



FPMIPA

SILABUS

ILMU GIZI

No. Dok. : FPMIPA-BI-SL-36

Revisi : 01

Tanggal : 31 Januari 2011

Halaman : 1 dari 3

Dibuat Oleh :

Dra.Mimin Nurjhani K., M.Pd.
(Koord. Mata Kuliah)

Diperiksa Oleh :

Dr. H. Saefudin, M.Si.
(Ketua Program Studi Pend. Biologi)

Disetujui Oleh :

Dr. rer.nat Adi Rahmat, M.Si.
(Ketua Jurusan)

1. Identitas mata kuliah

Nama matakuliah : Ilmu Gizi
Nomor kode : BI 529
Jumlah sks : 2 (dua)
Semester : 5 untuk program studi biologi dan 6 untuk program studi pendidikan biologi
Kelompok mata kuliah : Mata Kuliah Elektif
Jurusan : Pendidikan Biologi
Status mata kuliah : Mata kuliah pilihan pada program studi biologi dan pendidikan biologi S-1
Prasyarat : Biologi umum, Biokimia, Fisiologi Hewan, Anatomi Fisiologi Tubuh Manusia
Dosen : Dra. Mimin Nurjhani K, M.Pd & dr. Rita Shintawati,M.Kes.

2. Tujuan

Selesai mengikuti perkuliahan ini mahasiswa diharapkan mempunyai wawasan tentang cakupan dan peran ilmu gizi bagi peningkatan kualitas kesehatan manusia, cara-cara memperoleh informasi tentang kondisi dan status gizi perorangan maupun masyarakat serta menyusun program penyuluhan gizi atau penelitian yang disesuaikan dengan target/sasaran yang dihadapi.

3. Deskripsi Isi

Isi mata kuliah ini mencakup : hubungan antara makanan dan kesehatan, fungsi makanan, pengelompokan makanan dan kandungan nutrisinya, pengolahan makanan dan dampaknya bagi pencernaan, metabolisme nutrisi, pengaruh zat aditif bagi kesehatan, menghitung kebutuhan energi, menentukan status gizi, berlatih merancang program pendidikan gizi berdasarkan sasaran atau merancang penelitian untuk pengembangan ilmu gizi. dengan karakteristik materi dan tujuan pembelajaran.

4. Pendekatan pembelajaran

- a. Pendekatan : konsep, berbasis masalah
- b. Metode : ceramah, diskusi, simulasi, penugasan
- c. Tugas : menghitung mutu protein ngan menghitung protein score, menghitung laju metabolisme basal berdasarkan data, merancang program pendidikan gizi berdasarkan sasaran atau merancang penelitian untuk pengembangan ilmu gizi.
- d. Media : OHT

5. Evaluasi

- a. Kehadiran
- b. Tes Unit 1, 2, dan 3
- c. Penyelesaian tugas : menghitung protein skor dari suatu bahan makanan, menghitung laju metabolisme basal berdasarkan data, rancangan program pendidikan atau penelitian berdasarkan status gizi masyarakat
- d. Rincian perhitungan nilai akhir perkuliahan:
 - 1) Kehadiran
 - 2) Ujian tulis (tes unit, UTS dan UAS) maksimal 75%
 - 3) Makalah kelompok maksimal 25%Proporsi perhitungan nilai akhir disesuaikan dengan karakteristik perkuliahan

6. Rincian materi perkuliahan tiap pertemuan

- | | |
|--------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Pertemuan 1 | : Pendahuluan yang mencakup penjelasan tentang tujuan dan rincian materi perkuliahan; menyepakati tata tertib perkuliahan, pembagian kelompok dan tugas. Pengantar & Overview Ilmu Gizi. |
| Pertemuan 2 | : Membaca fakta nutrisi pada kemasan makanan, dan membahas isu yang berkembang di dunia tentang makanan. |
| Pertemuan 3 | : Karbohidrat dalam makanan, pencernaan, penyerapan, metabolisme, dan malnutrisi |
| Pertemuan 4 | : Protein dalam makanan, pemrosesan, fungsi dalam makanan, pencernaan, metabolisme, dan malnutrisi |
| Pertemuan 5 | : Protein dalam tubuh manusia uji mutu protein |
| Pertemuan 6 | : Tes Unit 1 |
| Pertemuan 7 | : Lipid dalam makanan dan pemrosesan, fungsi dalam makanan |
| Pertemuan 8 | : Lipid dalam tubuh manusia, pencernaan, |
| Pertemuan 9 | : metabolisme dan malnutrisi lipid, Vitamin yang larut dalam lipid |
| Pertemuan 10 | : vitamin yang larut dalam lemak |
| Pertemuan 11 | : Mineral makro, fungsinya dalam makanan, Interaksi vitamin dan mineral dalam tubuh, perannya dalam menjaga kesehatan tubuh manusia |
| Pertemuan 12 | : Mineral mikro, fungsinya dalam makanan, Interaksi vitamin dan mineral dalam tubuh, perannya dalam menjaga kesehatan tubuh manusia |
| Pertemuan 13 | : Tes Unit 2 |
| Pertemuan 14 | : Cara menghitung Basal Metabolimic Rate (BMR) dan EER |
| Pertemuan 15 | : Presentasi rancangan program pendidikan gizi dan atau penelitian dalam bidang ilmu gizi |

Pertemuan 16 : UAS (Tes unit 3)

7. Daftar Buku

Buku Utama :

Achmad Djaeni Sediaoetomo, 1987, *Ilmu Gizi*, Jakarta : PT Dian Rakyat;
Syahmien Moechyi, 1986., *Ilmu Gizi*, Jakarta: Bhatara.

Referensi :

Almatsier S, 2000, *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*, Jakarta: Gramedia

Sediaoetama AD, 1986, *Ilmu Gizi*, Jakarta: PT Dian Rakjat

Baliwati YF, Khomsan A, Dwiriati CM, 2004, *Pengantar Pangan dan Gizi*,
Jakarta : Penebar Swadaya

Cahyadi W, 2006, *Analisis & Aspek Kesehatan Bahan Tambahan Makanan*,
Jakarta: Bumi Aksara; Winarno FG, 1987, *Kimia Pangan & Gizi*, Jakarta:
Gramedia

Irianto DP, 2006, *Panduan Gizi Lengkap Keluarga dan Olahragawan*, Jogjakarta:
Andi

Lankford T. Randall, Stewards, 1986, *Foundation of Normal and Theurapetic
Nutrition*, Singapore: Medical Publication, John Wiley and Sons

Lee RD & Nieman DC, 2007, *Nutritional Assessment*, fourth edition, New York:
Mc Graw Hill Inc.

Supariasa IDN, Bakri B, Fajar I, 2002, *Penilaian Status Gizi*, Jakarta: EGC
Penerbit Buku Kedokteran