







WORKSHEETS (LEMBAR KERJA)

Mata Kuliah	: Anatomi
Materi	: Muskuloskeletal
NIM>Nama Mahasiswa	: 2110101051 / Tjahya Pramudyaning Sumantri








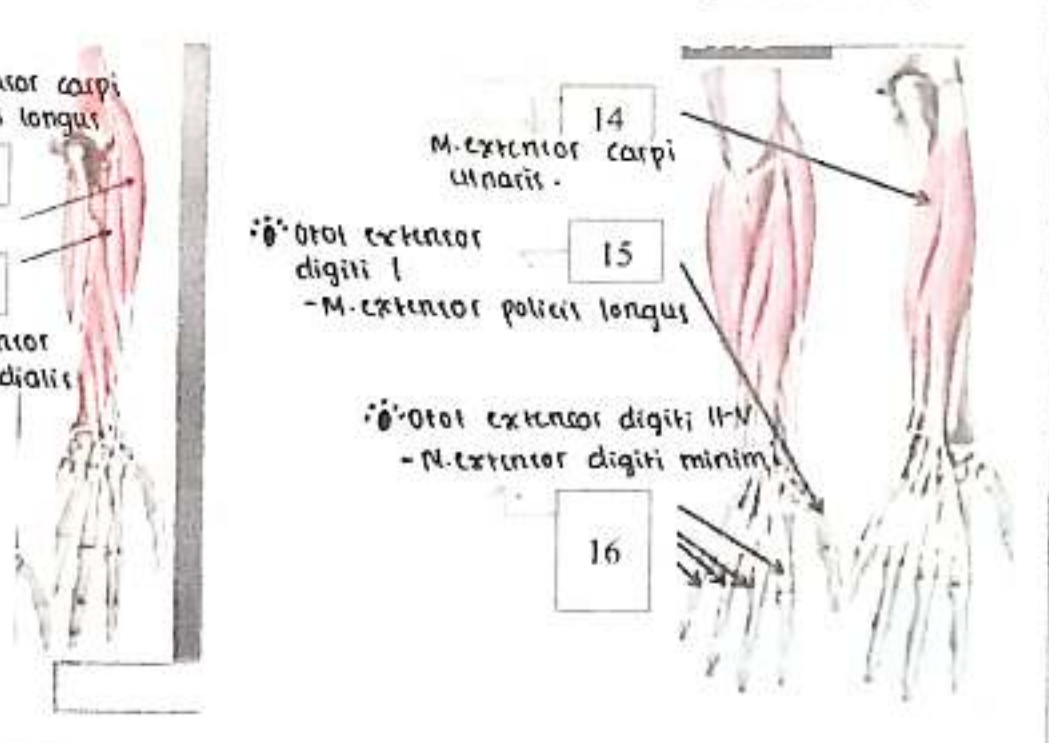
No	Keterangan	Pembahasan
1	Sebutkan struktur otot rangka	<p>Makroskopik</p> <p>1). Origo, Insertio. 4). Ligamentum, kartilago. 2). Tendon. * Ligamentum : jaringan ikat penghubung tulang & sendi. 3). Fascia. * Kartilago : tulang rawan.</p> <p>Mikroskopik</p> <p>1). Sarcolemma dan sarcoplasma 3). Sarcomer. 2). Miofibril. 4). Retikulum sarcoplasma.</p>
2	Jelaskan  1. Axial musculature belakang, menggerakkan tulang iga, mencakup 60% otot 2. Appendicular musculature rangka tubuh.  menstabilkan atau menggerakkan komponen rangka appendikular, mencakup 40% otot rangka tubuh.	
3	Sebutkan ciri ciri otot berikut  "otot polos"	<ul style="list-style-type: none"> Bentuk sel geondong, kedua ujungnya meruncing, dibagian tengahnya menggelembung dan memiliki satu inti sel. Mikroskopis : tidak memiliki garis melintang (polos). Bekerja diluar kesadaran (otot tidak sadar). Terdapat pada organ dalam, misalnya usus, pembuluh darah, dan saluran kramin
4	 "otot lurik"	<ul style="list-style-type: none"> Bentuk sel silindris, memanjang, dan memiliki banyak inti sel. Mikroskopis : garis melintang → membentuk daerah gelap dan terang berelang-seling. terletak pada rangka disebut juga otot rangka.
5	 "otot jantung"	<ul style="list-style-type: none"> Otot jantung terdapat pada jantung kita. Strukturnya sama dengan otot lurik, namun kerjanya seperti otot polos. Bekerja secara otomatis, tidak dipengaruhi kehendak.
6	Jelaskan fungsi otot 1. Volunter (bergerak dengan kehendak) : merupakan kerja otot skeletal. Fungsi : mempertahankan sikap tubuh, melaksanakan macam-macam gerakan. 2. Involunter (bergerak diluar kehendak) : merupakan kerja otot polos dan jantung. Fungsi : Propulsi (mendorong substansi agar berjalan di sepanjang salurannya). Ekspulsi (mendorong substansi keluar dari kantong penyimpanan / vesica), Regulasi diameter lubang, regulasi diameter saluran.	<ul style="list-style-type: none"> Ekspulsi : urine, empedu, faeces.
7	Jelaskan otot antagonis dan contohnya Otot antagonis adalah dua otot atau lebih yang bekerja dengan tujuan berlawanan. Jika otot A berkontraksi dan otot B berelaksi maka tulang akan tertarik atau terangkat, sebaliknya jika otot A berelaksi dan otot B berkontraksi maka tulang akan kembali ke posisi semula. Contohnya : otot bicep dan trisep pada lengan atas.	

