



**Universitas Negeri Surabaya**  
**Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan**  
**Program Studi S1 Gizi**

Kode Dokumen

## RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER

MATA KULIAH (MK)	KODE	Rumpun MK	BOBOT (sks)	SEMESTER	Tgl Penyusunan																																																																																																				
Dasar Ilmu Gizi	1321103105	Mata Kuliah Wajib Program Studi	T=3 P=0 ECTS=4.77	1	1 Agustus 2023																																																																																																				
OTORISASI	Pengembang RPS		Koordinator RMK		Koordinator Program Studi																																																																																																				
	Satwika Arya Pratama, S.Gz., M.Sc.		Cleonara Yanuar Dini, S.Gz., Dietisien, M.Sc.		Amalia Ruhana, S.P., M.P.H.																																																																																																				
Model Pembelajaran	Project Based Learning																																																																																																								
Capaian Pembelajaran (CP)	<b>CPL-PRODI yang dibebankan pada MK</b>																																																																																																								
	CPL-5	Menguasai teori dasar ilmu gizi, pangan, biomedik, patofisiologi, kesehatan masyarakat dan pengetahuan tentang pelayanan dan kewenangan ahli gizi dalam sistem kesehatan nasional dan sistem ketahanan pangan dan gizi nasional.																																																																																																							
	CPL-6	Menguasai konsep teoritis dietetik secara mendalam untuk dapat memformulasikan pemecahan masalah gizi perorangan, kelompok dan masyarakat melalui penilaian status gizi.																																																																																																							
	CPL-8	Mampu mengambil keputusan yang tepat dalam pengembangan produk pangan; serta memberikan alternatif pemecahan masalah gizi dan pangan dalam lingkup kerja																																																																																																							
	<b>Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)</b>																																																																																																								
	CPMK - 1	Mampu merumuskan masalah dalam pengelolaan makanan bergizi dengan menggunakan konsep, contoh, dan prosedur dalam ilmu Gizi Dasar																																																																																																							
	CPMK - 2	Mampu menguasai pengetahuan tentang konsep, contoh, dan prosedur ilmu Gizi Dasar untuk pengelolaan makanan bergizi																																																																																																							
	CPMK - 3	Mampu merancang pengelolaan makanan bergizi menggunakan pengetahuan ilmu Gizi Dasar																																																																																																							
	CPMK - 4	Mampu bertanggungjawab dalam merancang pengelolaan makanan bergizi yang memanfaatkan ilmu Gizi Dasar																																																																																																							
	<b>Matrik CPL - CPMK</b>																																																																																																								
			<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th>CPMK</th> <th>CPL-5</th> <th>CPL-6</th> <th>CPL-8</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>CPMK-1</td> <td style="text-align: center;">✓</td> <td></td> <td style="text-align: center;">✓</td> </tr> <tr> <td>CPMK-2</td> <td style="text-align: center;">✓</td> <td style="text-align: center;">✓</td> <td></td> </tr> <tr> <td>CPMK-3</td> <td></td> <td style="text-align: center;">✓</td> <td></td> </tr> <tr> <td>CPMK-4</td> <td style="text-align: center;">✓</td> <td></td> <td style="text-align: center;">✓</td> </tr> </tbody> </table>	CPMK	CPL-5	CPL-6	CPL-8	CPMK-1	✓		✓	CPMK-2	✓	✓		CPMK-3		✓		CPMK-4	✓		✓																																																																																		
	CPMK	CPL-5	CPL-6	CPL-8																																																																																																					
	CPMK-1	✓		✓																																																																																																					
	CPMK-2	✓	✓																																																																																																						
	CPMK-3		✓																																																																																																						
CPMK-4	✓		✓																																																																																																						
<b>Matrik CPMK pada Kemampuan akhir tiap tahapan belajar (Sub-CPMK)</b>																																																																																																									
		<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th rowspan="2">CPMK</th> <th colspan="16">Minggu Ke</th> </tr> <tr> <th>1</th><th>2</th><th>3</th><th>4</th><th>5</th><th>6</th><th>7</th><th>8</th><th>9</th><th>10</th><th>11</th><th>12</th><th>13</th><th>14</th><th>15</th><th>16</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>CPMK-1</td> <td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td style="text-align: center;">✓</td><td style="text-align: center;">✓</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td> </tr> <tr> <td>CPMK-2</td> <td style="text-align: center;">✓</td><td style="text-align: center;">✓</td><td style="text-align: center;">✓</td><td style="text-align: center;">✓</td><td></td><td style="text-align: center;">✓</td><td style="text-align: center;">✓</td><td style="text-align: center;">✓</td><td style="text-align: center;">✓</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td> </tr> <tr> <td>CPMK-3</td> <td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td style="text-align: center;">✓</td><td></td><td style="text-align: center;">✓</td><td style="text-align: center;">✓</td><td></td> </tr> <tr> <td>CPMK-4</td> <td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td style="text-align: center;">✓</td><td></td><td></td><td style="text-align: center;">✓</td> </tr> </tbody> </table>	CPMK	Minggu Ke																1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	CPMK-1										✓	✓						CPMK-2	✓	✓	✓	✓		✓	✓	✓	✓								CPMK-3												✓		✓	✓		CPMK-4													✓			✓		
CPMK	Minggu Ke																																																																																																								
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16																																																																																									
CPMK-1										✓	✓																																																																																														
CPMK-2	✓	✓	✓	✓		✓	✓	✓	✓																																																																																																
CPMK-3												✓		✓	✓																																																																																										
CPMK-4													✓			✓																																																																																									
Deskripsi Singkat MK	Mata kuliah ini membahas konsep pengantar ilmu gizi, energi, karbohidrat, lemak, protein, vitamin, mineral, cairan dan elektrolit, pencernaan, absorpsi dan metabolisme zat gizi, bahan makanan penunjang (BMP), daftar komposisi bahan makanan (DKBM) dan tabel komposisi pangan Indonesia (TKPI), menghitung kebutuhan energi harian, menghitung kebutuhan zat gizi harian, serta merancang menu untuk kebutuhan gizi harian. Kegiatan dalam mata kuliah ini dilakukan melalui pengalaman belajar, ceramah, diskusi, dan penugasan.																																																																																																								
Pustaka	<b>Utama :</b>																																																																																																								
	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Almatier S. 2002. Prinsip Dasar Ilmu Gizi. Jakarta: Gramedia</li> <li>2. Hardinsyah dan Supariasa, IDN. 2016 .Ilmu Gizi Teori dan Aplikasi. Jakarta: EGC</li> <li>3. Mahan LK &amp; Sylvia ES. 2011. Krause's Food &amp; the Nutrition Care Process 13th Edition. Philadelphia: W.B Saunders Company.</li> <li>4. Setyawati, VAV, dan Hartini, Eko. 2018. Buku Ajar Dasar Ilmu Gizi Kesehatan Masyarakat. Deepublish</li> <li>5. Sediaoetama, A.D., 2008. Ilmu gizi untuk mahasiswa dan profesi. Jakarta: Penerbit Dian Rakyat.</li> </ol>																																																																																																								
	<b>Pendukung :</b>																																																																																																								

