

KEGIATAN PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN (PPL)

DI SMK PGRI 1 SENTOLO

10 AGUSTUS – 12 SEPTEMBER 2015

Alamat: Jl. Raya Sentolo Km. 18, Kulon Progo

LAPORAN INDIVIDU

Disusun dan diajukan guna memenuhi

persyaratan dalam menempuh

Mata Kuliah Praktik Pengalaman Lapangan (PPL)



Disusun Oleh :

AENNUR FALAH PUTRI

12511241014

PENDIDIKAN TEKNIK BOGA

FAKULTAS TEKNIK

UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

2015

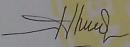
LEMBAR PENGESAHAN

Pengesahan Laporan Individu Kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL)
di SMK PGRI 1 Sentolo

Nama : Aennur Falah Putri
NIM : 12511241014
Jurusan : Pendidikan Teknik Boga dan Busana
Prodi : Pendidikan Teknik Boga
Fakultas : Fakultas Teknik

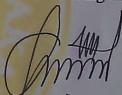
Telah melaksanakan kegiatan PPL di SMK PGRI 1 Sentolo dari tanggal 10 Agustus 2015 s.d. 12 September 2015. Hasil kegiatan tercakup dalam naskah laporan ini. Laporan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) ini telah disetujui dan disahkan oleh:

Dosen Pembimbing Lapangan
(DPL)


Yuriani, M.Pd
NIP.19540206 198203 2 001

Sentolo, 12 September 2015

Guru Pembimbing PPL


Tomang Ade Prapanca, S.Pd

Mengetahui,
Kepala Sekolah



Koordinator KKN-PPL
Sekolah


Drs. Sunardi

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, Puji dan syukur kami panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa, yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penyusunan laporan PPL di SMK PGRI 1 Sentolo dapat diselesaikan tepat pada waktunya.

Penyusunana laporan ini bertujuan untuk memenuhi salah satu tugas mata kuliah PPL dimana bukti tertulis tentang pelaksanaan program PPL di SMK PGRI 1 Sentolo.

Oleh karena itu pada kesempatan ini penyusun mengucapkan banyak terima kasih kepada semua pihak yang telah memberikan bantuan bagi penyusunan laporan ini, terutama kepada:

1. ALLAH SWT
2. Orang tua dan keluarga yang senantiasa mendoakan dan memberikan dorongan dalam berbagai bentuk kepada kami.
3. DR. Rochmat Wahab, MPd. M.A., selaku Rektor Universitas Negeri Yogyakarta.
4. Tim LPPMP Universitas Negeri Yogyakarta.
5. Ibu Yuriani M.Pd, selaku Dosen Pembimbing PPL.
6. Ibu Dra.Nur Aini Sulistyawati, Kepala SMK PGRI 1 Sentolo
7. Bapak Drs. Sunardi, koordinator PPL yang senantiasa memberikan pengarahan dan bimbingan dalam pelaksanaan PPL.
8. Bapak Tomang Ade Prapanca S,Pd, selaku guru pembimbing yang telah memberikan bimbingan kepada penyusun selama PPL.
9. Seluruh Guru dan Karyawan SMK PGRI 1 Sentolo yang telah memberikan bimbingan, arahan dan informasi serta bantuan dalam pelaksanaan PPL.
10. Teman-teman mahasiswa kelompok PPL SMK PGRI 1 Sentolo atas kerjasama dan kekompakannya.
11. Siswa-siswi SMK PGRI 1 Sentolo.

Penyusun menyadari bahwa laporan ini masih jauh dari sempurna, untuk itu penyusun sangat mengharapkan saran dan kritik untuk perbaikan dikemudian hari. Semoga laporan ini dapat bermanfaat bagi penyusun khususnya dan para pembaca umumnya.

Sentolo, 12 September 2015

Aennur Falah Putri

12511241014

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
KATA PENGANTAR.....	iii
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR LAMPIRAN.....	vi
ABSTRAK.....	vii
BAB I. PENDAHULUAN.....	1
A. Analisis Situasi.....	1
B. Perumusan Program Dan Rancangan Kegiatan PPL.....	5
BAB II. PERSIAPAN, PELAKSANAAN DAN ANALISIS HASIL.....	9
A. Persiapan.....	9
B. Pelaksanaan Program PPL.....	11
C. Analisis Hasil Pelaksanaan dan Refleksi.....	12
BAB III PENUTUP.....	21
A. Kesimpulan.....	21
B. Saran.....	22
DAFTAR PUSTAKA.....	24
LAMPIRAN.....	25

DAFTAR LAMPIRAN

1. Matriks Program kerja PPL
2. Kartu Bimbingan PPL
3. Format observasi pembelajaran di kelas dan observasi peserta didik
4. Format obsevasi sekolah
5. Silabus
6. Agenda Mengajar
7. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran
8. Datar hadir siswa
9. Perangkat Evaluasi
 - a. Soal ulangan harian
 - b. Kunci jawaban ulangan harian
 - c. Analisis hasil ulangan harian
10. Dokumentasi kegiatan PPL
11. Catatan Mingguan PPL

ABSTRAK

PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN (PPL) DI SMK PGRI 1 SENTOLO

TAHUN PEMBELAJARAN 2015/2016

Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) adalah kegiatan yang mampu memberikan manfaat bagi sekolah dalam rangka peningkatan maupun pengembangan program-program sekolah dan mengadakan pembenahan serta perbaikan baik secara fisik maupun secara non fisik guna menunjang kegiatan belajar mengajar di sekolah. Mahasiswa PPL dilatih untuk mengembangkan diri sebagai tenaga keguruan dan atau kependidikan yang memiliki nilai sikap, pengetahuan, dan keterampilan yang diperlukan untuk menjadi guru yang profesional.

Kegiatan-kegiatan yang dilaksanakan dalam PPL antara lain kegiatan persiapan, kegiatan praktik pelaksanaan mengajar, dan kegiatan evaluasi praktik mengajar. Kegiatan persiapan meliputi observasi pembelajaran di kelas yang dilakukan saat Kegiatan Belajar Mengajar di kelas berlangsung. Kegiatan praktik mengajar dilaksanakan di kelas X Jasa Boga setiap hari Senin (Jam ke 1-4) dan Selasa (Jam ke 4). Mahasiswa PPL mengampu standar kompetensi Makanan Kontinental dan Hidangan Kesehatan.

Seluruh kegiatan PPL dapat dilaksanakan dengan baik dan lancar meskipun ada sedikit hambatan dalam pelaksanaannya. Namun demikian, hambatan tersebut dapat teratasi berkat hubungan dengan guru pembimbing, pihak sekolah dan sarana prasarana yang mendukung dalam pelaksanaan pembelajaran. Sehingga mahasiswa PPL mendapatkan pengalaman dan pengetahuan yang banyak untuk mempersiapkan dan meningkatkan kemampuan dalam mengajar untuk digunakan ketika akan menjadi seorang guru yang professional nantinya.

BAB I

PENDAHULUAN

Perguruan tinggi merupakan salah satu ujung tombak pendidikan nasional meskipun demikian, kehadirannya masih belum dapat dirasakan oleh semua lapisan masyarakat. Menjembatani masalah tersebut perguruan tinggi mencoba melahirkan Tri Darma Perguruan Tinggi yang meliputi masalah pendidikan penelitian dan pengabdian masyarakat.

Kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) merupakan sinergi dari pihak universitas, sekolah dan mahasiswa. Tentunya peran mahasiswa dalam kegiatan ini adalah mampu memberikan kontribusi positif bagi sekolah dalam rangka peningkatan maupun pengembangan program-program sekolah dan mengadakan pembenahan serta perbaikan baik secara fisik maupun secara non fisik guna menunjang kegiatan belajar mengajar di sekolah. Oleh karena itu mahasiswa peserta PPL berusaha untuk merancang dan melaksanakan program-program PPL yang sejalan dengan program sekolah sebagai upaya untuk lebih memajukan sekolah diberbagai bidang. Melalui kegiatan ini mahasiswa dapat mengukur kesiapan dan kemampuan untuk menjadi *innovator mediator problem solver* dalam menghadapi berbagai permasalahan di sekolah dan di dunia pendidikan pada umumnya.

SMK PGRI 1 Sentolo merupakan salah satu sekolah yang dijadikan sasaran KKN-PPL oleh UNY, yang diharapkan setelah program ini SMK PGRI 1 Sentolo lebih baik dan lebih dapat mencerdaskan peserta didik. Sedangkan dengan situasi sekolah diharapkan lingkungan sekolah menjadi tempat yang nyaman bagi siswa dalam mengikuti Proses Belajar Mengajar sesuai dengan dimensi kognitif, afektif maupun psikomotorik. Mahasiswa diharapkan dapat memberikan bantuan pemikiran tenaga dan ilmu pengetahuan dalam merencanakan dan melaksanakan program pengembangan sekolah sehingga dapat meningkatkan mutu pendidikan.

A. Analisis Situasi

SMK PGRI 1 Sentolo merupakan salah satu sekolah SMK yang dijadikan lokasi Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) Universitas Negeri Yogyakarta. Secara administratif SMK PGRI 1 Sentolo terletak di wilayah Sentolo, Kulonprogo. Sekolah ini berada di wilayah yang cukup strategis, hal ini dikarenakan wilayah ini merupakan wilayah yang dekat dengan jalan raya, pasar, stasiun, dan banyak transportasi yang melewati wilayah ini. Dilihat dari segi fisik sarana dan prasarana pendidikan yang ada di sekolah, memiliki 9 kelas untuk melakukan kegiatan belajar mengajar.

Di samping itu juga memiliki sarana dan prasarana yang menunjang proses belajar mengajar terdapat fasilitas antara lain: ruang kepala sekolah, ruang wakil kepala sekolah, ketua program keahlian, ruang guru, ruang TU, ruang UKS, ruang BK, mushola, serta untuk meningkatkan kualitas pembelajaran dibangun beberapa laboratorium, di antaranya 1 laboratorium komputer dan 1 laboratorium jasa boga, dan koperasi sekolah sebagai sarana pembelajaran praktik secara langsung. Selain itu untuk menunjang proses pembelajaran dibangun juga perpustakaan. Untuk meningkatkan kesehatan dengan berolahraga maka dibangunlah sarana-sarana olah raga, seperti lapangan basket dan lapangan voli. Bangunan gedung tertata rapi dan terawat dengan baik. Untuk memperindah suasana, maka dibuat taman-taman di sekitar sekolah dan untuk menjaga kebersihan diberi tempat sampah di masing-masing kelas.

Untuk dapat melakukan pembelajaran di SMK PGRI Sentolo maka perlu melakukan observasi untuk dapat mengetahui bagaimana proses kegiatan pembelajaran di kelas. Dengan tujuan untuk mengamati bagaimana proses pembelajaran yang dilakukan oleh pendidik sebagai persiapan bagi mahasiswa PPL dalam melaksanakan kegiatan pengajaran di kelas serta mengamati perilaku peserta didik. Adapun hasil observasi pembelajaran yang terdapat di kelas adalah sebagai berikut:

1. Perangkat Pembelajaran

a. Satuan Pembelajaran (SP)

Pembelajaran untuk jurusan Jasa Boga di SMK PGRI 1 Sentolo menggunakan KTSP (Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan) untuk kelas X , XI dan kelas XII. SMK PGRI 1 Sentolo telah merancang kegiatan pembelajaran sesuai dengan kebutuhan dan kondisi siswa.

b. Silabus

Silabus disusun sendiri oleh guru mata pelajaran yang bersangkutan dengan menggunakan bahasa Indonesia. Dalam silabus standar kompetensi yang ada dalam jurusan Jasa Boga ini, telah memuat kompetensi dasar, indikator, materi pembelajaran, kegiatan pembelajaran, penilaian, alokasi waktu, dan sumber belajar. Dalam silabus belum delengkapi dengan karakter yang akan dicapai siswa.

c. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)

RPP yang digunakan untuk pelaksanaan pembelajaran dalam jurusan Jasa Boga sudah disusun secara jelas dan detail oleh guru mata pelajaran yang bersangkutan dengan menggunakan bahasa Indonesia.

2. Proses Pembelajaran

a. Membuka Pelajaran

Guru membuka pelajaran dengan mengucapkan salam, menyapa siswa, menanyakan kesiapan dalam mengikuti pelajaran pada hari itu, doa untuk membuka pelajaran serta menanyakan siswa yang tidak hadir dalam pelajaran. Kemudian guru memberikan apersepsi untuk mengantarkan siswa agar siap mengikuti pembelajaran.

b. Penyajian Materi

Materi disajikan melalui penyampaian secara langsung dan bertahap. Guru menggunakan buku panduan untuk bahan ajar untuk mengajar. Materi yang disampaikan juga dikaitkan dengan memberikan contoh dalam kehidupan sehari-hari.

c. Metode Pembelajaran

Guru menjelaskan kompetensi ajar secara langsung dengan diselingi tanya jawab, diskusi, dan pendampingan siswa dengan berkeliling kelas. Diskusi dilaksanakan dengan membentuk kelompok-kelompok kecil tentang materi yang diajarkan oleh guru untuk dipresentasikan di depan kelas agar siswa lebih percaya diri.

d. Penggunaan Bahasa

Bahasa yang digunakan yaitu Bahasa Indonesia. Hal ini dikarenakan Bahasa Indonesia merupakan bahasa yang cukup efektif mengingat pada akhirnya siswa paham maksud dari apa yang diharapkan oleh guru.

e. Penggunaan Waktu

Alokasi waktu yang digunakan menyesuaikan pada jadwal yaitu 1 jam pelajaran (45 menit), 2 jam pelajaran (2×45 menit), 4 jam pelajaran(4×45 menit), dan 5 jam pelajaran (5×45 menit). Dari awal sampai akhir pembelajaran, penggunaan waktu cukup efektif dan efisien. Siswa diberi kesempatan untuk belajar dan bereksplorasi dengan pemahaman masing-masing.

f. Gerak

Guru melakukan variasi gerak tubuh, baik dengan duduk, berdiri, dan berkeliling kelas untuk membantu siswa yang mengalami kesulitan sehingga seluruh siswa terpantau dalam memahami materi yang dipelajari

g. Cara Memotivasi Siswa

Guru mengaitkan materi yang akan dipelajari dengan kehidupan sehari-hari serta sesekali menyemangati siswa dengan lisan. Dengan menggunakan contoh-contoh yang nyata akan memudahkan siswa dalam

mengingat sehingga siswa tertarik untuk mendengarkan dan menerapkan materi yang diajarkan.

h. Teknik Bertanya

Guru memberikan pertanyaan untuk seluruh siswa kemudian selang beberapa waktu guru menanyakan jawabannya kepada siswa dengan memanggil namanya. Terkadang guru juga memberikan kesempatan kepada siswa untuk berinisiatif menjawab pertanyaan tanpa dipanggil namanya.

i. Teknik Penguasaan Kelas

Guru dapat menguasai kelas dengan baik dengan suara serta gerak tubuh yang jelas dan mudah diakses oleh seluruh siswa. Pada saat tertentu guru mengelilingi siswa untuk mengontrol kepahaman siswa dan mendampingi siswa yang masih belum begitu paham.

j. Penggunaan Media

Guru menggunakan media pembelajaran untuk standar kompetensi yang membutuhkan praktik. Akan tetapi, penggunaan media pembelajaran belum dapat dipraktikkan dalam kelas secara optimal karena sarana dan prasarana sekolah yang kurang mendukung. Media yang digunakan lebih sering menggunakan media PowerPoint.

k. Bentuk dan Cara Evaluasi

Guru melakukan evaluasi menggunakan hasil diskusi kerja kelompok, mengerjakan soal yaitu ulangan maupun pertanyaan lisan yang disampaikan secara langsung kepada siswa.

l. Menutup Pelajaran

Guru mengajak siswa untuk me-review materi yang telah dipelajari pada pertemuan tersebut dan menyampaikan materi yang akan dipelajari pada pertemuan berikutnya. Guru menutup pembelajaran dengan do'a dan salam.

3. Perilaku Siswa

a. Perilaku Siswa Di Dalam Kelas

Sebagian besar siswa antusias dalam memperhatikan dan aktif dalam pembelajaran sehingga suasana kelas cukup kondusif. Akan tetapi, ada beberapa siswa yang tidak begitu fokus di dalam kelas. Seperti mengobrol sendiri, melamun, dan tidur. Sehingga hal ini sedikit mengganggu kegiatan belajar mengajar di kelas.

b. Perilaku Siswa Di Luar Kelas

Siswa dapat bergaul dengan siswa kelas lain maupun warga sekolah lainnya, termasuk mahasiswa praktikan dengan budaya senyum, salam, sapa, sopan, dan santun yang diterapkan sekolah. Siswa hormat dan santun kepada guru. Hal ini ditunjukkan dengan sikap siswa yang senantiasa diharuskan untuk senyum dan menyapa guru ketika berpapasan dengan guru.

Hasil observasi alat praktik Jasa Boga yang dilakukan oleh mahasiswa PPL jurusan Pendidikan Teknik Boga di SMK PGRI 1 Sentolo yaitu alat praktik kurang lengkap. Jurusan Jasa Boga merupakan jurusan baru sehingga peralatan masih kurang memadahi, seperti alat penyajian, oven, kom, dsb.

B. Perumusan Program Dan Rancangan Kegiatan PPL

Perumusan program PPL yang dilakukan oleh penulis adalah sebagai berikut:

1. Konsultasi dengan guru pembimbing mengenai jadwal mengajar, pembagian materi, media pembelajaran, RPP, dan persiapan mengajar yang akan dilaksanakan pada 10 Agustus 2015.
2. Pembuatan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP)

Pembuatan RPP ini dimaksudkan sebagai persiapan mahasiswa PPL secara tertulis sebelum melakukan pembelajaran di dalam kelas. RPP sebagai rencana pembelajaran yang akan menjadi pedoman dalam proses kegiatan belajar mengajar. Dalam pembuatan RPP, penulis menyesuaikan dengan kemampuan, pengetahuan, dan kondisi siswa.

3. Pembuatan Media Pembelajaran Jasa Boga

Dalam beberapa kompetensi ajar diperlukan berbagai alat bantu (media) untuk melaksanakan kegiatan pembelajaran agar siswa tidak bosan serta membantu siswa dalam memahami materi. Media pembelajaran yang penulis gunakan adalah Lembar Kegiatan Siswa (LKS), PowerPoint, dan Gambar.

4. Praktik Mengajar

Mahasiswa PPL diarahkan untuk mengajar di kelas X untuk Standar Kompetensi Makanan Kontinental dan Hidangan Kesehatan, dan mengajar incidental kelas XII untuk Standar Kompetensi Hidangan Kesempatan Khusus dan Makanan Kontinental dengan ketentuan mengajar minimal menggunakan 6 RPP (berdasarkan buku panduan KKN-PPL UNY 2015).

- 1) Praktik Mengajar RPP ke-1

Praktik mengajar RPP ke-1 ini dirancang dengan model pembelajaran konstektual dengan metode ceramah, tanya jawab dan diskusi dengan alokasi waktu 1 x 45 menit. Adapun materi untuk RPP ke-1 ini

pengertian pengertian zat gizi dan kelompok zat gizi berdasarkan sumber. Di dalam pembelajaran ini digunakan *hand out* sebagai media pembelajarannya.

2) Praktik Mengajar RPP ke-2

Praktik mengajar RPP ke-2 ini dirancang dengan model pembelajaran kontekstual dengan metode ceramah, tanya jawab dan diskusi dengan alokasi waktu 4×45 menit. Adapun materi untuk RPP ke-2 ini adalah pengertian makanan continental dan klasifikasi teknik pengolahan makanan kontinental. Di dalam pembelajaran ini digunakan *power point* sebagai media pembelajarannya.

3) Praktik Mengajar RPP ke-3

Praktik mengajar RPP ke-3 ini dirancang dengan model pembelajaran kooperatif dengan metode pembelajaran ceramah dan tanya jawab dengan alokasi waktu 1×45 menit. Adapun materi untuk RPP ke-3 ini mengenai kelompok zat gizi berdasarkan sumber dan jumlah serta klasifikasi gizi

4) Praktik Mengajar RPP ke-4

Praktik mengajar RPP ke-4 ini dirancang dengan model pembelajaran kontekstual dengan metode ceramah, tanya jawab, dan penugasan pembuatan map mapping dengan alokasi waktu 4×45 menit. Adapun materi untuk RPP ke-4 ini mengenai teknik dasar pengolahan makanan kontinental dan contoh penerapan berbagai teknik dasar pengolahan makanan

5) Praktik Mengajar RPP ke-5

Praktik mengajar RPP ke-5 ini dirancang dengan metode ceramah, dan tanya jawab, dengan alokasi waktu 1×45 menit. Adapun materi untuk RPP ke-5 ini mengenai fungsi zat gizi dan sumbernya dalam bahan makanan. Di dalam pembelajaran ini digunakan *hand out* sebagai media pembelajarannya.

