

PERJANJIAN

PELAKSANAAN KEGIATAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT PROGRAM PKM100 PLUS 2022 – Periode 2 Nomor: PKM100Plus-2022-2-191-SPK-KLPPM/UNTAR/XI/2022

1. Pada hari Senin tanggal 14 bulan November Tahun 2022, yang bertanda tangan di bawah ini:

I Nama : Ir. Jap Tji Beng, MMSI., M.Psi., Ph.D.
Jabatan : Ketua Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat
Universitas Tarumanagara

Selanjutnya disebut sebagai **Pihak Pertama**.

II Nama : Dr. Alexander Halim Santoso, M.Gizi
NIDN/NIDK : 0316097004
Fakultas : Fakultas Kedokteran

Bertindak untuk diri sendiri dan Anggota Tim Pengusul:

- Nama : Jeffry Luwito
NIM : 406201017
- Nama : Giovanni Sebastian Yogie
NIM : 406201022
- Nama : Stanley Surya Cahyadi
NIM : 406201050

Selanjutnya disebut sebagai **Pihak Kedua**.

2. Pihak Pertama menugaskan Pihak Kedua untuk melaksanakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat atas nama Universitas Tarumanagara dengan:

Judul kegiatan : Edukasi Gizi Sehat dan Seimbang Guna Mencegah Obesitas pada Siswa Bunda Mulia School Jakarta

Nama mitra : Bunda Mulia School

Tanggal kegiatan : 17 November 2022

dengan biaya Rp3,000,000 (Tiga Juta Rupiah) dibebankan kepada anggaran Universitas Tarumanagara.

3. Lingkup pekerjaan dalam tugas ini adalah kegiatan sesuai dengan yang tertera dalam usulan Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat yang diajukan oleh Pihak Kedua, dan telah disetujui oleh Pihak Pertama yang merupakan bagian yang tidak terpisahkan dalam surat tugas ini.
4. Pihak Kedua wajib menyerahkan laporan kegiatan dan luaran kegiatan selambat-lambatnya tanggal 31 Desember 2022, sesuai prosedur dan peraturan yang berlaku dengan format sesuai ketentuan.

Pihak Pertama



Ir. Jap Tji Beng, MMSI., M.Psi., Ph.D.

Pihak Kedua



Dr. Alexander Halim Santoso, M.Gizi

**LAPORAN AKHIR
PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT YANG DIAJUKAN KE LEMBAGA
PENELITIAN DAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT**



**“EDUKASI GIZI SEHAT DAN SEIMBANG GUNA MENCEGAH OBESITAS
PADA SISWA BUNDA MULIA SCHOOL JAKARTA”**

Diusulkan oleh:

Ketua Tim

dr. Alexander Halim Santoso, M.Gizi/(10416010)

Nama Mahasiswa:

Jeffry Luwito (406201017)

Giovanno Sebastian Yogie (406201022)

Stanley Surya Cahyadi (406201050)

**PROGRAM STUDI PROFESI DOKTER
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS TARUMANAGARA JAKARTA
Periode 2 Tahun 2022**

HALAMAN PENGESAHAN
PROPOSAL PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT 100 PLUS
Periode 2/ Tahun 2022

1. Judul : Edukasi Gizi Sehat dan Seimbang Guna Mencegah Obesitas pada Siswa Bunda Mulia School Jakarta
2. Nama Mitra PKM : Bunda Mulia School, Jakarta Utara
3. Ketua Tim Pengusul
 - a. Nama dan gelar : dr Alexander Halim Santoso, M.Gizi
 - b. NIK/NIDN : 10416010/0316097004
 - c. Jabatan/gol. : Dosen tetap
 - d. Program studi : Sarjana Kedokteran
 - e. Fakultas : Fakultas Kedokteran
 - f. Bidang keahlian : Gizi Klinik
 - g. Nomor HP/Telepon : 081381606869
4. Anggota Tim PKM
 - a. Jumlah anggota (Mahasiswa) : 3 orang
 - b. Nama mahasiswa dan NIM : Jeffry Luwito (406201017)
 - c. Nama mahasiswa dan NIM : Giovanni Sebastian Yogie (406201022)
 - d. Nama mahasiswa dan NIM : Stanley Surya Cahyadi (406201050)
5. Lokasi Kegiatan Mitra
 - a. Wilayah mitra : Bunda Mulia School
 - b. Kabupaten/Kota : Jakarta Utara
 - c. Provinsi : DKI Jakarta
 - d. Jarak PT ke lokasi mitra : 5-10 km
6. Metode Pelaksanaan : Luring
7. Luaran yang dihasilkan : Publikasi Jurnal Nasional Terakreditasi, HKI
8. Jangka Waktu Pelaksanaan : ~~Januari-Juni/~~ Juli-Desember
9. Biaya Total
 - a. Biaya yang diusulkan : Rp. 3.000.000,-

