



**PENATALAKSANAAN FISIOTERAPI PADA KASUS
PLANTAR FASCIITIS SINISTRA DI RUMAH SAKIT
BHAYANGKARA BRIMOB**

KARYA TULIS ILMIAH

ANISA NURHALIFAH

2310702008

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI FISIOTERAPI PROGRAM DIPLOMA TIGA
2026**



**PENATALAKSANAAN FISIOTERAPI PADA KASUS
PLANTAR FASCIITIS SINISTRA DI RUMAH SAKIT
BHAYANGKARA BRIMOB**

KARYA TULIS ILMIAH

**Diajukan Sebagai Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Ahli
Madya Kesehatan**

ANISA NURHALIFAH

2310702008

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI FISIOTERAPI PROGRAM DIPLOMA TIGA
2026**

PERNYATAAN ORISINALITAS

Karya Tulis Ilmiah ini adalah hasil karya sendiri dan semua sumber yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Anisa Nurhalifah

NIM : 2310702008

Tanggal : 18 Mei 2026

Bilamana dikemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 18 Mei 2026

Yang Menyatakan



(Anisa Nurhalifah)

PERNYATAAN PENGGUNAAN KECERDASAN BUATAN (AI)

Saya menyatakan bahwa dalam penyusunan Tugas Akhir ini, saya menggunakan teknologi Kecerdasan Buatan (AI) dengan platform NotebookLM, Paraphrasing Tool, Chat GPT, Perplexity, Gemini AI untuk tujuan pemeriksaan dan perbaikan tata bahasa, merangkum isi sumber dan saya bertanggung jawab penuh atas keakuratan, orisinalitas, dan integritas seluruh isi Tugas Akhir ini

Nama : Anisa Nurhalifah

NIM : 2310702008

Tanggal : 18 Mei 2026

Jakarta, 18 Mei 2026



(Anisa Nurhalifah)

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA TULIS
ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Anisa Nurhalifah
NRP : 2310702008
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Program Studi : Fisioterapi Program Diploma Tiga

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta Hak Bebas Royalti Non eksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul:

“Penatalaksanaan Fisioterapi Pada Kasus *Plantar Fasciitis Sinistra* Di Rumah Sakit Bhayangkara Brimob”.

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan Karya Tulis Ilmiah saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta

Pada Tanggal : 18 Mei 2026

Yang Menyatakan,



(Anisa Nurhalifah)

LEMBAR PENGESAHAN

Karya Tulis Ilmiah diajukan oleh:

Nama : Anisa Nurhalifah
NIM : 2310702008
Program Studi : DIII Fisioterapi
Judul : Penatalaksanaan Fisioterapi Pada Kasus *Plantar Fasciitis Sinistra* Di Rumah Sakit Bhayangkara Brimob.

Telah berhasil dipertahankan dihadapan tim penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ahli Madya Kesehatan Pada Program Studi DIII Fisioterapi, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta.

Jakarta, 18 Mei 2026

Penguji I (Ketua Penguji)

