

Nama :Eka Hendra Romadhon

Nim :1710301151

Kelas :8C Fisioterapi

History and Phylosophy of PNF

MUDr. Herman kabat merupakan ahli neuroFisiologi Amerika yang Penting. bersama dengan Fisioterapis margaret knott dan dorothy voss, pada tahun 40an ia mengembangkan metode terapi untuk pasien yg menderita Polioomielitis (kelumpuhan infantil). tahun 60 metode ini pertama diterbitkan di cekoSlovakia, metode ini menjadi cepat Popular kalangan dokter dan Fisioterapis. terbukti relatif cepat dan Efektif

Sejarah PNF

Dmudr. Herman kabat terinspirasi oleh teknik Perawat australia elizabet kenny. Esst ciri khas metode adalah Peregangan atau latihan kusus jaringan otot. namun metode tidak memiliki Penalaran neuroFisiologis, dan disempurnakan oleh Dr. kabat.

tahun 1954 Dorothy voss menambahkan metode ini dgn istilah neuromuscular, dari ini lah muncul metode PNF.

Dr. kabat membuat Pendekatan manual terapi. Penting untuk disadari bahwa PNF bukan hanya Perawatan medis tapi lebih seperti alat yg memungkinkan untuk mendiagnosis Perawatan khusus dari disfungsi neuromuscular.

tahun 1940, konsep kabat yang baru dibuat menarik Perhatian seorang industrialis kaya yaitu henry kaiser, yg putranya menderita multiple sclerosis. institut dipindahkan 2 tahun kemudian ke valeso California, 1950 buka ~~cabang~~ cabang

Semua gerakan PNF difokuskan pada tujuan fungsional. misalnya: seseorang ingin mengambil cangkir dari rak atas itu berasal dari gerakan alami setiap individu yg juga berhubungan dengan lingkungan dimana tujuan harus tercapai. hal itu menurut Dr. Kabat secara otomatis akan terjadi pada individu yg matang secara neuromuscular dan mental.

Precaution PNF

- hati-hati saat melakukan Peregangan PNF karena dapat menambah tekanan pada kelompok otot yg ditargetkan, yg dapat meningkatkan resiko Cedera
- selama Peregangan dan fase kontraksi Peregangan PNF, tidak perlu menerapkan kekuatan atau intensitas maksimum
- semakin kecil kelompok otot, semakin sedikit kekuatan.
- sebelum melakukan stretching, sangat penting untuk pemanasan. Pemanasan sebelum melakukan Peregangan memberikan banyak manfaat, tapi tujuan untuk mempersiapkan tubuh dan pikiran untuk aktivitas berat.

Basic konsep PNF

Sinergi mewakili elemen penting dari (SSP) yg berfungsi untuk menstabilkan knirja. dgn latihan, knerja sinergis meningkat. Dalam PNF, Pola sinergis bersifat rotasi dan diagonal. ini adalah konsep penting yg mencerminkan gerakan normal.

~~kelebihan kesetimbangan~~

Pada tahun 40an Dr. kabat ^{mulai} mencari fisioterapis yg mau bekerja denganya setelah pindah ke valejo 1948 maggie knot mulai melatih metode PNF sampai buat program pembelajaran yang diminati fisio seluruh dunia. Dorogi dan maggi menulis buku pertama tentang PNF tahun 60an, ketiganya memperluas dan mengembangkan konsep dasar PNF.

Setelah buku tersebut, adler, beckers, dan buck adalah penulis kompresif yg lebih baru yaitu PNF in Practice.

- Perjalanannya berkembangnya teknik PNF

awalnya kabat, koss, knot mendirikan lembaga Pelatihan Pascasarjana yaitu institut Kaiser-kabat, Kaiser Vermante di valejo California masih ada sampai saat ini. lembaga ini menawarkan program residen 3, 6, 9 bulan pelatihan dan bentuk teori, laboratorium, sur prive perawatan intensif.

Pada tahun 1985, kelompok PNF internasional di bentuk yang mengarah pembentukan asosiasi PNF internasional (IPNFA) tahun 1990, aggotanya instruktur dan orang yg tertarik PNF. berbagai macam kursus dan tingkat pengajaran dapat ditemukan di situs web.

- Prinsip PNF

PNF juga melibatkan pembelajaran dan pemerinaan fungsional dari pola gerakan yg baru di بدن. Pasien dapat mem kembali Strategi gerakan yg efektif dan berfungsi dgn efek biomekanik tertinggi berdasarkan gerakan yg diajarkan kembali dan analisis gerakan kontrol melalui sistem saraf pusat.

No. _____

Date

Tujuan keseluruhan adalah untuk memfasilitasi stabilitas proksimal batang tubuh untuk mobilitas terkontrol distal ekstremitas dan untuk meningkatkan kontrol sukorea dan koordinasi otot baik di dalam maupun diantara pola. Pola ekstremitas unilatera atau bilateral menempatkan penekanan yg lebih besar pada Babatung dan bervariasi dalam kesulitan dengan menggabungkan antara Plantigrade dimodifikasi, berdiri, Penggerak).

Teknik PNF digunakan untuk memfasilitasi atau meningkatkan gerakan dan Prinsip^{ke} pembelajaran motorik muskuler (latihan, pengulangan, umpan balik) digabungkan untuk mempromosikan Perolehan, retensi dan transfer pembelajaran motorik baru.