

PENGUKURAN GERAK

Oleh : Euis Heryati

MMT (Manual Muscle Test)

- Mengukur kekuatan otot secara manual dengan menggunakan tangan tanpa alat khusus
- Caranya :

Penilaian hasil pengukuran kekuatan otot:

Derajat Kekuatan

5 - 100 % = N (Normal)

4 - 75 % = G (Good)

3 - 50 % = F (Fair)

2 - 25 % = P (Poor)

1 - 10 % = T (Trace)

0 - 0 % = 0 (Zero)

Cara Penilaian

- * Otot berkontraksi dg gerak sendi penuh pd bidang sagital dg tahanan gerak maksimal. Dan melawan vertikal, volume otot normal.
- * Otot berkontraksi dg gerak sendi penuh pd Gerak vertikal, melawan tahanan minimal.
- * Otot berkontraksi dg gerak sendi penuh pd Bidang vertikal, tanpa melawan tahanan.
- * Otot berkontraksi dg gerak sendi penuh atau Tdk penuh, pd bidang horizontal
- * Otot berkontraksi tanpa gerak sendi pd bid Horizontal dan perabaan dirasakan ada kon Traksi otot
- * Tidak ada gerak sendi dan kontraksi otot

MENGEVALUASI KEKUATAN DAN KELEMAHAN OTOT

Nilai 5
(Normal) Mengangkat dan bertahan
terhadap resistensi yang kuat



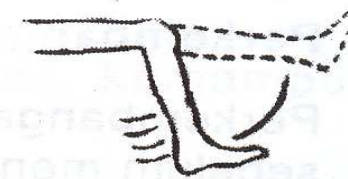
Nilai 4
(Baik) Mengangkat dan bertahan
terhadap sedikit resistensi



Nilai 3
(Cukup) Mengangkat beratnya
sendiri tetapi tidak lebih



Nilai 2
(Kurang) Tidak dapat mengangkat
berat tungkainya sendiri
tetapi bergerak dengan
baik tanpa pemberat apapun



