



**KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI DAN PENDIDIKAN TINGGI**  
**UNIVERSITAS TADULAKO**  
**FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT**  
**PROGRAM STUDI GIZI**  
**Jl. Seokarno Hatta Km. 9. Kota Palu. Sulawesi Tengah**  
<http://gizi.fkm.untad.ac.id> email: [giziuntad@gmail.com](mailto:giziuntad@gmail.com)

**RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)**

Mata Kuliah (MK)	:	Gizi Daur Hidup 1	Semester	:	3	SKS	:	2	Kode MK	:	P02181016
Dosen Pengampu/Penanggungjawab	:	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Nikmah Utami Dewi, S.KM., M.Sc</li> <li>2. Yusma Indah Jayadi, S.Gz., M.Kes</li> <li>3. Diah Ayu Hartini, S.KM., M.Kes</li> <li>4. Ummu Aiman, S.KM., M.Kes</li> </ol>									
Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)	:	<p><b>A. Sikap</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius;</li> <li>2. Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral, dan etika;</li> <li>3. Berkontribusi dalam peningkatan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, bernegara, dan kemajuan peradaban berdasarkan Pancasila;</li> <li>4. Berperan sebagai warga negara yang bangga dan cinta tanah air, memiliki rasa tanggung jawab pada negara dan bangsa;</li> <li>5. Menghargai keanekaragaman budaya, pandangan, agama, dan kepercayaan, serta pendapat atau temuan orisinal orang lain;</li> <li>6. Bekerja sama dan memiliki kepekaan sosial serta kepedulian terhadap masyarakat dan lingkungan;</li> <li>7. Taat hukum dan disiplin dalam kehidupan bermasyarakat dan bernegara;</li> <li>8. Menginternalisasi nilai, norma, dan etika akademik;</li> <li>9. Menunjukkan sikap bertanggung jawab atas pekerjaan di bidang keahliannya secara mandiri;</li> <li>10. Menginternalisasi semangat kemandirian, kejuangan, dan kewirausahaan</li> </ol> <p><b>B. Pengetahuan</b></p> <p>Menguasai teori dasar ilmu gizi, pangan, biomedik, patofisiologi, humaniora, penelitian, kesehatan masyarakat dan pengetahuan tentang pelayanan dan kewenangan ahli gizi dalam sistem kesehatan nasional dan sistem ketahanan pangan dan gizi nasional untuk dapat memformulasikan pemecahan masalah gizi perorangan, kelompok dan masyarakat.</p>									

	<p><b>C. Keterampilan Umum</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ilmu pengetahuan dan teknologi yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora yang sesuai dengan bidang keahliannya;</li> <li>2. Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu, dan terukur;</li> <li>3. Mampu mengkaji implikasi pengembangan atau implementasi ilmu pengetahuan teknologi yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora sesuai dengan keahliannya berdasarkan kaidah, tata cara dan etika ilmiah dalam rangka menghasilkan solusi, gagasan, desain atau kritik seni, menyusun deskripsi saintifik hasil kajiannya dalam bentuk skripsi atau laporan tugas akhir, dan mengunggahnya dalam laman perguruan tinggi</li> <li>4. Mampu menyusun deskripsi saintifik hasil kajiannya dalam bentuk skripsi atau laporan tugas akhir, dan mengunggahnya dalam laman perguruan tinggi;</li> <li>5. Mampu mengambil keputusan secara tepat dalam konteks penyelesaian masalah di bidang keahliannya, berdasarkan hasil analisis informasi dan data;</li> <li>6. Mampu bertanggungjawab atas pencapaian hasil kerja kelompok dan melakukan supervisi dan evaluasi terhadap penyelesaian pekerjaan yang ditugaskan kepada pekerja yang berada di bawah tanggungjawabnya;</li> <li>7. Mampu melakukan proses evaluasi diri terhadap kelompok kerja yang berada dibawah tanggung jawabnya, dan mampu mengelola pembelajaran secara mandiri;</li> <li>8. Mampu mendokumentasikan, menyimpan, mengamankan, dan menemukan kembali data untuk menjamin kesahihan dan mencegah plagiasi.</li> </ol> <p><b>D. Keterampilan Khusus</b></p> <p>Mampu mengambil keputusan yang tepat dalam pengelolaan pelayanan gizi dengan menggunakan metode antropometri dan konsumsi makanan yang sudah baku serta mampu menginterpretasikan hasil pemeriksaan biokimia dan klinis</p>
Capaian Pembelajaran MK (CPMK)	: Mahasiswa mampu menerapkan teori, konsep dan prinsip gizi, mampu menganalisis kasus, mampu membuat menu serta melaporkan hasil dengan tepat untuk pra-konsepsi ibu hamil, ibu menyusui, serta bayi.
Deskripsi MK	: Seseorang membutuhkan makanan atau gizi yang sesuai dengan ciri-ciri tumbuh kembang pada setiap siklus kehidupan. Kedalaman dan keluasan bahasan meliputi angka kecukupan gizi (AKG) yang dianjurkan, faktor yang berpengaruh pada daur hidup 1, pengaruh gizi, perilaku makan, dampak gizi, dan pencegahan malgizi terhadap pra-konsepsi, kehamilan, masa laktasi serta bayi.

