

		Universitas Negeri Surabaya Fakultas Vokasi Program Studi D4 Tata Boga					Kode Dokumen											
RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER																		
MATA KULIAH (MK)		KODE	Rumpun MK		BOBOT (sks)		SEMESTER	Tgl Penyusunan										
Gizi Kuliner		99999440602063	Mata Kuliah Wajib Program Studi		T=2	P=0	ECTS=3.18	2 12 Januari 2026										
OTORISASI		Pengembang RPS		Koordinator RMK		Koordinator Program Studi												
		Qorry Aina, S.Pd, M.Kes		Qorry Aina, S.Pd, M.Kes		LILIS SULANDARI												
Model Pembelajaran	Case Study																	
Capaian Pembelajaran (CP)	CPL-PRODI yang dibebankan pada MK																	
	CPL-2	Menunjukkan karakter tangguh, kolaboratif, adaptif, inovatif, inklusif, belajar sepanjang hayat, dan berjiwa kewirausahaan																
	CPL-3	Mengembangkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan kreatif dalam melakukan pekerjaan yang spesifik di bidang keahliannya serta sesuai dengan standar kompetensi kerja bidang yang bersangkutan																
	CPL-5	Mampu menunjukkan pemahaman konsep manajemen, komunikasi, literasi global, bahan makanan, kesehatan, dan pariwisata																
	CPL-6	Mampu menerapkan multidisipliner ilmu dengan mengintegrasikan teknologi modern (IPTEKS) dalam menghasilkan produk seni kuliner, prototipe/desain produk, dan menyusun laporan pertanggungjawaban																
	CPL-7	Mampu menyusun menu, mengolah, mempresentasikan, dan menyimpan produk makanan, minuman atau masakan sesuai dengan standar yang berlaku (prosedur, kebersihan, sehat dan aman, inovatif, nilai estetika) dengan menerapkan K3 di lingkungan kerja, dengan memanfaatkan sumber daya secara efektif dan efisien																
	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)																	
	CPMK - 1	Mahasiswa mampu menganalisis kandungan gizi bahan pangan lokal serta implikasinya dalam praktik kuliner sehat.																
	CPMK - 2	Mahasiswa mampu merancang dan mempresentasikan menu sehat inovatif berbasis prinsip gizi seimbang dan budaya kuliner.																
	CPMK - 3	Mahasiswa menganalisis komposisi gizi bahan pangan lokal serta menilai pengaruh berbagai teknik pengolahan (kukus, panggang, tumis minimal minyak, dll.) terhadap retensi zat gizi dan risiko (lemak trans, akrilamida, natrium tambahan).																
	CPMK - 4	Mahasiswa merancang menu harian/sepekan yang memenuhi target gizi (energi, sebaran makro, natrium, serat, mikronutrien prioritas) untuk segmen sasaran (mis. dewasa sehat/ibu hamil/mahasiswa aktif), dengan mempertimbangkan budaya, biaya, dan ketersediaan lokal.																
	CPMK - 5	Mahasiswa menerapkan teknik memasak yang menjaga kualitas gizi dan menegakkan praktik K3, higiene–sanitasi, serta pencegahan kontaminasi silang sesuai SOP (mis. time–temperature control, mise en place higienis).																
	CPMK - 6	Mahasiswa mengevaluasi produk (mutu sensoris dasar, tekstur, penerimaan) dan mengkalkulasi nilai gizi sajian; kemudian merevisi resep berbasis data uji sensoris/umpan balik untuk mencapai target gizi & mutu.																
	Matrik CPL - CPMK																	
			CPMK	CPL-2	CPL-3	CPL-5	CPL-6	CPL-7										
		CPMK-1	✓															
		CPMK-2		✓														
		CPMK-3			✓													
		CPMK-4				✓												
		CPMK-5					✓											
		CPMK-6						✓										
Matrik CPMK pada Kemampuan akhir tiap tahapan belajar (Sub-CPMK)																		
		CPMK	Minggu Ke															
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
		CPMK-1	✓	✓	✓	✓	✓											
		CPMK-2						✓										
		CPMK-3							✓	✓	✓							
		CPMK-4										✓	✓					
		CPMK-5												✓	✓	✓		
		CPMK-6															✓	✓
Deskripsi Singkat MK	Mata kuliah ini berisi tentang konsep Gizi yang meliputi: pengertian, ruang lingkup, jenis, fungsi, berbagai faktor yang mempengaruhinya, termasuk penerapan gizi seimbang berperan dalam seni kuliner profesional; pemahaman untuk pengetahuan gizi ke dalam praktik kuliner dimana makanan yang siapakan – diproses sejalan dengan panduan pola makan dan norma sosiokultural; serta membekali pendidikan gizi kepada chef/koki memiliki kemampuan menyajikan makanan sehat yang berkontribusi pada promosi kesehatan masyarakat Kajian tentang prinsip-prinsip ilmiah yang berkaitan dengan makanan dan penyiapannya dengan penekanan pada konsep gizi dalam penyiapan makanan. Pendekatan terapan akan menunjukkan prinsip dan metode penyiapan makanan di laboratorium makanan																	
Pustaka	Utama :																	

