

## WORKSHEET

Mata kuliah	Pemeriksaan Fisik pada masa Pra Konsepsi
Materi	Mahasiswa mampu melakukan pemeriksaan fisik pada masa pra konsepsi
Nama	Galuh Candra Dewi
Nim / Kelas	2010101025 / A2

No	Konten	Keterangan / Tujuan Pemeriksaan
1.	Persiapan alat	<p>a. Tempat harus disiapkan dengan memperhatikan pasien safety</p> <p>b. Alat yang disiapkan sesuai dengan kebutuhan</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Sarung tangan</li> <li>2) Alat pemeriksaan tanda vital (stetoskop, tensimeter, thermometer)</li> <li>3) Alat untuk antropometri (timbangan dan mikrotoise, metlin)</li> <li>4) Alat untuk pemeriksaan fisik <ul style="list-style-type: none"> <li>- Senter</li> <li>- Corong telinga</li> <li>- Speculum hidung</li> <li>- Kasa DTT, Kapas DTT</li> <li>- Bengkok</li> <li>- Pinset</li> <li>- Reflek hammer</li> <li>- Kertas tissue</li> <li>- Alat dan buku catatan</li> </ul> </li> </ol>
	Pemeriksaan fisik head to toe	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Untuk mendapatkan informasi valid tentang kesehatan klien.</li> <li>2. Untuk mengidentifikasi atau mengkonfirmasi diagnose</li> </ol>
2.	Memeriksa bagian kepala :	Penyebaran rambut, kebersihan kepala, rontok
3.	Memeriksa bagian muka:	Adakah pucat, adakah oedem

4.	Memeriksa bagian mata	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Kelengkapan dan kesimetrisan mata</li> <li>b. Adakah eksoftalmus (mata menonjol) atau Endofthalmus ( mata tenggelam )</li> <li>c. Kelopak mata/palpebra : adakah oedem, ptosis, peradangan, luka, atau benjolan</li> <li>d. Bulu mata : rontok atau tidak</li> <li>e. Konjunctiva : merah muda atau pucat</li> <li>f. Sclera : adakah perubahan warna, kemerahan , kuning atau pucat.</li> <li>g. Warna iris serta reaksi pupil terhadap cahaya, miosis/ mengecil, midriasis/ melebar, pin point/kecil sekali, normalnya isokor/pupil sama besar.</li> <li>h. Kornea, warna merah biasanya karena peradangan, warna putih atau abu-abu di tepi kornea (arcus senilis), warna biru, hijau pengaruh ras. Amati kedudukan kornea.</li> <li>i. Nigtasmus : gerakan ritmis bola mata</li> <li>j. Strabismus konvergent : kornea lebih dekat ke sudut mata medial, Strabismus divergent</li> </ul>
5.	Memeriksa bagian hidung	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Bentuk tulang hidung dan posisi septum nasi (adakah pembengkokan atau tidak)</li> <li>b. Meatus, adakah perdarahan, kotoran, pembengkakan, mukosa hidung, adakah pembesaran (polip)</li> </ul>
6.	Memeriksa bagian telinga	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Amati bagian teliga luar: bentuk, ukuran, warna, lesi, nyeri tekan, adakah peradangan, penumpukan serumen.</li> <li>b. Palpasi: Dengan otoskop periksa amati, warna, bentuk, transparansi, perdarahan, dan perforasi.</li> </ul>
7.	Memeriksa bagian mulut dan faring	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Amati bibir, untuk mengetahui kelainan konginetal (labioscheisis, palatoscheisis, atau labiopalatoscheisis), warna bibir pucat, atau merah, adakah lesi dan massa.</li> <li>b. Amati gigi, gusi, dan lidah, adakah caries, kotoran, kelengkapan, gigi palsu, gingivitis, warna lidah,</li> </ul>

		<p>perdarahan dan abses.</p> <p>c. Amati orofaring atau rongga mulut, bau mulut, uvula simetris atau tidak</p> <p>d. Adakah pembesaran tonsil</p> <p>e. Perhatikan suara klien ada perubahan atau tidak</p> <p>f. Perhatikan adakah lendir dan benda asing atau tidak</p>
8.	Memeriksa bagian leher	<p>a. Bentuk leher simetris atau tidak, ektomorf/ kurus ditemukan pada orang dengan gizi jelek, atau TBC, sedangkan endomorf ditemukan pada klien obesitas, adakah peradangan, jaringan parut, perubahan warna, dan massa</p> <p>b. Kelenjar tiroid, ada pembesaran atau tidak dengan meraba pada suprasternal pada saat klien menelan, normalnya tidak teraba kecuali pada orang kurus</p> <p>c. Vena jugularis, ada pembesaran atau tidak</p>
9.	Memeriksa bagian payudara inspeksi	<p>a. Inspeksi</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Ukuran payudara, bentuk, dan kesimetrisan, dan adakah pembengkakan. Normalnya melingkar dan simetris dengan ukuran kecil, sedang atau besar.</li> <li>2) Kulit payudara, warna, lesi, vaskularisasi, oedema.</li> <li>3) Areola: Adakah perubahan warna, pada wanita hamil lebih gelap.</li> <li>4) Putting: Adakah cairan yang keluar, ulkus, pembengkakan</li> <li>5) Adakah pembesaran pada kelenjar limfe axillar dan clavikula</li> </ol> <p>b. Palpasi</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Adakah secret dari putting, adakah nyeri tekan, dan kekenyalan.</li> <li>2) Adakah benjolan massa atau tidak</li> </ol>
10.	Memeriksa bagian Abdomen	<p>Massa/benjolan, kesimetrisan bentuk abdomen, amati adanya scar, striae, adakah nyeri</p>

11.	Memeriksa Ekstremitas atas dan bawah :	Edema, varises , reflek patella
12.	Memeriksa genitalia	<p>a. Inspeksi</p> <p>Kuantitas dan penyebaran pubis merata atau tidak. Amati adanya lesi, eritema, keputihan/candidiasis</p> <p>b. Palpasi</p> <p>Tarik lembut labia mayora dengan jari-jari oleh satu tangan untuk mengetahui keadaan clitoris, selaput dara, orifisium dan perineum, bartholinitis</p>
13.	Memeriksa rectum dan anus	<p>a) Posisi litotomi atau berbaring miring.</p> <p>b) Inspeksi anus. kemungkinan terdapat hemoroid.</p> <p>c) Palpasi kanul anus dan rektum</p>
14.	Memeriksa punggung	Periksa bentuk tulang belakang (Lordosis, Kifosis, Skoliosis)