



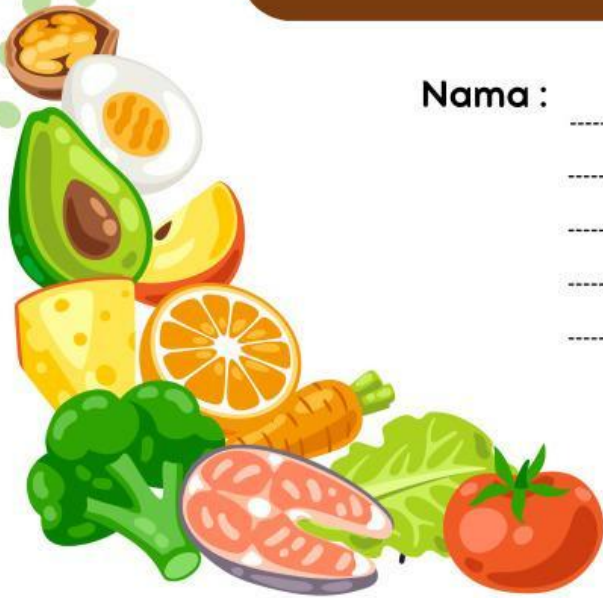
# LKPD

## Socio-Scientific Issues

### NUTRISI

Nama :

.....  
.....  
.....  
.....



