

No. MR	: PNK20251100037	Tanggal Pengambilan Sampel	: 21 November 2025
Nama Pasien	: NADIKIN	Tanggal Pengiriman Hasil	: 21 November 2025
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: DERRYL FALARY
Tanggal Lahir/Umur	: 15 Desember 1975 / 49 Tahun		
	11 Bulan 6 Hari		
No. HP Pasien	: 6281514181718		
Alamat Pasien	: Jl.bojong raya No.6A		
	cengkareng jakarta barat		
	pultaksi blue bird puri indah		

MEDICAL REPORT

ANAMNESIS DAN RIWAYAT KESEHATAN

Riwayat Penyakit Sekarang	: Sesak nafas - >14 Hari
Riwayat Penyakit Dahulu	: Diabetes
Riwayat Penyakit Keluarga	: Asma
Konsumsi Obat Rutin	: Obat gula
Alergi	: Tidak ada
Pola Makan	: Pola makan sehari 2 kali
Kebiasaan Olahraga	: Tidak pernah olahraga
Riwayat Merokok	: Sebulan 1-2 batang
Riwayat Konsumsi Alkohol	: Tidak pernah
Puasa	: Puasa

TANDA VITAL DAN PEMERIKSAAN FISIK

Tekanan Darah	: 87/59 mmHg
Nadi	: 82 x/menit
Napas	: 12 x/menit
Saturasi Oksigen	: 96%
Suhu	: 36.2°
Berat Badan	: 60 Kg
Tinggi Badan	: 153 Cm
IMT / Indeks Massa Tubuh	: 25.6 / Berat badan berlebih (Overweight)
Lingkar Perut	: 87 Cm
Pemeriksaan Fisik	: Kondisi fisik ada bekas luka operasi diabetes di kaki kanan di bagian ibu jari, rabun jauh, fisik normal, sering lemas jika jalan terlalu lama.

KESIMPULAN

- IMT / INDEKS MASSA TUBUH 25.6 (OVERWEIGHT)
- LINGKAR PERUT 87 CM (NORMAL)
- HIPOTENSI
- RIWAYAT DIABETES MELITUS (ON METFORMIN)
- PENINGKATAN TRIGLISERIDA
- PENINGKATAN KOLESTEROL TOTAL
- PENURUNAN KOLESTEROL BAIK (HDL)

No. MR	: PNK20251100037	Tanggal Pengambilan Sampel	: 21 November 2025
Nama Pasien	: NADIKIN	Tanggal Pengiriman Hasil	: 21 November 2025
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: DERRYL FALARY
Tanggal Lahir/Umur	: 15 Desember 1975 / 49 Tahun		
	11 Bulan 6 Hari		
No. HP Pasien	: 6281514181718		
Alamat Pasien	: Jl.bojong raya No.6A		
	cengkareng jakarta barat		
	pultaksi blue bird puri indah		

MEDICAL REPORT

KESIMPULAN

- PENINGKATAN KOLESTEROL JAHAT (LDL)
- PENINGKATAN GLUKOSA PUASA
- PENINGKATAN HbA1c

SARAN

REKOMENDASI TERKAIT OBAT

- Metformin tetap dilanjutkan sesuai anjuran dokter yang merawat.
- Perlu evaluasi obat tambahan untuk menurunkan kolesterol dan trigliserida.
- Jika hipotensi menyebabkan pusing, lemas, atau sering jatuh, perlu konsultasi ulang untuk penyesuaian gaya hidup atau obat.

SARAN POLA MAKAN

- Kurangi makanan berlemak: gorengan, jeroan, daging berlemak, kulit ayam, santan kental, fast food.
- Batasi makanan tinggi gula: kue, minuman manis, boba, sirup, coklat susu, roti manis, nasi porsi besar, mie, bakso kuah manis.
- Pilih karbohidrat sehat dengan porsi terukur: nasi merah, ubi, jagung, oatmeal, roti gandum.
- Perbanyak sayur, buah rendah gula (apel, pir, jeruk, beri), ikan panggang/kukus, ayam tanpa kulit.
- Untuk hipotensi, cukup konsumsi garam namun tidak berlebihan, minum air cukup minimal 2 liter per hari.
- Hindari alkohol dan rokok karena memperburuk diabetes dan kolesterol.

