

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Pada zaman modern seperti saat ini tren *fashion* juga semakin berkembang, salah satunya yaitu pemakaian sepatu hak tinggi atau *high heel*. Sepatu hak tinggi adalah sepatu yang membuat tumit pemakainya jauh lebih tinggi dari jari-jari kaki dan pemakainya terlihat lebih tinggi (Barnish *et al.*, 2018). Berbagai jenis model *high heel* pun menjadi favorit setiap wanita diantaranya (1) *stiletto* yang bentuk haknya runcing dan tipis dengan ketinggian mulai dari 2,5-25 cm, (2) *wedges* dengan bentuk hak yang menutupi sol sepatu bagian depan atau tengah hingga belakang, (3) *platform* dengan bentuk hak seperti *stiletto* dan bentuk solnya seperti *wedges*, (4) *boot heels* yaitu modifikasi dari sepatu *boot* selain haknya yang tinggi bagian atasnya bisa menutupi hingga atas mata kaki (Zetizen, 2016).

Alasan lain selain karena mengikuti mode *fashion* dan perkembangan zaman, hak tinggi juga sebagai salah satu tuntutan pekerjaan, misalnya saja pada pramuniaga atau *Sales Promotion Girl* (SPG). Menurut (Kamus Besar Bahasa Indonesia, 2016) pramuniaga adalah karyawan perusahaan dagang yang bertugas melayani konsumen.

Selain dituntut untuk cakap berkomunikasi dan berpenampilan menarik, SPG diwajibkan menggunakan sepatu hak tinggi serta diharuskan untuk selalu dalam posisi berdiri. Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilakukan oleh

peneliti menggunakan *nordi's body map* sekitar 45% mengalami nyeri pada bagian tumit. Pada saat bekerja para SPG menggunakan sepatu hak tinggi selama 8 jam dalam satu hari kerja dengan ketinggian hak berkisar antara 3 hingga 10 cm. Tercatat wanita pengguna sepatu hak tinggi di Amerika mencapai 37% dan sebanyak 78% wanita Inggris menggunakan sepatu hak tinggi dalam kesehariannya, kemudian sebanyak 55% pengguna sepatu hak tinggi mengeluhkan adanya ketidaknyamanan saat pemakaian sepatu dengan tinggi hak 6-9 cm (Baaklini *et al.*, 2017).

Dengan posisi kerja yang selalu dalam keadaan berdiri, maka keluhan berupa nyeri tumit atau *heel pain* merupakan hal yang sering dialami oleh SPG. Sekitar 11 sampai 15 % orang dewasa mengeluhkan adanya *heel pain* (Thomas *et al.*, 2010). Berdasarkan penelitian *International Journal of Physiotherapy and Research* tahun 2014, *plantar fasciitis* merupakan penyebab *heel pain* yang paling sering dialami orang dewasa dan diperkirakan berpengaruh sebanyak 10% dari total seluruh populasi. Salah satu gejala *plantar fasciitis* yaitu munculnya rasa nyeri saat beberapa langkah pertama di pagi hari yang sering disebut dengan *first-step pain* (Prakash & Misra, 2014). *Plantar fascia* merupakan *aponeurosis* yang terletak di *superficial* pada permukaan otot plantar, sedangkan *plantar fasciitis* adalah proses inflamasi dari *plantar fascia* tersebut (Chitara & Nishita, 2017).

Akibat dari adanya peradangan pada *plantar fascia*, sepanjang telapak kaki merasakan nyeri. Pasien biasanya melaporkan bahwa rasa nyeri yang dirasakan yaitu seperti terbakar, menusuk, atau tajam dan terlokalisasi di permukaan

*plantar*. Menurut (Williams & Craig, 2016) dalam *The International Association for the Study of Pain*, mendefinisikan nyeri adalah sebuah pengalaman menyusahkan yang terkait dengan kerusakan jaringan atau ancaman kerusakan jaringan dengan komponen sensorik, emosional, kognitif, dan sosial. Berbagai modalitas fisioterapi dapat digunakan untuk menurunkan nyeri pada *plantar fasciitis*, seperti *taping*, *night splint*, *myofascial release*, dan *muscle energy technique*.

