

No. MR	: PNK20260600009	Tanggal Pengambilan Sampel	: 20 June 2026
Nama Pasien	: LILIS SUYETI	Tanggal Pengiriman Hasil	: 21 June 2026
Jenis Kelamin	: Female	Dokter Penanggung jawab	: dr. M. Fajri Rinansyah P.R.
Tanggal Lahir/Umur	: 28 Desember 1964 / 61 Tahun		
	5 Bulan 24 Hari		
No. HP Pasien	: 62811842876		
Alamat Pasien	: PERUMAHAN KOSAMBI BARU, BLOK CEXT 10 NO. 1 JL NUSA INDAH BARAT		

MEDICAL REPORT

ANAMNESIS DAN RIWAYAT KESEHATAN

Riwayat Penyakit Sekarang	: Lainnya - 8-14 Hari
Riwayat Penyakit Dahulu	: SYARAF KEJEPIT, PRA DIABETES
Riwayat Penyakit Keluarga	: Hypertensi
Konsumsi Obat Rutin	: JARDINE, ROZET
Alergi	: -
Pola Makan	: 2x
Kebiasaan Olahraga	: Pilates, renang seminggu 1x
Riwayat Merokok	: -
Riwayat Konsumsi Alkohol	: -
Puasa	: 20.30 Wib

TANDA VITAL DAN PEMERIKSAAN FISIK

Tekanan Darah	: 105/71 mmHg
Nadi	: 85 x/menit
Napas	: 14 x/menit
Saturasi Oksigen	: 97%
Suhu	: 36.7°
Berat Badan	: 53 Kg
Tinggi Badan	: 153 Cm
IMT / Indeks Massa Tubuh	: 22.6 / Berat badan normal
Lingkar Perut	: 84 Cm
Pemeriksaan Fisik	: Jari kesemutan,

KESIMPULAN

- Dalam batas normal

SARAN

- Jaga pola hidup
- Jaga pola makan
- Pertahankan pola olahraga yg sudah di jalankan

No. MR	: PNK20260600009	Tanggal Pengambilan Sampel	: 20 June 2026
Nama Pasien	: LILIS SUYETI	Tanggal Pengiriman Hasil	: 21 June 2026
Jenis Kelamin	: Female	Dokter Penanggung jawab	: dr. M. Fajri Rinansyah P.R.
Tanggal Lahir/Umur	: 28 Desember 1964 / 61 Tahun 5 Bulan 24 Hari		
No. HP Pasien	: 62811842876		
Alamat Pasien	: PERUMAHAN KOSAMBI BARU, BLOK CEXT 10 NO. 1 JL NUSA INDAH BARAT		

MEDICAL REPORT

CATATAN

- Hindari aktifitas berat yg berlebih
- Jangan biarkan tubuh tidak bergerak terlalu lama setelah nyeri akut mereda.
- Lakukan gerakan yang aman seperti, jalan kaki santai; yoga atau peregangan dasar seperti Cat-Cow Pose dan Child's Pose untuk - meregangkan punggung secara perlahan.
- Berenang untuk melatih otot tanpa memberi beban berlebih pada sendi.
- •> Menjaga pola makan sehat adalah kebiasaan konsisten mengonsumsi makanan bergizi seimbang untuk memenuhi kebutuhan nutrisi harian. Hal ini dapat dicapai melalui panduan sederhana, kontrol porsi yang tepat, dan pemilihan bahan makanan yang bernutrisi.



dr. M. Fajri Rinansyah P.R.