PERAWATAN KAKI DIABETES

- Karena pernah mengalami luka diabetes pada kaki, maka perawatan kaki wajib lebih disiplin, antara lain:
- Periksa kaki setiap hari (cek ada lecet, luka, kapalan).
- Gunakan sepatu yang nyaman, tidak sempit, dan berkaus kaki.
- Jangan berjalan tanpa alas kaki, termasuk di rumah.
- Bila ada luka kecil atau lecet, segera periksa ke fasilitas kesehatan.

SARAN AKTIVITAS FISIK

- Olahraga 30 - 45 menit, 5 kali per minggu, seperti jalan cepat, bersepeda, senam, atau berenang.

No. MR	: PNK20251100037	Tanggal Pengambilan Sampel	: 21 November 2025
Nama Pasien	: NADIKIN	Tanggal Pengiriman Hasil	: 21 November 2025
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: DERRYL FALARY
Tanggal Lahir/Umur	: 15 Desember 1975 / 49 Tahun		
	11 Bulan 6 Hari		
No. HP Pasien	: 6281514181718		
Alamat Pasien	: Jl.bojong raya No.6A		
	cengkareng jakarta barat		
	pultaksi blue bird puri indah		

MEDICAL REPORT

SARAN

- Hindari olahraga berat tanpa pengawasan karena ada riwayat luka kaki.
- Perhatikan alas kaki yang nyaman saat olahraga.

SARAN PEMERIKSAAN ULANG

- Pemeriksaan gula darah dan HbA1c perlu kontrol rutin sesuai jadwal dokter, biasanya setiap 3 bulan.
- Profil lemak dianjurkan dievaluasi setiap 3 - 6 bulan.
- Jika muncul gejala hipotensi (pusing, lemah, berkunang-kunang), segera konsultasi ulang.

TIPS TAMBAHAN

- Tidur cukup 7 - 8 jam per hari untuk membantu kontrol gula.
- Kelola stres dengan aktivitas positif, karena stres dapat menaikkan gula darah.
- Konsisten kontrol ke dokter, jangan menghentikan obat tanpa anjuran.

CATATAN

- Hasil pemeriksaan menunjukkan berat badan sedikit berlebih, namun lingkaran perut masih dalam batas normal. Terdapat kondisi hipotensi (tekanan darah rendah), serta riwayat diabetes melitus yang sedang menggunakan Metformin dan riwayat operasi kaki akibat komplikasi diabetes, sehingga pemantauan kesehatan metabolik perlu lebih ketat.
- Pemeriksaan juga menunjukkan adanya gangguan pada profil lemak, yaitu trigliserida, kolesterol total, dan kolesterol jahat (LDL) yang meningkat, sementara kolesterol baik (HDL) menurun. Selain itu, kadar gula darah puasa dan HbA1c (penanda kontrol gula darah 3 bulan terakhir) juga meningkat, artinya diabetes belum terkontrol dengan baik.
- Kondisi ini meningkatkan risiko penyakit jantung, stroke, kerusakan saraf, gangguan ginjal, serta kambuhnya luka diabetes pada kaki jika tidak ditangani dengan disiplin.
- Konsultasikan kondisi kesehatan anda saat ini sesegera mungkin dengan dokter spesialis penyakit dalam.

No. MR	:	PNK20251100037	Tanggal Pengambilan Sampel	:	21 November 2025
Nama Pasien	:	NADIKIN	Tanggal Pengiriman Hasil	:	21 November 2025
Jenis Kelamin	:	Male	Dokter Penanggung jawab	:	DERRYL FALARY
Tanggal Lahir/Umur	:	15 Desember 1975 / 49 Tahun			
		11 Bulan 6 Hari			
No. HP Pasien	:	6281514181718			
Alamat Pasien	:	Jl.bojong raya No.6A			
		cengkareng jakarta barat			
		pultaksi blue bird puri indah			

MEDICAL REPORT



DERRYL FALARY