1. Labensky, S. R., Hause, A. M., & Martel, P. (2022). On Cooking: A Textbook of Culinary Fundamentals (7th ed.). Pearson. 2. Drewnowski, A., & Rolls, B. J. (2021). Nutrition and obesity: issues in weight management and health. Annual Review of Nutrition, 41, 1–20. 3. Raghunathan, R., Naylor, R. W., & Hoyer, W. D. (2020). The unhealthy = tasty intuition and its effects on taste inferences, enjoyment, and choice of food products. Journal of Marketing, 84(2), 106–125. 4. Gebhardt, S. E., & Thomas, R. G. (2002). Nutritive value of foods (Home and Garden Bulletin No. 72). U.S. Department of Agriculture, Agricultural Research Service. https://www.nal.usda.gov/fnic/foodcomp							
Pendukung : 1. Marcus, J. B. (2019). Culinary Nutrition: The Science and Practice of Healthy Cooking. Academic Press. 2. Stewart, C., & Brown, L. (2018). Food literacy: Key concepts for health and education. Health Education Journal, 77(7), 779–792. 3. Nestle, M. (2015). Food Politics: How the Food Industry Influences Nutrition and Health (3rd ed.). University of California Press. 4. Widyaniingsih, T. D., & Hapsari, R. D. (2022). Pendidikan gizi kuliner untuk meningkatkan keterampilan memasak sehat pada mahasiswa tata boga. Jurnal Pendidikan Vokasi, 12(1), 55–66. 5. Sari, E. M., & Nugroho, H. (2020). Hubungan literasi gizi dengan perilaku konsumsi makanan sehat mahasiswa. Media Gizi Indonesia, 15(2), 123–132.							
Dosen Pengampu Dr. Ir. Asrul Bahar, M.Pd. Dra. Rahayu Dewi Soeyono, M.Si. Dr. Lilis Sulandari, S.Pt., M.P. Gorry Aina, S.Pd., M.Kes.							
Mg Ke-	Kemampuan akhir tiap tahapan belajar (Sub-CPMK)	Penilaian		Bentuk Pembelajaran, Metode Pembelajaran, Penugasan Mahasiswa, [Estimasi Waktu]		Materi Pembelajaran [Pustaka]	Bobot Penilaian (%)
		Indikator	Kriteria & Bentuk	Luring (offline)	Daring (online)		
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)
1	Memahami tentang konsep dasar gizi	1. Menjelaskan pengertian gizi 2. Menjelaskan ruang lingkup gizi 3. Menjelaskan hubungan gizi dengan makanan	Kriteria: Mahasiswa mendapat nilai maksimal apabila jawaban benar Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipatif	2 X 50	Metode Pembelajaran : metode ceramah, diskusi, dan tanya jawab Model Pembelajaran : Kooperatif	Materi: ruang lingkup gizi Pustaka: Stewart, C., & Brown, L. (2018). Food literacy: Key concepts for health and education. Health Education Journal, 77(7), 779–792.	15%
