

SURAT TUGAS

Nomor: 500-R/UNTAR/Pengabdian/II/2022

Rektor Universitas Tarumanagara, dengan ini menugaskan kepada saudara:

IDAWATI KARJADIDJAJA, dr., M.S., Sp.GK.

Untuk melaksanakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan data sebagai berikut:

Judul	:	Menyiapkan Pembelajaran tatap muka dengan pola hidup sehat
Mitra	:	Sekolah Dharma Suci
Periode	:	2/2021/16 Oktober
URL Repository	:	

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

27 Februari 2022

Rektor



Prof. Dr. Ir. AGUSTINUS PURNA IRAWAN

Print Security : a0b703dfc4573eae867222acbde8e317

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

LAPORAN ABDIMAS MANDIRI
DOSEN FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS TARUMANAGARA

Judul Abdimas : Menyiapkan Pembelajaran tatap muka dengan pola hidup sehat

Mitra : Sekolah Dharma Suci

Ditujukan kepada orang tua murid dan Murid SD- SMP-SMA Sekolah Dharma Suci– 16 Oktober 2021

Ketua Tim : Idawati Karjadidjaja, dr, MS, SpGK (10487001)

1. PENDAHULUAN

Pada saat Pandemi Covid 19 di tahun 2020 sampai sekarang, selain mencegah dengan perilaku 5 M, perlu disadari tentang pentingnya makanan yang memberi nutrisi guna meningkatkan imunitas .

Imunitas diperlukan guna menangkal penyakit infeksi apapun etiologinya.

Nutrient atau zat gizi mempunyai peranan dalam imunitas, masyarakat perlu diberikan penyuluhan supaya bisa mengonsumsi makanan sumber vitamin, mineral dan zat gizi lainnya dalam menangkal penyakit Covid 19 .

Target Abdimas: Orang tua dan Murid SD Sekolah Dharma Suci

Permasalahan Mitra: Segera diharuskan sekolah tatap muka, sehingga perlu diketahui pola makan yang mensupport imunitas tubuh

2. METODE PELAKSANAAN

Pelaksanaan PKM dilakukan dengan cara Webinar menggunakan aplikasi Zoom.

3. HASIL KEGIATAN

Pada tanggal 16 Oktober 2021 pk 09.00 – 12.00 PKM dilaksanakan. Webinar dihadiri 230 peserta baik pelajar maupun orang tua

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Peserta cukup antusias dalam bertanya, sehingga webinar lebih lama dari waktu yang diberikan

5. DAFTAR PUSTAKA

1. Aman F, Masood S. How Nutrition can help to fight against COVID-19 Pandemic. Pak J Med Sci. 2020;36(COVID19-S4):COVID19-S121-S123.doi:<https://doi.org/10.12669/pjms.36.COVID19S4.2776>
2. Khayyatadeh SS. Nutrition and Infection with COVID-19. J Nutr Food Security. 2020;5(2):93-96.
3. Calder PC. Nutrition, immunity and COVID-19. BMJ Nutrition, Prevention & Health 2020;0. doi:10.1136/ bmjnph-2020-000085



**KATHINA &
CREATIVITY
DAY 2021**
SEKOLAH DHARMA SUCI

MENYIAPKAN **PEMBELAJARAN TATAP MUKA** DENGAN **POLA HIDUP SEHAT**



Sabtu, 16 Oktober 2021



09.00-11.00 WIB



zoom

Terbuka
untuk umum &
FREE



Bersama

dr. Idawati Karjadidjaja, M.S, Sp.GK

Moderator

MC



Bpk. Edy



Yenny C. Ngawing

sekolah_dharma_suci 

www.dharmasuci.sch.id 

Design by Adelia (X IPA)



TERIMA KASIH

KEPADA

dr. Idawati Karjadidjaja, M.S, Sp.GK

SEBAGAI

NARASUMBER

Webinar "Menyiapkan Pembelajaran Tatap Muka dengan Pola Hidup Sehat"
yang diselenggarakan oleh Sekolah Dharma Suci
pada tanggal 16 Oktober 2021

Jakarta, 16 Oktober 2021
Yayasan Dharma Suci



Bhiksuni Prajna Vasu