

ABSTRAK

Nama Mahasiswa : Oktavia Pratiwi

Judul Laporan Tugas Akhir Studi: Penatalaksanaan Fisioterapi Pada Post Rekontruksi *Anterior Cruciate Ligament Sinistra* Dengan Terapi Latihan Dan *Hydrotherapy*.

Terdiri Dari 12 Lampiran Depan, 109 Halaman, 17 Table, 35 Gambar, 5 Grafik, 7 Lampiran akhir.

Latar Belakang: ACL adalah ligament yang terdapat pada sendi lutut. Ligament ini berfungsi sebagai stabilisator yang mencegah pergeseran ke depan yang berlebih dari tulang tibia terhadap tulang femur yang stabil, atau mencegah pergeseran ke belakang yang berlebih tulang femur terhadap tulang tibia yang stabil. Setiap cedera yang terjadi pada ACL berpotensi menimbulkan gangguan kestabilan pada sendi lutut. Probelmatika yang dialami pasien yaitu adanya nyeri gerak pada saat *fleksi ekstensi knee sinistra*, penurunan kekuatan otot *hamstring* dan *quadriceps*, keterbatasan lingkup gerak sendi *fleksi ekstensi*, spasme otot *hamstring* dan *quadriceps*, *oedema knee sinistra*, keterbatasan aktivitas fungsional seperti naik turun tangga dan memakai kaos kaki dan sepatu.

Metode: Karya Tulis Ilmiah ini bersifat studi kasus, mengangkat kasus pasien dan mengumpulkan data melalui proses fisioterapi. Modalitas yang diberikan adalah terapi latihan dan *cryotherapy*.

Hasil Penelitian: Penatalaksanaan Fisioterapi Pada *Post Rekontruksi Anterior Cruciate Ligament Sinistra* Dengan Terapi Latihan Dan *Cryotherapy* setelah melakukan sebanyak 4 kali didapatkan hasil berupa penurunan nyeri gerak *fleksi ekstensi knee sinistra*, peningkatan kekuatan otot *hamstring* dan *quadriceps*, meningkatnya LGS *knee sinistra*, penurunan spasme otot *hamstring* dan *quadriceps*, *penurunan oedema knee sinistra*, meningkatnya aktivitas fungsional pada pasien.

Kesimpulan: Terapi latihan dan *cryotherapy* yang diberikan pada pasien dapat membantu menurunkan nyeri, spasme, meningkatnya kekuatan otot, lingkup gerak sendi, *oedema*, serta meningkatnya aktivitas fungsional pasien.

Kata Kunci: *Post rekontruksi anteriore cruciate ligament sinistra*, terapi latihan dan *cryotherapy*.

Referensi : 64 (2015-2025)

ABSTRACT

Student Name: Oktavia Pratiwi

Title of Final Project Report: Physiotherapy Management of Post Reconstruction of Anterior Cruciate Ligament Sinistra with Exercise Therapy and Hydrotherapy.

Consists of 12 front attachments, 109 pages, 17 tables, 35 figures, 5 graphs, 7 final attachments.

Background: The ACL is a ligament found in the knee joint. This ligament functions as a stabilizer that prevents excessive forward displacement of the tibia bone against the stable femur bone, or prevents excessive backward displacement of the femur bone against the stable tibia bone. Any injury that occurs to the ACL has the potential to cause impaired stability in the knee joint. The problem experienced by the patient is the presence of motion pain during flexion and extension of the knee sinistra, decreased hamstring and quadriceps muscle strength, limited scope of flexion and extension joint motion, hamstring and quadriceps muscle spasm, oedema knee sinistra, limited functional activities such as going up and down stairs and wearing socks and shoes.

Methods: This scientific paper is a case study, raising the patient's case and collecting data through the physiotherapy process. The modalities given are exercise therapy and cryotherapy.

Research Results: Physiotherapy Management of Post Reconstruction of Anterior Cruciate Ligament Sinistra with Exercise Therapy and Cryotherapy after doing as much as 4 times obtained results in the form of decreased pain in flexion-extension movements of the knee sinistra, increased hamstring and quadriceps muscle strength, increased LGS of the knee sinistra, decreased hamstring and quadriceps muscle spasm, decreased knee sinistra oedema, increased functional activity in patients.

Conclusion: Exercise therapy and cryotherapy given to patients can help reduce pain, spasm, increase muscle strength, joint range of motion, and increase patient functional activity.

Keywords: Post reconstruction of anteroiro cruciate ligament sinistra, exercise therapy and cryotherapy.

Reference: 64 (2015-2025)