Nama : Nadya Delsiana

NIM : 1710301049

Tugas PNF Bu Tyas



* **KETERANGAN/PENJELASAN**

a.Diagonal 1

gerakan yang harus tercapai

* Ekstensi shoulder
* Abduksi shoulder
* Ekstensi elbow
* Pronasi
* Ekstensi finger
* -Melakukan gerakan tersebut dengan dibalik dan ditahan sepanjang gerakan

b.Diagonal 2

gerakan yang harus tercapai

* Adduksi shoulder
* Sedikit fleksi shoulder
* Pronasi
* Ekstensi elbow
* Ekstensi finger

- Melakukan gerakan tersebut dengan dibalik dan ditahan sepanjang gerakan

1. Syarat teknik agar berhasil

* Pasien harus memiliki kekuatan otot yang cukup baik dengan nilai 4
* Pasien memiliki koordinasi yang baik
* Pasien memiliki kognitif yang baik karenapasien harus mampu mengingat

1. Konsep dasar

* Modified gerakan utama
* Diagonal + gerakkan rotasi

1. Handling

* Gunakan handling untuk memaksimalkan gerakan
* Gunakan handling untuk melakukan tahanan