

WORKSHEET

Mata kuliah	Pemeriksaan Fisik pada masa Pra Konsepsi
Materi	Mahasiswa mampu melakukan pemeriksaan fisik pada masa pra konsepsi
Nama	Anggy Selviana Devi
Nim / Kelas	2010101026 / 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> <p>1) Sarung tangan</p> <p>2) Alat pemeriksaan tanda vital (stetoskop, Tensimeter, thermometer)</p> <p>3) Alat untuk antropometri (timbangan dan mikrotoise, metlin)</p> <p>4) Alat untuk pemeriksaan fisik</p> <ul style="list-style-type: none"> - Senter - Corong telinga - Speculum hidung - Kasa DTT, Kapas DTT - Bengkok - Pinset - Reflek hammer - Kertas tissue - Alat dan buku catatan
	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	<p>a. Kelengkapan dan kesimetrisan mata</p> <p>b. Adakah eksoftalmus (mata menonjol) atau Endofthalmus</p> <p>c. (mata tenggelam)</p> <p>d. Kelopak mata/palpebra : adakah oedem, ptosis,</p> <p>e. peradangan, luka, atau benjolan</p> <p>f. Bulu mata : rontok atau tidak</p> <p>g. Konjunctiva : merah muda atau pucat</p> <p>h. Sclera : adakah perubahan warna, kemerahan , kuning</p> <p>i. atau pucat.</p> <p>j. Warna iris serta reaksi pupil terhadap cahaya, miosis</p>

		<p>k. /mengecil, midriasis/ melebar, pin point/kecil sekali,</p> <p>l. normalnya isokor/pupil sama besar.</p> <p>m. h. Kornea, warna merah biasanya karena peradangan,</p> <p>n. warna putih atau abu-abu di tepi kornea (arcus senilis),</p> <p>o. warna biru, hijau pengaruh ras. Amati kedudukan kornea</p> <p>p. Nistagmus : gerakan ritmis bola mata</p> <p>q. j. Strabismus konvergent : kornea lebih dekat ke sudut</p> <p>r. mata medial, Strabismus divergent</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 telinga 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 labiopalatoscheisis), warna bibir pucat, atau merah, adakah lesi dan massa.</p> <p>b. Amati gigi, gusi, dan lidah, adakah caries, kotoran, kelengkapan, 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 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"> 1) Ukuran payudara, bentuk, dan kesimetrisan, dan adakah pembengkakan. Normalnya melingkar dan simetris dengan ukuran kecil, sedang atau besar. 2) Kulit payudara, warna, lesi, vaskularisasi, oedema. 3) Areola: Adakah perubahan warna, pada wanita hamil lebih gelap.

		<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 nyeri 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
11.	Memeriksa Ekstremitas atas dan bawah :	Edema, varises , reflek patella
12.	Memeriksa genetalia	<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)