

**PENGARUH PEMBERIAN *STRENGTHENING EXERCISE* TERHADAP
KESEIMBANGAN POSTURAL DAN KEMAMPUAN FUNGSIONAL PADA ANAK
DENGAN *FLATFOOT***

Salsabila Salma Ripdianawati¹, Alinda Nur Ramadhani²

Salsabilasalma47@gmail.com

^{1,2}Universitas ‘Aisyiyah Surakarta

ABSTRAK

Latar Belakang: Kelainan bentuk kaki berupa *flatfoot* dalam jangka panjang akan menyebabkan nyeri telapak kaki, pergelangan kaki, dan lutut. Selain itu, akan menyebabkan trauma akut berulang hingga terjadi deformitas kaki. Tekanan konstan yang dialami otot karena postur abnormal yang berkepanjangan serta gerakan berulang akan memberikan adaptasi neurologis dan merubah biomekanik sehingga menyebabkan *muscle imbalance*. Salah satu intervensi yang dapat diberikan fisioterapi dalam menangani *flatfoot* adalah *strengthening exercise*. **Tujuan:** untuk mengetahui pengaruh *strengthening exercise* terhadap keseimbangan postural dan kemampuan fungsional pada *flatfoot*. **Metode:** penelitian ini menggunakan metode kuantitatif jenis *quasy eksperimental* dengan rancangan *one group pre test dan post test*. Sampel sebanyak 32 responden dengan teknik *purposive sampling*. Pengukuran keseimbangan postural menggunakan *pediatric balance scale* dan pengukuran kemampuan fungsional menggunakan *oxford ankle and foot questionnaire*. Intervensi *strengthening exercise* dengan dosis 3 kali seminggu selama 4 minggu. **Hasil:** Berdasarkan uji *wilcoxon* didapatkan hasil dengan nilai signifikansi pada keseimbangan postural 0.004 ($p < 0.05$) dan pada kemampuan fungsional 0.008 ($p < 0.05$). **Kesimpulan:** Terdapat pengaruh *strengthening exercise* terhadap keseimbangan postural dan kemampuan fungsional pada anak *flatfoot*.

Kata Kunci: Anak; *Flatfoot*; *Strengthening Exercise*