

Edukasi Fisioterapi tentang *Flat Foot* pada Orang Tua Balita di Posyandu Bunulrejo RW 12 Kota Malang, Jawa Timur

Syah Rizal Maulidan Shidqy*¹, Nungki Marlian Yuliadarwati², Tri Dewi Fransiska³

^{1,2,3} Program Studi Fisioterapi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Malang, Indonesia

*e-mail: sitqisyah@gmail.com

Abstrak

Balita merupakan kelompok usia yang sedang mengalami pertumbuhan dan perkembangan pesat sehingga rentan mengalami gangguan muskuloskeletal, salah satunya flat foot. Flat foot adalah kondisi menurunnya lengkung arkus longitudinal medial kaki sehingga hampir seluruh telapak kaki menyentuh permukaan tanah. Kondisi ini dapat memengaruhi keseimbangan, stabilitas, dan kemampuan berjalan anak. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan orang tua balita mengenai definisi, faktor risiko, tanda dan gejala, pemeriksaan, serta latihan fisioterapi pada kasus flat foot. Metode kegiatan dilakukan melalui edukasi fisioterapi berupa promosi kesehatan menggunakan media poster, penyampaian materi, diskusi, dan tanya jawab kepada peserta. Kegiatan dilaksanakan pada komunitas orang tua balita di Posyandu Bunulrejo RW 12 Kota Malang dengan jumlah peserta sebanyak 11 orang. Evaluasi dilakukan menggunakan kuesioner pre-test dan post-test. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta setelah edukasi, ditunjukkan dari peningkatan pemahaman peserta dari 9,1% menjadi 90,9%. Kegiatan edukasi fisioterapi ini memberikan dampak positif dalam meningkatkan pemahaman dan kesadaran orang tua balita terhadap pencegahan dan penanganan flat foot secara mandiri di rumah.

Kata Kunci: Balita, Edukasi Fisioterapi, Flat Foot, Komunitas, Posyandu

Abstract

Toddlers are a vulnerable age group undergoing rapid growth and development, making them susceptible to musculoskeletal disorders, including flat foot. Flat foot is a condition characterized by a decreased medial longitudinal arch, causing most parts of the sole to contact the ground. This condition may affect balance, stability, and walking ability in children. This community service activity aimed to improve parents' knowledge regarding the definition, risk factors, signs and symptoms, examination, and physiotherapy exercises for flat foot cases. The activity was conducted through physiotherapy education in the form of health promotion using poster media, material presentation, discussion, and question-and-answer sessions. The program involved 11 parents of toddlers at Posyandu Bunulrejo RW 12, Malang City. Evaluation was carried out using pre-test and post-test questionnaires. The results demonstrated an increase in participants' knowledge after the educational activity, indicated by an improvement in understanding from 9.1% to 90.9%. This physiotherapy education activity had a positive impact on increasing parents' awareness and understanding of flat foot prevention and independent home management.

Keywords: Community, Flat Foot, Physiotherapy Education, Posyandu, Toddlers

1. PENDAHULUAN

Balita merupakan anak usia di bawah lima tahun yang berada pada masa pertumbuhan dan perkembangan pesat atau dikenal sebagai *golden age* (Muslihin et al., 2025). Pada masa ini terjadi perkembangan kemampuan motorik, sensorik, kognitif, dan keseimbangan tubuh yang sangat penting untuk menunjang aktivitas sehari-hari anak di masa mendatang (Hasriani et al., 2023). Selain itu, masa balita merupakan periode penting dalam pembentukan status kesehatan dan perkembangan fisik anak sehingga memerlukan perhatian khusus dari orang tua terhadap proses tumbuh kembang anak (Wulandari & Arianti, 2023). Pertumbuhan dan perkembangan sistem muskuloskeletal pada balita perlu diperhatikan karena gangguan yang terjadi pada fase ini dapat memengaruhi kemampuan gerak, postur tubuh, dan keseimbangan anak. Salah satu gangguan muskuloskeletal yang cukup sering ditemukan pada anak adalah *flat foot* atau *pes planus* (Sativani & Jannah, 2023).

Fisioterapi merupakan salah satu bentuk pelayanan kesehatan yang berfokus pada pengembangan, pemeliharaan, dan pemulihan fungsi gerak tubuh individu maupun masyarakat. Dalam kasus gangguan muskuloskeletal, fisioterapi memiliki peran promotif, preventif, dan rehabilitatif untuk membantu meningkatkan kemampuan fungsional dan kualitas hidup individu (Suhartatik, S., & Al Faiqoh, 2022). Pada kasus *flat foot*, fisioterapi dapat dilakukan melalui edukasi kesehatan dan latihan sederhana untuk membantu pembentukan lengkung kaki serta meningkatkan keseimbangan dan fungsi gerak anak (Anindya et al., 2026). *Flat foot* merupakan kondisi menurunnya atau hilangnya lengkung arkus longitudinal medial kaki sehingga sebagian besar atau seluruh telapak kaki menyentuh permukaan tanah saat berdiri maupun berjalan (Hidayati & Ramadhani, 2025). Lengkungan arkus kaki memiliki fungsi penting dalam menjaga stabilitas tubuh, fleksibilitas, distribusi beban tubuh, serta meningkatkan keseimbangan dan kelincahan saat berjalan. Lengkung kaki umumnya mulai terbentuk ketika anak mulai berjalan dan berkembang optimal pada usia 2–5 tahun. Apabila perkembangan arkus kaki tidak optimal, maka anak berisiko mengalami *flat foot* (Utami et al., 2024). Kondisi ini dapat menyebabkan gangguan kemampuan fungsional berupa penurunan keseimbangan, penurunan kemampuan mobilitas, gangguan pola berjalan, mudah lelah saat beraktivitas, hingga peningkatan risiko jatuh pada anak (Rijal & Yuliadarwati, 2025).

