

No. MR	: PNK20260200018	Tanggal Pengambilan Sampel	: 11 February 2026
Nama Pasien	: YOERE DESANTORO	Tanggal Pengiriman Hasil	: 12 February 2026
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: Fenetta F A
Tanggal Lahir/Umur	: 22 Juni 1975 / 50 Tahun 7 Bulan 21 Hari		Masinambow
No. HP Pasien	: 62818856151		
Alamat Pasien	: Perumahan Puri Megah Jalan Jati Blok D3 No. 8 Cipondoh Tangerang		

MEDICAL REPORT

ANAMNESIS DAN RIWAYAT KESEHATAN

Riwayat Penyakit Sekarang	: Lainnya - Tidak Mengalami Keluhan
Riwayat Penyakit Dahulu	: Tidak ada
Riwayat Penyakit Keluarga	: Tidak ada
Konsumsi Obat Rutin	: Tidak ada
Alergi	: Sabun kebersihan rumah tangga
Pola Makan	: 3 kali sehari
Kebiasaan Olahraga	: Seminggu sekali olahraga
Riwayat Merokok	: Merokok lebih 20 tahun sampai sekarang
Riwayat Konsumsi Alkohol	: Minum alkohol Kamis minggu lau
Puasa	: Puasa jam 8 malam

TANDA VITAL DAN PEMERIKSAAN FISIK

Tekanan Darah	: 113/78 mmHg
Nadi	: 69 x/menit
Napas	: 12 x/menit
Saturasi Oksigen	: 97%
Suhu	: 36.5°
Berat Badan	: 75 Kg
Tinggi Badan	: 170 Cm
IMT / Indeks Massa Tubuh	: 26.0 / Berat badan berlebih (Overweight)
Lingkar Perut	: 90.5 Cm
Pemeriksaan Fisik	: Fisik normal, penglihatan pakai kacamata plus, pendengaran normal

KESIMPULAN

- IMT 26,0 (OVERWEIGHT)
- LINGKAR PERUT MELEBIHI BATAS NORMAL 90,5 CM (IDEAL UNTUK LAKI-LAKI: < 90 CM)
- SUARA JANTUNG DAN PARU DALAM BATAS NORMAL
- TANDA VITAL NORMAL
- PENINGKATAN KREATININ DAN PENINGKATAN KOLESTEROL

No. MR	: PNK20260200018	Tanggal Pengambilan Sampel	: 11 February 2026
Nama Pasien	: YOERE DESANTORO	Tanggal Pengiriman Hasil	: 12 February 2026
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: Fenetta F A
Tanggal Lahir/Umur	: 22 Juni 1975 / 50 Tahun 7 Bulan 21 Hari		Masinambow
No. HP Pasien	: 62818856151		
Alamat Pasien	: Perumahan Puri Megah Jalan Jati Blok D3 No. 8 Cipondoh Tangerang		

MEDICAL REPORT

SARAN

IMT BERLEBIH/OVERWEIGHT, LINGKAR PERUT MELEBIHI BATAS NORMAL, DAN PENINGKATAN KOLESTEROL

- 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 nanas segar yang mengandung serat, vitamin C, dan bromelain yang dapat membantu mendukung penurunan kolesterol.
- 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). Penurunan berat badan 5-7 persen sudah membantu mencegah diabetes, terutama pada obesitas.
- Tidur cukup 7-9 jam, hindari makan sebelum tidur.
- Hindari asap rokok dan merokok untuk menurunkan risiko penyumbatan pembuluh darah dan meningkatkan kadar kolesterol baik (HDL).

PENINGKATAN KREATININ

- Cairan: Minum cukup air sesuai anjuran dokter, konsultasikan terlebih dahulu.
- Protein: Batasi konsumsi protein sesuai kondisi ginjal.
- Serat: Perbanyak makan buah, sayur, dan makanan tinggi serat.
- Gaya hidup: Hindari paparan asap rokok dan batasi alkohol.
- Pemeriksaan: Lakukan cek ureum dan kreatinin secara berkala untuk memantau fungsi ginjal.
- Konsultasi: Rutin periksa ke dokter untuk evaluasi dan penanganan yang tepat.

