

No. MR	: PNK20260400157	Tanggal Pengambilan Sampel	: 24 April 2026
Nama Pasien	: NURLITA HIDAYATI	Tanggal Pengiriman Hasil	: 27 April 2026
Jenis Kelamin	: Female	Dokter Penanggung jawab	: dr. Fenetta F A
Tanggal Lahir/Umur	: 17 September 1978 / 47		Masinambow
	Tahun 7 Bulan 10 Hari		
No. HP Pasien	: 6285780199822		
Alamat Pasien	: PT HOSANA		

MEDICAL REPORT

ANAMNESIS DAN RIWAYAT KESEHATAN

Riwayat Penyakit Sekarang	:	Kesemutan - >14 Hari
Riwayat Penyakit Dahulu	:	TYPES
Riwayat Penyakit Keluarga	:	Ibu : pembengkakan jantung Ayah : gejala gagal ginjal, pembengkakan jantung, pengecilan corong paru
Konsumsi Obat Rutin	:	TIDAK ADA
Alergi	:	TIDAK ADA
Pola Makan	:	2 kali
Kebiasaan Olahraga	:	Seminggu 1x senam atau jalan kaki
Riwayat Merokok	:	-
Riwayat Konsumsi Alkohol	:	-
Puasa	:	Puasa

TANDA VITAL DAN PEMERIKSAAN FISIK

Tekanan Darah	:	111/83 mmHg
Nadi	:	79 x/menit
Napas	:	18 x/menit
Saturasi Oksigen	:	98%
Suhu	:	36.4°
Berat Badan	:	77 Kg
Tinggi Badan	:	14 Cm
IMT / Indeks Massa Tubuh	:	3928.6 / Obesitas
Lingkar Perut	:	103 Cm
Pemeriksaan Fisik	:	Ibu jari tidak bisa di lipat dan tangan sering kesemutan sebelah kiri

KESIMPULAN

- IMT 34,6 (OBESITAS)
- LINGKAR PERUT MELEBIHI BATAS NORMAL 103 CM (IDEAL UNTUK PEREMPUAN: <80 CM)
- TANDA-TANDA VITAL DALAM BATAS NORMAL
- BUNYI JANTUNG DAN PARU DALAM BATAS NORMAL
- KETIDAKSEIMBANGAN PROFIL LIPID
- PENINGKATAN HBA1C DAN SGOT-SGPT
- PENURUNAN UREUM
- ANEMIA

No. MR	: PNK20260400157	Tanggal Pengambilan Sampel	: 24 April 2026
Nama Pasien	: NURLITA HIDAYATI	Tanggal Pengiriman Hasil	: 27 April 2026
Jenis Kelamin	: Female	Dokter Penanggung jawab	: dr. Fenetta F A
Tanggal Lahir/Umur	: 17 September 1978 / 47 Tahun 7 Bulan 10 Hari		Masinambow
No. HP Pasien	: 6285780199822		
Alamat Pasien	: PT HOSANA		

MEDICAL REPORT

SARAN

IMT OBESITAS DAN LINGKAR PERUT MELEBIHI BATAS NORMAL, KETIDAKSEIMBANGAN PROFIL LIPID

- 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 nanas segar yang mengandung serat, vitamin C, dan bromelain yang dapat membantu mendukung penurunan kolesterol.
- 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

PENURUNAN FUNGSI HATI / PENINGKATAN SGOT-SGPT

- Hindari makanan berlemak seperti gorengan, daging kambing, daging sapi, kuning telur, santan, mentega, keju dll.
- Hindari makanan tinggi gula seperti gula pasir, gula jawa, sirup, manisan, dodol, es krim, minuman kemasan, kue-kue manis, susu kental manis.
- Lakukan aktivitas fisik yang disukai minimal 30 menit aktivitas fisik per hari atau 3-5 kali per minggu secara rutin dan konsisten, disesuaikan kondisi dan kemampuan individu.
- Hindari minuman alkohol (batasan alkohol harian 15 gram untuk perempuan dan 20 gram untuk laki-laki)
- PENINGKATAN HbA1C
- Olahraga: Disarankan aktivitas fisik ringan, seperti jalan kaki, 30 menit per hari, 5 kali per minggu.
- Pola makan sehat: Batasi makanan cepat saji dan perbanyak konsumsi sayur, buah, serta makanan bergizi seimbang.
- Berhenti merokok: Rokok dapat mengganggu fungsi insulin dan meningkatkan risiko diabetes.
- Pengendalian berat badan: Penurunan berat badan 5 - 7 persen sudah membantu mencegah diabetes, terutama pada obesitas.

No. MR	: PNK20260400157	Tanggal Pengambilan Sampel	: 24 April 2026
Nama Pasien	: NURLITA HIDAYATI	Tanggal Pengiriman Hasil	: 27 April 2026
Jenis Kelamin	: Female	Dokter Penanggung jawab	: dr. Fenetta F A
Tanggal Lahir/Umur	: 17 September 1978 / 47 Tahun 7 Bulan 10 Hari		Masinambow
No. HP Pasien	: 6285780199822		
Alamat Pasien	: PT HOSANA		

MEDICAL REPORT

SARAN

- Obat: Hanya digunakan bila diresepkan dokter sesuai kondisi medis.

