

**LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN
(INFORMED CONSENT)**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama :
Umur : Tahun
Jenis Kelamin : Laki-laki/Perempuan
Alamat :

No. Handphone :

Dengan ini menyatakan bahwa saya telah diberikan penjelasan oleh peneliti tentang tujuan dan tindakan yang saya dapatkan selama proses penelitian ini. Maka dengan ini saya bersedia dan setuju untuk menjadi sample penelitian dan mengikuti proses penelitian sesuai dengan penjelasan yang diberikan oleh peneliti dalam penelitian yang berjudul **“Perbedaan Efek Penambahan Resistance Band Exercise Pada Core Stability Terhadap Kaki Overpronasi”**. Saya menyadari manfaat dan resiko penelitian tersebut bersedia untuk menjadi subjek penelitian dan memberikan jawaban atau keterangan yang sebenarnya.

Jakarta, 2016

Hormat saya,

(.....)

**KUSIONER PERBEDAAN EFEK PENAMBAHAN RESISTANCE BAND
EXERCISE PADA CORE STABILITY TERHADAP KAKI
OVERPRONASI**

Tanggal Pengumpulan Data:

Nama :
Jenis kelamin : L/P
Umur :
Pekejaan :
Alamat :

No. Hp :

A. PENGUKURAN

No.	Pengukuran	Hasil
1.	Berat Badan	
2.	Tinggi Badan	
3.	Indeks Massa Tubuh *IMT= $18,5-24,9$	

B. PERTANYAAN

Jawablah pertanyaan berikut dengan melingkari pilihan jawaban yang sesuai dengan keadaan responden.

1. Apakah anda pernah mengalami cedera pada lutut dan kaki?
a. Ya b. Tidak
2. Apakah saat ini anda sedang mengalami gangguan gerak/penyakit pada area lutut dan kaki?
a. Ya b. Tidak
3. Apakah anda sedang melakukan program latihan untuk lutut dan kaki?
a. Ya b. Tidak

LEMBAR DATA FOOT POSTURE INDEX

NAMA:	NOMOR IDENTITAS:
--------------	-------------------------

	FAKTOR	BIDANG	SKOR 1		SKOR 2		SKOR 3	
			Tgl; Ctn;		Tgl; Ctn;		Tgl; Ctn;	
			Kiri -2 ke +2	Kanan -2 ke +2	Kiri -2 ke +2	Kanan -2 ke +2	Kiri -2 ke +2	Kanan -2 ke +2
Kaki Depan	Palpasi Kepala Os Talar	Transversal						
	Supra dan Infra Curva Lateral Malleolus	Frontal /tansversal						
	Inversi dan Eversi dari Os Calcaneus	Frontal						
Kaki Belakang	Tonjolan Pada Regio Sendi Talo Navicular	Tansversal						
	Tinggi dan Kesesuaian dari Medial Longitudinal Arkus/MLA	Sagital						
	Abduksi dan Adduksi dari Kaki Depan dan Kaki Belakang	Transversal						
	Total							

Refrensi Nilai:

Normal = 0 sampai +5

Pronasi = +6 sampai +9 pronasi tinggi 10+

Supinasi = -1 sampai -4 supinasi tinggi -5 sampai -12

FOOT POSTURE INDEX

A. Pendahuluan

Foot Posture Index (FPI) adalah alat diagnostik klinis yang bertujuan untuk mengukur sejauh mana kaki dapat dianggap dalam posisi pronasi, supinasi dan netral. Hal ini dimaksudkan untuk menjadi metode sederhana yang menggambarkan berbagai postur kaki menjadi hasil tunggal yang kemudian memberikan indikasi postur kaki secara keseluruhan.

Tingkat nilai FPI telah ditetapkan berdasarkan kriteria masing-masing. Awalnya FPI dibuat dengan 8 item penilaian, dan kemudian di sempurnakan sesuai validasi menjadi 6 item. Semua pengamatan dilakukan dengan posisi berdiri, subjek menginjak lantai dengan kedua tungkai dengan posisi tubuh statis. Posisi tersebut juga untuk mendeteksi posisi kaki selama fase bejalan.

