

No. MR	: PNK20251000047	Tanggal Pengambilan Sampel	: 03 December 2025
Nama Pasien	: CHEAH KEE CHAN	Tanggal Pengiriman Hasil	: 04 December 2025
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: DERRYL FALARY
Tanggal Lahir/Umur	: 15 September 1977 / 48 Tahun 2 Bulan 19 Hari		
No. HP Pasien	: 628982818518		
Alamat Pasien	: jl seni budaya raya no 2A		

MEDICAL REPORT

ANAMNESIS DAN RIWAYAT KESEHATAN

Riwayat Penyakit Sekarang	:	Tidak Ada Gejala - Tidak Mengalami Keluhan
Riwayat Penyakit Dahulu	:	tidak
Riwayat Penyakit Keluarga	:	Tidak
Konsumsi Obat Rutin	:	tidak
Alergi	:	tidak ada
Pola Makan	:	3x1
Kebiasaan Olahraga	:	Seminggu 2x (jalan pagi)
Riwayat Merokok	:	Tidak
Riwayat Konsumsi Alkohol	:	Tidak
Puasa	:	Puasa

TANDA VITAL DAN PEMERIKSAAN FISIK

Tekanan Darah	:	121/92 mmHg
Nadi	:	69 x/menit
Napas	:	12 x/menit
Saturasi Oksigen	:	96%
Suhu	:	36.6°
Berat Badan	:	83.7 Kg
Tinggi Badan	:	170 Cm
IMT / Indeks Massa Tubuh	:	29.0 / Obesitas
Lingkar Perut	:	92 Cm
Pemeriksaan Fisik	:	Baik

KESIMPULAN

- IMT/ INDEKS MASSA TUBUH 29.0 (OBESITAS)
- LINGKAR PERUT 92 CM (IDEAL UNTUK LAKI-LAKI <90 CM/ WANITA <80 CM)
- PENURUNAN FUNGSI HATI (SGOT DAN SGPT MENINGKAT)
- PENINGKATAN KOLESTEROL TOTAL

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.

No. MR	: PNK20251000047	Tanggal Pengambilan Sampel	: 03 December 2025
Nama Pasien	: CHEAH KEE CHAN	Tanggal Pengiriman Hasil	: 04 December 2025
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: DERRYL FALARY
Tanggal Lahir/Umur	: 15 September 1977 / 48 Tahun 2 Bulan 19 Hari		
No. HP Pasien	: 628982818518		
Alamat Pasien	: jl seni budaya raya no 2A		

MEDICAL REPORT

SARAN

- 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

PERBAIKAN POLA MAKAN UNTUK HATI DAN LEMAK DARAH

- Kurangi makanan dan minuman manis: teh manis, boba, kue, roti manis, coklat, minuman kemasan.
- Kurangi: Gorengan, fast food, makanan tinggi kolesterol seperti daging kambing, daging sapi, kuning telur, udang, santan, mentega, keju, jeroan.
- Perbanyak: sayur, buah, ikan, oatmeal, kacang-kacangan, alpukat.
- Olahraga: Jalan cepat, bersepeda, atau berenang 30 menit / hari, 4 - 6x / minggu dan latihan otot 2x / minggu.
- Serat dan sterol: Konsumsi oatmeal, buah, atau produk tinggi sterol untuk bantu turunkan kolesterol.
- Minum air putih 2-3 liter perhari.
- Kurangi konsumsi gula karena gula adalah penyebab utama HDL turun.
- Berhenti merokok dapat menurunkan risiko penyumbatan pembuluh darah dan meningkatkan kadar kolesterol baik (HDL).

MENGURANGI LEMAK HATI SERTA MENURUNKAN SGPT DAN SGOT

- Turunkan berat badan 3-5 kg secara bertahap (ini sudah sangat membantu perbaikan liver).
- Hindari alkohol bila dikonsumsi.
- Makan malam jangan terlalu larut (ideal sebelum 20.00)

CATATAN

- Penanganan obesitas umumnya dimulai dengan perubahan gaya hidup sehat, bisa dibantu dengan obat atau tindakan medis jika diperlukan, konsultasikan ke dokter atau ahli gizi untuk rencana yang sesuai dan aman.
- Hasil pemeriksaan menunjukkan kadar SGOT dan SGPT meningkat, menunjukkan adanya gangguan fungsi hati yang sering dipicu oleh pola makan tinggi gula, lemak, atau penumpukan lemak di hati (fatty liver).
- Hasil pemeriksaan menunjukkan kadar lemak darah sedikit di atas normal. Kondisi ini perlu dipantau dengan mengatur pola makan rendah kolesterol dan sebaiknya mulai diperbaiki dengan pola hidup sehat agar tetap terkontrol. Penggunaan obat kolesterol harus dengan resep dokter.

No. MR	:	PNK20251000047	Tanggal Pengambilan Sampel	:	03 December 2025
Nama Pasien	:	CHEAH KEE CHAN	Tanggal Pengiriman Hasil	:	04 December 2025
Jenis Kelamin	:	Male	Dokter Penanggung jawab	:	DERRYL FALARY
Tanggal Lahir/Umur	:	15 September 1977 / 48			
		Tahun 2 Bulan 19 Hari			
No. HP Pasien	:	628982818518			
Alamat Pasien	:	jl seni budaya raya no 2A			

MEDICAL REPORT



DERRYL FALARY