

No. MR	: PNK20251100042	Tanggal Pengambilan Sampel	: 21 November 2025
Nama Pasien	: DESILINA CHEN IK	Tanggal Pengiriman Hasil	: 24 November 2025
Jenis Kelamin	: Female	Dokter Penanggung jawab	: DERRYL FALARY
Tanggal Lahir/Umur	: 3 Desember 1974 / 50 Tahun		
	11 Bulan 21 Hari		
No. HP Pasien	: 6285213282757		
Alamat Pasien	: Jl. Kaliandra Raya Blok C. 8		
	No.4 RT.13/RW.9,		
	Cengkareng Bar.,		
	Kecamatan Cengkareng,		
	Kota Jakarta Barat, Daerah		
	Khusus Ibukota Jakarta		
	11730, Indonesia		

MEDICAL REPORT

ANAMNESIS DAN RIWAYAT KESEHATAN

Riwayat Penyakit Sekarang	: Sesak nafas - >14 Hari
Riwayat Penyakit Dahulu	: '-'
Riwayat Penyakit Keluarga	: Jantung
Konsumsi Obat Rutin	: '-'
Alergi	: '-'
Pola Makan	: 2x
Kebiasaan Olahraga	: Seminggu 1x jalan kaki
Riwayat Merokok	: -
Riwayat Konsumsi Alkohol	: -
Puasa	: 5 pagi

TANDA VITAL DAN PEMERIKSAAN FISIK

Tekanan Darah	: 111/70 mmHg
Nadi	: 87 x/menit
Napas	: 13 x/menit
Saturasi Oksigen	: 96%
Suhu	: 36.4°
Berat Badan	: 58.5 Kg
Tinggi Badan	: 165 Cm
IMT / Indeks Massa Tubuh	: 21.5 / Berat badan normal
Lingkar Perut	: 84 Cm
Pemeriksaan Fisik	: Fit

KESIMPULAN

- IMT / INDEKS MASSA TUBUH 21.5 (NORMAL)
- LINGKAR PERUT 84 CM (IDEAL UNTUK WANITA < 80 CM)
- PENINGKATAN KOLESTEROL TOTAL
- PENURUNAN KOLESTEROL BAIK (HDL)
- TTGO 2 JAM DALAM BATAS NORMAL

No. MR	: PNK20251100042	Tanggal Pengambilan Sampel	: 21 November 2025
Nama Pasien	: DESILINA CHEN IK	Tanggal Pengiriman Hasil	: 24 November 2025
Jenis Kelamin	: Female	Dokter Penanggung jawab	: DERRYL FALARY
Tanggal Lahir/Umur	: 3 Desember 1974 / 50 Tahun 11 Bulan 21 Hari		
No. HP Pasien	: 6285213282757		
Alamat Pasien	: Jl. Kaliandra Raya Blok C. 8 No.4 RT.13/RW.9, Cengkareng Bar., Kecamatan Cengkareng, Kota Jakarta Barat, Daerah Khusus Ibukota Jakarta 11730, Indonesia		

MEDICAL REPORT

KESIMPULAN

- TERDAPAT LEUKOSIT DALAM URIN

SARAN

POLA MAKAN SEHAT

- Batasi makanan tinggi lemak seperti gorengan, jeroan, kulit ayam, santan kental, dan makanan cepat saji.
- Pilih lemak sehat melalui: ikan berlemak baik (salmon, tuna, sarden), alpukat, kacang-kacangan (almond, kenari), dan minyak zaitun.
- Perbanyak serat dari: sayuran hijau, buah utuh seperti apel, pir, jeruk, oatmeal, serta kacang-kacangan.
- Kurangi konsumsi makanan dan minuman tinggi gula.

AKTIVITAS FISIK YANG DISARANKAN

- Lakukan olahraga 30 - 45 menit, 4 - 5 kali per minggu, seperti: jalan cepat, bersepeda, berenang, senam, atau aktivitas lain yang sesuai dan nyaman.
- Latihan kekuatan ringan (termasuk otot perut dan tubuh bagian atas) dapat membantu mengontrol lingkaran perut.

SARAN TATALAKSANA

- Penggunaan obat belum tentu diperlukan saat ini.
- Jika setelah 3 bulan menjalankan pola hidup sehat kolesterol masih tinggi, dokter dapat mempertimbangkan terapi tambahan untuk perlindungan jantung, disesuaikan dengan kondisi hasil pemeriksaan lanjutan.

ANJURAN PEMERIKSAAN ULANG

- Dianjurkan melakukan pemeriksaan ulang kolesterol dan lingkaran perut dalam 3 - 6 bulan mendatang, setelah menjalani pola hidup sehat.

No. MR	: PNK20251100042	Tanggal Pengambilan Sampel	: 21 November 2025
Nama Pasien	: DESILINA CHEN IK	Tanggal Pengiriman Hasil	: 24 November 2025
Jenis Kelamin	: Female	Dokter Penanggung jawab	: DERRYL FALARY
Tanggal Lahir/Umur	: 3 Desember 1974 / 50 Tahun 11 Bulan 21 Hari		
No. HP Pasien	: 6285213282757		
Alamat Pasien	: Jl. Kaliandra Raya Blok C. 8 No.4 RT.13/RW.9, Cengkareng Bar., Kecamatan Cengkareng, Kota Jakarta Barat, Daerah Khusus Ibukota Jakarta 11730, Indonesia		

MEDICAL REPORT

CATATAN

- Hasil pemeriksaan menunjukkan berat badan dalam kategori ideal, serta gula darah berada dalam batas normal. Ini merupakan kondisi yang baik dan patut dipertahankan.
- Ada beberapa hasil yang perlu diperhatikan untuk menjaga kesehatan jantung ke depannya, terutama dengan adanya riwayat keluarga penyakit jantung. Lingkar perut sedikit melebihi batas ideal, serta ditemukan kenaikan kolesterol total dan penurunan kolesterol baik (HDL). Kondisi ini belum berbahaya, namun sebaiknya mulai dikelola sejak dini agar pembuluh darah dan jantung tetap terlindungi dengan baik.
- Secara keseluruhan, hasil pemeriksaan masih dalam kondisi yang dapat dikelola dengan baik melalui penyesuaian gaya hidup.



DERRYL FALARY