

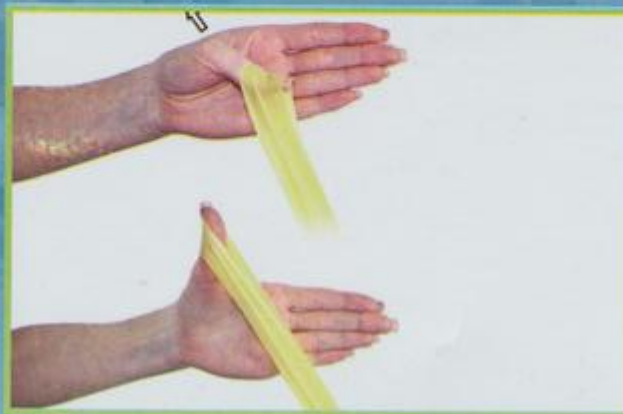
Power grip :

Dilakukan dengan meremas dan menekan bantalan bola.



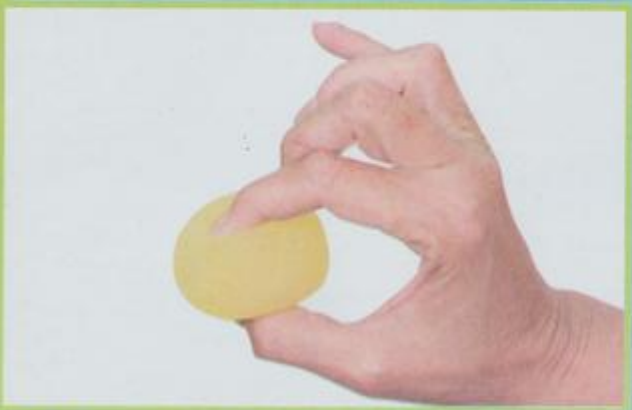
Thumb ekstension :

Menggulung bola ke arah atas dan bawah dengan ujung ibu jari.



Pinch :

Menjempit bola dengan ibu jari yang berada di bawah dan jari lainnya berada di atas •



Fleksi jari :

Memegang bola di telapak tangan dan menekan jari ke dalam bola



**RUMAH SAKIT OTAK
DR. Drs. M. HATTA BUKITTINGGI**

Jalan Jenderal Sudirman Bukittinggi
Telepon (0752) 21013 Faksimile (0752) 23431
Email : rsomh.bkt20@gmail.com

**OKUPASI TERAPI
Latihan Tangan (Hand Exercise)
yang bisa dilakukan di rumah**



MEDIA SOSIAL



www.rsomh.co.id



[rsomh_bukittinggi](https://www.instagram.com/rsomh_bukittinggi)



[RS Otak Hatta](https://www.facebook.com/RS.Otak.Hatta)



[Bukittinggirsomh](https://twitter.com/Bukittinggirsomh)



[RS. Otak DR. Drs. M. Hatta Bukittinggi](https://www.youtube.com/channel/UC...)



<https://yankes.kemendes.go.id>

Ekstensi jari :
Membuka jari-jari tangan.



Finger squeeze :
Menekan bola diantara dua jari.



Thumb roll :
Menggulung bola/benda kecil
memakai gerakan melingkar
di telapak tangan



Oposisi thumb :
Memutar bagian sisi bola ke sisi
telapak tangan memakai ibu jari.



oleh Okupasi Terapi RSOMH