

**PENGARUH PEMBERIAN *SHORT FOOT EXERCISE* TERHADAP
PENINGKATAN *ARKUS LONGITUDINAL MEDIAL* (MLA) PADA KONDISI
*PES PLANUS***

**Disusun untuk Memperoleh Gelar Sarjana Terapan Kesehatan pada Program
Studi DIV Fisioterapi Universitas ‘Aisyiyah Surakarta**



Oleh

WAHYU NUR NAJIB

E2017056

**PROGRAM STUDI DIPLOMA IV FISIOTERAPI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS ‘AISYIYAH SURAKARTA**

2023

**PENGARUH PEMBERIAN *SHORT FOOT EXERCISE* TERHADAP
PENINGKATAN *ARKUS LONGITUDINAL MEDIAL* (MLA) PADA KONDISI
*PES PLANUS***

**Disusun untuk Memperoleh Gelar Sarjana Terapan Kesehatan pada Program
Studi DIV Fisioterapi Universitas ‘Aisyiyah Surakarta**



Oleh

WAHYU NUR NAJIB

E2017056

**PROGRAM STUDI DIPLOMA IV FISIOTERAPI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS ‘AISYIYAH SURAKARTA**

2023

**PENGARUH PEMBERIAN *SHORT FOOT EXERCISE* TERHADAP
PENINGKATAN *ARKUS LONGITUDINAL MEDIAL* (MLA) PADA KONDISI
*PES PLANUS***

**Disusun untuk Memperoleh Gelar Sarjana Terapan Kesehatan pada
Program Studi DIV Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas
'Aisyiyah Surakarta**

Oleh

WAHYU NUR NAJIB

E2017056

**PROGRAM STUDI DIPLOMA IV FISIOTERAPI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA**

2023

PRASYARAT GELAR

**PENGARUH PEMBERIAN *SHORT FOOT EXERCISE* TERHADAP
PENINGKATAN *ARKUS LONGITUDINAL MEDIAL* (MLA) PADA KONDISI
*PES PLANUS***

**Disusun untuk Memperoleh Gelar Sarjana Terapan Kesehatan pada
Program Studi DIV Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas
'Aisyiyah Surakarta**

Oleh

WAHYU NUR NAJIB

E2017056

**PROGRAM STUDI DIPLOMA IV FISIOTERAPI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN**

UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA

2023

PERNYATAAN KEASLIAN TUGAS AKHIR

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa *project* akhir dengan judul :

PENGARUH PEMBERIAN *SHORT FOOT EXERCISE* TERHADAP PENINGKATAN *ARKUS LONGITUDINAL MEDIAL* (MLA) PADA KONDISI *PES PLANUS*

Dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Sarjana Terapan Kesehatan pada Program Studi Diploma IV Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta sejauh yang saya ketahui bukan merupakan tiruan atau duplikasi dari *project* akhir yang sudah dipublikasikan dan atau pernah dipakai untuk mendapatkan gelar kesarjanaan di lingkungan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta maupun di Perguruan Tinggi atau Instansi manapun. Apabila ternyata di kemudian hari penulisan *project* akhir ini merupakan hasil plagiat atau penjiplakan terhadap karya orang lain, maka saya bersedia mempertanggung jawabkan sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan tata tertib di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 13 September 2023



Wahyu Nur Najib

E2017056

PENYATAAN PERSEJUAN PUBLIKASI

Sebagai civitas akademik Universitas 'Aisyiyah Surakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Wahyu Nur Najib

NIM : E2017056

Jenis Karya : *Project Akhir*

Judul : Pengaruh Pemberian *Short Foot Exercise* Terhadap Peningkatan *Arkus Longitudinal Medial (Mla)* Pada Kondisi *Pes Plamus*

Dengan ini menyatakan dan memberikan Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-Exclusive Royalty-Free Right*) kepada Universitas 'Aisyiyah Surakarta atas *Project Akhir* saya beserta perangkat yang ada didalamnya demi pengembangan ilmu pengetahuan. Universitas 'Aisyiyah Surakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*data base*), merawat dan mempublikasikan *project* akhir saya selama masih mencantumkan nama saya sebagai penulis, pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di Surakarta

Pada tanggal 13 September

2023

Yang Menyatakan



(Wahyu Nur Najib)

PERSETUJUAN PEMBIMBINGAN

Project Akhir dengan judul :

