

No. MR	: PNK20260800025	Tanggal Pengambilan Sampel	: 15 August 2026
Nama Pasien	: MUHAMAD WILDAN AYYUSUFI	Tanggal Pengiriman Hasil	: 15 August 2026
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: dr. Astri Nuur Sa'diyyah
Tanggal Lahir/Umur	: 3 Juli 1993 / 33 Tahun 1 Bulan 12 Hari		
No. HP Pasien	: 628988907381		
Alamat Pasien	: JL. FLAMBOYAN NO. 42A RT 04 RW 05 BATUSARI KEBON JERUK JAKARTA BARAT 11530		

MEDICAL REPORT

ANAMNESIS DAN RIWAYAT KESEHATAN

Riwayat Penyakit Sekarang	: Asam Urat Tinggi - 1-3 Hari
Riwayat Penyakit Dahulu	: ASAM URAT
Riwayat Penyakit Keluarga	: Asam urat dan ginjal
Konsumsi Obat Rutin	: -
Alergi	: -
Pola Makan	: 2 kali
Kebiasaan Olahraga	: Badminton dan treadmill dan padel
Riwayat Merokok	: -
Riwayat Konsumsi Alkohol	: -
Puasa	: Puasa

TANDA VITAL DAN PEMERIKSAAN FISIK

Tekanan Darah	: 128/84 mmHg
Nadi	: 94 x/menit
Napas	: 18 x/menit
Saturasi Oksigen	: 97%
Suhu	: 35.6°
Berat Badan	: 110 Kg
Tinggi Badan	: 178 Cm
IMT / Indeks Massa Tubuh	: 34.7 / Obesitas
Lingkar Perut	: 112 Cm
Pemeriksaan Fisik	: Persendian tangan tidak nyaman

KESIMPULAN

- IMT / INDEKS MASSA TUBUH 34.7 (OBESITAS)
- LINGKAR PERUT 112 CM / LINGKAR PERUT IDEAL UNTUK LAKI-LAKI <90 CM
- TANDA-TANDA VITAL DALAM BATAS NORMAL (SUHU, SPO2, TEKanan DARAH, DENYUT JANTUNG)
- PENINGKATAN LEUKOSIT
- PENURUNAN HEMOGLOBIN
- PENINGKATAN TROMBOSIT
- HITUNG JENIS : PENURUNAN EOSINOFIL, PENINGKATAN NEUTROFIL, PENURUNAN MONOSIT
- FAAL GINJAL : PENINGKATAN KREATININ, PENURUNAN eGFR, PENINGKATAN ASAM URAT
- PROFIL LIPID : PENINGKATAN KOLESTEROL TOTAL, PENURUNAN HDL, PENINGKATAN LDL

No. MR	: PNK20260800025	Tanggal Pengambilan Sampel	: 15 August 2026
Nama Pasien	: MUHAMAD WILDAN AYYUSUFI	Tanggal Pengiriman Hasil	: 15 August 2026
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: dr. Astri Nuur Sa'diyyah
Tanggal Lahir/Umur	: 3 Juli 1993 / 33 Tahun 1 Bulan 12 Hari		
No. HP Pasien	: 628988907381		
Alamat Pasien	: JL. FLAMBOYAN NO. 42A RT 04 RW 05 BATUSARI KEBON JERUK JAKARTA BARAT 11530		

MEDICAL REPORT

KESIMPULAN

- PENINGKATAN HBA1C
- TERDAPAT PROTEIN PADA URIN

SARAN

MENURUNKAN KADAR ASAM URAT

- Hindari Makanan tinggi purin (contoh: jeroan, hati, ginjal), Sirup jagung, soda, minuman/makanan berpemanis yang tinggi fruktosa.
- Kurangi Daging sapi, domba, babi. Makanan laut tinggi purin (seperti sardine, kelompok shellfish seperti lobster, tiram, kerang, udang, kepiting, tiram, scallop, dll), Daging sapi, domba, babi. Jus dari buah yang manis Gula dapur, minuman dan makanan berpemanis, Garam dapur.
- Konsumsi produk susu yang rendah atau tanpa lemak, dan sayuran
- Hindari konsumsi alkohol

MENJAGA PROFIL LIPID

- Diet rendah kalori yang terdiri dari buah-buahan dan sayuran (5 porsi/hari), biji-bijian (6 porsi/hari), ikan, dan daging tanpa lemak.
- Kurangi makanan tinggi lemak jenuh dan trans seperti makanan gorengan, margarin, mentega, santan, makanan olahan, daging berlemak, makanan cepat saji
- Batasi gula dan karbohidrat seperti makanan manis, minuman bersoda, serta ganti karbohidrat sederhana dengan karbohidrat kompleks seperti beras merah, gandum, atau oatmeal.
- Konsumsi makanan tinggi lemak baik untuk meningkatkan HDL seperti alpukat, ikan, kacang-kacangan, minyak zaitun
- Perbanyak Omega-3 seperti ikan berlemak dua kali seminggu, seperti salmon, sarden, atau makarel.
- Konsumsi makanan tinggi serat seperti sayuran dan buah-buahan untuk memperlambat penyerapan lemak dan gula di dalam usus.
- Jaga berat badan ideal, karena kalori ekstra akan diubah tubuh menjadi trigliserida dan disimpan sebagai lemak
- Lakukan aktivitas fisik
- Hindari merokok dan alkohol