Prevalensi *flat foot* pada anak di dunia diperkirakan mencapai 20–30% dari total populasi anak. American Academy of Orthopedic Surgeons menyatakan bahwa anak usia enam tahun yang belum memiliki lengkung arkus kaki dapat dikategorikan mengalami kelainan arkus kaki (Arimbi & Naufal, 2024). Di Indonesia, prevalensi *flat foot* pada anak di Kota Surakarta tahun 2013 mencapai 27,5%, dengan persentase lebih tinggi pada anak laki-laki sebesar 52% dan perempuan sebesar 36% (Lathifah et al., 2024). Selain itu, data lain menunjukkan bahwa prevalensi *flat foot* pada anak di wilayah perkotaan mencapai sekitar 30% (Mediana et al., 2025). Tingginya angka kejadian tersebut menunjukkan bahwa *flat foot* masih menjadi salah satu masalah kesehatan muskuloskeletal pada anak yang perlu mendapatkan perhatian, terutama dalam upaya pencegahan dan deteksi dini.

Berdasarkan hasil observasi awal dan wawancara dengan kader serta orang tua balita di Posyandu Bunulrejo RW 12 Kota Malang, diketahui bahwa sebagian besar orang tua belum memahami mengenai pengertian *flat foot*, faktor risiko, tanda dan gejala, cara pemeriksaan sederhana, maupun latihan yang dapat dilakukan untuk membantu penanganan kondisi tersebut. Orang tua juga belum mengetahui dampak jangka panjang yang dapat terjadi apabila *flat foot* tidak ditangani sejak dini. Kurangnya pengetahuan tersebut menyebabkan rendahnya kesadaran orang tua dalam melakukan deteksi dini terhadap gangguan bentuk kaki pada anak. Kondisi tersebut menunjukkan perlunya kegiatan edukasi kesehatan yang dapat meningkatkan pemahaman orang tua mengenai *flat foot* pada balita (Anggriani & Utomo, 2024).

Fisioterapi memiliki peran penting dalam upaya promotif dan preventif untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat terkait gangguan muskuloskeletal pada anak. Fisioterapi merupakan salah satu bentuk pelayanan kesehatan yang bertujuan mengembangkan, memelihara, dan mengembalikan fungsi gerak tubuh individu maupun masyarakat (Suhartatik, S., & Al Faiqoh, 2022). Dalam kasus *flat foot*, fisioterapi dapat dilakukan melalui edukasi kesehatan dan latihan sederhana yang mampu membantu pembentukan lengkung kaki serta meningkatkan fungsi gerak anak.

Penanganan fisioterapi yang sering digunakan pada kasus *flat foot* antara lain *heel raises exercise* dan *strengthening ball roll exercise*. *Heel raises exercise* bermanfaat untuk meningkatkan kekuatan otot stabilisator dan membantu pembentukan lengkung kaki sehingga dapat meningkatkan keseimbangan anak (Pramita et al., 2024). Sementara itu, *strengthening ball roll exercise* dapat membantu mengurangi ketegangan ligamen pada telapak kaki dan meningkatkan fleksibilitas kaki. Penelitian sebelumnya juga menunjukkan bahwa kombinasi *strengthening ball roll exercise* dan *heel raises exercise* memberikan pengaruh terhadap pembentukan lengkung kaki pada anak dengan *flat foot* (Oktaviani et al., 2025). Selain itu, kegiatan edukasi fisioterapi mengenai *flat foot* pada komunitas posyandu terbukti mampu meningkatkan pengetahuan masyarakat terkait pencegahan dan penanganan *flat foot* secara mandiri (Lathifah et al., 2024).

Berdasarkan permasalahan tersebut, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dalam bentuk edukasi fisioterapi kepada komunitas orang tua balita di Posyandu Bunulrejo RW 12 Kota Malang menggunakan media poster dan penyuluhan interaktif. Tujuan kegiatan ini adalah meningkatkan pengetahuan dan pemahaman orang tua balita mengenai definisi, faktor risiko, tanda dan gejala, pemeriksaan, serta latihan fisioterapi pada kasus *flat foot* sehingga orang tua mampu melakukan upaya pencegahan dan penanganan awal secara mandiri di rumah.

2. METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan dalam bentuk edukasi fisioterapi melalui penyuluhan kesehatan mengenai *flat foot* pada balita kepada komunitas orang tua balita di Posyandu Bunulrejo RW 12 Kota Malang, Jawa Timur. Kegiatan dilaksanakan pada hari Rabu, 17 September 2025 pukul 10.20–11.00 WIB dengan durasi kegiatan selama 40 menit. Sasaran kegiatan adalah orang tua yang memiliki balita usia 1–5 tahun dengan jumlah peserta sebanyak 11 orang. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini berupa promosi kesehatan dengan media edukasi poster mengenai *flat foot*. Materi yang disampaikan meliputi pengertian *flat foot*, faktor risiko, tanda dan gejala, pemeriksaan sederhana, serta latihan fisioterapi yang dapat dilakukan secara mandiri di rumah. Media poster digunakan untuk membantu peserta memahami materi secara lebih mudah melalui tampilan visual dan penjelasan singkat yang komunikatif.

Pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui beberapa tahapan, yaitu tahap persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi kegiatan. Pada tahap persiapan dilakukan observasi awal dan koordinasi dengan kader Posyandu Bunulrejo RW 12 terkait pelaksanaan kegiatan penyuluhan. Selain itu, dilakukan penyusunan media edukasi berupa poster dan lembar evaluasi kegiatan. Tahap pelaksanaan diawali dengan pembukaan dan penyampaian tujuan kegiatan kepada peserta. Selanjutnya dilakukan penyampaian materi edukasi mengenai *flat foot* menggunakan media poster oleh fisioterapis. Setelah penyampaian materi, kegiatan dilanjutkan dengan sesi diskusi dan tanya jawab untuk memberikan kesempatan kepada peserta dalam menyampaikan pertanyaan maupun pengalaman terkait kondisi *flat foot* pada anak. Pada akhir kegiatan, peserta diberikan edukasi mengenai latihan fisioterapi sederhana yang dapat dilakukan secara mandiri di rumah sebagai upaya pencegahan dan penanganan awal *flat foot* pada balita.

Evaluasi kegiatan dilakukan untuk mengetahui tingkat pemahaman peserta setelah diberikan edukasi fisioterapi. Evaluasi menggunakan lembar pertanyaan yang diberikan sebelum dan sesudah penyuluhan. Instrumen evaluasi terdiri dari lima pertanyaan mengenai pengetahuan peserta terkait definisi *flat foot*, faktor risiko, tanda dan gejala, pemeriksaan sederhana, serta latihan fisioterapi pada kasus *flat foot*. Setiap pertanyaan memiliki dua pilihan jawaban, yaitu “ya” dan “tidak”. Jawaban “ya” diberikan skor 1, sedangkan jawaban “tidak” diberikan skor 0. Hasil penilaian kemudian dibandingkan untuk melihat peningkatan pemahaman peserta setelah mengikuti kegiatan edukasi. Adapun pertanyaan evaluasi kegiatan dapat dilihat pada Tabel 1.

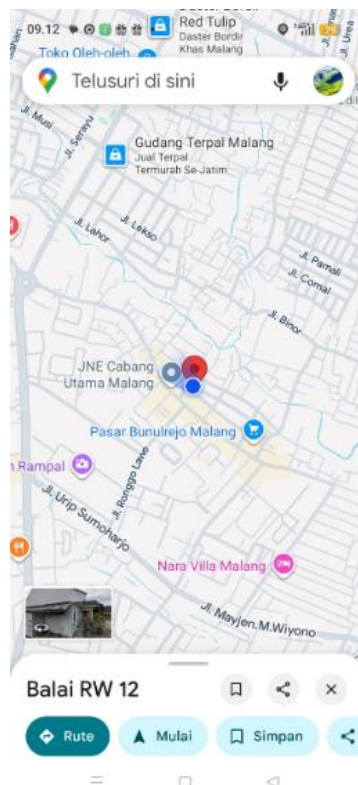
Tabel 1. Pertanyaan tentang penyuluhan *flat foot* kepada orang tua balita

No	Pertanyaan	Ya	Tidak
1	Apakah anda tahu tentang <i>flat foot</i> ?		
2	Apakah anda tahu faktor resiko terjadinya <i>flat foot</i> ?		
3	Apakah anda tahu tanda dan gejala <i>flat foot</i> ?		
4	Apakah anda tahu bagaimana cara pemeriksaan <i>flat foot</i> ?		
5	Apakah anda tahu program latihan untuk <i>flat foot</i> ?		

Lokasi pelaksanaan kegiatan penyuluhan di Posyandu Bunulrejo RW 12 Kota Malang dapat dilihat pada Gambar 2.



Gambar 1. Poster Media Penyuluhan



Gambar 2. Lokasi Penyuluhan

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa edukasi fisioterapi mengenai *flat foot* pada balita telah dilaksanakan dengan baik dan lancar di Posyandu Bunulrejo RW 12 Kota Malang, Jawa Timur. Kegiatan ini diikuti oleh 11 orang tua balita dan 10 balita. Edukasi dilakukan melalui metode penyuluhan kesehatan menggunakan media poster, penyampaian materi, diskusi, dan sesi tanya jawab interaktif. Materi yang diberikan meliputi pengertian *flat foot*, faktor risiko, tanda dan gejala, pemeriksaan sederhana, serta latihan fisioterapi yang dapat dilakukan secara mandiri di rumah.

Selama kegiatan berlangsung, peserta menunjukkan antusiasme dan respon yang positif terhadap materi yang disampaikan. Hal tersebut terlihat dari perhatian peserta saat penyampaian materi, keterlibatan aktif dalam sesi diskusi, serta pertanyaan yang diajukan terkait kondisi kaki datar pada anak. Sebagian besar peserta menyampaikan bahwa materi mengenai *flat foot* merupakan informasi baru yang sebelumnya belum pernah mereka peroleh. Penggunaan media poster membantu peserta memahami materi dengan lebih mudah karena materi disajikan dalam bentuk visual yang sederhana dan komunikatif. Selain itu, metode diskusi dan tanya jawab membuat peserta lebih aktif selama kegiatan berlangsung sehingga suasana edukasi menjadi lebih interaktif.

Kegiatan edukasi fisioterapi ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman orang tua balita mengenai *flat foot* sebagai upaya promotif dan preventif terhadap gangguan muskuloskeletal pada anak. *Flat foot* merupakan kondisi menurunnya lengkung arkus longitudinal medial kaki sehingga sebagian besar telapak kaki menyentuh permukaan tanah saat berdiri maupun berjalan (Oktaviani et al., 2025). Kondisi tersebut dapat memengaruhi kemampuan fungsional anak, seperti penurunan keseimbangan, gangguan pola berjalan, serta peningkatan risiko jatuh apabila tidak ditangani dengan baik (Lathifah et al., 2024). Oleh karena itu, edukasi kepada orang tua menjadi penting agar deteksi dini dan penanganan awal dapat dilakukan secara mandiri di rumah.

