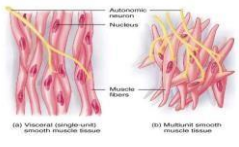
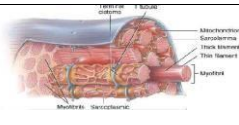
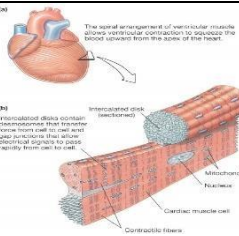
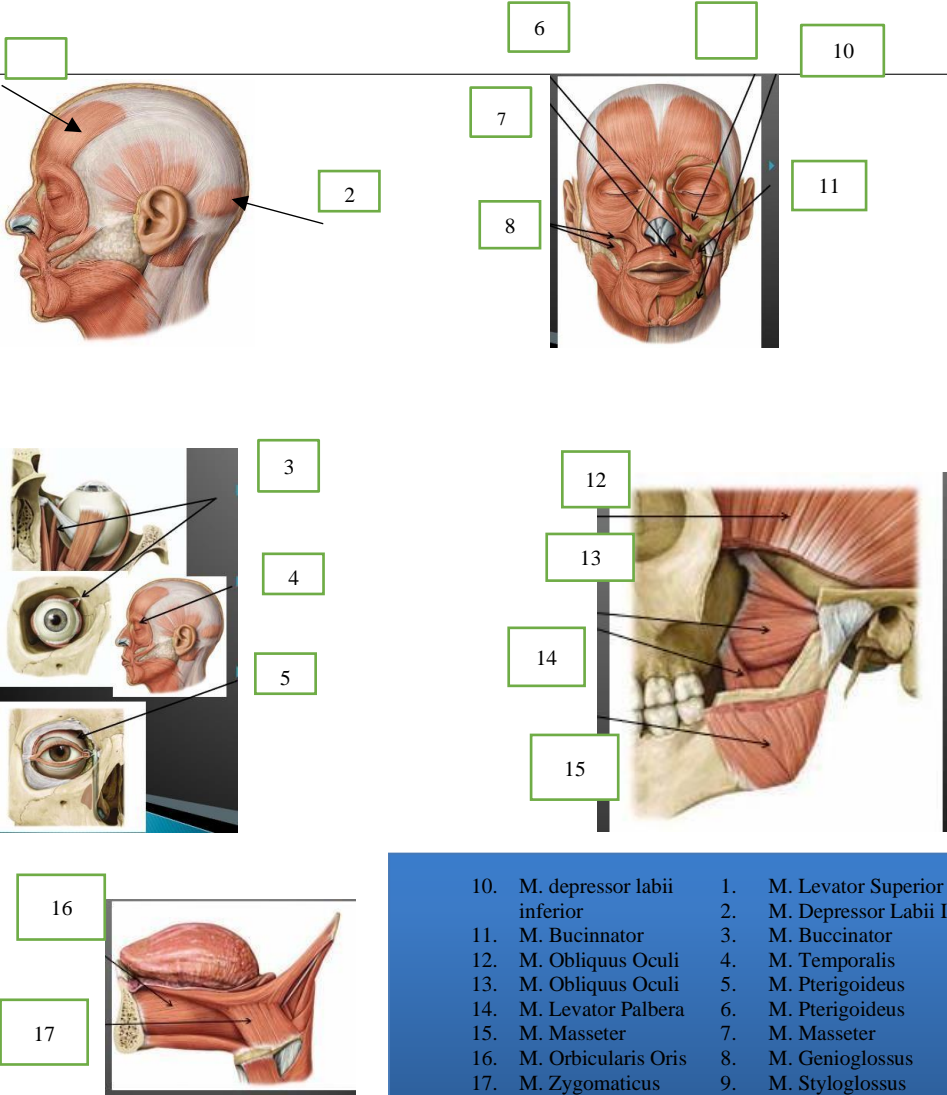
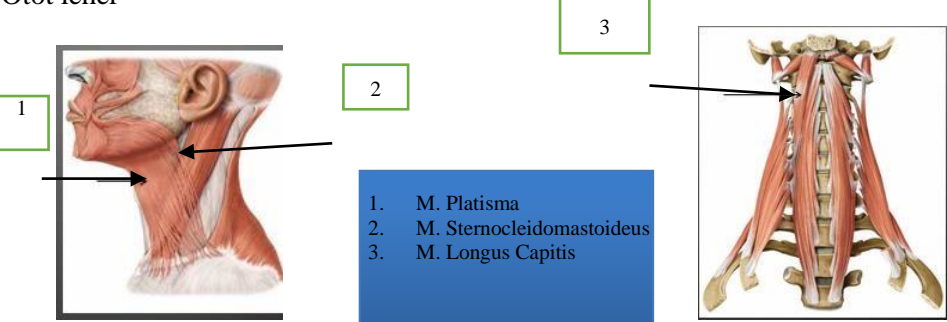




