

PELAKSANAAN FISIOTERAPI PADA KONDISI *POST OP* REKONSTRUKSI *ANTERIOR CRUCIATE LIGAMENT* FASE II

Muhammad Indra Apriyanda

Abstrak

Cedera ligamen anterior cruciatum (ACL) merupakan salah satu cedera yang umum terjadi pada atlet maupun individu aktif, yang seringkali memerlukan tindakan rekonstruksi bedah. Pelaksanaan fisioterapi pasca operasi, khususnya pada fase II (minggu ke-3 hingga ke-6), berfokus pada peningkatan kekuatan otot, kontrol neuromuskular, dan pengurangan nyeri. Studi ini bertujuan untuk mendeskripsikan intervensi fisioterapi yang diberikan pada pasien post operasi rekonstruksi ACL fase II dengan menggunakan latihan penguatan otot, latihan kontrol neuromuskular, serta penggunaan modalitas *Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation* (TENS). Hasil dari penatalaksanaan ini menunjukkan peningkatan kekuatan otot ekstremitas bawah, peningkatan kontrol neuromuskular, serta penurunan intensitas nyeri secara signifikan. Intervensi ini dapat direkomendasikan sebagai bagian dari program rehabilitasi pasca rekonstruksi ACL.

Kata Kunci: Rekonstruksi *Anterior Cruciate Ligament*, *Strengthening*, *Neuromuscular Control*

PHYSIOTHERAPY IN POST-OP CONDITION OF ANTERIOR CRUCIATUM LIGAMENT RECONSTRUCTION PHASE II

Muhammad Indra Apriyanda

Abstract

Anterior cruciate ligament (ACL) injury is one of the most common injuries among athletes and active individuals, often requiring surgical reconstruction. Post-operative physiotherapy management, particularly during phase 2 (weeks 3 to 6), focuses on improving muscle strength, neuromuscular control, and pain reduction. This study aims to describe the physiotherapy interventions provided to a patient in post-operative ACL reconstruction phase 2, involving strength training, neuromuscular control exercises, and the use of Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation (TENS). The outcomes demonstrated significant improvements in lower limb muscle strength, enhanced neuromuscular control, and a notable reduction in pain intensity. These interventions are recommended as essential components of post-ACL reconstruction rehabilitation programs.

Keywords: Anterior Cruciate Ligament reconstructions, Strengthening, Neuromuscular Control