



**Universitas Negeri Surabaya**  
**Fakultas Teknik**  
**Program Studi S1 Pendidikan Tata Rias**

Kode Dokumen

**RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER**

<b>MATA KULIAH (MK)</b>	<b>KODE</b>	<b>Rumpun MK</b>	<b>BOBOT (sks)</b>	<b>SEMESTER</b>	<b>Tgl Penyusunan</b>																																																																																				
Gizi Kecantikan	8321302004		T=2 P=0 ECTS=3.18	7	2 Oktober 2024																																																																																				
<b>OTORISASI</b>	<b>Pengembang RPS</b>		<b>Koordinator RMK</b>	<b>Koordinator Program Studi</b>																																																																																					
	.....		.....	Nia Kusianti, S.Pd., M.Pd.																																																																																					
<b>Model Pembelajaran</b>	Case Study																																																																																								
<b>Capaian Pembelajaran (CP)</b>	<b>CPL-PRODI yang dibebankan pada MK</b>																																																																																								
	<b>CPL-5</b>	Mengaplikasikan sikap profesional sebagai pendidik dan praktisi dalam bidang tata rias yang meliputi disiplin, jujur, tanggung jawab, beretika., mampu bekerjasama dan berkomunikasi efektif																																																																																							
	<b>CPL-7</b>	Mampu mengaplikasikan keterampilan bidang tata rias yang menunjang bidang pendidikan tata rias																																																																																							
	<b>Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)</b>																																																																																								
	<b>CPMK - 1</b>	Mahasiswa memahami konsep dan manfaat zat gizi serta seluruh kebaikannya, dalam proses pembelajaran pendidikan gizi yang bertujuan mendorong perilaku pada pilihan manfaat nutrisi yang baik - sehat berimplikasi kecantikan dan kesehatan tubuh																																																																																							
	<b>CPMK - 2</b>	Mahasiswa mampu memahami penerapan Gizi Seimbang pada Isi Piringku, sesuai karakteristik individu																																																																																							
	<b>CPMK - 3</b>	Mahasiswa mampu mengaplikasikan konsep dan menerapkan mengetahui berbagai komponen zat-zat gizi dalam berbagai unsur serta bahan makanan,																																																																																							
	<b>Matrik CPL - CPMK</b>																																																																																								
		<table border="1" style="margin-left: auto; margin-right: auto;"> <tr> <td>CPMK</td> <td>CPL-5</td> <td>CPL-7</td> </tr> <tr> <td>CPMK-1</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>CPMK-2</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>CPMK-3</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>					CPMK	CPL-5	CPL-7	CPMK-1			CPMK-2			CPMK-3																																																																									
	CPMK	CPL-5	CPL-7																																																																																						
CPMK-1																																																																																									
CPMK-2																																																																																									
CPMK-3																																																																																									
<b>Matrik CPMK pada Kemampuan akhir tiap tahapan belajar (Sub-CPMK)</b>																																																																																									
	<table border="1" style="margin-left: auto; margin-right: auto;"> <tr> <td rowspan="2">CPMK</td> <td colspan="16">Minggu Ke</td> </tr> <tr> <td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>10</td><td>11</td><td>12</td><td>13</td><td>14</td><td>15</td><td>16</td> </tr> <tr> <td>CPMK-1</td> <td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td> </tr> <tr> <td>CPMK-2</td> <td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td> </tr> <tr> <td>CPMK-3</td> <td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td> </tr> </table>					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	Minggu Ke																																																																																								
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16																																																																									
CPMK-1																																																																																									
CPMK-2																																																																																									
CPMK-3																																																																																									
<b>Deskripsi Singkat MK</b>	Materi kuliah terdiri dari konsep dasar ilmu gizi yang berhubungan dengan kesehatan dan kecantikan tubuh secara keseluruhan meliputi : pengertian, tujuan, konsep dasar ilmu gizi, pengetahuan gizi seimbang dan berbagai hal-hal yang perlu diperhatikan dalam komponen zat-zat gizi dalam berbagai bahan makanan, serta mengetahui berbagai proses pencernaan-metabolism dalam tubuh manusia yang berhubungan dengan kesehatan dan kecantikan kulit, rambut dan tubuh secara keseluruhan;																																																																																								
<b>Pustaka</b>	<b>Utama :</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Fitriani, Sinta 2011. Promosi Kesehatan. Graha Ilmu: Yogyakarta.</li> <li>Concento IR. Koch PA. 2020. Nutrition Education: Linking Research, Theory and Practice (4th edition). Sudbury MA: Jones and Bartlett Learning.</li> <li>Supariasa IM. 2015. Pendidikan dan Konsultasi Gizi. EGC. Jakarta.</li> <li>Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat. 2018. <a href="https://kesmas.kemkes.go.id">https://kesmas.kemkes.go.id</a> · 062511-isi-piringku</li> </ol>																																																																																							
	<b>Pendukung :</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Adventus, Jaya IMM, dan Mahendra ND. 2019. Buku Modul Promosi Kesehatan. Universitas Kristen Indonesia. Jakarta</li> <li>Rusman. 2014. Model-Model Pembelajaran, Mengembangkan Profesionalisme Guru. PT. Rajagrafindo Persada. Depok</li> <li>Arikunto, Suharsimi. 2016. Dasar –Dasar Evaluasi Pendidikan. Jakarta: Bumi Aksara</li> <li>Hardinsyah, Supariasa IM. 2017. Ilmu Gizi: Teori dan Aplikasi. EGC Jakarta</li> </ol>																																																																																							

