



RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)
PROGRAM STUDI S-2 ILMU GIZI
SEKOLAH SEKOLAH PASCASARJANA
UNIVERSITAS SEBELAS MARET

Identitas Mata Kuliah		Identitas dan Validasi		Nama	Tanda Tangan
Kode Mata Kuliah	: 2052242008	Dosen Pengembang RPS	:	Prof.Dr. MUCHSIN DOEWES dr.,SU,AIFO,MARS Prof.Dr. SANTOSO dr.,MS,Sp.OK Dr. ISNA QADRIJATI dr.,M.Kes. Dr. BUDIYANTI WIBOWORINI dr.,M.Kes, Sp.GK	
Nama Mata Kuliah	: GIZI KERJA DAN GIZI OLAH RAGA				
Jenis Mata Kuliah (Wajib/pilihan)	:	Koord. Kelompok Mata Kuliah	:	Dr. ISNA QADRIJATI dr.,M.Kes.	
Semester	: 2	Kepala Program Studi	:	Dr. Budiyanti Wiboworini, dr., M.Kes., Sp.GK	
Bobot Mata Kuliah (SKS)	: 2				
a. Bobot tatap muka	: 1.5				
b. Bobot Praktikum	: 0				
c. Bobot praktek lapangan	: 0				
d. Bobot simulasi	: 0.5				

Mata Kuliah Prasyarat	:				
Tanggal Dibuat	:	2022-02-01	Perbaikan Ke-	:	2
Tanggal Edit : 2022-02-23					
Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL) / Learning Outcome (LO) yang dibebankan pada Mata Kuliah					
Kode CPL/LO	:	Unsur CPL/LO			
2	:	Mampu mengembangkan pemikiran logis, kritis, sistematis dan kreatif melalui penelitian ilmiah, penciptaan desain atau karya seni dalam bidang ilmu pengetahuan dan teknologi yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora sesuai dengan bidang keahliannya; menyusun konsepsi ilmiah dan hasil kajiannya berdasarkan kaidah, tata cara dan etika ilmiah dalam bentuk tesis, dan mempublikasikan tulisan dalam jurnal ilmiah terakreditasi tingkat nasional dan mendapatkan pengakuan internasional berbentuk presentasi ilmiah atau yang setara.			
3	:	Mampu menguasai konsep ilmu gizi secara mendalam yang diperlukan untuk pemecahan masalah gizi nasional			
4	:	Mampu merencanakan, mengelola dan melakukan penelitian yang inovatif sebagai dasar pengembangan pengetahuan, teknologi dan seni di bidang gizi			
5	:	Mampu mengembangkan pemikiran logis, kritis, sistematis dan kreatif melalui penelitian ilmiah, penciptaan desain atau karya seni dalam bidang ilmu pengetahuan dan teknologi yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora sesuai dengan bidang keahliannya; menyusun konsepsi ilmiah dan hasil kajiannya berdasarkan kaidah, tata cara dan etika ilmiah dalam bentuk tesis, dan mempublikasikan tulisan dalam jurnal ilmiah terakreditasi tingkat nasional dan mendapatkan pengakuan internasional berbentuk presentasi ilmiah atau yang setara.			
Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	:	Mata kuliah ini mempelajari dasar-dasar ilmu gizi sebagai penunjang produktivitas kerja dan pencapaian prestasi olah raga. Dengan mempelajari mata kuliah ini mahasiswa diharapkan dapat menjelaskan faktor-faktor yang mempengaruhi kebutuhan gizi pekerja dan atlet serta mampu menghitung kebutuhan gizi pekerja dan atlet.			

Bahan kajian (Subject Matters)	:	. Metabolisme zat gizi
	:	. Perhitungan kebutuhan zat gizi
	:	. Faktor-faktor yang mempengaruhi kebutuhan gizi pekerja
	:	. Faktor-faktor yang mempengaruhi kebutuhan gizi atlet
	:	. Menyusun menu
	:	. Keselamatan dan Kesehatan Kerja
Deskripsi Mata Kuliah	:	Mata kuliah ini mempelajari dasar-dasar ilmu sebagai penunjang produktivitas kerja dan pencapaian prestasi olah raga. Dengan mempelajari mata kuliah ini mahasiswa diharapkan dapat memahami faktor-faktor yang mempengaruhi kebutuhan gizi pekerja dan atlet, sehingga dapat menyusun analisis kecukupan dan perencanaan menu untuk atlet dan pekerja
Basis Penilaian	:	a. Aktvitas Partisipatif (<i>Case Method</i>) = 50%
	:	b. Hasil Proyek (<i>Team Based Project</i>) = 0%
	:	c. Tugas = 10%
	:	d. Quis = 0%
	:	e. UTS = 20%
	:	f. UAS = 20%