VIII

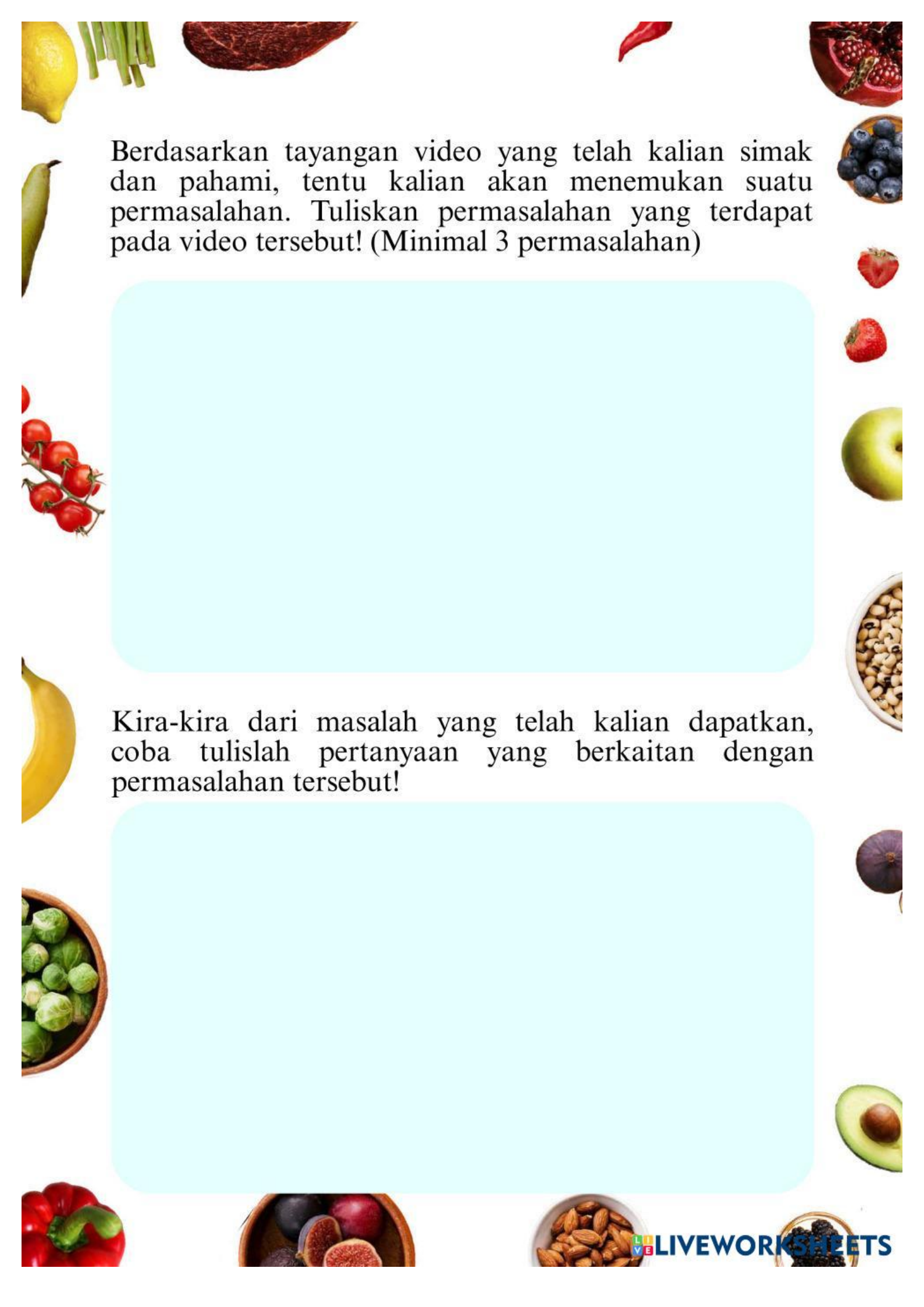


Thoriqi Firdaus





Tahap 1 : Pendekatan & Analisis masalah



Berdasarkan tayangan video yang telah kalian simak dan pahami, tentu kalian akan menemukan suatu permasalahan. Tuliskan permasalahan yang terdapat pada video tersebut! (Minimal 3 permasalahan)

Kira-kira dari masalah yang telah kalian dapatkan, coba tulislah pertanyaan yang berkaitan dengan permasalahan tersebut!





## Tahap 2 : Klarifikasi masalah melalui praktikum

### Kandungan nutrisi pada makanan kemasan

#### A. Alat dan bahan

Kemasan makanan yang mudah didapatkan di sekitar rumah masing-masing

#### B. Langkah Kerja

1. Sediakanlah dua makanan kemasan yang mudah kalian dapatkan disekitar lingkungan kalian
2. Pastikan bahwa makanan kemasan tersebut memiliki tabel daftar nutrisi
3. Perhatikan kandungan nutrisi pada tabel nutrisi di kemasan makanan tersebut
4. Catatlah kandungan nutrisi makanan kemasan tersebut pada tabel pengamatan

| INFORMASI NILAI GIZI                     |       |           |
|------------------------------------------|-------|-----------|
| Takaran Saji 10g<br>5 Sajian per Kemasan |       |           |
| JUMLAH PER SAJIAN                        |       |           |
| Energi Total                             |       | 50 kkal   |
| Energi dari Lemak                        |       | 20 kkal   |
| Lemak Total                              | 2.5 g | %AKG* 4 % |
| Lemak Jenuh                              | 1 g   | 2 %       |
| Protein                                  | 1 g   | 2 %       |
| Karbohidrat Total                        | 6 g   | 12 %      |
| Gula                                     | 0 g   | 0 %       |
| Garam (natrium)                          | 80 mg | 5 %       |

Gambar 1.1 Nilai Gizi Snack

Sumber: curcol.co

| INFORMASI NILAI GIZI         |          |                           |
|------------------------------|----------|---------------------------|
| Takaran saji 100 ml (225 ml) |          |                           |
| JUMLAH PER 100 ml            |          |                           |
| Energi Total                 | 110 kkal | Energi dari lemak 25 kkal |
| Lemak Total                  | 2.5 g    | %AKG* 5 %                 |
| Lemak Jenuh                  | 1.5 g    | 3 %                       |
| Lemak Trans                  | 0 g      | 0 %                       |
| Kolesterol                   | 10 mg    | 2 %                       |
| Protein                      | 3 g      | 6 %                       |
| Karbohidrat Total            | 11 g     | 22 %                      |
| Gula                         | 11 g     | 22 %                      |
| Sodium                       | 110 mg   | 2 %                       |
| Kalsium                      | 110 mg   | 22 %                      |

Gambar 1.2 Nilai Gizi susu

Sumber: frisianflag.com

### C. Tabel Hasil Pengamatan

Tabel 1.1 Penyelidikan nutrisi makanan kemasan

| Nama Produk | Indikator Nutrisi | Kandungan Pada Kemasan | Total kalori yang dihasilkan untuk tiap kemasan |
|-------------|-------------------|------------------------|-------------------------------------------------|
|             | Karbohidrat       |                        |                                                 |
|             | Protein           |                        |                                                 |
|             | Lemak             |                        |                                                 |
|             | Vitamin           |                        |                                                 |
|             | Mineral           |                        |                                                 |

| Nama Produk | Indikator Nutrisi | Kandungan Pada Kemasan | Total kalori yang dihasilkan untuk tiap kemasan |
|-------------|-------------------|------------------------|-------------------------------------------------|
|             | Karbohidrat       |                        |                                                 |
|             | Protein           |                        |                                                 |
|             | Lemak             |                        |                                                 |
|             | Vitamin           |                        |                                                 |
|             | Mineral           |                        |                                                 |





Setelah melakukan pengamatan mengenai kandungan gizi atau nutrisi yang terdapat pada makanan/minuman apakah kandungan yang terdapat pada produk tersebut memenuhi gizi harian kalian? coba jelaskan dengan kalimat anda.

