

No. MR	: PNK20260400108	Tanggal Pengambilan Sampel	: 22 April 2026
Nama Pasien	: PUTU DEVIE SRI ASTARI	Tanggal Pengiriman Hasil	: 23 April 2026
Jenis Kelamin	: Female	Dokter Penanggung jawab	: dr. Putu Devie Sri Astari
Tanggal Lahir/Umur	: 7 Oktober 1999 / 26 Tahun 6 Bulan 16 Hari		
No. HP Pasien	: 6281369640084		
Alamat Pasien	: RUANG KACA PHAROS		

MEDICAL REPORT

ANAMNESIS DAN RIWAYAT KESEHATAN

Riwayat Penyakit Sekarang	: Tidak Ada Gejala - Tidak Mengalami Keluhan
Riwayat Penyakit Dahulu	: TIDAK ADA
Riwayat Penyakit Keluarga	: -
Konsumsi Obat Rutin	: TIDAK ADA
Alergi	: TIDAK ADA
Pola Makan	: 3 kali sehari
Kebiasaan Olahraga	: Seminggu 2 kali yoga
Riwayat Merokok	: -
Riwayat Konsumsi Alkohol	: -
Puasa	: Puasa 10 jam

TANDA VITAL DAN PEMERIKSAAN FISIK

Tekanan Darah	: 114/77 mmHg
Nadi	: 80 x/menit
Napas	: 18 x/menit
Saturasi Oksigen	: 99%
Suhu	: 36.9°
Berat Badan	: 50 Kg
Tinggi Badan	: 160 Cm
IMT / Indeks Massa Tubuh	: 19.5 / Berat badan normal
Lingkar Perut	: 80 Cm
Pemeriksaan Fisik	: Keadaan umum baik

KESIMPULAN

- DALAM BATAS NORMAL

SARAN

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

No. MR	: PNK20260400108	Tanggal Pengambilan Sampel	: 22 April 2026
Nama Pasien	: PUTU DEVIE SRI ASTARI	Tanggal Pengiriman Hasil	: 23 April 2026
Jenis Kelamin	: Female	Dokter Penanggung jawab	: dr. Putu Devie Sri Astari
Tanggal Lahir/Umur	: 7 Oktober 1999 / 26 Tahun 6 Bulan 16 Hari		
No. HP Pasien	: 6281369640084		
Alamat Pasien	: RUANG KACA PHAROS		

MEDICAL REPORT

CATATAN

- DALAM BATAS NORMAL



dr. Putu Devie Sri Astari