6) Praktik Mengajar RPP ke-6

Praktik mengajar RPP ke-6 ini dirancang dengan model pembelajaran Praktik dengan metode demonstrasi dengan alokasi waktu 4×45 menit. Adapun materi untuk RPP ke-6 ini mempraktikkan berbagai teknik pengolahan makanan kontinental.

7) Praktik Mengajar RPP ke-7

Praktik mengajar RPP ke-7 ini dirancang dengan model pembelajaran Kooperatif dengan metode ceramah, Tanya jawab, dan diskusi dengan alokasi waktu 3×45 menit. Adapun materi untuk RPP ke-7 ini mengenai Hidangan Kesempatan Khusus. Di dalam pembelajaran ini digunakan *power point* sebagai media pembelajarannya.

8) Praktik Mengajar RPP ke-8

Praktik mengajar RPP ke-8 ini dirancang dengan model pembelajaran kontekstual dengan metode ceramah, tanya jawab, penugasan dengan alokasi waktu 4 x 45 menit. Adapun materi untuk RPP ke-8 ini mengenai makanan kontinental mengolah unggas. Di dalam pembelajaran ini digunakan *power point* sebagai media pembelajarannya.

5. Menyusun dan Melaksanakan Evaluasi

Dalam suatu pembelajaran evaluasi merupakan komponen penting karena evaluasi bertujuan untuk mengetahui dan mengukur sejauh mana kemampuan siswa memahami dan menguasai materi yang telah disampaikan oleh guru dalam kegiatan belajar mengajar. Evaluasi dilakukan setelah materi satu bab selesai disampaikan.

6. Menyusun laporan PPL pada akhir kegiatan PPL.

Demikianlah rancangan kegiatan PPL yang pokok, sedangkan program lainnya bersifat insidental sesuai dengan keadaan yang terjadi selama pelaksanaan PPL. Pembelajaran yang bersifat insidental yaitu mengajar kelas XII mata pelajaran Makanan Kesempatan Khusus dan Makanan Kontinental.

BAB II

PERSIAPAN, PELAKSANAAN, DAN ANALISIS HASIL

A. Persiapan

Sebelum mahasiswa PPL melaksanakan praktik mengajar di kelas, terlebih dahulu mahasiswa PPL melakukan beberapa persiapan yang dapat mendukung kegiatan pembelajaran yang akan dilaksanakan. Kegiatan tersebut antara lain sebagai berikut:

1. Pembekalan Pengajaran Mikro

Sebelum menempuh mata kuliah pengajaran mikro para mahasiswa mengikuti pembekalan pengajaran mikro yang bersamaan dengan pembekalan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) untuk program studi Pendidikan Teknik Boga yang dilakukan pada bulan Februari tahun 2015 di Aula KPLT lantai 3 FT UNY.

Dalam kegiatan pembekalan ini, mahasiswa mendapatkan berbagai ilmu yang bermanfaat, mulai dari teknik mengajar, teknik bertanya, bagaimana menjadi pendidik yang baik, media pembelajaran hingga materi pengajaran. Kegiatan ini didampingi oleh Koordinator PPL jurusan Ibu Yuriani M,Pd

2. Kuliah Pengajaran Mikro

Kuliah pengajaran mikro (*Micro Teaching*) adalah mata kuliah wajib yang dilaksanakan sebelum penerjunan mahasiswa PPL. *Micro Teaching* bertujuan untuk melatih dan mendidik mahasiswa agar mampu dan siap mengajar serta menjadi pendidik yang baik sesuai dengan bidang keahlian saat berada di lapangan. Selama kurang lebih 4 bulan mahasiswa PPL melatih keterampilan mengajar dalam mata kuliah *Micro Teaching*. Kuliah ini dilaksanakan mulai bulan Maret s.d. Juni 2014 dengan sistem kelas-kelas kecil yang terdiri dari 12 mahasiswa di setiap kelas yang dibimbing oleh 1 dosen *Micro Teaching*. Kelompok tersebut ditentukan oleh pihak jurusan.

Dengan dibimbing oleh Ibu Dr.Kokom Komariyah mahasiswa PPL telah melakukan praktik pengajaran mikro sebanyak 5 kali dengan kompetensi Pembelajaran yang akan dijadikan bahan untuk praktik mengajar. Mahasiswa juga berlatih membuat perangkat pembelajaran, seperti RPP dan media pembelajaran, yakni *power point* alat peraga, kuis, dan permainan mengenai materi pembelajaran.

3. Observasi Pembelajaran Di Kelas dan Peserta Didik

Observasi adalah kegiatan awal yang perlu dilakukan oleh mahasiswa PPL agar dapat mengetahui kondisi dan situasi pembelajaran yang terjadi di sekolah, sehingga mahasiswa dapat melakukan persiapan guna menentukan metode pembelajaran, teknik dalam mengajar dan sikap yang harus dihadapi mahasiswa PPL kepada peserta didik. Observasi pembelajaran di kelas dilaksanakan pada bulan Februari dan bulan Maret kelas X JB. Kegiatan ini bertujuan untuk mengamati bagaimana proses pembelajaran yang dilakukan oleh Guru sebagai persiapan bagi mahasiswa PPL dalam melaksanakan kegiatan PPL serta mengamati perilaku peserta didik.

Aspek yang diamati dalam kegiatan observasi pembelajaran antara lain:

a. Perangkat pembelajaran

- 1) Kurikulum yang dipakai
- 2) Silabus
- 3) RPP

b. Proses pembelajaran

- 1) Membuka pelajaran
- 2) Penyajian materi
- 3) Metode pembelajaran
- 4) Penggunaan bahasa
- 5) Penggunaan waktu
- 6) Gerak
- 7) Cara memotivasi siswa
- 8) Teknik bertanya
- 9) Teknik penguasaan kelas
- 10) Penggunaan media
- 11) Bentuk dan cara evaluasi
- 12) Menutup pelajaran

c. Perilaku siswa

- 1) Perilaku siswa didalam kelas
- 2) Perilaku siswa diluar kelas

4. Pembekalan PPL

Pembekalan PPL dari Jurusan Pendidikan Teknik Boga Fakultas Teknik (FT) dilaksanakan pada bulan Februari di Aula KPLT lantai 3 FT UNY. Pembekalan PPL ini bertujuan untuk memberikan gambaran pada mahasiswa bagaimana teknik mengajar dan cara bersikap yang baik ketika diterjunkan ke sekolah.

B. Pelaksanaan Program PPL

Secara formal, mahasiswa PPL diberikan kesempatan oleh guru pembimbing untuk melakukan praktik mengajar di kelas X Jasa Boga (kelas utama) dan kelas XII Jasa Boga (kelas tambahan) dengan 8 RPP (sesuai dengan ketentuan dari LPPM, yakni minimal 4 RPP) dalam tempo waktu mulai tanggal 10 Agustus 2015 s.d 12 September 2015. Dalam melaksanakan praktik mengajar di kelas utama mahasiswa PPL mengajar menggunakan RPP yang telah dibuat sendiri dengan jumlah jam yaitu 5 jam pelajaran perminggunya dengan alokasi waktu 45 menit tiap 1 jam pembelajaran.

Kegiatan mengajar selama PPL yang telah praktikan lakukan adalah sebagai berikut:

No.	Hari/Tanggal	Kelas	Jam ke	Materi
1.	Selasa, 18 Agustus 2015	X Jasa Boga	4	Pengertian Zat Gizi Kelompok Zat Gizi Berdasarkan Sumber
2	Selasa, 18 Agustus 2015	XII Jasa Boga	5 - 7	Hidangan Kesempatan Khusus
3	Rabu, 19 Agustus 2015	XII Jasa Boga	1 - 4	Pengolahan Unggas
4.	Senin, 24 Agustus 2015	X Jasa Boga	2 - 5	Pengertian Pengolahan Makanan Kontinental Klasifikasi Teknik Pengolahan Makanan Kontinental
5	Selasa, 25 Agustus 2015	X Jasa Boga	4	Kelompok Zat Gizi Berdasarkan Jumlah Kelompok Zat Gizi Berdasarkan Sumber Klasifikasi Gizi
6.	Senin, 31 Agustus 2015	X Jasa Boga	2 - 5	Teknik Dasar Pengolahan Kontinental Contoh penerapan berbagai teknik dasar pengolahan makanan kontinental
7.	Selasa, 1 September 2015	X Jasa Boga	4	Fungsi Zat Gizi dan Sumbernya dalam Bahan Makanan
8.	Senin, 7 September 2015	X Jasa Boga	2 - 5	Mempraktikkan Berbagai Teknik Pengolahan Makanan Kontinental

Praktik mengajar ini dilakukan secara mandiri di kelas, sedangkan guru pembimbing hanya berada di dalam kelas sebagai penilai.

C. Analisis Hasil Pelaksanaan dan Refleksi Kelas X Jasa Boga

1. Praktik Mengajar I

a. Persiapan

Penerjunan PPL dilaksanakan pada tanggal 10 Agustus 2015, sedangkan praktik mengajar yang pertama dilaksanakan pada tanggal 18 Agustus 2015 di kelas X Jasa Boga. Persiapan yang dilakukan sebelum mengajar di kelas X Jasa Boga antara lain materi pembelajaran, media pembelajaran akan digunakan dalam mengajar, dan keadaan peserta didik kelas X Jasa Boga. Selain itu, mahasiswa PPL perlu mengetahui kompetensi dasar yang akan dicapai. Alokasi waktu untuk pembelajaran disesuaikan dengan jam kegiatan belajar mengajar. Persiapan berikutnya adalah pembuatan RPP (Rencana Pelaksanaan Pembelajaran) lalu berkonsultasi dan disetujui oleh guru pembimbing

Kemudian mahasiswa PPL mempersiapkan diri dan mendalami materi yang akan diajarkan, hal ini bertujuan supaya pada saat mengajar pada hari pertama di depan kelas tidak grogi dan menguasai materi dengan benar yang disampaikan kepada siswa serta memberikan kesan yang menarik bagi siswa.

b. Pelaksanaan

Dalam melakukan Praktik mengajar I dilaksanakan pada hari Selasa tanggal 18 Agustus 2015 di kelas X Jasa Boga yang diikuti oleh 11 siswa. Ada 4 siswa yang tidak masuk pada hari itu yaitu: Ade Kurnia Daneswari, Anggita Wulandari, Ika Wahyu Rahmawati, dan Wahyuning Rizki Mulyani dikarenakan mengikuti pelatihan tonti. Dalam kegiatan praktik mengajar yang pertama, diisi dengan salam, menanyakan kabar, doa pembuka pelajaran, dan presensi. Untuk pertemuan pertama acara perkenalan terlebih dahulu, yang bertujuan supaya mahasiswa mengenal satu persatu siswa sehingga dalam memberikan mengetahui perilaku setiap siswa sehingga penilaian dapat obyektif. Setelah perkenalan kemudian menyampaikan Standar Kompetensi, Kompetensi Dasar dan Indikator yang akan dipelajari sebelum masuk ke materi.

Dalam pembelajaran pertama media yang digunakan adalah *hand out*. Metode pembelajaran yang digunakan adalah *Ceramah, Tanya Jawab, dan Diskusi*. Mahasiswa PPL menjelaskan *hand out* yang akan disampaikan kepada siswa kemudian memberikan kesempatan kepada siswa untuk bertanya. Mahasiswa PPL memberikan pertanyaan kepada siswa yaitu pendapat tentang hidangan kesehatan. Kemudian Mahasiswa PPL

memberikan kesimpulan tentang hidangan kesehatan. Dilanjutkan memberikan pertanyaan yang kemudian siswa yang menjawab diberikan point nilai keaktifan siswa di kelas.

Pada pertemuan pertama siswa mempelajari: pengertian hidangan kesehatan dan kelompok zat gizi. Bagi siswa yang dapat menjawab pertanyaan diberi nilai tambahan. Di akhir pertemuan, mahasiswa PPL menyimpulkan materi yang telah dijelaskan dan memberikan gambaran materi pada pertemuan berikutnya.

c. Analisis Hasil

Dalam praktik mengajar pertama, ada beberapa hambatan seperti: mengkondisikan kelas dengan belum baik, mahasiswa belum bisa mengenal secara detail bagaimana karakter siswa di kelas X Jasa Boga.

d. Refleksi

Dari hasil praktik mengajar yang pertama ini mahasiswa belum mampu untuk memahami karakter siswa kelas X Jasa Boga dengan baik. Selain itu mahasiswa perlu meningkatkan lagi kesupelan sehingga dapat lebih akrab dengan siswa kelas X Jasa Boga.

2. Praktik Mengajar II

a. Persiapan

Persiapan yang dilakukan untuk praktik mengajar pada pertemuan kedua kurang lebih sama dengan praktik mengajar yang pertama, yaitu membuat RPP, setelah berkonsultasi dan disetujui oleh guru pembimbing. Mahasiswa PPL mengajar menggantikan guru pembimbing yang sudah diberi tahu sebelumnya, untuk mengajar kelas XII JB mata pelajaran makanan kesempatan khusus pada jam ke 5 – 7.

b. Pelaksanaan

Praktik mengajar pada pertemuan kedua dilaksanakan pada hari Selasa tanggal 18 Agustus 2015 di kelas XII JB. Dengan alokasi waktu pembelajaran pada hari senin 3 x 45 menit, menggunakan metode ceramah, tanya jawab dan diskusi dengan dibentuk kelompok untuk tugas mip mapping. Pembelajaran diawali dengan salam, doa, menanyakan kabar, dan mengabsensi siswa guna mengkondisikan siswa. Kemudian memberitahukan indikator dan tujuan pembelajaran. Setelah itu dilanjutkan dengan memberikan apersepsi dan mengaitkannya dengan materi yang akan dipelajari.

c. Analisis Hasil

Siswa dapat menjawab pertanyaan dengan cukup baik sesuai dengan yang Mahasiswa tanyakan. Siswa berpresentasi dengan baik dan bersemangat.

d. Refleksi

Mahasiswa PPL perlu memperbaiki cara mengajar dan menyampaikan materi sesuai dengan tingkat kemampuan siswa. Selain itu, Mahasiswa PPL perlu untuk memberikan pembelajaran dengan jelas dan pelan-pelan sesuai dengan pengetahuan siswa.

3. Praktik Mengajar

a. Persiapan

Dari pengalaman praktik mengajar I dan II, persiapan untuk RPP ke-3 dengan metode pembelajaran Ceramah dan Tanya Jawab. Setelah berkonsultasi dan disetujui oleh guru pembimbing, Mahasiswa mempersiapkan segala hal yang diperlukan di dalam melaksanakan pembelajaran dengan metode tersebut. Adapun media yang digunakan dalam praktik mengajar ini adalah *power point*.

b. Pelaksanaan

Praktik mengajar ke-3 dilaksanakan pada hari Rabu tanggal 19 Agustus 2015 di kelas XII JB pada jam ke 1 – 4 dengan alokasi waktu 4 x 45 menit. Mahasiswa masih mengantikan guru pembimbing mengajar dengan mata pelajaran pengolahan makanan kontinental tentang pengolahan unggas. Dalam pertemuan ini Mahasiswa memberikan penjelasan mengenai berbagai macam unggas, ciri fisik unggas yang baik, dan berbagai macam olahan unggas. Setelah penjelasan materi selesai siswa berkelompok intuk berdiskusi yang dilanjutkan dengan presentasi.

c. Analisis Hasil

Target materi yang harus diberikan dapat tersampaikan, karena waktu yang digunakan dalam menjelaskan dapat tepat. Mahasiswa PPL kurang pelan-pelan dalam memberikan materi pengajaran.

d. Refleksi

Mahasiswa PPL lebih pelan-pelan dalam memberikan materi pelajaran karena siswa-siswi kurang memahami materi yang diterima. Jadi Mahasiswa PPL lebih memperhatikan penyampaian materi yang disesuaikan dengan pengetahuan siswa.

4. Praktik Mengajar IV

a. Persiapan

Persiapan yang dilakukan untuk praktik mengajar dengan lebih pelan-pelan dalam memberikan materi pelajaran sesuai dengan pengetahuan siswa. dalam praktik mengajar ini mahasiswa kembali mengajar kelas X JB dengan mata pelajaran Pengolahan Makanan Kontinental, yang dilaksanakan pada hari Senin 24 Agustus 2015 yang dilaksanakan pada jam ke 2 – 5 dengan alokasi waktu 4 x 45 menit dengan pembelajaran berbagai macam teknik olah dalam pengolahan makanan kontinental.

b. Pelaksanaan

Materi yang dipelajari siswa masih mendasar karena masih kelas X, yaitu tentang berbagai macam teknik pengolahan makanan kontinental. Siswa antusias selama pembelajaran berlangsung karena banyak istilah yang menggunakan bahasa Inggris.

c. Analisis Hasil

Siswa yang kurang aktif dalam menjawab pertanyaan yang diajukan oleh Mahasiswa PPL. Sehingga Mahasiswa PPL harus memancing siswa agar aktif dalam menjawab pertanyaan-pertanyaan.

d. Refleksi

Mahasiswa perlu menambah wawasan tentang berbagai metode pembelajaran, sehingga mampu memilih metode mana yang cocok untuk mengaktifkan partisipasi siswa sehingga dapat diterapkan di kelas.

5. Praktik Mengajar V

a. Persiapan

Persiapan yang dilakukan mahasiswa PPL pada praktik mengajar ke 5 yaitu melanjutkan mengajar kelas X tentang Hidangan Kesehatan. Mahasiswa PPL mempersiapkan RPP yang telah disetujui oleh guru pembimbing dan media yang akan digunakan dalam pembelajaran. Alokasi waktu yang digunakan adalah 1 x 45 menit dalam RPP sesuai standar yang sudah ditetapkan

b. Pelaksanaan

Praktik mengajar ke-5 dilaksanakan pada hari Selasa tanggal 25 Agustus 2015 di kelas X JB. Materi yang diberikan adalah melanjutkan pertemuan pertama, menggunakan metode ceramah, Tanya jawab, penugasan, diskusi. Mahasiswa PPL memberikan tugas kepada siswa-siswi secara berkelompok yang berjumlah 4 siswa untuk mendiskusikan tentang macam-macam kegunaan zat gizi.

c. Analisis Hasil

Siswa masih kebingungan dalam menjawab tugas yang diberikan oleh Mahasiswa PPL. Karena kurang mau berusaha menjawab pertanyaan-pertanyaan tersebut.

d. Refleksi

Mahasiswa PPL perlu menyampaikan materi sesuai dengan pengetahuan siswa-siswi. Lebih bagus lagi apabila menggunakan contoh-contoh yang berkaitan dengan materi pengajaran yang disampaikan.

6. Praktik Mengajar VI

a. Persiapan

Persiapan yang dilakukan mahasiswa PPL pada praktik mengajar ke-6 yaitu konsultasi dengan guru terkait dengan RPP, media dan materi yang akan diberikan. Setelah berkonsultasi, disepakati bahwa praktik mengajar ke-6 materi yang akan disampaikan adalah klasifikasi teknik olah. Alokasi waktu yang digunakan adalah 4 x 45 menit.

b. Pelaksanaan

Praktik mengajar ke-6 dilaksanakan pada hari Senin tanggal 31 Agustus 2015 di kelas X JB. Materi yang dipelajari siswa adalah Klasifikasi teknik pengolahan beserta contohnya. Pada pelaksanaan pembelajaran ini menggunakan metode ceramah, Tanya jawab, penugasan, diskusi. Siswa ada yang berperan aktif dalam kegiatan pembelajaran tetapi juga ada yang tidak.. Selanjutnya siswa diberikan tugas yang dibagi setiap kelompok ada 5 siswa yang dilanjutkan dengan mempresentasikan hasil diskusi.

c. Analisis Hasil

Siswa dapat lebih aktif dalam mengikuti kegiatan belajar mengajar. Siswa juga dapat menjawab pertanyaan-pertanyaan yang diberikan oleh Mahasiswa PPL dengan sedikit bertanya.

d. Refleksi

Mahasiswa PPL harus selalu memperhatikan kemampuan siswa dalam penggunaan metode pembelajaran supaya hasil yang diharapkan dari penerapan metode tersebut dapat tercapai.

