

RENCANA PROGRAM DAN KEGIATAN PEMBELAJARAN SEMESTER (RPKPS)

JUDUL MATA KULIAH : GIZI MASAKAN MINANG (GMM)

KODE MK/SKS : /2 SKS

Oleh :

DR.Helmizar,SKM,M.Biomed (Koord.MK)

dr.Zulkarnain Agus,MPH,MSc,SpGK

dr.Ulya Usti Fahrini,M.Biomed



FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT

UNIVERSITAS ANDALAS

TAHUN 2017



FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT UNIVERSITAS ANDALAS

RENCANA PROGRAM DAN KEGIATAN PEMBELAJARAN SEMESTER (RPKPS)

Judul Mata Kuliah : GIZI MASAKAN MINANG
Nomor Kode SKS : / 2 SKS
Status Mata Kuliah : Wajib Institusi
Mata Kuliah Prasyarat : -
Dosen Pengasuh : 1. DR.Helmizar,SKM,M.Biomed (HM) (Koord)
 2. dr.Zulkarnain Agus,MPH,MSc,SpGK (ZA)

Deskripsi Singkat

: Mata kuliah ini membahas tentang berbagai aspek gizi masakan minang meliputi jenis dan ragam masakan minang, kandungan gizi, pengolahan makanan, pengaturan menu, kandungan antioksidan masakan minang, potensi masakan minang untuk pencegahan dan penyembuhan penyakit-penyakit degeneratif .

Kompetensi Umum

: Setelah menyelesaikan mata kuliah ini mahasiswa diharapkan dapat memahami, menjelaskan dan mempraktekkan berbagai aspek tentang gizi masakan minang dalam kaitannya dengan pencegahan dan penyembuhan penyakit-penyakit degeneratif.

Minggu ke	Kompetensi Khusus	Bahan Kajian dan Sub Bahan Kajian	Model Pembelajaran	Kriteria Penilaian (Indikator)	Estimasi waktu	Dosen
1	Memahami kontrak perkuliahan yang akan dilaksanakan	Pendahuluan/Kuliah pengantar a. Gambaran singkat MK b. Tujuan MK c. Sistem evaluasi MK d. Buku referensi MK e. Ruang lingkup MK	Ceramah, Diskusi & Tanya Jawab : Dosen :) Menjelaskan tentang pelaksanaan perkuliahan, metode, evaluasi dan sanksi Mahasiswa :) Memberikan masukan dan saran dari draft kontrak kuliah yang telah disusun	Kesepakatan tentang kontrak perkuliahan yang akan dilaksanakan	1x perkuliahan 150 menit	HM
2 & 3	Mengetahui dan menjelaskan aspek gizi masakan minang dan prospektifnya kedepan	Aspek gizi masakan minang: a. Sejarah perkembangan masakan minang b. Hubungan masakan dengan tradisi atau kultur masyarakat minang c. Tradisi merantau dalam	Presentasi, Diskusi & Praktek : Dosen :) Menjelaskan bahan kajian yang bersifat teori (konsep) dan mengaitkannya dengan situasi yang nyata) Menyediakan data, atau petunjuk) Keterlibatan/ partisipasi mahasiswa) Ketepatan tanggapan dan nalar mahasiswa dalam diskusi) Keselarasan hasil	2x perkuliahan @100 menit	ZA

