

## SILABUS MATA KULIAH

### 1. Identitas Mata Kuliah

Nama Mata Kuliah	: Gizi dan Diet
No Kode	: BG 454
Jumlah SKS	: 2
Semester	: 5
Kelompok Mata Kuliah	: Paket Manajemen Dietetika(**)
Program Studi / Program	: Pendidikan tata Boga / S-1
Status	: Paket Pilihan
Prasyarat	: Ilmu Gizi, Dietetika, Kesehatan dan Ilmu Penyakit, Penyuluhan Gizi

### 2. Tujuan

Setelah selesai mengikuti perkuliahan ini mahasiswa diharapkan memiliki kemampuan penguasaan konsep dasar gizi dan diet, faktor yang mempengaruhi keadaan gizi, penilaian mutu gizi dan konsumsi pangan, gizi pada masa hamil, menyusui, bayi, balita, usia sekolah, remaja dan lansia, metode penilaian status gizi, analisis komposisi tubuh, penilaian status gizi di rumah sakit.

### 3. Deskripsi

Pada perkuliahan ini topik yang dibahas konsep dasar gizi dan diet, faktor yang mempengaruhi keadaan gizi, penilaian mutu gizi dan konsumsi pangan, gizi pada masa hamil, menyusui, bayi, balita, usia sekolah, remaja dan lansia, metode penilaian status gizi, analisis komposisi tubuh, penilaian status gizi di rumah sakit.

### 4. Pendekatan Pembelajaran

Ekspositori

Metoda : Ceramah, tanya jawab, diskusi.

Tugas : Pembuatan tugas terstruktur  
Penyusunan makalah yang dipresentasikan

Media : Buku-buku, materi dalam OHP dan Power Point.

### 5. Evaluasi :

- Kehadiran.
- Tugas terstruktur
- Observasi
- Penyusunan makalah
- Presentasi
- UTS
- UAS

### 1. Pokok Materi

- Konsep gizi dan diet

- 1) pengertian umum
- 2) guna gizi dan diet
- 3) fungsi dan tujuan terpenuhinya gizi pada diet
- b. Faktor-faktor yang mempengaruhi keadaan gizi**
- c. Penilaian mutu gizi dan konsumsi pangan**
  - 1) Skor asam amino
  - 2) Penilaian secara teoritis
  - 3) Net protein Utilization (NPU) teoritis
- d. Gizi pada masa hamil dan menyusui**
  - 1) Pertumbuhan dan Perkembangan pada masa hamil dan menyusui
  - 2) KMS Wanita Hamil
  - 3) Konsumsi Pangan bagi wanita hamil dan menyusui
  - 4) Dampak Gizi bagi wanita hamil dan Menyusui
- e. Gizi pada masa bayi**
  - 1) Pertumbuhan dan Perkembangan pada masa bayi
  - 1) Pemberian ASI dan Makanan Tambahan
  - 2) Dampak Gizi pada Bayi
- f. Gizi pada masa balita**
  - 1) Pertumbuhan dan Perkembangan pada masa Balita
  - 2) KMS Anak Balita
  - 3) Dampak Gizi pada Anak Balita
- g. Gizi pada masa usia sekolah dan remaja**
  - 1) Pertumbuhan dan Perkembangan pada Anak Usia Sekolah dan Remaja
  - 2) Konsumsi Pangan bagi Anak Usia Sekolah dan remaja
- h. Gizi pada masa dewasa dan lansia**
- i. Metode penilaian status gizi**
  - 1) Penilaian status gizi secara langsung
  - 2) Penilaian status gizi secara tidak langsung
- j. Analisis komposisi tubuh**
- k. Penilaian status gizi di rumah sakit**

## 7. Daftar Buku

### Buku Sumber Utama :

Achmad Djaeni. (2000). *Ilmu Gizi*. PT Dian Rakyat. Jakarta Timur.;

Almatsier S. (2000). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta. PT Gramedia Pustaka Utama.;

Astawan, M. M Wahyuni. (1990). *Gizi dan Kesehatan Manula*. Jakarta : PT Mediyatama Sarana Perkasa.;

### Referensi :

Hardinsyah., Martianto D. (1992). *Gizi Terapan*. IPB. Bogor.;

Sediaoetama, A.D. (2004). *Ilmu Gizi Untuk Mahasiswa Profesi Jilid I*. Penerbit. Dian Rakyat. Jakarta.;

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.;

Suandi, I.K.G. (1987). *Diit Pada Anak Sakit*. Jakarta : Penerbit Buku Kedokteran.;

Wirakusumah, E.S. (2001). *Menu Sehat untuk Lanjut Usia*. Jakarta : Puspa Swara.