		1. Sholihah, Lini Anisfatus, dkk. Soy Milk Induces Higher Postprandial Satiety Than Cow's Milk: A Cross-Over Experiment in Healthy Normal Female Adults. Food and Research. 2024.					
<b>Dosen Pengampu</b>		Choirul Anna Nur Afifah, S.Pd., M.Si. Cleonara Yanuar Dini, S.Gz., Dietisien, M.Sc. Lini Anisfatus Sholihah, S.Gz., M.Sc. Wildan Alfira Gusrianto, M.Gz. Satwika Arya Pratama, S.Gz., M.Sc. Yuni Nurwati, M.Gz. Dr. Salma Shafrina Aulia, S.Gz, M.Si.					
Mg Ke-	Kemampuan akhir tiap tahapan belajar (Sub-CPMK)	Penilaian		Bantuan Pembelajaran, Metode Pembelajaran, Penugasan Mahasiswa, [Estimasi Waktu]		Materi Pembelajaran [Pustaka]	Bobot Penilaian (%)
		Indikator	Kriteria & Bentuk	Luring (offline)	Daring (online)		
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)
1	1.Melakukan kontrak perkuliahan dan memahami RPS 2.Menjelaskan pengertian dan konsep ilmu gizi	Diskusi	<b>Kriteria:</b> Diskusi keaktifan  <b>Bentuk Penilaian :</b> Aktifitas Partisipasif	Kuliah,Tanya Jawab, Diskusi Menjelaskan pelaksanaan kontrak perkuliahan dan konsep ilmu gizi 2x50 menit		<b>Materi:</b> Prinsip Dasar Ilmu Gizi <b>Pustaka:</b> <i>Almatsier S. 2002. Prinsip Dasar Ilmu Gizi. Jakarta: Gramedia</i>  <b>Materi:</b> Ilmu Gizi Teori dan Aplikasi <b>Pustaka:</b> <i>Hardinsyah dan Supariasa, IDN. 2016 .Ilmu Gizi Teori dan Aplikasi. Jakarta: EGC</i>	0%
2	Memahami pengertian dan konsep energi dalam ilmu gizi	1.1. Menjelaskan pengertian energi 2.2. Menjelaskan konsep kebutuhan energi 3.3. Menjelaskan dan menghitung kebutuhan energi harian 4.4. Menjelaskan dampak kelebihan dan kekurangan energi	<b>Kriteria:</b> Dapat menjawab pertanyaan kuis dan soal UTS dengan tepat dan benar  <b>Bentuk Penilaian :</b> Aktifitas Partisipasif	Kuliah,Tanya Jawab, Diskusi Memahami pengertian dan konsep energi dalam ilmu gizi 2x50 menit		<b>Materi:</b> Prinsip Dasar Ilmu Gizi <b>Pustaka:</b> <i>Almatsier S. 2002. Prinsip Dasar Ilmu Gizi. Jakarta: Gramedia</i>  <b>Materi:</b> Energy Metabolism <b>Pustaka:</b> <i>Mahan LK &amp; Sylvia ES. 2011. Krause's Food &amp; the Nutrition Care Process 13th Edition. Philadelphia: W.B Saunders Company.</i>	5%

