

No. MR	: PNK20251200050	Tanggal Pengambilan Sampel	: 03 January 2026
Nama Pasien	: ATHAULLAH NURAN HILMI SYUKUR	Tanggal Pengiriman Hasil	: 05 January 2026
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: Christiena Ova
Tanggal Lahir/Umur	: 12 Juli 2005 / 20 Tahun 5 Bulan 24 Hari		
No. HP Pasien	: 6281299686094		
Alamat Pasien	: Jl. Mina Raya 1 Blok K5 No. 12A, Panunggangan Barat, Kec. Cibodas, Kota Tangerang, Banten.		

MEDICAL REPORT

ANAMNESIS DAN RIWAYAT KESEHATAN

Riwayat Penyakit Sekarang	: Tidak Ada Gejala - Tidak Mengalami Keluhan
Riwayat Penyakit Dahulu	: -
Riwayat Penyakit Keluarga	: Hypertensi
Konsumsi Obat Rutin	: -
Alergi	: -
Pola Makan	: 2x
Kebiasaan Olahraga	: 1x 1 minggu
Riwayat Merokok	: 3-6 batang dan vaping
Riwayat Konsumsi Alkohol	: -
Puasa	: 20.30 di wib

TANDA VITAL DAN PEMERIKSAAN FISIK

Tekanan Darah	: 120/67 mmHg
Nadi	: 63 x/menit
Napas	: 13 x/menit
Saturasi Oksigen	: 97%
Suhu	: 36.8°
Berat Badan	: 54 Kg
Tinggi Badan	: 162 Cm
IMT / Indeks Massa Tubuh	: 20.6 / Berat badan normal
Lingkar Perut	: 70 Cm
Pemeriksaan Fisik	: -

KESIMPULAN

- IMT/ INDEKS MASSA TUBUH 20.6 (NORMOWEIGHT)
- LINGKAR PERUT 70 CM (IDEAL UNTUK LAKI-LAKI<90 CM/ WANITA <80 CM)
- SUARA JANTUNG DAN PARU DALAM BATAS NORMAL
- PENINGKATAN TEKANAN DARAH
- PENINGKATAN KREATININ

No. MR	: PNK20251200050	Tanggal Pengambilan Sampel	: 03 January 2026
Nama Pasien	: ATHAULLAH NURAN HILMI SYUKUR	Tanggal Pengiriman Hasil	: 05 January 2026
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: Christiena Ova
Tanggal Lahir/Umur	: 12 Juli 2005 / 20 Tahun 5 Bulan 24 Hari		
No. HP Pasien	: 6281299686094		
Alamat Pasien	: Jl. Mina Raya 1 Blok K5 No. 12A, Panunggangan Barat, Kec. Cibodas, Kota Tangerang, Banten.		

MEDICAL REPORT

SARAN

CEGAH HIPERTENSI DENGAN CERDIK

- C = Cek kesehatan rutin (pemantauan tekanan darah, keteraturan denyut nadi, IMT, serta pemeriksaan kadar gula darah dan kolesterol)
- E = Enyahkan rokok/rokok elektrik (berhenti merokok/hindari paparan asap rokok untuk jaga jantung dan paru)
- R = Rajin olahraga/ aktifitas fisik dapat dilakukan selama minimal 30 menit per hari dengan frekuensi 5 kali per minggu (150 menit per minggu)
- D = Diet sehat dan seimbang; konsumsi buah & sayur 5 porsi/hari, batasi gula maksimal 4 sdm/hari, garam maks 1 sdt/hari, lemak/minyak maks 5 sdm/hari, kurangi makanan tinggi gula (permen, minuman manis bersoda, kue basah, es krim, dan kue kering), garam tinggi (keripik kentang, kacang asin, keju, panganan kemasan, dan buah kering), lemak (pilih daging tanpa lemak, ikan, unggas, kacang kering, dan kacang polong sebagai sumber protein), kurangi jeroan dan gunakan produk susu rendah lemak.
- I = Istirahat cukup (tidur 7 - 8 jam / malam)
- K = Kelola stres (relaksasi dan lakukan hal yang menenangkan pikiran)

PENURUNAN FUNGSI GINJAL/ PENINGKATAN KREATININ

- Cairan: Minum cukup air sesuai anjuran dokter, konsultasikan terlebih dahulu.
- Protein: Batasi konsumsi protein sesuai kondisi ginjal.
- Serat: Perbanyak makan buah, sayur, dan makanan tinggi serat.
- Gaya hidup: Hindari paparan asap rokok dan batasi alkohol.
- Pemeriksaan: Lakukan cek ureum dan kreatinin secara berkala untuk memantau fungsi ginjal.
- Konsultasi: Rutin periksa ke dokter untuk evaluasi dan penanganan yang tepat.

CATATAN

- Tekanan darah sedikit meningkat. Saat ini cukup dijaga dengan pola makan sehat, rutin berolahraga, dan istirahat yang cukup, serta lakukan pemeriksaan rutin minimal 1 bulan sekali agar tekanan darah karena anda memiliki riwayat hipertensi pada keluarga serta kebiasaan merokok anda agar kondisi tetap terpantau dengan baik dan mencegah perkembangan penyakit menjadi Hipertensi dan komplikasi lainnya.

No. MR	: PNK20251200050	Tanggal Pengambilan Sampel	: 03 January 2026
Nama Pasien	: ATHAULLAH NURAN HILMI SYUKUR	Tanggal Pengiriman Hasil	: 05 January 2026
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: Christiena Ova
Tanggal Lahir/Umur	: 12 Juli 2005 / 20 Tahun 5 Bulan 24 Hari		
No. HP Pasien	: 6281299686094		
Alamat Pasien	: Jl. Mina Raya 1 Blok K5 No. 12A, Panunggangan Barat, Kec. Cibodas, Kota Tangerang, Banten.		

MEDICAL REPORT

CATATAN

- Hal yang dapat menyebabkan peningkatan kreatinin/penurunan eGFR yaitu Penyakit ginjal: Gangguan ginjal kronis/ Dehidrasi: Kurang cairan membuat fungsi ginjal menurun/ Penyakit lain: Diabetes dan tekanan darah tinggi yang tidak terkontrol juga dapat merusak ginjal. Disarankan untuk melakukan konsultasi dengan Dokter Spesialis Penyakit Dalam terkait peningkatan Kreatinin yang anda alami.



Christiena Ova