Minggu ke	Kemampuan yang diharapkan	Bahan Kajian	Metode Pembelajaran	Waktu	Evaluasi/ Penilaian	Kriteria/ Indikator	Bobot (%)
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)
I	Mahasiswa mampu menganalisis Angka Kecukupan Gizi (AKG) yang dianjurkan.	<ol style="list-style-type: none"> <li>Kontrak kuliah</li> <li>Pengertian AKG.</li> <li>Keterbatasan dan keuntungan penggunaan AKG.</li> <li>Menerjemahkan AKG ke dalam anjuran menu sehari berbagai golongan manusia.</li> <li>Perhitungan tingkat konsumsi energi berdasarkan AKG.</li> </ol>	Ceramah dan diskusi	100 menit	Kriteria Penilaian: Kehadiran dan tugas individu	Kesesuaian jawaban yang diberikan pada diskusi	5
II	Mahasiswa mampu mengidentifikasi faktor – faktor yang berpengaruh terhadap kesehatan dalam daur kehidupan.	<ol style="list-style-type: none"> <li>Pengertian daur kehidupan.</li> <li>Karakteristik tumbuh kembang (definisi, faktor-faktor yang mempengaruhi).</li> <li>Periode kritis tumbuh kembang.</li> <li>Tahap-tahap tumbuh kembang.</li> <li>Implikasi gizi dan kesehatan pada tumbuh kembang.</li> </ol>	Ceramah, diskusi dan presentasi	100 menit	Kriteria Penilaian: Kehadiran dan keaktifan	Kelengkapan dan kebenaran penjelasan, serta keterampilan dan kelancaran komunikasi	5
III – IV	Mahasiswa mampu menganalisis aspek gizi pra-konsepsi	<ol style="list-style-type: none"> <li>Faktor yang mempengaruhi status gizi ibu pra-konsepsi</li> <li>Kebutuhan, kecukupan dan fungsi gizi bagi ibu – konsepsi</li> <li>Penentuan status gizi ibu pra-konsepsi</li> <li>Dampak gizi pra- konsepsi terhadap kehamilan dan kualitas bayi yang dilahirkan</li> <li>Program gizi ibu pra-konsepsi</li> </ol>	Ceramah, diskusi dan presentasi	200 menit	Kriteria Penilaian: Kehadiran dan keaktifan	Kelengkapan dan kebenaran penjelasan, serta keterampilan dan kelancaran komunikasi	10
V – VI	Mahasiswa mampu	<ol style="list-style-type: none"> <li>Pertumbuhan dan</li> </ol>	Ceramah, diskusi	200	Kriteria	Kelengkapan	10

