Nama : Wulan Fathiya Samaratul Husna

NIM : 1710301135

Kelas : 8C2 Fisioterapi

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.

Teknik PNF yang bisa digunakan antara lain : (posisi pasien tidur terlentang)

1. D1 fleksi-ekstensi : posisi shoulder (ekstensi, abduksi dan internal rotasi) , posisi elbow (ekstensi dan rotasi), posisi wrist (palmar fleksi dan palang ekstensi).
2. D2 fleksi-ekstensi : posisi shoulder (adduksi dan internal rotasi), posisi elbow (ekstensi) , posisi wrist (palmar flexi dan palang ekstensi)

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

Pemberian infra merah adalah pancaran gelombang elektromagnetik. Pemberian infra merah dapat membuat nyeri berkurang, karena adanya efek panas yang dihasilkan menyebabkan terjadinya vasodilatasi sehingga terjadi peningkatan aliran darah pada jaringan lunak yang terdapat penumpukan sisasisa hasil metabolisme akan membantu mengalirkan sisa-sisa hasil metabolism dan menimbulkan relaksasi otot sehingga nyeri akan berkurang.

Sumber : http://eprints.ums.ac.id