



Universitas Negeri Surabaya
Fakultas Teknik
Program Studi S1 Pendidikan Tata Boga

Kode Dokumen

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER

MATA KULIAH (MK)	KODE	Rumpun MK	BOBOT (sks)			SEMESTER	Tgl Penyusunan											
ilmu Gizi	8321102116	Mata Kuliah Wajib Program Studi	T=2	P=0	ECTS=3.18	2	4 Agustus 2024											
OTORISASI	Pengembang RPS		Koordinator RMK			Koordinator Program Studi												
	Ratna Palupi Nurfatimah, S.TP., M.T.P.		Dr. Ir. Asrul Bahar, M.Pd			Dr. Hj. Sri Handajani, S.Pd., M.Kes.												
Model Pembelajaran	Project Based Learning																	
Capaian Pembelajaran (CP)	CPL-PRODI yang dibebankan pada MK																	
	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-4	Mengembangkan diri secara berkelanjutan dan berkolaborasi.																
	CPL-6	Mampu merancang, melaksanakan, menganalisis dan mengimplementasikan hasil penelitian dalam bidang pendidikan Tata Boga																
	CPL-8	Mampu memahami konsep-konsep ilmu dalam bidang tata boga																
	CPL-9	Mampu mengaplikasikan prinsip-prinsip pengetahuan adaptif dan normatif yang menunjang bidang pendidikan tata boga																
	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)																	
	CPMK - 1	Memahami dasar tentang ilmu gizi																
	CPMK - 2	Memahami tentang metabolisme makromolekul di dalam tubuh																
	CPMK - 3	Memahami tentang metabolisme mikromolekul di dalam tubuh																
	CPMK - 4	Memahami tentang zat gizi lainnya																
	CPMK - 5	Terampil dalam perhitungan dan perencanaan menu sesuai kebutuhan gizi individu																
	CPMK - 6	Terampil dalam perhitungan dan pengaturan makanan untuk kondisi khusus																
	Matrik CPL - CPMK																	
			CPMK	CPL-3	CPL-4	CPL-6	CPL-8	CPL-9										
			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 Ilmu Gizi memberikan pemahaman dasar tentang ilmu gizi, termasuk metabolisme makromolekul (karbohidrat, lemak, protein) dan mikromolekul (vitamin, mineral). Mahasiswa akan dilatih dalam perhitungan dan perencanaan kebutuhan gizi individu serta pengolahan dan penyajian makanan untuk kondisi kesehatan dan penyakit tertentu. Mata kuliah ini mengkombinasikan teori dan praktik untuk menghasilkan kompetensi dalam bidang gizi.																	
Pustaka	Utama :																	

