

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kesehatan merupakan peran penting kehidupan agar beraktivitas dengan lancar tanpa hambatan. Gangguan kesehatan itu sendiri bermacam-macam, bisa terjadi karena kebiasaan kecil yang diabaikan, cedera berulang, dan trauma atau suatu kejadian seperti salah satu contohnya nyeri tumit atau nyeri telapak kaki yang dirasakan setiap bangun tidur di pagi hari. Adapun kesehatan menurut islam yaitu sehat jasmani dan rohani, seperti yang tercantum pada ayat suci Al-Qur'an dibawah ini :

وَإِذَا مَرَضْتُ فَبِهِوَ يَشْفِينِ

Wa idzaa maridhtu fa huwa yasyfiin

Artinya :

“Dan apabila aku sakit, Dia lah yang menyembuhkan aku (Qs. As-Syu'ra: 80)”.

Tumit atau telapak kaki merupakan bagian tubuh yang memiliki fungsi utama sebagai tumpuan gerak dalam beraktivitas, termasuk para pekerja kantoran yang selalu mengenakan sepatu heel, sepatu pantofel, sepatu safety, dan lain-lain dengan pemakaian waktu yang lama akan mengakibatkan gangguan nyeri *Plantar Faciitis*. Hal itu menyebabkan rasa nyeri tertusuk dan terasa tebal pada tumit atau telapak kaki secara terus

menerus jika tidak dicegah dengan cara perawatan dan terapi. Banyak sekali peran tenaga kesehatan yang mengerti tentang cara mengobati, menyembuhkan, dan memulihkan gangguan tersebut, terlebih lagi peran tenaga kesehatan Fisioterapi yang mampu mendiagnosa secara manual, mengaplikasikan modalitas yang sesuai dengan kondisi kasus dan melakukan terapi latihan yang sesuai dengan kondisi pasien untuk memberikan perubahan yang membaik pada pasien sesuai dengan kondisinya.

Plantar Faciitis (PF) merupakan kondisi umum yang menyebabkan nyeri tumit dan lengkung medial. Kondisi kaki yang paling terlihat dalam keseharian adalah adanya pembebanan yang berkepanjangan mengakibatkan perubahan adaptif pada *fascia* (Sillevis et al., 2020).

Plantar Faciitis merupakan jaringan ikat fibrosa yang tebal dan kuat memanjang dari *tuberositas medial calcaneus* dan menjadi tiga pita menempel ke basis *phalanges proksimal* atau sendi *metatarsophalanges* ke lengkung *longitudinal medial* kaki (Fasia et al., 2020).

Prevalensi angka kejadian *Plantar Faciitis* dari penelitian yang dilakukan oleh Suzan ditemukan bahwa *Plantar Faciitis* menyumbang 41,5% masalah pada kasus *musculoskeletal* di setiap pusat perawatan tersier di California, Amerika Serikat. Sekitar 10% dari populasi tersebut mengeluh karena nyeri *Plantar Faciitis* dan menghasilkan satu juta kunjungan profesional untuk pengobatan setiap tahunnya (Hasmar., 2021).

Plantar Faciitis merupakan syndrome nyeri tumit atau telapak kaki yang berhubungan dengan peradangan atau inflamasi pada *fascia plantar* dengan adanya robekan kecil *apperoneus* di daerah yang melekat tulang tumit atau telapak kaki. *Fascia Plantar* merupakan lembaran serat tebal di jaringan ikat yang berasal dari *tuberculum medial calcaneus* dan menempel ke permukaan *plantar* dari sendi *metatarsophalanges*. Hal tersebut bertindak sebagai stabilitator statis dan dinamis dari lengkungan *longitudinal* kaki (Danilo Gomes de Arruda, 2021).

Tingginya resiko terjadi *Plantar Faciitis* sering disebabkan karena obesitas, pekerjaan atau aktivitas yang banyak berdiri serta berjalan, kehamilan, dan penggunaan alas kaki yang kurang tepat. Peran Fisioterapi dalam kondisi *Plantar Faciitis* ini adalah untuk mengurangi masalah kapasitas fisik, meningkatkan kemampuan fungsional, menambah fleksibilitas otot, dan mengedukasi program latihan dirumah.