Keberhasilan kegiatan diukur melalui evaluasi tingkat pemahaman peserta sebelum dan sesudah diberikan edukasi fisioterapi. Evaluasi dilakukan menggunakan lembar pertanyaan yang berisi lima poin pertanyaan mengenai definisi *flat foot*, faktor risiko, tanda dan gejala, pemeriksaan sederhana, serta latihan fisioterapi pada kasus *flat foot* (Wynn et al., 2023).

3.1. Hasil Evaluasi Sebelum Kegiatan Edukasi

Hasil evaluasi awal dilakukan untuk mengetahui tingkat pengetahuan dan pemahaman orang tua balita mengenai *flat foot* sebelum diberikan edukasi fisioterapi. Evaluasi awal menunjukkan bahwa sebagian besar peserta masih memiliki tingkat pengetahuan yang rendah terkait pengertian *flat foot*, faktor risiko, tanda dan gejala, pemeriksaan sederhana, serta latihan fisioterapi yang dapat dilakukan secara mandiri di rumah. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa informasi mengenai *flat foot* pada balita masih belum banyak dipahami oleh masyarakat, khususnya orang tua balita di Posyandu Bunulrejo RW 12 Kota Malang.

Kurangnya pengetahuan peserta terlihat dari hasil evaluasi yang menunjukkan bahwa sebagian besar peserta belum mengetahui faktor risiko dan penanganan awal *flat foot*. Banyak peserta menganggap bahwa bentuk telapak kaki datar pada anak merupakan kondisi yang normal dan akan membaik dengan sendirinya tanpa perlu dilakukan pemeriksaan maupun latihan khusus. Selain itu, peserta juga belum memahami dampak yang dapat terjadi apabila *flat foot* tidak dikenali dan ditangani sejak dini, seperti gangguan keseimbangan, penurunan kemampuan berjalan, dan gangguan aktivitas fungsional anak (Duriat et al., 2024)

Tabel 2. Hasil Evaluasi Sebelum Edukasi *Flat foot*

No	Pertanyaan	Ya	Tidak
1	Apakah anda tahu tentang <i>flat foot</i> ?	3	8
2	Apakah anda tahu faktor resiko terjadinya <i>flat foot</i> ?	1	10
3	Apakah anda tahu tanda dan gejala <i>flat foot</i> ?	1	10
4	Apakah anda tahu bagaimana cara pemeriksaan <i>flat foot</i> ?	1	10
5	Apakah anda tahu program latihan untuk <i>flat foot</i> ?	1	10

Berdasarkan Tabel 2, diketahui bahwa hanya 3 dari 11 peserta atau sebesar 27,3% yang mengetahui mengenai pengertian *flat foot*. Sementara itu, hanya 1 peserta atau sebesar 9,1% yang mengetahui faktor risiko, tanda dan gejala, pemeriksaan sederhana, serta latihan fisioterapi pada kasus *flat foot*. Sebaliknya, sebanyak 72,7% peserta belum mengetahui pengertian *flat foot* dan sebanyak 90,9% peserta belum memahami faktor risiko, tanda dan gejala, pemeriksaan sederhana, serta latihan fisioterapi *flat foot*.

Hasil tersebut menunjukkan bahwa tingkat pemahaman peserta sebelum kegiatan edukasi masih sangat rendah. Rendahnya pengetahuan peserta kemungkinan dipengaruhi oleh kurangnya informasi dan edukasi kesehatan mengenai gangguan muskuloskeletal pada anak di lingkungan masyarakat. Selain itu, sebagian besar peserta belum pernah mendapatkan penyuluhan terkait *flat foot* sebelumnya sehingga peserta belum memahami pentingnya deteksi dini gangguan bentuk kaki pada balita.

Kurangnya pemahaman orang tua mengenai *flat foot* dapat memengaruhi keterlambatan penanganan pada anak. Padahal, *flat foot* yang tidak ditangani dengan baik dapat menyebabkan gangguan kemampuan fungsional seperti penurunan keseimbangan, gangguan pola berjalan, serta peningkatan risiko jatuh pada anak (Lathifah et al., 2024). Oleh karena itu, edukasi fisioterapi diperlukan sebagai upaya promotif dan preventif untuk meningkatkan pengetahuan orang tua mengenai *flat foot* serta cara penanganan sederhana yang dapat dilakukan secara mandiri di rumah.

Hasil evaluasi awal ini menjadi dasar pelaksanaan kegiatan edukasi fisioterapi kepada orang tua balita di Posyandu Bunulrejo RW 12 Kota Malang. Rendahnya tingkat pengetahuan peserta menunjukkan bahwa kegiatan edukasi mengenai *flat foot* sangat dibutuhkan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap kesehatan kaki anak sejak usia dini. Selain itu, hasil evaluasi awal juga menjadi indikator awal untuk melihat perubahan tingkat pemahaman peserta setelah diberikan penyuluhan dan edukasi fisioterapi.

3.2. Hasil Evaluasi Setelah Kegiatan Edukasi

Kegiatan edukasi fisioterapi mengenai *flat foot* pada balita memberikan pengaruh positif terhadap peningkatan pengetahuan dan pemahaman peserta. Setelah dilakukan penyuluhan menggunakan media poster, diskusi, dan sesi tanya jawab, sebagian besar peserta mulai memahami mengenai pengertian *flat foot*, faktor risiko, tanda dan gejala, pemeriksaan sederhana, serta latihan fisioterapi yang dapat dilakukan secara mandiri di rumah. Peningkatan pemahaman peserta menunjukkan bahwa metode edukasi yang digunakan mampu membantu peserta menerima informasi dengan lebih baik (Pratiwi et al., 2024).