7. Praktik Mengajar VII

a. Persiapan

Persiapan yang dilakukan mahasiswa PPL pada praktik mengajar ke-7 yaitu konsultasi dengan guru terkait dengan RPP, media dan materi yang akan

diberikan. Setelah berkonsultasi, disepakati bahwa praktik mengajar ke-7 materi yang akan disampaikan adalah menangani fungsi zat gizi dan sumbernya dalam bahan makanan. Alokasi waktu yang digunakan adalah 1 x 45 menit.

b. Pelaksanaan

Praktik mengajar ke-7 dilaksanakan pada hari Selasa tanggal 1 September 2015 di kelas X JB. Pada pelaksanaan pembelajaran ini menggunakan metode ceramah, Tanya jawab, dan diskusi. Siswa berperan aktif dalam kegiatan pembelajaran. Mahasiswa PPL memberikan pertanyaan lalu dijawab secara langsung oleh siswa yang dapat menjawab pertanyaan tersebut. Siswa yang dapat menjawab akan berikan nilai tambahan.

c. Analisis Hasil

Siswa dapat lebih aktif dalam mengikuti kegiatan belajar mengajar. Siswa juga dapat menjawab pertanyaan-pertanyaan yang diberikan oleh Mahasiswa PPL dengan sedikit bertanya.

d. Refleksi

Mahasiswa PPL harus selalu memperhatikan kemampuan siswa dalam penggunaan metode pembelajaran supaya hasil yang diharapkan dari penerapan metode tersebut dapat tercapai.

8. Praktik Mengajar VIII

a. Persiapan

Persiapan yang dilakukan mahasiswa PPL pada praktik mengajar ke-8 yaitu konsultasi dengan guru terkait dengan RPP, pembuatan media dan materi yang akan disampaikan. Setelah berkonsultasi, disepakati bahwa praktik mengajar ke-8 dengan materi yang akan disampaikan adalah mempraktikkan pengolahan makanan kontinental. Alokasi waktu yang digunakan adalah 4 x 45 menit sesuai dengan standar yang telah ditetapkan.

b. Pelaksanaan

Praktik mengajar ke-8 dilaksanakan pada hari Senin tanggal 7 September 2015 di kelas X JB. Pada pelaksanaan pembelajaran ini menggunakan metode ceramah, tanya jawab, demonstrasi. Teknik pengolahan yang akan di praktikkan yaitu teknik poaching dengan membuat poach egg, teknik deep frying dengan membuat chip potatoes, teknik sauté dan boiling dengan membuat buttered spinach.

c. Analisis Hasil

Siswa dapat lebih aktif dalam mengikuti mata pembelajaran praktik karena siswa datap dengan langsung mempraktikkan, akan tetapi masih sedikit kebingungan karena melakukan pembelajaran praktik yang pertama. Siswa masih banyak yang membaca resep dan kurang persiapan.

d. Refleksi

Siswa seharusnya mempelajari yang akan dipraktikkan dan mempersiapkan sehari sebelum praktik dilaksanakan

BAB III

PENUTUP

A. Kesimpulan

Program Pengalaman Lapangan (PPL) merupakan kegiatan yang mampu memberikan kontribusi positif bagi sekolah dalam rangka peningkatan maupun pengembangan program-program sekolah dan mengadakan pembenahan serta perbaikan baik secara fisik maupun secara non fisik guna menunjang kegiatan belajar mengajar di sekolah. Mahasiswa peserta PPL berusaha untuk merancang dan melaksanakan program-program PPL yang sejalan dengan program sekolah sebagai upaya untuk lebih memajukan sekolah diberbagai bidang.

Dengan adanya Praktik Pengalaman Lapangan, diharap kepada Mahasiswa PPL atau dapat disebut sebagai para calon guru agar mendapatkan pengalaman yang berharga sebagai bekal dalam kehidupan di masa yang akan datang dan menjadi tenaga pendidik yang dapat menjunjung profesionalisme guru serta mampu meningkatkan kemajuan mutu pendidikan di Indonesia.

Kegiatan PPL terdiri dari praktik mengajar di kelas, penyusunan RPP (Rencana Pelaksanaan Pembelajaran), membuat media pembelajaran, melakukan evaluasi belajar, melakukan analisis hasil ulangan siswa serta mengkonsultasikan dengan guru pembimbing. Beberapa kesimpulan yang dapat diambil mahasiswa PPL dari hasil PPL (Praktik Pengalaman Lapangan) adalah sebagai berikut:

1. Media pembelajaran atau alat peraga belum terlalu digunakan di SMK PGRI 1 Sentolo. Hal ini dikarenakan guru yang tidak bersedia membuat media pembelajaran.
2. Budaya senyum, salam, sapa serta tata krama antarwarga sekolah cukup terasa sehingga menciptakan suasana sekolah yang menyenangkan.
3. Kegiatan belajar mengajar di SMK PGRI 1 Sentolo sudah berlangsung dengan baik. Guru dan siswa dapat menciptakan lingkungan belajar yang kondusif. Bahkan tidak sedikit siswa yang akrab dengan guru saat di luar kelas sehingga tercipta suasana kekeluargaan.
4. Siswa cukup berminat terhadap standar kompetensi dalam jurusan administrasi perkantoran, baik di dalam kelas maupun di luar kelas. Akan tetapi ada beberapa siswa yang kurang tertarik dengan beberapa standar kompetensi dengan jurusan Jasa Boga karena menganggap kegiatan pembelajarannya membosankan karena hanya teori.
5. Metode pembelajaran yang digunakan sudah baik disesuaikan dengan kondisi siswa tetapi kurang bervariasi dalam pemanfaatan media pembelajaran. Karena

ada beberapa guru yang masih menggunakan metode-metode yang sama.

6. Mahasiswa PPL mendapatkan berbagai pengalaman tentang tanggung jawab serta manajemen waktu yang tepat dalam bekerja.
7. Mahasiswa PPL mendapatkan pengalaman menangani siswa baik di dalam kelas maupun di luar kelas.

Kegiatan PPL (Praktik Pengalaman Lapangan) dilakukan selama kurang lebih 1 bulan. Mahasiswa melaksanakan PPL (Praktik Pengalaman Lapangan) di SMK PGRI 1 Sentolo untuk mendapatkan banyak ilmu dan pengalaman baru sebagai bekal untuk menjadi seorang pendidik yang professional.

B. Saran

1. Untuk SMK PGRI 1 Sentolo

- a. Menjaga dan meningkatkan kualitas sarana dan prasarana yang sudah ada, terutama untuk sarana dan prasarana yang telah ada di SMK PGRI 1 Sentolo.
- b. Meningkatkan pembimbingan dan pendampingan kepada mahasiswa PLL terkait pelaksanaan PPL yang selama ini telah dilakukan dengan baik.
- c. Pembinaan dan peningkatan kompetensi siswa, khususnya dalam bidang akademik maupun non-akademik agar siswa dapat lebih berprestasi.

2. Untuk LPPMP

- a. Sebaiknya pihak LPPMP memberikan pemberitahuan informasi tentang sistem PPL pada tahun 2014.
- b. Sebaiknya pihak LPPMP menggunakan prosedur yang lebih baik lagi dalam memberitahukan informasi-informasi terbaru dan perubahan mengenai PPL kepada mahasiswa supaya tidak terjadi kebingungan.

3. Untuk Guru Pembimbing

- a. Mengoptimalkan penggunaan media pembelajaran dalam menyampaikan materi yang ada, sehingga siswa dapat memperoleh pembelajaran yang bervariatif.
- b. Lebih terbuka dalam memberikan kritik, saran, dan masukan kepada mahasiswa PPL supaya bisa menjadi pembelajaran bagi mahasiswa dalam proses menjadi seorang guru yang professional.

4. Untuk Mahasiswa

- a. Mempersiapkan media pembelajaran dengan baik disesuaikan dengan materi pembelajaran.

- b. Menjaga komunikasi dan hubungan yang baik dengan sesama mahasiswa PPL, sesama mahasiswa PPL dari Universitas lain maupun seluruh warga sekolah.
- c. Menjalin hubungan yang baik dan aktif berkonsultasi dengan dengan guru pemimpin.
- d. Menjaga sopan santun dan keramahan dengan seluruh warga sekolah.
- e. Menjaga kekompakkan dan kerjasama tim PPL.
- f. Dapat memahami karakter setiap anggota kelompok maupun warga sekolah.
- g. Persiapan spiritual, fisik, fikiran dan materi sangat dibutuhkan mahasiswa untuk meningkatkan kegiatan PPL.

DAFTAR PUSTAKA

Tim KKN PPL UNY.2014.Kumpulan Makalah Pembekalan Kuliah Kerja Nyata (KKN) UNY.Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.

Tim Penyusun KKN PPL UNY. 2014.Agenda PPL-KKN.Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.

Tim Penyusun PPL.2014.Panduan PPL. Yogyakarta : Universtas Negeri Yogyakarta.

LAMPIRAN

MATRIKS PROGRAM KERJA PPL UNY
TAHUN 2015

NAMA SEKOLAH/LEMBAGA : SMK PGRI 1 SENTOLO
 ALAMAT SEKOLAH/LEMBAGA : Jalan Raya Sentolo
 Km. 18 Kulon Progo
 GURU PEMBIMBING : Tomang Ade Prapanca S.Pd

No.	Program/Kegiatan PPL	Agustus		Sept		Jumlah
		Minggu II	III	IV	I	Jam II
1	Kegiatan Mengajar					
a. Persiapan		1	1	1	1	5
1) Konsultasi						
2) Menyusun Materi		3	3	3	3	12
3) Administrasi guru			1	1	1	4
3) Membuat RPP			1	1	1	4
4) Menyiapkan/membuat media		4	4	4	4	16
b. Pelaksanaan						
1) Praktik Mengajar di kelas			13	5	5	27
c. Evaluasi dan Tindak Lanjut						
1) Pendalaman Materi & Evaluasi					2	2
2 Kegiatan Non Mengajar						
a. Paskibra		10	15			25
b. Drumband		8	10			18
c. Pramuka				3	3	9
d. Baca Tafsir Al-Quran		1	1	1	1	5
e. Pelatihan Baris Berbaris/Tonti (untuk lomba)		8	10			18
f. Upacara Bendera Hari Senin				1		1
g. Upacara Bendera Hari Khusus			4			4
h. Pemeliharaan Perpustakaan			3			3
i. Piket sekolah		2	2	2	2	10
j. Pendampingan Menyanyi Lagu Indonesia		1	1	1	1	5
k. Perlombaan HUT RI			6			6
l. Pemeliharaan Lab Komputer				6		6
4 Penyelesaian Laporan PPL				5	5	16
Jumlah Jam		38	69	34	33	196

Mengetahui/Menyetujui,

Dosen Pembimbing Lapangan

Yuriani, M.Pd.
 NIP. 19540206 198203 2 001

Mahasiswa PPL

Aennur Falah Putri
 NIM. 12511241014

Kepala Sekolah

Drs. Nur Aini Sulistyawati
 NIP. 19660212 199103 2 008





KARTU BIMBINGAN PPL

PUSAT PENGEMBANGAN PPL DAN PKL

LEMBAGA PENGEMBANGAN DAN PENJAMINAN MUTU PENDIDIKAN (LPPMP) UNT
TAHUN

F04

UNTUK MAHASISWA

Nama Sekolah / Lembaga : SMK PGRI 1 Sentolo
Alamat Sekolah : Jl. Raya Sentolo Km. 18, Kulon Progo Fax./Telp. Sekolah :
Nama DPL PPL : "Yurian" Mag
Prodi / Fakultas DPL PPL : Pend. Teknik Boga
Jumlah Mahasiswa PPL : 4.

No	Tgl. Kehadiran	Jml Mhs	Materi Bimbingan	Keterangan	Tanda Tangan DPL PPL
	14 Agustus 2015		Monitoring DPL		Husnul
	25 Agustus 2015		Monitoring PPL		Husnul
	10 September 2015		Monitoring Laporan PPL		Husnul

PERHATIAN :

- ✓ Kartu bimbingan PPL ini dibawa oleh mhs PPL (1 kartu untuk 1 prod).
✓ Kartu bimbingan PPL ini bukan dasar materi bimbingan dan tidak berlaku tanpa tanggung dari DPL/PPL setelah kali bimbingan di lokasi.
✓ Kartu bimbingan PPL ini segera dikembalikan ke PP PPL & PKL UNY paling lambat 3 (tiga) hari setelah penarikan mhs PPL untuk keperluan administrasi.

.....,
Mhs PPL Prodi





FORMAT OBSERVASI PEMBELAJARAN DI KELAS DAN OBSERVASI PESERTA DIDIK

Npma. 1

Untuk mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

NAMA MAHASISWA : Aennur Falah Putri PUKUL : 09.00-11.00 WIB
NO. MAHASISWA : 12511241014 TEMPAT PRAKTIK : SMK PGRI 1 Sentolo
TGL. OBSERVASI : 21 Maret 2015 FAK/JUR/PRODI : FT/PEND. Teknik Boga

No	Aspek yang diamati	Deskripsi Hasil Pengamatan
A	Perangkat Pembelajaran	
	1. Kurikulum Tingkat Satuan Pembelajaran (KTSP)	Di SMK PGRI 1 Sentolo, untuk kelas XII guru mengembangkan materi ajar yang digunakan sesuai dengan Kurikulum Tingkat Satuan Pembelajaran (KTSP).
	2. Silabus	Silabus yang digunakan sudah ada dan lengkap. Dalam mengajar guru sudah sesuai dengan silabus yang dimiliki sekolah
B	Proses Pembelajaran	
	1. Membuka pelajaran	Setiap hari proses Kegiatan Belajar Mengajar (KBM) dimulai pada pukul 07.15 WIB. Sebelum memulai pelajaran, siswa berdoa yang dipimpin oleh ketua kelas atau guru, kemudian bersama-sama dengan guru membaca kitab suci Al Qur'an setiap hari senin dan sabtu. Guru membuka pelajaran dengan terlebih dahulu mengabsen siswa untuk mengetahui apakah ada siswa yang tidak masuk. Sebelum menuju ke materi yang akan dibahas guru memberikan apersepsi tentang apa yang akan mereka pelajari hari ini, mengulas sedikit pelajaran yang lalu dan melakukan Tanya jawab. Kemudian guru menyampaikan materi yang akan dipelajari
	2. Penyajian materi	Guru menyajikan materi secara lisan atau dengan ceramah dan Tanya Jawab
	3. Metode pembelajaran	Metode yang digunakan dalam mengajar adalah metode ceramah dan Tanya jawab interaktif dengan siswa.

	4. Penggunaan bahasa	Bahasa yang digunakan masih campuran sehingga kadang guru menggunakan bahasa Indonesia dan kadang pula bahasa Jawa yang digunakan. Akan tetapi hal tersebut tidak menghambat proses pembelajaran.
	5. Penggunaan waktu	Waktu yang digunakan sesuai dengan jam pelajaran sehingga diharapkan siswa dapat dislipin.
	6. Gerak	Guru tidak hanya diam atau duduk di kursi saja, tetapi juga berkeliling untuk memberi perhatian kepada siswa agar tetap mempunyai minat dalam belajar, menghampiri siswa dan menanyakan kesulitan.
	7. Cara memotivasi siswa	Untuk meningkatkan semangat kadang kala guru memberikan pertanyaan kepada siswa, yang nantinya apabila siswa dapat menjawab dengan benar akan diberi nilai tambahan.
	8. Teknik bertanya	Dalam memberikan pertanyaan, terlebih dahulu guru bertanya kepada siswa tentang pemahaman materi, kemudian guru bertanya kepada siswa tentang materi yang diberikan dengan menunjuk siswa agar menjawab pertanyaan yang diberikan.
	9. Teknik penguasaan kelas	Dalam penguasaan kelas, guru menggunakan teknik pendekatan yaitu saat awal pertama pelajaran sehingga terjadi kesepakatan antara guru dengan siswa. Dengan tujuan agar tercipta kelas yang kondusif, sehingga tujuan pembelajaran dapat tercapai.
	10. Penggunaan media	Media yang digunakan adalah guru ceramah di depan kelas, selain itu media yang digunakan papan tulis.
	11. Bentuk dan cara evaluasi	Evaluasi dilakukan setelah selesai proses pembelajaran, yaitu guru memberikan kesimpulan dari materi yang sudah disampaikan, selain itu guru mengadakan tes. Prosedur penilaian berdasarkan pada proses pembelajaran dan hasil pembelajaran siswa.
	12. Menutup pelajaran	Sebelum menutup pelajaran, guru memberikan kesimpulan mengenai materi yang telah diberikan. Biasanya guru bertanya kembali kepada siswa tentang materi, kemudian guru menyampaikan pengantar untuk materi berikutnya dan menutup pelajaran dengan salam.
C	Perilaku Siswa	
	1. Perilaku siswa didalam	Prilaku siswa pada umumnya sopan dan ramah

	kelas	tamah mereka menghargai gurunya dan selalu memperhatikan gurunya, meskipun sering rame dan perlu diingatkan agar tidak ramai.
	2. Perilaku siswa diluar kelas	Siswa sangat sopan terhadap guru dan karyawan. Mereka selalu menyapa kepada guru, karyawan dan bahkan kepada mahasiswa PPL yang baru disitu.

