

DAFTAR PUSTAKA

- Afitha, Istya M & Wulandari, Irine D. 2021. *Penatalaksanaan Fisioterapi Pada Kondisi Plantar Fasciitis Sinistra Dengan Modalitas Infra Merah, Ultrasound, Massage Friction, dan Active Stretching Di RSUD Bendan Kota Pekalongan*. Jurnal PENA; 35(2).
- Amaliyah, M. *Karakteristik Sepatu Dengan Keluhan Muskuloskeletal Pada Kaki Dan Pergelangan Kaki Sales Promotion Girl Golden Market Jember*. Universitas Jember; 2018.
- Andini, Redina. 2019. *Indeks Massa Tubuh Sebagai Faktor Risiko Pada Gangguan Muskuloskeletal*. Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada; 10(2).
- Anwar, Hidayat. 2020. *ANOVA Sebagai Analisis Statistik*.
- Balami, Abdul Malik. 2022. *Analisis Kruskal-Wallis Untuk Mengetahui Konsentrasi Belajar Mahasiswa Berdasarkan Bidang Minat Program Studi Statistika Fmipa Unpatti*. Universitas Pattimura.
- Barnish, M. S., & Barnish, J. (2016). *High-Heeled Shoes and Musculoskeletal Injuries: A Narrative Systematic Review*. BMJ Open, 6(1).
- Bhakti, Ghina R & Pulungan, Maya N. 2021. *Variasi Bahasa SPG (Sales Promotion Girl) Di Ramayana Ciputat*. Jurnal Ilmiah SEMANTIKA; 2(2).
- Hataitip, Bonchum *et all*. 2020. *Effect of a home-based stretching exercise on multi-segmental foot motion and clinical outcomes in patients with plantar fasciitis*. 20(3):411-420

- Cgiolbenson and McMahon, (2016). *Pediatric Sports Related Injuries of the Lower Extermity : Ankle. Pediatric Emergency Medicine Reports* 21 (10), 2016.
- Christoper, Perche J et all. 2021. *Correlation Between Gastrocnemius Tightness and Heel Pain Severity in Plantar Fasciitis.* (42) 1
- Cho, Bong Wan et all. 2022. *Age, Body Mass Index, and Spur Size Associated with Patients' Symptoms in Plantar Fasciitis.* Clinics in Orthopedic Sugery
- Cooper, Grant. 2007. *Therapeutic Uses of Botulinum Toxin.* Springer Science and business media. Halaman 75-77
- Cutts, S., Obi, N., Pasapula, C., & Chan, W. (2012). *Plantar fasciitis.* *Annals of the Royal College of Surgeons of England*, 94(8), 539–542.
- Daman, Kumar J, et all. 2023. *Effect of Age and BMI on Sonographic Findings of Plantar Fascia.* The Journal of Foot & Ankle Surgery.
- Digiovani, Benedict F, dkk. 2001. *Tissue Specific Plantar Fascia Streching Exercise Enhances Outcomes in Patients With Chronic Heel Pain.* The journal of Bone and Joint Surgery, Incorporated
- Djarwanto. 1987. *Kumpulan Soal dan Penyelesaiannya: Statistik Nonparametrik.* Yogyakarta: BPF
- Dutton, Mark. 2012. *Dutton's Orthopedic Examination, Evaluation, and Intervension.* 2012
- Gephart, T. (2017). *My Shoe Anatomy from Podiatry Group of Georgia.*

