

|                    |                                                                                             |                            |                    |
|--------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|--------------------|
| No. MR             | : PNK20260200050                                                                            | Tanggal Pengambilan Sampel | : 14 February 2026 |
| Nama Pasien        | : OMAT ROHMATULLAH                                                                          | Tanggal Pengiriman Hasil   | : 19 February 2026 |
| Jenis Kelamin      | : Male                                                                                      | Dokter Penanggung jawab    | : Fenetta F A      |
| Tanggal Lahir/Umur | : 10 April 1984 / 41 Tahun 10 Bulan 9 Hari                                                  |                            | Masinambow         |
| No. HP Pasien      | : 6283841406463                                                                             |                            |                    |
| Alamat Pasien      | : RH4P+394, RT.001/RW.003,<br>Gandasari, Kec. Jatiuwung,<br>Kota Tangerang, Banten<br>15137 |                            |                    |

## MEDICAL REPORT

### ANAMNESIS DAN RIWAYAT KESEHATAN

|                           |                             |
|---------------------------|-----------------------------|
| Riwayat Penyakit Sekarang | : Pilek - 1-3 Hari          |
| Riwayat Penyakit Dahulu   | : Bapil,sariawan,sakit gigi |
| Riwayat Penyakit Keluarga | : Hypertensi                |
| Konsumsi Obat Rutin       | : Tidak ada                 |
| Alergi                    | : Tidak ada                 |
| Pola Makan                | : 2-3x                      |
| Kebiasaan Olahraga        | : 1x                        |
| Riwayat Merokok           | : -                         |
| Riwayat Konsumsi Alkohol  | : -                         |
| Puasa                     | : 11.30                     |

### TANDA VITAL DAN PEMERIKSAAN FISIK

|                          |                   |
|--------------------------|-------------------|
| Tekanan Darah            | : 117/70 mmHg     |
| Nadi                     | : 78 x/menit      |
| Napas                    | : 15 x/menit      |
| Saturasi Oksigen         | : 97%             |
| Suhu                     | : 36.4°           |
| Berat Badan              | : 76.3 Kg         |
| Tinggi Badan             | : 168 Cm          |
| IMT / Indeks Massa Tubuh | : 27.0 / Obesitas |
| Lingkar Perut            | : 90 Cm           |
| Pemeriksaan Fisik        | : Flu,            |

### KESIMPULAN

- IMT 27 (OBESITAS)
- LINGKAR PERUT NORMAL 90 CM (IDEAL UNTUK LAKI-LAKI: < 90 CM)
- BUNYI JANTUNG DAN PARU DALAM BATAS NORMAL
- TANDA-TANDA VITAL DALAM BATAS NORMAL
- VISUS ODS 20/15 (DALAM BATAS NORMAL)
- EKG DALAM BATAS NORMAL
- KETIDAKSEIMBANGAN PROFIL LIPID
- PENINGKATAN KREATININ

|                    |                                                                                    |                            |                    |
|--------------------|------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|--------------------|
| No. MR             | : PNK20260200050                                                                   | Tanggal Pengambilan Sampel | : 14 February 2026 |
| Nama Pasien        | : OMAT ROHMATULLAH                                                                 | Tanggal Pengiriman Hasil   | : 19 February 2026 |
| Jenis Kelamin      | : Male                                                                             | Dokter Penanggung jawab    | : Fenetta F A      |
| Tanggal Lahir/Umur | : 10 April 1984 / 41 Tahun 10 Bulan 9 Hari                                         |                            | Masinambow         |
| No. HP Pasien      | : 6283841406463                                                                    |                            |                    |
| Alamat Pasien      | : RH4P+394, RT.001/RW.003, Gandasari, Kec. Jatiuwung, Kota Tangerang, Banten 15137 |                            |                    |

## MEDICAL REPORT

### SARAN

#### IMT OBESITAS, 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.
- Hindari konsumsi jeroan, daging merah, seafood, serta alkohol.
- 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 - 8 jam, hindari makan sebelum tidur.