<ol style="list-style-type: none"> 1. Sediaoetama, AD. 2002. Ilmu Gizi. Dian Rakyat, Jakarta. 2. Bahar, A. 2001. Makanan Dan Gizi. UNESA Press, Surabaya. 3. Hartono, A , Kristiani. 2000. Ilmu Gizi dan Diet. Yayasan Essentia Medica, Yogyakarta. 4. Moehyi, S. 1999. Pengaturan Makanan Dan Diet Untuk Penyembuhan Penyakit. Gramedia Pustaka Utama, Jakarta. 5. Linder, MC. 1992. Biokimia Nutrisi Dan Metabolisme. Universitas Indonesia Perss, Jakarta 6. Almatsier, S. 2002. Prinsip Dasar IlmuGizi. Gramedia Pustaka Utama, Jakarta 7. Almatsier, S. 2004. Penuntun Diet. Gramedia Pustaka Utama, Jakarta 8. Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia No 75 tahun 2013 tentang Angka Kecukupan Gizi yang Dianjurkan Bagi Bangsa Indonesia 							
Pendukung :							
<ol style="list-style-type: none"> 1. U.S. Department of Agriculture (USDA) - Food and Nutrition (usda.gov/topics/food-and-nutrition) 2. Academy of Nutrition and Dietetics - (eatright.org) 							
Dosen Pengampu		Dr. Ir. Asrul Bahar, M.Pd. Dra. Rahayu Dewi Soeyono, M.Si. Ratna Palupi Nurfatimah, S.T.P., M.T.P. Rendra Lebdoyono, S.T.P., M.Sc.					
Mg Ke-	Kemampuan akhir tiap tahapan belajar (Sub-CPMK)	Penilaian		Bantuk 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	1.Mampu memahami dasar tentang ilmu gizi 2.Mampu menjelaskan pengertian, keseimbangan, akibat kekurangan dan kelebihan energi.	1.KONTRAK KULIAH DAN TUGAS AKHIR 2.Kemampuan mendefinisikan gizi dan menjelaskan pentingnya dalam kehidupan sehari-hari 3.Kemampuan mengelompokkan zat gizi berdasarkan fungsi dan sumbernya 4.Kemampuan menjelaskan tentang perkembangan ilmu gizi 5.Kemampuan menjelaskan hubungan zat gizi dengan kesehatan 6.Kemampuan menjelaskan pengertian energi dan keseimbangan energi. 7.Kemampuan menjelaskan dampak kelebihan dan kekurangan energi	Kriteria: 1.Menjawab pertanyaan diskusi pemahaman materi 2.Penyusunan konsep tugas akhir beserta penyerahan nama anggota kelompok masing-masing kelas Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif, Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Tes	Ceramah, diskusi/presentasi, dan tanya jawab. 2 X 50		Materi: Pengertian Zat Gizi Pustaka: <i>Sediaoetama, AD. 2002. Ilmu Gizi. Dian Rakyat, Jakarta.</i>	5%
2	Mampu memahami fungsi metabolisme karbohidrat dalam tubuh	1.Kemampuan memahami pengertian karbohidrat. 2.Kemampuan memahami proses metabolisme karbohidrat dalam tubuh manusia. 3.Kemampuan mengklasifikasi jenis karbohidrat. 4.Kemampuan memahami akibat kekurangan dan kelebihan karbohidrat. 5.Mampu memberikan contoh menu makanan dengan komposisi karbohidrat yang seimbang dan sesuai dengan kebutuhan gizi.	Kriteria: 1.Menjawab pertanyaan diskusi pemahaman materi 2.Ketepatan dalam menjelaskan tentang materi karbohidrat Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif, Tes	Ceramah, diskusi/presentasi, dan tanya jawab. 2 X 50		Materi: Materi Karbohidrat Pustaka: <i>Bahar, A. 2001. Makanan Dan Gizi. UNESA Press, Surabaya.</i>	5%

