

No. MR	: PNK20260300041	Tanggal Pengambilan Sampel	: 31 March 2026
Nama Pasien	: NURJIWANTO	Tanggal Pengiriman Hasil	: 01 April 2026
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: Fenetta F A
Tanggal Lahir/Umur	: 17 November 1967 / 58 Tahun		Masinambow
	4 Bulan 15 Hari		
No. HP Pasien	: 6281234501167		
Alamat Pasien	: JALAN KELAPA HYBRIDA		
	UTARA V GC 4 NO 18		

MEDICAL REPORT

ANAMNESIS DAN RIWAYAT KESEHATAN

Riwayat Penyakit Sekarang	:	Lainnya - Tidak Mengalami Keluhan
Riwayat Penyakit Dahulu	:	DIABETE, HYPERTENSI, JANTUNG, KOLESTEROL
Riwayat Penyakit Keluarga	:	Ibu : Diabetes, Bapak : Hipertensi
Konsumsi Obat Rutin	:	GLIMEPERIDE, METFORMIN, AMLODIPIN, CANDESARTAN
Alergi	:	TIDAK ADA
Pola Makan	:	3 Kali
Kebiasaan Olahraga	:	Jogging 3-4 kali
Riwayat Merokok	:	Tidak pernah
Riwayat Konsumsi Alkohol	:	Tidak pernah
Puasa	:	Puasa dari jam 19.00

TANDA VITAL DAN PEMERIKSAAN FISIK

Tekanan Darah	:	170/104 mmHg
Nadi	:	70 x/menit
Napas	:	12 x/menit
Saturasi Oksigen	:	99%
Suhu	:	36.3°
Berat Badan	:	68 Kg
Tinggi Badan	:	172 Cm
IMT / Indeks Massa Tubuh	:	23.0 / Berat badan normal
Lingkar Perut	:	88 Cm
Pemeriksaan Fisik	:	Fisik normal, penglihatan + kanan kiri, pendengaran normal. DM, KOLESTEROL, ASAM URAT.

KESIMPULAN

- IMT 23 (NORMAL)
- LINGKAR PERUT DALAM BATAS NORMAL 88 CM (IDEAL UNTUK LAKI-LAKI: <90 CM)
- PENINGKATAN TEKANAN DARAH
- BUNYI JANTUNG DAN PARU DALAM BATAS NORMAL
- PENINGKATAN PROFIL GULA DARAH
- PENINGKATAN KREATININ DAN ASAM URAT
- KETIDAKSEIMBANGAN PROFIL LIPID

No. MR	: PNK20260300041	Tanggal Pengambilan Sampel	: 31 March 2026
Nama Pasien	: NURJIWANTO	Tanggal Pengiriman Hasil	: 01 April 2026
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: Fenetta F A
Tanggal Lahir/Umur	: 17 November 1967 / 58 Tahun		Masinambow
	4 Bulan 15 Hari		
No. HP Pasien	: 6281234501167		
Alamat Pasien	: JALAN KELAPA HYBRIDA		
	UTARA V GC 4 NO 18		

MEDICAL REPORT

SARAN

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

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.
- 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.
- Berhenti merokok: Rokok dapat memperburuk kondisi diabetes.
- Batasi alkohol: Alkohol dapat mengganggu pengobatan dan kestabilan gula darah.
- Perawatan luka: Segera obati luka agar tidak infeksi, karena proses penyembuhan lebih lambat pada diabetes.

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 pengecekan secara berkala untuk memantau fungsi ginjal.
- Konsultasi: Rutin periksa ke dokter untuk evaluasi dan penanganan yang tepat.

PENINGKATAN ASAM URAT / HIPERURISEMIA

- Asam urat tinggi dapat menyebabkan nyeri sendi dan batu ginjal.
- Batasi konsumsi jeroan, daging merah, seafood, minuman manis, dan alkohol.

