

LAPORAN AKHIR PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT MANDIRI



Diet Sehat dan Seimbang Untuk Pekerja

Disusun oleh :

dr. Olivia Charissa, M.Gizi, Sp.GK (10418001)

**PROGRAM STUDI SARJANA
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS TARUMANAGARA JAKARTA
Tahun 2024**

HALAMAN PENGESAHAN
LAPORAN AKHIR PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

1. Judul : Diet Sehat dan Seimbang Untuk Pekerja

2. Nama Mitra PKM : BCA life, Jakarta Pusat
3. Ketua Tim Pengusul
 - a. Nama dan gelar : dr Olivia Charissa, M.Gizi, Sp.GK
 - b. NIK/NIDN : 104018001/0304088703
 - c. Jabatan/gol. : Dosen tetap
 - d. Program studi : Sarjana Kedokteran
 - e. Fakultas : Fakultas Kedokteran
 - f. Bidang keahlian : Gizi Klinik
 - g. Alamat kantor : Bagian Gizi, Fakultas Kedokteran, Universitas Tarumanagara; email: oliviach@fk.untar.ac.id
 - h. Nomor HP/Telepon : 08170855084
4. Anggota Tim PKM (Dosen)
 - a. Jumlah anggota :
5. Anggota Tim PKM (Mahasiswa)
 - a. Nama mahasiswa dan NIM :
6. Lokasi Kegiatan Mitra
 - a. Wilayah mitra :
 - b. Kabupaten/Kota :
 - c. Provinsi :
 - d. Jarak PT ke lokasi mitra :
7. Luaran yang dihasilkan :
8. Jangka Waktu Pelaksanaan : ~~Januari-Juli/~~ Juni-Desember
9. Biaya Total
 - a. Biaya yang diusulkan :

Jakarta, 20 Desember 2024

Ketua Tim Pengusul



dr. Olivia Charissa, M.Gizi, Sp.GK

1. Pendahuluan

Gizi merupakan salah satu faktor yang berperan dalam menunjang kesehatan pekerja. Banyak jenis-jenis diet yang dilakukan Masyarakat dengan tujuan untuk kesehatan dan menunjang produktifitas bekerja.

2. Metode Pelaksanaan

Program edukasi kesehatan atau *health education* tentang menjaga kesehatan lingkungan kerja, manfaat kegiatan edukasi bertambahnya wawasan, kesadaran serta membantu memberdayakan individu menjaga dan peduli terkait nutrisi menjaga kesehatan pekerja

Waktu Pelaksanaan Kegiatan:

- Hari/Tanggal : J u m a t , 2 1 J u n i 2 0 2 4
- Waktu : 13.00 – selesai WIB
- Tempat : Luring di Menara BCA

3. Hasil Kegiatan

Susunan acara pada kegiatan bakti kesehatan dapat dilihat pada tabel dibawah

Waktu (WIB) Kegiatan

13.00 – 13.40	Penyampaian materi mengenai nutrisi dalam menjaga menjaga kesehatan kerja
13.50 – 14.30	Tanya jawab

KESIMPULAN DAN SARAN

Penyuluhan terkait Edukasi Diet dan Nutrisi untuk Menjaga Kesehatan perkerja telah dilakukan dengan baik dan terus dikembangkan sebagai bentuk upaya dalam meningkatkan kesadaran, wawasan, terkait kesehatan dari segi nutrisi.



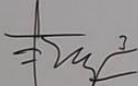
SERTIFIKAT

diberikan kepada

dr. Olivia Charissa, Sp. GK

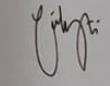
Atas Partisipasinya Dalam Acara Health Talk dengan Tema
" Diet Sehat dan Seimbang Untuk Pekerja "

Jakarta, 21 Juni 2024
Kepala Div Operasional



Kastari

Kepala Dept Klaim



dr. Yussi Damayanti