

No. MR	: PNK20260200098	Tanggal Pengambilan Sampel	: 07 March 2026
Nama Pasien	: ENDRY BUDIMAN	Tanggal Pengiriman Hasil	: 09 March 2026
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: Fenetta F A
Tanggal Lahir/Umur	: 28 Desember 1990 / 35 Tahun 2 Bulan 9 Hari		Masinambow
No. HP Pasien	: 628111096065		
Alamat Pasien	: JL H GEDAD, GG H BILIN 5 NO 58. PANINGGILAN UTARA, CILEDUG, TANGERANG		

MEDICAL REPORT

ANAMNESIS DAN RIWAYAT KESEHATAN

Riwayat Penyakit Sekarang	: Lainnya - >14 Hari
Riwayat Penyakit Dahulu	: HIPERTENSI
Riwayat Penyakit Keluarga	: Jantung, hipertensi
Konsumsi Obat Rutin	: ADA
Alergi	: -
Pola Makan	: 2-3x
Kebiasaan Olahraga	: Aktivitas fisik saja
Riwayat Merokok	: Vaping
Riwayat Konsumsi Alkohol	: -
Puasa	: 04.00 (saur)

TANDA VITAL DAN PEMERIKSAAN FISIK

Tekanan Darah	: 172/125 mmHg
Nadi	: 78 x/menit
Napas	: 15 x/menit
Saturasi Oksigen	: 89%
Suhu	: 36.4°
Berat Badan	: 125 Kg
Tinggi Badan	: 170 Cm
IMT / Indeks Massa Tubuh	: 43.3 / Obesitas
Lingkar Perut	: 133 Cm
Pemeriksaan Fisik	: -

KESIMPULAN

- IMT 43,3 (OBESITAS)
- LINGKAR PERUT 133 CM (IDEAL UNTUK LAKI-LAKI: <90 CM)
- BUNYI JANTUNG IRREGULAR
- PENINGKATAN TEKANAN DARAH
- PENINGKATAN NEUTROFIL, PENURUNAN LIMFOSIT
- PENINGKATAN TROMBOSIT, ASAM URAT & KOLESTEROL TOTAL
- PENURUNAN HEMOGLOBIN, HEMATOKRIT, MCV
- PENINGKATAN KREATININ DAN PENURUNAN EGFR

No. MR	: PNK20260200098	Tanggal Pengambilan Sampel	: 07 March 2026
Nama Pasien	: ENDRY BUDIMAN	Tanggal Pengiriman Hasil	: 09 March 2026
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: Fenetta F A
Tanggal Lahir/Umur	: 28 Desember 1990 / 35 Tahun 2 Bulan 9 Hari		Masinambow
No. HP Pasien	: 628111096065		
Alamat Pasien	: JL H GEDAD, GG H BILIN 5 NO 58. PANINGGILAN UTARA, CILEDUG, TANGERANG		

MEDICAL REPORT

SARAN

IMT OBESITAS, PENINGKATAN KOLESTEROL TOTAL

- 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. Perbanyak konsumsi lemak sehat seperti salmon, tuna dan sarden.
- 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).
- Tidur cukup 7-8 jam, hindari makan sebelum tidur

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

ANEMIA

- Hindari meminum teh/kopi yang dikonsumsi bersamaan dengan makanan.
- Konsumsi Vitamin C untuk peningkatan penyerapan zat besi dalam tubuh.
- Istirahat yang cukup
- Lakukan konsultasi kesehatan jika terdapat keluhan seperti mudah lelah, lemas, letih, dan pusing berkepanjangan.

No. MR	: PNK20260200098	Tanggal Pengambilan Sampel	: 07 March 2026
Nama Pasien	: ENDRY BUDIMAN	Tanggal Pengiriman Hasil	: 09 March 2026
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: Fenetta F A
Tanggal Lahir/Umur	: 28 Desember 1990 / 35 Tahun 2 Bulan 9 Hari		Masinambow
No. HP Pasien	: 628111096065		
Alamat Pasien	: JL H GEDAD, GG H BILIN 5 NO 58, PANINGGILAN UTARA, CILEDUG, TANGERANG		

MEDICAL REPORT

SARAN

PENINGKATAN TROMBOSIT / TROMBOSITOSIS

- 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.

PENINGKATAN ASAM URAT / HIPERURISEMIA

- Asam urat tinggi dapat menyebabkan nyeri sendi dan batu ginjal.
- Batasi konsumsi jeroan, daging merah, seafood, minuman manis, dan alkohol.
- Pilih makanan sehat seperti susu rendah lemak, sayur, buah, dan kacang.
- Terapkan gaya hidup sehat: kendalikan berat badan, hindari alkohol, dan olahraga ringan.
- Konsultasi rutin dengan dokter atau ahli gizi untuk pola makan dan terapi yang tepat.
- Lakukan pemeriksaan berkala untuk mencegah komplikasi.
- Penggunaan Obat Asam Urat harus dengan resep dokter.

