

Nama : Anida Al Anisah

NIM : 1710301161

HISTORY AND PHYLOSOPHY OF PMF

• PMF (di kenal sebagai metode kabat)

Dr. Herman kabat merupakan ahli neurofisiologi amerika yang penting. Bersama dengan fisioterapis margaret knott dan dorothy voss, pada tahun 40-an ia mengembangkan metode terapi untuk pasien yang menderita poliomielitis (kelumpuhan infantil) pada tahun 60-an, metode ini pertama kali di terbitkan di ceko slovakia, di mana metode ini dengan cepat menjadi populer di kalangan dokter dan fisio terapis metode ini terbukti relatif cepat dan efektif dalam spektrum diagnosis gerakan yang jauh lebih luas.

• Sejarah PMF

Dr. Herman kabat terinspirasi oleh teknik perawat Australia Elisabeth kenny, yang bekerja dengan pasien setelah poliomielitis, ciri khas metodenya adalah peregangan atau latihan khusus jaringan otot. Namun metodenya tidak memiliki penalaran neurofisiologis, yang pada akhirnya di sempurnakan oleh Dr. kabat.

Pada tahun 1954, asistennya dorothy voss menambahkan nama metode itu dengan istilah "neuromuskular" dari sinilah muncul judul lengkap Metode Proprioseptive neuromuscular facilitation (PMF)

Dr. kabat ingin membuat pendekatan manual terapi, yang memungkinkan para dokter untuk menganalisis kondisi gerakan pasien dan pada saat yang sama memberikan terapi yang efektif untuk pemulihan gerakan fungsional. penting untuk di sadar, bahwa PMF bukan hanya perawatan medis, tetapi lebih seperti alat yang memungkinkan untuk mendiagnosis perawatan khusus dari disfungsi neuromuskular.

Pada tahun 1940, konsep kabat yang baru di buat menarik perhatian seorang industrialis kaya yaitu henry kaiser, yang putranya menderita multiple sklerosis bersama-sama mendiskusikan

institusi Kabat - Kaiser yang patangnya kabat di Washington, D.C. pada tahun 1946. institut tersebut di pindahkan dua tahun kemudian ke Vallejo di California, dan pada tahun 1950 di buka lagi cabang baru di Santa Monica, California

Pada pertengahan 40-an, Dr. kabat mulai mencari fisioterapi yang akan bekerja dengannya, pada tahun 1945 Margaret Knott menjadi fisioterapis pertama yang bekerja dengannya setelah pindah dari Washington ke Vallejo pada tahun 1948, Magie Knott mulai melatih PMF dan bahkan membuat program pembelajaran pasca-graduat, yang diamati oleh fisioterapis dari seluruh dunia.

pada tahun 1952 bergabung dengan Dr. kabat juga fisioterapi Dorothy Voss, Dorothy to dan Maggie menulis buku pertama tentang PMF di tahun 60-an, ketiganya kemudian memperluas dan mengembangkan konsep dasar PMF mereka mengembangkan pola gesekan spiral dan diagonal yang terpeleci untuk lengan dan kaki, badan, kepala dan leher. serta dua edisi berikutnya yang muncul pada tahun 1968 dan 1985. Setelah buku-buku tersebut Adler, Becos dan Buck adalah penulis teks komprehensif yang lebih baru yaitu PMF in practice.

Awalnya kabat, voss, dan knott mendirikan lembaga pelatihan pasca sarjana, yang di kenal sebagai institut Kaiser - Kabat.

Salah satu lembaga ini menawarkan program residen 3,6 dang bulan. di lembaga ini, peserta menerima pektihin dalam bentuk teori dan laboratorium dan supervise perawatan pasien yang intensif. Banyak program pascasarjana mengadopsi tehnik PMF di seluruh dunia.

pada tahun 1985, kelompok instruksi PMF international di bentuk yang mengarah pada pembentukan Asosiasi PMF international di bentuk, yang mengarah pada pembentukan Asosiasi PMF International (IPMF-A) pada tahun 1990. anggotanya terdiri dari instruktur dan orang-orang yang tertarik dengan PMF dan dalam menjaga kontinuitas dan standar dan dalam pengajaran, praktik, dan penelitian PMF berbagai macam kursus dan tingkat pengajaran dapat di temukan di situs web mereka.

PMF juga melibatkan pembelajaran fungsional dari pola gerakan yang baru di peroleh, balok pengulangan dan penggunaan perimbangan sistem gerakan, pasien dapat kembali membuat strategi gerakan yang efektif dan berfungsi dengan efek biomekanik yang tertinggi berdasarkan gerakan yang diajarkan kembali dan analisis gerakan kontrol melalui sistem saraf.

Precaution PMF

1. perlu hati-hati saat melakukan pergerakan PMF karena dapat menambah tekanan pada kelompok otot.
2. Selama peregangan dan fase kontraksi peregangan PMF. tidak perlu menerapkan kekuatan/intensitas maksimum
3. Semakin kecil kelompok otot semakin sedikit kekuatan yang dibutuhkan
4. juga sebelum melakukan segala bentuk stretching, sangat penting untuk melakukan pemanasan terlebih dahulu