

No. MR	: PNK20260200045	Tanggal Pengambilan Sampel	: 14 February 2026
Nama Pasien	: FAHRUDIN	Tanggal Pengiriman Hasil	: 20 February 2026
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: Fenetta F A
Tanggal Lahir/Umur	: 4 September 1988 / 37 Tahun		Masinambow
	5 Bulan 16 Hari		
No. HP Pasien	: 6289690914361		
Alamat Pasien	: RH4P+394, RT.001/RW.003, Gandasari, Kec. Jatiuwung, Kota Tangerang, Banten 15137		

MEDICAL REPORT

ANAMNESIS DAN RIWAYAT KESEHATAN

Riwayat Penyakit Sekarang	: Darah Tinggi - Tidak Mengalami Keluhan
Riwayat Penyakit Dahulu	: Hipertensi
Riwayat Penyakit Keluarga	: Hipertensi
Konsumsi Obat Rutin	: Tidak ada
Alergi	: Tidak ada
Pola Makan	: 3x
Kebiasaan Olahraga	: 1x seminggu
Riwayat Merokok	: 1 bungkus
Riwayat Konsumsi Alkohol	: -
Puasa	: Terakhir jam 7

TANDA VITAL DAN PEMERIKSAAN FISIK

Tekanan Darah	: 149/99 mmHg
Nadi	: 77 x/menit
Napas	: 12 x/menit
Saturasi Oksigen	: 97%
Suhu	: 36.5°
Berat Badan	: 61.8 Kg
Tinggi Badan	: 160 Cm
IMT / Indeks Massa Tubuh	: 24.1 / Berat badan normal
Lingkar Perut	: 82 Cm
Pemeriksaan Fisik	: Batuk semalam

KESIMPULAN

- IMT 24,1 (NORMAL)
- LINGKAR PERUT DALAM BATAS NORMAL 82 CM (IDEAL UNTUK LAKI-LAKI: <90 CM)
- PENINGKATAN TEKANAN DARAH
- BUNYI JANTUNG DAN PARU DALAM BATAS NORMAL
- EKG NORMAL
- VISUS OD 20/160 OS 20/20 (GANGGUAN REFRAKSI SEDANG)
- PENINGKATAN KOLESTEROL TOTAL
- PENINGKATAN LEUKOSIT DAN TROMBOSIT

No. MR	: PNK20260200045	Tanggal Pengambilan Sampel	: 14 February 2026
Nama Pasien	: FAHRUDIN	Tanggal Pengiriman Hasil	: 20 February 2026
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: Fenetta F A
Tanggal Lahir/Umur	: 4 September 1988 / 37 Tahun		Masinambow
	5 Bulan 16 Hari		
No. HP Pasien	: 6289690914361		
Alamat Pasien	: RH4P+394, RT.001/RW.003, Gandasari, Kec. Jatiuwung, Kota Tangerang, Banten 15137		

MEDICAL REPORT

KESIMPULAN

- HEMATURIA

SARAN

REKOMENDASI POLA HIDUP SEHAT

- Terapkan prinsip isi piringku yaitu setengah piring berisi sayur dan buah; setengah lainnya diisi makanan pokok, lauk-pauk. Pastikan asupan dari berbagai kelompok pangan yang bervariasi (karbohidrat kompleks, protein, buah-sayur, serat).
- Batasi konsumsi gula max 4 sdm/hari, garam max 1 sdt/hari, lemak/minyak max 5 sdm/hari
- Hindari makanan gorengan, makanan cepat saji tinggi lemak jenuh, minuman manis.
- Minum air putih cukup minimal sekitar 8 gelas/hari agar hidrasi terjaga.
- Tidur cukup 7-8 jam, hindari makan sebelum tidur
- Berhenti/hindari merokok untuk mencegah penyakit karena rokok menyebabkan peningkatan lingkaran perut (lemak visceral), penyakit metabolik dan kardiovaskular.
- Lakukan aktivitas fisik yang anda sukai minimal 30 menit aktivitas fisik per hari atau 3-5 kali per minggu secara rutin dan konsisten, disesuaikan kondisi dan kemampuan individu.

KENDALIKAN HIPERTENSI / TEKANAN DARAH TINGGI DENGAN PATUH

- 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, kurangi garam, minyak & makanan instan
- U = Upayakan aktif, olahraga ringan-sedang secara teratur
- H = Hindari rokok, alkohol, dan zat berbahaya berbahaya lain yang bisa merusak tubuh

PENINGKATAN TROMBOSIT / TROMBOSITOSIS

- Minum air putih yang cukup setiap hari
- Lakukan aktivitas fisik ringan-sedang secara teratur
- Hindari merokok dan paparan asap rokok
- Hindari duduk terlalu lama tanpa bergerak
- Jaga pola makan seimbang dan berat badan ideal
- Kelola stres dan istirahat cukup

No. MR	: PNK20260200045	Tanggal Pengambilan Sampel	: 14 February 2026
Nama Pasien	: FAHRUDIN	Tanggal Pengiriman Hasil	: 20 February 2026
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: Fenetta F A
Tanggal Lahir/Umur	: 4 September 1988 / 37 Tahun		Masinambow
	5 Bulan 16 Hari		
No. HP Pasien	: 6289690914361		
Alamat Pasien	: RH4P+394, RT.001/RW.003, Gandasari, Kec. Jatiuwung, Kota Tangerang, Banten 15137		

MEDICAL REPORT

SARAN

- Lakukan pemeriksaan darah ulang sesuai anjuran dokter
- Pantau jumlah trombosit secara berkala
- Konsultasi ke dokter bila trombosit tetap meningkat atau bertambah tinggi
- Segera periksa ke fasilitas kesehatan terdekat bila muncul keluhan seperti sakit kepala hebat, pusing, nyeri dada, sesak napas, atau bengkak pada tungkai.

