

No. MR	: PNK20251100026	Tanggal Pengambilan Sampel	: 21 November 2025
Nama Pasien	: FARIS AGUS SUGIYANTO	Tanggal Pengiriman Hasil	: 24 November 2025
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: DERRYL FALARY
Tanggal Lahir/Umur	: 6 Agustus 1982 / 43 Tahun 3 Bulan 18 Hari		
No. HP Pasien	: 6285280609851		
Alamat Pasien	: Kantor Artek Advertising		

MEDICAL REPORT

ANAMNESIS DAN RIWAYAT KESEHATAN

Riwayat Penyakit Sekarang	: Tidak Ada Gejala - Tidak Mengalami Keluhan
Riwayat Penyakit Dahulu	: -
Riwayat Penyakit Keluarga	: Dm
Konsumsi Obat Rutin	: -
Alergi	: -
Pola Makan	: 3x
Kebiasaan Olahraga	: Tidak
Riwayat Merokok	: Seminggu 1bks
Riwayat Konsumsi Alkohol	: -
Puasa	: 9 malam

TANDA VITAL DAN PEMERIKSAAN FISIK

Tekanan Darah	: 132/89 mmHg
Nadi	: 67 x/menit
Napas	: 13 x/menit
Saturasi Oksigen	: 99%
Suhu	: 36.6°
Berat Badan	: 64 Kg
Tinggi Badan	: 160 Cm
IMT / Indeks Massa Tubuh	: 25.0 / Berat badan berlebih (Overweight)
Lingkar Perut	: 90 Cm
Pemeriksaan Fisik	: Fit

KESIMPULAN

- IMT / INDEKS MASSA TUBUH 25.0 (OVERWEIGHT)
- LINGKAR PERUT 90 CM (IDEAL)
- PRE HIPERTENSI
- PENINGKATAN ASAM URAT
- PENINGKATAN SGPT
- PENINGKATAN TRIGLISERIDA
- PENINGKATAN KOLESTEROL TOTAL
- PENURUNAN KOLESTEROL BAIK (HDL)
- PENINGKATAN KOLESTEROL JAHAT (LDL)

No. MR	: PNK20251100026	Tanggal Pengambilan Sampel	: 21 November 2025
Nama Pasien	: FARIS AGUS SUGIYANTO	Tanggal Pengiriman Hasil	: 24 November 2025
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: DERRYL FALARY
Tanggal Lahir/Umur	: 6 Agustus 1982 / 43 Tahun 3 Bulan 18 Hari		
No. HP Pasien	: 6285280609851		
Alamat Pasien	: Kantor Artek Advertising		

MEDICAL REPORT

SARAN

POLA MAKAN YANG DIANJURKAN

- Batasi makanan tinggi lemak, seperti gorengan, jeroan, daging berlemak, santan kental, dan makanan cepat saji.
- Kurangi asupan makanan pemicu asam urat tinggi, seperti jeroan, daging merah berlebihan, seafood tertentu (udang, kerang), serta alkohol.
- Pilih sumber lemak sehat: ikan berlemak baik (salmon, tuna, sarden), alpukat, kacang-kacangan, minyak zaitun.
- Perbanyak serat dari: sayuran hijau rendah purin, buah utuh (apel, pir, jeruk), oatmeal, kacang-kacangan.
- Kurangi konsumsi minuman manis, kue, roti manis, dan gula berlebih.

AKTIVITAS FISIK

- Olahraga 30 - 45 menit, 4 - 5 kali per minggu, seperti jalan cepat, bersepeda, berenang, atau olahraga lain yang nyaman dilakukan.
- Latihan kekuatan untuk otot perut dan tubuh bagian atas membantu mengontrol berat badan dan kesehatan metabolik.

TERKAIT RIWAYAT MEROKOK

- Dianjurkan untuk mengurangi hingga berhenti merokok secara bertahap, karena sangat berpengaruh terhadap kolesterol, tekanan darah, fungsi hati, serta kesehatan jantung.

TATALAKSANA LANJUTAN

- Obat mungkin perlu dipertimbangkan, terutama untuk kolesterol dan tekanan darah, apabila perubahan gaya hidup selama kurang lebih 3 bulan belum menunjukkan perbaikan.
- Dokter akan menyesuaikan pengobatan berdasarkan evaluasi lanjutan.

ANJURAN PEMERIKSAAN ULANG

- Pemeriksaan ulang kolesterol, fungsi hati (SGPT), asam urat, dan tekanan darah dianjurkan dilakukan dalam 2-3 bulan, disertai perubahan gaya hidup yang konsisten.

CATATAN

- Berat badan berada pada kategori overweight, sehingga disarankan mengatur pola makan dan aktivitas fisik untuk mencegah penambahan lemak tubuh.
- Riwayat merokok dapat memengaruhi pembuluh darah dan menurunkan kolesterol baik (HDL).

No. MR	: PNK20251100026	Tanggal Pengambilan Sampel	: 21 November 2025
Nama Pasien	: FARIS AGUS SUGIYANTO	Tanggal Pengiriman Hasil	: 24 November 2025
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: DERRYL FALARY
Tanggal Lahir/Umur	: 6 Agustus 1982 / 43 Tahun 3 Bulan 18 Hari		
No. HP Pasien	: 6285280609851		
Alamat Pasien	: Kantor Artek Advertising		

MEDICAL REPORT

CATATAN

- Tekanan darah dalam kategori pra-hipertensi, artinya belum termasuk hipertensi namun berisiko meningkat jika tidak dikelola dengan baik.
- Terdapat peningkatan trigliserida, kolesterol total, serta kolesterol jahat (LDL) dan penurunan kolesterol baik (HDL). Kondisi ini dapat meningkatkan risiko penyakit jantung dan penyumbatan pembuluh darah.
- Kadar asam urat dan SGPT meningkat, yang dapat berkaitan dengan pola makan tinggi lemak, minuman manis, atau konsumsi alkohol. SGPT adalah penanda fungsi hati, sehingga perlu perhatian untuk menjaga kesehatan organ hati.
- Secara keseluruhan, kondisi ini masih dapat dikelola dengan baik melalui perbaikan gaya hidup teratur dan pengawasan berkala untuk mencegah risiko penyakit jantung, gangguan hati, dan hipertensi.



DERRYL FALARY