3	Memahami pengertian dan konsep karbohidrat dalam ilmu gizi	<p>1.1. Menjelaskan pengertian karbohidrat</p> <p>2.2. Menjelaskan jenis-jenis karbohidrat</p> <p>3.3. Menjelaskan contoh makanan sumber karbohidrat</p> <p>4.4. Menjelaskan dampak kelebihan dan kekurangan karbohidrat</p> <p>5.5. Menjelaskan pencernaan, absorpsi dan metabolisme karbohidrat</p>	<p><b>Kriteria:</b> Dapat menjawab pertanyaan kuis dan soal UTS dengan tepat dan benar</p> <p><b>Bentuk Penilaian :</b> Aktifitas Partisipasif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk</p>	Kuliah, Tanya Jawab, Diskusi Tugas-2 : Identifikasi makanan sumber karbohidrat 2x50 menit		<p><b>Materi:</b> Karbohidrat <b>Pustaka:</b> <i>Almatsier S. 2002. Prinsip Dasar Ilmu Gizi. Jakarta: Gramedia</i></p> <hr/> <p><b>Materi:</b> Karbohidrat <b>Pustaka:</b> <i>Hardinsyah dan Supriasa, IDN. 2016 .Ilmu Gizi Teori dan Aplikasi. Jakarta: EGC</i></p> <hr/> <p><b>Materi:</b> Karbohidrat <b>Pustaka:</b> <i>Mahan LK &amp; Sylvia ES. 2011. Krause's Food &amp; the Nutrition Care Process 13th Edition. Philadelphia: W.B Saunders Company.</i></p>	5%
4	Memahami pengertian dan konsep lemak dalam ilmu gizi	<p>1.1. Menjelaskan pengertian lemak</p> <p>2.2. Menjelaskan jenis-jenis lemak</p> <p>3.3. Menjelaskan contoh makanan sumber lemak</p> <p>4.4. Menjelaskan dampak kelebihan dan kekurangan lemak</p> <p>5.5. Menjelaskan pencernaan, absorpsi dan metabolisme lemak</p>	<p><b>Kriteria:</b> Dapat menjawab pertanyaan kuis dan soal UTS dengan tepat dan benar</p> <p><b>Bentuk Penilaian :</b> Aktifitas Partisipasif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk</p>	Kuliah, Tanya Jawab, Diskusi Memahami pengertian dan konsep lemak dalam ilmu gizi 2x50 menit		<p><b>Materi:</b> Lemak <b>Pustaka:</b> <i>Almatsier S. 2002. Prinsip Dasar Ilmu Gizi. Jakarta: Gramedia</i></p> <hr/> <p><b>Materi:</b> Lemak <b>Pustaka:</b> <i>Hardinsyah dan Supriasa, IDN. 2016 .Ilmu Gizi Teori dan Aplikasi. Jakarta: EGC</i></p> <hr/> <p><b>Materi:</b> Lemak <b>Pustaka:</b> <i>Mahan LK &amp; Sylvia ES. 2011. Krause's Food &amp; the Nutrition Care Process 13th Edition. Philadelphia: W.B Saunders Company.</i></p>	5%