Hendaknya kita sebagai manusia yang beriman, sebaiknya hanya berharap segala sesuatunya hanya kepada Allah SWT, meskipun kita telah berusaha namun semua akan kembali kepada Allah SWT, sesuai yang tertulis dalam *Al-Qur'an surah Ali Imran ayat 160* yang artinya: *jika Allah menolong kamu, maka tidak ada yang dapat mengalahkan mu, tetapi jika Allah membiarkanmu (tidak memberi pertolongan), maka siapa yang dapat menolongmu setelah itu? karena itu, hendaklah kepada Allah saja orang-orang mukmin bertawakal*. Oleh karena itu, apabila membutuhkan pertolongan untuk menyembuhkan penyakit yang diderita hendaknya hanya memohon kepada Allah SWT karena hanya Allah yang akan memberikan pertolongan kepada umat-NYA.

*Muscle energy technique* (MET) adalah salah satu teknik dari manual terapi yang menggunakan kontraksi secara sadar dari otot pasien dengan gerakan yang terkontrol melawan gerakan tahanan dari terapis. Menurut (Embaby *et al.*, 2017) MET merupakan sebuah teknik *stretching* aktif yang dalam pelaksanaannya melibatkan gerakan aktif dari pasien itu sendiri. Kelebihan dari MET yaitu tidak membutuhkan waktu yang lama dalam proses

aplikasinya, memungkinkan para terapis untuk kontak fisik dengan pasien, dan MET merupakan teknik kontraksi isometrik yang menggunakan kekuatan sangat kecil sehingga tidak menyakitkan atau berbahaya bagi pasien. Kontak langsung antara terapis dan pasien serta stimulasi pada otot agonis dan antagonis dipercaya dapat menurunkan persepsi dari rasa nyeri.

Berdasarkan hasil studi *International Journal of Recent Advances in Multidisciplinary Research* di India tahun 2017 mengatakan bahwa pemberian MET memberikan dampak terhadap penurunan skala nyeri VAS pada 30 orang sampel dengan *plantar fasciitis*. Namun penelitian tersebut lebih terfokus kepada rentang usia 20-60 tahun, dimana perbedaan antara usia tersebut sangatlah jauh dan banyak sekali faktor resiko yang mempengaruhi, salah satunya adalah adanya proses degenerasi yang akan berakibat pada perbedaan sistem muskuloskeletal. Maka dari itu peneliti tertarik dan ingin melakukan penelitian tentang Pengaruh Pemberian *Muscle Energy Technique* Terhadap Penurunan Nyeri *Plantar Fasciitis* Pada *Sales Promotion Girl* dengan pembaruan penelitian yang berpusat pada usia 25-30 tahun, karena rentang usia yang tidak terpaut jauh dan pada usia tersebut masih termasuk ke dalam usia produktif dimana masih aktif dalam bekerja.

## **B. Rumusan Masalah**

Apakah ada pengaruh pemberian *muscle energy technique* terhadap penurunan nyeri *plantar fasciitis* pada *sales promotion girl*?

## **C. Tujuan Penelitian**

Tujuan dari penelitian ini adalah:

### 1. Tujuan Umum:

Mengetahui pengaruh pemberian *muscle energy technique* pada penderita *plantar fasciitis* pada *sales promotion girl*.

### 2. Tujuan Khusus:

Mengetahui pengaruh pemberian *muscle energy technique* terhadap penurunan nyeri *plantar fasciitis* pada *sales promotion girl*.

## **D. Manfaat Penelitian**

Manfaat dari penelitian ini adalah:

### 1. Manfaat Teoritis:

Dapat mengetahui adanya pengaruh pemberian *muscle energy technique* (MET) terhadap pengurangan nyeri pada pengguna sepatu hak tinggi.

### 2. Manfaat Praktis:

Dapat mengetahui salah satu modalitas fisioterapi dalam mengurangi nyeri pada *plantar fasciitis* akibat dari penggunaan sepatu hak tinggi.