Gizi dalam Kebidanan

KONSEP DASAR ILMU GIZI

Nurun Nikmah, SST., M.Kes
NIDN. 0712028901

STIKes Ngudia Husada Madura
TA. 2020

BAHAN KAJIAN

1 PENGERTIAN GIZI

2 SEJARARAH PERKEMBANGAN ILMU GIZI

3 PENGELOMPOKAN ZAT GIZI MENURUT KEBUTUHAN

PENGERTIAN GIZI

1

Gizi

Gizi = *Gidza* (Arab)
Artinya "Makanan"
Gizi = *Nutrition* (Inggris)
Artinya "Nutrisi"

Ilmu Gizi (*Nutrition Science*) adalah Ilmu yang mempelajari segala sesuatu tentang makanan yang hubungannya dengan kesehatan optimal.

Beberapa Istilah dalam ILMU GIZI

1. **Gizi (*Nutrition*)**
   Suatu proses organisme menggunakan makanan yang dikonsumsi secara normal.

2. **Zat Gizi (*Nutritients*)**
   Ikatan kimia yang diperlukan tubuh untuk melakukan fungsinya.

3. **Makanan**
   Bahan selain obat yang mengandung zat-zat gizi dan atau unsur-unsur kimia yang dapat diubah menjadi zat gizi oleh tubuh.

4. **Pangan**
   Istilah umum untuk semua bahan yang dapat dijadikan makanan.

5. **Bahan Makanan**
   Makanan dalam keadaan mentah.

6. **Intake Makanan (Asupan makanan)**
   Semua makanan atau minuman yang masuk dalam tubuh seseorang dalam jangka waktu tertentu.

Beberapa Istilah dalam ILMU GIZI

7 **Pola Makanan**
Cara seseorang dalam memilih makanan sebagai akibat dari pengaruh psikologi, fisiologi, sosial dan budaya.

8 **Malnutrisi (Gizi Salah)**
Keadaan patologis akibat kekurangan atau kelebihan satu atau lebih zat gizi (bentuk malnutrisi: *under nutritions, specific deficiency, over nutritions,* dan *imbalance.*

9 **Kebutuhan Gizi**
Banyaknya zat gizi minimal yang diperlukan agar seseorang hidup sehat.

10 **Kecukupan Gizi *(RDA=Recommended Dietary Allowances)***
Jumlah maisng-masing zat gizi yang sebaiknya dipenuhi seseorang.

11 **Tingkat Kecukupan Gizi**
Proporsi jumlah intake makanan terhadap kecukupan gizi

12 **Status Gizi**
Keadaan tubuh sebagai akibat konsumsi makanan dan penggunaan zat-zat gizi.

SEJARAH PERKEMBANGAN ILMU GIZI

2

Sejarah Perkembangan Ilmu Gizi Di Dunia

Ilmu gizi merupakan ilmu yang relatif baru. Ilmu gizi sebagai cabang ilmu yang berdiri sendiri terjadi pada tahun 1926, ketika Mary Swartz Rose dikukuhkan sebagai Profesor Ilmu Gizi pertama di Universitas Columbia, New York, Amerika Serikat. Namun, perhatian mengenai hal-hal yang berkaitan dengan makanan sesungguhnya sudah terjadi sejak lama.

Perkembangan Ilmu Gizi Menurut Waktu Dan Ahlinya

Manusia Purba

Bagi manusia purba, fungsi utama dan mungkin satu-satunya dari **makanan adalah untuk mempertahankan hidup**, untuk itu aktifitas utama dari manusia purba adalah mencari makanan, salah satunya dengan berburu.

Abad sebelum Masehi

Hippocrates (460 – 377 M) berspekulasi dalam salah satu tulisannya tentang peran makanan dalam pemeliharaan kesehatan dan penyembuhan penyakit, yang sekarang ini menjadi dasar dari ilmu dietetik.