FPI berasal dari pencarian literatur lebih dari 140 makalah yang tigapuluh enamnya merupakan tindakan klinis untuk mengidentifikasi indikator berpotensi yang memenuhi kriteria sebagai berikut:

- a. Tindakan harus mudah untuk dilakukan
- b. Tindakan harus efisien secara waktu
- c. Menggunakan langkah-langkah pemeriksaan tidak harus dengan teknologi yang mahal
- d. Hasil pengukuran harus mudah dimengerti
- e. Penilaian menghasilkan data kuantitatif

B. Penggunaan Spesifik Kriteria

Selain itu, mengukur postur kaki dilakukan disemua bidang dan memberikan informasi tentang segmen rearfoot (bagian belakang), midfoot (bagian tengah), dan forefoot (bagian depan).

Delapan langkah dimasukan kedalam daftar kerja FPI dan disempurnakan secara validitas. Pengguna menuliskan skor untuk pengamatan yang dilakukan selama paktik klinis. Postur kaki netral yang dinilai nol, pronasi diberikan nilai positif dan supinasi bernilai negatif.

Ketika skor digabungkan, nilai agregat memberikan perkiraan postur kaki secara keseluruhan. Nilai agegat positif yang tinggi menunjukkan postur pronasi, nilai agregat signifikan negatif menunjukkan postur kaki supinasi, sedangkan untuk kaki netal nilai skor akhir agregat harus berada di skor nol.

C. Kriteria Skor FPI

Enam kriteria klinis sebagai berikut:

1. Palpasi kepala os talar (*talar head palpation*)
2. Supra dan infra lengkung lateral maleolus (*Supra and Infra lateral Malleolar Curvature*)
3. Posisi calcaneus bidang frontal (*calcaneal frontal plane position*)
4. Tonjolan sendi talo-navicular (*bulging in the region of the talo-navicular joint/TNJ*)
5. Tinggi dan kesesuaian medial longitudinal arkus (*height and congruence of the medial longitudinal arch*)
6. Abduksi/adduksi kaki depan dan belakang (*abduction/adduction of the forefoot and the rearfoot*)

D. Persiapan Pasien

Setiap komponen tes atau pengamatan hanya dinilai 0 untuk netral, skor negatif 2 untuk supinasi dan positif 2 untuk pronasi dengan catatan posisi pasien harus diinstruksikan untuk berdiri diam, dengan tangan pada sisi samping dan pandangan kedepan. Selama penilaian pastikan subjek tidak berputar untuk membalikan badan sedikitpun karena hal ini secara signifikan akan mempengaruhi postur kaki. Subjek harus berdiri selama kurang lebih total dua menit.

1. Palpasi Kepala Talar (Talar head position)

Palpasi pada talo-navicular

Panduan ini adalah satu-satunya kriteria penilaian yang bergantung pada palpasi daripada pengamatan. Kepala os talus yang teraba pada medial dan lateral pada aspek anterio pergelangan kaki.

Catatan klinis:

Ini bukan untuk menentukan posisi netral subtalar. Untuk FPI mengukur sendi subtalar tidak dimanipulasi kedalam posisi kepala talus dalam keselarasan maksimal dengan navicula. Untuk pengukuran FPI kepala talus hanya teraba pada posisi sikap santai dan posisi kepala yang statis karena akan merubah arah kaki inversi atau eversi.



Skor	-2	-1	0	+1	+2
	Kepala talus teraba pada sisi lateral/tetapi tidak pada sisi medial	Kepala talar teraba pada sisi lateral/sedikit teraba pada sisi medial	Kepala talar sama teraba pada sisi lateral dan medial	Kepala talar sama teraba pada sisi lateral /teraba pada sisi medial	Kepala talar tidak teraba pada sisi lateral /tetapi teraba pada sisi medial

2. Supra dan Infra Curva Lateral Malleolus (supra and infra lateral malleola curvature)

Observasi dan perbandingan kurva atas dan bawah pergelangan kaki malleolus lateralis.

Dalam posisi netral disarankan bahwa kurva harus kira-kira sama. Kaki pronasi, kurva bawah malleolus akan lebih dalam dari kurva di atas karena abduksi kaki, dan eversi dari kalkaneus dan sebaliknya pada kaki supinasi.

Catatan 1:

Untuk memperkirakan lengkungan malleola mungkin akan membantu bila menggunakan gais bantu, penggaris /persegi, pena ataupun meurut benda-benda yang tersedia.