Dosen Pengampu		Dra. Rahayu Dewi Soeyono, M.Si. dr. Nieke Andina Wijaya, M.Biomed., Sp.KK apt. M.A. Hanny Ferry Fernanda, S.Farm., M.Farm.					
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	1.Mampu memahami konsep pendidikan gizi 2.- Penjelasan Rencana Perkuliahan Semester 3.- Konsep dasar ilmu gizi	1.Menjelaskan pengertian masalah gizi 2.Menguraikan faktor penyebab timbulnya masalah gizi 3.Mengidentifikasi masalah gizi individu dan kelompok dalam siklus kehidupan 4.Memilih masalah gizi prioritas sebagai dasar intervensi pendidikan gizi	<b>Kriteria:</b> Mengidentifikasi masalah gizi dengan lengkap dan benar  <b>Bentuk Penilaian :</b> Aktifitas Partisipasif	Ceramah, diskusi, dan tanya jawab, 3 X 50		<b>Materi:</b> Identifikasi masalah gizi masyarakat <b>Pustaka:</b> <i>Concento IR. Koch PA. 2020. Nutrition Education: Linking Research, Theory and Practice (4th edition). Sudbury MA: Jones and Bartlett Learning.</i>	2%
2	1.- Peran Zat Gizi Makro 2.- Karbohidrat, Protein dan Lemak 3.- Peran zat gizi makro (karbohidrat, protein, lemak) dalam kesehatan – kecantikan kulit, rambut, ataupun kuku	1.Menjelaskan pengertian masalah gizi 2.Menguraikan faktor penyebab timbulnya masalah gizi 3.Mengidentifikasi masalah gizi individu dan kelompok dalam siklus kehidupan 4.Memilih masalah gizi prioritas sebagai dasar intervensi pendidikan gizi	<b>Kriteria:</b> Mengidentifikasi masalah gizi dengan lengkap dan benar  <b>Bentuk Penilaian :</b> Aktifitas Partisipasif	Ceramah, diskusi, dan tanya jawab, 3 X 50		<b>Materi:</b> Identifikasi masalah gizi masyarakat <b>Pustaka:</b> <i>Concento IR. Koch PA. 2020. Nutrition Education: Linking Research, Theory and Practice (4th edition). Sudbury MA: Jones and Bartlett Learning.</i>	2%
3	1.- Vitamin - Mineral - Air 2.- Peran zat gizi mikro (vitamin, mineral, air) dalam kesehatan – kecantikan kulit, rambut, ataupun kuku	1.Menjelaskan pengertian masalah gizi 2.Menguraikan faktor penyebab timbulnya masalah gizi 3.Mengidentifikasi masalah gizi individu dan kelompok dalam siklus kehidupan 4.Memilih masalah gizi prioritas sebagai dasar intervensi pendidikan gizi	<b>Kriteria:</b> Mengidentifikasi masalah gizi dengan lengkap dan benar  <b>Bentuk Penilaian :</b> Aktifitas Partisipasif	Ceramah, diskusi, dan tanya jawab, 3 X 50		<b>Materi:</b> Identifikasi masalah gizi masyarakat <b>Pustaka:</b> <i>Concento IR. Koch PA. 2020. Nutrition Education: Linking Research, Theory and Practice (4th edition). Sudbury MA: Jones and Bartlett Learning.</i>	2%

