



FAKULTAS TEKNIK
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

SILABUS ILMU GIZI

No.SIL/TBB/BOG304/15

Revisi : -

November 2011

5 halaman

Mata Kuliah	: Ilmu Gizi
Kode Mata Kuliah	: BOG304 (2 sks teori)
Semester	: Gasal/Genap
Program Studi	: Teknik Boga D3 Pendidikan Teknik Boga
Dosen Pengampu	: Siti Hamidah, M.Pd Rizqie Auliana, M.Kes

I. DESKRIPSI MATAKULIAH

Mata kuliah ini terdiri dari teori yang membahas tentang pengetahuan di bidang ilmu gizi yang meliputi pengertian dan istilah, zat-zat gizi, pencernaan dan metabolisme, kecukupan dan kebutuhan gizi, perencanaan konsumsi dan penilaian status gizi, gizi daur hidup, penyakit gizi salah dan timbulnya masalah gizi, serta gizi masyarakat dan sosio budaya gizi.

II. KOMPETENSI YANG DIKEMBANGKAN

1. Menjelaskan konsep dasar ilmu gizi, pengertian dan istilah
2. Menjelaskan pemahaman tentang zat-zat gizi (karbohidrat, protein, lemak, vitamin, mineral, air)
3. Menjelaskan proses pencernaan makanan dan metabolisme
4. Menjelaskan dan mempraktekkan perhitungan kecukupan gizi dan kebutuhan gizi
5. Menjelaskan dan mempraktekkan perencanaan konsumsi berdasarkan prinsip penyusunan menu seimbang
6. Menjelaskan dan mempraktekkan penggunaan penilaian status gizi
7. Menjelaskan gizi daur hidup (gizi untuk bayi, balita, anak sekolah, dewasa, lansia, ibu hamil dan menyusui).
8. Menjelaskan penyakit gizi salah dan penyebab munculnya.
9. Menjelaskan gizi masyarakat dan sosio budaya gizi

III. INDIKATOR PENCAPAIAN KOMPETENSI

A. Aspek Kognitif dan Kecakapan Berpikir

Mahasiswa :


1. Mampu menjelaskan pentingnya mempelajari ilmu gizi
2. Mampu menjelaskan konsep dasar ilmu gizi, pengertian dan istilah
3. Mampu menjelaskan pemahaman tentang zat-zat gizi (karbohidrat, protein, lemak, vitamin, mineral, air)
4. Mampu menjelaskan proses pencernaan makanan dan metabolisme
5. Mampu menjelaskan kecukupan gizi dan kebutuhan gizi
6. Mampu menjelaskan perencanaan konsumsi berdasarkan prinsip penyusunan menu seimbang
7. Mampu menjelaskan penilaian status gizi
8. Mampu menjelaskan gizi daur hidup (gizi untuk bayi, balita, anak sekolah, dewasa, lansia, ibu hamil dan menyusui).
9. Mampu menjelaskan penyakit gizi salah dan penyebab munculnya.
10. Mampu menjelaskan gizi masyarakat dan sosio budaya gizi

B. Aspek Psikomotor

Mahasiswa :

1. Dapat mempraktekkan perhitungan kecukupan gizi dan kebutuhan gizi dengan benar.

Dibuat oleh : Tim Pengampu	Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh isi dokumen tanpa ijin tertulis dari Fakultas Teknik Universitas Negeri Yogyakarta	Diperiksa oleh : Dr. Sri Wening
-------------------------------	---	------------------------------------

	FAKULTAS TEKNIK UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA		
	SILABUS ILMU GIZI		
	No.SIL/TBB/BOG304/15	Revisi : -	November 2011

2. Dapat mempraktekkan perencanaan konsumsi berdasarkan prinsip penyusunan menu seimbang
3. Dapat mempraktekkan penggunaan penilaian status gizi

C. Aspek Affektif, Kecakapan Sosial dan Personal

1. Mahasiswa mengikuti perkuliahan dengan sopan, tertib dan disiplin.
2. Mahasiswa mengikuti perkuliahan dengan aktif.
3. Mahasiswa memiliki sikap positif terhadap mata kuliah ilmu gizi.

