

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	Kurva tulang belakang.	13
Gambar 2.2	Kategori kifosis torakal dan lordosis lumbal.....	14
Gambar 2.3	Sudut inklinasi pelvic	16
Gambar 2.4	Penyimpangan postur	16
Gambar 2.5	Evaluasi nilai kurva torakal	17
Gambar 2.6	Sudut kurva torakal	18
Gambar 2.7	Grafik kurva kifosis torakal pada pria.....	19
Gambar 2.8	Grafik kurva kifosis torakal pada wanita.....	19
Gambar 2.9	Anatomi tulang belakang.....	23
Gambar 2.10	Diskus intervertebralis.....	27
Gambar 2.11	Anatomi otot paravertebra	34
Gambar 2.12	Postural Alignment	44
Gambar 2.13	Pemeriksaan Postur dengan <i>Plumb Line</i>	45
Gambar 2.14	Postur normal	45
Gambar 2.15	Pemeriksaan Postur dengan <i>Plumb Line 2</i>	49
Gambar 2.16	Mekanisme jarum jam pada <i>poor posture</i>	51
Gambar 2.17	<i>Upper crossed syndrome</i>	52
Gambar 2.18	Scapular retraction exercise	76
Gambar 2.19	<i>Pectoralis stretch exercise</i>	78
Gambar 2.20	<i>Brugger relief position exercise</i>	79

Gambar 2.21	<i>Extension trunk exercise</i>	80
Gambar 2.22	<i>Bird dog exercise</i>	81
Gambar 2.23	<i>Prone lying scapular exercise</i>	83
Gambar 2.24	<i>Isometric abdominal prone</i>	84
Gambar 2.25	<i>Supine lateral ball roll</i>	85
Gambar 2.26	<i>Stability ball back extension</i>	86
Gambar 2.27	<i>Squat</i>	88
Gambar 2.28	<i>Russian power twist</i>	89
Gambar 2.29	<i>Oblique medicine ball toss</i>	90
Gambar 2.30	Fisiologi <i>post isometric relaxation</i>	94
Gambar 2.31	Fisiologi <i>reciprocal inhibition</i>	95
Gambar 2.32	Mobilisasi ekstensi torakal menggunakan MET	111
Gambar 2.33	<i>Flexible ruler</i>	113
Gambar 2.34	Menandai proc.spinosus C7 dan T12	126
Gambar 2.35	Menempelkan flexible ruler	127
Gambar 2.36	Imajiner lengkungan kurva kifosis torakal	128
Gambar 2.37	Rumus perhitungan kurva kifosis.....	129