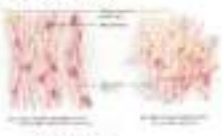




WORKSHEETS (LEMBAR KERJA)

Mata Kuliah	: Anatomi
Materi	: Musculoskeletal
NIM>Nama Mahasiswa	: 210101060 Firsta Fadkhila Putri

No	Keterangan	Pembahasan
1	Sebutkan struktur otot rangka	<p>Makroskopik : Origo, Insertio • Ligamentum, kartilago</p> <p>• Tendon • Fascia</p> <p>Jaringan ikat melingkupi tulang & sendi</p> <p>tulang rawan</p> <p>Mikroskopik : • Sarcomere & sarcoplasma • Miofibril • Sarcomer • Retikulum sarcoplasma</p>
2	Jelaskan 1. Axial musculature 2. Appendicular musculature	<p>1. Axial musculature - melekat pada rangka aksial - memproyeksikan kepala, tulang belakang, menggerakkan tulang lidah - mencakup 40% otot rangka tubuh</p> <p>2. Appendicular musculature - menstabilkan atau menggerakkan komponen rangka appendikular - mencakup 40% otot rangka tubuh</p>
3	Sebutkan ciri ciri otot berikut  POLOS	<ul style="list-style-type: none"> • bentuk sel gelondong, kedua ujungnya meluncing, dibagian tengahnya membesar dan memiliki satu inti sel. • Mikroskopis : tidak memiliki garis-garis melintang (polos) • bekerja diluar kesadaran kita, artinya diluar kesadaran kita • Terdapat pada organ-organ dalam misalnya usus, pembuluh darah dan saluran kelenar.
4	 LURIK	<ul style="list-style-type: none"> • Bentuk sel silindris, memanjang, dan memiliki banyak inti di. • Mikroskopis : - garis melintang - membentuk daerah gelap dan terang beraturan • melekat pada rangka disebut juga sebagai otot rangka • bekerja dibawah kesadaran kita, artinya menurut kehendak kita
5	 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	<p>↳ otot adalah jaringan yang berfungsi sebagai alat gerak aktif, sementara rangka tubuh merupakan alat gerak pasif.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Menghasilkan gerakan rangka 2. Mempertahankan sikap dan posisi tubuh 3. Menyokong jaringan lunak 4. Menunjukkan pinal masuk dan keluar saluran dalam sistem tubuh 5. Mempertahankan suhu tubuh, kontraksi otot : energi → Panas
7	Jelaskan otot antagonis dan contohnya	<p>↳ otot antagonis adalah dua otot atau lebih yang bekerja dengan tujuan berlawanan</p> <p>Contoh : jika otot bicep berkontraksi dan otot tricep berelaksasi maka tulang akan tertarik / terangkat, sebaliknya jika otot tricep berkontraksi dan otot bicep berelaksasi maka tulang akan kembali ke posisi semula</p>

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

Jelaskan otot sinergis dan contohnya
 ↳ Otot sinergis adalah otot yang bekerja sama secara serentak, berkontak dan berakresi secara bersamaan.
 Contoh: gerakan melungkapkan telapak tangan (Pronasi)

1 M. occipitofrontalis Venter frontalis

8 Otot wajah



↳ untuk mengerutkan dahi, menarik dahi
 2 M. occipitofrontalis Venter occipitalis
 ↳ menarik kulit ke belakang
 7 M. orbicularis oris, mengikat sudut mulut ke bawah
 8 M. zygomaticus
 ↳ mengangkat dagu dan mulut saat senyum

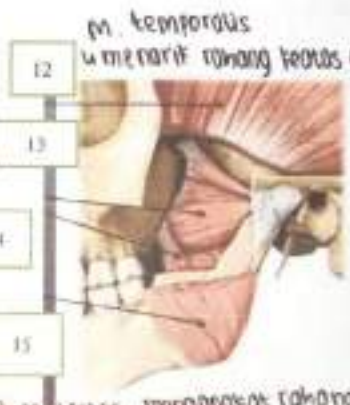


M. levator labii superior
 9 M. levator anguli oris
 10 M. depressor labii inferior
 ↳ menarik bibir ke bawah

11 M. buccinator
 ↳ menahan rongga waktu mengunyah



3 M. obliquus oculi
 ↳ disekeliling mata, untuk memutar mata
 4 M. obliquus oculi
 ↳ disekeliling mata, untuk memutar mata
 5 M. levator palpebrae superioris, pada kelopak mata, untuk menarik dan mengangkat kelopak mata keatas



