

WORKSHEET (LEMBAR KERJA)

Mata Kuliah	Pemeriksaan Fisik Pada Masa Pra Konsepsi
Materi	Mahasiswa mampu melakukan pemeriksaan fisik pada masa pra konsepsi
Nama Mahasiswa	Dewi Yanti
NIM / Kelompok Kelas	2010101014 / A2

No	Konten	Keterangan / Tujuan Pemeriksaan
1.	Perisapan Alat	<p>Persiapan Tempat dan alat</p> <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"> 1) Sarung tangan 2) Alat pemeriksaan tanda vital (stetoskop, Tensimeter, thermometer) 3) Alat untuk antropometri (timbangan dan mikrotoise, mellin) 4) Alat untuk pemeriksaan fisik <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
	<i>Pemeriksaan Fisik Head to Toe</i>	
2.	Memeriksa bagian kepala : penyebaran rambut, kebersihan kepala, rontok	Tujuannya mengetahui karakteristik rambut, mengetahui kelainan pada rambut, kebersihan kepala, penyebaran rontok
3.	Memeriksa bagian muka : adakah pucat, adakah oedem	Memeriksa apakah terlihat pucat atau oedem
4.	Memeriksa bagian mata	<p>Tujuannya mengetahui bentuk dan fungsi mata dan mengetahui adanya kelainan pada mata.</p> <p>a. Kelengkapan dan kesimetrisan mata</p> <p>b. Adakah eksoftalmus (mata menonjol) atau Endofthalmus (mata tenggelam)</p> <p>c. Kelopak mata/palpebra : adakah oedem, ptosis, peradangan, luka, atau benjolan</p>

		<p>d. Bulu mata : rontok atau tidak</p> <p>e. Konjunctiva : merah muda atau pucat</p> <p>f. Sclera : adakah perubahan warna, kemerahan , kuning atau pucat.</p> <p>g. Warna iris serta reaksi pupil terhadap cahaya, miosis /mengecil, midriasis/ melebar, pin point/kecil sekali, normalnya isokor/pupil sama besar.</p> <p>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</p> <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>Tujuannya untuk mengetahui bentuk dan Memeriksa bagian telinga fungsi hidung dan menentukan kesimetrisan struktur dan adanya inflamasi atau infeksi</p> <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>Tujuannya untuk mengetahui keadaan telinga luar, saluran telinga, gendang telinga, dan fungsi pendengaran serta mengetahui adanya kelainan pada telinga.</p> <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>Tujuannya untuk mengetahui bentuk kelainan mulut.</p> <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, 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>Tujuannya menentukan struktur integritas leher. Mengetahui bentuk leher serta organ yang berkaitan. Memeriksa system limfatik.</p> <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>Bertujuan untuk mengetahui adanya masa atau ketidakteraturan dalam jaringan payudara. Mendeteksi awal adanya kanker payudara.</p> <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 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 bagian Abdomen Massa/ benjolan, kesimetrisan bentuk abdomen, amati adanya scar, striae, adakah nyeri	<p>Bertujuan untuk mengetahui bentuk dan gerakan-gerakan perut, mendengarkan suara peristaltik usus, meneliti tempat nyeri tekan, organ-organ dalam rongga perut benjolan dalam perut.</p>
11.	Memeriksa Ekstremitas atas dan bawah : Edema, varises, reflek patella	<p>Untuk mengetahui Edema, varises , reflek patella</p>
12.	Memeriksa Genitalia :	<p>Tujuan untuk melihat dan mengetahui organ organ yang termasuk dalam genitalia serta mengetahui adanya abnormalitas pada genitalia, misalnya varises, edema, tumor atau benjolan, infeksi, luka, atau iritasi, pengeluaran cairan atau darah dan sebagainya. Melakukan perawatan genitalia.</p>

		<p>Mengetahui kemajuan proses persalinan pada ibu hamil atau persalinan</p> <p>a. Inspeksi Kuantitas dan penyebaran pubis merata atau tidak. Amati adanya lesi, eritema, keputihan/candidiasis</p> <p>b. Palpasi 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>Untuk melihat kemungkinan terdapat hemoroid atau tidak</p> <p>a) Posisi litotomi atau berbaring miring.</p> <p>b) Inspeksi anus. kemungkinan terdapat hemoroid.</p> <p>c) Palpasi kanul anus dan rectum</p>
14.	Memeriksa punggung	Periksa bentuk tulang belakang (Lordosis, Kifosis, Skoliosis)