Jakarta, 2 Januari 2023

Menyetujui
Ketua Lembaga Penelitian dan Pengabdian
kepada Masyarakat

Jap Tji Beng, PhD
NIK: 10381047



Ketua Tim Pengusul



Dr Alexander Halim Santoso, M.Gizi
(NIK: 10416010)

Daftar Isi

LAPORAN AKHIR	ii
PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT YANG DIAJUKAN KE LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT	ii
Diusulkan oleh:	ii
Nama Mahasiswa:	ii
Jeffry Luwito (406201017)	ii
Giovanno Sebastian Yogie (406201022)	ii
Stanley Surya Cahyadi (406201050)	ii
PROGRAM STUDI PROFESI DOKTER	ii
FAKULTAS KEDOKTERAN	ii
UNIVERSITAS TARUMANAGARA JAKARTA	ii
Periode 2 Tahun 2022	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
RINGKASAN	v
BAB I	6
PENDAHULUAN	6
1.1 Analisis Situasi	6
1.2. Permasalahan Mitra dan Solusi	7
BAB II	8
PELAKSANAAN	8
2.1 Deskripsi Kegiatan	8
9	
2.3 Luaran Kegiatan	16
DAFTAR PUSTAKA	18
LAMPIRAN	19

RINGKASAN

Latar Belakang Obesitas adalah kondisi kompleks yang melibatkan faktor biologis, perkembangan, lingkungan, perilaku, dan genetic. Penyebab paling umum dari obesitas selama masa kanak-kanak dan remaja adalah ketidaksetaraan dalam keseimbangan energi; yaitu kelebihan asupan kalori tanpa pengeluaran kalori yang sesuai. Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 memperkirakan satu dari lima anak berusia 5-12 tahun di Indonesia mengalami kelebihan berat badan atau obesitas. Tren ini diperparah oleh pandemi COVID-19. Pemberlakuan pembatasan kegiatan masyarakat menyulitkan akses anak dan remaja ke makanan sehat, ataupun untuk tetap aktif secara fisik. Sekolah Bunda Mulia merupakan salah satu sekolah di wilayah Jakarta Utara yang selama masa pandemi Covid-19, dilaporkan sebagian besar siswanya mengalami kegemukan yang kemungkinan disebabkan oleh asupan makanan yang tidak sehat dan kurang beraktivitas. Kegiatan pengabdian Edukasi mengenai Asupan Gizi Sehat dan Seimbang bagi siswa tingkat V di sekolah Primary BMS untuk meningkatkan tingkat pengetahuan para siswa sehingga dapat mencegah kegemukan pada siswa. **Metode Pelaksanaan** Kegiatan pengabdian dilaksanakan secara luring pada hari Kamis, 17 November 2022, bertempat di ruang auditorium lantai 3 Bunda Mulia School, dan dihadiri oleh 87 siswa Tingkat V (*Year V*).

Kata kunci: Obesitas, Anak Sekolah, *Bunda Mulia School*.

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Analisis Situasi

Obesitas adalah kondisi kompleks yang melibatkan faktor biologis, perkembangan, lingkungan, perilaku, dan genetik. Meningkatnya prevalensi obesitas pada masa kanak-kanak dan remaja berhubungan dengan peningkatan komorbiditas pada populasi dewasa, seperti Diabetes Mellitus Tipe 2, Hipertensi, Penyakit Hati Berlemak Non-alkohol (*Non Alcoholic Fatty Liver Disease/NAFLD*), *Obstructive Sleep Apnea* (OSA), dan Dislipidemia. Penyebab paling umum dari obesitas selama masa kanak-kanak dan remaja adalah ketidaksetaraan dalam keseimbangan energi; yaitu kelebihan asupan kalori tanpa pengeluaran kalori yang sesuai. Obesitas meningkatkan risiko pubertas dini pada anak-anak, ketidakteraturan menstruasi pada remaja putri, gangguan tidur seperti *obstructive sleep apnea* (OSA), faktor risiko kardiovaskular yang meliputi Pradiabetes, Tipe 2 Diabetes, Kadar Kolesterol Tinggi, Hipertensi, NAFLD, dan sindrom Metabolik. Selain itu, anak-anak dan remaja yang obesitas dapat menderita masalah psikologis seperti depresi, kecemasan, harga diri yang buruk, citra tubuh dan hubungan teman sebaya, dan gangguan makan. (Kansra et al., 2021)