		<p>pengembangan masakan minang di nusantara</p> <p>d. Keragaman masakan minang</p> <p>e. Prospektif kedepan masakan minang</p>	<p>(metode) untuk menelusuri suatu pengetahuan yang harus dipelajari oleh mahasiswa.</p> <p>) Memeriksa dan memberi ulasan terhadap hasil belajar mandiri mahasiswa.</p> <p>Mahasiswa :</p> <p>) Diskusi membahas konsep teori dan kaitannya dengan situasi nyata</p> <p>) Mencari, mengumpulkan, dan menyusun informasi yang ada untuk mendeskripsikan topik .</p>	<p>) diskusi dengan teori</p> <p>) Luasnya cakupan informasi yang disampaikan dan variasi sumber informasi mengenai topik yang didiskusikan</p> <p>) Ujian</p>		
4, 5	Mengetahui dan memahami aspek protektif gizi masakan minang terhadap penyakit degeneratif	<p>Aspek protektif gizi masakan minang:</p> <p>a. Komposisi dan kandungan nilai gizi masakan minang</p> <p>b. Tradisi pengolahan masakan minang & hubungannya dengan penyakit</p> <p>c. Aspek protektif dari bumbu masakan minang terhadap penyakit degeneratif</p>	<p>Presentasi, Diskusi & Praktek :</p> <p>Dosen :</p> <p>) Menjelaskan bahan kajian yang bersifat teori (konsep) dan mengaitkannya dengan situasi yang nyata</p> <p>) Menyediakan data, atau petunjuk (metode) untuk menelusuri suatu pengetahuan yang harus dipelajari oleh mahasiswa.</p> <p>) Memeriksa dan memberi ulasan terhadap hasil belajar mandiri mahasiswa.</p> <p>Mahasiswa :</p> <p>) Membahas konsep teori dan kaitannya dengan situasi nyata</p> <p>) Mendiskusikan & presentasi hasil diskusi tentang antropometri</p> <p>) Mempraktekan teknik antropometri</p>	<p>) Keterlibatan/partisipasi mahasiswa</p> <p>) Ketepatan tanggapan dan nalar mahasiswa dalam diskusi</p> <p>) Keselarasan hasil diskusi dengan teori</p> <p>) Ujian</p>	2x perkuliahan @100 menit 1x pratikum @ 50 menit	ZA
6,7	Mengetahui dan menjelaskan pengolahan masakan minang & implementasinya dimasyarakat	<p>Pengolahan dan gizi masakan minang:</p> <p>a. Pemilihan berbagai jenis bahan makanan masakan minang</p> <p>b. Pengolahan berbagai jenis masakan minang</p> <p>c. Implementasi masakan di masyarakat (rumahan, rumah makan/resto, katering & acara-acara adat)</p>	<p>Ceramah, Diskusi & Tanya Jawab:</p> <p>Dosen :</p> <p>) Menjelaskan bahan kajian yang bersifat teori (konsep) dan mengaitkannya dengan situasi yang nyata</p> <p>) Memeriksa dan memberi ulasan terhadap hasil belajar mandiri mahasiswa.</p> <p>Mahasiswa :</p> <p>) Membahas konsep teori dan</p>	<p>) Keterlibatan/partisipasi mahasiswa</p> <p>) Ketepatan tanggapan dan nalar mahasiswa dalam diskusi</p> <p>) Keselarasan hasil diskusi dengan teori</p> <p>) Luasnya cakupan informasi yang disampaikan dan</p>	2x perkuliahan @100 menit 1x pratikum @ 50 menit	HM