No. MR	: PNK20260200018	Tanggal Pengambilan Sampel	: 11 February 2026
Nama Pasien	: YOERE DESANTORO	Tanggal Pengiriman Hasil	: 12 February 2026
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: Fenetta F A
Tanggal Lahir/Umur	: 22 Juni 1975 / 50 Tahun 7 Bulan 21 Hari		Masinambow
No. HP Pasien	: 62818856151		
Alamat Pasien	: Perumahan Puri Megah Jalan Jati Blok D3 No. 8 Cipondoh Tangerang		

MEDICAL REPORT

CATATAN

- Hasil pemeriksaan menunjukkan bahwa Bapak masuk dalam kategori overweight atau berat badan berlebih. Bapak dapat melakukan modifikasi gaya hidup sesuai anjuran yang telah diberikan. Jika berat badan belum turun meski sudah rutin berolahraga dan mengatur porsi makan, konsultasikan ke Dokter atau ahli gizi untuk rencana yang sesuai dan aman untuk Bapak.
- Hasil pemeriksaan menunjukkan kadar kolesterol Bapak mengalami peningkatan. Berdasarkan anamnesis yang dilakukan, di mana pada 6 bulan lalu Bapak memiliki riwayat kolesterol tinggi, saat ini hasil kolesterol masih mengalami peningkatan. Kondisi ini perlu dipantau dengan mengatur pola makan rendah kolesterol dan sebaiknya mulai diperbaiki dengan pola hidup sehat agar tetap terkontrol. Dapat dipertimbangkan penggunaan terapi obat untuk menurunkan kadar kolesterol, yang tentunya diberikan sesuai dengan anjuran Dokter. Bapak disarankan untuk konsultasi dengan Dokter Spesialis Penyakit Dalam untuk penanganan lebih lanjut.
- Hasil pemeriksaan menunjukkan bahwa kadar kreatinin dalam darah Bapak mengalami peningkatan. Hal yang dapat menyebabkan kondisi ini antara lain karena adanya gangguan ginjal, dehidrasi atau kurang cairan, penyakit lain seperti diabetes yang tidak terkontrol dengan baik, atau efek samping akibat penggunaan obat-obatan atau suplemen tertentu. Disarankan untuk cek ulang fungsi ginjal Bapak dalam 1-3 bulan kedepan, sambil memperbaiki pola makan serta aktivitas Bapak.
- Hasil Analisa proyeksi risiko terkena penyakit jantung dalam 10 tahun kedepan, menggunakan Framingham Risk Score (FRS), didapatkan bahwa Bapak masuk dalam kategori risiko sedang (10-19%). Artinya, peluang Bapak terkena penyakit jantung mulai meningkat. Bapak dapat memperbaiki pola makan, rajin berolahraga, dan melakukan pemeriksaan dan konsultasi rutin dengan Dokter agar risiko 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 keseluruhan kondisi Bapak, disarankan untuk kontrol dengan Dokter Spesialis Penyakit Dalam dan Dokter Spesialis Gizi agar dapat dipantau rutin dengan penanganan yang tepat.



No. MR	: PNK20260200018	Tanggal Pengambilan Sampel	: 11 February 2026
Nama Pasien	: YOERE DESANTORO	Tanggal Pengiriman Hasil	: 12 February 2026
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: Fenetta F A
Tanggal Lahir/Umur	: 22 Juni 1975 / 50 Tahun 7 Bulan 21 Hari		Masinambow
No. HP Pasien	: 62818856151		
Alamat Pasien	: Perumahan Puri Megah Jalan Jati Blok D3 No. 8 Cipondoh Tangerang		

MEDICAL REPORT

Fenetta F A Masinambow