

**WORKSHEETS (LEMBAR KERJA)**

<b>Mata Kuliah</b>	<b>: Pemeriksaan Fisik pada masa Pra Konsepsi</b>
<b>Materi</b>	<b>: Mahasiswa mampu melakukan pemeriksaan fisik pada masa pra konsepsi</b>
<b>Nama Mahasiswa</b>	<b>: Qoni Hikaya</b>
<b>NIM/ Kelompok Kelas</b>	<b>: 2010101057/A5</b>

<b>No</b>	<b>Konten</b>	<b>Keterangan/Tujuan Pemeriksaan</b>
1	Persiapan alat	<p>Persiapan Tempat dan alat</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Tempat harus disiapkan dengan memperhatikan pasien safety</li> <li>b. Alat yang disiapkan sesuai dengan kebutuhan                             <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>- Reflek hammer</li> <li>- Kertas tissue</li> </ul> </li> </ol> </li> </ol> <p>Alat dan buku catatan</p>
	<i>Pemeriksaan Fisik Head to Toe</i>	
2	Memeriksa Keadaan umum dan kesadaran	<p>Memeriksa Antropometri :</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Tinggi badan</li> <li>b. Berat badan</li> <li>c. LILA</li> </ol> <p>Memeriksa tanda-tanda vital</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Tekanan darah</li> <li>b. Suhu</li> <li>c. Denyut nadi</li> <li>d. Pernafasan</li> </ol>
3	Memeriksa bagian kepala : penyebaran rambut, kebersihan kepala, rontok	penyebaran rambut, kebersihan kepala, rontok
4	Memeriksa bagian muka : adakah pucat, adakah oedem	adakah pucat, adakah oedem

5	Memeriksa bagian Mata	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Kelengkapan dan kesimetrisan mata</li> <li>b. Adakah eksoftalmus (mata menonjol) atau Endofthalmus( mata tenggelam )</li> <li>c. Kelopak mata/palpebra : adakah oedem, ptosis, peradangan, luka, atau benjolan</li> <li>d. Bulu mata : rontok atau tidak</li> <li>e. Konjunktiva : merah muda atau pucat</li> <li>f. Sclera : adakah perubahan warna, kemerahan , kuningatau pucat.</li> <li>g. Warna iris serta reaksi pupil terhadap cahaya, miosis /mengecil, midriasis/ melebar, pin point/kecil sekali,nomalnya isokor/pupil sama besar.</li> <li>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</li> <li>i. Nigtasmus : gerakan ritmis bola mata</li> <li>j. Strabismus konvergent : kornea lebih dekat ke sudutmata medial, Strabismus divergent</li> </ul>
6	Memeriksa bagian hidung :	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Bentuk tulang hidung dan posisi septum nasi (adakahpembengkokan atau tidak)</li> <li>b. Meatus, adakah perdarahan, kotoran, pembengkakan, mukosa hidung, adakah pembesaran (polip)</li> </ul>
7	Memeriksa bagian telinga	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Amati bagian teliga luar: bentuk, ukuran, warna, lesi, nyeritekan, adakah peradangan, penumpukan serumen.</li> <li>b. Palpasi: Dengan otoskop periksa amati, warna, bentuk, transparansi, perdarahan, dan perforasi.</li> </ul>
8	Memeriksa bagian mulutdan faring	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Amati bibir, untuk mengetahui kelainan konginetal (labioscheisis, palatoscheisis, atau labiopalatoscheisis), warna bibir pucat, atau merah, adakah lesi dan massa.</li> <li>b. Amati gigi, gusi, dan lidah, adakah caries, kotoran, kelengkapan, gigi</li> </ul>

		<p>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. Perhatikan adakah lendir dan benda asing atau tidak</p>
9	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 Vena jugularis, ada pembesaran atau tidak</p>
10	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>6) Adakah secret dari puting, adakah nyeri tekan, dan kekenyalan. Adakah benjolan massa atau tidak</li> </ol>
11	Memeriksa bagian Abdomen Massa/benjolan, kesimetrisan bentuk abdomen, amati adanya scar, striae, adakah nyeri	<p>Massa/benjolan, kesimetrisan bentuk abdomen, amati adanya scar, striae, adakah nyeri</p>
11	Memeriksa Ekstremitas atas dan bawah : Edema, varises, reflek patella	<p>Edema, varises, reflek patella</p>

12	Memeriksa Genitalia :	<p>Memeriksa Genitalia :</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>Memeriksa Rektum dan Anus</p> <p>a) Posisi litotomi atau berbaring miring.</p> <p>b) Inspeksi anus. kemungkinan terdapat hemoroid.</p> <p>Palpasi kanul anus dan rektum</p>
14	Memeriksa punggung	<p>Pemeriksaan punggung</p> <p>Periksa bentuk tulang belakang (Lordosis, Kifosis, Skoliosis)</p>

.....,.....2021

**Penguji**

(... ..)