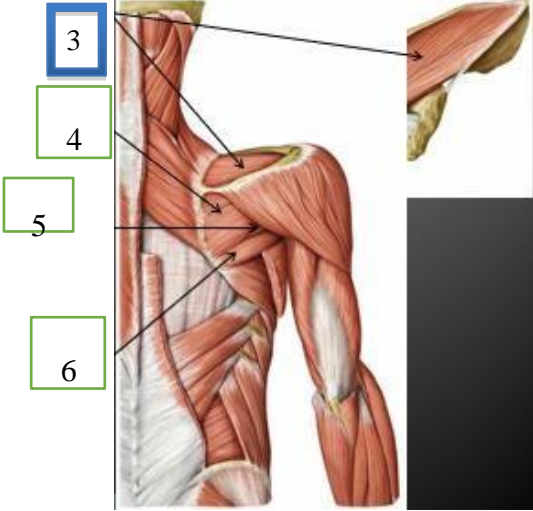
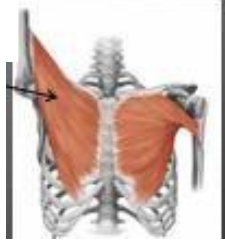

WORKSHEETS (LEMBAR KERJA)

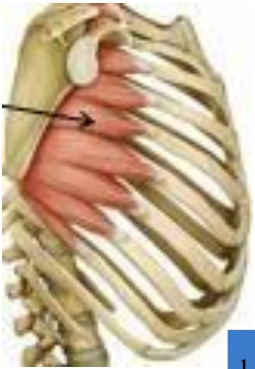
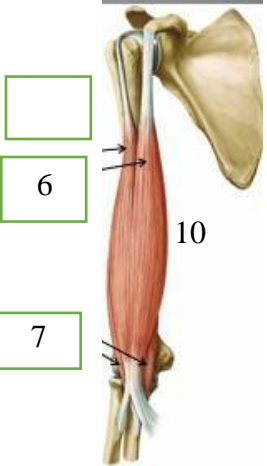


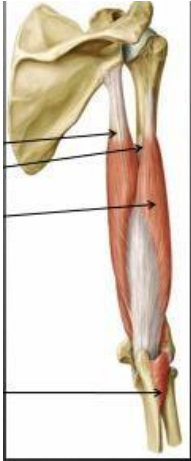
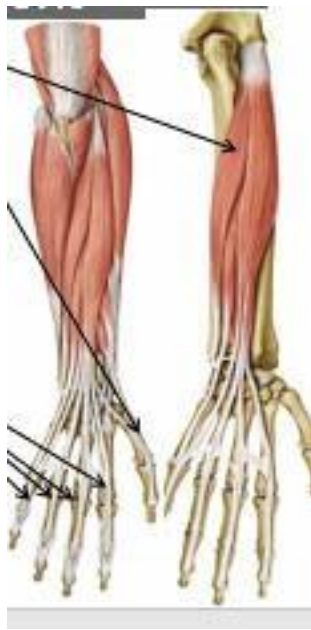
Mata Kuliah	: Anatomi
Materi	: Musculoskeletal
NIM>Nama Mahasiswa	: 2110101087/ Nabila Dela Alifa

