



**UNTAR**  
Universitas Tarumanagara



**UNTAR untuk INDONESIA**

## SURAT TUGAS

Nomor: 1156-R/3512/UNTAR/V/2024

Pimpinan Universitas Tarumanagara menugaskan Saudara:

**Bonar Hutapea, S.Psi., M.Psi.**

Untuk melaksanakan Pengabdian Kepada Masyarakat dalam bentuk publikasi artikel sebagai berikut:

Judul Artikel : Memasak dan Manfaat Psikososialnya

Tanggal : 10 April 2024

Media Publikasi : Kompas.Com

Link Artikel (url) : <https://www.kompas.com/food/read/2024/04/10/113506275/memasak-dan-manfaat-psikososialnya>

Demikian Surat Tugas ini dibuat, untuk dilaksanakan dengan sebaik-baiknya dan penuh rasa tanggung jawab serta melaporkan hasil kegiatan kepada Rektor.

Jakarta, 13 Mei 2024

Rektor



Prof. Dr. Ir. Agustinus Purna Irawan, M.T., M.M., IPU., ASEAN Eng.

Tembusan:

1. Warek I
2. Kalemutu, KalemPPKM
3. Ka. Humas
4. Dekan F.Psi
5. Karo Adrek, Adku

Rt/Mud

#### Lembaga

- Pembelajaran
- Kemahasiswaan dan Alumni
- Penelitian & Pengabdian Kepada Masyarakat
- Penjaminan Mutu dan Sumber Daya
- Sistem Informasi dan Database

#### Fakultas

- Ekonomi dan Bisnis
- Hukum
- Teknik
- Kedokteran
- Psikologi
- Teknologi Informasi
- Seni Rupa dan Desain
- Ilmu Komunikasi
- Program Pascasarjana

# Memasak dan Manfaat Psikososialnya

Kompas.com - 10/06/2024, 11:32 WIB



Lihat Foto

Video memasak di dapur (PMB/1000/000000)



## Anda bisa menjadi kolumnis!

Kolom adalah ruang eksklusif, penulis profesional atau pribadi di Kompas.com yang menulis dan berbagi ide-ide, strategi, dan pengalaman tentang berbagai topik. Anda dapat menulis artikel yang menarik, edukatif, dan menginspirasi pembaca di berbagai platform digital kami. Maksimal 500 kata dan 30 foto. Bisa dapat bonus di sini



Bekerja di sini



Kirim artikel

### Editor Andre Genta

Oliah Soter Hutapea, S.Pd., M.Pd.

"I think preparing food and feeding people brings nourishment not only to our bodies but to our spirits..." - Sharna Megalia

LIBUR, apalagi liburan panjang Lebaran seperti saat ini, adalah waktu bersama bersama keluarga atau teman-teman, adalah saat yang tepat untuk **memasak**, baik sendiri maupun bersama-sama, bahkan untuk belajar memasak.

Mengapa begitu? Bisa bukan jadi saat semacam ini, biasanya amat sulit,

Baca lebih lanjut di Kompas.com



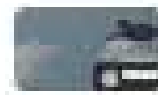
**[FULL] SYL Mima Mairi, Singgung Ucapan Jokowi Dan Klaim Kontrol Rp...**

12 hari yang lalu



**Rapala Dan Wakil Kepala Dooita Kompiak Iskandar, Benar-benar Banjir...**

2 hari yang lalu



**Semenanjung Korea Masih Panas, AS Dan Korea Selatan Perawat...**

2 hari yang lalu



**Aksi-Luar Konflik Palestina Dan Israel, Pemuda Tahun Perah...**

12 hari yang lalu

Lihat semua