Di Indonesia, akses yang makin mudah dan biaya yang makin terjangkau atas makanan tidak sehat (tinggi lemak, gula, dan garam) adalah penyebab utama obesitas. Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 memperkirakan satu dari lima orang dewasa, satu dari lima anak berusia 5-12 tahun, dan satu dari tujuh remaja berusia 13-18 tahun di Indonesia mengalami kelebihan berat badan atau obesitas. Tren ini diperparah oleh pandemi COVID-19. Pemberlakuan pembatasan kegiatan masyarakat menyulitkan akses anak dan remaja ke makanan sehat, ataupun untuk tetap aktif secara fisik. Survei tahun 2020* yang dilaksanakan terhadap rumah tangga berpendapatan rendah di kawasan perkotaan di Jakarta menemukan bahwa makanan bergizi seperti buah dan sayur, daging sapi dan ikan, dan kacang-kacangan yang dikonsumsi anak-anak selama pandemi lebih sedikit dibandingkan tahun 2018. Kondisi-kondisi tersebut juga memiliki implikasi

ekonomi dalam bentuk biaya kesehatan langsung yang harus ditanggung keluarga untuk pengobatan dan perawatan di fasilitas kesehatan. Bentuk lainnya adalah peningkatan beban finansial pada sistem kesehatan. Dampak dari penyakit tidak menular terhadap perekonomian Indonesia diperkirakan dapat mencapai \$4,47 triliun, berupa hilangnya keluaran (*output*) ekonomi dari 2012 hingga 2030.(Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018)

1.2. Permasalahan Mitra dan Solusi

Sekolah Bunda Mulia merupakan salah satu sekolah di wilayah Jakarta Utara yang mengadopsi *Cambridge Primary Programme*. Sekolah Bunda Mulia menawarkan pendidikan pada tingkat dini (pendidikan anak usia dini/PAUD), sekolah dasar (SD), sekolah menengah pertama (SMP) hingga pendidikan menengah. Saat ini jumlah siswa tingkat pertama sampai tingkat kelima berjumlah 355 siswa. Menurut Kepala Sekolah Dasar (Primary) BMS, Ibu Kristin Wijayanti, disampaikan bahwa selama masa pandemi Covid-19, sebagian besar siswa mengalami kegemukan yang kemungkinan disebabkan oleh asupan makanan yang tidak sehat dan kurang beraktivitas. Laporan Kumala, Limanan dan Santoso (2020) menyatakan bahwa didapatkan 22,4% siswa remaja BMS mengalami kelebihan berat badan, dan 11,8% siswa remaja di BMS mengalami obesitas.(Kumala et al., 2020) Berdasarkan permohonan dari Sekolah Primary BMS, dilakukan kegiatan Edukasi mengenai Asupan Gizi Sehat dan Seimbang bagi siswa tingkat V di sekolah Primary BMS untuk meningkatkan tingkat pengetahuan para siswa sehingga dapat mencegah kegemukan pada siswa.

