

**DAFTAR ISI**

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
KATA PENGANTAR	iii
PERNYATAAN KEASLIAN KARYA TULIS ILMIAH	vii
ABSTRAK	viii
ABSTRACT	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xv
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Tujuan Penelitian.....	3
1.2.1 Tujuan Umum	3
1.2.2 Tujuan Khusus.....	3
1.3 Manfaat	3
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	4
2.1 Anatomi Sendi Lutut.....	4
2.1.1 Tulang Pembentuk Sendi Lutut.....	5
2.1.2 Ligamen Sendi Lutut.....	7
2.1.3 Meniscus.....	8
2.1.4 Otot-Otot Pada Sendi Lutut	9
2.1.5 Biomekanika Pada Sendi Lutut	12
2.2 Definisi <i>Osteoarthritis</i>	13
2.3 Etiologi <i>Osteoarthritis</i>	13
2.4 Faktor Risiko <i>Osteoarthritis</i>	14
2.1.6 Faktor Predisposisi.....	14
2.1.7 Faktor Biomekanis.....	15
2.5 Patofisiologi <i>Osteoarthritis</i>	16
2.6 Tanda dan Gejala.....	17
2.7 Diagnosa.....	18
2.8 Tes Khusus Untuk <i>Osteoarthritis</i>	19



BAB 3 PENATALAKSANAAN FISIOTERAPI PADA <i>OSTEOARTHRITIS</i> LUTUT DENGAN METODE <i>THERABAND EXERCISE</i>.....	25
3.1 Definisi <i>Theraband Exercise</i>	25
3.2 Hal-Hal Yang Perlu Diperhatikan Selama <i>Theraband Exercise</i>	26
3.3 Cara Melakukan <i>Theraband Exercise</i>	27
3.4 Latihan <i>Theraband Exercise</i>	28
3.5 Dosis <i>Theraband Exercise</i>	31
3.5.1 Kriteria Penentuan Pemilihan Warna <i>Theraband</i>	32
3.6 Kriteria inklusi penggunaan <i>theraband</i> pada kasus <i>osteoarthritis</i>	32
3.7 Latihan Penguatan	33
3.7.1 Tujuan Latihan Penguatan.....	34
3.7.2 Kontra Indikasi Latihan Penguatan.....	34
3.7.3 Tindakan Kewaspadaan Selama Latihan Penguatan.....	35
3.8 Latihan Isotonik.....	35
BAB 4 LAPORAN STUDI KASUS	37
4.1 Identitas Pasien	37
4.2 Data-Data Medis Rumah Sakit.....	37
1. Diagnosa.....	37
2. Catatan Medis.....	37
4.3 Pemeriksaan Fisioterapi (05 Mei 2018)	41
4.3.1 Anamnesa	41
4.3.2 Pemeriksaan Fisik	42
4.3.3 Pemeriksaan Umum	42
4.3.4. Pemeriksaan Khusus.....	44
4.3.5 Pemeriksaan Fungsional.....	46
4.3.6 Diagnosa Fisioterapi	46
4.3.7 Tujuan	47
4.3.8 Rencana Tindakan	48
4.3.9 Rencana Evaluasi	48
4.4 Pelaksanaan Tindakan Fisioterapi	48
4.5 Evaluasi perkembangan pasien (16 Maret 2018)	54
4.5.1 Subyektif	54
4.5.2 Obyektif.....	54



4.6	Prognosis.....	58
4.7	Resume.....	58
BAB 5 PEMBAHASAN		60
BAB 6 PENUTUP		62
6.1	Kesimpulan.....	62
6.2	Saran.....	63
DAFTAR PUSTAKA.....		64
LAMPIRAN.....		67

