

ABSTRAK

Judul Tugas Akhir : PENATALAKSANAAN FISIOTERAPI PADA KASUS *TENDINITIS PATELLARIS* DENGAN MODALITAS TENS DAN TERAPI LATIHAN

Latar Belakang : *Tendinitis Patellaris (Jumper's Knee)* atau biasa dikenal dengan istilah lutut pelompat merupakan proses degeneratif kronis, penyebab utama dari kondisi degeneratif ini adalah gerakan berulang yang menyebabkan pembebanan pada tendon yang berlebihan terutama saat olahraga yang melibatkan akselerasi mendadak, dan lompatan. Otot yang berperan untuk menjaga stabilitas sendi lutut ialah otot *quadriceps*, jika otot *quadriceps* lemah ini akan mempengaruhi stabilitas sendi lutut. Prevalensi kasus *tendinitis patellaris* pada aktivitas olahraga tertinggi pada pemain basket sekitar 36%, voli 14,4%, dan sepak bola sekitar 2,5%. Hal ini mempengaruhi sekitar 40% para atlet yang bergabung dalam olahraga lompat dan banyak terjadi pada pria dibandingkan wanita. Adanya kemampuan melompat dan mendarat akan berpengaruh terhadap pembebanan *tendon* lebih besar saat mendarat dibandingkan saat melompat. Penyebab *tendinitis patellaris* terjadi karena adanya tekanan dan tarikan yang berulang-ulang yang memicu timbulnya robekan-robekan kecil pada *tendon* sehingga mengakibatkan timbulnya nyeri pada *anterior* lutut. Modalitas yang digunakan ialah *Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation (TENS)*, *TENS* bekerja dengan cara merangsang sistem saraf melalui permukaan kulit sehingga bisa menurunkan rasa nyeri. Terapi latihan yang digunakan pada kasus *tendinitis patellaris* bertujuan untuk meningkatkan kekuatan otot, menjaga *fleksibilitas* otot, menurunkan rasa nyeri dan meningkatkan lingkup gerak sendi (LGS).

Metode : Metode penelitian yaitu studi kasus untuk mengetahui penatalaksanaan fisioterapi pada kasus *tendinitis patellaris* dengan modalitas *TENS* dan Terapi Latihan

Hasil : Penatalaksanaan proses fisioterapi dilakukan sebanyak 6 kali pertemuan dengan modalitas *TENS* dan Terapi Latihan pada pasien *Tendinitis Patellaris* telah dilakukan dengan standar operasional prosedur yang didapatkan hasil peningkatan lingkup gerak sendi, penurunan rasa nyeri dan peningkatan aktivitas fungsional.

Kesimpulan : Modalitas *TENS* dan Terapi Latihan pada pasien *tendinitis patellaris* dapat meningkatkan lingkup gerak sendi, penurunan rasa nyeri dan peningkatan aktivitas fungsional

Kata Kunci : *Tendinitis Patellaris*, *TENS*, Terapi Latihan