

No. MR	: PNK20260500013	Tanggal Pengambilan Sampel	: 18 June 2026
Nama Pasien	: KIAM DUNGGIO	Tanggal Pengiriman Hasil	: 18 June 2026
Jenis Kelamin	: Female	Dokter Penanggung jawab	: dr. Fenetta F A
Tanggal Lahir/Umur	: 12 September 1953 / 72 Tahun 9 Bulan 6 Hari		Masinambow
No. HP Pasien	: 6289637418571		
Alamat Pasien	: KOMP BARATA JLN FLAMBOYAN RT01.RW06.HARAPAN JAYA BEKASI UTARA. (DEPAN INDOMART).		

MEDICAL REPORT

ANAMNESIS DAN RIWAYAT KESEHATAN

Riwayat Penyakit Sekarang	: Tidak Ada Gejala - Tidak Mengalami Keluhan
Riwayat Penyakit Dahulu	: -
Riwayat Penyakit Keluarga	: Ayah darah tinggi
Konsumsi Obat Rutin	: -
Alergi	: -
Pola Makan	: 1x sekali berat
Kebiasaan Olahraga	: Naik sepeda statis
Riwayat Merokok	: Tidak
Riwayat Konsumsi Alkohol	: Tidak
Puasa	: Terakhir makan jam 20.00

TANDA VITAL DAN PEMERIKSAAN FISIK

Tekanan Darah	: 114/62 mmHg
Nadi	: 62 x/menit
Napas	: 14 x/menit
Saturasi Oksigen	: 97%
Suhu	: 36.3°
Berat Badan	: 59 Kg
Tinggi Badan	: 156 Cm
IMT / Indeks Massa Tubuh	: 24.2 / Berat badan normal
Lingkar Perut	: 86 Cm
Pemeriksaan Fisik	: Darah tinggi, Sakit kepala, sakit ulu hati, lemas, diare. Pernah operasi tulang paha sebelah kiri, kolesterol.

KESIMPULAN

- IMT 24,2 (NORMAL)
- LINGKAR PERUT MELEBIHI BATAS NORMAL 86 CM (IDEAL UNTUK PEREMPUAN: <80 CM)
- TANDA-TANDA VITAL DALAM BATAS NORMAL
- BUNYI JANTUNG DAN PARU DALAM BATAS NORMAL
- KETIDAKSEIMBANGAN PROFIL LIPID
- PENINGKATAN KREATININ DAN PENURUNAN EGFR

No. MR	: PNK20260500013	Tanggal Pengambilan Sampel	: 18 June 2026
Nama Pasien	: KIAM DUNGGIO	Tanggal Pengiriman Hasil	: 18 June 2026
Jenis Kelamin	: Female	Dokter Penanggung jawab	: dr. Fenetta F A
Tanggal Lahir/Umur	: 12 September 1953 / 72 Tahun 9 Bulan 6 Hari		Masinambow
No. HP Pasien	: 6289637418571		
Alamat Pasien	: KOMP BARATA JLN FLAMBOYAN RT01.RW06.HARAPAN JAYA BEKASI UTARA. (DEPAN INDOMART).		

MEDICAL REPORT

KESIMPULAN

- PENINGKATAN SGOT-SGPT
- PENINGKATAN PROFIL GULA DARAH
- DEFISIENSI VITAMIN D
- INFeksi SALURAN KEMIH

SARAN

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 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 disukai 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).

PENINGKATAN KREATININ DAN PENURUNAN EGFR

- Cairan: Minum cukup air sesuai anjuran dokter, konsultasikan terlebih dahulu.
- Protein: Batasi konsumsi protein sesuai kondisi ginjal.
- Serat: Perbanyak makan buah, sayur, dan makanan tinggi serat.
- Gaya hidup: Hindari paparan asap rokok dan batasi alkohol.
- Pemeriksaan: Lakukan cek ureum dan kreatinin secara berkala untuk memantau fungsi ginjal.