BAB II
PELAKSANAAN

2.1 Deskripsi Kegiatan

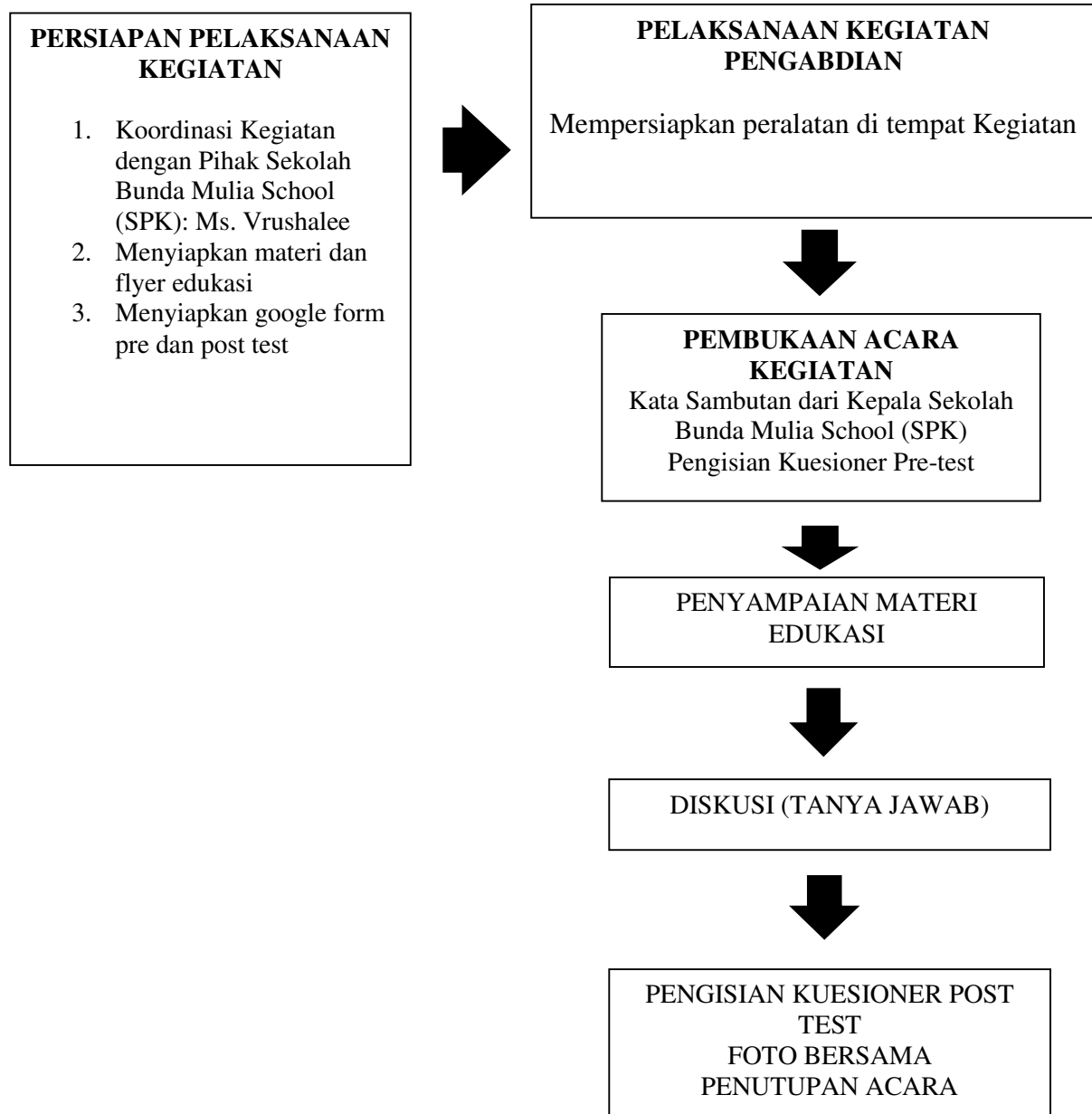
Kegiatan pengabdian dilaksanakan secara luring pada hari Kamis, 17 November 2022, bertempat di ruang auditorium lantai 3 Bunda Mulia School, dan dihadiri oleh 87 siswa Tingkat V (*Year V*), 5 orang guru dan Kepala Sekolah Bunda Mulia School (SPK) Primary School, Ibu Kristin Wijayanti. Susunan acara kegiatan dapat dilihat pada Tabel 2.1.

Susunan acara kegiatan dapat dilihat pada Tabel 2.1

Tabel 2.1 Susunan Acara Kegiatan Pengabdian

Hari/Tanggal	Kamis, 17 November 2022
Jam	Kegiatan
12..30 – 13.00	Persiapan: Siswa berkumpul di ruang auditorium Lantai 3
13.00 – 13.10	Pembukaan (opening remarks) dan Kata Sambutan dari Kepala Sekolah SPK: Ibu Kritin Wijayanti
13.10. – 13.45	Penyampaian materi Edukasi “How to Maintain Your Health” oleh dr Alexander Halim Santoso, M.Gizi
13.45 – 14.30	Diskusi dan Tanya- Jawab
14.30 – 14.45	Penutupan dan Foto Bersama

Skema Alur Kegiatan



Gambar 1. Alur Kegiatan Pengabdian

2.2 Metode Pelaksanaan

2.2.1 Persiapan

Setelah menerima surat permohonan dari Kepala Sekolah Bunda Mulia School (SPK), Ibu Kristin Wijayanti, dilakukan koordinasi persiapan melalui whatsapp dengan pihak sekolah yang diwakili oleh Ms. Vrushalee, mengenai tanggal pelaksanaan kegiatan. Tanggal kegiatan yang disepakati adalah Kamis, 17 November 2022, jam 13.00 WIB bertempat di Bunda Mulia School (SPK), Jl. Lodan Raya no. 2, Jakarta Utara.

Selanjutnya ketua pengusul mengadakan rapat dengan tim pelaksana untuk menyiapkan materi edukasi dan flyer edukasi. Rapat dilakukan secara daring dengan menggunakan aplikasi zoom. Ketua pengusul juga mengisi formulir (gform) kegiatan PKM100 Plus dan diajukan kepada Koordinator PKM100 Plus Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM) Untar.

2.2.2 Pelaksanaan

Kegiatan Pengabdian dilaksanakan secara luring bertempat di ruang auditorium lantai 3 gedung Bunda Mulia School (SPK) Jl, Lodan Raya No. 2, Jakarta Utara, pada hari Kamis, 17 November 2022, jam 13.00 WIB.

