

LAPORAN INDIVIDU
KEGIATAN PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN (PPL) UNY
DI SMK N 3 WONOSARI
Jl. Pramuka No. 8 Wonosari Gunungkidul Yogyakarta



Disusun Oleh :
Aisyah Kuncoro Putri
NIM : 13511241021

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN TEKNIK BOGA
JURUSAN PENDIDIKAN TEKNIK BOGA DAN BUSANA
FAKULTAS TEKNIK
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2016

HALAMAN PENGESAHAN

Yang bertanda tangan dibawah ini, kami pembimbing kegiatan PPL UNY di SMK N 3 Wonosari, Jl. Pramuka No. 8 Wonosari Gunungkidul Yogyakarta menerangkan dengan sesungguhnya bahwa mahasiswa dibawah ini :

Nama : Aisyah Kuncoro Putri
NIM : 13511241021
Jurusan : Pendidikan Teknik Boga

Telah melaksanakan kegiatan PPL di SMK N 3 Wonosari dari hari Sabtu, 15 Juli 2016 sampai hari Kamis, 15 September 2016. Hasil kegiatan mencakup dalam naskah laporan ini.

Dosen Pembimbing Lapangan

Wonosari, 15 September 2016
Guru Pembimbing

Dr. Marwanti M.Pd
NIP. 195703131983 2 001

Rustina Anjar R, S.Pd
NIP. 19790228 200801 2 008

Mengetahui,

Kepala Sekolah
SMK N 3 Wonosari

Koordinator PPL
SMK N 3 Wonosari

Dra. Susiyanti, M.Pd.
NIP. 19640219 199003 2 005

Agus Harmadi, S.Pd., MBA.
NIP. 19750525 200604 1 015

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat melaksanakan Praktik Pengalaman Lapangan di SMK NEGERI 3 WONOSARI serta dapat menyelesaikan laporan pelaksanaan Praktik Pengalaman Lapangan UNY tahun 2016.

Dalam penyusunan laporan ini, penulis menyadari bahwa banyak menerima bantuan dari berbagai pihak, maka dari itu penulis menyampaikan rasa terimakasih kepada pihak-pihak yang telah memberikan perhatiannya kepada penulis sebagai proses penyusunan laporan ini. Karena hal itu penulis juga tidak lupa menyampaikan ucapan terimakasih kepada :

1. Kedua orang tua yang selalu memberi semangat, motivasi maupun bantuan baik dalam bentuk materi dan non materi.
2. Prof. Dr. Rachmat Wahab, MA, selaku Rektor UNY yang telah memberikan kesempatan untuk melaksanakan program PPL.
3. Prof. Wawan S Suherman, M.Pd., selaku kepala LPPMP UNY yang telah memberi bimbingan kepada mahasiswa terkait prosedur PPL.
4. Dr. Widarto, M.Pd, selaku Dekan Fakultas Teknik UNY.
5. Dr. Marwanti M.Pd. selaku Dosen Pembimbing Lapangan yang telah memberikan waktu dan tenaga untuk membimbing dan mengarahkan dalam pelaksanaan kegiatan PPL.
6. Dra. Susiyanti, M.Pd. selaku Kepala Sekolah yang telah memberikan bimbingan dan pengarahan dalam penyusunan proposal pelaksanaan kegiatan PPL, pelaksanaan kegiatan PPL, sampai penyusunan laporan.
7. Agus Harmadi, S.Pd., MBA. selaku koordinator PPL di sekolah yang memberikan bantuannya dalam penyusunan proposal pelaksanaan PPL, pelaksanaan kegiatan PPL sampai dengan penyusunan laporan.
8. Rustina Anjar R, S.Pd. selaku guru pembimbing yang senantiasa penuh kesabaran selalu memberikan arahan-arahan guna perbaikan-perbaikan pada saat pelaksanaan kegiatan PPL.
9. Bapak dan Ibu Guru serta karyawan SMK N 3 Wonosari yang telah membantu pada saat pelaksanaan kegiatan PPL.
10. Semua mahasiswa PPL SMK N 3 Wonosari yang telah memberikan semangat serta dukungan.
11. Seluruh siswa-siswi SMK N 3 Wonosari. Khususnya kelas X TB 1, XII TB1 dan XII TB 2.

Sebagai manusia biasa, penulis tentunya menyadari bahwa dalam penyusunan laporan masih ada banyak hal kekurangan yang saat ini mungkin belum dapat di sempurnakan. Maka dari hal itu dengan penuh keikhlasan penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari semua pihak mana saja untuk menjadi suatu kelengkapan laporan ini dimasa yang akan datang.

Penulis berharap semoga laporan ini berguna dan mendatangkan banyak manfaat bagi pembaca. Kerena dengan membaca saja merupakan suatu kepuasan tersendiri bagi penulis. Semoga dengan adanya laporan ini pembaca bisa lebih terpacu untuk mengembangkan diri yang ada.

Yogyakarta, 15 September 2016

Penulis

DAFTAR ISI	
Halaman Judul	i
Halaman Pengesahan Laporan PPL	ii
Kata Pengantar.....	iii
Daftar Isi.....	v
Abstrak.....	vi
BAB I. PENDAHULUAN	1
A. Analisis Situasi.....	2
B. Perumusan Program dan Rancangan Kegiatan PPL.....	21
BAB II. PERSIAPAN, PELAKSANAAN, DAN ANALISIS HASIL.....	24
A. Persiapan	
1. Pengajaran Mikro.....	24
2. Pembekalan PPL.....	24
3. Observari pembelajaran kelas	25
4. Pembuatan Persiapan Mengajar.....	25
B. Pelaksanaan PPL	
1. Pelaksanaan praktik mengajar.....	25
a. Praktik Mengajar Terbimbing.....	26
b. Pemberian <i>feedback</i> oleh Guru Pembimbing.....	28
c. Bimbingan dengan DPL PPL.....	28
d. Penyusunan Laporan PPL.....	28
C. Analisis Hasil Pelaksanaan	
1. Faktor Penghambat PPL.....	28
2. Faktor Pendukung PPL.....	29
D. Refleksi	30
BAB III. PENUTUP.....	31
A. Kesimpulan.....	31
B. Saran	31
Daftar Pustaka.....	34
Lampiran.....	35

ABSTRAK

LAPORAN PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN (PPL)

SMK N 3 WONOSARI

Aisyah Kuncoro Putri
13511241021

Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) Universitas Negeri Yogyakarta semester khusus 2016 yang berlokasi di SMK Negeri 3 Wonosari telah dilaksanakan oleh mahasiswa pada tanggal 15 Juli 2016 sampai 15 September 2016. Kelompok PPL di lokasi ini terdiri dari 17 mahasiswa dari program studi pendidikan teknik boga, pendidikan teknik elektronika, pendidikan teknik mekatronika dan pendidikan sejarah.

Selama kegiatan PPL, praktikan melakukan praktik mengajar mandiri dan terbimbing di dua kelas, yaitu kelas X TB 1, XII TB 1 dan XII TB 2. Dari keseluruhan praktik mengajar praktikan melakukan praktik mengajar sebanyak 24 kali. Selama PPL, praktikan juga menyusun program- program agar pelaksanaan PPL berjalan dengan lancar.

Secara umum, program- program yang telah direncanakan dapat berjalan dengan baik dan lancar. Praktikan telah berusaha untuk menekan semua hambatan yang terjadi selama melaksanakan program kerja, sehingga program tersebut akhirnya berhasil dilaksanakan. Munculnya hambatan selama pelaksanaan kegiatan merupakan hal yang wajar. Praktikan berharap, semoga laporan ini dapat bermanfaat bagi semua pihak yang terkait.

BAB I PENDAHULUAN

Praktik Pengalaman Lapangan (PPL), merupakan suatu bentuk usaha peningkatan efisiensi dan kualitas penyelenggaraan proses pembelajaran yang merupakan bentuk pembelajaran mahasiswa UNY dengan cara memberikan pengalaman belajar kepada mahasiswa untuk mencari pengetahuan di luar kampus yakni pengalaman mengajar, memperluas wawasan, pelatihan dan pengembangan kompetensi yang diperlukan dalam bidang yang ditekuni, peningkatan keterampilan, kemandirian, tanggung jawab, dan kemampuan dalam memecahkan masalah.

Program PPL yakni dilihat dari aspek manajemen dan waktu dengan tujuan mengembangkan kompetensi mahasiswa sebagai calon guru atau pendidik atau tenaga kependidikan. Standar kompetensi PPL dirumuskan dengan mengacu pada tuntutan empat kompetensi guru baik dalam konteks pembelajaran maupun dalam konteks kehidupan guru sebagai anggota masyarakat yakni kompetensi pedagogik, kompetensi kepribadian, kompetensi professional, dan kompetensi sosial.

Praktik pengalaman lapangan (PPL) merupakan salah satu upaya yang dilakukan oleh pihak Universitas Negeri Yogyakarta sebagai suatu latihan kependidikan yang bersifat intrakurikuler yang dilakukan oleh mahasiswa program studi kependidikan. Mahasiswa diharapkan dapat mengembangkan dan mengaplikasikan kemampuan yang dimiliki dalam kehidupan nyata disekolah. Pada tahun ini, Tim PPL UNY 2016 yang bertempat di SMK Negeri 3 Wonosari. Di lokasi tersebut mahasiswa PPL ditantang untuk mampu mengembangkan ilmu dan pengetahuannya. Sebelum pelaksanaan, tim PPL perlu mempersiapkan menyusun program secara matang untuk memperlancar praktik mengajar. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) perlu diadakannya observasi kelas agar materi yang akan disampaikan kepada peserta didik dapat diterima secara optimal sesuai dengan media yang tersedia. Selain itu, RPP perlu dikonsultasikan kepada guru pembimbing yang sudah ditunjuk dari pihak sekolah agar praktikan dan guru mengetahui secara jelas tentang materi yang akan disampaikan kepada peserta didik di dalam kelas. Semua persiapan sebelum mengajar perlu dilakukan dengan baik untuk mendapatkan hasil yang maksimal dan pelaksanaannya dapat berjalan dengan baik dan lancar.

A. Analisis Situasi

Praktik Pengalaman Lapangan atau PPL dilaksanakan kurang lebih selama 2 bulan dan berlokasi di SMK Negeri 3 Wonosari. Praktik Pengalaman Lapangan yang dilakukan oleh mahasiswa merupakan suatu kegiatan intrakurikuler yang mencakup tugas atau kegiatan yang berkaitan dengan kependidikan, baik itu berupa praktik mengajar di dalam kelas maupun kegiatan- kegiatan lain yang berada di luar kelas. adapun kegiatan di luar kelas yang dimaksud disini adalah suatu kegiatan yang masih ada kaitannya dengan persyaratan pembentukan profesi kependidikan/ keguruan yang dilaksanakan di luar kelas namun masih berada di dalam lingkungan sekolah.

Sebelum mahasiswa terjun langsung ke lapangan terlebih dahulu dilakukan observasi dan adaptasi untuk memperoleh gambaran yang lebih jelas tentang situasi dan kondisi sekolah dimana hal tersebut sangat berpengaruh terhadap proses belajar mengajar. observasi yang dilakukan di SMK N 3 Wonosari meliputi observasi proses KBM dan observasi mengenai kondisi fisik maupun non fisik sekolah. Tahap observasi ini mahasiswa diberikan kesempatan untuk mengamati seluruh kegiatan baik yang menyangkut kegiatan di dalam kelas maupun di luar kelas, mengenai kondisi fisik dan non fisik sekolah sebagai bekal penyusunan program kerja dan praktik mengajar nantinya.

Secara umum situasi di SMK N 3 Wonosari dapat dideskripsikan sebagai berikut :

1. Letak Geografis Sekolah

SMK N 3 Wonosari terletak di Jalan Pramuka No.8, Tawarsari, Wonosari, Gunungkidul, DIY. 55812 Telp. (0274) 394250, Fax. (0274) 394438. SMK N 3 Wonosari dapat dikatakan terletak di wilayah jantung kota Wonosari, meskipun demikian lingkungan sekolah ini tetap kondusif untuk proses kegiatan belajar mengajar. Walaupun dekat dengan jalan raya tapi letak SMK Negeri 3 Wonosari agak ke dalam sehingga kegiatan belajar mengajar tidak akan terganggu dengan suara bising kendaraan bermotor.

Pada tahun ajaran 2010/2011 SMK N 3 Wonosari memiliki 3 kompetensi jurusan yaitu Elektronika Industri, Audio Video, dan Jasa Boga. Akan tetapi pada tahun ajaran 2011/2012 SMK N 3 Wonosari membuka 1 kompetensi jurusan baru yaitu Mekatronika. SMK N 3 Wonosari menggunakan Kurikulum 2013 sebagai acuan dalam proses belajar mengajar.

2. Visi dan Misi SMK Negeri 3 Wonosari

Visi Sekolah

Terwujudnya SMK yang menghasilkan Sumber Daya Manusia yang kompetitif berlandaskan imtaq

Misi Sekolah

- Mewujudkan iklim belajar dan bekerja yang kondusif berbasis imtaq
- Mengembangkan Sekolah Menengah Kejuruan yang adaptif terhadap perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi dengan berakar pada norma dan nilai budaya serta berwawasan lingkungan.
- Menyiapkan SDM sebagai asset masyarakat dan bangsa yang mampu mengembangkan diri sejalan perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi.
- Menyiapkan SDM yang terampil, terdidik, dan professional yang mampu bersaing di pasar global dengan mengoptimalkan potensi, minat, dan bakat peserta didik.

3. Tujuan SMK Negeri 3 Wonosari

- Meningkatkan keimanan dan ketaqwaan peserta didik kepada Tuhan Yang Maha Esa.
- Menumbuhkan karakter siswa agar mampu mengembangkan diri untuk hidup mandiri.
- Mengembangan potensi peserta didik agar menjadi warga Negara yang berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, demokratis dan bertanggungjawab.
- Mengembangkan potensi peserta didik agar memiliki wawasan kebangsaan, memahami dan menghargai keanekaragaman budaya bangsa Indonesia.
- Mengembangkan potensi peserta didik agar memiliki kepedulian terhadap lingkungan dan masyarakatnya.
- Memberikan ketrampilan pada peserta didik sesuai bakat dan kemampuan agar terampil, terdidik, dan professional yang mampu bersaing di pasar global.
- Mengembangkan peserta didik agar mampu mengikuti perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi serta berwawasan lingkungan.

4. Organisasi SMK Negeri 3 Wonosari

a. Personalia Sekolah

Kepala Sekolah	:Dra. Susiyanti, M.Pd.
WKS Bidang Akademik	:Heru Winarto, S. Pd
WKS Bidang Sarana & Prasarana	:Edi Siswantoro, S.Pd., M.Pd.I
WKS Bidang Kesiswaan	:Markidin P, S.Pd., MT
WKS Bidang Humas	:Agus Harmadi, S.Pd., MBA
WKS Bidang WMM	: Sumarjono, S.Pd
Staf Pengajar	:terdiri dari 83 orang staf pengajar
Karyawan	: terdiri dari 24 orang karyawan

Struktur Organisasi Sekolah

1. KEPALA SEKOLAH

Tanggung Jawab

Menjamin dan memastikan bahwa proses pendidikan dan pelatihan serta hal-hal yang terkait dengan operasional sekolah, dikembangkan, direncanakan, dilaksanakan dan dikendalikan dengan efektif dalam rangka mencapai visi dan misi sekolah.

Wewenang

Merencanakan dan sebagai penggerak semua lingkup disekolah, kepala sekolah merencanakan manajemen yang ada disekolah maupun kerjasama dengan pihak luar sekolah.

Tugas

Pengelolaan Teknik Edukatif Program Diklat berdasarkan. Visi dan Misi sekolah, yaitu :

- Menjabarkan, melaksanakan dan mengembangkan Program Diklat Kurikulum sesuai Spektrum Keahlian dan Standar Isi
- Mengelola unsur pokok-pokok manajemen sekolah : *Man* (guru, karyawan, siswa); *Money* (dana dari orangtua siswa dan pemerintah), dan *Material*(fasilitas berupa : gedung, perabot sekolah, alat-alat pelajaran teori dan praktek).
- Mengadakan kerjasama dengan pihak luar, seperti orangtua siswa, pengguna produk (tamatan), jajaran pemerintah dll.

2. WKS 1 Bidang Akademik

Tanggung Jawab

Menjamin dan memastikan bahwa proses pembelajaran dan kurikulum serta hal-hal yang terkait dengan operasional pembelajaran dikembangkan ,direncanakan, dilaksanakan dan dikendalikan dengan efektif dalam rangka mencapai tujuan proses pembelajaran dan tujuan Sekolah serta untuk memenuhi persyaratan siswa, pemerintah serta stakeholder yang relevan.

Wewenang

Menyelenggarakan seluruh kegiatanyang berhubungan dengan pendidikan di sekolah yang berkaitan dengan KBM

Tugas

Menetapkan program pembelajaran, jadwal kegiatan, pembagian tugas mengajar, jadwal pelajaran dan bahan ajar meliputi :

- Merencanakan dan menyusun program pengembangan kurikulum.
- Mengorganisasi / mengkoordinasi KBM baik teori maupun praktek yang terdiri dari : Persiapan KBM, Pelaksanaan KBM, Evaluasi Hasil Belajar, Analisis Hasil Evaluasi Belajar, Perbaikan dan Pengayaan.
- Merencanakan dan melaksanakan kegiatan EBTA normative adaptif
- Mengkoordinir pelaksanaan EBTA praktek produktif
- Memastikan bahwa jumlah jam pembelajaran pada tiap mata diklat tercukupi
- Merencanakan dan melaksanakan pembelajaran Internet dan TOIEC
- Bersama WKS2 melaksanakan kegiatan PSB.
- Mengkoordinir kegiatan perpustakaan

3. WKS Bidang Kesiswaan

Tanggung Jawab

Menjamin dan memastikan bahwa proses penyelenggaraan PSB,BP/BK, serta hal-hal yang terkait dengan bidang kesiswaan telah dan dapat direncanakan , dilaksanakan secara efektif sehingga akan tercapai tujuan sekolah serta untuk memenuhi persyaratan siswa, pemerintah serta stakeholder lain yang relevan.

Wewenang

- Menyelenggarakan PSB
- Penanganan Ketertiban Siswa
- Menyelenggarakan BP/BK

Tugas

- Menyusun program kegiatan kesiswaan dan mengkoordinasikan pelaksanaannya.
- Mengkoordinasikan pelaksanaan pendampingan siswa.
- Memonitor dan mengevaluasi seluruh kegiatan kesiswaan.
- Merencanakan dan melaksanakan pendaftaran dan penerimaan siswa baru.
- Menegakkan disiplin tata tertib siswa.
- Mengkoordinasi kan program BP/BK.
- Pembinaan/ Pengembangan kepribadian siswa.
- Pembinaan OSIS dan Ektrakurikuler.
- Mengelola administrasi kegiatan siswa.
- Memperhatikan, memelihara, menjaga suasana sekolah (keamanan, ketertiban, kerapian, kesehatan, kekeluargaan dan kenyamanan siswa)
- Merencanakan, membuat dan merevisi Buku Pengenal dan Tata Tertib Siswa.

4 WKS 3 Bidang Sarana dan Prasarana

Tanggung Jawab

Menjamin dan memastikan bahwa proses pengelolaan dan pemberdayaan sumber daya sekolah telah dan dapat direncanakan , dilaksanakan dan dikendalikan dengan efektif , sehingga tujuan sekolah akan tercapai guna memenuhi persyaratan siswa, pemerintah serta stakeholder yang lain.

Wewenang

Merencanakan pengelolaan dan pemberdayaan sumber daya sekolah.

Tugas

- Menyusun program pengadaan sarana prasarana yang tidak habis pakai
- Menyusun program perawatan sarana prasarana sekolah.
- Menyusun program pemberdayaan dan pengembangan ketenagaan.

4. Mengarahkan urusan ketenagaan agar berfungsi sebagaimana mestinya
5. Memonitor dan mengevaluasi pelaksanaan dan pengembangan ketenagaan
6. Menetapkan kompetensi personil (guru) sesuai dengan tugasnya masing-masing
7. Pendampingan seluruh guru sekolah
8. Mengusulkan jumlah guru sesuai dengan prinsip kecukupan dan kesesuaian kebutuhannya.
9. Mengusulkan pengembangan kemampuan guru.

5 WKS 4 Bidang Humas

Tanggung Jawab

Menjamin dan memastikan bahwa proses kerjasama dengan DU/DI dan stakeholder lainnya telah dan dapat direncanakan .

Wewenang

Mengendalikan kegiatan promosi, informasi, komunikasi dan kerjasama dengan DU/DI serta stakeholders.

Tugas

1. Menyusun program kerjasama dengan DU/DI dan stakeholders
2. Menjalin kerjasama dengan DU/DI dan stakeholders
3. Mempromosikan potensi sekolah
4. Memonitor dan mengendalikan pelaksanaan program yang berkait dengan berhubungan masyarakat
5. Mengelola input-input dari stakeholders.
6. Bersama WKS1 melaksanakan sinkronisasi dan menetapkan validasi kurikulum.
7. Melaksanakan program prakerin
8. Mengelola program pemasaran dan penelusuran tamatan
9. Mengkoordinir kegiatan-kegiatan sosial dan kekeluargaan di sekolah

6 WALI KELAS

Tanggung Jawab

Memastikan terlaksananya proses pendampingan dan monitoring kelas

Wewenang

Melaksanakan kegiatan yang berhubungan dengan pendampingan dan monitoring kelas.

Tugas

1. Mewakili KS dan orangtua siswa dalam pembinaan siswa
2. Membina kepribadian, ketertiban dan kekeluargaan.
3. Membantu pengembangan peningkatan kecerdasan dan ketrampilan siswa
4. Evaluasi nilai rapor dan kenaikan kelas.
5. Membantu WKS1 dan WKS2 dalam permasalahan yang terkait.
6. Membuat catatan tentang :
 Situasi keluarga dan ekonomi.
 Ketidakhadiran, pelanggaran, dan perilaku siswa.
 Prestasi akademik masing-masing siswa.

7 GURU

Tanggung Jawab

Memastikan terlaksananya kegiatan KBM sesuai dengan tingkat dan mata diklat yang diampunya

Wewenang

Melaksanakan seluruh kegiatan yang berhubungan dengan tugas mengajar

Tugas

1. Program KBM meliputi :
 - a. Persiapan meliputi analisis kurikulum, membuat Silabus, RPP
 - b. Pelaksanaan KBM.
 - c. Evaluasi.
 - d. Analisis.
 - e. Perbaikan.
2. Pembinaan terhadap siswa.
3. Pengelolaan kelas.

b. Jumlah Siswa

Jumlah siswa SMK N 3 Wonosari pada tahun ajaran 2016/2017 adalah orang yang terdiri dari orang 953 orang yang terbagi menjadi tiga kelas, yaitu kelas X, XI, dan XII. Kelas X terdiri dari 353orang, kelas XI terdiri dari 346 orang dan kelas XII terdiri dari304 orang.

c. Bimbingan dan Konseling (BK)

Bimbingan dan konseling di SMK N 3 Wonosari berjalan dengan dengan baik. Bimbingan dan konseling siswa dikelola oleh 5 orang guru BK, yaitu Agus Mugiya, S. Pd, Supiyati, S. Pd., Wara Kawuri, S. Pd., Dra. Nurhasanah, Drs. Ghazali. Kegiatan bimbingan konseling antara lain

menertibkan siswa yang sering datang terlambat, membantu siswa dalam mengatasi permasalahan yang dihadapinya, dan menertibkan siswa yang tidak patuh terhadap peraturan sekolah.

d. **Interaksi Sosial Personalia**

Interaksi sosial antar personalia berjalan dengan baik. Mereka saling menghormati, memahami, dan menghargai sehingga dapat menghasilkan kerja yang optimal.

e. **Interaksi Sosial Guru dan Siswa**

Interaksi guru dan siswa berjalan dengan baik. Terdapat hubungan yang sangat harmonis di antara mereka. Rasa kekeluargaan juga tercermin dalam perilaku di kehidupan sehari- hari mereka di sekolah. Siswa menghormati guru mereka, hal ini terlihat selama kegiatan belajar dan mengajar di kelas.

f. **Interaksi Sosial Antar Siswa**

Interaksi sosial antar siswa berjalan dengan baik. hai ini terlihat ketika ada salah satu teman mereka yang sedang sakit, maka mereka akan membantu siswa tersebut dalam melakukan aktivitas di sekolah.

g. **Prestasi Sekolah**

NO	PRESTASI (JUARA)	JENIS KEGIATAN	TAHUN	PENYELENGGARA
1	Danton Terbaik	Lomba Baris Berbaris-PPi GK dalam rangka Sumpah Pemuda ke-72 tingkat SMU / SMK Putri	2000	Pemda kab. Gunungkidul
2	II	Lomba Baris Berbaris PPI GK tingkat SMU / SMK putra dalam rangka hari sumpah pemuda ke-72	2000	Pemda kab. Gunungkidul
3	II	Lomba karaoke putra wira dhaksinarga XXV Gunungkidul	2001	Kwarcab1203 Gunungidul
4	II	Lomba Baris berbaris tingkat SLTA putri puma paskibraka Indonesia kab. Gunungkidul	2002	Pemda kab. Gunungkidul
5	III	Lomba baris berbaris	2002	Polres gunungkidul

		tingkat SLTA putri		
6	II	Lomba karaoke putra lomba karaoke putra wira dhaksinarga	2002	Inkom gunungkidul
7	Danton Terbaik	Lomba Baris Berbaris puma paskibraka Indonesia kab. gunungkidul tingkat SLTA putrid	2003	DPRD Gunungkidul
8	I	Lomba lukis caping tingkat SMU / SMK dalam rangka hardiknas 2003 kab. Gunungkidul	2003	Inkom Gunungkudul
9	I	Lomba baris berbaris tingkat SLTA Putri Paskibraka Indonesia Gunungkidul	2003	DPRD kab. Gunungkidul
10	Danton Terbaik	Lomba Baris berbaris Puma Paskibraka Indonesia kab. gunungkidul tingkat SMU / SMKputri	2004	Pemda kab. Gunungkidul
11	II	Lomba Baris berbaris tingkat SLTA putri puma paskibraka Indonesia kab. Gunungkidul	2004	Polres Gunungkidul
12	I & III	Bulu tangkis putra tingkat SMA / SMK dalam rangka pekan olahraga seni & kreatifitas kab. Gunungkidul	2005	Pemda kab. Gunungkidul
13	III	Lomba Baris berbaris tingkat SMA / SMK putri puma paskibraka indonesia kab. Gunungkidul	2005	Kodim 0730 Gunungkidul

14	I	Tenis meja tingkat SMA / SMK dalam rangka pekan olahraga & kreatifitas (porsenitas) pelajar kab. Gunungkidul	2005	Pemda kab. Gunungkidul
15	II	Atlit tolak peluru putri tingkat SMA / SMK dalam rangka pekan olahraga seni & kreatifitas (porseni) pelajar kab. Gunungkidul	2005	Pemda kab. Gunungkidul
16	III	Sepak takrow tingkat SMA / SMK putra dalam rangka pekan olahraga pelajar tingkat kab. Gunungkidul	2006	Pemda kab. Gunungkidul
17	II	Tenis meja tingkat SMA / SMK dalam rangka pekan olahraga & kreatifitas (porsenitas) pelajar kab. Gunungkidul	2006	Pemda kab. Gunungkidul
18	III	Evaluasi penyelenggaraan sekolah berwawasan lingkungan hidup propinsi DIY tingkat SMA / SMK	2006	Inkom Gunungkidul

5. Kondisi Fisik SMK N 3 Wonosari

Sekolah terletak di dalam Kota Wonosari, lokasi sangat strategis karena mudah terjangkau. Guna menunjang pendidikan dan pelatihan, sekolah mempunyai fasilitas antara lain :

- Ruang Teori KBM
- Ruang Guru
- Ruang Tata Usaha
- Ruang Kepala Sekolah
- Bengkel Elektronika Dasar
- Bengkel Teknik Elektronika
- Bengkel Audio Video

- Bengkel Mekatronika
- Dapur Jasa Boga
- Ruang Saji
- Laboratorium Bahasa
- Laboratorium Komputer
- Perpustakaan
- UKS

- BP/BK
 - Lapangan Olahraga
 - Mushola
 - Kantin

- Koperasi Sekolah
 - UPJ (Usaha Produksi dan Jasa)
 - dll.
- a. Ruang Kelas

Pada tahun ajaran baru 2016/2016, SMK N 3Wonosari terdiri dari empat jurusan diantaranya audio video, elektronika industri, mekatronika dan jasa boga yang terdiri dari 31 kelas, yang setiap kelasnya terdapat 29-32 siswa.
- b. Laboratorium

Di SMK N 3Wonosari terdapat laboratorium yang memiliki kondisi yang berbeda-beda dalam perawatannya. karena fisika bukan termasuk mata pelajaran inti, jadi tidak ada laboratorium khusus untuk fisika, alat-alat percobaan fisika hanya diletakkan di sebuah almari perlengkapan di ruang guru.
- c. Ruang Tata Usaha atau *Administrative Staff Room*

Ruang Tata Usaha (TU) terletak di sebelah kiri lobi. Ruang TU digunakan untuk kegiatan administrasi sekolah yang terdiri dari keuangan, pengadaan kegiatan pembelajaran yang ditangani dengan baik.
- d. Ruangan Kepala Sekolah atau *Principal Room*

Ruang kepala sekolah terletak tepat di sebelah kanan ruangan wakil kepala sekolah, yakni ruangan kedua.
- e. Ruang UKS atau *Health Room*

Ruang UKS berada di dekatruang komputer. Di dalamnya tedapat sebuah tempat tidur dan perlengkapan. Ruang UKS ini difungsikan untuk tempat pemberian pertolongan kepada siswa yang membutuhkan saat kegiatan belajar mengajar berlangsung maupun saat kondisi yang memungkinkan.
- f. Ruangan Guru atau *Teacher’Room*

Ruangan guru merupakan ruang pertama pada barisan ruang yang menghadap barat. Ruang guru ditujukan untuk guru SMK Negeri 3Wonosari. Di dalamnya terdapat sejumlah meja dan kursi sesuai dengan jumlah guru yang mengajar di SMK Negeri 3Wonosari, dan beberapa meja serba guna. “Bel” yang digunakan untuk menandakan pergantian jam berada di sudut ruang guru.

g. Perpustakaan

Perpustakaan sekolah berada di lantai 2 di atas ruang G2. Di dalamnya terdapat rak-rak tempat menata buku-buku. Buku-buku yang terdapat di perpustakaan antara lain buku pendukung kegiatan belajar siswa jurusan elektronika, audio video,mekatronika dan tata boga. Siswa juga dapat membaca koran maupun majalah. Seorang petugas perpustakaan yang mengurus administrasi sirkulasi peminjaman-pengembalian buku.

h. Musholla

Musholla digunakan sebagai tempat ibadah guru, karyawan serta para siswa yang beragama muslim. Mushola berlokasi di halaman belakang sekolah.

i. Koperasi sekolah

Koperasi sekolah terletak ditimur(pintu gerbang belakang). Pengurusnya ialah anggota OSIS. Barang yang dijual antara lain barang yang dibutuhkan siswa, antara lain buku, pulpen, dan perlengkapan alat tulis lain.

j. Ruang OSIS

Ruang OSIS berlokasi di sebelah ruang laboratorium AV. Digunakan untuk rapat kegiatan OSIS dan kesekretariatan OSIS serta pengkoordinasian kegiatan OSIS dengan anggota OSIS.

k. Tempat Parkir

Tempat parkir ada duayang pertama terletak dekat gerbang masuk sekolah yang bersampingan dengan pos satpam dan yang kedua dekat dengan gerbang belakang.

l. Sarana Olahraga

Untuk mendukung proses belajar mengajar pelajaran olahraga, SMK Negeri 3Wonosari mempunyai satu lapangan terpadu.

6. Keadaan Non Fisik

SMK Negeri 3 Wonosari mempunyai staff pengajar yang telah memiliki gelar S1 bahkan 2 diantaranya telah bergelar S2, dan 90% staff pengajar di SMK Negeri 3 Wonosari telah mengikuti program sertifikasi guru yang artinya hampir keseluruhan guru dalam sekolah tersebut telah menjadi guru professional dan memiliki mutu sebagai pendidik dan pengajar yang tidak perlu diragukan lagi. Selain itu juga terdapat karyawan yang bertanggungjawab terhadap administrasi sekolah (Tata Usaha), perpustakaan, dan koperasi siswa.

A. NAMA PENDIDIK DAN MATA PELAJARAN TAHUN 2016/2017

No	Nama	Mapel	No	Nama	Mapel
1.	Dra. SUSIYANTI., M.Pd.	BP / BK	43.	SUMARGONO, S.Pd	Produktif
2.	Drs. SUPIYATNO	Matematika	44.	ARIF RUSTIANTO, S. Pd.T.	Produktif
3.	SUYADI, S. Pd	B.Indonesia	45.	WIRYATUN, S. Pd.T	Produktif
4.	Drs. GHOZALI	BP / BK	46.	CAHYANINGSIH, SP	IPA
5.	BAWA WIDIYANTA, S. Pd.	Penjaskes	47.	ISTIRAHYUNI, S. Pd.	B. Inggris
6.	ERNA MIYATUN, S.Pd., M.Pd	Matematika	48.	SRI MULYANTI, S.Pd.T	Produktif
7.	Ir. EMI SUSANTI	Fisika	49.	WARA KAWURI, S. Pd.	BP / BK
8.	EDI SISWANTORO, S. Pd. M. Pd.I	Fisika	50.	TATIK KUSUMAJATI,S. Pd.	Kimia
9.	Drs. P. AGUS PRATOMO	B.Indonesia	51.	DWI ARIANI ASTUTI, S. Pd.	Kimia
10.	ANJAR WIDAWATI, S. Pd.	B. Inggris	52.	DELTA PEMBRIYANTO,S.T.	Produktif
11.	SUPIYATI, S. Pd.	BP / BK	53.	APRILIANA WULANDARU, ST.	KKPI
12.	AGUS MUGIYANA, S. Pd.	BP / BK	54.	EKA RUSTIANA, S. Pd.T	Produktif
13.	SUMARJONO, S. Pd.	Produktif	55.	CATUR WARDANI	Produktif
14.	MARDIYO, S. Pd.	Produktif	56.	SITI MU`TAMIRAH S, S. Pd.T	Produktis
15.	Rr. YUANA DEWAYANTI, S. Pd.	Sejarah Indonesia	57.	RINA ASTUTI, S. Pd.T	Produktif
16.	DJARTI YULIANAH, S. Pd.	B.Indonesia	58.	DAFID ANDI HARTONO, ST	Produktif
17.	LILIK ISDIYATI, S. Ag.	PAI	59.	HERI LISTIYAWAN, S. Pd	Produktif
18.	MARKIDIN PARIKESIT, S. Pd.	Produktif	60.	BRIAN GIRI WIGUNA	Produktif
19.	ENDANG SUGIHARYANTI, S. Pd.	B. Inggris	61.	NUDYA HARTOKO, S. ST	Produktif
20.	M. RIDWAN HANAFI, S. Pd.	Produktif	62.	ROCHANA S,S.Pd.T.	Produktif

21.	HERU WINARTO, S. Pd.	Produktif	63.	UMI HAMIDAH, S. Pd.I	PAI
22.	ARTATININGSIH, S. Pd.	B. Inggris	64.	EKO SUPRIATI, S. PAK.	PAK
23.	SRI WAHYUNI WIDAYATI, S. Pd.	B. Inggris	65.	TRI DARMINTO, S.Ma.	PAK
24.	KADARSIH, S. Pd.	Produktif	66.	SUGENG RIANTO, S.Pd.B	PAB
25.	SRI WINARTINI, S.Pd.	Kimia	67.	Drs. KALIMAN	PKn, B.Jawa
26.	UMI SALAMAH SRI NURHAYATI, S. Pd.	Matematika	68.	LAURA RENGGANIS, S.Pd	Seni Budaya
27.	SISDARINI, S. Pd.	Matematika	69.	DIAN PERTAMAWATI,S.Pd	B. Inggris
28.	M. ADRIYANTO K., ST	Produktif	70.	ERLINA ISTININGSIH, S. Pd.	KWU
29.	Dra. A.RINI WIDIASTUTI	KWU	71.	MELIA DASANINGTYAS, S.Pd.	KWU
30.	ENI SURYANI, S. Pd.	PKn	72.	RIDWAN HASANI, S.Pd.I.	PAI
31.	M. JUWAINI SHOLIKHIN, S. Pd.	Produktif	73.	DEWI PUJI LESTARI, S. Pd.I	Matematika
32.	HARIS SURYONO, S. Pd.	Produktif	74.	Sunarto, S.Pd., M.Pd	Produktif
33.	ARIF MASHUDI, S. Pd.Kor	Penjaskes	75.	SISKA NARULITA, S. S	S.Indonesia
34.	AGUNG NUGROHO, S. Pd.Kor	Penjaskes	76.	YANTI DALIYAH, S.Pd	B. Indonesia
35.	AGUS HARMADI, S.Pd., MBA	Produktif	79.	ROBERTA SITI MARDIYAH, S.Pd	Matematika
36.	RUBIYONO, S.Pd	Produktif	80.	KASINO, S.Pd.	Fisika
37.	Dra. NURHASANAH	BP / BK	81.	PURWANTI, S.Pd	IPA
38.	JUMAKIR, S. Pd.	Produktif	82.	CIPTO ADININGSIH S.Pd	B.Indonesia
39.	WULAN IDA ROHININGSIH, S. Pd.	PKn	83.	Drs. DADIYO PRANTORO	B.Indonesia

40.	SETYO PRAPTO, S. Pd.T.	Produktif	84.	DESTI INDRIYANI, S.Pd.	KWU
41.	ENDANG TRININGSIH, S. Si.	Matematika	85.	NOVI ANDARI, S.Pd.	B.Jawa
42.	RUSTINA ANJAR R, S. Pd.	Produktif			

B. NAMA PEGAWAI SMKN 3 WONOSARI

No	Nama	No	Nama
1.	SUPRIYADI, S. Pd.	12.	SUKATA
2.	SUMANA	13.	SLAMET RIYADI
3.	SUHARNO	14.	ALIP YANURI
4.	TRI ISTINI	15.	ERVINA
5.	SURAHMAN	16.	NOOR CAHYO WIJAYANTO
6.	ISNAINI KHASANAH	17.	Ch. ERMAWATI
7.	SURATNO	18.	SINTA PUSPITASARI
8	AGUS HARJANTO	19.	ASRORI
9.	TEGUH SATMAKA	20.	SUBARJA
10.	PANJI IQSAN FAHMITORO	21.	ANTO WIDODO
11.	TUGIYATI	22.	

C. Rekapitulasi Jumlah Peserta Didik Tahun Pelajaran 2016/2017

No.	Kelas	Komp. Keahlian	L	P	Jumlah	Total
1.	X	EI	86	43	129	353
		AV	44	84	128	
		MT	27	5	32	
		TB	3	61	64	
2.	XI	EI	69	57	126	346
		AV	37	89	126	
		MT	29	3	32	
		TB	3	59	62	
3.	XII	EI	77	44	121	304
		AV	22	6	28	
		MT	14	15	29	

		TB	5	58	63	
T o t a l						1003

7. Layanan Program Pendidikan

Kurikulum yang digunakan di SMK N 3 Wonosari adalah Kurikulum 2013 yang disusun oleh sekolah yang disesuaikan dengan kultur dan budaya sekolah, sehingga KBM yang berlangsung dapat berjalan dengan baik. Sekolah melaksanakan Kurikulum tahun 2013tersebut dengan pendekatan :*BBC (Broad Based Curriculum), CBT (Competency Based Training), Master Learning, danPBT (Product Based Training), PBL (Problem Based Learning).*

SMK N 3 Wonosari mulai tahun ajaran 2010/2011 membuka kompetensi keahlian baru yaitu mekatronika. Sehingga kali ini ada empat kompetensi keahlian di sekolah ini, yaitu:

- 1) Kompetensi Keahlian Teknik Elektronika Industri
- 2) Kompetensi Keahlian Teknik Audio Video
- 3) Kompetensi Keahlian Teknik Mekatronika
- 4) Kompetensi Keahlian Tata Boga

Dengan pembagian kelas sebagai berikut :

1) Kompetensi Keahlian Teknik Elektronika Industri

No	Kelas	Jml	L	P	No.	Kelas	Jml	L	P	No.	Kelas	Jml	L	P
1.	X.EI.1	32	22	10	1.	XI.EI.1	31	18	13	1.	XII.EI.1	30	19	11
2.	X.EI.2	32	21	11	2.	XI.EI.2	32	18	14	2.	XII.EI.2	31	20	11
3.	X.EI.3	32	21	11	3.	XI.EI.3	31	16	15	3.	XII.EI.3	30	18	12
4.	XE.I.4	33	22	11	4.	XI.EI.4	32	17	15	4.	XII.EI.4	30	20	10
Jumlah		129	86	43	Jumlah		126	69	57	Jumlah		121	77	44

2) Kompetensi Keahlian Teknik Audio Video

No	Kelas	Jml	L	P	No.	Kelas	Jml	L	P	No.	Kelas	Jml	L	P
1.	X.AV.1	32	11	21	1.	XI.AV.1	31	9	22	1.	XII.AV.1	32	8	24
2.	X.AV.2	32	11	21	2.	XI.AV.2	31	8	23	2.	XII.AV.2	30	6	24
3.	X.AV.3	32	11	21	3.	XI.AV.3	32	11	21	3.	XII.AV.3	29	7	22
4.	X.AV.4	32	11	21		XI.AV.4	32	9	23					
Jumlah		128	44	84	Jumlah		126	37	89	Jumlah		91	21	70

3) Kompetensi Keahlian Teknik Mekatronika

No	Kelas	Jml	L	P	No	Kelas	Jml	L	P	No	Kelas	Jml	L	P
1.	X.MT	32	28	4	1.	XI.MT	32	29	3	1.	XII.MT	28	22	6
Jumlah		32	28	4	Jumlah		32	29	3	Jumlah		28	22	6

4) Kompetensi Keahlian Tata Boga

No	Kelas	Jml	L	P	No	Kelas	Jml	L	P	No	Kelas	Jml	L	P
1.	X.TB.1	32	2	30	1.	XI.TB.1	32	2	30	1.	XII.TB.1	32	3	29
2.	X.TB.2	32	1	31	2.	XI.TB.2	29	1	28	2.	XII.TB.2	31	2	29
Jumlah		64	3	61	Jumlah		61	3	58	Jumlah		63	5	58

Adapun usaha sekolah yang berkaitan dengan pelaksanaan kurikulum di sekolah adalah sebagai berikut:

- Intensifikasi usaha guru dalam memahami penyempurnaan kurikulum.
- Meningkatkan kemampuan guru dalam membuat perencanaan pembelajaran.
- Meningkatkan kemampuan guru dalam melaksanakan KBM dengan mempertinggi kadar keaktifan siswa.
- Meningkatkan kemampuan guru dalam merencanakan dan melaksanakan evaluasi belajar.
- Meningkatkan jiwa profesionalisme guru.
- Meningkatkan kegiatan ekstrakurikuler.
- Meningkatkan hasil Ujian Akhir (Nasional) dan UM/ SPMB
- Meningkatkan peran MGMP sekolah
- Meningkatkan supervisi KBM

8. Kegiatan Pembelajaran di SMK N 3 Wonosari

Kegiatan belajar mengajar di SMK N 3 Wonosari berlangsung mulai pukul 07.00 – 13.30 WIB untuk hari Senin, dengan pembagian waktu sebagai berikut :

No.	Mata Pelajaran	Waktu
1.	UPACARA (07.00 – 08.00)	
2.	Mata Pelajaran 1	08.00 – 08.40
3.	Mata Pelajaran 2	08.40 – 09.20
4.	Mata Pelajaran 3	09.20 – 10.00
5.	Mata Pelajaran 4	10.00 – 10.40
6.	ISTIRAHAT 1 (10.40 – 10.55)	
7.	Mata Pelajaran 5	10.55 – 11.35
8.	Mata Pelajaran 6	11.35 – 12.10
9.	ISTIRAHAT 2 (12.10– 12.25)	
10.	Mata Pelajaran 7	12.25 – 13.05
11.	Mata Pelajaran 8	13.05– 13.30

Sedangkan untuk pembagian waktu belajar untuk hari Selasa dan Rabu adalah sebagai berikut :

No.	Mata Pelajaran	Waktu
1.	Mata Pelajaran 1	07.00 – 07.45
2.	Mata Pelajaran 2	07.45 – 08.30
3.	Mata Pelajaran 3	08.30 – 09.15
4.	Mata Pelajaran 4	09.15 – 10.00
5.	ISTIRAHAT 1 (10.00 – 10.15)	
6.	Mata Pelajaran 5	10.15 – 11.00
7.	Mata Pelajaran 6	11.00 – 11.45
8.	ISTIRAHAT 2 (11.45–12.00)	
9.	Mata Pelajaran 7	12.00 – 12.45
10.	Mata Pelajaran 8	12.45 – 13.30
11.	Mata Pelajaran 9	13.30 – 12.45
12.	Mata Pelajaran 10	12.45 – 13.30
13.	Mata Pelajaran 11	13.30– 14.15
14.	Mata Pelajaran 12	14.15 – 15.00

Sedangkan untuk pembagian waktu belajar untuk hari Kamis dan Sabtu adalah sebagai berikut :

No.	Mata Pelajaran	Waktu
-----	----------------	-------

1.	Mata Pelajaran 1	07.00 – 07.45
2.	Mata Pelajaran 2	07.45 – 08.30
3.	Mata Pelajaran 3	08.30 – 09.15
4.	Mata Pelajaran 4	09.15 – 10.00
5.	ISTIRAHAT 1 (10.00 – 10.15)	
6.	Mata Pelajaran 5	10.15 – 11.00
7.	Mata Pelajaran 6	11.00 – 11.45
8.	ISTIRAHAT 2 (11.45–12.00)	
9.	Mata Pelajaran 7	12.00 – 12.45
10.	Mata Pelajaran 8	12.45 – 13.30
11.	Mata Pelajaran 9	13.30 – 12.45
12.	Mata Pelajaran 10	12.45 – 13.30

Dan untuk pembagian waktu belajar untuk hari jum’at adalah sebagai berikut:

No.	Mata Pelajaran	Waktu
1.	Mata Pelajaran 1	07.00 – 07.40
2.	Mata Pelajaran 2	07.40 – 08.20
3.	Mata Pelajaran 3	08.20 – 09.00
4.	Mata Pelajaran 4	09.00 – 09.40
5.	ISTIRAHAT	
6.	Mata Pelajaran 5	09.55 – 10.35
7.	Mata Pelajaran 6	10.35 – 11.15

Observasi PPL telah dilaksanakan pada tanggal 21 Februari 2016saat progran KBM sekolah di dapur dan ruang kelas, waktu tersebut disesuaikan dengan kesepakatan antar mahasiswa dan guru pembimbing studi masing- masing yang telah ditunjuk oleh kepala sekolah. Berdasarkan hasil observasi yang telah dilakukan.

Adanya kelengkapan perangkat pembelajaran yang meliputi silabus dan RPP yang disusun dengan baik. Dimana dalam penyusunan RPP guru telah menggunakan format penyusunan RPP yang sesuai dengan ketentuan, yakni terdapat SK, KD, indikator, materi ajar & bahan ajar, metode, strategi, dan cara penilaian serta nilai kriteria ketuntasan minimal (KKM). Sehingga dapat disimpulkan bahwa guru benar-benar mempersiapkan proses pembelajaran dengan matang.

Selain dari perangkat pembelajaran, hal lain yang dapat diamati yaitu mengenai proses pembelajaran tata boga yang dilakukan. Guru mata pelajaran pengolahan makanan kontinental menyampaikan materi dengan sistematis dan melalui tahap-tahap pembelajaran yang baik yaitu mulai dari membuka pelajaran dengan salam dan doa, kemudian dilanjutkan dengan presensi. sebelum memulai pelajaran, guru juga mengulang secara singkat materi pada pelajaran sebelumnya dan memberikan evaluasi dan penilaian kepada peserta didiknya secara klasikal maupun individu. Dalam menyampaikan materi, metode pembelajaran yang digunakan yaitu klasikal, ceramah, dan kooperatif. bahasa yang digunakan dalam proses belajar mengajar yaitu bahasa baku tapi komunikatif sehingga tidak monoton.

Bentuk dan cara evaluasi didominasi oleh aspek psikomotorik, yaitu dengan mengamati proses belajar siswa serta hasil pencapaian belajar melalui ulangan yang dilakukan setelah pembelajaran tiap bab selesai. hal yang perlu ditingkatkan oleh praktikan untuk kegiatan berikutnya yaitu pemanfaatan penggunaan media dan metode pembelajaran yang lebih bervariasi lagi sehingga siswa lebih termotivasi untuk melakukan kegiatan pembelajaran dengan kondusif.

