



**UNIVERSITAS ESA UNGGUL**

**PENGARUH EDUKASI GIZI *MINDFUL EATING SEMI ONLINE*  
(MESO) TERHADAP BERAT BADAN, ASUPAN  
ZAT GIZI MAKRO DAN *MINDFUL EATING*  
PADA PEKERJA DENGAN GIZI LEBIH**

**SKRIPSI**

**KIRANA DWI KUSUMA PUTRI  
20170302083**

**PROGRAM STUDI ILMU GIZI  
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS ESA UNGGUL  
2019**



**UNIVERSITAS ESA UNGGUL**

**PENGARUH EDUKASI GIZI *MINDFUL EATING SEMI ONLINE*  
(MESO) TERHADAP BERAT BADAN, ASUPAN  
ZAT GIZI MAKRO DAN *MINDFUL EATING*  
PADA PEKERJA DENGAN GIZI LEBIH**

**SKRIPSI**

**Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana  
Gizi**

**KIRANA DWI KUSUMA PUTRI  
20170302083**

**PROGRAM STUDI ILMU GIZI  
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS ESA UNGGUL  
2019**