Bekerja dibawah kesadaran kita (otot sadar).

Propulsi :
 → Makanan
 → sel. Digestif.
 → Darah.
 → pembuluh darah.
 → Ovum → oviduct


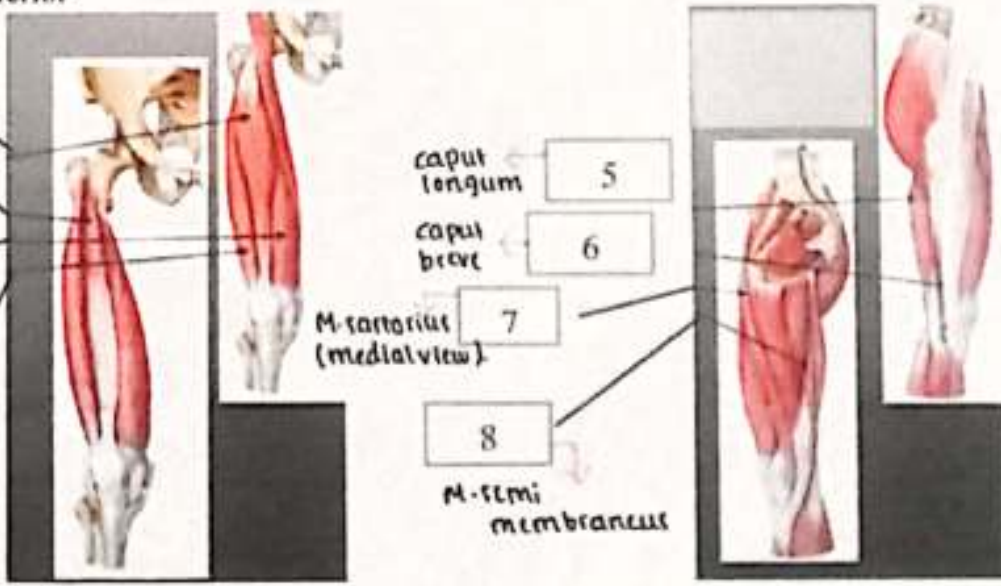
No	Keterangan	Pembahasan
8	<p>Otot wajah</p>  <p>1 M. occipitofrontalis Venter frontalis</p> <p>2 M. occipitofrontalis Venter occipitalis.</p> <p>3 M. obliquus oculi di sekeliling mata, utk memutar mata</p> <p>4 M. orbicularis coli Untuk membuka mata</p> <p>5 M. levator palpebra superior Utk menarik dan mengangkat kelopak mata ke atas.</p> <p>6 M. levator anguli oris</p> <p>7 M. orbicularis oris menarik sudut mulut ke bawah.</p> <p>8 M. zygomaticus mengangkat dagu & mulut untuk senyum</p> <p>9 M. genioGLOSSUS mendorong lidah ke depan</p> <p>10 M. depressor labii inferior menarik bibir ke bawah.</p> <p>11 M. buccinator menahan makanan waktu mengunyah</p> <p>12 M. temporalis menarik rahang ke atas dan belakang.</p> <p>13 M. masseter mengangkat rahang bawah, pada waktu mulut terbuka.</p> <p>14 M. perigoides. menarik rahang bawah ke depan.</p> <p>15 M. styloglossus menarik lidah ke atas dan belakang</p> <p>16 M. platysma Di samping leher, menutupi sampai bagian dada. • menahan mandibula • menarik bibir ke bawah • mengencangkan kulit bibir</p> <p>17 M. sternocleidomastoideus. • samping dex dan sin leher • menarik kepala ke kanan kiri, memutar kepala</p> <p>18 M. longus capitis. terdapat di belakang leher. • menarik kepala ke belakang • mengencangkan kepala</p>	<p>Jelaskan otot sinergis dan contohnya - otot sinergis adalah dua otot atau lebih yang bekerja bersama dengan tujuan yang sama. contohnya: pronator teres & pronator kuadratus (menyebabkan telapak tangan menengadah dan menelungkup).</p>
9	<p>Otot leher</p>	

