

No. MR	: PNK20260100083	Tanggal Pengambilan Sampel	: 30 January 2026
Nama Pasien	: KIM HIAN FEN	Tanggal Pengiriman Hasil	: 31 January 2026
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: Christiena Ova
Tanggal Lahir/Umur	: 20 November 1972 / 53 Tahun 2 Bulan 11 Hari		
No. HP Pasien	: 6281315918999		
Alamat Pasien	: Jl surya wijaya 2 blok y no 7 sunrase,kedoya utara kebon jeruk.masuk dari pitzahut taman ratu		

MEDICAL REPORT

ANAMNESIS DAN RIWAYAT KESEHATAN

Riwayat Penyakit Sekarang	: Gangguan Tidur - 1-3 Hari
Riwayat Penyakit Dahulu	: Cirosis
Riwayat Penyakit Keluarga	: Ayah jantung, ibu lever
Konsumsi Obat Rutin	: V blok dan udahad
Alergi	: Tidak ada
Pola Makan	: 3 - 4 kali tapi sedikit sedikit
Kebiasaan Olahraga	: Seminggu jalan 3x
Riwayat Merokok	: Tidak
Riwayat Konsumsi Alkohol	: Tidak
Puasa	: Puasa

TANDA VITAL DAN PEMERIKSAAN FISIK

Tekanan Darah	: 121/83 mmHg
Nadi	: 72 x/menit
Napas	: 12 x/menit
Saturasi Oksigen	: 96%
Suhu	: 36.0°
Berat Badan	: 86.5 Kg
Tinggi Badan	: 172 Cm
IMT / Indeks Massa Tubuh	: 29.2 / Obesitas
Lingkar Perut	: 106.3 Cm
Pemeriksaan Fisik	: Tidur agak terganggu (tidur agak malem) insomnia ringan, sirosis hati level awal 2022. Riwayat jantung sudah pasang ring, empedu sudah di angkat, riwayat usus buntu.

KESIMPULAN

- IMT/ INDEKS MASSA TUBUH 29.2 (OBESITAS)
- LINGKAR PERUT 106.3 CM (IDEAL UNTUK LAKI-LAKI <90 CM/ WANITA <80 CM)
- TANDA-TANDA VITAL DALAM BATAS NORMAL
- PENURUNAN JUMLAH TROMBOSIT/ TROMBOSITOPENIA
- PENINGKATAN SGOT/ PENURUNAN FUNGSI HATI

No. MR	: PNK20260100083	Tanggal Pengambilan Sampel	: 30 January 2026
Nama Pasien	: KIM HIAN FEN	Tanggal Pengiriman Hasil	: 31 January 2026
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: Christiena Ova
Tanggal Lahir/Umur	: 20 November 1972 / 53 Tahun 2 Bulan 11 Hari		
No. HP Pasien	: 6281315918999		
Alamat Pasien	: Jl surya wijaya 2 blok y no 7 sunrase,kedoya utara kebon jeruk.masuk dari pitzahut taman ratu		

MEDICAL REPORT

SARAN

IMT OBESITAS DAN LINGKAR PERUT MELEBIHI BATAS NORMAL

- IMT > 27,0 kg/m²
- 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 karena konsumsi berlebihan dapat memperparah risiko penyakit metabolik.
- Hindari makanan gorengan, makanan cepat saji tinggi lemak jenuh, dan minuman manis.
- Minum air putih cukup agar hidrasi terjaga.
- 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.
- Lakukan pemantauan berat badan dan kesehatan secara berkala: karena lingkaran perut dan distribusi lemak tubuh (viseral) sangat penting sehingga perlu rutin dikontrol berat badan, lingkaran pinggang, serta pemeriksaan kesehatan terkait (gula darah, tekanan darah, kolesterol).
- Tidur cukup 7 - 9 jam, hindari makan sebelum tidur

PENURUNAN FUNGSI HATI / PENINGKATAN SGPT DAN SGOT

- Hindari makanan berlemak seperti gorengan, daging kambing, daging sapi, kuning telur, santan, mentega, keju dll.
- Hindari makanan tinggi gula seperti gula pasir, gula jawa, sirup, manisan, dodol, es krim, minuman kemasan, kue-kue manis, susu kental manis.
- 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.
- Hindari minuman alkohol (batasan alkohol harian 20 gram untuk laki-laki dan 15 gram untuk wanita).

CATATAN

No. MR	: PNK20260100083	Tanggal Pengambilan Sampel	: 30 January 2026
Nama Pasien	: KIM HIAN FEN	Tanggal Pengiriman Hasil	: 31 January 2026
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: Christiena Ova
Tanggal Lahir/Umur	: 20 November 1972 / 53 Tahun 2 Bulan 11 Hari		
No. HP Pasien	: 6281315918999		
Alamat Pasien	: Jl surya wijaya 2 blok y no 7 sunrase,kedoya utara kebon jeruk.masuk dari pitzahut taman ratu		

MEDICAL REPORT

CATATAN

- Trombosit anda sangat rendah sehingga anda harus segera diperiksa ke Dokter di Fasilitas Layanan Kesehatan Terdekat. Trombosit berfungsi untuk membantu menghentikan perdarahan. Jumlahnya bisa turun karena penyakit, obat, kehamilan, atau menjelang haid, sehingga tubuh lebih mudah memar atau berdarah. Segera periksakan diri ke fasilitas kesehatan terdekat untuk penanganan lebih lanjut dan mencegah komplikasi dan perburukan kondisi kesehatan anda. Jangan tunda konsul ke Dokter di instalasi gawat darurat Fasilitas Layanan Kesehatan Terdekat jika muncul mimisan, gusi berdarah, darah di urine atau feses, bintik merah di kulit, atau perdarahan hebat yang sulit berhenti.
- Hal yang dapat menyebabkan penurunan fungsi hati/liver: sedang minum obat-obatan yang dapat mengganggu fungsi hati, konsumsi alkohol, terinfeksi hepatitis, mengalami sirosis (kerusakan hati). Hal ini sesuai dengan kondisi Sirosis Hati yang anda alami. Lakukan kontrol rutin ke Dokter Spesialis yang merawat anda agar kondisi anda dapat terpantau dengan baik.
- Jangan mengubah, mengganti atau menghentikan obat rutin yang anda konsumsi tanpa anjuran dari Dokter yang merawat anda. Lakukan kontrol rutin agar Dokter dapat menilai keberhasilan terapi sehingga kondisi anda dapat terpantau dengan baik.



Christiena Ova