

WORKSHEET

Mata kuliah	Pemeriksaan Fisik pada masa Pra Konsepsi
Materi	Mahasiswa mampu melakukan pemeriksaan fisik pada masa pra konsepsi
Nama	Diyas Indah Pakerti
Nim / Kelas	2010101024/ 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>- Reflekhammer</li> <li>- Kertas tissue</li> <li>- Alat dan buku catatan</li> </ul> </li> </ol>
	Pemeriksaan fisik head to toe	<p>Untuk mendapatkan informasi valid tentang kesehatan klien</p> <p>Untuk mengidentifikasi atau mengkonfirmasi diagnose</p>
2.	Memeriksa bagian kepala :	penyebaran rambut, kebersihan kepala, rontok
3.	Memeriksa bagian muka :	adakah pucat, adakah oedem
4.	Memeriksa bagian mata	<ol style="list-style-type: none"> <li>a. Kelengkapan dan kesimetrisan mata</li> <li>b. Adakah eksoftalmus (mata menonjol) atau Endoftalmus</li> <li>c. ( mata tenggelam )</li> <li>d. Kelopak mata/palpebra : adakah oedem, ptosis,</li> <li>e. peradangan, luka, atau benjolan</li> <li>f. Bulu mata : rontok atau tidak</li> <li>g. Konjunctiva : merah muda atau pucat</li> </ol>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>h. Sclera : adakah perubahan warna, kemerahan , kuning</li> <li>i. atau pucat.</li> <li>j. Warna iris serta reaksi pupil terhadap cahaya, miosis</li> <li>k. /mengecil, midriasis/ melebar, pinpoint/kecil sekali,</li> <li>l. normalnya isokor/pupil sama besar.</li> <li>m. h. Kornea, warna merah biasanya karena peradangan,</li> <li>n. warna putih atau abu-abu di tepi kornea (arcussenilis),</li> <li>o. warna biru, hijau pengaruh ras. Amati kedudukan kornea</li> <li>p. Nigtasmus : gerakan ritmis bola mata</li> <li>q. j. Strabismuskonvergent : kornea lebih dekat ke sudut</li> <li>r. mata medial, Strabismusdevergent</li> </ul>
5.	Memeriksabagianhidung	<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.	Memeriksabagiantelinga	<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.	Memeriksabagianmulut dan faring	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Amati bibir, untuk mengetahui kelainan konginetal (labioscheisis, palatoscheisis, atau labiopalatoseisis), 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, perdarahan dan abses.</li> <li>c. Amati orofaring atau rongga mulut, bau mulut, uvula simetris atau tidak</li> <li>d. Adakah pembesaran tonsil</li> <li>e. Perhatikan suara klien ada perubahan atau tidak</li> <li>f. Perhatikan adakah lendir dan benda asing atau tidak</li> </ul>
8.	Memeriksabagianleher	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. 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</li> </ul>

		<p>b. Kelenjar tiroid, ada pembesaran atau tidak dengan meraba pada suprasternal pada saat klien menelan, normalnya tidak teraba kecuali pada aorang 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) Puting: 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 puting, adakah nyeri tekan, dan kekenyalan.</li> <li>2) Adakah benjolan massa atau tidak</li> </ol>
10.	Memeriksa bagian Abdomen	Massa/benjolan, kesimetrisan bentuk abdomen, amati adanya scar, striae, adakah nyeri
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 labiamayora dengan jari-jari oleh satu tangan untuk mengetahui keadaan clitoris, selaput dara, orifisium dan perineum, bartholinitis</p>
13.	Memeriksa rectum dan anus	<ol style="list-style-type: none"> <li>a) Posisi litotomi atau berbaring miring.</li> <li>b) Inspeksi anus. kemungkinan terdapat hemoroid.</li> <li>c) Palpasi kanul anus dan rektum</li> </ol>
14.	Memeriksa punggung	Periksa bentuk tulang belakang (Lordosis, Kifosis, Skoliosis)