Yogyakarta, 21 Maret 2015

Guru Pembimbing

Pengamat

Tomang Ade Prapanca S.Pd

Aennur Falah Putri

NIM. 12511241014



**FORMAT OBSERVASI
KONDISI SEKOLAH**

NPma. 2

Untuk mahasiswa

Universitas Negeri Yogyakarta

NAMA MAHASISWA : Aennur Falah Putri

NO. MAHASISWA : 12511241014

TGL. OBSERVASI : 28 Februari 2015

No	Aspek yang diamati	Deskripsi Hasil Pengamatan	Keterangan
1	Kondisi fisik sekolah	Bangunan sekolah kokoh dan memenuhi standar sebuah bangunan sekolah. Terdiri dari 8 kelas (3 kelas X, 3 kelas XI, dan 2 kelas XII), Lab komputer, Lab Jasa Boga, Ruang Guru, Ruang Ketua Program Keahlian, Ruang Kepala Sekolah, Ruang BK, Ruang UKS Mushola, Ruang Wakasek, Ruang TU, dan lain-lain.	Baik
2	Potensi siswa	Siswa mempunyai kemampuan baik akademis maupun non bagi siswa yang berprestasi. Siswa diberi kesempatan untuk mengikuti perlombaan.	Baik
3	Potensi guru	33 orang guru terdiri dari 16 guru tetap yaitu lulusan S1 dan 17 guru tidak tetap	Baik
4	Potensi karyawan	Memiliki kinerja yang baik dan ramah. Terdiri dari pegawai tetap dan tidak tetap.	Baik
5	Fasilitas KBM, media	Di setiap ruang kelas terdapat Papan tulis, kapur dan penghapus. Disediakan juga LCD dan Sound speaker.	Baik
6	Perpustakaan	Koleksi buku cukup lengkap akan tetapi penataan kurang rapi. Memiliki fasilitas kursi, meja, almari, rak buku, buku – buku terkait dengan proses pembelajaran, novel, majalah serta Koran.	Baik
7	Laboratorium	Ada, Lab Komputer dan Lab Jasa Boga a. Lab. Komputer	Baik

		<p>Terdapat sarana penunjang seperti komp. (Laptop, PC, server), LCD proyektor, printer, tape recorder.</p> <p>a. Lab. Administrasi Perkantoran</p> <p>Terdapat sarana penunjang seperti Faxsimile/ telephone, filling cabinet, komp (Laptop, PC), LCD proyektor, printer, scanner.</p> <p>b. Lab. Jasa Boga</p> <p>Terdapat sarana penunjang seperti kompor gas, oven, blender, peralatan dan bahan-bahan memasak</p>	
8	Bimbingan konseling	Bimbingan konseling ditangani oleh guru-guru BK dengan program-program yang dilaksanakan secara rutin. Tugas dari BK adalah menangani siswa yang bermasalah, tata tertib dan kedisiplinan siswa, perizinan, kunjungan rumah, konsultasi belajar dan memantau minat dan bakat siswa jika ingin melanjutkan studi ke jenjang yang lebih tinggi. Akan tetapi, ruang BK di SMK PGRI 1 Sentolo ini menggunakan ruang sama dengan ruang ketua program keahlian.	Kurang
9	Bimbingan belajar	Bimbingan belajar dilakukan oleh pihak sekolah khusus untuk kelas tiga guna menghadapi UAN.	Baik
10	Ekstrakurikuler	Kegiatan yang ada di sekolah SMK PGRI 1 Sentolo adalah Pramuka, Seni Tari, dan lain-lain	Baik
11	Organisasi dan fasilitas OSIS	Keorganisasianya terlihat baik, dilihat dari susunan kepengurusan terdiri dari kelas X dan XI, dengan proker diantaranya MOS dan perayaan HUT RI. Kondisi sekretariat cukup baik sehingga dapat mendukung pelaksanaan kegiatan. Namun belum disediakannya tempat	Baik

		OSIS sehingga jika ada rapat menggunakan ruang kelas.	
12	Organisasi dan fasilitas UKS	Ruang UKS terdapat 4 kursi, 1 almari obat guna menyimpan perlengkapan dan peralatan UKS. Sedangkan untuk fasilitasnya yaitu ada 2 bad dan 2 bantal. Untuk fasilitas yang lainnya antara lain obat-obatan sederhana, tensimeter, timbangan, dan alat ukur tinggi badan.	Baik
13	Administrasi (karyawan, sekolah ,dinding)	<ul style="list-style-type: none"> - Kepegawaian yaitu data guru dan karyawan. - Siswa yaitu data induk siswa - Keuangan yaitu gaji dan SPP <p>Semua ada dan terdokumentasi dengan baik.</p>	Baik
14	Karya Tulis Ilmiah Remaja	Berjalan ketika ada perlombaan.	-
15	Karya Ilmiah Oleh Guru	Untuk sementara belum ada dan belum terorganisir.	-
16	Koperasi siswa	Secara fisik dan penataan ruang sudah cukup baik, tetapi secara organisasi koperasi siswa ini perlu dikembangkan sebagai unit usaha yang ikut melatih kewirausahaan siswa.	-
17	Tempat ibadah	Mushola dijadikan satu dengan Aula. Hanya tersedia sajadah dan belum ada mukena. Akan tetapi tidak tersedianya rak sepatu, sehingga setiap kali melakukan ibadah, alas kaki dilepas di bawah tangga.	Baik
18	Kesehatan lingkungan	<ol style="list-style-type: none"> a. Secara umum, penghijauan sudah baik dan tertata rapi, terdapat taman dan tanaman di depan ruang kelas b. Jumlah tempat sampah telah mencukupi. Di depan setiap ruangan telah terdapat tempat sampah. c. Kondisi kamar mandi telah terawat dengan baik, sehingga dapat 	Baik

		mengakibatkan kebersihan dan kenyamanan dalam KBM.	
19	Lain-lain : a. Lab computer b. Lab Jasa Boga c. Kantin d. Parkiran e. Infrastruktur	a. Lengkap dengan fasilitas internet dan WIFI b. Bersih dan tertata rapi c. Kantin ini berada di belakang sekolah namun masih di lingkungan dalam sekolah, disini lah siswa makan, minum pada jam istirahat. d. Ada namun kekurangan lahan parker dan kurang tertata dengan rapi. e. Infrastruktur seperti sumber listrik, akses internet, dan sumber air bersih sudah memadai	Baik Baik Baik Cukup Baik

Mengetahui

Sentolo, 28 Februari 2015

Koordinator KKN-PPL
SMK PGRI 1 Sentolo

Ketua PPL

SMK PGRI 1 Sentolo

Drs. Sunardi

Bardan Isnandar

NIM. 12601241102

SILABUS

Nama Sekolah	: SMK PGRI 1 SENTOLO
Mata Pelajaran	: Kompetensi Kejuruan
Kelas/Semester	: X / 3 dan 4
Program Studi Keahlian	: Tata Boga
Standar kompetensi	: Melakukan Perencanaan Hidangan Harian Untuk Meningkatkan Kesehatan
KKM	: 75
Alokasi Waktu	: 36 jam

KOMPETENSI DASAR	NILAI-NILAI PBKB & EK	INDIKATOR	MATERI PEMBELAJARAN	KEGIATAN PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU			SUMBER BELAJAR
						TM	PS	PI	
4.1 Menjelaskan aturan makan atau diit	Gemar membaca Rasa ingin tahu	4.1.1 Menjelaskan aturan makan sesuai golongan umur Gemar membaca dan ingin tahu tentang aturan makan berbagai golongan umur	Karakteristik makan bayi,balita anak-anak, remaja, dewasa, manula, ibu hamil dan ibu menyusui Aturan makan bayi,balita,anakana k,remaja,dewasa,m anula,ibu hamil,ibu	Menggali informasi tentang karakteristik makan bayi, balita,anak-anak, remaja, dewasa, manula, ibu hamil, ibu menyusui, Aturan makan bayi,balita,anakana k,remaja,dewasa,m anula,ibu hamil,ibu	Tertulis	4			Gizi Terapan Amini Nasution dan Hadi Riyadi Dikmenjur Jakarta,1993

4.2 Meingidentifikasi kebutuhan gizi	Gemar membaca	Mendeskripsikan pengertian zat gizi,jenis-jenis zat gizi,bahan makanan sumber zat gizi Gemar membaca tentang zat gizi	menyusui Zat gizi yang dibutuhkan tubuh - Pengertian zat gizi - Jenis-jenis zat gizi - Fungsi zat gizi - Bahan makanan sumber zat gizi - Kebutuhan zat gizi sesuai kelompok umur	umur	Tertulis	4		Dasar-dasar Ilmu Gizi Amini Nasution dan Hadi Riyadi Dikmenjur Jakarta,1993 Shahmien Moehyi, Ilmu Gizi, Bharata, Jakarta,1999

	4.3Membuat rencana menu sesuai kebutuhan gizi	Gemar membaca	4.3.1 Mendekripsikan pengertian dan syarat penyusunan menu Gemar membaca tentang rencana menu sesuai kebutuhan gizi	Pengertian menu seimbang Syarat penyusunan menu seimbang	Menggali informasi tentang menu sesuai kebutuhan gizi	Tertulis	4			Gizi Terapan , Amini Nasution dan Hadi Riyadi Dikmenjur Jakarta,1993
--	---	---------------	--	---	---	----------	---	--	--	--

	4.4Menentukan kandungan zat gizi pada makanan	Gemar membaca Rasa ingin tahu	4.4.1Mendeskripsi kan daftar komposisi bahan makanan dan fungsinya Gemar membaca dan rasa ingin tahu tentang pengetian,fungsi dan cara menggunakan DKBM	- Pengertian daftar komposisi bahan makanan (DKBM) - Fungsi DKBM - Cara menggunakan DKBM	Mendeskripsikan pengertian daftar komposisi bahan makanan (DKBM) - Menunjukkan cara menggunakan DKBM - Menghitung kandungan zat gizi pada makanan dengan menggunakan DKBM.	4		Daftar Komposisi Bahan Makanan Dikmenjur Jakarta
	4.5 Mengevaluasi menu dan makanan yang diolah	Gemar membaca Rasa ingin tahu	4.5.1 Melakukan evaluasi terhadap menu yang sudah diolah Gemar membaca dan ingin tahu	Evaluasi manu	Menerapkan evaluasi menu dan makanan yang diolah sesuai dengan persyaratan	4		Manajemen Gizi Institusi, Amini Nasution dkk Hadi Riyadi Dikmenjur Jakarta,1993

			tentang evaluasi menu makanan yang diolah						
--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Nama Sekolah : SMK PGRI 1 Sentolo
Mata Pelajaran : Kompetensi Kejuruan
Kelas/Semester : X / 1
Program Studi Keahlian : Tata Boga
Standar Kompetensi : Mengolah Makanan Kontinental
KKM : 75
Alokasi Waktu : 72 jam

Silabus

KOMPETENSI DASAR	INDIKATOR	NILAI-NILAI	MATERI PEMBELAJARAN	KEGIATAN PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU		
						TM	TM T	TM TT
1.1. Menjelaskan Prinsip Pengolahan Makanan Kontinental	1.2.1.menjelaskan teknik-teknik pengolahan makanan kontinental	Gemar membaca Rasa ingin tahu	Pengertian tentang pengolahan makanan yang menggunakan metode : -Moist heat cooking -Dry heat cooking -Cooking by fat Syarat-syarat pelaksanaan teknik pengolahan makanan.	Menggali informasi tentang pengertian pengolahan makanan yang digunakan dalam pengolahan masakan kontinental. Menerapkan metode pengolahan dengan memperhatikan syarat-syarat pelaksanaan teknik pengolahan makanan	Tertulis	4		
	1.2.2.memilih dan menerapkan teknik-teknik dasar pengolahan makanan dalam mengolah makanan kontinental	Rasa ingin tahu Tanggung jawab	Contoh pengolahan makanan dengan berbagai teknik pengolahan. Menerapkan teknik-teknik dasar pengolahan makanan Kriteria hasil	Menemunjukkan contoh masakan kontinental dengan kriteria yang telah ditentukan Melakukan macam-macam teknik dasar pengolahan makanan.	Portofolio Unjuk kerja/praktek	12 (24)		

1.2. Menggunakan Peralatan Pengolahan Dengan Tepat	1.2.1. Memilih Peralatan Pengolahan Makanan 1.2.2. Mengoperasikan Peralatan Pada Pengolahan Makanan Kontinental 1.2.3. Membersihkan Dan Menyimpan Peralatan Pengolahan Makanan.	rasa ingin tahu Kerja sama Tanggung jawab Disiplin Tanggung jawab Disiplin	Klasifikasi peralatan pengolahan makanan. Pengoperasian peralatan pengolahan makanan. Keamanan dan keselamatan kerja. Pembersihan peralatan sesuai standar hygiene. Menyimpan peralatan pengolahan makanan.	Mengelompokkan jenis peralatan makanan. Mengoperasikan peralatan pengolahan makanan. Melaksanakan petunjuk penggunaan peralatan. Melakukan pembersihan peralatan pengolahan makanan. Menyimpan peralatan pengolahan makanan sesuai dengan jenisnya.	Tertulis Unjuk kerja Unjuk kerja	4	2	2	▪ Suwarti Mochantoyo, dkk. 1999. <i>Pengelolaan Makanan</i> . Angkasa. Bandung.
1. 3. Mengolah Cold Dan Hot Appetizer Atau Salad	1.3.1.Menjelaskan Pengertian, Jenis Serta Komposisi, Appetizer Dan Salad Berdasarkan Hot Dan Cold Appetizer Atau Salad	Gemar membaca Rasa ingin tahu Tanggung jawab	Pengertian appetizer dan salad Klasifikasi appetizer dan salad Komposisi Salad Jenis-jenis salad Fungsi salad Bahan makanan untuk membuat appetizer dan salad Suhu penyajian hot dan cold appetizer atau salad	Menggali informasi tentang pengertian, klasifikasi, serta komposisi appetizer dan salad Menemutunjukkan bahan makanan untuk membuat appetizer dan salad Menentukan suhu penyajian untuk hot dan cold appetizer atau salad	Tertulis Tertulis	4	4		

	<p>1.3.2.Memilih Teknik,Cara Penataan, Serta Menentukan Peralatan Pengolahan, Penyimpanan Serta Teknik Penyimpanan Appetizer Dan Salad</p> <p>1.3.3.Mengidentifikasi Glaze Untuk Appetizer Dan Dressing Untuk Salad</p> <p>1.3.4.Mengolah Dan Menyajikan Appetizer Dan Salad Sesuai Standar.</p>	<p>kerjasama</p> <p>Gemar membaca Rasa ingin tahu</p> <p>Disiplin Tanggung jawab Kerjasama</p>	<p>salad.(dasar penyiapan salad) Porsi hidangan Peralatan pengolahan appetizer dan Peralatan untuk penyimpanan appetizer dan salad Teknik penyimpanan appetizer dan salad.</p> <p>Pengertian glaze Macam-macam glaze untuk appetizer Tehnik pengolahan dan penggunaan glaze Pengertian dressing Macam-macam dressing untuk salad</p> <p>Teknik pengolahan dan penggunaan dressing Teknik pembuatan macam – macam appetizer dan salad. Teknik penyajian macam – macam appetizer dan salad.</p>	<p>menentukan porsi hidangan appetizer dan salad Memilih peralatan pengolahan dan penyimpanan appetizer dan salad Melakukan teknik penyimpanan appetizer dan salad</p> <p>Menggali informasi tentang pengertian, macam, tehnik pengolahan dan penggunaan glaze untuk appetizer Menggali informasi tentang pengertian, macam, tehnik pengolahan dan penggunaan dressing untuk salad</p> <p>Melakukan teknik pembuatan dressing . Melakukan teknik pembuatan macam – macam appetizer dan salad sesuai tehnik pengolah dengan tepat. Melakukan teknik penyajian macam – macam appetizer dan salad.</p>	<p>Tertulis</p> <p>Unjuk kerja</p>	<p>4</p> <p>28 (56)</p>			
--	--	--	---	---	------------------------------------	-------------------------	--	--	--

AGENDA MENGAJAR PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN (PPL)
SMK PGRI 1 SENTOLO

NO	HARI / TANGGAL	KELAS	JAM KE	MATERI PELAJARAN	PESERTA DIDIK YANG TIDAK MASUK DENGAN KETERANGAN	KETERANGAN
1.	Selasa, 18 Agustus 2015	X Jasa Boga	4	Pengertian Zat Gizi Kelompok Zat Gizi Berdasarkan Sumber	Ade Kurnia Daneswari Anggita Wulandari Ika Wahyu Rahmawati Wahyuning Rizki Mulyani Erna Fitriyana	Ijin Pelatihan Tonti
2.	Selasa, 18 Agustus 2015	XII Jasa Boga	5 - 7	Hidangan Kesempatan Khusus		
3.	Rabu, 19 Agustus 2015	XII Jasa Boga	1 - 4	Pengolahan Unggas		
4.	Senin, 24 Agustus 2015	X Jasa Boga	2 - 5	Pengertian Pengolahan Makanan Kontinental Klasifikasi Teknik Pengolahan Makanan Kontinental		
5.	Selasa, 25 Agustus 2015	X Jasa Boga	4	Kelompok Zat Gizi Berdasarkan Jumlah		

				Kelompok Zat Gizi Berdasarkan Sumber Klasifikasi Gizi		
6.	Senin, 31 Agustus 2014	X Jasa Boga	2 - 5	Teknik Dasar Pengolahan Kontinental Contoh penerapan berbagai teknik dasar pengolahan makanan kontinental		
7.	Selasa, 1 September 2015	X Jasa Boga	4	Fungsi Zat Gizi dan Sumbernya dalam Bahan Makanan	Anggit Pradana	Sakit
8.	Senin, 7 Semtember 2015	X Jasa Boga	2 - 5	Mempraktikkan Berbagai Teknik Pengolahan Makanan Kontinental		

Sentolo, 12 September 2015

Mengetahui,
Guru Pembimbing

Mahasiswa

Tomang Ade Prapanca S, Pd

Aennur Falah Putri
NIM. 12511241014

JOBSHEET

A. Kompetensi Dasar

Memilih dan Menerapkan Teknik Dasar Pengolahan Makanan Kontinental

B. Tujuan Pembelajaran

- Membuat poach egg dengan teknik pengolahan poaching
- Membuat buttered spinach dengan teknik pengolahan boiling dan sauté
- Membuat chip potato dengan teknik deep frying

C. Alat dan Bahan

1. Alat

No	Nama alat	Jumlah
1.	Pisau	1
2.	<i>Cutting board</i>	1
3.	Piring/wadah	1
4.	Kompor	1
5.	Pan dan perlengkapannya	1

2. Bahan

No	Nama alat	Jumlah
1.	Telur	3 butir
2	Bayam	1 ikat
3	Kentang	3 buah
4	Margarine	2 sdm
5	Bawang putih	4 butir
6	Garam	secukupnya
7	Lada	secukupnya
8	Bubuk pala	secukupnya
9	Cuka	1 sdm
10	Minyak Goreng	0.5 liter

D. Petunjuk K3

1. Menggunakan perlengkapan praktikum: baju kerja, kerpus (sanggul cepol), celemek, dan serbet (2 buah)
2. Menggunakan sepatu berhak pendek dan tidak licin
3. Tidak menggunakan perhiasan
4. Tidak mengaktifkan handphone selama praktikum berlangsung
5. Menggunakan alat sesuai dengan SOP
6. Memperhatikan lingkungan kerja

E. Langkah Kerja

1. Persiapan diri
2. Persiapan bahan
3. Persiapan alat
4. Membuat *poach egg, buttered spinach, chip potato*

F. Resep

1. Poach Egg

Bahan:

Nama Bahan	Jumlah
Telur ayam	3 butir
Cuka	1 sdm
Garam	Secukupnya

Cara Membuat:

1. Bersihkan telur
2. Didihkan air tambahkan cuka dan garam
3. Pecah telur kedalam mangkuk kemudian masukkan telur kedalam panic
4. Api jangan terlalu besar
5. Angkat dan tiriskan

2. Buttered Spinach

Nama Bahan	Jumlah
Bayam	1 ikat
Garlic	4 butir
Margarine	2 sdm
Garam, lada, pala bubuk	Secukupnya

Cara Membuat:

1. Petik daun bayam, cuci lalu rebus setengah matang, tiriskan kemudian iris kasar
 2. Panaskan margarine, sauté chopped garlic tambahkan bayam dan bumbu aduk rata
 3. Angkat dari api dan hidangkan panas-panas.
-
3. Chips Potatoes

Nama Bahan	Jumlah
Kentang	3 buah
Minyak Goreng	0.5 liter
Kertas Minyak	1 lembar
Garam	Secukupnya

Cara Membuat:

1. Rendam kentang yang telah dipotong kedalam air dingin
2. Keringkan kentang dengan kain bersih goreng dalam minyak banyak sampai kecoklatan
3. Tempatkan diatas kertas minyak dan taburi garam halus
4. Chips potato siap dihidangkan

G. Indikator Keberhasilan

1. Siswa telah mampu membuat *poach egg*, *buttered spinach*, *chip potato* dengan teknik pengolahan yang sesuai.

H. Lembar Penilaian

Kelompok :

Kelas :

Kompetensi Dasar

Masakan :

Hari/ Tanggal :

Anggota Kelompok :

1.
 2.
 3.
 4.
 5.

