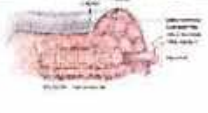

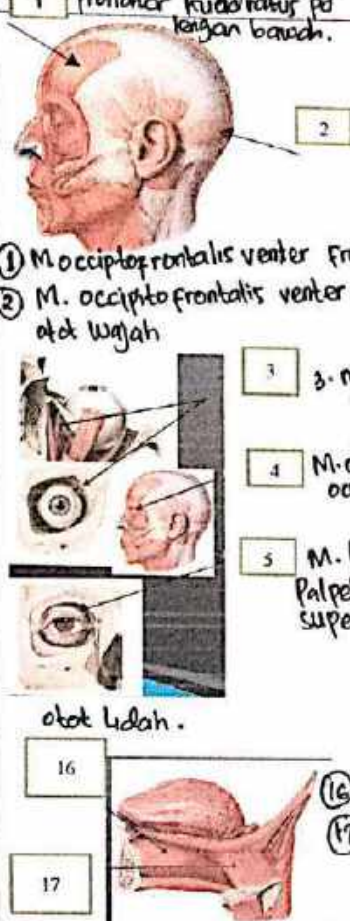
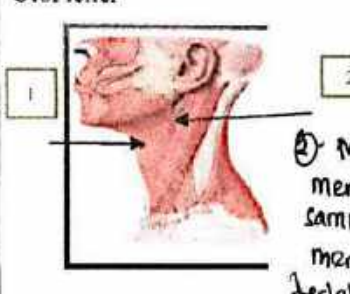


WORKSHEETS (LEMBAR KERJA)


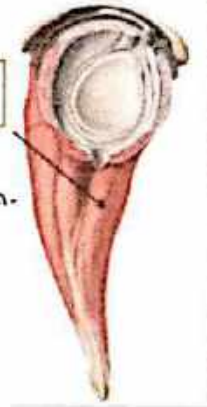
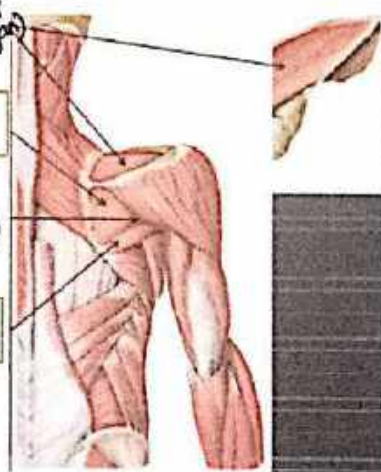
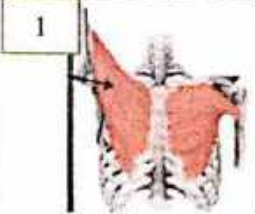
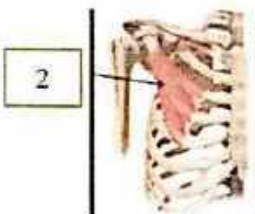
Mata Kuliah	: Anatomi
Materi	: Musculoskeletal
NIM>Nama Mahasiswa	: 2110101095 / Raiza Dwi Nur Ulka



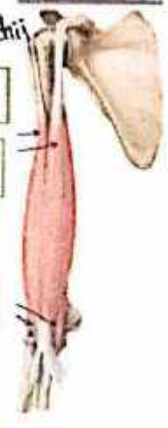
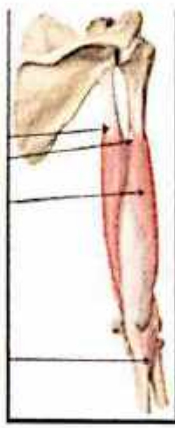

