

ABSTRAK

Fasciitis plantaris merupakan peradangan pada *fascia plantaris*. Faktor yang menyebabkan adalah umur, berat badan, aktivitas, trauma. Masalah keperawatan yang muncul yaitu nyeri pada bagian belakang tumit. Penerapan *Active Stretching* pada *muscle plantar flexor ankle* merupakan salah satu metode terapi latihan yang dapat diterapkan untuk mengurangi nyeri dengan metode penguluran atau *stretching* yang biasa dilakukan pada otot-otot postural sebagai suatu latihan fleksibilitas yang dilakukan secara *active*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penerapan *active stretching muscle plantar flexor ankle* untuk menurunkan nyeri.

Desain penelitian menggunakan studi kasus yang dilakukan pada 2 Klien dengan diagnosa medis *Fasciitis plantaris*, masalah keperawatan Nyeri Akut. Penelitian dilakukan pada Ny.M dan Ny. T di Ruang Pavilliun 7 RSAL Dr.Ramelan Surabaya pada tanggal 18 - 31 Desember 2017. Metode pengumpulan data menggunakan lembar pengkajian, dengan melakukan wawancara, observasi, dan pemeriksaan fisik, dan dokumentasi kemudian dianalisis secara naratif.

Hasil asuhan keperawatan setelah 3 hari dengan intervensi utama *active stretching*, masalah nyeri akut dapat teratasi dengan kriteria klien 1 skala nyeri 7 menjadi 3 dan klien 2 skala nyeri 6 menjadi 2.

Latihan *Active Stretching* dapat digunakan untuk mengurangi nyeri pada daerah *plantar fasciitis*. Disarankan pada keluarga atau masyarakat untuk menerapkan latihan *active stretching* dengan masalah keperawatan nyeri.

Kata kunci : *Active Stretching, Plantar Fasciitis, Visual Analog Scale.*