

No. MR	: PNK20260700027	Tanggal Pengambilan Sampel	: 24 July 2026
Nama Pasien	: SATRIA AKBAR FADHILLAH	Tanggal Pengiriman Hasil	: 24 July 2026
	HADJU	Dokter Penanggung jawab	: dr. Fenetta F A
Jenis Kelamin	: Male		Masinambow
Tanggal Lahir/Umur	: 31 Desember 2000 / 25		
	Tahun 6 Bulan 23 Hari		
No. HP Pasien	: 6287873085878		
Alamat Pasien	: JLN . INPRES 18 NO.71 RT.02		
	RW.08 KELURAHAN		
	LARANGAN SELATAN		

MEDICAL REPORT

ANAMNESIS DAN RIWAYAT KESEHATAN

Riwayat Penyakit Sekarang	: Tidak Ada Gejala - Tidak Mengalami Keluhan
Riwayat Penyakit Dahulu	: -
Riwayat Penyakit Keluarga	: Diabetes, darah tinggi.
Konsumsi Obat Rutin	: -
Alergi	: -
Pola Makan	: 3x
Kebiasaan Olahraga	: Lari
Riwayat Merokok	: Merokok aktif
Riwayat Konsumsi Alkohol	: Iya konsumsi alkohol sebulan sekali.
Puasa	: Puasa dari jam 22.00

TANDA VITAL DAN PEMERIKSAAN FISIK

Tekanan Darah	: 120/81 mmHg
Nadi	: 71 x/menit
Napas	: 14 x/menit
Saturasi Oksigen	: 98%
Suhu	: 36.5°
Berat Badan	: 90 Kg
Tinggi Badan	: 166 Cm
IMT / Indeks Massa Tubuh	: 32.7 / Obesitas
Lingkar Perut	: 98 Cm
Pemeriksaan Fisik	: Fisik fit, penglihatan normal, pendengaran normal, saat ini sedang flu.

KESIMPULAN

- IMT 32,7 (OBESITAS)
- LINGKAR PERUT 98 CM (IDEAL UNTUK LAKI-LAKI: <90 CM)
- BUNYI JANTUNG DAN PARU DALAM BATAS NORMAL
- TANDA-TANDA VITAL DALAM BATAS NORMAL
- PENINGKATAN ASAM URAT

No. MR	: PNK20260700027	Tanggal Pengambilan Sampel	: 24 July 2026
Nama Pasien	: SATRIA AKBAR FADHILLAH	Tanggal Pengiriman Hasil	: 24 July 2026
	HADJU	Dokter Penanggung jawab	: dr. Fenetta F A
Jenis Kelamin	: Male		Masinambow
Tanggal Lahir/Umur	: 31 Desember 2000 / 25		
	Tahun 6 Bulan 23 Hari		
No. HP Pasien	: 6287873085878		
Alamat Pasien	: JLN . INPRES 18 NO.71 RT.02		
	RW.08 KELURAHAN		
	LARANGAN SELATAN		

MEDICAL REPORT

SARAN

IMT OBESITAS DAN LINGKAR PERUT MELEBIHI BATAS NORMAL

- 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 mendukung keseimbangan 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).
- Tidur cukup 7-8 jam, hindari makan sebelum tidur.

PENINGKATAN ASAM URAT / HIPERURISEMIA

- Asam urat tinggi dapat menyebabkan nyeri sendi dan batu ginjal.
- Batasi konsumsi jeroan, daging merah, seafood, minuman manis, dan alkohol.
- Pilih makanan sehat seperti susu rendah lemak, sayur, buah, dan kacang.
- Terapkan gaya hidup sehat: kendalikan berat badan, hindari alkohol, dan olahraga ringan.
- 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.

REKOMENDASI KONTROL KESEHATAN

- Pada rentang usia 18-30 tahun, kondisi tubuh biasanya masih sehat dan bugar. Meskipun demikian, pemeriksaan kesehatan tetap dianjurkan, khususnya bila ada riwayat penyakit dalam keluarga seperti diabetes, tekanan darah tinggi, atau kanker. Bapak dapat berkonsultasi dengan Dokter untuk rekomendasi pemeriksaan yang sesuai dengan kondisi Bapak.