5	Memahami pengertian dan konsep protein dalam ilmu gizi	<p>1.1. Menjelaskan pengertian protein</p> <p>2.2. Menjelaskan jenis-jenis protein</p> <p>3.3. Menjelaskan contoh makanan sumber protein</p> <p>4.4. Menjelaskan dampak kelebihan dan kekurangan protein</p>	<p><b>Kriteria:</b> Tes di akhir mata kuliah dalam bentuk tes tulis. Mahasiswa mendapat nilai maksimal bila dapat menjawab pertanyaan tes</p> <p><b>Bentuk Penilaian :</b> Aktifitas Partisipasif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk</p>	Kuliah,Tanya Jawab, Diskusi Tugas-4 : Identifikasi makanan sumber protein 2x50 menit		<p><b>Materi:</b> Protein <b>Pustaka:</b> <i>Almatsier S. 2002. Prinsip Dasar Ilmu Gizi. Jakarta: Gramedia</i></p> <hr/> <p><b>Materi:</b> Protein <b>Pustaka:</b> <i>Hardinsyah dan Supariasa, IDN. 2016 .Ilmu Gizi Teori dan Aplikasi. Jakarta: EGC</i></p> <hr/> <p><b>Materi:</b> Protein <b>Pustaka:</b> <i>Sediaoetama, A.D., 2008. Ilmu gizi untuk mahasiswa dan profesi. Jakarta: Penerbit Dian Rakyat.</i></p> <hr/> <p><b>Materi:</b> Protein nabati dan protein hewani <b>Pustaka:</b> <i>Sholihah, Lini Anisfatus. Evaluasi Potensi Kedelai (Glycine Max) terhadap Tingkat Satiety pada Wanita Dewasa Muda sebagai Upaya Pencegahan Obesitas. Food and Research. 2024.</i></p>	5%
6	Memahami pengertian dan konsep vitamin dalam ilmu gizi	<p>1.1. Menjelaskan pengertian vitamin</p> <p>2.2. Menjelaskan jenis-jenis vitamin</p> <p>3.3. Menjelaskan contoh makanan sumber vitamin</p> <p>4.4. Menjelaskan dampak kelebihan dan kekurangan vitamin</p>	<p><b>Kriteria:</b> Tes di akhir mata kuliah dalam bentuk tes tulis. Mahasiswa mendapat nilai maksimal bila dapat menjawab pertanyaan tes</p> <p><b>Bentuk Penilaian :</b> Aktifitas Partisipasif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk</p>	Kuliah,Tanya Jawab, Diskusi Tugas-5 : Identifikasi makanan sumber vitamin 2x50 menit		<p><b>Materi:</b> Vitamin <b>Pustaka:</b> <i>Almatsier S. 2002. Prinsip Dasar Ilmu Gizi. Jakarta: Gramedia</i></p> <hr/> <p><b>Materi:</b> Vitamin <b>Pustaka:</b> <i>Hardinsyah dan Supariasa, IDN. 2016 .Ilmu Gizi Teori dan Aplikasi. Jakarta: EGC</i></p>	5%