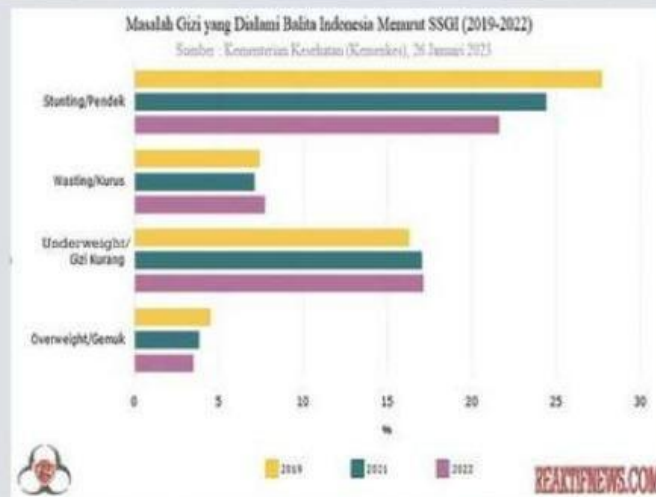
Dengan melakukan pengamatan dan identifikasi mengenai produk tersebut apakah sudah memenuhi gizi yang sehat dan seimbang bagi tubuh? Coba jelaskan!

Bagaimana caranya agar mendapatkan kebutuhan gizi harian sesuai pedoman gizi seimbang?

Apakah dengan makanan ringan favoritmu atau makanan kemasan kalian merasa nutrisinya memenuhi kecukupan energi untuk menunjang kegiatanmu sehari-hari? Jelaskan?



### Tahap 3 : Melanjutkan isu sosial



Gambar 1.3 Data Masalah Gizi yang dialami Balita

Sumber: reaktifnews.com

Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) Kementerian Kesehatan menunjukkan, terdapat empat permasalahan gizi balita di Indonesia. Di antaranya stunting, wasting, underweight, dan overweight.

Stunting atau ukuran badan pendek merupakan salah satu masalah gizi yang menjadi perhatian pemerintah dan publik karena prevalensinya kini masih cukup tinggi, mencapai 21,6% pada 2022. Permasalahan gizi lainnya, wasting atau kurus. Menurut SSGI 2022, prevalensi balita wasting di Indonesia naik 0,6 poin dari 7,1% menjadi 7,7% pada tahun lalu. Untuk mengatasi hal tersebut, pemerintah melakukan pemberian makanan tambahan untuk mengatasi masalah gizi di Indonesia. Endang mengatakan, pemerintah akan beralih dari pemberian makanan tambahan berupa biskuit menjadi makanan lokal.

Selain pemberian makanan tambahan dengan makanan lokal, menurut Endang, hal yang paling penting adalah pemberian edukasi kepada ibu tentang cara pemberian makanan yang baik untuk anak. Hal ini bertujuan untuk mengejar target pemerintah terkait penurunan angka stunting hingga 14% pada 2024. Endang mengatakan, sejumlah faktor yang mempengaruhi adanya penurunan stunting antara lain inisiasi menyusui dini (IMD), pemberian ASI eksklusif, pemberian protein hewani, dan konseling gizi. "Pencegahan stunting jauh lebih efektif dibandingkan pengobatan stunting,"

Sumber: <https://www.reaktifnews.com/selain-stunting-ini-deretan-masalah-gizi-yang-kerap-dialami-balita-di-indonesia.html>





#### Tahap 4 : Diskusi dan Evaluasi

Apa yang akan terjadi jika seseorang kurang memperhatikan gizi yang masuk ke dalam tubuh? Dan apakah terdapat keterkaitan antara pola makan sehat, bergizi seimbang dengan adanya kasus gizi buruk pada anak? Jelaskan!

Apa sajakah yang termasuk komponen gizi seimbang? Jelaskan pula jenis dan fungsi nutrisi yang termasuk kedalam komponen gizi seimbang!

Menurut kalian kenapa asupan nutrisi yang kita konsumsi harus seimbang dan bagaimana kaitannya dengan kesehatan sistem pencernaan? Jelaskan!





## Tahap 5: Metarefleksi

### Refleksi Diri

1. Berdasarkan hasil identifikasi dan diskusi yang telah dilakukan, apa yang dapat kalian simpulkan?
2. Setelah mempelajari materi nutrisi, informasi apa saja yang kamu peroleh? Bagaimana manfaat yang kamu rasakan? Tulislah jawabanmu pada kolom dibawah ini

Ayo Bermain



.....



.....



.....



.....



.....



.....