#### 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             | : PNK20260200050                                                                            | Tanggal Pengambilan Sampel | : 14 February 2026 |
| Nama Pasien        | : OMAT ROHMATULLAH                                                                          | Tanggal Pengiriman Hasil   | : 19 February 2026 |
| Jenis Kelamin      | : Male                                                                                      | Dokter Penanggung jawab    | : Fenetta F A      |
| Tanggal Lahir/Umur | : 10 April 1984 / 41 Tahun 10 Bulan 9 Hari                                                  |                            | Masinambow         |
| No. HP Pasien      | : 6283841406463                                                                             |                            |                    |
| Alamat Pasien      | : RH4P+394, RT.001/RW.003,<br>Gandasari, Kec. Jatiuwung,<br>Kota Tangerang, Banten<br>15137 |                            |                    |

**MEDICAL REPORT****CATATAN**

- Hasil pemeriksaan status gizi Bapak saat ini masuk dalam kategori Obesitas. Penanganan obesitas umumnya dimulai dengan perubahan gaya hidup sehat, dapat dibantu dengan obat atau tindakan medis jika diperlukan. Kondisi ini berhubungan erat dengan ketidakseimbangan profil lipid Bapak. Untuk menurunkan kadar kolesterol, Bapak dapat menghindari makanan tinggi kolesterol sesuai anjuran. Jika berat badan belum turun dan kadar kolesterol masih meningkat meski sudah rutin berolahraga dan mengatur porsi makan, konsultasikan ke Dokter/Dokter Spesialis Gizi Klinik untuk rencana yang sesuai dan aman untuk kondisi Bapak.
- 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 pemeriksaan visus dalam batas normal dan tidak buta warna sehingga Bapak disarankan untuk tetap menjaga kesehatan mata dan tetap rutin kontrol ke Dokter Spesialis Mata minimal 6 bulan-1 tahun sekali.
- Hasil pemeriksaan rekam jantung dalam batas normal. Tetap lakukan pola hidup sehat sesuai anjuran. Bila muncul gejala seperti jantung berdebar, sesak nafas, nyeri dada segera kunjungi fasilitas kesehatan terdekat untuk diperiksa lebih lanjut.
- Untuk keluhan batuk pilek yang Bapak alami, jika disertai keluhan lain seperti sesak napas, demam jangka panjang, lemas, batuk berdarah, disarankan untuk datang ke fasilitas kesehatan untuk ditangani lebih lanjut. Pada umumnya, keluhan batuk pilek disebabkan oleh infeksi virus yang akan sembuh dengan sendirinya, karena virus memiliki sifat self-limiting disease. Bapak dapat mempercepat proses pemulihan dengan rutin mencuci/irigasi hidung, menghindari makanan atau minuman yang merangsang batuk, menggunakan masker saat keluar rumah, banyak minum air putih serta istirahat yang cukup.
- Untuk keseluruhan kondisi Bapak, disarankan untuk berkonsultasi dengan Dokter Spesialis Penyakit Dalam atau Gizi Klinik untuk penanganan yang lebih komprehensif.

|                    |                                                                                             |                            |                    |
|--------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|--------------------|
| No. MR             | : PNK20260200050                                                                            | Tanggal Pengambilan Sampel | : 14 February 2026 |
| Nama Pasien        | : OMAT ROHMATULLAH                                                                          | Tanggal Pengiriman Hasil   | : 19 February 2026 |
| Jenis Kelamin      | : Male                                                                                      | Dokter Penanggung jawab    | : Fenetta F A      |
| Tanggal Lahir/Umur | : 10 April 1984 / 41 Tahun 10 Bulan 9 Hari                                                  |                            | Masinambow         |
| No. HP Pasien      | : 6283841406463                                                                             |                            |                    |
| Alamat Pasien      | : RH4P+394, RT.001/RW.003,<br>Gandasari, Kec. Jatiuwung,<br>Kota Tangerang, Banten<br>15137 |                            |                    |

### MEDICAL REPORT



Fenetta F A Masinambow