

Nama : Muhammad Arya Bimantara

Nim : 2010301114

Kelas : B3

Soal !

1. Apakah fungsi kita memahami Basic Human movement?
2. Bagaimanakah analisis pergerakan dari duduk di bed ke berdiri?
3. Lakukan analisis pergerakan jalan dimulai dari awal fase dan akhir fase, terjadi komponen gerak apa saja di mulai dari HIP, Knee, ankle, dan komponen kerja otot penggerak eksentrik dan konsentrik?

Jawaban :

1. Fungsinya kita sebagai seorang fisioterapi harus mamahami basic human movement agar kita paham tentang gerakan-gerakan dasar pada manusia. Misalnya, berguling, duduk, berdiri, dan berjalan.
2. Analisis gerakan :
  - Penempatan kaki ke belakang
  - Flexion dari trunk untuk membawa CoG maju di atas dasar dukungan
  - Mengangkat pantat dari kursi dan gerakan maju secara bersamaan lutut (dorsiflexion pergelangan kaki)
  - Simultan perpanjangan lutut, pinggul dan bagasi
3. Analisa Berjalan Dalam pembahasan mengenai berjalan, maka istilah gait dan locomotion merupakan istilah yang sering dimunculkan. Gait adalah cara berjalan sedang lokomotion berarti perpindahan dari satu tempat ketempat lainnya, maka berjalan (walking) mencakup gait dan lokomotion.

Gerakan berjalan merupakan gerakan dengan koordinasi tinggi yang dikontrol oleh susunan saraf pusat dan melibatkan sistem yang sangat kompleks. Adanya righting reaction yaitu untuk memelihara dan memulihkan normal posisi kepala yang berhubungan trunk dengan menormalkan aligment trunk dan limbs sedangkan equilibrium reaction memelihara keseimbangan pada waktu aktifitas terutama pada saat melawan gravitasi dan akan membutuhkan banyak control inhibisi pada level tinggi untuk timbal balik dari bagian perubahan pola gerakan.