

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Kaki merupakan salah satu anggota gerak yang penting bagi manusia. Kaki digunakan beraktivitas dalam kehidupan sehari-hari untuk menyelesaikan pekerjaan dasar manusia baik berdiri, berjalan dan berlari. Namun masih banyak orang yang menganggap remeh tentang kesehatan kaki dan memberikan sedikit perhatian terhadap anggota gerak tersebut. Dalam beraktivitas, kaki akan menjadi tumpuan dasar manusia dapat melakukan segala kegiatannya, seperti beribadah solat. Kaki menjadi bagian tubuh yang menopang badan ketika beribadah. Adapun perintah mengerjakan solat seperti yang tercantum dalam ayat Al Quran berikut:

حَافِظُوا عَلَى الصَّلَوَاتِ وَالصَّلَاةِ الْوُسْطَىٰ وَقُومُوا لِلَّهِ قَانِتِينَ

”Peliharalah segala salat(mu), dan peliharalah salat *wusta*. Berdirilah karena Allah (dalam salatmu) dengan khusyuk”. (Qs. Al Baqarah : 238).

Saat berjalan maupun berdiri tulang pada tumit sampai jari-jari kaki berfungsi sebagai penyokong telapak kaki saat mempertahankan posisi, dimana saat penyokong kaki menjadi lebih kecil akan membuat kerja lebih dari fascia yang dapat berakibat *inflamasi* bahkan robek yang sering disebut *Fasciitis Plantaris*. Prevalensi untuk kasus ini pada sebuah penelitian relarif tinggi. Perkiraan 3,6% dalam sebuah populasi, 33,4% mengeluhkan mengalaminya. Kira-kira satu dari sepuluh orang akan mengalami nyeri

pada telapak kaki. (Hill, Gill, Menz, dan Taylor, 2008). Penyebab yang paling umumnya adalah tekanan biomekanik dari plantar fascia yang bisa saja karena kebiasaan kerja maupun obesitas. (Thomas et al., 2010). Faktor lain seperti pemakaian sepatu yang tidak sesuai, berdiri lama dan *flat foot*. (Mehdi-nasab, Sarrafan, Arti, Khorami, dan Rafatian, 2014). Tanda dan gejalanya adanya nyeri pada saat kontak pertama dengan lantai, saat bangun pada pagi hari, atau setelah beraktivitas lama berdiri dengan menumpu berat badan. Selain itu dorsiflexi dari ibu jari akan meningkatkan nyeri yang dirasakan oleh penderita (Purwanto Firmansyah R. dan Stefany, 2016).

Dengan menggunakan modalitas *Infrared* yang memberikan efek termal superfisialis *soft tissue* dengan waktu 15 menit dan ditambahkan *Stretching active* pada fascia yang dilakukan pasien oleh sendiri dengan instruksi dari terapis dapat berdampak pada pelepasan *adhesion* yang meningkatkan fleksibilitas fascia. Kontraksi yang dihasilkan dapat membuat pemanjangan dari tendon dan fascia, sehingga dengan adanya peningkatan kelenturan tersebut, *apponneurosis plantaris* lebih fleksibel dan secara perlahan nyeri berkurang serta meningkatkan *foot functional* pada penderita.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, didapatkan rumusan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana manfaat *Infrared* dan *Stretching* untuk kasus *Fasciitis Plantaris* pada pengurangan nyeri telapak kaki kiri?

2. Bagaimana manfaat penatalaksanaan fisioterapi untuk meningkatkan *foot functional* pada kasus *Fasciitis Plantaris*?

### **C. Tujuan Penulisan**

Berdasarkan rumusan masalah diatas, didapatkan tujuan penulisan sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui bagaimana manfaat *Infrared* dan *Stretching* untuk kasus *Fasciitis Plantaris* pada pengurangan nyeri telapak kaki kiri.
3. Untuk mengetahui bagaimana manfaat penatalaksanaan fisioterapi untuk meningkatkan *foot functional* pada kasus *Fasciitis Plantaris*.

### **D. Manfaat Penulisan**

Adapun manfaat yang ingin dicapai oleh penulis sebagai berikut:

1. Bagi Penulis

Untuk mengetahui manfaat dari *Infrared* dan *Stretching* untuk mengurangi nyeri dan meningkatkan *foot functional* pada kasus *Fasciitis Plantaris*.

2. Bagi Fisioterapi dan Institusi

Sebagai pemilihan intervensi untuk mengurangi nyeri dan meningkatkan *foot functional* pada kasus *Fasciitis Plantaris* dengan menggunakan modalitas *Infrared* dan *Stretching*.