

Sebutkan dan Jelaskan Pola PNF Upper extremity

1) Diagonal 1

↳ Gerakan yang harus tercapai

- Ekstensi Shoulder

- Abduksi Shoulder

- Ekstensi elbow

- Pronasi

- Ekstensi Jari

Melakukan gerakan tersebut dengan dibantu +

tahanan sepanjang gerakan

2) Diagonal 2

↳ Gerakan yang harus tercapai

- adduksi Shoulder

- Sedikit fleksi Shoulder

- Pronasi

- Ekstensi elbow

- ekstensi Jari

Melakukan gerakan tersebut dengan dibantu +

di tahanan sepanjang gerakan

(2) Jelaskan bagaimana prosedur pelaksanaan PNF Upper extremity

1) Syarat teknik PNF agar berhasil

- Pasien harus memiliki kekuatan otot cukup baik dengan nilai 4

- Pasien memiliki koordinasi yg baik

- Pasien memiliki kognitif yang baik karena pasien harus mampu mengingat

2) kenser dasar

- modified gerakan Utama

- Diagonal + Gerakan Rotasi

3) Handling

- gunakan handling untuk memaksimalkan gerakan

- gunakan handling untuk melakukan latihan