4	Mampu menjelaskan konsep pendidikan gizi	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menjelaskan definisi, pentingnya, tujuan, dan ruang lingkup Pendidikan Gizi</li> <li>2. Menguraikan kemampuan mengelola poses pendidikan gizi</li> <li>3. Menguraikan karakter personal, kemampuan profesional dan sosial pendidik</li> </ol>	<p><b>Kriteria:</b> Memahami manajemen pendidikan gizi dengan baik</p> <p><b>Bentuk Penilaian :</b> Aktifitas Partisipasif</p>	Ceramah, diskus, tanya jawab, dan eksplorasi 3 X 50		<p><b>Materi:</b> Konsep Pendidikan Gizi <b>Pustaka:</b> <i>Concento IR. Koch PA. 2020. Nutrition Education: Linking Research, Theory and Practice (4th edition). Sudbury MA: Jones and Bartlett Learning.</i></p> <p><b>Materi:</b> Kompetensi Pendidik <b>Pustaka:</b> <i>Rusman. 2014. Model-Model Pembelajaran, Mengembangkan Profesionalisme Guru. PT. Rajagrafindo Persada. Depok</i></p>	2%
5	Mampu memahami sasaran didik	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menjelaskan pengertian dan karakter sasaran didik berdasar sosio budaya, perkembangan intelektual dan kepribadiannya</li> <li>2. Menentukan sasaran didik berdasar masalah gizi yang ditetapkan</li> </ol>	<p><b>Kriteria:</b> Menganalisis karakter sasaran pendidikan gizi</p> <p><b>Bentuk Penilaian :</b> Aktifitas Partisipasif</p>	Ceramah, diskusi kelompok dan tanya jawab 3 X 50		<p><b>Materi:</b> Sasaran pendidikan gizi <b>Pustaka:</b> <i>Fitriani, Sinta 2011. Promosi Kesehatan. Graha Ilmu: Yogyakarta.</i></p> <p><b>Materi:</b> Karakteristik sasaran <b>Pustaka:</b> <i>Supariasa IM. 2015. Pendidikan dan Konsultasi Gizi. EGC. Jakarta.</i></p>	5%
6	Gangguan nutrisi dan kaitannya dengan kesehatan – kecantikan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Penyebab gangguan nutrisi (mis. Diet berlebihan)</li> <li>2. Efek gangguan nutrisi pada kesehatan</li> <li>3. kecantikan kulit, rambut, ataupun kuku</li> <li>4. Indeks Glikemik dan Beban Glikemik</li> <li>5. Cara mencegah dan mengatasi gangguan nutrisi</li> </ol>	<p><b>Kriteria:</b> Menyusun indikator atau tujuan pendidikan gizi dengan tepat</p> <p><b>Bentuk Penilaian :</b> Aktifitas Partisipasif</p>	Ceramah, diskusi kelompok dan tanya jawab 3 X 50		<p><b>Materi:</b> - Cara mencegah dan mengatasi gangguan nutrisi <b>Pustaka:</b> <i>Hardinsyah, Supariasa IM. 2017. Ilmu Gizi: Teori dan Aplikasi. EGC Jakarta</i></p>	5%
7	Nutrisi Serat dan kesehatan – kecantikan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Serat makanan</li> <li>2. Peran serat dalam kesehatan kecantikan kulit, rambut, ataupun kuku</li> <li>3. Gangguan / kekurangan serat dan efeknya</li> </ol>	<p><b>Kriteria:</b> Menganalisis perbedaan model pendidikan/pembelajaran dengan baik</p> <p><b>Bentuk Penilaian :</b> Aktifitas Partisipasif</p>	Ceramah, diskusi dan tanya jawab 3 X 50		<p><b>Materi:</b> - Serat makanan - Peran serat dalam kesehatan – kecantikan kulit, rambut, ataupun kuku - Gangguan / kekurangan serat dan efeknya <b>Pustaka:</b> <i>Fitriani, Sinta 2011. Promosi Kesehatan. Graha Ilmu: Yogyakarta.</i></p>	5%
8		Ujian Tengah Semester	<p><b>Kriteria:</b> Jawaban benar semua mendapat skor 100</p>	Tes 3 X 50			20%

