

NO. _____
Date . . .

Nama : Naufalaisya Kintaghi Anugradilla
NIM : 170301133
Kelas : 8C2

Praktikum PNF

1. Sebutkan dan jelaskan Pola PNF Upper extremity

- | | |
|---------------------|--------------------------------------|
| • Diagonal 1 (D1) | • Diagonal 2 (D2) |
| - Abduksi Shoulder | - Abduksi Shoulder |
| - Ekstensi Shoulder | - Ekstensi Elbow |
| - Ekstensi Elbow | - Fleksi wrist |
| - Pronasi | - Pronasi |
| - Fleksi wrist | - Ekstensi Ekstensi wrist |

2. Prosedur Pelaksanaan PNF Upper extremity

- Pasien tidur terlentang
- Terapis berada di samping pasien dibagian yang ada kelemahan
- Handling pada elbow dan telapak tangan
- Tangan pasien ekstensi elbow - Pronasi - ekstensi wrist -
- Terapis menggerakkan kearah gerakan D1 D2
- Pasien memberi dorongan / lawanan dari gerakan terapis