

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini menggunakan metode Penelitian tindakan (*action research*) atau disingkat dengan AR ditandai dengan pendekatan sistematik inquiri yang memiliki ciri, prinsip, pedoman, prosedur yang harus memenuhi kriteria tertentu. Penelitian tindakan harus secara jelas membedakan ciri tindakan dan penelitian, peneliti harus terlibat langsung dan bukan hanya sebagai pedoman. Dikatakan pula bahwa penelitian tindakan yaitu suatu proses demokratis serta partisipatorik yang menyangkut pengembang pengetahuan praktis dalam upaya mencari tujuan yang bermanfaat demi keselamatan hidup di dunia. Selanjutnya penelitian tindakan selalu berhubungan dengan tindakan untuk mencapai hasil praktik dan menghasilkan pemahaman baru, karena tindakan tanpa pengetahuan adalah buta sedangkan teori tanpa tindakan tidak akan berarti. Secara operasional bentuk penelitian tindakan yaitu rangkaian kegiatan bersama yang dilakukan secara berkelanjutan antara para pihak berkaitan dalam hal merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi rangkaian upaya untuk mencapai perubahan status pola pandang, pola kerja, pola pikir serta sikap baru yang disadari sebagai tindakan yang bersifat dinamis terhadap perubahan selanjutnya. (Yaumi, 2014)

3.2 Lokasi dan Waktu

Pengambilan data dilakukan di RSUD Ibnu Sina Kabupaten Gresik selama PKL 2 bulan mulai dari tanggal 5 April sampai tanggal 31 Mei 2021.

3.3 Teknik Pengambilan Data

3.3.1 Sumber Pengambilan Data

Data primer, yaitu data yang diambil langsung dan diolah dari objek penelitian yang belum mengalami pengolahan lebih lanjut dan

dikembangkan dengan pemahaman sendiri oleh penulis, misalnya hasil wawancara dengan pasien yang dianggap dapat memberikan informasi atau masukan data yang diperlukan dalam penulisan Laporan Tugas Akhir ini. Dalam penelitian ini data yang di ambil berupa penilaian nyeri dengan menggunakan *Visual Analogue Scale (VAS)*.

3.3.2 Subjek Pengamatan

Subjek pengamatan adalah seseorang dengan yang mengalami *plantar fasciitis*. Pengambilan subjek pengamatan dengan cara observasi dan wawancara kepada klien dengan kriteria tersebut.

3.3.3 Objek Pengamatan

Hal yang diamati dan dicatat selama studi kasus adalah hasil perlakuan dari modalitas TENS, *Ultrasound* dan Terapi latihan kasus tersebut berdasarkan indikator pengukuran Nyeri

3.4 Uraian Kasus

Subjek pengamatan adalah pasien dengan diagnosa *plantar fasciitis*. Subyek pengamatan sebagai berikut, pada pasien dengan kasus *plantar fasciitis* pemeriksaan yang dilakukan adalah sebagai berikut :

3.4.1 Anamnesis

1. Anamnesis umum

Informasi dari anamnesis umum yang dapat diperoleh berupa data pribadi atau data umum pasien adalah sebagai berikut: (1) Nama : Tn. M.M, (2) Usia : 59 tahun, (3) Alamat: Glagah, Lamongan, (4) Pekerjaan: Guru , (5) Agama: Islam , (6) Diagnosa Medik : *plantar fasciitis sinistra (unilateral)*

2. Assesment

Informasi dari *anamnesis* khusus yang diperoleh meliputi :

- a) Keluhan Utama: Sakit seperti menusuk di telapak tumit, setelah duduk lama atau saat mau berjalan

b) Riwayat Penyakit Sekarang

Pasien merasakan sakit seperti tertusuk ditumit sejak 6 bulan yang lalu dan 2 bulan kemudian baru di konsultasikan ke dokter rehab kebetulan saat itu pasien selesai terapi untuk nyeri punggung bawah. Akhirnya dokter mengganti terapi ke kaki yang sakit. Pasien sudah mulai terapi kaki sejak februari akhir, seminggu dua kali terapi

c) Riwayat Penyakit Dahulu

Berdasarkan hasil anamnesa pasien sebelumnya tidak pernah mengalami keluhan yang sama

d) Riwayat Penyakit Penyerta

Berdasarkan hasil anamnesa tidak didapatkan riwayat penyakit penyerta

e) Riwayat Penyakit Keluarga

Berdasarkan hasil *anamnesa* tidak didapatkan riwayat penyakit keluarga.