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah	:	SMK PGRI 1 SENTOLO
Program/Komp. Keahlian	:	Jasa Boga
Mata Pelajaran	:	Hidangan Kesehatan
Kelas/Semester	:	X (Sepuluh) / 1 (Gasal)
Alokasi Waktu	:	45 menit
Pertemuan	:	Ke- (1x pertemuan)
Standar Kompetensi	:	Melakukan Perencanaan Hidangan Harian Untuk Meningkatkan Kesehatan
Kompetensi Dasar	:	Mengidentifikasi Kebutuhan Gizi
Indikator	:	<ul style="list-style-type: none">- Mengidentifikasi pengertian zat gizi- Mengklasifikasi kelompok zat gizi berdasarkan fungsinya- Menjelaskan berbagai macam zat gizi

I. Tujuan Pembelajaran

1. Mengidentifikasi pengertian zat gizi.
2. Mengklasifikasi kelompok zat gizi berdasarkan fungsinya
3. Menjelaskan berbagai macam zat gizi

II. Materi Pembelajaran (Terlampir)

1. Pengertian pengolahan zat gizi
2. Mengklasifikasi kelompok zat gizi berdasarkan sumbernya
3. Berbagai macam zat gizi

III. Strategi/Metode/Pendekatan Pembelajaran

1. Ceramah
2. Tanya jawab

IV. Strategi Pembelajaran

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Pendahuluan	<ol style="list-style-type: none">1. Guru mengucap salam2. Guru meminta salah satu siswa untuk memimpin berdoa sesuai dengan agama dan keyakinan masing-masing3. Menanyakan kabar siswa4. Mengecek kehadiran siswa5. Apersepsi: Guru bertanya kepada peserta didik yang mengarah tentang zat gizi6. Guru menginformasikan tujuan	5 menit

	pembelajaran.	
Inti	<p>Menjelaskan Pelajaran</p> <p>1. Guru menggali informasi siswa tentang zat gizi 2. Guru menjelaskan materi zat gizi 3. Guru mendorong siswa untuk berfikir kritis dengan memberikan pertanyaan yang langsung dijawab dan diberi tambahan point keaktifan di kelas.</p>	35 menit
Penutup	<p>1. Guru bersama siswa menyimpulkan pelajaran. 2. Guru menutup pelajaran dengan salam penutup.</p>	5 menit

V. Sumber dan Alat Pembelajaran

a. Sumber

Dasar-dasar Ilmu Gizi Amini Nasution dan Hadi Riyadi Dikmenjur Jakarta, 1993 Shahmien Moehyi, Ilmu Gizi, Bharata, Jakarta, 1999

b. Alat Pembelajaran:

- Papan tulis
- Spidol

c. Media

Hand Out

VI. Penilaian

1. Teknik : tes tertulis
2. Bentuk Instrumen : essay

VII. Penugasan

1. Apa yang dimaksud dengan hidangan?
2. Apa yang dimaksud dengan hidangan kesehatan?
3. Sebutkan macam-macam zat gizi?

Jawaban:

1. Hidangan adalah sajian masakan yang dapat dinikmati
2. Hidangan kesehatan adalah sajian masakan yang dapat dinikmati mengandung berbagai unsur yang bermanfaat dan adapula yang tidak membawa manfaat bagi kesehatan manusia.
3. Karbohidrat, protein, lemak, mineral

Skor	Kriteria
81-100	Jawaban sangat lengkap, rasional dan relevan dengan kunci jawaban
76-80	Jawaban lengkap tetapi kurang relevan dan rasional dengan kunci jawaban
61-75	Jawaban kurang lengkap kurang relevan, dan tidak rasional dengan kunci jawaban
<60	Tidak memenuhi criteria manapun

Sentolo, Agustus 2015

Guru Mata Pelajaran

Mengetahui,

Penyusun

Tomang Ade Prapanca S,Pd

Aennur Falah Putri

NIM 12511241014

Kepala Sekolah

Dra. Nur Aini Sulistyawati

NIP 19660212 199103 2 008

Hidangan Kesehatan

Semua makanan yang dikonsumsi oleh manusia mengandung berbagai unsur. Unsur tersebut ada yang bermanfaat dan adapula yang tidak membawa manfaat bagi kesehatan manusia. Berbagai zat tersebut dapat berupa enzim, gizi, maupun toksit (racun).

A. Pengertian zat Gizi

- Zat gizi merupakan unsur yang terkandung dalam makanan yang memberikan manfaat bagi kesehatan manusia
- Masing-masing bahan makanan yang dikonsumsi memiliki kandungan gizi yang berbeda- beda
- Perbedaan tersebut dapat berupa jenis zat gizi yang terkandung dalam makanan, maupun jumlah dari masing-masing zat gizi.
- Untuk satu jenis zat gizi tertentu, mungkin saja banyak terkandung pada satu jenis makanan, namun bisa saja tidak terdapat sama sekali pada makanan yang lainnya.
- Selain itu jumlah zat gizi tertentu terdapat dalam jumlah yang banyak pada salah satu jenis makanan, namun bisa saja hanya terdapat, dalam jumlah yang sangat sedikit pada makanan yang lainnya.
- Oleh karena itu agar tubuh tidak kekurangan salah satu zat gizi, maka manusia tidak boleh tergantung pada satu jenis pangan saja, tapi harus mengkonsumsi makanan yang beragam jenisnya sehingga tubuh dapat memperoleh keseimbangan dalam asupan gizi yang dibutuhkannya.

B. Kelompok Zat Gizi

Zat gizi dikelompokkan berdasarkan beberapa hal, yaitu berdasarkan fungsi, berdasarkan jumlah yang dibutuhkan tubuh dan berdasarkan sumbernya:

1. Berdasarkan fungsi

Setiap zat gizi yang terkandung dalam bahan makanan memiliki fungsi yang spesifik. Masing-masing zat gizi tidak dapat berdiri sendiri dalam membangun tubuh dan menjalankan proses metabolisme. Namun zat gizi tersebut memiliki berbagai fungsi yang berbeda dengan zat- zat gizi yang terkandung dalam tiap makanan.

a. Zat gizi sebagai sumber energy dan tenaga.

Zat zat yang digunakan tubuh sebagai sumber energy dan tenaga terdapat pada serealia dan umbi- umbian. Sebagai sumber energi zat gizi bermanfaat untuk

mengerakkan tubuh dan proses metabolisme di dalam tubuh. Zat gizi yang tergolong kepada zat yang berfungsi memberikan energi adalah karbohidrat , lemak dan protein. Bahan pangan yang berfungsi sebagai sumber energi antara lain : nasi, jagung, talas merupakan sumber karbohidrat; margarine, minyak dan mentega merupakan sumber lemak; ikan, daging, telur dan sebagainya merupakan sumber protein.

Ketiga zat gizi ini memberikan sumbangan energi bagi tubuh. Zat-zat gizi tersebut merupakan penghasil energi yang dapat dimanfaatkan untuk gerak dan aktifitas fisik serta aktifitas metabolisme di dalam tubuh. Namun penyumbang energy terbesar dari ketiga unsur zat gizi tersebut adalah lemak.

b. Zat gizi untuk pertumbuhan dan mempertahankan jaringan tubuh

Zat gizi ini memiliki fungsi sebagai pembentuk sel-sel pada jaringan tubuh manusia. Jika kekurangan mengkonsumsi zat gizi ini maka pertumbuhan dan perkembangan manusia akan terhambat. Selain itu zat gizi ini juga berfungsi untuk mengantikan sel-sel tubuh yang rusak dan mempertahankan fungsi organ tubuh.

Zat gizi yang termasuk dalam kelompok ini adalah protein, lemak, mineral dan vitamin. Namun zat gizi yang memiliki sumber dominan dalam proses pertumbuhan adalah protein.

c. Zat gizi sebagai pengatur/ regulasi proses di dalam tubuh

Proses metabolisme di dalam tubuh perlu pengaturan agar terjadi keseimbangan. Untuk itu diperlukan sejumlah zat gizi untuk mengatur berlangsungnya metabolisme di dalam tubuh. Tubuh perlu keseimbangan, untuk itu proses metabolisme yang terjadi di dalam tubuh perlu di atur dengan baik.

Zat gizi yang berfungsi untuk mengatur proses metabolisme di dalam tubuh adalah mineral, vitamin air dan protein. Namun yang memiliki fungsi utama sebagai zat pengatur adalah mineral dan vitamin. Bahan makanan sumber pengatur berupa sayuran dan buah- buahan seperti daun singkong, daun katuk, wortel, tomat, papaya, mangga dan nenas.

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah	: SMK PGRI 1 SENTOLO
Program/Komp. Keahlian	: Jasa Boga
Mata Pelajaran	: Makanan Kontinental
Kelas/Semester	: X (Sepuluh) / 1 (Gasal)
Alokasi Waktu	: 180 menit
Pertemuan	: Ke- (1x pertemuan)
Standar Kompetensi	: Mengolah Makanan Kontinental
Kompetensi Dasar	: Menjelaskan Prinsip Pengolahan Makanan Kontinental
Indikator	<ul style="list-style-type: none">- Mengidentifikasi pengertian pengolahan makanan kontinental- Mengklasifikasi teknik dasar pengolahan makanan kontinental- Menjelaskan persyaratan pengolahan makanan kontinental

I. Tujuan Pembelajaran

1. Mengidentifikasi pengertian pengolahan makanan kontinental.
2. Mengklasifikasi teknik dasar pengolahan makanan kontinental
3. Menjelaskan persyaratan pengolahan makanan kontinental

II. Materi Pembelajaran (Terlampir)

1. Pengertian pengolahan makanan kontinental
2. Mengklasifikasi teknik dasar pengolahan makanan kontinental
3. Persyaratan pengolahan makanan kontinental

III. Strategi/Metode/Pendekatan Pembelajaran

1. Ceramah
2. Tanya jawab

IV. Strategi Pembelajaran

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Pendahuluan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Guru mengucap salam 2. Guru meminta salah satu siswa untuk memimpin berdoa sesuai dengan agama dan keyakinan masing-masing 3. Menanyakan kabar siswa 4. Mengecek kehadiran siswa 5. Apersepsi: Guru bertanya kepada peserta didik yang mengarah tentang pengolahan makanan kontinental. 6. Guru menginformasikan tujuan pembelajaran. 	10 menit
Inti	<p>Menjelaskan Pelajaran</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Guru menggali informasi siswa tentang pengolahan makanan continental 2. Guru menjelaskan materi pengolahan makanan kontinental 3. Guru mendorong siswa untuk berfikir kritis dengan memberikan pertanyaan yang langsung dijawab dan diberi tambahan point keaktifan di kelas. 4. Siswa dibagi menjadi beberapa kelompok dan di kondisikan untuk berdiskusi. 5. Guru membandingkan jawaban beberapa kelompok siswa untuk mengetahui tingkat pemahaman masing-masing siswa kemudian disimpulkan. 	160 menit
Penutup	<ol style="list-style-type: none"> 1. Guru bersama siswa menyimpulkan pelajaran. 2. Guru menutup pelajaran dengan salam penutup. 	10 menit

V. Sumber dan Alat Pembelajaran

- a. Sumber
 - Sugeng Wijatmoko. 2006. Modul Teknik dasar memasak. SMK Negeri 2 Godean. Sleman.
 - Suwarti Mochantoyo, dkk. 1999. *Pengelolaan Makanan*. Angkasa. Bandung.

b. Alat Pembelajaran:

- Papan tulis
- Spidol
- LCD

c. Media

Power Point

VI. Penilaian

1. Teknik : tes tertulis
2. Bentuk Instrumen : essay

VII. Penugasan

1. Apa yang dimaksud dengan memasak?
2. Sebutkan tujuan dari memasak!
3. Sebutkan dan jelaskan klasifikasi dari teknik pengolahan makanan kontinental

Jawaban:

1. Pengolahan makanan atau memasak adalah kegiatan menyiapkan makanan untuk dimakan dengan cara memanaskan pada bahan makanan agar bahan makanan tersebut bisa dikonsumsi.
2. Tujuan memasak:
 - Membuat bahan makanan lebih mudah untuk dicerna dalam tubuh kita.
 - Membuat makanan aman untuk dimakan.
 - Meningkatkan rasa dan aroma pada makanan.
 - Meningkatkan penampilan dan warna pada makanan tersebut.
 - Melengkapi/menyeimbangkan kandungan gizi jika dicampur dengan bahan makanan lain.

Skor	Kriteria
81-100	Jawaban sangat lengkap, rasional dan relevan dengan kunci jawaban
76-80	Jawaban lengkap tetapi kurang relevan dan rasional dengan kunci jawaban
61-75	Jawaban kurang lengkap kurang relevan, dan tidak rasional dengan kunci jawaban
<60	Tidak memenuhi criteria manapun

Sentolo, Agustus 2015

Guru Mata Pelajaran

Mengetahui,

Penyusun

Tomang Ade Prapanca S,Pd

Aennur Falah Putri

NIM 12511241014

Kepala Sekolah

Dra. Nur Aini Sulistyawati

NIP 19660212 199103 2 008

MATERI

TEKNIK PENGOLAHAN MAKANAN

➤ MEMASAK

Pengolahan makanan atau memasak adalah kegiatan menyiapkan makanan untuk dimakan dengan cara memanaskan pada bahan makanan agar bahan makanan tersebut bisa dikonsumsi. Memasak terdiri dari berbagai macam metode, teknik, peralatan, dan kombinas bumbu.

➤ TUJUAN MEMASAK

- ✓ Membuat bahan makanan lebih mudah untuk dicerna dalam tubuh kita.
- ✓ Membuat makanan aman untuk dimakan.
- ✓ Meningkatkan rasa dan aroma pada makanan.
- ✓ Meningkatkan penampilan dan warna pada makanan tersebut.
- ✓ Melengkapi/menyimbangkan kandungan gizi jika dicampur dengan bahan makanan lain.

➤ TEKNIK PENGOLAHAN MAKANAN/MEMASAK DIBEDAKAN MENJADI 3:

Teknik Pengolahan Metode Panas Basah (Moist Heat Cooking)

Metode memasak ini dikelompokkan dalam beberapa teknik yang menggunakan bahan dasar cairan untuk mematangkannya. Cairan yang digunakan juga bervariasi seperti susu, air, kaldu atau anggur. Dalam teknik ini suhu air tidak pernah lebih dari suhu didih. Yang termasuk dalam teknik panas basah yaitu merebus (*boiling*), *Poaching*, *Simmering*, *Braising*, Menyemur/menyetup(*stewing*), Mengukus (*steaming*), dan *Pressure cooking (presto)*

- a. *Boiling* : memasak bahan makanan dalam cairan banyak atau menutupi permukaan bahan makanan hingga titik didih (100° C).

Prinsip Dasar Boilling:

- Cairan harus mendidih dan suhu 100°C
- Untuk menghemat energi sebelum cairan mendidih alat perebus harus ditutup
- Buih yang ada diatas permukaan air harus dibuang untuk mencegah bersatu kembali kedalam cairan sehingga mempengaruhi mutu makanan
- Alat perebus harus disesuaikan dengan cairan dan jumlah bahan makanan yang akan diolah

Keuntungan:

- Bahan makanan menjadi lebih mudah dicerna
- Metode ini sesuai untuk memasak dalam skala besar.
- Memperoleh flavor khas dari zat yang terkandung dalam bahan makanan

- Metode cukup aman dan sederhana, dapat membunuh bakteri pathogen
- Nilai gizi dan warna sayuran hijau dapat dipertahankan secara maksimum
- Panas yang tinggi selama proses perebusan dapat membuat sayuran cepat matang meskipun waktu memasak cuma sebentar

Kelemahan:

- Kehilangan vitamin yang mudah larut dalam air.
- Air perebus terkontaminasi oleh lapisan panci yang dapat larut
- Makanan terlihat kurang menarik apabila proses perebusan lama karena terjadi perubahan warna sayuran hijau menjadi kusam dan kekuning-kekuningan

b. **SIMMER** : memasak dalam cairan mendidih dengan api kecil dan pelan. Teknik memasak bahan makanan dengan *sauce* atau bahan cair lainnya yang dididihkan dahulu baru api dikecilkan dibawah titik didih dan direbus lama ($95-98^{\circ} C$)

Prinsip Dasar :

- Alat perebus boleh ditutup, setelah mendidih api dikecilkan dengan tutup terbuka
 - Selama merebus dan simmer bahan makanan harus seluruhnya tertutup cairan
 - Semua buih atau kotoran yang terdapat diatas permukaan harus dibuang (*skimming*)
- c. **PPOACHING**: memasak makanan dalam sedikit cairan dengan panas yang diatur agar jangan sampai mendidih (dibawah titik didih). Bahan makanan yang di *poach* ini adalah bahan makanan yang lunak atau lembut dan tidak memerlukan waktu lama dalam memasaknya seperti telur, ikan dan buah - buahan.

Prinsip Dasar:

- Makanan harus tertutup seluruhnya dengan cairan selama proses memasak
- Suhu untuk poaching dibawah titik didih berkisar antara $71 - 82^{\circ} C$
- d. **Braising** : yaitu teknik memasak dengan pemanasan lembab/basah (*moist heat*). *Braise* atau biasa disebut mengungkep, yaitu memasak makanan dengan sedikit cairan dan ditutup. Daging yang digunakan biasanya direndam terlebih dahulu
- e. . **Stewing** : mengolah bahan makanan dengan menumis bumbu terlebih dahulu (bumbu juga bisa tidak ditumis), direbus dengan cairan diatas api sedang dan sering diaduk-aduk (menyemur)
- f. **Steaming/mengukus** : memasak secara langsung dengan uap air panas. Pengukusan dilakukan dengan suhu $212^{\circ} F / 100^{\circ} C$ sama dengan air mendidih.

pRiNSip DAsar:

- Sebelum mengukus, alat pengukus harus dipanaskan terlebih dahulu hingga mengeluarkan uap.
- Makanan yang tidak memerlukan sentuhan langsung uap air harus dibungkus
- Memeriksa air untuk mengukus
 - g. **Blanching** : teknik memasak dengan cara merebus sayuran atau buah ke dalam air yang telah mendidih dalam waktu cepat . Blanching biasanya dilakukan dengan air panas, tetapi bisa juga dengan menggunakan minyak panas. ($100^{\circ} C$)

Prinsip Dasar:

Cairan dididihkan $100^{\circ} C$

- Bahan makanan harus terendam seluruhnya di dalam air
- Blansir hanya diperlukan pada makanan yang perlu dimasak terlebih dahulu / masak setengah matang
- Untuk tulang dan tomat blansir dilakukan setelah air mendidih

Fungsi Blanching:

- Menonaktifkan enzim alami yang terdapat pada bahan pangan.
- Membunuh sebagian jasad renik yang terdapat pada bahan pangan.
- Mematikan jaringan-jaringan bahan.
- Menghilangkan kotoran yang melekat pada sayuran.
- Menghilangkan zat-zat penyebab lendir pada sayuran.
- Mengeluarkan gas-gas, termasuk O_2 dalam jaringan buah atau sayuran.
- Mempertahankan mutu sensorik dan nutrisi dari buah dan sayur.
 - h. **Pressure cooking atau presto** : metode memasak dalam panci yang ditutup rapat dan terkunci sehingga tidak ada udara atau cairan yang dapat keluar. Titik didih air meningkat seiring dengan peningkatan tekanan udara di dalam panci. Tekanan memenuhi ruang alat perebus sampai panas melebihi titik didih $100^{\circ}C$.
 - i. **Mengetim** : memasak bahan makanan dengan menggunakan 2 buah panci yang berbeda ukuran dimana salah satu panci lebih kecil. Cara ini memang memerlukan waktu yang lama, seperti nasi tim.

2. TEKNIK PENGOLAHAN METODE PANAS KERING (DRY HEAT COOKING)

Dalam teknik ini sama sekali tidak menggunakan air dalam proses pematangannya karena tidak adanya air maka panasnya bisa lebih tinggi dibanding teknik basah.

- a. **Baking** : teknik memasak makanan dengan panas kering oleh konseksi/ penghantar uap udara panas di dalam oven.

PRINSIP DASAR BAKING:

- Panaskan oven sesuai suhu yang dibutuhkan sebelum bahan makanan dimasukkan
- Makanan diletakkan dalam posisi yang tepat

- Suhu tetap diperiksa kembali selama proses pengovenan
Periksa kembali makanan sebelum diangkat dari
- b. *Roasting* : mengolah bahan makanan dengan cara memanggang bahan makanan dalam bentuk besar di dalam oven/pemanas dengan meletakkan di dalam roasting pan/ditusukkan pada batang *stainless steel* yang dapat diputar (rotasi).
- c. *Grilling* : dikerjakan diatas grill yang diletakkan diatas sumber panas (lempengan besi panas), dapat berupa arang, elemen listrik atau elemen yang dipanaskan dengan gas.
- d. *Au bain marie* = merupakan istilah dari bahasa perancis, yaitu mengoven dengan teknik water bath/ direndam di air.

MEMASAK DENGAN KONSEPSI MINYAK

Metode memasak ini dikelompokkan dalam beberapa teknik yang menggunakan bahan dasar minyak atau lemak untuk mematangkannya.

MENGGORENG: Frying adalah metode memasak makanan dalam minyak atau lemak. Suhu pemanasan lemak lebih tinggi daripada air pada tekanan atmosfer yang normal. Suhu penggorengan yang baik antara 175°C sampai 190°C tergantung pada kekentalan dan tipe makanan yang digoreng.

- a. *Sauteing* = metode memasak makanan dengan menggunakan sedikit minyak atau lemak yang hanya menempel pada permukaan wajan atau alat pemanas seperti wajan dadar (*frying pan*), wajan
- b. *Stir frying* = metode menggoreng cepat pada temperatur yang sangat tinggi. *Stir frying* menggunakan sedikit minyak dengan alat wajan yang agak dalam
- c. *Shallow frying* = metode memasak makanan dalam jumlah sedikit, dengan lemak atau minyak yang dipanaskan terlebih dahulu dalam pan dangkal (*shallow pan*) atau cepet. Jumlah lemak yang digunakan untuk menggoreng hanya sedikit yaitu dapat merendam sekitar 1/3 bagian makanan yang digoreng.
- d. *Deep Frying* = metode menggoreng dengan minyak berjumlah banyak sehingga semua bagian makanan yang digoreng terendam di dalam minyak panas. *Deep frying* diklasifikasikan ke dalam metode memasak kering sebab tidak ada air yang digunakan dalam proses memasak tersebut
- e. *Pan Frying* = termasuk teknik memasak dengan menggunakan minyak goreng, tetapi minyak yang digunakan lebih sedikit daripada *deep frying*. Istilah *pan frying* lebih tepat diterapkan pada teknik menggoreng yang menggunakan pan (*pan penggoreng*). Makanan yang digoreng harus dibalik agar ke dua sisinya matang.