2	Memahami fungsi dan metabolisme karbohidrat dalam tubuh	1. Menjelaskan pengertian karbohidrat 2. Menjelaskan jenis-jenis karbohidrat 3. Menjelaskan fungsi karbohidrat 4. Menjelaskan metabolisme karbohidrat dalam tubuh	Kriteria: Mahasiswa mendapatkan nilai maksimal apabila jawaban benar Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipatif	Metode Pembelajaran : metode ceramah, diskusi, dan tanya jawab Model Pembelajaran : Kooperatif 2 X 50		Materi: karbohidrat dalam tubuh Pustaka: Hardinsyah dan Supriasa, I Dewa Nyoman. 2016. Ilmu Gizi, Teori & Aplikasinya. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC	0%
3	Memahami fungsi dan metabolisme protein dalam tubuh	1. Menjelaskan pengertian protein 2. Menjelaskan jenis-jenis protein 3. Menjelaskan fungsi protein 4. Menjelaskan metabolisme protein dalam tubuh	Kriteria: Mahasiswa mendapatkan nilai maksimal apabila mahasiswa dapat menjawab dengan benar Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipatif	Metode Pembelajaran : metode ceramah, diskusi, dan tanya jawab Model Pembelajaran : Kooperatif 2 X 50		Materi: protein dalam tubuh Pustaka: Almatstier, Sunita. 2009. Prinsip Dasar Ilmu Gizi. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka.	0%
4	Memahami fungsi dan metabolisme lemak dalam tubuh	1. Menjelaskan pengertian lemak 2. Menjelaskan jenis dan sifat lemak 3. Menjelaskan fungsi lemak 4. Menjelaskan metabolisme lemak dalam tubuh	Kriteria: Mahasiswa mendapatkan nilai maksimal apabila menjawab dengan benar Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipatif	Metode Pembelajaran : metode ceramah, diskusi, dan tanya jawab Model Pembelajaran : Kooperatif 2 X 50		Materi: lemak dalam tubuh Pustaka: Hardinsyah dan Supriasa, I Dewa Nyoman. 2016. Ilmu Gizi, Teori & Aplikasinya. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC	0%
5	Memahami fungsi dan metabolisme vitamin dalam tubuh	1. Menjelaskan pengertian vitamin 2. Menjelaskan jenis-jenis vitamin 3. Menjelaskan fungsi vitamin 4. Menjelaskan metabolisme vitamin dalam tubuh	Kriteria: Mahasiswa dapat nilai maksimal apabila dapat menjawab dengan benar Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipatif	Metode Pembelajaran : diskusi Model Pembelajaran : Problem Based Learning 2 X 50		Materi: vitamin dalam tubuh Pustaka: Hardinsyah dan Supriasa, I Dewa Nyoman. 2016. Ilmu Gizi, Teori & Aplikasinya. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC	25%

