

No. MR	: PNK20251200023	Tanggal Pengambilan Sampel	: 27 December 2025
Nama Pasien	: ANGGITA NUR PRATIWI	Tanggal Pengiriman Hasil	: 29 December 2025
Jenis Kelamin	: Female	Dokter Penanggung jawab	: Christiena Ova
Tanggal Lahir/Umur	: 10 Agustus 1998 / 27 Tahun 4 Bulan 19 Hari		
No. HP Pasien	: 6289652764730		
Alamat Pasien	: Kp. Murdok No. 61 RT 001 / RW 013, Kel. Sukabakti, Kec. Curug, Kab. Tangerang		

MEDICAL REPORT

ANAMNESIS DAN RIWAYAT KESEHATAN

Riwayat Penyakit Sekarang	: Sakit Kepala - Tidak Mengalami Keluhan
Riwayat Penyakit Dahulu	: -
Riwayat Penyakit Keluarga	: DM,cod,stroke, hipertensi
Konsumsi Obat Rutin	: -
Alergi	: -
Pola Makan	: 2x
Kebiasaan Olahraga	: -
Riwayat Merokok	: -
Riwayat Konsumsi Alkohol	: -
Puasa	: Jam 8 malam

TANDA VITAL DAN PEMERIKSAAN FISIK

Tekanan Darah	: 114/75 mmHg
Nadi	: 76 x/menit
Napas	: 13 x/menit
Saturasi Oksigen	: 98%
Suhu	: 36.8°
Berat Badan	: 53 Kg
Tinggi Badan	: 158 Cm
IMT / Indeks Massa Tubuh	: 21.2 / Berat badan normal
Lingkar Perut	: 69 Cm
Pemeriksaan Fisik	: -

KESIMPULAN

- IMT/ INDEKS MASSA TUBUH 21.2 (DALAM BATAS NORMAL)
- LINGKAR PERUT 69 CM (IDEAL UNTUK LAKI-LAKI<90 CM/ WANITA <80 CM)
- SUARA JANTUNG DAN PARU DALAM BATAS NORMAL
- PEMERIKSAAN LABORATORIUM DALAM BATAS NORMAL

SARAN

REKOMENDASI MENAIKAN KOLESTEROL BAIK HDL

- Tambahkan ikan berlemak sehat (salmon, tuna, sarden) 2-3 kali seminggu
- Olahraga rutin tetap dilanjutkan termasuk latihan beban minimal 2-3 kali per minggu.

No. MR	: PNK20251200023	Tanggal Pengambilan Sampel	: 27 December 2025
Nama Pasien	: ANGGITA NUR PRATIWI	Tanggal Pengiriman Hasil	: 29 December 2025
Jenis Kelamin	: Female	Dokter Penanggung jawab	: Christiena Ova
Tanggal Lahir/Umur	: 10 Agustus 1998 / 27 Tahun 4 Bulan 19 Hari		
No. HP Pasien	: 6289652764730		
Alamat Pasien	: Kp. Murdok No. 61 RT 001 / RW 013, Kel. Sukabakti, Kec. Curug, Kab. Tangerang		

MEDICAL REPORT

SARAN

- Kurangi gula karena gula adalah penyebab utama HDL turun.
- Hindari asap rokok untuk menurunkan risiko penyumbatan pembuluh darah dan meningkatkan kadar kolesterol baik (HDL).

REKOMENDASI KONTROL KESEHATAN

- Pada rentang usia 18–30 tahun, kondisi tubuh biasanya masih sehat dan bugar. Meskipun demikian, pemeriksaan kesehatan tetap dianjurkan, khususnya bila ada riwayat penyakit dalam keluarga seperti diabetes, tekanan darah tinggi, atau kanker. Jenis dan jadwal pemeriksaan sebaiknya ditentukan sesuai usia, faktor risiko, serta arahan dokter agar hasilnya lebih tepat.

CATATAN

- Karena anda memiliki riwayat keluarga dengan diabetes, hipertensi, stroke, dan ckd maka disarankan untuk menerapkan pola hidup sehat dan lakukan pemeriksaan secara berkala untuk mengontrol kondisi agar tetap terpantau dengan baik dan mendeteksi secara dini penyakit serta mencegah komplikasi.



Christiena Ova