

No. MR	: PNK20260200017	Tanggal Pengambilan Sampel	: 10 February 2026
Nama Pasien	: ADINDA RACHMAWATI AYUNI SAPTONO	Tanggal Pengiriman Hasil	: 11 February 2026
Jenis Kelamin	: Female	Dokter Penanggung jawab	: Fenetta F A Masinambow
Tanggal Lahir/Umur	: 27 Juni 2000 / 25 Tahun 7 Bulan 15 Hari		
No. HP Pasien	: 6281310290862		
Alamat Pasien	: Gedung Century Jl. Limo no 45 Kebayoran Lama, Jakarta Selatan		

MEDICAL REPORT

ANAMNESIS DAN RIWAYAT KESEHATAN

Riwayat Penyakit Sekarang	: Gangguan Panik - Tidak Mengalami Keluhan
Riwayat Penyakit Dahulu	: Ada riwayat ke psikiater selama 1 tahun, tidak haid selama 6 bulan, berat badan naik drastis dan susah turun, ada pre diabet
Riwayat Penyakit Keluarga	: Diabetes, Hepatitis
Konsumsi Obat Rutin	: Obat tidur dan obat cemas
Alergi	: -
Pola Makan	: 1x
Kebiasaan Olahraga	: 2x seminggu gym
Riwayat Merokok	: -
Riwayat Konsumsi Alkohol	: -
Puasa	: Terakhir makan jam 1

TANDA VITAL DAN PEMERIKSAAN FISIK

Tekanan Darah	: 116/88 mmHg
Nadi	: 94 x/menit
Napas	: 12 x/menit
Saturasi Oksigen	: 98%
Suhu	: 36.5°
Berat Badan	: 80 Kg
Tinggi Badan	: 154 Cm
IMT / Indeks Massa Tubuh	: 33.7 / Obesitas
Lingkar Perut	: 102 Cm
Pemeriksaan Fisik	: Batuk pilek 3 Minggu, pusing, magh kambuh, dan sesak dikit karena Aslam naik

KESIMPULAN

- IMT 33,7 (OBESITAS)
- LINGKAR PERUT MELEBIHI NORMAL 102 CM (IDEAL UNTUK PEREMPUAN <80 CM)
- BUNYI JANTUNG DAN PARU DALAM BATAS NORMAL
- PENURUNAN FUNGSI HATI
- KETIDAKSEIMBANGAN PROFIL LIPID

No. MR	: PNK20260200017	Tanggal Pengambilan Sampel	: 10 February 2026
Nama Pasien	: ADINDA RACHMAWATI AYUNI SAPTONO	Tanggal Pengiriman Hasil	: 11 February 2026
Jenis Kelamin	: Female	Dokter Penanggung jawab	: Fenetta F A Masinambow
Tanggal Lahir/Umur	: 27 Juni 2000 / 25 Tahun 7 Bulan 15 Hari		
No. HP Pasien	: 6281310290862		
Alamat Pasien	: Gedung Century Jl. Limo no 45 Kebayoran Lama, 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.
- 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.
- Obat: Hanya digunakan bila diresepkan dokter sesuai kondisi medis.
- Tidur cukup 7 - 9 jam, hindari makan sebelum tidur.

CATATAN

- Hasil pemeriksaan menunjukkan bahwa Saudari mengalami obesitas. Hal ini dapat diatasi dengan menerapkan pola makan dengan gizi seimbang, disertai olahraga rutin dengan target penurunan berat badan yang sesuai.
- Hasil pemeriksaan menunjukkan kadar lemak darah Saudari mengalami ketidakseimbangan. Kondisi ini perlu dipantau dengan mengatur pola makan rendah kolesterol sesuai anjuran. Penggunaan obat kolesterol harus sesuai indikasi dan dipantau oleh Dokter.

No. MR	: PNK20260200017	Tanggal Pengambilan Sampel	: 10 February 2026
Nama Pasien	: ADINDA RACHMAWATI AYUNI SAPTONO	Tanggal Pengiriman Hasil	: 11 February 2026
Jenis Kelamin	: Female	Dokter Penanggung jawab	: Fenetta F A Masinambow
Tanggal Lahir/Umur	: 27 Juni 2000 / 25 Tahun 7 Bulan 15 Hari		
No. HP Pasien	: 6281310290862		
Alamat Pasien	: Gedung Century Jl. Limo no 45 Kebayoran Lama, Jakarta Selatan		