Evaluasi setelah kegiatan dilakukan menggunakan lembar pertanyaan yang sama dengan evaluasi awal. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan jumlah peserta yang memahami materi edukasi dibandingkan sebelum kegiatan dilaksanakan. Peserta yang sebelumnya belum mengetahui mengenai *flat foot* mulai mampu memahami materi yang telah disampaikan oleh fisioterapis selama kegiatan berlangsung.

Tabel 3. Pertanyaan tentang penyuluhan *flat foot* kepada orang tua balita

No	Pertanyaan	Ya	Tidak
1	Apakah anda tahu tentang <i>flat foot</i> ?	10	1
2	Apakah anda tahu faktor resiko terjadinya <i>flat foot</i> ?	10	1
3	Apakah anda tahu tanda dan gejala <i>flat foot</i> ?	10	1
4	Apakah anda tahu bagaimana cara pemeriksaan <i>flat foot</i> ?	8	3
5	Apakah anda tahu program latihan untuk <i>flat foot</i> ?	8	3

Berdasarkan Tabel 3, diketahui bahwa setelah kegiatan edukasi terdapat peningkatan pemahaman peserta pada seluruh aspek pertanyaan. Pengetahuan peserta mengenai pengertian *flat foot* meningkat dari 27,3% menjadi 90,9%. Selain itu, pemahaman mengenai faktor risiko dan tanda gejala juga meningkat dari 9,1% menjadi 90,9%. Sementara itu, pemahaman mengenai pemeriksaan sederhana dan latihan fisioterapi meningkat dari 9,1% menjadi 72,7%.

Perubahan hasil evaluasi tersebut menunjukkan bahwa kegiatan edukasi fisioterapi mampu meningkatkan pengetahuan peserta secara signifikan. Sebelum kegiatan dilakukan, sebagian besar peserta belum memahami mengenai *flat foot* dan cara penanganannya. Namun setelah diberikan edukasi, mayoritas peserta telah memahami materi yang disampaikan. Hal ini menunjukkan bahwa metode penyuluhan menggunakan media poster dan komunikasi interaktif efektif digunakan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat.

Peningkatan pemahaman peserta juga terlihat selama proses diskusi berlangsung. Sebelum edukasi, peserta cenderung pasif dan belum memahami mengenai bentuk kaki datar pada anak. Setelah materi disampaikan, peserta mulai aktif bertanya mengenai kondisi telapak kaki anak mereka, faktor penyebab *flat foot*, cara pemeriksaan sederhana di rumah, serta latihan yang aman dilakukan pada balita. Beberapa peserta juga menyampaikan bahwa mereka baru mengetahui bahwa *flat foot* dapat memengaruhi keseimbangan dan pola berjalan anak apabila tidak ditangani dengan baik.

Media poster yang digunakan dalam kegiatan turut membantu peningkatan pemahaman peserta. Poster memuat gambar bentuk kaki normal dan *flat foot*, faktor risiko, tanda dan gejala, serta contoh latihan sederhana sehingga peserta lebih mudah memahami materi secara visual. Penggunaan gambar dan penjelasan sederhana membuat peserta lebih mudah mengingat informasi yang diberikan selama kegiatan berlangsung.

Selain itu, sesi diskusi dan tanya jawab memberikan kesempatan kepada peserta untuk berinteraksi langsung dengan fisioterapis. Metode tersebut membantu peserta memahami materi secara lebih mendalam karena peserta dapat menyampaikan pertanyaan sesuai kondisi yang dialami anak mereka. Suasana edukasi yang interaktif juga membuat peserta lebih aktif dan tidak hanya menerima materi secara satu arah.

Pada kegiatan ini, peserta juga diberikan edukasi mengenai latihan fisioterapi sederhana berupa *heel raises exercise* dan *strengthening ball roll exercise*. *Heel raises exercise* bermanfaat untuk meningkatkan kekuatan otot stabilisator dan membantu pembentukan lengkung kaki sehingga dapat meningkatkan keseimbangan anak (Sativani, 2024). Sementara itu, *strengthening ball roll exercise* membantu mengurangi ketegangan ligamen pada telapak kaki dan meningkatkan fleksibilitas kaki. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa kombinasi *strengthening ball roll exercise* dan *heel raises exercise* memberikan pengaruh terhadap pembentukan lengkung kaki pada anak dengan *flat foot* (Oktaviani et al., 2025). Oleh karena itu, pemberian edukasi latihan sederhana kepada orang tua diharapkan dapat membantu upaya pencegahan dan penanganan awal *flat foot* pada anak secara mandiri di rumah.

Meskipun hasil evaluasi menunjukkan peningkatan pengetahuan yang cukup baik, masih terdapat beberapa peserta yang belum sepenuhnya memahami pemeriksaan sederhana dan latihan fisioterapi *flat foot*. Hal tersebut kemungkinan dipengaruhi oleh keterbatasan waktu pelaksanaan kegiatan sehingga praktik latihan belum dapat dilakukan secara lebih mendalam. Selain itu, kemampuan pemahaman peserta yang berbeda-beda juga memengaruhi penerimaan materi selama kegiatan berlangsung.

Kegiatan edukasi fisioterapi mengenai *flat foot* di Posyandu Bunulrejo RW 12 Kota Malang berhasil mencapai tujuan kegiatan, yaitu meningkatkan pengetahuan dan pemahaman orang tua balita mengenai *flat foot*. Kegiatan ini juga memberikan dampak positif terhadap kesadaran peserta mengenai pentingnya deteksi dini dan penanganan awal gangguan bentuk kaki pada anak. Dengan meningkatnya pengetahuan orang tua, diharapkan orang tua mampu melakukan upaya pencegahan dan penanganan sederhana secara mandiri sehingga dapat membantu mendukung tumbuh kembang anak secara optimal.