Fisioterapi memiliki peran penting dalam pelayanan kesehatan yang ditujukan kepada individu, kelompok atau masyarakat tentang mengembangkan dan memulihkan system gerak anggota badan yang mengalami gangguan dan cidera. Fisioterapi harus dilibatkan dalam peran penting pada kasus nyeri *Plantar Faciitis* karena diharapkan masyarakat yang mengalami nyeri tumit dapat mengetahui tanda dan gejala tersebut untuk dilakukan pemeriksaan dan tidak mengabaikannya (Yuliani, D. D., & Isnaini Herawati, S. P., 2018).

Penelitian yang akan dilakukan berdasarkan permasalahan diatas, rasa nyeri kondisi *Plantar Faciitis* tersebut dapat diminimalisirkan dengan terapi yang langsung tertuju pada otot, ligament, tulang dan jaringan lainnya. Maka dari itu, penulis akan membahas dengan judul :

“APLIKASI *ULTRASOUND THERAPY, MYOFASIAL RELEASE, DAN STRETCHING EXERCISE* UNTUK MENGURANGI NYERI PADA KONDISI *PLANTAR FACIITIS DEXTRA*”.

1.2 Identifikasi Masalah

Identifikasi Masalah yang dialami pasien pada kondisi nyeri *Plantar Faciitis* dalam Karya Tulis Ilmiah ini, sebagai berikut :

1. Nyeri telapak kaki kanan
2. *Spasme otot tendon achilles dextra*
3. Keterbatasan aktivitas fungsional; berjalan, berlari, jinjit
4. Faktor trauma kecelakaan dan cedera berulang penggunaan sepatu safety

1.3 Pembatasan Masalah

Adapun pembatasan masalah dari identifikasi masalah diatas hanya membahas untuk mengurangi derajat nyeri menggunakan modalitas *Ultrasound Therapy (UST)*, *Myofasial Release (MFR)* dan *Stretching Exercise*, serta menggunakan instrument pengukuran *Visual Analog Scale (VAS)* kondisi *Plantar Faciitis Dextra*.

1.4 Perumusan Masalah

Adapun perumusan masalah yang akan dibahas pada kondisi nyeri *Plantar Faciitis Dextra*, sebagai berikut :

1. Apakah modalitas *Ultrasound Therapy, Myofasial Release, dan Stretching Exercise* berpengaruh efektif untuk mengurangi nyeri pada kondisi *Plantar Faciitis Dextra?*.

1.5 Tujuan Penelitian

1.5.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui bagaimana penatalaksanaan dan penanganan fisioterapi pada kondisi nyeri *Plantar Faciitis Dextra*.

1.5.2 Tujuan Khusus

Untuk mengetahui pengaruh *Ultrasound Therapy, Myofasial Release* dan *Stretching Exercise* dalam mengurangi nyeri *Plantar Faciitis Dextra*.

1.6 Manfaat Penelitian

Adapun rumusan masalah yang akan dibahas selanjutnya dalam kondisi nyeri pada *Plantar Faciitis* sebagai berikut :

1. Bagi Institusi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dan pengetahuan untuk mahasiswa/i fisioterapi dalam kemajuan dan pengembangan bidang kesehatan serta dapat menjadi bahan kajian penelitian lebih lanjut.

2. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat mengetahui pengaruh yang efektif dari pemberian terapi aplikasi *Ultrasound Therapy, Myofasial Release* dan *Stretching Exercise* dalam mengurangi nyeri pada kondisi *Plantar Faciitis Dextra*.

3. Bagi Pasien

Hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kemampuan aktivitas pasien secara normal tanpa hambatan dan keluhan.

4. Bagi Teman Sejawat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dan bahan pembelajaran serta bahan evaluasi dalam pengembangan ilmu dan penatalaksanaan fisioterapi.

5. Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber pengetahuan bagi masyarakat tentang cedera atau kondisi gangguan lainnya yang mengalami keterbatasan dan sebagai sumber kesadaran akan pentingnya merawat, serta menjaga kesehatan.