

DWI PUTRI RACHMAWATI
1710301108 / BB4 FISIOTERAPI

Tugas PNF upper extremity.

Soal.

1. Sebut dan jelaskan pola PNF upper extremity.
2. Jelaskan bagaimana prosedur pelaksanaan PNF upper extremity

Jawab.

1. Terdapat 2 pola PNF upper extremity, yaitu:

⊖ Diagonal 1.

- Ekstensi shoulder
- Abduksi shoulder
- Ekstensi elbow
- Pronasi
- Palmar fleksi wrist
- Ekstensi finger

⊖ Diagonal 2

- Ekstensi shoulder
- Adduksi shoulder
- Ekstensi elbow
- Pronasi
- Ekstensi finger
- Palmar fleksi wrist.

∴ Prosedur pelaksanaan PNF upper extremity :

⊖ Posisi pasien : supine / terlentang.

⊖ Posisi fisioterapis : di samping pasien.

⊖ Syarat agar PNF berhasil :

- pasien memiliki koordinasi yang baik
- pasien memiliki tingkat kognitif yang baik
- pasien memiliki kekuatan otot yang cukup (min. 3 keatas).

⊖ Konsep dasar : modified gerakan, diagonal dan rotasi.

⊖ Prinsip : resistance, irradiation → re-inforcement, manual contact, body position
• body mechanic, verbal, vision, traction → approximation, stretching,
timing, dan patterns.

⊖ Handling : untuk memaksimalkan gerakan dan untuk memberikan tahanan.