

WORKSHEETS (LEMBAR KERJA)

Mata Kuliah	:	Pemeriksaan Fisik pada masa Pra Konsepsi
Materi	:	Mahasiswa mampu melakukan pemeriksaan fisik pada masa pra konsepsi
Nama Mahasiswa	:	Mifta Arsyah Harsendi
NIM/ Kelompok Kelas	:	2010101009/ A1

No	Konten	Keterangan/Tujuan Pemeriksaan
1	Persiapan alat	1) Sarung tangan 2) Alat pemeriksaan tanda vital (stetoskop, Tensimeter, thermometer) 3) Alat untuk antropometri (timbangan dan mikroskop, metlin) 4) Alat untuk pemeriksaan fisik - Senter - Corong telinga - Speculum hidung- Kasa DTT, Kapas DTT - Bengkok - Pinset - Reflek hammer - Kertas tissue - Alat dan buku catatan
	<i>Pemeriksaan Fisik Head to Toe</i>	
2	Memeriksa bagian kepala : penyebaran rambut, kebersihan kepala, rontok	penyebaran rambut, kebersihan, kepala, rontok
3	Memeriksa bagian muka : adakah pucat, adakah oedem	adakah pucat, adakah oedem
4	Memeriksa bagian Mata	a. Kelengkapan dan kesimetrisan mata b. Adakah eksoftalmus (mata menonjol) atau Endo fthalmus (mata tenggelam) c. Kelopakmata/palpebra: adakah oedem, ptosis, peradangan, luka, atau benjolan d. Bulu mata : rontok atau tidak e. Konjunctiva : merah muda atau pucat f. Sclera : adakah perubahan warna, kemerahan, kuning atau pucat. g. Warna iris serta reaksi pupil terhadap cahaya, miosis /mengecil, midriasis/ melebar, pin point/kecil sekali, normalnya isokor/pupil sama besar. h. Kornea, warna merah biasanya karena peradangan, warna putih atau abu-abu di tepi kornea (arcus senilis), warnabiru, hijau pengaruh ras. Amati kedudukan kornea

		<p>i. Nigtasmus : gerakan ritmis bola mata</p> <p>j. Strabismus konvergent : kornea lebih dekat ke sudut mata medial, Strabismus devertent</p>
5	Memeriksa bagian hidung :	<p>a. Bentuk tulang hidung dan posisi septum nasi (adakah pembengkokan atau tidak)</p> <p>b. Meatus, adakah perdarahan, kotoran, pembengkakan, mukosa hidung, adakah pembesaran (polip)</p>
6	Memeriksa bagian telinga	<p>a. Amati bagian teliga luar: bentuk, ukuran, warna, lesi, nyeri tekan, adakah peradangan, penumpukan serumen.</p> <p>b. Palpasi: Dengan otoskop periksa amati, warna, bentuk, transparansi, perdarahan, dan perforasi.</p>
7	Memeriksa bagian mulut dan faring	<p>a. Amati bibir, untuk mengetahui kelainan konginetal (labioscheisis, palatoscheisis, atau labiopalatoseisis), warna bibir pucat, atau merah, adakah lesi dan massa.</p> <p>b. Amati gigi, gusi, dan lidah, adakah caries, kotoran, k elengkapan, gigi palsu, gingivitis, warna lidah, 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 klen 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 aorang kurus</p> <p>c. Vena jugularis, ada pembesaran atau tidak</p>
9	Memeriksa bagian Payudara Inspeksi	<p>a. Inspeksi</p> <p>1) Ukuran payudara, bentuk, dan kesimetrisan, dan adakah pembengkakan. Normalnya melingkar dan simetris dengan ukuran kecil, sedang atau besar.</p> <p>2) Kulit payudara, warna, lesi, vaskularisasi, oedema.</p> <p>3) Areola: Adakah perubahan warna, pada wanita hamil</p>

		<p>lebih gelap.</p> <p>4) Putting: Adakah cairan yang keluar, ulkus, pembengkakan</p> <p>5) Adakah pembesaran pada kelenjar limfe axillar dan clavikula</p> <p>b. Palpasi</p> <p>1) Adakah secret dari putting, adakah nyri tekan, dan kekenyalan.</p> <p>2) Adakah benjolan massa atau tidak</p>
10	Memeriksa bagain Abdomen Massa/benjolan, kesimetrisan bentuk abdomen, amati adanya scar, striae, adakah nyeri	Massa/benjolan, kesimetrisan bentuk abdomen, amati adanya scar, striae, adakah nyeri
11	Memeriksa Ekstremitas atas dan bawah : Edema, varises , reflek patella	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 Rektum 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)