

No. MR	: PNK20260200111	Tanggal Pengambilan Sampel	: 23 May 2026
Nama Pasien	: JOSHUA WIAN TO	Tanggal Pengiriman Hasil	: 24 May 2026
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: dr. M. Fajri Rinansyah P.R.
Tanggal Lahir/Umur	: 24 Desember 1996 / 29 Tahun 5 Bulan 0 Hari		
No. HP Pasien	: 6282123256200		
Alamat Pasien	: TAMAN SEMANAN INDAH E7 NO 33		

MEDICAL REPORT

ANAMNESIS DAN RIWAYAT KESEHATAN

Riwayat Penyakit Sekarang	:	Tidak Ada Gejala - Tidak Mengalami Keluhan
Riwayat Penyakit Dahulu	:	-
Riwayat Penyakit Keluarga	:	Ayah : hipertensi Ibu : hipertensi
Konsumsi Obat Rutin	:	-
Alergi	:	-
Pola Makan	:	3 kali
Kebiasaan Olahraga	:	Seminggu 2- 3 kali. Gym
Riwayat Merokok	:	-
Riwayat Konsumsi Alkohol	:	Ada. Konsumsi bir 2 hari lalu (1 botol)
Puasa	:	Puasa

TANDA VITAL DAN PEMERIKSAAN FISIK

Tekanan Darah	:	123/65 mmHg
Nadi	:	77 x/menit
Napas	:	18 x/menit
Saturasi Oksigen	:	97%
Suhu	:	36.6°
Berat Badan	:	75.9 Kg
Tinggi Badan	:	172 Cm
IMT / Indeks Massa Tubuh	:	25.7 / Berat badan berlebih (Overweight)
Lingkar Perut	:	92.8 Cm
Pemeriksaan Fisik	:	Baik

KESIMPULAN

- Hipertrigliseridemia

SARAN

- Modifikasi gaya hidup:
- Konsumsi makanan tinggi lemak jenuh dan gula sederhana dapat meningkatkan produksi trigliserida di hati
- Perbanyak konsumsi serat dari buah dan sayuran.

No. MR	: PNK20260200111	Tanggal Pengambilan Sampel	: 23 May 2026
Nama Pasien	: JOSHUA WIAN TO	Tanggal Pengiriman Hasil	: 24 May 2026
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: dr. M. Fajri Rinansyah P.R.
Tanggal Lahir/Umur	: 24 Desember 1996 / 29 Tahun 5 Bulan 0 Hari		
No. HP Pasien	: 6282123256200		
Alamat Pasien	: TAMAN SEMANAN INDAH E7 NO 33		

MEDICAL REPORT

SARAN

- Kurangi dan batasi konsumsi makanan tinggi gula, tinggi lemak jenuh, dan makanan yang terbuat dari tepung.
- Perbanyak asupan lemak baik, seperti minyak zaitun, kacang-kacangan, biji-bijian, dan ikan.
- Lakukan aktivitas fisik atau berolahraga rutin minimal 30 menit setiap hari.
- Jangan merokok.
- Hindari konsumsi minuman alkohol.
- Pastikan untuk beristirahat dan tidur yang cukup.
- Jaga berat badan agar tetap ideal.
- Kelola stres dengan baik.

CATATAN

- Peningkatan kadar trigliserida dalam darah terjadi bila asupan trigliserida dari makanan melebihi jumlah yang dibutuhkan tubuh. Kondisi ini dapat memicu penebalan dinding pembuluh darah sehingga berisiko menyebabkan stroke, serangan jantung, dan penyakit jantung.
- Kadar trigliserida dalam tubuh :
- Tingkat normal: < 150 mg/dl.
- Batas tinggi: 150 - 199 mg/dL.
- Tinggi: 200 - 499 mg/dL.
- Sangat tinggi: 500 mg/dL atau lebih.



dr. M. Fajri Rinansyah P.R.