

Analisis human movement

Nama: Adhy Fajar Syahputra

Kelas: B3

NIM: 2010301122

Apakah fungsi kita memahami Basic Human movement?

Bagaimanakah analisis pergerakan dari duduk ke berdiri?

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?

1. Untuk memahami dan memahami sepenuhnya analisis gerak pasien dengan disfungsi gerak, pertama-tama perlu dipahami pola gerak normal dalam berbagai aktivitas kehidupan sehari-hari
2. 1. Fleksi lateral KANAN kepala
2. Fleksi sisi kanan batang tubuh
3. Fleksi pinggul
4. Menjatuhkan kedua kaki bagian bawah ke tepi tempat tidur (untuk memberikan momentum berayun)
5. Dorong dengan lengan kiri.

3. Dalam berjalan dikenal ada 2 fase, yaitu fase menapak (stance phase) dan fase mengayun (swing phase). Ada pula yang menambahkan satu fase lagi yaitu fase dua kaki di lantai (double support) yang berlangsung singkat. Fase double support ini akan semakin singkat jika kecepatan jalan bertambah. Bahkan pada berlari fase double support ini sama sekali hilang, dan justru terjadi fase dimana kedua kaki tidak menginjak lantai.

Fase menapak (60%) dimulai dari heel strike/heel on, foot flat, mid stance, heel off dan diakhiri dengan toe off. Sedangkan pada fase mengayun (40%) dimulai dari toe off, swing dan diakhiri dengan heel strike (akselerasi, mid swing, deselerasi). Komponen-komponen penting dalam berjalan normal

Fase menapak:

a). Ekstensi sendi panggul (hip)

b). Geseran ke arah horizontal- lateral pada pelvis dan trunk

c). Fleksi lutut sekitar 15° pada awal heel strike, dilanjutkan dengan ekstensi

dan fleksi lagi sebelum toe off

Fase mengayun :

a). Fleksi lutut dengan diawali ekstensi hip

b). Lateral pelvic tilting kearah bawah pada saat toe off

e). Fleksi hip

d). Rotasi pelvic ke depan saat tungkai terayun

e). Ekstensi lutut dan dorsalfleksi ankle dengan cepat sesaat sebelum heel strike