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah	: SMK PGRI 1 SENTOLO
Program/Komp. Keahlian	: Jasa Boga
Mata Pelajaran	: Hidangan Kesehatan
Kelas/Semester	: X (Sepuluh) / 1 (Gasal)
Alokasi Waktu	: 45 menit
Pertemuan	: Ke- (2x pertemuan)
Standar Kompetensi	:Melakukan Perencanaan Hidangan Harian Untuk Meningkatkan Kesehatan
Kompetensi Dasar	: Mengidentifikasi Kebutuhan Gizi
Indikator	<ul style="list-style-type: none">:<ul style="list-style-type: none">- Mengidentifikasi kelompok zat gizi berdasarkan jumlah- Mengidentifikasi kelompok zat gizi berdasarkan sumber- Mengklasifikasikan zat gizi

I. Tujuan Pembelajaran

1. Mengidentifikasi kelompok zat gizi berdasarkan jumlah
2. Mengidentifikasi kelompok zat gizi berdasarkan jumlah
3. Mengklasifikasi zat gizi

II. Materi Pembelajaran (Terlampir)

1. Mengidentifikasi kelompok zat gizi berdasarkan jumlah
2. Mengidentifikasi kelompok zat gizi berdasarkan jumlah
3. Mengklasifikasi zat gizi

III. Strategi/Metode/Pendekatan Pembelajaran

1. Ceramah
2. Tanya jawab

IV. Strategi Pembelajaran

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Pendahuluan	1. Guru mengucap salam 2. Guru meminta salah satu siswa untuk memimpin berdoa sesuai dengan agama dan keyakinan masing-masing 3. Menanyakan kabar siswa 4. Mengecek kehadiran siswa 5. Apersepsi: Guru bertanya kepada peserta didik yang mengarah tentang zat gizi 6. Guru menginformasikan tujuan pembelajaran.	5 menit
Inti	Menjelaskan Pelajaran 1. Guru menggali informasi siswa tentang zat gizi 2. Guru menjelaskan materi zat gizi 3. Guru mendorong siswa untuk berfikir kritis dengan memberikan pertanyaan yang langsung dijawab dan diberi tambahan point keaktifan di kelas.	35 menit
Penutup	1. Guru bersama siswa menyimpulkan pelajaran. 2. Guru menutup pelajaran dengan salam penutup.	5 menit

V. Sumber dan Alat Pembelajaran

a. Sumber

Dasar-dasar Ilmu Gizi Amini Nasution dan Hadi Riyadi Dikmenjur Jakarta, 1993 Shahmien Moehyi, Ilmu Gizi, Bharata, Jakarta, 1999

b. Alat Pembelajaran:

- Papan tulis
- Spidol

c. Media

Hand Out

VI. Penilaian

1. Teknik : tes tertulis
2. Bentuk Instrumen : essay

VII. Penugasan

1. Sebutkan klasifikasi zat gizi?
2. Jelaskan fungsi macam-macam zat gizi?

Jawaban:

1. Karbohidrat, protein, mineral, vitamin air
- 2.



Skor	Kriteria
81-100	Jawaban sangat lengkap, rasional dan relevan dengan kunci jawaban
76-80	Jawaban lengkap tetapi kurang relevan dan rasional dengan kunci jawaban
61-75	Jawaban kurang lengkap kurang relevan, dan tidak rasional dengan kunci jawaban
<60	Tidak memenuhi criteria manapun

Sentolo, Agustus 2015

Mengetahui,

Guru Mata Pelajaran

Penyusun

Tomang Ade Prapanca S,Pd

Aennur Falah Putri

NIM 12511241014

Kepala Sekolah



2. Berdasarkan jumlah

Berdasarkan jumlah yang dibutuhkan oleh tubuh zat gizi terbagi atas dua, yaitu:

a. Zat gizi makro

Zat gizi Makro adalah zat gizi yang dibutuhkan dalam jumlah besar dengan satuan gram. Zat gizi yang termasuk kelompok zat gizi makro adalah karbohidrat, lemak dan protein.

b. Zat gizi mikro

Zat gizi mikro adalah zat gizi yang dibutuhkan tubuh dalam jumlah kecil atau sedikit tapi ada dalam makanan. Zat gizi yang termasuk kelompok zat gizi mikro adalah mineral dan vitamin. Zat gizi mikro menggunakan satuan mg untuk sebagian besar mineral dan vitamin.

3. Berdasarkan Sumber

Kandungan zat gizi dapat dikelompokkan berdasarkan sumbernya. Berdasarkan sumbernya zat gizi terbagi dua, yaitu nabati dan hewani.

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah	: SMK PGRI 1 SENTOLO
Program/Komp. Keahlian	: Jasa Boga
Mata Pelajaran	: Makanan Kontinental
Kelas/Semester	: X (Sepuluh) / 1 (Gasal)
Alokasi Waktu	: 180 menit
Pertemuan	: Ke- (2x pertemuan)
Standar Kompetensi	: Mengolah Makanan Kontinental
Kompetensi Dasar	: Menjelaskan Prinsip Pengolahan Makanan Kontinental
Indikator	: <ul style="list-style-type: none">- Mengidentifikasi teknik dasar pengolahan kontinental- Memberikan contoh penerapan berbagai teknik dasar pengolahan makanan kontinental

I. Tujuan Pembelajaran

1. Mengidentifikasi teknik dasar pengolahan kontinental
2. Memberikan contoh penerapan berbagai teknik dasar pengolahan makanan kontinental

II. Materi Pembelajaran (Terlampir)

1. Mengidentifikasi teknik dasar pengolahan kontinental
2. Memberikan contoh penerapan berbagai teknik dasar pengolahan makanan kontinental

III. Strategi/Metode/Pendekatan Pembelajaran

1. Ceramah
2. Tanya jawab
3. Penugasan

IV. Strategi Pembelajaran

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Pendahuluan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Guru mengucap salam 2. Guru meminta salah satu siswa untuk memimpin berdoa sesuai dengan agama dan keyakinan masing-masing 3. Menanyakan kabar siswa 4. Mengecek kehadiran siswa 5. Apersepsi: Guru bertanya kepada peserta didik yang mengarah tentang pengolahan makanan kontinental. 6. Guru menginformasikan tujuan pembelajaran. 	10 menit
Inti	<p>Menjelaskan Pelajaran</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Guru menggali informasi siswa tentang pengolahan makanan kontinental 2. Guru menjelaskan materi pengolahan makanan kontinental 3. Guru mendorong siswa untuk berfikir kritis dengan memberikan pertanyaan yang langsung dijawab dan diberi tambahan point keaktifan di kelas. 4. Siswa dibagi menjadi beberapa kelompok dan diberi penugasan untuk berdiskusi dalam pembuatan mid mapping 5. Mempresentasikan hasil diskusi 6. Guru memberikan masukan kepada kelompok presentasi. 	160 menit
Penutup	<ol style="list-style-type: none"> 1. Guru bersama siswa menyimpulkan pelajaran. 2. Guru memberikan pekerjaan rumah kepada siswa untuk membuat Lembar Kerja Siswa 3. Guru menutup pelajaran dengan salam penutup. 	10 menit

V. Sumber dan Alat Pembelajaran

- a. Sumber
 - Sugeng Wijatmoko. 2006. Modul Teknik dasar memasak. SMK Negeri 2 Godean. Sleman.
 - Suwarti Mochantoyo, dkk. 1999. *Pengelolaan Makanan*. Angkasa. Bandung.

b. Alat Pembelajaran:

- Papan tulis
- Spidol
- LCD
- Kertas Manila

c. Media

Power Point

VI. PENILAIAN

1. Buatlah mind mapping dengan tema “Teknik Pengolahan Makanan Kontinental”
2. Presentasikan didepan kelas !

VII. KUNCI JAWABAN

Teknik Pengolahan Makanan Kontinental

1. Klasifikasi teknik pengolahan
2. Macam-macam klasifikasi teknik pengolahan
3. Contoh makanan

VIII. KRITERIA PENILAIAN

No	Pertanyaan	Kreteria Jawaban	Skor
1	Buatlah Mind Mapping dengan Tema “Teknik Pengolahan Makanan Kontinental”	Jawaban lengkap sesuai dengan materi yang disampaikan skor 50 Jawaban mendekati sempurna skor 45 Jawaban kurang sempurna 30 Jawan tidak lengkap skor 0-30	50
2	Presentasikan mind mapping di depan kelas !	Presentasi dengan vokal mudah dipahami, pilihan kata baku, serta hasil mind mapping yang menarik skor 50 Presentasi dengan vokal sulit dipahami, pilihan kata baku, serta hasil mind mapping yang menarik skor 45 Presentasi dengan vokal sulit dipahami, pilihan kata baku, serta hasil mind mapping yang menarik skor 40 Presentasi dengan vokal sulit	50

	dipahami, pilihan kata tdk baku, serta hasil mind mapping yang kurang menarik skor 0-39	
	Jumlah Total	100

Sentolo, Agustus 2015

Mengetahui,

Guru Mata Pelajaran

Penyusun

Tomang Ade Prapanca S,Pd

Aennur Falah Putri

NIM 12511241014

Kepala Sekolah

Dra. Nur Aini Sulistyawati

NIP 19660212 199103 2 008

MATERI

TEKNIK PENGOLAHAN MAKANAN

- TEKNIK PENGOLAHAN MAKANAN/MEMASAK DIBEDAKAN MENJADI 3:

■ Teknik Pengolahan Metode Panas Basah (Moist Heat Cooking)

- a. *Boiling* : memasak bahan makanan dalam cairan banyak atau menutupi permukaan bahan makanan hingga titik didih ($100^{\circ} C$).
- b. *SIMMER* : memasak dalam cairan mendidih dengan api kecil dan pelan. Teknik memasak bahan makanan dengan *sauce* atau bahan cair lainnya yang dididihkan dahulu baru api dikecilkan dibawah titik didih dan direbus lama ($95-98^{\circ} C$)
- c. *PPOACHING*: memasak makanan dalam sedikit cairan dengan panas yang diatur agar jangan sampai mendidih (dibawah titik didih). Bahan makanan yang di *poach* ini adalah bahan makanan yang lunak atau lembut dan tidak memerlukan waktu lama dalam memasaknya seperti telur, ikan dan buah - buahan.

Prinsip Dasar:

- d. *Braising* : yaitu teknik memasak dengan pemanasan lembab/basah (moist heat). *Braise* atau biasa disebut mengungkep, yaitu memasak makanan dengan sedikit cairan dan ditutup. Daging yang digunakan biasanya direndam terlebih dahulu
- e. . *Stewing* : mengolah bahan makanan dengan menumis bumbu terlebih dahulu (bumbu juga bisa tidak ditumis), direbus dengan cairan diatas api sedang dan sering diaduk-aduk (menyemur)
- f. *Steaming/mengukus* : memasak secara langsung dengan uap air panas. Pengukusan dilakukan dengan suhu $212^{\circ} F / 100^{\circ} C$ sama dengan air mendidih.
- g. *Blanching* : teknik memasak dengan cara merebus sayuran atau buah ke dalam air yang telah mendidih dalam waktu cepat . Blanching biasanya dilakukan dengan air panas, tetapi bisa juga dengan menggunakan minyak panas. ($100^{\circ} C$)
- h. *Pressure cooking atau presto* : metode memasak dalam panci yang ditutup rapat dan terkunci sehingga tidak ada udara atau cairan yang dapat keluar. Titik didih air meningkat seiring dengan peningkatan tekanan udara di dalam panci. Tekanan memenuhi ruang alat perebus sampai panas melebihi titik didih $100^{\circ} C$.
- i. *Mengetim* : memasak bahan makanan dengan menggunakan 2 buah panci yang berbeda ukuran dimana salah satu panci lebih kecil. Cara ini memang memerlukan waktu yang lama, seperti nasi tim.

2. TEKNIK PENGOLAHAN METODE PANAS KERING (DRY HEAT COOKING)

Dalam teknik ini sama sekali tidak menggunakan air dalam proses pematangannya karena tidak adanya air maka panasnya bisa lebih tinggi dibanding teknik basah.

- a. *Baking* : teknik memasak makanan dengan panas kering oleh konveksi/ pengantar uap udara panas di dalam oven.
- b. *Roasting* : mengolah bahan makanan dengan cara memanggang bahan makanan dalam bentuk besar di dalam oven/pemanas dengan meletakkan di dalam roasting pan/ditusukkan pada batang *stainless steel* yang dapat diputar (rotasi).
- c. *Grilling* : dikerjakan diatas grill yang diletakkan diatas sumber panas (lempengan besi panas), dapat berupa arang, elemen listrik atau elemen yang dipanaskan dengan gas.
- d. *Au bain marie* = merupakan istilah dari bahasa perancis, yaitu mengoven dengan teknik water bath/ direndam di air.

MEMASAK DENGAN KONSEKSI MINYAK

Metode memasak ini dikelompokkan dalam beberapa teknik yang menggunakan bahan dasar minyak atau lemak untuk mematangkannya.

MENGGORENG: Frying adalah metode memasak makanan dalam minyak atau lemak. Suhu pemanasan lemak lebih tinggi daripada air pada tekanan atmosfer yang normal. Suhu penggorengan yang baik antara 175°C sampai 190°C tergantung pada kekentalan dan tipe makanan yang digoreng.

- a. *Sauteing* = metode memasak makanan dengan menggunakan sedikit minyak atau lemak yang hanya menempel pada permukaan wajan atau alat pemanas seperti wajan dadar (*frying pan*), wajan
- b. *Stir frying* = metode menggoreng cepat pada temperatur yang sangat tinggi. *Stir frying* menggunakan sedikit minyak dengan alat wajan yang agak dalam
- c. *Shallow frying* = metode memasak makanan dalam jumlah sedikit, dengan lemak atau minyak yang dipanaskan terlebih dahulu dalam pan dangkal (*shallow pan*) atau cepet. Jumlah lemak yang digunakan untuk menggoreng hanya sedikit yaitu dapat merendam sekitar 1/3 bagian makanan yang digoreng.
- d. *Deep Frying* = metode menggoreng dengan minyak berjumlah banyak sehingga semua bagian makanan yang digoreng terendam di dalam minyak panas. *Deep frying* diklasifikasikan ke dalam metode memasak kering sebab tidak ada air yang digunakan dalam proses memasak tersebut
- e. *Pan Frying* = termasuk teknik memasak dengan menggunakan minyak goreng, tetapi minyak yang digunakan lebih sedikit daripada *deep frying*. Istilah *pan frying* lebih tepat diterapkan pada teknik menggoreng yang menggunakan pan (*pan penggoreng*). Makanan yang digoreng harus dibalik agar ke dua sisinya matang.

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah	: SMK PGRI 1 SENTOLO
Program/Komp. Keahlian	: Jasa Boga
Mata Pelajaran	: Makanan Kontinental
Kelas/Semester	: X (Sepuluh) / 1 (Gasal)
Alokasi Waktu	: 180 menit
Pertemuan	: Ke- (3x pertemuan)
Standar Kompetensi	: Mengolah Makanan Kontinental
Kompetensi Dasar	: Memilih dan Menerapkan Teknik Dasar Pengolahan Makanan Kontinental
Indikator	: <ul style="list-style-type: none">- Membuat poach egg dengan teknik pengolahan poaching- Membuat buttered spinach dengan teknik pengolahan boiling dan sauté- Membuat chip potato dengan teknik deep frying

I. Tujuan Pembelajaran

1. Membuat poach egg dengan teknik pengolahan poaching
2. Membuat buttered spinach dengan teknik pengolahan boiling dan sauté
3. Membuat chip potato dengan teknik deep frying

II. Materi Pembelajaran (Terlampir)

1. Resep pembuatan (Poach Egg, Buttered Spinach, Chip Potato)

III. Strategi/Metode/Pendekatan Pembelajaran

1. Ceramah
2. Demonstrasi

IV. Strategi Pembelajaran

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Pendahuluan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Guru mengucap salam 2. Guru meminta salah satu siswa untuk memimpin berdoa sesuai dengan agama dan keyakinan masing-masing 3. Menanyakan kabar siswa 4. Mengecek kehadiran siswa 5. Apersepsi: Guru memberikan pertanyaan kepada siswa sebelum praktik dimulai untuk mengecek kesiapan siswa. 6. Guru mendemonstrasikan potongan chip potato dan chop garlic. 7. Guru memberikan penjelasan tentang criteria penilaian 	10 menit
Inti	<p>Menjelaskan Pelajaran</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Menyiapkan alat dan bahan praktikum yang dibutuhkan 2. Guru mendampingi siswa selama praktikum berlangsung 3. Guru mengarahkan dan menjelaskan kembali kepada siswa yang mengalami kesulitan saat praktik berlangsung 4. Hasil praktikum dinilai secara kelompok 5. Penilaian dilakukan bersama siswa dengan membandingkan hasil praktikum setiap kelompok dan yang sesuai kriteria untuk contoh pada kelompok lain. 	160 menit
Penutup	<ol style="list-style-type: none"> 1. Membersihkan area kerja 2. Guru memberikan evaluasi 3. Guru menutup pelajaran dengan salam penutup. 	10 menit

V. Sumber dan Alat Pembelajaran

a. Sumber

Resep Kontinental Pendidikan Teknik Boga FT UNY

b. Alat Pembelajaran:

- Peralatan dan bahan praktik

c. Media

Bawang putih

Kentang

VI. Penilaian

No	Aspek yang dinilai	Bobot	Nilai						Keterangan
1	Persiapan Alat dan bahan	10							
2	Persiapan Peserta Didik	10							
3	Hasil								
4	- Proses Ketepatan Teknik	25							
5	- Tekstur	20							
6	- Penyajian	20							
7	Inventaris Alat	5							
8	Alokasi Waktu	5							
9	Berkemas	5							
	Jumlah	100							

Sentolo, September 2015

Mengetahui,

Guru Mata Pelajaran

Penyusun

Tomang Ade Prapanca

Aennur Falah Putri

NIM 12511241014

Kepala Sekolah

Dra. Nur Aini Sulistyawati

NIP 19660212 199103 2 008

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah	: SMK PGRI 1 SENTOLO
Program/Komp. Keahlian	: Jasa Boga
Mata Pelajaran	: Hidangan Kesehatan
Kelas/Semester	: X (Sepuluh) / 1 (Gasal)
Alokasi Waktu	: 45 menit
Pertemuan	: Ke- (3x pertemuan)
Standar Kompetensi	:Melakukan Perencanaan Hidangan Harian Untuk Meningkatkan Kesehatan
Kompetensi Dasar	: Mengidentifikasi Kebutuhan Gizi
Indikator	: <ul style="list-style-type: none">- Mengidentifikasi fungsi zat gizi- Mengidentifikasi sumber zat gizi dalam bahan makanan

I. Tujuan Pembelajaran

1. Mengidentifikasi fungsi zat gizi
2. Mengidentifikasi zat gizi dalam bahan makanan

II. Materi Pembelajaran (Terlampir)

1. Mengidentifikasi fungsi zat gizi
2. Mengidentifikasi zat gizi dalam bahan makanan

III. Strategi/Metode/Pendekatan Pembelajaran

1. Ceramah
2. Tanya jawab

IV. Strategi Pembelajaran

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Pendahuluan	1. Guru mengucap salam 2. Guru meminta salah satu siswa untuk memimpin berdoa sesuai dengan agama dan keyakinan masing-masing 3. Menanyakan kabar siswa 4. Mengecek kehadiran siswa 5. Apersepsi: Guru bertanya kepada peserta didik yang mengarah tentang zat gizi 6. Guru menginformasikan tujuan pembelajaran.	5 menit
Inti	Menjelaskan Pelajaran 1. Guru menggali informasi siswa tentang zat gizi 2. Guru menjelaskan materi zat gizi 3. Guru mendorong siswa untuk berfikir kritis dengan memberikan pertanyaan yang langsung dijawab dan diberi tambahan point keaktifan di kelas.	35 menit
Penutup	1. Guru bersama siswa menyimpulkan pelajaran. 2. Guru menutup pelajaran dengan salam penutup.	5 menit

V. Sumber dan Alat Pembelajaran

a. Sumber

Dasar-dasar Ilmu Gizi Amini Nasution dan Hadi Riyadi Dikmenjur Jakarta, 1993 Shahmien Moehyi, Ilmu Gizi, Bharata, Jakarta, 1999

b. Alat Pembelajaran:

- Papan tulis
- Spidol

c. Media

Hand Out

VI. Penilaian

1. Teknik : tes tertulis
2. Bentuk Instrumen : essay

VII. Penugasan

1. Sebutkan klasifikasi karbohidrat beserta turunannya?
2. Sebutkan sumber-sumber karbohidrat!

Jawaban:

- 1) Monosakarida
 - (a) Glukosa
 - (b) Fruktosa
 - (c) Galaktosa
- 2) Disakarida
 - (a) Sukrosa (Gula pasir)
 - (b) Maltosa
 - (c) Laktosa (Gula susu)
- 3) Polisakarida
 - (1) Zat Pati
 - (2) Glikogen
 - (3) Selulosa
- 4) Serat

Skor	Kriteria
81-100	Jawaban sangat lengkap, rasional dan relevan dengan kunci jawaban
76-80	Jawaban lengkap tetapi kurang relevan dan rasional dengan kunci jawaban
61-75	Jawaban kurang lengkap kurang relevan, dan tidak rasional dengan kunci jawaban
<60	Tidak memenuhi criteria manapun

Sentolo, Agustus 2015

Mengetahui,

Guru Mata Pelajaran

Penyusun

Tomang Ade Prapanca S, Pd

Aennur Falah Putri

NIM 12511241014

Kepala Sekolah

Dra. Nur Aini Sulistyawati

NIP 19660212 199103 2 008

Fungsi Zat Gizi Dan Sumbernya Dalam Bahan Makanan

1. Karbohidrat

Karbohidrat sumber kalori utama bagi manusia. Walaupun jumlah kalori yang dihasilkan hanya 4 kal dari 1 gram karbohidrat, namun bila dibanding protein dan lemak, karbohidrat merupakan sumber kalori yang lebih mudah didapat. Disamping itu beberapa

golongan karbohidrat mengandung serat (*dietary fiber*) yang berguna bagi pencernaan.

