

No. MR	: PNK20260100094	Tanggal Pengambilan Sampel	: 05 February 2026
Nama Pasien	: DESILIA HELMY	Tanggal Pengiriman Hasil	: 06 February 2026
Jenis Kelamin	: Female	Dokter Penanggung jawab	: Fenetta F A
Tanggal Lahir/Umur	: 25 Desember 1970 / 55 Tahun 1 Bulan 12 Hari		Masinambow
No. HP Pasien	: 628176065763		
Alamat Pasien	: Jl Mesjid 4 No.30 Patal Senayan Jakarta Selatan		

MEDICAL REPORT

ANAMNESIS DAN RIWAYAT KESEHATAN

Riwayat Penyakit Sekarang	: Nyeri Lutut - >14 Hari
Riwayat Penyakit Dahulu	: -
Riwayat Penyakit Keluarga	: Tidak ada
Konsumsi Obat Rutin	: -
Alergi	: -
Pola Makan	: 3X SEHARI
Kebiasaan Olahraga	: Jalan kaki 1 sampai 2KM sehari
Riwayat Merokok	: Merokok, tapi jarang
Riwayat Konsumsi Alkohol	: Tidak
Puasa	: Jam 22.00

TANDA VITAL DAN PEMERIKSAAN FISIK

Tekanan Darah	: 113/75 mmHg
Nadi	: 63 x/menit
Napas	: 13 x/menit
Saturasi Oksigen	: 98%
Suhu	: 36.4°
Berat Badan	: 70 Kg
Tinggi Badan	: 165 Cm
IMT / Indeks Massa Tubuh	: 25.7 / Berat badan berlebih (Overweight)
Lingkar Perut	: 92 Cm
Pemeriksaan Fisik	: Fit

KESIMPULAN

- IMT 25,7 (OVERWEIGHT)
- LINGKAR PERUT MELEBIHI BATAS NORMAL 92 CM (IDEAL UNTUK PEREMPUAN: <80 CM)
- TANDA VITAL DALAM BATAS NORMAL
- PENINGKATAN SGOT SGPT
- PENINGKATAN PROFIL LIPID
- PENINGKATAN GULA DARAH PUASA

SARAN

IMT BERLEBIH/OVERWEIGHT, LINGKAR PERUT MELEBIHI BATAS NORMAL, PENINGKATAN FUNGSI HATI, PROFIL LIPID, DAN GULA DARAH

No. MR	: PNK20260100094	Tanggal Pengambilan Sampel	: 05 February 2026
Nama Pasien	: DESILIA HELMY	Tanggal Pengiriman Hasil	: 06 February 2026
Jenis Kelamin	: Female	Dokter Penanggung jawab	: Fenetta F A
Tanggal Lahir/Umur	: 25 Desember 1970 / 55 Tahun 1 Bulan 12 Hari		Masinambow
No. HP Pasien	: 628176065763		
Alamat Pasien	: Jl Mesjid 4 No.30 Patal Senayan Jakarta Selatan		

MEDICAL REPORT

SARAN

- 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, minuman manis.
- Hindari minuman alkohol (batasan alkohol harian 20 gram untuk laki-laki dan 15 gram untuk wanita).
- Konsumsi oatmeal, buah, atau produk tinggi sterol untuk bantu turunkan kolesterol serta konsumsi buah nenas segar yang mengandung serat, vitamin C, dan bromelain yang dapat membantu mendukung penurunan kolesterol.
- Minum air putih cukup minimal sekitar 8 gelas/hari 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). Penurunan berat badan 5-7 persen sudah membantu mencegah diabetes, terutama pada obesitas.
- Tidur cukup 7-8 jam, hindari makan sebelum tidur.

CATATAN

- Hasil pemeriksaan menunjukkan kadar gula darah Ibu berada pada kategori prediabetes. Kondisi ini masih dapat dicegah berkembang menjadi diabetes dengan olahraga teratur, pola makan sehat, dan kontrol rutin.
- Hasil pemeriksaan menunjukkan kadar lemak darah Ibu mengalami peningkatan. Kondisi ini perlu dipantau dengan mengatur pola makan rendah kolesterol sesuai anjuran. Penggunaan obat kolesterol harus sesuai indikasi dan dipantau oleh Dokter.

No. MR	: PNK20260100094	Tanggal Pengambilan Sampel	: 05 February 2026
Nama Pasien	: DESILIA HELMY	Tanggal Pengiriman Hasil	: 06 February 2026
Jenis Kelamin	: Female	Dokter Penanggung jawab	: Fenetta F A
Tanggal Lahir/Umur	: 25 Desember 1970 / 55 Tahun 1 Bulan 12 Hari		Masinambow
No. HP Pasien	: 628176065763		
Alamat Pasien	: Jl Mesjid 4 No.30 Patal Senayan Jakarta Selatan		

MEDICAL REPORT

CATATAN

- Hasil pemeriksaan menunjukkan fungsi hati Ibu mengalami penurunan yang ditandai dengan kadar enzim hati yang meningkat. Hal yang dapat menyebabkan penurunan fungsi hati antara lain adalah sedang minum obat-obatan yang dapat mengganggu fungsi hati, konsumsi alkohol, terinfeksi hepatitis, mengalami sirosis (kerusakan hati), atau tanda penyakit tertentu lainnya. Jika terdapat keluhan seperti mual muntah hebat, kulit menjadi kuning, nyeri perut kanan atas yang tidak membaik, atau perut membesar, segera pergi ke Fasilitas Kesehatan untuk ditangani lebih lanjut.
- Hasil Analisa proyeksi risiko terkena penyakit jantung dalam 10 tahun kedepan, menggunakan Framingham Risk Score (FRS), didapatkan bahwa Ibu masuk dalam kategori risiko rendah (< 10%). Artinya, kemungkinan terkena penyakit jantung dalam 10 tahun kedepan masih minim. Tetap jaga pola hidup sehat agar risikonya tidak meningkat.
- Sebaiknya mengurangi atau memberhentikan penggunaan rokok, karena rokok dapat menyebabkan peningkatan tekanan darah yang dipicu oleh penyempitan pembuluh darah dan peningkatan denyut jantung
- Untuk keluhan nyeri lutut Ibu, dapat disebabkan oleh beberapa faktor antara lain karena adanya trauma, penggunaan berlebihan/overuse dari lutut, faktor genetik, obesitas, dan perubahan hormon. Ibu dapat secara konsisten melakukan latihan fisik serta menjaga pola makan sehat agar mencapai berat badan ideal, yang nantinya akan mengurangi beban kerja lutut sehingga nyeri juga akan berkurang. Namun, jika setelah modifikasi gaya hidup nyeri masih terus dirasakan, segera datang ke fasilitas kesehatan untuk diperiksa lebih lanjut.
- Untuk keseluruhan kondisi Ibu, disarankan untuk cek kesehatan rutin 3-6 bulan sekali agar kondisi tetap terkontrol dan mengurangi risiko komplikasi yang lebih serius. Ibu juga dapat berkonsultasi dengan Dokter Spesialis Gizi dan Dokter Spesialis Penyakit Dalam untuk penanganan yang lebih komprehensif.



Fenetta F A Masinambow