Meiza Anniza, S.Ft, M. Erg
NIP.19930331202506002

Penguji II

Arfian Hamzah, S.Ft., Ftr., M.Erg
NIP.199207062025061004

Penguji III

Rabia, S.Ft., M.Biomed., AIFO
NIP.199308202022032011

Mengetahui

Dekan FIKES UPN "Veteran" Jakarta



Dr. Sri Yanti, SST, FT, Ftr, M.Si
NIP.197406102021012005

Koordinator Program Studi

Mona Oktarina, S.Ft., Ftr., M.Biomed., CIMI
NIP.199310202022032016

PENATALAKSANAAN FISIOTERAPI PADA KASUS *PLANTAR FASCIITIS SINISTRA* DI RUMAH SAKIT BHAYANGKARA BRIMOB

Anisa Nurhalifah

Abstrak

Latar Belakang: *Plantar fasciitis* adalah kondisi cedera pada kaki akibat tarikan berlebih di jaringan *plantar fascia*, Tarikan yang menekan *plantar fascia* secara berulang dapat menyebabkan peradangan serta nyeri kronis, terutama di area tumit. Nyeri biasanya dirasakan saat langkah pertama di pagi hari atau setelah berdiri dan berjalan dalam waktu lama, serta naik turun tangga. Kondisi ini dipengaruhi faktor intrinsik seperti usia, kelainan bentuk kaki, dan obesitas, dan juga faktor ekstrinsik seperti alas kaki yang tidak mendukung dan aktivitas *overuse*. **Tujuan:** Untuk mengetahui penatalaksanaan fisioterapi pada kasus *plantar fasciitis*. **Metode:** Penelitian ini menggunakan metode studi kasus deskriptif pada pasien wanita berusia 50 tahun dengan kondisi *plantar fasciitis sinistra*, yang merupakan seorang yang aktif bekerja dengan menggunakan sepatu hak tinggi atau *high heels*. Pemeriksaan dilakukan meliputi *Numeric Rating Scale* (NRS), *Manual Muscle Testing* (MMT), *Range of Motion* (ROM), dan *Foot and Ankle Ability Measure* FAAM, dan intervensi fisioterapi yang diberikan berupa *ultrasound*, *towel stretching*, *calf raise*, dan *rolling ball exercise*. **Hasil:** Problematika fisioterapi ditemukan yaitu nyeri saat diam, gerak dan tekan, spasme otot *gastrocnemius* dan *soleus*, keterbatasan ROM *dorsifleksi ankle*, penurunan kekuatan otot, serta gangguan aktivitas fungsional. **Kesimpulan:** Setelah dilakukan intervensi fisioterapi sebanyak 3 kali, diamati adanya didapatkan penurunan nyeri, peningkatan kekuatan otot, peningkatan lingkup gerak sendi *dorsifleksi ankle*, serta peningkatan aktivitas fungsional.

Kata kunci: *Plantar fasciitis*, nyeri tumit, *ultrasound*, *stretching*, aktivitas fungsional.

PHYSIOTHERAPY MANAGEMENT IN CASES OF PLANTAR FASCIITIS SINISTRA AT THE BHAYANGKARA BRIMOB HOSPITAL

Anisa Nurhalifah

Abstract

Background : Plantar fasciitis is a foot injury condition caused by excessive pulling on the plantar fascia tissue. Repeated pulling on the plantar fascia can cause inflammation and chronic pain, especially in the heel area. Pain is usually felt during the first step in the morning or after standing and walking for a long time, as well as going up and down stairs. This condition is influenced by intrinsic factors such as age, foot deformity, and obesity, as well as extrinsic factors such as unsupportive footwear and excessive activity. **Purpose :** To determine the physiotherapy management in cases of plantar fasciitis. **Methods :** This study used a descriptive case study method in a 50-year-old female patient with left plantar fasciitis, who is an active worker using high heels or high heels. The examinations carried out included the Numeric Rating Scale (NRS), Manual Muscle Testing (MMT), Range of Motion (ROM), and Foot and Ankle ability Measure FAAM, and the physiotherapy interventions provided were ultrasound, towel stretching, calf raise, and rolling ball exercise. **Result :** Physiotherapy problems identified included pain during rest, movement, and pressure, gastrocnemius and soleus muscle spasms, limited ankle dorsiflexion range of motion, decreased muscle strength, and impaired functional activity. **Conclusion :** After three sessions of physical therapy intervention, a reduction in pain, increased muscle strength, improved range of motion in ankle dorsiflexion, and enhanced functional activity were observed.

Keyword : Plantar fasciitis, heel pain, ultrasound, stretching, functional activity.

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT. atas rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul “Penatalaksanaan Fisioterapi pada Kasus Plantar Fasciitis Sinistra Di Rumah Sakit Bhayangkara Brimob”. Karya tulis ilmiah ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Ahli Madya Fisioterapi. Dalam proses penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini, penulis menyadari bahwa penyelesaiannya tidak terlepas dari keterlibatan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dalam kesempatan ini penulis ingin menyampaikan terima kasih kepada:

1. Ibu Rabia, S.Ft., M.Biomed. selaku dosen pembimbing Karya Tulis Ilmiah, Ibu Mona Oktarina, S.Ft., Ftr., M.Biomed., CIMI. selaku Kepala Program Studi Fisioterapi Program Diploma Tiga, serta seluruh dosen Program Studi Fisioterapi Program Diploma Tiga yang telah memberikan bimbingan, arahan, motivasi, dukungan, dan ilmu pengetahuan kepada penulis selama menempuh pendidikan hingga penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
2. Kedua orang tua, saudara, dan keponakan penulis yang telah menjadi motivasi dan memberikan restu, doa, serta dukungan kepada penulis,
3. Pasien dan keluarga pasien yang telah bersedia menjadi bagian dalam proses penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini,
4. Serta, teman-teman penulis yang telah membersamai, memberikan dukungan, dan bantuan kepada penulis.

