

**TERM OF REFERENCE (TOR)**  
**WEBINAR NUTRI-CHIC**  
*“Good Nutrition Makes Amazing You”*



**MAHASISWA PROGRAM STUDI ILMU GIZI**  
**UNIVERSITAS ESA UNGGUL**  
**2023**

## I. PENDAHULUAN

Nutri-Chic merupakan sebuah acara webinar yang diselenggarakan oleh mahasiswa/i Program Studi Ilmu Gizi Universitas Esa Unggul Kelas Pararel yang dilaksanakan secara daring melalui media *zoom cloud meetings*. Acara Nutri-Chic diselenggarakan sebagai salah satu bentuk pemenuhan indikator penilaian Mata Kuliah Studi Literatur dan Seminar Gizi, serta sarana bagi mahasiswa/i lainnya dan masyarakat umum untuk memahami keterkaitan gizi dan kecantikan, khususnya mengenai sumber bahan makanan yang dapat membantu menjaga kesehatan kulit.

Webinar Nutri-Chic mengangkat tema “*Good Nutrition Makes Amazing You*”. Tema tersebut dipilih karena banyaknya *beauty drink* yang mengandung kolagen telah beredar dipasaran, namun masih banyak juga masyarakat yang belum mengetahui apakah dengan rutin meminum minuman berkolagen dapat membantu merawat kesehatan kulit. Oleh karena itu, penerbit akan membahas mengenai *beuty drink* dan asupan zat gizi yang baik untuk kesehatan dan kecantikan kulit.

## II. LANDASAN KEGIATAN

Diadakannya webinar bertema “*Good Nutrition Makes Amazing You*” berlandaskan Tri Dharma Perguruan Tinggi mengenai Pendidikan, Pengajaran, dan Pengabdian kepada Masyarakat dalam bentuk pemberian edukasi agar lebih memahami bahwa gizi juga berperan dalam kecantikan pada manusia terutama kulit.

## III. TUJUAN KEGIATAN

### 1. Tujuan Umum

Tujuan diselenggarakannya acara ini adalah untuk meningkatkan kesadaran bahwa kecantikan dan kesehatan kulit dapat diperoleh dengan memperhatikan asupan gizi yang baik dengan mengajak masyarakat dan

mahasiswa/I Ilmu Gizi untuk ikut serta dalam acara Webinar Nutri-Chic secara daring melalui *platform zoom cloud meetings*.

## **2. Tujuan Khusus**

- a. Meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai gizi dan kecantikan
- b. Menumbuhkan kesadaran peserta bahwa gizi juga berperan dalam kecantikan dan kesehatan kulit manusia

## **IV. NAMA DAN TEMA KEGIATAN**

Nama dari kegiatan ini yaitu:

**NUTRI-CHIC**

Tema dari kegiatan ini yaitu:

***“Good Nutrition Makes Amazing You”.***

## **V. SASARAN KEGIATAN**

Sasaran peserta kegiatan Webinar Nutri-Chic adalah mahasiswa/i jurusan Ilmu Gizi dan masyarakat umum.

## **VI. WAKTU DAN TEMPAT PELAKSANAAN**

Kegiatan Webinar Nutri-Chic akan dilaksanakan pada:

Hari, tanggal : Sabtu, 27 Januari 2024

Waktu : 08.00 – 13.10 WIB

Tempat : *Zoom Cloud Meetings*

## **VII. PENYELENGGARA**

Penyelenggara kegiatan webinar Nutri-Chic ini adaalah mahasiswa/I Program Studi Ilmu Gizi, Universitas Esa Unggul.

## **VIII. SUSUNAN ACARA**

Lampiran I

## **IX. NARASUMBER DAN TOPIK PEMBICARAAN**

Lampiran II

## **X. PENUTUP**

Demikian *Term of Reference* (TOR) kegiatan webinar Nutri-Chic, semoga dapat memberikan kejelasan gambaran mengenai kegiatan yang akan kami laksanakan. Kami menyadari bahwa dalam penyusunan dan penyampaian *Term of Reference* masih terdapat kekurangan. Oleh karena itu, kami harapkan dukungan dan saran untuk kelancaran dan terlaksananya acara kami. Atas segala dukungan, saran, dan kerja sama dari semua pihak, kami ucapkan terima kasih.