IV. SUMBER BACAAN

1. Lisdiana. 1998. **Waspada Terhadap Kelebihan dan Kekurangan Gizi**. PT Trubus Agriwidya. Ungaran.
2. Sajogyo, dkk. 1994. **Menuju Gizi Baik Yang Merata**. Gajah Mada University Press. Yogyakarta.
3. Francin Paath, dkk. 2004. **Gizi Dalam Kesehatan Reproduksi**. Penerbit Buku Kedokteran EGC. Jakarta.
4. Moch Agus Budiyanto. 2001. **Dasar-dasar Ilmu Gizi**. UMM Press. Malang.
5. Almtsier, Sunita. 2001. **Prinsip Dasar Ilmu Gizi**. PT Gramedia Pustaka Utama. Jakarta.
6. Nyoman Supriasa, dkk. 2002. **Penilaian Status Gizi**. Penerbit Buku Kedokteran EGC. Jakarta.
7. Mary E Beck. 1993. **Ilmu Gizi dan Diet**. Yayasan Essentia Medica. Jakarta.
8. A., Jaeni Sediaoetama. 1991. **Ilmu Gizi**. Dian Rakyat. Jakarta.
9. Rizqie Auliana. 1998. **Gizi dan Pengolahan Pangan**. Penerbit Adicita. Yogyakarta.
10. Endang Mulyatiningsih. Dkk. 1995. **Diktat Ilmu Gizi**. Jurusan PKK FPTK IKIP Yogyakarta.
11. James Akre. 1990. **Pemberian Makanan Untuk Bayi, dasar-dasar fisiologis**. Perinasia. Jakarta.
12. Sunita Alamtsier, dkk. 2006. **Penuntun Diet edisi baru**. Penerbit Gramedia. Jakarta.
13. KB Sherrington dan PM Gaman. 1992. **Ilmu Pangan, Pengantar Ilmu Pangan Nutrisi dan Mikrobiologi**. Gajah Mada University Press. Yogyakarta.
14. Dedeh Kurniasih, Hilman Hilmansyah, Marfuah Panji Astuti dan Saeful Imam. 2010. **Sehat & Buger Berkat Gizi Seimbang**. Nakita dan Yayasan Institut Danone. Penerbit PT Gramedia. Jakarta.
15. Ranch Market. 2006. **Hidup Sehat Gizi Seimbang dalam Siklus Kehidupan Manusia**. Penerbit PT Primamedia Pustaka. Jakarta.

V. PENILAIAN

Butir-butir penilaian terdiri dari:

A. Tugas Mandiri

Setiap mahasiswa diwajibkan mengerjakan perhitungan-perhitungan kebutuhan gizi, perencanaan konsumsi dan penilaian konsumsi, nilai tertinggi yang dapat diberikan adalah 100.

B. Tugas Kelompok

Setiap kelompok diwajibkan membuat artikel tentang masalah gizi di Indonesia minimal 10 halaman, nilai tertinggi adalah 100.

C. Partisipasi dan Kehadiran Kuliah/Praktikum

Mengikuti kuliah dalam bentuk kelas maupun situasi sosial yang diciptakan oleh dosen untuk membantu mahasiswa mencapai tujuan belajarnya. Kewajiban menghadiri perkuliahan adalah 75 % dari 16 kali tatap muka. Bagi yang kurang dari 75% tidak diperbolehkan mengikuti ujian akhir. Partisipasi kehadiran tidak dinilai tetapi menjadi syarat untuk ikut ujian.

Dibuat oleh :	Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh isi dokumen tanpa ijin tertulis dari Fakultas Teknik Universitas Negeri Yogyakarta	Diperiksa oleh :
Tim Pengampu		Dr. Sri Wening



FAKULTAS TEKNIK
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

SILABUS ILMU GIZI

No.SIL/TBB/BOG304/15

Revisi : -

November 2011

5 halaman

D. Ujian Mid Semester

Ujian mid semester dilaksanakan di pertengahan perkuliahan bertujuan untuk mengetahui pencapaian kompetensi sekaligus memantau perkembangan belajar mahasiswa. Ujian mid semester diberlakukan pada setengah pokok bahasan teori. Nilai maksimum 100.

E. Ujian Akhir Semester

Ujian akhir semester dilaksanakan di akhir perkuliahan untuk mengetahui tingkat pencapaian kompetensi mahasiswa. Ujian akhir diberlakukan pada setengah pokok bahasan berikutnya yang belum ikut pada ujian mid semester. Nilai tertinggi 100.

