

**TIGHTROPE WALKER EXERCISE UNTUK MENINGKATKAN
KESEIMBANGAN STATIS PADA ANAK *FLAT FOOT* DENGAN USIA 4-6
TAHUN**

Kiki Widyasari, Maskun Pudjianto, S.MPh., M.Kes.

Kikiwidyasari9a@gmail.com

Universitas 'Aisyiyah Surakarta

INTISARI

Latar Belakang: Keseimbangan statis merupakan kondisi tubuh yang mempertahankan posisi setimbang dalam keadaan diam. Posisi ini perlu dasar keseimbangan yang kuat agar koordinasi pergerakan menjadi lebih baik dan terarah. Salah satu gangguan muskuloskeletal yang sering terjadi pada anak yaitu *flat foot*. *Flat foot* adalah bentuk telapak kaki datar yang disebabkan oleh hilangnya arkus longitudinal medial saat berdiri yang menyebabkan keseimbangan terganggu. Pada anak rentang usia 4-6 tahun merupakan masa pengembangan kemampuan motorik khususnya keseimbangan, sehingga dapat diberikan stimulasi dalam bentuk latihan yaitu *tightrope walker exercise*. **Metode:** Metode yang digunakan menggunakan media KIE yaitu *booklet* sebagai media pembelajaran guna meningkatkan pengetahuan serta keterampilan bagi fisioterapis dan masyarakat khususnya orang tua agar lebih mengetahui latihan pada anak *flat foot*. **Hasil:** Media KIE berupa *booklet* akan disebarluaskan ke tenaga kesehatan khususnya fisioterapi dan orang tua yang memiliki anak *flat foot* sebagai pedoman yang praktis dan mudah. **Kesimpulan:** Media *booklet* ini dapat menjadi media informasi dan edukasi kepada fisioterapi dan orang tua.

Kata kunci: Keseimbangan statis, *flat foot*, *tightrope walker exercise*, *booklet*.