

## SURAT TUGAS

Nomor: 1259-R/UNTAR/PENELITIAN/I/2023

Rektor Universitas Tarumanagara, dengan ini menugaskan kepada saudara:

1. **ALEXANDER HALIM SANTOSO, dr., M.GIZI**
2. **SUNG CHIAN**
3. **NESYA CENDRANITA**
4. **CHRISTOPHER MARTINUS SUSANTO**
5. **OLIVIA CHARISSA, dr.,M.Gizi.**
6. **DORNA YANTI LOLA S. , dr.,M.Gizi., S.p.,G.K.**

Untuk melaksanakan kegiatan penelitian/publikasi ilmiah dengan data sebagai berikut:

Judul : Yuk Kenalan dengan Vitamin D  
Nama Media : -  
Penerbit : Direktorat Jenderal Kekayaan Intelektual  
Volume/Tahun : EC00202308930-30 Januari 2023  
URL Repository : <https://e-hakcipta.dgip.go.id/index.php/list/483825>

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

31 Januari 2023

**Rektor**



**Prof. Dr. Ir. AGUSTINUS PURNA IRAWAN**

Print Security : 0bc9f7334720d355af8141cf0e5ffa8

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



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 : EC00202308930, 30 Januari 2023

## Pencipta

Nama : **Alexander Halim Santoso, Olivia Charissa dkk**  
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, Olivia Charissa dkk**  
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 : **Yuk! Kenalan Dengan Vitamin D**  
Tanggal dan tempat diumumkan untuk pertama kali di wilayah Indonesia atau di luar wilayah Indonesia : 30 Januari 2023, 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 : 000441853

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.

**LAMPIRAN PENCIPTA**

No	Nama	Alamat
1	Alexander Halim Santoso	Fakultas Kedokteran, Universitas Tarumanagara, Jl. Letjen S. Parman No. 1 Jakarta Barat 11440
2	Olivia Charissa	Fakultas Kedokteran, Universitas Tarumanagara, Jl. Letjen S. Parman No. 1 Jakarta Barat 11440
3	Dorna Yanti Lola Silaban	Fakultas Kedokteran, Universitas Tarumanagara, Jl. Letjen S. Parman No. 1 Jakarta Barat 11440

**LAMPIRAN PEMEGANG**

No	Nama	Alamat
1	Alexander Halim Santoso	Fakultas Kedokteran, Universitas Tarumanagara, Jl. Letjen S. Parman No. 1 Jakarta Barat 11440
2	Olivia Charissa	Fakultas Kedokteran, Universitas Tarumanagara, Jl. Letjen S. Parman No. 1 Jakarta Barat 11440
3	Dorna Yanti Lola Silaban	Fakultas Kedokteran, Universitas Tarumanagara, Jl. Letjen S. Parman No. 1 Jakarta Barat 11440



# UNTAR untuk INDONESIA

## Yuk! Kenalan dengan Vitamin D



UVB

Vitamin D



### Manfaat:

1. Menjaga ketahanan tulang dan gigi
2. Mempertahankan daya tahan tubuh
3. Mencegah pertumbuhan sel kanker

### Kadar Vitamin D dalam darah:

- Cukup: >30 ng/dL
- Insufisiensi : 20-30 ng/dL
- Defisiensi : <20 ng/dL

### Bahan Makanan Sumber tinggi Vitamin D:

- Minyak Ikan Cod
- Ikan Salmon
- Ikan Mackerel

### Referensi:

Amrein, K., et al. Vitamin D Deficiency 2.0: an update on the current status world wide. Eur J of Clin Nutr, 2020, 74, 1098-1513.

Kathleen Mahan, L. Krause's Food and the Nutrition Care Process, 13th ed. Elsevier, 2012

Higdon, J. An Evidence-Based Approach to Vitamins and Minerals. Thieme, 2003