Satu hari sebelum kegiatan pelaksanaan, kepada para siswa diedarkan kuesioner (pre-test) yang berisikan beberapa pertanyaan untuk dijawab oleh para siswa.

Kegiatan dihadiri oleh 90 siswa tingkat V (*Year V*), 5 orang guru, dan Kepala Sekolah. Penyampaian materi dilaksanakan dengan menggunakan Bahasa Inggris selama kurang lebih 45 menit. Penyampaian materi berjalan lancar dan dinamis, para siswa dengan antusias menjawab pertanyaan-pertanyaan yang dilemparkan selama acara berlangsung.

Setelah penyampaian materi, kegiatan dilanjutkan dengan diskusi dan tanya jawab. Para siswa dengan antusias bertanya tidak saja mengenai masalah asupan gizi, tetapi juga pertanyaan pertanyaan terkait Kesehatan global.



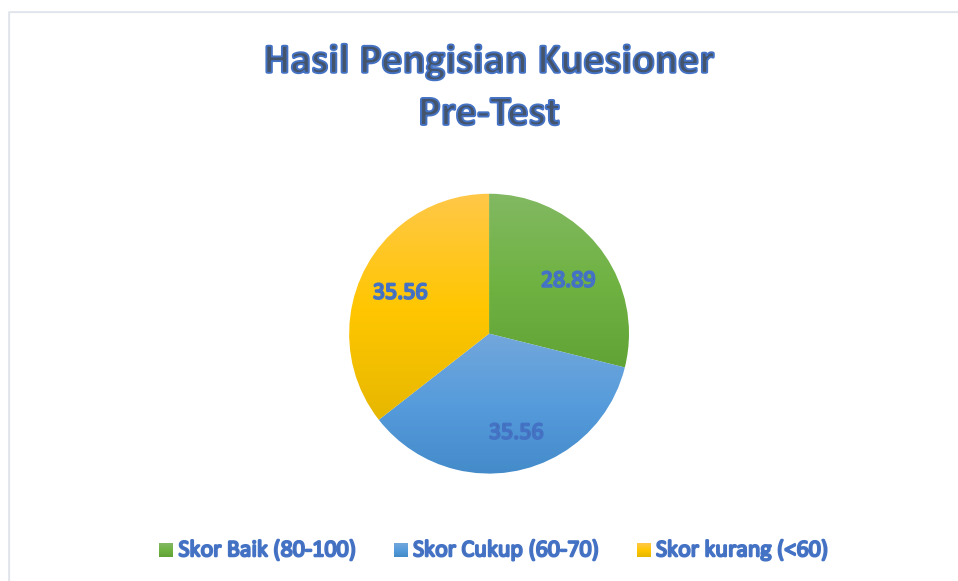
Gambar 2. Foto-Foto selama Pelaksanaan Kegiatan

Setelah diskusi dan tanya jawab, kegiatan ditutup dengan penyerahan sertifikat dan foto Bersama.



Gambar 3. Penerimaan Sertifikat dan Foto Bersama dengan Siswa

Target dari kegiatan pengabdian ini adalah peningkatan pengetahuan para siswa tingkat V sekolah Primary BMS mengenai asupan gizi sehat dan seimbang guna mencegah berat badan lebih dan obesitas. Dari hasil pengisian kuesioner pre-test oleh para siswa didapatkan hanya 28,89% siswa mendapat skor baik (80-100), 35,56% mendapat skor cukup (60-70), 35,56% mendapat skor kurang (<60).



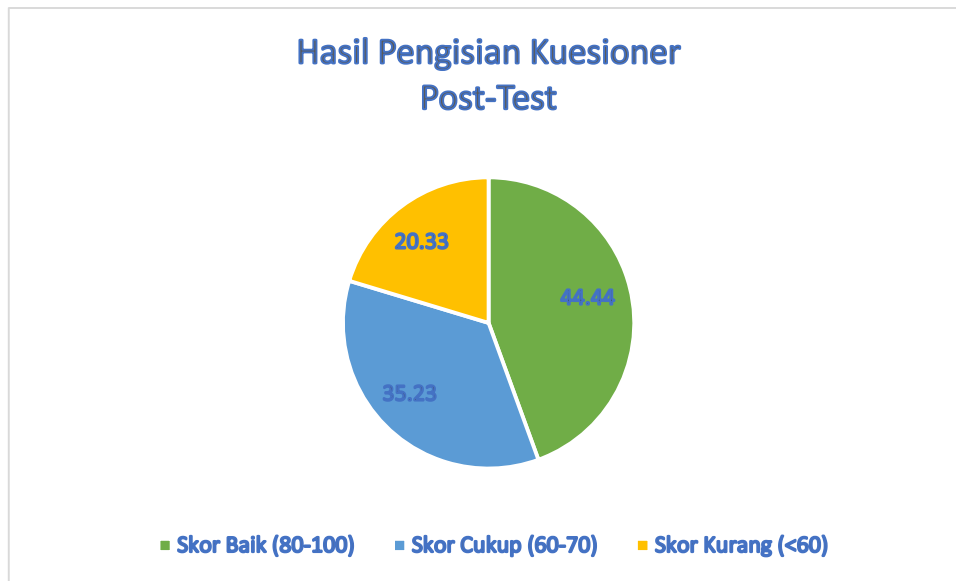
Gambar 4. Hasil Pengisian Kuesioner – Pre test