6	Memahami fungsi dan metabolisme vitamin dalam tubuh	1. Menjelaskan pengertian vitamin 2. Menjelaskan jenis-jenis vitamin 3. Menjelaskan fungsi vitamin 4. Menjelaskan metabolisme vitamin dalam tubuh	Kriteria: Mahasiswa dapat nilai maksimal apabila dapat menjawab dengan benar Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif, Penilaian Portofolio	Metode Pembelajaran : diskusiModel Pembelajaran : Problem Based Learning 2 X 50		Materi: vitamin dalam tubuh Pustaka: <i>Almatsier, Sunita. 2009. Prinsip Dasar Ilmu Gizi. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka.</i>	0%
7	Memahami fungsi dan metabolisme mineral makro dan mikro dalam tubuh	1. Menjelaskan pengertian mineral makro dan mikro 2. Menjelaskan jenis-jenis mineral makro dan mikro 3. Menjelaskan fungsi mineral makro dan mikro 4. Menjelaskan metabolisme mineral makro dan mikro dalam tubuh	Kriteria: Mahasiswa mendapatkan nilai maksimal apabila menjawab dengan benar Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif, Praktik / Unjuk Kerja	Metode Pembelajaran : diskusiModel Pembelajaran : Problem Based Learning 2 X 50		Materi: mineral makro dan mikro Pustaka: <i>Almatsier, Sunita. 2009. Prinsip Dasar Ilmu Gizi. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka.</i>	0%
8	Memahami fungsi dan metabolisme mineral makro dan mikro dalam tubuh	1. Menjelaskan pengertian mineral makro dan mikro 2. Menjelaskan jenis-jenis mineral makro dan mikro 3. Menjelaskan fungsi mineral makro dan mikro 4. Menjelaskan metabolisme mineral makro dan mikro dalam tubuh	Kriteria: Mahasiswa mendapatkan nilai maksimal apabila menjawab dengan benar Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif	Metode Pembelajaran : diskusiModel Pembelajaran : Problem Based Learning 2 X 50		Materi: mineral makro dan mikro Pustaka: <i>Hardinsyah dan Supariasa, I Dewa Nyoman. 2016. Ilmu Gizi, Teori & Aplikasinya. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC</i>	0%
9	Penilaian Progres Proyek Pengukuran IMT	Ujian Tengah Semester	Kriteria: Nilai penuh diperoleh apabila menjawab semua soal dengan benar. Bentuk Penilaian : Tes	2 X 50		Materi: Ilmu Gizi Pustaka: <i>Hardinsyah dan Supariasa, I Dewa Nyoman. 2016. Ilmu Gizi, Teori & Aplikasinya. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC</i>	0%
10	Memahami kandungan zat gizi dalam bahan makanan serta kebutuhan tubuh akan zat gizi	- Penggunaan alat modern dalam memasak sehat dan berkelanjutan.	Kriteria: Nilai penuh diperoleh apabila mengerjakan semua soal dengan benar. Bentuk Penilaian : Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk	Penugasan tentang pencarian isu tentang teknologi kuliner terbaru 2 X 50		Materi: teknologi kuliner Pustaka: <i>Marcus Jacqueline B., 2013. Culinary Nutrition: The Science and Practice of Healthy Cooking. Highland Park, Illinois US. Academic Press is an imprint of Elsevier 225 Wyman Street, Waltham, MA 02451, USA The Boulevard, Langford Lane, Kidlington, Oxford, OX5 1GB, UK</i>	0%
11	Memahami cara membaca label gizi pada produk kemasan	1. Membaca label gizi dari berbagai produk sesuai dengan takarannya 2. Menganalisis simbol pangan sehat pada produk kemasan	Kriteria: Nilai penuh diperoleh apabila mengerjakan semua soal dengan benar. Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk	Penugasan membawa produk kemasan dengan berbagai merk 2 X 50		Materi: Kebutuhan Kalori Tubuh Pustaka: <i>Gebhardt, S. E., & Thomas, R. G. (2002). Nutritive value of foods (Home and Garden Bulletin No. 72). U.S. Department of Agriculture, Agricultural Research Service. https://www.nal.usda.gov/...</i> Materi: Label Gizi pada Makanan Kemasan Pustaka: <i>Stewart, C., & Brown, L. (2018). Food literacy: Key concepts for health and education. Health Education Journal, 77(7), 779–792.</i>	0%

