

No. MR	: PNK20260500021	Tanggal Pengambilan Sampel	: 11 May 2026
Nama Pasien	: NURLELY	Tanggal Pengiriman Hasil	: 12 May 2026
Jenis Kelamin	: Female	Dokter Penanggung jawab	: dr. Fenetta F A
Tanggal Lahir/Umur	: 8 November 1949 / 76 Tahun		Masinambow
	6 Bulan 4 Hari		
No. HP Pasien	: 62811174170		
Alamat Pasien	: JL. KEMUNING 4A NO.31A		
	PEJATEN TIMUR		

MEDICAL REPORT

ANAMNESIS DAN RIWAYAT KESEHATAN

Riwayat Penyakit Sekarang	: Demam - 4-7 Hari
Riwayat Penyakit Dahulu	: -
Riwayat Penyakit Keluarga	: Tidak tahu
Konsumsi Obat Rutin	: -
Alergi	: -
Pola Makan	: 3 kali sehari
Kebiasaan Olahraga	: Jarang olahraga
Riwayat Merokok	: Tidak pernah
Riwayat Konsumsi Alkohol	: Tidak pernah
Puasa	: Tidak puasa

TANDA VITAL DAN PEMERIKSAAN FISIK

Tekanan Darah	: 140/61 mmHg
Nadi	: 82 x/menit
Napas	: 14 x/menit
Saturasi Oksigen	: 95%
Suhu	: 36.9°
Berat Badan	: 56 Kg
Tinggi Badan	: 149 Cm
IMT / Indeks Massa Tubuh	: 25.2 / Berat badan berlebih (Overweight)
Lingkar Perut	: 89.4 Cm
Pemeriksaan Fisik	: Hipertensi, pendengaran normal, penglihatan plus kanan kiri

KESIMPULAN

- IMT 25,2 (OVERWEIGHT)
- LINGKAR PERUT MELEBIHI BATAS NORMAL 89,4 CM (IDEAL UNTUK PEREMPUAN: <80 CM)
- PENINGKATAN TEKANAN DARAH
- BUNYI JANTUNG NORMAL, SUARA PARU ABNORMAL
- LEUKOSIT POSITIF PADA URIN

SARAN

IMT BERLEBIH/OVERWEIGHT, LINGKAR PERUT MELEBIHI BATAS NORMAL

No. MR	: PNK20260500021	Tanggal Pengambilan Sampel	: 11 May 2026
Nama Pasien	: NURLELY	Tanggal Pengiriman Hasil	: 12 May 2026
Jenis Kelamin	: Female	Dokter Penanggung jawab	: dr. Fenetta F A
Tanggal Lahir/Umur	: 8 November 1949 / 76 Tahun		Masinambow
	6 Bulan 4 Hari		
No. HP Pasien	: 62811174170		
Alamat Pasien	: JL. KEMUNING 4A NO.31A		
	PEJATEN TIMUR		

MEDICAL REPORT

SARAN

- 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, garam, dan lemak jenuh/trans karena konsumsi berlebihan dapat memperparah risiko penyakit metabolik.
- Hindari makanan gorengan, makanan cepat saji tinggi lemak jenuh, minuman manis.
- Hindari minuman alkohol (batasan alkohol harian 20 gram untuk laki-laki dan 15 gram untuk wanita).
- Minum air putih cukup minimal sekitar 8 gelas/hari agar hidrasi terjaga.
- Lakukan aktivitas fisik yang disukai minimal 30 menit aktivitas fisik per hari atau 3-5 kali per minggu secara rutin dan konsisten, disesuaikan kondisi dan kemampuan.
- Lakukan pemantauan berat badan dan kesehatan secara berkala: karena lingkaran perut dan distribusi lemak tubuh (viseral) sangat penting sehingga perlu rutin dikontrol berat badan, lingkaran pinggang, serta pemeriksaan kesehatan terkait (gula darah, tekanan darah, kolesterol). Penurunan berat badan 5-7 persen sudah membantu mencegah diabetes, terutama pada obesitas.
- Tidur cukup 7-8 jam, hindari makan sebelum tidur.

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

REKOMENDASI KONTROL KESEHATAN

- Setelah melewati usia 40 tahun, pemeriksaan kesehatan sebaiknya dilakukan secara rutin 1-2x dalam setahun. Hal ini penting untuk mengantisipasi risiko penyakit kronis seperti tekanan darah tinggi, diabetes, dan gangguan jantung, agar dapat terdeteksi lebih awal dan segera ditangani. Jenis pemeriksaan sebaiknya disesuaikan dengan usia, riwayat kesehatan, serta arahan dokter.

