

**LITERATURE REVIEW : INTERVENSI MYOFASCIAL  
RELEASE DAN TERAPI LATIHAN UNTUK  
MENINGKATKAN KEMAMPUAN FUNGSIONAL PADA  
PASIEN OSTEOARTHRITIS LUTUT**

**Muhammad Lucky Wicaksono**

**Abstrak**

Pendahuluan: *Osteoarthritis* merupakan penyakit sendi degeneratif yang berhubungan dengan rusaknya kartilago sendi dimana terjadinya proses degradasi interaktif sendi kompleks yang menyebabkan nyeri lutut, kekakuan sendi, penurunan kekuatan otot dan gangguan koordinasi. Faktor resiko terjadinya *Osteoarthritis* yaitu umur, jenis kelamin, aktivitas fisik, obesitas dan genetik. Tujuan: Bertujuan untuk menelaah literatur, jurnal, artikel ataupun hasil penelitian dengan topic *Literature review* : Intervensi *Myofascial Release* dan Terapi Latihan untuk meningkatkan Kemampuan Fungsional pada pasien *Osteoarthritis* Lutut. Metode: Pencarian sumber literatur, jurnal, artikel, hasil penelitian di beberapa sumber data seperti *Google Scholar*, *Elsevier*, *PEdro*, *PubMed* dengan menggunakan kata kunci tertentu dalam periode 2012-202. Dari hasil pencarian literature didapatkan 5 artikel yang memenuhi kriteria inklusi sumber. Penilaian kualitas metodologi dari 5 artikel dinilai dengan *Scimago Journal & Country Rank* (SJR). Hasil: Setelah dilakukan telaah literatur sebanyak 5 artikel menunjukkan *myofascial release* dan terapi latihan efektif dalam meningkatkan kemampuan fungsional pada pasien *Osteoarthritis* lutut. Kesimpulan: *Myofascial release* dan Terapi latihan adanya peningkatan signifikan dalam meningkatkan Kemampuan fungsional pada pasien *Osteoarthritis* lutut.

**Kata Kunci:** Kemampuan Fungsional, *Myofascial Release*, *Osteoarthritis*, Terapi Latihan.

# **LITERATURE REVIEW : MYOFASCIAL RELEASE INTERVENTION AND PHYSIOTHERAPY EXERCISE TO IMPROVE FUNCTIONAL ACTIVITY IN PATIENTS KNEE OSTEOARTHRITIS**

**Muhammad Lucky Wicaksono**

## **Abstract**

**Introduction:** Osteoarthritis is a degenerative joint disease associated with cartilage joint damage that causes the process of degradation. Risk factors for missing osteoarthritis are age, sex, physical activity, obesity and genetics. **Purpose:** This study aims to examine the literature, journals, articles or research results with the topic Literature review: Myofascial Release Interventions and Physiotherapi Exercise to improve Functional in Knee Osteoarthritis patients. **Methods:** Search for sources of literature, journals, articles, research results in several databases such as Google Scholar, Elsevier, PEDro, PubMed by using certain keywords in the 2012-2022 period. From the literature search results obtained 5 articles that meet the criteria of source inclusion. The methodological quality review of 5 articles is satisfied with Scimago Journal & Country Rank (SJR). **Results:** After reviewing the literature as many as 5 articles showed myofascial release and effective physiotherapi exercise in improving functional activity in knee Osteoarthritis patients. **Conclusion:** Myofascial Release and Physiotherapi Exercise significantly increase in Functional Activity in Knee Osteoarthritis patients.

**Keywords:** Functional Activity, Myofascial Release, Osteoarthritis, Physiotherapi Exercise.