No	Keterangan	Pembahasan
10	<p>Otot bahu</p> <p>M. deltoides • mengangkat lengan sampai mendatar.</p> <p>1</p> <p>M. supracapinatus • mengangkat lengan.</p> <p>M. infracapinatus • memutar lengan keluar.</p> <p>M. teres minor • memutar lengan keluar.</p> <p>M. teres mayor • memutar lengan ke dalam.</p>	<p>2</p> <p>M. sub scapularis meningkatkan dan memutar humerus kedepan</p> <p>3</p> <p>4</p> <p>5</p> <p>6</p>
	<p>Otot dada</p> <p>1</p> <p>M. pectoralis mayor.</p> <p>memutar lengan ke dalam dan tingkah, menarik lengan melalui dada, muapatkan lengan.</p>	<p>M. pectoralis minor</p> <p>2</p> <p>menaikkan scapula, minton bahu.</p>

No	Keterangan	Pembahasan
3	M. pectoralis minor 	M. pectoralis mayor 4 memutar lengan ke dalam dan tengah, minarke tangan muaki dada, merapatkan lengan 
5	Regio Brachii caput longum 5 	M. triceps brachii • ekstensi pada articulatio dan adduksi pada articulatio humeri caput longum. caput longum 8 caput medialis 9 caput laterale 10 
6	caput breve 6 	M. anconaeus 11 memutar siku dan mengincangkan sendi. 
7	M. brachialis 7 fleksi dan supinasi pada articulatio cubiti 	M. extensor carpi radialis longus 12 M. extensor carpi radialis brevis 13 M. extensor carpi ulnaris 14 • Otot extensor digiti I - M. extensor pollicis longus 15 • Otot extensor digiti II-V - M. extensor digiti minimi 16 

menaikkan scapula, menekan bahu.

No	Keterangan	Pembahasan
	<p>M. supinator • untut supinasi tangan</p> <p>17</p> <p>M. flexor digitorum superficialis • untut fleksi digiti II-V</p> <p>18</p> <p>M. pronator quadratus • untut pronasi tangan.</p> <p>19</p> <p>20</p> <p>M. flexor pollicis longus. • untut fleksi digiti I</p>	<p>M. pronator teres. • fleksi ringan di articulo cubiti • pronasi.</p> <p>21</p> <p>M. flexor carpi radialis. • fleksi dan aduksi di pergelangan tangan.</p> <p>22</p> <p>M. palmaris longus • fleksi ringan di articulo cubiti • fleksi palmar.</p> <p>23</p> <p>24</p> <p>M. flexor carpi ulnaris. • fleksi dan adducti di pergelangan tangan.</p>
	<p>Regio abdomen</p> <p>M. obliquus externus abdominis</p> <p>1</p> <p>M. obliquus internus abdominis</p> <p>2</p> <p>M. transversus abdominis</p> <p>3</p> <p>M. rectus abdominis</p> <p>4</p> <p>M. pyramidalis</p> <p>5</p>	<p>M. quadratus lumborum.</p> <p>6</p> <p>M. iliacus.</p> <p>7</p> <p>M. psoas mayor.</p> <p>8</p>
	<p>pars ascendens</p> <p>9</p> <p>pars descendens</p> <p>11</p> <p>M. levator scapulae</p> <p>12</p> <p>M. rhomboides minor.</p> <p>13</p> <p>M. rhomboides mayor</p> <p>14</p>	<p>10</p> <p>15</p> <p>pars transversa</p> <p>M. latissimus dorsi.</p>

No	Keterangan	Pembahasan
	<p>Regio glutealis</p> <p>M. gluteus maximus. • untuk rotasi, fleksi, endorotasi femur</p> <p>M. gluteus medius. • untuk ekorotasi femur.</p> <p>M. gluteus minimus • untuk abduksi dan endorotasi femur.</p>	
	<p>Ekstremitas inferior</p> <p>M. pectus femoris</p> <p>M. vastus intermedius</p> <p>M. vastus medialis</p> <p>M. vastus lateralis</p> <p>• untuk fleksi coxae, ekstensi genu</p>	 <p>caput longum</p> <p>caput breve</p> <p>M. sartorius (medial view)</p> <p>M. semi membranosus</p>