Catatan 2:

Odema dan obesitas akan mempengaruhi lengkung ini



skor	-2	-1	0	+1	+2
	Kurva bawah malleolus baik langsung atau cembung	Kurva dibawah malleolus cekung, tetapi data/lebih dangkal dari malleolus	Kedua infa dan supra curva malleolus kurang lebih sama	Kurva dibawah malleolus lebih cekung dari kurva atas malleolus	Kurva bawah malleolus jelas lebih cekung dari kurva malleolus atas

3. Posisi Calcaneus Bidang Frontal (calcaneal frontal plane position)

Inversi atau eversi dari kalkaneus

Dalam observasi yang setara pengukuran yang sering digunakan dalam mengukur adalah posisi berdiri santai, aspek posterior calcaneus yang divisualisasikan dengan pengamatan sejajar dengan sumbu panjang kaki.

Pengukuran sudut yang tidak diperlukan untuk FPI, kaki dinilai sesuai dengan penilaian visual dari posisi bidang frontal.



skor	-2	-1	0	+1	+2
	Kira-kira lebih dari 5° invesi (vaus)	Diantara vetical dan perkiraan 5° inversi (varus)	Vertical	Antara vertical dan perkiraan 5° eversi (valgus)	Lebih dari perkiraan 5° eversi (valgus)

4. Tonjolan Pada Regio Sendi Talo Navicular (TNJ)

Pada posisi kaki netral, daerah kulit akan dangkal untuk TNJ yang datar. TNJ menjadi lebih menonjol dari kepala talus yang Adduksi di kaki depan pronasi. Tonjoan pada area ini akan dikaitkan dengan kaki pronasi. Pada kaki supinasi daerah ini akan lebih menjorok.



skor	-2	-1	0	+1	+2
	Area dari TNJ cekungan yang lebih jelas	Area dari TNJ sedikit, tetapi lebih cekung	Area dari TNJ datar	Area TNJ sedikit menonjol	Area dari TNJ menonjol lebih jelas

Catatan: tonjolan dari TNJ merupakan temuan umum di kaki ponasi. Bagaimanapun cembung area ini biasanya hanya terlihat dengan tingginya supinasi

5. Tinggi dan Kesesuaian dari Medial Longitudinal Arkus/MLA

Arkus yang tinggi merupakan indikator kuat dari fungsi kaki, arkus juga dapat sama pentingnya. Dalam posisi netral kaki, lengkung arkus arusnya relatif sama, sama untuk segmen lingkaran. Ketika kaki supinasi lengkung dari Medial Longitudinal Arkus menjadi lebih besar pada lengkung arkus posterio kaki. Pada kecendrungan pronasi kaki MLA menjadi lebih flat atau datar pada pusat midtarsal .
 Netral : Observasi ini seharusnya mengambil arkus yang tinggi dan kesesuaian arkus kedalam pertimbangan.



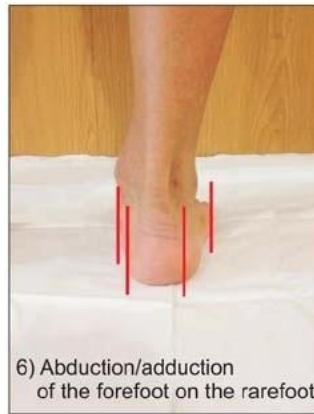
skor	-2	-1	0	+1	+2
	Tingginya arkus dan sudut terhadap ujung posterio medial longitudinal arkus	Arkus yang moderat dan sedikit kearah posterio	Tinggi arkus nomal dan kurva secara konsentrik	Arkus yang rendah dengan sedikit atas pada posisi tengah	Arkus sangat rendah dengan atas yang parah pada posisi tengah arkus kontak dengan tanah

Catatan klinis: tingginya arkus biasanya akan menjadi lebih semu dari dua komponen pengukuran, kesesuaian arkus kemungkinan lebih halus dan informatif. Kecermatan obsevasi kesesuaian akus akan menjadi elemen pengukuran dengan faktor kedua tingginya lengkung arkus

