

**Pedoman Oral Care untuk  
Pencegahan Pneumoni Aspirasi pada Lanjut Usia**

**dikembangkan oleh CeFAS URINDO  
Bekerjasama dengan ERIA**



# **PEDOMAN ORAL CARE** **untuk Pencegahan** **Pneumoni Aspirasi pada Lansia**

## **PENANGGUNGJAWAB:**

**Prod. Dr. Tri Budi Wahyuni Rahardjo**

## **TIM PENULIS:**

**Dr. Susiana Nugraha, MN**

**Lisna Agustina, M.Kep**

**Asyfa Robiatul Adawiyah, M.Kes**

## **KONTRIBUTOR:**

**Prof. Misako Higashijima, PhD**

**Prof. Nobue Watanane, PhD**

**Prof. Yuko Hirano, PhD**

**Dini Agustin, M.Kesos**

**Dr. Tri Suratmi**

**Dr. Soedibyo Alimoesa**

**drg. Endang Jeniati**

**Biben Fikriana, M.Kep**

**Centre for Family and Ageing Studies (CeFAS)**  
**Universitas Respati Indonesia 2022**

# Daftar Isi

<b>KATA PENGANTAR</b>	<b>III</b>
<b>DAFTAR ISI</b>	<b>IV</b>

<b>BAB 1</b>	
<b>Pendahuluan</b>	<b>1</b>
<b>A. Perkembangan Penduduk Lanjut Usia Indonesia</b>	<b>2</b>
<b>B. Proses Penuaan</b>	<b>3</b>
1. Perubahan Biologis (perubahan fisik)	5
2. Perubahan Sistem Sensori	6
3. Perubahan Sistem Pencernaan	6
4. Perubahan Sistem Kardiovaskuler	7
5. Perubahan Sistem Pernafasan	7
6. Perubahan Sistem Endokrin	8
7. Perubahan Sistem Eliminasi	9
8. Perubahan Sistem Saraf Pusat	10
9. Perubahan Sistem Muskuloskeletal	11

<b>BAB 2</b>	
<b>Anatomi Fisiologi Sistem Pencernaan</b>	<b>12</b>
<b>A. Anatomi Sistem Pencernaan</b>	<b>13</b>
<b>B. Fisiologi Sistem Pencernaan</b>	<b>14</b>
1. Sistem Saraf	14
2. Sistem Sensoris	16
3. Pergerakan (otot)	17
4. Refleks inferior (menelan)	18

<b>BAB 3</b>	
<b>Efek Penuaan pada Proses Menelan</b>	<b>20</b>
A. Efek penuaan pada organ sensorik dan saraf perifer sensorik ( <i>aferen</i> )	22
B. Efek Penuaan pada penyampaian informasi dari saraf perifer ( <i>aferen</i> )	23
<b>BAB 4</b>	
<b>Permasalahan dalam Proses Menelan</b>	<b>26</b>
A. Disfagia	27
B. Aspirasi	28
1. Tanda-Tanda Aspirasi	30
2. Orang yang Mudah Terjadi Aspirasi	30
C. Tersedak	31
1. Tanda dan Gejala Tersedak	31
2. Orang yang Mudah Tersedak	32
<b>BAB 5</b>	
<b>Pemeriksaan dan Penanganan Gangguan Fungsi Menelan</b>	<b>26</b>
A. Pemeriksaan Tersedak	34
1. Observasi Tanda Tersedak	42
2. Penanganan Tersedak	43
B. Pemeriksaan Aspirasi	36
1. Observasi Tanda Aspirasi	37
2. Kegagalan Penutupan Langit-Langit Tekak	38
3. Suara Napas Berlendir	39

**BAB 6****Memberikan Bantuan Makan yang Tepat dan Aman**

- |  |    |
|--|----|
| A. Posisi Saat Memberikan Bantuan Makan                | 41 |
| 1. Memberikan Bantuan Makan Dengan Posisi Berhadapan   | 44 |
| 2. Memberikan bantuan Makan Dengan Posisi dari Samping | 45 |
| B. Posisi Salah dalam Memberikan Bantuan makan         | 53 |
|  | 47 |

**BAB 7****Membantu Makan dan Minum Sesuai Kondisi**

- |   |    |
|---|----|
| A. Membantu Makan   | 41 |
|   | 49 |
| 1. Ukuran makanan untuk satu suapan                             | 49 |
| 2. Arah Sendok  | 50 |
| 3. Posisi Sendok di Dalam Rongga Mulut (Saat Sendok Diletakkan) | 52 |
| B. Membantu Minum   | 58 |
| 1. Memberikan Bantuan Minum dengan Sendok                       | 58 |
| 2. Memberikan Bantuan Minum dengan Menggunakan Gelas            | 59 |
| C. Hal yang Harus Diperhatikan Saat Memberi Makan               | 60 |
| 1. Perhatikan Proses Menelan                                    | 60 |
| 2. Makanan terlalu lama didalam rongga mulut tanpa dikunyah     | 61 |
| D. Periksa Sisa Makanan   | 64 |
| 1. Masalah pada Tahap Mengunyah                                 | 64 |
| 2. Masalah pada Tahap Penghancuran Makanan di Mulut             | 64 |

- |   |    |
|---|----|
| 3. Adanya Masalah pada Tahap Pengiriman Makanan dari Mulut ke Tenggorokan | 64 |
| 4. Tindakan Sesudah Makan   | 64 |
| E. Posisi Tubuh Lansia Pada Saat Makan                                    | 66 |
| 1. Postur Duduk Stabil  | 66 |
| 2. Pasien dengan kondisi kusus  | 67 |
| 3. Poin Evaluasi  | 68 |
| 4. Perawatan Khusus   | 69 |
| F. Mengatur Kursi roda pada saat Makan                                    | 70 |
| 1. Periksa Kursi Roda yang Akan Digunakan                                 | 70 |
| 2. Merancang kursi roda dengan detail agar pas dengan tubuh.              | 71 |

**BAB 8****Pengenalan Alat Makan dan Minum Khusus Lansia**

- |  |    |
|--|----|
| A. Pengenalan bermacam-macam alat makan dan alat bantu makan | 80 |
| B. Mengatur Posisi Tangan saat makan                         | 82 |
| C. Memilih Meja Makan yang Tepat                             | 83 |

**BAB 9****Latihan untuk Mempertahankan Fungsi Menelan**

- |   |    |
|---|----|
| A. Senam Mulut dan Wajah                                | 84 |
| B. Senam PA TA KA RA                                    | 85 |
| C. Senam untuk Mempertahankan & Memperkuat Otot Menelan | 87 |
| D. Senam memperkuat otot tangan dan Jari                | 90 |
|   | 91 |

**PENUTUP****DAFTAR PUSTAKA**

- |  |    |
|--|----|
|  | 92 |
|  | 94 |

ISBN 978-623-455-385-7



9 786234 553857