Gambaran dan kepedulian terhadap kesehatan dan gizi anak sekolah merupakan hal yang sangat penting. Masalah gizi anak sekolah seringkali berkaitan dengan kebiasaan konsumsi, kebiasaan makan dan perilaku di rumah maupun di sekolah. Perilaku makan seperti makan jajanan pinggir jalan, *junk food* atau jajanan pinggir jalan yang mengandung tinggi lemak, terutama jajanan gorengan. Kondisi ini berhubungan dengan munculnya obesitas pada anak sekolah.(N. Nuryanto et al., 2014)

Salah satu faktor yang mempengaruhi gizi manusia adalah kurangnya pengetahuan gizi. Pengetahuan yang berkurang ini juga melemahkan kemampuan seseorang dalam menerapkan pengetahuan gizi dalam kehidupan sehari-hari. Salah satu cara untuk meningkatkan pengetahuan seseorang adalah dengan memberikan pendidikan gizi sedini mungkin. Edukasi gizi dapat dilakukan melalui penyuluhan, dengan membagikan poster, brosur atau booklet kepada anak sekolah.(N. Nuryanto et al., 2014; Suhardjo, 2003)

Pendidikan dapat meningkatkan pengetahuan seseorang karena dengan bertambahnya pengetahuan diharapkan akan terjadi perubahan perilaku yang lebih baik terkait gizi dan kesehatan. Program pendidikan kesehatan dan gizi bagi anak sekolah merupakan salah satu cara untuk mengimplementasikan aksi kesehatan global secara sederhana dan efektif untuk pendidikan yang lebih luas.(Machfoedz & Suryani, 2009; N. Nuryanto et al., 2014) Pendidikan gizi meningkatkan pengetahuan gizi anak dan menumbuhkan sikap anak, yang dapat mempengaruhi cara anak dalam

menentukan pilihan makanan dan jajanan yang sehat. Dampak kesehatan dari pendidikan gizi mungkin lebih efektif bila diarahkan langsung pada anak usia sekolah.(N. Nuryanto et al., 2014) Setelah pemberian materi, hasil pengisian kuesioner adalah sebagai berikut 44,44% mendapat skor baik (80-100), 35,23% mendapat skor cukup (60-70), dan 20.33% skornya masih kurang. Berdasarkan hasil yang didapatkan, target kegiatan pengabdian dapat dicapai, walaupun masih belum maksimal. Oleh sebab itu, edukasi mengenai asupan gizi sehat dan seimbang masih perlu dilakukan kembali sehingga para siswa dapat semakin memahami mengenai peran dari asupan gizi dalam mencegah obesitas.



Gambar 5. Hasil Pengisian Kuesioner – Post Test

2.3 Luaran Kegiatan

Pada kegiatan ini dihasilkan sebuah flyer dengan judul “Cukupkan Asupan Sayur 3-5 porsi/hari dan Asupan Buah 2-3 porsi/hari”. Flyer ini menggambarkan gambar piramida makanan Indonesia (tumpeng gizi) dan juga gambar “isi piringku” yang memuat anjuran pemenuhan zat gizi seharinya dan juga per kali makan. Flyer ini diajukan ke Direktorat Jenderal Kekayaan Intelektual (DJKI) untuk didapatkan sertifikat untuk penciptaannya.



Gambar 6. Flyer Edukasi “Cukupkan Asupan Sayur 3-5 porsi/hari dan Asupan Buah 2-3 Porsi/hari”

BAB 3

KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat dengan topik “Edukasi Gizi Sehat dan Seimbang Guna Mencegah Obesitas pada Siswa Bunda Mulia School Jakarta” telah dilaksanakan pada hari Kamis, 17 November 2022, bertempat di auditorium Gedung Bunda Mulia School lantai 3. Acara kegiatan berlangsung selama kurang lebih 2 jam, dan dihadiri oleh 90 siswa dan 5 orang guru Bunda Mulia School (BMS).