TABEL PENILAIAN

No.	Jenis Penilaian	Skor Maksimum
1	Tugas Mandiri	25%
2	Tugas Kelompok	25%
3	Ujian Mid semester	25%
4	Ujian Akhir semester	25%
Jumlah Maksimum		100%

TABEL PENGUASAAN KOMPETENSI

No	Nilai	Syarat
1.	A	Nilai minimal yang harus diperoleh 86
2.	A-	Nilai minimal yang harus diperoleh 80
3.	B+	Nilai minimal yang harus diperoleh 75
4.	B	Nilai minimal yang harus diperoleh 71
5.	B-	Nilai minimal yang harus diperoleh 66
6.	C+	Nilai minimal yang harus diperoleh 64
7.	C	Nilai minimal yang harus diperoleh 56
8	D	Nilai kurang dari 56

Dibuat oleh : Tim Pengampu	Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh isi dokumen tanpa ijin tertulis dari Fakultas Teknik Universitas Negeri Yogyakarta	Diperiksa oleh : Dr. Sri Wening
-------------------------------	---	------------------------------------



FAKULTAS TEKNIK
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

SILABUS ILMU GIZI

No.SIL/TBB/BOG304/15

Revisi : -

November 2011

5 halaman

SKEMA PERKULIAHAN

Minggu ke	Kompetensi dasar	Materi dasar	Strategi perkuliahan	Sumber/referensi
1 (1X100')	Memahami konsep dasar ilmu gizi	Pendahuluan a. Pengenalan silabi b. Konsep dasar ilmu gizi c. Pengertian d. Istilah-istilah dalam ilmu gizi	Ceramah, diskusi, tanya jawab	4,5,7
2,3 (2x100')	Memahami tentang zat-zat gizi yang terdiri dari Karbohidrat, protein, lemak, vitamin, mineral	a. Pengertian b. Susunan kimia c. Jenis, sumber dan fungsi d. Kebutuhan harian e. Akibat kekurangan dan kelebihan	Ceramah, diskusi, tanya jawab	4,5,7,8,9,10,12
4,5 (2x100')	Memahami tentang pencernaan dan metabolisme	a. Alat dan sistem pencernaan b. Penyerapan dan transportasi c. Metabolisme, transformasi dan interaksi	Ceramah, diskusi, tanya jawab	5,10,13
6,7 (2x100')	Memahami tentang perhitungan kecukupan dan kebutuhan gizi	a. Pengertian b. Faktor yang mempengaruhi c. Pengertian energi d. Angka kecukupan gizi yang dianjurkan di Indonesia berdasarkan WKNPG e. Menghitung kebutuhan gizi	Ceramah, diskusi, tanya jawab, latihan	4,6,9,10
8 (100')	Mid semester			
9,10 (2x100')	Memahami perhitungan perencanaan konsumsi	a. Pengertian dan prinsip b. Pengenalan DKBM c. Penyusunan menu seimbang berdasarkan kebutuhan gizi dan faktor yang mempengaruhinya	Ceramah, diskusi, tanya jawab, latihan	4,6,9,10,14,15

Dibuat oleh :
Tim Pengampu

Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh isi dokumen tanpa ijin tertulis dari Fakultas Teknik
Universitas Negeri Yogyakarta

Diperiksa oleh :
Dr. Sri Wening



FAKULTAS TEKNIK
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

SILABUS ILMU GIZI

No.SIL/TBB/BOG304/15

Revisi : -

November 2011

5 halaman

11,12 (2x100')	Memahami tentang penilaian konsumsi	a. Pengertian dan metode penilaian status gizi b. Antropometri gizi c. Survei konsumsi makanan	Ceramah, diskusi, tanya jawab, latihan	4,6,9,10
13,14 (2x100')	Memahami tentang gizi daur hidup	a. Gizi pada bayi, balita dan anak sekolah b. Gizi pada masa dewasa c. Gizi pada masa lansia d. Gizi pada ibu hamil dan menyusui	Ceramah, diskusi, tanya jawab	3,4,8,14,15
15 (100')	Memahami tentang penyakit gizi salah	a. Pengertian b. Konsep dasar timbulnya masalah gizi c. Gizi kurang dan gizi lebih d. Masalah Gizi di Indonesia	Ceramah, diskusi, tanya jawab, presentasi	1,2,3
16 (100')	Memahami gizi masyarakat dan sosio budaya gizi	a. Kebiasaan dan pola makan b. Sosio budaya makan	Ceramah, diskusi, tanya jawab	4,6,15

Dibuat oleh :
Tim Pengampu

Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh isi dokumen tanpa ijin tertulis dari Fakultas Teknik
Universitas Negeri Yogyakarta

Diperiksa oleh :
Dr. Sri Wening