3	Mampu memahami fungsi metabolisme lemak dalam tubuh.	<ol style="list-style-type: none"> 1.Kemampuan memahami pengertian lemak. 2.Kemampuan memahami proses metabolisme lemak dalam tubuh manusia. 3.Kemampuan mengklasifikasi jenis lemak. 4.Kemampuan memahami akibat kekurangan dan kelebihan lemak. 5.Mampu memberikan contoh menu makanan dengan komposisi lemak yang seimbang dan sesuai dengan kebutuhan gizi. 	<p>Kriteria:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.Menjawab pertanyaan diskusi pemahaman materi 2.Ketepatan dalam menjelaskan tentang materi lemak <p>Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif, Tes</p>		Ceramah, diskusi/presentasi, dan tanya jawab. 2 X 50	<p>Materi: Metabolisme Lemak Pustaka: <i>Linder, MC. 1992. Biokimia Nutrisi Dan Metabolisme. Universitas Indonesia Perss, Jakarta</i></p>	5%
4	Mampu memahami fungsi metabolisme protein dalam tubuh.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kemampuan memahami pengertian protein. 2.Kemampuan memahami proses metabolisme protein dalam tubuh manusia. 3.Kemampuan mengklasifikasi jenis protein. 4.Kemampuan memahami akibat kekurangan dan kelebihan protein. 5.Mampu memberikan contoh menu makanan dengan komposisi protein yang seimbang dan sesuai dengan kebutuhan gizi. 	<p>Kriteria:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.Menjawab pertanyaan diskusi pemahaman materi 2.Ketepatan dalam menjelaskan tentang materi protein <p>Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif, Tes</p>		Ceramah, diskusi/presentasi, dan tanya jawab. 2 X 50	<p>Materi: Metabolisme Protein Pustaka: <i>Linder, MC. 1992. Biokimia Nutrisi Dan Metabolisme. Universitas Indonesia Perss, Jakarta</i></p>	5%
5	Mampu memahami fungsi metabolisme vitamin dalam tubuh	<ol style="list-style-type: none"> 1.Kemampuan memahami pengertian vitamin. 2.Kemampuan mengklasifikasi jenis vitamin dan sumbernya. 3.Kemampuan memahami struktur dan fungsi vitamin. 4.Kemampuan memahami proses metabolisme vitamin dalam tubuh manusia. 5.Kemampuan memahami akibat kekurangan dan kelebihan vitamin. 	<p>Kriteria:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.Menjawab pertanyaan diskusi pemahaman materi 2.Ketepatan dalam menjelaskan tentang materi karbohidrat <p>Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif, Tes</p>		Ceramah, diskusi/presentasi, dan tanya jawab. 2 X 50	<p>Materi: Metabolisme vitamin Pustaka: <i>Linder, MC. 1992. Biokimia Nutrisi Dan Metabolisme. Universitas Indonesia Perss, Jakarta</i></p>	5%
6	Mampu memahami fungsi metabolisme mineral (makro dan mikro) dalam tubuh	<ol style="list-style-type: none"> 1.Kemampuan memahami pengertian mineral. 2.Kemampuan mengklasifikasi jenis mineral. 3.Kemampuan memahami proses metabolisme mineral dalam tubuh manusia. 4.Kemampuan memahami akibat kekurangan dan kelebihan mineral. 5.Mampu memberikan contoh menu makanan dengan komposisi mineral yang seimbang dan sesuai dengan kebutuhan gizi. 	<p>Kriteria:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.Menjawab pertanyaan diskusi pemahaman materi. 2.Ketepatan dalam menjelaskan tentang materi mineral. <p>Bentuk Penilaian : Tes</p>		Ceramah, diskusi/presentasi, dan tanya jawab. 2 X 50	<p>Materi: Metabolisme Mineral Pustaka: <i>Linder, MC. 1992. Biokimia Nutrisi Dan Metabolisme. Universitas Indonesia Perss, Jakarta</i></p> <p>Materi: Minerals Pustaka: <i>U.S. Department of Agriculture (USDA) - Food and Nutrition (usda.gov/topics/food-and-nutrition)</i></p>	5%