PENGARUH PEMBERIA *SHORT FOOT EXERCISE* TERHADAP PENINGKATAN *ARKUS LONGITUDINAL MEDIAL* (MLA) PADA KONDISI *PES PLANUS*

Dinyatakan telah disetujui untuk diuji pada ujian *project* akhir program Studi DIV
Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta

Surakarta, 23 Maret 2023

Pembimbing



Asita Rohmah Mutnawasitoh, S.Tr.Ftr., M.Fis

NIDN. 0616029401

Mengetahui,

Kaprodi DIV Fisioterapi



Dita Mirawati, S.Tr.Ftr., M.Fis

NIDN. 0615059502

PENGESAHAN PENGUJI

Project Akhir dengan judul:

PENGARUH PEMBERIA *SHORT FOOT EXERCISE* TERHADAP PENINGKATAN *ARKUS LONGITUDINAL MEDIAL* (MLA) PADA KONDISI *PES PLANUS*

Dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Sarjana Terapan Kesehatan pada Program Studi DIV Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta. *Project* akhir ini telah diujikan pada ujian tanggal 28 Maret 2023 dan dinyatakan memenuhi syarat/sah sebagai *project* akhir pada Program Studi DIV Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 28 Maret 2023

Mengesahkan,

Penguji

1. Dita Mirawati, S.Tr.Ftr., M.Fis

NIDN. 0615059502

2. Cahyo Setiawan, S.Ftr., M.K.M

NIDN. 0625109601

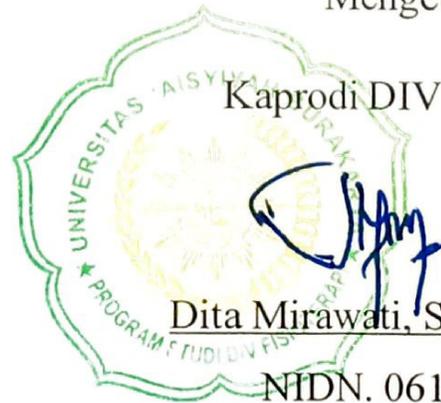
3. Asita Rohmah Mutnawasitoh, S.Tr.Ftr., M.Fis (.....)

NIDN. 0616029401

(.....)
(.....)
(.....)

Mengetahui,

Kaprodi DIV Fisioterapi



Dita Mirawati, S.Tr.Ftr., M.Fis

NIDN. 0615059502

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr.Wb

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah Subhanahu Wa Ta'ala yang telah melimpahkan rahmat, taufik, hidayah serta inayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan *project* akhir yang berjudul “Senam Ergonomik Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lansia”. *Project* akhir ini dibuat untuk memenuhi syarat memperoleh gelar Sarjana Terapan Kesehatan pada Program Studi DIV Fisioterapi Universitas ‘Aisyiyah Surakarta. Penulis menyadari bahwa *project* akhir ini masih jauh dari kata kesempurnaan. Oleh sebab itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari semua pihak demi kesempurnaan *project* akhir ini.

Project akhir ini tidak terlepas dari dukungan dan bantuan dari berbagai pihak, sehingga dengan segala kerendahan hati dan penuh rasa hormat penulis mengucapkan banyak terimakasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak-pihak yang telah memberikan bantuan dalam menyusun *project* akhir ini hingga selesai, terutamatepada yang saya hormati :

1. Ibu Riyani Wulandari, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Rektor Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
2. Ibu Sri Kustiyati, SST., M.Keb selaku dekan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
3. Ibu Dita Mirawati, S.Tr.Ftr., M.Fis selaku Ketua Program Studi DIV Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
4. Ibu Asita Rohmah Mutnawasitoh, S.Tr.Ftr., M.Fis selaku Sekertaris Program Studi DIV Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta dan pembimbing yang selalu memberikan bimbingan serta arahan dengan sabar.
5. Ibu Bapak/Ibu Dosen Fakultas Ilmu Kesehatan DIV Fisioterapi Universitas ‘Aisyiyah Surakarta yang telah memberikan bekal ilmu pengetahuan selama penulis menuntut ilmu.

6. Kedua orang tua yang telah mendoakan dan memberikan semangat yang tiada hentinya.
7. Teman-teman dan sahabat saya yang telah memberikan banyak semangat dalam mengerjakan *project* akhir.

Penulis menyadari bahwa *project* akhir ini masih jauh dari kesempurnaan. Semoga dengan kekurangan ini akan menjadikan pembelajaran yang bermanfaat bagi penulis di masa yang akan datang.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb

Surakarta, 18 Maret 2023

Penulis