**DAFTAR TABEL**

Tabel 2.1 Kriteria Klasifikasi <i>Osteoarthritis</i> Lutut.....	19
Tabel 3.1 Pedoman Umum Parameter Latihan Penderita <i>Osteoarthritis</i> dikembangkan oleh American Geriatric Society (Bennel, et al., 2011).....	32
Tabel 4.1 Hasil Laboratorium (30 November 2017)	37
Tabel 4.2 Hasil Laboratorium (29 Maret 2018).....	37
Tabel 4.3 Klasifikasi Index Massa Tubuh (Sugiritama, 2015)	41
Table 4.4 Pemeriksaan nyeri dengan parameter VAS	42
Tabel 4.5 Pemeriksaan Antropometri.....	43
Tabel 4.6 Pemeriksaan panjang tungkai.....	43
Tabel 4.7 Pemeriksaan Manual Muscle Testing dengan metode ISOM (<i>International Standar Orthopedic Measuring</i>)	43
Tabel 4.8 Pemeriksaan Luas Gerak Sendi	43
Tabel 4.9 Tes Khusus	44
Tabel 4.10 Pemeriksaan kemampuan fungsional	44
Tabel 4.11 Pelaksanaan <i>therband exercise</i> selama 6 kali terapi	51
Tabel 4.12 Pemeriksaan Nyeri (VAS)	52
Tabel 4.13 Pemeriksaan Antropometri.....	52



Tabel 4.14 Pemeriksaan Kekuatan Otot 53

Tabel 4.15 Pemeriksaan kemampuan fungsional 53

**DAFTAR GAMBAR**

Gambar 2.1 Sendi lutut (Putz and Pabst,2006).....	4
Gambar 2.2 Tulang pembentuk sendi lutut (Putz and Pabst, 2006).....	5
Gambar 2.3 Ligamen pada sendi lutut (Putz and Pabst, 2006)	7
Gambar 2.4 Meniscus pada sendi lutut (Putz and Pabst, 2006)	9
Gambar 2.5 Otot quadriceps femoris (Lippert, 2006).....	10
Gambar 2.6 Otot hamstrings (Lippert, 2006)	11
Gambar 2.7 Otot popliteus dan gastrocnemius (Lippert,2006)	12
Gambar 2.8 Derajat osteoarthritis lutut(Brandt <i>et al.</i> , 2003).....	19
Gambar 2.9 Pemeriksaan Anterior Drawer (Cook and Hegedus, 2013) ..	20
Gambar 2.10 Pemeriksaan Posterior Drawer (Cook and Hegedus, 2013).....	20
Gambar 2.11 Pemeriksaan Lachman (Cook and Hegedus, 2013).....	21
Gambar 2.12 Pemeriksaan Valgus (Cook and Hegedus, 2013)	22
Gambar 2.13 Pemeriksaan Varus (Cook and Hegedus, 2013).....	22
Gambar 2.14 Pemeriksaan Ballotement (Cook and Hegedus, 2013)	23
Gambar 2.15 Pemeriksaan Fluktuasi (Cook and Hegedus, 2013)	24



Gambar 3.1 Theraband (Sumber: http://www.therabandacademy.com/elements/clients/images/bands-boxes)	26
Gambar 3.2_Penggunaan theraband dengan lutut flexi posisi duduk (Dokumen Pribadi)	28
Gambar 3.3 Penggunaan theraband dengan lutut flexi posisi tengkurap (Dokumen Pribadi)	28
Gambar 3.4 Penggunaan theraband dengan lutut extensi posisi duduk (Dokumen Pribadi).....	29
Gambar 3.5 Penggunaan theraband dengan lutut extensi posisi tengkurap (Dokumen Pribadi)	30
Gambar 3.6 Tingkatan Warna Pada Theraband (Sumber: http://www.therabandacademy.com/)	31
Gambar 4.1 Foto <i>X-ray genu sinistra</i> (Dokumen pribadi).....	37
Gambar 4.2 <i>Theraband exercise</i> pada otot <i>quadriceps femoris</i> (Dokumen pribadi)	47
Gambar 4.3 <i>Theraband exercise</i> pada otot <i>hamstring</i> (Dokumen pribadi)	48
Gambar 4.4 <i>Theraband exercise</i> pada otot <i>abductor</i> (Dokumen pribadi)	49
Gambar 4.5 <i>Theraband exercise</i> pada otot <i>adductor</i> (Dokumen pribadi)	50