Setelah melakukan observasi terdapat beberapa permasalahan yang teridentifikasi, antara lain kondisi siswa yang masih ramai sendiri saat KBM berlangsung, beberapa siswa cenderung kurang antusias dan tidak memperhatikan saat pelajaran. Kemudian kurangnya media pembelajaran berupa gambar ataupun demonstrasi agar proses pembelajaran lebih menyenangkan.

B. Perumusan Program & Rancangan Kegiatan PPL

Rangkaian kegiatan PPL dimulai sejak mahasiswa di kampus sampai dengan mahasiswa di sekolah tempat praktik. Berdasarkan analisis situasi tersebut maka dapat dirumuskan rancangan program kerja yang akan dilaksanakan selama PPL berlangsung. Rumusan program- program tersebut tentunya bertujuan untuk kemajuan SMK N 3 Wonosari. Dalam observasi tentang kondisi kegiatan pembelajaran di sekolah dan seluruh aspek penunjang kegiatan pembelajaran maka diperoleh beberapa gambaran tentang seluruh proses kegiatan belajar mengajar di sekolah. Setelah dilakukan analisis ternyata ditemukan beberapa permasalahan yang perlu dipecahkan serta dijadikan program PPL dengan pertimbangan sebagai berikut:

- 1. Peningkatan kualitas media pembelajaran sebagai sarana pembelajaran dalam rangka meningkatkan mutu dan kualitas pembelajaran.

- 2. Pengembangan metode pembelajaran yang bervariasi dalam rangka penerapan metode baru untuk keberhasilan tujuan pembelajaran
- 3. Penyusunan RPP sebagai pedoman dalam mengajar agar indikator pembelajaran dapat dicapai, selain itu dapat digunakan untuk mengontrol guru dalam menyampaikan materi pembelajaran yang diajarkan.
- 4. Kebutuhan siswa serta sarana dan prasarana yang ada.
- 5. Biaya, waktu, tenaga, kemampuan serta kesempatan yang ada.
- 6. Pertimbangan dan kesepakatan bersama antara mahasiswa PPL dengan pihak sekolah.
- 7. Tujuan PPL UNY

Berdasarkan pertimbangan tersebut di atas, maka dirancang kegiatan PPL yang akan dilaksanakan. Kegiatan PPL UNY dilaksanakan selama 2 bulan terhitung 15 Juli 2016 sampai 15 September 2016. Adapun penyusunan program dan rancangan kegiatan PPL adalah sebagai berikut :

- 1. Membuat persiapan mengajar yang meliputi silabus, pembuatan RPP (Rencana Pelaksanaan Pembelajaran), Modul/Handout, Media (alat demonstrasi praktik).
- 2. Konsultasi persiapan praktik mengajar, baik dengan guru pembimbing maupun dengan dosen pembimbing
- 3. Pelaksanaan praktik mengajar
- 4. Konsultasi pelaksanaan mengajar baik dengan guru pembimbing maupun dengan dosen pembimbing
- 5. Evaluasi materi pengajaran dan pembuatan sistem penilaiannya
- 6. Piket bersama guru
- 7. Piket di perpustakaan membantu administrasi perpustakaan

Adapun tabel pelaksanaan kegiatan PPL UNY 2016 adalah sebagai berikut :

Tabel Jadwal Pelaksanaan Kegiatan PPL UNY 2016

No	Nama Kegiatan	Waktu Pelaksanaan	Personalia	Tempat
1	Pembekalan PPL	20 Juni 2016	Tim	KPLT FT UNY
2	Penerjunan Mahasiswa	15 Juli 2016	DPL Pamong	UNY
3	Pelaksanaan PPL	15 Juli - 15 September 2016		SMK N 3 Wonosari
4	Pembimbingan Mahasiswa dengan DPL	15 Juli - 15 September 2016	DPL	
5	Monitoring DPL	15, 22, 29 Agustus	DPL	

		2016 5 September 2016		
7	Ujian PPL	5 September 2016	Mahasiswa dan GPL	
9	Penarikan Mahasiswa	15September 2016	DPL Pamong	
10	Evaluasi dengan ketua kelompok	8September2016	Tim & Mahasiswa	
11	Evaluasi dengan DPL dan workshop dilanjutkan penyerahan nilai	14September2016	DPL	
13	Penyusunan laporan akhir	13September2016	Mahasiswa	

BAB II
PERSIAPAN, PELAKSANAAN, DAN ANALISIS HASIL

A. Persiapan

Agar pelaksanaan PPL dapat berjalan dengan lancar sesuai dengan rencana yang telah ditentukan maka perlu dilakukan berbagai persiapan baik berupa persiapan secara fisik maupun secara mental untuk dapat mengatasi permasalahan yang akan muncul dan sebagai sarana persiapan program yang akan dilaksanakan, maka sebelum penerjunan, pihak universitas telah membuat berbagai program pelaksanaan sebagai bekal mahasiswa dalam pelaksanaan PPL di lokasi. Persiapan yang dilaksanakan adalah sebagai berikut :

1. Pengajaran Mikro

Pengajaran mikro merupakan pelatihan tahap awal dalam pembentukan kompetensi mengajar melalui pengaktualisasi kompetensi dasar mengajar yang dilaksanakan dalam mata kuliah wajib tempuh bagi mahasiswa yang akan mengambil PPL dan dilakuan pada semesterVI . Dalam pelaksanaan pengajaran mikro mahasiswa dilatih kompenen-komponen kompetensi dasar mengajar dalam proses pembelajaran sebagai calon guru sehingga benar-benar mampu menguasai setiap kompenen satu persatu atau beberapa komponen secara terpadu dalam situasi pembelajaran yang disederhanakan (kelompok kecil) dengan tujuan agar mahasiswa memahami dasar-dasar mengajar mikro, melatih dalam penyusunan RPP yang akan digunakan pada saat mengajar, membentuk dan meningkatkan kompetensi mengajar terbatas, membentuk dan meningkatkan kompetensi dasar mengajar terpadu dan utuh, membentuk kompetensi kepribadian, serta membentuk kompetensi sosial.

2. Pembekalan PPL

Pembekalan dilaksanakan selama beberapa tahapan. Tahapan pertama pembekalan dilakukan pada tingkat jurusan yakni pada tanggal 20 Juni 2016di gedungKPLT FT UNY dan pembekalan yang terakhir dilaksanakan sebelum penerjunan yang dilakukan dalam kelompok kecil PPLoleh dosen pembimbing lapangan (DPL). Pembekalan untuk tim PPL UNY 2016 yang berlokasi di SMK N 3Wonosari dilakukan oleh Bapak Fatchul Arifin yang bertempat di ruang lobi Fakultas Teknik, materi yang disampaikan dalam pembekalan yakni mekanisme pelaksanaan kegiatan di sekolah, teknikpelaksanaan, dan teknik untuk

menghadapi permasalahan yang mungkin akan terjadi selama pelaksanaan PPL. GPL PPL diambil dari dosen jurusanyaitu Sri Mulyanti S.Pd. Tdimana guru pembimbing lapangan disesuaikan dengan prodi masing- masing praktikan.

3. Observasi pembelajaran di kelas

Kegiatan observasi pembelajaran di kelas dilakukan agar mahasiswa memperoleh gambaran pengetahuan dan pengalaman mengenai tugas-tugas seorang guru disekolah serta mengetahui situasi dan kondisi di kelas yang akan ditempati pada pelaksanaan PPL. Kegiatan observasi pembelajarn dilakukan pada tanggal 24 Juni 2016 didapur jurusan tata boga.

Sebelum kegiatan pelaksanaan peraktik mengajar di kelas dilaksanakan, maka terlebih dahulu praktikan membuat persiapan mengajar dengan materi pelajaran yang telah ditentukan oleh guru pembimbing seperti persiapan silabus, penyusunan RPP, penyusunan modul, metode yang digunakan, media, serta persiapan-persiapan yang lain yang berhubungan dengan pelaksanaan PPL.

B. Pelaksanaan PPL

1. Pelaksanaan Praktik Mengajar

Sebelum memulai praktik mengajar, praktikan harus melaksanakan beberapa persiapan terlebih dahulu. Maksud dari persiapan di sini adalah syarat-syarat atau administrasi yang perlu dilakukan Mahasiswa sebelum mengikuti kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL). Adapun syarat-syarat tersebut adalah sebagai berikut (buku panduan PPL UNY 2016:14):

1. Terdaftar sebagai mahasiswa UNY S1 Program Kependidikan pada semester diselenggarakannya PPL.
2. Telah menempuh minimal 110 SKS dengan IPK minimal 2,50. Mahasiswa yang memiliki IPK kurang dari 2,50 hanya boleh menempuh KKN saja.
3. Mencantumkan mata kuliah PPL dalam KRS.
4. Telah lulus mata kuliah pengajaran mikro atau PPL 1 atau yang ekuivalen dengan nilai minimal B
5. Mahasiswa yang hamil, pada saat pemberangkatan PPL , usia kehamilannya tidak lebih dari 5 bulan atau 20 minggu.

Selanjutnya mahasiswa yang bersangkutan wajib menyerahkan:

- Surat keterangan dari dokter spesialis kandungan, yang menerangkan usia dan kondisi kehamilan.

- Surat keterangan dari suami yang menyatakan mengizinkan untuk melaksanakan PPL serta bertanggungjawab terhadap risiko yang mungkin terjadi.

Selain syarat-syarat yang di atas, ada satu syarat mutlak yang harus dilakukan oleh mahasiswa, yaitu melakukan pendaftaran. Pembayaran pendaftaran dilakukan di bank yang telah ditunjukkan dan bekerjasama dengan UNY. Setelah melakukan registrasi, mahasiswa mendaftarkan sebagai calon peserta PPL melalui internet dengan alamat: www.lppmp.uny.ac.id. LPPMP berkoordinasi dengan Fakultas menentukan dan menyeleksi terpenuhi atau tidaknya persyaratan administrasi calon peserta PPL. Selanjutnya peserta yang memenuhi persyaratan administrasi dikelompokkan berdasarkan beberapa pertimbangan sebagai berikut :

- a. Tipe dan jenis sekolah / lembaga
- b. Permasalahan yang ada di sekolah
- c. Kebutuhan sekolah dan lembaga
- d. Variasi jurusan dan program studi

Mahasiswa yang dinyatakan lulus administrasi mendapatkan pembekalan PPL yang bertujuan untuk memberikan gambaran-gambaran mengenai kegiatan yang akan dilaksanakan pada saat Praktik Pengalaman Lapangan (PPL). Pembekalan dilaksanakan oleh Dosen Pembimbing Lapangan.

Dalam pelaksanaan kegiatan PPL(praktik pengajar lapangan), mahasiswa diberikan tugas untuk mengajar yang disesuaikan dengan bidang keahlian masing-masing yang telah disesuaikan dengan kebijakan yang diberikan oleh sekolah melalui guru pembimbing masing-masing. Materi yang diajarkan disesuaikan dengan kompetensi yang telah ditentukan oleh kurikulum dan dalam kesempatan ini menggunakan kurikulum tingkat satuan pendidik. Penggunaan satuan pembelajaran yang digunakan dalam pelaksanaan mengajar adalah satuan pembelajaran untuk teori dan praktik, serta pada pelaksanaan praktik mengajar praktikan melaksanakan praktik mengajar secara mandiri maupun secara terbimbing.

a. Praktik Mengajar Terbimbing

Praktik mengajar terbimbing adalah praktik mengajar dimana praktikan masih mendapat arahan saat proses pembuatan komponen pembelajaran oleh guru pembimbing yang telah ditunjuk. Komponen-komponen yang dimaksud meliputi Rencana Program Pembelajaran (RPP), media pembelajarn, metode pembelajaran yang akan digunakan saat mengajar di kelas.

Kegiatan praktik mengajar dilakukan selama 15 kali dimulai pada hari Senin, 18 Juli sampai dengan dengan Jumat, 9 September 2016 rincian kegiatan adalah sebagai berikut:

Jadwal Mengajar Mata Pelajaran Sanitasi Hygiene dan Keselamatan Kerja serta Pengolahan dan Penyajian Makanan Indonesia :

No.	Hari / Tanggal	Kelas	Jam Pelajaran
1.	Senin, 25 Juli 2016	X TB 1	1-5
2.	Selasa, 26 Juli 2016	XII TB 2	3-10
3.	Kamis, 28 Juli 2016	XII TB 1	1-8
4.	Senin, 1 Agustus 2016	XTB1	1-5
5.	Selasa, 2 Agustus 2016	XII TB 2	3-10
6.	Kamis , 4 Agustus 2016	XII TB 1	1-8
7.	Senin, 8 Agustus 2016	XTB1	3-8
8.	Selasa, 9 Agustus 2016	XII TB 2	3-10
9.	Kamis, 11 Agustus 2016	XII TB 1	1-8
10.	Senin, 15 Agustus 2016	XTB1	3-8
11.	Selasa, 16 Agustus 2016	XII TB 2	3-10
12.	Kamis, 18 Agustus 2016	XII TB 1	1-8
13.	Senin, 22 Agustus 2016	XTB1	3-8
14.	Selasa, 23 Agustus 2016	XII TB 2	3-10
15.	Kamis, 25 Agustus 2016	XII TB 1	1-8
16.	Senin, 29 Agustus 2016	XTB1	3-8
17.	Selasa, 30 Agustus 2016	XII TB 2	3-10
18.	Kamis, 1 September 2016	XII TB 1	1-8
19.	Senin, 5 September 2016	XTB 1	3-8
20.	Selasa, 6 September 2016	XII TB 2	3-10
21.	Kamis,8 September 2016	XII TB 1	1-8
22.	Selasa, 13 September 2016	XII TB 2	3-10

1. Metode Mengajar

Metode yang digunakan selama kegiatan mengajar yakni penyampaian materi dengan metode ceramah, diskusi, tanya jawab, pemberian tugas, dan praktik.

2. Media Pembelajaran

Media yang ada di SMK N 3Wonosari sama dengan media yang ada di sekolahan lain yaitu papan tulis (*white broad*)dan menggunakan spidol, penggunaan alternative seperti penggunaan *LCD viewer* dalam penyampaian materi dapat dilakukan dengan baik.

3. Evaluasi Pembelajaran

Evaluasi yang diberikan pada mata diktat yaitu latihan soal, evaluasi diakhir materi, perbaikan, dan keaktifan siswa dalam PBM.

b. Pemberian *feedback* oleh Guru Pembimbing

Pemberian *feedback* dilakukan oleh guru pembimbing yang diberikan setelah praktik pelaksanaan praktik mengajar dilakukan. Pemberian *feedback* yakni memberikan masukan tentang kekurangan dan kesalahan pada saat proses belajar mengajar berlangsung dengan maksud agar praktikan dapat memperbaiki kekurangannya dan kesalahannya serta tidak mengulangi kesalahan yang sama.

c. Bimbingan dengan DPL PPL dari jurusan Pendidikan Teknik Boga Fakultas Teknik Universitas Negeri Yogyakarta

Kegiatan bimbingan dengan DPL PPL merupakan kebijakan yang diberikan oleh pihak Universitas Negeri Yogyakarta bekerjasama dengan LPPMP dalam memberikan fasilitas kepada mahasiswa PPL dalam bentuk konsultasi tentang permasalahan-permasalahan yang muncul pada saat pelaksanaan PPL di SMK N 3 Wonosari yang belum dapat dipecahkan ketika bimbingan dengan guru pembimbing dari sekolah. Kegiatan bimbingan dengan DPL PPL dilakukan pada waktu yang tidak ditentukan karena kegiatan ini bersifat incidental.

d. Penyusunan Laporan PPL

Pelaksanaan kegiatan PPL harus dilaporkan secara resmi dengan menggunakan format laporan yang disesuaikan dengan format yang telah dibuat oleh Lembaga Pengembangan danPenjaminan Mutu Pendidikan (LPPMP) sebagai bentuk pertanggung jawaban dan pendiskripsikan hasil pelaksanaan PPL.

C. Analisis Hasil Pelaksanaan

1. Faktor Penghambat PPL

Pada saat pelaksanaan PPL secara umum mahasiswa tidak mengalami banyak hambatan yang berarti melainkan pada saat pelaksanaan PPL banyak

mendapat pelajaran dan pengalaman untuk menjadi guru yang baik pada masa yang akan datang, dibawah bimbingan guru pembimbing dari sekolah. Adapun hambatan-hambatan yang muncul dalam pelaksanaan kegiatan PPL adalah sebagai berikut :

- Hambatan dalam menyiapkan administrasi pengajaran
Hambatan dalam menyiapkan administrasi pengajaran yakni disebabkan karena praktikan baru mengenal buku kerja guru sehingga perlupembelajaran serta adaptasi pada saat persiapan dan penggunaannya.
- Hambatan dalam menyiapkan materi pelajaran
Hambatan dalam menyiapkan materi pembelajaran yakni modul yang digunakan berbeda dengan modul sekolah sehingga harus menyesuaikan dengan modul sekolah.
- Hambatan dari siswa
Hambatan yang ditimbulkan dari siswa yakni siswa yang ramai atau membuat ulah di kelas. Selain itu untuk kelas yang proses pembelajaran pada jam-jam terakhir seringkali motivasi untuk belajar kurang dan minta pulang lebih cepat.
- Hambatan dari sekolah
Hambatan dari sekolah secara umum terletak pada minimnya media atau sarana prasarana yang digunakan untuk proses pembelajaran sehingga proses pembelajaran yang dilakukan tidak dapat berlangsung secara maksimal sesuai dengan harapan.

2. Faktor Pendukung Program PPL

- Dosen Pembimbing Lapangan (DPL) PPL yang sangat profesional dalam bidang pendidikan, serta memiliki keahlian dan mampu membimbing dengan baik, sehingga praktikan merasa sangat terbantu dengan arahan, nasihat, dan masukannya.
- Guru pembimbing yang sangat baik dan bijaksana, sehingga segala kekurangan praktikan pada saat pelaksanaan program dapat diketahui dan dapat sekaligus diberikan solusi dan bimbingan dalam pembelajan.
- Rekan-rekan PPL SMK N 3 Wonosari yang turut membantu dan selalu member semangat sehingga kegiatan PPL berjalan lancar.

D. Refleksi

Refleksi dari analisis hasil kegiatan PPL adalah dengan melakukan pengupayaan semaksimal mungkin kondisi yang ada baik dalam hal sarana prasarana (media) pembelajaran, ataupun hal-hal lain agar hasil yang dicapai dapat tercapai. Adapun contoh penerapannya sebagai berikut :

a. Dalam menyiapkan administrasi pengajaran

Dalam menyiapkan administrasi pengajaran dilakukan dengan melihat contoh-contoh yang ada yang disesuaikan dengan mata diktat yang diajar kemudian melakukan konsultasi dengan guru pembimbing dari sekolah kemudian melakukan pelaporan terhadap hasil yang telah dikerjakan untuk kemudian mendapatkan *feedback* guna perbaikan untuk yang akan datang.

b. Dalam menyiapkan materi pelajaran

Materi yang diberikan disiapkan dengan mengacu kepada kompetensi yang terdapat pada kurikulum sehingga buku-buku yang digunakan sesuai dengan standar kompetensi yang telah ditentukan.

c. Dari siswa

Selalu memberikan motivasi agar siswa lebih aktif pada saat proses pembelajaran berlangsung, serta melakukan pendekatan-pendekatan baik secara berkelompok maupun secara individu dilihat dari faktor psikologis siswa sehingga dapat diketahui permasalahan-permasalahan yang menghambat proses pelajaran kemudian dapat diperoleh solusi-solusi untuk permasalahan-permasalahan tersebut.

d. Dari sekolah

Menyangkut sekolah yakni minimnya sarana dan prasarana yang ada hal-hal yang dilakukan adalah memaksimalkan sarana dan prasarana yang ada guna tercapainya hasil pembelajaran.

BAB III **PENUTUP**

A. Kesimpulan

Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) merupakan mata kuliah yang wajib tempuh bagi mahasiswa yang mengambil program kependidikan. Pelaksanaan kegiatan PPL di SMK N 3 Wonosari dimulai pada tanggal 15 Juli-15 September 2016. Sebelum melaksanakan praktik mengajar mahasiswa melakukan persiapan-persiapan agar nantinya siap untuk melaksanakan praktik mengajar yang meliputi pengajaran mikro, pembekalan PPL, dan observasi pembelajaran dikelas.

Dalam pelaksanaan kegiatan PPL mahasiswa dituntut untuk dapat melaksanakan kompetensi-kompetensi profesional sebagai seorang pendidik. PPL juga merupakan wadah dan sarana bagi mahasiswa untuk mengamalkan ilmu yang telah di dapat selama masih dibangku kuliah yang kemudian ditularkan pada siswa yang ada dilokasi PPL serta sebagai sarana menguji kemampuan mengajar yang dimiliki praktikan sebelum terjun langsung dalam bidang yang sesungguhnya. Pada kesempatan ini juga mahasiswa mengalami permasalahan-permasalahan yang nantinya dijadikan sebagai pengalaman yang akan digunakan pada masa yang akan datang dan diharapkan setelah melaksanakan kegiatan PPL ini mahasiswa akan siap sebagai calon pendidik dan menjadi guru yang berkualitas dan berpengalaman dalam menghadapi era persaingan bebas dalam menyiapkan SDM yang berkualitas dan profesional dalam bidangnya.

B. Saran

1. Bagi mahasiswa PPL

- a. Dalam persiapan administrasi mengajar mahasiswa PPL perlu menyiapkan satuan pembelajaran dan rencana pembelajaran jauh-jauh hari sebelum kegiatan PPL dilaksanakan sehingga pada saat pelaksanaan praktik pengajar mahasiswa sudah siap baik metode, media, maupun materi yang akan diajarkan.
- b. Dalam pelaksanaan PPL selalu melakukan konsultasi baik dengan guru pembimbing maupun dengan DPL sebelum maupun setelah melakukan praktik mengajar agar diketahui kelebihan, kekurangan, maupun permasalahan-permasalahan sehingga akan diusahakan perbaikan-perbaikan demi hasil yang diinginkan.

- c. Mahasiswa selalu menjaga sikap dan prilaku sebagai seorang calon guru selama berada dikelas maupun dilingkungan sekolah, agar dapat terjalin interaksi dan kerjasama yang baik dengan pihak yang bersangkutan.
- d. Dalam pelaksanaan kegiatan PPL dilakukan seaktif dan seefisien mungkin agar hasil yang ingin dicapai yakni mendapat pengetahuan dan pengalaman mengajar, serta manajemen pribadi secara baik dan bertanggung jawab dapat tercapai.

2. Bagi Pihak Universitas

- a. Pihak universitas perlu meningkatkan hubungan dengan sekolah-sekolah yang menjadi tempat kegiatan PPL, agar terjalin kerjasama yang baik guna terjalannya koordinasi serta kerjasama dalam mendukung kegiatan PPL baik yang berkenaan dengan kegiatan administrasi maupun pelaksanaan PPL di lingkungan sekolah.
- b. Dalam persiapan mahasiswa yang akan melakukan PPL perlu ditingkatkan lagi agar pelaksanaan PPL mahasiswa lebih menyiapkan diri dengan persiapan yang lebih baik dan matang.
- c. Pihak universitas perlu melakukan monitoring lebih insentif untuk mengetahui jalannya kegiatan praktik mengajar yang dilakukan oleh mahasiswa, mengetahui kekurangan-kekurangan serta permasalahan-permasalahan yang muncul pada saat pelaksanaan PPL.

3. Bagi Pihak SMK N 3 Wonosari

- a. Pihak sekolah perlu melakukan monitoring lebih intensif pada kegiatan PPL yang berada dibawah bimbingan guru pembimbing sekolah guna mengetahui jalannya kegiatan praktik mengajar yang dilakukan oleh mahasiswa, mengetahui kekurangan-kekurangan serta permasalahan-permasalahan yang muncul pada saat pelaksanaan PPL.
- b. Pihak sekolah lebih terbuka terhadap masukan-masukan yang dikemukakan mahasiswa PPL mengenai hal-hal yang berkenaan dengan kelancaran dan keberhasilan kegiatan PPL.
- c. Pembenahan dan penambahan sarana dan prasarana sekolah perlu ditingkatkan lagi demi terwujudnya proses belajar mengajar yang lebih kondusif, efisien, tercapainya tujuan pembelajaran.

DAFTAR PUSTAKA

LPPMP. 2016. *Panduan PPL 2016 Universitas Negeri Yogyakarta*. Yogyakarta:
LPPMP Universitas Negeri Yogyakarta

LPPMP. 2016. *Penduan mengajar mikro 2016 Universitas Negeri Yogyakarta*.
Yogyakarta: LPPMP Universitas Negeri Yogyakarta

**LAMPIRAN
MATRIK DAN
HASIL OBSERVASI**

**LAMPIRAN
AGENDA
MENGAJAR**

**LAMPIRAN
RPP
PENGANTAR
HIDANGAN UNTUK
KESEMPATAN KHUSUS**

LAMPIRAN
MATERI
PEMBELAJARAN
HKK

LAMPIRAN
MATERI
PEMBELAJARAN
ILMU GIZI

**LAMPIRAN
DAFTAR HADIR
DAN NILAI**

**LAMPIRAN
SOAL & KISI KISI
MID SEMESTER
GASAL**

LAMPIRAN
DOKUMENTASI SAAT
PEMBELAJARAN



MATRIKS INDIVIDU PROGRAM PPL/MAGANG III UNY TAHUN 2016

NAMA SEKOLAH/LEMBAGA : SMKN 3 WONOSARI
ALAMAT SEKOLAH/LEMBAGA : Jln. Pramuka, Tawarsari, Wonosari,
Gunungkidul

F01
KELOMPOK MAHASISWA

MATRIKS PROGRAM KERJA PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN											
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA											
NOMOR LOKASI :											
NAMA SEKOLAH : SMK NEGERI 3 WONOSARI											
ALAMAT SEKOLAH : JALAN PRAMUKA NO. 8, TAWARSARI, WONOSARI											
NO	Program/Kegiatan PPL	Jumlah Jam per Minggu								Jumlah Jam	
		I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII		
1	OBSERVASI LANJUT PEMBELAJARAN DIKELAS										
	A. PERSIAPAN	1								1	
	B. PELAKSANAAN	8								8	
	C. EVALUASI DAN TINDAK LANJUT	1								1	
2	PEMBUATAN RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN									0	
	A. PERSIAPAN	2	2	1	1	1	1	1		9	
	B. PELAKSANAAN	2	2	2	2	2	2	2		14	
	C. EVALUASI AN TINDAK LANJUT	1	1	1	1	1	1	1		7	
3	PEMBUATAN MODUL PEMBELAJARAN									0	
	A. PERSIAPAN				1	1	1	1		4	
	B. PELAKSANAAN				2	2	2	2		8	
	C. EVALUASI DAN TINDAK LANJUT				1	1	1	1		4	
4	PEMBUATAN JOBSHEET									0	
	A. PERSIAPAN	1	1	1	1	1	1	1		7	
	B. PELAKSANAAN	2	2	2	2	2	2	2		14	
	C. EVALUASI DAN TINDAK LANJUT	1	1	1	1	1	1	1		7	
5	PEMBELAJARAN TERBIMBING									0	
	A. PERSIAPAN	2	2	2	2	2	2	2		14	
	B. PELAKSANAAN	22	22	22	22	22	22	22		156	
	C. EVALUASI DAN TINDAK LANJUT	1	1	1	1	1	1	1		7	
6	PENYUSUNAN INSTRUMEN EVALUASI									0	
	A. PERSIAPAN			1				1		2	
	B. PELAKSANAAN			2				2		4	
	C. EVALUASI DAN TINDAK LANJUT			1				1		2	
7	PIKET PERPUSTAKAAN	6		6	6	6	6			30	
8	PIKET RECEPTIONIST		7	13	7	13	13	13		66	
9	EVALUASI PRAKTIK PENGALAMAN LAPANGAN	2	2	2	2	2	2	2		14	
10	PROGRAM KERJA INSIDENTAL	14		3	6					23	
11	PERPISAHAN PPL								6	6	
	JUMLAH	52	29	47	50	44	44	42	6	408	

Wonosari, September 2016
Mahasiswa PPL

Guru Pembimbing

RUSTINA ANJAR R, S.Pd
NIP. 19790228 200801 2 008

AISYAH KUNCORO P
NIM. 13511241021



FORMAT OBSERVASI
PEMBELAJARAN DIKELAS DAN
OBSERVASI PESERTA DIDIK

NAMA MAHASISWA : AisyahKuncoro P PUKUL : 08.00-11.00 WIB
NO.MAHASISWA : 13511241021 TEMPAT OBSERVASI : SMKN 3 Wonosari
TGL.OBSERVASI : FAK/JUR/PRODI : FT/PTBB/PT.Boga

No	Aspek yang diamati	Deskripsi hasil pengamatan	Ket
1.	Observasi fisik		
	a. Keadaan lokasi	SMKN 3 Wonosari terletak ditengah kota Wonosari hanya ± 1 km dari kota yang sangat strategis untuk seluruh angkutan yang beroperasi di Wonosari. Jauh dari kegaduhan seperti pabrik, dan berada ditengah pemukiman penduduk.	
	b. Keadaan gedung	Keadaan gedung di SMKN 3 Wonosari sudah tergolong cukup memadai dan dalam keadaan baik, hanya saja dalam pembelajaran masih melakukan pembongkaran rung teori dan kekurangan ruang praktikum, semua ruang sudah terpakai sesuai fungsi dan kebutuhannya.	
	c. Keadaan sarana/prasarana	Sarana dan prasarana sudah bisa dikatakan cukup lengkap, terdapat LCD proyektor, kipas angin dan CCTV disetiap ruang pembelajaran. Prasarana penunjangpun sudah ada seperti : lapangan bola, kesenian gamelan, marching band, dan unit produksi foto copy.	
	d. Keadaan personalia	Di SMK N 3 Wonosari terdapat 83 guru dengan rincian 75 guru PNS dan 26 Non PNS.	
	e. Keadaan fisik lain/penunjang	Keadaan fisik yang menonjol penggunaannya adalah Lapangan Upacara yang masih multifungsi, seperti untuk olahraga, dan sebagian untuk parkir.	
	f. Penataan ruang kerja	Desain penempatan ruang kerja yang fleksibel dan sudah diatur perline kerja, terdapat 4 WAKA, yaitu kurikulum, humas, sarpras, dan kesiswaan.	
2.	Observasi tata kerja		
	a. Struktur organisasi tata kerja	Struktur organisasi tata kerja terlampir.	
	b. Program kerja lembaga	Program kerja yang dilakukan di SMKN 3 Wonosari yaitu program kerja tahunan yang selalu ada evaluasi dan dan pengembangan sesuai kebutuhan.	
	c. Pelaksanaan kerja	Pelaksanaan kerja organisasi SMKN 3 Wonosari yang sudah diatur pelaksanaan untuk setiap bagian seperti terlampir di struktur organisasi tata kerja.	
	d. Iklim kerja antar personalia	Iklim kerja yang ada di SMKN 3 Wonosarisudah baik dan saling menunjang antara line kerja, serta suasana antar personalia yang sudah terkesan dekat dan memakai asas kekeluargaan.	
	e. Evaluasi program	Evaluasi program kerja menggunakan mainref	

	kerja	atau Management Review yang selalu dilaksanakan di tahun ajaran baru atau akhir tahun pelajaran menjelang tahun pelajaran baru.	
	f. Hasil yang dicapai	Hasil yang dicapai selalu terdapat perbaikan pelayanan, manajemen, dan prasarana yang selalu disesuaikan dengan kebutuhan karyawan atau siswa.	
	g. Program pengembangan	Program pengembangan yang dilakukan di SMKN 3 Wonosari ditangani oleh bagian ISO atau bagian yang menangani tentang pengembangan baik personalia ataupun siswa.	

Koordinator PPL Sekolah/Instansi

Wonosari, Juli 2016
Mahasiswa PPL

AGUS HARMADI, S.Pd. MBA.
NIP. 19750525 200604 1 015

AI SYAH KUNCORO P
NIM. 135111241021



FORMAT OBSERVASI
KONDISI SEKOLAH

Npma. 2
untuk mahasiswa

NAMA SEKOLAH : SMKN 3 WONOSARI NAMA MAHASISWA : AisyahKuncoro P
ALAMAT SEKOLAH : Jl.Pramuka No.8, NO.MAHASISWA : 13511241021
Gunungkidul
TGL. OBSERVASI : FAK/JUR/PRODI : FT/PTBB/PT.Boga

No	Aspek yang diamati	Deskripsi hasil pengamatan	Ket
1	Kondisi fisik sekolah	SMK N 3 Wonosari terletak di jalan Pramuka No.8 Wonosari. Pada tahun ajaran 2012/2013 SMK N 3 Wonosari memiliki 4 kompetensi jurusan yaitu Elektronika Industri, Audio Video, Jasa Boga dan Mekatronika.	
2	Potensi siswa	Pada tahun ajaran 2014/2015, SMK N 3 Wonosari terdiri dari empat jurusan diantaranya audio video, elektronika industri, jasa boga dan mekatronika yang terdiri dari 25 kelas, yang setiap kelasnya terdiri dari rata-rata 30 anak.	
3	Potensi guru	Di SMK N 3 Wonosari terdapat 83 guru dengan rincian 75 guru PNS dan 26 Non PNS.	
4	Potensi karyawan	Untuk tenaga TU sebanyak 22 personil dengan rincian : 12 PNS dan 10 Non PNS, terdapat 1 orang satpam dan 2 orang penjaga malam sekolah.	
5	Fasilitas KBM, media	Keadaan fisik yang menonjol penggunaannya adalah Lapangan Upacara yang masih multifungsi, seperti untuk olahraga, dan sebagian untuk parkir.	
6	Perpustakaan	Perpustakaan sekolah berada dilantai dua disamping ruang gruru. Didalamnya terdapat rak-rak tempat menata buku-buku. Buku-buku yang berada di perpustakaan antara lain buku pendukung kegiatan belajar siswa jurusan elektronika dan tata boga. Siswa juga dapat membaca koran maupun majalah. Seorang petugas perpustakaan yang mengurus administrasi sirkulasi peminjaman-pengembalian buku.	
7	Labolatorium	Sudah terdapat labolatorium untuk setiap jurusan yang masih memiliki fungsi bersama untuk beberapa mata pelajaran.	
8	Bimbingan konseling	Bimbingan konseling dilakukan disetiap kelas selama 2 jam pelajaran setiap minggunya yang bertujuan untuk memberi masukan pembelajaran, menanyakan keluhan dan memberi pemecahan pada siswa.	

9	Bimbingan belajar	Bimbingan belajar dilakukan secara terus-menerus selama kegiatan pembelajaran.	
10	Ekstrakurikuler (pramuka, PMI, Basket, drumband dsb)	Terdapat beberapa ekstrakurikuler yang ditawarkan seperti : gamelan, band, sepak bola, bola voly, drum band.	
11	Organisasi dan fasilitas OSIS	Ruang OSIS berlokasi disebelah ruang labolatorium AV. Digunakan untuk rapat kegiatan OSIS dan kesekretariatan OSIS serta pengkoordinasian kegiatan OSIS dengan anggota OSIS.	
12	Organisasi dan Fasilitas UKS	Ruang UKS berada disebelah ruang komputer. Didalamnya terdapat sebuah tempat tidur dan perlengkapannya.	
13	Administrasi (karyawan, sekolah, dinding)	Desain penempatan ruang kerja yang fleksibel dan sudah diatur perline kerja, terdapat 4 WAKA, yaitu kurikulum, humas, sapras, dan kesiswaan.	
14	Karya tulis ilmiah remaja	Sudah banyak yang mengikuti karya tulis ilmiah, ada pula yang sudah sampai tingkat nasional.	
15	Karya tulis ilmiah guru	Karya tulis guru belum terlalu banyak hanya sebatas tingkat kabupaten atau kota.	
16	Koperasi siswa	Koperasi sekolah terletak disebelah selatan ruang OSIS dan disebelah koperasi sekolah terdapat foto copy. Pengurusnya ialah anggota OSIS. Barang yang dijual antara lain barang yang dibutuhkan siswa, antara lain buku, pulpen, dan perlengkapan alat tulis lain.	
17	Tempat ibadah	Mushola digunakan sebagai tempat ibadah guru, karyawan serta para siswa yang beragama muslim.	
18	Kesehatan lingkungan	Lingkungan yang ada di SMKN 3 Wonosari sangat asri.	

Koordinator PPL Sekolah/Instansi	Wonosari, Juli 2016 Mahasiswa PPL
<u>AGUS HARMADI, S.Pd. MBA.</u> NIP. 19750525 200604 1 015	<u>AISYAH KUNCORO P</u> NIM. 135111241021



FORMAT OBSERVASI
PEMBELAJARAN / PELATIHAN

Npma. 3
untuk mahasiswa

NAMA SEKOLAH : SMKN 3 WONOSARI
ALAMAT SEKOLAH : Jl.Pramuka No.8, Gunungkidul
TGL. OBSERVASI :
NAMA MAHASISWA : AisyahKuncoro P
NO.MAHASISWA : 13511241021
FAK/JUR/PRODI : FT/PT.Boga/PTBB

No	Aspek yang diamati	Deskripsi hasil pengamatan
A	Perangkat pembelajaran :	
	1. Kurikulum	Menggunakan kurikulum 2013
	2. Silabus	Ada
	3. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran	ada
B	Proses Pembelajaran	
	1. Membuka pelajaran	Ada
	2. Penyajian materi	1. Penekanan materi dengan suara. 2. Dengan cara mengulangi dan banyak memperlihatkan gambar contoh-contoh dengan materi yang sesuai.
	3. Metode pembelajaran	1. Ceramah 2. Tanya jawab
	4. Penggunaan bahasa	Bahasa Indonesia dan Bahasa Jawa.
	5. Penggunaan waktu	Pembukaan, materi dan penutupan.
	6. Gerak	Senyum, mengacungkan tangan.
	7. Cara memotivasi siswa	Memberikan gambaran-gambaran dalam kehidupan nyata tentang dunia boga.
	8. Teknik bertanya	Mengacungkan jari.
	9. Teknik penguasaan kelas	Keliling kelas, dan meminta siswa untuk fokus melihat kedepan.
	10. Penggunaan media	LCD, whiteboard.
	11. Bentuk dan cara evaluasi	Memberikan pertanyaan
	12. Menutup pelajaran	Ada
C	Perilaku Siswa	
	1. Perilaku siswa didalam kelas	+Aktif bertanya dan menjawab. -Terkadang ramai sendiri.
	2. Perilaku siswa diluar kelas	+Ramah. +Menyapa bila bertemu.

Wonosari, Juli 2016

Guru Mapel

Mahasiswa PPL

RUSTINA ANJAR R, S.Pd

AISYAH KUNCORO P

NIP. 19790228 200801 2 008

NIM. 13511241021



FORMAT OBSERVASI
PEMBELAJARAN DIKELAS DAN
OBSERVASI PESERTA DIDIK

Npma. 1
untuk mahasiswa

NAMA SEKOLAH : SMKN 3 WONOSARI
ALAMAT SEKOLAH : Jl.Pramuka No.8, Gunungkidul
TGL. OBSERVASI :
NAMA MAHASISWA : Aisyah Kuncoro P
NO.MAHASISWA : 13511241021
FAK/JUR/PRODI : FT/PT.Boga/PTBB

No	Aspek yang diamati	Deskripsi hasil pengamatan
A	Perangkat pembelajaran :	
	1. Kurikulum	Menggunakan kurikulum 2013
	2. Silabus	Ada
	3. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran	ada
B	Proses Pembelajaran	
	1. Membuka pelajaran	Ada
	2. Penyajian materi	1. Penekanan materi dengan suara. 2. Dengan cara mengulangi dan banyak memperlihatkan gambar contoh-contoh dengan materi yang sesuai.
	3. Metode pembelajaran	1. Ceramah 2. Tanya jawab
	4. Penggunaan bahasa	Bahasa Indonesia dan Bahasa Jawa.
	5. Penggunaan waktu	Pembukaan, materi dan penutupan.
	6. Gerak	Senyum, mengacungkan tangan.
	7. Cara memotivasi siswa	Memberikan gambaran-gambaran dalam kehidupan nyata tentang dunia boga.
	8. Teknik bertanya	Mengacungkan jari.
	9. Teknik penguasaan kelas	Keliling kelas, dan meminta siswa untuk fokus melihat kedepan.
	10. Penggunaan media	LCD, whiteboard.
	11. Bentuk dan cara evaluasi	Memberikan pertanyaan
	12. Menutup pelajaran	Ada
C	Perilaku Siswa	
	1. Perilaku siswa didalam kelas	+Aktif bertanya dan menjawab. -Terkadang ramai sendiri.
	2. Perilaku siswa diluar kelas	+Ramah. +Menyapa bila bertemu.

Wonosari, Juli 2016

Guru Mapel

Mahasiswa PPL

RUSTINA ANJAR R, S.Pd

AISYAH KUNCORO P

NIP. 19790228 200801 2 008

NIM. 13511241021

(RPP 1)

Sekolah : SMK Negeri 3 Wonosari
Program Keahlian : Tata Boga
Paket Keahlian : Jasa Boga
Mata Pelajaran : Hidangan Untuk Kesempatan Khusus
Kelas/ Semester : XII / 1
Alokasi Waktu : 2 x pertemuan (8x45)

LAMPIRAN RPP
HIDANGAN KESEMPATAN KHUSUS
(HKK)

A. Kompetensi Inti

- KI 3 : Memahami, menerapkan , menganalisis dan mengevaluasi pengetahuan factual, konseptual dan procedural dalam pengetahuan, teknologi, seni, budaya dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebab phenomena dan kejadian dalam bidang kerja yang spesifik untuk memecahkan masalah
- KI 4 :Mengolah, menyaji, menalar, dan mencipta dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri bertindak secara efektif dan kreatif, dan mampu melaksanakan tugas spesifik di bawah pengawasan langsung

B. Kompetensi Dasar

- 3.1 Mendeskripsikan hidangan untuk kesempatan khusus
4.1 Menemukan hidangan kesempatan khusus di berbagai wilayah Indonesia

C. Indikator Pencapaian Kompetensi

- 3.1.1. mengartikan pengertian hidangan kesempatan khusus
3.1.2.menyebutkan acara dengan hidangan khusus
3.1.3.menentukan contoh macam-macam hidangan khusus
4.1.1. membuat rangkaian acara khusus beserta hidangannya
4.1.2. mempertajam filosofi hidangan khusus yang disajikan

D. Tujuan Pembelajaran

1. Setelah berdiskusi dan menggali informasi, peserta didik akan dapat mengartikan pengertian hidangan kesempatan khusus dengan tepat dan benar
2. setelah berdiskusi dan menggali informasi, peserta didik akan dapat menyebutkan acara yang menyediakan hidangan kesempatan khusus sesuai dengan kemampuan siswa.
3. setelah berdiskusi dan menggali informasi, peserta didik akan dapat menentukan contoh dari macam-macam hidangan khusus sesuai dengan materi yang sudah diterangkan dengan sopan
4. setelah mendengarkan dan pengertian tentang hidangan kesempatan khusus peserta didik akan dapat membuat rangkaian acara khusus beserta hidangannya sesuai materi yang sudah diterangkan dengan rasa tanggung jawab
5. Setelah berdiskusi dan menggali informasi, peserta didik akan dapat mempertajam filosofi hidangan khusus sesuai dengan materi yang diterangkan dengan mandiri

E. Materi

1. Pengertian hidangan kesempatan khusus
2. Jenis - jenis kesempatan khusus di Indonesia
3. Macam hidangan pada acara kesempatan khusus

- 4. Penyajian hidangan pada acara kesempatan khusus
- 5. Filosofi hidangan kesempatan khusus

F. Pendekatan, Model, Dan Metode

- 1. Pendekatan Pembelajaran : Saintifik,
- 2. Model Pembelajaran : Problem solving Learning
- 3. Metode Pembelajaran : Diskusi, tanya jawab, penugasan

G. Kegiatan Pembelajaran
Pertemuan pertama (8 x 45 menit)

Langkah Pembelajaran	Sintak Model Problem Solving Learning	Diskripsi	Alokasi Waktu
Pembuka		Pendidik <ul style="list-style-type: none">- Mengucapkan salam- Mengabsen kehadiran peserta didik- Menginformasikan kompetensi yang harus dicapai oleh pesertadidik- Mensosialisasikan sistem penilaian yang akan dilaksanakan- Menyampaikan tujuan pembelajaran yang akan dicapai- Tanya jawab serta membahas materi hidangan kesempatan khusus- Menjelaskan cakupan materi tentang hidangan kesempatan khusus Sebagai apersepsi peserta didik diminta untuk menyebutkan kandungan gizi yang ada pada makanan	15 menit
Kegiatan inti		Mengamati <ul style="list-style-type: none">• Mengamati video/gambar/foto/film atau membaca literatur yang berkaitan dengan hidangan untuk kesempatan khusus	15 menit
		Menanya <ul style="list-style-type: none">• Mengajukan pertanyaan tentang pengertian, jenis, contoh, kriteria hidangan untuk kesempatan khusus, sejarah makanan kesempatan khusus	20 menit
		Mengumpulkan Data <ul style="list-style-type: none">• Melakukan pengamatan acara apa saja yang menggunakan hidangan khusus di wilayah Indonesia	120 menit

		<ul style="list-style-type: none">• Mendiskusikan hasil pengamatan dengan kajian literatur dari berbagai sumber buku tentang hidangan untuk kesempatan khusus di berbagai wilayah Indonesia	
		Mengasosiasi <ul style="list-style-type: none">• Secara berkelompok mengolah, dan menganalisis data hasil pengamatan dan diskusi• Menyimpulkan hasil analisis tentang hidangan kesempatan khusus	60 menit
		Mengkomunikasikan <ul style="list-style-type: none">• Membuat laporan hasil diskusi dan pengamatan Mempresentasikan laporan hasil diskusi dan pengamatan	90 menit
Penutup		<ul style="list-style-type: none">- Pendidik dan peserta didik membuat kesimpulan dari materi yang dipelajari- Pendidik melakukan umpan balik untuk mengetahui sejauh mana pemahaman peserta didik dengan memberikan tes tertulis singkat Pendidik menyampaikan rencana pembelajaran pada pertemuan berikutnya	15 menit

Pertemuan kedua (8 x 45 menit)

Langkah Pembelajaran	Sintak Model Problem Solving Learning	Diskripsi	Alokasi Waktu
Pembuka		Pendidik <ul style="list-style-type: none">- Mengucapkan salam- Mengabsen kehadiran peserta didik- Menyampaikan materi yang sudah dibahas minggu lalu- Tanya jawab serta membahas materi hidangan kesempatan khusus materi minggu lalu- Sebagai apersepsi peserta didik diminta untuk menjelaskan mengenai kesimpulan materi minggu lalu	15 menit
Kegiatan inti		Mengamati <ul style="list-style-type: none">• Mengamati gambar/foto yang berkaitan dengan hidangan untuk kesempatan khusus di Wilayah Indonesia	15 menit

		Menanya <ul style="list-style-type: none"> Mengajukan pertanyaan tentang pengertian, jenis, contoh, kriteria hidangan untuk kesempatan khusus, sejarah makanan kesempatan khusus 	20 menit
		Mengumpulkan Data <ul style="list-style-type: none"> Melakukan pengamatan acara apa saja yang menggunakan hidangan khusus di wilayah Indonesia Mendiskusikan hasil pengamatan dengan kajian literatur dari berbagai sumber buku tentang hidangan untuk kesempatan khusus di berbagai wilayah Indonesia 	120 menit
		Mengasosiasi <ul style="list-style-type: none"> Secara berkelompok mengolah, dan menganalisis data hasil pengamatan dan diskusi Menyimpulkan hasil analisis tentang hidangan kesempatan khusus 	60 menit
		Mengkomunikasikan <ul style="list-style-type: none"> Membuat laporan hasil diskusi dan pengamatan Mempresentasikan laporan hasil diskusi dan pengamatan 	90 menit
Penutup		<ul style="list-style-type: none"> Pendidik dan peserta didik membuat kesimpulan dari materi yang dipelajari Pendidik melakukan umpan balik untuk mengetahui sejauh mana pemahaman peserta didik dengan memberikan tes tertulis singkat Pendidik menyampaikan rencana pembelajaran pada pertemuan berikutnya 	15 menit

H. Penilaian Pembelajaran, Remedial, Dan Pengayaan

1. Teknik penilaian dan Instrumen

a. Pengetahuan

Kompetensi Dasar	Teknik Penilaian	Instrumen
KD -3.1 Mendeskripsikan hidangan untuk	1. Tes tertulis	1. Soal tes tertulis

kesempatan khusus	2. Pengamatan diskusi	2. Lembar pengamatan diskusi
KD-4.1 Menemukan hidangan kesempatan khusus di berbagai wilayah Indonesia	1. Tes tertulis 2. Pengamatan diskusi	1. Soal tes tertulis 2. Lembar pengamatan diskusi

Kompetensi Dasar	Indikator pencapaian kompetensi	Indikator soal	Jenis soal	Soal
KD -3.1 Mendeskripsikan hidangan untuk kesempatan khusus	3.1.1. mengartikan pengertian hidangan kesempatan khusus	Peserta didik mampu mengartikan pengertian hidangan kesempatan khusus	Pilihan Ganda	1. Salah satu acara special dalam suatu negara....
	4.1.2. mempertaja m filosofi hidangan khusus yang disajikan	Peserta didik mampu mempertajam filosofi hidangan khusus yang disajikan		1. Makna dari buah jeruk dalam perayaan Hari Imlek.....
	3.1.2 .menyebutka n acara dengan hidangan khusus	Peserta didik mampu .menyebutkan acara dengan hidangan khusus		1. Upacara nyepi merupakan acara....
	3.1.3. menentukan contoh macam-macam hidangan khusus	Peserta didik mampu menentukan contoh macam-macam hidangan khusus		1. Bumbu yang sering digunakan masyarakat Sumatra dalam acara khusus seperti yang digunakan pada Negara Timur Tengah.....
	4.1.2. mempertaja m filosofi hidangan	Peserta didik mampu mempertajam filosofi hidangan khusus yang disajikan		Makna dari tumpeng...

	husus yang disajikan			
	3.1.3. menentukan contoh macam-macam hidangan khusus	Peserta didik mampu menentukan contoh macam-macam hidangan khusus		Beras padat yang digunakan pada acara Idhul Fitri.....
	4.1.2. mempertajam filosofi hidangan khusus yang disajikan	Peserta didik mampu mempertajam filosofi hidangan khusus yang disajikan		Peyek mengartikan.....
	3.1.2 .menyebutkan acara dengan hidangan khusus	Peserta didik mampu .menyebutkan acara dengan hidangan khusus		Sajian nasi berbentuk kerucut sebagai symbol rasa syukur di Indonesia sering disebut.....
	3.1.2 .menyebutkan acara dengan hidangan khusus	Peserta didik mampu .menyebutkan acara dengan hidangan khusus		Minuman jahe yang berisikan klepon, kacang tanah, dan kolang-kaling adalah....
	3.1.1. mengartikan pengertian hidangan kesempatan khusus	Peserta didik mampu mengartikan pengertian hidangan kesempatan khusus		Pesta perayaan Indonesia yang memamerkan kemewahan pesta makanan nan elegan khas orang kaya diadakan dalam acara....
	3.1.3. menentukan contoh macam-macam hidangan khusus	Peserta didik mampu menentukan contoh macam-macam hidangan khusus		1. Salah satu salad Indonesia yang menggunakan sauce kacang adalah....