7	Memahami pengertian dan konsep mineral dalam ilmu gizi	<p>1.1. Menjelaskan pengertian mineral</p> <p>2.2. Menjelaskan jenis-jenis mineral</p> <p>3.3. Menjelaskan contoh makanan sumber mineral</p> <p>4.4. Menjelaskan dampak kelebihan dan kekurangan mineral</p>	<p><b>Kriteria:</b> Tes di akhir mata kuliah dalam bentuk tes tulis. Mahasiswa mendapat nilai maksimal bila dapat menjawab pertanyaan tes</p> <p><b>Bentuk Penilaian :</b> Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk</p>	Kuliah, Tanya Jawab, Diskusi Tugas-6 : Identifikasi makanan sumber mineral 2x50 menit		<p><b>Materi:</b> Mineral <b>Pustaka:</b> <i>Almatsier S. 2002. Prinsip Dasar Ilmu Gizi. Jakarta: Gramedia</i></p> <hr/> <p><b>Materi:</b> Mineral <b>Pustaka:</b> <i>Hardinsyah dan Supriasa, IDN. 2016 .Ilmu Gizi Teori dan Aplikasi. Jakarta: EGC</i></p>	5%
8	UJIAN TENGAH SEMESTER	Dapat menjawab pertanyaan kuis dan soal UTS dengan tepat dan benar	<p><b>Kriteria:</b> Tes tertulis dilaksanakan saat UTS berupa soal vignette dengan pilihan ganda (MCQ). Mahasiswa mendapat nilai maksimal (sesuai nilai poin per soal) bila menjawab dengan tepat</p> <p><b>Bentuk Penilaian :</b> Tes</p>	UJIAN TENGAH SEMESTER		<p><b>Materi:</b> Ilmu Gizi Dasar <b>Pustaka:</b> <i>Almatsier S. 2002. Prinsip Dasar Ilmu Gizi. Jakarta: Gramedia</i></p> <hr/> <p><b>Materi:</b> Ilmu Gizi Dasar <b>Pustaka:</b> <i>Hardinsyah dan Supriasa, IDN. 2016 .Ilmu Gizi Teori dan Aplikasi. Jakarta: EGC</i></p> <hr/> <p><b>Materi:</b> Basic Nutrition <b>Pustaka:</b> <i>Mahan LK &amp; Sylvia ES. 2011. Krause's Food &amp; the Nutrition Care Process 13th Edition. Philadelphia: W.B Saunders Company.</i></p>	10%

9	Memahami pengertian dan konsep cairan dan elektrolit dalam ilmu gizi	<p>1.1. Menjelaskan pengertian dan konsep cairan dan elektrolit</p> <p>2.2. Menjelaskan sumber cairan dan elektrolit</p> <p>3.3. Menghitung kebutuhan cairan harian</p> <p>4.4. Menjelaskan dampak kelebihan dan kekurangan cairan dan elektrolit</p>	<p><b>Kriteria:</b> Dapat menjawab pertanyaan kuis dan soal UTS dengan tepat dan benar</p> <p><b>Bentuk Penilaian :</b> Aktifitas Partisipasif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk</p>	Kuliah, Tanya Jawab, Diskusi Tugas-7 : menghitung kebutuhan cairan harian 2x50 menit		<p><b>Materi:</b> Cairan dan Elektrolit <b>Pustaka:</b> <i>Almatsier S. 2002. Prinsip Dasar Ilmu Gizi. Jakarta: Gramedia</i></p> <hr/> <p><b>Materi:</b> Cairan <b>Pustaka:</b> <i>Hardinsyah dan Supariasa, IDN. 2016 .Ilmu Gizi Teori dan Aplikasi. Jakarta: EGC</i></p> <hr/> <p><b>Materi:</b> Fluid &amp; Electrolyte <b>Pustaka:</b> <i>Mahan LK &amp; Sylvia ES. 2011. Krause's Food &amp; the Nutrition Care Process 13th Edition. Philadelphia: W.B Saunders Company.</i></p>	5%
10	Memahami konsep pencernaan, absorpsi dan metabolisme zat gizi secara umum	<p>1.1. Menjelaskan konsep pencernaan zat gizi</p> <p>2.2. Menjelaskan konsep absorpsi zat gizi</p> <p>3.3. Menjelaskan metabolisme zat gizi</p>	<p><b>Kriteria:</b> Dapat menjawab pertanyaan kuis dan soal UTS dengan tepat dan benar</p> <p><b>Bentuk Penilaian :</b> Aktifitas Partisipasif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk</p>	Kuliah, Tanya Jawab, Diskusi 2x50 menit		<p><b>Materi:</b> pencernaan, absorpsi dan metabolisme zat gizi <b>Pustaka:</b> <i>Almatsier S. 2002. Prinsip Dasar Ilmu Gizi. Jakarta: Gramedia</i></p> <hr/> <p><b>Materi:</b> Digestion, Absorption, and Metabolism of Nutrients <b>Pustaka:</b> <i>Mahan LK &amp; Sylvia ES. 2011. Krause's Food &amp; the Nutrition Care Process 13th Edition. Philadelphia: W.B Saunders Company.</i></p>	5%
11	Memahami konsep bahan makanan penakar (BMP), daftar komposisi bahan makanan (DKBM) dan tabel komposisi pangan Indonesia (TKPI)	<p>1.1. Menjelaskan konsep bahan makanan penakar (BMP)</p> <p>2.2. Menjelaskan konsep daftar komposisi bahan makanan (DKBM)</p> <p>3.3. Menjelaskan konsep tabel komposisi pangan Indonesia (TKPI)</p>	<p><b>Kriteria:</b> Dapat menjawab pertanyaan kuis dan soal UTS dengan tepat dan benar</p> <p><b>Bentuk Penilaian :</b> Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk</p>	Kuliah, Tanya Jawab, Diskusi 3x50 menit		<p><b>Materi:</b> BMP, DKBM, dan TKPI <b>Pustaka:</b> <i>Almatsier S. 2002. Prinsip Dasar Ilmu Gizi. Jakarta: Gramedia</i></p> <hr/> <p><b>Materi:</b> BMP, DKBM, dan TKPI <b>Pustaka:</b> <i>Hardinsyah dan Supariasa, IDN. 2016 .Ilmu Gizi Teori dan Aplikasi. Jakarta: EGC</i></p>	5%