			kaitannya dengan situasi nyata) Mencari, mengumpulkan, dan menyusun informasi yang ada untuk didiskusikan dalam kelompok) Mempresentasikan & memberikan ulasan atas topik yang ditanyakan.	variasi sumber informasi mengenai topik yang didiskusikan) Ujian		
8	UJIAN TENGAH SEMESTER					
9	Mengetahui dan memahami perspektif ekonomis, manajemen & politis dari masakan minang	Perspektif masakan minang: a. Nilai ekonomis b. Pola manajemen c. Aspek politis	Presentasi, Diskusi & Praktek : Dosen :) Menjelaskan bahan kajian yang bersifat teori (konsep) dan mengaitkannya dengan situasi yang nyata Mahasiswa :) Membahas konsep teori dan kaitannya dengan situasi nyata) Keterlibatan/partisipasi mahasiswa) Ketepatan tanggapan dan nalar mahasiswa dalam diskusi) Keselarasan hasil diskusi dengan teori) Ujian	2x perkuliahan 100 menit	ZA
10, 11	Perhitungan gizi & pengolahan masakan minang	Penerapan perhitungan gizi dan pengolahan masakan minang a. Menghitung komposisi gizi masakan minang b. Merancang menu masakan minang c. Mengolah masakan minang (rendang dll) d. Menyajikan & mempromosikan masakan minang	Presentasi, Diskusi & Praktek : Dosen :) Menjelaskan bahan kajian yang bersifat teori (konsep) dan mengaitkannya dengan situasi yang nyata Mahasiswa :) Mempraktekkan dan membahas konsep teori dan kaitannya dengan situasi nyata) Keterlibatan/partisipasi mahasiswa) Ketepatan tanggapan dan nalar mahasiswa dalam diskusi) Keselarasan hasil diskusi dengan teori) Ujian	2x pratikum 100 menit	HM & ZA
12, 13,14	Membahas dan merancang aspek promotif, preventif dan kuratif masakan minang serta dukungan dari hasil penelitian yang ada	Rancangan aspek promotif, preventif dan kuratif masakan minang a. Aspek promotif, prevensi & kuratif masakan minang b. Dukungan dari hasil penelitian c. Rancangan dan diskusi kelompok Seminar Gizi Masakan Minang	Presentasi, Diskusi & Praktek : Dosen :) Menjelaskan bahan kajian yang bersifat teori (konsep) dan mengaitkannya dengan situasi yang nyata Mahasiswa :) Membahas konsep teori dan kaitannya dengan situasi nyata) Keterlibatan/partisipasi mahasiswa) Ketepatan tanggapan dan nalar mahasiswa dalam diskusi) Keselarasan hasil diskusi dengan teori) Ujian	3 x perkuliahan 100 menit	UL
15	Kapita selekta & Seminar	Rangkuman semua materi	Seminar & diskusi		1x perkuliahan 100 menit	HM,ZA,UL
16	UJIAN AKHIR SEMESTER					

Evaluasi	: 1. Kehadiran	:10 %
	2. Penugasan/Praktek	:30 %
	3. UTS	: 30 %
	4. UAS	: 30 %

Buku Referensi :

1. Gibson, R S, 2005. Principle Of Nutritional Assesment, Oxford University Press. New York
2. Walter Willet ,1997. Nutritional Epidemiology. Oxford University Press. New York
3. Nur Indrawaty Lipoeto, 2002. Apakah Konsumsi Kelapa Berperan Dalam Meningkatkan Resiko Penyakit Kardiovaskuler Pada Masyarakat Minang? (Antara Mitos dan Fakta). Orasi Ilmiah Acara Dies Natalis XLVII Fakultas Kedokteran Universitas Andalas.Unand Press Padang
4. Nur Indrawaty Lipoeto, 2008.Gizi dan Penyakit Kardiovaskular.Gramedia Press. Jakarta
5. Helmizar, 2009.Summary Eksekuti : Antioksidan Dalam Masakan Minang dan Potensi Protektif Terhadap Penyakit Kardiovaskular. Unand Press .Padang
6. Amir MS, 2011. Adat Minangkabau, Pola dan Tujuan Hidup Orang Minang. Citra Harta Prima.Jakarta

Padang, 7 Agustus 2017
Koordinator MK,



DR.Helmizar,SKM,M.Biomed

DAFTAR NILAI MAHASISWA

Nama MataKuliah : GIZI MASAKAN MINANG
 Kelas : GZI505/2014A/V
 Dosen : Helmizar
 Semester : Ganjil 2017/2018