	3.1.1. mengartikan pengertian hidangan kesempatan khusus	Peserta didik mampu mengartikan pengertian hidangan kesempatan khusus		1. Makna perayaan keagamaan biasanya ditujukan kepada....
	3.1.3. menentukan contoh macam-macam hidangan khusus	Peserta didik mampu menentukan contoh macam-macam hidangan khusus		1. Daging babi biasanya digunakan oleh masyarakat ,,,,dalam perayaan hari khusus
	3.1.2 .menyebutkan acara dengan hidangan khusus	Peserta didik mampu .menyebutkan acara dengan hidangan khusus		1. Acara yang digelar untuk baka pertama yang baru lahir di usia 7 bulan disebut.....
	3.1.3. menentukan contoh macam-macam hidangan khusus	Peserta didik mampu menentukan contoh macam-macam hidangan khusus		1. Jenang yang digunakan dalam acara tedhak siten yaitu.....
	4.1.2. mempertajam filosofi hidangan khusus yang disajikan	Peserta didik mampu mempertajam filosofi hidangan khusus yang disajikan		1. Makna cabai dalam tumpeng mengartikan.....
	3.1.3. menentukan contoh macam-macam hidangan khusus	Peserta didik mampu menentukan contoh macam-macam hidangan khusus		1. Tumpeng biasanya disajikan dalam wadah.....
	3.1.2 .menyebutkan acara dengan hidangan khusus	Peserta didik mampu .menyebutkan acara dengan hidangan khusus		1. Bakar batu merupakan acara adat daerah.....

	4.1.2. mempertaja m filosofi hidangan khusus yang disajikan	Peserta didik mampu mempertajam filosofi hidangan khusus yang disajikan		1. Ketupat dalam acara Hari Raya Idhul Fitri mengartikan.....
	3.1.1. mengartikan pengertian hidangan kesempatan khusus	Peserta didik mampu mengartikan pengertian hidangan kesempatan khusus		1. Yang merupakan ciri-ciri hidangan kesempatan khusus.....
	3.1.3. menentukan contoh macam-macam hidangan khusus	Peserta didik mampu menentukan contoh macam-macam hidangan khusus		1. Acara kematian di Tanah Toraja biasanya mengorbankan hewan...
	3.1.3. menentukan contoh macam-macam hidangan khusus	Peserta didik mampu menentukan contoh macam-macam hidangan khusus		1. Dalam acara gunungan biasanya menggunakan kue tradisional, berupa kue.....
	4.1.2. mempertaja m filosofi hidangan khusus yang disajikan	Peserta didik mampu mempertajam filosofi hidangan khusus yang disajikan		1. Makna dari kacang panjang dalam tumpeng adalah.....
	3.1.3. menentukan contoh macam-macam hidangan khusus	Peserta didik mampu menentukan contoh macam-macam hidangan khusus		1. Cairan yang digunakan dalam pembuatan opor yaitu.....
	3.1.1. mengartikan	Peserta didik mampu	Essay	1. Jelaskan

	pengertian hidangan kesempatan khusus	mengartikan pengertian hidangan kesempatan khusus		pengertian tentang Hidangan Untuk Kesempatan Khusus!
	3.1.1. mengartikan pengertian hidangan kesempatan khusus	Peserta didik mampu mengartikan pengertian hidangan kesempatan khusus	Essay	1. Sebutkan ciri-ciri hidangan kesempatan khusus ? (minimal 3)
	4.1.2. mempertaja m filosofi hidangan khusus yang disajikan	Peserta didik mampu mempertajam filosofi hidangan khusus yang disajikan	Essay	1. Sebutkan menu hidangan khusus beserta filosofinya (minimal 3)
	4.1.1. membuat rangkaian acara khusus beserta hidangannya	Peserta didik mampu	Essay	1. Buatlah contoh hidangan khusus ketika Hari Raya Idhul Fitri beserta cara menghidangkannya
	3.1.3. menentukan contoh macam-macam hidangan khusus	Peserta didik mampu menentukan contoh macam-macam hidangan khusus	Essay	1. Apa yang dimaksud dengan tumpeng? Dansebutkan 3 hidangan pelengkap tumpeng!

Kunci jawaban dan skor

JAWABAN	SKOR	Skor
Hari kemerdekaan	1	1 : jika mwnjawab dengan benar
Kemakmuran	1	0 : jika

		menjawab tidak benar
keagamaan	1	
Bumbu kari	1	
Rasa bersyukur	1	
ketupat	1	
Saling merangkul	1	
Nasi Tumpeng	1	
Wedang ronde	1	
Natal	1	
Gado-gado	1	
Tuhan	1	
Bali	1	
Tedhak siten	1	
Jenang 7 warna	1	
pemberani	1	
tampir	1	
Papua	1	
Saling memaafkan	1	
Mengandung filosofi	1	
kerbau	1	
Kue apem	1	
Panjang umur	1	
santan	1	
Hidangan/ makanan yang diadakan pada saat acara tertentu/ special dilakukan sekali setahun atau seumur hidup sekali serta mengandung filosofi pada makanan yang dihidangkan	1	
Ciri-ciri hidangan khusus ; 1. Makanan yang disajikan pada acara tertentu	3	3 : jika menjawab 3 dengan benar

2. Mengandung filosofi 3. Porsi banyak/ untuk bersama-sama 4. Menjadi ciri khas suatu acara Contohnya : ingkung, tumpeng, buah jeruk		2 : jika menjawab 2 dengan benar 1 : jika menjawab 1 dengan benar 0 : jika menjawab tidak benar
1. Jeruk mandarin melambangkan kemakmuran 2. Tumpeng melambangkan rasa syukur kepada TYE 3. Ketupat melambangkan sikap saling memaafkan 4. Kacang panjang melambangkan panjang umur	3	3 : jika menjawab 3 dengan benar 2 : jika menjawab 2 dengan benar 1 : jika menjawab 1 dengan benar 0 : jika menjawab tidak benar
Hidangan khusu hari raya idul fitri: <ul style="list-style-type: none">Opor= disaikan dengan menggunakan potongan ketupat dan taburan bawang goreng serta kerupuk udangSambal goreng = disajikan dengan perpaduan dari opor Ketupat = meerupkan salah satu makanan pelengkap yang harus ada di hari raya idul fitri	4	4 : jika menjawab 4 dengan benar 3 : jika menjawab 3 dengan benar 2 : jika menjawab 2 dengan benar 1 : jika menjawab 1 dengan benar 0 : jika menjawab tidak benar
Tumpeng merupkan nasi yang berbentuk kerucut serta diberi beberapa pelengkap disekitarnya. Pelengkap : kering tempe, telur dadar, perkedel, abon, rempeyek, ayam goreng, timun, tomat	4	4 : jika menjawab 4 dengan benar 3 : jika menjawab 3 dengan benar 2 : jika

		menjawab 2 dengan benar 1 : jika menjawab 1 dengan benar 0 : jika menjawab tidak benar
SKOR	40	

$$\text{Penilaian} = \text{skor} \times 2,5 = 100$$

$$40 \times 2,5 = 100$$

2. Pembelajaran remedial dan pengayaan

KOMPETENSI DASAR	RENCANA REMIDI	RENCANA PENGAYAAN
KD -3.1 Mendeskripsikan hidangan untuk kesempatan khusus	<ul style="list-style-type: none"> Menjelaskan ulang materi yang belum faham Mengerjakan ulang no soal yang belum KKM untuk soal pengetahuan 	Memberi tugas membuat rangkaian hidangan khusu beserta keterangan filosofi dari hidangan tersebut.
KD-4.1 Menemukan hidangan kesempatan khusus di berbagai wilayah Indonesia		

I. Media, Alat, Bahan, dan Sumber Belajar

- Media : LCD, Powerpoint, Handout, papan tulis, kuis
Alat : Pensil gambar, alat tulis dan perlengkapannya
Bahan : Kertas gambar
SumberBelajar :
a. Buku : Ridhayani, Saputra. 2012. Merencanakan Menyiapkan dan Menampilkan.
Anjar, Rustina.2013 Modul Hidangan Untuk Kesempatan Khusus
b. Internet : www.wikipedia.org ,www.zonanesia.com,
ilmupengetahuanumum.co, www.1001buku.or.id

Mengetahui
Guru Pembimbing

Wonosari, September 2016

Mahasiswa PPL

RUSTINA ANJAR R, S.Pd
NIP. 19790228 200801 2 008

Aisyah Kuncoro Putri
NIM.13511241

HAND OUT

- KOMPETENSI DASAR KE** : 3.1
MATA PELAJARAN : Hidangan Untuk Kesempatan Khusus
POKOK MATERI : Hidangan Khusus di berbagai wilayah Indonesia
a. Pengertian Hidangan Khusus
b. Ciri-ciri dari hidangan khusus
c. Acara atau kesempatan khusus
d. Acara khusus di wilayah Indonesia
e. Ragam sajian untuk kesempatan khusus di Indonesia

A. Pengertian hidangan khusus

Hidangan dalam kamus besar Indonesia berarti sajian, dipamerkan, dihidangkan secara lengkapuntuk dinikmati. Dalam hal ini berarti serangkaian makanan dan minuman yang disajikan pada suatu acara tertentu yang tujuannya untuk dinikmati bersama, atau dengan kata lain dengan sengaja disajikan dan dinikmati.

Kesempatan khusus disebut juga dengan acara special. Acara ini mengacu pada waktu tertentu. Biasanya diadakan paling tidak sekali dalam setahun atau sekali dalam seumur hidup. Bila suatu acara diadakan seminggu sekali atau sebulan sekali bukan termasuk acara khusus akan tetapi sudah masuk dalam acara rutinitas.

Indonesia merupakan Negara dengan berbagai acara budaya, agama, maupun acara suku. Karena itu bukan tidak mungkin jika akan banyak sekali acara khusus dari masing-masing daerah dengan keragaman acara dan keragaman hidangan yang akan disajikan. Mulai dari hidangan yang akan dinikmati bersama maupun yang hanya disajikan untuk para leluhur. Akan tetapi hanya daerah-daerah tertentu yang masih melakukan acara khusus karena dengan seiring berjalannya waktu, bahkan terkadang acara tradisional dirubah menjadi acara dengan konsep modern karena mengikuti dengan jaman yang ada.



Gambar 1. Acara pernikahan

B. Ciri-ciri dari hidangan kesempatan khusus

Hidangan kesempatan berbeda dengan hidangan yang disajikan dengan hidangan rutinitas, berikut ciri-ciri dari hidangan kesempatan khusus :

- Disajikan dalam jumlah porsi yang besar
- Disajikan saat acara-acara khusus/ special
- Hidangannya merupakan hidangan ciri khas disetiap acaranya
- Hidangan yang disajikan cenderung dipengaruhi oleh adat atau dari mana acara tersebut diadakan
- Bumbu/bahan yang digunakan merupakan racikan khusus
- Mengandung filosofi sesuai adat yang ada pada acara tersebut
- Diadakan paling tidak sekali dalam setahun
- Dalam suatu hidangan memiliki ciri-ciri tersendiri

C. Acara atau kesempatan hidangan khusus

Berikut beberapa acara atau kesempatan khusus yang sering diadakan di Indonesia :

- Peringatan hari hari besar nasional
Seperti hari besar kemerdekaan, hari kartini, hari ibu, dan lain-lain. Acara seperti ini hanya diadakan dalam setahun dan merupakan acara nasional. Yaitu acara yang dirayakan oleh seluruh masyarakat di Indonesia tanpa membedakan agama, adat, maupun jenis kelamin. Peringatan hari besar kemerdekaan biasanya diadakan atau dirayakan dengan tujuan untuk mengenang jasa para pahlawan di Indonesia. Biasanya beberapa daerah mengadakan lomba dan membuat tumpeng dengan tujuan agar Indonesia menjadi Negara yang makmur dan panjang umur.
- Peringatan hari besar keagamaan
Peringatan hari raya besar dirayakan bagi pemeluk agama yang sedang melaksanakan. Orang islam tidak mungkin turut merayakan hari natal begitu pula sebaliknya. Karena aturan-aturan agama yang mengikat sehingga tidak semua masyarakat dapat merayakan peringatan agama tertentu. Cara merayakannya pun berbeda-beda. Misalnya pada perayaan natal, masyarakat nasrani memakan daging babi, namun bagi masyarakat islam hal itu dilarang sehingga tidak dapat ikut serta dalam menikmati hidangan tersebut.
- Hari kelahiran
Contoh acaranya seperti upacara 7 bulanan, upacara tedhak sinthen, ulang tahun, dan lain-lain. Acara tersebut lebih merujuk pada adat istiadat masing-masing daerah. Misalnya untuk masyarakat jawa biasanya merayakan syukuran 7 bulanan bagi ibu yang sedang mengandung biasanya dengan disajikan tumpeng dan berebut perabotan rumah. Akan tetapi bagi masyarakat Indonesia wilayah lain mereka tidak melaksanakan acara tersebut karena dalam tradisi mereka acara tersebut tidak diadakan atau tidak mengenal acara tersebut
- Rangkaian pernikahan
Acara lamaran, seserahan, siraman, midodareni, pesta perkawinan, merupakan acara yang cukup sacral karena tidak hanya terjadi sekali dalam setahun namun hanya terjadi sekali dalam seumur hidup. Rangkaian acara pernikahan tergantung pada adat istiadat masing-masing daerah. Namun untuk acara pesta pernikahan

pada era sekarang dapat dibedakan secara tradisional maupun secara modern. Acara tradisional lebih mengacu pada ketentuan daerah tersebut dengan serangkaian acara yang cukup panjang. Sedangkan acara pesta pernikahan modern lebih mengacu pada gaya pernikahan Negara barat atau nasional dengan acara yang cukup simple dan dilakukan sesuai kemauan pemilik acara.

5. Acara khusus lainnya

Diet penyakit khusus, hajatan sunatan, wisuda, syukuran rumah. Lebih mengacu pada kebutuhan pribadi masing-masing individu. Biasanya tidak terkait dengan suku maupun agama namun lebih condong pada gaya hidup orang yang melaksanakan acara tersebut. Akan tetapi ada beberapa yang masih menganut agama dan adat.

D. Acara khusus di wilayah Indonesia

Indonesia yang memiliki banyak adat dan kebudayaan, juga mempunyai beragam upacara tradisional yang menarik. Hingga saat ini, banyak dari upacara tradisional tersebut masih dilaksanakan di daerah asalnya masing-masing. Bahkan, upacara tersebut juga menjadi ajang wisata budaya bagi banyak turis, baik dari dalam negeri maupun luar negeri. Berikut ini ada acara tradisional Indonesia yang unik dan khas ;

- Jogja : sekaten, grebeg, maulud, tumplak wajik, labuhan, saparan, kenduren
- Pangkalpinang : perang ketupat
- Semarang kenduren badan, kenduren muludan, gunung kakung, sekaten
- Jayapura : bakar batu
- Jawa barat (sumedang) : bubur suro

E. Ragam sajian untuk kesempatan khusus di Indonesia

a. Makanan

Tumpeng



Gambar 2. tumpeng

Banyak acara adat di Indonesia yang melibatkan makanan khusus didalamnya, salah satunya tumpeng yang sering digunakan dalam acara di jawa. Merupakan nasi yang dibentuk kerucut dengan dikelilingi beragam lauk pauk. Biasanya dilengkapi dengan serundeng, telur, teri kacang, udang goreng, tempe orek, perkedel kentang, sambel goreng ati, dan lainnya. Tumpeng berasal dari adat dan kepercayaan asli masyarakat Indonesia yang memuliakan gunung sebagai tempat bersemayam para dewa atau roh leluhur. Ada pula yang mengartikan tumpeng sebagai rasa bersekurnya kepada Tuhan Y.M.E karena dengan semakin tingginya tumpeng maka semakin dekat kita kepada sang pencipta

Apem



Gambar 3. apem

Dalam acara adat di Jawa kue apem sering digunakan sebagai hidangan yang diperebutkan.

Daging babi



Gambar 4. Babi guling

Sajian daging babi biasanya digunakan oleh masyarakat Bali dalam upacara adat. Karena daging ini diperbolehkan untuk dimakan bagi pemeluk agama non Islam. Ada pula daerah lain yang menyajikan daging babi sebagai hidangan pokok dalam acara adat seperti di daerah Papua, Medan, dan Maluku.

Daging kerbau



Gambar 5. Olahan daging kerbau

Daging kerbau juga tidak lupa dalam acara adat di Tanah Toraja. Dalam acara kematian daging kerbau adalah menu utama untuk disajikan. Semakin kaya atau tinggi jabatan orang yang meninggal tersebut maka semakin banyak pula kerbau yang disembelih.

Daging ayam (ingkung)



Gambar 6. ingkung

Ingkung merupakan hidangan yang sering ada pada acara keagamaan. Dilambangkan sebagai rasa syukur akan hasil panen yang melimpah. Posisi ingkung yang sering ditali kakinya seperti bersujud mengandung arti rasa patuh pada Tuhan Y.M.E

b. Minuman

Teh



Gambar 7. teh

Teh merupakan minuman yang sering dihidangkan pada waktu acara khusus. Karena minuman ini sudah melekat pada masyarakat Indonesia.

Arak



Gambar 8. Legen

Sebagai Negara yang mayoritas beragama Islam, Indonesia diharamkan meminum alkohol. Akan tetapi sejak zaman kuno masyarakat Indonesia terbiasa mengonsumsi arak. Masyarakat Jawa kuno meminum arak yang disadap dari kelapa yang disebut dengan tuak. Di Bali arak terbuat dari fermentasi beras ketan, sedangkan di Tuban arak terbuat dari air buah siwalan yang di fermentasikan biasa disebut dengan legen.

c. Buah-buahan



Pada acara hari besar sering kali ada buah khusus yang dihidangkan. Dan ada pula mengandung filosofi dari buah yang disajikan tersebut. Contohnya di hari Imlek tersaji buah jeruk dan buah naga, yang bermakna bahwa dengan adanya buah jeruk makan akan menjadikan makmur bagi yang merayakannya. Buah-buahan juga biasanya digunakan sebagai sesaji ketika upacara keagamaan bagi umat hindu di Bali yang bermakna rasa syukurnya kepada Dewa mereka akan nikmat dan rejeki yang telah didapatnya.



ULANGAN HARIAN

SEMESTER GANJIL

TAHUN PELAJARAN 2016 /2017

Mata pelajaran:Hidangan Kesempatan Khusus

A

Kelas/ Program: XII / TB

Waktu :90 Menit

PILIHAN GANDA.

1. Bumbu yang sering digunakan masyarakat Sumatra dalam acara khusus seperti yang digunakan pada Negara Timur Tengah.....
 - a. Bumbu merah
 - b. Bumbu kari
 - c. Bumbu putih
 - d. bumbu cuka
 - e. Bumbu kuning
2. Makna dari buah jeruk dalam perayaan Hari Imlek.....
 - a. Kemakmuran
 - b. Kematian
 - c. Kegembiraan
 - d. Mengusir roh jahat
3. Upacara nyepi merupakan acara....
 - a. Syukuran
 - b. Kenegaraan
 - c. Keagamaan
 - d. Hari peringatan
 - e. Adat istiadat
4. Makna dari tumpeng...
 - a. Rasa bersyukur
 - b. berduka
 - c. Kesedihan
 - d. keberanian
 - e. Umur yang panjang.
5. Beras padat yang digunakan pada acara Idul Fitri.....
 - a. Lontong
 - b. Ketupat
 - c. Nasi
 - d. Lopis
 - e. Thiwul
6. Legen merupakan minuman fermentasi yang terbuat dari....
 - a. Kolang-kaling
 - b. Air buah siwalan
 - c. Anggur
 - d. beras hitam
 - e. Beras ketan
7. Peyek mengartikan.....
 - a. Rasa bersyukur
 - b. memaafkan
 - c. Memuji Tuhan YME
 - d. saling merangkul
 - e. kepatuhan
8. Sajian nasi berbentuk kerucut sebagai symbol rasa syukur di Indonesia sering disebut.....
 - a. Nasi tumpeng
 - b. nasi kuning
 - c. Nasi padang
 - d. Nasi kebuli
 - e. Nasi goreng
9. Minuman jahe yang berisikan klepon, kacang tanah, dan kolang-kaling adalah....
 - a. Sekoteng
 - b. bubur kacang ijo
 - c. Bajigur
 - d. wedang uwuh
 - e. ronde
10. Dalam acara gunungan biasanya menggunakan kue tradisional, berupa kue.....
 - a. Kue tart
 - b. kue mangkok
 - c. Kue cucur

- d. kue Lumpur
e. Kue apem
11. Pesta perayaan Indonesia yang memamerkan kemewahan pesta makanan nan elegan khas orang kaya diadakan dalam acara....
a. Imlek
b. Natal
c. Idhul adha
d. Rasulan
e. syawalan
12. Salah satu acara special dalam suatu negara....
a. Tedhak sinten
b. Idhul fitri
b. Hari kemerdekaan
c. Hari kartini
d. Lamaran
13. Salah satu salad Indonesia yang menggunakan sauce kacang, kecuali....
a. Gado-gado
b. pecel
c. Lotek
d. lontong balap
e. karedok
14. Daging babi biasanya digunakan oleh masyarakat ,,,, dalam perayaan hari khusus
a. Kalimantan
b. Jawa Barat
c. Bali
d. Sumatera
e. Jawa Tengah
15. Acara yang digelar untuk baka pertama yang baru lahir di usia 7 bulan disebut....
a. Ualng tahun
b. Tedhak siten
c. Rasulan
d. Syukuran
e. 7 bulanan
16. Jenang yang digunakan dalam acara tedhak siten yaitu....
a. Jenang merah
b. jenang wajik
- c. Jenang sum-sum
d. jenang garut
e. Jenang 7 warna
17. Makna cabai dalam tumpeng mengartikan.....
a. Pemberani
b. patuh pada orang tua
c. Penakut
d. Lemah lembut
e. Periang
18. Tumpeng biasanya disajikan dalam wadah.....
a. Nampan
b. Nampir
c. Piring
d. mangkok
e. Daun pisang
19. Bakar batu merupakan acara adat daerah.....
a. Kalimantan
b. Nusa Tenggara Barat
c. Papua
d. Nusa Tenggara Timur
e. Sumatera
20. Makna perayaan keagamaan biasanya ditujukan kepada....
a. Saudara
b. Orang tua
c. Tetangga
d. Seseput
e. Tuhan YME
21. Ketupat dalam acara Hari Raya Idhul Fitri mengartikan.....
a. Persaudaraan
b. Bersyukur
c. Saling memaafkan
d. Pemberani
e. Berpecah belah
22. Yang merupakan ciri-ciri hidangan kesempatan khusus.....
a. Porsinya sedikit
b. Tidak memiliki keistimewaan
c. Mengandung filosofi
d. mudah dalam proses olahannya
- e. Merupakan hidangan sehari-hari
23. Acara kematian di Tanah Toraja biasanya mengorbankan hewan...
a. Babi
b. Sapi
c. Kambing
d. Ayam
e. Kerbau
24. Makna dari kacang panjang dalam tumpeng adalah.....
- a. Panjang umur
b. Rasa syukur
c. pemberani
d. Subur
e. Makmur
25. Cairan yang digunakan dalam pembuatan opor yaitu.....
a. Santan
b. Susu
c. Air
d. kaldu
e. Minyak

ESSAY!

1. Jelaskan pengertian tentang Hidangan Untuk Kesempatan Khusus!
2. Sebutkan ciri-ciri hidangan kesempatan khusus ? (minimal 3)
3. Sebutkan menu hidangan khusus beserta filosofinya (minimal 3)
4. Buatlah contoh hidangan khusus ketika Hari Raya Idhul Fitri beserta cara menghidangkannya
5. Apa yang dimaksud dengan tumpeng? Dan sebutkan hidangan pelengkap tumpeng!



Validator	Tgl. Validasi	Paraf
Kapro/ KGNA		
MGMP		



ULANGAN HARIAN

SEMESTER GANJIL

TAHUN PELAJARAN 2016 /2017

Mata pelajaran: Hidangan Kesempatan Khusus

B

Kelas/ Program: XII / TB

Waktu

:90 Menit

PILIHAN GANDA.

8. Salah satu acara special dalam suatu negara....
c. Tedhak sinten
d. Idhul fitri
e. Hari kemerdekaan
f. Hari kartini
g. Lamaran
9. Makna dari buah jeruk dalam perayaan Hari Imlek.....
e. Kemakmuran
f. Kesengsaraan
g. Kematian
h. Kegembiraan
i. Mengusir roh jahat
10. Upacara nyepi merupakan acara....
f. Syukuran
g. Kenegaraan
h. Keagamaan
i. Hari peringatan
j. Adat istiadat
11. Bumbu yang sering digunakan masyarakat Sumatra dalam acara khusus seperti yang digunakan pada Negara Timur Tengah.....
f. Bumbu merah
g. Bumbu kari
h. Bumbu putih
i. bumbu cuka
j. Bumbu kuning
12. Makna dari tumpeng...
f. Rasa bersyukur
g. berduka
h. Kesedihan
i. keberanian
- j. Umur yang panjang.
13. Beras padat yang digunakan pada acara Idhul Fitri.....
f. Lontong
g. Ketupat
h. Nasi
i. Lopis
j. Thiwul
14. Legen merupakan minuman fermentasi yang terbuat dari....
f. Kolang-kaling
g. Air buah siwalan
h. Anggur
i. beras hitam
j. Beras ketan
15. Peyek mengartikan.....
f. Rasa bersyukur
g. memaafkan
h. Memuji Tuhan YME
i. saling merangkul
j. kepatuhan
16. Sajian nasi berbentuk kerucut sebagai symbol rasa syukur di Indonesia sering disebut.....
f. Nasi tumpeng
g. nasi kuning
h. Nasi padang
i. Nasi kebuli
j. Nasi gurih
17. Minuman jahe yang berisikan klepon, kacang tanah, dan kolang-kaling adalah....
f. Sekoteng

- g. bubur kacang ijo
h. Bajigur
i. wedang uwuh
j. ronde
18. Pesta perayaan Indonesia yang memamerkan kemewahan pesta makanan nan elegan khas orang kaya diadakan dalam acara....
f. Imlek
g. Natal
h. Idhul adha
i. Rasulan
j. syawalan
19. Salah satu salad Indonesia yang menggunakan sauce kacang adalah....
f. Gado-gado
g. rawon
h. soto
i. lontong balap
j. kupat tahu
20. Daging babi biasanya digunakan oleh masyarakat ,,,, dalam perayaan hari khusus
f. Kalimantan
g. Jawa Barat
h. Bali
i. Sumatera
j. Jawa Tengah
21. Makna perayaan keagamaan biasanya ditujukan kepada....
f. Saudara
g. Orang tua
h. Tetangga
i. Sesepuh
j. Tuhan YME
22. Acara yang digelar untuk baka pertama yang baru lahir di usia 7 bulan disebut....
f. Ualng tahun
g. Tedhak siten
h. Rasulan
i. Syukuran
j. 7 bulanan
23. Jenang yang digunakan dalam acara tedhak siten yaitu....

- f. Jenang merah
g. jenang wajik
h. Jenang sum-sum
i. . jenang garut
j. Jenang 7 warna
24. Makna cabai dalam tumpeng mengartikan.....
f. Pemberani
g. patuh pada orang tua
h. Penakut
i. Lemah lembut
j. Periang
25. Tumpeng biasanya disajikan dalam wadah.....
f. Nampan
g. Nampir
h. Piring
i. mangkok
j. Daun pisang
26. Bakar batu merupakan acara adat daerah.....
f. Kalimantan
g. Nusa Tenggara Barat
h. Papua
i. Nusa Tenggara Timur
j. Sumatera
27. Ketupat dalam acara Hari Raya Idhul Fitri mengartikan.....
f. Persaudaraan
g. Bersyukur
h. Saling memaafkan
i. Pemberani
j. Berpecah belah
28. Yang merupakan ciri-ciri hidangan kesempatan khusus.....
f. Porsinya sedikit
g. Tidak memiliki keistimewaan
h. Mengandung filosofi
i. mudah dalam proses olahnya
j. Merupakan hidangan sehari-hari
29. Acara kematian di Tanah Toraja biasanya mengorbankan hewan...
d. Babi
e. Sapi
- d. Ayam
e. Kerbau

- f. Kambing
30. Dalam acara gunungan biasanya menggunakan kue tradisional, berupa kue.....
- f. Kue tart d. kue mangkok
- g. Kue cucur e. kue Lumpur
- h. Kue apem
31. Makna dari kacang panjang dalam tumpeng adalah.....
- d. Panjang umur d. Subur
- e. Rasa syukur e. Makmur
- f. pemberani
32. Cairan yang digunakan dalam pembuatan opor yaitu.....
- d. Santan d. kaldu
- e. Susu e. Minyak
- f. Air

ESSAY!

2. Jelaskan pengertian tentang Hidangan Untuk Kesempatan Khusus!
3. Sebutkan ciri-ciri hidangan kesempatan khusus ? (minimal 3)
4. Sebutkan menu hidangan khusus beserta filosofinya (minimal 3)
5. Buatlah contoh hidangan khusus ketika Hari Raya Idhul Fitri beserta cara menghidangkannya
6. Apa yang dimaksud dengan tumpeng? Dan sebutkan hidangan pelengkap tumpeng!



Validator	Tgl. Validasi	Paraf
Kapro/ KGNA		
MGMP		

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

(RPP 2)

Sekolah : SMK Negeri 3 Wonosari
Program Keahlian : Tata Boga
Paket Keahlian : Jasa Boga
Mata Pelajaran : Hidangan Untuk Kesempatan Khusus
Kelas/ Semester : XII / 1
Alokasi Waktu : 4 x pertemuan (8x45)

J. Kompetensi Inti

- KI 3 : Memahami, menerapkan , menganalisis dan mengevaluasi pengetahuan factual, konseptual dan procedural dalam pengetahuan, teknologi, seni, budaya dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebab phenomena dan kejadian dalam bidang kerja yang spesifik untuk memecahkan masalah
- KI 4 :Mengolah, menyaji, menalar, dan mencipta dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri bertindak secara efektif dan kreatif, dan mampu melaksanakan tugas spesifik di bawah pengawasan langsung

A. Kompetensi Dasar

- 3.2 Menganalisis hidangan kesempatan khusus untuk acara keagamaan
- 4.2 Membuat hidangan kesempatan khusus untuk acara keagamaan

B. Indikator Pencapaian Kompetensi

- 3.3.1 Menjelaskan tentang hidangan kesempatan khusus untuk acara keagamaan
- 3.3.2 Mengidentifikasi tentang macam-macam hidangan khusus acara keagaman yang ada di Wilayah Indonesia
- 3.3.3 Menyebutkan menu khusus yang disajikan dalam acara keagamaan di Wilayah Indonesia
- 3.3.4 Mengidentifikasi kriteria hasil hidangan khusus untuk acara keagamaan
- 3.3.5 Menjelaskan filosofi hidangan khusus keagamaan di berbagai Wilayah Indonesia
- 4.3.1 Mengolah hidangan khusus acara keagamaan di Wilayah Indonesia
- 4.3.2 Menyajikan hidangan khusus acara keagamaan di Wilayah Indonesia

C. Tujuan Pembelajaran

1. Setelah berdiskusi dan mendengarkan informasi, peserta didik akan dapat menjelaskan tentang hidangan hidangan kesempatan khusus untuk acara keagamaan sesuai dengan materi yang sudah diterangkan dengan sopan
2. Setelah berdiskusi dan mendengarkan informasi, peserta didik akan dapat mengidentifikasi tentang macam-macam hidangan khusus acara keagamaan yang ada di Wilayah Indonesia sesuai dengan materi yang sudah diterangkan dengan santun

3. Setelah berdiskusi dan mendengarkan informasi, peserta didik akan dapat menyusun menu khusus yang disajikan dalam acara keagamaan di Wilayah Indonesia dengan mandiri
4. Setelah berdiskusi dan mendengarkan informasi, peserta didik akan dapat mengidentifikasi kriteria hasil hidangan khusus keagamaan di berbagai di Wilayah Indonesia sesuai resep yang disampaikan dengan santun
5. Setelah berdiskusi dan mendengarkan informasi, peserta didik akan dapat menjelaskan filosofi dari hidangan khusus keagamaan sesuai dengan materi yangdiberikan dengan rasa semangat
6. Disediakan peralatandan bahan peserta didik akan dapat mengolah hidangan kesempatan khusus acara adat istiadat di Wilayah Indonesia sesuai prosedur dengan rasa tanggung jawab
7. Disediakan peralatan dan bahan peserta didik akan dapat menyajikan hidangan kesempatan khusus acara adat istiadat di Wilayah Indonesia dengan percaya diri

D. Materi Pembelajaran

1. Penjelasan hidangan khusus keagamaan
2. Macam-macam hidangan khusus keagamaan
3. Berbagai menu hidangan keagamaan
4. Macam-macam resephidangan keagamaan
5. Filosofi hidangan khusus di dalam acara keagamaan

E. Pendekatan, Model, dan Metode

1. Pendekatan : Saintifik
2. Model pembelajaran : Discovery learning
3. Metode pembelajaran : Diskusi, Tanya jawab, Penugasan

F. Kegiatan Pembelajaran

Pertemuan pertama (8 x 45 jam)

Langkah Pembelajaran	Sintak model pembelajaran Discovery learning	Deskripsi	Alokasi waktu
Kegiatan pendahuluan		Pendidik - Mengucapkan salam - Mengabsen kehadiran peserta didik - Menginformasikan kompetensi yang harus dicapai oleh pesertadidik - Mensosialisasikan sistem penilaian yang akan dilaksanakan - Menyampaikan tujuan pembelajaran yang akan dicapai - Tanya jawab serta membahas materi hidangan kesemptan khusus acara adat istiadat - Menjelaskan cakupan materi tentang acara adat istiadat - Sebagai apersepsi peserta didik diminta	15 menit

		untuk menyebutkan acara adat istiadat kelahiran yang ada di Indonesia	
Kegiatan inti	Pemberian stimulus	Mengamati <ul style="list-style-type: none"> Mengamati foto/video/film/ gambar/atau membaca tentang Hidangan Kesempatan Khusus Untuk Acara Keagamaan Islam 	15 menit
	Identifikasi masalah	Menanya <ul style="list-style-type: none"> Mengajukan pertanyaan tentang <ol style="list-style-type: none"> Pengertian tentang acara kegamaanaa (masyarakat Islam dan Hindu) Fungsi acara adat keagamaan yang diasa dilakukan di Indonesia jenis-jenis acara keagamaan yang ada di Wilayah Indonesia (masyarakat Islam dan hindu) filosofi acara dan Hidangan Kesempatan Khusus acara Keagamaan (masyarakat Islam dan hindu) serta apakah ada perbedaan diantara hidangan kesempatan khusus untuk acara keagamaan masyarakat Islam dan Hindu di berbagai wilayah Indonesia peserta didik diminta memahami permasalahan apabila belum jelas bisa menanyakan kepada pendidik pendidik mengkondisikan peserta didik dalam situasi belajar yang kondusif agar siswa terbiasa untuk bertanya 	20 menit
	Pengumpulan data	Mengumpulkan Data <ul style="list-style-type: none"> Diskusi kelompok dengan menggunakan berbagai sumber untuk menjawab pertanyaan yang diajukan tentang hidangan khusus acara adat istiadat kelahiran (mitoni) 	120 menit
	Pengumpulan data	Mengasosiasi <ul style="list-style-type: none"> Secara berkelompok menganalisis data hasil diskusi mengenai berbagai hidangan acara keagamaan islam Menyimpulkan data hasil diskusi terkait dengan pertanyaan yang diajukan 	60 menit
	Pembuktian	Mengkomunikasikan <ul style="list-style-type: none"> Membuat laporan hasil diskusi dan praktik hidangan kesempatan khusus untuk acara keagamaan Islam 	95 menit

		<ul style="list-style-type: none"> Mempresentasikan laporan hasil diskusi hidangan kesempatan khusus untuk acara keagaman Islam Pendidik membahas resep yang akan dipraktekkan minggu depan tentang acara Keagamaan Islam 	
	generalization	<ul style="list-style-type: none"> Peserta didik dan pendidik menyimpulkan secara umum apa yang sudah dipelajari Pendidik memberi penguatan 	15 menit
Kegiatan penutup		<ul style="list-style-type: none"> Pendidik dan peserta didik membuat kesimpulan dari materi yang dipelajari Pendidik melakukan umpan balik untuk mengetahui sejauh mana pemahaman peserta didik dengan memberikan tes tertulis singkat Pendidik menyampaikan rencana pembelajaran pada pertemuan berikutnya tentang praktek yang akan dilaksanakan 	20 menit

Pertemuan kedua (8 x 45 jam)

Langkah Pembelajaran	Sintak model pembelajaran Discovery learning	Deskripsi	Alokasi waktu
Kegiatan pendahuluan		Pendidik <ul style="list-style-type: none"> Mengucapkan salam Mengabsen kehadiran peserta didik Menginformasikan kompetensi yang harus dicapai oleh pesertadidik Mensosialisasikan sistem penilaian yang akan dilaksanakan Menyampaikan tujuan pembelajaran yang akan dicapai Tanya jawab serta membahas materi hidangan kesemptan khusus acara adat istiadat Menjelaskan cakupan materi tentang acara adat istiadat Sebagai apersepsi peserta didik diminta untuk menyebutkan acara adat istiadat kelahiran yang ada di Indonesia 	15 menit
Kegiatan inti	Pemberian stimulus	Mengamati <ul style="list-style-type: none"> Mengamati resep acara mitoni yang sudah dibagikan minggu lalu 	15 menit
	Identifikasi masalah	Menanya	20 menit

		<ul style="list-style-type: none"> Mengajukan pertanyaan tentang <ol style="list-style-type: none"> Kriteria hasil pengolahan hidangan khusus acara mitoni Pengolahan hidangan khusus acara mitoni Peserta didik secara berkelompok membuat tertib kerja hidangan kesempatan khusus acara adat istiadat mitoni 	
	Pengumpulan data	Mengumpulkan Data <ul style="list-style-type: none"> Peserta didik secara berkelompok mengidentifikasi resep (bahan, alat, prosedur), mengolah, kriteria hasil hidangan kesempatan khusus acara mitoni 	135 menit
	Pengumpulan data	Mengasosiasi <ul style="list-style-type: none"> Mengolah dan menganalisis data hasil praktek mengenai hidangan kesempatan khusus adat istiadat mitoni Menyimpulkan data hasil diskusi dan praktik terkait dengan pertanyaan yang diajukan tentang hidangan acara kesempatan khusus acara adat istiadat 	60 menit
	Pembuktian	Mengkomunikasikan <ul style="list-style-type: none"> Membuat laporan hasil diskusi dan praktik hidangan kesempatan khusus untuk acara adat isti adat mitoni Mempresentasikan laporan hasil diskusi dan praktiki hidangan kesempatan khusus untuk acara adat istiadat kelahiran 	80 menit
	generalization	<ul style="list-style-type: none"> Pesrta didik dan pendidik menyimpulkan secara umum apa yang sudah dipelajari Pendidik memberi penguatan 	15 menit
Kegiatan penutup		<ul style="list-style-type: none"> Pendidik dan peserta didik membuat kesimpulan dari materi yang dipelajari Pendidik melakukan umpan balik untuk mengetahui sejauh mana pemahaman peserta didik dengan memberikan tes tertulis singkat Pendidik menyampaikan rencana pembelajaran pada pertemuan berikutnya tentang acara adat syukuran 	20 menit

		dan kematian	
Pertemuan ketiga (8 x 45 jam)			
Langkah Pembelajaran	Sintak model pembelajaran Discovery learning	Deskripsi	Alokasi waktu
Kegiatan pendahuluan		Pendidik <ul style="list-style-type: none"> Mengucapkan salam Mengabsen kehadiran peserta didik Menginformasikan kompetensi yang harus dicapai oleh pesertadidik Mensosialisasikan sistem penilaian yang akan dilaksanakan Menyampaikan tujuan pembelajaran yang akan dicapai Tanya jawab serta membahas materi hidangan kesemptan khusus acara adat istiadat Menjelaskan cakupan materi tentang acara adat istiadat Sebagai apersepsi peserta didik diminta untuk menyebutkan acara adat istiadat kelahiran yang ada di Indonesia 	15 menit
Kegiatan inti	Pemberian stimulus	Mengamati <ul style="list-style-type: none"> Mengamati foto/video/film/ gambar/atau membaca tentang Hidangan Kesempatan Khusus Untuk Acara Keagamaan Islam 	15 menit
	Identifikasi masalah	Menanya <ul style="list-style-type: none"> Mengajukan pertanyaan tentang <ol style="list-style-type: none"> Pengertian tentang acara kegamaanaa (masyarakat Islam dan Hindu) Fungsi acara adat keagamaan yang diasa dilakukan di Indonesia jenis-jenis acara keagamaan yang ada di Wilayah Indonesia (masyarakat Islam dan hindu) filosofi acara dan Hidangan Kesempatan Khusus acara Keagamaan (masyarakat Islam dan hindu) serta apakah ada perbedaan diantara hidangan kesempatan khusus untuk acara keagamaan masyarakat Islam dan Hindu di berbagai wilayah Indonesia peserta didik diminta memahami permasalahan apabila belum jelas bisa menanyakan kepada pendidik 	20 menit

		<ul style="list-style-type: none"> pendidik mengkondisikan peserta didik dalam situasi belajar yang kondusif agar siswa terbiasa untuk bertanya 	
	Pengumpulan data	Mengumpulkan Data <ul style="list-style-type: none"> Diskusi kelompok dengan menggunakan berbagai sumber untuk menjawab pertanyaan yang diajukan tentang hidangan khusus acara adat istiadat kelahiran (mitoni) 	120 menit
	Pengumpulan data	Mengasosiasi <ul style="list-style-type: none"> Secara berkelompok menganalisis data hasil diskusi mengenai berbagai hidangan acara keagamaan islam Menyimpulkan data hasil diskusi terkait dengan pertanyaan yang diajukan 	60 menit
	Pembuktian	Mengkomunikasikan <ul style="list-style-type: none"> Membuat laporan hasil diskusi dan praktik hidangan kesempatan khusus untuk acara keagamaan Islam Mempresentasikan laporan hasil diskusi hidangan kesempatan khusus untuk acara keagamaan Islam Pendidik membahas resep yang akan dipraktekkan minggu depan tentang acara Keagamaan Islam 	95 menit
	generalization	<ul style="list-style-type: none"> Peserta didik dan pendidik menyimpulkan secara umum apa yang sudah dipelajari Pendidik memberi penguatan 	15 menit
Kegiatan penutup		<ul style="list-style-type: none"> Pendidik dan peserta didik membuat kesimpulan dari materi yang dipelajari Pendidik melakukan umpan balik untuk mengetahui sejauh mana pemahaman peserta didik dengan memberikan tes tertulis singkat Pendidik menyampaikan rencana pembelajaran pada pertemuan berikutnya tentang praktek yang akan dilaksanakan 	20 menit

Pertemuan keempat(8 x 45 jam)

Langkah Pembelajaran	Sintak model pembelajaran Discovery learning	Deskripsi	Alokasi waktu
Kegiatan pendahuluan		Pendidik - Mengucapkan salam	15 menit

		<ul style="list-style-type: none"> Mengabsen kehadiran peserta didik Menginformasikan kompetensi yang harus dicapai oleh pesertadidik Mensosialisasikan sistem penilaian yang akan dilaksanakan Menyampaikan tujuan pembelajaran yang akan dicapai Tanya jawab serta membahas materi hidangan kesempatan khusus acara adat istiadat Menjelaskan cakupan materi tentang acara adat istiadat Sebagai apersepsi peserta didik diminta untuk menyebutkan acara adat istiadat kelahiran yang ada di Indonesia 	
Kegiatan inti	Pemberian stimulus	Mengamati <ul style="list-style-type: none"> Mengamati resep acara mitoni yang sudah dibagikan minggu lalu 	15 menit
	Identifikasi masalah	Menanya <ul style="list-style-type: none"> Mengajukan pertanyaan tentang <ol style="list-style-type: none"> Kriteria hasil pengolahan hidangan khusus acara mitoni Pengolahan hidangan khusus acara mitoni Peserta didik secara berkelompok membuat tertib kerja hidangan kesempatan khusus acara adat istiadat mitoni 	20 menit
	Pengumpulan data	Mengumpulkan Data <ul style="list-style-type: none"> Peserta didik secara berkelompok mengidentifikasi resep (bahan, alat, prosedur), mengolah, kriteria hasil hidangan kesempatan khusus acara mitoni 	135 menit
	Pengumpulan data	Mengasosiasi <ul style="list-style-type: none"> Mengolah dan menganalisis data hasil praktek mengenai hidangan kesempatan khusus adat istiadat mitoni Menyimpulkan data hasil diskusi dan praktik terkait dengan pertanyaan yang diajukan tentang hidangan acara kesempatan khusus acara adat istiadat 	60 menit
	Pembuktian	Mengkomunikasikan <ul style="list-style-type: none"> Membuat laporan hasil diskusi dan 	80 menit

		praktik hidangan kesempatan khusus untuk acara adat isti adat mitoni <ul style="list-style-type: none"> • Mempresentasikan laporan hasil diskusi dan praktiki hidangan kesempatan khusus untuk acara adat istiadat kelahiran 	
	generalization	<ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik dan pendidik menyimpulkan secara umum apa yang sudah dipelajari • Pendidik memberi penguatan 	15 menit
Kegiatan penutup		<ul style="list-style-type: none"> • Pendidik dan peserta didik membuat kesimpulan dari materi yang dipelajari • Pendidik melakukan umpan balik untuk mengetahui sejauh mana pemahaman peserta didik dengan memberikan tes tertulis singkat • Pendidik menyampaikan rencana pembelajaran pada pertemuan berikutnya tentang acara adat syukuran dan kematian 	20 menit

