

No. MR	: PNK20260400164	Tanggal Pengambilan Sampel	: 21 May 2026
Nama Pasien	: GREGORIUS BRYAN DJUNIAR	Tanggal Pengiriman Hasil	: 22 May 2026
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: dr. M. Fajri Rinansyah P.R.
Tanggal Lahir/Umur	: 8 Januari 2006 / 20 Tahun 4 Bulan 14 Hari		
No. HP Pasien	: 6287888899675		
Alamat Pasien	: APARTEMEN PURI ORCHARD TOWER CEDAR HEIGHT A15-01, CENGKARENG, JAKBAR		

MEDICAL REPORT

ANAMNESIS DAN RIWAYAT KESEHATAN

Riwayat Penyakit Sekarang	: Sembelit - >14 Hari
Riwayat Penyakit Dahulu	: -
Riwayat Penyakit Keluarga	: Tidak ada
Konsumsi Obat Rutin	: TIDAK ADA
Alergi	: TIDAK ADA
Pola Makan	: 2-3x
Kebiasaan Olahraga	: Seminggu sekali basket
Riwayat Merokok	: Tidak ada
Riwayat Konsumsi Alkohol	: Tidak ada
Puasa	: 21.00 WIB

TANDA VITAL DAN PEMERIKSAAN FISIK

Tekanan Darah	: 103/70 mmHg
Nadi	: 78 x/menit
Napas	: 14 x/menit
Saturasi Oksigen	: 96%
Suhu	: 36.7°
Berat Badan	: 49 Kg
Tinggi Badan	: 168 Cm
IMT / Indeks Massa Tubuh	: 17.4 / Berat badan kurang (Underweight)
Lingkar Perut	: 68 Cm
Pemeriksaan Fisik	: Tidak ada

KESIMPULAN

- Defisiensi vitamin D

SARAN

- Sempatkan beraktivitas di bawah sinar matahari diantara pukul 08.00 hingga 10.00
- Konsumsi makanan yang banyak mengandung vitamin D, seperti susu sapi, telur, minyak ikan, kedelai, seafood, ikan sarden, dll.

No. MR	: PNK20260400164	Tanggal Pengambilan Sampel	: 21 May 2026
Nama Pasien	: GREGORIUS BRYAN DJUNIAR	Tanggal Pengiriman Hasil	: 22 May 2026
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: dr. M. Fajri Rinansyah P.R.
Tanggal Lahir/Umur	: 8 Januari 2006 / 20 Tahun 4 Bulan 14 Hari		
No. HP Pasien	: 6287888899675		
Alamat Pasien	: APARTEMEN PURI ORCHARD TOWER CEDAR HEIGHT A15-01, CENGKARENG, JAKBAR		

MEDICAL REPORT

SARAN

- Konsumsi suplemen vitamin D setelah makan dan sebaiknya dikonsumsi sebelum jam 15.00 krn pada sebagian orang konsumsi vit D di sore/malam hari dapat mempengaruhi kualitas tidur.
- Percukup makan makanan berserat dan konsumsi air putih minimal 2 liter atau setara 8 gelas per hari untuk mengatasi keluhan sembelit.

CATATAN

- Pemeriksaan darah untuk Vitamin D 25-OH dilakukan untuk:
- Menilai kadar apakah Anda mengalami kekurangan (defisiensi), kecukupan (sufisiensi), atau kelebihan (toksisitas) vitamin D.
- Mendeteksi masalah tulang seperti osteoporosis (tulang keropos) dan rakhitis (kelainan bentuk tulang).
- Memantau kondisi kesehatan yang berkaitan dengan sistem imun, fungsi otot, dan risiko penyakit kronis.
- Kadar normal Vit D 25-OH adalah 30-100 ng/mL



dr. M. Fajri Rinansyah P.R.