



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI FATMAWATI SUKARNO BENGKULU

Pagar Dewa, Kec. Selebar, Kota Bengkulu

Telepon : 0736-51276

JURNAL PERKULIAHAN TADRIS IPA 2023 GANJIL

MATA KULIAH : Ilmu Gizi dan Kesehatan
NAMA DOSEN : ELVIDA SARI YUNILAROSI
KREDIT/SKS : 2 SKS
KELAS : 5 B

TATAP MUKA KE	HARI/TANGGAL	MULAI	SELESAI	RUANG	STATUS	RENCANA MATERI	REALISASI MATERI	KEHADIRAN MHS	PENGAJAR	TANDA TANGAN
1	Senin, 18 September 2023	14:20	16.00	S19	Selesai	Tata Tertib dan Kontrak Perkuliahan	Tata Tertib dan Kontrak Perkuliahan	(12 / 12)	ELVIDA SARI YUNILAROSI	
2	Senin, 25 September 2023	14:20	16.00	S19	Selesai	• Pengertian dasar dan istilah gizi dan ilmu gizi • Ruang lingkup gizi • Hubungan gizi dengan kesehatan • Hubungan gizi dengan proses tubuh • Sejarah ilmu gizi • Perkembangan ilmu gizi saat ini	• Pengertian dasar dan istilah gizi dan ilmu gizi • Ruang lingkup gizi • Hubungan gizi dengan kesehatan • Hubungan gizi dengan proses tubuh • Sejarah ilmu gizi • Perkembangan ilmu gizi saat ini	(11 / 12)	ELVIDA SARI YUNILAROSI	
3	Senin, 2 Oktober 2023	14:20	16.00	S19	Selesai	• Sistem pencernaan makanan • Organ-organ pencernaan • Absorpsi dan transportasi makanan • System ekskresi	• Sistem pencernaan makanan • Organ-organ pencernaan • Absorpsi dan transportasi makanan • System ekskresi	(10 / 12)	ELVIDA SARI YUNILAROSI	

4	Senin, 9 Oktober 2023	14:20	16.00	S19	Selesai	Zat-zat gizi • Jenis-jenis zat gizi • Pengelompokan zat gizi menurut fungsinya • Pengelompokan zat gizi menurut kebutuhan Gizi seimbang : • Pengertian dan konsep gizi seimbang • Menu gizi seimbang • Pesan dasar gizi seimbang	Zat-zat gizi • Jenis-jenis zat gizi • Pengelompokan zat gizi menurut fungsinya • Pengelompokan zat gizi menurut kebutuhan Gizi seimbang : • Pengertian dan konsep gizi seimbang • Menu gizi seimbang • Pesan dasar gizi seimbang	(10 / 12)	ELVIDA SARI YUNILAROSI	
5	Senin, 16 Oktober 2023	14:20	16.00	S19	Selesai	• Pengertian karbohidrat • Ciri kimiawi karbohidrat • klasifikasi karbohidrat • fungsi karbohidrat • sumber karbohidrat • kebutuhan karbohidrat dalam sehari • akibat kekurangan dan kelebihan karbohidrat	• Pengertian karbohidrat • Ciri kimiawi karbohidrat • klasifikasi karbohidrat • fungsi karbohidrat • sumber karbohidrat • kebutuhan karbohidrat dalam sehari • akibat kekurangan dan kelebihan karbohidrat	(12 / 12)	ELVIDA SARI YUNILAROSI	
6	Senin, 23 Oktober 2023	14:20	16.00	S19	Selesai	• Pengertian lemak • Klasifikasi asam lemak • Lemak majemuk • Fungsi lemak • Sumber lemak • Kebutuhan lemak dalam sehari • Akibat kekurangan dan kelebihan lemak	• Pengertian lemak • Klasifikasi asam lemak • Lemak majemuk • Fungsi lemak • Sumber lemak • Kebutuhan lemak dalam sehari • Akibat kekurangan dan kelebihan lemak	(10 / 12)	ELVIDA SARI YUNILAROSI	
7	Senin, 30 Oktober 2023	14:20	16.00	S19	Selesai	• Pengertian protein • Klasifikasi asam amino • Fungsi protein • Fungsi khusus asam amino • Sumber protein • Kebutuhan protein dalam sehari • Akibat kekurangan dan kelebihan protein	• Pengertian protein • Klasifikasi asam amino • Fungsi protein • Fungsi khusus asam amino • Sumber protein • Kebutuhan protein dalam sehari • Akibat kekurangan dan kelebihan protein	(12 / 12)	ELVIDA SARI YUNILAROSI	
8	Senin, 6 November 2023	14:20	16.00	S19	Selesai	Mengerjakan Soal UTS	Mengerjakan Soal UTS	(12 / 12)	ELVIDA SARI YUNILAROSI	

