

**TUGAS PRAKTIKUM DA**  
**Pengukuran Khusus LGS dan Fleksibilitas Lower Extremity dan Vertebra**  
**Ibu Nurwahida Puspitasari, SSt.Ft., M.OR**

**Nama** : Anggita Fitri Handayani  
**NIM** : 2010301040  
**Prodi** : S1 Fisioterapi  
**Semester/Kelas** : 2 / A3

**Fisioterapis** : Anggita Fitri Handayani  
**Pasien** : Amelia Pangestu

**1. Gerakan Pada Hip**



Fleksi Hip



Ekstensi Hip

- Bidang gerak Sagital (Fleksi - Ekstensi)  
Fleksi Hip : 100 ° (ROM normal 120 °)  
Ekstensi Hip : 20 ° (ROM normal 30 °)  
**ROM** : **S = 20 ° - 0 ° - 100 °**



Adduksi



Abduksi

- Bidang gerak Frontal (Adduksi - Abduksi)  
Adduksi Hip : 20 ° (ROM normal 30 °)  
Abduksi Hip : 30 ° (ROM normal 45 °)  
**ROM** : **F = 30 ° - 0 ° - 20 °**



Eksternal Rotasi



Internal Rotasi

➤ Bidang gerak Transversal (Internal Rotasi - Eksternal Rotasi)

Internal Rotasi : 35 ° (ROM normal 45 °)

Eksternal Rotasi : 20 ° (ROM normal 45 °)

**ROM : T = 20 ° - 0 ° - 35 °**

**2. Gerakan Pada Knee**



Fleksi Knee



Ekstensi Knee

➤ Bidang gerak Sagital (Fleksi-Ekstensi)

Fleksi Knee : 130 ° (ROM normal 130 °)

Ekstensi Knee : 0 ° (ROM normal 0 °)

**ROM : S = 0 ° - 0 ° - 130 °**

**3. Gerakan Pada Ankle**



Dorsal Fleksi



Plantar Fleksi

➤ Bidang Gerak Sagital (Dorsal Fleksi – Plantar Fleksi)

Dorsal Fleksi :  $10^\circ$  (ROM normal  $20^\circ$ )

Plantar Fleksi :  $50^\circ$  (ROM normal  $50^\circ$ )

**ROM** : S =  $50^\circ - 0^\circ - 10^\circ$



Inversi



Eversi

➤ Bidang Gerak Frontal (Inversi – Eversi)

Inversi :  $20^\circ$  (ROM normal  $35^\circ$ )

Eversi :  $15^\circ$  (ROM normal  $20^\circ$ )

**ROM** : F =  $15^\circ - 0^\circ - 20^\circ$