

Nama : Devi Berliana
NIM : 1710301131
Kelas : 8C2 fisioterapi

PRAKTIKUM PNF UPPER EXTREMITY .

1. Sebut & jelaskan pola PNF ekstremitas atas .

D1 fleksi : tangan digerakkan dengan
pola fleksi - adduksi - eksternal rotasi

D2 ekstensi : ekstensi - abduksi - internal rotasi

D2 fleksi : fleksi - abduksi - internal rotasi

D2 ekstensi : ekstensi - adduksi - eksternal rotasi

2. prosedur pelaksanaan PNF upper extremity .

- pasien diposisikan tidur telentang .

- Therapist berada (berdiri) di samping pasien
di sisi tangan yg mengalami kelemahan .

- Handling therapist berada pada elbow & telapak
tangan

- tangan pasien (elbow) diposisikan ekstensi
& pronasi, (wrist) ekstensi, (palang) ekstensi

- lalu fisioterapi menggerakkan kearah pola gerak
D1 fleksi, D1 ekstensi

- lalu fisioterapi memberikan instruksi untuk pasien
melawan / mendorong tangan therapist.

- dilanjutkan dengan mengarahkan gerak D2
fleksi & D2 ekstensi, dan pasien memberi
dorongan pada tangan therapist.