

No. MR	: PNK20260900007	Tanggal Pengambilan Sampel	: 08 September 2026
Nama Pasien	: HAKIM SASTRADIHARDJA	Tanggal Pengiriman Hasil	: 09 September 2026
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: dr. Fenetta F A
Tanggal Lahir/Umur	: 19 Juli 1953 / 73 Tahun 1 Bulan 21 Hari		Masinambow
No. HP Pasien	: 6287881122515		
Alamat Pasien	: JLN JUPITER RAYA NO 51 VILLA CINERE MAS		

MEDICAL REPORT

ANAMNESIS DAN RIWAYAT KESEHATAN

Riwayat Penyakit Sekarang	: Biduran - >14 Hari
Riwayat Penyakit Dahulu	: KULIT GATAL
Riwayat Penyakit Keluarga	: Tidak
Konsumsi Obat Rutin	: -
Alergi	: -
Pola Makan	: 3x
Kebiasaan Olahraga	: Jalan pagi, taichi
Riwayat Merokok	: Tidak
Riwayat Konsumsi Alkohol	: Tidak
Puasa	: 19.30

TANDA VITAL DAN PEMERIKSAAN FISIK

Tekanan Darah	: 129/77 mmHg
Nadi	: 59 x/menit
Napas	: 14 x/menit
Saturasi Oksigen	: 96%
Suhu	: 36.1°
Berat Badan	: 71 Kg
Tinggi Badan	: 164 Cm
IMT / Indeks Massa Tubuh	: 26.4 / Berat badan berlebih (Overweight)
Lingkar Perut	: 97 Cm
Pemeriksaan Fisik	: Ruam ruam merah pada kaki dan tangan dan gatal sudah 3 bulan. fisik fit, penglihatan normal, pendengaran normal,

KESIMPULAN

- IMT 26,4 (OVERWEIGHT)
- LINGKAR PERUT 97 CM (IDEAL UNTUK LAKI-LAKI: <90 CM)
- TANDA-TANDA VITAL DALAM BATAS NORMAL
- BUNYI JANTUNG DAN PARU DALAM BATAS NORMAL
- PENURUNAN HDL
- PENINGKATAN HBA1C
- PENURUNAN FUNGSI GINJAL
- LEUKOSIT, ERITROSIT DAN DARAH POSITIF DALAM URIN

No. MR	: PNK20260900007	Tanggal Pengambilan Sampel	: 08 September 2026
Nama Pasien	: HAKIM SASTRADIHARDJA	Tanggal Pengiriman Hasil	: 09 September 2026
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: dr. Fenetta F A
Tanggal Lahir/Umur	: 19 Juli 1953 / 73 Tahun 1 Bulan 21 Hari		Masinambow
No. HP Pasien	: 6287881122515		
Alamat Pasien	: JLN JUPITER RAYA NO 51 VILLA CINERE MAS		

MEDICAL REPORT

SARAN

IMT BERLEBIH/OVERWEIGHT

- 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.
- Hindari minuman alkohol (batasan alkohol harian 20 gram untuk laki-laki dan 15 gram untuk perempuan).
- 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.
- 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.
- 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). Penurunan berat badan 5-7 persen sudah membantu mencegah diabetes, terutama pada obesitas.
- Tidur cukup 7-8 jam, hindari makan sebelum tidur.

PENURUNAN FUNGSI GINJAL

- 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, kreatinin dan eGFR secara berkala untuk memantau fungsi ginjal.
- Konsultasi: Rutin periksa ke dokter untuk evaluasi dan penanganan yang tepat.

PREDIABETES

- Olahraga: Disarankan aktivitas fisik ringan, seperti jalan kaki, 30 menit per hari, 5 kali per minggu.

No. MR	: PNK20260900007	Tanggal Pengambilan Sampel	: 08 September 2026
Nama Pasien	: HAKIM SASTRADIHARDJA	Tanggal Pengiriman Hasil	: 09 September 2026
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: dr. Fenetta F A
Tanggal Lahir/Umur	: 19 Juli 1953 / 73 Tahun 1 Bulan 21 Hari		Masinambow
No. HP Pasien	: 6287881122515		
Alamat Pasien	: JLN JUPITER RAYA NO 51 VILLA CINERE MAS		

MEDICAL REPORT

SARAN

- Pola makan sehat: Batasi makanan cepat saji dan perbanyak konsumsi sayur, buah, serta makanan bergizi seimbang.
- Berhenti merokok: Rokok dapat mengganggu fungsi insulin dan meningkatkan risiko diabetes.
- Pengendalian berat badan: Penurunan berat badan 5 - 7 persen sudah membantu mencegah diabetes, terutama pada obesitas.
- Obat: Hanya digunakan bila diresepkan dokter sesuai kondisi medis.

MENAIKKAN KOLESTEROL BAIK (HDL)

- Tambahkan ikan berlemak sehat (salmon, tuna, sarden) 2-3 kali seminggu
- Olahraga rutin tetap dilanjutkan termasuk latihan beban minimal 2-3 kali per minggu.
- Kurangi gula karena gula adalah penyebab utama HDL turun.
- Hindari asap rokok untuk menurunkan risiko penyumbatan pembuluh darah dan meningkatkan kadar kolesterol baik (HDL).

REKOMENDASI KONTROL KESEHATAN

- Setelah melewati usia 40 tahun, pemeriksaan kesehatan sebaiknya dilakukan secara rutin minimal 2 kali 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.