12	Memahami kandungan zat gizi dalam bahan makanan serta kebutuhan tubuh akan zat gizi	1. Menjelaskan kandungan zat gizi yang terdapat dalam bahan makanan. 2. Menjelaskan cara menghitung kandungan zat gizi dalam bahan makanan 3. Menjelaskan cara menghitung konversi penyerapan minyak dan konversi bahan masak.	Kriteria: Mahasiswa akan mendapatkan nilai maksimal apabila dapat menjawab soal dengan benar Bentuk Penilaian : Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk	Metode Pembelajaran : metode ceramah, diskusi, dan tanya jawab Model Pembelajaran : Kooperatif 2 X 50		Materi: zat gizi dalam bahan makanan Pustaka: Moehyi, S. 1992. <i>Penyelenggaraan Makanan Institusi dan Jasa Boga</i> . Penerbit. Bharata. Jakarta	25%
13	Memahami tren kuliner sehat berbasis global	Tren makanan organik, plant-based, dan rendah gluten	Kriteria: Mahasiswa akan mendapatkan nilai maksimal apabila dapat menjawab soal dengan benar Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipatif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk	Metode Pembelajaran : metode ceramah, diskusi, dan tanya jawab Model Pembelajaran : Kooperatif 2 X 50	2 X 50	Materi: Peran Gizi dibidang Kuliner Pustaka: <i>A Taste of Culinary Nutrition Jenna Saidel Lebowich, MS, RDN Culinary Nutritionist & Owner, Cook Learn Live</i> Materi: Keahlian keterampilan teknik pengolahan makanan sebagai bagian penting dari seni dan gizi Kuliner Pustaka: <i>Pope Culinary.</i> https://klinksulinaryblog.weebly.com/...	10%
14	1. Memahami Berbagai Profesi Kuliner 2. Memahami Kapasitas Profesi Keahlian dibidang Gizi Kuliner 3. Memahami Kapasitas serta Kemampuan Profesi Keahlian dibidang Gizi Kuliner	1. Menjelaskan Berbagai Profesi Keahlian dibidang Kuliner 2. Menjelaskan Peran Profesi Keahlian dibidang Gizi Kuliner 3. Menjelaskan Kapasitas serta Kemampuan Profesi Keahlian dibidang Gizi Kuliner 4.	Kriteria: Mahasiswa akan mendapatkan nilai maksimal apabila dapat menjawab soal dengan benar Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipatif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk	Model Pembelajaran : metode ceramah, diskusi, dan tanya jawab Model Pembelajaran : Kooperatif 2 X 50	2 X 50	Materi: Peran Gizi dibidang Kuliner Pustaka: <i>A Taste of Culinary Nutrition Jenna Saidel Lebowich, MS, RDN Culinary Nutritionist & Owner, Cook Learn Live</i> Materi: Peran Gizi, Nutrisi pada bidang kajian Kuliner Pustaka: <i>Marcus Jacqueline B., 2013. Culinary Nutrition: The Science and Practice of Healthy Cooking. Highland Park, Illinois US. Academic Press is an imprint of Elsevier 225 Wyman Street, Waltham, MA 02451, USA The Boulevard, Langford Lane, Kidlington, Oxford, OX5 1GB, UK</i>	25%
15	Memahami prinsip penyusunan menu seimbang berdasarkan kondisi tubuh dan aktivitas sehari-hari	1. Menjelaskan Berbagai Profesi Keahlian dibidang Kuliner 2.	Kriteria: Mahasiswa akan mendapatkan nilai maksimal apabila dapat menjawab soal dengan benar Bentuk Penilaian : Penilaian Portofolio	Model Pembelajaran : metode ceramah, diskusi, dan tanya jawab Model Pembelajaran : Kooperatif 2 X 50	2 X 50	Materi: Peran Gizi dibidang Kuliner Pustaka: <i>A Taste of Culinary Nutrition Jenna Saidel Lebowich, MS, RDN Culinary Nutritionist & Owner, Cook Learn Live</i> Materi: menu seimbang berdasarkan kalori Pustaka: <i>Stewart, C., & Brown, L. (2018). Food literacy: Key concepts for health and education. Health Education Journal, 77(7), 779–792.</i>	0%
16	Penilaian Proyek Tugas Akhir	Ujian Akhir Semester	Kriteria: Mahasiswa akan mendapatkan nilai maksimal apabila menjawab dengan benar Bentuk Penilaian : Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk	2 X 50		Materi: penyusunan menu berdasarkan kebutuhan Pustaka: <i>Labensky, S. R., Hause, A. M., & Martel, P. (2022). On Cooking: A Textbook of Culinary Fundamentals (7th ed.). Pearson.</i>	0%

