Nama: Erfan Pibriansyah

Nim: 1710301150

L.O: 1.2

Soal:
1. Teknik pnf seperti apa yang bisa di terapkan kepada pasien sesuai dengan kondisi pasien pada skenario tersebut? Jelaskan beserta gerakannya dan step2nya dan instruksinya.

2. Bagaimana cara fisioterapis (intervensi) untuk menurunkan skala nyeri pada kasus tersebut?

Jawab:

1. Teknik PNF yang bisa kita berikan berupa gerakan pola upper ekstremitas pada gerakan flexion ( D1 )

Dengan gerakan berupa shoulder extensi, abduksi, internal rotasi, Forearm pronasi, Wrist ulnar, extensi, Finger extensi

Taknik PNF dengan gerakan (D2)

Dengan gerakan yang dapat diberikan berupa

Adduksi shoulder, Ekstensi shoulder dengan sedikit Fleksi Shoulder, Ekstensi Elbow, Pronasi, Fleksi wrist

2. Fisioterapi dapat memberikan kasus tersebut intervensi berupa Infrared, Infrared (IR) sendiri merupakan modalitas fisioterapi yang sering digunakan untuk penanganan nyeri Radiasi Infrared (IR) dapat meningkatkan aliran darah dan melemaskan jaringan sehingga dapat mengurangi nyeri dan memaksimalkan aktivitas fungsional (Ansari et al.,2014).

Sumber:

Ansari, N. N., Naghdi, S., Naseri, N., Entezary, E., Irani, S., Jalaie, S., & Hasson, S. (2014). Effect of therapeutic infra-red in patients with non-specific low back pain: A pilot study. Journal of Bodywork and Movement Therapies, 18(1), 75–81. <https://doi.org/10.1016/j.jbmt.2013.05.014>

Birinci T, Ozdincler A.R., Altun S., Kural C., (2019). “A Structured Exercise Programme Combined with Propioceptive Neuromuscular Facilitation Stretching or Static Stretching in Posttraumatic Striffness of the Elbow : A Randomized Controlled Trial”, Clinical Rehabilitation, Vol. 33, (2), 241-252.