

Nur intan kusumawati

1710301034

Sejarah PMF
History and philosophy of PMF

Dr. Herman Kabat merupakan ahli neurofisiologi Amerika yang penting bersama dengan fisioterapi Margaret Kroft dan Dorothy Voss. Pada tahun 40-an ia mengembangkan metode terapi untuk pasien yang menderita poliomyelitis (kelumpuhan infantus). Pada tahun 60-an metode ini kembali diperkenalkan di czechoslovakia, dimana metode ini dgn cepat menjadi populer ditangan dokter dan fisioterapis. Metode ini cukup terbukti efektif, cepat dan efektif dalam spektrum diagnosis gerakan yang jauh lebih luas.

Pada tahun 1954, asistennya Dorothy Voss menambahkan metode itu dengan istilah "Neuromuscular". Dari sinilah muncul judul lengkap proprioceptive neuromuscular facilitation (PNF).

Dr. Kabat ingin membuat pendekatan manual terapi yang memungkinkan para dokter untuk menganalisis fungsi gerakan fisioterapi pasien pada saat yang sama memberi mereka terapi yang efektif untuk pemulihan gerakan fungsional.

Pada tahun 1990 konsep Kabat yang baru dibuat menasik perhatian seorang insulas Arab kaya yaitu Harry Kaiser, yang putranya menderita Multiple Sclerosis. Bersama-sama

mereka mendirikan Institut Kabat-Kaiser di Washington, D.C. pada tahun 1996. Institut tersebut dipindahkan dua tahun kemudian ke Vallejo di California, dan pada tahun 1990 dibuka lagi cabang baru di Santa Monica California.

Pada pertengahan 40-an Dr. Kabat mulai mencari fisioterapi yang akan bekerja dengannya. Pada tahun 1942 Margaret Kabat menjadi fisioterapi yang bekerja dengannya. Margaret Kroft mulai melatih metode PMF dan bertaik membuat program pembelajaran pasca-gra yang diminati oleh fisioterapis diseluruh d

pada tahun 1952 bergabung dengan Dr. Kabat juga fisioterapis Dorothy Voss. Dorothy dan Maggie menulis buku pertama ttg PMF dit 60-an. ketiganya kemudian memperluas dan mengembangkan konsep dasar PMF. mereka mengembangkan pola gerakan spiral dan di yang terpetinci untuk lengan dan baki badan kepala dan leher. Serta dua edisi berikutnya yang muncul pada tahun 1968 dan 1981.

Setelah buku-buku tersebut, Adler dan Buch adalah penulis Atlas kemp hensif yang lebih baru yaitu PNF Practice.

Prinsip PNF

- PNF fokus pada tujuan fungsional dari pola gerakan yang baru diperoleh, dan bentuk pengulangan dan penggunaan perkembangan sistem gerakan, pasien dapat kembali membuat strategi gerakan yang efektif dan berfungsi dengan homebark tertinggi, berdasarkan gerakan dan analisa gerakan tersebut melalui sistem saraf pusat.

Precaution PNF

- Perlu berhati-hati saat pergerakan PNF
- selama pergerakan dan fase kontak tidak perlu mencapai kekuatan atau intensitas maksimum.
- Semakin kecil kelompok otot, semakin sedikit kekuatan yang dibutuhkan
- sebelum melakukan bentuk stretching sangat penting untuk pemanasan terlebih dahulu.

Basic concept of PNF

strategi mewakili elemen penting dari sistem saraf pusat (SSP) yang berfungsi untuk menstabilkan kinerja.

Tujuan keseluruhan adalah untuk memfasilitas, preskripsi batang tubuh untuk mobilitas dan kontrol distal ekstremitas dan untuk meningkatkan kontrol sub rola dan koordinasi otot baik di dalam maupun diantara pola.

teknik PNF digunakan untuk memfasilitas atau meningkatkan gerakan dan prinsip pembelajaran motorik.