

No. MR	: PNK20260800069	Tanggal Pengambilan Sampel	: 28 August 2026
Nama Pasien	: CANDRA DIANA	Tanggal Pengiriman Hasil	: 28 August 2026
Jenis Kelamin	: Female	Dokter Penanggung jawab	: dr. Astri Nuur Sa'diyyah
Tanggal Lahir/Umur	: 26 Januari 1969 / 57 Tahun 7 Bulan 2 Hari		
No. HP Pasien	: 628121871051		
Alamat Pasien	: JL. MELATI 3 NO.1, RT.11/RW.2, CILANDAK TIM., PS. MINGGU, KOTA JAKARTA SELATAN, DAERAH KHUSUS IBUKOTA JAKARTA 12560, INDONESIA		

MEDICAL REPORT

ANAMNESIS DAN RIWAYAT KESEHATAN

Riwayat Penyakit Sekarang	: Kesemutan - 1-3 Hari
Riwayat Penyakit Dahulu	: KESEMUTAN KADANG-KADANG
Riwayat Penyakit Keluarga	: Diabetes
Konsumsi Obat Rutin	: -
Alergi	: -
Pola Makan	: 3x
Kebiasaan Olahraga	: Kerja harian nyapu kebon setiap hari
Riwayat Merokok	: -
Riwayat Konsumsi Alkohol	: -
Puasa	: Terakhir makan jam 8 malam

TANDA VITAL DAN PEMERIKSAAN FISIK

Tekanan Darah	: 102/68 mmHg
Nadi	: 73 x/menit
Napas	: 12 x/menit
Saturasi Oksigen	: 99%
Suhu	: 36.5°
Berat Badan	: 50.2 Kg
Tinggi Badan	: 149 Cm
IMT / Indeks Massa Tubuh	: 22.6 / Berat badan normal
Lingkar Perut	: 81 Cm
Pemeriksaan Fisik	: Kesemutan ditangan kiri

KESIMPULAN

- IMT / INDEKS MASSA TUBUH 22.6 (NORMAL)
- LINGKAR PERUT 81 CM / LINGKAR PERUT IDEAL UNTUK PEREMPUAN <80 CM
- PENINGKATAN TOTAL KOLESTEROL
- PENURUNAN HDL
- PENINGKATAN LDL
- PENURUNAN GULA DARAH PUASA
- PENINGKATAN HBA1C

No. MR	: PNK20260800069	Tanggal Pengambilan Sampel	: 28 August 2026
Nama Pasien	: CANDRA DIANA	Tanggal Pengiriman Hasil	: 28 August 2026
Jenis Kelamin	: Female	Dokter Penanggung jawab	: dr. Astri Nuur Sa'diyah
Tanggal Lahir/Umur	: 26 Januari 1969 / 57 Tahun 7 Bulan 2 Hari		
No. HP Pasien	: 628121871051		
Alamat Pasien	: JL. MELATI 3 NO.1, RT.11/RW.2, CILANDAK TIM., PS. MINGGU, KOTA JAKARTA SELATAN, DAERAH KHUSUS IBUKOTA JAKARTA 12560, INDONESIA		

MEDICAL REPORT

KESIMPULAN

- TERDAPAT ERITROSIT, LEUKOSIT, DARAH PADA URIN

SARAN

MENJAGA KESEIMBANGAN PROFIL LIPID

- 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 (seperti nasi putih atau roti putih) 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, turunkan berat badan karena kalori ekstra akan diubah tubuh menjadi trigliserida dan disimpan sebagai lemak.
- Hindari merokok dan alkohol

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.

No. MR	: PNK20260800069	Tanggal Pengambilan Sampel	: 28 August 2026
Nama Pasien	: CANDRA DIANA	Tanggal Pengiriman Hasil	: 28 August 2026
Jenis Kelamin	: Female	Dokter Penanggung jawab	: dr. Astri Nuur Sa'diyah
Tanggal Lahir/Umur	: 26 Januari 1969 / 57 Tahun 7 Bulan 2 Hari		
No. HP Pasien	: 628121871051		
Alamat Pasien	: JL. MELATI 3 NO.1, RT.11/RW.2, CILANDAK TIM., PS. MINGGU, KOTA JAKARTA SELATAN, DAERAH KHUSUS IBUKOTA JAKARTA 12560, INDONESIA		

MEDICAL REPORT

SARAN

- 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 total kolesterol yaitu 234, penurunan HDL yaitu 40 dan peningkatan LDL yaitu 162. Ketidakseimbangan kadar lemak dalam darah dapat memicu penumpukan plak di pembuluh darah (aterosklerosis) dan meningkatkan risiko penyakit jantung serta stroke. Untuk menjaga kadar kolesterol tetap stabil, disarankan untuk menjaga pola makan, konsumsi makanan tinggi lemak baik, olahraga dan hindari merokok. Lakukanlah konsultasi ke dokter spesialis penyakit dalam terkait hasil profil lipid anda untuk mendapatkan terapi yang tepat.
- Pada hasil pemeriksaan didapatkan peningkatan HbA1C 5.9 (Pre-diabetes atau risiko diabetes mellitus). 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. Sedangkan, penurunan Gula darah puasa 65 mg/dL, dapat terjadi karena puasa yang terlalu lama sebelum pemeriksaan. Pemeriksaan gula darah puasa dapat diulangi dengan puasa selama 8-12 jam sebelum pemeriksaan. Lakukanlah diet rendah kalori, batasi konsumsi gula darah puasa, dan terapkan pola hidup sehat.
- Hasil pemeriksaan laboratorium menunjukkan terdapat eritrosit (sel darah merah), leukosit dan darah di dalam urin. Adanya darah pada urin dapat disebut Hematuria. Hal ini dapat disebabkan oleh berbagai hal seperti, infeksi saluran kemih, kerusakan ginjal dan saluran kemih yang diakibatkan batu, olahraga berat, dan lain sebagainya. Lakukanlah konsultasi ke dokter spesialis Urologi.

No. MR	: PNK20260800069	Tanggal Pengambilan Sampel	: 28 August 2026
Nama Pasien	: CANDRA DIANA	Tanggal Pengiriman Hasil	: 28 August 2026
Jenis Kelamin	: Female	Dokter Penanggung jawab	: dr. Astri Nuur Sa'diyyah
Tanggal Lahir/Umur	: 26 Januari 1969 / 57 Tahun 7 Bulan 2 Hari		
No. HP Pasien	: 628121871051		
Alamat Pasien	: JL. MELATI 3 NO.1, RT.11/RW.2, CILANDAK TIM., PS. MINGGU, KOTA JAKARTA SELATAN, DAERAH KHUSUS IBUKOTA JAKARTA 12560, INDONESIA		

MEDICAL REPORT



dr. Astri Nuur Sa'diyyah