12	Memahami dan menghitung kebutuhan energi harian	Memahami dan menghitung kebutuhan energi harian	<p><b>Kriteria:</b> Penugasan proyek menghitung kebutuhan energi harian</p> <p><b>Bentuk Penilaian :</b> Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk</p>	<p>Kerja Kelompok, Diskusi, Project Based Learning</p> <p>Fase-1 Orientasi mahasiswa dalam menghitung kebutuhan energi harian Aktivitas Dosen: menyampaikan topik kebutuhan energi harian dan mengajukan pertanyaan bagaimana cara menghitung kebutuhan energi harian Aktivitas Mahasiswa: mengajukan pertanyaan tentang proses penghitungan kebutuhan energi harian</p> <p>Fase-2 Perencanaan Menu Harian Aktivitas Dosen: Dosen memastikan setiap mahasiswa dalam kelompok memilih dan mengetahui prosedur pembuatan menu harian Aktivitas Mahasiswa : Mahasiswa berdiskusi menyusun rencana pembuatan menu harian dengan mulai menghitung kebutuhan energi harian</p> <p>Fase-3 Menyusun Jadwal Pembuatan Menu Harian Aktivitas Dosen: Kesepakatan jadwal perancangan dan pembuatan menu harian Aktivitas Mahasiswa : Mahasiswa menyusun jadwal penyelesaian proyek pembuatan menu harian 2x50 menit</p>		<p><b>Materi:</b> Kebutuhan Energi Harian <b>Pustaka:</b> <i>Hardinsyah dan Supriasa, IDN. 2016 .Ilmu Gizi Teori dan Aplikasi. Jakarta: EGC</i></p>	5%
13	Menghitung kebutuhan zat gizi harian	<p>1.1. Menghitung kebutuhan karbohidrat harian</p> <p>2.2. Menghitung kebutuhan lemak harian</p> <p>3.3. Menghitung kebutuhan protein harian</p>	<p><b>Kriteria:</b> Penugasan proyek individu menghitung kebutuhan karbohidrat, lemak dan protein harian</p> <p><b>Bentuk Penilaian :</b> Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk</p>	<p>Kerja Kelompok, Diskusi, Project Based Learning</p> <p>Fase-4 Memonitor Keaktifan dan Perkembangan Proyek Pembuatan Menu Harian Aktivitas Dosen: Dosen memantau proses penghitungan kebutuhan zat gizi makro harian (karbohidrat, lemak dan protein) Aktivitas Mahasiswa : Mahasiswa melakukan penghitungan kebutuhan zat gizi makro harian (karbohidrat, lemak dan protein) dan mendiskusikan masalah/hambatan dengan dosen 2x50 menit</p>		<p><b>Materi:</b> Menghitung kebutuhan zat gizi harian <b>Pustaka:</b> <i>Almatsier S. 2002. Prinsip Dasar Ilmu Gizi. Jakarta: Gramedia</i></p> <p><b>Materi:</b> Menghitung kebutuhan zat gizi harian <b>Pustaka:</b> <i>Hardinsyah dan Supriasa, IDN. 2016 .Ilmu Gizi Teori dan Aplikasi. Jakarta: EGC</i></p>	10%

