

## **ABSTRAK**

NUR HIDAYATI Terapi Ultra sound dan Latihan Straight Leg Raise (SLR) Untuk Mengurangi Nyeri Gerak Sendi Lutut Pada Kondisi Osteoarthritis Genu Dextra.

Osteoarthritis adalah suatu penyakit sendi degenerative yang terutama terjadi pada orang dengan usia lanjut dan ditandai oleh degenerasi kartilago artikularis, perubahan pada membrane synovia, serta hipertrofi tulang pada tepinya. Osteoarthritis genu dapat disebabkan oleh proses degenerasi, aktifitas atau pembebanan yang berlebihan, trauma, bentuk anatomi serta deformitas sendi lutut. Jaringan yang mengalami kerusakan pada osteoarthritis meliputi rawan sendi, otot, kapsul ligamen, mikrosirkulasi dan saraf. Rawan sendi akan mengalami erosi, fragmentasi, osifikasi dan akan menimbulkan osteofit yang mengakibatkan iritasi syaraf dan jaringan sekitarnya sehingga akhirnya menimbulkan rasa nyeri dan hidrops. Tanda dan gejala Osteoarthritis lutut antara lain, nyeri disekitar lutut, kelemahan otot, keterbatasan lingkup gerak sendi lutut, krepitasi, pembengkakan sendi, deformitas. Hal tersebut menyebabkan gangguan gerak dan fungsi dalam pemenuhan kebutuhan serta aktivitas sehari-hari. Untuk mengatasi masalah tersebut salah satu intervensi fisioterapi yang dapat digunakan adalah terapi ultra sound dan latihan Straight Leg Raise (SLR). Setelah dilakukan terapi sebanyak 6x didapat hasil nyeri gerak berkurang, kekuatan otot meningkat dan lingkup gerak sendi bertambah. Maka dapat disimpulkan bahwa terapi ultra sound dan latihan Straight Leg Raise (SLR) dapat digunakan pada problematik osteoarthritis genu.

Kata Kunci : Osteoarthritis Genu, Nyeri, Terapi ultra sound, Latihan Straight Leg Raise (SLR).

## **ABSTRACT**

NUR HIDAYATI Ultra sound Therapy and Exercise Straight Leg Raise Exercise (SLR) Motion To Reduce Pain In Joints Knee Osteoarthritis Conditions Genu Dextra.

Osteoarthritis is a degenerative joint disease that mainly occurs in people with advanced age and is characterized by degeneration of articular cartilage, changes in the synovia membrane, and hypertrophy of bone at the edges. Osteoarthritis genu may be caused by the degeneration process, activity or excessive loading, trauma, anatomical shape and deformity of the knee joint. Tissue damage to the cartilage covering osteoarthritis joints, muscles, ligaments capsules, micro-circulation and nerves. Cartilage will experience erosion, fragmentation, ossification and osteophytes which will cause some irritation of the nerves and surrounding tissue and eventually leading to pain and knee osteoarthritis hidrops. Sign and symptoms include, pain around the knee, muscle weakness, limited range of motion of the knee joint, crepitation, joint swelling, deformity. This causes a movement disorder and function in meeting the needs and daily activities. Resolve the issue one physiotherapy interventions that can be used is ultra sound therapy and exercise Straight Leg Raise (SLR). After the treatment we got the result as much as 6x motion reduced pain, increased muscle strength and range of motion increases. It can be concluded that ultra sound therapy and exercise Straight Leg Raise (SLR) can be used in osteoarthritis genu problematic.

Kata Kunci : Osteoarthritis Genu, Pain, Ultra sound therapy, Straight Leg Raise Exercise (SLR).