

No. MR	: PNK20251200027	Tanggal Pengambilan Sampel	: 29 December 2025
Nama Pasien	: MUHAMMAD BAGUS SAPUTRA	Tanggal Pengiriman Hasil	: 02 January 2026
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: Christiena Ova
Tanggal Lahir/Umur	: 23 Agustus 1996 / 29 Tahun 4 Bulan 10 Hari		
No. HP Pasien	: 6282113138949		
Alamat Pasien	: Pt setia kawan abadi jalan Daan mogot km 10 no 46		

MEDICAL REPORT

ANAMNESIS DAN RIWAYAT KESEHATAN

Riwayat Penyakit Sekarang	: Tidak Ada Gejala - Tidak Mengalami Keluhan
Riwayat Penyakit Dahulu	: Demam berdarah, gejala tipes
Riwayat Penyakit Keluarga	: -
Konsumsi Obat Rutin	: -
Alergi	: -
Pola Makan	: 2x
Kebiasaan Olahraga	: 2x workout
Riwayat Merokok	: 1bks/hari
Riwayat Konsumsi Alkohol	: 2x
Puasa	: 11 malam

TANDA VITAL DAN PEMERIKSAAN FISIK

Tekanan Darah	: 102/63 mmHg
Nadi	: 71 x/menit
Napas	: 14 x/menit
Saturasi Oksigen	: 99%
Suhu	: 36.4°
Berat Badan	: 44.9 Kg
Tinggi Badan	: 170 Cm
IMT / Indeks Massa Tubuh	: 15.5 / Berat badan kurang (Underweight)
Lingkar Perut	: 61 Cm
Pemeriksaan Fisik	: Fit

KESIMPULAN

- IMT/ INDEKS MASSA TUBUH 15.5 (UNDERWEIGHT)
- LINGKAR PERUT 61 CM (IDEAL UNTUK LAKI-LAKI <90 CM/ WANITA <80 CM)
- SUARA JANTUNG DAN PARU DALAM BATAS NORMAL
- PENINGKATAN EOSINOFIL

SARAN

INDEKS MASSA TUBUH BB KURANG / UNDERWEIGHT

- IMT <18,5 kg/m²
- Makan lebih sering (5 - 6 kali/hari) dalam porsi kecil.

No. MR	: PNK20251200027	Tanggal Pengambilan Sampel	: 29 December 2025
Nama Pasien	: MUHAMMAD BAGUS SAPUTRA	Tanggal Pengiriman Hasil	: 02 January 2026
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: Christiena Ova
Tanggal Lahir/Umur	: 23 Agustus 1996 / 29 Tahun 4 Bulan 10 Hari		
No. HP Pasien	: 6282113138949		
Alamat Pasien	: Pt setia kawan abadi jalan Daan mogot km 10 no 46		

MEDICAL REPORT

SARAN

- Pilih makanan bergizi padat: nasi, telur, daging, tahu, tempe, alpukat, kacang.
- Minum susu full cream / smoothies, tambahkan mentega pada makanan.
- Olahraga ringan rutin 3 - 5 kali / minggu, terutama latihan beban.
- Tidur cukup 7 - 8 jam dan kelola stres.

REKOMENDASI POLA HIDUP SEHAT

- Terapkan prinsip “isi piringku” yaitu setengah piring berisi sayur dan buah; setengah lainnya diisi makanan pokok, lauk-pauk. Pastikan asupan dari berbagai kelompok pangan yang bervariasi (karbohidrat kompleks, protein, buah-sayur, serat).
- Batasi konsumsi gula, garam, dan lemak jenuh/trans
- Hindari makanan gorengan, makanan cepat saji tinggi lemak jenuh, minuman manis, dan minuman beralkohol.
- Minum air putih cukup minimal sekitar 8 gelas/hari agar hidrasi terjaga.
- Tidur cukup 7-9 jam, hindari makan sebelum tidur
- Berhenti merokok untuk mencegah penyakit karena rokok menyebabkan peningkatan lingkaran perut (lemak visceral), penyakit metabolik dan kardiovaskular.
- Lakukan aktivitas fisik yang anda sukai minimal 30 menit aktivitas fisik per hari atau 3-5 kali per minggu secara rutin dan konsisten, disesuaikan kondisi dan kemampuan individu.

CATATAN

- Peningkatan eosinofil dapat terjadi karena alergi, infeksi cacing/parasit, atau reaksi tubuh terhadap kondisi tertentu, dan umumnya dapat dipantau serta ditangani dengan pemeriksaan lanjutan bila diperlukan. Disarankan evaluasi dan kontrol lanjutan ke dokter apabila mengalami keluhan untuk mendapatkan terapi sesuai indikasi klinis.



Christiena Ova