14	Merancang menu untuk kebutuhan gizi harian	<p>1.1. Mengidentifikasi bahan makanan sumber karbohidrat</p> <p>2.2. Mengidentifikasi bahan makanan sumber protein</p> <p>3.3. Mengidentifikasi bahan makanan sumber lemak</p> <p>4.4. Mengidentifikasi bahan makanan sumber vitamin dan mineral</p>	<p><b>Kriteria:</b> Penugasan proyek individu merancang menu harian</p> <p><b>Bentuk Penilaian :</b> Aktifitas Partisipatif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk</p>	<p>Kerja Kelompok, Diskusi, Presentasi, Proyek Fase-4 Memonitor Keaktifan dan Perkembangan Proyek Pembuatan Menu Harian Aktivitas Dosen: Dosen memantau proses identifikasi/pemilihan bahan makanan sumber karbohidrat, protein, lemak, vitamin dan mineral Aktivitas Mahasiswa : Mahasiswa melakukan identifikasi/pemilihan bahan makanan sumber karbohidrat, protein, lemak, vitamin dan mineral dan mendiskusikan masalah/hambatan dengan dosen Fase-5 Menguji Hasil Perancangan Menu Harian Aktivitas Dosen: Dosen berdiskusi tentang hasil rancangan menu harian, memantau keterlibatan mahasiswa, mengukur ketercapaian standar. Aktivitas Mahasiswa : Mahasiswa membahas kelayakan hasil rancangan menu harian dengan presentasi tiap kelompok 2x50 menit</p>		<p><b>Materi:</b> Identifikasi Sumber Karbohidrat, Protein, dan Lemak</p> <p><b>Pustaka:</b> <i>Almatsier S. 2002. Prinsip Dasar Ilmu Gizi. Jakarta: Gramedia</i></p> <hr/> <p><b>Materi:</b> Identifikasi Sumber Karbohidrat, Protein, dan Lemak</p> <p><b>Pustaka:</b> <i>Hardinsyah dan Supariasa, IDN. 2016 .Ilmu Gizi Teori dan Aplikasi. Jakarta: EGC</i></p>	10%
15	Merancang menu untuk kebutuhan gizi harian	<p>1.1. Mengidentifikasi bahan makanan sumber karbohidrat</p> <p>2.2. Mengidentifikasi bahan makanan sumber protein</p> <p>3.3. Mengidentifikasi bahan makanan sumber lemak</p> <p>4.4. Mengidentifikasi bahan makanan sumber vitamin dan mineral</p>	<p><b>Kriteria:</b> Penugasan proyek merancang menu bergizi dalam sehari</p> <p><b>Bentuk Penilaian :</b> Aktifitas Partisipatif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk</p>	<p>Kerja Kelompok, Diskusi, Presentasi, Proyek</p> <p>Fase-5 Menguji Hasil Rancangan Menu Harian Aktivitas Dosen: Dosen berdiskusi tentang hasil menu harian setiap kelompok , memantau keterlibatan mahasiswa, mengukur ketercapaian standar. Aktivitas Mahasiswa : Mahasiswa membahas kelayakan hasil praktikum menu harian dengan presentasi dan penyajian menu tiap kelompok</p> <p>Fase-6 Evaluasi Pengalaman Belajar Hasil Praktikum Menu Harian Aktivitas Dosen: Dosen membimbing proses pemamparan proyek hasil praktikum menu harian, dosen bersama mahasiswa merefleksi/menyimpulkan Aktivitas Mahasiswa : Setiap kelompok memaparkan laporan, kelompok yang lain memberikan tanggapan, dan bersama dosen menyimpulkan hasil praktikum menu harian. 2x50 menit</p>		<p><b>Materi:</b> Identifikasi Sumber Karbohidrat, Protein, dan Lemak</p> <p><b>Pustaka:</b> <i>Almatsier S. 2002. Prinsip Dasar Ilmu Gizi. Jakarta: Gramedia</i></p> <hr/> <p><b>Materi:</b> Identifikasi Sumber Karbohidrat, Protein, dan Lemak</p> <p><b>Pustaka:</b> <i>Hardinsyah dan Supariasa, IDN. 2016 .Ilmu Gizi Teori dan Aplikasi. Jakarta: EGC</i></p>	10%



