

No. MR	: PNK20260400027	Tanggal Pengambilan Sampel	: 06 April 2026
Nama Pasien	: WAHIDA RIZKY SETIAWAN	Tanggal Pengiriman Hasil	: 10 April 2026
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: dr. Putu Devie Sri Astari
Tanggal Lahir/Umur	: 3 Januari 1997 / 29 Tahun 3 Bulan 7 Hari		
No. HP Pasien	: 6289602732134		
Alamat Pasien	: LT.6 RECAPITAL BUILDING, DIGIVLA INDONESIA		

MEDICAL REPORT

ANAMNESIS DAN RIWAYAT KESEHATAN

Riwayat Penyakit Sekarang	: Diabetes - Tidak Mengalami Keluhan
Riwayat Penyakit Dahulu	: TIDAK ADA
Riwayat Penyakit Keluarga	: -
Konsumsi Obat Rutin	: TIDAK ADA
Alergi	: TIDAK ADA
Pola Makan	: 3 kali
Kebiasaan Olahraga	: Jarang
Riwayat Merokok	: -
Riwayat Konsumsi Alkohol	: -
Puasa	: Puasa

TANDA VITAL DAN PEMERIKSAAN FISIK

Tekanan Darah	: 126/79 mmHg
Nadi	: 83 x/menit
Napas	: 12 x/menit
Saturasi Oksigen	: 98%
Suhu	: 36.6°
Berat Badan	: 60 Kg
Tinggi Badan	: 170 Cm
IMT / Indeks Massa Tubuh	: 20.8 / Berat badan normal
Lingkar Perut	: 85 Cm
Pemeriksaan Fisik	: Baik

KESIMPULAN

- IMT/ INDEKS MASSA TUBUH 20.8 (NORMAL)
- LINGKAR PERUT 85 CM (IDEAL UNTUK LAKI-LAKI<90 CM)
- SUARA JANTUNG DALAM BATAS NORMAL
- SUARA RHONKI (+/+) DAN MENGI (+/+) DI KEDUA LAPANG PARU
- PENINGKATAN TEKANAN DARAH
- PENINGKATAN KOLESTEROL TOTAL
- PENINGKATAN ASAM URAT
- PENINGKATAN EOSINOFIL

No. MR	: PNK20260400027	Tanggal Pengambilan Sampel	: 06 April 2026
Nama Pasien	: WAHIDA RIZKY SETIAWAN	Tanggal Pengiriman Hasil	: 10 April 2026
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: dr. Putu Devie Sri Astari
Tanggal Lahir/Umur	: 3 Januari 1997 / 29 Tahun 3 Bulan 7 Hari		
No. HP Pasien	: 6289602732134		
Alamat Pasien	: LT.6 RECAPITAL BUILDING, DIGIVLA INDONESIA		

MEDICAL REPORT

SARAN

CEGAH HIPERTENSI DENGAN CERDIK

- C = Cek kesehatan rutin (pemantauan tekanan darah, keteraturan denyut nadi, IMT, serta pemeriksaan kadar gula darah dan kolesterol) minimal 1-3 bulan sekali.
- E = Enyahkan rokok (berhenti merokok/hindari paparan asap rokok untuk jaga jantung dan paru)
- R = Rajin olahraga/ aktifitas fisik dapat dilakukan selama minimal 30 menit per hari dengan frekuensi 5 kali per minggu (150 menit per minggu)
- D = Diet sehat dan seimbang; konsumsi buah & sayur 5 porsi/hari, batasi gula maksimal 4 sdm/hari, garam maks 1 sdt/hari, lemak/minyak maks 5 sdm/hari, kurangi makanan tinggi gula (permen, minuman manis bersoda, kue basah, es krim, dan kue kering), garam tinggi (keripik kentang, kacang asin, keju, panganan kemasan, dan buah kering), lemak (pilih daging tanpa lemak, ikan, unggas, kacang kering, dan kacang polong sebagai sumber protein), kurangi jeroan dan gunakan produk susu rendah lemak.
- I = Istirahat cukup (tidur 7 - 8 jam / malam)
- K = Kelola stres (relaksasi dan lakukan hal yang menyenangkan)

KENDALIKAN KADAR LEMAK DARAH/KOLESTEROL TIDAK SEIMBANG

- 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 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).

PENINGKATAN ASAM URAT / HIPERURISEMIA

- Asam urat tinggi dapat menyebabkan nyeri sendi dan batu ginjal.
- Hindari 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.
- Pilih makanan sehat seperti susu rendah lemak, sayur, dan buah.
- Terapkan gaya hidup sehat: kendalikan berat badan, hindari alkohol, dan olahraga ringan.

