

No. MR	: PNK1761117281296140	Tanggal Pengambilan Sampel	: 24 October 2025
Lab ID	: 414	Tanggal Pengiriman Hasil	: 24 October 2025
Nama Pasien	: ASTIKA SYAFITRI	Dokter Penanggung jawab	: DERRYL FALARY
Jenis Kelamin	: Female		
Tanggal Lahir/Umur	: 12-04-1996 / 29 Tahun 6 Bulan 12 Hari		
No. HP Pasien	: 6285285151124		
Alamat Pasien	: Multivision Tower, Jalan Kuningan Mulia Lot 9 B, RT.14/RW.4, Kuningan, Karet Kuningan, Kecamatan Setiabudi, Kota Jakarta Selatan, Daerah Khusus Ibukota Jakarta 12980		

MEDICAL REPORT

ANAMNESIS DAN RIWAYAT KESEHATAN

Riwayat Penyakit Sekarang	: Tidak Ada Gejala - Tidak Mengalami Keluhan
Riwayat Penyakit Dahulu	: -
Riwayat Penyakit Keluarga	: Diabetes, hipertensi
Konsumsi Obat Rutin	: -
Alergi	: -
Pola Makan	: 2x makan berat
Kebiasaan Olahraga	: Setiap hari jalan
Riwayat Merokok	: -
Riwayat Konsumsi Alkohol	: -
Puasa	: Puasa makan 8.30

TANDA VITAL DAN PEMERIKSAAN FISIK

Tekanan Darah	: 134/79 mmHg
Nadi	: 91 x/menit
Napas	: 15 x/menit
Saturasi Oksigen	: 99%
Suhu	: 36.6°
Berat Badan	: 67 Kg
Tinggi Badan	: 157 Cm
IMT / Indeks Massa Tubuh	: 27.2 / Obesitas
Lingkar Perut	: 89 Cm
Pemeriksaan Fisik	: Fit

KESIMPULAN

- IMT / INDEKS MASSA TUBUH 27.2 (OBESITAS)
- LINGKAR PERUT 89 / OBESITAS SENTRAL / PENUMPUKAN LEMAK DI PERUT. LINGKAR PERUT IDEAL UNTUK WANITA < 80 CM
- KOLESTEROL BAIK (HDL) MENURUN
- RISIKO SINDROM METABOLIK

No. MR	: PNK1761117281296140	Tanggal Pengambilan Sampel	: 24 October 2025
Lab ID	: 414	Tanggal Pengiriman Hasil	: 24 October 2025
Nama Pasien	: ASTIKA SYAFITRI	Dokter Penanggung jawab	: DERRYL FALARY
Jenis Kelamin	: Female		
Tanggal Lahir/Umur	: 12-04-1996 / 29 Tahun 6 Bulan 12 Hari		
No. HP Pasien	: 6285285151124		
Alamat Pasien	: Multivision Tower, Jalan Kuningan Mulia Lot 9 B, RT.14/RW.4, Kuningan, Karet Kuningan, Kecamatan Setiabudi, Kota Jakarta Selatan, Daerah Khusus Ibukota Jakarta 12980		

MEDICAL REPORT

SARAN

INDEKS MASSA TUBUH OBESITAS

- IMT > 27,0 kg/m²
- Makan teratur, perbanyak sayur & buah, batasi gorengan / fast food / minuman manis.
- Hindari makan sebelum tidur.
- Makan perlahan, gunakan piring kecil, catat makan dan berat badan.
- Olahraga 30 menit, 3 - 5x / minggu dan aktivitas ringan.
- Rutin cek tekanan darah, gula, dan kolesterol

KADAR LEMAK DALAM DARAH TIDAK SEIMBANG (PENURUNAN HDL / KOLESTEROL BAIK)

- 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

- Ada risiko untuk terjadi sindrom metabolik, pada riwayat keluarga terdapat riwayat penyakit metabolik seperti diabetes melitus dan hipertensi
- 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

No. MR	: PNK1761117281296140	Tanggal Pengambilan Sampel	: 24 October 2025
Lab ID	: 414	Tanggal Pengiriman Hasil	: 24 October 2025
Nama Pasien	: ASTIKA SYAFITRI	Dokter Penanggung jawab	: DERRYL FALARY
Jenis Kelamin	: Female		
Tanggal Lahir/Umur	: 12-04-1996 / 29 Tahun 6 Bulan 12 Hari		
No. HP Pasien	: 6285285151124		
Alamat Pasien	: Multivision Tower, Jalan Kuningan Mulia Lot 9 B, RT.14/RW.4, Kuningan, Karet Kuningan, Kecamatan Setiabudi, Kota Jakarta Selatan, Daerah Khusus Ibukota Jakarta 12980		

MEDICAL REPORT

CATATAN

- 3. Kadar gula darah meningkat
- 4. Kolesterol baik (HDL) rendah
- 5. Trigliserida (lemak darah) tinggi



DERRYL FALARY