G. Penilaian Pembelajaran, Remedial, dan Pengayaan

3. Teknik penilaian dan Instrumen

b. Pengetahuan

Kompetensi Dasar	Teknik Penilaian	Instrumen
KD-3.3. Menganalisis hidangan kesempatan khusus untuk acara adat istiadat.	3. Tes tertulis 4. Pengamatan diskusi	1. Soal tes tertulis 2. Lembar pengamatan diskusi
KD-4.3. Membuat dan menyajikan makanan kesempatan khusus untuk acara adat istiadat	1. Tes praktik / unjuk kerja	3. Skor penilaian praktik 4. Lembar hasil penilaian praktik

Kompetensi dasar	Indicator Pencapaian Kompetensi	Indikator soal	Jenis soal	soal
3.3. Menganalisis hidangan kesempatan	3.3.1 Menjelaskan tentang hidangan kesempatan	Peserta didik mampu menjelaskan tentang	Essay	1) Jelaskan pengertian hidangan kesempatan

khusus untuk acara adat istiadat		khusus untuk acara keagamaan	hidangan kesempatan khusus untuk acara adat istiadat		khusus untuk acara adat istiadat !
	3.3.2	Mengidentifikasi tentang macam-macam hidangan khusus acara keagamaan yang ada di Wilayah Indonesia	Peserta didik mampu mengidentifikasi tentang macam-macam acara adat istiadat yang ada di Wilayah Indonesia	Essay	2) Identifikasikan tentang acara tedak siten! 3) Coba ceritakan tentang acara ngesur tanah (geblag)
	3.3.3	Menyebutkan menu khusus yang disajikan dalam acara keagamaan di Wilayah Indonesia	Peserta didik mampu Menyusun menu khusus yang disajikan dalam acara adat istiadat di Wilayah Indonesia	Essay	4) Buatlah susunan hidangan acara mitoni serta pengertiannya ! (4 hidangan)
	3.3.4	Mengidentifikasi kriteria hasil hidangan khusus untuk acara keagamaan	Peserta didik mampu Mengidentifikasi kriteria hasil hidangan khusus untuk acara adat istiadat	Essay	5) Identifikasikan kriteria hasil dari : a. Tumpeng kuning b. Gudangan c. Jenang 7 warna
	3.3.5	Menjelaskan filosofi hidangan khusus keagamaan di berbagai Wilayah Indonesia			6) Sebutkan filosofi dari hidangan berikut : a. Jeruk mandarin b. Manisan kolang-kaling c. Santan d. Ketupat e. gingerbread

Kunci jawaban dan skor :

No	Jawaban	Skor	Skor
1	Hidangan kesempatan khusus adat istiadat adalah hidangan yang terdapat pada acara adat tertentu dengan tujuan agar orang tersebut selalu mendapat	1	1 : jika mwnjawab dengan benar

	Anugerah dari Tuhan serta bersyukur atas apa yang sudah diberikan		0 : jika menjawab tidak benar																				
2	Tedhak siten merupakan acara adat yang dilakukan untuk anak yang sudah lahir ketika sudah berumur 7 bulan yang sudah siap untuk jalan dimasa depannya	1	1 : jika menjawab dengan benar 0 : jika menjawab tidak benar																				
3	Upacara ngesur tanah merupakan upacara yang diselenggarakan pada hari kematian seseorang, dilakukan sore hari setelah mayat dimakamkan yang bermakna bahwa seseorang akan kembali ke asalnya (tanah)	1	1 : jika menjawab dengan benar 0 : jika menjawab tidak benar																				
4	Hidangan dalam acara mitoni : a. 7 macam sambal : mengartikan hidup menjadi semangat aktif dan kreatif b. Bubur merah putih : berarti selalu ingat dan hormat kepada orang tua dan pinisepuh c. 7 ketupat diisi abon : sudah ada jalannya keluar untuk bayi, tinggal tunggu saatnya d. 7 jajanan pasar :	4	4 : jika menjawab 4 dengan benar 3 : jika menjawab 3 dengan benar 2 : jika menjawab 2 dengan benar 1 : jika menjawab 1 dengan benar																				
5	Kriteria hasil dari : a. Tumpeng kuning <table border="1"><tr><td>Rasa</td><td>Gurih</td></tr><tr><td>Warna</td><td>Kuning</td></tr><tr><td>Tekstur</td><td>Pulen, padat</td></tr><tr><td>Aroma</td><td>Harum rempah</td></tr><tr><td>bentuk</td><td>Kerucut</td></tr></table> b. Gudangan <table border="1"><tr><td>Rasa</td><td>Pedas</td></tr><tr><td>Warna</td><td>Hijau dari sayuran Taburan merah dari sambal kelapa</td></tr><tr><td>Tekstur</td><td>Sayuran tidak <i>overcook</i></td></tr><tr><td>Aroma</td><td>Gurih pedas</td></tr><tr><td>bentuk</td><td>Tatan sayur dengan sambal kelapa</td></tr></table>	Rasa	Gurih	Warna	Kuning	Tekstur	Pulen, padat	Aroma	Harum rempah	bentuk	Kerucut	Rasa	Pedas	Warna	Hijau dari sayuran Taburan merah dari sambal kelapa	Tekstur	Sayuran tidak <i>overcook</i>	Aroma	Gurih pedas	bentuk	Tatan sayur dengan sambal kelapa	3	3 : jika menjawab 3 dengan benar 2 : jika menjawab 2 dengan benar 1 : jika menjawab 1 dengan benar
Rasa	Gurih																						
Warna	Kuning																						
Tekstur	Pulen, padat																						
Aroma	Harum rempah																						
bentuk	Kerucut																						
Rasa	Pedas																						
Warna	Hijau dari sayuran Taburan merah dari sambal kelapa																						
Tekstur	Sayuran tidak <i>overcook</i>																						
Aroma	Gurih pedas																						
bentuk	Tatan sayur dengan sambal kelapa																						

	c. Jenang 7 warna			
	Rasa	Gurih dan manis		
	Warna	Merah, hitam, biru, kuning, putih, ungu, dan merah muda		
	Tekstur	Kenyal		
	Aroma	Manis		
	bentuk	Bulat kecil		
	Jumlah Skor		10	

Penskoran :
Nilai = skor x 10
= 10 x 10 = 100

c. Keterampilan				
Kompetensi dasar	Indicator	Indicator soal	Jenis soal	Soal
4.3. Membuat dan menyajikan makanan kesempatan khusus untuk acara adat istiadat	4.3.1 Mengolah hidangan khusus acara adat istiadat di Wilayah Indonesia	Peserta didik dapat mengolah hidangan khusus acara adat istiadat di Wilayah Indonesia sesuai dengan prosedur	Unjuk kerja	Buatlah perencanaan dan lakukanlah pengolahan dan pnyajian hidangan ksemtana khusus acara adat istiadat yang ada di Indonesia!
	4.3.2 Menyajikan hidangan khusus acara adat istiadat di Wilayah Indonesia	Peserta didik dapat menyajikan hidangan khusus acara adat istiadat di Wilayah Indonesia		

Skor penilaian keterampilan				
No	Aspek yang dinilai	Skor maksimal	Pedoman penskoran	Skor yang diperoleh
1.	Persiapan alat dan bahan	10	10; jika peserta didik mampu menyiapkan alat dan bahan dengan sangat baik 8; jika peserta didik mampu menyiapkan alat dan bahan dengan cukup baik	

			6; jika peserta didik mampu menyiapkan alat dan bahan dengan sedikit baik 4; jika peserta didik mampu menyiapkan alat dan bahan dengan kurang baik 2; jika peserta didik mampu menyiapkan alat dan bahan dengan tidak baik 0; jika peserta didik tidak mampu menyiapkan alat dan bahan	
2.	Penampilan peserta didik	10	10; jika peserta didik berpenampilan sangat baik 8; jika peserta didik berpenampilan cukup baik 6; jika peserta didik berpenampilan sedikit baik 4; jika peserta didik berpenampilan kurang baik 2; jika peserta didik berpenampilan tidak baik 0; jika peserta didik berpenampilan dengan sangat tidak baik	
3.	Proses ketepatan teknik	15	15; jika peserta didik dapat melakukan ketepatan teknik dengan sangat baik 13; jika peserta didik dapat melakukan ketepatan teknik dengan baik 10; jika peserta didik dapat melakukan ketepatan teknik dengan cukup baik 8; jika peserta didik dapat melakukan ketepatan teknik dengan kurang baik 5; jika peserta didik dapat melakukan ketepatan teknik dengan tidak baik 0; jika peserta didik tidak melakukan ketepatan teknik	
4.	Hasil			
	Aroma	10	10; jika aroma sangat baik 8; jika aroma cukup baik 6; jika aroma sedikit baik	

			4; jika aroma kurang baik 2; jika aroma tidak baik 0; jika aroma sangat tidak baik	
	Rasa	10	10; jika rasa sangat baik 8; jika rasa cukup baik 6; jika rasa sedikit baik 4; jika rasa kurang baik 2; jika rasa tidak baik 0; jika rasa sangat tidak baik	
	Tekstur	15	15; jika tekstur sangat baik 13; jika tekstur baik 10; jika tekstur cukup baik 8; jika tekstur kurang baik 5; jika tekstur tidak baik 0; jika tekstur sangat tidak baik	
	Warna	15	15; jika warna sangat baik 13; jika warna baik 10; jika warna cukup baik 8; jika warna kurang baik 5; jika warna tidak baik 0; jika warna sangat tidak baik	
5.	Inventaris alat	5	5; jika peserta didik dapat melakukan inventaris alat dengan sangat baik 4; jika peserta didik dapat melakukan inventaris alat dengan baik 3; jika peserta didik dapat melakukan inventaris alat dengan cukup baik 2; jika peserta didik dapat melakukan inventaris alat dengan kurang baik 1; jika peserta didik dapat melakukan inventaris alat dengan tidak baik 0; jika peserta didik tidak melakukan inventaris alat	
6.	Alokasi waktu	5	5; jika peserta didik dapat selesai sebelum batas waktu 4; jika peserta didik dapat selesai tepat waktu 3; jika peserta didik dapat selesai melebihi 10 menit dari batas waktu	

			2; jika peserta didik dapat selesai melebihi 15 menit dari batas waktu 1; jika peserta didik dapat selesai lebih dari 20 menit 0; jika peserta didik tidak dapat menyelesaikan hingga batas waktu maksimal	
7.	Berkemas	5	5; jika peserta didik dapat berkemas dengan sangat baik 4; jika peserta didik dapat berkemas dengan baik 3; jika peserta didik dapat berkemas dengan cukup baik 2; jika peserta didik dapat berkemas dengan kurang baik 1; jika peserta didik dapat berkemas dengan tidak baik 0; jika peserta didik tidak melakukan berkemas	
	TOTAL	100		

Lembar Penilaian Praktik

Lembar Penilaian Praktek

Kelompok :.....
Kelas :.....
Standar Kompetensi :.....
Kompetensi Dasar :.....
Sub. Kompetensi :.....
Masakan :.....
Hari/ tanggal :.....

AnggotaKelompok :

1)..... 3).....
2)..... 4).....

N o	Aspek yang Dinilai	Bobot	Nilai Siswa						Ket
			1	2	3	4	5	6	
1.	Persiapan alat dan bahan	10							
2.	Penampilan peserta didik	10							
3.	Proses: Ketepatan teknik	15							
4.	Hasil:								
	Rasa	20							
	Tekstur	15							
	Penyajian	15							
5.	Inventaris alat	5							
6.	Alokasi waktu	5							
7.	Berkemas	5							
	Jumlah	100							

4. Pembelajaran remedial dan pengayaan

KOMPETENSI DASAR	RENCANA REMIDI	RENCANA PENGAYAAN
1.3.Menganalisis hidangan kesempatan khusus untuk acara adat istiadat	<ul style="list-style-type: none">Menjelaskan ulang materi yang belum fahamMengerjakan ulang no soal yang belum KKM untuk soal pengetahuanMelakukan tes ulang praktik sampai mencapai KMM	Memberi tugas untuk membuat rangkian acara adat istiadat beserta gambar hidangan yang sesuai !
1.3.Membuat dan menyajikan makanan kesempatan khusus untuk acara adat istiadat		

H. Media, Alat, Bahan, dan Sumber Belajar

Media : LCD, Powerpoint, Handout, papan tulis, kuis
Alat : Pensil gambar, alat tulis dan perlengkapannya
Bahan : Kertas gambar
Sumber Belajar :
a. Buku : Ridhayani, Saputra. 2012. Merencanakan Menyiapkan dan Menampilkan.
Anjar, Rustina.2013 Modul Hidangan Untuk Kesempatan Khusus
b. Internet : www.wikipedia.org
www.zonanesia.com
ilmupengetahuanumum.co
www.1001buku.or.id

Mengetahui
Guru Pembimbing

Wonosari, September 2016

Mahasiswa PPL

RUSTINA ANJAR R, S.Pd
NIP. 19790228 200801 2 008

Aisyah Kuncoro Putri
NIM.13511241021

Validasi Kaprodi	Tanggal Validasi

JOBSHEET HIDANGAN KESEMPATAN KHUSUS DAN FUSION FOOD

Sekolah : SMKN 3 Wonosari
Kelas / Semester : XII /1
Mata Pelajaran : Hidangan Kesempatan Khusus dan Fusion Food
Materi Pokok : Hidangan Kesempatan Khusus Acara Keagamaan
Alokasi Waktu : 8 x 45 menit (2 x Pertemuan)

A. KOMPETENSI INTI

- KI 3 : Memahami, menerapkan , menganalisis dan mengevaluasi pengetahuan factual, konseptual dan procedural dalam pengetahuan, teknologi, seni, budaya dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebab phenomena dan kejadian dalam bidang kerja yang spesifik untuk memecahkan masalah
- KI 4 :Mengolah, menyaji, menalar, dan mencipta dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri bertindak secara efektif dan kreatif, dan mampu melaksanakan tugas spesifik di bawah pengawasan langsung

B. KOMPETENSI DASAR

- KD-3.2 Menganalisis hidangan kesempatan khusus untuk acara keagamaan
3.2.1.menyebutkan macam-macam acara keagamaan di Indonesia
3.2.2. mengidentifikasi menu khusus yang terdapat pada acara keagamaan di Indonesia
3.2.3. mengaitkan hidangan khusus keagamaan dengan filosofi masyarakat
- KD-4.2 Membuat hidangan kesempatan khusus untuk acara keagamaan
4.2.1 membuat rancangan menu hidangan khusus acara keagamaan
4.2.2 mengolah hidangan khusus acara keagamaan

C. PENDAHULUAN

Hidangan kesempatan keagamaan merupakan hidangan yang disajikan ketika acara upacara keagamaan dilakukan. Indonesia merupakan Negara yang memiliki beragam agama seperti agama Islam, Kristen,Katolik, Hindu, Budha, dan konghucu. Walaupun berbeda agama masyarakatnya saling menghormati satu sama lain terutama ketika hari perayaan agama tiba. Dan setiap agama memiliki hidangan khusus masing-masing dalam perayaan hari keagamaannya dan memiliki filosofi tersendiri. Kali ini kita akan mempraktekkan hidangan khusus keagamaan dari agama Islam, Nasrani, dan konghucu.






Untuk praktek pertama dari agama islam masakan yang akan dipraktekkan yaitu : ketupat, opor, sambel goreng ati, kentang goreng, sambel goreng krecek,rica-rica sapi, sate, tongseng. Sedangkan pada praktek kedua akan mempraktekkan hidangan khusus keagamaan nasrani dan konghucu yaitu hidangan yang akan di praktekkan adalah semur rolade, corn soup, ayam isi sayur special natal, pudding susu, macaroni soup, bola-bola puyuh saus kecap, kwetiau, bakmi, sate abing, lodeh terong, moci.

D. TUJUAN PEMBELAJARAN

- a. Dapat membuat persiapan praktek hidangan khusus keagamaan Islam, Nasrani, Dan Konghucu
- b. Mampu menyiapkan dan mengolah hidangan kesempatan khusus keagamaan Islam, Nasrani, Dan Konghucu

E. ALAT ATAU BAHAN

a. Alat :

Talenan adalah alat yang digunakan sebagai alas dalam memotong bahan-bahan makanan biasanya terbuat dari kayu ataupun palstik.		
Teflon yaitu alat yang digunakan untuk menggoreng		
Panci yaitu alat yang digunakan untuk merebus dan mengolah bahan makanan.		
Pisau yaitu peralatan memasak yang digunakan untuk memasak disebut juga dengan pisau dapur.		
Mangkuk		

b. Bahan :

1. Ketupat

- Beras 200gr
- Air 150gr
- Daun kelapa 4 lembar

2. Sambel Goreng Ati

- 5 ati ayam
- 2 buah kentang
- 10 btg cabai merah
- 1/2 tomat
- 3 siung bawang merah
- 1/2 bawang bombay
- 4 sendok minyak goreng
- 1 sdt penyedap rasa
- 1 sdt gula

3. Opor

- 1/2 potong ayam
- 3 siung bawang merah
- 3 siung bawang putih
- 3 ruas kunyit
- 3 siung kemiri
- secukupnya lada
- 2 lembar daun salam
- 2 lembar daun jeruk
- 2 batang sereh
- santan instan
- secukupnya penyedap
- 1 buah jeruk nipis

4. Sambel Goreng Krecek

- 50gr krecek
- 2 buah kentang
- 10 btg cabai merah
- 1/2 tomat
- 3 siung bawang merah
- 1/2 bawang bombay
- 4 sendok minyak goreng
- 1 sdt penyedap rasa
- 1 sdt gula

5. Kentang Goreng

- 4 buah kentang

- 4 cabe merah
- 50gr gula jawa
- 1 sdm kecap
- ½ gr garam
- 2 siung bawang putih
- 1 siung bawang merah

6. Rica-Rica Sapi

- 1/2 kg daging sapi
- 5 siung bawang putih
- 15 cabe rawit
- 2 cabe merah
- kunyit
- jahe
- 1 batang serai keprek
- 5 daun jeruk
- 1 sdm kecap manis
- secukupnya minyak wijen
- secukupnya kecap asin
- secukupnya garam
- secukupnya gula
- 1/2 sdt penyedap rasa
- 1/2 sdt merica bubuk
- 1 sdm minyak goreng
- 1 batang daun pre
- secukupnya air

7. Sate Kambing

- 250gr daging kambing
- 400 ml kecap
- 3 butir bawang merah
- 5 buah cabe rawit
- 2 sdt merica bubuk

8. Tongseng

- 250 gram daging kambing
- 6 siung bawang merah
- 3 siung bawang putih
- 1 sdt biji lada
- 3 butir kemiri
- 4 cm kunyit
- 5 cm jahe
- 5 cm lengkoas

- 1 batang sereh
- 2 lembar daun salam
- 4 lembar daun jeruk
- 1 bunga lawang
- secukupnya kayu manis
- 3 butir cengkeh
- secukupnya garam
- secukupnya kecap
- 5 butir cabe rawit (iris)
- secukupnya kol
- secukupnya tomat

9. Fu Yung Hai

- 2 butirTelur Ayam
- Kubis 2 sdm
- Daun bawang 2 sdm
- Garam ½ sdt
- Lada bubuk ½ sdt
- Saus Tomat 50gr
- Saus sambal25 gr
- Tomat 1 buah
- 2 buahCabe Merah Besar
- Wortel 1 buah
- Bawang Bombay 1 buah

10. Bakmi

- 100 grMie Telor
- 1 bh wortel
- 3 buah putren
- 25gr sawi
- 1 ikat pokcoy
- 3 siungbawang putih
- 1 bhcabe kecil
- sedikitbubuk lada
- secukupnyagaram
- 2 sdm Kecap manis
- 1 sdm Saos Sambal
- 1 sdm Minyak wijen

11. Kwetiaw

- 1 papankwetiaw
- 1 butirtelur kocok lepas

- secukupnyaAyam suwir
- secukupnyaBrokoli
- secukupnyaKubis
- 1 siungbawang putih geprek
- 1 sdmbumbu dasar putih
- 1 sdmkecap
- secukupnyaGaram
- secukupnyaKaldu sapi non msg
- secukupnyaAir
- Minyak untuk menumis

12. Moci

- 200 gr tepung beras ketan
- gula pasir 100 gr
- 20 gr tepung beras biasa
- 2 sendok makan mentega tawar
- garam halus 1/4 sendok teh
- 1/2 sendok teh pasta vanili
- 250 ml air bersih
- 35 gr tepung meizena
- 30 gr gula pasir
- 80 gr kacang tanah sangrai
 - 3 sendok makan air bersih

13. Lodeh Terong

- 3 helai Kacang panjang
- ½ buah Labu siam
- 1 buah Jagung
- 50gr Daging sapi
- 200ml Santan kental
- 1lembar Daun Salam
- 3 buah Tahu goreng
- 100 ml Air
- 3 siung Bawang putih
- 1 siung Bawang merah
- 2 buah Cabe merah besar
- 1 ruas jari Lengkuas
- 1 ruas jari Jahe
- 1 batang Serai
- 1 sdm Gula pasir
- ½ sdtGaram

14. Sate Abing

- Ayam ¼ kg
- Santan 250 ml
- Kelapa parut 50 gr
- Asam 3 buah
- Garam 1 sdt
- Gula 1 sdm
- Cabai 6 buah
- Bawang merah 3 siung
- ketumbar 1 sdt
- Jinten 1 ruas jari
- Lengkuas 2 cm
- Jahe 2 cm

15. Macaroni Cream Soup

- 1 buahKentang
- 100 grDaging Ayam fillet
- 3 sdm Makaroni,
- 1 butirTelur Ayam
- 250 ml Air
- 100 ml Susu Cair
- 30 gr Keju Cheddar, parut atau 2 lembar Keju lembaran
- 2 siung Bawang Putih, cincang
- 2 sdm Maizena yang dilarutkan dengan sedikit air
- Secukupnya Gula Pasir, saya pakai sekitar 1/2 sdt

16. Pudding Susu

- Bubuk agar- 1 bungkus
agar
- Gula pasir 150 gr
- Susu cair 100 ml

17. Ayam Isi Sayur Special Natal

- Ayam 1 ekor
- Kentang 1 buah
- Air kelapa 100 ml

- Keju 25 gr
- Daun pandan 1 lembar
- Kacang polong 25 gr
- Margarine 50 gr
- oregano 1 sdm
- Bawang putih 3 siung
- Garam 1 sdt
- Bawang bombay 1 buah
- Minyak zaitun 1 sdm
- Merica 1 sdt

18. Corn Soup

- 1 jagung manis
- 1 wortel
- 1 telur (dikocok)
- 1 daun seledri
- 1 daun bwg
- Garam sckpy
- air sckpy
- 2 Bwg merah,
- 1 Bwg putih,
- Lada putih sckpnya
- Tepung maizena 1 sdm

F. KRITERIA HASIL

1. Ketupat

Rasa	Hambar khas nasi
Warna	Putih
Tekstur	Lembut.pulen
Aroma	Harum beras dan daun kelapa
Penampilan	menarik

2. Opor

Rasa	Gurih
Warna	Kuning
Tekstur	Kental sedikit cair pada kuah
Aroma	Harum
Penampilan	Menarik

3. Sambel goreng ati

Rasa	Pedas, gurih
Warna	Merah
Tekstur	Sedikit lembek
Aroma	Harum
Penampilan	menarik

4. Sambel goreng krecek

Rasa	Pedas
Warna	Merah
Tekstur	Lembek
Aroma	Harum
Penampilan	Menarik

5. Kentang goreng

Rasa	Gurih sedikit manis
Warna	Cokalt
Tekstur	Renyah
Aroma	Harum
Penampilan	menarik

6. Rica-rica sapi

Rasa	Pedas
Warna	Coklat kehitaman
Tekstur	Lembut pada daging, sedikit kuah
Aroma	Harum
Penampilan	menarik

7. Sate kambing

Rasa	Gurih
Warna	Coklat kehitaman
Tekstur	Empuk pada daging
Aroma	Harum daging kambing dan bumbu
Penampilan	Menarik

8. Tongseng

Rasa	Gurih sdikit pedas
Warna	Kuning kemerahan
Tekstur	Empuk, kuah cair
Aroma	Harum
Penampilan	menarik

9. Fu yung hai

Rasa	Gurih
Warna	Merah saus, hijau dari sayur
Tekstur	Renyah dari telur
Aroma	Gurih, asam saus
Penampilan	Menarik

10. Bakmi

Rasa	Gurih
Warna	Coklat pucat
Tekstur	Kenyal, renyah dari sayur
Aroma	gurih
Penampilan	Menarik

11. Kwetiaw

Rasa	Gurih
Warna	Coklat pucat
Tekstur	Kenyal, renyah dari sayur
Aroma	gurih

Penampilan	Menarik
------------	---------

12. Moci

Rasa	Manis
Warna	Putih
Tekstur	Kenyal
Aroma	Harum vanili
Penampilan	Menarik

13. Lodeh terong

Rasa	Gurih
Warna	kemerahan
Tekstur	Cair pada kuah, empuk
Aroma	Gurih
Penampilan	Menarik

14. Sate abing

Rasa	Gurih
Warna	kemerahan
Tekstur	lembut
Aroma	Gurih
Penampilan	Menarik

15. Macaroni cream soup

Rasa	Gurih
Warna	Bening sedikit kekuningan
Tekstur	Empuk
Aroma	Gurih
Penampilan	Menarik

16. Pudding susu

Rasa	Manis
Warna	Susu sedikit cerah

Tekstur	Lembut
Aroma	Harum pudding manis
Penampilan	menarik

17. Ayam isi sayur

Rasa	Gurih Manis
Warna	Kuning kecoklatan
Tekstur	Empuk
Aroma	Gurih
Penampilan	Menarik

18. Corn soup

Rasa	Gurih Manis
Warna	Putih susu sedikit kekuningan
Tekstur	Empuk
Aroma	Guih
Penampilan	Menarik

19. Bola-bola puyuh

Rasa	Gurih, manis
Warna	Coklat kehitaman
Tekstur	Empuk
Aroma	Gurih
Penampilan	Menarik

20. Semur rolade

Rasa	Gurih Manis
Warna	Coklat Kehitaman
Tekstur	Empuk
Aroma	Gurih
Penampilan	Menarik

G. LANGKAH KERJA

- Persiapan alat dan bahan diatas meja
- Mecuci semua bahan dan peralatan
- Mengolah bahan makanan
- Menyajikan makanan hidangan kesempatan khusus acara keagamaan

H. KESELAMATAN KERJA

- Mahasiswa wajib menaati peraturan di dapur yang telah ditetapkan
- Pakailah sepatu tumit rendah
- Gunakan pakaian kerja di dapur yang sesuai dengan fungsinya
- Gunakan alat yang sesuai dengan fungsinya.

I. INDIKATOR KEBERHASILAN

- Melalui kegiatan praktek siswa dapat mengetahui alat dan bahan membuat hidangan kesempatan khusus keagamaan Islam, Nasrani, Dan Konghucu
- Melalui kegiatan praktek siswa dapat mengetahui cara pengolahan hidangan kesempatan khusus keagamaan Islam, Nasrani, Dan Konghucu

J. BAHAN DISKUSI

- Teknik pemilihan bahan yang baik.
- Teknik pengolahan dan penyaji

Wonosari, September 2016

Guru Pembimbing

Mahasiswa PPL,

Rustina Anjar R, S.Pd
NIP. 19790228 200801 2 008

Aisyah Kuncoro Putri
NIM 13511241021

HAND OUT

KOMPETENSI DASAR KE	: 3.2
MATA PELAJARAN	: Hidangan Untuk Kesempatan Khusus
POKOK MATERI	: Hidangan Khusus keagamaan di berbagai wilayah Indonesia
	f. Pengertian Hidangan Khusus keagamaan
	g. Jenis acara keagamaan dan hidangannya
	h. kesimpulan

A. Pengertian Hidangan Khusus Keagamaan

Acara keagamaan merupakan acara yang dilakukan oleh suatu kaum beragama yang pastinya acara tersebut tidak dilakukan oleh kaum agama yang lainnya. dalam hal ini bentuk acara yang dilakukan sangat erat hubungannya dengan Tuhan. Pada dasarnya acara ini dilakukan sebagai wujud rasa syukur atau sebuah pujaan kepada Tuhan Yang Maha Esa. Tidak ada salahnya seseorang ingin membuat acara ini menjadi lebih menarik dan menjadi lebih special dengan menyajikan hidangan khas yang menarik dengan bermacam filosofi didalamnya. Indonesia merupakan Negara yang memiliki agama yang banyak dan berbeda ada agama Islam, Kristen, Katolik, Hindu, Budha, dan Konghucu. Yang pastinya didalam setiap perayaan keagamaan memiliki hidangan khas tersendiri dan memiliki filosofi tersendiri menurut agama dan kepercayaan masing-masing

B. Jenis acara keagamaan dan hidangannya

1. Islam

Dalam agama Islam terdapat beberapa hari besarnya seperti : Hari Raya Idul Fitri (syawalan), Hari Raya Idul Adha, Isra' Mi'rad, . akan tetapi yang sering menggunakan hidangan khusus dari bermacam-macam hari besar di Islam hanyalah Hari Raya Idul Fitri dan hari Raya Idul Adha.

a. Hari Raya Idul Fitri

Dalam agama islam ada satu moment yang dianggap paling special dalam satu tahun. Acara tersebut adalah syawalan atau idul fitri. Pada hari tersebut masyarakat muslim beramai-ramai merayakan kemenangan setelah satu bulan penuh menjalankan puasa yang mana harus melawan rasa haus, lapar, dan hawa nafsu mulai dari waktu subuh sampai tenggelamnya sang mega. Biasanya acara syawalan ini diikuti oleh seluruh keluarga besar, yang awalnya merantau mereka semua akan kembali ke kampung halamannya atau sering kita sebut dengan mudik (mulek sedilik) Berbagai hidangan disajikan untuk menyambut acara tersebut. Ada juga

yang menyebut idul fitri sebagai lebaran ketupat karena banyaknya masyarakat yang menandai datangnya lebaran dengan memotong ketupat. Adapun hidangan yang sering disajikan ketika Hari Raya Idul Fitri yaitu :

- 1). Ketupat
- 2). Rempeyek teri
- 3). Opor
- 4). Sambel rempelo ati
- 5). Sambel goreng krecek

b. Hari Raya Idul Adha

Merupakan perayaan masyarakat islam untuk selalu ingat akan pentingnya bersedekah. Yang diambil dari kisah nabi Ibrahim A.S dengan anaknya nabi Ismail. Karena dari kisah nabi Ibrahim tersebut kita dapat mengetahui hikmah dari berbagi terhadap sesama. Hidangan yang sering disajikan ketika hari idul adha adalah sebagai berikut :

- 1). Sate kambing
- 2). Gulai kambing
- 3). Tongseng kambing
- 4). Rica-rica daging sapi
- 5). Bakso

2. Nasrani

Hari raya natal dan tahun baru selalu dating secara beriringan tiap tahun pada minggu-minggu akhir, tahun baru menyul sekaligus sebagai penutup serta pembuka tahun berikutnya. Perayaan hari raya natal merupakan moment yang sangat krusial bagi masyarakat nasrani dimana pun berada.

Pada perayaan natal cenderung lebih meriah daripada perayaan agama lainnya. Dalam sebuah perayaan natal biasanya akan tersedia banyak sekali msakan diatas meja. Namun seperti itu menjadik kewajiban bagi mereka menyajikan hidangan khususnya seperti ayam goreng atau ayam panggang ketika natal. Ada juga yang menyajikan babi panggang disalam hidangan mereka. Baru setelah itu sebagai pelengkap mereka akan menyajikan aneka sup hangat seperti cream soup atau clean soup, aneka pudding yang berwarna-warni, aneka minuman seperti anggur khusus, dan juga aneka kue-kue kecil ynng tidak ketinggalan untuk disajikan kepada keluarga besar.

Makanan yang disajikan sangat beragam dengan tujuan agar acara natal menjadi lebih meriah dan dapat dinikmati seluruh anggota keluarga banyak sekali jenis pudding yang biasanya disajiakn seperti pudding caramel, pudding uah, pudding susu dan pudding roti. Cake atau roti juga disajikan sebagai pelengkap dapat berupa chiffon, bolu gulung, ginger bread, atau cookies lainnya. Sebagai pelengkap ayam panggang mereka biasa menyajikan sup krim, sp seafood, sup macaroni, atau sup jagung. Selain itu mereka juga bisa menambahkan lauk seperti semur rolade, bola-bola telur, sambal goreng kentang, iga bakar dan lain-lain.

Sedangkan sebagai minuman selain anggur mereka juga terkadang menyajikan es leci, es kelapa, dan lain-lain.

3. Hindu

Masyarakat Hindu di Indonesia sangat banyak jumlahnya di Daerah Bali dan Lombok. Bali yang sering disebut dengan pulau seribu pura ini juga memiliki banyak acara keagamaan yang dirayakan setiap tahunnya. Acara yang dilaksanakan antara lain :

a. Galungan

Secara filosofis, Hari Raya Galungan dimaksudkan agar umat Hindu mampu membedakan dorongan hidup antara adharma dan budhi atma (dharma = kebenaran) di dalam diri manusia itu sendiri. Kebahagiaan bisa diraih tatkala memiliki kemampuan untuk menguasai kebenaran. Dilihat dari sisi upacara, adalah sebagai momen umat Hindu untuk mengingatkan baik secara spiritual maupun ritual agar selalu melawan adharma dan menegakkan dharma. Bisa disimpulkan bahwa inti Galungan ialah menyatukan kekuatan rohani agar umat Hindu mendapat pendirian serta pikiran yang terang, yang merupakan wujud dharma dalam diri manusia. Kesimpulannya, hakikat Galungan adalah perayaan menangnya dharma melawan adharma. Jadi, inti Galungan adalah menyatukan kekuatan rohani agar mendapat pikiran dan pendirian yang terang. Bersatunya rohani dan pikiran yang terang inilah wujud dharma dalam diri. Sedangkan segala kekacauan pikiran itu (byaparaning idep) adalah wujud adharma. Dari konsepsi lontar Sunarigama inilah didapatkan kesimpulan bahwa hakikat Galungan adalah merayakan me-nangnya dharma melawan adharma. Masing-masing keluarga pada hari penampahan galungan mengolah daging babi yakni daging dipadukan dengan ares.

b. Kuningan

Galungan dan Kuningan dirayakan sebanyak dua kali dalam setahun kalender Masehi (kalender yang biasa kita pakai). Jarak antara Galungan dan Kuningan sendiri ialah 10 hari. Perhitungan perayaan kedua hari raya tersebut berdasarkan kalender Bali. Pada hari Jumat Wage Kuningan yang juga disebut hari Penampahan Kuningan. Dalam lontar Sundarigama sebenarnya tidak disebutkan upacara yang mesti dilangsungkan pada hari ini, hanya berupa anjuran untuk melakukan kegiatan rohani yang dalam lontar disebutkan Sapuhakena malaning jnyana (lenyapkanlah pikiran yang buruk/kotor). Keesokan harinya yakni Sabtu Kliwon atau disebut Kuningan, dalam lontar Sundarigama disebutkan, upacara menghaturkan sesaji pada hari ini hendaknya dilaksanakan pada pagi hari. Serta menghindari menghaturkan upacara lewat tengah hari. Mengapa? Karena pada tengah hari para Dewata dan Dewa Pitara “diceritakan” kembali ke Swarga (Dewa mur mwah maring Swarga).

c. Tumpek landep

Tumpek Landep jatuh setiap 210 hari sekali berdasarkan perhitungan kalender Bali. "Tumpek" dimaknai sebagai hari pertemuan weweran Panca Wara dan Sapta Wara, serta "Lindep" berarti runcing. Maka, tak heran kalau upacara yang digelar pun melibatkan berbagai pusaka tajam. Bukan dimaksudkan untuk menyembah benda. Upacara ini bertujuan untuk memohon pada Ida Sang Hyang Widhi untuk memberi kekuatan pada benda tersebut untuk mempermudah hidup.

Sedangkan kandungan filosofi dari Tumpek Landep, yakni tonggak penajaman, citta, budhi, dan manah. Berangkat dari ide tersebut, masyarakat Hindu ingin selalu berperilaku atas dasar kejernihan pikiran dengan agama sebagai landasan utamanya. Juga, peringatan ini dimaksudkan sebagai wadah introspeksi diri.

Selain sebagai permohonan, Tumpek Landep juga merupakan bentuk syukur atas anugerah Ida Sang Hyang Widhi Wasa karena telah mempermudah urusan manusia di Bumi. Secara keseluruhan, makna Tumpek Landep yang paling utama, yakni manusia harus senantiasa mengasah pikiran, nudhi, dan citta demi memerangi kebodohan.

d. Nyepi

Seluruh masyarakat Hindu akan merayakan Hari Raya Nyepi yang merupakan Tahun Baru Hindu berdasarkan penanggalan atau kalender Saka. Berbeda dengan perayaan tahun baru Masehi tiap 1 Januari yang dirayakan dengan penuh kemeriahan, maka 9 Maret nanti umat Hindu lebih memilih untuk berdiam diri atau menyepi.

Nyepi berasal dari kata sepi yang artinya sunyi, senyap, dan tidak ada kegiatan. Tujuan utama dari perayaan Nyepi itu sendiri adalah untuk memohon ke hadapan Tuhan Yang Maha Esa atau Ida Sanghyang Widhi Wasa, untuk menyucikan Bhuana Alit (alam manusia/microcosmos) dan Bhuana Agung/macrocosmos (alam semesta).

4. Budha

Masyarakat Budha dalam menyajikan hidangan khusus ketika hari keagamaan mereka disesuaikan dengan daerah masing-masing. Hidangan yang tidak boleh dikonsumsi masyarakat budha yaitu daging dan olahannya.

5. Konghucu

Aslinya imlek atau sin tjian adalah sebuah perayaan yang dilakukan oleh petani di Cina yang biasanya jatuh pada tanggal satu di bulan pertama di awal tahun baru. Perayaan ini juga berkaitan dengan pesta para petani untuk meyambut musim semi. Perayaan ini dimulai pada tanggal 30 bulan ke-12 dan berakhir pada tanggal 15 bulan pertama. Acaranya meliputi sembahyang Imlek, sembahyang kepada sang pencipta dan perayaan cap gomeh. Tujuan dari persembahan ini adalah sebagai wujud syukur dan doa harapan agar di tahun

depan mendapatkan rezeki yang lebih banyak, untuk menjamu leluhur dan sebagai sarana silaturahmi dengan kerabat dan tetangga.

Karean imlek merupakan perayaan dari petani makan hidanga yang disajikan biasanya adalah hasil dari bumi. Pada setiap acara sembahyang imlek disajikan minimal 12 macam masakan dan 12 macam kue yang melambangkan dari 12 shio. Hidangan yang biasa disajikan ketika perayaan imlek adalah :

1. Mie : melambangkan panjang umur dan kemakmuran
2. Kue lapis : melambangkan rejeki yang berlapis-lapis
3. Keu mangkok : agar memiliki kehidupan yang manis dan kian menanjak seperti kue mangkok
4. Kue keranjang : bermakna agar hidup selalu diberi kemanisan
5. Manisan kolang-kaling : bermakna symbol kehidupan yang terang
6. Agar-agar dicetak bintang : bermakna agar manusia selalu diberi kehidupan yang terang
7. Camilan kuaci, kacang, dan permen ;mengartikan agar memiliki keturunan yang banyak
8. Ayam atau bebek menglambangkan symbol udara, bebek sebagaisymbol kesetiaan atau ketaatan, dan telur bebek bermakna kesuburan
9. Ikan sebagai symbol air
10. Jeruk mandarin mengartikan keberuntungan
11. Lobak : agar impian yang diinginkan terwujud dengan tujuan semoga mendapat keberuntungan di tahun ini
12. Tiram ; dalam berbisnis agar selalu diberi kelancaran.

Lima belas hari setelah perayaan hari imlek dilakukan sebuah perayaan yaitu cap go meh. Biasanya hidangan yang disaikan yaitu : opor ayam, lodeh terung, telur pindang, sate abing, sambal docang ini yang biasa disajiakn masyarakat konghucu di Semarang sedangkan masyarakat konghucu di Jakarta biasa menyajikan : lontong sayur, sayur godog, telur pindang, dan bubuk kedelai.

C. Kesimpulan

Acara keagamaan yang dirayakan oleh masyarakat di Indonesia memiliki bermacam-macam hidangan khusus dan filosofi tersendiri. Akan tetapi memiliki satu tujuan yaitu untu menyembah dan bersyukur kepada Tuhan. Meskipun begitu anatar hidangan yang satu dengan yang lain tidak mengurangi kesakralan acara tersebut.



PEMERINTAH KABUPATEN GUNUNGKIDUL

DINAS PENDIDIKAN PEMUDA DAN OLAHRAGA

SMK NEGERI 3 WONOSARI

JL.Pramuka, Tawarsari, Wonosari, GunungkidulTelp (0274)394250 Kodepos 55812

ULANGAN HARIAN
SEMESTER GANJIL
TAHUN PELAJARAN 2015 /2016

Mata pelajaran:Hidangan Untuk Kesempatan Khusus

Kelas/ Program : XII / TB Waktu :90 Menit

A

Teka-Teki Silang !

M	E	R	A	H	K	K	L	Y	O
D	G	H	J	E	A	S	M	P	U
N	X	F	R	T	L	W	O	Y	G
A	R	W	T	N	M	R	C	F	I
T	M	Q	D	I	O	W	H	W	N
A	K	R	D	U	K	R	I	W	G
L	L	T	H	H	W	T	X	T	E
R	T	Y	U	G	I	O	E	R	R
X	R	M	I	X	X	N	R	H	B
F	Y	J	K	Z	A	O	D	K	R
H	Q	B	M	G	D	P	P	U	E
Y	H	U	B	H	G	X	K	A	A
X	J	B	F	Y	H	T	L	C	D
I	D	U	L	F	I	T	R	I	B
A	P	R	Y	I	N	U	E	K	X

Soal !

1. Menu khas syawalan yang terbuat dari dagig ayam dengan kuah santan
2. Imlek identik dengan warna
3. Menu yang dihindari saat perayaan imlek adalah
4. Acara keagamaan yang dilakukan oleh masyarakat nasrani adalah
5. Kue kering yang selalu ada ketika natal
6. Melambangkan umur yang panjang dalam acara imlek, merupakan filosofi dari
7. Hidangan khas imlek yang terbuat dari tepung beras dan tepung ketan berisi kacang tanah adalah...

8. Hidangan khas imlek yang terbuat dari tepung beras dan tepung ketan berisi kacang tanah adalah....
9. Galungan merupakan acara keagamaan masyarakat
10. Camilan yang harus ada ketika malam setelah hari imlek adalah ...

Uraian !

1. Ceritakan sejarah tentang hari raya Imlek !
2. Apa saja yang disajikan ketika Hari Perayaan Natal ? (maksimal 5)
3. sebutkan 5 karakteristik dari masakan opor?
4. jelaskan bagaimana cara membuat mochi yang baik dan benar!
5. Sebutkan 3 hidangan ketika Hari raya Natal beserta filosofinya? (maksimal 3)



Validator	Tgl. Validasi	Paraf
Kapro/ KGNA		
MGMP		



PEMERINTAH KABUPATEN GUNUNGKIDUL

DINAS PENDIDIKAN PEMUDA DAN OLAHRAGA

SMK NEGERI 3 WONOSARI

Jl.Pramuka, Tawarsari,Wonosari,GunungkidulTelp (0274)394250 Kodepos 55812

**ULANGAN HARIAN
SEMESTER GANJIL
TAHUN PELAJARAN 2015 /2016**

Mata pelajaran:Hidangan Untuk Kesempatan Khusus

Kelas/ Program : XII / TB Waktu :90 Menit

B

Teka-teki silang !

M	E	R	A	H	K	K	L	Y	O
D	G	H	J	E	A	S	M	P	U
N	X	F	R	T	L	W	O	Y	G
A	R	W	T	N	M	R	C	F	I
T	M	Q	D	I	O	W	H	W	N
A	K	R	D	U	K	R	I	W	G
L	L	T	H	H	W	T	X	T	E
R	T	Y	U	G	I	O	E	R	R
X	R	M	I	X	X	N	R	H	B
F	Y	J	K	Z	A	O	D	K	R
H	Q	B	M	G	D	P	P	U	E
Y	H	U	B	H	G	X	K	A	A
X	J	B	F	Y	H	T	L	C	D
I	D	U	L	F	I	T	R	I	B
A	P	R	Y	I	N	U	E	K	X

Soal !

1. Kue kering yang selalu ada ketika natal
2. Hidangan khas imlek yang terbuat dari tepung beras dan tepung ketan berisi kacang tanah adalah...
3. Menu yang dihindari saat perayaan imlek adalah
4. Acara keagamaan yang dilakukan oleh masyarakat nasrani adalah
5. Menu khas syawalan yang terbuat dari dagig ayam dengan kuah santan
6. Melambangkan umur yang panjang dalam acara imlek, merupakan filosofi dari
7. Imlek identik dengan warna

- 8. Galungan merupakan acara keagamaan masyarakat
- 9. Camilan yangharus ada ketika malam setelah hari imlek adalah
- 10. Hidangan khas imlek yang terbuat dari tepung beras dan tepung ketan berisi kacang tanah adalah...

Esssay !

- 1. Sebutkan 3 hidangan ketika Hari raya Natal beserta filosofinya? (maksmal 3)
- 2. Apa saja yang disajikan ketika Hari Perayaan Natal ? (maksimal 5)
- 3. Ceritakan sejarah tentang hari raya Imlek !
- 4. jelaskan bagaimana cara membuat mochi yang baik dan benar
- 5. sebutkan 5 karakteristik dari masakan opor?