3.4.2 Pemeriksaan Fisik

1. Vital *sign* (Tanda Vital)

Pemeriksaan vital sign meliputi (a) Tekanan darah : 130/100 mmHg, (b) Denyut nadi : 92x/menit, (c) Respirasi : 17x/menit, (d) Suhu : 35,4 derajat celcius.

2. Inspeksi

Statis : Postur tubuh pasien tampak normal

Dinamis : Saat berjalan langkah pertama, pasien tampak berhati-hati dan menahan nyeri

3. Palpasi (Meraba)

Ada nyeri tekan pada daerah tumit (calcaneus) Sinistra

3.4.3 Pemeriksaan kognitif, Intra dan Interpersonal

Kognitif : Pasien mampu memngingat dengan baik
Intra : Motivasi pasien untuk sembuh sangat besar
Interpersonal: Pasien komunikatif dengan fisioterapis

3.4.4 Pemeriksaan Spesifik

- 1) Nyeri (VAS)
Nyeri Diam : 0
Nyeri Gerak : 8 (Saat berjalan langkah pertama)
Nyeri Tekan : 7 (Ditumit kiri)
- 2) Test Khusus
Windlass Test : (+) Positif

3.4.5 Diagnosa Fisioterapi

1. *Impairment*
 - a. Adanya nyeri tekan pada daerah calcaneus sinistra
2. *Functional limitation*
 - a. Pasien belum mampu berjalan jauh dan berdiri lama
 - b. Pasien tidak bisa langsung berjalan bebas setelah tidur atau duduk lama
3. *Disability*

Pasien tidak terbatas dalam aktivitas sosial

3.4.6 Penatalaksanaan Fisioterapi

1. Tujuan jangka pendek
 - a. Mengurangi nyeri
 - b. Peningkatan LGS
2. Tujuan jangka panjang
Meningkatkan kemampuan fungsional pasien seperti berjalan tanpa keluhan
3. Intervensi

Intervensi fisioterapi dengan modalitas TENS, *Ultrasound* dan terapi latihan sejak tanggal 5 Mei sampai 29 Mei 2021. Pelaksanaan intervensi fisioterapi setiap kunjungan/sesi disajikan dalam lampiran. Fisioterapi dilakukan selama lima kali dengan evaluasi sekali saat terakhir, menggunakan pengukuran ROM dan skala nyeri

a. *Ultrasound*

1. Persiapan

- a) Pastikan alat dalam keadaan menyala
- b) Bebaskan daerah yang akan diterapi dari pakaian
- c) Posisi pasien tengkurap dalam keadaan nyaman mungkin

2. Pelaksanaan Terapi

- a) Stel mesin US
- b) Gunakan frekuensi 1 MHz
- c) Berikan gel ke daerah yang akan diterapi
- d) *Tranduser* diletakkan di area *fascia plantaris*
- e) Treatment harus selalu dinamis dan ritmis jangan terlalu ditekan
- f) Tanyakan ke pasien apa yang dirasakan
- g) Lakukan selama 5 sampai 15 menit
- h) Katika selesai bersihkan area yang telah diterapi dari gel menggunakan tisu
- i) Kemudian bersihkan *tranduser* dengan tisu

3. FITT (Frekuensi, Intensitas, Time, Tipe)

F : 1 MHz– Seminggu 2kali

I : 1,0 Watt/cm²

Time : 5 Menit

Tipe : 4 Pole

4. Evaluasi

Tanyakan kepada pasien apa yang dirasakan selama terapi dan bagaimana efeknya setelah terapi

b. TENS

1. Persiapan

- a) Pastikan alat dalam keadaan menyala
- b) Bebaskan daerah yang akan diterapi dari pakaian
- c) Posisi pasien tengkurap dalam keadaan nyaman mungkin

2. Pelaksanaan terapi

- a) Beri gel pada pad elektroda agar pad menempel pada kulit
- b) Pasang pasang ke empat pad mengelilingi tumit, chanel 1 di tumit tepat di *fascia plantaris (calcaneus)*, dan *maleollus medial* lalu chanel 2 di *maleollus lateral* dan bawah *tendon achilles*
- c) Pastikan pad menempel sempurna
- d) Atur gelombang, frekuensi dan timer lalu mulai naikan intensitas sesuai toleransi pasien (40)
- e) Terapi ini selama 15 menit, setelah selesai alat akan berbunyi
- f) Ketika selesai lepaskan semua pad dengan hati-hati lalu bersihkan area yang terkena gel

3. FITT (Frekuensi, Intensitas, Time, Tipe)

F : 200 Hz – Seminggu 2kali

I : 35 MA

Time : 15 Menit

Tipe : 4 Pole

4. Evaluasi

Tanyakan kepada pasien apa yang dirasakan selama terapi dan bagaimana efeknya setelah terapi

c. *Stretching*

1. *Towel Stretch*

Persiapan alat : Siapkan handuk atau selendang panjang

Posisi pasien: Pasien duduk dengan kaki lurus atau *longsitting*

Pelaksanaan Terapi: Letakan handuk ditelapak kaki lalu instruksikan pasien untuk menarik handuk secara perlahan dan ditahan sampai 8 hitungan dengan pengulangan 5 kali.