7	Mampu memahami fungsi metabolisme (serat, antioksidan dan pangan fungsional) dalam tubuh	<ol style="list-style-type: none"> 1.Mampu memahami definisi zat gizi lainnya (serat dan antioksidan) 2.Mampu mengklasifikasikan jenis serat dan antioksidan 3.Mampu memahami fungsi dan kebutuhan serat makanan dan antioksidan bagi tubuh 4.Mampu menganalisis dampak akibat kekurangan dan kelebihan serat dan antioksidan 5.Mampu memahami definisi dan fungsi pangan fungsional 6.Mampu memberikan contoh pangan fungsional 	<p>Kriteria:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.Menjawab pertanyaan diskusi pemahaman materi 2.Ketepatan dalam menjelaskan tentang materi zat gizi lainnya <p>Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif</p>	Ceramah, diskusi/presentasi, dan tanya jawab. 2 X 50			5%
8	UTS	Kemampuan akhir: meliputi materi pertemuan 1-7	<p>Kriteria:</p> <p>Nilai maksimal diperoleh apabila mahasiswa memberikan jawaban dengan benar</p> <p>Bentuk Penilaian : Tes</p>	UTS Soal Pilihan berganda dan Essay yang dilakukan secara Luring di kelas. 2 X 50			10%
9	Mampu memahami kandungan zat gizi dalam bahan makanan	<ol style="list-style-type: none"> 1.Mampu menjelaskan kandungan zat gizi yang terdapat dalam bahan makanan 2.Mampu menjelaskan cara menghitung kandungan zat gizi dalam bahan makanan 3.Mampu menjelaskan cara menghitung konversi penyerapan minyak dan konversi bahan masak 	<p>Kriteria:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.Menjawab pertanyaan diskusi pemahaman materi 2.Ketepatan dalam menjelaskan tentang materi kandungan zat gizi dalam bahan makanan <p>Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif, Penilaian Praktikum</p>	Ceramah, diskusi/presentasi, dan tanya jawab. 2 X 50		<p>Materi: Kandungan zat gizi bahan makanan</p> <p>Pustaka: <i>U.S. Department of Agriculture (USDA) - Food and Nutrition (usda.gov/topics/food-and-nutrition)</i></p>	5%
10	Mampu menguasai konsep tentang kebutuhan tubuh akan zat gizi	<ol style="list-style-type: none"> 1.Mampu menjelaskan cara menentukan kebutuhan zat gizi (berdasarkan MDR RDA AKG) 2.Menjelaskan faktor-faktor yang mempengaruhi kebutuhan zat gizi 	<p>Kriteria:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.Menjawab pertanyaan diskusi pemahaman materi 2.Ketepatan dalam menjelaskan tentang materi kebutuhan tubuh akan zat gizi <p>Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif</p>	Ceramah, diskusi/presentasi, dan tanya jawab. 2 X 50		<p>Materi: kebutuhan tubuh akan zat gizi</p> <p>Pustaka: <i>Almatsier, S. 2004. Penuntun Diet. Gramedia Pustaka Utama, Jakarta</i></p>	5%
11	Terampil dalam perhitungan dan perencanaan kebutuhan gizi individu	<ol style="list-style-type: none"> 1.Mampu menghitung kebutuhan gizi individu 2.Mampu menyusun perencanaan kebutuhan gizi individu 	<p>Kriteria:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.Menjawab pertanyaan diskusi pemahaman materi 2.Ketepatan dalam menjelaskan tentang materi perencanaan kebutuhan gizi individu <p>Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif, Tes</p>	Ceramah, diskusi/presentasi, dan tanya jawab. 2 X 50		<p>Materi: perencanaan kebutuhan gizi individu</p> <p>Pustaka: <i>Hartono, A , Kristiani. 2000. Ilmu Gizi dan Diet. Yayasan Essentia Medica, Yogyakarta.</i></p>	5%

