

Efektifitas modalitas latihan di darat dan di air terhadap peningkatan kekuatan otot pada pasien post rekonstruksi anterior cruciate ligament phase 3 di ruang rehabilitasi RSPAD Gatot Soebroto Jakarta =  
Effectiveness of modality exercise on land and in water for the improvement of muscle strength in post reconstruction anterior cruciate ligament phase 3 patients in rehabilitation room Gatot Soebroto Hospital Jakarta

Bahreni Yusuf, examiner

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20476206&lokasi=lokal>

---

Abstrak

Pendahuluan: Penurunan kekuatan otot quadriceps femoris dan otot hamstring merupakan komplikasi yang terjadi pada pasien post rekonstruksi Anterior Cruciate Ligament ACL jika rehabilitasi tidak dijalankan dengan tepat. Modalitas latihan di darat dan di air merupakan salah satu program rehabilitasi yang bermanfaat untuk meningkatkan kekuatan otot quadriceps femoris dan hamstring. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektifitas modalitas latihan di darat dan di air terhadap peningkatan kekuatan otot quadriceps dan hamstring pada pasien rehabilitasi post rekonstruksi ACL phase 3. Metode: Penelitian ini menggunakan quasi-experimental design dengan pendekatan pre-post test design pada 38 responden n kontrol= n perlakuan= 19. Latihan diberikan selama 60 menit dalam 12 kali pertemuan. Hasil: Terdapat perbedaan yang bermakna rerata kekuatan otot quadriceps femoris dan hamstring di darat  $p=0.000$  dan  $p=0.000$ ;  $\alpha=0.05$ ; di air  $p=0.000$  dan  $p=0.000$ ;  $\alpha=0.05$ . Tidak ada perbedaan yang bermakna rerata kekuatan otot quadriceps femoris dan hamstring setelah diberikan latihan phase 3 di darat dan di air  $p=0.146$  dan  $p=0.231$ ;  $\alpha=0.05$ .

.....Introduction Decreased strength of the quadriceps and hamstring muscles becomes a complication that occurs in post reconstruction patients Anterior Cruciate Ligament ACL if rehabilitation is not executed properly. Modalities of exercise on land and in water is one of the programs that is beneficial for improving the muscle strength of quads and hamstring. This study aims to determine the effectiveness of training modalities on land and in water to increase the strength of quadriceps femoris and hamstring muscles in post reconstruction rehabilitation patients ACL phase 3. Method This study used quasi experimental design with pre post test design approach on 38 respondents n control n treatment 19. Exercises are given for 60 minutes in 12 meetings. Results There was a significant difference mean of quadriceps femoris and hamstring muscle strength on land  $p=0.000$  and  $p=0.000$   $\alpha=0.05$  in water  $p=0.000$  and  $p=0.000$   $\alpha=0.05$ . There was no significant difference in mean quadriceps femoris and hamstring muscle strength after phase 3 exercises on land and in water  $p=0.146$  and  $p=0.231$   $\alpha=0.05$ .