PENINGKATAN KREATININ DAN PENURUNAN EGFR

- 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	: PNK20260200098	Tanggal Pengambilan Sampel	: 07 March 2026
Nama Pasien	: ENDRY BUDIMAN	Tanggal Pengiriman Hasil	: 09 March 2026
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: Fenetta F A
Tanggal Lahir/Umur	: 28 Desember 1990 / 35 Tahun 2 Bulan 9 Hari		Masinambow
No. HP Pasien	: 628111096065		
Alamat Pasien	: JL H GEDAD, GG H BILIN 5 NO 58. PANINGGILAN UTARA, CILEDUG, TANGERANG		

MEDICAL REPORT

CATATAN

- Hasil pemeriksaan menunjukkan bahwa Bapak mengalami Obesitas. Penanganan obesitas umumnya dimulai dengan perubahan gaya hidup sehat, dapat dibantu dengan obat atau tindakan medis jika diperlukan. Kondisi ini berhubungan dengan metabolisme tubuh Bapak. Konsultasikan dengan Dokter Spesialis Gizi Klinik untuk rencana manajemen penurunan berat badan yang sesuai dan aman untuk kondisi Bapak.
- Kondisi tekanan darah Bapak masih harus terus dikontrol dengan baik untuk mencegah terjadinya komplikasi di kemudian hari. Konsultasikan dengan Dokter yang merawat Bapak untuk mendapatkan penyesuaian terapi serta penanganan yang tepat.
- Hasil pemeriksaan auskultasi jantung didapatkan bunyi jantung irregular di salah satu bagian jantung Bapak. Bapak dapat melakukan konsultasi dengan Dokter Spesialis Jantung / Dokter yang merawat Bapak agar dapat dilakukan pemeriksaan lebih lanjut. Jika terdapat keluhan seperti nyeri dada, sesak nafas, berkeringat banyak dan lemas, segera datang ke fasilitas kesehatan terdekat untuk dapat ditangani dengan tepat.
- Hasil pemeriksaan menunjukkan asam urat Bapak mengalami peningkatan. Hal ini dapat dikendalikan dengan menghindari makanan tinggi purin seperti: kacang-kacangan, hati dan ampela, jeroan, daging sapi, tempe, tahu, daun dan biji melinjo, kembang kol, buncis, makarel, udang dan kerang. Dan lakukan konsultasi ke Dokter apabila muncul keluhan nyeri sendi, meradang, kemerahan dan bengkak.
- Hasil pemeriksaan laboratorium mengindikasikan Bapak mengalami anemia ringan. Banyak faktor yang dapat menyebabkan anemia, antara lain karena adanya proses peradangan dalam tubuh yang berlangsung lama, kurangnya penyerapan zat besi dan vitamin B12, gangguan metabolisme, atau tanda penyakit tertentu lainnya. Hasil pemeriksaan trombosit Bapak juga mengalami peningkatan (trombositosis) ringan. Trombositosis dapat disebabkan oleh kondisi reaktif seperti infeksi, peradangan, perdarahan, atau anemia defisiensi besi, maupun gangguan primer sumsum tulang seperti trombositemia esensial atau polisitemia vera. Kondisi ini beriringan dengan peningkatan neutrofil dan penurunan limfosit yang mengindikasikan adanya peradangan yang sedang terjadi yang dapat disebabkan karena infeksi, gangguan metabolik, atau tanda penyakit tertentu lainnya. Disarankan untuk berkonsultasi dengan Dokter Spesialis Penyakit Dalam untuk dilakukan pemeriksaan lebih lanjut untuk menegaskan diagnosis serta penanganan yang tepat. Jika mengalami keluhan seperti pendarahan, lemas, mual hebat, nyeri dada atau keluhan lainnya, segera datang ke fasilitas Kesehatan untuk ditangani lebih lanjut.

No. MR	: PNK20260200098	Tanggal Pengambilan Sampel	: 07 March 2026
Nama Pasien	: ENDRY BUDIMAN	Tanggal Pengiriman Hasil	: 09 March 2026
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: Fenetta F A
Tanggal Lahir/Umur	: 28 Desember 1990 / 35 Tahun 2 Bulan 9 Hari		Masinambow
No. HP Pasien	: 628111096065		
Alamat Pasien	: JL H GEDAD, GG H BILIN 5 NO 58. PANINGGILAN UTARA, CILEDUG, TANGERANG		

MEDICAL REPORT

CATATAN

- Hasil pemeriksaan menunjukkan bahwa kadar kreatinin dalam darah Bapak mengalami peningkatan dan eGFR menurun. 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.
- Sebaiknya mengurangi atau memberhentikan penggunaan rokok/vape, karena dapat menyebabkan meningkatnya tekanan darah yang dipicu oleh penyempitan pembuluh darah dan peningkatan denyut jantung, serta gangguan pada paru-paru dan organ-organ lainnya dalam jangka Panjang.
- Untuk keseluruhan kondisi Bapak, disarankan untuk melakukan pemeriksaan kesehatan secara rutin dengan Dokter yang merawat Bapak. Bila perlu, konsultasikan dengan Dokter Spesialis Penyakit Dalam, Dokter Spesialis Gizi Klinik, Dokter Spesialis Jantung untuk penanganan yang lebih komprehensif agar kondisi Bapak dapat terkontrol dengan baik.



Fenetta F A Masinambow