

Nama : Novita royani

Nim : 1710301086

Kelas : 8B

### PATTERN UPPER EXTRIMITY

Diagonal 1&2





1. pola PNF upper extremity terbagi menjadi 2 diagonal

a. diagonal 1

- extensi shoulder
- abd shoulder
- extensi elbow
- pronasi
- flexi wist

b. diagonal 2

- ext shoulder + sedikit flexi
- add shoulder
- ext elbow
- pronasi
- flexi wrist

2. prosedur pelaksanaan PNF

a. syarat pasien

- memiliki kekuatan otot cukup (MMT 3/4)
- memiliki koordinasi gerakan yang baik
- memiliki kognitif yang baik

b. konsep dasar

- modified gerakan utama
- diagonal + rotasi

c. handling

- digunakan untuk memaksimalkan gerakan
- digunakan untuk melakukan tahanan