

No. MR	: PNK1760919091939547	Tanggal Pengambilan Sampel	: 20 October 2025
Lab ID	: 391	Tanggal Pengiriman Hasil	: 21 October 2025
Nama Pasien	: SITI LUPPI NURMA MUDA	Dokter Penanggung jawab	: DERRYL FALARY
Jenis Kelamin	: Female		
Tanggal Lahir/Umur	: 07-04-1996 / 29 Tahun 6 Bulan 14 Hari		
No. HP Pasien	: 6281295364990		
Alamat Pasien	: Jl Limo No 40		

MEDICAL REPORT

ANAMNESIS DAN RIWAYAT KESEHATAN

Riwayat Penyakit Sekarang	: Sakit Kepala - 1-3 Hari
Riwayat Penyakit Dahulu	: -
Riwayat Penyakit Keluarga	: Tidak ada
Konsumsi Obat Rutin	: -
Alergi	: -
Pola Makan	: Sehari 2x
Kebiasaan Olahraga	: 1x dalam seminggu
Riwayat Merokok	: Tidak
Riwayat Konsumsi Alkohol	: Tidak
Puasa	: Terakhir makan jam 19.00

TANDA VITAL DAN PEMERIKSAAN FISIK

Tekanan Darah	: 105/65 mmHg
Nadi	: 94 x/menit
Napas	: 18 x/menit
Saturasi Oksigen	: 98%
Suhu	: 37.4°
Berat Badan	: 45 Kg
Tinggi Badan	: 157 Cm
IMT / Indeks Massa Tubuh	:
Lingkar Perut	: 74 Cm
Pemeriksaan Fisik	: Baik

KESIMPULAN

- IMT / INDEKS MASSA TUBUH 18.3 (UNDERWEIGHT)
- LINGKAR PERUT 74 (LINGKAR PERUT IDEAL UNTUK WANITA < 80 CM)
- PEMERIKSAAN LABORATORIUM DALAM BATAS NORMAL

SARAN

- INDEKS MASSA TUBUH / IMT <18,5 kg/m² (BB KURANG / UNDERWEIGHT)
- Makan lebih sering (5 - 6 kali/hari) dalam porsi kecil.
- Pilih makanan bergizi padat: nasi, telur, daging, tahu, tempe, alpukat, kacang.
- Minum susu full cream / smoothies, tambahkan minyak atau mentega pada makanan.

No. MR	: PNK1760919091939547	Tanggal Pengambilan Sampel	: 20 October 2025
Lab ID	: 391	Tanggal Pengiriman Hasil	: 21 October 2025
Nama Pasien	: SITI LUPPI NURMA MUDA	Dokter Penanggung jawab	: DERRYL FALARY
Jenis Kelamin	: Female		
Tanggal Lahir/Umur	: 07-04-1996 / 29 Tahun 6 Bulan 14 Hari		
No. HP Pasien	: 6281295364990		
Alamat Pasien	: Jl Limo No 40		

MEDICAL REPORT**SARAN**

- Olahraga ringan rutin 3 - 5 kali / minggu, terutama latihan beban.
- Tidur cukup 7 - 8 jam dan kelola stres.

CATATAN

- Pada rentang usia 18–30 tahun, kondisi tubuh biasanya masih sehat dan bugar. Meskipun demikian, pemeriksaan kesehatan tetap dianjurkan, khususnya bila ada riwayat penyakit dalam keluarga seperti diabetes, tekanan darah tinggi, atau kanker. Jenis dan jadwal pemeriksaan sebaiknya ditentukan sesuai usia, faktor risiko, serta arahan dokter agar hasilnya lebih tepat.



DERRYL FALARY