REKOMENDASI HIDUP SEHAT

No. MR	: PNK20260800025	Tanggal Pengambilan Sampel	: 15 August 2026
Nama Pasien	: MUHAMAD WILDAN AYYUSUFI	Tanggal Pengiriman Hasil	: 15 August 2026
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: dr. Astri Nuur Sa'diyyah
Tanggal Lahir/Umur	: 3 Juli 1993 / 33 Tahun 1 Bulan 12 Hari		
No. HP Pasien	: 628988907381		
Alamat Pasien	: JL. FLAMBOYAN NO. 42A RT 04 RW 05 BATUSARI KEBON JERUK JAKARTA BARAT 11530		

MEDICAL REPORT

SARAN

- 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 maksimal 50 gram (4 sdm) perhari untuk mencegah risiko obesitas dan diabetes mellitus
- Batasi konsumsi garam/natrium maksimal 5 gram (1 sdt) hari. Jumlah ini mencakup total garam dari semua makanan dan minuman yang dikonsumsi, termasuk garam dalam kecap, saus, dan makanan olahan. Konsumsi berlebih dapat meningkatkan risiko hipertensi, stroke, dan penyakit jantung.
- Batasi makanan tinggi lemak jenuh (makanan gorengan, santan, makanan olahan, daging berlemak), makanan cepat saji, makanan atau minuman dengan gula tinggi.
- Konsumsi makanan tinggi lemak baik seperti alpukat, ikan, kacang-kacangan, minyak zaitun
- Minum air putih cukup minimal sekitar 8 gelas/hari agar hidrasi terjaga
- Tidur cukup 7-9 jam, hindari makan sebelum tidur
- Berhenti/hindari merokok karena dapat menyebabkan peningkatan lingkaran perut (lemak visceral), penyakit metabolik dan kardiovaskular
- Lakukan aktivitas fisik 3-5 kali per minggu selama 30 menit secara rutin dan konsisten. disesuaikan kondisi dan kemampuan individu.

CATATAN

- Hasil pemeriksaan laboratorium menunjukkan peningkatan leukosit 14.68, penurunan eosinofil 0%, peningkatan neutrofil 72%, penurunan 4%. Hasil pemeriksaan ini dapat mengindikasikan adanya infeksi bakteri. Lakukan konsultasi ke dokter spesialis penyakit dalam untuk mendapatkan penanganan yang tepat.

No. MR	: PNK20260800025	Tanggal Pengambilan Sampel	: 15 August 2026
Nama Pasien	: MUHAMAD WILDAN AYYUSUFI	Tanggal Pengiriman Hasil	: 15 August 2026
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: dr. Astri Nuur Sa'diyyah
Tanggal Lahir/Umur	: 3 Juli 1993 / 33 Tahun 1 Bulan 12 Hari		
No. HP Pasien	: 628988907381		
Alamat Pasien	: JL. FLAMBOYAN NO. 42A RT 04 RW 05 BATUSARI KEBON JERUK JAKARTA BARAT 11530		

MEDICAL REPORT

CATATAN

- Hasil pemeriksaan laboratorium menunjukkan peningkatan kreatinin 1.85 mg/dL, penurunan eGFR 49 dan terdapat protein positif di urin. Kreatinin adalah produk limbah sisa metabolisme otot. Kadar kreatinin dalam darah menjadi indikator paling utama untuk mengevaluasi fungsi dan kesehatan ginjal. Kondisi ini sering dikaitkan dengan gangguan ginjal (seperti infeksi atau gagal ginjal), dehidrasi berat, hingga efek samping obat tertentu. Sedangkan, eGFR (Estimated Glomerular Filtration Rate atau Estimasi Laju Filtrasi Glomerulus) adalah parameter laboratorium untuk mengukur seberapa baik fungsi ginjal dalam menyaring limbah dan cairan dari dalam darah. Hasil eGFR yaitu 49, dikategorikan Chronic kidney disease stage 3a. Konsultasikan hasil pemeriksaan ke dokter Penyakit Dalam subspesialis Ginjal dan Hipertensi.
- Hasil pemeriksaan laboratorium menunjukkan peningkatan asam urat 10.5 mg/dL. Lakukanlah perubahan pola makan sehat, hindari/batasi makanan yang tinggi purin, cukupi kebutuhan cairan setiap hari. Lakukanlah pemeriksaan ke dokter spesialis penyakit dalam untuk mendapatkan penanganan yang tepat.
- Hasil pemeriksaan laboratorium menunjukkan peningkatan kolesterol total 226 mg/dL, penurunan HDL 50 mg/dL, peningkatan LDL 149 mg/dL. Lakukanlah perubahan pola hidup sehat, hindari makanan yang tinggi lemak jenuh/trans, perbanyak makanan yang mengandung lemak baik, tingkatkan aktivitas fisik.
- Hasil pemeriksaan laboratorium menunjukkan peningkatan HbA1C yaitu 5.7 (pre-diabetes atau risiko diabetes). HbA1c (Hemoglobin A1c) adalah tes darah untuk mengukur rata-rata kadar gula darah selama 2-3 bulan terakhir. Maka, disarankan untuk mengulang hasil HbA1C setelah 3 bulan. Hindari konsumsi gula berlebih, maksimal konsumsi gula perhari adalah 50 gr.



dr. Astri Nuur Sa'diyyah