

No. MR	: PNK20260300042	Tanggal Pengambilan Sampel	: 04 April 2026
Nama Pasien	: ELVI FELICIA	Tanggal Pengiriman Hasil	: 07 April 2026
Jenis Kelamin	: Female	Dokter Penanggung jawab	: dr. Fenetta F A
Tanggal Lahir/Umur	: 2 Mei 1997 / 28 Tahun 11 Bulan 5 Hari		Masinambow
No. HP Pasien	: 628118172588		
Alamat Pasien	: GREEN GARDEN BLOK O1 NO. 1-2		

MEDICAL REPORT

ANAMNESIS DAN RIWAYAT KESEHATAN

Riwayat Penyakit Sekarang	: Tidak Ada Gejala - Tidak Mengalami Keluhan
Riwayat Penyakit Dahulu	: -
Riwayat Penyakit Keluarga	: Cancer
Konsumsi Obat Rutin	: -
Alergi	: -
Pola Makan	: 2x
Kebiasaan Olahraga	: 4-5x
Riwayat Merokok	: -
Riwayat Konsumsi Alkohol	: Ada
Puasa	: 19.00 Wib

TANDA VITAL DAN PEMERIKSAAN FISIK

Tekanan Darah	: 111/62 mmHg
Nadi	: 67 x/menit
Napas	: 13 x/menit
Saturasi Oksigen	: 98%
Suhu	: 36.6°
Berat Badan	: 61 Kg
Tinggi Badan	: 166 Cm
IMT / Indeks Massa Tubuh	: 22.1 / Berat badan normal
Lingkar Perut	: 77 Cm
Pemeriksaan Fisik	: Fit

KESIMPULAN

- IMT 22,1 (NORMAL)
- LINGKAR PERUT NORMAL 77 CM (IDEAL UNTUK PEREMPUAN: <80 CM)
- BUNYI JANTUNG DAN PARU DALAM BATAS NORMAL
- PENINGKATAN KOLESTEROL TOTAL
- GLUKOSA TTGO 2 JAM RENDAH

SARAN

PENINGKATAN KOLESTEROL TOTAL

- Olahraga: Jalan cepat, bersepeda statis, atau berenang 30 menit/hari, dengan frekuensi 3-5x/minggu dan latihan otot 2x / minggu.

No. MR	: PNK20260300042	Tanggal Pengambilan Sampel	: 04 April 2026
Nama Pasien	: ELVI FELICIA	Tanggal Pengiriman Hasil	: 07 April 2026
Jenis Kelamin	: Female	Dokter Penanggung jawab	: dr. Fenetta F A
Tanggal Lahir/Umur	: 2 Mei 1997 / 28 Tahun 11 Bulan 5 Hari		Masinambow
No. HP Pasien	: 628118172588		
Alamat Pasien	: GREEN GARDEN BLOK O1 NO. 1-2		

MEDICAL REPORT

SARAN

- 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 nanas 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).

REKOMENDASI KONTROL KESEHATAN

- Pada rentang usia 18-30 tahun, kondisi tubuh biasanya masih sehat dan bugar. Meskipun demikian, pemeriksaan kesehatan tetap dianjurkan, khususnya bila ada riwayat penyakit dalam keluarga seperti diabetes, tekanan darah tinggi, atau kanker. Ibu dapat berkonsultasi dengan Dokter untuk rekomendasi pemeriksaan yang sesuai dengan kondisi Ibu.

CATATAN

- Hasil pemeriksaan status gizi Ibu masih masuk dalam kategori normal. Namun didapatkan kadar kolesterol total meningkat. Hal ini dapat ditangani utamanya dengan perubahan/modifikasi gaya hidup (mengurangi asupan makanan tinggi kolesterol serta aktivitas fisik sesuai anjuran).
- Hasil pemeriksaan kadar gula darah setelah 2 jam TTGO sedikit rendah. Umumnya hal ini dapat terjadi pada individu dengan sensitivitas insulin yang tinggi, dan jika tidak disertai gejala seperti pusing, lemas, mual, dan penurunan kesadaran masih dapat dikategorikan normal. Namun, jika Ibu mengalami keluhan-keluhan tersebut diatas, disarankan untuk datang ke fasilitas Kesehatan terdekat agar dapat ditangani lebih lanjut.
- Untuk keseluruhan kondisi Ibu, disarankan untuk cek kesehatan rutin dalam 6 bulan-1 tahun sekali agar Kesehatan Ibu dapat terus terpantau dengan baik. Tetap lakukan pola hidup sehat sesuai anjuran. Ibu dapat berkonsultasi dengan Dokter Spesialis Penyakit Dalam untuk penanganan yang lebih komprehensif.

No. MR	: PNK20260300042	Tanggal Pengambilan Sampel	: 04 April 2026
Nama Pasien	: ELVI FELICIA	Tanggal Pengiriman Hasil	: 07 April 2026
Jenis Kelamin	: Female	Dokter Penanggung jawab	: dr. Fenetta F A
Tanggal Lahir/Umur	: 2 Mei 1997 / 28 Tahun 11 Bulan 5 Hari		Masinambow
No. HP Pasien	: 628118172588		
Alamat Pasien	: GREEN GARDEN BLOK O1 NO. 1-2		

MEDICAL REPORT



dr. Fenetta F A Masinambow