

No. MR	: PNK1762406844339137	Tanggal Pengambilan Sampel	: 07 November 2025
Lab ID	: 452	Tanggal Pengiriman Hasil	: 07 November 2025
Nama Pasien	: AHMAD BAYADHO	Dokter Penanggung jawab	: DERRYL FALARY
Jenis Kelamin	: Male		
Tanggal Lahir/Umur	: 20-05-1978 / 47 Tahun 5 Bulan 18 Hari		
No. HP Pasien	: 628976708000		
Alamat Pasien	: Juraganan RT 009/012		

MEDICAL REPORT

ANAMNESIS DAN RIWAYAT KESEHATAN

Riwayat Penyakit Sekarang	: Diabetes - >14 Hari
Riwayat Penyakit Dahulu	: Metformin,glimepiride
Riwayat Penyakit Keluarga	: Bapak : dm
Konsumsi Obat Rutin	: Metformin,glimepiride
Alergi	: -
Pola Makan	: 1x
Kebiasaan Olahraga	: Seminggu 3-4x jalan kaki
Riwayat Merokok	: Sehari 5 batang
Riwayat Konsumsi Alkohol	: -
Puasa	: 10 malam

TANDA VITAL DAN PEMERIKSAAN FISIK

Tekanan Darah	: 131/84 mmHg
Nadi	: 84 x/menit
Napas	: 14 x/menit
Saturasi Oksigen	: 98%
Suhu	: 36.7°
Berat Badan	: 81 Kg
Tinggi Badan	: 175 Cm
IMT / Indeks Massa Tubuh	: 26.4 / Berat badan berlebih (Overweight)
Lingkar Perut	: 104 Cm
Pemeriksaan Fisik	: -

KESIMPULAN

- IMT / INDEKS MASSA TUBUH 26.4 (OVERWEIGHT)
- LINGKAR PERUT 104 CM / OBESITAS SENTRAL / PENUMPUKAN LEMAK DI PERUT (LINGKAR PERUT IDEAL UNTUK PRIA < 90 CM)
- HIPERTENSI (164 / 94 mmHg)
- PENINGKATAN KREATININ
- PENINGKATAN ASAM URAT
- PENINGKATAN TRIGLISERIDA
- PENINGKATAN KOLESTEROL TOTAL
- PENURUNAN KOLESTEROL BAIK (HDL)
- PENINGKATAN GLUKOSA PUASA

No. MR	: PNK1762406844339137	Tanggal Pengambilan Sampel	: 07 November 2025
Lab ID	: 452	Tanggal Pengiriman Hasil	: 07 November 2025
Nama Pasien	: AHMAD BAYADHO	Dokter Penanggung jawab	: DERRYL FALARY
Jenis Kelamin	: Male		
Tanggal Lahir/Umur	: 20-05-1978 / 47 Tahun 5 Bulan 18 Hari		
No. HP Pasien	: 628976708000		
Alamat Pasien	: Juraganan RT 009/012		

MEDICAL REPORT

KESIMPULAN

- PENINGKATAN GLUKOSA TTGO (ABNORMAL)
- PENINGKATAN HbA1c
- URINALISA ABNORMAL
- DIABETES MELITUS TIPE II
- SINDROM METABOLIK

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

KENDALIKAN HIPERTENSI / TEKANAN DARAH TINGGI DENGAN PATUH

- P = Periksa rutin tekanan darah & 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

PENINGKATAN UREUM / KREATININ / FUNGSI GINJAL

- Cairan: Minum cukup air sesuai anjuran dokter, konsultasikan terlebih dahulu.
- Protein: Batasi konsumsi protein sesuai kondisi ginjal.
- Serat: Perbanyak makan buah, sayur, dan makanan tinggi serat.
- Gaya hidup: Hindari merokok dan batasi alkohol.
- Pemeriksaan: Lakukan cek ureum dan kreatinin secara berkala untuk memantau fungsi ginjal.
- Konsultasi: Rutin periksa ke dokter untuk evaluasi dan penanganan yang tepat.

No. MR	: PNK1762406844339137	Tanggal Pengambilan Sampel	: 07 November 2025
Lab ID	: 452	Tanggal Pengiriman Hasil	: 07 November 2025
Nama Pasien	: AHMAD BAYADHO	Dokter Penanggung jawab	: DERRYL FALARY
Jenis Kelamin	: Male		
Tanggal Lahir/Umur	: 20-05-1978 / 47 Tahun 5 Bulan 18 Hari		
No. HP Pasien	: 628976708000		
Alamat Pasien	: Juraganan RT 009/012		

MEDICAL REPORT

SARAN

HIPERURISEMIA / ASAM URAT

- Asam urat tinggi dapat menyebabkan nyeri sendi dan batu ginjal.
- Batasi konsumsi jeroan, daging merah, seafood, minuman manis, dan alkohol.
- Pilih makanan sehat seperti susu rendah lemak, sayur, buah, dan kacang.
- Minum air putih cukup (8 - 12 gelas / hari) untuk membantu pembuangan asam urat.
- Terapkan gaya hidup sehat: kendalikan berat badan, hindari alkohol, dan olahraga ringan.
- Konsultasi rutin dengan dokter atau ahli gizi untuk pola makan dan terapi yang tepat.
- Lakukan pemeriksaan berkala untuk mencegah komplikasi.

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).

DIABETES MELITUS TIPE II

- 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.

No. MR	: PNK1762406844339137	Tanggal Pengambilan Sampel	: 07 November 2025
Lab ID	: 452	Tanggal Pengiriman Hasil	: 07 November 2025
Nama Pasien	: AHMAD BAYADHO	Dokter Penanggung jawab	: DERRYL FALARY
Jenis Kelamin	: Male		
Tanggal Lahir/Umur	: 20-05-1978 / 47 Tahun 5 Bulan 18 Hari		
No. HP Pasien	: 628976708000		
Alamat Pasien	: Juraganan RT 009/012		

MEDICAL REPORT

CATATAN

- KONSULTASIKAN KESEHATAN ANDA DENGAN DOKTER SPESIALIS PENYAKIT DALAM
- Hasil pemeriksaan menunjukkan adanya diabetes melitus tipe II, tekanan darah tinggi, gangguan lemak darah, dan penumpukan lemak di perut, kondisi ini disebut sindrom metabolik, yang dapat meningkatkan risiko penyakit jantung, stroke, dan gangguan ginjal.
- 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