membantu memberikan rasa rileks dan mengurangi kekakuan pada wajah”.

Mirror exercise untuk mendorong pergerakan pada sisi wajah yang cedera dengan memberikan masukan visual dari sisi yang sehat. “Latihan ini pasien diminta melakukan gerakan dari wajah di depan cermin seperti: mengangkat alis, buka tutup mata, mengerutkan dahi, tersenyum pada bibir, mencucu pada, mengembang kempiskan hidung, mengucap haruf vokal A I U E O” (8). sesuai penelitian (14) *Mirror exercise* memperkuat otot, meningkatkan kemampuan gerakan, dan memperbaiki keseimbangan wajah agar terlihat lebih simetris.

Neuromuscular Taping yaitu teknik pemasangan pita elastis pada kulit untuk memberikan stimulasi yang membantu mengurangi tekanan dan memperlebar area yang tertutup, dengan tujuan pengobatan. Dalam rehabilitasi, *Neuromuscular tapping* digunakan untuk melancarkan aliran cairan tubuh, meningkatkan sirkulasi darah dan getah bening, mengurangi panas berlebih, serta meredakan peradangan dan rasa sakit (9). Sesuai penelitian (15) *Neuromuscular tapping* secara konsisten membantu meningkatkan fungsi otot wajah karena teknik ini bisa merangsang reseptor kulit, yang memicu gerakan mikro pada otot.

SIMPULAN

Berdasarkan observasi permasalahan dan disesuaikan dengan keadaan pasien, maka “intervensi fisioterapi pada *Bell's Palsy Sinistra* yaitu *Massage*, *Mirror exercise*, *Neuromuscular tapping*, serta edukasi yang dilakukan 6 kali terapi dengan evaluasi menggunakan MMT dan Skala Ugo Fisch didapatkan hasil adanya penurunan spasme otot sisi wajah *sinistra*, peningkatan kekuatan otot wajah *sinistra*, dan peningkatan kemampuan fungsional wajah. Hal tersebut dapat dilihat dari peningkatan nilai kekuatan otot-otot wajah pada pengukuran *Manual Muscle Testing* (MMT), dan

peningkatan nilai kemampuan fungsional wajah dengan Skala Ugo Fisch dari derajat IV (kelumpuhan sedang berat) menjadi derajat II (kelumpuhan ringan).”

DAFTAR PUSTAKA

1. Zhang W, Xu L, Luo T, Wu F, Zhao B, Li X. The etiology of Bell's palsy: a review. *J Neurol*. 2020;267(7):1896–905.
2. Atha FA, Puspitasari RD, Komala R. Bell ' s Palsy : Tinjauan Pustaka. 2025;3.
3. Aji GS, Wibisono I. Penatalaksanaan Fisioterapi Dengan Infrared (Ir), Massage Exercise Dan Mirror Exercise Pada Bell ' S. 2024;01(02):102–9.
4. Ramadani PA, Triyanita M. Penatalak Sanaan Fisioterapi Dengan Electrical Stimulation Dan Massage Untuk Meningkatkan Kekuatan Otot Pada Penderita Bell ' S Palsy. 2024;5(September):5848–56.
5. Putri ZR. Bell's Palsy: Diagnosis dan Tata Laksana. *Cermin Dunia Kedokt*. 2022;49(8):431–4.
6. Fagni N, Paternostro F, Branca JJV, Salerni L, Mandalà M. Prognosis and Chances of Recovery in Bell's Palsy. *Inferm J*. 2024;3(2):113–6.
7. Sofyan Muhammad, Pajar Haryanto dan DK. Penatalaksanaan fisioterapi pada kasus bell's palsy 1. 2024;70(2):49–54.
8. Latuamury R, Yuliati A, Firmansyah LA, Malang UM, Kunci K, Bell's Palsy :, et al. Pengaruh Electrical Stimulation Dan Mirror Therapy Exercise Pada Kasus Bells Palsy. *J Ilm Multi Disiplin Indones*. 2023;2(9):1882–9.
9. Zein RH, Jannah M, Sari IP. Pengaruh Intervensi Massage , Neuromuscular Taping Dan Mirror Exercise Pada Penderita Bell ' S Pals Y. 2025;1(5):1152–7.
10. Kandakurti PK, Shanmugam S, Basha SA, Amaravadi SK, Suganthirababu P, Gopal K, et al. The effectiveness of low-level laser therapy combined with facial expression exercises in patients with moderate-to-severe Bell's palsy: A study protocol for a randomised controlled trial. *Int J Surg Protoc* [Internet]. 2020;24:39–44. Available from: <https://doi.org/10.1016/j.isjp.2020.11.001>
11. Fitriyani E, Untari NKSD. Faktor Resiko Yang Berhubungan Dengan Bell's Palsy. *J Soc Sci Res*. 2023;3:6607–23.
12. Ningsih D, Widodo A, Kusumawati A. Rehabilitation Program for Bell's Palsy Patients-Case Report. *Innov Physiother Community Increasing Phys Act Dur Pandemic Covid-19*. 2021;563–71.
13. Kurniawati D, Widiarti AW. Pengaruh Massage Punggung Terhadap Insomnia Pada Lansia. *J Fisioter dan Rehabil*. 2023;8(1):111–6.
14. Zalfa F, Santoso TB, Fauzan M. Meningkatkan Kekuatan Otot Dan Fungsional Pada Kasus Bell ' S Palsy : A Case Report. 2024;39–48.
15. Kristanti V, Hargiani FX, Kusuma WT, Halimah N. Efektifitas Neuromuscular Taping Method untuk Memperbaiki Fungsional Otot Wajah pada Bell's Palsy. *J Penelit Kesehat Suara Forikes*. 2022;13(1):113–6.