

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Sehat merupakan kondisi badan seseorang serta bagian-bagian lainnya terbebas dari penyakit maupun kelemahan atau cacat. Masalah kesehatan merupakan masalah sangat penting dalam siklus kehidupan dan salah satu dari permasalahan salah satunya *flat foot* atau kaki datar.

Dalam AL-Qur'an terdapat ayat-ayat Allah telah mengisyaratkan agar kita hidup seimbang, sebagaimana Allah telah menjadikan alam beserta isinya berada dalam sebuah keseimbangan :

الَّذِي خَلَقَ سَبْعَ سَمَاوَاتٍ طِبَاقًا مَا تَرَى فِي خَلْقِ الرَّحْمَنِ مِنْ تَفْوُتٍ
فَارْجِعِ الْبَصَرَ هَلْ تَرَى مِنْ فُطُورٍ ۚ

Yang menciptakan tujuh langit berlapis-lapis. Tidak akan kamu lihat sesuatu yang tidak seimbang pada ciptaan Tuhan Yang Maha Pengasih. Maka lihatlah sekali lagi, adakah kamu lihat sesuatu yang cacat?' (QS. Al-Mulk ayat 3).

Kondisi *flat foot* atau *pes planus* merupakan salah satu gangguan *muskuloskeletal* yang sering terjadi karena ada permasalahan di *arcus* dimana kondisi *arcus medial longitunal* berkurang atau tidak terlihat (Nurhayati et al., 2022). Berkurangnya *area medial arch* bisa menyebabkan kehilangan stabilitas serta kemiringan paha bagian bawah yang disebut kaki rata atau *flat foot* (Wibowo et al., 2019). Prevalensi *flat foot* pada anak cukup tinggi. Ditemukan data prevalensi

flat foot pada anak usia 3 tahun telah mencapai 62,8% dan 50% pada usia 6 tahun. Di kota Surakarta sebanyak 27,5% pada usia anak 6-12 tahun mengalami kondisi *flat foot*. (Latifah et al., 2021).

Problematika pada *flat foot* yaitu adanya permasalahan *arcus*. Berbagai permasalahan yang muncul akibat *flat foot* antara lain *nyeri*, meningkatnya resiko *cedera*, gangguan keseimbangan, dan *deformitas* berlanjut apabila tidak mendapat penanganan yang tepat (Setyaningrahayu et al, 2020).

Peranan fisioterapi yang dapat diberikan menggunakan terapi latihan. Terapi latihan merupakan salah satu modalitas fisioterapi dengan menggunakan gerak tubuh secara aktif maupun pasif untuk pemerliharaan dan perbaikan kekuatan, ketahanan dan kemampuan kardiovaskuler, mobilitas dan fleksibilitas, stailitas, rileksasi, koordinasi, keseimbangan dan kemampuan fungsional (Putri et al., 2021). Program latihan salah satu yang akan diberikan kebutuhan kepada pasien atau klien yaitu *short foot exercise dan tibialis posterior strengthening*. *Short foot excercise* adalah latihan *sensorik motorik* yang mengaktifkan *ototintrinsik* kaki yang secara aktif membentuk lengkung *longitudinal* (Haq et al., 2021). Tujuannya untuk memperbaiki fungsi dan aktivitas *abductor pollicis muscle* yang berperan menahan berat badan dan mendorong tubuh kedepan selama *push off* dalam berjalan dan otot *flexor haluccis brevis* yang mempertahankan *arcus longitudinal medial* selama *fase terminal stance* saat berjalan dan untuk menjaga stabilitas. *Tibialis posterior strengthening* merupakan latihan penguatan otot pada *tibialis posterior muscle* yang merupakan bagian otot kaki ekstrinsik. Seperti halnya pada otot *tibialis posterior* dan *peroneus longus*, memberikan dukungan dinamis pada *arcus*

longitudinalmedial selama fase *stance* saat berjalan dan berkontribusi pada *stabilisasi* sendi *intertarsal* (Haq et al., 2021).

Berdasarkan penjelasan di atas penulis tertarik untuk mengangkat permasalahan dalam bentuk Karya Tulis Ilmiah dengan judul “*APLIKASI SHORT FOOT EXERCISE DAN TIBIALIS POSTERIOR STRENGTHENING PADA KONDISI FLAT FOOT*”.

1.2 Identifikasi Masalah

Problematika pada pasien *flat foot* dalam Karya Tulis Ilmiah ini yaitu sebagai berikut :

1. Gangguan keseimbangan,

Gangguan keseimbangan yang dijumpai pada pasien *flat foot* Sdr. P dan Sdr. F berupa gangguan keseimbangan statis dan dinamis

2. Kelemahan otot kaki

3. Pola berjalan yang tidak sesuai dengan pola jalan normal

1.3 Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, maka penulis membatasi masalah yang akan dibahas pada gangguan keseimbangan dinamis klien kondisi *flat foot* dengan pemberian tindakan fisioterapi berupa *Short Foot Exercise* dan *Tibialis Posterior Strengthening*.

1.4 Perumusan Masalah

Berdasarkan masalah di atas, peneliti merumuskan masalah :

Bagaimana pengaruh Pemberian *Short foot exercise* dan *tibialis posterior strengthening* untuk meningkatkan keseimbangan dinamis pada klien dengan kondisi *flat foot*?

1.5 Tujuan Penelitian

1.5.1 Tujuan Umum

1. Untuk mengetahui peran fisioterapi pada kondisi *flat foot*

1.5.2 Tujuan Khusus

1. Untuk mengetahui pengaruh *short foot exercise* terhadap keseimbangan dinamis pada kondisi *flat foot*
2. Untuk mengetahui pengaruh *tibialis posterior strengthening* terhadap keseimbangan dinamis pada kondisi *flat foot*

1.6 Manfaat Penelitian

Adapun manfaat penelitian dari karya tulis ilmiah ini adalah sebagai berikut :

1. Bagi Penulis

Sebagai sarana untuk memperdalam pengetahuan penulis tentang kasus *flat foot* serta bagaimana pelaksanaan fisioterapinya.

2. Bagi Institusi

Sebagai sarana untuk menyebarkan informasi dan pengetahuan tentang kasus *flat foot* kepada pembaca khususnya di Universitas Al-Irsyad Cilacap.

3. Bagi Masyarakat

Sebagai sarana untuk mengetahui informasi mengenai seberapa besar hubungan *short foot exercise* dan *tibialis posterior strengthening* terhadap keseimbangan *dinamis* pada kondisi *flat foot*.

4. Bagi Fisioterapi

Sebagai bahan *referensi* untuk penelitian selanjutnya tentang Aplikasi Terapi Latihan Untuk Peningkatan Keseimbangan *dinamis* pada kondisi *flat foot*