Nilai 1
(Lemah) Hampir tak bergerak

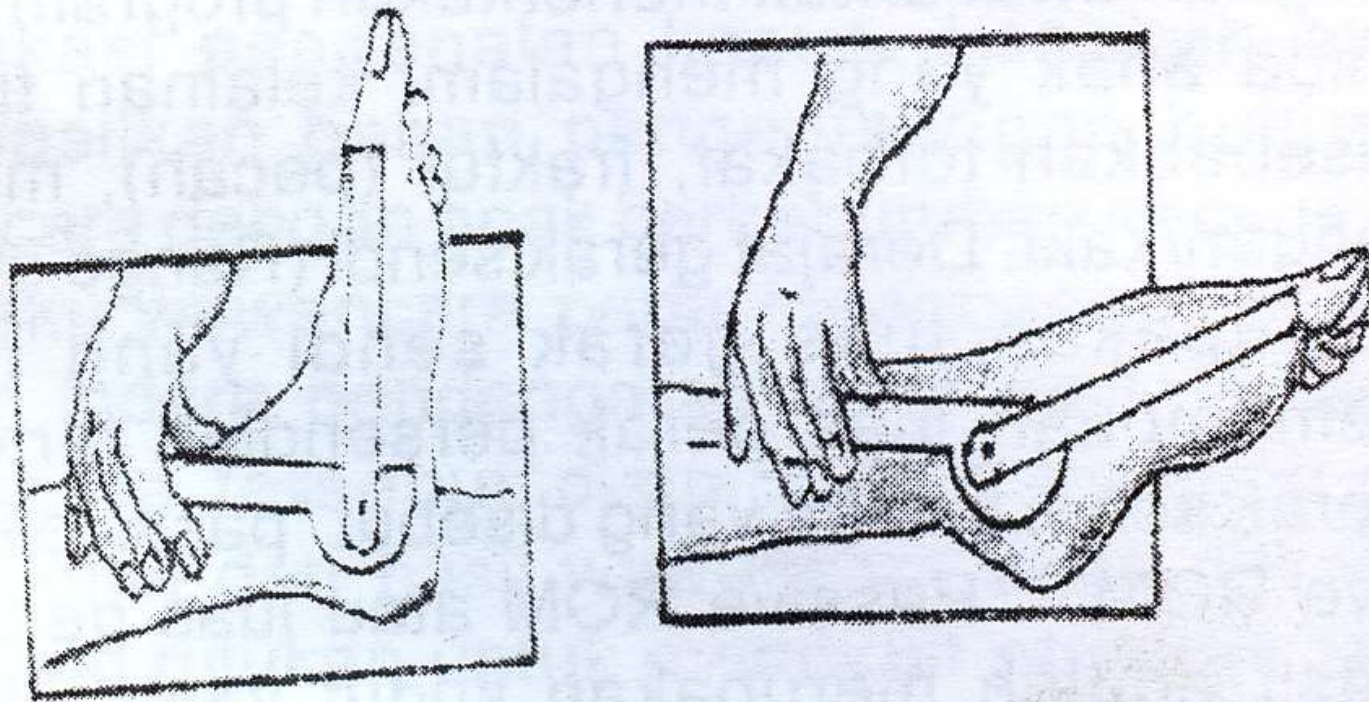


Nilai 0
(0) Tidak ada tanda gerakan



ROM (Range of Motion)

- Rentang sendi = LGS = lingkup gerak sendi
- Luas gerak sendi yang menunjukkan kemampuan luas gerak persendian tertentu
- Kualitas gerak sendi :
 - Passive ROM
 - Active ROM
- ROM diukur dengan menggunakan alat goniometer

