

No. MR	: PNK20251100050	Tanggal Pengambilan Sampel	: 27 November 2025
Nama Pasien	: HIKMATUL AFIFAH DAROJAH	Tanggal Pengiriman Hasil	: 27 November 2025
Jenis Kelamin	: Female	Dokter Penanggung jawab	: DERRYL FALARY
Tanggal Lahir/Umur	: 25 September 1977 / 48 Tahun 2 Bulan 2 Hari		
No. HP Pasien	: 6289686724577		
Alamat Pasien	: Jl tanjung gedong no 48 b. Rt 05 rw 08 tomang grogol jakarta barat..nakes mulani rizki jam 8 pagi		

MEDICAL REPORT

ANAMNESIS DAN RIWAYAT KESEHATAN

Riwayat Penyakit Sekarang	: Alergi - >14 Hari
Riwayat Penyakit Dahulu	: Tensi rendah dan zat besi
Riwayat Penyakit Keluarga	: Tidak
Konsumsi Obat Rutin	: -
Alergi	: Tidak ada
Pola Makan	: 2-3x
Kebiasaan Olahraga	: Seminggu 2x yoga
Riwayat Merokok	: Tidak
Riwayat Konsumsi Alkohol	: Tidak
Puasa	: Puasa

TANDA VITAL DAN PEMERIKSAAN FISIK

Tekanan Darah	: 110/70 mmHg
Nadi	: 87 x/menit
Napas	: 12 x/menit
Saturasi Oksigen	: 97%
Suhu	: 36.2°
Berat Badan	: 54 Kg
Tinggi Badan	: 163 Cm
IMT / Indeks Massa Tubuh	: 20.3 / Berat badan normal
Lingkar Perut	: 86 Cm
Pemeriksaan Fisik	: Batuk-batuk sudah sebulan (kalau berdebu)

KESIMPULAN

- IMT / INDEKS MASSA TUBUH 20.3 (NORMAL)
- LINGKAR PERUT 83 CM (IDEAL UNTUK WANITA < 80 CM)
- RIWAYAT HIPOTENSI DAN KEKURANGAN ZAT BESI
- PENURUNAN UREUM
- PENURUNAN KOLESTEROL BAIK (HDL)
- DITEMUKAN SEL DARAH MERAH DALAM URINE

No. MR	: PNK20251100050	Tanggal Pengambilan Sampel	: 27 November 2025
Nama Pasien	: HIKMATUL AFIFAH DAROJAH	Tanggal Pengiriman Hasil	: 27 November 2025
Jenis Kelamin	: Female	Dokter Penanggung jawab	: DERRYL FALARY
Tanggal Lahir/Umur	: 25 September 1977 / 48 Tahun 2 Bulan 2 Hari		
No. HP Pasien	: 6289686724577		
Alamat Pasien	: Jl tanjung gedong no 48 b. Rt 05 rw 08 tomang grogol jakarta barat..nakes mulani rizki jam 8 pagi		

MEDICAL REPORT

SARAN

PERBAIKI LINGKAR PERUT

- Walaupun berat badan normal, kontrol lemak perut tetap penting
- Kurangi konsumsi gula, roti manis, minuman manis, kue.
- Perbanyak sayur dan buah.
- Pilih karbohidrat lebih sehat: nasi merah, oat, jagung, kentang rebus.

TINGKATKAN KOLESTEROL BAIK (HDL)

- Olahraga teratur minimal 30 menit, 4 - 5 kali / minggu (jalan cepat, zumba ringan, renang, sepeda).
- Konsumsi makanan mengandung lemak baik baik seperti: ikan laut (salmon, tuna, sarden panggang), alpukat, kacang almond/kenari (secukupnya), minyak zaitun untuk masak/pengganti gorengan.
- Kurangi gorengan dan makanan cepat saji.

PANTAU RIWAYAT ANEMIA DAN HIPOTENSI

- Karena ada riwayat kekurangan zat besi dan darah tidak diperiksa:
- Disarankan cek Hemoglobin (HB) ulang bila muncul gejala: mudah lelah, pusing, tangan dingin, jantung berdebar.
- Konsumsi makanan kaya zat besi: daging tanpa lemak, bayam, hati ayam (secukupnya), kacang-kacangan, telur.
- Sertakan vitamin C (jeruk, tomat, jambu) agar penyerapan zat besi lebih baik.

TINDAK LANJUT TEMUAN SEL DARAH MERAH DI URINE

- Ulang pemeriksaan urine setelah tidak menstruasi.
- Jika keluhan seperti nyeri saat kencing, anyang-anyangan, atau urine keruh muncul, segera periksa untuk memastikan tidak ada infeksi saluran kemih.

CATATAN

- IMT normal (20.3), namun lingkaran perut 83 cm, sedikit di atas batas ideal untuk wanita (< 80 cm). Ini menandakan lemak di area perut meningkat, dan dapat meningkatkan risiko diabetes, kolesterol tidak normal, dan masalah metabolik meskipun berat badan ideal.

No. MR	: PNK20251100050	Tanggal Pengambilan Sampel	: 27 November 2025
Nama Pasien	: HIKMATUL AFIFAH DAROJAH	Tanggal Pengiriman Hasil	: 27 November 2025
Jenis Kelamin	: Female	Dokter Penanggung jawab	: DERRYL FALARY
Tanggal Lahir/Umur	: 25 September 1977 / 48 Tahun 2 Bulan 2 Hari		
No. HP Pasien	: 6289686724577		
Alamat Pasien	: Jl tanjung gedong no 48 b. Rt 05 rw 08 tomang grogol jakarta barat..nakes mulani rizki jam 8 pagi		

MEDICAL REPORT

CATATAN

- Riwayat hipotensi (tekanan darah rendah) dan kekurangan zat besi, saat ini tekanan darah sudah normal namun hemoglobin (HB) tidak diperiksa. Riwayat anemia bisa menyebabkan mudah lelah, pucat, pusing, dan jantung berdebar. Tanpa pemeriksaan HB, kondisi anemia belum bisa dipastikan membaik.
- Penurunan ureum umumnya tidak berbahaya. Kondisi ini sering muncul akibat: banyak minum air, diet rendah protein, proses metabolisme tertentu pada wanita aktif atau sering berolahraga.
- Penurunan ureum tidak menunjukkan kerusakan ginjal.
- Penurunan kolesterol baik (HDL). Kolesterol baik berfungsi melindungi pembuluh darah dari penyumbatan. Jika rendah, risiko penyakit jantung sedikit meningkat walau kolesterol lain mungkin normal.
- Ditemukan sel darah merah dalam urine, dapat disebabkan: kontaminasi saat menstruasi, infeksi saluran kemih ringan, iritasi atau batu kecil pada saluran kemih.



DERRYL FALARY