

No. MR	: PNK1761026952280881	Tanggal Pengambilan Sampel	: 21 October 2025
Lab ID	: 405	Tanggal Pengiriman Hasil	: 21 October 2025
Nama Pasien	: FITRI AWALIYAH	Dokter Penanggung jawab	: DERRYL FALARY
Jenis Kelamin	: Female		
Tanggal Lahir/Umur	: 04-07-1985 / 40 Tahun 3 Bulan 17 Hari		
No. HP Pasien	: 6281320532444		
Alamat Pasien	: Jl. Raya Pos Pengumben Komp. Pertambangan II No.23 Kel. Sukabumi Selatan Kec. Kebon Jeruk Jakarta Barat		

MEDICAL REPORT

ANAMNESIS DAN RIWAYAT KESEHATAN

Riwayat Penyakit Sekarang	: Tidak Ada Gejala - Tidak Mengalami Keluhan
Riwayat Penyakit Dahulu	: -
Riwayat Penyakit Keluarga	: Tidak ada
Konsumsi Obat Rutin	: -
Alergi	: Alergi amoxilin (antibiotik)
Pola Makan	: Sehari 2-3x
Kebiasaan Olahraga	: Seminggu 2-3x
Riwayat Merokok	: Tidak
Riwayat Konsumsi Alkohol	: Tidak
Puasa	: Tdk puasa

TANDA VITAL DAN PEMERIKSAAN FISIK

Tekanan Darah	: 117/66 mmHg
Nadi	: 89 x/menit
Napas	: 16 x/menit
Saturasi Oksigen	: 98%
Suhu	: 37.1°
Berat Badan	: 50 Kg
Tinggi Badan	: 161 Cm
IMT / Indeks Massa Tubuh	: 19.3 / Berat badan normal
Lingkar Perut	: 75 Cm
Pemeriksaan Fisik	: Normal

KESIMPULAN

- IMT / INDEKS MASSA TUBUH 19,3 (NORMAL)
- LINGKAR PERUT 75 CM / LINGKAR PERUT IDEAL UNTUK WANITA < 80 CM
- PENINGKATAN KOLESTEROL TOTAL
- PENINGKATAN GLUKOSA PUASA

No. MR	: PNK1761026952280881	Tanggal Pengambilan Sampel	: 21 October 2025
Lab ID	: 405	Tanggal Pengiriman Hasil	: 21 October 2025
Nama Pasien	: FITRI AWALIYAH	Dokter Penanggung jawab	: DERRYL FALARY
Jenis Kelamin	: Female		
Tanggal Lahir/Umur	: 04-07-1985 / 40 Tahun 3 Bulan 17 Hari		
No. HP Pasien	: 6281320532444		
Alamat Pasien	: Jl. Raya Pos Pengumben Komp. Pertambangan II No.23 Kel. Sukabumi Selatan Kec. Kebon Jeruk Jakarta Barat		

MEDICAL REPORT

SARAN

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).

PENINGKATAN GLUKOSA / GULA DARAH

- Pola makan sehat: Perbanyak sayur, buah, dan serat, serta kurangi makanan manis dan minuman kemasan.
- Olahraga rutin: Lakukan jalan kaki, bersepeda, atau berenang secara teratur sesuai kemampuan.
- Kepatuhan obat: Minum obat sesuai resep dokter, termasuk penggunaan insulin bila diperlukan.
- Atur stres & tidur cukup: Kendalikan stres dan usahakan tidur 7 - 8 jam setiap hari.
- Pemantauan gula darah: Lakukan pemeriksaan kadar gula darah secara berkala.
- Berhenti merokok: Rokok dapat memperburuk kondisi diabetes.
- Batasi alkohol: Alkohol dapat mengganggu pengobatan dan kestabilan gula darah.
- Perawatan luka: Segera obati luka agar tidak infeksi, karena proses penyembuhan lebih lambat pada diabetes.

CATATAN

- Setelah melewati usia 40 tahun, pemeriksaan kesehatan sebaiknya dilakukan secara rutin minimal sekali 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.

No. MR	: PNK1761026952280881	Tanggal Pengambilan Sampel	: 21 October 2025
Lab ID	: 405	Tanggal Pengiriman Hasil	: 21 October 2025
Nama Pasien	: FITRI AWALIYAH	Dokter Penanggung jawab	: DERRYL FALARY
Jenis Kelamin	: Female		
Tanggal Lahir/Umur	: 04-07-1985 / 40 Tahun 3 Bulan 17 Hari		
No. HP Pasien	: 6281320532444		
Alamat Pasien	: Jl. Raya Pos Pengumben Komp. Pertambangan II No.23 Kel. Sukabumi Selatan Kec. Kebon Jeruk Jakarta Barat		

MEDICAL REPORT



DERRYL FALARY