

No. MR	: PNK20260200013	Tanggal Pengambilan Sampel	: 18 September 2026
Nama Pasien	: RUFİ ROMANG	Tanggal Pengiriman Hasil	: 19 September 2026
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: dr. M. Fajri Rinansyah P.R.
Tanggal Lahir/Umur	: 22 Juli 1979 / 47 Tahun 1 Bulan 28 Hari		
No. HP Pasien	: 6285796988802		
Alamat Pasien	: GEDUNG PHAROS LANTAI 4 (RUANGAN IT)		

MEDICAL REPORT

ANAMNESIS DAN RIWAYAT KESEHATAN

Riwayat Penyakit Sekarang	: Tidak Ada Gejala - Tidak Mengalami Keluhan
Riwayat Penyakit Dahulu	: -
Riwayat Penyakit Keluarga	: Diabetes, hipertensi
Konsumsi Obat Rutin	: TIDAK ADA
Alergi	: TIDAK ADA
Pola Makan	: 2x
Kebiasaan Olahraga	: 1-2x seminggu
Riwayat Merokok	: -
Riwayat Konsumsi Alkohol	: -
Puasa	: Terakhir makan jam 7.37 malam

TANDA VITAL DAN PEMERIKSAAN FISIK

Tekanan Darah	: 124/75 mmHg
Nadi	: 81 x/menit
Napas	: 12 x/menit
Saturasi Oksigen	: 96%
Suhu	: 36.3°
Berat Badan	: 78 Kg
Tinggi Badan	: 177 Cm
IMT / Indeks Massa Tubuh	: 24.9 / Berat badan normal
Lingkar Perut	: 90 Cm
Pemeriksaan Fisik	: Badan fit

KESIMPULAN

- Hiperurisemia dan hiperkolesterolemia

SARAN

- Pola makan :
- Sayuran rendah purin: Seperti wortel, kentang, mentimun, dan kol.
- Buah kaya vitamin C: Seperti jeruk, kiwi, dan ceri yang membantu menurunkan kadar asam urat.
- Air putih: Minum banyak air membantu ginjal membuang kelebihan asam urat dari tubuh.
- Produk susu rendah lemak: Seperti yoghurt yang aman dikonsumsi.

No. MR	: PNK20260200013	Tanggal Pengambilan Sampel	: 18 September 2026
Nama Pasien	: RUFİ ROMANG	Tanggal Pengiriman Hasil	: 19 September 2026
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: dr. M. Fajri Rinansyah P.R.
Tanggal Lahir/Umur	: 22 Juli 1979 / 47 Tahun 1 Bulan 28 Hari		
No. HP Pasien	: 6285796988802		
Alamat Pasien	: GEDUNG PHAROS LANTAI 4 (RUANGAN IT)		

MEDICAL REPORT

SARAN

- Perbanyak serat: Konsumsi lebih banyak sayuran, buah-buahan, dan biji-bijian utuh (seperti gandum utuh) untuk membantu mengikat kolesterol dalam saluran pencernaan.
- Ganti dengan asam lemak tak jenuh atau omega-3 yang bisa didapatkan dari ikan (seperti salmon, tuna, atau kembung), alpukat, dan minyak zaitun.
- Batasi makanan tinggi kolesterol: Kurangi jeroan, makanan cepat saji, dan makanan yang mengandung santan kental atau mentega secara berlebihan.
- Pola Hidup Sehat
- Aktivitas fisik: Lakukan olahraga ringan secara rutin minimal 30 menit setiap hari atau sekitar 150 menit per minggu.
- Jenis olahraga: Pilih olahraga yang aman dan menyenangkan, seperti jalan cepat, bersepeda, atau berenang. Olahraga membantu menurunkan kolesterol jahat (LDL) dan menaikkan kolesterol baik (HDL)
- Pertahankan berat badan ideal: Penurunan berat badan yang berlebih dapat membantu mengontrol kadar lipid dalam darah.
- Berhenti merokok: Merokok dapat merusak pembuluh darah dan mempercepat penumpukan plak.
- Batasi konsumsi alkohol: Hindari minuman beralkohol karena dapat memicu peningkatan kadar trigliserida dan kolesterol
- Cek kadar asam urat dan kolesterol secara berkala

CATATAN

- Hiperurisemia yang tidak ditangani dengan tepat dapat menimbulkan komplikasi berupa Gout, yang bisa menyebabkan kerusakan sendi, Batu ginjal berjenis batu asam urat, Hipertensi, Sindrom metabolik, Gagal ginjal
- Hiperkolesterolemia Jika tidak ditangani, hiperkolesterolemia dapat menyebabkan aterosklerosis, yaitu menumpuknya kolesterol di dinding pembuluh darah. Penumpukan tersebut akan menyumbat aliran darah dan memicu komplikasi, seperti Penyakit jantung koroner, Stroke, Penyakit arteri perifer, Tekanan darah tinggi (hipertensi), Diabetes tipe 2, Penyakit ginjal, Batu empedu

No. MR	: PNK20260200013	Tanggal Pengambilan Sampel	: 18 September 2026
Nama Pasien	: RUFİ ROMANG	Tanggal Pengiriman Hasil	: 19 September 2026
Jenis Kelamin	: Male	Dokter Penanggung jawab	: dr. M. Fajri Rinansyah P.R.
Tanggal Lahir/Umur	: 22 Juli 1979 / 47 Tahun 1 Bulan 28 Hari		
No. HP Pasien	: 6285796988802		
Alamat Pasien	: GEDUNG PHAROS LANTAI 4 (RUANGAN IT)		

MEDICAL REPORT



dr. M. Fajri Rinansyah P.R.