Minggu ke	Kemampuan yang diharapkan	Bahan Kajian	Metode Pembelajaran	Waktu	Evaluasi/ Penilaian	Kriteria/ Indikator	Bobot (%)
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)
	menganalisis aspek gizi bagi janin dan ibu hamil.	<p>perkembangan janin</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Perubahan fisiologis dan hormonal selama kehamilan</li> <li>Kebutuhan, kecukupan dan fungsi gizi bagi ibu hamil</li> <li>Penentuan Status gizi ibu hamil</li> <li>Komplikasi kehamilan implikasi gizi ibu hamil</li> <li>Dampak gizi terhadap kehamilan dan kualitas bayi yang dilahirkan</li> <li>Dampak dari kesalahan mengonsumsi makanan dan aktivitas fisik yang beresiko, serta perilaku merokok bagi ibu hamil dan janin</li> <li>Program dan penatalaksanaan gizi untuk ibu hamil</li> </ol>	dan presentasi	menit	Penilaian: Kehadiran dan keaktifan	dan kebenaran penjelasan, serta keterampilan dan kelancaran komunikasi	
VII	Mahasiswa mampu menganalisis hasil penelitian terbaru aspek gizi dalam daur kehidupan pra-konsepsi, ibu hamil dan janin	<ol style="list-style-type: none"> <li>Hasil penelitian terkini terkait gizi pra-konsepsi</li> <li>Hasil penelitian terkini terkait gizi ibu hamil dan janin</li> </ol>	Diskusi dan presentasi	100 menit	Kriteria Penilaian: Kehadiran dan keaktifan	Kelengkapan dan kebenaran penjelasan, serta keterampilan dan kelancaran komunikasi	5
VIII	Ujian Tengah Semester						15
IX – X	Mahasiswa mampu menganalisis aspek gizi bagi ibu menyusui	<ol style="list-style-type: none"> <li>Gizi untuk ibu menyusui.</li> <li>Produksi ASI dan faktor yang mempengaruhi produksi ASI.</li> <li>Manajemen laktasi.</li> <li>Pengaruh status gizi ibu</li> </ol>	Ceramah, diskusi dan presentasi	200 menit	Kriteria Penilaian: Kehadiran dan keaktifan	Kelengkapan dan kebenaran penjelasan, serta keterampilan dan kelancaran	10

Minggu ke	Kemampuan yang diharapkan	Bahan Kajian	Metode Pembelajaran	Waktu	Evaluasi/ Penilaian	Kriteria/ Indikator	Bobot (%)
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)
		<p>terhadap proses menyusui.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>5. Kebutuhan energi dan zat gizi ibu menyusui.</li> <li>6. Pemberian ASI untuk ibu bekerja</li> <li>7. Hambatan menyusui</li> <li>8. Program dan penatalaksanaan gizi untuk ibu hamil</li> </ol>				komunikasi	
XI – XII	Mahasiswa mampu menganalisis aspek gizi bagi bayi.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pengertian bayi dan baduta.</li> <li>2. Kebutuhan energi dan zat gizi bayi.</li> <li>3. Prinsip pemberian makanan untuk bayi dan baduta.</li> <li>4. Air susu ibu (ASI): kandungan gizi, keuntungan dan pengertian ASI eksklusif.</li> <li>5. Pengganti ASI.</li> <li>6. MPASI</li> <li>7. Merancang menu sehat untuk bayi</li> <li>8. Program dan penatalaksanaan gizi untuk bayi</li> </ol>	Ceramah, diskusi dan presentasi	200 menit	Kriteria Penilaian: Kehadiran dan keaktifan	Kelengkapan dan kebenaran penjelasan, serta keterampilan dan kelancaran komunikasi	10
XIII – XIV	Mahasiswa mampu menganalisis hasil penelitian terbaru aspek gizi dalam daur kehidupan ibu menyusui dan bayi	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Hasil penelitian terkini terkait gizi ibu menyusui</li> <li>2. Hasil penelitian terkini terkait gizi bayi</li> </ol>	Diskusi dan presentasi	200 menit	Kriteria Penilaian: Kehadiran dan keaktifan	Kelengkapan dan kebenaran penjelasan serta keterampilan dan kelancaran komunikasi	10
XV	Ujian Akhir Semester						20