Validator	Tgl. Validasi	Paraf
Kapro/ KGNA		
MGMP		

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

(RPP 3)

Sekolah : SMK Negeri 3 Wonosari
Program Keahlian : Tata Boga
Paket Keahlian : Jasa Boga
Mata Pelajaran : Hidangan Untuk Kesempatan Khusus
Kelas/ Semester : XII / 1
Alokasi Waktu : 6 x pertemuan (8x45)

I. Kompetensi Inti

- KI 3 : Memahami, menerapkan , menganalisis dan mengevaluasi pengetahuan factual, konseptual dan procedural dalam pengetahuan, teknologi, seni, budaya dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebab phenomena dan kejadian dalam bidang kerja yang spesifik untuk memecahkan masalah
- KI 4 :Mengolah, menyaji, menalar, dan mencipta dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri bertindak secara efektif dan kreatif, dan mampu melaksanakan tugas spesifik di bawah pengawasan langsung

J. Kompetensi Dasar

- 3.3. Menganalisis hidangan kesempatan khusus untuk acara adat istiadat
- 4.3. Membuat dan menyajikan makanan kesempatan khusus untuk acara adat istiadat

K. Indikator Pencapaian Kompetensi

- 3.3.6 Menjelaskan tentang hidangan kesempatan khusus untuk acara adat istiadat
- 3.3.7 Mengidentifikasi tentang macam-macam acara adat istiadat yang ada di Wilayah Indonesia
- 3.3.8 Menyebutkan menu khusus yang disajikan dalam acara adat istiadat di Wilayah Indonesia
- 3.3.9 Mengidentifikasi kriteria hasil hidangan khusus untuk acara adat istiadat
- 3.3.10 Menjelaskan filosofi hidangan khusus Wilayah Indonesia
- 4.3.3 Mengolah hidangan khusus acara adat istiadat di Wilayah Indonesia
- 4.3.4 Menyajikan hidangan khusus acara adat istiadat di Wilayah Indonesia

L. Tujuan Pembelajaran

- 1. Setelah berdiskusi dan mendengarkan informasi, peserta didik akan dapat menjelaskan tentang hidangan hidangan kesempatan khusus untuk acara adat istiadat sesuai dengan materi yang sudah diterangkan dengan santun
- 2. Setelah berdiskusi dan mendengarkan informasi, peserta didik akan dapat mengidentifikasi tentang macam-macam acara adat istiadat yang ada di Wilayah Indonesia sesuai dengan materi yang sudah diterangkan dengan sopan
- 3. Setelah berdiskusi dan mendengarkan informasi, peserta didik akan dapat menyebutkan menu khusus yang disajikan dalam acara adat istiadat di Wilayah Indonesia dengan mandiri

- 4. Setelah berdiskusi dan mendengarkan informasi, peserta didik akan dapat mengidentifikasi kriteria hasil hidangan khusus dalam acara adat istiadat dengan semangat
- 5. Setelah berdiskusi dan mendengarkan informasi, peserta didik akan dapat menjelaskan filosofi hidangan khusus dengan santun
- 6. Disediakan peralatandan bahan peserta didik akan dapat mengolah hidangan kesempatan khusus acara adat istiadat di Wilayah Indonesia sesuai prosedur dengan rasa tanggung jawab
- 7. Disediakan peralatan dan bahan peserta didik akan dapat menyajikan hidangan kesempatan khusus acara adat istiadat di Wilayah Indonesia dengan percaya diri

M. Materi Pembelajaran

- 2. Pengertian hidangan khusus untuk acara adat istiadat
- 3. Macam-macam hidangan kesempatan khusus acara adat istiadat di Wilayah Indonesia
- 4. Menu hidangan khusus acara adat istiadat di Wilayah Indonesia
- 5. Kriteria hasil pengolahan hidangan kesempatan khusus acara adat istiadat di Wilayah Indonesia
- 6. Filosofi hidangan kesempatan khusus acara adat istiadat

N. Pendekatan, Model, dan Metode

- 2. Pendekatan : Sainifik
- 3. Model pembelajaran : Discovery learning
- 4. Metode pembelajaran : Diskusi, Tanya jawab, Penugasan

O. Kegiatan Pembelajaran
Pertemuan pertama (8 x 45 menit)

Langkah Pembelajaran	Sintak model pembelajaran Discovery learning	Deskripsi	Alokasi waktu
Kegiatan pendahuluan		Pendidik <ul style="list-style-type: none">- Mengucapkan salam- Mengabsen kehadiran peserta didik- Menginformasikan kompetensi yang harus dicapai oleh pesertadidik- Mensosialisasikan sistem penilaian yang akan dilaksanakan- Menyampaikan tujuan pembelajaran yang akan dicapai- Tanya jawab serta membahas materi hidangan kesemptan khusus acara adat istiadat- Menjelaskan cakupan materi tentang acara adat istiadat	15 menit

		- Sebagai apersepsi peserta didik diminta untuk menyebutkan acara adat istiadat kelahiran yang ada di Indonesia	
Kegiatan inti	Pemberian stimulus	Mengamati <ul style="list-style-type: none">• Mengamati video tentang Hidangan Kesempatan Khusus Untuk Acara adat istiadat kelahiran (tedhak siten dan aqiqah)	15 menit
	Identifikasi masalah	Menanya <ul style="list-style-type: none">• Mengajukan pertanyaan tentang<ul style="list-style-type: none">11. Pengertian acara adat istiadat kelahiran tedak siten, mitoni, selapanan, dan aqiah12. Fungsi acara adat istiadat kelahiran tedak siten, mitoni, selapanan, dan aqiah13. jenis-jenis acara adat istiadat kelahiran tedak siten, mitoni, selapanan, dan aqiah14. sejarah acara adat istiadat kelahiran tedak siten, mitoni, selapanan, dan aqiah15. serta apakah ada perbedaan diantara hidangan kesempatan khusus untuk acara adat istiadat di berbagai wilayah Indonesia• peserta didik diminta memahami permasalahan apabila belum jelas bisa menanyakan kepada pendidik• pendidik mengkondisikan peserta didik dalam situasi belajar yang kondusif agar siswa terbiasa untuk bertanya	20 menit
	Pengumpulan data	Mengumpulkan Data <ul style="list-style-type: none">• Diskusi kelompok dengan menggunakan berbagai sumber untuk menjawab pertanyaan yang diajukan tentang hidangan khusus acara adat istiadat kelahiran (mitoni)	120 menit
	Pengumpulan data	Mengasosiasi <ul style="list-style-type: none">• Secara berkelompok dan	60 menit

		<p>menganalisis data hasil diskusi dan hasil praktik terkait dengan pertanyaan yang diajukan tentang hidangan acara kesempatan khusus acara adat istiadat kelahiran (mitoni)</p> <ul style="list-style-type: none"> Menyimpulkan data hasil diskusi dan praktik terkait dengan pertanyaan yang diajukan tentang hidangan acara kesempatan khusus acara adat istiadat kelahiran (mitoni) 	
	Pembuktian	<p>Mengkomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> Membuat laporan hasil diskusi dan praktik hidangan kesempatan khusus untuk acara adat istiadat kelahiran (mitoni) Mempresentasikan laporan hasil diskusi hidangan kesempatan khusus untuk acara adat istiadat kelahiran (mitoni) Pendidik membahas resep yang akan dipraktekkan minggu depan tentang acara mitoni 	95 menit
	generalization	<ul style="list-style-type: none"> Pesrta didik dan pendidik menyimpulkan secara umum apa yang sudah dipelajari Pendidik memberi penguatan 	15 menit
Kegiatan penutup		<ul style="list-style-type: none"> Pendidik dan peserta didik membuat kesimpulan dari materi yang dipelajari Pendidik melakukan umpan balik untuk mengetahui sejauh mana pemahaman peserta didik dengan memberikan tes tertulis singkat Pendidik menyampaikan rencana pembelajaran pada pertemuan berikutnya tentang praktek yang akan dilaksanakan 	20 menit

Pertemuan kedua (8 x 45 menit)

Langkah Pembelajaran	Sintak model pembelajaran Discovery learning	Deskripsi	Alokasi waktu
Kegiatan		Pendidik	15

pendahuluan		<ul style="list-style-type: none"> Mengucapkan salam Mengabsen kehadiran peserta didik Menginformasikan kompetensi yang harus dicapai oleh pesertadidik Mensosialisasikan sistem penilaian yang akan dilaksanakan Menyampaikan tujuan pembelajaran yang akan dicapai Tanya jawab serta membahas materi hidangan kesemptan khusus acara adat istiadat Menjelaskan cakupan materi tentang acara adat istiadat Sebagai apersepsi peserta didik diminta untuk menyebutkan acara adat istiadat kelahiran yang ada di Indonesia 	menit
Kegiatan inti	Pemberian stimulus	<p>Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> Mengamati resep acara mitoni yang sudah dibagikan minggu lalu 	15 menit
	Identifikasi masalah	<p>Menanya</p> <ul style="list-style-type: none"> Mengajukan pertanyaan tentang <ol style="list-style-type: none"> Kriteria hasil pengolahan hidangan khusus acara mitoni Pengolahan hidangan khusus acara mitoni Peserta didik secara berkelompok membuat tertib kerja hidangan kesempatan khusus acara adat istiadat mitoni 	20 menit
	Pengumpulan data	<p>Mengumpulkan Data</p> <ul style="list-style-type: none"> Peserta didik secara berkelompok mengidentifikasi resep (bahan, alat, prosedur), mengolah, kriteria hasil hidangan kesempatan khusus acara mitoni 	135 menit
	Pengumpulan data	<p>Mengasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Mengolah dan menganalisis data hasil praktek mengenai hidangan kesempatan khusus adat istiadat mitoni Menyimpulkan data hasil diskusi 	60 menit

		dan praktik terkait dengan pertanyaan yang diajukan tentang hidangan acara kesempatan khusus acara adat istiadat	
	Pembuktian	Mengkomunikasikan <ul style="list-style-type: none"> Membuat laporan hasil diskusi dan praktik hidangan kesempatan khusus untuk acara adat isti adat mitoni Mempresentasikan laporan hasil diskusi dan praktiki hidangan kesempatan khusus untuk acara adat istiadat kelahiran 	80 menit
	generalization	<ul style="list-style-type: none"> Pesrta didik dan pendidik menyimpulkan secara umum apa yang sudah dipelajari Pendidik memberi penguatan 	15 menit
Kegiatan penutup		<ul style="list-style-type: none"> Pendidik dan peserta didik membuat kesimpulan dari materi yang dipelajari Pendidik melakukan umpan balik untuk mengetahui sejauh mana pemahaman peserta didik dengan memberikan tes tertulis singkat Pendidik menyampaikan rencana pembelajaran pada pertemuan berikutnya tentang acara adat syukuran dan kematian 	20 menit

Pertemuan ketiga (8 x 45 menit)

Langkah Pembelajaran	Sintak model pembelajaran Discovery learning	Deskripsi	Alokasi waktu
Kegiatan pendahuluan		Pendidik <ul style="list-style-type: none"> Mengucapkan salam Mengabsen kehadiran peserta didik Menginformasikan kompetensi yang harus dicapai oleh pesertadidik Mensosialisasikan sistem 	15 menit

		penilaian yang akan dilaksanakan <ul style="list-style-type: none"> Menyampaikan tujuan pembelajaran yang akan dicapai Tanya jawab serta membahas materi hidangan kesemptan khusus acara adat istiadat Menjelaskan cakupan materi tentang acara adat istiadat Sebagai apersepsi peserta didik diminta untuk menyebutkan acara adat istiadat khitanan dan kematian yang ada di Indonesia 	
Kegiatan inti	Pemberian stimulus	Mengamati <ul style="list-style-type: none"> Mengamati video tentang Hidangan Kesempatan Khusus Untuk Acara adat istiadat kelahiran 	15 menit
	Identifikasi masalah	Menanya <ul style="list-style-type: none"> Mengajukan pertanyaan tentang <ol style="list-style-type: none"> Apakah kalian pernah mengikuti acara tedhak siten? Seperti apa rangkaian acara tersebut? Hidangan apa saja yang disajikan? Apakah ada perbedaan acara tedhak siten di daerah kalian dengan daerah lainnya? peserta didik diminta memahami permasalahan apabila belum jelas bisa menanyakan kepada pendidik pendidik mengkondisikan peserta didik dalam situasi belajar yang kondusif agar siswa terbiasa untuk bertanya 	20 menit
	Pengumpulan data	Mengumpulkan Data <ul style="list-style-type: none"> Diskusi kelompok dengan menggunakan berbagai sumber untuk menjawab pertanyaan yang diajukan tentang hidangan khusus acara adat istiadat kelahiran (tedhak siten) 	120 menit
	Pengumpulan data	Mengasosiasi <ul style="list-style-type: none"> Secara berkelompok menganalisis data hasil diskusi 	60 menit

		<p>dan hasil praktik terkait dengan pertanyaan yang diajukan tentang hidangan acara kesempatan khusus acara adat istiadat kematian di Wilayah Indonesia</p> <ul style="list-style-type: none"> Menyimpulkan data hasil diskusi dan praktik terkait dengan pertanyaan yang diajukan tentang hidangan acara kesempatan khusus acara adat istiadat kelahiran (tedhak siten) 	
	Pembuktian	<p>Mengkomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> Membuat laporan hasil diskusi dan praktik hidangan kesempatan khusus untuk acara adat istiadat kelahiran (tedhak siten) Mempresentasikan laporan hasil diskusi dan praktiki hidangan kesempatan khusus untuk acara adat istiadat kelahiran (tedhak siten) Pendidik membahas resep yang akan dipraktekkan minggu depan tentang acara adat istiadat kelahiran (tedhak siten) 	95 menit
	generalization	<ul style="list-style-type: none"> Pesrta didik dan pendidik menyimpulkan secara umum apa yang sudah dipelajari Pendidik memberi penguatan 	15 menit
Kegiatan penutup		<ul style="list-style-type: none"> Pendidik dan peserta didik membuat kesimpulan dari materi yang dipelajari Pendidik melakukan umpan balik untuk mengetahui sejauh mana pemahaman peserta didik dengan memberikan tes tertulis singkat Pendidik menyampaikan rencana pembelajaran pada pertemuan berikutnya tentang praktek yang akan dilaksanakan 	20 menit

Pertemuan keempat (8 x 45 menit)

Langkah Pembelajaran	Sintak model pembelajaran	Deskripsi	Alokasi waktu
----------------------	---------------------------	-----------	---------------

	Discovery learning		
Kegiatan pendahuluan		<p>Pendidik</p> <ul style="list-style-type: none"> Mengucapkan salam Mengabsen kehadiran peserta didik Menginformasikan kompetensi yang harus dicapai oleh pesertadidik Mensosialisasikan sistem penilaian yang akan dilaksanakan Menyampaikan tujuan pembelajaran yang akan dicapai Tanya jawab serta membahas materi hidangan kesemptan khusus acara adat istiadat yang dijelaskan minggu lalu Menjelaskan cakupan materi tentang acara adat istiadat kematian - 	15 menit
Kegiatan inti	Pemberian stimulus	<p>Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> Mengamati resep yang sudah dibagikan minggu lalu 	15 menit
	Identifikasi masalah	<p>Menanya</p> <p>Mengajukan pertanyaan tentang</p> <ol style="list-style-type: none"> Kriteria hasil pengolahan hidangan khusus acara kematian Pengolahan hidangan khusus acara kematian <ul style="list-style-type: none"> Peserta didik secara berkelompok membuat tertib kerja hidangan kesempatan khusus acara adat istiadat kelahiran (tedhak siten) 	20 menit
	Pengumpulan data	<p>Mengumpulkan Data</p> <ul style="list-style-type: none"> Peserta didik secara berkelompok mengidentifikasi resep (bahan, alat, prosedur), mengolah, kriteria hasil hidangan kesempatan khusus adat istiadat kelahiran (tedhak siten) 	120 menit
	Pengumpulan data	<p>Mengasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Mengolah dan menganalisis data 	60 menit

		<p>hasil praktek mengenai hidangan kesempatan khusus adat istiadat kelahiran (tedhak siten)</p> <ul style="list-style-type: none"> Menyimpulkan hasil analisis praktek 	
	Pembuktian	<p>Mengkomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> Membuat laporan hasil diskusi dan praktik hidangan kesempatan khusus untuk acara adat istiadat kelahiran (tedhak siten) 	95 menit
	generalization	<ul style="list-style-type: none"> Pesrta didik dan pendidik menyimpulkan secara umum apa yang sudah dipelajari Pendidik memberi penguatan 	15 menit
Kegiatan penutup		<ul style="list-style-type: none"> Pendidik dan peserta didik membuat kesimpulan dari materi yang dipelajari Pendidik melakukan umpan balik untuk mengetahui sejauh mana pemahaman peserta didik dengan memberikan tes tertulis singkat Pendidik menyampaikan rencana pembelajaran pada pertemuan berikutnya tentang upacara kematian yang ada di Indonesia 	20 menit

Pertemuan Kelima (8 x 45 menit)

Langkah Pembelajaran	Sintak model pembelajaran Discovery learning	Deskripsi	Alokasi waktu
Kegiatan pendahuluan		<p>Pendidik</p> <ul style="list-style-type: none"> Mengucapkan salam Mengabsen kehadiran peserta didik Menginformasikan kompetensi yang harus dicapai oleh pesertadidik Mensosialisasikan sistem penilaian yang akan dilaksanakan Menyampaikan tujuan pembelajaran yang akan dicapai Tanya jawab serta membahas materi hidangan kesemptan khusus acara adat istiadat yang 	15 menit

		<p>dijelaskan minggu lalu</p> <ul style="list-style-type: none"> Menjelaskan cakupan materi tentang acara adat istiadat kematian 	
Kegiatan inti	Pemberian stimulus	<p>Mengamati</p> <ul style="list-style-type: none"> Mengamati video tentang upacara kematian umat hindu di bali 	15 menit
	Identifikasi masalah	<p>Menanya</p> <p>Mengajukan pertanyaan tentang</p> <ol style="list-style-type: none"> Kriteria hasil pengolahan hidangan khusus acara kematian Pengolahan hidangan khusus acara kematian <ul style="list-style-type: none"> Peserta didik secara berkelompok membuat tertib kerja hidangan kesempatan khusus acara adat kematian 	20 menit
	Pengumpulan data	<p>Mengumpulkan Data</p> <ul style="list-style-type: none"> Peserta didik secara berkelompok mengidentifikasi resep (bahan, alat, prosedur), mengolah, kriteria hasil hidangan kesempatan khusus adat istiadat kematian 	120 menit
	Pengumpulan data	<p>Mengasosiasi</p> <ul style="list-style-type: none"> Mengolah dan menganalisis data hasil praktek mengenai hidangan kesempatan khusus adat istiadat kematian Menyimpulkan hasil analisis praktek 	60 menit
	Pembuktian	<p>Mengkomunikasikan</p> <ul style="list-style-type: none"> Membuat laporan hasil diskusi dan praktik hidangan kesempatan khusus untuk acara adat istiadat kematian 	95 menit
	generalization	<ul style="list-style-type: none"> Pesrta didik dan pendidik menyimpulkan secara umum apa yang sudah dipelajari Pendidik memberi penguatan 	15 menit
Kegiatan penutup		<ul style="list-style-type: none"> Pendidik dan peserta didik membuat kesimpulan dari materi 	20 menit

		yang dipelajari <ul style="list-style-type: none">• Pendidik melakukan umpan balik untuk mengetahui sejauh mana pemahaman peserta didik dengan memberikan tes tertulis singkat• Pendidik menyampaikan rencana pembelajaran pada pertemuan berikutnya tentang praktek yang akan dilaksanakan	
--	--	--	--

Pertemuan Keenam (8 x 45 menit)

Langkah Pembelajaran	Sintak model pembelajaran Discovery learning	Deskripsi	Alokasi waktu
Kegiatan pendahuluan		Pendidik <ul style="list-style-type: none">- Mengucapkan salam- Mengabsen kehadiran peserta didik- Menginformasikan kompetensi yang harus dicapai oleh pesertadidik- Mensosialisasikan sistem penilaian yang akan dilaksanakan- Menyampaikan tujuan pembelajaran yang akan dicapai- Tanya jawab serta membahas materi hidangan kesemptan khusus acara adat istiadat yang dijelaskan minggu lalu- Menjelaskan cakupan materi tentang acara adat istiadat kematian-	15 menit
Kegiatan inti	Pemberian stimulus	Mengamati <ul style="list-style-type: none">• Mengamati resep yang sudah dibagikan minggu lalu	15 menit
	Identifikasi masalah	Menanya <p>Mengajukan pertanyaan tentang</p> <ol style="list-style-type: none">1. Kriteria hasil pengolahan hidangan khusus acara kematian2. Pengolahan hidangan khusus acara kematian <ul style="list-style-type: none">• Peserta didik secara berkelompok membuat tertib kerja hidangan kesempatan khusus acara adat istiadat	20 menit

		mitoni	
	Pengumpulan data	Mengumpulkan Data <ul style="list-style-type: none">• Peserta didik secara berkelompok mengidentifikasi resep (bahan, alat, prosedur), mengolah, kriteria hasil hidangan kesempatan khusus adat istiadat kematian	120 menit
	Pengumpulan data	Mengasosiasi <ul style="list-style-type: none">• Mengolah dan menganalisis data hasil praktek mengenai hidangan kesempatan khusus adat istiadat kematian• Menyimpulkan hasil analisis praktek	60 menit
	Pembuktian	Mengkomunikasikan <ul style="list-style-type: none">• Membuat laporan hasil diskusi dan praktik hidangan kesempatan khusus untuk acara adat istiadat kematian	95 menit
	generalization	<ul style="list-style-type: none">• Pesrta didik dan pendidik menyimpulkan secara umum apa yang sudah dipelajari• Pendidik memberi penguatan	15 menit
Kegiatan penutup		<ul style="list-style-type: none">• Pendidik dan peserta didik membuat kesimpulan dari materi yang dipelajari• Pendidik melakukan umpan balik untuk mengetahui sejauh mana pemahaman peserta didik dengan memberikan tes tertulis singkat• Pendidik menyampaikan rencana pembelajaran pada pertemuan berikutnya tentang praktek yang akan dilaksanakan	20 menit

P. Penilaian Pembelajaran, Remedial, dan Pengayaan

5. Teknik penilaian dan Instrumen

d. Pengetahuan

Kompetensi Dasar	Teknik Penilaian	Instrumen
KD-3.3. Menganalisis hidangan	5. Tes tertulis	1. Soal tes tertulis

kesempatan khusus untuk acara adat istiadat.	6. Pengamatan diskusi	2. Lembar pengamatan diskusi
KD-4.3. Membuat dan menyajikan makanan kesempatan khusus untuk acara adat istiadat	1. Tes praktik / unjuk kerja	5. Skor penilaian praktik 6. Lembar hasil penilaian praktik

Kompetensi dasar	Indicator Pencapaian Kompetensi	Indikator soal	Jenis soal	soal
3.3. Menganalisis hidangan kesempatan khusus untuk acara adat istiadat	3.3.1 Menjelaskan tentang hidangan kesempatan khusus untuk acara adat istiadat	Peserta didik mampu menjelaskan tentang hidangan kesempatan khusus untuk acara adat istiadat	Essay	7) Jelaskan pengertian hidangan kesempatan khusus untuk acara adat istiadat ! 8) Ceritakan yang dimaksud dengan acar kematian tigang dinten (tiga hari)
	3.3.2 Mengidentifikasi tentang macam-macam acara adat istiadat yang ada di Wilayah Indonesia	Peserta didik mampu mengidentifikasi tentang macam-macam acara adat istiadat yang ada di Wilayah Indonesia	Essay	9) Identifikasikan tentang acara tedak siten! 10) Coba ceritakan tentang acara ngesur tanah (geblag)
	3.3.3 Menyusun menu khusus yang disajikan dalam acara adat istiadat di Wilayah Indonesia	Peserta didik mampu Menyusun menu khusus yang disajikan dalam acara adat istiadat di Wilayah Indonesia	Essay	11) Buatlah susunan acara mitoni! (5 hidangan) 12) Hidangan khusus apa yang dihidangkan ketika acara adat istiadat upacara sekawan dasa dinten !

				(sebutkan 5)
	3.3.4 Mengidentifikasi kriteria hasil hidangan khusus untuk acara adat istiadat	Peserta didik mampu Mengidentifikasi kriteria hasil hidangan khusus untuk acara adat istiadat	Essay	13) Identifikasikan kriteria hasil dari : d. Tumpeng kuning e. Gudangan f. Jenang 7 warna 14) Bagaimana proses pembuatan tumpeng yang benar?
	3.3.5 Menjelaskan filosofi hidangan adat istiadat di Wilayah Indonesia	Peserta didik mampu menjelaskan filosofi hidangan perkawinan di Wilayah Indonesia	Essay	15) Sebutkan 3 bahan khusus acara medhak katelu (nyewu) beserta filosofinya 16) Sebutkan filosofi dari hidangan dibawah ini : a. tujuh macam sambel b. bubur merah putih c. tujuh buah ketupat berisi abon

Kunci jawaban dan skor :

No	Jawaban	Skor	Skor
1	Hidangan kesempatan khusus adat istiadat adalah hidangan yang terdapat pada acara adat tertentu dengan tujuan agar orang tersebut selalu mendapat Anugerah dari Tuhan serta bersyukur atas apa yang sudah diberikan	1	1 : jika mwnjawab dengan benar 0 : jika menjawab tidak benar
2	Tigang dinten merupakan upacara kematian yang diselenggarakan untuk memperingati tiga hari kematian seseorang,yang biasanya mengundang keluarga atau kerabat terdekat saja	1	1 : jika mwnjawab dengan benar 0 : jika menjawab tidak benar
3	Tedhak siten merupakan acara adat yang dilakukan untuk anak yang sudah lahir ketika sudah berumur 7 bulan yang sudah siap untuk jalan dimasa depannya	1	1 : jika menjawab dengan benar 0 : jika

			menjawab tidak benar														
4	Upacara ngesur tanah merupakan upacara yang diselenggarakan pada hari kematian seseorang, dilakukan sore hari setelah mayat dimakamkan yang bermakna bahwa seseorang akan kembali ke asalnya (tanah)	1	1 : jika menjawab dengan benar 0 : jika menjawab tidak benar														
5	Hidangan dalam acara mitoni : e. 7 macam sambal f. Bubur merah putih g. 7 ketupat diisi abon h. 7 jajanan pasar i. rujak	5	5 : jika menjawab 5 dengan benar 4 : jika menjawab 4 dengan benar 3 : jika menjawab 3 dengan benar 2 ; jika menjawab 2 dengan benar 1 : jika menjawab 1 dengan benar														
6	1. nasi waduk 2. ingkung 3. kedelai hitam 4. cabai merah utuh 5. rambak kulit	5	5 : jika menjawab 5 dengan benar 4 : jika menjawab 4 dengan benar 3 : jika menjawab 3 dengan benar 2 ; jika menjawab 2 dengan benar 1 : jika menjawab 1 dengan benar														
7	Kriteria hasil dari : d. Tumpeng kuning <table><tr><td>Rasa</td><td>Gurih</td></tr><tr><td>Warna</td><td>Kuning</td></tr><tr><td>Tekstur</td><td>Pulen, padat</td></tr><tr><td>Aroma</td><td>Harum rempah</td></tr><tr><td>bentuk</td><td>Kerucut</td></tr></table> e. Gudangan <table><tr><td>Rasa</td><td>Pedas</td></tr><tr><td>Warna</td><td>Hijau dari sayuran Taburan merah dari sambal kelapa</td></tr></table>	Rasa	Gurih	Warna	Kuning	Tekstur	Pulen, padat	Aroma	Harum rempah	bentuk	Kerucut	Rasa	Pedas	Warna	Hijau dari sayuran Taburan merah dari sambal kelapa	3	3 : jika menjawab 3 dengan benar 2 ; jika menjawab 2 dengan benar 1 : jika menjawab 1 dengan benar
Rasa	Gurih																
Warna	Kuning																
Tekstur	Pulen, padat																
Aroma	Harum rempah																
bentuk	Kerucut																
Rasa	Pedas																
Warna	Hijau dari sayuran Taburan merah dari sambal kelapa																

	<table><tr><td>Tekstur</td><td>Sayuran tidak <i>overcook</i></td></tr><tr><td>Aroma</td><td>Gurih pedas</td></tr><tr><td>bentuk</td><td>Tatan sayur dengan sambal kelapa</td></tr></table>	Tekstur	Sayuran tidak <i>overcook</i>	Aroma	Gurih pedas	bentuk	Tatan sayur dengan sambal kelapa						
Tekstur	Sayuran tidak <i>overcook</i>												
Aroma	Gurih pedas												
bentuk	Tatan sayur dengan sambal kelapa												
	f. Jenang 7 warna												
	<table><tr><td>Rasa</td><td>Gurih dan manis</td></tr><tr><td>Warna</td><td>Merah, hitam, biru, kuning, putih, ungu, dan merah muda</td></tr><tr><td>Tekstur</td><td>Kenyal</td></tr><tr><td>Aroma</td><td>Manis</td></tr><tr><td>bentuk</td><td>Bulat kecil</td></tr></table>	Rasa	Gurih dan manis	Warna	Merah, hitam, biru, kuning, putih, ungu, dan merah muda	Tekstur	Kenyal	Aroma	Manis	bentuk	Bulat kecil		
Rasa	Gurih dan manis												
Warna	Merah, hitam, biru, kuning, putih, ungu, dan merah muda												
Tekstur	Kenyal												
Aroma	Manis												
bentuk	Bulat kecil												
8.	1. bersihkan beras dengan bersih 2. aru beras sampai setengah matang 3. kukus nasi hingga matang 4. bila sudah matang, nasi dimasukkan kedalam cetakkan nasi tumpeng 5. tata ditengah tampir, nasi tumpeng siap digunakan	5	5 : jika menjawab 5 dengan benar 4 : jika menjawab 4 dengan benar 3 : jika menjawab 3 dengan benar 2 : jika menjawab 2 dengan benar 1 : jika menjawab 1 dengan benar										
9.	a. Daging kambing : bermakna untuk mengirim tunggangan bagi arwah yang mati supaya lekas sampai surge b. sepasang burung merpati yang dikurung : maksudnya adalah untuk mengirim tunggangan bagi arwah c. sesaji : digunakan untuk sarana doa bagi arwah	3	3 : jika menjawab 3 dengan benar 2 : jika menjawab 2 dengan benar 1 : jika menjawab 1 dengan benar										
10	a. tujuh macam sambel : menjadikan hidup lebih semangat, segar dan cerah hidupnya b. bubur merah putih: mengartikan selalu ingat dan hormat kepada kedua oarng tua c. tujuh buah ketupat berisi abon : artinya sudah ada jalan buat keluarga bayi, tinggal menunggu saatnya d. kue-kue manis ;agar hidup tetap manis	4	4 : jika menjawab 4 dengan benar 3 : jika menjawab 3 dengan benar 2 : jika menjawab 2 dengan benar 1 : jika menjawab 1 dengan benar										
Jumlah Skor		25											

Penskoran :

Nilai = skor x 4
= 25 x 4 = 100

e. Keterampilan

Kompetensi dasar	Indicator	Indicator soal	Jenis soal	Soal
4.3. Membuat dan menyajikan makanan kesempatan khusus untuk acara adat istiadat	4.3.3 Mengolah hidangan khusus acara adat istiadat di Wilayah Indonesia	Peserta didik dapat mengolah hidangan khusus acara adat istiadat di Wilayah Indonesia sesuai dengan prosedur	Unjuk kerja	Buatlah perencanaan dan lakukanlah pengolahan dan pnyajian hidangan ksemtana khusus acara adat istiadat yang ada di Indonesia!
	4.3.4 Menyajikan hidangan khusus acara adat istiadat di Wilayah Indonesia	Peserta didik dapat menyajikan hidangan khusus acara adat istiadat di Wilayah Indonesia		

Skor penilaian keterampilan

No	Aspek yang dinilai	Skor maksimal	Pedoman penskoran	Skor yang diperoleh
1.	Persiapan alat dan bahan	10	10; jika peserta didik mampu menyiapkan alat dan bahan dengan sangat baik 8; jika peserta didik mampu menyiapkan alat dan bahan dengan cukup baik 6; jika peserta didik mampu menyiapkan alat dan bahan dengan sedikit baik 4; jika peserta didik mampu menyiapkan alat dan bahan dengan kurang baik 2; jika peserta didik mampu menyiapkan alat dan bahan dengan tidak baik 0; jika peserta didik tidak mampu menyiapkan alat dan bahan	

2.	Penampilan peserta didik	10	10; jika peserta didik berpenampilan sangat baik 8; jika peserta didik berpenampilan cukup baik 6; jika peserta didik berpenampilan sedikit baik 4; jika peserta didik berpenampilan kurang baik 2; jika peserta didik berpenampilan tidak baik 0; jika peserta didik berpenampilan dengan sangat tidak baik	
3.	Proses ketepatan teknik	15	15; jika peserta didik dapat melakukan ketepatan teknik dengan sangat baik 13; jika peserta didik dapat melakukan ketepatan teknik dengan baik 10; jika peserta didik dapat melakukan ketepatan teknik dengan cukup baik 8; jika peserta didik dapat melakukan ketepatan teknik dengan kurang baik 5; jika peserta didik dapat melakukan ketepatan teknik dengan tidak baik 0; jika peserta didik tidak melakukan ketepatan teknik	
4.	Hasil			
	Aroma	10	10; jika aroma sangat baik 8; jika aroma cukup baik 6; jika aroma sedikit baik 4; jika aroma kurang baik 2; jika aroma tidak baik 0; jika aroma sangat tidak baik	
	Rasa	10	10; jika rasa sangat baik 8; jika rasa cukup baik 6; jika rasa sedikit baik 4; jika rasa kurang baik 2; jika rasa tidak baik 0; jika rasa sangat tidak baik	
	Tekstur	15	15; jika tekstur sangat baik 13; jika tekstur baik	

			10; jika tekstur cukup baik 8;jika tekstur kurang baik 5; jika tekstur tidak baik 0; jika tekstur sangat tidak baik	
	Warna	15	15; jika warna sangat baik 13; jika warna baik 10; jika warna cukup baik 8;jika warna kurang baik 5; jika warna tidak baik 0; jika warna sangat tidak baik	
5.	Inventaris alat	5	5; jika peserta didik dapat melakukan inventaris alat dengan sangat baik 4; jika peserta didik dapat melakukan inventaris alat dengan baik 3; jika peserta didik dapat melakukan inventaris alat dengan cukup baik 2; jika peserta didik dapat melakukan inventaris alat dengan kurang baik 1; jika peserta didik dapat melakukan inventaris alat dengan tidak baik 0; jika peserta didik tidak melakukan inventaris alat	
6.	Alokasi waktu	5	5; jika peserta didik dapat selesai sebelum batas waktu 4; jika peserta didik dapat selesai tepat waktu 3; jika peserta didik dapat selesai melebihi 10 menit dari batas waktu 2; jika peserta didik dapat selesai melebihi 15 menit dari batas waktu 1; jika peserta didik dapat selesai lebih dari 20 menit 0; jika peserta didik tidak dapat menyelesaikan hingga batas waktu maksimal	

7.	Berkemas	5	5; jika peserta didik dapat berkemas dengan sangat baik 4; jika peserta didik dapat berkemas dengan baik 3; jika peserta didik dapat berkemas dengan cukup baik 2; jika peserta didik dapat berkemas dengan kurang baik 1; jika peserta didik dapat berkemas dengan tidak baik 0; jika peserta didik tidak melakukan berkemas	
	TOTAL	100		

Lembar Penilaian Praktik

Lembar Penilaian Praktek

Kelompok :
Kelas :
Standar Kompetensi :
Kompetensi Dasar :
Sub. Kompetensi :
Masakan :
Hari/ tanggal :

AnggotaKelompok :

1)..... 3).....
2)..... 4).....

N o	Aspek yang Dinilai	Bobot	Nilai Siswa						Ket
			1	2	3	4	5	6	
1.	Persiapan alat dan bahan	10							
2.	Penampilan peserta didik	10							
3.	Proses: Ketepatan teknik	15							
4.	Hasil:								
	Rasa	20							
	Tekstur	15							
	Penyajian	15							
5.	Inventaris alat	5							
6.	Alokasi waktu	5							
7.	Berkemas	5							
	Jumlah	100							

HAND OUT

6. Pembelajaran remedial dan pengayaan

KOMPETENSI DASAR	RENCANA REMIDI	RENCANA PENGAYAAN
4.3.Menganalisis hidangan kesempatan khusus untuk acara adat istiadat	<ul style="list-style-type: none">Menjelaskan ulang materi yang belum fahamMengerjakan ulang no soal yang belum KKM untuk soal pengetahuanMelakukan tes ulang praktik sampai mencapai KMM	Memberi tugas untuk membuat rangkian acara adat istiadat beserta gambar hidangan yang sesuai !
6.3.Membuat dan menyajikan makanan kesempatan khusus untuk acara adat istiadat		

Q. Media, Alat, Bahan, dan Sumber Belajar

Media	: LCD, Powerpoint, Handout, papan tulis, kuis
Alat	: Pensil gambar, alat tulis dan perlengkapannya
Bahan	: Kertas gambar
Sumber Belajar	:
a. Buku	: Ridhayani, Saputra. 2012. Merencanakan Menyiapkan dan Menampilkan. Anjar, Rustina.2013 Modul Hidangan Untuk Kesempatan Khusus
b. Internet	: www.wikipedia.org , www.zonanesia.com , ilmupengetahuanumum.co , www.1001buku.or.id

Wonosari, September 2016

Mengetahui
Guru Pembimbing

Mahasiswa PPL

RUSTINA ANJAR R, S.Pd
NIP. 19790228 200801 2 008

Aisyah Kuncoro Putri
NIM.13511241021

Validasi Kaprodi	Tanggal Validasi

KOMPETENSI DASAR KE	: 3.3
MATA PELAJARAN	: Hidangan Untuk Kesempatan Khusus
POKOK MATERI	: Hidangan Khusus adat istiadat di berbagai wilayah Indonesia i. Pengertian Hidangan Khusus Adat Istiadat j. Jenis acara Adat Istiadat dan hidangannya k. kesimpulan

A. Acara Adat Istiadat

Acara atau upacara sering sekali disebut dengan selamat(syukuran). Seseorang yang merasa mendapat anugerah dan karunia dari Tuhan, tentu akan bersyukur. Salah satu kebiasaan masyarakat di Indonesia adalah mengadakan syukuran ketika mereka mendapatkan anugrah dari Tuhan. Dengan tujuan untuk bersyukur dan agar mendapat keselamatan bagi orang yang bersangkutan. Acara ini biasanya dihadiri oleh para tetua desa, tetangga terdekat sanak saudara dan keluarga inti, tidak jarang juga keluarga mengundang tamu dari keluarga lain. Upacara selamat merupakan salah satu tradisi yang dianggap dapat menjauhkan diri dari mala petaka. Karena kesadaran diri akan diri yang lemah di hadapan kekuatan dari luar.

Secara tradisional acara selamat dimulai dengan doa bersama, duduk bersila diatas tikar, melingkari nasi tumpeng dengan lauk pauk dan sesaji. Praktik upacara selamat sebagaimna yang diungkapkan oleh hildered Geetz pada umumnya dianut oleh kaum Islam abangan, sedangkan bagi kaum Islam putihan praktik selamat tidak mengandung hal-hal syirik yang menyolok didalamnya. Selamatan adalah ucapan doa bersama dengan seorang pemimpin atau modin yang kemudian diteruskan makan-makan berseama sekadarnya dengan tujuan untuk mendapat keselamatan dan perlindungan dari Tuhan Y.M.E

B. Jenis Acara Adat Istiadat Beserta Hidangannya

Upacara selamat dilakukan untuk merayakan hamper semua kejadian. Geetz mengkategorikan merekan kedalam empat jenis utama :

- Yang berkaitan dengan kehidupan : kelahiran, khitanan, pernikahan, dan kematian
- Yang berkaitan dengan peristiwa islam : misalkan Maulid Nabi
- Bersih desa atau yang berkaitan dengan integrasi social desa
- Kejadian yang tidak biasa misalnay berangkat untuk perjalanan panjang, pindah rumah, mengubah nama, kesembuhan penyakit, kesembuhan akan pengaruh sihir, dan sebagainya

Seiring dengan perkembangna jaman banyak acara adat yang sudah tergerus, ada pula acara adat yang sudah dikembangkan mencaji acara adat modern karena disesuaikan dengan jaman dan kebutuhan setiap manusia. Berikut merupakan acara adat istiadat yang belum dicampuri hal-hal modern :

1. Upacara tingkeban atau Mitoni

Mitoni merupakan acara adat kelahiran yang mana dilakukan oleh ibu yang sedang mengandung usia tujuh bulan. Tujuan dari mitoni ini sendiri adalah agar ibu dan janin selalu dijaga dalam kesejahteraan dan keselamatan sampai lahirnya jabang bayi. Sesajian atau hidangan yang sering ada di acara mitoni antara lain :

- a. Sehelai tikar rua dan dedaunan untuk siraman
- b. Seekor ayam jago yang sehat, hidup, melambangkan keluarga akan hidup baik ditengah masyarakat
- c. Tujuh macam tumpeng
- d. Tujuh macam sambal, arti semangat pada hidup, menjadi aktif dan kreatif
- e. Sambal rujak sepayasegar, cerah hidupnya
- f. Dlingo-dlengge, untuk menghindari dari pengaruh roh jahat
- g. Kue-kue manis, artinya agar hidup manis
- h. Tujuh buah ketupat yang diidi abon, yaitu yang artinya ada jalan buat keluar bayi, tinggal tunggu saatnya
- i. Panganan serabi dan kelepon
- j. Telur kura-kura ditatuh diatas tumpeng megana kura-kura itu kuat dan peka instingnya
- k. Bubur merah putih, berarti selalu ingat dan hormat kepada orang tua dan pinisepeuh
- l. Berbagai macam buah-buahan untuk kesehatan dan kebugaran
- m. Berbagai macam nasi seperti nasi kuning, nasi kebuli, nasi punar dll
- n. Boneka laki-laki dan boneka perempuan maksudnya yang lahir pria atau wanita sama saja
- o. Gayung yang dibuat dari kelapa maksudnya supaya bisa berguna seperti pohon kelapa yang mana pada setiap bagiannya sangat berguna dan bermanfaat

2. Babaran

Babaran merupakan tradisi jawa yang mana digelar dekat menjelang kelahiran, beberapa orang mengadakan selamatan kecil dengan anggota keluarga saja, hidangan yang biasa disajikan adalah sepiring jenang, nasi, urap, lauk pauk, dan sebuah pisang. Pisang ini dikupas bagian tengahnya untuk melambangkan kelahiran yang lancar

3. Sepasaran

Sepeasaran merupakan acara kelahiran yang digelar lima hari setelah selamatan pertama pada bayi. Selamatan ini digelar agak besar, pasaran ini biasanya ada acar pemberian nama juga. Hidangan yang sring disajikan adalah gudangan, bumbu urap, bubuk kacang, telur rebus, jangan kluwih, pelas, dimana hidangan tersebut ditempatkan pada satu wadah bisa menggunakan wadah palstik atau besek.

4. Selapanan

Yaitu acara kelahiran untuk anak yang baru lahir, orang tuanya membuat bancakan weton pertama kali, biasanya pada saat usia anak menginjak umur 35 hari (selapanan hari). Bancakan weton akan dilaksanakan tepat pada acara upacara selapanan atau selamatan ulang weton yang pertama kali, berikut beberapa sesaji dan hidangan diacara selapanan :

- a. Tujuh macam sayuran, kacang dan kangkung (harus ada) setelah itu bebas sisanya boleh sayur apa saja yang penting jumlahnya 7.maksudnya adalah 7 macam sayur mengandung sinergisme harapan akan mendapat pitulungan atau pertolongan dari Tuhan. Untuk kacang panjang dalam memasaknya tidak boleh dipotong karena melambangkan umur yang panjang, rejeki yang panjang dan panjang akal.
- b. Telur : jumlahnya boleh 7,11, atau 17. Yang bermakna agar mendapat pitulungan, kewelasan, dan pitulungan serta kewelasan
- c. Bumbu urap, maknanya menandakan bahwa seseorang pada rentang kehidupan yang sesungguhnya kehidupan yang manis, pahit, dan getir harus tetap dijalani dan dihadapi
- d. Empat macam polo-poloan
- e. Nasi tumpeng putih
- f. Jajanan pasar dan buah bermakna agar kesehatan, keselamatan, supaya selalu lengket mnyertai kemanapun pergi dan dimana pun berada
- g. Kembang setaman
- h. Uang logam
- i. Bubur 7 rupa

5. Tedhak siten

Slametan pada acara tedhak siten ini dilakukan saat bayi berumur 6 lapan atau 7 weton. Tedhak siten bisa disamakan usia bayi yang boleh menginjak tanah. Saat itu mungkin bayi sudah bisa duduk, memainkan tangannya, sudah merangkak, berdiri, tertawa, dan bersuara. Bayi sudah punya keinginan meraih barang-barang dengan tangannya. Maka sejak saat itu bayi sudah boleh diturunkan dari gendongan, duduk dilantai istilahnya mudhun. Jika menurut adat, semestinya bayi jangan dulu diturunkan ditanah atau lantai sendiri. Ketika tedhak siten barulah dikenalkan turun tanah pertama kali, karena pengalaman pertama bayi sehingga diadakan selamatan tedak siten

Sarana tedhak siten :

- a. Jadah 7 warna biasanya yang dipilih adalah warna dari pelanggi. Lambing agar selalu lengket pada orang tua dan bersujud kepada Tuhan.
- b. Jenang buwok, terbuat dari tepung beras agak kental sebagai lambang batu ujian mengatasi berbagai kesulitan kehidupan
- c. Andha, terbuat dari tebu wulung. Andha ini terdiri dari 2 tiang dan 7 anak tangga tidak boleh kurang ataupun lebih. Ini melambangkan langkah demi selangkah memulai kehidupan baru hingga dewasa, anak selalu dalam keadaan urip manis bahagis hidupnya tulus, beretika dan bercita-cita
- d. Kurungan (kranji). Dunia merupakan tempat yang sempit jadi diditu anak agar dapat mencari cita-cita sesuai dengan yang diinginkan kelak
- e. Bokor, bokor ini diisi air dan bunga setaman, tujuannya agar terhindar dari marbahaya
- f. Udhik-udhik, merupakan beras kuning yang dicampur dengan uang koin, yang bertujuan agar anak menjadi orang yang dermawan
- g. Dandana, diberi perhiasan, pakaian baru yang tujuan si anak siap untuk jalan keluar dan bermain bersama teman-temannya

Sesaji tedhak siten :

1. Nasi tumpeng 7 macam
2. Bubur 7 macam : misalnya bubur mutiara, bubur ketan hitam, bubur kacang kedelai hijau, buur beras putih, bubur beras gula jawa, bubur sumsum, bubur ketela pohon
3. Jajanan pasar

Urutan upacara Tedhak Siten

- a) Tetahan : bayi diturunkan dari gendongan lalu ditetah 7 langkah
- b) Ngidah jadah : bayi ditetah menginjak 7 jadah warna-warni dan jenang buwok
- c) Bayi dibimbing naik andha
- d) Kurungan. Bayi dimasukkan dalam kurungan yang mana disitu terdapat mainan yang merupakan perwakilan cita-citanya
- e) Mandi kembang setaman
- f) Berdandan
- g) Gelaran
- h) Sesaji udhik-udhik, dengan cara dilempar kepara tamu yang diwakili oleh orang tua bayi

6. Sunat atau khitan

Upacara selamatn acara sunatan bisanya dilakukan saat anak laki-laki berusia 16 tahun. Sunat merupakan kewajiban bagi para pemeluk agama islam. Untuk hidangan terpaku pada adat istiadat setempat., sehingga dapat menghadirkan sesuai kemampuan dan selera masing-masing.

7. Kematian

Selamatan ini untuk menyelamatkan jiwa orang yang sudah meninggal. Perjalanan selamatan ini mendapat pengaruh dari ajaran Hindhu dan Budha. Akan tetapi, akan tetapi yang berbeda hanyalah ucapan doa atau mantra.

a. Upacara ngesur tanah (geblog)

Merupakan upacara yang diselenggarakan pada saat hari meninggalnya seseorang. Upacara ini diselenggarakan sore hari setelah jenazah disemayamkan. Istilahnya sur atau ngusur tanah berate menggeser tanah. Makna sur tanah adalah memindahkan alam fana kea lam baka dan walag semula yang berasal dari tanah akan kembali ke tanah juga. Bahan yang digunakan untuk kenduri terdiri atas :

- 1) Nasi gurih
- 2) Ingkung
- 3) Urap
- 4) Cabai merah utuh
- 5) Krupuk rambak
- 6) Kedelai hitam
- 7) Bawang merah yang dikupas kulitnya
- 8) Bungan kenanga
- 9) Garam yang dihaluskan
- 10) Tumpeng ungkur-ungkur

b. Upacara tigang dinten

Upacara ini merupakan upacara kematian yang diselenggarakan untuk memperingati tiga hari kematian sesorang. Peringatan ini dilakukan dengankenduri mengundang kerabat dan tetangga terdekat. Kenduri yang digunakan :

1. Takir pontang berisi nasi putih dan nasi kuning, dilengkapi dengan sudi-sudi yang berisi kecambah, kacang panjang, bawang merah, garam, kue apem, uang.
2. Nasi asahan tiga tampah, daging lembu yang digoreng, lauk-pauk kering, sambal santan, sayur menir, jenang merah

c. Upacara pitung dinten

Upacara ini dilakukan setelah 7 hari meninggalnya seseorang. Bahan yang digunakan untuk kenduri adalah :

- 1) Kue apem yang didalamnya diberi uang logam, ketan, kolak (semuanya diletakkan dalam satu takir)
- 2) Nasi asahan tiga tampah, daging goreng, pindang merah yang dicampur dengan kacang panjang yang diikat kecil-kecil dan daging jeroan yang ditempatkan dalam wadah berbentuk kerucut serta pindang putih

d. Upacara sekawan dosa dinten

Upacara ini untuk memperingati empat puluh hari meninggalnya seseorang. Biasanya peringatan dilakukan dengan kendur, kenduri yang digunakan sama dengan peringatan tujuh hari kematian seseorang, akan tetapi ada tambahan seperti berikut :

1. Nasi wuduk
2. ingkung
3. kedelai hitam
4. cabai merah utuh
5. rambak kulit
6. bawang merah yang dikupas kulitnya
7. garam/ bunga kenanga

e. Upacara nyatus

Upacara kematian yang meperingati seratus hari meninggalnya seseorang. Tata cara dan bahan yang digunakan sama dengan kenduri di acara empat puluh hari.

f. Upacara mendhak pisan

Upacara medhak pisan merupakan upacara yang diselenggarakan ketika orang meninggal pada setahun pertama. Tata cara yang digunkan sam dengan peringatan seratus hari.

g. Upacara mendhak pindho

Merupakan upacara terakhir untuk memperingati meninggalnya seseorang. Tata cara dan bahan yang digunakan untuk memperingati seratus hari meninggalnya pada dasarnya sama dengan ketika melakukan peringatan medhak pisan

h. Upacara mendhak katelu

Merupakan peringatan seribu hari bagi orang yang sudah meninggal. Peringatan dilakukan dengan mengadakan kenduri di malam hari. Bahan yang digunakan hamper sama dengan peringatan empat puluh hari, hanya saja ada sedikit tambahan didalamnya seperti :

- 1) Daging kambing/ domba becek. Sebelum dimasukan ke becek, kambing disiram dengan bunga setaman lalu dicuci bulunya diselimuti dengan mori selembat sapu tangan, diberi kalung bunga yang telah dirangkai, diberi makanan daun sirih. Keesokan harinya kambing ditidurkan dan badannya digambar pola dengan menggunakan pisau. Hal ini dimaksud untuk mengirim tunggangan bagi arwah yang mati supaya lekas sampai surge.
- 2) Sepasang burung merpati dikurung dan diberi rangkaian bunga. Setelah doa burung merpati dilepas dengan tujuan agar dapat mengirim arwah sampai ke surge
- 3) Sesaji, terdiri atas tikar Bangka. Benang lewe empat puluh helai, jodhog, clupak berisi minyak kelapa dan uceg-uceg, minyak kelapa satu botol, sisir, serit, cepuk berisi minyak tua, cermin, kapuk, kemenyan, pisang

raja, gula kelapa, bunga boreh. Semuanya diletakkan diatas tampah yang dilektakkan dimana orang berkenduri untuk berdoa

i. Kol

Merupakan peringatan untuk orang yang sudah meninggal setelah seribu hari. Ngkoli diselenggarakan bertepatan dengan satu tahun atau setelah nyewu. Saat peringatan ini harus bertepatan dengan hari dan bulan meninggalnya seseorang. Ngkoli dilakukan dengan kenduri yang bernabahn kue apem, ketan, dan kolak. Semua diletakkan dalam satu takir, pisang raja satu tangkep, uang dan dupa

j. Bersih desa

Awalnya, upacara Bersih Desa ini dilaksanakan setelah masa panen padi tiba. Pada perkembangannya, kegiatan tradisional tersebut kini diselenggarakan pada bulan Besar (tahun Jawa) satu tahun satu kali. Untuk harinya, tidak terpaku pada hari-hari tertentu, hanya saja tidak pada hari pasaran Pon (pasaran Jawa) karena merupakan hari pantangan. Masyarakat percaya bahwa hari pasaran Pon merupakan hari meninggalnya Panembahan Senopati. Tempat pelaksanaan upacara pada waktu dulu dilaksanakan di Pendopo, tetapi karena kemajuan jaman tempat semakin terbatas maka pelaksanaan tempat upacara dilakukan di tempat Rois atau Kaum.

