

No. MR	: PNK20260200067	Tanggal Pengambilan Sampel	: 16 February 2026
Nama Pasien	: M RIZKY ABIMANYU UNIN	Tanggal Pengiriman Hasil	: 19 February 2026
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: Fenetta F A
Tanggal Lahir/Umur	: 21 September 1998 / 27 Tahun 4 Bulan 29 Hari		Masinambow
No. HP Pasien	: 6289530325301		
Alamat Pasien	: Jl Tubagus Angke Blok F No 56 , Jakarta Barat, Jakarta (Kos Harmony)		

MEDICAL REPORT

ANAMNESIS DAN RIWAYAT KESEHATAN

Riwayat Penyakit Sekarang	: Demam - 4-7 Hari
Riwayat Penyakit Dahulu	: -
Riwayat Penyakit Keluarga	: -
Konsumsi Obat Rutin	: -
Alergi	: -
Pola Makan	: 3 kali
Kebiasaan Olahraga	: Gym
Riwayat Merokok	: -
Riwayat Konsumsi Alkohol	: Terakhir tahun lalu
Puasa	: Puasa

TANDA VITAL DAN PEMERIKSAAN FISIK

Tekanan Darah	: 116/76 mmHg
Nadi	: 89 x/menit
Napas	: 12 x/menit
Saturasi Oksigen	: 98%
Suhu	: 36.6°
Berat Badan	: 90 Kg
Tinggi Badan	: 175 Cm
IMT / Indeks Massa Tubuh	: 29.4 / Obesitas
Lingkar Perut	: 103.8 Cm
Pemeriksaan Fisik	: Bintik2 merah di area muka dan dada, batuk

KESIMPULAN

- IMT 29,4 (OBESITAS)
- LINGKAR PERUT MELEBIHI BATAS NORMAL 103,8 CM (IDEAL UNTUK LAKI-LAKI: < 90 CM)
- BUNYI JANTUNG DAN PARU DALAM BATAS NORMAL
- PENINGKATAN TROMBOSIT
- PENINGKATAN SGOT/SGPT
- PENINGKATAN KOLESTEROL TOTAL
- PENINGKATAN ASAM URAT
- PENINGKATAN GULA DARAH PUASA

No. MR	: PNK20260200067	Tanggal Pengambilan Sampel	: 16 February 2026
Nama Pasien	: M RIZKY ABIMANYU UNIN	Tanggal Pengiriman Hasil	: 19 February 2026
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: Fenetta F A
Tanggal Lahir/Umur	: 21 September 1998 / 27 Tahun 4 Bulan 29 Hari		Masinambow
No. HP Pasien	: 6289530325301		
Alamat Pasien	: Jl Tubagus Angke Blok F No 56 , Jakarta Barat, Jakarta (Kos Harmony)		

MEDICAL REPORT

SARAN

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

- 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 - 9 jam, hindari makan sebelum tidur.

PENURUNAN FUNGSI HATI / PENINGKATAN SGOT DAN SGPT

- Hindari makanan berlemak seperti gorengan, daging kambing, daging sapi, kuning telur, santan, mentega, keju dll.
- Hindari makanan tinggi gula seperti gula pasir, gula jawa, sirup, manisan, dodol, es krim, minuman kemasan, kue-kue manis, susu kental manis.
- 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.
- Hindari minuman alkohol (batasan alkohol harian 20 gram untuk laki-laki)

PENINGKATAN TROMBOSIT / TROMBOSITOSIS

No. MR	: PNK20260200067	Tanggal Pengambilan Sampel	: 16 February 2026
Nama Pasien	: M RIZKY ABIMANYU UNIN	Tanggal Pengiriman Hasil	: 19 February 2026
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: Fenetta F A
Tanggal Lahir/Umur	: 21 September 1998 / 27 Tahun 4 Bulan 29 Hari		Masinambow
No. HP Pasien	: 6289530325301		
Alamat Pasien	: Jl Tubagus Angke Blok F No 56 , Jakarta Barat, Jakarta (Kos Harmony)		