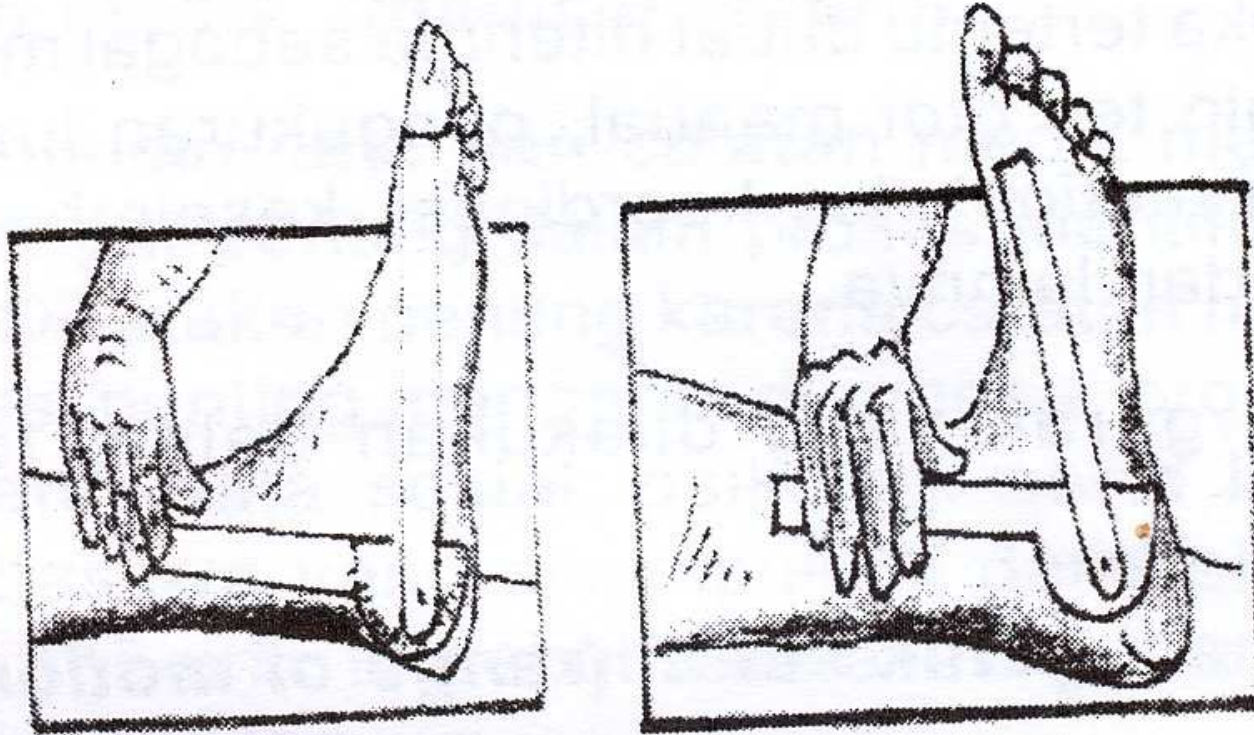


A

B

Gambar. 1.7 *Ankle plantar flexion.*

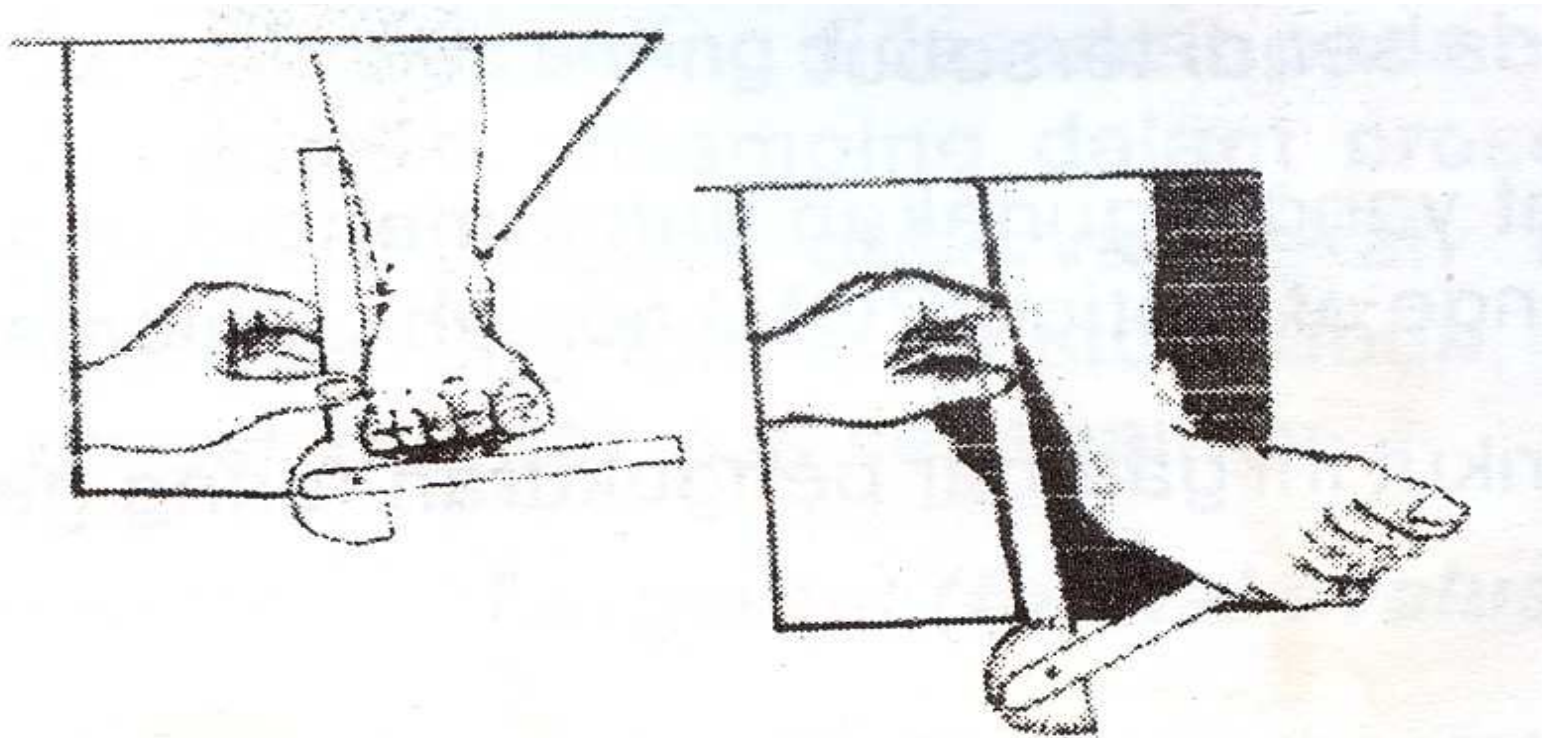
A. Posisi awal. B. Posisi akhir



A

B

Gambar. 1.6 *Ankle dorsifleksi.*
A. Posisi awal. B. Posisi akhir



Gambar. 1.8 *Inversi*.
A. Posisi awal. B. Posisi akhir

Penilaian Hasil Pengukuran Rentang Sendi

Derajat Fungsi

I = Normal

II = Good

III = Fair

IV = Poor

V = Trace

Rentang gerak sendi (ROM)

Gerak penuh tanpa hambatan (100 %)

Gerak tidak penuh (75 %)

Gerak tidak penuh ada hambatan (50 %)

Gerak ada hambatan (25 %)

Tidak ada gerak (0 %)