No	Keterangan	Pembahasan
1	Sebutkan struktur otot rangka	<p>Makroskopik merupakan pernyataan sifat suatu ukuran yang dapat dilihat dengan menggunakan mata telanjang atau tanpa bantuan alat pembesar.</p> <p>Mikroskopik merupakan pernyataan sifat suatu ukuran yang hanya dapat dilihat dengan alat pembesar yakni mikroskop</p>
2	Jelaskan Axial musculature : melekat pada rangka aksial, memosisikan (kepala, tulang belakang) menggerakkan tulang iga, mencakup 60% otot rangka. Appendicular musculature : menstabilkan atau menggerakkan komponen rangka appendikular, mencakup 40% otot rangka tubuh.	
3	Sebutkan ciri ciri otot berikut 	<p>Gambar disamping merupakan otot polos : otot polos bekerja diluar kesadaran kita (tidak perlu digerakan otot ini akan bekerja dan bergerak sendiri), otot polos terletak diorgan dalam saluran pencernaan.</p>
4		<p>Gambar disamping merupakan otot lurik/rangka : otot lurik yang bekerja berdasarkan kemauan kita (misalkan kita mau mengambil sesuatu yaitu sesuat kemauan kita), otot lurik menempel di rangka seperti otot kaki, otot tangan.</p>
5	<p></p>	<p>Gambar disamping merupakan otot jantung : otot yang bekerja di bawah sadar.</p>
6	Jelaskan fungsi otot	<ol style="list-style-type: none"> 1. Menunjang mobilitas atau pergerakan yaitu membantu seseorang bisa bergerak. 2. Menjaga stabilitas tubuh dan melindungi tulang belakang. 3. Menjaga postur tubuh agar berada pada posisi yang benar saat duduk atau berdiri. 4. Menunjang sirkulasi darah yaitu membantu memompa darah ke seluruh tubuh. 5. Membantu sistem pernafasan. 6. Membantu proses pencernaan. 7. Melancarkan buang air kecil yaitu terdiri atas otot polos dan otot rangka. 8. Membantu proses melahirkan. 9. Menunjang kinerja indra penglihatan. 10. Melindungi organ yaitu organ bagian depan, samping, dan belakang. 11. Mengatur suhu tubuh yaitu menjaga suhu tetap normal.


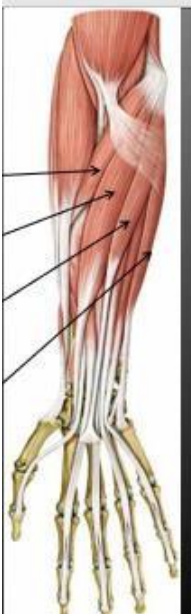
7	<p>Jelaskan otot antagonis dan contohnya</p> <p>Otot antagonis merupakan pasangan otot yang melakukan gerak berlawanan pada otot yang sedang berkontraksi.</p> <p>Contoh otot antagonis yaitu, otot bicep dan tricep dilengan bagian atas. Ketika otot bicep berkontraksi dan otot tricep berelaksasi, siku terlipat dan lengan bawah terangkat. Sebaliknya, ketika otot bicep relaksasi dan otot tricep berkontraksi, siku lurus dan lengan bawah turun. Jenis gerakan yang dihasilkan otot bicep dan tricep tersebut adalah gerakan ekstensor-fleksor. Jadi, otot bicep berperan sebagai otot fleksor karena kontraksinya membengkokkan lengan. Sementara itu, otot tricep adalah otot ekstensor karena kontraksinya meluruskan.</p> <p>Jelaskan otot sinergis dan contohnya :</p> <p>Otot sinergis merupakan pasangan otot yang kerjanya saling menunjang atau bekerja sama.</p> <p>Contoh otot sinergia yaitu, pronator teres dan pronator kuadratus. Rotasi (gerakan berputar), bila keduanya berkontraksi, telapak tangan akan menelungkup. Sedangkan sirkumduksi, gerakan ujung distal satu tulang membentuk satu lingkaran, sedangkan ujung proksimalnya tetap, seperti gerakan memutar satu lingkaran mengitari sendi bahu.</p>
---	--