Karbohidrat merupakan sumber energi bagi semua individu. Karbohidrat mudah di dapatkan dan hampir semua bahan makanan mengandung karbohidrat. Pada gambar 2.5 berikut ini dapat dilihat bagan klasifikasi dan fungsi dari karbohidrat.

a. Klasifikasi karbohidrat

Berdasarkan susunan kimia dari karbohidrat, maka karbohidrat terbagi tiga, yaitu :

1) Monosakarida

Monosakarida tergolong karbohidrat yang paling sederhana dan merupakan molekul terkecil dari hidrat arang. Monosakarida dapat langsung diserap oleh tubuh melalui dinding usus dan masuk ke dalam aliran darah. Terbentuknya monosakarida di dalam tubuh terbentuk dari pemecahan kedua macam sakarida lainnya. Ada 3 macam monosakarida, yaitu:

(a) Glukosa

Disebut juga dengan dektrosa/gula anggur. Zat gizi ini banyak terdapat dalam buah-buahan, sayur-sayuran dan madu. Semua jenis karbohidrat dalam tubuh akan diubah menjadi glukosa.

(b) Fruktosa

Merupakan gula yang paling manis karena rasa manisnya melebihi glukosa, disebut juga dengan levulosa. Zat ini bersama dengan glukosa terdapat dalam buah-buahan, terutama terkandung dalam madu sehingga memberikan rasa manis yang khas pada madu.

(c) Galaktosa

Galaktosa merupakan pemecahan dari disakarida, sering juga disebut dengan gula susu karena dihasilkan dari susu sapi atau ASI.

2) Disakarida

Disakarida merupakan penggabungan dari dua macam molekul monosakarida. Pemecahan terjadi di dalam tubuh dengan adanya bantuan enzim. Disakarida yang penting dalam bahan makanan adalah:

(a) Sukrosa (Gula pasir)

Di dalam proses pencernaan, sukrosa dipecah menjadi glukosa dan fruktosa. Sukrosa banyak terdapat pada gula tebu dan gula aren.

(b) Maltosa

Maltosa merupakan hasil antara pemecahan zat pati. Maltosa akan dipecah kembali menjadi dua molekul glukosa. Terdapat pada gandum yang sedang tumbuh (kecambah).

(c) Laktosa (Gula susu)

Jenis karbohidrat ini banyak terdapat pada susu. Di dalam tubuh laktosa sulit untuk dicerna dibandingkan dengan sukrosa dan maltosa. Kesulitan dalam mencerna laktosa di dalam tubuh, pada sebagian orang dapat menimbulkan efek pada kesehatan. Terjadinya gejala kejang perut, kembung, diare dan muntah-muntah setelah mengkonsumsi laktosa merupakan dampaknya, disebabkan dalam usus halus kekurangan enzim laktose. Laktosa Intoleransi (LI) merupakan kondisi di mana seseorang tidak dapat mencerna laktosa di intestinum tenue. Orang yang menderita laktosa intoleran tidak dapat mengkonsumsi susu dengan kandungan laktosa tinggi. Kadar laktosa dalam susu sapi antara 4 – 5 %, sedangkan dalam susu manusia antara 6 -7 %. Laktosa di dalam pencernaan akan dipecah kembali menjadi 1 molekul glukosa dan 1 molekul galaktosa.

3) Polisakarida

Polisakarida merupakan penggabungan dari beberapa molekul monosakarida. Beberapa polisakarida yang penting ialah zat pati, glikogen, dan selulosa.

(4) Zat Pati

Zat pati merupakan sumber kalori yang sangat penting, karena sebagian besar karbohidrat dalam makanan terdapat dalam bentuk zat pati.

(5) Glikogen

Glikogen merupakan cadangan karbohidrat dalam tubuh yang disimpan dalam hati dan otot. Oleh karena itu glikogen banyak terdapat pada bahan pangan yang bersumber dari hewani berupa daging.

(6) Selulosa

Sedangkan selulosa merupakan bagian dari tumbuhan yang tak dapat dicerna oleh organ pencernaan pada manusia. Namun selulosa memiliki manfaat lain bagi tubuh. Beberapa fungsi selulosa dalam tubuh adalah :

- Merangsang alat pencernaan untuk mendapatkan getah cerna yang cukup.
- Membentuk volume makanan sehingga memberikan rasa kenyang
- Membantu memadatkan feses (sisa zat gizi yang tidak dapat diserap oleh dinding usus)

4) Serat

Bahagian dari karbohidrat yang tidak kalah pentingnya adalah sellulose, yang sering juga disebut serat. Serat banyak terdapat pada sayuran , terutama pada bagian daun dan buah. Semakin tua buah dan sayuran makin banyak kandungan seratnya. Sifat serat adalah sukar larut dan tidak dapat dicerna oleh tubuh. Serat tidak berguna untuk pertumbuhan, namun bermanfaat bagi tubuh.

Fungsi Serat secara khusus adalah

- a) Memelihara kesehatan tubuh (menarik air dari pembuluh darah sehingga feces jadi lunak, dan mendorong pengeluaran yang efisien melalui usus).
- b) Serat juga dapat mengurangi penyerapan lemak sehingga tingkat kolesterol darah turun dan resiko penyakit jantung koroner kecil.
- c) Serat membantu menurunkan berat badan. Sumber serat adalah biji-bijian berkulit dan daging, buahbuahan dan sayur-sayuran. Orang dewasa sebaiknya mengkonsumsi serat 25 gr/hr.

b. Sumber Karbohidrat

Berdasarkan jumlah dan kadar KH dalam bahan makanan, sumber KH terbagi menjadi 6 kelompok, yaitu:

1) Kelompok padi-padian

Bahan makanan sumber KH yang termasuk ini, contohnya: beras, gandum, jagung, dsb serta hasil olahannya seperti tepung beras, tepung terigu, roti, cake, macaroni, mie, dll.

2) Kelompok umbi-umbian

Contoh sumber KH kelompok umbi-umbian adalah kentang, singkong, ubi jalar, talas, dll serta hasil olahannya seperti tepung kanji, tepung kentang, kripik, tape, dll.

3) Kelompok gula-gulaan

Contoh sumber KH kelompok sula-gulaan adalah tebu, gula kelapa, gula aren, selai, dodol, dll.

4) Kelompok biji-bijian

Bahan makanan sumber KH yang termasuk kelompok biji-bijian adalah kacang tanah, kacang mete, kacang bogor, kacang hijau, kacang kedelai, dan hasil olahannya.

5) Sagu

Sagu merupakan makanan pokok penduduk Maluku yang berbentuk tepung. Sagu diperoleh dari hati pohon sagu dengan cara dipukul-pukul kemudian diberi air dan diendapkan. Warna tepung agak kemerah-merahan dan di pasaran dijual dalam bentuk lempengan kering atau tepung.

6) Kelompok buah dan sayuran

Contoh bahan makanan sumber KH yang termasuk kelompok buah dan sayuran adalah sukun, kluwek, bengkoang, alpukat, nangka muda, dan hasil olahannya.

c. Fungsi karbohidrat bagi tubuh

Di dalam tubuh manusia karbohidrat berfungsi sebagai :

1) Menghasilkan energi

Karbohidrat merupakan zat makanan penghasil energi yang utama. Energi adalah kemampuan untuk melakukan kerja. Karbohidrat dalam tubuh berbentuk monosakarida, diedarkan oleh hati ke dalam sel-sel tubuh. Dengan adanya oksigen maka monosakarida teroksidasi dan dibawa oleh darah dari hati ke seluruh bagian tubuh .

Hasil dari oksidasi adalah panas atau kalori. Panas yang terjadi kemudian diubah oleh tubuh menjadi energi/tenaga untuk bergerak. Semakin banyak otot yang digerakkan, maka semakin banyak karbohidrat yang dibutuhkan.

2) Cadangan tenaga bagi tubuh

Jumlah karbohidrat dalam makanan yang kita konsumsi tidak selalu seimbang dengan jumlah karbohidrat yang diperlukan. Jika aktifitas sedikit dan konsumsi karbohidrat lebih banyak, maka akan terjadi kelebihan karbohidrat.

Kelebihan karbohidrat tidak dibuang begitu saja oleh tubuh, tetapi dapat disimpan. Kelebihan ini dapat digunakan sewaktu-waktu jika tubuh memerlukan. Oleh karena itu jika seseorang kurang mengkonsumsi karbohidrat sementara aktifitas meningkat, maka kebutuhan tubuh akan karbohidrat dapat dipenuhi dari cadangan.

Namun hal ini hanya bersifat sementara. Jika berlangsung dalam waktu lama, maka akan terjadi defisiensi zat gizi yang berdampak pada munculnya penyakit tertentu. Kekurangan karbohidrat dalam waktu yang lama memaksa tubuh untuk mengambil cadangan energi yang berasal dari lemak dan protein. Jika hal ini terus berlangsung tanpa ada upaya pencegahan makan cadangan protein dan lemak akan semakin berkurang. Ini dapat membahayakan kesehatan pada manusia.

Namun jika terjadi penumpukan cadangan karbohidrat, juga tidak dapat dibiarkan. Kelebihan karbohidrat akan tersimpan dalam bentuk lemak di bawah jaringan kulit. Jika hal ini dibiarkan dapat menyebabkan terjadinya kelebihan berat badan yang menimbulkan kegemukan atau obesitas.

3) Memberikan rasa kenyang

Salah satu kelebihan dari karbohidrat adalah volume yang besar. Hal ini disebabkan oleh adanya kandungan selulosa di dalam bahan makanan. Volume makanan yang besar ini dapat memberikan rasa kenyang.

Di dalam hidangan KH berfungsi :

- 1) Memudahkan pemberian bentuk pada makanan, contoh dalam bentuk kue, proses fermentasi, caramel, dll
- 2) Sebagai pemanis di dalam makanan (monosakarida dan disakarida)

DAFTAR HADIR SISWA
KELAS X JASA BOGA

NO	NAMA	AGUSTUS													SEPTEMBER																		
		10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	Ade Kurnia Daneswari						i									✓	✓					✓	✓								✓		
2	Ana Prilia								✓								✓	✓					✓	✓							✓		
3	Anggita Wulandari								i								✓	✓					✓	✓						✓			
4	Anggit Pradana									✓								✓	s				✓	✓						✓			
5	Erna Fitriana									i							✓	✓					✓	✓					✓				
6	Fery Aprillizela										✓							✓	✓				✓	✓					✓				
7	Ika Wahyu Rahmawati									i								✓	✓				✓	✓					✓				
8	Novia Riska Sari										✓							✓	✓				✓	✓					✓				
9	Nur Afifah Cahyani										✓							✓	✓				✓	✓					✓				
10	Riska Ardiyanti											✓						✓	✓				✓	✓					✓				
11	Wahyuning Rizki Mulyati									i							✓	✓					✓	✓					✓				

DAFTAR NILAI SMK PGRI 1 SENTOLO

TAHUN PELAJARAN 2015/2016

KELAS/ PROGRAM : X Jasa Boga
 MATA PELAJARAN : Makanan
 Kontinental

NO URUT	NAMA SISWA	KOMPETENSI PENGETAHUAN				
		TUGA S I	TUGAS II	PRAKT IK	RATA-RATA NILAI	KETUNTASA N
1	Ade Kurnia Daneswari	90	86	85	87.0	TUNTAS
2	Ana Aprilia	80	80	83	81.0	TUNTAS
3	Anggita Wulandari	84	82	86	84.0	TUNTAS
4	Anggit Pradana	80	80	85	81.7	TUNTAS
5	Erna Fitriyana	78	81	83	80.7	TUNTAS
6	Fery Aprillizela	79	83	84	82.0	TUNTAS
7	Ika Wahyu Rahmawati	90	87	86	87.7	TUNTAS
8	Novia Riska Sari	88	85	86	86.3	TUNTAS
9	Nur Afifah Cahyani	82	82	84	82.7	TUNTAS
10	Riska Ardiyanti	84	87	86	85.7	TUNTAS
11	Wahyuning Rizki Mulyani	83	87	86	85.3	TUNTAS
NILAI KKM KD		75	75	75	75	
RATA-RATA		83	84	85	84	
NILAI MAKSIMUM		90	87	86	88	
NILAI MINIMUM		78	80	83	81	
JUMLAH SISWA ≥ KKM		11	11	11	11	

Mengetahui
 Kepala Sekolah,

Sentolo 12 September
 2015
 Mahasiswa Praktikum,

Dra. Nur Aini Sulistyawati
 NIP 19660212 199103 2 008

Aennur Falah Putri
 NIM.12511241014

DAFTAR NILAI SMK PGRI 1 SENTOLO

TAHUN PELAJARAN 2015/2016

KELAS/ PROGRAM : X Jasa Boga

MATA PELAJARAN : Hidangan
Kesehatan

NO URUT	NAMA SISWA	KOMPETENSI PENGETAHUAN				
		TUGA S I	TUGAS II	TUGAS III	RATA- RATA NILAI	KETUNTAS AN
1	Ade Kurnia Daneswari		86	90	88.0	TUNTAS
2	Ana Aprilia	75	76	80	77.0	TUNTAS
3	Anggita Wulandari		82	81	81.5	TUNTAS
4	Anggit Pradana	76	80	83	79.7	TUNTAS
5	Erna Fitriyana	75	77	80	77.3	TUNTAS
6	Fery Aprillizela	77	75	80	77.3	TUNTAS
7	Ika Wahyu Rahmawati		90	87	88.5	TUNTAS
8	Novia Riska Sari	88	85	85	86.0	TUNTAS
9	Nur Afifah Cahyani		77	80	78.5	TUNTAS
10	Riska Ardiyanti	84	84	86	84.7	TUNTAS
11	Wahyuning Rizki Mulyani		85	87	86.0	TUNTAS
NILAI KKM KD		75	75	75	75	
RATA-RATA		79	82	84	82	
NILAI MAKSIMUM		88	90	90	89	
NILAI MINIMUM		75	75	80	77	
JUMLAH SISWA ≥ KKM		11	11	11	11	

Mengetahui
Kepala Sekolah,

Sentolo 12 September
2015
Mahasiswa Praktikum,

Dra. Nur Aini Sulistyawati
NIP 19660212 199103 2 008

Aennur Falah Putri
NIM.12511241014

PERANGKAT EVALUASI

1. TUGAS HIDANGAN KESEHATAN

- 1) Apa yang dimaksud dengan hidangan?
- 2) Apa yang dimaksud dengan hidangan kesehatan?
- 3) Sebutkan macam-macam zat gizi? Sebutkan klasifikasi zat gizi?
- 4) Jelaskan fungsi macam-macam zat gizi?
- 5) Sebutkan klasifikasi karbohidrat beserta turunannya?
- 6) Sebutkan sumber-sumber karbohidrat!

KUNCI JAWABAN

- 1) Hidangan adalah sajian masakan yang dapat dinikmati
- 2) Hidangan kesehatan adalah sajian masakan yang dapat dinikmati mengandung berbagai unsur yang bermanfaat dan adapula yang tidak membawa manfaat bagi kesehatan manusia.
- 3) Karbohidrat, protein, lemak, mineral
- 4) Karbohidrat, protein, lemak, mineral, vitamin, air
- 5)



- 6) Monosakarida
Glukosa, Fruktosa, Galaktosa
Disakarida
Sukrosa (Gula pasir), Maltosa, Laktosa (Gula susu)
Polisakarida
Zat Pati, Glikogen, Selulosa
Serat

2. TUGAS KONTINENTAL

- 1) Apa yang dimaksud dengan memasak?
- 2) Sebutkan tujuan dari memasak!
- 3) Sebutkan dan jelaskan klasifikasi dari teknik pengolahan makanan kontinental
- 4) Buatlah mind mapping dengan tema “Teknik Pengolahan Makanan Kontinental”
- 5) Presentasikan didepan kelas !
- 6) PRAKTIK

KUNCI JAWABAN

1. Pengolahan makanan atau memasak adalah kegiatan menyiapkan makanan untuk dimakan dengan cara memanaskan pada bahan makanan agar bahan makanan tersebut bisa dikonsumsi.
2. Tujuan memasak:
 - Membuat bahan makanan lebih mudah untuk dicerna dalam tubuh kita.
 - Membuat makanan aman untuk dimakan.
 - Meningkatkan rasa dan aroma pada makanan.
 - Meningkatkan penampilan dan warna pada makanan tersebut.
 - Melengkapi/menyenangkan kandungan gizi jika dicampur dengan bahan makanan lain.

Teknik Pengolahan Makanan Kontinental

1. Klasifikasi teknik pengolahan
2. Macam-macam klasifikasi teknik pengolahan
3. Contoh makanan

DOKUMENTASI KEGIATAN PPL

GAMBAR 1



GAMBAR 2



GAMBAR 3



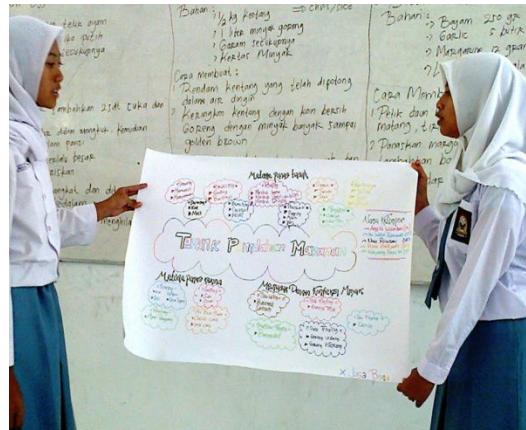
GAMBAR 4



GAMBAR 5



GAMBAR 6



GAMBAR 7



GAMBAR 8



GAMBAR 9



GAMBAR 10



GAMBAR 11



GAMBAR 12



GAMBAR 13



GAMBAR 14



GAMBAR 15



GAMBAR 16



F02

untuk
mahasiswa



UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

SEKOLAH/LEMBAGA	: SMK 1 PGRI Sentolo	NAMA MAHASISWA	: Aennur Falah Putri
ALAMAT SEKOLA/LEMBAGA	: Jalan Raya Sentolo Km.18 Kulon	NO. MAHASISWA	: 12511241014
GURU PEMBIMBING	: Tomang Ade Prapanca, S. Pd	FAK/JUR/ PRODI	: Teknik/ P. Teknik Boga
MINGGU	: I	DOSEN PEMBIMBING	: Yuriani, M.Pd.

