

NAMA: BREGI PRATIKA

NIM: 1710301071

Kelas: 8 A.

History and phylosopy of PMF.

Proprioceptive neuromuscular facilitation PMF

(dikenal sebagai metode kabat)

(dokter dan neurofisiologis amerika yaitu Dr. Herman kabat 1913-1990)

Mu Dr. Herman kabat merupakan neurofisiologi amerika yg penting. Bersama dgn margaret knott dan dorothy voss, pada tahun 40-an ia mengembangkan metode kabi untuk pasien yg menderita poliomyelitis (dumpanan infantil) pada tahun 60-an, metode pertama kali diterbitkan di celsestrangkia, dimana metode ini terbukti relatif cepat menjadi populer dikalangan dokter dan fisioterapis. Metode ini terbukti relatif cepat dan efektif dalam spektum diagnosis gerakan jauh lebih luas.

Sejarah PMF

Mu Dr. Herman kabat terinspirasi oleh teknik perawat australia Elizabeth kenny, yg bekerja dgn pasien setelah poliomyelitis. Ah khas metodenya adalah peregangan / latihan khusus jaringan otot. metode ini hobb memiliki penalaran neurofisiologis yg pada akhirnya disempurnakan oleh dr. kabat. pada tahun 1954 asisten dorothy voss menambahkan nama metode ini dgn istilah "neuromuscular" dan sini muncul Judy lengkap metod PMF

Dr. kabat yg ingin membuat pendekatan manual terapi, yg memungkinkan para dokter untuk menganalisis (kondisi gerakan pasien dan pada saat yg sama membuat metode terapi yg efektif untuk pemulihan gerak fungsional)

Penting untuk disadari bahwa PNF bukan hanya perawatan medis, tetapi lebih seperti alat yg dimanfaatkan untuk mendiagnosa perawatan khusus perawatan khusus dari fungsi neuromuscular.

Pada tahun 1940 konsep yg baru dibuat mengenai perhatian seorang industrialis kaya yaitu Henry Kaiser, yg putranya menderita multiple sclerosis bersama mereka mendirikan Institut Kabat - Kaiser di Washington dc 1946. Kemudian pindah dua tahun kemudian ke Vallejo di California 1948 dibuka lagi cabang baru di Santa Monica, California.

Pada tahun 1952 bergabung dgn Dr. Kabat juga fisioterapis Dorothy Ross mereka mengembangkan pola gerakan spiral dan diagonal yg terpertinci utk lengan dan kaki, badan, kepala dan leher serta edisi manual pd tahun 1968 dan 1985. Setelah buku Isb, Adler, Beckers, dan Buck adl teks komprehensif yg telah baru yaitu PNF in practice.

→ perjalanan berkembangnya teknik PNF.

awalnya Kabat, Ross dan Kroff mendirikan lembaga penelitian pasca sarjana yg dikenal sebagai Institut Henry - Kabat. Saat satu lembaga ini, Kaiser permant di Vallejo, California masih ada sampai sekarang. Lembaga ini menawarkan program residency, 3, 6, 9 bulan, di lembaga ini, peserta menerima pelatihan berupa dalam bentuk teori dan praktik laboratorium dan spesialis perawatan px intensif.

Pada tahun 1988, kelompok instruktur PNF internasional dibentuk yg mengarah pada pembentukan asosiasi PNF Internasional (IPNF) 1990.

→ Prinsip PNF

PNF juga melibatkan pembelajaran dan pemeliharaan fungsional dari pola gerakan yg baru diperoleh.

Berbat pergulangan dan penggunaan perkembangan sistem gerakan. pasien dapat kembali memuat strategi gerakan yg efektif dan berfungsi dgn efek biomekanika berdasarkan pola gerakan yg diajarkan kembali dan analisis gerakan melalui sistem saraf pusat.

Semua gerakan didalam pnf difokuskan pada tujuan fungsional (misalnya seseorang ingin mengambil barang di rak atas), itu berasal dari pola gerakan alami setiap individu yg juga berhubungan dgn lingkungan dimana tujuannya harus dicapai. Aftiritis otot mengikat di ujung otot jari tangan, kaki, persendian bahu dan tubuh.

→ Precaution PNF

1. perlu berhati-hati saat melakukan peregangan pnf karena dapat menambah tekanan pd kelompok otot yg dirangsang yg dapat meningkatkan risiko cedera jaringan lunak
2. Selama peregangan dan fase kontraksi peregangan pnf, tidak perlu menerapkan ketahanan/intensitas maksimum, faktor peregangan pnf bekerja paling baik ketika peregangan dan kontraksi tubuh.
3. semakin kecil kelompok otot semakin sedikit ketahanan yg dibutuhkan
4. juga sebelum melakukan segala bentuk stretching, sangat penting untuk melakukan pemanasan, pemanasan sebelum melakukan peregangan membantu berbagai manfaat tetapi tujuan utama adalah menarasapkan tubuh untuk aktifitas yg lebih berat.

- basic concept of PNF

sinergi: mewakili elemen penting dari sistem saraf pusat (SSP) ds berfungsi untuk menstabilkan kinerja, dengan latihan, kinerja sinergis meningkat dan pnf, pola sinergis bersifat rotasi dan diagonal dan pihak bidang lurus ini adalah konsep penting yg mencerminkan gerakan normal. Tujuan keseluruhan adalah untuk memfasilitasi stabilitas proximal bagian tubuh untuk mobilitas terkontrol distal ekstremitas dan untuk meningkatkan kontrol subarela. pola ekstremitas unilateral atau bilateral menempatkan perhatian yg lebih besar pada bagian dan berurusan dalam mengatur kesulitan dgn menggabungkan antara aktivitas fungsional dan postur.

Prinsip 2: pnf digunakan untuk memfasilitasi / meningkatkan gerakan, dan prinsip 3 pembelajaran motorik digabungkan untuk mempromosikan perolehan, retensi dan transfer pembelajaran motorik baru.