Tujuan dari penyelenggaraan upacara ini adalah sebagai ungkapan syukur kepada Yang Maha Agung karena masyarakat Giwangan telah diberi keselamatan selama satu tahun dan juga permohonan akan keselamatan dan kesejahteraan pada tahun–tahun yang akan datang semoga tidak terdapat bencana atau aral melintang yang berat di wilayah desa tersebut

Bersih Desa ini diawali dengan berbagai macam persiapan. Diantaranya adalah dengan melaksanakan kerja bakti di lingkungan masing-masing warga. Kemudian juga dilakukan pembenahan jalan-jalan dan gang-gang kampung agar tampak lebih bersih dan rapi. Di samping itu, juga dipersiapkan arena kesenian yang akan digelar pada saat yang bersamaan dengan upacara Bersih Desa. Persiapan-persiapan tadi kebanyakan dikerjakan oleh kaum lelaki, baik tua maupun muda.

Sedangkan bagi para perempuan, mereka mempersiapkan nasi ambengan yang digunakan untuk kenduri. Sebagian juga mempersiapkan tumpeng dan sesaji lainya yang akan dibagikan pada masyarakat setelah selesai kenduri. Adapun sesaji yang dipergunakan adalah:

- *Nasi Gurih*, sebagai persembahan kepada para leluhur,
- *Inggung*, sebagai lambang manusia ketika masih bayi dan sebagai lambang kepasrahan pada Yang Maha Agung,
- *Jajan Pasar*, sebagai lambang agar masyarakat mendapat berkah,

- *Pisang Raja*, sebagai lambang harapan agar mendapat kemuliaan dalam masa kehidupan,
- *Nasi Ambengan*, sebagai ungkapan syukur atas rezeki dari Yang Maha Agung,
- *Jenang*, berupa *jenang merah putih* (lambang bapak dan ibu) dan *jenang palang* (penolak marabahaya),
- *Tumpeng*, berupa *tumpeng lanang* (lambang Yang Maha Agung) dan *tumpeng wadon* (lambang penghormatan pada leluhur) yang ukurannya lebih kecil, dan
- *Ketan Kolak Apem*, untuk memetri pada dhanyang yang ada

Yaitu upacara yang diadakan pada setiap desa setelah masa panen padi, biasanya disuguhi dengan pertunjukan wayang kulit dengan cerita Dewi Sri. Dalam proses slamatan ini biasanya disiapkan berbagai kelengkapan atau uba rampe sebagaimana lazimnya dalam bentuk slametan yang lain. Jenis uba yang digunakan berupa nasi, sayur yang diurap, ikan asin, telur rebus, dan lain-lain. Selain uba rame juga tersedia sajen atau sesaji didalamnya, sajen ini sangat beragam dan terkadang memiliki makna tersendiri. Berikut beberapa contoh sesajen dalam kegiatan bersih desa :

- 1) Sajen gedhag raja
- 2) Sajen jajan pasar
- 3) Sajen kembang telon
- 4) Sajen sega ambegan
- 5) Sajen sega gurih
- 6) Sajen terakhir diwujudkan dalam bentuk nasi gurih dan ingkung ayam jago. Nasi dan ingkung diletakkan dalam kwali

C. Kesimpulan

Dalam beberapa jenis selamatan ada yang mengesankan bahwa selamatan seolah-olah budaya islam semata. Lebih-lebih jika yang menyelenggarakan selamatan itu adalah kalangan islam santri. Biasanya dalam praktiknya selamatan tersebut tidak sepenuhnya dapat diterima, kecuali dengan membuang unsur-unsur syirik yang menyolok seperti sebutan dewa-dewa, roh, dan sesaji. Namun pada masa sekarang hal tersebut mulai dilakukan oleh masyarakat luas ketika mengadakan acara adat istiadat. Hidangan yang disajikan juga tidak mengikuti ketentuan terdahulu tapi disamakan dengan hidangan adat itu berasal sesuai dengan kemampuan dan kesukaan orang yang mengadakan acara tersebut.

JOBSHEET HIDANGAN KESEMPATAN KHUSUS DAN FUSION FOOD

Sekolah	: SMKN 3 Wonosari
Kelas / Semester	: XII /1
Mata Pelajaran	: Hidangan Kesempatan Khusus dan Fusion Food
Materi Pokok	: Hidangan Kesempatan Khusus Acara Adat istiadat
Alokasi Waktu	: 8 x 45 menit (2 x Pertemuan)

A. KOMPETENSI INTI

- KI 3 : Memahami, menerapkan , menganalisis dan mengevaluasi pengetahuan factual, konseptual dan procedural dalam pengetahuan, teknologi, seni, budaya dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebab phenomena dan kejadian dalam bidang kerja yang spesifik untuk memecahkan masalah
- KI 4 :Mengolah, menyaji, menalar, dan mencipta dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri bertindak secara efektif dan kreatif, dan mampu melaksanakan tugas spesifik di bawah pengawasan langsung

B. KOMPETENSI DASAR

- KD-3.2 Menganalisis hidangan kesempatan khusus untuk acara adat istiadat
 - 3.2.1.menyebutkan macam-macam acara adat istiadat di Indonesia
 - 3.2.2. mengidentifikasi menu khusus yang terdapat pada acara adat istiadat di Indonesia
 - 3.2.3. mengaitkan hidangan khusus adat istiadat dengan filosofi masyarakat
- KD-4.2 Membuat hidangan kesempatan khusus untuk acara adat istiadat
 - 4.2.1 membuat rancangan menu hidangan khusus acara adat istiadat
 - 4.2.2 mengolah hidangan khusus acara adat istiadat

C. PENDAHULUAN

Adat istiadat merupakan suatu icon tersendiri bagi suatu wilayah. Indonesia memiliki berbagai macam acara adat istiadat, mulai dari upacara kelahiran, kematian sampai dengan rasa syukur kepada Tuhan Y.M.E. acara adat sendiri memiliki keunikan sendiri disetiap daerahnya, mulai dari acara adatnya sampai hidangan yang disajikan. Hidangan merupakan persyaratan yang harus ada di setiap acara adat istiadat dan memiliki filosofi tersendiri dalam penyajiannya. Kali ini kita akan mempraktekkan tentang acara adat kelahiran, kematian, dan bersih desa. Untuk praktek pertama akan mempraktekkan acara kelahiran mitoni, hidangan yang dipraktekkan adalah : tumpeng putih, gubahan, ayam bumbu kecap, tempe bacem, bubur 7 warna, rujak, es dawet, telur rebus dan oseng Lombok hijau. Untuk praktek kedua akan mempraktekkan hidangan kelahiran tedhak siten dan sepasaran yang terdiri dari : jenang 7 warna, jenang bluwok, tumpeng,






gudangan, lele goreng, telur rebus, jangan kluwih, pelas dan bubul kacang. Untuk praktek ke tiga akan mempraktekkan hidangan tentang bersih desa yang terdiri dari : nasi gurih, ingkung, nasi ambengan, gudangan, tumpeng, tempe bacem, jangan Lombok, sambel krecek, serundeng, rempeyek, kerupuk udang, dan mi goreng.

D. TUJUAN PEMBELAJARAN

- c. Dapat membuat persiapan praktek hidangan khusus adat istiadat
- d. Mampu menyiapkan dan mengolah hidangan kesempatan khusus adat istiadat

E. ALAT ATAU BAHAN

c. Alat :

Talenan adalah alat yang digunakan sebagai alas dalam memotong bahan-bahan makanan biasanya terbuat dari kayu ataupun palstik.		
Teflon yaitu alat yang digunakan untuk menggoreng		
Panci yaitu alat yang digunakan untuk merebus dan mengolah bahan makanan.		
Pisau yaitu peralatan memasak yang digunakan untuk memasak disebut juga dengan pisau dapur.		
kukusan		
Mangkuk		
Wajan		
Spatula		

d. Bahan :

- a. Tumpeng Putih,
 - Nasi ½ kg
 - Air 400 ml

b. Gudangan,

- Kacang panjang 10 helai
- Kelapa parut tua 1 bh
- kangkung 250 gr
- toge 250 gr
- kol 250 gr
- wortel 250 gr
- Bumbu halus
- daunjeruk 3 lmbr
- kencur 3 cm
- Gula merah 100 gr
- Bawang putih 3 siung
- Cabe keriting 3 buah
- Cabe merah besar 4 buah

c. Ayam Bumbu Kecap,

- 1 ekor ayam
- 200 ml kecap manis
- 6 siung bawang merah
- 6 siung bawang putih
- bumbu ungkep
- 15 butir cabe rawit
- sedikit garam
- minyak untuk menggoreng

d. Tempe Bacem,

- Air kelapa 700 ml
- Asam jawa 1 sdt
- Daun salam 3 lembar
- Gula merah 200 gr
- Tempe 500 gr
- Tahu 10 biji
- Garam 1 sdm
- Lengkuas 2 cm
- Bawang putih 3 siung
- Bawang merah 5 siung
- Ketumbar (sangrai) 1 sdt

e. Bubur 7 Warna,

- 1/2 muk beras atau2 piring nasi putih
- 1/4 gula merah dan 1/2 sendok makan garam
- 2 gelas santan kental, bisa pakai kara
- air

f. Rujak,

- Bengkoang
- Nanas
- Mangga muda
- Jambu air merah, potong per tiga bagian
- Buah mentimun
- Buah kedondong
- Pepaya mengkal
- 2 buah cabai rawit merah
- 1/2 sendok teh garam
- 100 gram gula merah
- 1 sendok teh terasi goreng
- 2 sendok makan larutan asam jawa
- 150 gram nanas, potong kecil

g. Es Dawet,

- 2 sdm tepung maizena
- secukupnya pasta pandan
- 400 ml air
- sejumput garam
- 1 buah es batu + air dalam sebuah baskom
- 300 gram gula merah
- 500 ml air
- 2 lembar daun pandan
- 65 ml santan kental
- 100 ml air
- ¼ sdt garam

h. Telur Rebus

- 7 butir telur
- 400 ml air
- 1 sdm garam

i. Oseng Lombok Hijau

- 1 papan tempe (iris kotak kecil)
- secukupnya kecap
- secukupnya kaldu ayam bubuk
- secukupnya garam
- secukupnya air
- Bumbu : (iris tipis)
- 2 siung bawang putih
- 4 siung bawang merah

- 8 buah cabai hijau

j. Jenang 7 Warna,

- 1 liter beras ketan
- 1 butir kelapa sedang
- 1/2 sdt garam
- -1 lembar Daun pandan

k. Jenang Bluwok

- 50 grTepung beras
- Air
- Garam ½ sdt

l. Lele Goreng

- 5 ekor lele
- 3 siung bawang
- 1 sdt garam
- Minyak

m. Jangan Kluwih

- ½ buah nangka muda
- 25 gr daun melinjo
- 3 helai kacang panjang
- 200 ml santan kental
- 3 siung bawang putih
- 1 siung bawang meraj
- 1 buah kemiri
- 1 sdt merica
- 1 sdm ebi

n. Pelas

- 100gr kacang tolo
- 50gr kelapa parut
- 5 siung bawang putih
- 2 buah bawang merah
- 1 buah kemiri
- Daun pisang

o. Bubuk Kacang

- 50 gr kacang kedelai

p. Nasi Gurih

- 1 mug beras putih

- 100 ml santan
- 1 lembar daun salam
- 1 batang sereh

q. Ingkung

- 1 ekor ayam
- 5 siung bawang putih
- 1 sdm merica

r. Nasi Ambengan

- **25gr Beras putih**
- **Gudangan**
- **Telur**
- **Serundeng**

s. Jangan Lombok

- 250 gr tempe kedelai
- 2 buah kentang
- 1 lenjer petai
- 25 buah cabe gede kriting
- 7 buah cabe rawit
- 5 siung bawang merah & putih
- 1 sdt garam
- 1 bks kara santan
- 1 gelas air
- 3 sisir gula jawa
- minyak goreng
- daun salam
- lengkuas,

t. Sambel Krecek,

- 50gr krecek
- 2 buah kentang
- 10 btg cabai merah
- 1/2 tomat
- 3 siung bawang merah
- 1/2 bawang bombay
- 4 sendok minyak goreng
- 1 sdt penyedap rasa
 - 1 sdt gula

u. Serundeng

- 1/2 kg Daging Sapi
- 1/2 sdm Ketumbar
- 10 buah bawang putih
- 10 buah bawang merah
- 1 buah lengkuas, sebesar ibu jari, diparut
- 1 buah asam jawa
- 3 lembar daun salam
- 8 buah cabai rawit
- 5 buah cabai keriting
- 3 buah gula merah
- 2 sdm garam
- 1 kelapa muda parut
- secukupnya minyak goreng

v. Rempeyek,

- 200 gr tepung beras
- 150 gr tepung sagu
- 1/2 ons teri (rendam air hangat)
- 4 bh daun jeruk (iris kecil2)
- 1 butir telur (kocoklepas)
- 400 ml santan
- bumbu halus :
- 8 butir kemiri
- 4 siung bawang putih
- secukupnya garam

w. Mi Goreng

- 1 bungkus mi kuning
- 5 siung bawang putih
- 3 siung bawang merah
- 1 buah kemiri
- 1sdm merica
- 1 sdt garam
- ½ sdt gula

x. Apem

- Tepung beras 1000 gr
- Tepung terigu 250gr
- Gula pasir 150gr
- Tape singkong 250gr, haluskan
- 1 btr kelapa muda, parut
- ½ sdt garam
 - 1000 ml air

F. KARAKTERISTIK

1. Tumpeng Putih,

Rasa : Khas nasi putih
Warna : Putih
Tekstur : Pulen
Bentuk : Kerucut
Aroma : Harum nasi

2. Gudangan,

Rasa : Pedas
Warna : Hijau dari sayuran, merah dari sambalnya
Tekstur : Tidak over cook, sayur masih renyah
Bentuk : Potongan sayuran
Aroma : Jeruk nipis dari sambalnya

3. Ayam Bumbu Kecap,

Rasa : Gurih
Warna : Coklat
Tekstur : Empuk
Bentuk : Potongan ayam
Aroma : Harum

4. Tempe Bacem,

Rasa : Manis, gurih
Warna : Coklat kecap
Tekstur : Empuk
Bentuk : Potongan tempe
Aroma : Harum rempah

5. Bubur 7 Warna,

Rasa : Gurih dan manis
Warna : merah/coklat dan putih
Tekstur : Lembek
Bentuk : Bulat
Aroma : Harum santan kelapa

6. Rujak,

Rasa : Pedas,asam,manis
Warna : Coklat
Tekstur : Renyah pada buah,cair pada kuahnya
Bentuk : Parutan buah dengan kuah
Aroma : Asam

7. Es Dawet,

Rasa : Manis
Warna : Hijau dari cendol,coklat dari kinca dan putih dari santan

Tekstur : Cair
Bentuk : Sesuai wadah
Aroma : Harum

8. Telur Rebus

Rasa : Telur
Warna : Putih dan kuning
Tekstur : Kenyal
Bentuk : Oval
Aroma : Khas telur

9. Oseng Lombok Hijau.

Rasa : Pedas, gurih
Warna : Coklat pucat dan hijau dari cabenya
Tekstur : Isian tidak overcook
Bentuk : Potongan temped an cabai
Aroma : Harum rempah

10. Jenang 7 Warna,

Rasa : Gurih
Warna : Merah, kuning, hijau, putih, biru, ungu, merah muda
Tekstur : Padat
Bentuk : Bulat
Aroma : Harum

11. Jenang Bluwok,

Rasa : Gurih
Warna : Putih
Tekstur : Lembut ,lembek
Bentuk : Bubur
Aroma : Harum

12. Lele Goreng,

Rasa : Gurih khas lele
Warna : Hitam matang
Tekstur : Empuk, sedikit renyah
Bentuk : Lele
Aroma : Harum

13. Jangan Kluwih,

Rasa : Gurih
Warna : Keruh santan
Tekstur : Cair
Bentuk : Cair
Aroma : Harum

14. Pelas

Rasa : Gurih

Warna : Kecoklatan sedikit putih
Tekstur : Lembut
Bentuk : Cetakan tum
Aroma : Harum

15. Bubuk Kacang

Rasa : Kacang
Warna : Coklat
Tekstur : Halus
Bentuk : Bubuk
Aroma : Harum

16. Nasi Gurih,

Rasa : Gurih
Warna : Putih
Tekstur : Pulen
Bentuk : Nasi
Aroma : Harum

17. Inggung,

Rasa : Gurih
Warna : Kecoklatan
Tekstur : Empuk
Bentuk : Ayam utuh
Aroma : Harum

18. Nasi Ambengan, ,

Rasa : Gurih
Warna : Putih
Tekstur : Pulen
Bentuk : Nasi
Aroma : Harum

19. Jagan Lombok,

Rasa : Gurih
Warna : Keruh santan
Tekstur : Cair
Bentuk : Cair
Aroma : Harum

20. Sambel Krecek,

Rasa : Pedas
Warna : Merah
Tekstur : Lembek
Bentuk : Kotak kecil-kecil
Aroma : Harum

21. Serundeng,

Rasa : Gurih,manis
Warna : Coklat
Tekstur : Berambut
Bentuk : Parutan kelapa, dan potongan daging
Aroma : Harum gula jawa dan daging

22. Rempeyek,

Rasa : Gurih
Warna : Coklat pucat/cream
Tekstur : Renyah
Bentuk : Bulat tidak beraturan
Aroma : Sesuai isi

23. Mi Goreng.

Rasa : Gurih
Warna : Coklat pucat
Tekstur : Kenyal
Bentuk : Panjang
Aroma : Harum bumbu

G. LANGKAH KERJA

- e. Persiapan alat dan bahan diatas meja
- f. Mencuci semua bahan dan peralatan
- g. Mengolah bahan makanan
- h. Menyajikan makanan hidangan kesempatan khusus masyarakat adat istiadat

H. KESELAMATAN KERJA

5. Mahasiswa wajib menaati peraturan di dapur yang telah ditetapkan
6. Pakailah sepatu tumit rendah
7. Gunakan pakaian kerja di dapur yang sesuai dengan fungsinya
8. Gunakan alat yang sesuai dengan fungsinya.

I. INDIKATOR KEBERHASILAN

3. Melalui kegiatan praktek siswa dapat mengetahui alat dan bahan membuat hidangan kesempatan khusus adat istiadat yang ada di wilayah Indonesia
4. Melalui kegiatan praktek siswa dapat mengetahui cara pengolahan hidangan kesempatan khusus adat istiadat di Wilayah Indonesia

J. BAHAN DISKUSI

- 3. Teknik pemilihan bahan yang baik.
- 4. Teknik pengolahan dan penyaji

Guru Pembimbing

Rustina Anjar R, S.Pd
NIP. 19790228 200801 2 008

Wonosari, September 2016
Mahasiswa PPL,

Aisyah Kuncoro Putri
NIM 13511241021



PEMERINTAH KABUPATEN GUNUNGKIDUL
DINAS PENDIDIKAN PEMUDA DAN OLAHRAGA
SMK NEGERI 3 WONOSARI
Jl.Pramuka, Tawarsari, Wonosari, GunungkidulTelp (0274)394250 Kodepos 55812

ULANGAN HARIAN
SEMESTER GANJIL
TAHUN PELAJARAN 2015 /2016
Mata pelajaran:Hidangan Untuk Kesempatan Khusus
Kelas/ Program : XII / TB Waktu :90 Menit

A

ESSAY !

- 1. Ceritakan yang dimaksud dengan acar kematian tigang dinten (tiga hari)!
- 2. Hidangan khusus apa yang dihidangkan ketika acara adat istiadat uapacar sekawan dasa dinten ! (sebutkan 5)
- 3. Jelaskan pengertian hidangan kesempatan khusus untuk acara adat istiadat !
- 4. Identifikasikan tentang acara tedak siten!
- 5. Buatlah susunan acara mitoni! (5 hidangan)
- 6. Identifikasikan kriteria hasil dari :
 - g. Tumpeng kuning
 - h. Gudangan
 - i. Jenang 7 warna
- 7. Sebutkan 3 bahan khusus acara medhak katelu (nyewu) beserta filosofinya
- 8. Sebutkan filosofi dari hidangan dibawah ini :
 - a. tujuh macam sambel
 - b. bubur merah putih
 - c. tujuh buah ketupat berisi abon
- 9. Bagaimana proses pembuatan tumpeng yang benar?
- 10. Coba ceritakan tentang acara ngesur tanah (geblag)



Validator	Tgl. Validasi	Paraf
Kapro/ KGNA		
MGMP		



PEMERINTAH KABUPATEN GUNUNGKIDUL
DINAS PENDIDIKAN PEMUDA DAN OLAAHRAGA

SMK NEGERI 3 WONOSARI
Jl..Pramuka, Tawarsari, Wonosari, GunungkidulTelp (0274)394250 Kodepos 55812

ULANGAN HARIAN
SEMESTER GANJIL
TAHUN PELAJARAN 2015 /2016
Mata pelajaran:Hidangan Untuk Kesempatan Khusus
Kelas/ Program : XII / TB Waktu :90 Menit

B

ESSAY !

- Identifikasikan kriteria hasil dari :
 - Tumpeng kuning
 - Gudangan
 - Jenang 7 warna
- Coba ceritakan tentang acara ngesur tanah (geblag)
- Hidangan khusus apa yang dihidangkan ketika acara adat istiadat uapacar sekawan dasa dinten ! (sebutkan 5)
- Identifikasikan tentang acara tedak siten!
- Ceritakan yang dimaksud dengan acar kematian tigang dinten (tiga hari)!
- Buatlah susunan acara mitoni! (5 hidangan)
- Jelaskan pengertian hidangan kesempatan khusus untuk acara adat istiadat !
- Bagaimana proses pembuatan tumpeng yang benar?
- Sebutkan 3 bahan khusus acara medhak katelu (nyewu) beserta filosofinya
- Sebutkan filosofi dari hidangan dibawah ini :
 - tujuh macam sambel
 - bubur merah putih
 - tujuh buah ketupat berisi abon



Validator	Tgl. Validasi	Paraf
Kapro/ KGNA		
MGMP		

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

(RPP 3)

Sekolah : SMK Negeri 3 Wonosari
Program Keahlian : Tata Boga
Paket Keahlian : Jasa Boga
Mata Pelajaran : Hidangan Untuk Kesempatan Khusus
Kelas/ Semester : XII / 1
Alokasi Waktu : 8 x pertemuan (8x45)

A. Kompetensi Inti

- KI 3 : Memahami, menerapkan , menganalisis dan mengevaluasi pengetahuan factual, konseptual dan procedural dalam pengetahuan, teknologi, seni, budaya dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebab phenomena dan kejadian dalam bidang kerja yang spesifik untuk memecahkan masalah
- KI 4 :Mengolah, menyaji, menalar, dan mencipta dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri bertindak secara efektif dan kreatif, dan mampu melaksanakan tugas spesifik di bawah pengawasan langsung

B. Kompetensi Dasar

- 3.4.Menganalisis hidangan kesempatan khusus untuk acara perkawinan
- 4.4.Membuat dan menyajikan hidangan khusus untuk acaraperkawinan

C. Indikator Pencapaian Kompetensi

- 3.3.11 Menjelaskan tentang hidangan kesempatan khusus untuk acara perkawinan
- 3.3.12 Mengidentifikasi tentang macam-macam acara perkawinan yang ada di Wilayah Indonesia
- 3.3.13 Menyebutkan menu khusus yang disajikan dalam acara perkawinan di Wilayah Indonesia
- 3.3.14 Mengidentifikasi kriteria hasil hidangan khusus untuk acara perkawinan
- 3.3.15 Menjelaskan filosofi hidangan khusus perkawinan Wilayah Indonesia
- 4.3.5 Mengolah hidangan khusus acara perkawinan di Wilayah Indonesia
- 4.3.6 Menyajikan hidangan khusus acara perkawinan di Wilayah Indonesia

D. Tujuan Pembelajaran

- Setelah berdiskusi dan mendengarkan informasi, peserta didik akan dapat menjelaskan tentang hidangan hidangan kesempatan khusus untuk acara perkawinan sesuai dengan materi yang sudah diterangkan dengan santun
- Setelah berdiskusi dan mendengarkan informasi, peserta didik akan dapat mengidentifikasi tentang macam-macam acara perkawinan yang ada di Wilayah Indonesia sesuai dengan materi yang sudah diterangkan dengan sopan
- Setelah berdiskusi dan mendengarkan informasi, peserta didik akan dapat menyebutkan menu khusus yang disajikan dalam acara perkawinan di Wilayah Indonesia dengan mandiri
- Setelah berdiskusi dan mendengarkan informasi, peserta didik akan dapat mengidentifikasi kriteria hasil hidangan khusus dalam acara perkawinan dengan semangat

- Setelah berdiskusi dan mendengarkan informasi, peserta didik akan dapat menjelaskan filosofi hidangan khusus dengan santun
- Disediakan peralatandan bahan peserta didik akan dapat mengolah hidangan kesempatan khusus acara perkawinan di Wilayah Indonesia sesuai prosedur dengan rasa tanggung jawab
- Disediakan peralatan dan bahan peserta didik akan dapat menyajikan hidangan kesempatan khusus acara perkawinan di Wilayah Indonesia dengan percaya diri

E. Materi Pembelajaran

- Pengertian hidangan khusus untuk acara perkawinan
- Macam-macam hidangan kesempatan khusus acara perkawinan di Wilayah Indonesia
- Menu hidangan khusus acara perkawinan di Wilayah Indonesia
- Kriteria hasil pengolahan hidangan kesempatan khusus acara perkawinan di Wilayah Indonesia
- Filosofi hidangan kesempatan khusus acara perkawinan

F. Pendekatan, Model, Dan Metode

- Pendekatan : Saintifik
- Model pembelajaran : Discovery learning
- Metode pembelajaran : Diskusi, Tanya jawab, Penugasan

G. Kegiatan Pembelajaran

Pertemuan pertama (8 x 45 menit)

Langkah Pembelajaran	Sintak model pembelajaran Discovery learning	Deskripsi	Alokasi waktu
Kegiatan pendahuluan		Pendidik <ul style="list-style-type: none"> Mengucapkan salam Mengabsen kehadiran peserta didik Menginformasikan kompetensi yang harus dicapai oleh pesertadidik Mensosialisasikan sistem penilaian yang akan dilaksanakan Menyampaikan tujuan pembelajaran yang akan dicapai Tanya jawab serta membahas materi hidangan kesemptan khusus pernikahan Menjelaskan cakupan materi tentang acara pernikahan Sebagai apersepsi peserta didik diminta untuk menyebutkan acara pernikahan yang ada di Indonesia 	15 menit
Kegiatan inti	Pemberian stimulus	Mengamati <ul style="list-style-type: none"> Mengamati foto/video/film/ gambar/atau membaca tentang Hidangan Kesempatan Khusus Untuk Acara perkawinan 	15 menit
	Identifikasi masalah	Menanya <ul style="list-style-type: none"> Mengajukan pertanyaan tentang 	20 menit

		16. Pengertian acara pernikahan 17. Fungsi acara pernikahan kelahiran tedak siten, mitoni, selapanan, dan aqiah 18. sejarah acara pernikahan 19. serta apakah ada perbedaan diantara hidangan kesempatan khusus untuk acara acara pernikahan di berbagai wilayah Indonesia <ul style="list-style-type: none"> peserta didik diminta memahami permasalahan apabila belum jelas bisa menanyakan kepada pendidik pendidik mengkondisikan peserta didik dalam situasi belajar yang kondusif agar siswa terbiasa untuk bertanya 	
	Pengumpulan data	Mengumpulkan Data <ul style="list-style-type: none"> Diskusi kelompok dengan menggunakan berbagai sumber untuk menjawab pertanyaan yang diajukan tentang hidangan khusus acara pernikahan daerah Aceh 	120 menit
	Pengumpulan data	Mengasosiasi <ul style="list-style-type: none"> Secara berkelompok dan menganalisis data hasil diskusi dan hasil praktik terkait dengan pertanyaan yang diajukan tentang hidangan acara kesempatan khusus acara pernikahan daerah Aceh Menyimpulkan data hasil diskusi dan praktik terkait dengan pertanyaan yang diajukan tentang hidangan acara kesempatan khusus acara pernikahan daerah Aceh 	60 menit
	Pembuktian	Mengkomunikasikan <ul style="list-style-type: none"> Membuat laporan hasil diskusi dan praktik hidangan kesempatan khusus untuk acara pernikahan daerah Aceh Mempresentasikan laporan hasil diskusi hidangan kesempatan khusus untuk acara pernikahan daerah Aceh Pendidik membahas resep yang akan dipraktekkan minggu depan tentang acara pernikahan daerah Aceh 	95 menit
	generalization	<ul style="list-style-type: none"> Peserta didik dan pendidik menyimpulkan secara umum apa yang sudah dipelajari Pendidik memberi penguatan 	15 menit
Kegiatan penutup		<ul style="list-style-type: none"> Pendidik dan peserta didik membuat kesimpulan dari materi yang dipelajari 	20 menit

		<ul style="list-style-type: none"> • Pendidik melakukan umpan balik untuk mengetahui sejauh mana pemahaman peserta didik dengan memberikan tes tertulis singkat • Pendidik mengingatkan untuk mempelajari hidangan yang akan di praktekan minggu depan 	
--	--	--	--

Pertemuan kedua (8 x 45 menit)

Langkah Pembelajaran	Sintak model pembelajaran Discovery learning	Deskripsi	Alokasi waktu
Kegiatan pendahuluan		Pendidik <ul style="list-style-type: none"> - Mengucapkan salam - Mengabsen kehadiran peserta didik - Menyampaikan tujuan pembelajaran yang akan dicapai - Tanya jawab serta membahas materi hidangan kesemptan khusus acara perrkawinan minggu lalu - Sebagai apersepsi peserta didik diminta untuk mengulang inti dari materi yang diberikan minggu lalu 	15 menit
Kegiatan inti	Pemberian stimulus	Mengamati <ul style="list-style-type: none"> • Mengamati resep acara perkawinan daerah Aceh yang sudah dibagikan minggu lalu 	15 menit
	Identifikasi masalah	Menanya <ul style="list-style-type: none"> • Mengajukan pertanyaan tentang <ol style="list-style-type: none"> 7. Kriteria hasil pengolahan hidangan khusus acara perkawinan daerah Aceh 8. Pengolahan hidangan khusus acara perkawinan daerah Aceh • Peserta didik secara berkelompok membuat tertib kerja hidangan kesempatan khusus acara perkawinan mitoni 	20 menit
	Pengumpulan data	Mengumpulkan Data <ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik secara berkelompok mengidentifikasi resep (bahan, alat, prosedur), mengolah, kriteria hasil hidangan kesempatan khusus acara perkawinan daerah Aceh 	135 menit
	Pengumpulan data	Mengasosiasi <ul style="list-style-type: none"> • Mengolah dan menganalisis data hasil praktek mengenai hidangan kesempatan khusus acara perkawinan 	60 menit

		daerah Aceh <ul style="list-style-type: none"> • Menyimpulkan data hasil diskusi dan praktik terkait dengan pertanyaan yang diajukan tentang hidangan acara kesempatan khusus acara perkawinan daerah Aceh 	
	Pembuktian	Mengkomunikasikan <ul style="list-style-type: none"> • Membuat laporan hasil diskusi dan praktik hidangan kesempatan khusus untuk acara perkawinan daerah Aceh • Mempresentsasikan laporan hasil diskusi dan praktiki hidangan kesempatan khusus untuk acara perkawinan daerah Aceh 	80 menit
	generalization	<ul style="list-style-type: none"> • Pesrta didik dan pendidik menyimpulkan secara umum apa yang sudah dipelajari • Pendidik memberi penguatan • Peserta didik dapat menyebutkan teknik atau kesalahan yang dibuat (jika ada) 	15 menit
Kegiatan penutup		<ul style="list-style-type: none"> • Pendidik dan peserta didik membuat kesimpulan dari materi yang dipelajari • Pendidik melakukan umpan balik untuk mengetahui sejauh mana pemahaman peserta didik dengan memberikan tes tertulis singkat • Pendidik memberi tugas untuk mencari vidio acara pernikahan khas daerah Minangkabau 	20 menit

Pertemuan ketiga (8 x 45 menit)

Langkah Pembelajaran	Sintak model pembelajaran Discovery learning	Deskripsi	Alokasi waktu
Kegiatan pendahuluan		Pendidik <ul style="list-style-type: none"> - Mengucapkan salam - Mengabsen kehadiran peserta didik - Menginformasikan kompetensi yang harus dicapai oleh pesertadidik - Mensosialisasikan sistem penilaian yang akan dilaksanakan - Menyampaikan tujuan pembelajaran yang akan dicapai - Tanya jawab serta membahas materi hidangan kesemptan khusus pernikahan - Menjelaskan cakupan materi tentang acara pernikahan - Sebagai apersepsi peserta didik diminta untuk menyebutkan acara pernikahan 	15 menit

		yang ada di Indonesia	
Kegiatan inti	Pemberian stimulus	Mengamati <ul style="list-style-type: none"> Mengamati hasil tugas video yang pernikahan minangkabau minggu lalu 	15 menit
	Identifikasi masalah	Menanya <ul style="list-style-type: none"> Mengajukan pertanyaan tentang <ol style="list-style-type: none"> Prosesi apa saja yang dilakukan ketika acara perkawinan di daerah Minangkabau Fungsi acara pernikahan di daerah Minangkabau sejarah acara pernikahan di Minangkabau serta apakah ada perbedaan diantara hidangan kesempatan khusus untuk acara acara pernikahan di berbagai wilayah Indonesia peserta didik diminta memahami permasalahan apabila belum jelas bisa menanyakan kepada pendidik pendidik mengkondisikan peserta didik dalam situasi belajar yang kondusif agar siswa terbiasa untuk bertanya 	20 menit
	Pengumpulan data	Mengumpulkan Data <ul style="list-style-type: none"> Diskusi kelompok dengan menggunakan berbagai sumber untuk menjawab pertanyaan yang diajukan tentang hidangan khusus acara pernikahan daerah Minangkabau 	120 menit
	Pengumpulan data	Mengasosiasi <ul style="list-style-type: none"> Secara berkelompok dan menganalisis data hasil diskusi dan hasil praktik terkait dengan pertanyaan yang diajukan tentang hidangan acara kesempatan khusus acara pernikahan daerah Minangkabau Menyimpulkan data hasil diskusi dan praktik terkait dengan pertanyaan yang diajukan tentang hidangan acara kesempatan khusus acara pernikahan daerah Minangkabau 	60 menit
	Pembuktian	Mengkomunikasikan <ul style="list-style-type: none"> Membuat laporan hasil diskusi dan praktik hidangan kesempatan khusus untuk acara pernikahan daerah Aceh Mempresentasikan laporan hasil diskusi hidangan kesempatan khusus 	95 menit

		untuk acara pernikahan daerah Minangkabau <ul style="list-style-type: none"> Pendidik membahas resep yang akan dipraktekkan minggu depan tentang acara pernikahan daerah Minangkabau 	
	generalization	<ul style="list-style-type: none"> Peserta didik dan pendidik menyimpulkan secara umum apa yang sudah dipelajari Pendidik memberi penguatan 	15 menit
Kegiatan penutup		<ul style="list-style-type: none"> Pendidik dan peserta didik membuat kesimpulan dari materi yang dipelajari Pendidik melakukan umpan balik untuk mengetahui sejauh mana pemahaman peserta didik dengan memberikan tes tertulis singkat Pendidik mengingatkan untuk memepelajari hidangan yang akan di praktekkan minggu depan 	20 menit

Pertemuan keempat (8 x 45 menit)

Langkah Pembelajaran	Sintak model pembelajaran Discovery learning	Deskripsi	Alokasi waktu
Kegiatan pendahuluan		Pendidik <ul style="list-style-type: none"> Mengucapkan salam Mengabsen kehadiran peserta didik Menyampaikan tujuan pembelajaran yang akan dicapai Tanya jawab serta membahas materi hidangan kesemptan khusus acara perrkawinan minggu lalu Sebagai apersepsi peserta didik diminta untuk mengulang inti dari materi yang diberikan minggu lalu 	15 menit
Kegiatan inti	Pemberian stimulus	Mengamati <ul style="list-style-type: none"> Mengamati resep acara perkawinan daerah Minangkabau yang sudah dibagikan minggu lalu 	15 menit
	Identifikasi masalah	Menanya <ul style="list-style-type: none"> Mengajukan pertanyaan tentang <ol style="list-style-type: none"> Kriteria hasil pengolahan hidangan khusus acara perkawinan daerah Minangkabau Pengolahan hidangan khusus acara perkawinan daerah Minangkabau Peserta didik secara berkelompok membuat tertib kerja hidangan kesempatan khusus acara pernikahan daerah Minangkabau 	20 menit

	Pengumpulan data	Mengumpulkan Data <ul style="list-style-type: none"> Peserta didik secara berkelompok mengidentifikasi resep (bahan, alat, prosedur), mengolah, kriteria hasil hidangan kesempatan khusus acara perkawinan daerah Minangkabau 	135 menit
	Pengumpulan data	Mengasosiasi <ul style="list-style-type: none"> Mengolah dan menganalisis data hasil praktek mengenai hidangan kesempatan khusus acara perkawinan daerah Minangkabau Menyimpulkan data hasil diskusi dan praktik terkait dengan pertanyaan yang diajukan tentang hidangan acara kesempatan khusus acara perkawinan daerah Minangkabau 	60 menit
	Pembuktian	Mengkomunikasikan <ul style="list-style-type: none"> Membuat laporan hasil diskusi dan praktik hidangan kesempatan khusus untuk acara perkawinan daerah Minangkabau Mempresentasikan laporan hasil diskusi dan praktiki hidangan kesempatan khusus untuk acara perkawinan daerah Minangkabau 	80 menit
	generalization	<ul style="list-style-type: none"> Pesrta didik dan pendidik menyimpulkan secara umum apa yang sudah dipelajari Pendidik memberi penguatan Peserta didik dapat menyebutkan teknik atau kesalahan yang dibuat ketika praktek (jika ada) 	15 menit
Kegiatan penutup		<ul style="list-style-type: none"> Pendidik dan peserta didik membuat kesimpulan dari materi yang dipelajari Pendidik melakukan umpan balik untuk mengetahui sejauh mana pemahaman peserta didik dengan memberikan tes tertulis singkat Pendidik memberi tugas untuk mencari vidio acara pernikahan khas daerah Betawi 	20 menit

Pertemuan kelima (8 x 45 menit)

Langkah Pembelajaran	Sintak model pembelajaran Discovery learning	Deskripsi	Alokasi waktu
Kegiatan pendahuluan		Pendidik <ul style="list-style-type: none"> Mengucapkan salam Mengabsen kehadiran peserta didik 	15 menit

		<ul style="list-style-type: none"> Tanya jawab serta membahas materi hidangan kesempatan khusus pernikahan yang minggu lalu dipelajari Menjelaskan cakupan materi tentang acara pernikahan Sebagai apersepsi peserta didik diminta untuk menyebutkan kembali apa yang sudah dipelajari minggu lalu 	
Kegiatan inti	Pemberian stimulus	Mengamati <ul style="list-style-type: none"> Mengamati hasil tugas video yang pernikahan Betawi minggu lalu 	15 menit
	Identifikasi masalah	Menanya <ul style="list-style-type: none"> Mengajukan pertanyaan tentang <ol style="list-style-type: none"> Prosesi apa saja yang dilakukan ketika acara perkawinan di daerah Betawi Fungsi acara pernikahan di daerah Betawi sejarah acara pernikahan di Betawi serta apakah ada perbedaan diantara hidangan kesempatan khusus untuk acara acara pernikahan di berbagai wilayah Indonesia peserta didik diminta memahami permasalahan apabila belum jelas bisa menanyakan kepada pendidik pendidik mengkondisikan peserta didik dalam situasi belajar yang kondusif agar siswa terbiasa untuk bertanya 	20 menit
	Pengumpulan data	Mengumpulkan Data <ul style="list-style-type: none"> Diskusi kelompok dengan menggunakan berbagai sumber untuk menjawab pertanyaan yang diajukan tentang hidangan khusus acara pernikahan daerah Betawi 	120 menit
	Pengumpulan data	Mengasosiasi <ul style="list-style-type: none"> Secara berkelompok dan menganalisis data hasil diskusi dan hasil praktik terkait dengan pertanyaan yang diajukan tentang hidangan acara kesempatan khusus acara pernikahan daerah Betawi Menyimpulkan data hasil diskusi dan praktik terkait dengan pertanyaan yang diajukan tentang hidangan acara kesempatan khusus acara pernikahan 	60 menit

		daerah Betawi	
	Pembuktian	Mengkomunikasikan <ul style="list-style-type: none"> Membuat laporan hasil diskusi dan praktik hidangan kesempatan khusus untuk acara pernikahan daerah Betawi Mempresentasikan laporan hasil diskusi hidangan kesempatan khusus untuk acara pernikahan daerah Betawi Pendidik membahas resep yang akan dipraktekkan minggu depan tentang acara pernikahan daerah Betawi 	95 menit
	generalization	<ul style="list-style-type: none"> Peserta didik dan pendidik menyimpulkan secara umum apa yang sudah dipelajari Pendidik memberi penguatan 	15 menit
Kegiatan penutup		<ul style="list-style-type: none"> Pendidik dan peserta didik membuat kesimpulan dari materi yang dipelajari Pendidik melakukan umpan balik untuk mengetahui sejauh mana pemahaman peserta didik dengan memberikan tes tertulis singkat Pendidik mengingatkan untuk memepelajari hidangan yang akan di praktekkan minggu depan 	20 menit

Pertemuan keenam (8 x 45 menit)

Langkah Pembelajaran	Sintak model pembelajaran Discovery learning	Deskripsi	Alokasi waktu
Kegiatan pendahuluan		Pendidik <ul style="list-style-type: none"> Mengucapkan salam Mengabsen kehadiran peserta didik Menyampaikan tujuan pembelajaran yang akan dicapai Tanya jawab serta membahas materi hidangan kesemptan khusus acara perrkawinan minggu lalu Sebagai apersepsi peserta didik diminta untuk mengulang inti dari materi yang diberikan minggu lalu 	15 menit
Kegiatan inti	Pemberian stimulus	Mengamati <ul style="list-style-type: none"> Mengamati resep acara perkawinan daerah Betawi yang sudah dibagikan minggu lalu 	15 menit
	Identifikasi masalah	Menanya <ul style="list-style-type: none"> Mengajukan pertanyaan tentang <ol style="list-style-type: none"> Kriteria hasil pengolahan hidangan khusus acara perkawinan daerah Betawi Pengolahan hidangan khusus 	20 menit

		acara perkawinan daerah Betawi <ul style="list-style-type: none"> Peserta didik secara berkelompok membuat tertib kerja hidangan kesempatan khusus acara pernikahan daerah Betawi 	
	Pengumpulan data	Mengumpulkan Data <ul style="list-style-type: none"> Peserta didik secara berkelompok mengidentifikasi resep (bahan, alat, prosedur), mengolah, kriteria hasil hidangan kesempatan khusus acara perkawinan daerah Betawi 	135 menit
	Pengumpulan data	Mengasosiasi <ul style="list-style-type: none"> Mengolah dan menganalisis data hasil praktek mengenai hidangan kesempatan khusus acara perkawinan daerah Betawi Menyimpulkan data hasil diskusi dan praktik terkait dengan pertanyaan yang diajukan tentang hidangan acara kesempatan khusus acara perkawinan daerah Betawi 	60 menit
	Pembuktian	Mengkomunikasikan <ul style="list-style-type: none"> Membuat laporan hasil diskusi dan praktik hidangan kesempatan khusus untuk acara perkawinan daerah Betawi Mempresentasikan laporan hasil diskusi dan praktiki hidangan kesempatan khusus untuk acara perkawinan daerah Betawi 	80 menit
	generalization	<ul style="list-style-type: none"> Pesrta didik dan pendidik menyimpulkan secara umum apa yang sudah dipelajari Pendidik memberi penguatan Peserta didik dapat menyebutkan teknik atau kesalahan yang dibuat ketika praktek (jika ada) 	15 menit
Kegiatan penutup		<ul style="list-style-type: none"> Pendidik dan peserta didik membuat kesimpulan dari materi yang dipelajari Pendidik melakukan umpan balik untuk mengetahui sejauh mana pemahaman peserta didik dengan memberikan tes tertulis singkat Pendidik memberi tugas untuk mencari vidio acara pernikahan khas daerah Solo 	20 menit

Pertemuan ketujuh (8 x 45 menit)

Langkah Pembelajaran	Sintak model pembelajaran Discovery learning	Deskripsi	Alokasi waktu
Kegiatan pendahuluan		Pendidik <ul style="list-style-type: none">- Mengucapkan salam- Mengabsen kehadiran peserta didik- Menjelaskan cakupan materi tentang acara pernikahan daerah Solo- Sebagai apersepsi peserta didik diminta untuk menyebutkan prosesi apa saja yang dilakukan dalam perkawinan daerah Solo	15 menit
Kegiatan inti	Pemberian stimulus	Mengamati <ul style="list-style-type: none">• Mengamati hasil tugas video yang pernikahan Solo minggu lalu	15 menit
	Identifikasi masalah	Menanya <ul style="list-style-type: none">• Mengajukan pertanyaan tentang<ol style="list-style-type: none">1. Prosesi apa saja yang dilakukan ketika acara perkawinan di daerah Solo3. Fungsi acara pernikahan di daerah Solo23. sejarah acara pernikahan di Solo24. serta apakah ada perbedaan diantara hidangan kesempatan khusus untuk acara acara pernikahan di berbagai wilayah Indonesia• peserta didik diminta memahami permasalahan apabila belum jelas bisa menanyakan kepada pendidik• pendidik mengkondisikan peserta didik dalam situasi belajar yang kondusif agar siswa terbiasa untuk bertanya	20 menit
	Pengumpulan data	Mengumpulkan Data <ul style="list-style-type: none">• Diskusi kelompok dengan menggunakan berbagai sumber untuk menjawab pertanyaan yang diajukan tentang hidangan khusus acara pernikahan daerah Solo	120 menit
	Pengumpulan data	Mengasosiasi <ul style="list-style-type: none">• Secara berkelompok dan menganalisis data hasil diskusi dan hasil praktik terkait dengan pertanyaan yang diajukan tentang hidangan acara kesempatan khusus acara pernikahan daerah Solo• Menyimpulkan data hasil diskusi dan	60 menit

		praktik terkait dengan pertanyaan yang diajukan tentang hidangan acara kesempatan khusus acara pernikahan daerah Solo	
	Pembuktian	Mengkomunikasikan <ul style="list-style-type: none">• Membuat laporan hasil diskusi dan praktik hidangan kesempatan khusus untuk acara pernikahan daerah Solo• Mempresentasikan laporan hasil diskusi hidangan kesempatan khusus untuk acara pernikahan daerah Solo• Pendidik membahas resep yang akan dipraktekkan minggu depan tentang acara pernikahan daerah Solo	95 menit
	generalization	<ul style="list-style-type: none">• Peserta didik dan pendidik menyimpulkan secara umum apa yang sudah dipelajari• Pendidik memberi penguatan	15 menit
Kegiatan penutup		<ul style="list-style-type: none">• Pendidik dan peserta didik membuat kesimpulan dari materi yang dipelajari• Pendidik melakukan umpan balik untuk mengetahui sejauh mana pemahaman peserta didik dengan memberikan tes tertulis singkat• Pendidik mengingatkan untuk memepelajari hidangan yang akan di praktekkan minggu depan	20 menit