No. MR	: PNK20260400027	Tanggal Pengambilan Sampel	: 06 April 2026
Nama Pasien	: WAHIDA RIZKY SETIAWAN	Tanggal Pengiriman Hasil	: 10 April 2026
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: dr. Putu Devie Sri Astari
Tanggal Lahir/Umur	: 3 Januari 1997 / 29 Tahun 3 Bulan 7 Hari		
No. HP Pasien	: 6289602732134		
Alamat Pasien	: LT.6 RECAPITAL BUILDING, DIGIVLA INDONESIA		

MEDICAL REPORT

SARAN

- 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.

CATATAN

- Tekanan darah sedikit lebih tinggi dari normal yaitu 126/79 mmHg (Normal <120/80 mmHg). Untuk diagnosis Hipertensi memerlukan 2-3x pemeriksaan, sehingga untuk saat ini cukup dijaga dengan pola makan sehat, rutin berolahraga, dan istirahat yang cukup, serta lakukan pemeriksaan selanjutnya 1-4 minggu agar tekanan darah tetap terpantau dengan baik dan mencegah perkembangan penyakit menjadi Hipertensi dan komplikasi lainnya.
- Hasil pemeriksaan menunjukkan kadar lemak darah mengalami peningkatan; Kolesterol total anda 234 mg/dL yang mana telah melebihi batas normal (Normal <200 mg/dL). Kondisi ini perlu obat kolesterol dan rutin dipantau dengan mengatur pola makan rendah kolesterol dan sebaiknya mulai diperbaiki dengan pola hidup sehat dan olahraga teratur karena saat ini anda jarang berolahraga agar kondisi anda tetap terkontrol dengan baik. Penggunaan obat kolesterol harus dengan resep dokter. Jangan mengubah dosis atau mengganti obat sendiri tanpa anjuran dari dokter. Lakukan kontrol rutin Kolesterol total minimal 1 bulan sekali dan dianjurkan melakukan pemeriksaan Profil Lipid (Trigliserida, Kolesterol LDL, HDL) setiap 3-6 bulan sekali dan konsultasikan pada dokter agar kondisi anda tetap terpantau dengan baik.
- Hasil menunjukkan asam urat Anda melebihi batas normal yaitu 7,1 mg/dL (normal <7 mg/dL). Untuk saat ini cukup lakukan diet rendah purin sehingga hal ini dapat dikendalikan dengan baik. Hindari 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. Rutin kontrol kadar asam urat minimal 1-3 bulan sekali agar kondisi anda dapat terpantau dengan baik. Jangan tunda ke rumah sakit apabila muncul keluhan nyeri sendi, meradang, kemerahan dan bengkak.
- Peningkatan eosinofil dapat terjadi karena alergi, infeksi cacing/parasit, atau reaksi tubuh terhadap kondisi tertentu, dan umumnya dapat dipantau serta ditangani dengan pemeriksaan lanjutan bila diperlukan. Disarankan evaluasi dan kontrol lanjutan sesuai indikasi klinis.

No. MR	: PNK20260400027	Tanggal Pengambilan Sampel	: 06 April 2026
Nama Pasien	: WAHIDA RIZKY SETIAWAN	Tanggal Pengiriman Hasil	: 10 April 2026
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: dr. Putu Devie Sri Astari
Tanggal Lahir/Umur	: 3 Januari 1997 / 29 Tahun 3 Bulan 7 Hari		
No. HP Pasien	: 6289602732134		
Alamat Pasien	: LT.6 RECAPITAL BUILDING, DIGIVLA INDONESIA		

MEDICAL REPORT

CATATAN

- Berdasarkan hasil pemeriksaan didapatkan suara rhonki dan mengi pada kedua lapang paru. Temuan tersebut dapat mengarah pada kemungkinan adanya gangguan saluran pernapasan yang dapat terjadi akibat beberapa kondisi seperti alergi, penyempitan saluran napas atau infeksi sehingga perlu evaluasi lebih lanjut ke Dokter/Dokter Spesialis Penyakit Dalam sebagai upaya awal deteksi penyakit dengan pemeriksaan lebih lanjut seperti rontgen dada, spirometri, dan pemeriksaan lain sesuai indikasi medis di Fasilitas Kesehatan terdekat untuk mencegah risiko berkembang menjadi penyakit kronis.
- Secara keseluruhan kondisi Tn. Wahida Rizky Setiawan dalam keadaan stabil karena tidak mengalami keluhan, namun anda disarankan untuk melakukan pemeriksaan lebih lanjut ke Dokter Spesialis Penyakit Dalam untuk kondisi peningkatan kolesterol, asam urat, eosinofilia dan suara napas tambahan yang anda alami agar kondisi anda dapat terpantau dengan baik untuk mencegah komplikasi.



dr. Putu Devie Sri Astari