

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER

Program Studi	: Pendidikan Biologi
Mata Kuliah	: Gizi dan Kesehatan
Kode Mata Kuliah	: MKK-2325
Jumlah Kredit	: 3 SKS
Semester	: III
Mata kuliah Prasyarat	: -
Dosen Pengampu	: Tim Dosen Bidang Ilmu
Capaian Pembelajaran (CP)	: Mampu menganalisis kebutuhan gizi anak usia dini dengan mengimplementasikan pendidikan gizi di lembaga PAUD dan memahami karakteristik gizi dari sudut pandang kesehatan

Pertemuan ke	Kemampuan Akhir yang Direncanakan	Materi Pokok	Bentuk pembelajaran (Metode dan Pengalaman Belajar)	Penilaian			Referensi
				Indikator ¹⁾	Bentuk ²⁾	Bobot ³⁾	
1	2	3	4	5	6	7	8
1	Menjelaskan kontrak perkuliahan yang meliputi tujuan matakuliah, berbagai tugas dan sumbernya serta prinsip penilaiannya	<ul style="list-style-type: none">) Penjelasan kontrak kuliah dan sistem penilaian.) Penjelasan tentang tugas-tugas baik kelompok maupun individu, serta produk hasil belajar kesehatan dan gizi) Orientasi perkuliahan dan peraturan-peraturan akademik.) Tanya jawab	1. Beradaptasi dengan kontrak perkuliahan dan sistem penilaiannya. 2. Menemukan referensi-referensi yang tepat. 3. Menyelesain tugas-tugas, baik individu maupun kelompok. 4. Mengikuti semua pereturan-peraturan akademik.	-	-	Panduan Akademik FKIP Umuslim

2	Mampu menjelaskan makna pentingnya kesehatan dan gizi sebagai konsep dasar tumbuh kembang	<ul style="list-style-type: none">) Pengertian kesehatan dan gizi) Pentingnya kesehatan dan gizi) Tujuan dan Manfaat Pembelajaran gizi dan kesehatann 	<ul style="list-style-type: none">) Tanya jawab) Diskusi) presentasi 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Gizi, Kesehatan, dan Hubungannya 2. Ruang lingkup gizi dan kesehatan anak usia dini 3. Fungsi zat gizi bagi tubuh 	Non tes	5%	1,2,3,4
3	Mampu menjelaskan dan menganalisis pertumbuhan dan perkembangan anak	<ul style="list-style-type: none">) Pertumbuhan dan perkembangan anak) Akibat kurang gizi pada anak) Gizi yang dibutuhkan anak untuk tumbuh kembang 	<ul style="list-style-type: none">) Tanya jawab) Diskusi) Presentasi 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Pengertian pertumbuhan dan perkembangan anak 2. Gizi seimbang untuk pertumbuhan dan perkembangan 	Non tes	5%	1,2,3,4
4	Mampu menjelaskan hubungan kesehatan dan pendidikan masa usia anak	<ul style="list-style-type: none">) Upaya meningkatkan kualitas manusia indonesia melalui pendidikan dan kesehatan) Proses belajar mengajar menjadi health promoting school) Gizi dengan kecerdasan anak) Menciptakan kondisi hidup sehat bagi peserta didik. 	<ul style="list-style-type: none">) Tanya jawab) Diskusi) Presentasi 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Lingkungan sekolah yang mencerminkan hidup sehat 2. Pelayanan kesehatan anak secara optimal 3. Proses belajar mengajar yang baik 	Non tes	5%	1,2,3,4
5	QUIZ			Mampu menjawab soal dengan benar	Tes lisan	10%	
6	Mampu menjelaskan pengertian gizi berdasarkan zat makanan yang dibutuhkan tubuh	<ul style="list-style-type: none">) Penyusunan menu berdasarkan penggolongan umur anak) Pembagian bahan makanan) Memilih bahan makanan 	<ul style="list-style-type: none">) Ceramah) Presentasi) Diskusi 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Menu 4 sehat 5 sempurna 2. Bahan makanan yang mengandung kabohidrat, vitamin, protein dan mineral 3. Bahan makanan yang memenuhi syarat untuk kesehatan mengandung gizi untuk perkembangan IQ, fisik dan psikis 	Non tes	5%	1,2,3,4