Pertemuan kedelapan (8 x 45 menit)

Langkah Pembelajaran	Sintak model pembelajaran Discovery learning	Deskripsi	Alokasi waktu
Kegiatan pendahuluan		Pendidik <ul style="list-style-type: none">- Mengucapkan salam- Mengabsen kehadiran peserta didik- Menyampaikan tujuan pembelajaran yang akan dicapai- Tanya jawab serta membahas materi hidangan kesemptan khusus acara perrkawinan minggu lalu- Sebagai apersepsi peserta didik diminta untuk mengulang inti dari materi yang diberikan minggu lalu	15 menit
Kegiatan inti	Pemberian stimulus	Mengamati <ul style="list-style-type: none">• Mengamati resep acara perkawinan daerah Solo yang sudah dibagikan minggu lalu	15 menit
	Identifikasi masalah	Menanya <ul style="list-style-type: none">• Mengajukan pertanyaan tentang<ol style="list-style-type: none">1. Kriteria hasil pengolahan hidangan	20 menit

		khusus acara perkawinan daerah Minangkabau 2. Pengolahan hidangan khusus acara perkawinan daerah Solo <ul style="list-style-type: none"> Peserta didik secara berkelompok membuat tertib kerja hidangan kesempatan khusus acara pernikahan daerah Solo 	
	Pengumpulan data	Mengumpulkan Data <ul style="list-style-type: none"> Peserta didik secara berkelompok mengidentifikasi resep (bahan, alat, prosedur), mengolah, kriteria hasil hidangan kesempatan khusus acara perkawinan daerah Solo 	120 menit
	Pengumpulan data	Mengasosiasi <ul style="list-style-type: none"> Mengolah dan menganalisis data hasil praktek mengenai hidangan kesempatan khusus acara perkawinan daerah Solo Menyimpulkan data hasil diskusi dan praktik terkait dengan pertanyaan yang diajukan tentang hidangan acara kesempatan khusus acara perkawinan daerah Solo 	60 menit
	Pembuktian	Mengkomunikasikan <ul style="list-style-type: none"> Membuat laporan hasil diskusi dan praktik hidangan kesempatan khusus untuk acara perkawinan daerah Solo Mempresentasikan laporan hasil diskusi dan praktiki hidangan kesempatan khusus untuk acara perkawinan daerah Solo 	40 menit
	generalization	<ul style="list-style-type: none"> Peserta didik mengikuti Ulangan Harian bab Hidangan Kesempatan Khusus perkawinan) 	90 menit
Kegiatan penutup		<ul style="list-style-type: none"> Pendidik dan peserta didik membuat kesimpulan dari materi yang dipelajari Pendidik melakukan umpan balik untuk mengetahui sejauh mana pemahaman peserta didik dengan memberikan tes tertulis singkat 	5 menit

H. Penilaian Pembelajaran, Remedial, Dan Pengayaan

7. Teknik penilaian dan Instrumen

f. Pengetahuan

Kompetensi Dasar	Teknik Penilaian	Instrumen
KD-3.4 .Menganalisis	7. Tes tertulis	1. Soal tes tertulis

hidangan kesempatan khusus untuk acara perkawinan	8. Pengamatan diskusi	2. Lembar pengamatan diskusi
KD-4.4. 'Membuat dan menyajikan hidangan khususuntuk acaraperkawinan	1. Tes praktik / unjuk kerja	7. Skor penilaian praktik 8. Lembar hasil penilaian praktik

Kompetensi dasar	Indicator Pencapaian Kompetensi	Indikator soal	Jenis soal	soal
3.4. Menganalisis hidangan kesempatan khusus untuk acara perkawinan	3.4.1 Menjelaskan tentang hidangan kesempatan khusus untuk acara perkawinan	Peserta didik mampu menjelaskan tentang hidangan kesempatan khusus untuk acara perkawinan	menjodohkan	1. Acara yang digelar oleh dua pihak keluarga yang bertujuan menyatukan kedua pihak menjadi satu
	3.4.2 Mengidentifikasi tentang macam-macam acara perkawinan yang ada di Wilayah Indonesia	Peserta didik mampu mengidentifikas i tentang macam-macam acara adat istiadat yang ada di Wilayah Indonesia		2. Hidangan khas jogja yang terbuat dari nangka.....
	3.4.3 Menyusun menu khusus yang disajikan dalam acara perkawinan di Wilayah Indonesia	Peserta didik mampu Menyusun menu khusus yang disajikan dalam acara perkawinan di Wilayah Indonesia		3. Alat saji yang digunakan untuk menyajikan makanan di atas meja makan
	3.4.4 Mengidentifikasi kriteria hasil hidangan khusus untuk perkawinan istiadat	Peserta didik mampu Mengidentifikas i kriteria hasil hidangan khusus untuk acara perkawinan		4. Jenis makanan khas sumatera berupa daging yang dimasak dengan santan sampai bumbu meresap...
	3.4.5 Menyebutkan filosofi hidangan khusus	Peserta mampu menyebutkan filosofi khusus perkawinan di		5. Tempat yang digunakan untuk menyajikan makanan

	perkawinan di Wilayah Indonesia	Wilayah Indonesia		tambahan pada acara pernikahan.....
	3.4.6			6. Kue khas yang selalu ada diacara pernikahan khas betawi
	3.4.7			7. Tangan mertua mengusapkan ke wajah mempelai di acar pernikahan solo disebut dengan
	3.4.8			8. Jenis acara pernikahan yang mengangkat keenian daerah atau kuliner daerah.....
	3.4.9			9. Prosesi pernikahan yang sering melemar pantun dalam adat betawi
	3.4.10			10. Permulaan pertama dari acara pernikahan di minangkabau adalah....
	3.4.11			11. Sebutkan beberapa cara menentukan hidangan yang baik dan bijak ! (maksimal 5)
	3.4.12			12. Jelaskan 2 perbedaan antara acara pernikahan dengan gaya modern dan tradisional
	3.4.13			13. Susunlah hidangan pernikahan daerah solo dengan konsep piring terbang.
	3.4.14			14. Hidangan khusus apa saja yang disajikan ketika acara pernikahan adat betawi?(2)
	3.4.15			15. Sebutkan

				karakteristik dari hidangan : a.Selat solo b.Rendang c.Es buah
--	--	--	--	---

Kunci Jawaban :

NO	Jawaban	Skor	Skor
1.	Acara pernikahan	1	1 : jika mwnjawab dengan benar 0 : jika menjawab tidak benar
2	Gudeg	1	1 : jika mwnjawab dengan benar 0 : jika menjawab tidak benar
	Chaffing dish	1	1 : jika mwnjawab dengan benar 0 : jika menjawab tidak benar
	Rendang	1	1 : jika mwnjawab dengan benar 0 : jika menjawab tidak benar
	Gubug	1	1 : jika mwnjawab dengan benar 0 : jika menjawab tidak benar
	Roti buaya	1	1 : jika mwnjawab dengan benar 0 : jika menjawab tidak benar
	pukpuk	1	1 : jika mwnjawab dengan benar 0 : jika menjawab tidak benar
	Pernikahan tradisional	1	1 : jika mwnjawab dengan benar 0 : jika menjawab tidak benar
	Palang pintu	1	1 : jika mwnjawab dengan benar 0 : jika menjawab tidak benar
	Maresek	1	1 : jika mwnjawab dengan benar 0 : jika menjawab tidak benar
	1. Menghindari pengulangan menu 2. Menampilkan makanan khas daerah dengan identitas 3. Kebiasaan makan 4. Keuangan	5	5 : jika menjawab 5 dengan benar 4 : jika menjawab 4 dengan benar 3 : jika menjawab 3 dengan benar

5. Variasi dan keseimbangan		2 ; jika menjawab 2 dengan benar 1 : jika menjawab 1 dengan benar 0 : jika menjawab tidak benar																														
Acara pernikahan modern tidak terpaku pada aturan adat istiadat. Makanan dalam pernikahan tradisional disesuaikan dengan adat daerah terdapat	2	2 ; jika menjawab 2 dengan benar 1 : jika menjawab 1 dengan benar 0 : jika menjawab tidak benar																														
Pembuka : snack Isi : sop manten, nasi dengan lauk sambel kentang, capcay, terik, acar, dan krupuk udang Penutup : es buah	3	3 ; jika menjawab 3 dengan benar 2 ; jika menjawab 2 dengan benar 1 : jika menjawab 1 dengan benar 0 : jika menjawab tidak benar																														
1. Roti buaya 2. Sayur besan	2	2 ; jika menjawab 2 dengan benar 1 : jika menjawab 1 dengan benar 0 : jika menjawab tidak benar																														
a. Selat solo <table><tr><td>Rasa</td><td>Gurih</td></tr><tr><td>Warna</td><td>Kuah bening</td></tr><tr><td>Tekstur</td><td>cair</td></tr><tr><td>Aroma</td><td>Harum pala</td></tr><tr><td>Bentuk</td><td>cair</td></tr></table> b. Rendang <table><tr><td>Rasa</td><td>Pedas</td></tr><tr><td>Warna</td><td>merah</td></tr><tr><td>Tekstur</td><td>Empuk</td></tr><tr><td>Aroma</td><td>Wangi rempah</td></tr><tr><td>Bentuk</td><td>Potongan slide daging</td></tr></table> c. Es buah <table><tr><td>Rasa</td><td>manis</td></tr><tr><td>Warna</td><td>Merah dari sirupnya</td></tr><tr><td>Tekstur</td><td>cair</td></tr><tr><td>Aroma</td><td>pandan</td></tr><tr><td>Bentuk</td><td>Kotak dari buah dan jelli</td></tr></table>	Rasa	Gurih	Warna	Kuah bening	Tekstur	cair	Aroma	Harum pala	Bentuk	cair	Rasa	Pedas	Warna	merah	Tekstur	Empuk	Aroma	Wangi rempah	Bentuk	Potongan slide daging	Rasa	manis	Warna	Merah dari sirupnya	Tekstur	cair	Aroma	pandan	Bentuk	Kotak dari buah dan jelli	3	3 ; jika menjawab 3 dengan benar 2 ; jika menjawab 2 dengan benar 1 : jika menjawab 1 dengan benar 0 : jika menjawab tidak benar
Rasa	Gurih																															
Warna	Kuah bening																															
Tekstur	cair																															
Aroma	Harum pala																															
Bentuk	cair																															
Rasa	Pedas																															
Warna	merah																															
Tekstur	Empuk																															
Aroma	Wangi rempah																															
Bentuk	Potongan slide daging																															
Rasa	manis																															
Warna	Merah dari sirupnya																															
Tekstur	cair																															
Aroma	pandan																															
Bentuk	Kotak dari buah dan jelli																															

	JUMLAH	25	
--	--------	----	--

Penskroran
Jumlah nilai x 4 = 100
25 x 4 =100

g. Keterampilan

Kompetensi dasar	Indicator	Indicator soal	Jenis soal	Soal
4.4. Membuat dan menyajikan makanan kesempatan khusus untuk acara perkawinan	Mengolah hidangan khusus acara perkawinan di Wilayah Indonesia	Peserta didik dapat mengolah hidangan khusus acara perkawinan di Wilayah Indonesia sesuai dengan prosedur	Unjuk kerja	Buatlah perencanaan dan lakukanlah pengolahan dan pnyajian hidangan ksemtana khusus acara perkawianan yang ada di Indonesia!
	ii. Menyajikan hidangan khusus acara perkawinan di Wilayah Indonesia	Peserta didik dapat menyajikan hidangan khusus acara perkawinan di Wilayah Indonesia		

Skor penilaian keterampilan

No	Aspek yang dinilai	Skor maksima l	Pedoman penskoran	Skor yang diperoleh
1.	Persiapan alat dan bahan	10	10; jika peserta didik mampu menyiapkan alat dan bahan dengan sangat baik 8; jika peserta didik mampu menyiapkan alat dan bahan dengan cukup baik 6; jika peserta didik mampu menyiapkan alat dan bahan dengan sedikit baik 4; jika peserta didik mampu menyiapkan alat dan bahan dengan kurang baik 2; jika peserta didik	

			mampu menyiapkan alat dan bahan dengan tidak baik 0; jika peserta didik tidak mampu menyiapkan alat dan bahan	
2.	Penampilan peserta didik	10	10; jika peserta didik berpenampilan sangat baik 8; jika peserta didik berpenampilan cukup baik 6; jika peserta didik berpenampilan sedikit baik 4; jika peserta didik berpenampilan kurang baik 2; jika peserta didik berpenampilan tidak baik 0; jika peserta didik berpenampilan dengan sangat tidak baik	
3.	Proses ketepatan teknik	15	15; jika peserta didik dapat melakukan ketepatan teknik dengan sangat baik 13; jika peserta didik dapat melakukan ketepatan teknik dengan baik 10; jika peserta didik dapat melakukan ketepatan teknik dengan cukup baik 8; jika peserta didik dapat melakukan ketepatan teknik dengan kurang baik 5; jika peserta didik dapat melakukan ketepatan teknik dengan tidak baik 0; jika peserta didik tidak melakukan ketepatan teknik	
4.	Hasil			

	Aroma	10	10; jika aroma sangat baik 8; jika aroma cukup baik 6; jika aroma sedikit baik 4; jika aroma kurang baik 2; jika aroma tidak baik 0; jika aroma sangat tidak baik	
	Rasa	10	10; jika rasa sangat baik 8; jika rasa cukup baik 6; jika rasa sedikit baik 4; jika rasa kurang baik 2; jika rasa tidak baik 0; jika rasa sangat tidak baik	
	Tekstur	15	15; jika tekstur sangat baik 13; jika tekstur baik 10; jika tekstur cukup baik 8; jika tekstur kurang baik 5; jika tekstur tidak baik 0; jika tekstur sangat tidak baik	
	Warna	15	15; jika warna sangat baik 13; jika warna baik 10; jika warna cukup baik 8; jika warna kurang baik 5; jika warna tidak baik 0; jika warna sangat tidak baik	
5.	Inventaris alat	5	5; jika peserta didik dapat melakukan inventaris alat dengan sangat baik 4; jika peserta didik dapat melakukan inventaris alat dengan baik 3; jika peserta didik dapat melakukan inventaris alat dengan cukup baik	

			2: jika peserta didik dapat melakukan inventaris alat dengan kurang baik 1: jika peserta didik dapat melakukan inventaris alat dengan tidak baik 0: jika peserta didik tidak melakukan inventaris alat	
6.	Alokasi waktu	5	5: jika peserta didik dapat selesai sebelum batas waktu 4: jika peserta didik dapat selesai tepat waktu 3: jika peserta didik dapat selesai melebihi 10 menit dari batas waktu 2: jika peserta didik dapat selesai melebihi 15 menit dari batas waktu 1: jika peserta didik dapat selesai lebih dari 20 menit 0: jika peserta didik tidak dapat menyelesaikan hingga batas waktu maksimal	
7.	Berkemas	5	5: jika peserta didik dapat berkemas dengan sangat baik 4: jika peserta didik dapat berkemas dengan baik 3: jika peserta didik dapat berkemas dengan cukup baik 2: jika peserta didik dapat berkemas dengan kurang baik 1: jika peserta didik dapat berkemas dengan tidak baik 0: jika peserta didik tidak	

			melakukan berkemas	
	TOTAL	100		

Lembar Penilaian Praktik

Lembar Penilaian Praktek

Kelompok :
Kelas :
Standar Kompetensi :
Kompetensi Dasar :
Sub. Kompetensi :
Masakan :
Hari/ tanggal :

AnggotaKelompok :

1)..... 3).....
2)..... 4).....

N o	Aspek yang Dinilai	Bobot	Nilai Siswa						Ket
1.	Persiapan alat dan bahan	10							
2.	Penampilan peserta didik	10							
3.	Proses: Ketepatan teknik	15							
4.	Hasil:								
	Rasa	20							
	Tekstur	15							
	Penyajian	15							
5.	Inventaris alat	5							
6.	Alokasi waktu	5							
7.	Berkemas	5							
	Jumlah	100							

8. Pembelajaran remedial dan pengayaan

KOMPETENSI DASAR	RENCANA REMIDI	RENCANA PENGAYAAN
4.4. Menganalisis hidangan kesempatan khusus untuk acara perkawinan	<ul style="list-style-type: none">Menjelaskan ulang materi yang belum fahamMengerjakan ulang no soal yang belum KKM untuk soal pengetahuanMelakukan tes ulang praktik sampai mencapai KMM	Memberi tugas untuk membuat rangkian acara perkawinan beserta gambar hidangan yang sesuai !
6.4. Membuat dan menyajikan makanan kesempatan khusus untuk acara perkawinan		

A. Media, Alat, Bahan, Dan Sumber Belajar

Media : LCD, Powerpoint, Handout, papan tulis, kuis
Alat : Pensil gambar, alat tulis dan perlengkapannya
Bahan : Kertas gambar
SumberBelajar :
a. Buku : Ridhayani, Saputra. 2012. Merencanakan Menyiapkan dan Menampilkan.
Anjar, Rustina.2013 Modul Hidangan Untuk Kesempatan Khusus
b. Internet : www.wikipedia.org

www.zonanesia.com
ilmupengetahuanumum.co
www.1001buku.or.id

Mengetahui
Guru Pembimbing

Wonosari, September 2016

Mahasiswa PPL

RUSTINA ANJAR R, S.Pd
NIP. 19790228 200801 2 008

Aisyah Kuncoro Putri
NIM.13511241021

Validasi Kaprodi	Tanggal Validasi

HAND OUT

KOMPETENSI DASAR KE : 3.4
MATA PELAJARAN : Hidangan Untuk Kesempatan Khusus
POKOK MATERI :Hidangan Khusus pernikahan di berbagai wilayah Indonesia
l. Pengertian Hidangan Khusus Perkawinan
m. Jenis Acara Pernikahan
n. Jenis Hidangan Pernikahan
o. Pemilihan Hidanga
p. Penyajian Hidangan
q. Contoh Pernikahan Di Wilayah Indonesia
r. Kesimpulan

- a) **Pengertian Hidangan Khusus Penikahan**
Pernikahan merupakan acara yang diselenggarakan oleh dua keluarga yang berbeda dengan tujuan bisa menggabungkan kedua pihak keluarga menjadi satu keluarga besar. Dalam resepsi pernikahan hinga menjadi salah satu hal utama yang sangat penting untuk diperhatikan. Para tamu undangan pasti akan mencicipi hidngan dan seringkali memberi penilaian. Tak jarang kesan resepsi diambil dari hidangan makanannya.
Tema hidangan dalam resepsi pernikahan memang sebaiknya mengacu kepada tema pesta pernikahan. Hal yang terutama adalah untuk hidangan makanan utama. Jika tema adalah pesta adat makan tema makanan yang dihidangkan juga mencolok terhadap hidangan daerah setempat. Hidangan yang disajikan bias juga tergantung dari mayoritas tamu undangan dan daerah dimana pesta tersebut digelar
- b) **Jenis Acara Pernikahan**
Di Indonesia upacara pernikahan dilakukan dengan dua cara yaitu dengan cara tradisional dan modern. Ada kalanya pengantin menggunakan kedua cara tersebut. Pengantin bisa menggunakan acara modern saat akad nikah dan menggunakan cara tradisioanal ketika resepsi atau pesta digelar, dan dapat juga sebaliknya.
- 1) **Pernikahan Modern**
Acara pernikahan modern dilakukan mengikuti aturan nasional dan dari luar negri. Biasanya yang digunakan dalam pernikahan modern adalah gaya Eropa. Dalam hal ini tidak ada unsur adat yang akan diselenggarakan dan juga tidak ada terdapt pernakpernik yang berbau unsur adat setempat. Rangkaian acara modern biasanya dilakukan dengan cukup sederhana (simple). Pengantin hanya perlu mengucapkan janji suci pernikahan setelah itu pesta digelar.
Sekarang ini cukup banyak masyarakat yang menggunakan cara pernnikahan dengan gaya modern karena dirasa simple tidak membutuhkan banyak tempat dan peralatan. Biasanya mereka menggelar pesta dengan tema standing party dan garden party. Hidangan yang disajikan pada acara modern seperti ini tidak mempunyai ciri khusus. Biasanya pengantin memilih untuk menentukan hidangan yang disajikan dengan pertimbangan rasa suka pada dirinya.
- 2) **Pernikahan Tradisional**
Upacara pernikahan secara tradisioanal dilakukan menurut aturan adat setempat. Penggunaan aturan adat sendiri digunakan mulai dari rangkaian acara pernikahan yang cukup panjang, baju yang dipakai penganti juga dekorasi yang digunakan masih berunsur adat yang ditentukan ketika menikah. Indonesia memiliki banyak suku dan masing-masing tradisi pernikahan di setiap daerahnya. Bila kedua pihak berbeda adat biasanya hanya memilih satu adat untuk dijadikan tema pernikahan.

Hidangan yang disajikan pada acara pernikahan tradisional mengikuti rangkaian adat yang bersangkutan. Makanan yang dihidangkan merupakan makanan khas dari daerah yang mengadakan. Beberapa acara pernikahan adat di Indonesia yang terkenal misalnya pernikahan adat Jawa, Sunda, Betawi, Aceh, dan Minangkabau.

c) **Jenis Hidangan Pernikahan**

Makanan yang dihidangkan sebaiknya dipertimbangkan dari berbagai sisi anggaran yang disediakan merupakan kunci utama. Pengantin selalu ingin menampilkan pesta pernikahan dan hidangan yang terbaik dan menarik.

1. Pembuka
Makanan pembuka biasanya berupa snack makanan kecil disajikan sebelum para tamu undangan menikmati hidangan utama. Snack yang biasa disajikan berupa kue, jajanan pasar, kue kering dan kue basah tradisional yang merupakan khas daerah tersebut.
2. Utama
Makanan utama dalam sebuah acara perkawinan adalah makanan yang paling dicari oleh tamu yang hadir. Makanan utama ini dianggap mewah oleh pengantin dan tamu sehingga kebanyakan makanan utama ini merupakan olahan daging, ayam atau telur. Seperti contohnya: ayam goreng, semur, rending, bakso, telur balado dll
3. Penutup
Makanan penutup berupa jenis minuman, buah segar maupun pudding. Akan tetapi juga tidak jarang pengantin menyediakan es krim didalamnya. Penutup biasanya bercita rasa manis. Namun jangan lupa untuk selalu menyajikan air putih
4. Tambahan
Makanan tambahan adalah makanan yang disajikan terpisah dengan makanan utama. Jika makanan utama disajikan secara prasmanan dalam satu meja, makanan tambahan ini biasanya disajikan dalam gubug-gubug kecil yang terpisah. Tamu undangan dipersilahkan mengambil makanan tambahan ini sendiri menuju gubug-gubug yang sudah disediakan.

d) **Pemilihan Hidangan**

Makanan yang disajikan dalam acara perkawinan tertentu sudah dipilih secara special oleh pengantin. Namun pemilihan hidangan harus dilakukan secara bijak agar memberi kenyamanan pada tamu maupun pengantin sendiri. Berikut beberapa hal yang harus diperhatikan saat menentukan pilihan menu hidangan:

1. Menghindari pengulangan menu dasar
2. Menampilkan makanan khas daerah dengan identitas
3. Tujuan menu disusun
4. Kebiasaan makan
5. Keuangan
6. Variasi dan keseimbangan
7. Penyesuaian dengan iklim, cuaca dan musim
8. Pilihlah hidangan yang tahan lama

e) **Penyajian Hidangan**

1. Alat saji
Penyajian hidangan perkawinan dalam bentuk buffet merupakan acara yang dapat dilihat tamu sebagaimana pelayanan atas makanan. Maka sangatlah penting untuk mempertahankan daya tarik seoptimal mungkin sepanjang waktu. Untuk mencapai tampilan yang menarik, peralatan yang digunakan harus sesuai dengan tema yang digunakan.
2. Penataan hidangan

Gaya makan prasmanan memungkinkan para tamu untuk berbaris dan memilih makanan yang mereka inginkan

3. **Hiasan**

Hiasan dapat disiapkan atau alamiah, jenis bahan yang sering digunakan sebagai hiasan adalah : buah, bunga, sayur, rempah, coklat, dan krim.

f) **Contoh Pernikahan Di Wilayah Indonesia**

1. **Acara pernikahan adat Aceh**

Pernikahan merupakan salah satu unsur penting dalam kehidupan masyarakat Aceh, terutama dalam membangun sebuah keluarga. Karena hanya diwajibkan untuk dilakukan sekali seumur hidup, maka tak jarang dari mereka merayakan upacara tersebut, dan melakukan serangkaian prosesi atau upacara agar kehidupan keluarga baru mereka berjalan dengan lancar, harmonis, dan penuh berkah. Selain budaya, ajaran agama merupakan salah satu unsur penting dalam prosesi pernikahan adat masyarakat Aceh. Karena sebagian besar masyarakat Aceh beragama Islam, sehingga nilai-nilai dalam ajaran agama Islam sangat diutamakan dan dipegang teguh oleh masyarakat di sana.

Keperluan Dan Kebutuhan

Seperti pernikahan adat pada umumnya, dalam prosesi pernikahan adat masyarakat Aceh juga ada beberapa keperluan yang dibutuhkan, baik pada waktu melamar, menjelang pernikahan, pelaksanaan pernikahan dan setelah pernikahan. Keperluan tersebut di antaranya, mas kawin (*mahar*), *uang hangus*, makanan, serta pakaian dan perhiasan.

Mas kawin atau *Mahar* ini biasanya dapat berupa uang atau emas, yang nantinya akan diberikan oleh pihak pengantin laki-laki kepada pihak pengantin perempuan. Mas kawin tersebut tentunya disesuaikan dengan ketentuan adat, agama, dan kesepakatan antara kedua pihak. Sedangkan untuk *Uang hangus*, biasanya diserahkan bersamaan dengan *mas kawin*. Uang hangus ini biasanya digunakan untuk membantu pihak perempuan dalam menyelenggarakan acara pernikahan dan membeli isi kamar pengantin.

Kemudian untuk keperluan makanan biasanya terdiri dari peralatan makan dan aneka jenis makanan, yang nantinya disajikan untuk menjamu para tamu pada upacara pernikahan. Sedangkan untuk pakaian dan perhiasan, merupakan pakaian khusus yang digunakan pengantin pria dan wanita saat upacara pelaksanaan pernikahan.

Waktu Dan Tempat Pelaksanaan

Waktu dan tempat pelaksanaan pernikahan adat biasanya ditentukan oleh hasil musyawarah antara utusan dari pihak laki-laki dan keluarga pihak perempuan. Untuk penentuan waktu, biasanya akan disesuaikan dengan hari dan bulan yang dianggap baik oleh masyarakat di sana. Tentunya disesuaikan juga dengan kondisi ekonomi kedua keluarga. Sedangkan untuk tempat biasanya akan dilakukan di rumah pengantin laki-laki dan rumah pengantin perempuan. Tentunya tempat yang digunakan disesuaikan juga dengan kebutuhan acara dan kesepakatan bersama.

Persiapan Pernikahan

Pada tahap persiapan pernikahan ini biasanya ada beberapa prosesi yang harus dilakukan, di antaranya seperti prosesi *jak keumalen*, *jak baranub*, dan *jak ba tanda*.

Jak keumalen merupakan prosesi yang dilakukan untuk mencari tahu dan mengenal calon istri. Pada prosesi ini biasanya akan bisa dilakukan langsung oleh orang tua atau utusan khusus dari pihak laki-laki. Selain untuk mengenal keluarga dan calon pengantin perempuan, prosesi ini juga dilakukan untuk saling bersilaturahmi antar keluarga serta memperkenalkan diri kepada keluarga calon pengantin perempuan.

Jak baranub merupakan prosesi meminang calon pengantin. Dalam prosesi ini keluarga pihak laki-laki akan mengirimkan utusannya untuk mengunjungi pihak keluarga perempuan dengan membawakan oleh-oleh seperti sirih, kue, dan lain-lain. Dalam kunjungan tersebut

utusan akan mengungkapkan maksud dan tujuan mereka kepada keluarga perempuan. Apabila diterima, maka dilanjutkan dengan musyawarah bersama kedua keluarga.

Jak ba tanda merupakan prosesi memperkuat tanda jadi. Pihak laki-laki akan membawakan siri, makanan, seperangkat pakaian *lapek tanda*, dan perhiasan. Barang-barang tersebut kemudian ditaruh ke dalam *talam* atau *dalong* yang sudah dihias dan diserahkan kepada pihak perempuan. Setelah itu, kemudian akan dilanjutkan dengan pembahasan tentang mas kawin, hari dan tanggal, serta undangan atau tamu yang akan datang pada upacara pernikahan.

Menjelang Pernikahan

Tahapan ini merupakan serangkaian prosesi yang dilakukan sebelum upacara pelaksanaan pernikahan berlangsung. Prosesi tersebut diantaranya prosesi *malam peugaca*, *pembersihan diri*, dan *khatam Qur'an*.

Malam Peugaca merupakan upacara keselamatan untuk kedua mempelai. Prosesi ini biasanya dilakukan pada malam hari selama 3-7 hari. Dalam prosesi ini biasanya dilakukan dengan membacakan doa dan pemberian nasehat, yang dipimpin oleh sesepuh adat dan diikuti oleh keluarga beserta calon pengantin. Prosesi ini dilakukan agar calon pengantin diberikan keselamatan, berkah, kemudahan dalam hidup, serta rejeki yang lancar.

Pembersihan Diri merupakan prosesi yang biasanya dilakukan oleh calon pengantin menjelang upacara pernikahan. Prosesi ini dilakukan untuk mempercantik dan membersihkan diri para pengantin agar terlihat mempesona saat pesta pernikahan. Prosesi yang dilakukan diantaranya adalah prosesi *koh gilo* (merapikan atau meratakan gigi), *koh andam* (memotong rambut halus), dan upacara *peumano*.

Prosesi *koh gilo* dan *koh andam* ini biasanya dilakukan untuk pengantin perempuan. Namun khusus untuk prosesi *koh gilo* kini sudah mulai jarang dilakukan. Sedangkan prosesi *peumano* merupakan prosesi memandikan kedua calon mempelai yang dilakukan oleh keluarga masing-masing. Dalam prosesi ini calon pengantin akan dimandikan sambil diiringi dengan bacaan doa serta lantunan syair.

Khatam Qur'an merupakan prosesi pembacaan ayat suci *Al Qur'an* yang dilakukan pengantin perempuan. Prosesi ini dilakukan sebagai pembuktian bahwa calon pengantin perempuan merupakan orang yang *shalihah* dan taat agama. Karena bagi masyarakat Aceh, agama merupakan faktor yang penting dalam kehidupan dan rumah tangga mereka. Dalam prosesi ini pertama akan dipimpin oleh seorang guru ngaji atau tokoh agama setempat. Setelah prosesi tersebut selesai, kemudian pengantin perempuan akan mengucapkan tersimakasih serta meminta doa restu kepada guru ngaji mereka. Kemudian dilanjutkan upacara *Khatam Qur'an* di hadapan orang tua serta keluarga terdekat dengan didampingi guru ngajinya. Setelah selesai, keluarga akan menyerahkan seserahan berupa barang sembako kepada guru ngaji tersebut sebagai tanda terima kasih mereka.

Pelaksanaan Upacara Pernikahan

Setelah dilakukan beberapa prosesi menjelang pernikahan, kemudian dilanjutkan dengan pelaksanaan upacara pernikahan. Dalam upacara pernikahan ini diawali dengan *Ijab Kabul* yang dilakukan oleh kedua mempelai bersama *wali nikah*, *penghulu*, *saksi* dan *pihak keluarga*. Ijab Kabul ini biasanya dapat dilakukan di KUA atau masjid-masjid besar terdekat. Prosesi Ijab Kabul ini tentunya dilakukan sesuai dengan ketentuan adat dan agama. Setelah prosesi Ijab Kabul selesai maka akan dilanjutkan dengan pesta pernikahan. Pesta tersebut bisa dilakukan setelah Ijab Kabul maupun di lain hari.

Pesta pernikahan biasanya dilakukan di rumah keluarga perempuan. Pengantin laki-laki bersama dengan rombongan keluarga mendatangi kediaman pengantin perempuan. Setelah mendekati rumah pengantin perempuan, maka rombongan pengantin laki-laki akan disambut oleh keluarga pihak perempuan.



Gambar : Pelaksanaan Pernikahan Adat Aceh

Penyambutan dan rangkaian acara dalam pesta pernikahan ini tentunya dilakukan sesuai dengan tradisi adat masyarakat. Setelah berlangsungnya acara, rombongan dan keluarga yang datang akan disuguhkan dengan hidangan khusus dari keluarga perempuan. Setelah selesai makan, maka rombongan bisa minta izin untuk pulang, sementara pengantin laki-laki bersama orang tua tetap tinggal hingga acara selesai.

Setelah Pernikahan

Setelah pesta pernikahan masih ada beberapa prosesi adat yang harus dilakukan, yaitu menerima pengantin laki-laki (*tueng linto baro*) dan menerima pengantin perempuan (*tueng dara baro*). Upacara *tueng linto baro* ini biasanya dilakukan 3 atau 7 hari setelah pesta pernikahan.



Gambar : tueng dara baro

Prosesi ini dilakukan di rumah keluarga pengantin perempuan dengan rangkaian acara sesuai dengan tradisi adat. Setelah itu kemudian dilakukan prosesi *tueng dara baro*, prosesi ini hampir sama dengan prosesi sebelumnya, namun dilakukan di rumah pengantin pria.

Nilai-Nilai

Pernikahan adat masyarakat Aceh ini memiliki banyak nilai-nilai dan makna yang terkandung di dalamnya, terutama Nilai tradisi dan Nilai religi. *Nilai Tradisi* ini sangat terlihat dari rangkaian prosesi pernikahan yang sudah dilakukan oleh masyarakat Aceh secara turun temurun. Selain itu pernikahan tersebut juga dilakukan sesuai dengan tradisi adat yang sudah berlaku sejak zaman dahulu.

Begitu juga *Nilai Religi* juga sangat terlihat dari seluruh rangkaian prosesi pernikahan tersebut. Budaya serta ajaran agama Islam menjadi salah satu unsur terpenting dalam pernikahan adat masyarakat Aceh. Karena masyarakat Aceh percaya, bahwa agama merupakan

suatu pedoman hidup yang akan menuntun mereka untuk menjadikan kehidupan keluarga yang baik.

Perkembangan

Prosesi pernikahan adat ini, masih sering dilakukan oleh masyarakat Aceh hingga sekarang. Namun prosesi tersebut belum tentu sepenuhnya dilakukan. Dalam perkembangannya ada juga yang menambahkan rangkaian acara seperti acara hiburan, acara kesenian, maupun acara syukuran. Tapi ada juga yang mengurangi beberapa prosesi acara dalam pernikahan adat tersebut. Hal ini tentu harus disesuaikan juga dengan situasi dan kondisi mereka.

2. Acara pernikahan adat Minangkabau

Dalam tiap masyarakat dengan susunan kekerabatan bagaimanapun, perkawinan memerlukan penyesuaian dalam banyak hal. Perkawinan menimbulkan hubungan baru tidak saja antara pribadi yang bersangkutan, antara marapulai dan anak dara tetapi juga antara kedua keluarga. Latar belakang antara kedua keluarga bisa sangat berbeda baik asal-usul, kebiasaan hidup, pendidikan, tingkat sosial, tatakrama, bahasa dan lain sebagainya. Karena itu syarat utama yang harus dipenuhi dalam perkawinan, kesediaan dan kemampuan untuk menyesuaikan diri dari masing-masing pihak. Pengenalan dan pendekatan untuk dapat mengenal watak masing-masing pribadi dan keluarganya penting sekali untuk memperoleh keserasian atau keharmonisan dalam pergaulan antara keluarga kelak kemudian. Perkawinan juga menuntut suatu tanggungjawab, antaranya menyangkut nafkah lahir dan batin, jaminan hidup dan tanggungjawab pendidikan anak-anak yang akan dilahirkan.

Berpilin duanya antara adat dan agama Islam di Minangkabau membawa konsekwensi sendiri. Baik ketentuan adat, maupun ketentuan agama dalam mengatur hidup dan kehidupan masyarakat Minang, tidak dapat diabaikan khususnya dalam pelaksanaan perkawinan. Kedua aturan itu harus dipelajari dan dilaksanakan dengan cara serasi, seiring dan sejalan. Pelanggaran apalagi pendobrakan terhadap salah satu ketentuan adat maupun ketentuan agama Islam dalam masalah perkawinan, akan membawa konsekwensi yang pahit sepanjang hayat dan bahkan berkelanjutan dengan keturunan.

Hukuman yang dijatuhkan masyarakat adat dan agama, walau tak pernah diundangkan sangat berat dan kadangkala jauh lebih berat dari pada hukuman yang dijatuhkan Pengadilan Agama maupun Pengadilan Negara. Hukuman itu tidak kentara dalam bentuk pengucilan dan pengasingan dari pergaulan masyarakat Minang. Karena itu dalam perkawinan orang Minang selalu berusaha memenuhi semua syarat perkawinan yang lazim di Minangkabau. Syarat-syarat itu menurut Fiony Sukmasari dalam bukunya Perkawinan Adat Minangkabau adalah sebagai berikut : Kedua calon mempelai harus beragama Islam.

- * Kedua calon mempelai tidak sedarah atau tidak berasal dari suku yang sama, kecuali pesukuan itu berasal dari nagari atau luhak yang lain.
- * Kedua calon mempelai dapat saling menghormati dan menghargai orang tua dan keluarga kedua belah pihak.
- * Calon suami (marapulai) harus sudah mempunyai sumber penghasilan untuk dapat menjamin kehidupan keluarganya.

Perkawinan yang dilakukan tanpa memenuhi semua syarat diatas dianggap perkawinan sumbang, atau perkawinan yang tidak memenuhi syarat menurut adat Minang. Selain dari itu masih ada tatakrama dan upacara adat dan ketentuan agama Islam yang harus dipenuhi seperti tatakrama jopuik manjopuik, pinang meminang, batuka tando, akad nikah, baralek gadang, jalang manjalang dan sebagainya. Tatakrama dan upacara adat perkawinan inipun tak mungkin diremehkan karena semua orang Minang menganggap bahwa “Perkawinan itu sesuatu yang agung”, yang kini diyakini hanya “sekali” seumur hidup. (Sumber : Adat Minangkabau, Pola & Tujuan Hidup Orang Minang)

Adapun tata cara adat perkawinan di mingkabau, antara lain :

1. MARESEK

Maresek merupakan penajakan pertama sebagai permulaan dari rangkaian tata-cara pelaksanaan pernikahan. Sesuai dengan sistem kekerabatan di Minangkabau yaitu matrilineal, pihak keluarga wanita mendatangi pihak keluarga pria. Lazimnya pihak keluarga yang datang membawa buah tangan berupa kue atau buah-buahan. Pada awalnya beberapa wanita yang berpengalaman diutus untuk mencari tahu apakah pemuda yang dituju berminat untuk menikah dan cocok dengan si gadis. Prosesi bisa berlangsung beberapa kali perundingan sampai tercapai sebuah kesepakatan dari kedua belah pihak keluarga.

2. MAMINANG/BATIMBANG TANDO (BERTUKAR TANDA)

Keluarga calon mempelai wanita mendatangi keluarga calon mempelai pria untuk meminang. Bila pinangan diterima, maka akan berlanjut ke proses bertukar tanda sebagai simbol pengikat perjanjian dan tidak dapat diputuskan secara sepihak. Acara ini melibatkan orangtua, ninik mamak dan para sesepuh dari kedua belah pihak. Rombongan keluarga calon mempelai wanita datang membawa sirih pinang lengkap disusun dalam carano atau kampia (tas yang terbuat dari daun pandan) yang disuguhkan untuk dicicipi keluarga pihak pria. Selain itu juga membawa antaran kue-kue dan buah-buahan. Menyuguhkan sirih di awal pertemuan mengandung makna dan harapan. Bila ada kekurangan atau kejanggalan tidak akan menjadi gunjingan, serta hal-hal yang manis dalam pertemuan akan melekat dan diingat selamanya. Kemudian dilanjutkan dengan acara batimbang tando/batuka tando (bertukar tanda). Benda-benda yang dipertukarkan biasanya benda-benda pusaka seperti keris, kain adat, atau benda lain yang bernilai sejarah bagi keluarga. Selanjutnya berembuk soal tata cara penjemputan calon mempelai pria.

3. MAHANTA SIRIAH/MINTA IZIN

Calon mempelai pria mengabarkan dan mohon doa restu tentang rencana pernikahan kepada mamak-mamak-nya, saudara-saudara ayahnya, kakak-kakaknya yang telah berkeluarga dan para sesepuh yang dihormati. Hal yang sama dilakukan oleh calon mempelai wanita, diwakili oleh kerabat wanita yang sudah berkeluarga dengan cara mengantar sirih. Calon mempelai pria membawa selapah yang berisi daun nipah dan tembakau (sekarang digantikan dengan rokok). Sementara bagi keluarga calon mempelai wanita, untuk ritual ini mereka akan menyertakan sirih lengkap. Ritual ini ditujukan untuk memberitahukan dan mohon doa untuk rencana pernikahannya. Biasanya keluarga yang didatangi akan memberikan bantuan untuk ikut memikul beban dan biaya pernikahan sesuai kemampuan

4. BABAKO-BABAKI

Pihak keluarga dari ayah calon mempelai wanita (disebut bako) ingin memperlihatkan kasih sayangnya dengan ikut memikul biaya sesuai kemampuan. Acara ini biasanya berlangsung beberapa hari sebelum acara akad nikah. Mereka datang membawa berbagai macam antaran. Perlengkapan yang disertakan biasanya berupa sirih lengkap (sebagai kepala adat), nasi kuning singgang ayam (makanan adat), barang-barang yang diperlukan calon mempelai wanita (seperangkat busana, perhiasan emas, lauk-pauk baik yang sudah dimasak maupun yang masih mentah, kue-kue dan sebagainya). Sesuai tradisi, calon mempelai wanita dijemput untuk dibawa ke rumah keluarga ayahnya. Kemudian para tetua memberi nasihat. Keesokan harinya, calon mempelai wanita diarak kembali ke rumahnya diiringi keluarga pihak ayah dengan membawa berbagai macam barang bantuan tadi.

5. MALAM BAINAI



Bainai berarti melekatkan tumbukan halus daun pacar merah atau daun inai ke kuku-kuku calon pengantin wanita. Lazimnya berlangsung malam hari sebelum akad nikah. Tradisi ini sebagai ungkapan kasih sayang dan doa restu dari para sesepuh keluarga mempelai wanita. Perlengkapan lain yang digunakan antara lain air yang berisi keharuman tujuh macam kembang, daun inai tumbuk, payung kuning, kain jajakan kuning, kain simpai, dan kursi untuk calon mempelai. Calon mempelai wanita dengan baju tokah dan bersunting rendah dibawa keluar dari kamar diapit kawan sebayanya. Acara mandi-mandi secara simbolik dengan memercikkan air harum tujuh jenis kembang oleh para sesepuh dan kedua orang tua. Selanjutnya, kuku-kuku calon mempelai wanita diberi inai.

6. MANJAPUIK MARAPULAI



Ini adalah acara adat yang paling penting dalam seluruh rangkaian acara perkawinan menurut adat Minangkabau. Calon pengantin pria dijemput dan dibawa ke rumah calon pengantin wanita untuk melaksanakan akad nikah. Prosesi ini juga dibarengi pemberian gelar pusaka kepada calon mempelai pria sebagai tanda sudah dewasa. Lazimnya pihak keluarga calon pengantin wanita harus membawa sirih lengkap dalam cerana yang menandakan kehadiran mereka yang penuh tata krama (beradat), pakaian pengantin pria lengkap, nasi kuning singgang ayam, lauk-pauk, kue-kue serta buah-buahan. Untuk daerah pesisir Sumatra Barat biasanya juga menyertakan payung kuning, tombak, pedang serta uang jemputan atau uang hilang. Rombongan utusan dari keluarga calon mempelai wanita menjemput calon mempelai pria sambil membawa perlengkapan. Setelah prosesi sambah-mayambah dan mengutarakan maksud kedatangan, barang-barang diserahkan. Calon pengantin pria beserta rombongan diarak menuju kediaman calon mempelai wanita.

7. PENYAMBUKAN DI RUMAH ANAK DARO

Tradisi menyambut kedatangan calon mempelai pria di rumah calon mempelai wanita lazimnya merupakan momen meriah dan besar. Diiringi bunyi musik tradisional khas Minang yakni talempong dan gandang tabuk, serta barisan Gelombang Adat timbal balik yang terdiri dari pemuda-pemuda berpakaian silat, serta disambut para dara berpakaian adat yang menyuguhkan sirih. Sirih dalam carano adat lengkap, payung kuning keemasan, beras kuning, kain jajakan putih merupakan perlengkapan yang biasanya digunakan. Keluarga mempelai wanita memayungi calon

mempelai pria disambut dengan tari Gelombang Adat Timbal Balik. Berikutnya, barisan dara menyambut rombongan dengan persembahan sirih lengkap. Para sesepuh wanita menaburi calon pengantin pria dengan beras kuning. Sebelum memasuki pintu rumah, kaki calon mempelai pria diperciki air sebagai lambang memusikan, lalu berjalan menapaki kain putih menuju ke tempat berlangsungnya akad.

8. TRADISI USAI AKAD NIKAH

Ada lima acara adat Minang yang lazim dilaksanakan setelah akad nikah. Yaitu memulang tanda, mengumumkan gelar pengantin pria, mengadu kening, mengeruk nasi kuning dan bermain coki.

- Mamulangkan Tando

Setelah resmi sebagai suami istri, maka tanda yang diberikan sebagai ikatan janji sewaktu lamaran dikembalikan oleh kedua belah pihak.

- Malewakan Gala Marapulai

Mengumumkan gelar untuk pengantin pria. Gelar ini sebagai tanda kehormatan dan kedewasaan yang disandang mempelai pria. Lazimnya diumumkan langsung oleh ninik mamak kaumnya.

- Balantuang Kaniang atau Mengadu Kening

Pasangan mempelai dipimpin oleh para sesepuh wanita menyentuhkan kening mereka satu sama lain. Kedua mempelai didudukkan saling berhadapan dan wajah keduanya dipisahkan dengan sebuah kipas, lalu kipas diturunkan secara perlahan. Setelah itu kening pengantin akan saling bersentuhan.

- Mangaruak Nasi Kuniang

Prosesi ini mengisyaratkan hubungan kerjasama antara suami isri harus selalu saling menahan diri dan melengkapi. Ritual diawali dengan kedua pengantin berebut mengambil daging ayam yang tersembunyi di dalam nasi kuning.

- Bamain Coki

Coki adalah permainan tradisional Ranah Minang. Yakni semacam permainan catur yang dilakukan oleh dua orang, papan permainan menyerupai halma. Permainan ini bermakna agar kedua mempelai bisa saling meluluhkan kekakuan dan egonya masing-masing agar tercipta kemesraan.

Saat pesta perkawinan berlangsung, hal yang juga istimewa adalah makanan yang dihidangkan kepada tamu. Sudah menjadi tradisi yang tidak dapat dipisahkan adalah menghidangkan "Rendang" atau "Kalio Daging" sebagai menu utama. Rendang dengan bahan daging sapi dicampur dengan santan dan racikan berbagai macam bumbu dengan takaran yang pas khas masakan minang menjadi menjadi menu idola di setiap pesta perkawinan. Rendang juga pernah dinobatkan CNN travel sebagai makanan terlezat dunia tahun 2013. Beda antara rendang dengan kalio terletak pada santannya, bila kalio masih berkuah santan sementara rendang sudah tidak bersantan lagi tapi hanya dedak dedak santan yang tidak berkuah

3. Acara pernikahan adat Betawi

Adat pernikahan betawi merupakan salah satu adat pernikahan di Indonesia yang masih sering di lakukan . Dalam kesempatan ini kami ingin berbagi article kepada anda mengenai tata cara adat pernikahan betawi yang sering dilakukan di Indonesia.



1. Ngedelengin

Dalam adat pernikahan betawai, Ngedelengin adalah proses mencari pasangan yang bisa dilakukan siapa saja termasuk si jejaka sendiri. Setelah mereka bertemu dengan pasangan yang dirasa cocok, proses meminta ke pihak perempuan di lakukan oleh seseorang yang biasa disebut Mak Comblang. Jika terjadi kecocokan dengan pihak perempuan, maka si Gadis akan diberi uang sembe atau angpao. Mak Comblang akan melanjutkan dengan persiapan dan apa saja yang disyaratkan oleh pihak pria atau sering disebut bawaan ngelamar.