Penulis menyadari bahwa Karya Tulis Ilmiah ini masih memiliki kekurangan. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun demi perbaikan dan penyempurnaan karya tulis ilmiah ini. Akhir kata, penulis berharap agar Karya Tulis Ilmiah ini dapat memberikan manfaat bagi para pembaca.

Jakarta, 18 Mei 2026

Penulis

Anisa Nurhalifah

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
PERNYATAAN PENGGUNAAN KECERDASAN BUATAN (AI)	iii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iv
LEMBAR PENGESAHAN	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR SKEMA.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang.....	1
1.2. Rumusan Masalah.....	3
1.3. Tujuan Studi Kasus.....	3
1.4. Manfaat Studi Kasus.....	3
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	4
2.1. Definisi	4
2.2. Anatomi dan Fisiologi	4
2.3. Biomekanik.....	10
2.4. Epidemiologi	11
2.5. Etiologi	12
2.6. Patofisiologi.....	13
2.7. Manifestasi Klinis.....	13
2.8. Prognosis	14
2.9. Pemeriksaan Fisioterapi.....	14
2.10. Diagnosis (ICF)	29
2.11. Intervensi Fisioterapi	31
2.12. Rencana Evaluasi.....	37
2.13. Kerangka Teori	39
BAB 3 METODE STUDI KASUS	40
3.1. Metode Studi Kasus.....	40
3.2. Laporan Kasus	41
BAB 4 HASIL DAN PEMBAHASAN	58
4.1. Hasil.....	58
4.2. Pembahasan	60
4.3. Keterbatasan	62
BAB 5 PENUTUP	64

5.1. Kesimpulan	64
5.2. Saran	65
DAFTAR PUSTAKA	66
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Otot Regio Ankle	6
Tabel 2. Klasifikasi Tekanan Darah.....	17
Tabel 3. Skor Manual Muscle Testing Test	22
Tabel 4. Pemeriksaan Gerak Active Range of Motion	43
Tabel 5. Pemeriksaan Gerak Pasive Range of Motion.....	44
Tabel 6. Pemeriksaan Gerak Melawan Tahanan.....	45
Tabel 7. Pemeriksaan Numeric Rating Scale (NRS).....	45
Tabel 8. Pemeriksaan Range of motion (ROM).....	46
Tabel 9. Pemeriksaan Kekuatan Otot.....	46
Tabel 10. Pemeriksaann Foot and Ankle Ability Measure	48
Tabel 11. Intevensi Fisioterapi.....	52
Tabel 12. Evaluasi Numeric Rating Scale.....	54
Tabel 13. Evaluasi Lingkup Gerak Sendi	55
Tabel 14. Evaluasi Kekuatan Otot	55
Tabel 15. Evaluasi Kemampuan Fungsional.....	55
Tabel 16. Home Program	56
Tabel 17. Evaluasi Pemeriksaan	59

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Anatomi Tulang Kaki.....	6
Gambar 2 Otot Regio Ankle	7
Gambar 3 Ligament Ankle.....	9
Gambar 4 Plantar fascia	10
Gambar 5 Numeric Rating Scale.....	21
Gambar 6 Windlass Test	28
Gambar 7 Ultrasound	31
Gambar 8 Towel Stretching	33
Gambar 9 Calf Raise	35
Gambar 10 Rolling Ball Exercise	36

DAFTAR SKEMA

Skema 1 Kerangka Teori.....	39
-----------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 *Foot and Ankle Ability Measure*
- Lampiran 2 Dokumentasi
- Lampiran 3 Informed Consent
- Lampiran 4 Plagiarisme
- Lampiran 5 Hasil Turnitin