9	Mampu memahami Gizi dan Penuaan Dini	1.Kaitan antara gizi (nutrisi) dan penuaan dini 2.Proses penuaan	<b>Bentuk Penilaian :</b> Penilaian Portofolio	Diskusi dan tanya jawab 3 X 50		<b>Materi:</b> Rencana pendidikan gizi <b>Pustaka:</b> <i>Adventus, Jaya IMM, dan Mahendra ND. 2019. Buku Modul Promosi Kesehatan. Universitas Kristen Indonesia. Jakarta</i>	2%
10	Mampu memahami Citra tubuh dan Kecantikan	1.Memahami Citra tubuh dan Berat badan ideal 2.Memahami Citra tubuh dan kecantikan	<b>Kriteria:</b> Menghasilkan jadwal penyelesaian proyek edukasi gizi untuk sasaran didik di wilayah dengan masalah gizi  <b>Bentuk Penilaian :</b> Penilaian Portofolio	Diskusi kelompok, dan tanya jawab 3 X 50		<b>Materi:</b> Memahami citra tubuh, Berat badan ideal, Citra tubuh dan kecantikan <b>Pustaka:</b> <i>Concento IR. Koch PA. 2020. Nutrition Education: Linking Research, Theory and Practice (4th edition). Sudbury MA: Jones and Bartlett Learning.</i>	2%
11	1.Mampu memahami Peran Nutrisi dari dalam - luar : mempengaruhi Kecantikan Kulit, Rambut dan tubuh 2.- Bagaimana Proses Nutrisi Mempengaruhi Kulit dan Rambut 3.- Manfaat Nutrisi yang meremajakan tubuh 4.- Dampak Pola Makan yang Buruk pada Kulit dan Rambut		<b>Kriteria:</b> Menghasilkan jadwal penyelesaian proyek edukasi gizi untuk sasaran didik di wilayah dengan masalah gizi  <b>Bentuk Penilaian :</b> Penilaian Portofolio	Diskusi kelompok, dan tanya jawab 3 X 50	3 X 50	<b>Materi:</b> Memahami citra tubuh, Berat badan ideal, Citra tubuh dan kecantikan <b>Pustaka:</b> <i>Concento IR. Koch PA. 2020. Nutrition Education: Linking Research, Theory and Practice (4th edition). Sudbury MA: Jones and Bartlett Learning.</i>	2%
12	1.Merancang Perencanaan Menu makan Seimbang untuk kecantikan dan kebugaran 2.- Menyusun Makanan Seimbang(Pedoman Isi Piringku) 3.- Rencana Menu Makan Seimbang untuk Gaya Hidup Sehat 4.- Isi piringku : makan sehat untuk perawatan kecantikan	1.Menuliskan rumusan tujuan pendidikan gizi dalam bahan ajar yang disusun 2.Menuliskan uraian materi sesuai indikator pendidikan gizi secara sistematis dalam bahan ajar yang disusun 3.Menuliskan soal tes sesuai indikator pendidikan gizi dalam bahan ajar yang disusun	<b>Kriteria:</b> Menghasilkan bahan ajar dalam bentuk hand-out atau modul/E-book  <b>Bentuk Penilaian :</b> Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk	Ceramah, diskusi kelompok, tanya jawab dan refleksi 3 X 50		<b>Materi:</b> Konsep gizi masyarakat <b>Pustaka:</b> <i>Hardinsyah, Supariasa IM. 2017. Ilmu Gizi: Teori dan Aplikasi. EGC Jakarta</i>  <b>Materi:</b> Media pembelajaran <b>Pustaka:</b> <i>Adventus, Jaya IMM, dan Mahendra ND. 2019. Buku Modul Promosi Kesehatan. Universitas Kristen Indonesia. Jakarta</i>	5%

