

WORKSHEETS (LEMBAR KERJA)

Mata Kuliah	: Pemeriksaan Fisik pada masa Pra Konsepsi
Materi	: Mahasiswa mampu melakukan pemeriksaan fisik pada masa prakonsepsi
Nama Mahasiswa	: Ella Aprillyana
NIM/ Kelompok Kelas	: 2010101001

No	Konten	Keterangan/Tujuan Pemeriksaan
1	Persiapan alat	Alat yang disiapkan sesuai dengan kebutuhan 1) Sarung tangan Alat pemeriksaan tanda vital (stetoskop, Tensimeter, thermometer) 2) Alat untuk antropometri (timbangan dan mikrotoise, metlin) 3) Alat untuk pemeriksaan fisik a. Senter b. Corong telinga c. Speculum hidung d. Kasa DTT, Kapas DTT e. Bengkok f. Pinset g. Reflek hammer h. Kertas tissue i. Alat dan buku catatan
	Pemeriksaan Fisik <i>Head to Toe</i>	
2	Memeriksa bagian kepala :	Penyebaran rambut, kebersihan kepala, rontok.
3	Memeriksa bagian muka : adakah pucat, adakah oedem	adakah pucat, adakah oedem
4	Memeriksa bagian Mata	1. Kelengkapan dan kesimetrisan mata 2. Adakah eksoftalmus (mata menonjol) atau Endofthalmus(mata tenggelam) 3. Kelopak mata/palpebra : adakah oedem, ptosis,peradangan, luka, atau benjolan 4. Bulu mata : rontok atau tidak 5. Konjunctiva : merah muda atau pucat 6. Sclera : adakah perubahan warna, kemerahan , kuningatau pucat. 7. Warna iris serta reaksi pupil terhadap cahaya, miosis 8. mengecil, midriasis/ melebar, pin point/kecil sekali,nomalnya isokor/pupil sama besar.

		<p>9. 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>10. Nigtasmus : gerakan ritmis bola mata</p> <p>11. Strabismus konvergent : kornea lebih dekat ke sudutmata medial, Strabismus devertent</p>
5	Memeriksa bagian hidung :	<p>1. Bentuk tulang hidung dan posisi septum nasi (adakah pembengkokan atau tidak)</p> <p>2. Meatus, adakah perdarahan, kotoran, pembengkakan, mukosa hidung, adakah pembesaran (polip)</p>
6	Memeriksa bagian telinga	<p>1. Amati bagian telinga luar: bentuk, ukuran, warna, lesi, nyeri tekan, adakah peradangan, penumpukan serumen.</p> <p>2. Palpasi: Dengan otoskop periksa amati, warna, bentuk, transparansi, perdarahan, dan perforasi.</p>
7	Memeriksa bagian mulut dan faring	<p>1. Amati bibir, untuk mengetahui kelainan kongenital (labioscheisis, palatoscheisis, atau labiopalatoscheisis), warna bibir pucat, atau merah, adakah lesi dan massa.</p> <p>2. Amati gigi, gusi, dan lidah, adakah caries, kotoran, kelengkapan, gigi palsu, gingivitis, warna lidah, perdarahan dan abses.</p> <p>3. Amati orofaring atau rongga mulut, bau mulut, uvula simetris atau tidak</p> <p>4. Adakah pembesaran tonsil</p> <p>5. Perhatikan suara klien ada perubahan atau tidak</p> <p>6. 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>Infeksi</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>Palpasi</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Adakah secret dari puting, adakah nyeri tekan, dan kekenyalan. 2. Adakah benjolan massa atau tidak
10	Memeriksa bagian Abdomen Massa/benjolan, kesimetrisan bentuk abdomen, amati adanya scar, striae, adakah nyeri	Memeriksa bagian Abdomen Massa/benjolan, kesimetrisan bentuk abdomen, amati adanya scar, striae, adakah nyeri
11	Memeriksa Ekstremitas atas dan bawah : Edema, varises , reflek patella	Memeriksa Ekstremitas atas dan bawah : Edema, varises , reflek patella
12	Memeriksa Genitalia :	<p>Memeriksa Genitalia :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Inspeksi Kuantitas dan penyebaran pubis merata atau tidak. Amati adanya lesi, eritema, keputihan/candidiasis 2. Palpasi Tarik lembut labia mayora dengan jari-jari oleh satu tangan untuk mengetahui keadaan clitoris, selaput dara, orifisium dan perineum, bartholinitis
13	Memeriksa Rektum dan Anus	<ol style="list-style-type: none"> 1. Posisi litotomi atau berbaring miring. 2. Inspeksi anus. kemungkinan terdapat hemoroid. Palpasi kanul anus dan rectum
14	Memeriksa punggung	Periksa bentuk tulang belakang (Lordosis, Kifosis, Skoliosis)