M. temporalis
 ↳ menarik rahang keatas dan belakang

13. M. pterygoidus
 ↳ menarik rahang bawah ke depan
 14. M. pterygoidus
 ↳ menarik rahang bawah ke depan

M. masseter, mengangkat rahang bawah, pada waktu mulut terbuka

M. genioglossus, mendorong lidah ke depan



M. styloglossus menarik lidah keatas dan kebelakang

9 Otot leher

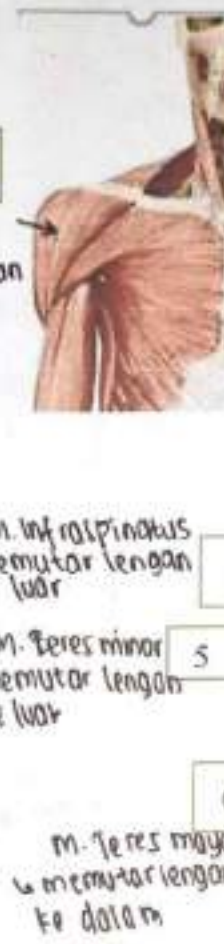















1 M. platysma
 ↳ disamping leher menutupi sampai dada
 ↳ menahan mandibula
 ↳ menarik bibir ke bawah
 ↳ mengerutkan kulit bibir

2 M. sternocleidomastoides
 ↳ samping dex dan sin leher
 ↳ menarik kepala ke samping kiri, kanan dan memutar kepala



M. longus capitis, → terdapat di belakang leher
 ↳ menarik kepala ke belakang mengelentkan kepala

No	Keterangan	Pembahasan
10	<p>Otot bahu</p>  <p>1 M. Deltoides ↳ mengangkat lengan sampai mendatar</p> <p>4 M. infraspinatus ↳ memutar lengan ke luar</p> <p>5 M. Teres minor ↳ memutar lengan ke luar</p> <p>6 M. Teres mayor ↳ memutar lengan ke dalam</p>	 <p>2 M. sub skapularis ↳ menengahkan dan memutar humerus ke depan</p> <p>M. supraspinatus ↳ mengangkat lengan</p>  <p>3 M. pectoralis major ↳ memutar lengan ke dalam dan tangan melalui dada, merapatkan lengan</p>
	<p>Otot dada</p>  <p>1 M. pectoralis mayor ↳ memutar lengan ke dalam dan tangan melalui dada, merapatkan lengan</p>	 <p>2 M. pectoralis minor, menaikan scapula, menaikan bahu.</p>

No	Keterangan	Pembahasan
3	 <p>M. serratus anterior ↳ origo di costae I-IX</p>	 <p>M. subclavius ↳ menepatkan claviculo humeri di sendi di sebelah costae, menepatkan sendi bahu ke bawah dan ke depan</p>
5	 <p>M. biceps brachii Caput longum</p>	 <p>M. triceps brachii Caput longum</p> <p>Fungsi: - ekstensi pada articulatio cubiti - ekstensi dan adduksi pada articulatio humeri</p>
6	 <p>Caput breve</p>	 <p>Caput mediale Caput laterale</p>
12	 <p>M. extensor carpi radialis longus</p>	<p>M. anconeus ↳ memperlebar buku dan mengencangkan sendi</p> <p>Regio Antebrachii</p>
13	 <p>M. extensor carpi radialis brevis</p>	<p>M. extensor carpi ulnaris</p> <p>Otot extensor digiti I M. extensor pollicis longus</p>
		 <p>Otot extensor digiti II-V M. extensor digiti minimi</p>

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

- M. Supinator
↳ untuk supinasi tangan 17
- M. flexor digitorum superficialis
↳ untuk fleksi digitii-v 18
- M. pronator quadratus
↳ untuk pronasi tangan 19
- M. flexor pollicis longus
↳ untuk fleksi digiti 20



- M. pronator teres
↳ flexi ringan di articulatio cubiti, pronasi 21
- M. flexor carpi radialis
↳ flexi dan abduksi di pergelangan tangan 22
- M. palmaris longus
↳ flexi ringan pada articulatio cubiti - fleksi palmar 23
- M. flexor carpi ulnaris
↳ fleksi dan adduksi di pergelangan tangan 24



- Dinding anterolateral abdomen
- M. obliquus externus abdominis 1
- M. obliquus internus abdominis 2
- M. transversus abdominis 3
- Dinding anterior abdomen
- M. rectus abdominis 4
- M. pyramidalis 5




- Dinding posterior abdomen
- M. quadratus lumborum 6
- M. iliocostalis 7
- M. psoas mayor
→ di dalam rongga panggul
→ mengangkat tungkai, ekstensi tungkai 8



- M. Trapezius
- Pars ascendens 9
- Pars descendens 11
- M. levator scapulae 12
- M. rhomboides minor 13
- M. rhomboides mayor 14



- Pars transversa 10
- M. latissimus dorsi 15

No	Keterangan	Pembahasan
	<p>Regio glutealis</p> <p>musculus gluteus maximus 1</p> <p>musculus gluteus medius 2</p> <p>musculus gluteus minimus 3</p>	
	<p>Ekstermitas inferior</p> <p>musculus rectus femoris 1</p> <p>musculus vastus intermedius 2</p> <p>musculus vastus medialis 3</p> <p>musculus vastus lateralis 4</p>	<p>musculus biceps femoris</p> <p>caput longum 5</p> <p>caput breve 6</p> <p>musculus sartorius 7</p> <p>musculus semi membraneus 8</p> 