

WORKSHEETS (LEMBAR KERJA)

Mata Kuliah	: Pemeriksaan Fisik pada masa Pra Konsepsi
Materi	: Mahasiswa mampu melakukan pemeriksaan fisik pada masa pra konsepsi
Nama Mahasiswa	: Mandala Rahayu
NIM/ Kelompok Kelas	: 2010101055/A5

No	Konten	Keterangan/Tujuan Pemeriksaan
1	Persiapan alat	<p>Persiapan Tempat dan alat</p> <ol style="list-style-type: none"> a. Tempat harus disiapkan dengan memperhatikan pasien safety b. Alat yang disiapkan sesuai dengan kebutuhan <ol style="list-style-type: none"> 1) Sarung tangan 2) Alat pemeriksaan tanda vital (stetoskop, Tensimeter, thermometer) 3) Alat untuk antropometri (timbangan dan mikrotoise, metlin) 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 <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"> a. Tinggi badan b. Berat badan c. LILA <p>Memeriksa tanda-tanda vital</p> <ol style="list-style-type: none"> a. Tekanan darah b. Suhu c. Denyut nadi d. Pernafasan
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"> a. Kelengkapan dan kesimetrisan mata b. Adakah eksoftalmus (mata menonjol) atau Endofthalmus(mata tenggelam) c. Kelopak mata/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 , kuningatau pucat. g. Warna iris serta reaksi pupil terhadap cahaya, miosis /mengecil, midriasis/ melebar, pin point/kecil sekali,nomalnya isokor/pupil sama besar. 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 i. Nigtasmus : gerakan ritmis bola mata j. Strabismus konvergent : kornea lebih dekat ke sudutmata medial, Strabismus divergent
6	Memeriksa bagian hidung :	<ul style="list-style-type: none"> a. Bentuk tulang hidung dan posisi septum nasi (adakahpembengkokan atau tidak) b. Meatus, adakah perdarahan, kotoran, pembengkakan, mukosa hidung, adakah pembesaran (polip)
7	Memeriksa bagian telinga	<ul style="list-style-type: none"> a. Amati bagian teliga luar: bentuk, ukuran, warna, lesi, nyeritekan, adakah peradangan, penumpukan serumen. b. Palpasi: Dengan otoskop periksa amati, warna, bentuk, transparansi, perdarahan, dan perforasi.
8	Memeriksa bagian mulutdan faring	<ul style="list-style-type: none"> a. Amati bibir, untuk mengetahui kelainan konginetal (labioscheisis, palatoscheisis, atau labiopalatoscheisis), warna bibir pucat, atau merah, adakah lesi dan massa. b. Amati gigi, gusi, dan lidah, adakah caries, kotoran, kelengkapan, gigi

		<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"> 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. 4) Puting: Adakah cairan yang keluar, ulkus, pembengkakan 5) Adakah pembesaran pada kelenjar limfe axillar dan clavikula <p>B. Palpasi</p> <ol style="list-style-type: none"> 6) Adakah secret dari puting, adakah nyeri tekan, dan kekenyalan. Adakah benjolan massa atau tidak
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

(... ..)