

WORKSHEETS (LEMBAR KERJA)

Mata Kuliah	: Pemeriksaan Fisik pada masa Pra Konsepsi
Materi	: Mahasiswa mampu melakukan pemeriksaan fisik pada masa pra konsepsi
Nama Mahasiswa	: Fanny Rahmawaty
NIM/ Kelompok Kelas	: A1 / 2010101008

No	Konten	Keterangan/Tujuan Pemeriksaan
1	Persiapan alat	<ol style="list-style-type: none"> 1. Tempat harus disiapkan dengan memperhatikan pasien safety 2. Alat yang disiapkan sesuai dengan kebutuhan <ol style="list-style-type: none"> a. Sarung tangan b. Alat pemeriksaan tanda vital (stetoskop, Tensimeter, thermometer) c. Alat untuk antropometri (timbangan dan mikrotoise, metlin) d. 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	<ul style="list-style-type: none"> - Untuk mengetahui ada atau tidaknya rambut yang rontok - Untuk mengetahui kebersihan pada area kepala - Untuk mengetahui penyebaran rambut apakah rata atau tidak
3	Memeriksa bagian muka : adakah pucat, adakah oedem	<ul style="list-style-type: none"> - Untuk mengetahui muka terlihat pucat atau tidak - Untuk mengetahui ada edema atau tidak
4	Memeriksa bagian Mata	<ul style="list-style-type: none"> - Kelengkapan dan kesimetrisan mata - Adakah eksoftalmus (mata menonjol) atau Endofthalmus (mata tenggelam) - Kelopak mata/palpebra :adakah oedem,ptosis, peradangan, luka, atau benjolan - Bulu mata : rontok atau tidak - Konjunctiva : merah muda atau pucat - Sclera : adakah perubahan warna, kemerahan , kuning atau pucat. - Warna iris serta reaksi pupil terhadap cahaya, miosis /mengecil, midriasis/ melebar, pin point/kecil sekali, normalnya

		<p>isokor/pupil sama besar.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kornea, warna merah biasanya karena peradangan, warna putih atau abu-abu di tepi kornea (arcus senilis), warna biru, hijau pengaruh ras. Amati kedudukan kornea - Nigtasmus : gerakan ritmis bola mata - Strabismus konvergent : kornea lebih dekat ke sudut mata medial, Strabismus devertent
5	Memeriksa bagian hidung :	<ul style="list-style-type: none"> - Bentuk tulang hidung dan posisi septum nasi (adakah pembengkokan atau tidak) - Meatus, adakah perdarahan, kotoran, pembengkakan, mukosa hidung, adakah pembesaran (polip)
6	Memeriksa bagian telinga	<ul style="list-style-type: none"> - Amati bagian teliga luar: bentuk, ukuran, warna, lesi, nyeritekan, adakah peradangan, penumpukan serumen. - Palpasi: Dengan otoskop periksa amati, warna, bentuk, transparansi, perdarahan, dan perforasi
7	Memeriksa bagian mulut dan faring	<ul style="list-style-type: none"> - Amati bibir, untuk mengetahui kelainan konginetal (labioscheisis, palatoscheisis, atau labiopalatoseisis), warna bibir pucat, atau merah, adakah lesi dan massa. - Amati gigi, gusi, dan lidah, adakah caries, kotoran, kelengkapan, gigi palsu, gingivitis, warna lidah, perdarahan dan abses. - Amati orofaring atau rongga mulut, bau mulut, uvula simetris atau tidak - Adakah pembesaran tonsil - Perhatikan suara klien ada perubahan atau tidak - Perhatikan adakah lendir dan benda asing atau tidak
8	Memeriksa bagian leher	<ul style="list-style-type: none"> - 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 - Kelenjar tiroid, ada pembesaran atau tidak dengan meraba pada suprasternal pada saat klien menelan, normalnya tidak teraba kecuali pada aorang kurus - Vena jugularis, ada pembesaran atau tidak
9	Memeriksa bagian Payudara Inspeksi	<p>a. Inspeksi</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ukuran payudara, bentuk, dan kesimetrisan, dan adakah pembengkakan. Normalnya melingkar dan simetris dengan ukuran kecil, sedang atau besar. - Kulit payudara, warna, lesi,

		<p>vaskularisasi, oedema.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Areola: Adakah perubahan warna, pada wanita hamil lebih gelap. - Puting: Adakah cairan yang keluar, ulkus, pembengkakan - Adakah pembesaran pada kelenjar limfe axillar dan clavikula <p>b. Palpasi</p> <ul style="list-style-type: none"> - Adakah secret dari puting, adakah nyeri tekan, dan kekenyalan. - Adakah benjolan massa atau tidak
10	Memeriksa bagain Abdomen Massa/benjolan, kesimetrisan bentuk abdomen, amati adanya scar, striae, adakah nyeri	Untuk mengetahui 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)