

No. MR	: PNK20251100049	Tanggal Pengambilan Sampel	: 27 November 2025
Nama Pasien	: SUMARDI	Tanggal Pengiriman Hasil	: 27 November 2025
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: DERRYL FALARY
Tanggal Lahir/Umur	: 17 Januari 1959 / 66 Tahun 10 Bulan 10 Hari		
No. HP Pasien	: 6288211863954		
Alamat Pasien	: JL. Kamal Raya No.48, RT. 007, RW. 014 BW2006		

MEDICAL REPORT

ANAMNESIS DAN RIWAYAT KESEHATAN

Riwayat Penyakit Sekarang	: Flu - 4-7 Hari
Riwayat Penyakit Dahulu	: Jam 8.00
Riwayat Penyakit Keluarga	: -
Konsumsi Obat Rutin	: -
Alergi	: -
Pola Makan	: 3x
Kebiasaan Olahraga	: Seminggu 1x
Riwayat Merokok	: 1bks 1 hari
Riwayat Konsumsi Alkohol	: -
Puasa	: 6 sore

TANDA VITAL DAN PEMERIKSAAN FISIK

Tekanan Darah	: 161/87 mmHg
Nadi	: 70 x/menit
Napas	: 14 x/menit
Saturasi Oksigen	: 98%
Suhu	: 36.5°
Berat Badan	: 65 Kg
Tinggi Badan	: 168 Cm
IMT / Indeks Massa Tubuh	: 23.0 / Berat badan normal
Lingkar Perut	: 90 Cm
Pemeriksaan Fisik	: Flu

KESIMPULAN

- IMT / INDEKS MASSA TUBUH 23.0 (NORMAL)
- LINGKAR PERUT 90 CM (IDEAL UNTUK LAKI LAKI < 90 CM)
- HIPERTENSI (MINUM AMLODIPINE)
- PENINGKATAN KREATININ
- PENINGKATAN ASAM URAT
- PENINGKATAN KOLESTEROL TOTAL

SARAN

KENDALIKAN TEKANAN DARAH

- Jangan hentikan Amlodipine kecuali diperintah dokter.

No. MR	: PNK20251100049	Tanggal Pengambilan Sampel	: 27 November 2025
Nama Pasien	: SUMARDI	Tanggal Pengiriman Hasil	: 27 November 2025
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: DERRYL FALARY
Tanggal Lahir/Umur	: 17 Januari 1959 / 66 Tahun 10 Bulan 10 Hari		
No. HP Pasien	: 6288211863954		
Alamat Pasien	: JL. Kamal Raya No.48, RT. 007, RW. 014 BW2006		

MEDICAL REPORT

SARAN

- Kurangi konsumsi garam maksimal 1 sendok teh / hari termasuk dari bumbu instan.
- Hindari makanan asin seperti: ikan asin, sarden kaleng, kerupuk, mie instan, pickles.
- Ukur tekanan darah di rumah 3 - 4 kali seminggu.
- Bila tekanan darah tetap tinggi setelah perbaikan pola makan, dokter mungkin perlu menambah atau mengganti obat.

JAGA KESEHATAN GINJAL

- Minum air putih cukup (6 - 8 gelas / hari, disesuaikan bila ada batu ginjal atau gagal ginjal sedang - berat).
- Batasi konsumsi protein hewani berlebihan (daging merah, jeroan, ayam berlemak).
- Batasi obat pereda nyeri seperti ibuprofen atau diclofenac kecuali atas resep dokter (bisa memperburuk ginjal).
- Minum cukup, tetapi tidak berlebih, agar ginjal tidak terbebani.

ATASI ASAM URAT

- Hindari atau batasi: jeroan, daging merah, emping, kacang tanah, seafood (udang, kepiting, kerang).
- Minum lebih banyak air.
- Boleh konsumsi buah penurun asam urat: apel, jeruk, lemon, ceri, pisang.
- Bila terjadi nyeri / kaku persendian, konsultasikan obat penurun asam urat pada dokter.

TURUNKAN KOLESTEROL

- Batasi gorengan, santan kental, kulit ayam, kuning telur berlebih.
- Pilih lemak sehat: ikan (salmon, tuna, patin), alpukat, kacang almond, minyak zaitun.
- Rutin aktivitas fisik sesuai kemampuan: jalan ringan, senam lansia, peregangan tiap hari.

EVALUASI DAN KONTROL LANJUTAN

- Pemeriksaan ulang fungsi ginjal dan kolesterol tiap 3 bulan.
- Konsultasi ke dokter untuk evaluasi obat tekanan darah dan asam urat.
- Bila ada keluhan nyeri dada, bengkak kaki, sulit napas, atau sakit kepala hebat, segera periksa ke fasilitas kesehatan.

No. MR	: PNK20251100049	Tanggal Pengambilan Sampel	: 27 November 2025
Nama Pasien	: SUMARDI	Tanggal Pengiriman Hasil	: 27 November 2025
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: DERRYL FALARY
Tanggal Lahir/Umur	: 17 Januari 1959 / 66 Tahun 10 Bulan 10 Hari		
No. HP Pasien	: 6288211863954		
Alamat Pasien	: JL. Kamal Raya No.48, RT. 007, RW. 014 BW2006		

MEDICAL REPORT

CATATAN

- Tekanan darah 161/87 (hipertensi), meskipun sudah rutin minum Amlodipine.
- Artinya obat saja belum cukup, perlu penyesuaian gaya hidup atau evaluasi dosis / jenis obat oleh dokter.
- Peningkatan kreatinin menunjukkan adanya penurunan fungsi ginjal. Pada usia lanjut, ini bisa disebabkan tekanan darah tinggi menahun, kebiasaan makan tinggi garam / lemak, kurang minum, atau konsumsi obat tertentu.
- Peningkatan asam urat berisiko menyebabkan nyeri/kaku pada sendi (asam urat / gout), dan dalam jangka panjang dapat memperburuk fungsi ginjal.
- Peningkatan kolesterol total meningkatkan risiko penyakit jantung dan stroke, terutama bila disertai hipertensi dan gangguan ginjal.
- IMT normal (23.0), tetapi lingkar perut 90 cm berada di batas atas.
- Lemak di perut tetap dapat meningkatkan risiko penyakit jantung dan gangguan metabolik, walaupun berat badan normal.



DERRYL FALARY