Jakarta, 30 November 2023

Hormat Kami,

Ketua Pelaksana



Rizkansa Insyira Putri

Sekretaris



Indah Ayu Yulia Astuti

Lampiran I dari II

**SUSUNAN ACARA**  
**WEBINAR NUTRI-CHIC**  
*“Good Nutrition Makes Amazing You”*

NO.	WAKTU	DURASI	KEGIATAN	PERSON IN CHARGE	PENANGGUNG JAWAB
1.	07:30-08:00	30'	Registrasi Peserta	Seksi Humas	Seksi Humas
2.	08:00-08:05	5'	Pembukaan dan Pembacaan Susunan Acara	Siti Rohmah Nour Rahayu	Seksi Acara
3.	08:05-08:10	5'	Pembacaan Doa	Panitia	Seksi Acara
4.	08:10-08:12	2'	Menyanyikan Lagu Indonesia Raya	Seluruh Peserta	Seksi Acara
5.	08:12-08:15	3'	Menyanyikan Lagu Mars Gizi	Seluruh Peserta	Seksi Acara
7.	08:15-08:20	5'	Laporan dan Sambutan Panitia Ketua Webinar	Rizkansa Insyira Putri	Seksi Acara
8.	08:20-08:25	5'	Sambutan Ketua Program Studi Ilmu Gizi Universitas Esa Unggul	Dr. Mury Kuswari, S.Pd., M.Si	Seksi Acara
9.	08:25-08:30	5'	Sambutan Dosen Pengampu Mata Kuliah Studi Literatur	Vitria Melani, S.Si., M.Si	Seksi Acara
10.	08:30-08:35	5'	Foto Bersama	Siti Rohmah Nour Rahayu	Seksi Perlap
11.	08:35-08:45	5'	Pengenalan Moderator 1	Siti Rohmah Nour Rahayu	Seksi Acara
12.	08:45-08:50	5'	Pembukaan oleh Moderator	Moderator 1	Seksi Acara
13.	08:50-09:35	45'	Materi I	Narsumberr 1	Seksi Acara
14.	09:35-09:50	15'	Tanya Jawab	Moderator 1	Seksi Acara
15.	09:50-10:35	45'	Materi II	Narasumber 2	Seksi Acara

NO.	WAKTU	DURASI	KEGIATAN	PERSON IN CHARGE	PENANGGUNG JAWAB
16.	10:35-10:50	15'	Tanya Jawab	Moderator 1	Seksi Acara
17.	10:50-11:35	45'	Materi III	Narasumber III	Seksi Acara
18.	11:35-11:50	15'	Tanya Jawab	Moderator 1	Seksi Acara
19.	11:50-12:00	10'	Ice Breaking	Siti Rohmah Nour Rahayu	Seksi Acara & Humas
20.	12:00-12:05	5'	Perkenalan Moderator II	Siti Rohmah Nour Rahayu	Seksi Acara
21.	12:05-12:35	30'	Talkshow	Narasumber Mahasiswa	Seksi Acara
22.	12:35-12:50	10'	Tanya Jawab	Moderator 2	Seksi Acara
23.	12:50-12:55	5'	Doa Penutup	Panitia	Seksi Acara
24.	12:55-13:05	10'	Absensi	Siti Rohmah Nour Rahayu	Seksi Acara
25.	13:05-13:10	5'	Penutupan	Siti Rohmah Nour Rahayu	Seksi Acara & Seksi Humas

Lampiran II dari II

## **NARASUMBER DAN TOPIK PEMBICARAAN**

### **Narasumber 1 (Asst. Prof. Dr. Marudut Sitompul, B.Sc., MPS-MoH): *Skincare dari realfood***

1. Penjelasan terkait apakah kecantikan atau kesehatan kulit bisa diperoleh dari makanan
2. Jenis pangan apa saja yang memiliki khasiat untuk kesehatan kulit
3. Tips mengolah bahan makanan untuk dikonsumsi menjadi skincare alami

### **Narasumber 2 (Fitri Hidayani, SST., S.Gz, MKM, RD): Pengaruh *junkfood* terhadap kesehatan dan kecantikan kulit**

1. Kandungan dari *junkfood*
2. Pengaruh kandungan *junkfood* terhadap kesehatan kulit
3. Penjelasan terkait boleh atau tidaknya mengonsumsi *junkfood*
4. Tips tubuh serta kulit tetap sehat walau masih mengonsumsi *junkfood*

### **Narasumber 3 (dr. Monica Joice V., M.Gz, Sp. GK): *Beauty drink* terutama minuman berkolagen**

1. Penjelasan terkait kolagen dan peran kolagen dalam tubuh
2. Kebutuhan kolagen bagi tubuh manusia
3. Penjelasan terkait seberapa pentingnya konsumsi minuman kolagen sebagai asupan tambahan
4. Sumber kolagen alami
5. Efek samping dari rutin minum minuman kolagen
6. Tips memilih minuman kolagen atau *beauty drink* yang tepat