REKOMENDASI KONTROL KESEHATAN

- Memasuki usia 30-40 tahun, risiko munculnya penyakit akibat pola hidup kurang sehat bisa meningkat, misalnya karena stres pekerjaan, kurang olahraga, atau pola makan yang tidak teratur. Oleh karena itu, medical check up dianjurkan dilakukan minimal 6 bulan sampai 1 tahun sekali disesuaikan dengan usia, riwayat kesehatan, dan faktor risiko, dengan tetap mengikuti arahan Dokter agar lebih tepat sasaran. Hal ini penting untuk mengantisipasi risiko penyakit kronis seperti diabetes, dan gangguan jantung, agar dapat terdeteksi lebih awal dan segera ditangani.

CATATAN

- Hasil pemeriksaan saat ini, status gizi Bapak dalam rentang normal. Namun, kadar kolesterol Bapak mengalami peningkatan. Kondisi ini perlu dipantau dengan mengatur pola makan rendah kolesterol dan sebaiknya mulai diperbaiki dengan pola hidup sehat agar tetap terkontrol.
- Hasil pemeriksaan didapatkan tekanan darah Bapak mengalami peningkatan. Mengingat riwayat penyakit hipertensi yang Bapak alami, saat ini kondisinya belum terkontrol karena masih didapatkan adanya peningkatan tekanan darah walaupun sudah mengonsumsi obat anti-hipertensi rutin. Namun, hal ini juga dapat terjadi pada kondisi tertentu, misalnya karena kurang istirahat yang menyebabkan kelelahan, kurangnya aktivitas fisik, pola makan yang tidak seimbang, dan lain sebagainya. Bapak dapat memperbanyak waktu untuk melakukan aktivitas fisik, serta menjaga pola makan yang sehat dan meminum obat yang diresepkan Dokter secara rutin. Disarankan untuk kontrol kembali ke Dokter yang merawat Bapak untuk penyesuaian terapi yang sesuai dengan kondisi Bapak.
- Hasil pemeriksaan visus didapatkan Bapak tidak mengalami buta warna namun pada pemeriksaan tajam penglihatan Bapak mengalami gangguan Refraksi Sedang, sehingga Bapak disarankan untuk melakukan pemeriksaan dan penanganan lebih lanjut ke Dokter Spesialis Mata.

No. MR	: PNK20260200045	Tanggal Pengambilan Sampel	: 14 February 2026
Nama Pasien	: FAHRUDIN	Tanggal Pengiriman Hasil	: 20 February 2026
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: Fenetta F A
Tanggal Lahir/Umur	: 4 September 1988 / 37 Tahun		Masinambow
	5 Bulan 16 Hari		
No. HP Pasien	: 6289690914361		
Alamat Pasien	: RH4P+394, RT.001/RW.003, Gandasari, Kec. Jatiuwung, Kota Tangerang, Banten 15137		

MEDICAL REPORT

CATATAN

- Hasil pemeriksaan rekam jantung Bapak dalam batas normal. Tetap lakukan pola hidup sehat sesuai anjuran. Bila muncul gejala seperti jantung berdebar, sesak nafas, nyeri dada segera kunjungi fasilitas kesehatan terdekat untuk diperiksa lebih lanjut.
- Hasil pemeriksaan menunjukkan trombosit Bapak mengalami peningkatan. Trombositosis dapat disebabkan oleh kondisi seperti infeksi, peradangan, perdarahan, atau anemia defisiensi besi, maupun oleh gangguan primer sumsum tulang. Jika Bapak merasakan keluhan seperti lemas, hilang rasa pada tungkai, pendarahan seperti mimisan, segera datang ke fasilitas kesehatan untuk ditangani lebih lanjut.
- Hasil pemeriksaan menunjukkan leukosit Bapak mengalami sedikit peningkatan. Ini bisa terjadi karena adanya kondisi peradangan. Konsultasikan ke Dokter jika dirasakan keluhan.
- Hasil pemeriksaan urin ditemukan adanya darah dalam urin Bapak. Hal ini bisa disebabkan oleh beberapa hal, antara lain infeksi saluran kemih, batu di sistem saluran kemih, penyakit bawaan, atau karena penyakit tertentu lainnya. Untuk saat ini, Bapak dapat menjaga kebersihan area genitourin, banyak minum air putih, jangan menahan BAK jika sudah terasa ingin BAK. Jika kondisi ini disertai dengan nyeri saat berkemih, rasa tidak puas setelah berkemih, urin yang keluar sedikit-sedikit, nyeri pada area perut bawah atau pinggang, disarankan untuk datang ke fasilitas kesehatan terdekat agar dilakukan pemeriksaan lebih lanjut oleh Dokter.
- Sebaiknya mengurangi atau memberhentikan penggunaan rokok, karena rokok dapat menyebabkan peningkatan tekanan darah yang dipicu oleh penyempitan pembuluh darah dan peningkatan denyut jantung.
- Untuk keseluruhan kondisi Bapak, disarankan untuk melakukan pemeriksaan Kesehatan secara rutin dalam 6 bulan-1 tahun sekali. Bila perlu, lakukan konsultasi ke Dokter Spesialis Penyakit Dalam untuk penanganan yang lebih komprehensif.



Fenetta F A Masinambow