- Gibson, John. 2002. *Fisiologi dan Anatomi Modern Untuk Perawat*. Edisi 2. Jakarta : Penerbit Buku Kedokteran EGC
- Gifa, Delyani Nursyafitri. 2021. *Analisis Data dengan Mengenal Syarat dan Contoh Paired T-Test*.
- Gleneagles. (2021, Januari 16). Elektromiogram (EMG). Retrieved from Gleneagles Singapore.
- Goff, J. D., & Crawford, R. (2011). *Diagnosis and Treatment of Plantar Fasciitis*. *American Family Physician*, 84(6), 676–682.
- Handayani, S. (2017). *Calf Raise Meningkatkan Fungsional pada Plantar Fasciitis Sales Promorion Girl*. Universitas Nusantara PGRI Kediri, 01, 1–7.
- Hendarto, D. (2015). *Efek Active Stretching Otot Plantar Flexor Ankle Terhadap Penurunan Nyeri Fasciitis Plantaris*. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Kisner, C. 2007. *Therapeutic Exercise Foundation and Techniques*. Third Edition. F.A. Philadelphia. Davis Company
- Klimek L, Bergmann KC, Biedermann T, Bousquet J, Hellings P, Jung K, et al. *Visual analogue scales (VAS) - Measuring instruments for the documentation of symptoms and therapy monitoring in case of allergic rhinitis in everyday health care*. *Allergo J*. 2017;26(1):36–47.
- Kristamuliana, dkk. (2018). *Penanganan Nyeri Fascia Pantaris Dengan Active Stretching Pada Sales Promotion Girls (SPG) Di Kota Makassar Tahun 2017*. *Jurnal Kesehatan Prima Nusantara Bukittinggi* 9(2).

- Lim, T.A., How, H.C., & Tan, B. 2016. *Management of Plantar Fasciitis in The Outpatient Setting*. Singapore Med J 2016; 57(4): 168-171
- Macpal, S., & Azhar, F. (2020). *High Heels sebagai Agensi bagi Tubuh Wanita. Anthropos: Jurnal Antropologi Sosial Dan Budaya (Journal of Social and Cultural Anthropology)*, 5(2), 196.
- Made, L., Sri, I., Adiputra, H., Irfan, M., Fisioterapi, P. S., & Stretching, C. R. (2017). *Pelatihan Long Sitting Hand Up Exercise Lebih Baik Dibandingkan Pelatihan Contract Relax Stretching Untuk Meningkatkan Fleksibilitas Muscle Hamstring Tightness*. Sport and Fitness Journal Volume 5, No.1, Pebruari 2017: 17-26.
- Magee, D.J., Zachazewski, J.E., Quillen, W.S., dan Manske, R.C. 2016. *Pathology And Intervention In Musculoskeletal Rehabilitation*. 2nd ed. Finland.Hal 872.
- Magfiroh, Rinna A. 2018. *Pengaruh Calf Stretching Terhadap Penurunan Nyeri Plantar Fascia Pada Pasien Plantar Fasciitis Di RSUD DR. Moewardi Surakarta*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Melvin, J. M. A. (2014). *The Effects of Heel Height , Shoe Volume and Upper Stiffness on Shoe Comfort and Plantar Pressure*. University of Salford.
- Merdekawati, Dasuki Diah., dan Melany, Heny. (2018). *Perbandingan Validitas Skala Ukur Nyeri VAS dan NRS Terhadap Penilaian Nyeri Di RSUD Raden Mattaher Jambi*. Riset Informasi Kesehatan. 7(2), 114-121.
- Muawanah, S., & Selviani, I. (2018). *Penambahan Neuromuscular Tapping Lebih Baik Dari Pada Ultrasound Saja Untuk Menurunkan Nyeri Pada Kasus Plantar Fascitis*. Jurnal Ilmiah

Fisioterapi (JIF) Volume 1 Nomor 02, Aguhastus 2018, 1, 47–59.

Nugroho, Bimantoro S. 2016. *Tingkat Pengetahuan Atlet Tentang Cedera Ankle dan Terapi Latihan Di Persatuan Sepakbola Telaga Utama*. MEDIKORA VOL. XV No. 1 April 2016 : 23-38.

PT Ramayana Lestari Sentosa Tbk. 2015. *Laporan Tahunan Kebijakan Untuk Kemajuan di Era yang Menantang*. Jakarta.

Pradnyandari, Kadek Shinta, dkk. 2022. *Hubungan Antara Jenis Sepatu Dan Tinggi Hak Sepatu Dengan Nyeri Tumit (Plantar Fasciitis) Pada Pegawai Kantoran*. Community of Publishing in Nursing (10) 1.

