

Muhammad Zainal Arifin
NIM 17114010007
Program Studi Diploma III Fisioterapi

Dosen Pembimbing
Mufarika, S.Kep.,Ns.,M.Kep
NIDN. 0718018501

**PENATALAKSANAAN FISIOTERAPI PADA KASUS
CALCANEUS SPUR DENGAN MODALITAS
ULTRASOUND DAN TERAPI LATIHAN**

ABSTRAK

Calcaneus spur merupakan gangguan yang relatif sering terjadi pada tungkai kaki, *eksostosis* (pertumbuhan tulang yang tidak semestinya yang berbentuk seperti taji ayam) di daerah *tubercalcaneus*, yang disebabkan oleh *plantar fasciitis* yaitu adanya peradangan atau inflamasi pada *fascia plantaris* dan otot-otot fleksor pada kaki di perlekatan *calcaneus*.

Kondisi *calcaneus spur* ini sering terjadi pada orang dewasa atau atlet. Kejadian ini mencapai 11,5 per 100 orang dan 24 kali lebih sering pada laki-laki dari pada perempuan. Pada laki-laki tercatat 16,5 orang per 100.000 orang per tahunnya dengan puncak kejadian pada usia 20-29 tahun. Sedangkan pada perempuan tercatat 6,26 orang per 100.000 orang pertahunnya.

Studi kasus ini dilakukan terhadap pasien dengan diagnosis *calcaneus spur* dan diberikan intervensi fisioterapi dengan modalitas *Ultrasound* dan Terapi Latihan pada otot-otot *gastrocnemius* dan *plantaris fasciitis*. Pemeriksaan yang dilakukan dengan mengadakan tanya jawab mengenai pasien maupun keadaan pasien, kepada pasien (*autoanamnesis*) atau kepada orang terdekat dengan pasien (*heteroanamnesis*). Anamnesis pada kasus ini dilakukukan dengan metode *auto anamnesis* yaitu mengadakan tanya jawab secara langsung pada pasien.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pasien dengan diagnosis *calcaneus spur* mengalami penurunan rasa nyeri setelah pasien rutin diberikan modalitas *ultrasound* dan terapi latihan. Selain terapi tersebut pada kasus *calcaneus spur* untuk mengurangi rasa nyeri bisa menggunakan terapi lainnya yaitu latihan *hold relax*.

Disarankan bagi pasien untuk lebih meningkatkan pengetahuan tentang mengurangi pemakaian sepatu berhak tinggi atau high heel dan *menggunakan alas kaki yang empuk seperti arch support, pasien diminta untuk mengompres dingin dan hangat selama 10 menit, 3 kali sehari jika terjadi nyeri pada tumit*, melakukan pemanasan sebelum berolahraga agar tidak terjadi cedera pada tumit yang berulang-ulang / repetitive.

Kata kunci: *Calcneus Spurs*, Nyeri, Modalitas *ultrasound*, Latihan Terapi