



**DEWAN PIMPINAN PUSAT**  
**PERHIMPUNAN PAKAR GIZI DAN PANGAN (PERGIZI PANGAN) INDONESIA**  
**FOOD AND NUTRITION SOCIETY OF INDONESIA**

Sekretariat : d.a Lantai 3, Departemen Gizi Masyarakat, FEMA, Kampus IPB Darmaga, Bogor. Telp/WA +62 822 4647 1973  
Web: [www.pergizi.org](http://www.pergizi.org), Email: [dpp.pergizi@gmail.com](mailto:dpp.pergizi@gmail.com); IG: @PERGIZI; Twitter: @PERGIZI; FB: fb.com/PERGIZI, LinkedIn:pergizi, Line:@238yikzs

12 September 2022

Nomor : 067/PERGIZI/IX/2022  
Lampiran : 1 (satu) lembar  
Perihal : Narasumber Webinar

Kepada Yth  
**Dr Helda Khusun MSc**  
Universitas Indonesia & Expert SEAMEO RECFON  
Di Tempat

Dengan hormat kami mengundang **Dr Helda Khusun MSc** menjadi salah seorang narasumber (speaker) pada kegiatan PERGIZI PANGAN Webinar Series yang ke-114 dengan tema "**Karbohidrat vs Diabetes: Seberapa Besar Resikonya?**", pada:

Hari/Tanggal : Rabu/14 September 2022  
Waktu : 14.00 – 16.00 WIB  
Media online : Zoom Meeting  
(Meeting ID dan Passcode menyusul)  
Jadwal kegiatan : (Terlampir)

Topik yang kami harapkan dari Ibu pada webinar ini adalah "**Pola Makan Rata-rata Orang Indonesia Saat Ini**" dengan durasi presentasi maksimal 20 menit. Informasi lebih lanjut dapat menghubungi sekretariat via email [dpp.pergizi@gmail.com](mailto:dpp.pergizi@gmail.com) atau 08975442326 (Ahmad Hisbullah Amrinanto SGz MSi) atau 082114292631 (Prof Dr Hardinsyah MS).

Demikian surat ini kami sampaikan, atas perhatian, kehadiran dan kerjasamanya, kami sampaikan ucapan terima kasih.

Prof Dr Ir Hardinsyah MS  
Ketua Umum



Prof Dr Ir Ahmad Sulaeman MS  
Sekretaris Jenderal

Tembusan :  
Arsip



**DEWAN PIMPINAN PUSAT**  
**PERHIMPUNAN PAKAR GIZI DAN PANGAN (PERGIZI PANGAN) INDONESIA**  
**FOOD AND NUTRITION SOCIETY OF INDONESIA**

Sekretariat : d.a Lantai 3, Departemen Gizi Masyarakat, FEMA, Kampus IPB Darmaga, Bogor. Telp/WA +62 822 4647 1973  
Web: [www.pergizi.org](http://www.pergizi.org), Email: [dpp.pergizi@gmail.com](mailto:dpp.pergizi@gmail.com); IG: @PERGIZI; Twitter: @PERGIZI; FB: fb.com/PERGIZI, LinkedIn: pergizi, Line: @238ylkzs

**JADWAL KEGIATAN PERGIZI PANGAN WEBINAR SERIES 114**

**“Karbohidrat vs Diabetes: Seberapa Besar Resikonya?”**

Rabu, 14 September 2022 || 14.00-16.00 WIB

No	Jam	Kegiatan	Narasumber
1	13.40-14.00	Admit peserta diiringi musik	Host
2	14.00-14.05	Pembukaan	MC
3	14.05-14.10	Sambutan pembukaan oleh Ketua Umum PERGIZI PANGAN Indonesia	<b>Prof Dr Hardinsyah MS</b>
4	14.10-14.15	Foto Bersama	MC
5	14.15-14.20	<ul style="list-style-type: none"><li>• Pembacaan tata tertib dan penyerahan seminar ke moderator</li><li>• Pengantar dan pengenalan narasumber</li></ul>	MC Moderator: <b>Harna SGz MSi</b> (Universitas Esa Unggul)
6	14.20-14.40	Topik 1 Pola Makan Rata-rata Orang Indonesia Saat Ini	<b>Dr Helda Khusun MSc</b> (Universitas Indonesia & Expert SEAMEO RECFON)
7	14.40-14.43	Moderator	<b>Harna SGz MSi</b>
8	14.43-15.03	Topik 2 Aktivitas Fisik dan Perannya Terhadap Kesehatan Penderita Diabetes	<b>Nazhif Gifari SGz MSi</b> (Universitas Esa Unggul & PERGIZI PANGAN Indonesia)
9	15.03-15.05	Moderator	<b>Harna SGz MSi</b>
10	15.05-15.25	Topik 3 Metabolisme Karbohidrat dalam Tubuh	<b>Dr Mega Safithri MSi</b> (IPB University)
11	15.25-15.30	Senam peregangan	MC
12	15.30-15.50	Diskusi (QnA), pertanyaan diajukan peserta ke panita untuk ditampilkan & dibacakan oleh moderator	Moderator
13	15.50-15.55	Pemberian sertifikat oleh koordinator webinar	<b>Dr Rahmawati MSi</b>
14	15.55-16.00	Penutupan	MC

**Koor Penyelenggara:** Dr Rahmawati (08161390211); Ahmad HA MSi (08975442326)

**Host (LINISEHAT):** Agung (08567961236); Ghavin (089638915938)



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PROF. DR. HAMKA  
**FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN**

Jl. Limau II, Kebayoran Baru, Jakarta Selatan 12130  
Telp./Fax. (021) 7256157. <http://fikes.uhamka.ac.id>, <http://uhamka.ac.id>

---

---

**SURAT TUGAS**

Nomor: 2969 /F.03.08/2022

*Bismillaahirrahmaanirrahiim,*

Pimpinan Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA (FIKES UHAMKA) memberi tugas kepada:

Nama : **Helda Khusun, STP., M.Sc., Ph. D**

Tugas : Narasumber kegiatan PERGIZI PANGAN Webinar Series yang ke-114 dengan tema "Karbohidrat vs Diabetes: Seberapa Besar Resikonya?"

Hari/Tanggal : Rabu, 14 September 2022

Waktu : Pukul 14.00 – 16.00 WIB

Media : Zoom meeting

Catatan : satu minggu setelah pelaksanaan agar segera memberikan laporan kegiatan & keuangannya secara tertulis kepada pimpinan, dengan mengacu kepada format terlampir.

Demikian surat tugas ini dibuat dan diberikan kepada yang bersangkutan agar dapat dilaksanakan dengan sebaik – baiknya sebagai amanah dan ibadah kepada Allah SWT.

Jakarta, 17 Shafar 1444 H  
13 September 2022 M

Dekan,



**Ony Linda, M.Kes**  
NIDN : 0330107403

**Tembusan Yth. :**

1. Wakil Dekan II
2. KTU. Up. Kasubag. Keuangan