



ABSTRAK

Osteoarthritis (OA) merupakan penyakit peradangan pada sendi yang menahun dan merupakan bentuk penyakit reumatik pada sendi yang paling banyak dijumpai. Penyakit ini umumnya dijumpai pada usia lanjut. Karena *osteoarthritis* adalah penyakit yang prevalensinya meningkat sesuai umur (degeneratif). *Total Knee Replacement* merupakan prosedur rekonstruktif yang paling umum dilakukan untuk mengurangi nyeri dan meningkatkan kemampuan fungsional pasien dengan degenerasi sendi akibat artritis tingkat lanjut. Indikasi utama *Total Knee Replacement* adalah nyeri sendi hebat baik saat istirahat maupun saat melakukan aktifitas, artritis tingkat lanjut, dan kegagalan manajemen konservatif. Indikasi lain yaitu antara lain kerusakan luas pada kartilago, deformitas sendi atau alignment sendi yang abnormal, instabilitas sendi, limitasi gerak aktif atau pasif, dan gangguan fungsional signifikan yang mengakibatkan terjadinya disabilitas. Terdapat beberapa komplikasi yang terjadi setelah dilakukan *total knee replacement* yang dapat mengganggu pemulihan kapasitas fisik dan fungsional pasien. Komplikasi dapat berupa penurunan kekuatan otot, keterbatasan fleksi lutut dan ketidakstabilan sendi yang menyebabkan munculnya disabilitas pada pasien paska *total knee replacement*. Latihan yang melibatkan penguatan otot, mengembalikan luas gerak sendi, perbaikan kontrol gerak, dan perbaikan propioseptif telah banyak direkomendasikan untuk diterapkan dalam manajemen paska *Total Knee Replacement*. Salah satu metode latihan untuk meningkatkan kekuatan otot dan luas gerak sendi adalah latihan *propioceptive neuromuscular fascilitation*.

Kata Kunci : *Total Knee Replacemen* (TKR), *Osteoarthritis* (OA),
Propioceptive Neuromusculas Fascilitation (PNF)



ABSTRACT

Osteoarthritis (OA) is a chronic inflammatory disease in the joints and is the most common form of rheumatic disease. This disease is commonly found in the elderly. Because osteoarthritis is a disease whose prevalence increases with age (degenerative). Total Knee Replacement is the most common reconstructive procedure to reduce pain and improve the functional ability of patients with joint degeneration due to advanced arthritis. The main indications of the Total Knee Replacement are severe joint pain both at rest and during activities, advanced arthritis, and conservative management failure. Other indications include extensive damage to cartilage, joint deformity or abnormal joint alignment, joint instability, active or passive motion limitation, and significant functional disorders that result in disability. There are several complications that occur after a total knee replacement that can interfere with the recovery of the patient's physical and functional capacity. Complications can be in the form of decreased muscle strength, limited knee flexion and joint instability that causes disability in post-total knee replacement patients. Exercises that involve strengthening muscles, restoring the extent of joint motion, improving motion control, and proprioceptive improvement have been widely recommended to be applied in management after the Total Knee Replacement. One training method for increasing muscle strength and broad joint motion is proprioceptive neuromuscular fascilitation.

Keywords : Total Knee Replacemen (TKR), Osteoarthritis (OA),
Propioceptive Neuromuscular Fascilitation (PNF)