No. MR	: PNK20260500013	Tanggal Pengambilan Sampel	: 18 June 2026
Nama Pasien	: KIAM DUNGGIO	Tanggal Pengiriman Hasil	: 18 June 2026
Jenis Kelamin	: Female	Dokter Penanggung jawab	: dr. Fenetta F A
Tanggal Lahir/Umur	: 12 September 1953 / 72 Tahun 9 Bulan 6 Hari		Masinambow
No. HP Pasien	: 6289637418571		
Alamat Pasien	: KOMP BARATA JLN FLAMBOYAN RT01.RW06.HARAPAN JAYA BEKASI UTARA. (DEPAN INDOMART).		

MEDICAL REPORT

SARAN

- Konsultasi: Rutin periksa ke dokter untuk evaluasi dan penanganan yang tepat.

PENURUNAN FUNGSI HATI / PENINGKATAN SGPT DAN SGOT

- 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 anda sukai 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 20 gram untuk laki-laki dan 15 gram untuk wanita).

PENINGKATAN GLUKOSA / GULA DARAH

- Pola makan sehat: Batasi karbohidrat kompleks seperti nasi, lontong, roti, ketan dan hindari konsumsi gula pasir, gula jawa, sirup, manisan, dodol, es krim, minuman kemasan, kue-kue manis, susu kental manis. Perbanyak sayur, buah, dan makanan tinggi serat.
- Olahraga rutin: Lakukan jalan kaki, bersepeda, atau berenang secara teratur sesuai kemampuan.
- Kepatuhan obat: Minum obat sesuai resep dokter, termasuk penggunaan insulin bila diperlukan.
- Atur stres & tidur cukup: Kendalikan stres dan usahakan tidur 7 - 8 jam setiap hari.
- Pemantauan gula darah: Lakukan pemeriksaan kadar gula darah secara berkala minimal 2 minggu sekali untuk pemantauan keberhasilan terapi.
- Berhenti merokok: Rokok dapat memperburuk kondisi diabetes.
- Batasi alkohol: Alkohol dapat mengganggu pengobatan dan kestabilan gula darah.
- Perawatan luka: Segera obati luka agar tidak infeksi, karena proses penyembuhan lebih lambat pada diabetes.

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.

No. MR	: PNK20260500013	Tanggal Pengambilan Sampel	: 18 June 2026
Nama Pasien	: KIAM DUNGGIO	Tanggal Pengiriman Hasil	: 18 June 2026
Jenis Kelamin	: Female	Dokter Penanggung jawab	: dr. Fenetta F A
Tanggal Lahir/Umur	: 12 September 1953 / 72 Tahun 9 Bulan 6 Hari		Masinambow
No. HP Pasien	: 6289637418571		
Alamat Pasien	: KOMP BARATA JLN FLAMBOYAN RT01.RW06.HARAPAN JAYA BEKASI UTARA. (DEPAN INDOMART).		