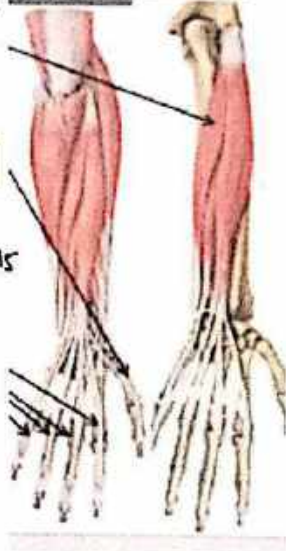
No	Keterangan	Pembahasan
1	Sebutkan struktur otot rangka	<p>Makroskopik :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Origo, Insertio</li> <li>• Tendom</li> <li>• fascia</li> </ul> <p>Mikroskopik</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sarkotema &amp; sarcoplasma</li> <li>• Miofibril</li> <li>• Sarcomer</li> </ul> <p>- ligamentum, kartilago                      * ligamentum : jaringan ikat penghubung tulang &amp; sendi                      * kartilago : Tulang Rawan.                      • Retikulum sarcoplasma</p>
2	Jelaskan 1. Axial musculature 2. Appendicular musculature	<p>menstabilkan atau menggerakkan komponen rangka appendikular, mencakup 40% otot rangka tubuh.</p> <p>melekat pd rangka aksial, memposisikan kepala, tulang belakang, menggerakkan tulang iga, mencakup 60% otot rangka tubuh</p>
3	Sebutkan ciri ciri otot berikut	<p>otot polos</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bekerja diluar kesadaran</li> <li>• Tidak memiliki pda lurik</li> <li>• Berinti Tunggal</li> <li>• Tidak bercabang</li> <li>• Bersifat elastis</li> </ul>
4		<p>otot lurik</p> <p>otot yang bekerja berdasarkan kemauankita                      ex: otot kaki, tangan</p>
5		<p>otot jantung</p> <p>otot yang bekerja secara tidak sadar atau tidak diradari</p>
6	Jelaskan fungsi otot	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Menghasilkan gerakan rangka</li> <li>• Mempertahankan sikap &amp; posisi tubuh</li> <li>• Menyokong jaringan lunak</li> <li>• Menunjukkan pintu masuk &amp; keluar saluran dlm sistem tubuh</li> <li>• Mempertahankan suhu tubuh : kontraksi otot : energi → Panas</li> </ul>
7	Jelaskan otot antagonis dan contohnya	<p>otot antagonis adalah dua otot melakukan gerak yang berkebalikan, jadi saat satu bagian berkontraksi, satunya berelaksasi</p> <p>ex: biceps &amp; trisep dilengan agar saat kamu menekukkan siku dan meluruskan siku.</p>

Mikroskopis

No	Keterangan	Pembahasan
8	<p>Otot wajah</p>  <p>1 Pronator kuadratus pd lengan bawah.</p> <p>2 M. occipitofrontalis venter frontalis</p> <p>3 m. obliquus oculi</p> <p>4 M. orbicularis oculi</p> <p>5 M. levator palpebra superior.</p> <p>6 M. levator anguloris</p> <p>7 M. orbicularis oris</p> <p>8 M. zygomaticus</p> <p>9 M. levator labii superior</p> <p>10 M. depressor.</p> <p>11 M. zygomaticus (mengangkat dagu &amp; mulut waktu senyum.)</p> <p>12 M. temporalis</p> <p>13 M. pterigoides</p> <p>14 M. pterigoides</p> <p>15 M. masseter</p> <p>16 m. genioglossus</p> <p>17 m. styloglossus</p> <p>18 M. buccinator</p>	<p>Jelaskan otot sinergis dan contohnya</p> <p>otot sinergis adalah otot yang kontraksinya menimbulkan efek gerak searah.</p> <p>ex: kerja pronator teres dan pronator kuadratus pd lengan bawah.</p> <p>otot wajah.</p> <p>otot pengunyah.</p> <p>otot lidah.</p>
9	<p>Otot leher</p>  <p>1 M. sternocleidomastoideus</p> <p>2 M. platysma</p> <p>3 M. longus capitis</p>	<p>menarik kepala ke samping kiri, kanan &amp; memutar kepala</p> <p>terletak samping dex &amp; sin leher</p> <p>menarik kepala ke belakang</p> <p>Menggelengkan kepala.</p>

- 1 M. Platysma.
- disamping leher menutupi sampai bagian dada
- Fungsi
- Menekan mandibula
  - Menarik bibir kebawah
  - mengerutkan kulit bibir.

No	Keterangan	Pembahasan
10	<p>Otot bahu</p>  <p>1. M. Deltoides (mengangkat lengan sampai mendatar)</p> <p>4) M. Infrapinatus (memutar lengan ke luar)</p> <p>5) M. pector minor (memutar lengan keluar)</p> <p>6) M. pector mayor (memutar lengan ke dalam)</p> <p>lempal menyurut</p>	<p>M. sub skapular 2 → menegakkan &amp; memutar humerus ke depan.</p>  
	<p>Otot dada</p>  <p>1</p> <p>M. pectoralis mayor (memutar lengan ke dlm &amp; tengah, menarik tangan melalui dada, merapatkan lengan).</p>	 <p>2</p> <p>M. pectoralis minor (menaikkan scapula, menekan bahu)</p>