No. MR	: PNK20260700027	Tanggal Pengambilan Sampel	: 24 July 2026
Nama Pasien	: SATRIA AKBAR FADHILLAH HADJU	Tanggal Pengiriman Hasil	: 24 July 2026
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: dr. Fenetta F A Masinambow
Tanggal Lahir/Umur	: 31 Desember 2000 / 25 Tahun 6 Bulan 23 Hari		
No. HP Pasien	: 6287873085878		
Alamat Pasien	: JLN . INPRES 18 NO.71 RT.02 RW.08 KELURAHAN LARANGAN SELATAN		

MEDICAL REPORT**CATATAN**

- Hasil pemeriksaan menunjukkan bahwa Bapak mengalami Obesitas. Penanganan obesitas umumnya dimulai dengan perubahan gaya hidup sehat, dapat dibantu dengan obat atau tindakan medis jika diperlukan. Kondisi ini berhubungan dengan metabolisme tubuh Bapak. Konsultasikan dengan Dokter Spesialis Gizi Klinik untuk rencana manajemen penurunan berat badan yang sesuai dan aman untuk kondisi Bapak.
- Hasil pemeriksaan menunjukkan asam urat Bapak mengalami peningkatan. Hal ini dapat dikendalikan dengan menghindari 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. Dan lakukan konsultasi ke Dokter apabila muncul keluhan nyeri sendi, meradang, kemerahan dan bengkak.
- Untuk keluhan flu yang Bapak alami, dapat diatasi salah satunya dengan menghindari pencetus yang menyebabkan flu lebih berat seperti debu atau udara dingin, menggunakan masker ketika bertemu dengan orang banyak/saat keluar rumah, minum banyak air putih, hindari konsumsi makanan/minuman yang mengandung pemanis buatan, rutin melakukan cuci hidung, serta istirahat yang cukup. Sebagian besar flu terjadi karena adanya infeksi saluran napas yang umumnya akan membaik dengan sendirinya karena penyebab tersering dari infeksi ini adalah virus yang merupakan self-limiting disease. Namun, kondisi ini biasanya diperberat dengan paparan asap rokok (baik sebagai perokok aktif maupun perokok pasif) dan orang yang memiliki riwayat alergi. Jika keluhan tidak juga membaik atau disertai keluhan lain seperti batuk, nyeri menelan, atau sesak nafas, Bapak disarankan untuk berkonsultasi dengan Dokter agar dapat ditangani lebih lanjut.
- Sebaiknya mengurangi atau memberhentikan penggunaan rokok, karena rokok dapat menyebabkan meningkatnya tekanan darah yang dipicu oleh penyempitan pembuluh darah dan peningkatan denyut jantung, serta gangguan pada paru-paru dan organ-organ lainnya dalam jangka panjang.
- Berdasarkan hasil pemeriksaan secara keseluruhan, Bapak disarankan untuk melakukan modifikasi gaya hidup yang lebih sehat secara konsisten dan melakukan kontrol rutin tekanan darah dan pemeriksaan laboratorium setiap 6 bulan sampai 1 tahun sekali. Konsultasikan dengan Dokter Spesialis Penyakit Dalam dan Dokter Spesialis Gizi Klinik untuk diberikan penanganan secara komprehensif.

No. MR	:	PNK20260700027	Tanggal Pengambilan Sampel	:	24 July 2026
Nama Pasien	:	SATRIA AKBAR FADHILLAH HADJU	Tanggal Pengiriman Hasil	:	24 July 2026
Jenis Kelamin	:	Male	Dokter Penanggung jawab	:	dr. Fenetta F A Masinambow
Tanggal Lahir/Umur	:	31 Desember 2000 / 25 Tahun 6 Bulan 23 Hari			
No. HP Pasien	:	6287873085878			
Alamat Pasien	:	JLN . INPRES 18 NO.71 RT.02 RW.08 KELURAHAN LARANGAN SELATAN			

MEDICAL REPORT



dr. Fenetta F A Masinambow