**Daftar Referensi:**

1. Shills, ME, Olson, JA, Shike, M. 2005. *Modern Nutrition and health and disease* 8<sup>th</sup> edition.
2. Sediaoetama AD, *Ilmu Gizi*. 1996:31-103
3. Jalal, Muhilal & Hardinsyah. 2004. Angka Kecukupan yang Dianjurkan. Widya Karya Nasional Pangan dan Gizi. Jakarta.
4. Akre J. 1994. Pemberian Makanan untuk Bayi (Terjemahan S.D. Boedihardjo). Perinasia, Jakarta.
5. Samsudin & A. Tjokronegoro (Editor). 1986. Gizi Ibu dan Bayi: Peningkatan Mutu. FK-UI, Jakarta.
6. J.Gibney, Michael.et.al, 2009. Public Health Nutrition. Oxford: Blackwell Publishing Ltd. Translet by CV EGC Medical Publisher.
7. Herbold, Nancy and Edelstein, Sari. 2007. Rapid reference for nurses:Nutrition. Boston: Jones and Barlett Publishers, Inc.
8. Courtney Moore, Mary. 1993. Pocket Guide Nutrition and Diet Therapy. Mosby Year Book,Inc.
9. Williams and Worthington, 1988. Nutrition Throughout The Life Cycle. St Louis, Toronto: Mosby College Publishingh.
10. Width, Mary and Reinhard, Tonia. 2009. The Clinical Dietetian's Essential Poc
11. Arisman, 2004. *Buku Ajar Gizi Daur Kehidupan*
12. Brown JE et. al., 2005. *Nutrition through the life cycle. Second edition*. International student edition.
13. Ebrahim. 1986. Air Susu Ibu (Terjemahan Suharyono). Yayasan Essentia Medika. Yogyakarta.
14. Ditjen Binkesmas, Departemen Kesehatan RI. 1995. Tiga Belas Pesan Dasar Gizi Seimbang. Depkes RI. Jakarta.
15. Hardinsyah, D. Briawan. 1990. Penilaian dan Perencanaan Konsumsi Pangan. Diktat yang tidak dipublikasikan. Jurusan GMSK Faperta IPB. Bogor.
16. Departemen Kesehatan RI. 2000. Rencana Aksi Pangan dan Gizi Nasional 2001-2005. Pemerintah RI bekerjasama dengan WHO. Jakarta.
17. Aritonang, I. 1996. Pemantauan pertumbuhan Balita. Petunjuk Praktis Menilai Status Gizi dan Kesehatan. Kanisius. Yogyakarta.
18. Karyadi D. 1974. Hubungan Ketahanan Fisik dengan Keadaan Gizi dan Anemi Gizi Besi. Disertasi Doktor UI. Jakarta
19. Suhardjo. 1986. Pengaruh Intervensi Besi terhadap Produktivitas Kerja Pemetik Teh. Disertasi Fakultas Pasca Sarjana IPB. Bogor
20. Villavieja GM, CVC Barba, OC Valdecanas OC & AH Santos. 1987. Fundamentals in Appllied and Public Health Nutrition. The Nutritionist-Dietitians Association of The Philippines. Manila.
21. Rickert VI (Ed). 1996. Adolescent Nutrition, Assessment and Management. Chapman and Hall. NewYork.

**Tugas Mahasiswa**

Minggu ke	Bahan Kajian/Matari Pembelajaran	Tugas		Waktu	Penilaian	Indikator	Bobot
1	1. Kontrak kuliah 2. Pengertian AKG. 3. Keterbatasan dan keuntungan penggunaan AKG.	Mandiri	<i>Book review</i> dan latihan soal	60 menit	Partisipasi kelas dan <i>take home</i>	Non-tes	2
	4. Menerjemahkan AKG ke	Terstruktur	Analisis jurnal	50			