No	No. BP	Nama Mahasiswa	Program Studi	Nilai	Pengubah Nilai	Tanggal Update
1	1511221001	DEBBY AFNES RAHMATIKA	GIZI	B	Helmizar	2017-12-23 21:00:57
2	1511221003	FATHIA JUWITA	GIZI	B	Helmizar	2017-12-23 21:00:57
3	1511221004	YOLANDA FIRDA SANTI	GIZI	B	Helmizar	2017-12-23 21:00:57
4	1511221006	YEVI NA CINTYA WAHYUDI AN INGRUM	GIZI	A	Helmizar	2017-12-23 21:00:57
5	1511221008	RAHMI PUTRI	GIZI	B+	Helmizar	2017-12-23 21:00:57
6	1511221009	RANI WAHYUNI	GIZI	B+	Helmizar	2017-12-23 21:00:57
7	1511221011	MONIKA TRI JULIASTUTI	GIZI	B	Helmizar	2017-12-23 21:00:57
8	1511221012	AULIA RAHMI PUTRI	GIZI	B	Helmizar	2017-12-23 21:00:57
9	1511221013	IRENE PUTRI RAHAYU	GIZI	B+	Helmizar	2017-12-23 21:00:57
10	1511221014	SERLY SURYANA	GIZI	B	Helmizar	2017-12-23 21:00:57
11	1511221016	MONA ANDINI	GIZI	A	Helmizar	2017-12-23 21:00:57
12	1511221017	WILDA YENTI	GIZI	B	Helmizar	2017-12-23 21:00:57
13	1511221018	RESTU SAKINAH	GIZI	B	Helmizar	2017-12-23 21:00:57
14	1511221020	NUR INGGRID SAUMI	GIZI	B	Helmizar	2017-12-23 21:00:57
15	1511221023	YASIRLY KHAI RANY	GIZI	B	Helmizar	2017-12-23 21:00:57
16	1511222001	MUHAMMAD RAFKI PRATAMA	GIZI	B	Helmizar	2017-12-23 21:00:57
17	1511222002	ARIEF YANDRY	GIZI	B+	Helmizar	2017-12-23 21:00:57
18	1511222003	FAUZIAH DWI PUTRI	GIZI	B	Helmizar	2017-12-23 21:00:57
19	1511222004	ARIANI TRI RAHMI	GIZI	A	Helmizar	2017-12-23 21:00:57
20	1511222006	NADYA KHAI RA WARDI	GIZI	A	Helmizar	2017-12-23 21:00:57
21	1511222007	AINAL MARDIAH	GIZI	A-	Helmizar	2017-12-23 21:00:57
22	1511222010	PUJI AMALLIYAH	GIZI	B+	Helmizar	2017-12-23 21:00:57
23	1511222011	WULAN MUSTIKA	GIZI	A	Helmizar	2017-12-23 21:00:57
24	1511222012	SUCI INDRIA	GIZI	A	Helmizar	2017-12-23 21:00:57
25	1511222013	MUHAMMAD YUSUF	GIZI	A-	Helmizar	2017-12-23 21:00:57
26	1511222014	DEAR TIAS PRATIWI	GIZI	A	Helmizar	2017-12-23 21:00:57
27	1511222015	SISRI EKA PUTRI	GIZI	A-	Helmizar	2017-12-23 21:00:57
28	1511222016	ADILA HADY	GIZI	A	Helmizar	2017-12-23 21:00:57
29	1611221007	CIKA AFRILIA	GIZI	B+	Helmizar	2017-12-23 21:00:57
30	1611221012	SHANIA TRIJUITA	GIZI	A-	Helmizar	2017-12-23 21:00:57
31	1611221016	FERINA YOLLANDA	GIZI	A	Helmizar	2017-12-23 21:00:57
32	1611222007	FAZA YASIRA RUSDI	GIZI	B	Helmizar	2017-12-23 21:00:57
33	1611223001	GILANG PRASETYA	GIZI	B+	Helmizar	2017-12-23 21:00:57
34	1611223004	SHARAH FITRIANI	GIZI	A	Helmizar	2017-12-23 21:00:57
35	1611223005	MELLA WAHYUNI	GIZI	B	Helmizar	2017-12-23 21:00:57
36	1611223007	ESRA ANGELIA SARAGI H	GIZI	A	Helmizar	2017-12-23 21:00:57

Dosen : Helmizar