

Nama : RUSKA FEBRIANTO SALEHAT
NIM : 1710301173
KELAS : BC/4 - SI FISIOTERAPI

Jumlah
25 Juni 2021

* praktikum PNF Upper Extremity

1.) Sebut dan jelaskan pola PNF Upper Extremity ?!

→ Pola Diagonal 1

↳ tersusun dan susunan gerakan sbb:

- Abduksi shoulder
- Ekstensi Elbow
- pronasi Elbow
- palmar flexi wrist
- Ekstensi Finger.

} Posisi px supine
(tidur telentang)

→ Pola Diagonal 2

↳ tersusun dan susunan gerakan sbb:

- Ekstensi shoulder
- Adduksi shoulder
- Ekstensi Elbow
- pronasi Elbow
- palmar flexi wrist
- Ekstensi Finger.

} Posisi px supine
(tidur terlentang)

→ Pola diagonal 1 & 2 memiliki tujuan untuk dapat mencapai posisi tertentu dalam ADL.

2.) Jelaskan bagaimana prosedur pelaksanaan PNF upper extremity ?!

→ prosedur

1. Pilih posisi px tidur terlentang (supine)
2. Manual contact (bersentuhan kulit langsung pada tangan)
3. dilakukan gerakan dengan tahanan minimal
4. harus ada Verbal respon & Visual feedback
5. Proper body mechanic
6. Irradiasi (fraksi, kompresi, deprogramasi)
7. Reinforcement
8. pola gerakan diagonal.

→ Indikasi px dapat dilakukan PNF

1. Kekuatan otot minimal 5 (dapat melawan gravitasi)
2. koordinasi antar gerakan cukup baik
3. kognitif (bicara) fash dan paham (cukup baik)

~ Selesai & terimakasih ~