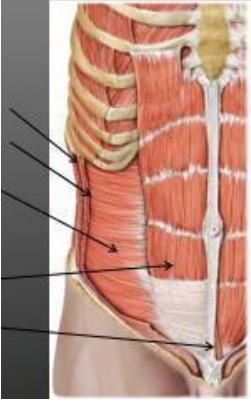
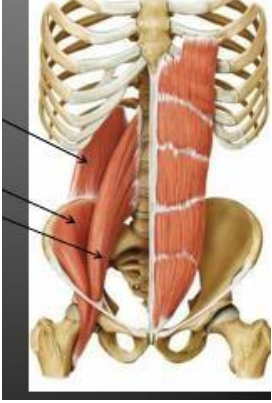
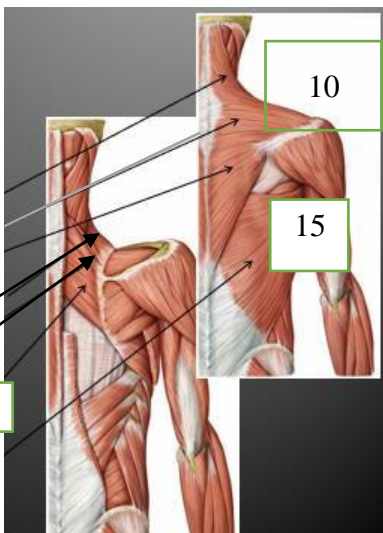
No	Keterangan	Pembahasan																		
8	<p>Otot wajah</p> 	<p>9</p> <table border="0"> <tr> <td>10. M. depressor labii inferior</td> <td>1. M. Levator Superior</td> </tr> <tr> <td>11. M. Buccinator</td> <td>2. M. Depressor Labii Inferior</td> </tr> <tr> <td>12. M. Obliquus Oculi</td> <td>3. M. Buccinator</td> </tr> <tr> <td>13. M. Obliquus Oculi</td> <td>4. M. Temporalis</td> </tr> <tr> <td>14. M. Levator Palpebra</td> <td>5. M. Pterigoideus</td> </tr> <tr> <td>15. M. Masseter</td> <td>6. M. Pterigoideus</td> </tr> <tr> <td>16. M. Orbicularis Oris</td> <td>7. M. Masseter</td> </tr> <tr> <td>17. M. Zygomaticus</td> <td>8. M. Genioglossus</td> </tr> <tr> <td></td> <td>9. M. Styloglossus</td> </tr> </table>	10. M. depressor labii inferior	1. M. Levator Superior	11. M. Buccinator	2. M. Depressor Labii Inferior	12. M. Obliquus Oculi	3. M. Buccinator	13. M. Obliquus Oculi	4. M. Temporalis	14. M. Levator Palpebra	5. M. Pterigoideus	15. M. Masseter	6. M. Pterigoideus	16. M. Orbicularis Oris	7. M. Masseter	17. M. Zygomaticus	8. M. Genioglossus		9. M. Styloglossus
10. M. depressor labii inferior	1. M. Levator Superior																			
11. M. Buccinator	2. M. Depressor Labii Inferior																			
12. M. Obliquus Oculi	3. M. Buccinator																			
13. M. Obliquus Oculi	4. M. Temporalis																			
14. M. Levator Palpebra	5. M. Pterigoideus																			
15. M. Masseter	6. M. Pterigoideus																			
16. M. Orbicularis Oris	7. M. Masseter																			
17. M. Zygomaticus	8. M. Genioglossus																			
	9. M. Styloglossus																			
9	<p>Otot leher</p> 	<table border="0"> <tr> <td>1. M. Platysma</td> </tr> <tr> <td>2. M. Sternocleidomastoideus</td> </tr> <tr> <td>3. M. Longus Capitis</td> </tr> </table>	1. M. Platysma	2. M. Sternocleidomastoideus	3. M. Longus Capitis															
1. M. Platysma																				
2. M. Sternocleidomastoideus																				
3. M. Longus Capitis																				