12	Terampil dalam mengolah dan menyajikan makanan sesuai dengan perhitungan dan perencanaan kebutuhan gizi individu	<ol style="list-style-type: none"> 1.Mampu mengolah makanan sesuai dengan perhitungan dan perencanaan kebutuhan gizi individu 2.Mampu menyajikan makanan sesuai dengan perhitungan dan perencanaan kebutuhan gizi individu 	<p>Kriteria:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.Menjawab pertanyaan diskusi pemahaman materi 2.Keterampilan dalam mengolah dan menyajikan makanan sesuai dengan perhitungan dan perencanaan kebutuhan gizi individu <p>Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif</p>	Ceramah, diskusi/presentasi, dan tanya jawab. 2 X 50		<p>Materi: Pengolahan dan penyajian makanan sesuai dengan perhitungan dan perencanaan kebutuhan gizi individu</p> <p>Pustaka: <i>Academy of Nutrition and Dietetics - (eatright.org)</i></p>	5%
13	Mampu memahami tentang pengaturan makanan untuk orang sakit	<ol style="list-style-type: none"> 1.Mampu menjelaskan jenis-jenis makanan untuk orang sakit 2.Mampu menjelaskan tujuan pengaturan makanan untuk orang sakit 3.Mampu menjelaskan syarat pengaturan makanan untuk orang sakit 	<p>Kriteria:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.Menjawab pertanyaan diskusi pemahaman materi 2.Ketepatan dalam menjelaskan tentang materi karbohidrat <p>Bentuk Penilaian : Tes</p>	Ceramah, diskusi/presentasi, dan tanya jawab. 2 X 50		<p>Materi: pengaturan makanan untuk orang sakit</p> <p>Pustaka: <i>Moehyi, S. 1999. Pengaturan Makanan Dan Diet Untuk Penyembuhan Penyakit. Gramedia Pustaka Utama, Jakarta.</i></p>	5%
14	Terampil dalam penghitungan dan perencanaan kebutuhan gizi untuk beberapa jenis penyakit (obesitas DM asam urat hipertensi dll)	<ol style="list-style-type: none"> 1.Mampu menghitung kebutuhan gizi untuk beberapa jenis penyakit (obesitas DM asam urat hipertensi dll) 2.Mampu merencanakan kebutuhan gizi untuk beberapa jenis penyakit (obesitas DM asam urat hipertensi dll) 	<p>Kriteria:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.Menjawab pertanyaan diskusi pemahaman materi 2.Ketepatan dalam menjelaskan tentang materi penghitungan dan perencanaan kebutuhan gizi untuk beberapa jenis penyakit (obesitas DM asam urat hipertensi dll) <p>Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif</p>	Ceramah, diskusi/presentasi, dan tanya jawab melalui Sida. 2 X 50		<p>Materi: penghitungan dan perencanaan kebutuhan gizi untuk beberapa jenis penyakit (obesitas DM asam urat hipertensi dll)</p> <p>Pustaka: <i>Moehyi, S. 1999. Pengaturan Makanan Dan Diet Untuk Penyembuhan Penyakit. Gramedia Pustaka Utama, Jakarta.</i></p>	5%
15	Terampil dalam mengolah dan menyajikan makanan sesuai dengan perhitungan dan perencanaan kebutuhan gizi berdasarkan penyakit tertentu	<ol style="list-style-type: none"> 1.Mampu mengolah makanan sesuai dengan perhitungan dan perencanaan kebutuhan gizi berdasarkan penyakit tertentu 2.Mampu menyajikan makanan sesuai dengan perhitungan dan perencanaan kebutuhan gizi berdasarkan penyakit tertentu 	<p>Kriteria:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.Menjawab pertanyaan diskusi pemahaman materi 2.Ketepatan dalam menjelaskan tentang materi pengolahan dan penyajian makanan sesuai dengan perhitungan dan perencanaan kebutuhan gizi berdasarkan penyakit tertentu 3.Praktek membuat rancangan pengolahan makanan sesuai dengan perhitungan dan perencanaan kebutuhan gizi berdasarkan penyakit tertentu. <p>Bentuk Penilaian : Aktifitas Partisipasif, Tes</p>	Ceramah, diskusi/presentasi, dan tanya jawab. 2 X 50		<p>Materi: pengolahan dan penyajian makanan sesuai dengan perhitungan dan perencanaan kebutuhan gizi berdasarkan penyakit tertentu</p> <p>Pustaka: <i>Moehyi, S. 1999. Pengaturan Makanan Dan Diet Untuk Penyembuhan Penyakit. Gramedia Pustaka Utama, Jakarta.</i></p>	5%
16	Ujian Akhir Semester		<p>Kriteria: 20</p> <p>Bentuk Penilaian : Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk, Tes</p>	UAS - ASINKRONUS 2 X 50		<p>Materi: Sesuai penugasan yang di laksanakan</p> <p>Pustaka: <i>Bahar, A. 2001. Makanan Dan Gizi. UNESA Press, Surabaya.</i></p>	20%

Rekap Persentase Evaluasi : Project Based Learning

No	Evaluasi	Persentase
1.	Aktifitas Partisipatif	39.17%
2.	Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk	11.67%
3.	Penilaian Praktikum	2.5%
4.	Tes	46.67%
		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.