Pada kegiatan ini, didapatkan ada perubahan pengetahuan siswa terkait asupan gizi yang sehat dan seimbang guna mencegah obesitas, dimana berdasarkan hasil pengumpulan kuesioner pre dan post, terjadi pengurangan skor kurang dari 35,56% menjadi 20,33% dan terjadi peningkatan skor baik dari 28,89% menjadi 44,44%.

Pada kegiatan ini dihasilkan satu (satu) luaran, berupa flyer edukasi “Cukup Asupan Sayur 3-5 porsi/hari dan Asupan Buah 2-3 porsi/hari”, yang sudah mendapatkan sertifikat Hak Ciptanya.

Edukasi mengenai asupan gizi yang sehat dan seimbang secara rutin masih perlu dilakukan agar dapat meningkatkan tingkat pengetahuan para siswa sehingga para siswa semakin memahami dan waspada terhadap kejadian obesitas.

DAFTAR PUSTAKA

- Kansra, A. R., Lakkunarajah, S., & Jay, M. S. (2021). Childhood and Adolescent Obesity: A Review. *Frontiers in Pediatrics*, 8, 866. <https://doi.org/10.3389/FPED.2020.581461/BIBTEX>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Laporan Nasional Riskesdas 2018*.
- Kumala, M., Limanan, D., & Santoso, A. H. (2020). Pemeriksaan Status Gizi ebagai Upaya Preventif Penyakit Degeneratif Pada Siswa Sekolah BM Jakarta Pusat. *Jurnal Bakti Masyarakat Indonesia*, 3(1). <https://doi.org/10.24912/JBMI.V3I1.8034>
- Nuryanto, N., Pramono, A., Puruhita, N., & Muis, Siti. F. (2014). Pengaruh Pendidikan Gizi Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Tentang Gizi Anak Sekolah Dasar. *Indonesian Journal of Nutrition*, 3(1), 32–36. <https://www.neliti.com/publications/80662/>
- Machfoedz, I., & Suryani, E. (2009). Pendidikan kesehatan bagian dari promosi kesehatan. In *Perpustakaan Nasional RI*. Fitramaya. <https://opac.perpusnas.go.id/DetailOpac.aspx?id=118147#>
- Suhardjo, S. (2003). *Berbagai cara pendidikan gizi* (1st ed.). Bumi Aksara. <https://lib.ui.ac.id/detail?id=104087&lokasi=lokal>

LAMPIRAN

Lampiran 1. Materi yang diberikan (File utuh terlampir)



Lampiran 2. Dokumentasi Pelaksanaan Kegiatan

Lampiran 3. Sertifikat



Lampiran 5. Bukti Luaran


REPUBLIK INDONESIA
KEMENTERIAN HUKUM DAN HAK ASASI MANUSIA

SURAT PENCATATAN CIPTAAN

Dalam rangka perlindungan ciptaan di bidang ilmu pengetahuan, seni dan sastra berdasarkan Undang-Undang Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta, dengan ini menerangkan:

Nomor dan tanggal permohonan : EC00202293053, 23 November 2022

Pencipta
Nama : **Alexander Halim Santoso dan Susy Olivia Lontoh**
Alamat : Fakultas Kedokteran, Universitas Tarumanagara, Jl. Letjen S. Parman No. 1 Jakarta Barat 11440, Jakarta Barat, DKI JAKARTA, 11440
Kewarganegaraan : Indonesia

Pemegang Hak Cipta
Nama : **Alexander Halim Santoso dan Susy Olivia Lontoh**
Alamat : Fakultas Kedokteran, Universitas Tarumanagara, Jl. Letjen S. Parman No. 1 Jakarta Barat 11440, Jakarta Barat, DKI JAKARTA, 11440
Kewarganegaraan : Indonesia
Jenis Ciptaan : **Flyer**
Judul Ciptaan : **CUKUPKAN ASUPAN SAYUR 3-5 PORSI/HARI DAN ASUPAN BUAH 2-3 PORSI/HARI**

Tanggal dan tempat diumumkan untuk pertama kali di wilayah Indonesia atau di luar wilayah Indonesia : 23 November 2022, di Jakarta Barat

Jangka waktu perlindungan : Berlaku selama hidup Pencipta dan terus berlangsung selama 70 (tujuh puluh) tahun setelah Pencipta meninggal dunia, terhitung mulai tanggal 1 Januari tahun berikutnya.

Nomor pencatatan : 000408797

adalah benar berdasarkan keterangan yang diberikan oleh Pemohon.
Surat Pencatatan Hak Cipta atau produk Hak terkait ini sesuai dengan Pasal 72 Undang-Undang Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta.

a.n Menteri Hukum dan Hak Asasi Manusia
Direktur Jenderal Kekayaan Intelektual
u.b.
Direktur Hak Cipta dan Desain Industri


Anggoro Dasananto
NIP.196412081991031002



Disclaimer:
Dalam hal pemohon memberikan keterangan tidak sesuai dengan surat pernyataan, Menteri berwenang untuk mencabut surat pencatatan permohonan.