3.3. Implementasi Edukasi Fisioterapi *Flat foot*

Implementasi kegiatan edukasi fisioterapi mengenai *flat foot* pada balita dilaksanakan di Posyandu Bunulrejo RW 12 Kota Malang dengan melibatkan 11 orang tua balita dan 10 balita. Kegiatan dilaksanakan melalui metode penyuluhan kesehatan menggunakan media poster, penyampaian materi, diskusi, dan sesi tanya jawab interaktif. Pelaksanaan kegiatan berlangsung dengan baik dan lancar sesuai dengan tahapan yang telah direncanakan sebelumnya.

Kegiatan diawali dengan pembukaan dan penyampaian tujuan edukasi kepada peserta. Selanjutnya fisioterapis memberikan materi mengenai pengertian *flat foot*, faktor risiko, tanda dan gejala, pemeriksaan sederhana, serta latihan fisioterapi yang dapat dilakukan secara mandiri di rumah. Penyampaian materi dilakukan menggunakan media poster agar peserta lebih mudah memahami informasi yang diberikan. Media poster memuat gambar bentuk kaki normal dan *flat foot*, faktor risiko, serta contoh latihan sederhana sehingga membantu peserta memahami materi secara visual dan lebih komunikatif (Rehalat et al., 2025).

Selama proses penyampaian materi, peserta terlihat memperhatikan penjelasan dengan baik dan aktif mengikuti kegiatan hingga selesai. Antusiasme peserta terlihat dari respon selama kegiatan berlangsung, seperti memperhatikan materi dengan seksama, mengajukan pertanyaan, dan berdiskusi mengenai kondisi telapak kaki anak mereka. Sebagian besar peserta menyampaikan bahwa materi mengenai *flat foot* merupakan informasi baru yang sebelumnya belum pernah mereka peroleh. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa edukasi mengenai *flat foot* masih sangat diperlukan pada komunitas orang tua balita.

Selain penyampaian materi, sesi diskusi dan tanya jawab menjadi bagian penting dalam implementasi kegiatan edukasi ini. Pada sesi tersebut, peserta diberikan kesempatan untuk bertanya secara langsung kepada fisioterapis terkait kondisi anak mereka. Beberapa peserta menanyakan mengenai bentuk kaki datar pada anak, cara mengetahui tanda-tanda *flat foot*, serta latihan yang aman dilakukan pada balita. Diskusi berlangsung secara interaktif sehingga peserta menjadi lebih aktif dan lebih mudah memahami materi yang diberikan (Puriani et al., 2025).

Kegiatan edukasi ini juga memberikan penjelasan mengenai latihan fisioterapi sederhana berupa *heel raises exercise* dan *strengthening ball roll exercise*. *Heel raises exercise* diperkenalkan sebagai latihan yang dapat membantu meningkatkan kekuatan otot stabilisator dan membantu pembentukan lengkung kaki anak (Ni'mah & Ersila, 2023). Sementara itu, *strengthening ball roll exercise* dijelaskan sebagai latihan sederhana yang dapat membantu mengurangi ketegangan ligamen pada telapak kaki dan meningkatkan fleksibilitas kaki. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa kombinasi *heel raises exercise* dan *strengthening ball roll exercise* dapat membantu pembentukan lengkung kaki pada anak dengan *flat foot* (Utami et al., 2024). Oleh karena itu, pemberian edukasi latihan fisioterapi sederhana kepada orang tua diharapkan dapat membantu upaya pencegahan dan penanganan awal *flat foot* pada anak secara mandiri di rumah.

Berdasarkan hasil pengamatan selama kegiatan berlangsung, peserta menunjukkan peningkatan pemahaman terhadap materi yang diberikan. Sebelum kegiatan edukasi dilakukan, sebagian besar peserta belum memahami mengenai *flat foot*, faktor risiko, maupun latihan fisioterapi yang dapat dilakukan pada anak. Namun setelah kegiatan berlangsung, peserta mulai memahami pentingnya deteksi dini terhadap kondisi *flat foot* pada balita serta mengetahui langkah sederhana yang dapat dilakukan untuk membantu penanganan awal (Raihan et al., 2023).

Implementasi kegiatan edukasi fisioterapi ini memberikan dampak positif terhadap peningkatan pengetahuan dan kesadaran orang tua balita mengenai kesehatan kaki anak. Peserta menjadi lebih memahami bahwa *flat foot* bukan hanya kondisi bentuk kaki datar biasa, tetapi juga dapat memengaruhi keseimbangan, pola berjalan, dan kemampuan fungsional anak apabila tidak ditangani dengan baik (Rehalat et al., 2025). Dengan meningkatnya pemahaman tersebut, diharapkan orang tua mampu melakukan deteksi dini dan penanganan awal secara mandiri sehingga dapat membantu mendukung tumbuh kembang anak secara optimal.

Meskipun kegiatan berjalan dengan baik, terdapat beberapa kendala selama pelaksanaan kegiatan, seperti keterbatasan waktu sehingga praktik latihan fisioterapi belum dapat dilakukan secara lebih mendalam. Selain itu, kemampuan pemahaman peserta yang berbeda-beda juga memengaruhi proses penerimaan materi selama kegiatan berlangsung. Namun secara keseluruhan, implementasi edukasi fisioterapi mengenai *flat foot* pada komunitas orang tua balita di Posyandu Bunulrejo RW 12 Kota Malang telah berjalan sesuai tujuan kegiatan dan memberikan manfaat bagi peserta.