No	Keterangan	Pembahasan
3	 <p>M. serratus anterior origo di costae I-IX</p>	 <p>4 M. subclavius (menetarkan clavikula disendi sebelah costae, menekan sendi bahu kearah depan.)</p>
<p>M. biceps brachii</p> <p>Caput longum</p> <p>Caput breve</p> <p>M. brachialis</p> <p>(Fleksi &amp; supinasi pd arti cubiti)</p>	 <p>7</p>	 <p>8 Caput longum</p> <p>9 caput mediale</p> <p>10 Caput laterale</p> <p>11 M. anconeus (memperlebar siku dan mengencangkan sendi)</p>
<p>M. extensor carpi radialis longus</p> <p>M. extensor carpi radialis brevis</p>	 <p>12</p> <p>13</p>	<p>otot extensor lengan bawah</p> <p>14 M. extensor carpi ulnaris</p> <p>15 otot extensor digiti I (M. extensor pollicis longus)</p> <p>16 otot extensor digiti II-V (M. extensor digiti minimi)</p> 

No	Keterangan	Pembahasan
----	------------	------------

M. supinator (Supinasi tangan) 17

M. pronator quadratus (Pronasi tangan) 18

M. flexor digitorum superficialis (untuk fleksi digiti II-V) 19

M. flexor pollicis longus (fleksi digitus) 20

M. pronator teres 21

M. flexor carpi radialis 22

M. palmaris longus 23

M. flexor carpi ulnaris 24

Regio abdomen dinding anterolateral abdomen.

1 M. obliquus externus abdominis

2 M. obliquus internus abdominis

3 M. transversus abdominis

4 M. rectus abdominis

5 M. pyramidalis

dinding anterior abdomen.

dinding posterior abdomen.

6 M. quadratus lumborum

7 M. iliacus

8 M. psoas major. terletak pd rongga panggul. (mengangkat tungkai, eksorotasi tungkai).

otot posterior.

9 Pars ascendens

10 Pars transversa

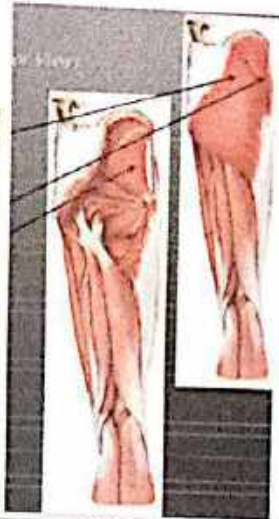
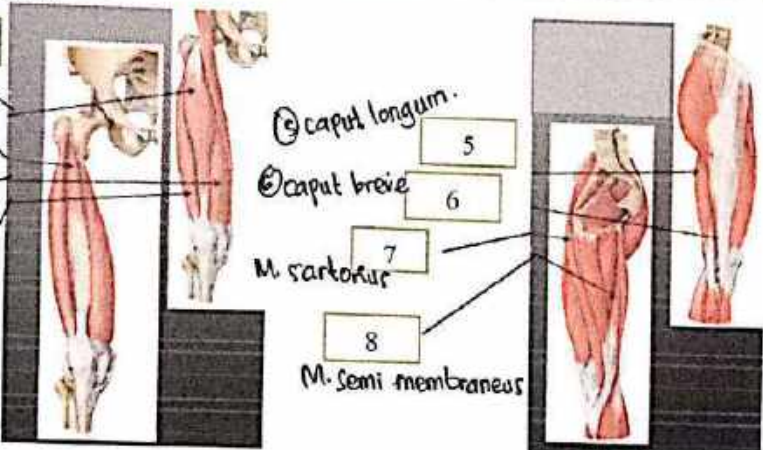
11 Pars descendens

12 M. levator scapulae

13 M. rhomboideus minor

14 M. rhomboideus mayor

15 M. latissimus dorsi

No	Keterangan	Pembahasan
	<p>Regio glutealis</p> <p>① M. gluteus maximus (untuk rotasi, fleksi, endorotasi femur)</p> <p>② M. gluteus medius (untuk ekzorotasi femur)</p> <p>③ M. gluteus minimus (untuk abduksi &amp; endorotasi femur)</p>	
	<p>Ekstremitas inferior</p> <p>M. rectus femoris</p> <p>M. vastus inter-medius</p> <p>M. vastus medialis</p> <p>M. vastus lateralis</p>	 <p>④ caput longum</p> <p>⑤ caput brevis</p> <p>M. sartorius</p> <p>M. semi membranaceus</p>