***WORKSHEETS* (LEMBAR KERJA)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Mata Kuliah** | **:** | **Pemeriksaan Fisik pada masa Pra Konsepsi** |
| **Materi** | **:** | Mahasiswa mampu melakukan pemeriksaan  fisik pada masa pra konsepsi |
| **Nama Mahasiswa** | **:** | Fanny Rahmawaty |
| **NIM/ Kelompok Kelas** | **:** | A1 / 2010101008 |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **No** | **Konten** | **Keterangan/Tujuan Pemeriksaan** |
| 1 | Persiapan alat | 1. Tempat harus disiapkan dengan memperhatikan pasien safety 2. Alat yang disiapkan sesuai dengan kebutuhan 3. Sarung tangan 4. Alat pemeriksaan tanda vital (stetoskop, Tensimeter, thermometer) 5. Alat untuk antropometri (timbanngan dan mikrotoise, metlin) 6. Alat untuk pemeriksaan fisik  * Senter * Corong telinga * Speculum hidung * Kasa DTT, Kapas DTT * Bengkok * Pinset * Reflek hammer * Kertas tissue * Alat dan buku catatan |
|  | Pemeriksaan Fisik *Head*  *to Toe* |  |
| 2 | Memeriksa bagian kepala :  penyebaran rambut, kebersihan kepala, rontok | * Untuk mengetahui ada atau tidaknya rambut yang rontok * Untuk mengetahui kebersihan pada area kepala * Untuk mengetahui penyebaran rambut apakah rata atau tidak |
| 3 | Memeriksa bagian muka : adakah pucat, adakah oedem | * Untuk mengetahui muka terlihat pucat atau tidak * Untuk mengetahui ada edema atau tidak |
| 4 | Memeriksa bagian Mata | * Kelengkapan dan kesimetrisan mata * Adakah eksoftalmus (mata menonjol) atau Endofthalmus ( mata tenggelam ) * Kelopak mata/palpebra :adakah oedem,ptosis, peradangan, luka, atau benjolan * Bulu mata : rontok atau tidak * Konjunctiva : merah muda atau pucat * Sclera : adakah perubahan warna, kemerahan , kuning atau pucat. * Warna iris serta reaksi pupil terhadap cahaya, miosis /mengecil, midriasis/ melebar, pin point/kecil sekali, nomalnya isokor/pupil sama besar. * Kornea, warna merah biasanya karena peradangan, warna putih atau abu-abu di tepi kornea (arcus senilis), warna biru, hijau pengaruh ras. Amati kedudukan kornea * Nigtasmus : gerakan ritmis bola mata * Strabismus konvergent : kornea lebih dekat ke sudut mata medial, Strabismus devergent |
| 5 | Memeriksa bagian hidung : | * Bentuk tulang hidung dan posisi septum nasi (adakah pembengkokan atau tidak) * Meatus, adakah perdarahan, kotoran, pembengkakan, mukosa hidung, adakah pembesaran (polip) |
| 6 | Memeriksa bagian telinga | * Amati bagian teliga luar: bentuk, ukuran, warna, lesi, nyeri tekan, adakah peradangan, penumpukan serumen. * Palpasi:   Dengan otoskop periksa amati, warna, bentuk, transparansi, perdarahan, dan perforasi |
| 7 | Memeriksa bagian mulut dan faring | * Amati bibir, untuk mengetahui kelainan konginetal (labioscheisis, palatoscheisis, atau labiopalatoseisis), warna bibir pucat, atau merah, adakah lesi dan massa. * Amati gigi, gusi, dan lidah, adakah caries, kotoran, kelengkapan, gigi palsu, gingivitis, warna lidah, perdarahan dan abses. * Amati orofaring atau rongga mulut, bau mulut, uvula simetris atau tidak * Adakah pembesaran tonsil * Perhatikan suara klien ada perubahan atau tidak * Perhatikan adakah lendir dan benda asing atau tidak |
| 8 | Memeriksa bagian leher | * Bentuk leher simetris atau tidak, ektomorf/ kurus ditemukan pada orang dengan gizi jelek, atau TBC, sedangkan endomorf ditemukan pada klen obesitas, adakah peradangan,jaringan parut, perubahan warna, dan massa * Kelenjar tiroid, ada pembesaran atau tidak dengan meraba pada suprasternal pada saat klien menelan, normalnya tidak teraba kecuali pada aorang kurus * Vena jugularis, ada pembesaran atau tidak |
| 9 | Memeriksa bagian Payudara  Inspeksi | 1. Inspeksi   - Ukuran payudara, bentuk, dan kesimetrisan, dan adakah pembengkakan. Normalnya melingkar dan simetris dengan ukuran kecil, sedang atau besar.  - Kulit payudara, warna, lesi, vaskularisasi,oedema.  - Areola: Adakah perubahan warna, pada wanita hamil lebih gelap.  - Putting: Adakah cairan yang keluar, ulkus, pembengkakan  - Adakah pembesaran pada kelenjar limfe axillar dan clavikula   1. Palpasi   - Adakah secret dari putting, adakah nyri tekan, dan kekenyalan.  - Adakah benjolan massa atau tidak |
| 10 | Memeriksa bagain Abdomen Massa/benjolan, kesimetrisan bentuk abdomen, amati adanya  scar, strie, adakah nyeri | Untuk mengetahui Massa/benjolan, kesimetrisan bentuk abdomen, amati adanya scar, strie, adakah nyeri |
| 11 | Memeriksa Ekstremitas atas dan bawah :  Edema, varises , reflek patella | Edema, varises , reflek patella |
| 12 | Memeriksa Genatalia : | 1. Inspeksi   Kuantitas dan penyebaran pubis merata atau tidak. Amati adanya lesi, eritema, keputihan/candidiasis   1. Palpasi   Tarik lembut labia mayora dengan jari-jari oleh satu tangan untuk mengetahui keadaan clitoris, selaput dara, orifisium dan perineum, bartholinitis |
| 13 | Memeriksa Rektum dan Anus | 1. Posisi litotomi atau berbaring miring. 2. Inspeksi anus. kemungkinan terdapat hemoroid. 3. Palpasi kanul anus dan rektum |
| 14 | Memeriksa punggung | Periksa bentuk tulang belakang (Lordosis, Kifosis, Skoliosis) |