Gambar 3. Implementasi Edukasi Fisioterapi *Flat foot* kepada Orang Tua Balita

4. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa edukasi fisioterapi mengenai *flat foot* pada balita di Posyandu Bunulrejo RW 12 Kota Malang telah terlaksana dengan baik dan berjalan sesuai tujuan yang telah ditetapkan. Kegiatan edukasi dilakukan melalui metode penyuluhan kesehatan menggunakan media poster, diskusi, dan tanya jawab kepada 11 orang tua balita. Materi yang diberikan meliputi pengertian *flat foot*, faktor risiko, tanda dan gejala, pemeriksaan sederhana, serta latihan fisioterapi yang dapat dilakukan secara mandiri di rumah.

Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dan pemahaman peserta setelah diberikan edukasi fisioterapi. Pengetahuan peserta mengenai definisi *flat foot* meningkat dari 27,3% menjadi 90,9%. Selain itu, pemahaman peserta mengenai faktor risiko, tanda dan gejala meningkat dari 9,1% menjadi 90,9%, sedangkan pemahaman mengenai pemeriksaan sederhana dan latihan fisioterapi meningkat dari 9,1% menjadi 72,7%. Peningkatan tersebut menunjukkan bahwa kegiatan edukasi fisioterapi menggunakan media poster dan metode diskusi interaktif efektif dalam meningkatkan pemahaman orang tua balita mengenai *flat foot*.

Kegiatan ini juga memberikan dampak positif terhadap kesadaran orang tua mengenai pentingnya deteksi dini dan penanganan awal *flat foot* pada anak. Peserta menjadi lebih memahami bahwa kondisi *flat foot* dapat memengaruhi keseimbangan dan kemampuan berjalan anak apabila tidak ditangani dengan baik. Selain itu, peserta memperoleh pengetahuan mengenai latihan fisioterapi sederhana yang dapat dilakukan secara mandiri di rumah sebagai upaya pencegahan dan penanganan awal.

Meskipun kegiatan berjalan dengan baik, masih terdapat beberapa keterbatasan, seperti waktu pelaksanaan yang relatif singkat sehingga praktik latihan fisioterapi belum dapat dilakukan secara lebih mendalam. Oleh karena itu, diperlukan kegiatan edukasi lanjutan dan pendampingan secara berkala agar pemahaman peserta mengenai pemeriksaan dan latihan fisioterapi *flat foot* dapat lebih optimal. Kegiatan serupa juga diharapkan dapat dilakukan dengan jumlah peserta yang lebih luas sehingga informasi mengenai *flat foot* dapat menjangkau lebih banyak masyarakat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Puskesmas Dau, kader Posyandu Bunulrejo RW 12, serta seluruh orang tua balita yang telah mendukung dan berpartisipasi dalam kegiatan edukasi fisioterapi mengenai *flat foot* sehingga kegiatan dapat terlaksana dengan baik dan lancar.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggriani, A. F., & Utomo, P. C. (2024). Penyuluhan Dan Implementasi Penggunaan Rigid Custom Foot Orthosis Dalam Mengurangi Derajat Flatfoot. *Jurnal Indonesia Mengabdi*, 3(1), 15-22. <https://doi.org/10.55080/jim.v3i1.797>
- Anindya, L., Auna, M. T., Mahanaim, M. M., Anisafitri, M. M., Putri, N. A., Elsinakeisha, S., ... & Budiaturun, A. (2026). Deteksi dini kasus flat foot pada anak dibawah 10 tahun di ILP Mekarsari. *Jurnal Hasil Pengabdian Masyarakat (JURIBMAS)*, 4(3), 673-678. <https://doi.org/10.62712/juribmas.v4i3.899>
- Arimbi, L. S., & Naufal, A. F. (2024). Hubungan Antara Indeks Massa Tubuh Dengan Bentuk Arcus Pedis Pada Anak Usia 9-12 Tahun. *Easta Journal of Innovative Community Services*, 2(03), 128-138. <https://doi.org/10.58812/ejincs.v2i03.246>
- Duriat, S. I., Yuliadarwati, N. M., & Ertitri, F. (2024). Edukasi Pencegahan Flat Foot Melalui Latihan Ringan Pada Siswa Sekolah Dasar Unggulan Al-Ya'lu Kota Malang. *Health Care: Journal of Community Service*, 3(1), 36-41. <https://doi.org/10.62354/gknc4f68>
- Hasriani, S., Pratiwi, W. R., & Asnuddin, A. (2023). Cegah Balita Dari Stunting Melalui Edukasi Isi Piringku Di Posyandu Cempaka Kabupatten Barru. *Jurnal Altifani Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(3), 450-456. <https://doi.org/10.59395/altifani.v3i3.404>
- Hidayati, N. P. N., & Ramadhani, R. P. (2025). Flat Foot berdasarkan Clark's Angle dan Indeks Massa Tubuh pada Remaja Usia 11-13 Tahun. *Jurnal Terapi Wicara Dan Bahasa*, 3(2), 427-433. <https://doi.org/10.59686/jtwb.v3i2.187>
- Lathifah, N., Rosidah, N., & Ertitri, F. (2024). Pemberian Edukasi Fisioterapi Mengenai Flat Foot pada Komunitas Posyandu Ibu dan Anak Pandanwangi. *Health Care: Journal of Community Service*, 2(2), 35-41. <https://doi.org/10.62354/ye903q58>
- Mediana, D., Sidarta, N., Salma, N. M., & Setiawati, L. (2025). Flat Foot Pada Anak : Hubungan Dengan Perkembangan Arkus Plantaris Dan Indikasi Intervensi. *Jurnal Akta Trimedika (JAT)*, 2(4), 971-985. <https://doi.org/10.25105/aktatrimedika.v2i4.24024>
- Muslihin, H. Y., Loita, A., Fauziah, Y., Rahmadani, N., & Masturoh, S. (2025). Deteksi dini gizi kurang dan risiko gagal tumbuh: Urgensi pemantauan rutin di usia golden age. *Al-Athfal: Jurnal Pendidikan Anak*, 6(3), 378-389. *Al-Athfal: Jurnal Pendidikan Anak*, 6(3), 378-389. <https://doi.org/10.46773/alathfal.v6i3.2130>
- Ni'mah, I. H., & Ersila, W. (2023). Pengaruh Kombinasi Heel Raises Exercise dan Theraband Exercise Terhadap Keseimbangan Statis Pada Anak Flat Foot. *In Prosiding Seminar Kesehatan Masyarakat [Proceeding of Public Health Seminar]*, 1, 77-82. <https://doi.org/10.26714/pskm.v1iOktober.243>
- Oktaviani, D. S., Yuliadarwati, N. M., & Sucahyo, E. E. (2025). Edukasi Fisioterapi dalam Pencegahan Flat Foot Pada Komunitas Posyandu Ibu dan Anak di Kelurahan Mojolangu, Kota Malang. *Health Care: Journal of Community Service*, 3 (1), 14-22. <https://doi.org/10.62354/wh1qvr26>
- Pramita, I., Andayani, N. L. N., & Saraswati, N. L. P. G. K. (2024). Towel Curl Exercise Meningkatkan Keseimbangan Dinamis pada Anak dengan Flat Foot. *Jurnal Kesehatan Terpadu*, 9(2), 44-49. <https://doi.org/10.36002/jkt.v9i2.4854>
- Pratiwi, D. N., Wardojo, S. S. I., & Suharto, B. (2024). Upaya Meningkatkan Pengetahuan Dengan Pemberian Edukasi Tentang Flatfoot Pada Siswa SDN TULUSREJO 4: Efforis To Increase

