

No. MR	: PNK20260200077	Tanggal Pengambilan Sampel	: -
Nama Pasien	: FERDINAND FAUSTINE SUTANTO	Tanggal Pengiriman Hasil	: 04 March 2026
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: Fenetta F A Masinambow
Tanggal Lahir/Umur	: 10 Agustus 2007 / 18 Tahun 6 Bulan 22 Hari		
No. HP Pasien	: 6285717911965		
Alamat Pasien	: Jl jembatan Gambang 2 no 1 AJ RT 12/01		

MEDICAL REPORT

ANAMNESIS DAN RIWAYAT KESEHATAN

Riwayat Penyakit Sekarang	: Tidak Ada Gejala - Tidak Mengalami Keluhan
Riwayat Penyakit Dahulu	: -
Riwayat Penyakit Keluarga	: -
Konsumsi Obat Rutin	: -
Alergi	: -
Pola Makan	: 3-5 kali
Kebiasaan Olahraga	: Jalan kaki seminggu 2 kali
Riwayat Merokok	: -
Riwayat Konsumsi Alkohol	: -
Puasa	: Puasa

TANDA VITAL DAN PEMERIKSAAN FISIK

Tekanan Darah	: - mmHg
Nadi	: - x/menit
Napas	: 13 x/menit
Saturasi Oksigen	: -%
Suhu	: -°
Berat Badan	: 116.5 Kg
Tinggi Badan	: 176 Cm
IMT / Indeks Massa Tubuh	: 37.6 / Obesitas
Lingkar Perut	: 117.9 Cm
Pemeriksaan Fisik	: Baik

KESIMPULAN

- IMT 37,6 (OBESITAS)
- LINGKAR PERUT MELEBIHI NORMAL 117,9 CM (IDEAL UNTUK LAKI-LAKI: <90 CM)
- PENURUNAN HDL
- PENINGKATAN HBA1C
- PENINGKATAN SGOT SGPT
- PROTEIN DAN BILIRUBIN DALAM URIN

No. MR	: PNK20260200077	Tanggal Pengambilan Sampel	: -
Nama Pasien	: FERDINAND FAUSTINE SUTANTO	Tanggal Pengiriman Hasil	: 04 March 2026
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: Fenetta F A Masinambow
Tanggal Lahir/Umur	: 10 Agustus 2007 / 18 Tahun 6 Bulan 22 Hari		
No. HP Pasien	: 6285717911965		
Alamat Pasien	: Jl jembatan Gambang 2 no 1 AJ RT 12/01		

MEDICAL REPORT

SARAN

IMT OBESITAS, LINGKAR PERUT MELEBIHI BATAS NORMAL

- 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 disukai 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).
- Obat: Hanya digunakan bila diresepkan dokter sesuai kondisi medis.
- Tidur cukup 7-8 jam, hindari makan sebelum tidur.

MENAIKKAN KOLESTEROL BAIK (HDL)

- Tambahkan ikan berlemak sehat (salmon, tuna, sarden) 2-3 kali seminggu
- Olahraga rutin tetap dilanjutkan termasuk latihan beban minimal 2-3 kali per minggu.
- Kurangi gula karena gula adalah penyebab utama HDL turun.
- Hindari asap rokok untuk menurunkan risiko penyumbatan pembuluh darah dan meningkatkan kadar kolesterol baik (HDL).

PENINGKATAN GLUKOSA / GULA DARAH

- Pola makan sehat: Batasi karbohidrat kompleks seperti nasi, lontong, roti, ketan dan hindari konsumsi gula pasir, gula jawa, sirup, manisan, dodol, es krim, minuman kemasan, kue-kue manis, susu kental manis. Perbanyak sayur, buah, dan makanan tinggi serat.
- Olahraga rutin: Lakukan jalan kaki, bersepeda, atau berenang secara teratur sesuai kemampuan.

No. MR	: PNK20260200077	Tanggal Pengambilan Sampel	: -
Nama Pasien	: FERDINAND FAUSTINE SUTANTO	Tanggal Pengiriman Hasil	: 04 March 2026
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: Fenetta F A Masinambow
Tanggal Lahir/Umur	: 10 Agustus 2007 / 18 Tahun 6 Bulan 22 Hari		
No. HP Pasien	: 6285717911965		
Alamat Pasien	: Jl jembatan Gambang 2 no 1 AJ RT 12/01		

MEDICAL REPORT

SARAN

- Kepatuhan obat: Minum obat sesuai resep dokter, termasuk penggunaan insulin bila diperlukan.
- Atur stres & tidur cukup: Kendalikan stres dan usahakan tidur 7-8 jam setiap hari.
- Pemantauan gula darah: Lakukan pemeriksaan kadar gula darah secara berkala minimal 2 minggu sekali untuk pemantauan keberhasilan terapi.
- Perawatan luka: Segera obati luka agar tidak infeksi, karena proses penyembuhan lebih lambat pada diabetes.

PENURUNAN FUNGSI HATI / PENINGKATAN SGPT DAN SGOT

- 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)

CATATAN

- Hasil pemeriksaan menunjukkan bahwa status gizi Anda berada 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 penurunan kadar HDL atau kolesterol baik. Hal ini dapat ditangani dengan mengurangi asupan makanan tinggi lemak jenuh dan perbanyak konsumsi lemak baik. Kondisi ini juga berhubungan dengan HbA1C tinggi yang Anda alami, yang sudah masuk kategori diabetes. Lakukan olahraga teratur, pola makan sehat, dan kontrol rutin. Jika berat badan belum turun, kadar kolesterol HDL masih rendah dan kadar gula darah tinggi meski sudah rutin berolahraga dan mengatur porsi makan, konsultasikan dengan Dokter Spesialis Gizi Klinik untuk manajemen penurunan berat badan yang sesuai dan aman untuk kondisi Anda.

No. MR	: PNK20260200077	Tanggal Pengambilan Sampel	: -
Nama Pasien	: FERDINAND FAUSTINE SUTANTO	Tanggal Pengiriman Hasil	: 04 March 2026
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: Fenetta F A Masinambow
Tanggal Lahir/Umur	: 10 Agustus 2007 / 18 Tahun 6 Bulan 22 Hari		
No. HP Pasien	: 6285717911965		
Alamat Pasien	: Jl jembatan Gambang 2 no 1 AJ RT 12/01		

MEDICAL REPORT

CATATAN

- Hasil pemeriksaan menunjukkan fungsi hati Anda mengalami penurunan yang ditandai dengan kadar enzim hati yang meningkat drastis. 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), gangguan pada organ empedu seperti batu empedu dan infeksi, 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. Disarankan untuk berkonsultasi dengan Dokter Spesialis Penyakit Dalam agar dapat segera ditangani dan ditemukan penyebab enzim hati yang sangat tinggi tersebut. Bila perlu, dapat melakukan pemeriksaan lanjutan seperti USG Abdomen atau pemeriksaan lainnya untuk memastikan diagnosis.
- Hasil pemeriksaan urin mengindikasikan adanya gangguan fungsi ginjal dan sistem hepatobilier (hati dan empedu) karena ditemukan protein dan bilirubin positif. Disarankan untuk berkonsultasi dengan Dokter agar kondisinya dapat segera ditangani.
- Untuk keseluruhan kondisi Anda, disarankan untuk melakukan pemeriksaan kesehatan secara rutin dalam 6 bulan-1 tahun sekali. Konsultasikan dengan Dokter Spesialis Penyakit Dalam dan Dokter Spesialis Gizi Klinik untuk penanganan yang lebih komprehensif.



Fenetta F A Masinambow