Rekap Persentase Evaluasi : Case Study

No	Evaluasi	Persentase
1.	Aktifitas Partisipatif	57.5%
2.	Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk	42.5%
		100%

Catatan

1. **Capaian Pembelajaran Lulusan Prodi (CPL - Prodi)** adalah kemampuan yang dimiliki oleh setiap lulusan prodi yang merupakan internalisasi dari sikap, penguasaan pengetahuan dan ketrampilan sesuai dengan jenjang prodinya yang diperoleh melalui proses pembelajaran.
2. **CPL yang dibebankan pada mata kuliah** adalah beberapa capaian pembelajaran lulusan program studi (CPL-Prodi) yang digunakan untuk pembentukan/pengembangan sebuah mata kuliah yang terdiri dari aspek sikap, ketrampilan umum, ketrampilan khusus dan pengetahuan.
3. **CP Mata kuliah (CPMK)** adalah kemampuan yang dijabarkan secara spesifik dari CPL yang dibebankan pada mata kuliah, dan bersifat spesifik terhadap bahan kajian atau materi pembelajaran mata kuliah tersebut.

4. **Sub-CPMK Mata kuliah (Sub-CPMK)** adalah kemampuan yang dijabarkan secara spesifik dari CPMK yang dapat diukur atau diamati dan merupakan kemampuan akhir yang direncanakan pada tiap tahap pembelajaran, dan bersifat spesifik terhadap materi pembelajaran mata kuliah tersebut.
5. **Indikator penilaian** kemampuan dalam proses maupun hasil belajar mahasiswa adalah pernyataan spesifik dan terukur yang mengidentifikasi kemampuan atau kinerja hasil belajar mahasiswa yang disertai bukti-bukti.
6. **Kreteria Penilaian** adalah patokan yang digunakan sebagai ukuran atau tolok ukur ketercapaian pembelajaran dalam penilaian berdasarkan indikator-indikator yang telah ditetapkan. Kreteria penilaian merupakan pedoman bagi penilai agar penilaian konsisten dan tidak bias. Kreteria dapat berupa kuantitatif ataupun kualitatif.
7. **Bentuk penilaian:** tes dan non-tes.
8. **Bentuk pembelajaran:** Kuliah, Responsi, Tutorial, Seminar atau yang setara, Praktikum, Praktik Studio, Praktik Bengkel, Praktik Lapangan, Penelitian, Pengabdian Kepada Masyarakat dan/atau bentuk pembelajaran lain yang setara.
9. **Metode Pembelajaran:** Small Group Discussion, Role-Play & Simulation, Discovery Learning, Self-Directed Learning, Cooperative Learning, Collaborative Learning, Contextual Learning, Project Based Learning, dan metode lainnya yg setara.
10. **Materi Pembelajaran** adalah rincian atau uraian dari bahan kajian yg dapat disajikan dalam bentuk beberapa pokok dan sub-pokok bahasan.
11. **Bobot penilaian** adalah prosentasi penilaian terhadap setiap pencapaian sub-CPMK yang besarnya proposional dengan tingkat kesulitan pencapaian sub-CPMK tsb., dan totalnya 100%.
12. TM=Tatap Muka, PT=Penugasan terstruktur, BM=Belajar mandiri.

RPS ini telah divalidasi pada tanggal 3 Desember 2024

Koordinator Program Studi D4 Tata
Boga



LILIS SULANDARI
NIDN 0020027407

UPM Program Studi D4 Tata Boga



NIDN 0021046405

File PDF ini digenerate pada tanggal 12 Januari 2026 Jam 05:50 menggunakan aplikasi RPS-OBE SiDia Unesa

