

PENATALAKSANAAN FISIOTERAPI PADA KASUS *POST-OP MENISCUS* DENGAN *ANTERIOR CRUCIATE LIGAMENT*

FASE 1

Amanda Putri Vannisa

Abstrak

Latar Belakang: Operasi *meniscus* adalah tindakan ortopedi paling umum di dunia saat terjadi cedera *meniscus*, cedera dapat terjadi dikarenakan adanya gerakan *twisting* atau memutar secara tiba – tiba dan transmisi beban yang gagal seperti saat lutut mendarat secara mendadak. Pasca operasi perbaikan *meniscus* umumnya muncul bengkak, penurunan kekuatan otot, dan keterbatasan lingkup gerak sendi.

Tujuan: mengetahui penatalaksanaan fisioterapi dari pemeriksaan, problematika, intervensi, sampai evaluasi pada kasus *post-op meniscus*. **Metode:** Karya tulis ilmiah ini ditulis dengan metode studi kasus dengan pengumpulan data dari subjek yang merupakan seorang pekerja dan diberikan intervensi *Ultrasound* dan *Strengthening Exercise* berupa *Quadriceps Setting*, *Hamstring Setting*, dan juga latihan fleksibilitas yaitu *Heel slide*. **Hasil:** Dari pengumpulan data karya tulis ilmiah ini dengan pemberian intervensi fisioterapi didapatkan penurunan rasa nyeri, peningkatan kekuatan otot, serta peningkatan lingkup gerak sendi. **Kesimpulan:** Dapat disimpulkan bahwa pemberian modalitas *Ultrasound*, *Quadriceps setting*, *Hamstring setting*, dan *Heel slide* dapat membantu proses penyembuhan dalam kasus *post-op meniscus* fase 1 dengan menunjukkan adanya peningkatan lingkup gerak sendi, peningkatan kekuatan, serta penurunan nyeri.

Kata Kunci : *post-op meniscus*, *ultrasound*, *strengthening exercise*, *quadriceps setting*, *hamstring setting*, *heel slide*, lingkup gerak sendi, kekuatan otot, nyeri.

PHYSIOTHERAPY MANAGEMENT IN POST-OP MENISCUS WITH ANTERIOR CRUCIATE LIGAMENT PHASE 1

Amanda Putri Vannisa

Abstract

Background: Meniscus surgery is the most common orthopedic procedure in the world when meniscus injury occurs, injuries can occur due to sudden twisting or turning movements and failed load transmission such as when the knee lands suddenly. Post-op meniscus repair surgery generally appears swelling, decreased muscle strength, and limited range of motion of the joint. : to determine the management of physiotherapy from examination, problems, interventions, to evaluation in post-op meniscus cases. **Method:** This scientific paper was written using a case study method with data collection and given ultrasound and strengthening exercise interventions in the form of quadriceps setting, hamstring setting, and also flexibility exercises namely heel slide. **Result:** From the data collection of this scientific paper with the provision of physiotherapy interventions, there was a decrease in pain, increased muscle strength, and an increase in the range of motion of the joint. **Conclusion:** It can be concluded that the administration of ultrasound, quadriceps setting, hamstring setting, and heel slide modalities can help the healing process in cases by showing an increase in the range of motion of the joint, increased strength, and decreased pain.

Keywords : Postoperative meniscus, ultrasound, strengthening exercises, quadriceps setting, hamstring setting, heel slide, range of motion, muscle strength, pain.