

Nama: Tyas Ayu Laksita Sari

NIM: 1710301130

Kelas: 8C2

Jawab kuis

1. PNF adalah salah satu metode terapi latihan yang dimanaksudkan untuk memfasilitasi pada sistem neuromuscular dengan merangsang proprioseptif.

Pola PNF extremitas atas adalah

D1 fleksi, fleksi-add-ext rot

D1 ekstensi, ekstensi-abd-int rot

D2 fleksi, fleksi- abd- int rot

D2 ekstensi, ekstensi- add- ekst rot

2. D1 gerakan pola upper ekstremitas pada gerakan flexion

Posisi awal: pasien tiduran lalu posisi ft di samping pasien dan memegang i tangan pasien dengan posisi tangan pasien yaitu:

shoulder ekstensi, abduksi, internal rotasi

Forearm pronasi

Wrist ulnar, ekstensi

Finger ekstensi

Posisi akhir: pasien tiduran lalu posisi ft di samping pasien dan memegang i tangan pasien dengan posisi tangan pasien yaitu:

Shoulder fleksi, adduksi, eksternal rotasi

Forearm supinasi

Wrist radial fleksi

Finger fleksi

D1 gerakan pola upper ekstremitas pada gerakan extension

Posisi Awal: pasien tiduran lalu posisi ft di samping pasien dan memegang i tangan pasien dengan posisi tangan pasien yaitu:

Shoulder fleksi, adduksi, eksternal rotasi

Forearm supinasi

Wrist radial fleksi

Finger fleksi

Posisi akhir: pasien tiduran lalu posisi ft di samping pasien dan memegang i tangan pasien dengan posisi tangan pasien yaitu:

shoulder ekstensi, abduksi, internal rotasi

Forearm pronasi

Wrist ulnar, ekstensi

Finger ekstensi

D2 gerakan pola upper ekstremitas pada gerakan fleksion

Posisi awal: pasien tiduran lalu posisi ft di samping pasien da memegang i tangan pasien dengan posisi tangan pasien yaitu:

Shoulder extensi, adduksi, internal rotasi

Forearm pronasi

Wrist ulnar ekstensi

Finger fleksi

Posisi akhir: pasien tiduran lalu posisi ft di samping pasien da memegang i tangan pasien dengan posisi tangan pasien yaitu:

Shoulder fleksi, abduksi, eksternal rotasi

Forearm supinasi

Wrist radial ekstensi

Finger ekstensi

D2 gerakan pola upper ekstremitas pada gerakan ekstension

Posisi awal: pasien tiduran lalu posisi ft di samping pasien da memegang i tangan pasien dengan posisi tangan pasien yaitu:

Shoulder fleksi, abduksi, eksternal rotasi

Forearm supinasi

Wrist radial ekstensi

Finger ekstensi

Posisi akhir: pasien tiduran lalu posisi ft di samping pasien da memegang i tangan pasien dengan posisi tangan pasien yaitu:

Shoulder extensi, adduksi, internal rotasi

Forearm pronasi

Wrist ulnar ekstensi

Finger fleksi