MEDICAL REPORT**CATATAN**

- Hasil pemeriksaan menunjukkan fungsi hati Saudari mengalami penurunan yang ditandai dengan kadar enzim hati yang meningkat. Hal yang dapat menyebabkan penurunan fungsi hati antara lain akibat konsumsi obat-obatan yang dapat mengganggu fungsi hati, konsumsi alkohol, terinfeksi hepatitis, mengalami sirosis (kerusakan hati), atau tanda penyakit tertentu lainnya. Mengingat adanya riwayat Saudari minum obat untuk mengatasi gangguan tidur dan kecemasan yang rutin, disarankan untuk kontrol kembali ke Psikiater untuk diperiksa lebih lanjut akan kemungkinan adanya efek samping dari obat-obatan yang dikonsumsi. 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.
- Untuk kondisi pemeriksaan sebelumnya yang menunjukkan Saudari masuk dalam kategori pre-diabetes, dari hasil pemeriksaan saat ini, kondisi Gula Darah masih dalam batas normal. Disarankan untuk melakukan pemeriksaan ulang dalam 1-3 bulan kedepan, sambil memperbaiki pola makan serta aktivitas fisik agar hasilnya tetap baik.
- Untuk gejala-gejala yang Saudari alami karena adanya riwayat penyakit asam lambung naik, Saudari dapat menyiasati dengan membuat jadwal pola makan yang teratur, menghindari makanan pedas, asam, maupun makanan dan minuman lain yang memicu pengeluaran asam lambung berlebih, dan disarankan untuk makan kudapan atau camilan sehat per 2-3 jam sekali dengan porsi sedikit namun teratur dan konsisten. Jika ada keluhan, disarankan untuk datang ke fasilitas kesehatan terdekat untuk ditangani lebih lanjut.
- Untuk gejala peningkatan berat badan secara drastis yang Saudari alami, disarankan untuk berkonsultasi dengan Dokter Spesialis Penyakit Dalam untuk diidentifikasi kemungkinan penyebabnya. Bila perlu, dapat berkonsultasi juga dengan Dokter Spesialis Gizi Klinik untuk penanganannya.
- Untuk gejala gangguan haid dalam jangka waktu lama yang Saudari alami, disarankan untuk berkonsultasi dengan Dokter Spesialis Kebidanan dan Kandungan untuk ditangani lebih lanjut.
- Untuk gejala batuk serta pilek berulang yang Saudari alami, dapat disebabkan oleh beberapa faktor, antara lain kondisi alergi atau sensitif terhadap sesuatu (debu, udara dingin, polusi, dan lain sebagainya), asam lambung yang naik (reflux), atau masalah pada saluran pernafasan. Saudari dapat mengatasi gejala dengan menghindari pencetus, menjaga suhu tubuh tetap hangat, menggunakan masker saat berpergian keluar rumah, mengatasi permasalahan asam lambung yang Saudari alami. Namun jika keluhan masih terus berlangsung, Saudari dapat mempertimbangkan untuk konsultasi dengan Dokter Spesialis THT atau Dokter Spesialis Paru untuk ditangani lebih lanjut.

No. MR	: PNK20260200017	Tanggal Pengambilan Sampel	: 10 February 2026
Nama Pasien	: ADINDA RACHMAWATI AYUNI SAPTONO	Tanggal Pengiriman Hasil	: 11 February 2026
Jenis Kelamin	: Female	Dokter Penanggung jawab	: Fenetta F A Masinambow
Tanggal Lahir/Umur	: 27 Juni 2000 / 25 Tahun 7 Bulan 15 Hari		
No. HP Pasien	: 6281310290862		
Alamat Pasien	: Gedung Century Jl. Limo no 45 Kebayoran Lama, Jakarta Selatan		

MEDICAL REPORT

CATATAN

- Pada kondisi Saudari, pola hidup yang sehat dan manajemen stress yang baik dapat membantu mencegah relaps dan kekambuhan dari gangguan tidur dan gangguan kecemasan yang Saudari alami. Tetap konsumsi obat sesuai anjuran Dokter, jangan menghentikan obat secara mendadak tanpa pengaturan dari Dokter, serta kontrol rutin agar kondisi Saudari tetap dapat dipantau dengan baik.
- Untuk keseluruhan kondisi Saudari, penanganan secara komprehensif dari Dokter Spesialis serta dukungan penuh dari orang terdekat dibutuhkan untuk meningkatkan kualitas hidup dan menangani kondisi Saudari dengan tepat.



Fenetta F A Masinambow