

No. MR	: PNK20260300050	Tanggal Pengambilan Sampel	: 11 April 2026
Nama Pasien	: LUCY JULIANA SAPRI	Tanggal Pengiriman Hasil	: 14 April 2026
Jenis Kelamin	: Female	Dokter Penanggung jawab	: dr. Fenetta F A
Tanggal Lahir/Umur	: 4 Mei 1978 / 47 Tahun 11 Bulan 10 Hari		Masinambow
No. HP Pasien	: 628119952055		
Alamat Pasien	: PURI MEDIA SAFIR 3 BLOK C 1 NO 6 PURI KEMBANGAN JAKBAR		

MEDICAL REPORT

ANAMNESIS DAN RIWAYAT KESEHATAN

Riwayat Penyakit Sekarang	: Tidak Ada Gejala - Tidak Mengalami Keluhan
Riwayat Penyakit Dahulu	: GA ADA
Riwayat Penyakit Keluarga	: Tidak ada
Konsumsi Obat Rutin	: NO
Alergi	: TIDAK ADA A
Pola Makan	: 3 kali sehari
Kebiasaan Olahraga	: lari dan angkat beban
Riwayat Merokok	: Tidak pernah
Riwayat Konsumsi Alkohol	: Tidak pernah
Puasa	: Terakhir makan jam 7 malam

TANDA VITAL DAN PEMERIKSAAN FISIK

Tekanan Darah	: 115/83 mmHg
Nadi	: 56 x/menit
Napas	: 13 x/menit
Saturasi Oksigen	: 99%
Suhu	: 36.5°
Berat Badan	: 75 Kg
Tinggi Badan	: 165 Cm
IMT / Indeks Massa Tubuh	: 27.5 / Obesitas
Lingkar Perut	: 89 Cm
Pemeriksaan Fisik	: Fisk normal, pendengaran normal, penglihatan plus kanan dan kiri

KESIMPULAN

- IMT 27,5 (OBESITAS)
- LINGKAR PERUT MELEBIHI BATAS NORMAL 89 CM (IDEAL UNTUK PEREMPUAN: <80 CM)
- TANDA-TANDA VITAL DALAM BATAS NORMAL
- PENINGKATAN KOLESTEROL TOTAL
- PENINGKATAN EUSINOFIL DAN LIMFOSIT, PENURUNAN NEUTROFIL

No. MR	: PNK20260300050	Tanggal Pengambilan Sampel	: 11 April 2026
Nama Pasien	: LUCY JULIANA SAPRI	Tanggal Pengiriman Hasil	: 14 April 2026
Jenis Kelamin	: Female	Dokter Penanggung jawab	: dr. Fenetta F A
Tanggal Lahir/Umur	: 4 Mei 1978 / 47 Tahun 11 Bulan 10 Hari		Masinambow
No. HP Pasien	: 628119952055		
Alamat Pasien	: PURI MEDIA SAFIR 3 BLOK C 1 NO 6 PURI KEMBANGAN JAKBAR		

MEDICAL REPORT

SARAN

IMT OBESITAS DAN LINGKAR PERUT MELEBIHI BATAS NORMAL, 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

REKOMENDASI KONTROL KESEHATAN

- Memasuki usia 40 tahun keatas, pemeriksaan kesehatan sebaiknya dilakukan secara rutin minimal 2 kali dalam setahun. Hal ini penting untuk mengantisipasi risiko penyakit kronis seperti tekanan darah tinggi, diabetes, dan gangguan jantung, agar dapat terdeteksi lebih awal dan segera ditangani. Jenis pemeriksaan sebaiknya disesuaikan dengan usia, riwayat kesehatan, serta arahan Dokter.

CATATAN

No. MR	: PNK20260300050	Tanggal Pengambilan Sampel	: 11 April 2026
Nama Pasien	: LUCY JULIANA SAPRI	Tanggal Pengiriman Hasil	: 14 April 2026
Jenis Kelamin	: Female	Dokter Penanggung jawab	: dr. Fenetta F A Masinambow
Tanggal Lahir/Umur	: 4 Mei 1978 / 47 Tahun 11 Bulan 10 Hari		
No. HP Pasien	: 628119952055		
Alamat Pasien	: PURI MEDIA SAFIR 3 BLOK C 1 NO 6 PURI KEMBANGAN JAKBAR		

MEDICAL REPORT

CATATAN

- Hasil pemeriksaan menunjukkan bahwa Ibu mengalami Obesitas. Kondisi ini berhubungan erat salah satunya dengan kadar kolesterol yang meningkat. Obesitas dapat ditangani utamanya dengan perubahan gaya hidup (mengatur asupan makanan rendah kolesterol serta melakukan aktivitas fisik sesuai anjuran), dapat dibantu dengan obat atau tindakan medis jika diperlukan. Disarankan untuk berkonsultasi dengan Dokter Spesialis Gizi Klinik untuk manajemen penurunan berat badan yang sesuai dan aman untuk kondisi Ibu.
- Hasil pemeriksaan hematologi menunjukkan peningkatan kadar Eusinofil. Eusinofil yang meningkat biasanya berhubungan dengan kejadian alergi. Penting untuk mencari pencetus yang memicu alergi serta menghindari pencetus tersebut. Ibu dapat melakukan pemantauan secara berkala terutama jika muncul tanda dan gejala alergi seperti ruam-ruam kemerahan, gatal, nyeri menelan, dan sesak nafas. Segera pergi ke fasilitas Kesehatan terdekat jika muncul gejala-gejala tersebut. Selain itu, hasil hitung jenis leukosit Ibu juga menunjukkan hasil di luar batas normal (neutrofil menurun, limfosit meningkat). Kondisi ini bisa disebabkan karena beberapa hal seperti adanya peradangan yang disebabkan oleh infeksi terutama infeksi virus, kondisi kelelahan dan stress fisik, atau tanda penyakit tertentu. Jika disertai keluhan-keluhan yang mengganggu aktivitas sehari-hari, disarankan untuk berkonsultasi dengan Dokter untuk dilakukan penanganan yang sesuai dengan kondisi Saudari.
- Berdasarkan hasil pemeriksaan secara keseluruhan, Ibu disarankan untuk melakukan modifikasi gaya hidup yang lebih sehat secara konsisten dan melakukan pemeriksaan kesehatan rutin 6 bulan sampai 1 tahun sekali. Konsultasi dengan Dokter Spesialis Gizi dan Dokter Spesialis Penyakit Dalam untuk diberikan penanganan yang komprehensif.



dr. Fenetta F A Masinambow