

Nama: NUR HIDAYAT HAKIM

NIM: 1710301153.

kelas: SC3

1. Sebutkan dan jelaskan pola PNF upper Extremity!

2. Jelaskan bagaimana prosedur PNF Upper Extremity!

Jawaban

1. Pola PNF UPPER Extremity

Diagonal 1

- Ekstensi shoulder

- Abduksi shoulder

- Ekstensi Elbow

- pronasi

- fleksi wrist

Diagonal 2

- Ekstensi shoulder dengan tambahan sedikit fleksi shoulder

- Adduksi shoulder

- Ekstensi Elbow

- pronasi

- fleksi wrist

2. Prosedur PNF

→ Melakukan Assesment

→ pasien memiliki kognitif yang baik

→ pasien memiliki koordinasi yang baik

→ pasien memiliki kekuatan otot 3-4

* Prosedur pelaksanaan

→ Memperhatikan posisi pasien dan fisioterapi

→ Memperhatikan handling untuk memaksimalkan gerakan

* Konsep dasar

→ Modified gerakan utama

→ Diagonal dan Rotasi