No. MR	: PNK20260300041	Tanggal Pengambilan Sampel	: 31 March 2026
Nama Pasien	: NURJIWANTO	Tanggal Pengiriman Hasil	: 01 April 2026
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: Fenetta F A
Tanggal Lahir/Umur	: 17 November 1967 / 58 Tahun		Masinambow
	4 Bulan 15 Hari		
No. HP Pasien	: 6281234501167		
Alamat Pasien	: JALAN KELAPA HYBRIDA		
	UTARA V GC 4 NO 18		

MEDICAL REPORT

SARAN

- 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.

KETIDAKSEIMBANGAN PROFIL LIPID

- Olahraga: Jalan cepat, bersepeda statis, atau berenang 30 menit/hari, dengan frekuensi 3-5x/minggu dan latihan otot 2x / minggu.
- Makan sehat: Perbanyak buah, sayur, biji-bijian utuh, ikan, daging tanpa lemak.
- Kurangi: Gorengan, fast food, makanan tinggi kolesterol seperti daging kambing, daging sapi, kuning telur, udang, santan, mentega, keju, jeroan.
- Serat dan sterol: 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.
- Hindari asap rokok untuk menurunkan risiko penyumbatan pembuluh darah dan meningkatkan kadar kolesterol baik (HDL).

CATATAN

- Hasil pemeriksaan saat ini, tekanan darah Bapak dapat dikategorikan belum terkontrol (170/104mmHg) karena masih melewati nilai target pada pasien usia kurang dari 60 tahun yang ditetapkan yaitu <130/80mmHg. Namun, tekanan darah dapat meningkat pada kondisi tertentu, misalnya karena kurang istirahat yang menyebabkan kelelahan, kurangnya aktivitas fisik, pola makan yang tidak seimbang, dan lain sebagainya. Faktor usia juga memainkan peran dalam proses peningkatan tekanan darah, karena semakin bertambahnya usia maka kekakuan pembuluh darah akan semakin meningkat yang membuat kerja jantung menjadi lebih berat, sehingga tekanan darah dapat terus meningkat.
- Hasil pemeriksaan gula darah Bapak mengalami peningkatan (Gula Darah Puasa, HbA1C, dan Gula Darah 2 Jam Post-Prandial). Mengingat adanya riwayat diabetes yang Bapak alami, saat ini kondisi diabetes Bapak belum terkontrol.

No. MR	: PNK20260300041	Tanggal Pengambilan Sampel	: 31 March 2026
Nama Pasien	: NURJIWANTO	Tanggal Pengiriman Hasil	: 01 April 2026
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: Fenetta F A
Tanggal Lahir/Umur	: 17 November 1967 / 58 Tahun		Masinambow
	4 Bulan 15 Hari		
No. HP Pasien	: 6281234501167		
Alamat Pasien	: JALAN KELAPA HYBRIDA		
	UTARA V GC 4 NO 18		

MEDICAL REPORT

CATATAN

- 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. Lakukan konsultasi ke Dokter apabila muncul keluhan nyeri sendi, meradang, kemerahan dan bengkak.
- 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 didapatkan ketidakseimbangan kadar kolesterol dalam darah Bapak (Peningkatan trigliserida, kolesterol total dan LDL, serta penurunan HDL). Mengingat adanya riwayat ketidakseimbangan kolesterol dan minum obat untuk keseimbangan kolesterol, saat ini kondisinya belum terkontrol.
- Untuk keseluruhan kondisi Bapak, mengingat adanya riwayat hipertensi, kolesterol, diabetes dan asam urat yang Bapak alami, disarankan untuk berkonsultasi kembali dengan Dokter yang merawat Bapak untuk mendapatkan penyesuaian terapi dan penanganan yang tepat, untuk menghindari terjadinya komplikasi ke organ-organ lainnya. Tetap disarankan pula untuk melakukan perubahan pola makan dan aktivitas fisik sesuai anjuran, agar kondisi Bapak dapat terkontrol dengan baik.



Fenetta F A Masinambow