

NAMA : Nurhusna Diana Fathin

NIM : 1710301107 / 8B

TUGAS TEORI PNF PATTERN UPPER EXTREMITY



Gerakan : D1 Ekstensi

Shoulder : ekstensi – abduksi – internal rotasi

Forearm : pronasi

Wrist : ekstensi ulnar

Phalanx : ekstensi



Gerakan : D1 Fleksi

Shoulder : fleksi – adduksi – eksternal rotasi

Forearm : supinasi

Wrist : fleksi radial

Phalanx : fleksi



Gerakan : D2 Ekstensi

Shoulder : ekstensi – adduksi – internal rotasi

Forearm : pronasi

Wrist : ekstensi ulnar

Phalanx : fleksi



Gerakan : D2 Fleksi

Shoulder : fleksi – abduksi – eksternal rotasi

Forearm : supinasi

Wrist : fleksi radial

Phalanx : ekstensi