

ABSTRAK

Luthfi Yudiansyah¹, Lia Dwi Prafitri²

"Gambaran Peningkatan Aktivitas Fungsional Pada Penderita Osteoarthritis (OA) Lutut Sebelum Dan Setelah Latihan Hold Relax: *Literatur Review*"

Pendahuluan: Angka prevalensi penderita *osteoarthritis* di dunia pada tahun 2004 mencapai angka 151,4 juta jiwa dan 27,4 juta jiwa berada di Asia Tenggara. Gangguan fungsional pada penderita *osteoarthritis* lutut disebabkan karena adanya rasa nyeri. Nyeri ini berhubungan dengan penurunan aktivitas fungsional dan kekuatan otot. Tingkatan fungsional seseorang dapat ditingkatkan dengan berbagai cara, antara lain yaitu peningkatan fleksibilitas otot, mengurangi nyeri dan meningkatkan aktivitas fungsional pada penderita *osteoarthritis* lutut. Modalitas yang digunakan pada kasus *osteoarthritis* lutut yaitu terapi latihan *hold relax*. *Hold relax* bertujuan untuk meningkatkan aktivitas fungsional gerak lutut yang mengalami gangguan yang ditimbulkan oleh *osteoarthritis* lutut.

Tujuan: Penelitian literature review ini bertujuan untuk mengetahui gambaran peningkatan aktivitas fungsional pada penderita *osteoarthritis* lutut setelah diberikan hold relax.

Metode : Pemilihan artikel pada penelitian ini menggunakan desain PICO. Penulisan artikel ini menggunakan penelusuran literature melalui google scholar dan pubmed. Kriteria inklusi dan eksklusi sesuai dengan kata kunci, dipublish rentang waktu 2018-2020.

Hasil : Hasil literature review 5 artikel menunjukkan bahwa *hold relax* dapat meningkatkan aktivitas fungsional pada penderita *osteoarthritis* lutut hasil rata-rata peningkatan dengan menggunakan alat ukur WOMAC sebelum intervensi 55,62 dan sesudah intervensi 41,76.

Kesimpulan : *Hold relax* untuk meningkatkan aktivitas fungsional pada penderita *osteoarthritis* lutut dengan rata-rata sebelum intervensi 55,62 dan sesudah intervensi 41,76.

Saran : Sebagai dasar tindakan dalam melakukan management fisioterapi pada gangguan aktivitas fungsional *osteoarthritis* lutut, fisioterapi dapat melakukan penanganan dengan menggunakan modalitas *hold relax*.

Kata kunci : Aktivitas Fungsional, Latihan *Hold Relax*, *Osteoarthritis* Lutut.

Daftar pustaka : 12 (2014-2020)