6. Abduksi dan Adduksi dari kaki depan dan kaki belakang

Ketika terlihat langsung dari belakang dan dalam garis dengan axis yang panjang dari tumit (tidak panjang axis dari seluruh kaki), netral kaki akan diikuti pemeriksaan untuk melihat kaki depan sama pada sisi medial dan lateral. Supinasi kaki dari kaki depan tetap terlihat pada sisi medial. Perbandingan pronasi kaki karena kaki depan untuk abduksi hasil lebih dari kaki depan tetap terlihat pada sisi lateral.

skor	-2	-1	0	+1	+2
	Tidak terlihat lateral jari kaki. Medial jari kaki tidak terlihat sama sekali.	Medial jari kaki tidak terlihat dari sisi lateral.	Medial dan lateal jari kaki sama terlihat	Lateral jari kaki tidak terlihat dari sisi medial	Tidak terlihat medial jari kaki. Lateral jari kaki tidak terlihat



Skor FPI ; hasil skor akhir akan menjadi angka antara -12 dan +12

Pada beberapa kasus akan menjadi penggerak konsistensi dari skor dan gambaran klinis akan segera menjadi bersih. Bagaimanapun pada beberapa pasien akan lebih dominan dari gerakan terjadi dalam satu dari tiga bidang tubuh atau berada antara fungsi kaki depan dan kaki belakang.

Segmen kaki dan bidang tubuh diukur melalui setiap observasi adalah indikasi pada data FPI. Kemungkinan dari FPI untuk memberikan substansi informasi yang lebih dari pengeluaran bahwa ada segmen/satu bidang tumpu sebagai teknik assesment. Dengan informasi yang dibutuhkan kecermatan klinikal interpretasi dasar pada pengetahuan klinis dari anatomi dan fungsi, informasi dihasilkan dari pengukuran FPI diikuti interpretasi untuk lebih baik bagi data.

Mean, SD

Statistics

		Nilai Foot Posture Index Sebelum Perlakuan 1	Nilai Foot Posture Index Sesudah Perlakuan 1	Nilai Foot Posture Index Selisih Perlakuan 1	Nilai Foot Posture Index Sebelum Perlakuan 2	Nilai Foot Posture Index Sesudah Perlakuan 2	Nilai Foot Posture Index Selisih Perlakuan 2
N	Valid	10	10	10	10	10	10
	Missing	10	10	10	10	10	10
Mean		7,40	5,90	1,50	8,60	5,90	2,70
Median		7,00	6,00	1,50	9,00	6,00	3,00
Std. Deviation		,843	,568	,527	,843	,876	,483

Uji Normalitas

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Nilai Foot Posture Index Sebelum Perlakuan 1	,282	10	,023	,890	10	,172
Nilai Foot Posture Index Sesudah Perlakuan 1	,370	10	,000	,752	10	,004
Nilai Foot Posture Index Sebelum Perlakuan 2	,282	10	,023	,890	10	,172
Nilai Foot Posture Index Sesudah Perlakuan 2	,355	10	,001	,743	10	,003
Nilai Foot Posture Index Selisih Perlakuan 1	,329	10	,003	,655	10	,000
Nilai Foot Posture Index Selisih Perlakuan 2	,433	10	,000	,594	10	,000

a. Lilliefors Significance Correction

Uji Homogenitas

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
VAR00007	Equal variances assumed	,000	1,000	-3,182	18	,005	-1,200	,377	-1,992	-,408
	Equal variances not assumed			-3,182	18,000	,005	-1,200	,377	-1,992	-,408

Uji Hipotesis I

Paired Samples Test

		Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	Nilai Foot Posture Index Sebelum Perlakuan 1 - Nilai Foot Posture Index Sesudah Perlakuan 1	1,500	,527	,167	1,123	1,877	9,000	9	,000

Uji Hipotesis II

Test Statistics^b

	Nilai Foot Posture Index Sesudah Perlakuan 2 - Nilai Foot Posture Index Sebelum Perlakuan 2
Z	-2,919 ^a
Asymp. Sig. (2-tailed)	,004

a. Based on positive ranks.

b. Wilcoxon Signed Ranks Test

Uji Hipotesis III

Test Statistics^b

	VAR00009
Mann-Whitney U	7,500
Wilcoxon W	62,500
Z	-3,425
Asymp. Sig. (2-tailed)	,001
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	,000 ^a

a. Not corrected for ties.

b. Grouping Variable: VAR00010