No	Hari Tanggal	Materi Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
1.	Senin, 10 Agustus 2015	Penjelasan singkat tentang PPL di SMK PGRI 1 Sentolo oleh koordinator guru pendamping,	Bahan ajar		
		Mendampingi pelatihan paskibraka	Menggantikan salah satu peserta yang sakit	Belum tahu tata kerja paskibraka yang harus dilaksanakan	Di pandu salah satu peserta yang ada disampinya.
		Mendampingi pelatihan tonti	-	-	-
		Bimbingan dengan guru pendamping	Materi bahan ajar, tata cara pembuatan silabus dan juga RPP	-	-
2	Selasa, 11 Agustus	Piket harian didepan pintu	Melakukan 3 S (salam, sapa, senyum)		-

	2015	masuk utama	kepada siswa, guru dan karyawan SMK PGRI 1 SENTOLO serta melakukan cek kerapian siswa		
		Pendampingan menyanyikan lagu wajib Indonesia Raya	Menumbuhkan jiwa kebangsaan bagi seluruh warga sekolah	-	-
		Mendampingi guru pendamping mengajar	-	-	-
		Perkenalan dengan peserta didik dikelas	Menjadi lebih kenal	-	-
		Pendampingan pelatihan paskibra	Mendampingi di lapangan Salamrejo	-	-
		Pendampingan Tonti	Mendampingi tonti dihalaman sekolah	-	-
3	Rabu, 12 Agustus 2015	Mendampingi menyanyikan lagu Indonesia Raya	Dapat menyanyikan lagu Indonesia Raya dengan baik	-	-
		Membuat RPP untuk pertemuan pertama	Mata pelajaran makanan kesehatan	-	-

		Pendampingan paskibra	Di lapangan sekolah	-	-
		Mendampingi latihan tonti	-	Tidak mahir dalam tata cara tonti	Ikut mendampingi pelatih tonti sambil belajar
4	Kamis, 13 Agustus 2015	Mendampingi menyanyikan lagu Indonesia Raya	-	Menyanyikan lagu Indonesia Raya tidak secara bersamaan	Mengulang kembali dalam menyanyikan lagu Indonesia Raya
		Mendampingi guru pembimbing mengajar	-	Tidak ikut mengajar sehingga hanya memperhatikan saja	Memperhatikan kondisi siswa yang sedang belajar untuk mempermudah ketika belajar nanti.
		Mengikuti rapat dengan OSIS	List daftar lomba yang akan dilombakan di SMK PGRI 1 Sentolo	-	-
		Mendampingi pelatihan Tonti	Latihan jalan ditempat	-	-
5	Jumat, 14 Agustus 2015	Piket harian didepan pintu masuk	Melakukan 3S dan pengecekan kerapian siswa	-	-
		Mengikuti upacara hari pramuka	Di lapangan Kaliagung	-	-
		Membuat bahan ajar	Makanan kesehatan	-	-
		Membersihkan perpustakaan	Menata buku dan membersihkan perpustakaan	-	-

6.	Sabtu 15 Agustus 2015	Piket harian di depan	Melakukan 3 S dan cek kerapian	-	-
		Pendampingan membaca Al-Quran	Kelas Jasa Boga	-	-
		Rapat dengan OSIS	Rapat koordinasi untuk lomba 17 an (pembentukkan panitia perencanaan program kegiatan)	-	-
		Pendampingan latihan masching band	Pengecekan alat latihan di halaman sekolah.	-	-
		Pendampingan tonti	Mendampingi serta membantu melatih tonti.	-	-

Mengetahui,

Dosen Pembimbing Lapangan

Guru Pembimbing

Yogyakarta, 15 Agustus 2015

Mahasiswa Praktikan

Yuriani, M.Pd.

NIP. 19540206 198203 2 001

Tomang Ade Prapanca, S. Pd

Aennur Falah Putri

NIM 12511241014

F02

untuk
mahasiswa



UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

SEKOLAH/LEMBAGA : SMK 1 PGRI Sentolo
ALAMAT SEKOLA/LEMBAGA : Jalan Raya Sentolo Km.18 Kulon
GURU PEMBIMBING : Tomang Ade Prapanca, S. Pd
MINGGU : II

NAMA MAHASISWA : Aennur Falah Putri
NO. MAHASISWA : 12511241014
FAK/JUR/ PRODI : Teknik/ P.Teknik Boga
DOSEN PEMBIMBING : Yuriani, M.Pd.

No	Hari Tanggal	Materi Kegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
1.	Senin, 17 Agustus 2015	Upacara 17 Agustus di lapangan Salam Rejo	Upacara penaikan serta penurunan mengkondisikan peserta didik.	-	
2	Selasa, 18 Agustus 2015	Piket harian didepan pintu masuk utama	Melakukan 3 S (salam, sapa, senyum) kepada siswa, guru dan karyawan SMK PGRI 1 SENTOLO serta melakukan cek kerapian siswa	-	-
		Pendampingan menyanyikan lagu wajib Indonesia Raya	Menumbuhkan jiwa kebangsaan bagi seluruh warga sekolah	-	-
		Mendampingi drumband	Mengawasi gerak kaki dan kekompakan	-	-
		Mengajar di kelas X Jasa Boga	Mengajar Makanan Kesehatan	-	-
		Mengajar di kelas XII Jasa Boga	Makanan Kesempatan Khusus	-	-
		Pendampingan Tonti	Mendampingi tonti dihalaman sekolah	-	-

3	Rabu, 19 Agustus 2015	Piket harian didepan pintu masuk utama	Melakukan 3 S (salam, sapa, senyum) kepada siswa, guru dan karyawan SMK PGRI 1 SENTOLO serta melakukan cek kerapian siswa	-	-
		Mendampingi menyanyikan lagu Indonesia Raya	Dapat menyanyikan lagu Indonesia Raya dengan baik	-	-
		Mengajar kelas XII Jasa Boga	Mengajar Makanan Kontinental tentang unggas	-	-
		Pendampingan drumband	Keliling lingkungan sekolah	-	-
		Mendampingi latihan tonti	-		
4	Kamis, 20 Agustus 2015	Piket harian didepan pintu masuk utama	Melakukan 3 S (salam, sapa, senyum) kepada siswa, guru dan karyawan SMK PGRI 1 SENTOLO serta melakukan cek kerapian siswa		
		Mendampingi menyanyikan lagu Indonesia Raya	-	Menyanyikan lagu Indonesia Raya tidak secara bersamaan	Mengulang kembali dalam menyanyikan lagu Indonesia Raya
		Mendampingi guru pembimbing mengajar	-	Tidak ikut mengajar sehingga hanya memperhatikan saja	Memperhatikan kondisi siswa yang sedang belajar untuk mempermudah ketika belajar nanti.
		Mengikuti rapat dengan OSIS	List daftar lomba yang akan	-	-

			dilombakan di SMK PGRI 1 Sentolo		
		Mendampingi pelatihan Tonti	Latihan jalan ditempat	-	-
		Pendampingan drumband	Keliling desa		-
5	Jumat, 21 Agustus 2015	Piket harian didepan pintu masuk	Melakukan 3S dan pengecekan kerapian siswa	-	-
		Pendampingan menyanyi lagu Indonesia Raya	Mendampingi siswa di kelas X Jasa Boga	-	-
		Membuat RPP	Makanan Kontinental	-	-
		Menyiapkan Materi	MAkanan Kontinental	-	-
				-	-
6.	Sabtu 22 Agustus 2015	Piket harian di depan	Melakukan 3 S dan cek kerapian	-	-
		Pendampingan membaca Al-Quran	Kelas Jasa Boga	-	-
		Pendampingan Pawai	Make Up dan Rias anak tonti dan drumband serta mengecek perlengkapan yang kurang	-	-
		Pawai 17 an	Mendampingi berkeliling sesuai ketentuan lomba drumband, tonti	-	-

--	--	--	--	--

Mengetahui,
Dosen Pembimbing Lapangan

Guru Pembimbing

Yogyakarta, 22 Agustus 2015
Mahasiswa Praktikan

Yuriani, M.Pd.

NIP. 19540206 198203 2 001

Tomang Ade Prapanca, S. Pd

Aennur Falah Putri

NIM 12511241014



UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

LAPORAN MINGGUAN PELAKSANAAN PPL

F02
untuk
mahasiswa

SEKOLAH/LEMBAGA
ALAMAT SEKOLA/LEMBAGA
GURU PEMBIMBING
MINGGU

: SMK 1 PGRI Sentolo
: Jalan Raya Sentolo Km.18 Kulon
: Tomang Ade Prapanca, S. Pd
: III

NAMA MAHASISWA
NO. MAHASISWA
FAK/JUR/ PRODI
DOSEN PEMBIMBING

: Aennur Falah Putri
: 12511241014
: Teknik/ P. Teknik Boga
: Yuriani, M.Pd.

No.	Hari/Tanggal	MateriKegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
1	Senin, 24 Agustus 2015	1. iket pagi 3S (salam, sapa, senyum). 2. endampingan membaca Al-Qur'an. 3. engajar dikelas	1. lebih dekat dengan siswa dan bisa mengontrol kerapian dan ketertiban siswa. 2. endampingi siswa di kelas X JB 3. engajar makanan kontinental	Belum banyak tersedia Al-Qur'an, sehingga tidak semua siswa membaca.	
2	Selasa, 25 Agustus 2015	1. iket pagi 3S (salam, sapa, senyum). 2. enyanyikan lagu wajib nasional. 3. engajar di kelas.	1. engontrol kerapian dan ketertiban siswa. 2. enumuhukan jiwa kebangsaan bagi seluruh warga sekolah. 3. engajar siswa di kelas X Jasa	-	-

			Boga		
3	Rabu, 26 Agustus 2015	1. iket pagi 3S (salam, sapa, senyum). 2. enyanyikan lagu wajib nasional. 3. embuat RPP.	1. engontrol kerapian dan ketertiban siswa. 2. enumuhukan jiwa kebangsaan bagi seluruh warga sekolah. 3. enyusun RPP	-	-
4	Kamis, 27 Agustus 2015	1. iket pagi 3S (salam, sapa, senyum). 2. enyanyikan lagu wajib nasional. 3. onsultasi dengan guru.	1. engontrol kerapian dan ketertiban siswa. 2. enumuhukan jiwa kebangsaan bagi seluruh warga sekolah. 3. onsultasi dengan guru tekait dengan RPP dan materi ajar yang sudah disusun.	-	-

5	Jumat, 28 Agustus 2015	<p>1. iket pagi 3S (salam, sapa, senyum).</p> <p>2. enyanyikan lagu wajib nasional.</p>	<p>1. engontrol kerapian dan ketertiban siswa.</p> <p>2. enumuhukan jiwa kebangsaan bagi seluruh warga sekolah.</p>	-	-
6	Sabtu, 29 Agustus 2015	<p>1. iket pagi 3S (salam, sapa, senyum).</p> <p>2. endampingan membaca Al-Qur'an.</p> <p>3. omba memperingati HUT RI.</p> <p>4. endampingan latihan upacara.</p>	<p>1. engontrol kerapian dan ketertiban siswa.</p> <p>2. enampangi kelas X JB.</p> <p>3. cara berlangsung meriah karena seluruh warga sekolah ikut berpartisipasi dalam kegiatan lomba.</p> <p>4. endampingi anggota OSIS untuk latihan upacara pada hari senin.</p>	<p>Banyak siswa yang kurang puas dengan hasil lomba.</p>	<p>Memberikan pengertian dan pengarahan aturan lomba dan menjelaskan criteria kemenangan.</p>

--	--	--	--	--

Mengetahui,
Dosen Pembimbing Lapangan

Guru Pembimbing

Yogyakarta, 29 Agustus 2015
Mahasiswa Praktikan

Yuriani, M.Pd.

NIP. 19540206 198203 2 001

Tomang Ade Prapanca, S. Pd

Aennur Falah Putri

NIM 12511241014



UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

LAPORAN Mingguan Pelaksanaan PPL

F02
untuk
mahasiswa

SEKOLAH/LEMBAGA
ALAMAT SEKOLA/LEMBAGA
GURU PEMBIMBING
MINGGU

: SMK 1 PGRI Sentolo
: Jalan Raya Sentolo Km.18 Kulon
: Tomang Ade Prapanca, S. Pd
: IV

NAMA MAHASISWA
NO. MAHASISWA
FAK/JUR/ PRODI
DOSEN PEMBIMBING

: Aennur Falah Putri
: 12511241014
: Teknik/ P. Teknik Boga
: Yuriani, M.Pd.

No.	Hari/Tanggal	MateriKegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
1	Senin, 31 Agustus 2015	1. iket pagi 3S (salam, sapa, senyum). 2. pacara bendera. 3. engajar dikelas	1. engontrol kerapian dan ketertiban siswa. 2. pacara bendera rutin setiap hari senin. Anggota PPL ikut membantu pada barisan paduan suara. 3. engajar kelas X Jasa Boga Makanan Kontinental	Masih ada siswa yang ramai ketika upacara.	Menegur siswa agar tidak berisik dan lebih hikmat dalam mengikuti upacara.
2	Selasa, 1 September 2015	1. iket pagi 3S (salam, sapa, senyum). 2. enyanyikan lagu wajib nasional. 3. engajar di kelas.	1. engontrol kerapian dan ketertiban siswa. 2. enumuhukan jiwa kebangsaan bagi seluruh warga sekolah. 3. engajar di kelas X Jasa Boga Hidangan Kesehatan	-	-

3	Rabu, 2 September 2015	1. iket pagi 3S (salam, sapa, senyum). 2. menyanyikan lagu wajib nasional. 3. membuat RPP ke	1. mengontrol kerapian dan ketertiban siswa. 2. enyumbukan jiwa kebangsaan bagi seluruh warga sekolah. 3. membuat RPP	-	-
4	Kamis, 3 September 2015	1. iket pagi 3S (salam, sapa, senyum). 2. menyanyikan lagu wajib nasional. 3. mencari materi dan membuat media. 4. onsultasi dengan guru.	1. mengontrol kerapian dan ketertiban siswa. 2. enyumbukan jiwa kebangsaan bagi seluruh warga sekolah. 3. mencari	-	-

5	Jumat, 4 September 2015	1. iket pagi 3S (salam, sapa, senyum). 2. menyanyikan lagu wajib nasional. 3. membantu membersihkan ruang lab.komputer. 4. endampingan ekstrakulikuler pramuka.	1. mengontrol kerapian dan ketertiban siswa. 2. enambahkan jiwa kebangsaan bagi seluruh warga sekolah. 3. membersihkan ruang lab.komputer yang sudah selesai di renovasi. 4. endampingan ekstrakulikuler pramuka.		
6	Sabtu, 5 September 2015	1. iket pagi 3S (salam, sapa, senyum). 2. endampingan membaca Al-Qur'an.	1. mengontrol kerapian dan ketertiban siswa. 2. enampingi kelas X JB.		

--	--	--	--	--	--

Mengetahui,
Dosen Pembimbing Lapangan

Guru Pembimbing

Yogyakarta, 5 September 2015
Mahasiswa Praktikan

Yuriani, M.Pd.
NIP. 19540206 198203 2 001

Tomang Ade Prapanca, S. Pd

Aennur Falah Putri
NIM 12511241014



LAPORAN Mingguan Pelaksanaan PPL

F02
untuk
mahasiswa

SEKOLAH/LEMBAGA
ALAMAT SEKOLA/LEMBAGA
GURU PEMBIMBING
MIINGGU

: SMK 1 PGRI Sentolo
: Jalan Raya Sentolo Km.18 Kulon
: Tomang Ade Prapanca, S. Pd
: V

NAMA MAHASISWA : Aennur Falah Putri
NO. MAHASISWA : 12511241014
FAK/JUR/ PRODI : Teknik/ P. Teknik Boga
DOSEN PEMBIMBING : Yuriani, M.Pd.

No.	Hari/Tanggal	MateriKegiatan	Hasil	Hambatan	Solusi
1	Senin, 7 September 2015	1. iket pagi 3S (salam, sapa, senyum). 2. endampingan membaca Al-Qur'an. 3. engajar Praktik	1. engontrol kerapian dan ketertiban siswa. 2. endampungi kelas X JB. 3. engajar praktik pengolahan makanan kontinental.	-	-
2	Selasa, 8 September 2015	1. iket pagi 3S (salam, sapa, senyum). 2. enyanyikan lagu wajib nasional.	1. engontrol kerapian dan yang mencari kesempatan untuk melihat jawaban teman. 2. enumuhkan jiwa kebangsaan bagi seluruh warga sekolah.	Tidak sedikit siswa yang mencari kesempatan untuk melihat jawaban teman.	Menegur dan mengingatkan siswa agar mengerjakan sendiri.

3	Rabu, 9 September 2015	1. iket pagi 3S (salam, sapa, senyum). 2. menyanyikan lagu wajib nasional. 3. menyusun laporan PPL	1. mengontrol kerapian dan ketertiban siswa. 2. menumbuhkan jiwa kebangsaan bagi seluruh warga sekolah. 3. sebagian laporan sudah disusun	-	-
4	Kamis, 10 September 2015	1. iket pagi 3S (salam, sapa, senyum). 2. menyanyikan lagu wajib nasional. 3. menyusun laporan PPL. 4. onsultasi dengan guru.	1. mengontrol kerapian dan ketertiban siswa. 2. menumbuhkan jiwa kebangsaan bagi seluruh warga sekolah. 3. sebagian laporan sudah disusun. 4. onsultasi dengan guru pembimbing teknik dengan RPP yang sudah disusun.	-	-

5	Jumat, 11 September 2015	<ol style="list-style-type: none"> 1. iket pagi 3S (salam, sapa, senyum). 2. menyanyikan lagu wajib nasional. 3. erpisahan dengan siswa di SMK PGRI 1 Sentolo. 4. endampingan pramuka. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. engontrol kerapian dan ketertiban siswa. 2. enumuhkan jiwa kebangsaan bagi seluruh warga sekolah. 3. erpisahan dengan menampilkan pensi dari tiap kelas. 4. endampingi pramuka yang diikuti oleh siswa kelas X. 	Masih banyak perwakilan dari masing-masing kelas yang malu-malu ketika maju untuk pensi.	Memberikan semangat agar siswa tidak merasa malu.
6	Sabtu, 12 September 2015	<ol style="list-style-type: none"> 1. iket pagi 3S (salam, sapa, senyum). 2. endampingan membaca Al-Qur'an. 3. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. engontrol kerapian dan ketertiban siswa. 2. endampingi kelas X AK. 3. enyusun laporan PPL dan 		

		enyusun laporan.	memilih foto untuk dijadikan lampiran.		
--	--	------------------	--	--	--

Mengetahui,
Dosen Pembimbing Lapangan

Guru Pembimbing

Yogyakarta, 12 September 2015
Mahasiswa Praktikan

Yuriani, M.Pd.
NIP. 19540206 198203 2 001

Tomang Ade Prapanca, S. Pd

Aennur Falah Putri
NIM 12511241014



LAPORAN KEUANGAN PPL

TAHUN 2014

Universitas Negeri Yogyakarta

NOMOR LOKASI	:		Nama	:	Aennur Falah Putri
NAMA SEKOLAH/LEMBAGA	:	SMK PGRI 1 Sentolo	NIM	:	12511241014
ALAMAT SEKOLAH/LEMBAGA	:	Jln. Raya Sentolo km. 18, Kulon Progo	Prodi	:	Pend. Teknik Boga

No	Nama Kegiatan	Hasil Kuantitatif/Kualitatif	Serapan Dana (Dalam Rupiah)			
			Swadaya/Sekolah/Lembaga	Mahasiswa	Sponsor/Lembaga Lainnya	Jumlah
1	Pembuatan RPP		-	20.000	-	20.000
2	Pembuatan Silabus		-	1.000	-	1.000
3	Pembuatan Media Pembelajaran		-	10.000	-	10.000
4	Pebuatan Laporan		-	100.000	-	100.000
5	Perlengkapan Mengajar		-	30.000	-	30.000
6	Kesekretariatan			10.000	-	10.000
TOTAL						<u>171.000</u>

Mengetahui,

Sentolo, 12 September 2015

Kepala Sekolah SMK PGRI 1 S entolo

Dosen Pembimbing Lapangan

Yang Membuat

Dra. Nur Aini Sulistyawati
NIP. 19660212 199103 2 008

Yuriani M.Pd
NIP.19801207 200604 2 002

Aennur Falah Putri
NIM. 12511241014