

No. MR	: PNK20260200018	Tanggal Pengambilan Sampel	: 11 February 2026
Nama Pasien	: ELLYZABETH BETTY KAWET	Tanggal Pengiriman Hasil	: 12 February 2026
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: Fenetta F A
Tanggal Lahir/Umur	: 9 November 1956 / 69 Tahun		Masinambow
	3 Bulan 3 Hari		
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	: Hipertensi, jantung
Konsumsi Obat Rutin	: Tidak ada
Alergi	: Tidak ada
Pola Makan	: 2 kali sehari
Kebiasaan Olahraga	: Seminggu jalan kaki 3 kali
Riwayat Merokok	: Tidak pernah
Riwayat Konsumsi Alkohol	: Tidak pernah
Puasa	: Terakhir makan jam setengah 9 malam

TANDA VITAL DAN PEMERIKSAAN FISIK

Tekanan Darah	: 146/91 mmHg
Nadi	: 74 x/menit
Napas	: 12 x/menit
Saturasi Oksigen	: 98%
Suhu	: 36.7°
Berat Badan	: 69 Kg
Tinggi Badan	: 155 Cm
IMT / Indeks Massa Tubuh	: 28.7 / Obesitas
Lingkar Perut	: 100 Cm
Pemeriksaan Fisik	: Fisik normal, penglihatan plus , pendengaran normal

KESIMPULAN

- IMT 28,7 (OBESITAS)
- LINGKAR PERUT MELEBIHI NORMAL 100 CM (IDEAL UNTUK PEREMPUAN: <80 CM)
- BUNYI JANTUNG DAN PARU DALAM BATAS NORMAL
- PENINGKATAN TEKANAN DARAH
- PENINGKATAN UREUM DAN ASAM URAT
- KETIDAKSEIMBANGAN PROFIL LIPID
- INFeksi SALURAN KEMIH

No. MR	: PNK20260200018	Tanggal Pengambilan Sampel	: 11 February 2026
Nama Pasien	: ELLYZABETH BETTY KAWET	Tanggal Pengiriman Hasil	: 12 February 2026
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: Fenetta F A
Tanggal Lahir/Umur	: 9 November 1956 / 69 Tahun		Masinambow
	3 Bulan 3 Hari		
No. HP Pasien	: 62818856151		
Alamat Pasien	: Perumahan Puri Megah Jalan		
	Jati Blok D3 No 8 Cipondoh		
	Tangerang		

MEDICAL REPORT

SARAN

IMT OBESITAS, LINGKAR PERUT MELEBIHI BATAS NORMAL, PENINGKATAN ASAM URAT DAN KETIDAKSEIMBANGAN PROFIL LIPID

- 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.
- 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.
- Obat: Hanya digunakan bila diresepkan dokter sesuai kondisi medis.
- Tidur cukup 7 - 9 jam, hindari makan sebelum tidur.

KENDALIKAN HIPERTENSI / TEKANAN DARAH TINGGI DENGAN PATUH

- P = Periksa rutin tekanan darah setiap 2-4 minggu & ikuti anjuran dokter
- A = Atasi dengan obat sesuai resep, jangan putus/ganti sendiri
- T = Tetap makan sehat, kurangi garam, minyak & makanan instan
- U = Upayakan aktif, olahraga ringan-sedang secara teratur
- H = Hindari rokok, alkohol, dan zat berbahaya berbahaya lain yang bisa merusak tubuh

PENINGKATAN UREUM

- Cairan: Minum cukup air sesuai anjuran dokter, konsultasikan terlebih dahulu.
- Protein: Batasi konsumsi protein sesuai kondisi ginjal.

No. MR	: PNK20260200018	Tanggal Pengambilan Sampel	: 11 February 2026
Nama Pasien	: ELLYZABETH BETTY KAWET	Tanggal Pengiriman Hasil	: 12 February 2026
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: Fenetta F A
Tanggal Lahir/Umur	: 9 November 1956 / 69 Tahun		Masinambow
	3 Bulan 3 Hari		
No. HP Pasien	: 62818856151		
Alamat Pasien	: Perumahan Puri Megah Jalan		
	Jati Blok D3 No 8 Cipondoh		
	Tangerang		

MEDICAL REPORT

SARAN

- 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.

CATATAN

- Hasil pemeriksaan menunjukkan bahwa Ibu 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 Tekanan Darah Ibu menunjukkan adanya peningkatan yang masuk dalam kategori hipertensi. Mengingat riwayat penyakit hipertensi yang Ibu alami, saat ini kondisinya belum terkontrol karena masih didapatkan adanya peningkatan tekanan darah walaupun sudah mengonsumsi obat anti-hipertensi rutin. Namun, hal ini juga dapat terjadi pada kondisi tertentu, misalnya karena kurang istirahat yang menyebabkan kelelahan, kurangnya aktivitas fisik, pola makan yang tidak seimbang, dan lain sebagainya. Ibu dapat memperbanyak waktu untuk melakukan aktivitas fisik, serta menjaga pola makan yang sehat. Disarankan untuk kontrol kembali ke Dokter yang menangani Ibu untuk dievaluasi lebih lanjut.
- Hasil pemeriksaan menunjukkan adanya ketidakseimbangan hasil profil lipid/kadar lemak darah Ibu. Kondisi ini perlu dipantau dengan mengatur pola makan rendah kolesterol sesuai anjuran. Penggunaan obat kolesterol harus sesuai indikasi dan dipantau oleh Dokter
- Hasil pemeriksaan menunjukkan kadar asam urat Ibu mengalami peningkatan. Hal ini dapat dikendalikan dengan menghindari makanan tinggi purin. Lakukan konsultasi ke Dokter apabila muncul keluhan nyeri sendi yang meradang, kemerahan dan bengkak.
- Hasil pemeriksaan menunjukkan bahwa kadar ureum dalam darah Ibu 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 Ibu dalam 1-3 bulan kedepan, sambil memperbaiki pola makan serta aktivitas Ibu.

No. MR	: PNK20260200018	Tanggal Pengambilan Sampel	: 11 February 2026
Nama Pasien	: ELLYZABETH BETTY KAWET	Tanggal Pengiriman Hasil	: 12 February 2026
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: Fenetta F A
Tanggal Lahir/Umur	: 9 November 1956 / 69 Tahun		Masinambow
	3 Bulan 3 Hari		
No. HP Pasien	: 62818856151		
Alamat Pasien	: Perumahan Puri Megah Jalan		
	Jati Blok D3 No 8 Cipondoh		
	Tangerang		

MEDICAL REPORT

CATATAN

- Hasil pemeriksaan laboratorium urin menunjukkan bahwa Ibu mengalami infeksi saluran kemih. Hal ini umumnya disebabkan karena adanya deposit bakteri di saluran kemih yang biasanya diperberat karena kondisi usia yang semakin bertambah, riwayat penyakit kronis, infeksi saluran kemih berulang, atau kondisi lainnya. Disarankan untuk pergi ke Fasilitas Kesehatan terdekat agar dapat diberikan penanganan yang tepat oleh Dokter/Dokter Spesialis Penyakit Dalam.
- Untuk keseluruhan kondisi Ibu, disarankan untuk cek kesehatan rutin 1-3 bulan sekali, mengingat Ibu memiliki riwayat penyakit kronis (Hipertensi) yang harus dikontrol untuk 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