Purnamasari Wulan., Swandi, I W., M, Mendi. 2015. *Perancangan Media Sosial Penggunaan Sepatu Hak Tinggi yang Sehat dan Aman Pada Wanita Dewasa*. Jurnal DKV Adiwarna; 1(6).

Rani, P & Shakya, P. 2012. *Obese pronated foot posture may increase the risk of chronic plantar heel pain than normal pronated foot posture: a case control study*. Medicina Sportiva (2012), vol VIII, no 3, 1873 – 1882 Romanian Sports Medicine Society

Resubun, Stephani *et all*. 2022. *Relationship between Body Mass Index, Type of Weight Bearing Activity and Beighton and Horan Joint Mobility Index with Pes Planus in Adult Athletes*. (94)120-124

Roever, Leonardo. (2016). *Plantar Fasciitis: What Does the Evidence Show?* Roever. Orthop Muscular Syst 2016, 5:1

Rustanti, M., & Wahyu, S. D. (2014). *Pengaruh Penggunaan Medial Arch Support terhadap Derajat Nyeri pada Kasus Plantar Fasciitis*. Jurnal Terpadu Ilmu Kesehatan, 3(2), 172–178.

- Sari EN, Handayani L, Saufi A. *Hubungan Antara Umur dan Masa Kerja dengan Keluhan Musculoskeletal Disorders (MSDs) pada Pekerja Laundry*. Jurnal Kedokteran dan Kesehatan. 2017;13(2):183-94
- Sari, S M. *Sejarah Evolusi Shopping Mall*. Dimensi Interior. 2010;8(1):52-62.
- Sekti, Fitri M & Prasetyo, Eko B. 2021. *Penatalaksanaan Fisioterapi Pada pLantra Fasciitis Dengan Modalitas TENS, IR, dan Terapi Latihan Di RSUD Kajen Kabupaten Pekalongan*. Jurnal PENA; 35 (2).
- Selly, Jannes B. 2021. *Evaluasi Biomekanik Postur Kerja Karyawan Universitas Citra Bangsa Menggunakan Metode Rapid Upper Limb Assesment (RULA) dan Nordic Body Map (NBM)*
- Siebert, T et all. 2022. *Effect of Static Stretching, Dynamic Stretching, and Myofascial Foam Rolling on Range of Motion During Hip Flexion*. Journal of Strength and Conditioning Research; 36(3)
- Sinta, C R. 2014. *Analisis pengaruh tinggi hak sepatu terhadap nyeri kaki pada pramuniaga kosmetik di Manado*. Jurnal e Biomedik(eBM) 2014;2: 1 3.
- Sugiri, Arif. (2008). *Nyeri Tumit Atau Fasciitis Plantaris Dan Jenis Terapinya*. Diakses: 22 Agustus 2016.
- Supardi. (1993). *"Populasi dan Sampel Penelitian"*. Jurnal UNISIA, No. 17 Tahun XIII Triwulan VI – 1993.
- Sutanto, Roby, Sidarta. 2022. *Indeks Massa Tubuh Berhubungan dengan Nyeri Plantar Fasciitis Usia 20-50 Tahun*. Jurnal Biomedica dan Kesehatan; (5): 50-56.