CATATAN

No. MR	: PNK20260500021	Tanggal Pengambilan Sampel	: 11 May 2026
Nama Pasien	: NURLELY	Tanggal Pengiriman Hasil	: 12 May 2026
Jenis Kelamin	: Female	Dokter Penanggung jawab	: dr. Fenetta F A
Tanggal Lahir/Umur	: 8 November 1949 / 76 Tahun		Masinambow
	6 Bulan 4 Hari		
No. HP Pasien	: 62811174170		
Alamat Pasien	: JL. KEMUNING 4A NO.31A		
	PEJATEN TIMUR		

MEDICAL REPORT

CATATAN

- Hasil pemeriksaan status gizi Ibu saat ini masuk dalam kategori Overweight atau berat badan berlebih dan lingkaran perut melebihi batas ideal. Konsultasikan dengan Dokter Spesialis Gizi Klinik untuk manajemen penurunan berat badan yang sesuai dan aman untuk kondisi Ibu.
- Hasil pemeriksaan saat ini, tekanan darah Ibu dapat dikategorikan masuk dalam batas atas nilai target yang ditetapkan untuk lansia dengan hipertensi yaitu <140/80mmHg (Hasil Ibu 140/61mmHg). Kecenderungan tekanan darah meningkat lebih tinggi pada Lansia, karena semakin bertambahnya usia maka kekakuan pembuluh darah akan semakin meningkat yang membuat kerja jantung menjadi lebih berat. Tekanan darah juga dapat meningkat pada kondisi tertentu, misalnya karena kurang istirahat yang menyebabkan kelelahan, kurangnya aktivitas fisik, pola makan yang tidak seimbang, dan lain sebagainya. Lakukan pengecekan rutin agar kondisi tekanan darah Ibu dapat terus terkontrol dengan baik.
- Hasil pemeriksaan hematologi didapatkan kecenderungan penurunan eritrosit dan hematokrit serta peningkatan neutrofil. Hal ini dapat mengindikasikan beberapa kondisi, yaitu anemia serta peradangan/inflamasi. Hasil ini kemungkinan berhubungan dengan keluhan-keluhan kesehatan yang Ibu alami. Disarankan untuk berkonsultasi lebih lanjut dengan Dokter Spesialis Penyakit Dalam agar dapat diidentifikasi penyebab keluhan-keluhan tersebut. Namun, jika didapatkan keluhan yang memberat, segera datang ke fasilitas kesehatan terdekat agar dapat diberikan penanganan awal yang sesuai dengan kondisi Ibu.
- Hasil pemeriksaan auskultasi paru ditemukan suara ronkhi minimal yang menandakan kemungkinan adanya lendir atau cairan di dalam saluran napas, yang dapat terjadi akibat beberapa hal, salah satunya yang paling umum adalah peradangan pada saluran napas. Untuk memastikannya, Ibu disarankan untuk melanjutkan pemeriksaan lainnya seperti rontgen thorax, serta berkonsultasi dengan Dokter untuk memastikan diagnosis.
- Hasil pemeriksaan urin Ibu mengindikasikan adanya infeksi saluran kemih. Untuk saat ini, Ibu dapat menjaga kebersihan area genitourin, banyak minum air putih, jangan menahan buang air kecil (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 untuk penegakan diagnosis oleh Dokter.
- Untuk keseluruhan kondisi Ibu, disarankan untuk melakukan pemeriksaan Kesehatan secara rutin dalam 6 bulan-1 tahun sekali agar kondisi Kesehatan Ibu dapat terus terpantau dengan baik. Bila perlu, konsultasikan dengan Dokter Spesialis Penyakit Dalam dan Dokter Spesialis Gizi Klinik untuk mendapatkan penanganan yang lebih komprehensif.

No. MR	: PNK20260500021	Tanggal Pengambilan Sampel	: 11 May 2026
Nama Pasien	: NURLELY	Tanggal Pengiriman Hasil	: 12 May 2026
Jenis Kelamin	: Female	Dokter Penanggung jawab	: dr. Fenetta F A
Tanggal Lahir/Umur	: 8 November 1949 / 76 Tahun		Masinambow
	6 Bulan 4 Hari		
No. HP Pasien	: 62811174170		
Alamat Pasien	: JL. KEMUNING 4A NO.31A		
	PEJATEN TIMUR		

MEDICAL REPORT



dr. Fenetta F A Masinambow