MEDICAL REPORT

CATATAN

- Hasil pemeriksaan saat ini, status gizi Ibu masuk dalam kategori normal. Namun, lingkaran perut Ibu melebihi batas ideal dan profil lipid tidak seimbang (trigliserida meningkat, HDL menurun). Kondisi ini perlu dipantau dengan mengatur pola makan rendah lemak jenuh/lemak trans dan mengonsumsi lemak sehat sesuai anjuran dan sebaiknya mulai diperbaiki dengan pola hidup sehat seperti aktivitas fisik yang dianjurkan secara konsisten. Bila perlu, konsultasikan dengan Dokter Spesialis Gizi Klinik dan Dokter Spesialis Penyakit Dalam untuk manajemen berat badan serta kadar kolesterol yang sesuai dengan kondisi Ibu.
- Hasil pemeriksaan saat ini, tekanan darah Ibu dapat dikategorikan normal terkontrol (114/62 mmHg) karena memenuhi nilai target yang ditetapkan yaitu <140/80 mmHg (nilai rujukan untuk Lansia). Namun, kecenderungan tekanan darah meningkat akan lebih tinggi terutama pada Lansia, karena semakin bertambahnya usia maka kekakuan pembuluh darah akan semakin meningkat yang membuat kerja jantung menjadi lebih berat, sehingga tekanan darah dapat terus meningkat. Tekanan darah juga dapat meningkat pada kondisi tertentu, misalnya karena kurang istirahat yang menyebabkan kelelahan, kurangnya aktivitas fisik, pola makan yang tidak seimbang, dan lain sebagainya. Lakukan pengecekan rutin agar kondisi tekanan darah Ibu dapat terus terkontrol dengan baik. Tetap minum obat yang diresepkan Dokter sesuai anjuran.
- Hasil pemeriksaan menunjukkan bahwa kadar kreatinin dalam darah Ibu mengalami peningkatan dan eGFR mengalami penurunan. Hal yang dapat menyebabkan kondisi ini antara lain karena adanya gangguan fungsi ginjal, dehidrasi atau kurang cairan, penyakit lain seperti kadar gula darah tinggi yang tidak terkontrol dengan baik, atau efek samping akibat penggunaan obat-obatan atau suplemen tertentu. Disarankan untuk memeriksa ulang fungsi ginjal Ibu secara berkala, sambil memperbaiki pola makan serta aktivitas Ibu. Bila perlu, konsultasikan dengan Dokter Spesialis Penyakit Dalam agar kondisi Ibu dapat ditangani dengan baik.
- Hasil pemeriksaan profil gula darah Ibu mengalami peningkatan. Mengingat adanya riwayat diabetes yang Ibu alami, saat ini kondisi diabetes Ibu belum terkontrol walaupun sudah minum obat penurun gula darah. Disarankan untuk berkonsultasi kembali dengan Dokter yang merawat Ibu untuk mendapatkan penyesuaian terapi dan penanganan yang tepat, untuk menghindari terjadinya komplikasi ke organ-organ lainnya. Tetap disarankan pula untuk melakukan perubahan pola makan dan aktivitas fisik sesuai anjuran, agar kondisi Ibu dapat terkontrol dengan baik.
- Hasil pemeriksaan Vitamin D Ibu sedikit turun dari angka yang direkomendasikan (28 ng/mL, idealnya >30 ng/mL). Perbanyak berjemur dibawah sinar matahari pagi dapat membantu untuk menambah kadar Vitamin D Ibu. Tetap lakukan aktivitas fisik rutin sesuai anjuran.

No. MR	: PNK20260500013	Tanggal Pengambilan Sampel	: 18 June 2026
Nama Pasien	: KIAM DUNGGIO	Tanggal Pengiriman Hasil	: 18 June 2026
Jenis Kelamin	: Female	Dokter Penanggung jawab	: dr. Fenetta F A Masinambow
Tanggal Lahir/Umur	: 12 September 1953 / 72 Tahun 9 Bulan 6 Hari		
No. HP Pasien	: 6289637418571		
Alamat Pasien	: KOMP BARATA JLN FLAMBOYAN RT01.RW06.HARAPAN JAYA BEKASI UTARA. (DEPAN INDOMART).		

MEDICAL REPORT

CATATAN

- Hasil pemeriksaan urin Ibu mengindikasikan adanya infeksi saluran kemih karena ditemukan leukosit dan darah positif pada urin. Untuk saat ini, Ibu dapat menjaga kebersihan area genitourin, banyak minum air putih, jangan menahan buang air kecil (BAK) jika sudah terasa ingin BAK. Jika kondisi ini disertai dengan nyeri saat berkemih, rasa tidak puas setelah berkemih, urin yang keluar sedikit-sedikit, nyeri pada area perut bawah atau pinggang, disarankan untuk datang ke fasilitas kesehatan terdekat agar dilakukan pemeriksaan lebih lanjut untuk penegakan diagnosis oleh Dokter.
- Untuk keluhan sakit kepala, lemas, nyeri ulu hati dan diare yang Ibu alami, kemungkinan besar dapat terjadi karena adanya infeksi saluran pencernaan. Namun, kondisi ini dapat juga diperberat dengan kondisi metabolisme Ibu yang sedang terganggu (gula darah tinggi, diare yang menyebabkan kurang cairan atau dehidrasi). Jika keluhan semakin dirasakan memberat, disarankan untuk pergi ke fasilitas Kesehatan terdekat agar kondisi Ibu dapat segera ditangani.
- Untuk keseluruhan kondisi Ibu, disarankan untuk melakukan pemeriksaan dengan Dokter yang merawat Ibu/Dokter Spesialis Penyakit Dalam agar kondisi Kesehatan Ibu dapat terus terpantau dengan baik.



dr. Fenetta F A Masinambow