- Knowledge By Providing Education About Flat Foot To Students To Students OF SDN TULUSREJO 4. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Multidisiplin*, 8(1), 61-67. <https://doi.org/10.36341/jpm.v8i1.5266>
- Puriani, A. D., Multazam, A., & Fitriyah, Q. (2025). Penyuluhan Fisioterapi Komunitas Dalam Meningkatkan Pengetahuan Mengenai Duduk Sehat di SDI Al-Abror. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bangsa*, 3(1), 188-195. <https://doi.org/10.59837/jpmba.v3i1.2170>
- Raihan, H. A., Ilmi, M. N., Maisaroh, M., Dwiyantri, N., As-Syifa, F., Agnesia, D. P., ... & Wahyuni, W. (2023). Pemberian Penanganan Fisioterapi Guna Menangani Permasalahan Flatfoot Pada Atlet PB. Metla Raya Sleman, Yogyakarta. *East Journal of Innovative Community Services*, 2(01), 1-15. <https://doi.org/10.58812/ejincs.v2i01.149>
- Rehalat, S. M., Amani, G. I., Setiawati, K. I., & Alpiyah, D. N. (2025). Penanganan Fisioterapi Kasus Flat Foot Dengan Intervensi Stimulasi. *Jurnal Ilmiah Nusantara*, 2(4), 972-984. <https://doi.org/10.61722/jinu.v2i4.5979>
- Rijal, M., & Yuliadarwati, N. M. (2025). Penyuluhan Fisioterapi Dalam Upaya Memperkenalkan Keluhan Neck Pain Pada Pegawai Kejaksaan Negeri Kota Malang. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bangsa*, 3(2), 448-452. <https://doi.org/10.59837/jpmba.v3i2.2224>
- Sativani, Z., & Jannah, R. (2023). Dampak Gangguan Muskuloskeletal Akibat Pembelajaran Daring di Masa Pandemi Covid 19 Pada Anak Usia 6-13 Tahun Terhadap Keseimbangan Dinamis. *Physiotherapy Health Science (PhysioHS)*, 5(1), 1-7. <https://doi.org/10.22219/physiohs.v5i1.26161>
- Sativani, Z. (2024). Efektifitas Heel Raise Exercise Terhadap Keseimbangan Anak Usia 7-10 Tahun Dengan Flexible Flat Foot Akibat Kegemukan. *Physiotherapy Health Science (PhysioHS)*, 7(1), 1-7. <https://doi.org/10.22219/physiohs.v7i1.33004>
- Suhartatik, S., & Al Faiqoh, Z. (2022). (2022). Peran Kader Posyandu dalam Pemantauan Status Gizi Balita : Literature Review. *Journal of Health Education and Literacy*, 5(1), 19-25. <https://doi.org/10.31605/j-health.v5i1.1573>
- Utami, A. R., Zaidah, L., & Nurhayati, U. A. (2024). Pengaruh strengthening ball roll exercise terhadap keseimbangan dinamis pada anak flat foot usia 8-12 tahun di SD Muhammadiyah Mlangi. In *Prosiding Seminar Nasional Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat LPPM Universitas' Aisyiyah Yogyakarta*, 2, 292-297. <https://proceeding.unisayogya.ac.id/index.php/prosemnaslppm/article/view/468>
- Wulandari, Y., & Arianti, M. (2023). Faktor - faktor yang Berhubungan Dengan Kejadian Stunting Pada Balita. *Jurnal Keperawatan Bunda Delima*, 5(1), 46-51. <https://doi.org/10.59030/jkbd.v5i1.68>
- Wynn, N., Evandi, P., & Simanjuntak, J. M. (2023). Penerapan Metode Survey Pasar Pada Perancangan Sol Sepatu Ortotik Penderita Flat Foot. In *Talenta Conference Series: Energy and Engineering (EE)*, 6(1), 476-482. <https://doi.org/10.32734/ee.v6i1.1848>

Halaman Ini Dikosongkan