9	Senin, 13 November 2023	14:20	16.00	S19	Selesai	Menguji keberadaan kandungan karbohidrat, protein, lemak pada jenis makanan tertentu	Menguji keberadaan kandungan karbohidrat, protein, lemak pada jenis makanan tertentu	(11 / 12)	ELVIDA SARI YUNILAROSI	
10	Senin, 20 November 2023	14:20	16.00	S19	Selesai	1. Pengertian vitamin 2. Fungsi vitamin 3. Sumber dan kebutuhan vitamin 4. Klasifikasi vitamin 5. Akibat kekurangan dan kelebihan vitamin	1. Pengertian vitamin 2. Fungsi vitamin 3. Sumber dan kebutuhan vitamin 4. Klasifikasi vitamin 5. Akibat kekurangan dan kelebihan vitamin	(12 / 12)	ELVIDA SARI YUNILAROSI	
11	Senin, 27 November 2023	14:20	16.00	S19	Selesai	1. Pengertian mineral 2. Fungsi mineral makro dan mikro 3. Sumber dan kebutuhan mineral 4. Klasifikasi mineral 5. Akibat kekurangan dan kelebihan mineral	1. Pengertian mineral 2. Fungsi mineral makro dan mikro 3. Sumber dan kebutuhan mineral 4. Klasifikasi mineral 5. Akibat kekurangan dan kelebihan mineral	(12 / 12)	ELVIDA SARI YUNILAROSI	
12	Senin, 4 Desember 2023	14:20	16.00	S19	Selesai	1. Pengertian, komposisi, dan fungsi air bagi tubuh 2. Kebutuhan air bagi tubuh dalam sehari 3. Keseimbangan air dan elektrolit dalam tubuh : - Keseimbangan cairan intraseluler - Keseimbangan cairan interstitial - Akibat ketidakseimbangan air dan elektrolit - Pengaturan asam dan basa tubuh	1. Pengertian, komposisi, dan fungsi air bagi tubuh 2. Kebutuhan air bagi tubuh dalam sehari 3. Keseimbangan air dan elektrolit dalam tubuh : - Keseimbangan cairan intraseluler - Keseimbangan cairan interstitial - Akibat ketidakseimbangan air dan elektrolit - Pengaturan asam dan basa tubuh	(12 / 12)	ELVIDA SARI YUNILAROSI	

13	Senin, 11 Desember 2023	14:20	16.00	S19	Selesai	1. Pengertian serta fungsi bumbu dan rempah Indonesia 2. Komponen serta kandungan gizi bumbu dan rempah Indonesia 3. Pengertian dan jenis bahan penyegar 4. Komposisi kimia dan zat bioaktif bahan penyegar	1. Pengertian serta fungsi bumbu dan rempah Indonesia 2. Komponen serta kandungan gizi bumbu dan rempah Indonesia 3. Pengertian dan jenis bahan penyegar 4. Komposisi kimia dan zat bioaktif bahan penyegar	(12 / 12)	ELVIDA SARI YUNILAROSI	
14	Senin, 18 Desember 2023	14:20	16.00	S19	Selesai	1. Masalah gizi di Indonesia ; - Identifikasi masalah gizi di Indonesia - Penyebab masalah gizi di Indonesia - Solusi untuk permasalahan gizi di Indonesia 2. Golongan rawan gizi; - Pengertian golongan rawan gizi - Faktor yang mempengaruhi terjadinya golongan rawan gizi - Berbagai golongan yang termasuk rawan gizi	1. Masalah gizi di Indonesia ; - Identifikasi masalah gizi di Indonesia - Penyebab masalah gizi di Indonesia - Solusi untuk permasalahan gizi di Indonesia 2. Golongan rawan gizi; - Pengertian golongan rawan gizi - Faktor yang mempengaruhi terjadinya golongan rawan gizi - Berbagai golongan yang termasuk rawan gizi	(12 / 12)	ELVIDA SARI YUNILAROSI	
15	Rabu, 3 Januari 2024	14:20	16.00	S19	Selesai	1. Pengertian kalori 2. Kebutuhan kalori pada masing-masing individu 3. Menu makanan 4. Penyusunan menu makanan seimbang	1. Pengertian kalori 2. Kebutuhan kalori pada masing-masing individu 3. Menu makanan 4. Penyusunan menu makanan seimbang	(12 / 12)	ELVIDA SARI YUNILAROSI	
16	Senin, 8 Januari 2024	14:20	16.00	S19	Selesai	Mengerjakan soal UAS	Mengerjakan soal UAS	(12 / 12)	ELVIDA SARI YUNILAROSI	

Bengkulu, 19 Januari 2024
Ketua Prodi Tadris IPA



MEIRITA SARI
NIDN 2024059101