SEARAH PERKEMBANGAN
Ilmu Gizi

Abad Sesudah Masehi

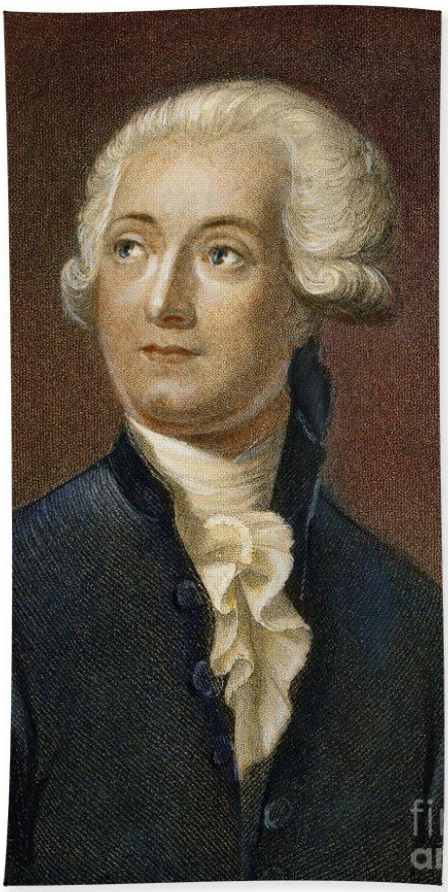
1. **Abad 16**

   Berkembang doktrin tentang hubungan antara makanan dan panjang umur. Misalnya Carnaro yang hidup lebih dari 100 tahun (1464 – 1566) dan Francis Bacon (1561 – 1629) berpendapat bahwa **"makanan yang diatur dengan baik dapat memperpanjang umjur"**

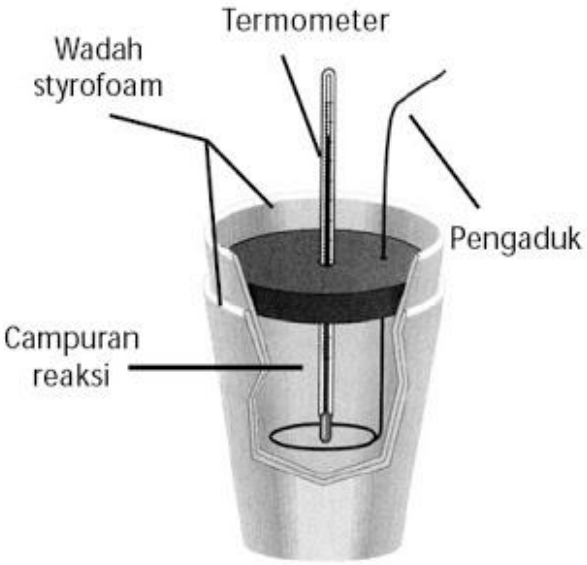
2. **Abad 18**

   Antone Laurent Lavosier (1743 – 1794) merupakan orang pertama yang mempelajari hal-hal yang berkaitan dengan penggunaan energi makanan

   Leinbig (1803 – 1873) Seorang ahli kimia dari Jerman Menemukan bahwa karbohidrat, lemak dan protein dapat dioksidasi dalam tubuh dan menghasilkan panas atau kalori.



SEARAH PERKEMBANGAN
Ilmu Gizi



Sumber: Chemistry (Chang), 2004

Carl Volt (1831 – 1908) Murid Leinbig, Ilmuwan gizi yang merancang/menghitung suatu alat yang disebut kalorimeter sederhana.

Atwater (1844 – 1907)
Merupakan orang pertama yang mempublikasikan Daftar Komposisi Bahan Makanan (Food Composition Table) dan perintis pertama penyuluhan gizi masayarakat dengan "Food Guide" pada tahun 1984

Sejarah Ilmu Gizi Nasional

Perkembangan Ilmu Gizi di Indonesia menurut Prof. Soekirman **dimulai sejak dirintis penelitian Gizi pada pertengahan abad 19 di wilayah jajahan Belanda untuk mencari pengganti beras**, hal ini berkaitan dengan masalah kurang pangan di Jawa antara tahun 1851 – 1854 dan antara tahun ini pula dua majalah ilmiah Pengetahuan dan Kedokteran Belanda memuat artikel tentang penelitian khasiat umbi-umbian di Jawa terutama Talas dan Singkong.