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

REKOMENDASI KONTROL KESEHATAN

- Setelah melewati usia 40 tahun, pemeriksaan kesehatan sebaiknya dilakukan secara rutin 1-2x 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

- Hasil pemeriksaan menunjukkan bahwa Ibu mengalami Obesitas. Penanganan obesitas umumnya dimulai dengan perubahan gaya hidup sehat, dapat dibantu dengan obat atau tindakan medis jika diperlukan. Bila perlu, konsultasikan dengan Dokter Spesialis Gizi Klinik untuk rencana manajemen penurunan berat badan yang sesuai dan aman untuk kondisi Ibu. Kondisi ini berhubungan erat dengan ketidakseimbangan profil lipid (Trigliserida, kolesterol total dan LDL meningkat, HDL rendah). Ibu dapat mulai menjaga pola makan rendah lemak jenuh dan melakukan aktivitas fisik sesuai anjuran.
- Hasil pemeriksaan hematologi mengindikasikan Ibu mengalami anemia. 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. Konsultasikan ke Dokter jika mengalami keluhan seperti pendarahan, lemas, mual hebat, nyeri dada, cepat lelah, atau keluhan lain yang sudah mengganggu aktivitas sehari-hari.
- Hasil pemeriksaan gula darah Ibu mengalami peningkatan. Disarankan untuk melakukan pemeriksaan lanjutan profil gula darah untuk memastikan diagnosis. Lakukan konsultasi dengan Dokter Spesialis Penyakit Dalam untuk mendapatkan terapi yang sesuai dengan kondisi Ibu. Tetap disarankan pula untuk melakukan perubahan pola makan dan aktivitas fisik sesuai anjuran, agar gula darah dapat turun dan terkontrol dengan baik.

No. MR	: PNK20260400157	Tanggal Pengambilan Sampel	: 24 April 2026
Nama Pasien	: NURLITA HIDAYATI	Tanggal Pengiriman Hasil	: 27 April 2026
Jenis Kelamin	: Female	Dokter Penanggung jawab	: dr. Fenetta F A
Tanggal Lahir/Umur	: 17 September 1978 / 47		Masinambow
	Tahun 7 Bulan 10 Hari		
No. HP Pasien	: 6285780199822		
Alamat Pasien	: PT HOSANA		

MEDICAL REPORT

CATATAN

- Hasil pemeriksaan menunjukkan fungsi hati Ibu mengalami penurunan yang ditandai dengan kadar enzim hati yang meningkat. Hal yang dapat menyebabkan penurunan fungsi hati antara lain adalah sedang minum obat-obatan yang dapat mengganggu fungsi hati, konsumsi alkohol, terinfeksi hepatitis, mengalami sirosis (kerusakan hati), atau tanda penyakit tertentu lainnya seperti adanya perlemakan hati. Jika terdapat keluhan seperti mual muntah hebat, kulit menjadi kuning, nyeri perut kanan atas yang tidak membaik, atau perut membesar, segera pergi ke Fasilitas Kesehatan untuk ditangani lebih lanjut.
- Hasil pemeriksaan didapatkan penurunan kadar ureum. Kondisi ini dapat diatasi dengan memperbanyak asupan protein. Disarankan untuk mengecek ulang fungsi ginjal Ibu dalam 6 bulan-1 tahun kedepan.
- Untuk keluhan ibu jari yang tidak bisa dilipat, kemungkinan besar terjadi karena adanya peradangan pada selubung pembungkus tendon jari Ibu. Kondisi ini biasanya membutuhkan penanganan dengan imobilisasi, terapi obat baik yang dapat diminum atau dengan injeksi/penyuntikan. Sebaiknya Ibu dapat berkonsultasi dengan Dokter Spesialis Bedah Tulang atau Dokter Spesialis Saraf agar dapat ditangani secara menyeluruh.
- Untuk keluhan kesemutan yang Ibu alami, dapat disebabkan oleh beberapa hal, misalnya gangguan metabolisme, kelelahan dan kurang istirahat, gangguan dari struktur otot tulang dan saraf, atau akibat penyakit tertentu lainnya. Ibu dapat mencoba mengatasinya dengan melakukan aktivitas fisik yang konsisten, jangan memaksakan diri untuk berolahraga berat, konsumsi vitamin B, istirahat yang cukup, atur posisi dan lakukan stretching ketika bekerja (misalnya disela-sela setelah penggunaan tangan yang lama saat bekerja di kantor, atau saat mengerjakan pekerjaan rumah).
- 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. Bila perlu, konsultasi dengan Dokter Spesialis Gizi Klinik dan Dokter Spesialis Penyakit Dalam untuk mendapatkan penanganan yang komprehensif.



dr. Fenetta F A Masinambow