

No. MR	: PNK20260700009	Tanggal Pengambilan Sampel	: 17 July 2026
Nama Pasien	: GUSTINA	Tanggal Pengiriman Hasil	: 18 July 2026
Jenis Kelamin	: Female	Dokter Penanggung jawab	: dr. M. Fajri Rinansyah P.R.
Tanggal Lahir/Umur	: 17 Agustus 1980 / 45 Tahun 11 Bulan 1 Hari		
No. HP Pasien	: 628111081708		
Alamat Pasien	: YAYASAN RUMAH ENERGI		

MEDICAL REPORT

ANAMNESIS DAN RIWAYAT KESEHATAN

Riwayat Penyakit Sekarang	: Nyeri Pinggang - 4-7 Hari
Riwayat Penyakit Dahulu	: EFUSI PLEURA, PRE DIABET
Riwayat Penyakit Keluarga	: Diabetes
Konsumsi Obat Rutin	: -
Alergi	: -
Pola Makan	: 2x sehari
Kebiasaan Olahraga	: 5x seminggu
Riwayat Merokok	: -
Riwayat Konsumsi Alkohol	: -
Puasa	: Terakhir makan jam 9 malam

TANDA VITAL DAN PEMERIKSAAN FISIK

Tekanan Darah	: 109/70 mmHg
Nadi	: 66 x/menit
Napas	: 12 x/menit
Saturasi Oksigen	: 98%
Suhu	: 36.6°
Berat Badan	: 64.6 Kg
Tinggi Badan	: 165 Cm
IMT / Indeks Massa Tubuh	: 23.7 / Berat badan normal
Lingkar Perut	: 88 Cm
Pemeriksaan Fisik	: Hari Selasa kecapit di panggul

KESIMPULAN

- Anemia ringan

SARAN

- konsumsi makanan kaya zat besi, asam folat, dan vitamin B12 seperti daging merah, hati ayam, dan sayuran hijau
- konsumsi makanan tinggi Vitamin C untuk membantu penyerapan
- hindari teh atau kopi dekat waktu makan karena dapat menghambat penyerapan zat besi
- kontrol kedokter bila keluhan di rasa semakin memberat

No. MR	: PNK20260700009	Tanggal Pengambilan Sampel	: 17 July 2026
Nama Pasien	: GUSTINA	Tanggal Pengiriman Hasil	: 18 July 2026
Jenis Kelamin	: Female	Dokter Penanggung jawab	: dr. M. Fajri Rinansyah P.R.
Tanggal Lahir/Umur	: 17 Agustus 1980 / 45 Tahun 11 Bulan 1 Hari		
No. HP Pasien	: 628111081708		
Alamat Pasien	: YAYASAN RUMAH ENERGI		

MEDICAL REPORT

CATATAN

- 1. Penuhi Nutrisi Harian: Fokus pada konsumsi hati, bayam, kacang-kacangan, dan sereal yang diperkaya zat besi.
- 2. Maksimalkan Vitamin C: Konsumsi buah-buahan seperti jeruk, pepaya, dan jambu merah setelah makan untuk mengoptimalkan penyerapan zat besi
- 3. Konsumsi Suplemen (Jika Perlu): Jika anemia Anda disebabkan oleh kekurangan zat besi,



dr. M. Fajri Rinansyah P.R.