7	Mampu memahami status gizi berdasarkan kebutuhan zat gizi yang dibutuhkan oleh anak	<ul style="list-style-type: none">) Kebutuhan makanan anak) Cara penggolongan Kebutuhan makanan anak) Menghitung IMT Anak) Menentukan kategori dan status gizi Anak 	<ul style="list-style-type: none">) Ceramah) Presentasi) Diskusi 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Menganalisis asupan zat gizi dankebutuhannya 2. Cara menghitung IMT anak 3. Kaitan status gizi dengan perhitungan IMT 	Non tes	5%	1,2,3,4
8	Menjelaskan kemungkinan gizi seimbang, tak seimbang dan gizi tak seimbanga (melebihi)	<ul style="list-style-type: none">) Gizi seimbang untuk anak) Macam makanan yang dibutuhkan oleh tubuh anak) Kategori gizi baik, gizi kurang dan gizi lebih) Keseimbangan gizi antara asupan (intake) dan kebutuhan (requirement) zat gizi oleh tubuh 	<ul style="list-style-type: none">) Ceramah) Presentasi) Diskusi 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Menyeimbangkan zat makanan yang sesuai dengan kebutuhan tubuh anak 2. Menu sehat 3. Memprediksi menu sehat dengan kategori 4 sehat 5 sempurna 	Non tes	20%	1,2,3,4
9	Mampu Memprediksikan masalah gizi di Indonesia	<ul style="list-style-type: none">) Kelebihan gizi (obesitas)) Kekurangan gizi) Pola asuh) Pola perawatan anak) Perilaku kesehatan) Keadaan ekonomi) Pengetahuan ibu 	<ul style="list-style-type: none">) Ceramah) Presentasi) Diskusi 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Gizi lebih (karbohidrat, protein, vitamin, vitamin dan mineral) 2. Asupan makanan bervariasi dengan kategori sehat 3. Pengetahuan ibu dalam mengatur pola makan sehat 	Non tes	5%	1,2,3,4
10	UTS			Mampu menjawab soal dengan benar	Tes lisan	20%	
11	Mampu menjelaskan efek kekurangan gizi dan gizi seimbang	<ul style="list-style-type: none">) Hal yang mempengaruhi kekurangan gizi <ul style="list-style-type: none"> - Pertumbuhan - Perkembangan - Kecerdasan - Pemeliharaan kesehatan - Aktivitas anak 	<ul style="list-style-type: none">) Ceramah) Presentasi) Diskusi 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Pertumbuhan dan perkembangan anak sangat dipengaruhi oleh asupan gizi yang baik 2. Cara pencegahan kekurangan gizi pada anak 	Non tes	5%	1,2,3,4

12	Mampu mempraktikkan perkiraan berat badan balita berdasarkan umur dan asupan gizi) Praktik penentuan dalam menghitung TB, BB berdasarkan grafik KMS) Ceramah) Presentasi) Diskusi	1. Praktik pengukuran BB, TB 2. Memprediksi asupan gizi berdasarkan BB dan TB	Non tes	5%	1,2,3,4
13	Mampu menyebutkan ciri-ciri anak sehat berdasarkan kesehatan dan gizinya) Analisis ciri anak sehat berdasarkan tumbuh kembang) Ceramah) Presentasi) Diskusi	1. Membandingkan ciri anak sehat dan anak tidak sehat di lingkungan sehari-hari 2. Pola makanan sehat untuk tumbuh kembang	Non tes		1,2,3,4
14	Mampu menjelaskan berbagai gejala gangguan kesehatan dan pencegahan penyakit pada anak) Gangguan asupan makanan) Gangguan psikis) Gangguan sosia) Gangguan khusus) Ceramah) Presentasi) Diskusi	1. Menjelaskan konsep terjadinya penyakit, 2. penyebab dan pencegahannya 3. Cara penularan penyakit 4. Jenis-jenis penyakit yang sering dialami anak	Non tes		1,2,3,4
15	Mampu memahami dan mengimplentasikan usaha kesehatan sekolah) Konsep UKS) Penyusunan program usaha) Pelayanan kesehatan sekolah) Ceramah) Presentasi) Diskusi	1. Pemeliharaan kesehatan Anak di sekolah 2. Praktik cara mencuci tangan, cara sikat gigi yang benar	Non tes		1,2,3,4
16	UAS			Mampu menjawab soal dengan benar	Tes Tertulis	20%	

Catatan : ¹⁾ Indikasi-indikasi yang menyatakan pencapaian pembelajaran tiap tahapan belajar yang dapat diukur dan diamati

²⁾ Bentuk penilaian sesuai indikator capaian pembelajaran tiap tahapan belajar dalam bentuk tes/non tes

³⁾ Bobot (dalam %) tiap jenis penilaian sesuai dengan kedalaman dan keluasan capaian pembelajaran pada setiap tahapan pembelajaran

Referensi

1. Direktorat Gizi Departemen Kesehatan. (1991). Daftar Komposisi Bahan Makan. Jakarta :Batara Karya Aksara.
2. Irianto, Djoko Pekik, (2006). Panduan Gizi Lengkap. Yogyakarta : Penerbit Andi
3. Muhilal, Darwin Karyadi. (1988). Kecukupan Gizi yang dianjurkan. Jakarta : Gramedia
4. Sunita Almatsier. (2001). Prinsip dasar Ilmu Gizi. Jakarta : Gramedia
5. Wijaya. (2005). P3K untuk Balita. Jakarta : Kawan Pustaka

