

Tinjauan Mata Kuliah

Mata kuliah Ilmu Gizi dan Kesehatan (PEBI4428) ini membahas materi yang berhubungan dengan bahan makanan dan kesehatan. Pembahasan ini cukup mendalam dan diperkaya dengan bahan-bahan yang cukup untuk menambah wawasan.

Setelah mempelajari modul ini, Anda diharapkan dapat menguasai konsep-konsep Ilmu Gizi dan Kesehatan ini dengan baik. Disamping itu, Anda akan mampu mengaplikasikan konsep-konsep yang ada dalam modul ke dalam situasi yang baru di lingkungan Anda.

Secara lebih rinci, Anda diharapkan dapat memahami:

1. zat gizi makro dan zat gizi mikro;
2. bahan pangan sumber zat gizi;
3. kebutuhan gizi bagi setiap kelompok daur hidup dan memahami menu makanan dengan gizi seimbang untuk memenuhi kebutuhan gizi setiap kelompok daur hidup manusia;
4. akibat kekurangan atau kelebihan zat gizi dalam tubuh yang dapat menimbulkan masalah gizi dan kesehatan;
5. penilaian status gizi manusia dalam kondisi baik ataupun bermasalah dengan teknik tertentu;
6. pendidikan mengenai zat gizi (jenis, fungsi, dan sumber) perlu disampaikan kepada semua;
7. proses tumbuh kembang anak usia dini yang spesifik;
8. perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) perlu ditanamkan sejak anak usia dini;
9. pelayanan kesehatan anak di Taman Kanak-kanak.

Mata kuliah ini mempunyai bobot 3 SKS yang terdiri dari 9 modul yaitu:

1. Modul 1: Mengenal Zat Gizi.
2. Modul 2: Pengetahuan Bahan Makanan.
3. Modul 3: Gizi dalam Daur Kehidupan.
4. Modul 4: Masalah Gizi dan Kesehatan.
5. Modul 5: Penilaian Status Gizi.
6. Modul 6: Pendidikan Gizi.
7. Modul 7: Tumbuh Kembang Anak.
8. Modul 8: Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Anak Usia Dini.
9. Modul 9: Pelayanan Kesehatan Anak di Taman Kanak-Kanak.

Bagi mahasiswa Program Studi S1 Pendidikan Biologi (S1 PBIO) hanya mempelajari modul 1 (satu) sampai dengan modul 6 (enam), sedangkan bagi mahasiswa Program Studi Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini (PGPAUD) modul yang dipelajari mulai modul 1 (satu) sampai dengan modul 9 (sembilan).

Untuk menyelesaikan modul ini maka disarankan Anda mempelajari semua modul secara berurutan dari modul pertama sampai modul terakhir.

Belajar dengan menggunakan modul, menuntut kemandirian, dan kejujuran Anda terhadap diri sendiri, jadi Anda jangan tergesa-gesa dalam menyelesaikan pelajaran tersebut.

Apabila Anda belum menguasai pelajaran pada setiap kegiatan belajar, ulangi kembali bagian-bagian yang belum Anda kuasai dengan yang diharapkan.

Dalam mempelajari modul tersebut Anda harus:

1. membaca setiap uraian dan contoh dengan teliti;
2. mengerjakan latihan yang diberikan;
3. mendiskusikan hasil latihan dengan tutor atau teman peserta lainnya;
4. melakukan kerja kelompok;
5. mengerjakan tes formatif.

Selain membaca modul, Anda diharapkan juga membaca buku-buku yang ada pada bagian referensi setiap modul. Dengan membaca buku-buku tersebut akan membantu Anda dalam mengatasi kesulitan yang Anda temukan dalam modul. Selain itu, besar manfaatnya untuk pengembangan pengetahuan, termasuk pemahaman kata-kata yang kurang Anda mengerti.

Untuk lebih menguasai materi yang ada dalam modul, Anda dapat pula melihat dan mempelajari materi yang ada dalam Bahan Ajar Non Cetak (BANC) yang sudah tersedia yaitu dalam bentuk Web Suplemen dengan judul “Penanggulangan Gizi Buruk” (<http://web-suplemen.ut.ac.id/html/suplemen/pebi4424/pebi4424-htm>).

Akhir kata, aturlah waktu belajar Anda sehingga modul-modul mata kuliah Ilmu Gizi dan Kesehatan ini dapat Anda selesaikan dan dikuasai tepat pada waktunya.

Peta Kompetensi Ilmu Gizi dan Kesehatan/PEBI4428/3 sks

