

Nama: Imam Hidarot  
Nim: 1710201170  
8C3

## History and Philosophy of PMF

### \* PMF (Proprioceptive Neuromuscular Facilitation)

Dr. Herman Kabat adalah ahli neurofisiologi Amerika yang penting. Bersama fisioterapis Margaret Knott dan Dorothy Voss, pada tahun 40-an ia mengembangkan metode terapi pd pasien poliomyelitis (kelumpuhan infektif). Tahun 1960-an, metode ini di adopsikan di Cekoslowakia, dan menjadi populer di kalangan dokter dan fisioterapis. Metode ini terbukti efektif dan relatif cepat dalam spektrum diagnosis gerakan yang jauh lebih luas.

### \* Sejarah PMF

Dr. M.D. Herman Kabat terinspirasi oleh teknik perawat Austria Elizabeth Kenny yang menangani pasien poliomyelitis metode yaitu peregangan atau latihan khusus jaringan otot, dan metode tersebut di sempurnakan oleh Dr. Kabat. Pada tahun 1954 Dorothy Voss menambahkan nama metode itu dengan istilah "Neuromuscular" dan terciptalah PMF.

Dr. Kobat ingin membuat Pendidikan manual terapi  
 yang menggunakan Risa Pender untuk menganalisis  
 kondisi gerakan pasien dan Pender secara terpadu sama  
 memberi nama deskripsi yang efektif untuk  
 Penelitian gerakan fungsional. PMF bukan hanya  
 perawatan medis, tetapi lebih seperti ahli yang  
 menunjukkan untuk mendiagnosis perawatan  
 khusus dari disfungsi neuromuskular.

Pada tahun 1940, Kobat dan Kaiser mendirikan  
 Institut di Washington, D.C. tahun 1946

Institut tersebut di Pindahkan ke Vallejo di California  
 dan 1950 dibuka cabang baru di Santa Monica,  
 California

Pada pertengahan 40-an, Kobat mencari  
 fisioterapi yang akan bekerja dengan kita. Pada  
 tahun 1945 Margaret Knott menjadi fisioterapis  
 pertama yang bekerja dengan kita. Maggie Knott  
 mulai melatih metode PMF dan bahkan  
 membuat program Pembekalan pasca-gradual  
 yang diminuti oleh fisioterapis dari seluruh dunia.



Pada tahun 1952 bergabung dengan Dr. Robert juga fisioterapis Dorothy Voss, Dorothy dan Maggie menulis buku pertama tentang PMF dan mengembangkan konsep dasar PMF yaitu pola gerak spesifik dan dianggap sebagai tespon untuk lengan dan kaki, badan, kepala dan leher.

\* Periode Berkembangnya teknik PMF Robert, Voss dan Knott mendirikan lembaga Pelatihan Pascasarjana yang dikenal sebagai Institut Leases - Leavel. Lembaga ini menawarkan program residensi 3, 6 dan 9 bulan di lembaga ini peserta menerima pelatihan dan bentuk teori dan laboratorium dan supervisi pelaksanaan pasien yang intensif.

Pada tahun 1985 kelompok instruktur PMF Internasional di bentuk yang mengarah pada pembentukan Asosiasi PMF Internasional (IPMFA) pada tahun 1990.

## \* Prinsip PMF

PMF melibatkan pembelajaran dan pemeliharaan fungsional dari pola gerakan yang baru di peroleh selama kegiatan PMF di fokuskan pada tujuan fungsional. hal itu berasal dari pola gerak alami setiap individu yang berhubungan dengan lingkungannya.

## \* Precaution PMF

1. Perseu berhati-hati saat melakukan PMF karena dapat menambah tekanan pada serabut otot yang dapat mengakibatkan risiko cidera jaringan lunak.
2. Selama peregragan dan fase kontraksi PMF tidak perseu menepatkan kelentaran atau intensitas maksimum.
3. Semakin kecil kelentaran otot, semakin kecil kelentaran yang di perlukan.
4. Sebelum melakukan teknik PMF harus melakukan pemanasan menyeluruh terlebih dahulu.

## \* Basic Concepts of PNF

PNF pola sinergis bersifat rotasi dan diagonal daripada gerakan bidang lurus. Ini adalah konsep penting yang mencerminkan gerakan neurol.

Tujuan keseluruhan adalah untuk memfasilitasi stabilitas prosinural batang tubuh untuk mobilitas terkontrol distal ekstremitas dan untuk meningkatkan kontrol dan koordinasi objek baik di dalam maupun di luar pola.

teknik-teknik PNF digunakan untuk memfasilitasi atau meningkatkan gerakan dan prinsip pembelajaran motorik (latihan, penguatan, umpan balik) di gabungan untuk memfasilitasi, pemertahan, retensi, dan transfer pembelajaran motorik baru.