

Nama : Nova Yuniarti

Nim : 1710301125

Kelas : 8C1 Fisioterapi

- **D1 Flexion**

Shoulder : Fleksi, add, eksternal rotasi

Forearm : Supinasi

Wrist : Radial, Fleksi

Fingers : Fleksi



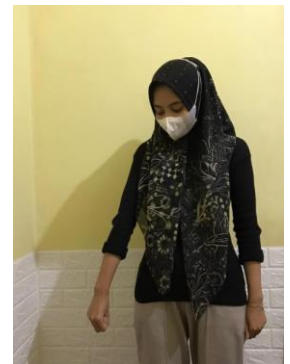
- **D1 Extension**

Shoulder : Ekstensi, abd, internal rotasi

Forearm : Pronasi

Wrist : Ulnar, Fleksi

Fingers : Ekstensi



- **D2 Flexion**

Shoulder : Fleksi, abd, eksternal rotasi

Forearm : Supinasi

Wrist : Radial, Fleksi

Fingers : Ekstensi



- **D2 Extension**

Shoulder : Ekstensi, add, internal rotasi

Forearm : Pronasi

Wrist : Ulnar, Ekstensi

Fingers : Fleksi



2 Syarat 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 dan rotasi

c. Handling

- Digunakan untuk memaksimalkan gerakan
- Digunakan untuk melakukan tahanan