- Tampubolon JS, Adiatmika IP. *Keluhan muskuloskeletal pada pekerja laundry di Kecamatan Denpasar Selatan, Bali*. E-Jurnal Medika Udayana. 2014;3(5):592-601.
- Taylor, Paul M. dan Taylor, Diane K. (ed). (2002). *Mencegah dan Mengatasi Cedera Olahraga*. Jakarta: PT. Graha Persindo Persada
- Umar, Haddaya, et all. 2022. *Impact of routine footwear on foot health: A study on plantar fasciitis*.
- Winata, H., Furqonita, D., & Murdana, I. N. (2014). *Pengaruh Tekanan Telapak Kaki Bagian Depan terhadap Pemakaian Hak Tinggi dan Indeks Massa Tubuh Mahasiswi FKUI 2011*. Jurnal Kedokteran Meditek, 20(6), 1–6.
- Wulan, Amggraeni J & Rahayu, Astriani. 2016. *Risiko Pemakaian Sepatu Hak Tinggi Bagi Kesehatan Tungkai Bawah*.
- Zainal, Muhammad K. 2020. *Pengaruh Penggunaan High Heels Terhadap Angka Kejadian Hallux Valgus : Systematic Review*.
- Zulfiqor MT. *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Keluhan Musculoskeletal Disorders Pada Welder Di Bagian Fabrikasi PT. Caterpillar Indonesia Tahun 2010*. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta; 2010.

LAMPIRAN

Lampiran 1

Surat Pernyataan Sampel Penelitian

SURAT PERNYATAAN SAMPEL KELOMPOK EKSPERIMEN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama :

Jenis Kelamin :

Pekerjaan :

Dengan ini menyatakan bahwa:

- a. Bersedia menjadi sampel selama penelitian berlangsung.
- b. Bersedia tidak memberikan informasi mengenai intervensi (*active stretching*) kepada pihak lain selama penelitian berlangsung.
- c. Bersedia memberikan informasi yang sebenar-benarnya kepada peneliti.

Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan sebenarnya untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Makassar, Februari 2023

Lampiran 2

Tabel Data Sampel Penelitian

TABEL DATA SAMPEL PENELITIAN

No	Nama	Sikap <i>high heels</i> (cm)	Tinggi Badan (cm)	Berat Badan (kg)	Indeks Massa Tubuh (IMT) (kg/m ²)	VAS (pre-test)	Kategori VAS (pre test)
1	IP	5	154	42	17.71	6.2	Nyeri sedang
2	A	7	156	51	20.96	7.3	sangat nyeri, masih tertahankan
3	NP	5	152	50	21.64	5	nyeri sedang
4	NAH	7	150	49	21.78	8.2	sangat nyeri, masih tertahankan
5	HS	5	160	55	21.48	6.3	Nyeri sedang
6	HR	7	150	52	23.11	7.4	sangat nyeri, masih tertahankan
7	M	5	152	50	21.64	6.2	Nyeri sedang
8	SW	3	155	49	20.40	5.3	Nyeri sedang
9	MR	3	154	56	23.61	5.1	Nyeri sedang

10	J	5	151	56	24.56	6.2	Nyeri sedang
11	SF	7	155	53	22.06	6.3	Nyeri sedang
12	H	7	149	50	22.52	8.5	sangat nyeri, masih tertahankan
13	FR	7	159	57	22.55	8	sangat nyeri, masih tertahankan
14	AD	5	152	56	24.24	6.2	Nyeri sedang
15	V	5	157	60	24.34	5.3	Nyeri sedang
16	AY	3	150	51	22.67	4.4	Nyeri sedang
17	HN	5	152	54	23.37	6.5	Nyeri sedang
18	KA	5	151	57	25.00	5.6	Nyeri sedang
19	FD	5	153	50	21.36	6.2	Nyeri sedang
20	ID	7	150	56	24.89	6.5	Nyeri sedang
21	NS	5	158	55	22.03	5.4	Nyeri sedang
22	RT	5	156	50	20.55	5.5	Nyeri sedang
23	NH	7	150	53	23.56	6.2	Nyeri sedang
24	NM	7	152	57	24.67	7.3	sangat nyeri, masih tertahankan

