

No. MR	: PNK1761116830363573	Tanggal Pengambilan Sampel	: 24 October 2025
Lab ID	: 412	Tanggal Pengiriman Hasil	: 24 October 2025
Nama Pasien	: DANILLA SAHIRA CALLISTA	Dokter Penanggung jawab	: DERRYL FALARY
Jenis Kelamin	: Female		
Tanggal Lahir/Umur	: 16-12-1997 / 27 Tahun 10 Bulan 8 Hari		
No. HP Pasien	: 6287889990340		
Alamat Pasien	: Multivision Tower Lt 12, JL. Kuningan Mulia Lot 9 B, RT 14/RW 4		

MEDICAL REPORT

ANAMNESIS DAN RIWAYAT KESEHATAN

Riwayat Penyakit Sekarang	: Flu - >14 Hari
Riwayat Penyakit Dahulu	: -
Riwayat Penyakit Keluarga	: Hipertensi
Konsumsi Obat Rutin	: -
Alergi	: -
Pola Makan	: 3x
Kebiasaan Olahraga	: Seminggu 1x jogging
Riwayat Merokok	: -
Riwayat Konsumsi Alkohol	: -
Puasa	: 9 malam

TANDA VITAL DAN PEMERIKSAAN FISIK

Tekanan Darah	: 110/62 mmHg
Nadi	: 71 x/menit
Napas	: 16 x/menit
Saturasi Oksigen	: 99%
Suhu	: 36.4°
Berat Badan	: 61 Kg
Tinggi Badan	: 155 Cm
IMT / Indeks Massa Tubuh	: 25.4 / Berat badan berlebih (Overweight)
Lingkar Perut	: 84 Cm
Pemeriksaan Fisik	: Flu

KESIMPULAN

- IMT / INDEKS MASSA TUBUH 25.4 (OVERWEIGHT)
- LINGKAR PERUT 84 CM / OBESITAS SENTRAL / PENUMPUKAN LEMAK DI PERUT. LINGKAR PERUT IDEAL UNTUK WANITA < 80 CM
- PEMERIKSAAN LABORATORIUM DALAM BATAS NORMAL
- RISIKO SINDROM METABOLIK MINIMAL (UNTUK IMT)

No. MR	: PNK1761116830363573	Tanggal Pengambilan Sampel	: 24 October 2025
Lab ID	: 412	Tanggal Pengiriman Hasil	: 24 October 2025
Nama Pasien	: DANILLA SAHIRA CALLISTA	Dokter Penanggung jawab	: DERRYL FALARY
Jenis Kelamin	: Female		
Tanggal Lahir/Umur	: 16-12-1997 / 27 Tahun 10 Bulan 8 Hari		
No. HP Pasien	: 6287889990340		
Alamat Pasien	: Multivision Tower Lt 12, JL. Kuningan Mulia Lot 9 B, RT 14/RW 4		

MEDICAL REPORT

SARAN

INDEKS MASSA TUBUH BB BERLEBIH / OVERWEIGHT

- IMT 25,0 - 27,0 kg/m²
- Makan buah dan sayur setiap hari
- Batasi makanan olahan / tinggi kalori
- Pilih karbohidrat kompleks dan protein sehat
- Minum cukup air putih
- Olahraga rutin 30 menit, 3 - 5 kali / minggu
- Turunkan berat badan 0,5 - 1 kg / minggu
- Tidur cukup 7 - 9 jam, hindari makan sebelum tidur

CATATAN

- Jika berat badan belum turun meski sudah rutin berolahraga dan mengatur porsi makan, konsultasikan ke dokter atau ahli gizi untuk rencana yang sesuai dan aman.
- Sindrom Metabolik merupakan sekumpulan gangguan pada tubuh yang saling berkaitan dan dapat meningkatkan kemungkinan terjadinya penyakit jantung, stroke, maupun diabetes. Kondisi ini ditandai oleh beberapa hal yang muncul bersamaan, apabila seseorang memiliki tiga atau lebih dari tanda - tanda di bawah ini, maka dapat dikatakan mengalami sindrom metabolik seperti:
 1. Penumpukan lemak di area perut (lingkar perut meningkat)
 2. Tekanan darah tinggi
 3. Kadar gula darah meningkat
 4. Kolesterol baik (HDL) rendah
 5. Trigliserida (lemak darah) tinggi



DERRYL FALARY