

No. MR	: PNK20260800028	Tanggal Pengambilan Sampel	: 11 August 2026
Nama Pasien	: ADE SUMARNI	Tanggal Pengiriman Hasil	: 12 August 2026
Jenis Kelamin	: Female	Dokter Penanggung jawab	: dr. Astri Nuur Sa'diyyah
Tanggal Lahir/Umur	: 10 April 1958 / 68 Tahun 4 Bulan 2 Hari		
No. HP Pasien	: 6281113050320		
Alamat Pasien	: HOUSE OF SUDCHI JLN. BELIMBING RAYA NO.9A, RT13 RW1, JAGAKARSA, KEC. JAGAKARSA, JAKARTA SELATAN 12620		

MEDICAL REPORT

ANAMNESIS DAN RIWAYAT KESEHATAN

Riwayat Penyakit Sekarang	: Lainnya - 1-3 Hari
Riwayat Penyakit Dahulu	: SEDIKIT NYERI KEPALA, PUSING DAN BUANG-BUANG AIR
Riwayat Penyakit Keluarga	: Rematik, diabetes
Konsumsi Obat Rutin	: -
Alergi	: -
Pola Makan	: 2 kali sehari
Kebiasaan Olahraga	: Tiap hari jalan kaki
Riwayat Merokok	: Tidak pernah
Riwayat Konsumsi Alkohol	: Tidak pernah
Puasa	: Puasa dari jam 7 malam

TANDA VITAL DAN PEMERIKSAAN FISIK

Tekanan Darah	: 139/75 mmHg
Nadi	: 82 x/menit
Napas	: 15 x/menit
Saturasi Oksigen	: 96%
Suhu	: 36.5°
Berat Badan	: 62 Kg
Tinggi Badan	: 159 Cm
IMT / Indeks Massa Tubuh	: 24.5 / Berat badan normal
Lingkar Perut	: 100 Cm
Pemeriksaan Fisik	: SEDIKIT NYERI KEPALA, PUSING DAN DIARE, HIPERTENSI, peradangan sendi, penglihatan plus kana kiri, pendengaran normal, ada miom di ovarium kanan

KESIMPULAN

- IMT / INDEKS MASSA TUBUH 24.5 (NORMAL)
- LINGKAR PERUT 100 CM / LINGKAR PERUT IDEAL UNTUK PEREMPUAN <80 CM
- PENINGKATAN TEKANAN DARAH 139/75 MMHG
- PENINGKATAN SGPT 49.6 U/L
- PENINGKATAN HBA1C 5.7%

No. MR	: PNK20260800028	Tanggal Pengambilan Sampel	: 11 August 2026
Nama Pasien	: ADE SUMARNI	Tanggal Pengiriman Hasil	: 12 August 2026
Jenis Kelamin	: Female	Dokter Penanggung jawab	: dr. Astri Nuur Sa'diyah
Tanggal Lahir/Umur	: 10 April 1958 / 68 Tahun 4 Bulan 2 Hari		
No. HP Pasien	: 6281113050320		
Alamat Pasien	: HOUSE OF SUDCHI JLN. BELIMBING RAYA NO.9A, RT13 RW1, JAGAKARSA, KEC. JAGAKARSA, JAKARTA SELATAN 12620		

MEDICAL REPORT

SARAN

REKOMENDASI HIDUP SEHAT

- 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 fisik menunjukkan peningkatan tekanan darah 139/75 mmHg. Lakukanlah pemeriksaan rutin minimal sebulan sekali ke fasilitas kesehatan terdekat, sehingga dokter dapat memberikan terapi yang tepat dan menentukan tingkat keberhasilan pengobatan. Selain itu, anda dapat melakukan pemeriksaan tekanan darah secara mandiri di rumah, supaya tekanan darah tetap terpantau.

No. MR	: PNK20260800028	Tanggal Pengambilan Sampel	: 11 August 2026
Nama Pasien	: ADE SUMARNI	Tanggal Pengiriman Hasil	: 12 August 2026
Jenis Kelamin	: Female	Dokter Penanggung jawab	: dr. Astri Nuur Sa'diyyah
Tanggal Lahir/Umur	: 10 April 1958 / 68 Tahun 4 Bulan 2 Hari		
No. HP Pasien	: 6281113050320		
Alamat Pasien	: HOUSE OF SUDCHI JLN. BELIMBING RAYA NO.9A, RT13 RW1, JAGAKARSA, KEC. JAGAKARSA, JAKARTA SELATAN 12620		

MEDICAL REPORT

CATATAN

- Hasil pemeriksaan laboratorium menunjukkan peningkatan SGPT 49.6 U/L. SGPT (Serum Glutamic Pyruvic Transaminase) atau yang juga dikenal sebagai ALT (Alanine Aminotransferase) adalah enzim yang sebagian besar diproduksi di dalam sel-sel hati. Enzim ini berfungsi untuk membantu metabolisme protein. Peningkatan kadar SGPT dapat menandakan adanya peradangan atau kerusakan pada sel-sel hati, yang menyebabkan enzim tersebut bocor masuk ke dalam aliran darah. Lakukanlah konsultasi ke dokter spesialis penyakit dalam untuk mendapatkan pemeriksaan lebih lanjut.
- 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 setiap 3 bulan sekali. Lakukanlah rekomendasi pola hidup sehat, batasi konsumsi gula tambahan maksimal 50 gram/hari, olahraga secara rutin.



dr. Astri Nuur Sa'diyyah