25	NA	7	153	58	24.78	7.1	sangat nyeri, masih tertahankan
26	AI	7	151	60	26.31	5.6	Nyeri sedang
27	AS	5	150	48	21.33	4.2	Nyeri sedang
28	JH	3	153	49	20.93	4.1	Nyeri sedang
29	MR	5	155	50	20.81	5.3	Nyeri sedang
30	NAF	5	154	43	18.13	5.5	Nyeri sedang
31	WY	5	153	45	19.22	5.4	Nyeri sedang
32	AND	7	159	58	22.94	7.8	sangat nyeri, masih tertahankan
33	FTW	5	160	59	23.05	5.5	Nyeri sedang
34	IDN	7	150	50	22.22	6.7	Nyeri sedang
35	IM	7	155	54	22.48	6.8	Nyeri sedang
36	YT	5	161	53	20.45	5.5	Nyeri sedang
37	FTR	3	153	57	24.35	4.4	Nyeri sedang
38	RMD	5	152	56	24.24	4.3	Nyeri sedang
39	ST	3	155	55	22.89	3.1	nyeri ringan

40	LT	7	153	57	24.35	6.5	Nyeri sedang
41	RM	5	150	50	22.22	4.7	Nyeri sedang
42	AG	5	160	59	23.05	4.8	Nyeri sedang
43	UI	7	153	49	20.93	8.1	sangat nyeri, masih tertahankan
44	RI	7	155	47	19.56	6.3	Nyeri sedang
45	DN	5	151	50	21.93	5.3	Nyeri sedang
46	LN	3	156	49	20.13	4.4	Nyeri sedang
47	EN	3	158	52	20.83	4.2	Nyeri sedang
48	LS	3	150	53	23.56	3.3	nyeri ringan
49	DV	3	161	57	21.99	2.1	nyeri ringan
50	IK	5	160	59	23.05	4.5	Nyeri sedang
51	HNT	5	153	48	20.50	4.4	Nyeri sedang
52	FG	5	152	45	19.48	5.1	Nyeri sedang
53	ARN	7	156	52	21.37	6.5	Nyeri sedang
54	TL	7	150	51	22.67	6.7	Nyeri sedang

55	ISW	5	153	53	22.64	4.8	Nyeri sedang
56	RQ	5	151	50	21.93	4.2	Nyeri sedang
57	AM	7	152	48	20.78	5.5	Nyeri sedang
58	TNT	7	155	52	21.64	7.6	sangat nyeri, masih tertahankan
59	CHR	5	156	50	20.55	5.2	Nyeri sedang
60	YN	7	157	60	24.34	8.3	sangat nyeri, masih tertahankan

Lampiran 3

Tabel Data Sampel Penelitian Kelompok Eksperimen

TABEL DATA SAMPEL PENELITIAN KELOMPOK EKSPERIMEN

No	Nama	Pemeriksaan		Pengukuran (VAS)	
		Grifka Test	Talar Tilt Test	Pretest (cm)	Post Test (cm)
1	IP	√	√	6.2	4
2	A	√	√	7.3	5.3
3	NP	√	√	5	2.1
4	NAH	√	√	8.2	4.5
5	HS	√	√	6.3	3.6
6	HR	√	√	7.4	5.4
7	M	√	√	6.2	5.6
8	SW	√	√	5.3	3.7
9	MR	√	√	5.1	3.3
10	J	√	√	6.2	5.1
11	SF	√	√	6.3	5.6
12	H	√	√	8.5	6.7
13	FR	√	√	8	5.5
14	AD	√	√	6.2	4.4
15	V	√	√	5.3	2.3
16	AY	√	√	4.4	1.2
17	HN	√	√	6.5	3.3
18	KA	√	√	5.6	2.2

19	FD	√	√	6.2	3.5
20	ID	√	√	6.5	2.2
21	NS	√	√	5.4	1.1
22	RT	√	√	5.5	2.5
23	NH	√	√	6.2	3.4
24	NM	√	√	7.3	4.5
25	NA	√	√	7.1	3.7
26	AI	√	√	5.6	1.8
27	AS	√	√	4.2	2.9
28	JH	√	√	4.1	1.7
29	MR	√	√	5.3	3.6
30	NAF	√	√	5.5	2.5