13	Mampu memahami perencanaan program pendidikan gizi untuk kesehatan, kebugaran dan penuaan dini	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menentukan desain media pendidikan yang disusun</li> <li>2. Menyusun media pendidikan gizi sesuai indikator pendidikan</li> <li>3. Memvalidasi media pendidikan gizi yang telah tersusun</li> </ol>	<p><b>Kriteria:</b> Menghasilkan media pendidikan gizi dalam bentuk video atau media kreatif sesuai sasaran didik</p> <p><b>Bentuk Penilaian :</b> Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk</p>	Diskusi, tanya jawab, dan refleksi 3 X 50		<p><b>Materi:</b> Media pendidikan <b>Pustaka:</b> <i>Concento IR. Koch PA. 2020. Nutrition Education: Linking Research, Theory and Practice (4th edition). Sudbury MA: Jones and Bartlett Learning.</i></p> <p><b>Materi:</b> Jenis media pendidikan <b>Pustaka:</b> <i>Supariasa IM. 2015. Pendidikan dan Konsultasi Gizi. EGC. Jakarta.</i></p>	5%
14	Mampu melaksanakan pendidikan gizi sesuai RPPG kajian kesehatan, kebugaran dan penuaan dini	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Melakukan revisi perangkat pendidikan gizi</li> <li>2. Menerapkan perangkat pendidikan gizi pada sasaran masalah gizi</li> <li>3. Menganalisis hasil penerapan perangkat pendidikan gizi</li> </ol>	<p><b>Kriteria:</b> Jawaban benar mendapat skor 20</p> <p><b>Bentuk Penilaian :</b> Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk</p>	Simulasi, observasi, dan refleksi 3 X 50		<p><b>Materi:</b> Evaluasi pendidikan gizi <b>Pustaka:</b> <i>Concento IR. Koch PA. 2020. Nutrition Education: Linking Research, Theory and Practice (4th edition). Sudbury MA: Jones and Bartlett Learning.</i></p> <p><b>Materi:</b> Indikator evaluasi <b>Pustaka:</b> <i>Arikunto, Suharsimi. 2016. Dasar –Dasar Evaluasi Pendidikan. Jakarta: Bumi Aksara</i></p>	2%
15	Mampu melaksanakan pendidikan gizi sesuai RPPG berbasis informasi Gizi Seimbang untuk Kecantikan, Kebugaran dan Calon Pengantin(CALON)	Menjelaskan tahapan perencanaan program pendidikan gizi Mengidentifikasi masalah gizi Menentukan sasaran pendidikan gizi Mengembangkan materi Menyusun media pendidikan gizi Menentukan strategi pendidikan Menyusun rancangan evaluasi	<p><b>Kriteria:</b> Jawaban benar mendapat skor 20</p>	Praktik, observasi, dan refleksi 3 X 50		<p><b>Materi:</b> Praktik pendidikan gizi <b>Pustaka:</b> <i>Concento IR. Koch PA. 2020. Nutrition Education: Linking Research, Theory and Practice (4th edition). Sudbury MA: Jones and Bartlett Learning.</i></p>	5%
16	UJIAN AKHIR Semester	Ujian Akhir Semester	<p><b>Kriteria:</b> Mampu menjawab semua soal dengan benar memperoleh skor 100</p>	Tes tulis 3 X 50			30%

#### Rekap Persentase Evaluasi : Case Study

No	Evaluasi	Persentase
1.	Aktifitas Partisipatif	23%
2.	Penilaian Hasil Project / Penilaian Produk	12%
3.	Penilaian Portofolio	6%
		41%

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.