REPUBLIK INDONESIA
KEMENTERIAN HUKUM DAN HAK ASASI MANUSIA

SURAT PENCATATAN CIPTAAN

Dalam rangka perlindungan ciptaan di bidang ilmu pengetahuan, seni dan sastra berdasarkan Undang-Undang Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta, dengan ini menerangkan:

Nomor dan tanggal permohonan : EC00202293053, 23 November 2022

Pencipta

Nama : **Alexander Halim Santoso dan Susy Olivia Lontoh**
Alamat : Fakultas Kedokteran, Universitas Tarumanagara, Jl. Letjen S. Parman No. 1 Jakarta Barat 11440, Jakarta Barat, DKI JAKARTA, 11440
Kewarganegaraan : Indonesia

Pemegang Hak Cipta

Nama : **Alexander Halim Santoso dan Susy Olivia Lontoh**
Alamat : Fakultas Kedokteran, Universitas Tarumanagara, Jl. Letjen S. Parman No. 1 Jakarta Barat 11440, Jakarta Barat, DKI JAKARTA, 11440
Kewarganegaraan : Indonesia
Jenis Ciptaan : **Flyer**
Judul Ciptaan : **CUKUPKAN ASUPAN SAYUR 3-5 PORSI/HARI DAN ASUPAN BUAH 2-3 PORSI/HARI**

Tanggal dan tempat diumumkan untuk pertama kali di wilayah Indonesia atau di luar wilayah Indonesia : 23 November 2022, di Jakarta Barat

Jangka waktu perlindungan : Berlaku selama hidup Pencipta dan terus berlangsung selama 70 (tujuh puluh) tahun setelah Pencipta meninggal dunia, terhitung mulai tanggal 1 Januari tahun berikutnya.

Nomor pencatatan : 000408797

adalah benar berdasarkan keterangan yang diberikan oleh Pemohon.

Surat Pencatatan Hak Cipta atau produk Hak terkait ini sesuai dengan Pasal 72 Undang-Undang Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta.



a.n Menteri Hukum dan Hak Asasi Manusia
Direktur Jenderal Kekayaan Intelektual
u.b.
Direktur Hak Cipta dan Desain Industri

Anggoro Dasananto
NIP.196412081991031002

Disclaimer:

Dalam hal pemohon memberikan keterangan tidak sesuai dengan surat pernyataan, Menteri berwenang untuk mencabut surat pencatatan permohonan.



BB-PT Terakreditasi "UNGGUL" oleh BAN-PT QS STARS BATINS SYSTEM ICAEW CPA AUSTRALIA ICAEW CHARTERED ACCOUNTANTS

UNTAR untuk INDONESIA



**CUKUPKAN
ASUPAN SAYUR
3-5 PORSI/HARI**

**DAN
ASUPAN BUAH
2-3 PORSI/HARI**



REFERENCE:

- [1. http://www.danonenutrindo.org/sejarah_gizi_seimbang.php](http://www.danonenutrindo.org/sejarah_gizi_seimbang.php)
- [2. https://eatright.id/aset/apakah-benar-isi-piringku-menganjurkan-mengonsumsi-2-piring-nasi-setiap-kali-makan/](https://eatright.id/aset/apakah-benar-isi-piringku-menganjurkan-mengonsumsi-2-piring-nasi-setiap-kali-makan/)

SURAT TUGAS

Nomor: 384-R/UNTAR/Pengabdian/I/2023

Rektor Universitas Tarumanagara, dengan ini menugaskan kepada saudara:

ALEXANDER HALIM SANTOSO, dr., M.GIZI

Untuk melaksanakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan data sebagai berikut:

Judul : Edukasi Gizi Sehat dan Seimbang Guna Mencegah Obesitas pada Siswa Bunda Mulia School Jakarta
Mitra : Bunda Mulia School
Periode : 2/2022/17 November 2022
URL Repository : -

Demikian Surat Tugas ini dibuat, untuk dilaksanakan dengan sebaik-baiknya dan melaporkan hasil penugasan tersebut kepada Rektor Universitas Tarumanagara

11 Januari 2023

Rektor



Prof. Dr. Ir. AGUSTINUS PURNA IRAWAN

Print Security : 540424fce7e7fc015cb31ff0f69ffe22

Disclaimer: Surat ini dicetak dari Sistem Layanan Informasi Terpadu Universitas Tarumanagara dan dinyatakan sah secara hukum.