Instruksikan pasien untuk melakukan latihan secara mandiri dan rutin saat dirumah

F: 3 kali sehari

I : ditahan 8 hitungan di ulangi 5kali

T : 10 menit

2. *Myofascial Release (Rolling Ball)*

Persiapan Alat dan Pasien : Siapkan bola tennis atau kaleng. Posisi pasien duduk dikursi atau tepi bed dengan kaki menapak dilantai

Prosedur : Tempatkan telapak kaki yang sakit di atas bola tennis lalu gerakkan kaki Anda ke atas dan ke bawah dan pijat telapak kaki Anda dengan bola. Lakukan sampai Anda merasa nyaman menempatkan kaki Anda di lantai dan berjalan. Jika tidak memiliki bola tennis bisa ganti dengan kaleng

minuman Instruksikan pasien untuk melakukan latihan secara mandiri dan rutin saat dirumah
 F : 3 kali sehari
 I : 8 kali setiap gerakan
 T : 10 menit

Tabel 3.1 Tindakan Fisioterapi

	Tanggal	Tindakan	Evaluasi
T1	5 Mei 2021	<i>TENS, Ultrasound, Towel Stretch, Rolling Ball</i>	S : sakit seperti tertusuk ditumit O : Skala Nyeri Vas Nyeri Diam : 0 Nyeri Gerak : 8 Nyeri Tekan : 7 Test Spesifik Windlass Test : + A : <i>Plantar Fasciitis</i> P : Mengurangi nyeri menggunakan <i>TENS, Ultrasound, Towel Stretch, Rolling Ball</i>
T2	8 Mei 2021	<i>TENS, Ultrasound, Towel Stretch, Rolling Ball</i>	S : sakit seperti tertusuk ditumit O : Skala Nyeri Vas Nyeri Diam : 0 Nyeri Gerak : 7 Nyeri Tekan : 6 Test Spesifik Windlass Test : + A : <i>Plantar Fasciitis</i> P : Mengurangi nyeri menggunakan <i>TENS, Ultrasound, Towel Stretch, Rolling Ball</i>

T3	19 Mei 2021	<i>TENS, Ultrasound, Towel Stretch, Rolling Ball</i>	<p>S : sakit seperti tertusuk ditumit</p> <p>O : Skala Nyeri Vas Nyeri Diam : 0 Nyeri Gerak : 6 Nyeri Tekan : 5</p> <p>Test Spesifik Windlass Test : + A : <i>Plantar Fasciitis</i> P : Mengurangi nyeri menggunakan <i>TENS, Ultrasound, Towel Stretch, Rolling Ball</i></p>
T4	22 Mei 2021	<i>TENS, Ultrasound, Towel Stretch, Rolling Ball</i>	<p>S : sakit seperti tertusuk ditumit</p> <p>O : Skala Nyeri Vas Nyeri Diam : 0 Nyeri Gerak : 5 Nyeri Tekan : 4</p> <p>Test Spesifik Windlass Test : + A : <i>Plantar Fasciitis</i> P : Mengurangi nyeri menggunakan <i>TENS, Ultrasound, Towel Stretch, Rolling Ball</i></p>
T5	29 Mei 2021	<i>TENS, Ultrasound, Towel Stretch, Rolling Ball</i>	<p>S : sakit seperti tertusuk ditumit</p> <p>O : Skala Nyeri Vas Nyeri Diam : 0 Nyeri Gerak : 4 Nyeri Tekan : 3</p> <p>A : <i>Plantar Fasciitis</i> P : Mengurangi nyeri menggunakan <i>TENS, Ultrasound, Towel Stretch, Rolling Ball</i></p>

3.4.7 Edukasi

- a) Pasien dianjurkan untuk memakai alas kaki yang tebal dan nyaman
- b) Pasien dianjurkan untuk melakukan latihan yang telah diajarkan secara rutin dan mandiri dirumah
- c) Pasien dianjurkan untuk tidak berjalan dipermukaan yang tajam/lancip
- d) Pasien dianjurkan untuk melakukan peregangan saat bangun tidur sebelum melangkahhkan kaki pertama kali dilantai