SEARAH PERKEMBANGAN
Ilmu Gizi

Sejarah Perkembangan Ilmu Gizi

1. Pembentukan Laboratorium Kesehatan (Het Geneeskunding Laboratorium)
   Pemerintah Belanda membetuk komisi yang dipimpin Dokter Pekelharing, yang tugasnya untuk meneliti beri-beri sehingga dibentuk suatu Laboratorium Kesehatan pada tanggal **15 Januari 1888 di Jakarta (dulu Batavia).**

2. Pendirian Het Institut Voor VolksVoeding tahun 1934 – 1954
   Survey komsumsi makanan yang pertama kali di Pasuruan tahun 1916 – 1919. tugas pokok IVV adalah:
   - Pelaksanaan penelitian gizi
   - Survey makanan
   - Memberi nasehat kepada pemerintah tentang Masalah Kurang Gizi
   - Pendidikan Gizi

SEARAH PERKEMBANGAN
Ilmu Gizi

Perkembangan Gizi antara Tahun 1954 - 1999

1. Tahun 1950 : IVV berubah menjadi LMR (Lembaga Makan Rakyat)
2. Tahun 1952 : Dipublikasikannya 4 sehat dan 5 sempurna pertama kali oleh Poerwo Soedarmo
3. Tahun 1957 : Dibentuk Persagi (Persatuan Ahli Gizi) dan tahun 1967 diadakan konggres Persagi I yang menetapkan Prof. Poerwo Sodarmo sebagai bapak Gizi Indonesia
4. Tahun 1963 : Diterbitkan daftar kecukupan gizi pertama

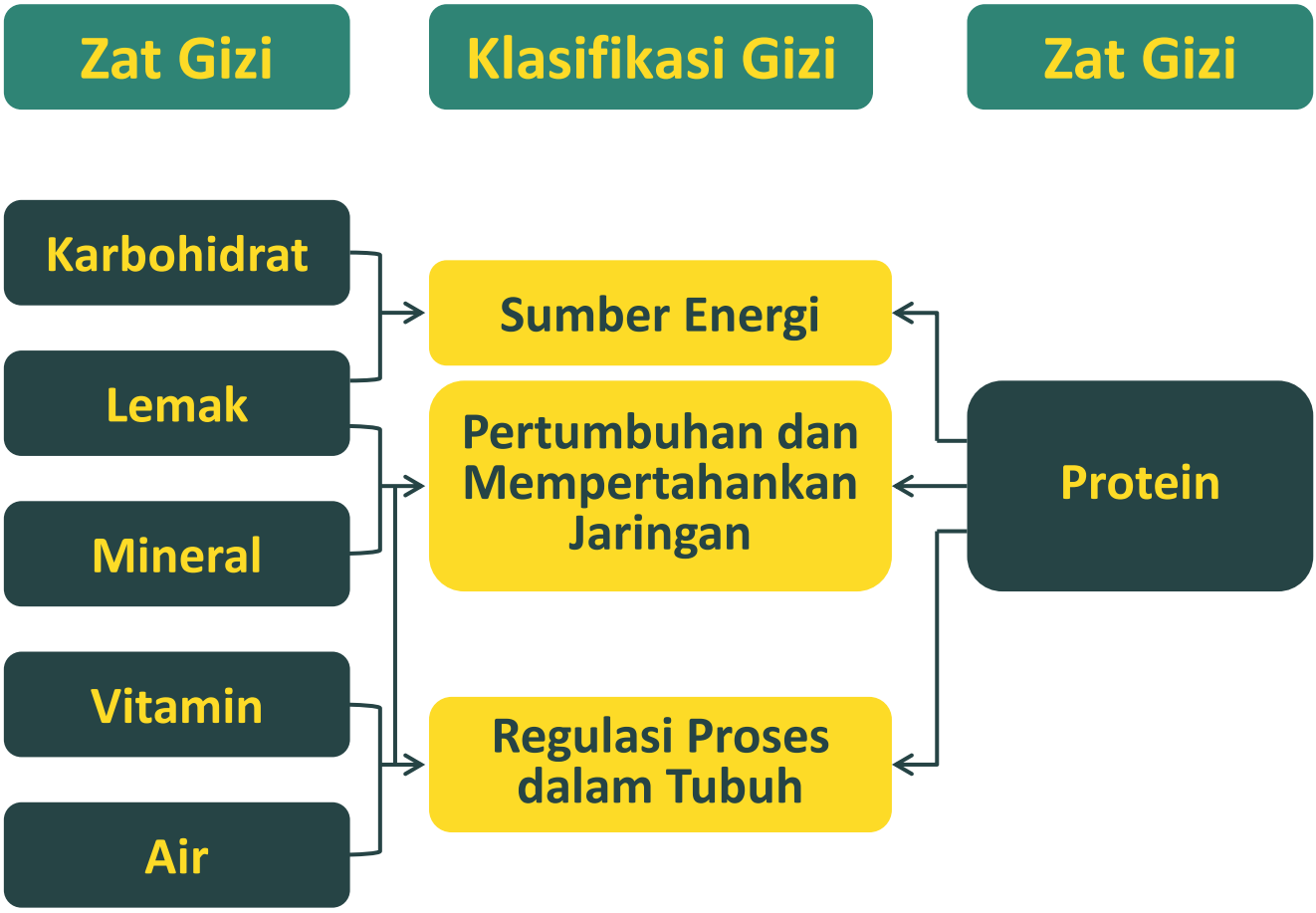
5. Tahun 1953 – 1956 : Didirikan akademik pendidikan Nutritions dan Ahli Diit
6. Tahun 1958 : Akademik pendidikan nutritions dan ahli diit berubah menjadi akademik ilmu gizi
7. Tahun 1959 – 1965 : Akademik Ilmu Gizi berubah menjadi Akademik Pendidikan Nutritionis
8. Tahun 1966 – sekarang : Akademik gizi dan sarjana gizi