16	UJIAN AKHIR SEMESTER	Materi Dasar Ilmu Gizi Pertemuan 8-15	<b>Kriteria:</b> Tes tertulis dilaksanakan saat UAS berupa soal vignette dengan pilihan ganda (MCQ). Mahasiswa mendapat nilai maksimal (sesuai nilai poin per soal) bila menjawab dengan tepat  <b>Bentuk Penilaian :</b> Tes	Soal Ujian Akhir Semester 3x50		<b>Materi:</b> Basic Nutrition <b>Pustaka:</b> <i>Mahan LK &amp; Sylvia ES. 2011. Krause's Food &amp; the Nutrition Care Process 13th Edition. Philadelphia: W.B Saunders Company.</i>  <b>Materi:</b> Ilmu Gizi Dasar <b>Pustaka:</b> <i>Sediaoetama, A.D., 2008. Ilmu gizi untuk mahasiswa dan profesi. Jakarta: Penerbit Dian Rakyat.</i>	10%
----	----------------------	---------------------------------------	---	-----------------------------------	--	--	-----

#### Rekap Persentase Evaluasi : Project Based Learning

No	Evaluasi	Persentase
1.	Aktifitas Partisipatif	30%
2.	Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk	50%
3.	Tes	20%
		100%

#### Catatan

- Capaian Pembelajaran Lulusan Prodi (CPL - Prodi)** adalah kemampuan yang dimiliki oleh setiap lulusan prodi yang merupakan internalisasi dari sikap, penguasaan pengetahuan dan ketrampilan sesuai dengan jenjang prodinya yang diperoleh melalui proses pembelajaran.
- CPL yang dibebankan pada mata kuliah** adalah beberapa capaian pembelajaran lulusan program studi (CPL-Prodi) yang digunakan untuk pembentukan/pengembangan sebuah mata kuliah yang terdiri dari aspek sikap, ketrampilan umum, ketrampilan khusus dan pengetahuan.
- CP Mata kuliah (CPMK)** adalah kemampuan yang dijabarkan secara spesifik dari CPL yang dibebankan pada mata kuliah, dan bersifat spesifik terhadap bahan kajian atau materi pembelajaran mata kuliah tersebut.
- Sub-CPMK Mata kuliah (Sub-CPMK)** adalah kemampuan yang dijabarkan secara spesifik dari CPMK yang dapat diukur atau diamati dan merupakan kemampuan akhir yang direncanakan pada tiap tahap pembelajaran, dan bersifat spesifik terhadap materi pembelajaran mata kuliah tersebut.
- Indikator penilaian** kemampuan dalam proses maupun hasil belajar mahasiswa adalah pernyataan spesifik dan terukur yang mengidentifikasi kemampuan atau kinerja hasil belajar mahasiswa yang disertai bukti-bukti.
- Kreteria Penilaian** adalah patokan yang digunakan sebagai ukuran atau tolok ukur ketercapaian pembelajaran dalam penilaian berdasarkan indikator-indikator yang telah ditetapkan. Kreteria penilaian merupakan pedoman bagi penilai agar penilaian konsisten dan tidak bias. Kreteria dapat berupa kuantitatif ataupun kualitatif.
- Bentuk penilaian:** tes dan non-tes.
- Bentuk pembelajaran:** Kuliah, Responsi, Tutorial, Seminar atau yang setara, Praktikum, Praktik Studio, Praktik Bengkel, Praktik Lapangan, Penelitian, Pengabdian Kepada Masyarakat dan/atau bentuk pembelajaran lain yang setara.
- Metode Pembelajaran:** Small Group Discussion, Role-Play & Simulation, Discovery Learning, Self-Directed Learning, Cooperative Learning, Collaborative Learning, Contextual Learning, Project Based Learning, dan metode lainnya yg setara.
- Materi Pembelajaran** adalah rincian atau uraian dari bahan kajian yg dapat disajikan dalam bentuk beberapa pokok dan sub-pokok bahasan.
- Bobot penilaian** adalah prosentasi penilaian terhadap setiap pencapaian sub-CPMK yang besarnya proposional dengan tingkat kesulitan pencapaian sub-CPMK tsb., dan totalnya 100%.
- TM=Tatap Muka, PT=Penugasan terstruktur, BM=Belajar mandiri.

RPS ini telah divalidasi pada tanggal 19 November 2024

Koordinator Program Studi S1 Gizi



Amalia Ruhana, S.P., M.P.H.  
NIDN 0023128203

UPM Program Studi S1 Gizi



Desty Muzarofatus Sholikhah,  
S.K.M., M.Kes.  
NIDN 0724129001

**VALID**