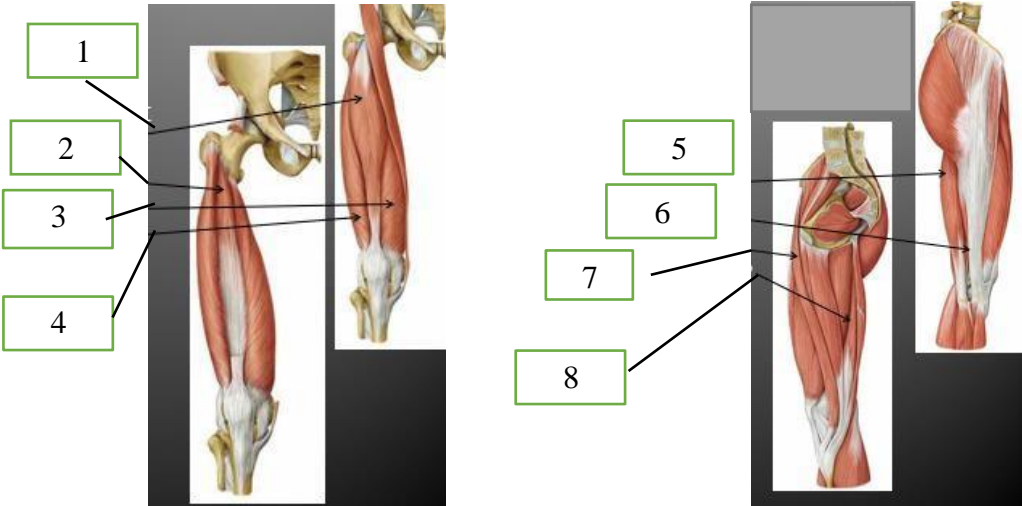
No	Keterangan	Pembahasan
10	<p>Otot bahu</p> 	<div style="background-color: #4a7ebb; color: white; padding: 10px; text-align: center;"> <ol style="list-style-type: none"> 1. M. Deltoideus 2. M. Sub Skapularis 3. M. Supraspinatus 4. M. Infraspinatus 5. M. Teres Minor 6. M. Teres Mayor </div>  
	<p>Otot dada</p> 	

No	Keterangan	Pembahasan
	  	   <div data-bbox="619 593 944 1288" style="background-color: #4a7ebb; color: white; padding: 10px;"> <ol style="list-style-type: none"> 1. M. Pectoralis Mayor 2. M. Pectoralis Minor 3. M. Serratus Anterior 4. M. Subclavius 5. M. Bicep Brachii 6. M. Bicep Brachii 7. M. Brachialis 8. M. Triceps Brachii 9. M. Triceps Brachii 10. M. Triceps Brachii 11. M. Anconeus 12. M. Extensor Carpi Radialis Longus 13. M. Extensor Carpi radialis brevis 14. M. Extensor Carpi Ulnaris 15. M. Extensor Policis Longus 16. M. Extensor digiti minimi </div>

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

	 <p>17</p> <p>18</p> <p>19</p> <p>20</p>	<div data-bbox="619 277 959 611" style="background-color: #4a7ebb; color: white; padding: 5px;"> <p>17. M. Supinator 18. M. Flexor Digitorum Superficialis 19. M. Pronator quadratus 20. M. Flexor Policis Longus 21. M. Pronator Teres 22. M. Flexor Carpi Radialis 23. M. Palmaris Longus 24. M. Flexor Carpi Ulnaris</p> </div>  <p>21</p> <p>22</p> <p>23</p> <p>24</p>
--	---	---

Regio abdomen	
 <p>1</p> <p>2</p> <p>3</p> <p>4</p> <p>5</p>	 <p>6</p> <p>7</p> <p>8</p>
 <p>9</p> <p>10</p> <p>11</p> <p>12</p> <p>13</p> <p>14</p> <p>15</p> <div data-bbox="1118 1357 1533 2078" style="background-color: #4a7ebb; color: white; padding: 10px;"> <ol style="list-style-type: none"> 1. M. Obliquus Externus abdominis 2. M. Obliquus Internus abdominis 3. M. Transversus Abdominis 4. M. Rectur Abdominis 5. M. Pyramidalis 6. M. Quadratus lumborum 7. M. Iliacus 8. M. Psoas mayor 9. M. Trapezius pars ascendans 10. M. Trapezius pars transversa 11. M. Trapezius pars descendans 12. M. Levator Scapulae 13. M. Rhomboideus minor 14. M. Rhoimboideus mayor 15. M. Larissimusdorsi </div>	

No	Keterangan	Pembahasan
	<p>Regio glutealis</p> <div style="background-color: #0056b3; color: white; padding: 10px; margin-top: 20px;"> <ol style="list-style-type: none"> 1. M. Gluteus maximus 2. M. Gluteus medius 3. M. Gluteus minimus </div>	
	<p>Ektermitas inferior</p>	

1. M. Rectus femoris
 2. M. Vastus intermedius
 3. M. Vastus medialis
 4. M. Vastus lateralis
 5. M. Biceps femoris Caput longum
 6. M. Biceps femoris Caput Breve
 7. M. Sartorius
 8. M. Semi Membraneus