Minggu ke	Bahan Kajian/Matari Pembelajaran	Tugas		Waktu	Penilaian	Indikator	Bobot
	dalam anjuran menu sehari berbagai golongan manusia. 5. Perhitungan tingkat konsumsi energi berdasarkan AKG.			menit			
2	1. Pengertian daur kehidupan. 2. Karakteristik tumbuh kembang (definisi, faktor-faktor yang mempengaruhi). 3. Periode kritis tumbuh kembang. 4. Tahap-tahap tumbuh kembang. 5. Implikasi gizi dan kesehatan pada tumbuh kembang.	Mandiri	<i>Book review</i> dan menulis makalah	60 menit	Partisipasi kelas dan <i>take home</i>	Non-tes	2
		Terstruktur	Analisis jurnal	50 menit			
3 – 4	1. Faktor yang mempengaruhi status gizi ibu pra-konsepsi 2. Kebutuhan, kecukupan dan fungsi gizi bagi ibu –konsepsi 3. Penentuan status gizi ibu pra-konsepsi 4. Dampak gizi pra- konsepsi terhadap kehamilan dan kualitas bayi yang dilahirkan 5. Program gizi ibu pra- konsepsi	Mandiri	<i>Book review</i> dan menulis makalah	60 menit	Partisipasi kelas dan <i>take home</i>	Non-tes	2
		Terstruktur	Analisis jurnal	50 menit			
5 – 6	1. Pertumbuhan dan perkembangan janin 2. Perubahan fisiologis dan hormonal selama kehamilan 3. Kebutuhan, kecukupan dan fungsi gizi bagi ibu hamil 4. Penentuan Status gizi ibu hamil 5. Komplikasi kehamilan implikasi gizi ibu hamil	Mandiri	<i>Book review</i> dan menulis makalah	60 menit	Partisipasi kelas dan <i>take home</i>	Non-tes	2
		Terstruktur	Analisis jurnal	50 menit			

Minggu ke	Bahan Kajian/Matari Pembelajaran	Tugas		Waktu	Penilaian	Indikator	Bobot
	6. Dampak gizi terhadap kehamilan dan kualitas bayi yang dilahirkan 7. Dampak dari kesalahan mengonsumsi makanan dan aktivitas fisik yang beresiko, serta perilaku merokok bagi ibu hamil dan janin 8. Program dan penatalaksanaan gizi untuk ibu hamil						
7	1. Hasil penelitian terkini terkait gizi pra-konsepsi 2. Hasil penelitian terkini terkait gizi ibu hamil dan janin	Mandiri	<i>Book review</i> dan menulis makalah	60 menit	Partisipasi kelas dan <i>take home</i>	Non-tes	2
		Terstruktur	Analisis jurnal	50 menit			
8	UTS						
9 – 10	1. Gizi untuk ibu menyusui. 2. Produksi ASI dan faktor yang mempengaruhi produksi ASI. 3. Manajemen laktasi. 4. Pengaruh status gizi ibu terhadap proses menyusui. 5. Kebutuhan energi dan zat gizi ibu menyusui. 6. Pemberian ASI untuk ibu bekerja 7. Hambatan menyusui 8. Program dan penatalaksanaan gizi untuk ibu hamil	Mandiri	<i>Book review</i> dan menulis makalah	60 menit	Partisipasi kelas dan <i>take home</i>	Non-tes	2
		Terstruktur	Analisis jurnal	50 menit			
11 – 12	1. Pengertian bayi dan baduta. 2. Kebutuhan energi dan zat gizi bayi.	Mandiri	<i>Book review</i> dan menulis makalah	60 menit	Partisipasi kelas dan <i>take home</i>	Non-tes	2



Minggu ke	Bahan Kajian/Materi Pembelajaran	Tugas		Waktu	Penilaian	Indikator	Bobot
	3. Prinsip pemberian makanan untuk bayi dan baduta. 4. Air susu ibu (ASI): kandungan gizi, keuntungan dan pengertian ASI eksklusif. 5. Pengganti ASI. 6. MPASI 7. Merancang menu sehat untuk bayi 8. Program dan penatalaksanaan gizi untuk bayi	Terstruktur	Analisis jurnal	50 menit			
13 – 14	1. Hasil penelitian terkini terkait gizi ibu menyusui 2. Hasil penelitian terkini terkait gizi bayi	Mandiri	<i>Book review</i> dan menulis makalah	60 menit	Partisipasi kelas dan <i>take home</i>	Non-tes	2
		Terstruktur	Analisis jurnal	50 menit			
15	UAS						

Mengetahui,  
Ketua Program Studi

Nikmah Utami Dewi, S.KM., M.Sc.  
NIP 19841116 201504 2 001

Palu, Juli 2018  
Dosen Pengampu/Penanggung jawab MK

Nikmah Utami Dewi, S.KM., M.Sc.  
NIP 19841116 201504 2 001