PENGELOMPOKAN ZAT GIZI MENURUT KEBUTUHAN

3

Pengelompokan zat gizi menurut kebutuhan

BERDASARKAN FUNGSI

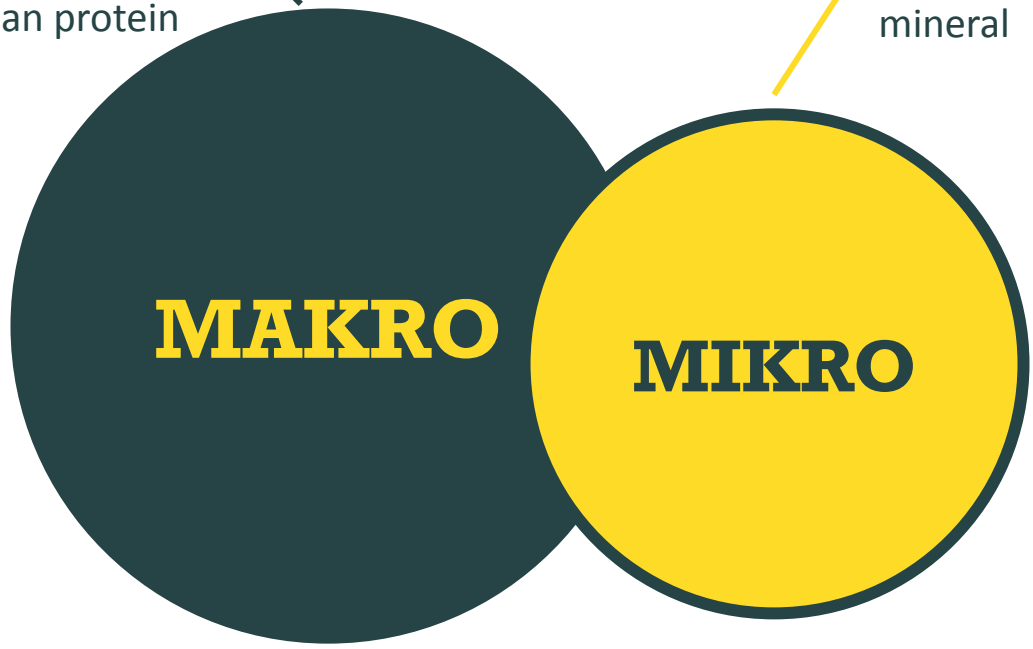


Pengelompokan zat gizi menurut kebutuhan

BERDASARKAN JUMLAH

Zat gizi yang dibutuhkan dalam jumlah besar dengan satuan gram.
Ex. Karbohidrat, lemak, dan protein

Zat gizi yang dibutuhkan dalam jumlah kecil dengan satuan mg.
Ex. Vitamin, mineral



Pengelompokan zat gizi menurut kebutuhan

BERDASARKAN SUMBER

Zat Gizi Hewani

Zat Gizi Nabati

SUMBER

1. Ana Samiatul Milah (2019) “Nutrisi Ibu dan Anak.” Edu Publisher : Jawa Barat
2. Liva Maita, dkk (2019) “. Gizi Kesehatan Pada Masa Reproduksi” Deepublish : Yogyakarta
3. Marmi (2013) “Gizi Dalam Kesehatan Reproduksi” Pustaka Pelajar : Yogyakarta
4. Lilis Banowati (2014) “Ilmu Gizi Dasar” Deepublish : Yogyakarta

THANK YOU

Any Question?

You can find me at

- scienceofmidwife.wordpress.com
- nurunx@yahoo.co.id