1-2	Menjelaskan konsep dasar penerapan ilmu gizi dan kesehatan untuk menunjang produktivitas kerja	Metabolisme zat gizi; Kebutuhan gizi pekerja	Present Knowledge in Nutrition: Clinical and applied topics in nutrition Vol 2, 11th ed. , ,PERMENKES RI No 28 tahun 2019 tentang Angka Kecukupan Gizi yang Dianjurkan untuk Masyarakat Indonesia		Simulasi,Pembelajaran Kolaboratif	2*165 Menit	Berdiskusi; Analisis kasus	Case Method,Tugas	Tes Tertulis	Mahasiswa dapat menghitung kebutuhan gizi pekerja	20%
3-4	Mahasiswa mampu menghitung kebutuhan gizi atlet berdasar usia, jenis kelamin, jenis dan periode olah raga	Perhitungan kebutuhan gizi atlet Faktor-faktor yang mempengaruhi kebutuhan gizi atlet	Clinical Sport Nutrition,Nutrition for health fitness and sport		Pembelajaran Kolaboratif	2*165 Menit	Berdiskusi; jurnal review; studi kasus	Case Method	Unjuk Kerja	1. Mahasiwa mampu menghitung dengan benar kebutuhan gizi atlet sesuai jenis olah raga, usia dan jenis kelamin; 2. Mahasiwa mampu menghitung dengan benar kebutuhan gizi atlet sesuai periode olah raga,	25%

5-8	1. Mampu menjelaskan dan menganalisis kecukupan gizi pekerja 2. Mampu menjelaskan hubungan K3 dengan produktivitas pekerja	K3; Faktor-faktor yang mempengaruhi status gizi dan produktivitas pekerja	Present Knowledge in Nutrition: Clinical and applied topics in nutrition Vol 2, 11th ed. , ,PERMENKES RI No 28 tahun 2019 tentang Angka Kecukupan Gizi yang Dianjurkan untuk Masyarakat Indonesia ,Fundamentals of Occupational Safety and Health		Pembelajaran Kolaboratif	4*165 Menit	Diskusi; review jurnal	UTS	Partisipasi, Tes Tertulis	1. Mahasiswa mampu menjelaskan Keselamatan dan Kesehatan kerja 2. Mahasiswa mampu mengidentifikasi kecukupan gizi pekerja 3. Mahasiswa mampu merencanakan kebutuhan gizi pekerja	20%
9-12	1. Mampu memerinci metabolisme energi dan makronutrien pada olah raga aerob dan anaerob. 2. Mampu mengidentifikasi kebutuhan makronutrien sebagai sumber energi pada berbagai jenis olah raga	1. Metabolisme energi. keseimbangan energi 2. Makanan sumber energi 3. Metabolisme aerob anaerob pada olah raga	Clinical Sport Nutrition, Nutrition for health fitness and sport		Pembelajaran Kolaboratif	4*165 Menit	Berdiskusi; jurnal review; menyusun bagan/ resume	Tugas	Tes Tertulis	1. Mahasiswa mampu menyimpulkan perbedaan metabolisme aerob dan anaerob pada olah raga 2. Mahasiswa mampu menghubungkan jenis makronutrien sebagai sumber energi dengan jenis olah raga	20%

13-16	Mampu mengidentifikasi faktor-faktor yang dibutuhkan dalam penyelenggaraan makan pekerja	1) Perhitungan kebutuhan gizi 2) Penyelenggaraan makan institusi	PERMENKES RI No 28 tahun 2019 tentang Angka Kecukupan Gizi yang Dianjurkan untuk Masyarakat Indonesia ,Fundamentals of Occupational Safety and Health		Pembelajaran Lain	4*165 Menit	Berdiskusi, Menghitung kebutuhan gizi pekerja; Membuat rumusan kebutuhan penyelenggaraan makan pekerja	Tugas	Unjuk Kerja	1) Mahasiswa dapat menghitung kebutuhan gizi pekerja berdasar usia, jenis kelamin dan jenis pekerjaan. 2). Mahasiswa mampu mengidentifikasi kebutuhan sarana prasarana untuk penyelenggaraan makan di tempat kerja	15%
-------	--	--	---	--	-------------------	-------------	--	-------	-------------	--	-----