MEDICAL REPORT

SARAN

- Minum air putih yang cukup setiap hari
- Lakukan aktivitas fisik ringan-sedang secara teratur
- Hindari merokok dan paparan asap rokok
- Hindari duduk terlalu lama tanpa bergerak
- Jaga pola makan seimbang dan berat badan ideal
- Kelola stres dan istirahat cukup
- Lakukan pemeriksaan darah ulang sesuai anjuran dokter
- Pantau jumlah trombosit secara berkala
- Konsultasi ke dokter bila trombosit tetap meningkat atau bertambah tinggi
- Segera periksa ke fasilitas kesehatan terdekat bila muncul keluhan seperti sakit kepala hebat, pusing, nyeri dada, sesak napas, atau bengkak pada tungkai.

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 kadar kolesterol serta gula darah Bapak yang meningkat. Kadar gula darah Bapak berada pada kategori prediabetes. Kondisi ini masih dapat dicegah berkembang menjadi diabetes dengan olahraga teratur, pola makan sehat, dan kontrol rutin. Untuk menurunkan kadar kolesterol, Bapak dapat menghindari makanan tinggi kolesterol sesuai anjuran. Jika berat badan belum turun dan kadar kolesterol dan gula 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 fungsi hati Bapak mengalami penurunan yang ditandai dengan kadar 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.

No. MR	: PNK20260200067	Tanggal Pengambilan Sampel	: 16 February 2026
Nama Pasien	: M RIZKY ABIMANYU UNIN	Tanggal Pengiriman Hasil	: 19 February 2026
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: Fenetta F A
Tanggal Lahir/Umur	: 21 September 1998 / 27 Tahun 4 Bulan 29 Hari		Masinambow
No. HP Pasien	: 6289530325301		
Alamat Pasien	: Jl Tubagus Angke Blok F No 56 , Jakarta Barat, Jakarta (Kos Harmony)		

MEDICAL REPORT

CATATAN

- Hasil pemeriksaan laboratorium didapatkan peningkatan kadar asam urat. Peningkatan kadar asam urat dapat ditangani dengan modifikasi gaya hidup, terutama mengurangi asupan makanan tinggi purin, serta lakukan aktivitas fisik secara konsisten. Segera datang ke fasilitas Kesehatan terdekat jika ditemukan kaki atau tangan bengkak, nyeri, sulit berjalan atau sulit digerakkan.
- Hasil pemeriksaan menunjukkan trombosit Bapak sedikit mengalami peningkatan. Trombositosis dapat disebabkan oleh kondisi reaktif seperti infeksi, peradangan, perdarahan, atau anemia defisiensi besi, maupun oleh gangguan primer sumsum tulang seperti trombositemia esensial atau polisitemia vera. Jika Bapak merasakan keluhan seperti lemas, hilang rasa pada tungkai, pendarahan seperti mimisan, segera datang ke fasilitas kesehatan untuk ditangani lebih lanjut.
- Untuk keluhan batuk dan demam 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 dan demam disebabkan oleh infeksi virus yang akan sembuh dengan sendirinya, karena virus memiliki sifat self-limiting disease. Bapak dapat mempercepat proses pemulihan dengan menghindari makanan atau minuman yang merangsang batuk, menggunakan masker saat keluar rumah, banyak minum air putih serta istirahat yang cukup.
- Untuk keluhan bintik-bintik merah di area muka dan dada yang Bapak alami, disarankan untuk cek ke Dokter Spesialis Penyakit Kulit agar dapat ditangani secara tepat.
- Perlu diingat bahwa kondisi Status Gizi Obesitas, Hipertensi, Diabetes, serta Ketidakseimbangan Profil Lipid sangat berhubungan erat satu dengan yang lainnya. Maka dari itu, dibutuhkan penanganan yang komprehensif untuk mencegah terjadinya komplikasi di kemudian hari. Bapak disarankan untuk tetap rutin kontrol ke Dokter yang merawat Bapak, serta cek ulang kesehatan dalam 1-6 bulan sekali agar kesehatan Bapak dapat terus dipantau dan terkontrol dengan baik.



Fenetta F A Masinambow