






SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN WIRA HUSADA YOGYAKARTA
PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT (S1)
TAHUN AKADEMIK 2023/2024

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

MATA KULIAH	KODE	BOBOT (SKS)	SEMESTER	TANGGAL PENYUSUNAN
Ilmu Gizi Dasar	MKD 230202	2 SKS (Teori)	2	6 Maret 2024
OTORISASI	Dosen Pengembang RPS		Koordinator Mata Kuliah	Ketua Program Studi
				
	Prastiwi Putri Basuki, S.K.M., M.Si		Prastiwi Putri Basuki, S.K.M., M.Si	Dewi Ariyani Wulandari, S.KM., M.PH
NOMOR DOKUMEN				
REVISI KE	-			
WAKTU				
DOSEN PENGAMPU	1. Prastiwi Putri Basuki, S.K.M, M.Si 2. Siti Uswatun Chasanah, S.K.M., M.Kes			

Prasyarat Mata Kuliah	:	-
Deskripsi Mata Kuliah	:	Pada mata kuliah ini membahas tentang fungsi pangan dan gizi untuk kesehatan, macam, fungsi sumber makanan dan dasar metabolisme dari masing-masing zat gizi, interaksi zat gizi, anjuran kecukupan masing-masing zat gizi, konsep dan manfaat gizi seimbang, konsep manfaat dan fungsi TKPI. Kuliah ini diberikan dengan metode ceramah, tanya jawab, diskusi dan penugasan.
Outcome Pembelajaran	:	Memiliki penguasaan ilmu kesehatan masyarakat (public health science skills)
Learning Outcome (Capaian Pembelajaran)	:	<p>Kognitif:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Mahasiswa mampu memahami konsep dasar ilmu gizi 2. Mahasiswa mampu memahami efek kekurangan dan kelebihan zat gizi pada kesehatan 3. Mahasiswa mampu memahami kebutuhan zat gizi pada manusia 4. Mahasiswa mampu memahami kelebihan dan kekurangan zat gizi <p>Psikomotor :</p> <p>Mahasiswa mampu mengaplikasikan konsep dasar ilmu gizi dalam kehidupan sehari-hari</p> <p>Afektif :</p> <p>Mahasiswa cepat tanggap efek zat gizi pada kesehatan</p>

Evaluasi :

1. Aktivitas partisipasif : 10%
2. Hasil proyek : 10%
3. Tugas : 10%
4. Kuis : 10%
5. Sumatif 1 : 30%
6. Sumatif 2 : 30%

Referensi dan bahan bacaan

1. Almtsier, S.2005. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta : Gramedia Pustaka Utama
2. Budiyanto, A. 2004. *Ilmu Gizi*. Malang : UMM Press
3. Garrow, J.S. dan W.P.T James. *Human Nutrition and Dietetics*. Edinburgh: Churchill Livingstone, ed. 9.1993
4. Keputusan Menteri Kesehatan RI Nomor : 1593/MENKES/SK/XI/2005 tanggal 24 November 2005
5. Soediaoetama, Ahmad Djaeni, 1993. *Ilmu Gizi Jilid I*. Jakarta : Dian Rakyat
6. Suhardjo, Kusharto,CM. 1992. *Prinsip-prinsip Ilmu Gizi*. Yogyakarta : Kanisius
7. Whitney Rolfes, Eleanor Noss, *Understanding Nutrition*, Ninth Edition, Wadworth group, 2006
8. Winarno, FG. 1992. *Kimia Pangan dan Gizi*. Jakarta : PT Gramedia Pustaka Utama

Matrik Rencana Pembelajaran

(1) Pertemuan ke -	(2) KEMAMPUAN AKHIR YANG DIHARAPKAN (LO)	(3) MATERI PEMBELAJARAN	(4) METODE PEMBELAJARAN	(5) AKTIVITAS PEMBELAJARAN	(6) BOBOT (%)	(7) LITERATUR	(8) DOSEN
1	Mampu menjelaskan komponen tubuh dan kebutuhan gizi untuk pertumbuhan dan pemeliharaan organ	Komponen tubuh dan kebutuhan zat gizi	Ceramah, tanya jawab, diskusi <i>Self Directed Learning (SDL)</i> <i>Discovery Learning (DL)</i>	Tugas mandiri	7	1, 2, 3, 4	Prastiwi
2	Mampu menelaah fungsi, metabolisme, kebutuhan, sumber pangan zat gizi, dan menganalisis dampak kekurangan/kelebihan zat gizi makro (karbohidrat)	Karbohidrat	Ceramah, tanya jawab, diskusi <i>Self Directed Learning (SDL)</i> <i>Discovery Learning (DL)</i>	Tugas mandiri	7	1, 2, 3, 4	Prastiwi
3	Mampu menelaah fungsi, metabolisme, kebutuhan, sumber pangan zat gizi, dan menganalisis dampak kekurangan/kelebihan zat gizi makro (lemak)	Lemak	Ceramah, tanya jawab, diskusi <i>Self Directed Learning (SDL)</i> <i>Discovery Learning (DL)</i>	Tugas mandiri	7	1, 2, 3, 4	Prastiwi
4	Mampu menelaah fungsi, metabolisme, kebutuhan, sumber pangan zat gizi, dan menganalisis dampak kekurangan/kelebihan zat gizi makro (protein)	Protein	Ceramah, tanya jawab, diskusi <i>Self Directed Learning (SDL)</i> <i>Discovery Learning (DL)</i>	Tugas mandiri	7	1, 2, 3, 4	Prastiwi
5	Mampu menelaah fungsi, metabolisme, kebutuhan, sumber pangan zat gizi, dan menganalisis dampak kekurangan/kelebihan zat gizi vitamin	Vitamin	Ceramah, tanya jawab, diskusi <i>Self Directed Learning (SDL)</i> <i>Discovery Learning (DL)</i>	Tugas mandiri	7	1, 2, 3, 4	Prastiwi
6	Mampu menelaah fungsi, metabolisme, kebutuhan, sumber pangan zat gizi, dan menganalisis dampak kekurangan/kelebihan zat gizi	Mineral	Ceramah, tanya jawab, diskusi <i>Self Directed Learning (SDL)</i> <i>Discovery Learning (DL)</i>	Tugas mandiri	7	1, 2, 3, 4	Prastiwi

