

KUIS PRATIKUM PNF

No. _____
Date _____

Nama : Jelida puspitasari
 N. I.D.N : 1710301169
 Kelompok : 801 fisioterapi

1) Sebutkan dan jelaskan pola PNF ?
 Ada 2 pola diagonal yang dapat dilakukan :

1) Diagonal 1 (D-1) yaitu :

- Ekstensi shoulder
- Abduksi shoulder
- Ekstensi elbow
- Pronasi elbow
- Ekstensi wrist

2) Diagonal 2 (D-2) yaitu :

- Ekstensi shoulder
- Adduksi shoulder
- Ekstensi elbow
- Pronasi elbow
- Ekstensi wrist

~~Jika~~ posisi awal pada D1 dan D2 → posisi kebalikan /
berlawanan baik itu pada pola D1 dan D2
dan kembali lagi ke posisi awal.

* Bilamana pasien bisa mencapai posisi tertentu

2. Prosedur pemasangan PNF upper extremity ?

* syarat pemasangan PNF yaitu:

1 - pasien memiliki kekuatan otot yang cukup paling tdk MAAT 4 keatas atau > 3

2 - pasien memiliki koordinasi gerakan yang bagus paling tdk pasien bisa mengendalikannya gerakan.

3 - pasien memiliki kognitif yg bagus.

* prosedur pemasangannya:

-> pasien tidur terentang atau duduk

-> Beratan pola diagonal dengan 20Hz:

2x8 repetisi

1-10 x hitungan

-> PNF diatur dengan prosedur ebb:

a) Adanya manual kontak

b) Adanya resistensi atau tekanan minimal

c) Memiliki verbal respon

d) Audio visual feedback

e) kontrol gerakan/body position dan body mechanic

f) Irradiation membangkitkan impuls scrap (approximate, trophic, compression)

- 3) pro-informasi; gerakan yang di lakukan berotasi - uiaing
- 4) memahami pola gerakan diagonal pada upper extremity

