

WORKSHEETS (LEMBAR KERJA)

Mata Kuliah	Pemeriksaan Fisik pada masa Pra Konsepsi
Materi	Mahasiswa mampu melakukan pemeriksaan fisik pada masa pra konsepsi
Nama Mahasiswa	Elvitrah Nur Vinski
NIM/ Kelompok Kelas	201010101066/A6

No	Konten	Keterangan/ Tujuan Pemeriksaan
1	Persiapan alat	<p>a. 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, 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
<i>Pemeriksaan Fisik Head to Toe</i>		
2	Memeriksa bagian kepala : penyebaran rambut, kebersihan kepala, rontok	Untuk mengetahui apakah pasien memiliki kelainan, penyakit atau hal lainnya yang mengarah ke abnormal, selain itu untuk memeriksa personal hygien pasien.
3	Memeriksa bagian muka : adakah pucat, adakah oedem	Hal ini bertujuan untuk melihat simetris atau tidaknya antara kedua sisi wajah, mengetahui ada atau tidaknya pembengkakan pada wajah, ataupun mengetahui apakah ada kelainan pada wajah
4		<p>Hal ini bertujuan untuk memeriksa:</p> <ol style="list-style-type: none"> a. Kelengkapan dan kesimetrisan mata

		<ul style="list-style-type: none"> 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 , kuning atau pucat. g. Warna iris serta reaksi pupil terhadap cahaya, miosis/mengecil, midriasis/ melebar, pin point/kecil sekali, normalnya 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 sudut mata medial, Strabismus devertent
5	Memeriksa bagian hidung :	<p>Bertujuan untuk mengetahui:</p> <ul style="list-style-type: none"> a. Bentuk tulang hidung dan posisi septum nasi (adakah pembengkokan atau tidak) b. Meatus, adakah perdarahan, kotoran, pembengkakan, mukosa hidung, adakah pembesaran (polip)
6	Memeriksa bagian telinga	<p>Hal ini bertujuan untuk:</p> <ul style="list-style-type: none"> a. Mengamati bagian telinga luar : bentuk, ukuran, warna, lesi, nyeri tekan, adakah peradangan, penumpukan serumen. b. Palpasi: Dengan otoskop untuk memeriksa, amati, warna, bentuk, transparansi, apakah ada perdarahan, dan perforasi.
7	Memeriksa bagian mulut dan faring	<ul style="list-style-type: none"> a. Amati bibir, untuk mengetahui kelainan konginetal (labioscheisis, palatoscheisis, atau labiopalatoscheisis),

		<p>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 Perhatikan suara klien ada perubahan atau tidak</p> <p>e. Perhatikan adakah lendir dan benda asing atau tidak</p>
8	Memeriksa bagian leher	<p>Mengamati, agar bisa mengetahui:</p> <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>
9	Memeriksa bagian Payudara Inspeksi	<p>Hal yang dilakukan yaitu :</p> <p>a. Inspeksi</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Ukuran payudara, bentuk, dan dan adakah Normalnya melingkar dan simetris dengan kesimetrisan, pembengkakan. ukuran kecil, sedang atau besar. 2) Kulit payudara, warna, lesi, vaskularisasi, oedema. 3) Areola: Adakah perubahan warna, pada wanita hamil lebih gelap. 4) Putting: Adakah cairan yang keluar, ulkus, pembengkakan 5) Adakah pembesaran pada kelenjar limfe axillar dan clavikula <p>b. Palpasi</p>

		<p>1) Adakah secret dari puting, adakah nyeri tekan, dan kekenyalan.</p> <p>2) Adakah benjolan massa atau tidak</p>
10	Memeriksa bagain Abdomen Massa/ benjolan, kesimetrisan bentuk abdomen, amati adanya scar, striae, adakah nyeri	Hal ini bertujuan untuk melihat apakah ada kelainan, benjolan, kesimetrisan pada bentuk abdomen, apakah ada striae dan nyeri.
11	Memeriksa Ekstremitas atas dan bawah : Edema, varises , reflek patella	Hal ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada kelainan pada ekstermitas atas dan bawah, apakah ada edema, varises, dan bisa dilihat kelancaran gerakan ekstermitas atas dan bawah.
12	Memeriksa Genitalia :	<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>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) hal ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada kelainan atau tidak pada punggung pasien.