

No. MR	: PNK20260200029	Tanggal Pengambilan Sampel	: 13 February 2026
Nama Pasien	: KUKUH SULISTIANTO	Tanggal Pengiriman Hasil	: 17 February 2026
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: Fenetta F A
Tanggal Lahir/Umur	: 21 November 1993 / 32 Tahun		Masinambow
	2 Bulan 27 Hari		
No. HP Pasien	: 6282114714935		
Alamat Pasien	: Jl. Daan Mogot KM.10 No.46,		
	RT.6/RW.3, Kedaung Kali		
	Angke, Kecamatan		
	Cengkareng, Kota Jakarta		
	Barat, Daerah Khusus		
	Ibukota Jakarta 11710		

MEDICAL REPORT

ANAMNESIS DAN RIWAYAT KESEHATAN

Riwayat Penyakit Sekarang	: Batuk - 4-7 Hari
Riwayat Penyakit Dahulu	: -
Riwayat Penyakit Keluarga	: Hipertensi
Konsumsi Obat Rutin	: -
Alergi	: -
Pola Makan	: 2 kali sehari
Kebiasaan Olahraga	: 2 bulan terakhir tida pernah olahraga, terakhir olahraga fitness
Riwayat Merokok	: Merokok, 3 tahun sampai sekarang
Riwayat Konsumsi Alkohol	: Tidak pernah
Puasa	: Puasa, makan terakhir makan jam 1 malam

TANDA VITAL DAN PEMERIKSAAN FISIK

Tekanan Darah	: 140/104 mmHg
Nadi	: 82 x/menit
Napas	: 12 x/menit
Saturasi Oksigen	: 96%
Suhu	: 36.4°
Berat Badan	: 102 Kg
Tinggi Badan	: 176 Cm
IMT / Indeks Massa Tubuh	: 32.9 / Obesitas
Lingkar Perut	: 118 Cm
Pemeriksaan Fisik	: Fistula ani, terkadang nyeri dari bekas operasi, penglihatan norma, pendengaran kurang normal jika bicara terlalu pelan

KESIMPULAN

- IMT 32,9 (OBESITAS)
- LINGKAR PERUT MELEBIHI NORMAL 118 CM (IDEAL UNTUK LAKI-LAKI: <90 CM)
- BUNYI JANTUNG DAN PARU DALAM BATAS NORMAL
- PENINGKATAN TEKANAN DARAH

No. MR	: PNK20260200029	Tanggal Pengambilan Sampel	: 13 February 2026
Nama Pasien	: KUKUH SULISTIANTO	Tanggal Pengiriman Hasil	: 17 February 2026
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: Fenetta F A
Tanggal Lahir/Umur	: 21 November 1993 / 32 Tahun		Masinambow
	2 Bulan 27 Hari		
No. HP Pasien	: 6282114714935		
Alamat Pasien	: Jl. Daan Mogot KM.10 No.46, RT.6/RW.3, Kedaung Kali Angke, Kecamatan Cengkareng, Kota Jakarta Barat, Daerah Khusus Ibukota Jakarta 11710		

MEDICAL REPORT

KESIMPULAN

- PENINGKATAN HEMOGLOBIN, HEMATOKRIT, DAN ERITROSIT
- PENINGKATAN KOLESTEROL TOTAL DAN ASAM URAT

SARAN

IMT OBESITAS, LINGKAR PERUT MELEBIHI BATAS NORMAL, DAN PENINGKATAN KOLESTEROL TOTAL DAN ASAM URAT

- 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 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

No. MR	: PNK20260200029	Tanggal Pengambilan Sampel	: 13 February 2026
Nama Pasien	: KUKUH SULISTIANTO	Tanggal Pengiriman Hasil	: 17 February 2026
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: Fenetta F A
Tanggal Lahir/Umur	: 21 November 1993 / 32 Tahun		Masinambow
	2 Bulan 27 Hari		
No. HP Pasien	: 6282114714935		
Alamat Pasien	: Jl. Daan Mogot KM.10 No.46, RT.6/RW.3, Kedaung Kali Angke, Kecamatan Cengkareng, Kota Jakarta Barat, Daerah Khusus Ibukota Jakarta 11710		

MEDICAL REPORT

SARAN

- 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.
- Hasil pemeriksaan laboratorium didapatkan peningkatan kadar kolesterol total dan asam urat. Peningkatan kadar kolesterol dan asam urat dapat ditangani dengan modifikasi gaya hidup, terutama mengurangi asupan makanan tinggi kolesterol dan tinggi purin, serta lakukan aktivitas fisik secara konsisten.
- Hasil pemerisaan hematologi didapatkan kecenderungan peningkatan hemoglobin, hematokrit, serta eritrosit yang cukup tinggi. Hal ini dapat mengindikasikan beberapa kondisi, salah satunya adalah polisitemia vera. Polisitemia vera adalah kondisi saat tubuh memproduksi terlalu banyak sel darah merah sehingga darah lebih kental. Hal ini bisa menyebabkan gejala atau keluhan seperti pusing, cepat lelah, atau gatal. Meski tidak bisa sembuh total, penyakit ini bisa dikendalikan dengan obat dan kontrol rutin, sehingga tetap bisa hidup sehat dan beraktivitas seperti biasa. Namun, untuk diagnosis pasti penyakit ini dibutuhkan pemeriksaan lanjutan, sehingga Bapak disarankan untuk berkonsultasi dengan Dokter Spesialis Penyakit Dalam untuk penanganan lebih lanjut dan tepat sesuai dengan kondisi Bapak.
- Untuk keluhan batuk yang Bapak alami, jika sudah berlangsung lebih dari 14 hari, dan disertai keluhan lain seperti sesak napas, berat badan turun, demam jangka panjang, disarankan untuk datang ke fasilitas kesehatan untuk ditangani lebih lanjut.
- Untuk keluhan penurunan pendengaran, disarankan untuk berkonsultasi dengan Dokter Spesialis THT agar dapat diidentifikasi penyebab penurunan pendengaran yang dialami.

No. MR	: PNK20260200029	Tanggal Pengambilan Sampel	: 13 February 2026
Nama Pasien	: KUKUH SULISTIANTO	Tanggal Pengiriman Hasil	: 17 February 2026
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: Fenetta F A
Tanggal Lahir/Umur	: 21 November 1993 / 32 Tahun		Masinambow
	2 Bulan 27 Hari		
No. HP Pasien	: 6282114714935		
Alamat Pasien	: Jl. Daan Mogot KM.10 No.46, RT.6/RW.3, Kedaung Kali Angke, Kecamatan Cengkareng, Kota Jakarta Barat, Daerah Khusus Ibukota Jakarta 11710		

MEDICAL REPORT

CATATAN

- Sebaiknya mengurangi atau memberhentikan penggunaan rokok, karena rokok dapat menyebabkan peningkatan tekanan darah yang dipicu oleh penyempitan pembuluh darah dan peningkatan denyut jantung.
- Untuk kondisi Bapak secara keseluruhan, direkomendasikan untuk kontrol secara rutin ke Dokter Spesialis Penyakit dalam serta Dokter Spesialis Gizi Klinik untuk penanganan yang komprehensif.



Fenetta F A Masinambow