CATATAN

- Hasil pemeriksaan status gizi Bapak saat ini masuk dalam kategori Overweight atau berat badan berlebih. Kondisi ini berhubungan erat salah satunya dengan kadar kolesterol baik (HDL) dalam darah yang rendah. Kadar kolesterol HDL Bapak harus lebih ditingkatkan karena jumlahnya yang rendah. Kondisi HDL rendah dapat meningkatkan risiko kejadian penyakit jantung jika tidak dikoreksi dalam waktu yang lama. Bapak dapat mulai menambah porsi konsumsi lemak sehat sesuai anjuran, tetap rutinkan aktivitas fisik dan mengurangi asupan gula agar kadar HDL dapat meningkat. Bila perlu, konsultasikan dengan Dokter Spesialis Gizi Klinik untuk manajemen penurunan berat badan yang sesuai dan aman untuk kondisi Bapak.

No. MR	: PNK20260900007	Tanggal Pengambilan Sampel	: 08 September 2026
Nama Pasien	: HAKIM SASTRADIHARDJA	Tanggal Pengiriman Hasil	: 09 September 2026
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: dr. Fenetta F A
Tanggal Lahir/Umur	: 19 Juli 1953 / 73 Tahun 1 Bulan 21 Hari		Masinambow
No. HP Pasien	: 6287881122515		
Alamat Pasien	: JLN JUPITER RAYA NO 51 VILLA CINERE MAS		

MEDICAL REPORT**CATATAN**

- Hasil pemeriksaan saat ini, tekanan darah Bapak dapat dikategorikan normal karena memenuhi nilai normal yang ditetapkan yaitu <140/80mmHg(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 Bapak dapat terus terkontrol dengan baik.
- Hasil pemeriksaan menunjukkan kecenderungan penurunan fungsi ginjal yang ditandai dengan penurunan eGFR serta terdeteksinya protein dalam urin. Disarankan untuk memeriksa ulang fungsi ginjal Bapak secara berkala, dan segera konsultasikan dengan Dokter Spesialis Penyakit Dalam-Konsultan Ginjal Hipertensi (KGH) agar kondisi Bapak dapat ditangani dengan baik.
- Hasil pemeriksaan HbA1C Bapak meningkat dan berada pada kategori prediabetes. Kondisi ini masih dapat dicegah berkembang menjadi diabetes dengan olahraga teratur, pola makan sehat, serta lakukan kontrol secara rutin.
- Hasil pemeriksaan parameter urin lainnya mengindikasikan adanya infeksi saluran kemih. Untuk saat ini, Bapak dapat menjaga kebersihan area genitourin serta 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 segera datang ke fasilitas kesehatan terdekat agar dilakukan pemeriksaan lebih lanjut untuk penegakan diagnosis oleh Dokter.

No. MR	: PNK20260900007	Tanggal Pengambilan Sampel	: 08 September 2026
Nama Pasien	: HAKIM SASTRADIHARDJA	Tanggal Pengiriman Hasil	: 09 September 2026
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: dr. Fenetta F A
Tanggal Lahir/Umur	: 19 Juli 1953 / 73 Tahun 1 Bulan 21 Hari		Masinambow
No. HP Pasien	: 6287881122515		
Alamat Pasien	: JLN JUPITER RAYA NO 51 VILLA CINERE MAS		

MEDICAL REPORT

CATATAN

- Untuk keluhan gatal-gatal dan ruam merah yang Bapak alami di area tangan dan kaki selama beberapa bulan terakhir ini dapat disebabkan karena beberapa hal seperti adanya paparan terhadap zat/bahan tertentu yang menjadi allergen/trigger alergi Bapak seperti debu/kutu Kasur/lainnya, infeksi jamur atau bakteri, penurunan fungsi skin barrier karena kekurangan cairan (Dehidrasi) yang menyebabkan kulit menjadi sangat kering, atau tanda penyakit tertentu lainnya seperti gangguan metabolisme, fungsi ginjal dan hati, serta reaksi autoimun. Penyebab utamanya perlu dipastikan dengan pemeriksaan lanjutan tertentu sesuai dengan rekomendasi Dokter. Mempertimbangkan hasil pemeriksaan laboratorium Bapak saat ini, tidak menutup kemungkinan keluhan gatal ini berhubungan dengan gangguan metabolisme dan atau penurunan fungsi organ tubuh Bapak. Bapak dapat segera memeriksakan diri ke Dokter Spesialis Kulit untuk memastikan diagnosis, yang jika diperlukan Dokter nantinya akan melakukan rujukan ke Dokter Spesialis lainnya yang sesuai untuk menangani kondisi Bapak. Untuk saat ini, Bapak dapat membantu mengurangi gatal-gatalnya dengan mengoleskan krim pelembab secara rutin (3-6x/hari), menggunakan sunscreen ketika sedang keluar rumah, menggunakan pakaian dengan bahan yang menyerap keringat seperti bahan katun atau linen, menggunakan sabun mandi yang aman untuk kulit sensitif dan tidak mengandung deterjen, serta jangan menggaruk ketika terasa gatal.
- Berdasarkan hasil pemeriksaan secara keseluruhan, Bapak disarankan untuk melakukan modifikasi gaya hidup yang lebih sehat secara konsisten dan melakukan pemeriksaan rutin tekanan darah, serta konsultasikan lebih lanjut dengan Dokter Spesialis Penyakit Dalam dan Dokter Spesialis Gizi Klinik untuk diberikan penanganan secara komprehensif.



dr. Fenetta F A Masinambow