

SOP MELAKUKAN PEMERIKSAAN SUHU BASAL (BODY BASAL TEMPERATURE/ BBT)

No	KOMPONEN KERJA
	NILAI
I	<p>PERSIAPAN ALAT:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Termometer oral 2. Buku catatan 3. Kurva suhu basal <p>PERSIAPAN PASIEN DAN LINGKUNGAN:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Petugas Memperkenalkan diri 2. Menjelaskan pada pasien tentang tujuan dan prosedur yang akan dilakukan 3. Memastikan pencahayaan terang
II	<p>LANGKAH KERJA:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Menjelaskan cara penggunaan alat (termometer oral) mulai meghidupkan, menggunakan dan mematikan alatnya. 2. Menyiapkan grafik BBT yang akan digunakan untuk mencatat hasil pengukuran suhu. 3. Tuliskan hari, tanggal dan jam setiap saat melakukan pengukuran BBT. Lakukan pengukuran pada waktu yang sama setiap harinya. 4. Lakukan pengukuran BBT dengan menggunakan basal thermometer yang dilakukan pagi hari segera sesaat setelah bangun tidur sebelum melakukan aktifitas apapun (minum, makan, merokok, dll) selama 2-3 menit. 5. Mulailah mencatat pada hari pertama menstruasi/haid dan plot hasil pengukuran pada grafik BBT mulai dari kolom cycle day 1 sampai hari pertama menstruasi/haid berikutnya. 6. Catat hasil pengukuran temperature di kolom temperature pada hari tersebut dengan membuat titik (o) temperature pada angka temperature yang sesuai dengan hasil. 7. Buatlah garis diantara setiap titik temperature yang dibuat. 8. Tandai setiap kali melakukan hubungan seksual dengan melingkari titik temperature pada hari tersebut. 9. Cek juga mukus serviks pada hari yang sama saat pengukuran BBT setiap harinya. Catat tipe – tipe mukus serviks yang ditemukan, tuliskan pada kolom cervical mucus type: P = period D = dry S = sticky E = egg-white 10. Tandai setiap kenaikan suhu temperature dengan tanda bintang. Kenaikan tersebut dapat menandakan bahwa hari itu adalah masa subur/masa fertile, hal ini harus disertai oleh tipe mukus serviks yang ditemukan adalah tipe egg-white 11. Lakukanlah pengukuran BBT di setiap siklus menstruasi/haid jika ingin mengetahui masa subur/masa fertile 12. Setelah memberi penjelasan, pastikan kembali bahwa pasien mengerti prosedur pemeriksaannya, kalau perlu pasien disuruh mengulangi apa yang telah dokter sampaikan.
III	<p>SIKAP</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Sopan 2. Ramah 3. Empati
IV	<p>PENYELESAIAN</p> <p>Merapikan alat dan melakukan pencatatan</p>