

No. MR	: PNK20260100032	Tanggal Pengambilan Sampel	: 20 January 2026
Nama Pasien	: RASPANI	Tanggal Pengiriman Hasil	: 21 January 2026
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: Christiena Ova
Tanggal Lahir/Umur	: 31 Desember 1959 / 66 Tahun		
	0 Bulan 21 Hari		
No. HP Pasien	: 6282335365445		
Alamat Pasien	: Paud Al-Hidayah, Jl. H. Atin		
	no. 76, Sangiang Jaya, Periuk,		
	Kota Tangerang		

MEDICAL REPORT

ANAMNESIS DAN RIWAYAT KESEHATAN

Riwayat Penyakit Sekarang	: Sakit Kepala - 1-3 Hari
Riwayat Penyakit Dahulu	: -
Riwayat Penyakit Keluarga	: Hipertensi
Konsumsi Obat Rutin	: -
Alergi	: -
Pola Makan	: 2x
Kebiasaan Olahraga	: Active rutinitas sehari"
Riwayat Merokok	: 1 Bks/hari
Riwayat Konsumsi Alkohol	: -
Puasa	: 9 malam

TANDA VITAL DAN PEMERIKSAAN FISIK

Tekanan Darah	: 183/118 mmHg
Nadi	: 77 x/menit
Napas	: 13 x/menit
Saturasi Oksigen	: 98%
Suhu	: 36.6°
Berat Badan	: 60 Kg
Tinggi Badan	: 162 Cm
IMT / Indeks Massa Tubuh	: 22.9 / Berat badan normal
Lingkar Perut	: 82 Cm
Pemeriksaan Fisik	: Mual, muntah, demam, batuk

KESIMPULAN

- IMT/ INDEKS MASSA TUBUH 22.9 (NORMOWEIGHT)
- LINGKAR PERUT 82 CM (IDEAL UNTUK LAKI-LAKI <90 CM/ WANITA <80 CM)
- SUARA JANTUNG DAN PARU DALAM BATAS NORMAL
- PENINGKATAN TEKANAN DARAH
- PENINGKATAN KOLESTEROL TOTAL

SARAN

KENDALIKAN KRISIS HIPERTENSI DAN PANTAU TEKANAN DARAH TINGGI DENGAN PATUH

No. MR	: PNK20260100032	Tanggal Pengambilan Sampel	: 20 January 2026
Nama Pasien	: RASPANI	Tanggal Pengiriman Hasil	: 21 January 2026
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: Christiena Ova
Tanggal Lahir/Umur	: 31 Desember 1959 / 66 Tahun		
	: 0 Bulan 21 Hari		
No. HP Pasien	: 6282335365445		
Alamat Pasien	: Paud Al-Hidayah, Jl. H. Atin		
	: no. 76, Sangiang Jaya, Periuk,		
	: Kota Tangerang		

MEDICAL REPORT

SARAN

- Segera cari bantuan medis jika muncul gejala serius seperti sakit kepala berat, nyeri dada, sesak napas, bengkak, atau penurunan kesadaran.
- P = Periksa rutin tekanan darah setiap 2-4 minggu & ikuti anjuran dokter
- A = Atasi dengan obat sesuai resep, jangan putus/ganti sendiri
- T = Tetap makan sehat, jaga pola makan dengan mengurangi garam dan lemak, serta lakukan olahraga secara teratur.
- U = Upayakan aktif, olahraga ringan-sedang secara teratur
- H = Hindari rokok, alkohol, dan zat berbahaya berbahaya lain yang bisa merusak tubuh

KADAR LEMAK DALAM DARAH TIDAK SEIMBANG

- Olahraga: Jalan cepat, bersepeda statis, atau berenang 30 menit/hari, dengan frekuensi 4-6x/minggu dan latihan otot 2x / minggu.
- Makan sehat: Perbanyak buah, sayur, biji-bijian utuh, ikan, daging tanpa lemak.
- Kurangi: Gorengan, fast food, makanan tinggi kolesterol seperti daging kambing, daging sapi, kuning telur, udang, santan, mentega, keju, jeroan .
- Serat dan sterol: Konsumsi oatmeal, buah, atau produk tinggi sterol untuk bantu turunkan kolesterol.
- Hindari asap rokok untuk menurunkan risiko penyumbatan pembuluh darah dan meningkatkan kadar kolesterol baik (HDL).

CATATAN

- Tekanan darah sangat tinggi (Krisis Hipertensi 183/118 mmHg), direkomendasikan untuk segera ke Dokter di Fasilitas Layanan Kesehatan Terdekat untuk penanganan lebih lanjut. Untuk penanganan Hipertensi, obat darah tinggi perlu diminum teratur sesuai anjuran dokter. Jangan menghentikan, mengubah dosis, atau mengganti obat sendiri.
- Hasil pemeriksaan menunjukkan kadar lemak darah mengalami peningkatan. Kondisi ini perlu konsultasi ke dokter dan dipantau dengan mengatur pola makan rendah kolesterol dan sebaiknya mulai diperbaiki dengan pola hidup sehat agar tetap terkontrol. Penggunaan obat kolesterol harus dengan resep dokter.
- Keluhan mual, muntah, demam, batuk yang saat ini bapak alami kemungkinan karena adanya infeksi sehingga disarankan bapak untuk beristirahat, tidur yang cukup, dan konsumsi makanan sehat. Lakukan konsultasi Dokter ke fasilitas layanan kesehatan terdekat.

No. MR	:	PNK20260100032	Tanggal Pengambilan Sampel	:	20 January 2026
Nama Pasien	:	RASPANI	Tanggal Pengiriman Hasil	:	21 January 2026
Jenis Kelamin	:	Male	Dokter Penanggung jawab	:	Christiena Ova
Tanggal Lahir/Umur	:	31 Desember 1959 / 66 Tahun			
		0 Bulan 21 Hari			
No. HP Pasien	:	6282335365445			
Alamat Pasien	:	Paud Al-Hidayah, Jl. H. Atin			
		no. 76, Sangiang Jaya, Periuk,			
		Kota Tangerang			

MEDICAL REPORT



Christiena Ova