

No. MR	: PNK1760927392467570	Tanggal Pengambilan Sampel	: 21 October 2025
Lab ID	: 392	Tanggal Pengiriman Hasil	: 21 October 2025
Nama Pasien	: KHOTIMATUL IZAH	Dokter Penanggung jawab	: DERRYL FALARY
Jenis Kelamin	: Female		
Tanggal Lahir/Umur	: 28-04-1985 / 40 Tahun 5 Bulan 23 Hari		
No. HP Pasien	: 6281326417371		
Alamat Pasien	: PT. Setia Kawan Abadi Jl. Daan Mogot KM. 10 No. 46, kedaung kaliangke, cengkareng, Jakarta Barat		

MEDICAL REPORT

ANAMNESIS DAN RIWAYAT KESEHATAN

Riwayat Penyakit Sekarang	: Tidak Ada Gejala - Tidak Mengalami Keluhan
Riwayat Penyakit Dahulu	: Tidak ada
Riwayat Penyakit Keluarga	: Tidak ada
Konsumsi Obat Rutin	: Tidak ada
Alergi	: Kafein
Pola Makan	: 3x sehari
Kebiasaan Olahraga	: Jogging seminggu 1x
Riwayat Merokok	: Tidak
Riwayat Konsumsi Alkohol	: Tidak
Puasa	: Tdk puasa

TANDA VITAL DAN PEMERIKSAAN FISIK

Tekanan Darah	: 108/65 mmHg
Nadi	: 96 x/menit
Napas	: 16 x/menit
Saturasi Oksigen	: 98%
Suhu	: 37.4°
Berat Badan	: 41 Kg
Tinggi Badan	: 160 Cm
IMT / Indeks Massa Tubuh	: 16.0 / Berat badan kurang (Underweight)
Lingkar Perut	: 68 Cm
Pemeriksaan Fisik	: Dalam kondisi baik

KESIMPULAN

- IMT / INDEKS MASSA TUBUH 16,0 (UNDERWEIGHT)
- LINGKAR PERUT 68 CM / LINGKAR PERUT IDEAL UNTUK WANITA < 80 CM
- PENINGKATAN KOLESTEROL TOTAL
- PENINGKATAN GLUKOSA PUASA

No. MR	: PNK1760927392467570	Tanggal Pengambilan Sampel	: 21 October 2025
Lab ID	: 392	Tanggal Pengiriman Hasil	: 21 October 2025
Nama Pasien	: KHOTIMATUL IZAH	Dokter Penanggung jawab	: DERRYL FALARY
Jenis Kelamin	: Female		
Tanggal Lahir/Umur	: 28-04-1985 / 40 Tahun 5 Bulan 23 Hari		
No. HP Pasien	: 6281326417371		
Alamat Pasien	: PT. Setia Kawan Abadi Jl. Daan Mogot KM. 10 No. 46, kedaung kaliangke, cengkareng, Jakarta Barat		

MEDICAL REPORT

SARAN

INDEKS MASSA TUBUH BB KURANG / UNDERWEIGHT

- IMT <18,5 kg/m²
- Makan lebih sering (5 - 6 kali/hari) dalam porsi kecil.
- Pilih makanan bergizi padat: nasi, telur, daging, tahu, tempe, alpukat, kacang.
- Minum susu full cream / smoothies, tambahkan minyak atau mentega pada makanan.
- Olahraga ringan rutin 3 - 5 kali / minggu, terutama latihan beban.
- Tidur cukup 7 - 8 jam dan kelola stres.

KADAR LEMAK DALAM DARAH TIDAK SEIMBANG

- Olahraga: Jalan cepat, bersepeda, atau berenang 30 menit / hari, 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.
- Serat dan sterol: Konsumsi oatmeal, buah, atau produk tinggi sterol untuk bantu turunkan kolesterol.
- Berhenti merokok dapat menurunkan risiko penyumbatan pembuluh darah dan meningkatkan kadar kolesterol baik (HDL).

CATATAN

- Kadar gula darah Ibu berada pada kategori prediabetes. Kondisi ini masih dapat dicegah berkembang menjadi diabetes dengan olahraga teratur, pola makan sehat, dan kontrol rutin.



DERRYL FALARY