Lampiran 4

Tabel Data Sampel Penelitian Kelompok Kontrol

TABEL DATA SAMPEL PENELITIAN KELOMPOK KONTROL

No	Nama	Pemeriksaan		Pengukuran	
		Grifka Test	Talar Tilt Test	Pretest (cm)	Post Test (cm)
1	WY	√	√	5.4	8
2	AND	√	√	7.8	3
3	FTW	√	√	5.5	8
4	IDN	√	√	6.7	5
5	IM	√	√	6.8	8
6	YT	√	√	5.5	4.9
7	FTR	√	√	4.4	7
8	RMD	√	√	4.3	3
9	ST	√	√	3.1	7
10	LT	√	√	6.5	5
11	RM	√	√	4.7	7
12	AG	√	√	4.8	3
13	UI	√	√	8.1	9
14	RI	√	√	6.3	5
15	DN	√	√	5.3	7
16	LN	√	√	4.4	3
17	EN	√	√	4.2	7
18	LS	√	√	3.3	2
19	DV	√	√	2.1	8
20	IK	√	√	4.5	2
21	HNT	√	√	4.4	7
22	FG	√	√	5.1	3
23	ARN	√	√	6.5	8
24	TL	√	√	6.7	5
25	ISW	√	√	4.8	7
26	RQ	√	√	4.2	3
27	AM	√	√	5.5	8
28	TNT	√	√	7.6	5

29	CHR	√	√	5.2	8
30	YN	√	√	8.3	5

Lampiran 4

Dokumentasi saat melakukan penelitian



Pemeriksaan Spesifik



Pengukuran intensitas nyeri menggunakan VAS



Pelaksanaan Intervensi

Lampiran 5

Rekomendasi Persetujuan Etik



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN
RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS HASANUDDIN
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT

Jln. Perintis Kemerdekaan Km.10 Makassar 90245, Telp.(0411) 585658,
E-mail : fkm.unhas@gmail.com, website: https/fkm.unhas.ac.id/

REKOMENDASI PERSETUJUAN ETIK

Nomor : 609/UN4.14.1/TP.01.02/2023

Tanggal : 06 Januari 2023

Dengan ini Menyatakan bahwa Protokol dan Dokumen yang Berhubungan dengan Protokol berikut ini telah mendapatkan Persetujuan Etik :

No.Protokol	301222062394	No. Sponsor Protokol	
Peneliti Utama	Faizah Ulil Hikmah	Sponsor	Pribadi
Judul Peneliti	Efek Active Stretching Terhadap Penurunan Nyeri <i>Fasciitis Plantaris</i> Pada Sales Promotion Girl (SPG) Ramayana Makassar Town Square (MTos)		
No.Versi Protokol	1	Tanggal Versi	30 Desember 2022
No.Versi PSP	1	Tanggal Versi	30 Desember 2022
Tempat Penelitian	Ramayana Makassar Town Square (MTos)		
Judul Review	<input type="checkbox"/> Exempted <input checked="" type="checkbox"/> Expedited <input type="checkbox"/> Fullboard	Masa Berlaku 06 Januari 2023 Sampai 06 Januari 2024	Frekuensi review lanjutan
Ketua Komisi Etik Penelitian	Nama : Prof.dr.Veni Hadju,M.Sc,Ph.D	Tanda tangan 	Tanggal 06 Januari 2023
Sekretaris komisi Etik Penelitian	Nama : Dr. Wahiduddin, SKM.,M.Kes	Tanda tangan 	Tanggal 06 Januari 2023

Kewajiban Peneliti Utama :

1. Menyerahkan Amandemen Protokol untuk persetujuan sebelum di implementasikan
2. Menyerahkan Laporan SAE ke Komisi Etik dalam 24 Jam dan dilengkapi dalam 7 hari dan Laporan SUSAR dalam 72 Jam setelah Peneliti Utama menerima laporan
3. Menyerahkan Laporan Kemajuan (progress report) setiap 6 bulan untuk penelitian resiko tinggi dan setiap setahun untuk penelitian resiko rendah
4. Menyerahkan laporan akhir setelah Penelitian berakhir
5. Melaporakn penyimpangan dari protocol yang disetujui (protocol deviation/violation)
6. Mematuhi semua peraturan yang ditentukan

