

No. MR	: PNK20260200026	Tanggal Pengambilan Sampel	: 12 February 2026
Nama Pasien	: EDY	Tanggal Pengiriman Hasil	: 13 February 2026
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: Fenetta F A
Tanggal Lahir/Umur	: 28 Juli 1977 / 48 Tahun 6 Bulan 16 Hari		Masinambow
No. HP Pasien	: 6287890003135		
Alamat Pasien	: Jl kamal raya no 84		

MEDICAL REPORT

ANAMNESIS DAN RIWAYAT KESEHATAN

Riwayat Penyakit Sekarang	:	Lainnya - Tidak Mengalami Keluhan
Riwayat Penyakit Dahulu	:	Tidak ada
Riwayat Penyakit Keluarga	:	Ayah jantung asam urat Ibu jantung
Konsumsi Obat Rutin	:	Tidak ada
Alergi	:	Tidak ada
Pola Makan	:	3 kali
Kebiasaan Olahraga	:	Jalan kaki
Riwayat Merokok	:	Ada
Riwayat Konsumsi Alkohol	:	Tidak
Puasa	:	Puasa

TANDA VITAL DAN PEMERIKSAAN FISIK

Tekanan Darah	:	137/97 mmHg
Nadi	:	77 x/menit
Napas	:	12 x/menit
Saturasi Oksigen	:	98%
Suhu	:	36.5°
Berat Badan	:	95 Kg
Tinggi Badan	:	170 Cm
IMT / Indeks Massa Tubuh	:	32.9 / Obesitas
Lingkar Perut	:	105.4 Cm
Pemeriksaan Fisik	:	Jari tengah kaku

KESIMPULAN

- IMT 32,9 (OBESITAS)
- LINGKAR PERUT MELEBIHI NORMAL 105,4 CM (IDEAL UNTUK LAKI-LAKI: <90 CM)
- BUNYI JANTUNG DAN PARU DALAM BATAS NORMAL
- PENINGKATAN TEKANAN DARAH
- PENINGKATAN SGPT

SARAN

IMT OBESITAS, LINGKAR PERUT MELEBIHI BATAS NORMAL, PENINGKATAN SGPT

No. MR	: PNK20260200026	Tanggal Pengambilan Sampel	: 12 February 2026
Nama Pasien	: EDY	Tanggal Pengiriman Hasil	: 13 February 2026
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: Fenetta F A
Tanggal Lahir/Umur	: 28 Juli 1977 / 48 Tahun 6 Bulan 16 Hari		Masinambow
No. HP Pasien	: 6287890003135		
Alamat Pasien	: Jl kamal raya no 84		

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, dan minuman manis.
- Lakukan aktivitas fisik yang Ibu 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.
- Hindari asap rokok dan merokok untuk menurunkan risiko penyumbatan pembuluh darah dan meningkatkan kadar kolesterol baik (HDL).

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

CATATAN

- Hasil pemeriksaan menunjukkan bahwa Bapak mengalami obesitas dan peningkatan tekanan darah. Hal ini dapat diatasi dengan menerapkan pola makan dengan gizi seimbang, disertai olahraga rutin dengan target penurunan berat badan yang sesuai. Tekanan darah Bapak yang meningkat belum menandakan bahwa Bapak mengalami Hipertensi. Untuk diagnosis Hipertensi memerlukan 2-3x pemeriksaan, sehingga untuk saat ini, Bapak dapat melakukan pemeriksaan ulang tekanan darah dalam 1-4 minggu agar tekanan darah tetap terpantau dengan baik dan mencegah perkembangan penyakit menjadi Hipertensi dan komplikasi lainnya.

No. MR	: PNK20260200026	Tanggal Pengambilan Sampel	: 12 February 2026
Nama Pasien	: EDY	Tanggal Pengiriman Hasil	: 13 February 2026
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: Fenetta F A
Tanggal Lahir/Umur	: 28 Juli 1977 / 48 Tahun 6 Bulan 16 Hari		Masinambow
No. HP Pasien	: 6287890003135		
Alamat Pasien	: Jl kamal raya no 84		

MEDICAL REPORT

CATATAN

- Hasil pemeriksaan menunjukkan fungsi hati Bapak mengalami penurunan yang ditandai dengan kadar salah satu 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.
- Untuk keluhan kaku jari yang Bapak alami, dapat mencoba untuk mengistirahatkan jari dan tangan, jangan melakukan aktivitas yang memberikan tekanan kuat pada jari yang kaku. Bapak juga dapat merendam dengan air hangat secara rutin 2-3x sehari selama 10-15 menit. Jika keluhan masih terus berlangsung, atau disertai dengan keluhan lain seperti jari bengkak atau nyeri, segera datang ke fasilitas Kesehatan terdekat untuk diperiksa lebih lanjut.
- 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 cek kesehatan rutin 3-6 bulan sekali agar kondisi tetap terkontrol dan mengurangi risiko komplikasi yang lebih serius. Bapak juga dapat berkonsultasi dengan Dokter Spesialis Gizi dan Dokter Spesialis Penyakit Dalam untuk penanganan yang lebih komprehensif.



Fenetta F A Masinambow