

SILABUS

1. Identitas Mata Kuliah

Nama Mata Kuliah	: Ilmu Gizi
No Kode	: BG 131
Jumlah SKS/Semenster	: 2 /3
Kelompok Mata Kuliah	: Mata kuliah Keahlian Bidang Studi (MKK-BS)
Status Mata Kuliah	: Wajib
Program Studi/Program	: Pendidikan Tata Boga / S-1
Prasyarat	: Dasar Boga

2. Tujuan

Setelah selesai mengikuti perkuliahan ini mahasiswa diharapkan memiliki kemampuan penguasaan konsep dasar ilmu gizi, energi, zat gizi yang diperlukan tubuh manusia, status gizi, kecukupan dan kebutuhan zat gizi, pencernaan makanan dalam tubuh, penyerapan, metabolisme dan ekskresi zat gizi.

3. Deskripsi

Pada perkuliahan ini topik yang dibahas konsep dasar ilmu gizi, energi, zat gizi yang diperlukan tubuh manusia, status gizi, kecukupan dan kebutuhan zat gizi, pencernaan makanan dalam tubuh, penyerapan, metabolisme dan ekskresi zat gizi.

4. Pendekatan Pembelajaran

Ekspositori

- 1) Metoda : Ceramah, tanya jawab, diskusi.
- 2) Tugas : Pembuatan tugas terstruktur, Penyusunan makalah yang dipresentasikan
- 3) Media : Buku-buku, materi dalam OHP dan LCD.

5. Evaluasi :

- 1) Kehadiran, minimal 80%.
- 2) Tugas terstruktur
- 3) Makalah
- 4) Presentasi
- 5) UTS
- 6) UAS

6. Pokok Materi

a. Konsep Dasar Ilmu Gizi

- 1) Pengertian ilmu gizi
- 2) Ruang lingkup ilmu gizi
- 3) Perkembangan ilmu gizi

b. Zat gizi yang diperlukan oleh tubuh

- 1) Karbohidrat
- 2) Protein
- 3) Lemak

- 4) Vitamin
- 5) Mineral
- 6) Air
- 7) Serat
- c. Energi**
 - 1) Energi dan panas
 - 2) Energi Makanan
 - 3) Basal metabolisme
 - 4) Kebutuhan Energi
- e. Status Gizi**
 - 1) Pengertian Status Gizi
 - 2) Penilaian Status Gizi
- f. Kecukupan dan kebutuhan Gizi**
- g. Pengolahan Makanan oleh Tubuh**
 - 1) Alat-alat Pencernaan
 - 2) Pencernaan
 - 3) Penyerapan
- h. Metabolisme**
 - 1) Metabolisme Karbohidrat
 - 2) Metabolisme Protein
 - 3) Metabolisme Lemak.
 - 4) Interaksi metabolisme
- i. Ekskresi**
 - 1) Eksresi melalui paru-paru
 - 2) Eksresi melalui kulit
 - 3) Eksresi melalui ginjal
 - 4) Eksresi melalui usus

7. Rujukan

a. Buku Sumber Utama :

- Almatsier S. (2000). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta. PT Gramedia Pustaka Utama.;
- Achmad Djaeni. (2000). *Ilmu Gizi*. PT Dian Rakyat. Jakarta Timur.;
- Sediaoetama, A.D. (2004). *Ilmu Gizi Untuk Mahasiswa Profesi Jilid I*. Penerbit. Dian Rakyat. Jakarta.;

b. Referensi :

- Harris, R.S. dan Karmas, E. (1989). *Evaluasi Gizi Pada Pengolahan Bahan Pangan*, ITB Bandung.;
- Sizer, F.S., E.N. Whitney. (2000). *Nutrition Concept and Controversies*. Ed ke8. Pannsylvania : Wadsworth Thomson Learning.;
- Soekirman. (2000). *Ilmu Gizi dan Aplikasinya untuk Keluarga dan Masyarakat*. Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi. Departemen Pendidikan Nasional. Jakarta.;
- Supriasa, I.D.N., B. Bakri., Fajar. (2002). *Penilaian Status Gizi*. Jakarta : Penerbit Buku Kedokteran.
- Suharjo, Kusharto, C.M. (2002). *Prinsip-Prinsip Ilmu Gizi*. Kanisius : Yogyakarta.