(1) Pertemuan ke -	(2) KEMAMPUAN AKHIR YANG DIHARAPKAN (LO)	(3) MATERI PEMBELAJARAN	(4) METODE PEMBELAJARAN	(5) AKTIVITAS PEMBELAJARAN	(6) BOBOT (%)	(7) LITERATUR	(8) DOSEN
7	Mampu menelaah konsep keseimbangan, komponen penentu dan menerapkan cara perhitungan kebutuhan energi	Keseimbangan energi	Ceramah, tanya jawab, diskusi <i>Self Directed Learning (SDL)</i> <i>Discovery Learning (DL)</i>	Tugas mandiri	7	1, 2, 3, 4	Prastiwi
SUMATIF I (6 MEI – 18 MEI 2024)							
8	Mampu menjelaskan kebutuhan, komponen penyusun keseimbangan elektrolit, metabolisme dan menganalisis dampak kekurangan dan kelebihan elektrolit	Keseimbangan air dan elektrolit dalam tubuh	Ceramah, tanya jawab, diskusi <i>Self Directed Learning (SDL)</i> <i>Discovery Learning (DL)</i>	Tugas mandiri	7	1, 2, 3, 4	Uswatun
9	Mampu menjelaskan konsep, fungsi dan peranan AKG	Konsep, fungsi dan peranan AKG	Ceramah, tanya jawab, diskusi <i>Self Directed Learning (SDL)</i> <i>Discovery Learning (DL)</i>	Tugas mandiri	7	1, 2, 3, 4	Uswatun
10	Mampu menjelaskan perbedaan angka kecukupan dan kebutuhan gizi individu dan kelompok	Perbedaan angka kecukupan dan kebutuhan gizi individu dan kelompok	Ceramah, tanya jawab, diskusi <i>Self Directed Learning (SDL)</i> <i>Discovery Learning (DL)</i>	Tugas mandiri	7	1, 2, 3, 4	Uswatun
11	Mampu mempraktikkan perhitungan AKG	Perhitungan AKG	Ceramah, tanya jawab, diskusi <i>Self Directed Learning (SDL)</i> <i>Discovery Learning (DL)</i>	Tugas mandiri	7	1, 2, 3, 4	Uswatun
12	Mampu menjelaskan konsep gizi seimbang, manfaat pedoman gizi seimbang	Konsep gizi seimbang, manfaat pedoman gizi seimbang	Ceramah, tanya jawab, diskusi <i>Self Directed Learning (SDL)</i> <i>Discovery Learning (DL)</i>	Tugas mandiri	7	1, 2, 3, 4	Uswatun

(1) Pertemuan ke -	(2) KEMAMPUAN AKHIR YANG DIHARAPKAN (LO)	(3) MATERI PEMBELAJARAN	(4) METODE PEMBELAJARAN	(5) AKTIVITAS PEMBELAJARAN	(6) BOBOT (%)	(7) LITERATUR	(8) DOSEN
13	Mampu menjelaskan konsep, manfaat dan fungsi TKPI / DKBM	Konsep, manfaat dan fungsi TKPI/DKBM Bahan pangan dan pengelompokan bahan pangan	Ceramah, tanya jawab, diskusi <i>Self Directed Learning (SDL)</i> <i>Discovery Learning (DL)</i> <i>Small Group Discussion (SGD)</i>	Tugas mandiri	8	1, 2, 3, 4	Uswatun
14	Mampu menjelaskan efek pengolahan terhadap kandungan zat gizi makanan dalam TKPI/DKBM Mampu menggunakan TKPI /DKBM	Efek pengolahan terhadap kandungan zat gizi makanan dalam TKPI/DKBM Cara penggunaan TKPI/DKBM Menyusun dan mengevaluasi kebutuhan bahan pangan (menu)	Ceramah, tanya jawab, diskusi <i>Self Directed Learning (SDL)</i> <i>Discovery Learning (DL)</i> <i>Small Group Discussion (SGD)</i>	Tugas mandiri	8	1, 2, 3, 4	Uswatun
SUMATIF II (15 JULI – 27 JULI 2024)							

Mengetahui
Ketua Program Studi Kesehatan Masyarakat (S1)



Dewi Ariyani Wulandari, S.KM., M.PH

Mengetahui
Koordinator Mata Kuliah

Prastiwi Putri Basuki, S.K.M., M.Si