2. Nglamar

Dalam adat pernikahan betawi, ngelamar adalah permintaan orangtua pria kepada orangtua gadis secara resmi. Keputusan dari pihak wanita akan terjawab pada saat itu juga. Setelah itu, syarat dan prasyarat lamaran akan diutarakan oleh pihak wanita. Apa saja yang harus disiapkan dalam proses ngelamar?

1. Sirih, Pisang raja, Roti tawar, Hadiah lain
2. Hadirnya orang-orang untuk mejadi saksi dan memperkuat keputusan yang dibuat oleh pihak wanita
3. Bawa tande putus

Dalam adat pernikahan betawi, tande putus adalah sebuah tanda yang mengibaratkan anak wanita yang telah dilamar tidak boleh di ganggu oleh pihak manapun meskipun acara akad nihak masih jauh. Tande putus dapat berupa apa saja, yang mengisyaratkan sebuah ikatan resmi.

4. Akad Nikah

Sebelum acara Akad nikah dalam adat pernikahan betawi, ada pra-akad nikah dimana prosesnya sebagai berikut.

- Masa di piare, yaitu suatu masa dimana calon none atau gadis yang akan menghadapi akad nikah dikontrol kegiatannya oleh tukang piare atau tukang rias.
- Acara mandiin, acara ini adalah acara untuk mempelai wanita dimana mempelai wanita akan dilulur dan berpuasa selama seminggu agar pernikahannya dapat berjalan lancar.
- Acara tangas atau acara kum adalah acara mandi uap dengan tujuan memberisihkan sisa luluran yang berada di tubuh wanita. Mempelai wanita akan duduk dibawah bangku yang dibawahnya terdapat godokan rempah-rempah. Kurang lebih 30 menit sampai mempelai wanita mengeluarkan keringat beraroma rempah.
- Acara Ngerik atau malam pacar
Acara untuk mempelai wanita memerahkan kuku kaki dan kuku tangannya dengan pacar.
- Setelah acara pra akad nikah selesai, prosesi akad nikah dapat dilakukan. Kedatangan mempelai pria dan keluarganya disambut dengan aneka petasan untuk memeriahkan suasana. Barang yang dibawa pada akad nikah tersebut antara lain sirih nanas lamaran, sirih nanas hiasan, mas kawin, miniatur masjid yang berisi uang belanja, sepasang roti

buaya, sie atau kotak berornamen Tiongkok untuk tempat sayur dan telur asin, jung atau perahu yang mengindentikan perjalanan bahtera rumah tangga, hadiah lain sebagai pelengkap, kekudang atau makan yang disukai oleh gadis dari kecil sampe dewasa dan kue penganten.

Dalam adat pernikahan betawi, setelah akad nikah selesai, mempelai pria akan membuka cadar yang menutupi muka mempelai wanita untuk memastikan apakah benar, yang ada dibalik cadar tersebut adalah wanita idamannya. Setelah itu baru mempelai wanita dan pria diperbolehkan duduk berdampingan serta di isi dengan acara-acara untuk menghibur kedua mempelai.

5. Acare Negor

Satu hari setelah acara akad nikah, dalam adat pernikahan betawi, mempelai pria diperbolehkan untuk menginap di mempelai wanita, namun, tidak diperkenankan untuk melakukan hubungan layaknya suami istri. Namun tanggung jawab istri tetap dilakukan seperti menyiapkan makan, minum dan menyiapkan peralatan mandi. Untuk menghadapi sikap none atau mempelai wanita tersebut, si pria harus memasang strategi dengan cara memberi Uang tegor yang diselipkan di bawah taplak meja.

6. Pulang Tige Ari

Sebagai tanda kegembiraan dari pihak pria, dalam adat pernikahan betawi, orangtua pria atas kesucian yang telah di pelihara oleh pihak wanita, makan akan diberikan hadiah kepada pihak orangtua wanita. Setelah acara ini selesai makan tuan dan nyonye betawi berhak untuk tinggal serumah atau menetap di tempat yang telah disepakati berdua.

7. Tradisi “Palang Pintu” dan Resepsi Meriah



Palang pintu merupakan acara upacara adat Betawi yang sangat menghibur. Palang Pintu merupakan kegiatan yang bertujuan saling mengenal antar keluarga dan maksud tujuan kedatangan. Kemudian sebagai syarat diterimanya calon mempelai pria, harus melewati dahulu palang pintu yang dijaga oleh jawara Betawi dari pihak calon mempelai wanita.

Acara ini dilaksanakan sebelum akad nikah dimulai, tepatnya ketika rombongan calon pengantin pria baru sampai di depan kediaman calon pengantin wanita. Rombongan calon pengantin pria akan dihadang oleh keluarga calon pengantin wanita. Para jagoan calon pengantin pria harus melawan jagoan dari pihak calon mempelai wanita.

Para penjaga pintu mempelai wanita kemudian membuka percakapan dengan sejumlah pantun. Selanjutnya, perwakilan mempelai pria membalas pantun tersebut. Dialog pantun dikumandangkan dengan sangat meriah dan mengundang tawa hadirin. Isi pantun biasanya tanya jawab seputar maksud dan tujuan pihak pria.

Setelah itu, seorang wakil pengantin perempuan menantang adu silat salah satu orang dari pihak lelaki. Prosesi tersebut menyimbolkan upaya keras mempelai laki-laki untuk menikah dengan sang pujaan hati. Uniknya, setiap pertarungan silat, pihak mempelai wanita pasti dikalahkan oleh jagoan calon pengantin pria.

Selain adu pantun dan adu silat, calon pengantin pria juga ditantang kebolehan membaca Al Quran. Dan setelah semua ujian telah dilewati dengan memenangkan

ujian-ujian tersebut, akhirnya palang pintu dapat dibuka dan dimasuki oleh calon mempelai pria.

Setelah akad nikah dilakukan, resepsi pernikahan berlangsung dengan tradisi meriah. Pernak-pernik wajib khas Betawi yaitu ondel-ondel serta dekorasi warna-warni. Musik akan diiringi oleh suara tanjidor dan marawis (rombongan pemain rebana dan nyayian menggunakan bahasa arab). Selain itu, dimainkan pula keroncong dan gambang kromong khas Betawi.

Pengantin pria maupun pengantin wanita mengenakan pakaian kebesaran pengantin dan dihias. Dari gaya pakaian pengantin Betawi, ada dua budaya asing yang melekat dalam prosesi pernikahan. Pengantin pria dipengaruhi budaya Arab. Sedangkan busana pengantin wanita dipengaruhi adat Tionghoa.

Filosofi Upacara dan Tujuan Perkawinan

Perkawinan merupakan salah satu ritus dalam lingkungan kehidupan yang dianggap penting. Dalam tradisi yang mencakup adat-istiadat perkawinan suatu daerah, selain memuat aturan-aturan dengan siapa seseorang boleh melakukan perkawinan, terdapat pula tata cara dan tahapan-tahapan yang harus dilalui oleh pasangan calon pengantin dan pihak-pihak yang terlibat di dalamnya sehingga perkawinan ini mendapat pengabsahan di masyarakat. Seluruh tata cara dan rangkaian adat-istiadat perkawinan tersebut terangkai dalam suatu rentetan kegiatan upacara perkawinan.

Upacara itu sendiri diartikan sebagai tingkah laku resmi yang dibakukan untuk menandai peristiwa-peristiwa yang tidak ditujukan pada kegiatan teknis sehari-hari, tetapi mempunyai kaitan dengan kepercayaan di luar kekuasaan manusia. Oleh karena itu, dalam setiap upacara perkawinan, kedua mempelai ditampilkan secara istimewa, dilengkapi dengan tata rias wajah, sanggul serta tata rias busana yang lengkap dengan berbagai kelengkapan adat istiadat sebelum dan sesudah perkawinan.

Tujuan perkawinan tersebut menurut masyarakat dan budaya Betawi adalah memenuhi kewajiban mulia yang diwajibkan kepada setiap warga masyarakat yang sudah dewasa dan memenuhi syarat untuk itu. Orang Betawi yang mayoritas beragama Islam yakin bahwa perkawinan adalah salah satu sunnah bagi umat, sehingga dipandang sebagai suatu perintah agama untuk melengkapi norma-norma kehidupan manusia sebagai makhluk sosial dan ciptan Tuhan yang mulia.

Alasan keagamaan yang dijelaskan di atas menyebabkan orang Betawi beranggapan bahwa proses perkawinan harus dilakukan sebaik mungkin menurut ketentuan-ketentuan adat perkawinan yang sudah dilembagakan. Ketentuan adat perkawinan tersebut diberi nilai tradisi yang disakralkan sehingga harus dipenuhi dengan sepenuh hati oleh warga masyarakat dari generasi ke generasi.

Arti dan Fungsi Perkawinan pada Masyarakat Betawi

Perkawinan bagi banyak masyarakat dianggap sangat penting. Perkawinan dipandang sebagai peristiwa sosial dan agama. Perkawinan bukan saja bermakna sebagai peralihan dari masa lajang ke kehidupan berumah tangga tetapi juga dipandang sebagai pemenuhan kewajiban agama. Di samping itu, perkawinan juga dipandang sebagai suatu wadah untuk menunjukkan gengsi kemasyarakatan.

Ada beberapa fungsi dari upacara daur hidup antara lain:

- fungsi religius, yaitu meredam kekhawatiran akan adanya malapetaka yang akan menimpa suatu masyarakat tertentu apabila tidak melaksanakan upacara daur hidup.
- fungsi sosial, yaitu sebagai aktivitas untuk menumbuhkan kembali semangat kehidupan sosial antara warga masyarakat dan juga sebagai kontrol sosial.
- fungsi kepariwisataan, yaitu strategi untuk menarik wisatawan yang dapat menghasilkan modal wisata

Terdapat pula nilai-nilai yang terkandung dalam daur hidup suatu kebudayaan tertentu, antara lain:

- 1) Nilai kegotongroyongan
- 2) nilai musyawarah

4. Acara pernikahan adat Solo

Prosesi pernikahan adat Solo tidak hanya diadakan [sebelum akad nikah](#) saja. Ada sedikitnya 13 langkah yang harus dilewati sebelum kedua mempelai mengadakan resepsi pernikahan. Apa sajakah?

1. Akad Nikah



Akad Nikah | via: [dianpravita.com](#)

Pelaksanaan hijab kabul dilakukan dengan menyerahkan mas kawin seperti uang, emas dan seperangkat alat sholat yang disaksikan oleh ayah serta wali, dan petugas KUA.

2. Ngapit



Mempelai Pria Diapit | via: [baltyra.com](#)

Setelah itu pengantin laki-laki diapit oleh 2 kerabat dekatnya yang laki-laki tiba di depan gerbang rumah pengantin perempuan dan pengantin perempuan keluar dari kamar pengantin dengan diapit oleh dua orang tetua perempuan dan diikuti dengan orang tua dan keluarganya.

3. Balangan Suruh



Balangan Suruh | via: [mantenhouse.com](#)

Pada saat jarak antara kedua mempelai sekitar tiga meter, mereka saling melempar tujuh bungkusan yang berisi daun sirih, jeruk, yang ditali dengan benang putih. Mereka melempar dengan penuh semangat sambil tertawa. Melempar daun sirih satu sama lain menandakan mereka

adalah manusia dan bukan makhluk jadi-jadian yang menyamar jadi pengantin. Selain itu ritual ini juga melambangkan cinta kasih dan kesetiaan.

4. **Wiji Dadi**



Wiji Dadi | via: [mantenhouse.com](#)

Mempelai laki-laki menginjak telur ayam hingga pecah dengan kaki kanan. Kemudian pengantin perempuan akan membasuh kaki sang suami dengan air bunga. Proses ini melambangkan seorang suami dan ayah yang bertanggung jawab terhadap keluarganya dan istri yang taat melayani suaminya

5. **Pupuk**



Pupuk | via: [antohadisoebroto.blogspot.com](#)

Ibu pengantin perempuan yang mengusap pengantin laki-laki sebagai tanda ikhlas menerimanya sebagai bagian dari keluarga.

6. **Sindur Binayang**



Sindur Binayang | via: [mantenhouse.com](#)

Dalam ritual ini ayah pengantin perempuan menuntun pasangan pengantin ke kursi pelaminan sementara ibu pengantin perempuan menyampirkan kain sindur sebagai tanda bahwa sang ayah menunjukkan jalan menuju kebahagiaan.

7. **Timbang/Pangkon**



Timbang/Pangkon | via: [mantenhouse.com](#)

Pasangan pengantin akan duduk di pangkuan ayah pengantin perempuan. Lalu sang ayah akan berkata bahwa berat mereka sama. Hal tersebut bermakna cinta mereka sama-sama kuat dan juga sebagai tanda kasih sayang orang tua yang sama besarnya terhadap anak dan menantu.

8. **Tanem**



Tanem | via: [mantenhouse.com](#)

Ayah pengantin perempuan akan mendudukkan pasangan pengantin di kursi pengantin sebagai tanda merestui pernikahan mereka dan memberikan berkat.

9. **Tukar Kalpika**



Tukar Kalpika | via: [sosbud.kompasiana.com](#)

Kedua mempelai bertukar cincin pada ritual ini

10. **Kacar Kucur/Tampa Kaya/Tandur**



Kacar Kucur | via: mantenhouse.com

Dengan bantuan Pemaes, pasangan pengantin berjalan dengan saling menautkan jari kelingking ke tempat ritual kacar-kucur atau tanpa kaya. Pengantin pria akan menuangkan kacang kedelai, kacang tanah, beras, jagung, beras ketan, bunga dan uang logam (jumlahnya harus genap) ke pangkuan perempuan sebagai simbol pemberian nafkah. Pengantin perempuan menerima hadiah ini dengan dibungkus kain putih yang ada di pangkuannya sebagai simbol istri yang baik dan peduli.

11. Dahar Kembul/Dahar Walimah



Dahar Kembul/Dahar Walimah | via: mantenhouse.com

Kedua pengantin saling menyuapi nasi satu sama lain sebagai simbol kedua mempelai akan hidup bersama dalam susah dan senang dan saling menikmati milik mereka bersama. Pemaes akan memberikan sebuah piring berisi nasi kuning, telur goreng, kedelai, tempe, abon, dan hati ayam kepada pengantin perempuan. Pertama-tama, pengantin pria membuat tiga bulatan nasi dengan tangan kanannya dan menyuapkannya ke mulut pengantin perempuan. Setelah itu ganti pengantin perempuan yang menyuapi pengantin pria. Setelah makan, mereka lalu minum teh manis.

12. Rujak Degan



Rujak Degan | via: mantenhouse.com

Acara pembuka untuk anak pertama, memohon supaya segera memiliki anak. Rujak degan artinya agar dalam pernikahan selalu sehat sejahtera. Sementara jika yang menikah adalah anak bungsu, ritualnya bernama Tumplak Punjen. Makna ritual tersebut berarti segala kekayaan ditumpahkan karena menantu yang terakhir.

13. Bubak Kawah



Bubak Kawah | via: tuannonamuda.blogspot.com

Acara perebutan alat-alat dapur yang bermakna agar pernikahan keduanya sehat dan sejahtera.

14. Mertui



Mertui | via: antohadisoebroto.blogspot.com

Orang tua pengantin perempuan menjemput orang tua pengantin laki-laki di depan rumah untuk berjalan bersama menuju tempat upacara. Kedua ibu berjalan di muka, kedua ayah di belakang. Orang tua pengantin pria duduk di sebelah kiri pasangan pengantin, dan sebaliknya.

15. Sungkeman



Sungkeman | via: antohadisoebroto.blogspot.com

Kedua pengantin bersujud memohon restu dari masing-masing orang tua. Pertama ayah dan ibu pengantin perempuan, kemudian baru ayah dan ibu pengantin pria. Selama sungkeman, Pemaes mengambil keris dari pengantin pria untuk dikembalikan setelah prosesi selesai.

16. Resepsi



Resepsi | via: antohadisoebroto.blogspot.com

Setelah semua upacara selesai dilakukan, saatnya untuk resepsi pernikahan dan para tamu mulai makan dan minum makanan tradisional Solo dengan disertai tari tradisional Jawa dan musik gamelan. Acara foto-foto dan salam-salaman dengan kedua pengantin juga dilangsungkan. Berikut contoh hidangan acara pernikahan adat Solo

- A. **Nasi Liwet** Inilah salah satu menu kegemaran para pelancong yang sempat mengunjungi Solo. Nasi liwet adalah nasi gurih yang diguyur dengan sayur sambal goreng labu siam, suwiran ayam opor, potongan telur pindang, kemudian bagian atasnya dituangi areh (santan kental berbumbu yang gurih) serta taburan bawang goreng. Nasi liwet biasa disajikan dalam pincuk atau wadah dari daun pisang, hingga porsinya pun tak bisa terlalu besar, paling hanya 6-8 sendok saji saja. Jangan heran jika orang bisa tambah berkali-kali!
- B. **Srabi Solo** Ada alasannya kue srabi Solo tersohor ke penjuru nusantara. Kelezatannya hadir berkat sensasi legit srabi di bagian tengahnya yang lembut dan gurih. Meski kini banyak dimodifikasi dengan rasa ‘modern’ seperti penambahan telur, keju, dan coklat, versi asli tetap digemari. Srabi Solo terbuat dari tepung beras dicampur santan kental dan gula pasir, kemudian dimasak di atas loyang menggunakan tungku arang. Nikmat disantap selagi hangat.
- C. **Wedang Ronde** Minuman hangat beraroma jahe ini menjadi favorit di saat udara dingin atau di sore dan malam hari. Wedang ronde terdiri dari bola-bola ketan berisi enting-enting kacang, kemudian diguyur dengan air jahe manis dan disajikan dengan irisan kolong-kaling serta kacang sangrai. Pilihan tepat untuk disajikan pada pesta kebun di senja hari, dan saksikan bagaimana pesta Anda semakin hangat dan akrab.
- D. **Gempol Pleret** Sekilas, isinya mirip wedang ronde dengan bola-bola tepung beras seukuran ibu jari orang dewasa. Kuahnya terbuat dari santan yang beraroma wangi daun pandan, kemudian dikucuri gula merah cair. Gempol pleret lebih enak diminum dalam keadaan dingin, jadi amat sesuai untuk pesta di siang hari.
- E. **Aneka Jenang** Jenang adalah istilah bubur dalam bahasa Jawa. Jenis makanan yang bertekstur lembut dan rasanya gurih manis ini merupakan makanan ‘klenganan’ yang banyak dicari. Aneka jenang yang paling umum antara lain jenang sum-sum, jenang grendul, jenang ketan ireng, jenang pathi, dan jenang mutiara.
- F. **Garang Asem** Konon, inilah menu yang paling disukai para priyayi dan kalangan bangsawan Solo sejak dulu. Cara penyajiannya pun sangat khas, yakni menggunakan bumbung (bambu yang dibuat khusus untuk memasak dan menghidangkan garang asem). Dalam garang asem terdapat daging ayam kampung, belimbing wuluh, dan ada juga yang menggunakan jeroan ayam dan uritan (telur muda yang sudah direbus). Semakin sedap karena disertai kuah segar beraroma rempah kencur.

G. **Semar Mendem Jepit** Jenis makanan ini ‘bersaudara’ dengan lempeng, yakni sama-sama terbuat dari ketan kukus yang diisi suwiran daging ayam atau daging sapi cincang berbumbu. Bedanya, semar mendem lebih pipih dan dibungkus dengan dadar telur tipis. Variasikan penyajiannya dengan cara dijepit dengan bambu dan dibakar sebentar hingga kulitnya agak gosong dan aromanya lebih sedap. Semar mendem jepit lebih sedap lagi bila dimakan dengan cocolan sambal dari santan yang direbus gula pasir, garam, dan sedikit larutan maizena. Cocok sekali untuk hidangan pesta, karena selain lezat juga penampilannya istimewa.

H. **Kroket Solo** Sekilas, bentuknya mirip dengan kroket biasa. Tapi kroket Solo bisa dikenali dari bulatannya yang lebih kecil, teksturnya lebih padat dan penyajiannya disertai garnis berupa irisan keju dan mentimun jepang.

I. **Cabuk Rambak** Makanan rakyat yang satu ini sudah terhitung langka, dan biasanya ditemukan pada perayaan Sekaten (Maulid Nabi). Cabuk rambak terdiri dari potongan ketupat yang disiram kuah kental dari bubuk wijen yang digoreng bersama santan kelapa, cabai, bawang putih, kemiri, gula merah, dan rajangan daun jeruk purut. Cabuk rambak tambah istimewa karena disajikan dalam pincuk dan dihiasi krupuk gendar yang terbuat dari beras. Hidangan ini akan memperkuat nuansa Solo pada pesta pernikahan Anda.

J. **Selat Solo** Tak lengkap membicarakan makanan khas Solo tanpa menyebut penganan yang satu ini. Selat Solo merupakan adaptasi dari salad dan biefstuk versi Belanda. Bentuknya hampir mirip bestik Jowo, yakni daging yang dipipihkan lalu digoreng lalu disiram kuah kecap encer. Adanya rebusan buncis, kentang, wortel, telur rebus, daun salad, irisan bawang merah, dan mayones membuat hidangan sepinggan ini sangat colorful. Karena rasanya yang manis, asam, segar, dan cukup ringan, makanan ini cocok sebagai appetizer. Tak heran jika selat Solo menjadi menu ‘wajib’ dalam perhelatan istimewa.

g) Kesimpulan

Hidangan pada acara pernikahan merupakan identitas acara itu sendiri. Banyak orang menyediakan berbagai macam hidangan mewah agar acara yang diadakan dinilai mewah dan berkesan. Jenis hidangan yang disajikan berbeda-beda pada setiap daerahnya. Acara atau prosesi acara juga berbeda-beda dengan wilayah di Indonesia yang lainnya

JOBSHEET HIDANGAN KESEMPATAN KHUSUS DAN FUSION FOOD

Sekolah	: SMKN 3 Wonosari
Kelas / Semester	: XII /1
Mata Pelajaran	: Hidangan Kesempatan Khusus dan Fusion Food
Materi Pokok	: Hidangan Kesempatan Khusus Acara Pernikahan
Alokasi Waktu	: 8 x 45 menit (2 x Pertemuan)

A. KOMPETENSI INTI

- KI 3 : Memahami, menerapkan , menganalisis dan mengevaluasi pengetahuan factual, konseptual dan procedural dalam pengetahuan, teknologi, seni, budaya dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait penyebab phenomena dan kejadian dalam bidang kerja yang spesifik untuk memecahkan masalah
- KI 4 :Mengolah, menyaji, menalar, dan mencipta dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri bertindak secara efektif dan kreatif, dan mampu melaksanakan tugas spesifik di bawah pengawasan langsung

B. KOMPETENSI DASAR

- KD-3.2 Menganalisis hidangan kesempatan khusus untuk acara pernikahan
- 3.2.1.menyebutkan macam-macam acara pernikahan di Indonesia
- 3.2.2. mengidentifikasi menu khusus yang terdapat pada acara pernikahan di Indonesia
- 3.2.3. mengaitkan hidangan khusus pernikahan dengan filosofi masyarakat
- KD-4.2 Membuat hidangan kesempatan khusus untuk acara pernikahan
- 4.2.1 membuat rancangan menu hidangan khusus acara pernikahan
- 4.2.2 mengolah hidangan khusus acara pernikahan

C. PENDAHULUAN

Pernikahan merupakan suatu acara yang dinanti setiap orang dalam seumur hidup. Karena dari pernikahan akan terciptanya sebuah keluarga yang harmonis dan memiliki keturunan. Oleh karena itu dalam suatu pernikahan hidangan merupakan hal yang penting untuk disajikan karena, dari hidangan nilai pernikahan tersebut dapat diperoleh atau berkesan. Indonesia yang memiliki beragam adat tentunya juga memiliki cara tersendiri dan hidangan khas masing-masing dari daerahnya. Kali ini kita akan mempraktekkan hidangan pernikahan khas adat Aceh, Betawi, dan Solo. Praktek pertama akan mempraktekkan hidangan pernikahan khas Aceh yang terdiri dari :Bolu Bhoi, Halwa Muskat, Meusuekat, Kue Keurakah, Boh Manuk, Shie Masak Merah, Eungkot Tumeh, Eungkot Masam Keung, Daging Sapi Masak Puteh. Praktek kedua akan






mempraktekkan hidangan pernikahan khas Betawi,yaitu :Soto Betawi, Sambal Godog, Nasi Uduk Jakarta, Sayur Asem Jakarta,Semur Daging, Nasi Ulam, Sayur Besan, Rujak Pengantin, Kue Pepe, Keu Cincin, Kue Sengkulun,Pesmol Ikan. dan yang terakhir akan mempraktekkan hidangan pernikahan khas solo, yaitu : Pindang Telur, Selat, Solo, Sop Timlo, Sop Manten, Serabi Solo, Sosis Solo, Kroket Manten,Sambel Goreng Ati, Capcay Goreng, Acar, Dan Es Buah .

D. TUJUAN PEMBELAJARAN

- e. Dapat membuat persiapan praktek hidangan khusus pernikahan
- f. Mampu menyiapkan dan mengolah hidangan kesempatan khusus pernikahan

E. ALAT ATAU BAHAN

- e. Alat :

Talenan adalah alat yang digunakan sebagai alas dalam memotong bahan-bahan makanan biasanya terbuat dari kayu ataupun palstik.		
Teflon yaitu alat yang digunakan untuk menggoreng		
Panci yaitu alat yang digunakan untuk merebus dan mengolah bahan makanan.		
Pisau yaitu peralatan memasak yang digunakan untuk memasak disebut juga dengan pisau dapur.		
Mangkuk		

- f. Bahan :

1. Bolu Bhoi

- 150 gram Tepung Terigu
- 150 gram Gula pasir
- 2 butir Telur ayam

- 1/4 sendok teh soda kue bubuk
- secukupnya Mentega untuk mengoles cetakan

2. Halwa Muskat

- 1 kg tepung gandum
- 1 kg gula pasir
- 1 kg gula batu
- 5 sudu tepung sagu
- 1 tin sedang minyak sapi (500gm)
- sedikit buah pelaga
- Badam dan Gajus
- Sedikit air mawar

3. Meusuekat

- 300gr gula
- 500 gr tepung terigu
- Air putih secukupnya
- 1 buah nanas
- 2 buah jeruk peras
- 50 gr mentega

4. Kue Keurakah

- 300 gram beras
- 500 gram gula pasir
- 500 ml air
- 1 L minyak goreng

5. Boh Manuk

- 8butir telur ayam
- 300 santan dari ½ butir kelapa
- 3 sdm minyak
- 6butir bawang merah
- 4 siung bawang putih
- 2 cm kunyit
- ½ sdt ketumbar
- ¼ sdt jintan
- 2 cm jahe
- 5 lembar daun jeruk
- 4 cm kayu manis
- 2 lembar daun salam
- 5 buah cengkih
- 5 buah kapulaga
- 1 batang serai, memarkan
- 15 buah cabai rawit merah dan hijau

6. Shie Masak Merah

- 1 ekor ayam
- 1 buah kentang
- 7 buah cabe merah
- 3 bauh bawang merah
- ¼ buah pala
- Lengkuas 1 cm
- Ketumpar 1 sdt
- Bawang suing 5 siung
- jahe 1 cm
- Kunyit 1 cm
- Kelapa parut 50 gr

7. Eungkot Tumeh

- 1 ekor ikan (kurang lebih 1 kg, aku pakai patin)
 - Jeruk nipis dan garam
 - 4 buah belimbing sayur, iris memanjang buang bagian tengah yang mengandung biji
 - 2 tangkai daun salam koja (uen temurui atau daun kari), lepas dari tangkainya
 - 2 butir bawang merah, iris tipis
 - minyak untuk menumis
 - garam dan gula untuk penyedap
- bumbu halus:
- 7 buah cabe merah keriting
 - 5 buah cabe rawit (bisa ditambah kalau suka pedas)
 - 5 siung bawang merah
 - 4 siung bawang putih
 - 5 buah asam sunti
 - 2 cm kunyit
 - 1/2 cm jahe
 - 1 sdt ketumbar

8. Eungkot Masam Keung

- 4 ekor ikan tongkol
- 8 buah belimbing wuluh
- Jeruk nipis 2 buah
- Daun jeruk 2 lembar
- Bawang merah 2 buah
- Bawang putih 5 siung
- Cabe rawit 5 buah
- Bawang Bombay ½ buah
- Merica 1 sdt
- Lada 1 sdt
- Kunyit 2 cm

9. Daging Sapi Masak Puteh

- 500 gr daging sapi, potong2 dan cuci bersih
- Bumbu halus :
- 10 buah bawang merah
- 3 siung bawang putih
- 1/2 sdt merica (bila suka pedas dapat ditambah)
- 2 cm jahe
- 1/2 sdt jintan halus
- 1/2 sdt jintan kasar
- 2 buah kemiri
- 1 sdm kelapa ginseng
- Bahan rempah lainnya :
- 2 batang sereh, digeprek
- 2 cm lengkuas, digeprek
- 5 lembar daun salam
- 5 lembar daun kari
- 5 cm kayu manis
- 2 butir cengkeh
- 1/2 buah pala
- 2 buah kapulaga
- 2 buah bunga lawing
- 300 ml santan kental
- 200 ml santan encer
- 3 buah bawang merah, Rajang
- 2 sdm minyak untuk menumis

10. Soto Betawi

- Daging sandung lamur 100 gram
- Paru 50 gram
- Usus 50 gram
- Babat 50 gram
- Santan kental 100 ml
- Susu sapi segar 100 ml
- Air 1 liter
- Minyak goreng 2 sdm
- Bumbu dihaluskan:
- Bawang merah 5 buah
- Bawang putih 3 buah
- Cabai merah 3 buah
- Jintan 1 sdt
- Jahe 2 cm
- Serai 1 batang
- Cengkih bubuk ½ sdt
- Merica bubuk ½ sdt
- Pelengkap:
- Tomat 1 buah
- Daun bawang 1 batang
- Seledri 1 batang
- Bawang goreng 3 sdm
- Emping goreng Secukupnya
- Sambal cabai rawit Secukupnya
- Acar: mentimun, cuka, gula, garam Secukupnya

11. Sambal Godog,

- Labu siam 1 buah
- Kacang panjang 10 lonjor
- Serai 1 batang
- Lengkuas 2 cm
- Daun salam 2 lembar
- Daun jeruk 2 lembar
- Bawang merah 5 buah
- Santan 1 liter
- Garam Secukupnya
- Gula pasir Secukupnya
- Minyak goreng 2 sdm
- Bawang merah 6 buah
- Bawang putih 3 buah
- Cabai merah 5 buah
- Jahe 3 cm
- Ebi 25 gram

12. Nasi Uduk Jakarta

- Beras 400 gram
- Santan 625 ml
- Ketumbar bubuk ½ sdt
- Serai 1 batang
- Daun salam 1 lembar
- Daun pandan 1 lembar
- Garam Secukupnya

- Kacang tanah goreng 25 gram
- Kemiri 5 butir
- Cabai rawit 3 buah
- Cabai merah 2 buah
- Garam ½ sdt
- Cuka 1 sdt
- Gula pasir 2 sdt
- Air panas 50 ml
- Ayam goreng
- Kacang tanah goreng
- Telur dadar
- Mentimun
- Daun kemangi
- Bawang merah goreng

13. Sayur Asem Jakarta

- Terong 1 buah
- Labu siam 1 buah
- Jagung manis 1 buah
- Kacang panjang 4 lonjor
- Buncis 6 lonjor
- Kol 3 lembar
- Daun melinjo muda 1 genggam
- Melinjo 50 gram
- Daun salam 2 lembar
- Kacang tanah 50 gram
- Daging sapi dan 75 gram

tetelan.

- Asam jawa 1 sdm
- Garam Secukupnya
- Gula jawa 1 sdt
- Lengkuas 1 ruas
- Air 1 ltr
- Bawang merah. 3 buah
- Bawang putih 4 buah
- Cabai besar 3 buah
- Terasi 1 sdt
- Kemiri 3 butir

14. Semur Daging

- 6 buah bawang merah
- 3 siung bawang putih
- 2 cm jahe
- 3 butir kemiri goreng
- 2 cm lengkuas, memarkan
- 2 lembar daun salam
- 2 batang serai
- 2 sdm minyak goreng
- Bawang goreng untuk taburan
- 500 gr daging sapi
- 5 sdm Kecap Manis Bango
- 250 ml air
- 500 gram kentang
- Taburan:
- 1 sdt lada putih bubuk, sangrai, haluskan
- 1 sdt jintan sangrai, halus

15. Nasi Ulam

- 800 gr beras
- 1 liter air
- 4 lembar daun salam
- 2 cm jahe
- 2 cm lengkuas
- 3 batang serai

16. Sayur Besan

- Kentang 500gr
- Wortel 250gr
- Buncis 100gr
- pete 1 papan
- ebi 1sdm seduh haluskan
- Daun salam 4 lbr
- daun sereh 1 btg
- daun bawang 1 batang
- 3 cm lengkuas geprek
- minyak untuk menumis
- santan 750 ml
- 5 siung bawang merah
- 4 siung bawang putih
- 4 btr kemiri
- 7 bh cabe keriting
- 2 cm jahe.
- Garam 1sdt/secukupnya
- Penyedap rasa 1/2 sdt
- Vetsin 1/4 sdt (optional).

17. Rujak Pengantin,

- 300 gram kentang
- 250 gram ketimun
- 250 gram kol,
- 200 gram daun selada
- 2 buah tahu besar,
- 50 gram emping
- 3 butir telur,
- 2 – 3 sendok makan cuka
- 1 – 2 sendok tehh garam
- 3 – 4 sendok makan gula pasir
- 200 cc air matang

18. Kue Pepe

- 650 gr sagu
- 6 sendok tepung beras
- 1500 ml santan dr 2 butir kelapa
- Vanili secukup nya
- 1 st ekstrak vanili
- Daun pandan secukup nya
- 25 lembar dibuang tulangnya
 - secukupnya Garam

19. Keu Cincin

- daging buah kelapa 1 buah (diparut halus)
- 400 ml air bersih
- 1 kg minyak goreng
- 100 gr tepung beras
- tepung ketan 350 gr
- 1/2 sendok teh garam dapur
- 150 gr gula merah (disisir halus)
- 65 gr gula pasir

20. Kue Sengkulun

- 250 gr tepung beras ketan
- 200 gr gula pasir
- 2 butir kelapa parut agak muda
- 1 sdt garam
- daun pisang
- pewarna merah
- vanili

21. Pesmol Ikan

- 2 ekor ikan mas
- 5 siung bawang merah,
- 3 siung bawang putih,
- lengkuas,
- jahe
- kunyit,
- merica
- kemiri
- secukupnya gula,

- secukupnya garam,
- 1 batang serai, potong2
- daun jeruk
- daun salam
- paprika merah, kuning, hijau (bisa diganti cabai merah dan hijau
- 500 ml air

22. Pindang Telur,

- 4 butir telur ayam
- 2 siung bawang merah
- 1 siung bawang putih
- 1 lembar daun salam
- 1 kantung teh celup
- 4 sdm kecap manis
- lengkuas dn sereh
- secukupnya garam
- gula jawa
- secukupnya air

23. Selat Solo

- bahan galantin:
- **300 gr** daging ayam blender (jangan halus)
- **3 sdm** tapioka
- **secukupnya** pala
- garam, merica
- semur:
- **3 butir** bawang merah
- **2 siung** bawang putih
- **secukupnya** kecap
- garam, merica, penyedap

24. Sop Timlo

- 100 gr jamur kuping
- 100 gr bihun
- 100 gr wortel rebus
- 100 gr kentang goreng iris tipis
- 250 gr ayam, rebus, kaldu buat kuah
- 5 butir telur pindang
- 5 buah sosis solo
- bumbu halus :
- 5 siung bawang merah
- 5 siung bawang putih
- 1 sdt merica
- 2 batang serai geprek
- 2 lmbr daun salam
- 2 lmbr daun jeruk
- 1 liter kaldu ayam
- 50 gr daun bawang
- 2 sdm kecap manis

25. Sop Manten

- ayam kampung setengah ekor
- bawang putih ,garam
- jamur
- wortel
- makaroni (rebus
- serai
- daun salam,
- pala merica
- kentang iris tipis2 kemudian goreng
- bawang merah iris tipis kemudian goreng

26. Serabi Solo

- **100 gr** tepung beras
- **1 sdm** tepung terigu
- **350 ml** santan kental
- **25 gr** gula pasir
- **1/2 sdt** Vanili bubuk
- **1/2 sdm** fermipan
- **1/4 sdt** Baking soda
- **1/4 sdm** garam
- **Secukupnya** daun pandan
- **Secukupnya** daun pisang
- Topping:
- **Secukupnya** pisang dipotong-potong sesuai selera
- **Secukupnya** nangka
 - **sesuai selera** Atau bisa keju, coklat dll

27. Sosis Solo

- Bahan Kulit:
- 500 gr tepung terigu
- 500 gr telur (ukuran telur tanpa kulit)
- 700 ml air
- Secukupnya garam
- Bahan isian:
- 1 buah dada ayam
- 2 lembar daun jeruk
- 2 batang serai
- 8 siung bawang putih
- 6 siung bawang merah
- 1 sdt merica bubuk
- Secukupnya air
- 3 sdm gula pasir
- 2 sdm garam
- Bahan untuk mencelup:
- Putih telur

28. Krokot Manten

- Tepung terigu 1/4 kg
- Ayam (1 dada) rebus
- Mentega 250 gr
- Telur ayam 3 butir
- Tepung roti panir
- Bawang putih 3 siung
- Garam
- Lada
- Irisan daun bawang
- Keju

29. Sambel Goreng Ati

- 5 ati ayam
- 2 buah kentang
- 10 btg cabai merah
- 1/2 tomat
- 3 siung bawang merah
- 1/2 bawang bombay
- 4 sendok minyak goreng
- 1 sdt penyedap rasa
- 1 sdt gula

30. Capcay Goreng

- 50 gr tepung terigu
- 1 butir telur
- 1 sdt garam

- 1 sdt merica bubuk
- 10 ml air
- ½ buah bunga kol
- 1 buah wortel
- ¼ buah kol
- 20 gr udang

31. **Acar**

- Mentimun ½ buah
- Wortel ½ buah
- Cuka ½ sdm
- 200 ml air
- 1 sdm gula

32. **Es Buah**

- ½ buah nanas
- 50 g kolang-kaling
- 1 bungkus agar-agar
- 50 ml sirup cocopandan
- 30 gram gula pasir

F. KRITERIA HASIL

1. **Bolu Bhoi**

Rasa	Manis
Warna	Golden brown
Tekstur	Lembut dan empuk
Aroma	Harum
Penampilan	Menarik

2. **Halwa Muskat**

Rasa	Manis
Warna	Putih
Tekstur	Padat, kenyal
Aroma	Harum
Penampilan	Menarik

3. **Meusuekat**

Rasa	Manis
Warna	Kuning bening
Tekstur	Empuk,lengket
Aroma	Harum
Penampilan	Menarik

4. **Kue Keurakah**

Rasa	Manis
Warna	Kecoklatan
Tekstur	Renyah
Aroma	Harum
Penampilan	Menarik

5. **Boh Manuk**

Rasa	Gurih
Warna	Kuning
Tekstur	Empuk
Aroma	Harum
Penampilan	Menarik

6. **Shie Masak Merah**

Rasa	Pedas
Warna	Merah
Tekstur	Empuk
Aroma	Harum
Penampilan	Menarik

7. **Eungkot Tumeh**

Rasa	Pedas
Warna	Merah sedikit coklat
Tekstur	Cair
Aroma	Harum
Penampilan	Menarik

8. **Eungkot Masam Keung**

Rasa	Asam
Warna	Kuning
Tekstur	Cair dan empuk
Aroma	Harum
Penampilan	Menarik

9. **Daging Sapi Masak Puteh**

Rasa	Gurih sedikit pedas
Warna	Coklat pucat
Tekstur	Empuk

Aroma	Harum
Penampilan	Menarik

10. Soto Betawi

Rasa	Gurih susu
Warna	Kuning sedikit merah
Tekstur	Kental
Aroma	Harum
Penampilan	Menarik

11. Sambal Godog

Rasa	Pedas
Warna	Merah
Tekstur	Cair
Aroma	Harum
Penampilan	Menarik

12. Nasi Uduk Jakarta

Rasa	Gurih
Warna	Putih
Tekstur	Pulen
Aroma	Harum
Penampilan	Menarik

13. Sayur Asem Jakarta

Rasa	Asem sedikit pedas
Warna	Keruh
Tekstur	Cair
Aroma	Kecut
Penampilan	Menarik

14. Semur Daging

Rasa	Gurih
Warna	Coklat kehitaman
Tekstur	Empuk
Aroma	Harum
Penampilan	Menarik

15. Nasi Ulam

Rasa	Gurih
Warna	Putih sedikit coklat dan hijau
Tekstur	Pulen
Aroma	Harum
Penampilan	Menarik

16. Sayur Besan

Rasa	Pedas
Warna	Kuning
Tekstur	Cair sedikit kental
Aroma	Harum
Penampilan	Menarik

17. Rujak Pengantin

Rasa	Pedas,gurih
Warna	Coklat
Tekstur	Kental pada sausnya, renyah dari buah
Aroma	Harum
Penampilan	Menarik

18. Kue Pepe

Rasa	Manis
Warna	Merah, hijau, putih
Tekstur	Lengket
Aroma	Harum
Penampilan	Menarik

19. Keu Cincin

Rasa	Manis
Warna	Golden brown
Tekstur	Seperti donat
Aroma	Harum
Penampilan	Menarik

20. Kue Sengkulun

Rasa	Manis
Warna	Putih/ merah

Tekstur	Renyah kelapa parut
Aroma	Harum
Penampilan	Menarik

21. Pesmol Ikan

Rasa	Asam pedas
Warna	Kuning
Tekstur	Cair
Aroma	Harum
Penampilan	Menarik

22. Pindang Telur

Rasa	Manis
Warna	Coklat, putih didalam
Tekstur	Kenyal
Aroma	Harum
Penampilan	Menarik

23. Selat Solo

Rasa	Gurih sedikit manis
Warna	Coklat
Tekstur	Cair
Aroma	Harum
Penampilan	Menarik

24. Sop Timlo

Rasa	Gurih
Warna	Bening
Tekstur	Cair
Aroma	Harum
Penampilan	Menarik

25. Sop Manten

Rasa	Gurih
Warna	Bening
Tekstur	Cair
Aroma	Harum
Penampilan	Menarik

26. Serabi Solo

Rasa	Manis
Warna	Putih ditengah, coklat kulit luar
Tekstur	Lembut
Aroma	Harum pandan
Penampilan	Menarik

27. Sosis Solo

Rasa	Gurih
Warna	Golden brown
Tekstur	Lembut
Aroma	Harum
Penampilan	Menarik

28. Krokot Manten

Rasa	Gurih
Warna	Golden brown
Tekstur	Lembut
Aroma	Harum
Penampilan	Menarik

29. Sambel Goreng Ati

Rasa	Pedas
Warna	Merah
Tekstur	Lembek
Aroma	Harum
Penampilan	Menarik

30. Capcay Goreng

Rasa	Gurih
Warna	Sayur pucat
Tekstur	Tidak over cook
Aroma	Harum
Penampilan	Menarik

31. Acar

Rasa	Asam
Warna	Putih.orange
Tekstur	Renyah

Aroma	Kecut
Penampilan	Menarik

32. Es Buah

Rasa	Manis
Warna	Merah dari kuah
Tekstur	Cair
Aroma	Harum
Penampilan	Menarik

G. LANGKAH KERJA

- i. Persiapan alat dan bahan diatas meja
- j. Mecuci semua bahan dan peralatan
- k. Mengolah bahan makanan
1. Menyajikan makanan hidangan kesempatan khusus acara pernikahan di Wilayah Indonesia

H. KESELAMATAN KERJA

9. Mahasiswa wajib menaati peraturan di dapur yang telah ditetapkan
10. Pakailah sepatu tumit rendah
11. Gunakan pakaian kerja di dapur yang sesuai dengan fungsinya
12. Gunakan alat yang sesuai dengan fungsinya.

I. INDIKATOR KEBERHASILAN

5. Melalui kegiatan praktek siswa dapat mengetahui alat dan bahan membuat hidangan kesempatan khusus pernikahan
6. Melalui kegiatan praktek siswa dapat mengetahui cara pengolahan hidangan kesempatan khusus pernikahan

J. BAHAN DISKUSI

5. Teknik pemilihan bahan yang baik.
6. Teknik pengolahan dan penyaji

Guru Pembimbing

Wonosari, September 2016

Mahasiswa PPL,

Rustina Anjar R, S.Pd

Aisyah Kuncoro Putri

NIP. 19790228 200801 2 008

NIM 13511241021



PEMERINTAH KABUPATEN GUNUNGKIDUL

DINAS PENDIDIKAN PEMUDA DAN OLAAHRAGA

SMK NEGERI 3 WONOSARI

Jl.Pramuka, Tawarsari,Wonosari,GunungkidulTelp (0274)394250 Kodepos 55812

ULANGAN HARIAN
SEMESTER GANJIL
TAHUN PELAJARAN 2015 /2016

Mata pelajaran:Hidangan Untuk Kesempatan Khusus

Kelas/ Program : XII / TB

Waktu :90 Menit

A

Menjodohkan!

1. Acara yang digelar oleh dua pihak keluarga yang bertujuan menyatukan kedua pihak menjadi satu
2. Hidangan khas jogja yang terbuat dari nangka.....
3. Alat saji yang digunakan untuk menyajikan makanan di atas meja makan
4. Jenis makanan khs sumatera berupa daging yang dimasak dengan santan sampai bumbu meresap....
5. Tempat yang digunakan untuk menyajikan makanan tambahan pada acara pernikahan.....
6. Kue khas yang selalu ada diacara pernikahan khas betawi
7. Tangan mertua mengusapkan ke wajah mempelai di acar pernikahan solo disebut dengan....
8. Jenis acara pernikahan yang mengangkat keenian daerah atau kuliner daerah.....
9. Prosesi pernikahan yang sering melemar pantun dalam adat betawi
10. Permulaan pertama dari acara pernikahan di minangkabau adalah....

a.Acara pernikahan	d.Gubug	g.Rendang	j.Gudeg
b.Chaffing dish	e.Pukpuk	h.pernikahan tradisional	k.Maminang
c.Roti buaya	f.Maresek	i.Palang Pintu	l.Ngedelengi

ESSAY!

1. Sebutkan beberapa cara menentukan hidangan yang baik dan bijak ! (maksimal 5)
2. Jelaskan 2 perbedaan antara acara pernikahan dengan gaya modern dan tradisional!
3. Susunlah hidangan pernikahan daerah solo dengan konsep piring terbang!
4. Hidangan khusus apa saja yang disajikan ketika acara pernikahan adat betawi?(2)
1. Sebutkan karakteristik dari hidangan :
 2. Selat solo
 3. Rendang
 4. Es buah



Validator	Tgl. Validasi	Paraf
Kapro/ KGNA		
MGMP		



PEMERINTAH KABUPATEN GUNUNGKIDUL
DINAS PENDIDIKAN PEMUDA DAN OLAHRAGA
SMK NEGERI 3 WONOSARI

JL.Pramuka, Tawarsari,Wonosari,GunungkidulTelp (0274)394250 Kodepos 55812

ULANGAN HARIAN
SEMESTER GANJIL
TAHUN PELAJARAN 2015 /2016

Mata pelajaran:Hidangan Untuk Kesempatan Khusus

Kelas/ Program : XII / TB

Waktu :90 Menit

B



Validator	Tgl. Validasi	Paraf
Kapro/ KGNA		
MGMP		

Menjodohkan!

1. Permulaan pertama dari acara pernikahan di minangkabau adalah....
2. Kue khas yang selalu ada diacara pernikahan khas betawi
3. Tangan mertua mengusapkan ke wajah mempelai di acar pernikahan solo disebut dengan....
4. Hidangan khas jogja yang terbuat dari nangka.....
5. Jenis acara pernikahan yang mengangkat keenian daerah atau kuliner daerah.....
6. Jenis makanan khs sumatera berupa daging yang dimasak dengan santan sampai bumbu meresap....
7. Prosesi pernikahan yang sering melemar pantun dalam adat betawi
8. Alat saji yang digunakan untuk menyajikan makanan di atas meja makan
9. Acara yang digelar oleh dua pihak keluarga yang bertujuan menyatukan kedua pihak menjadi satu
10. Tempat yang digunakan untuk menyajikan makanan tambahan pada acara pernikahan....

- | | | | |
|----------------|--------------------|--------------------------|------------|
| a.pukpuk | d.Gubug | g.Ngedelengi | j.Gudeg |
| b.Palang pintu | e.Acara pernikahan | h.pernikahan tradisional | k.Maminang |
| c.Marasek | f.Roti buaya | i.chaffing dish | l.Rendang |

ESSAY!

1. Sebutkan karakteristik dari hidangan :
 - a. Selat solo
 - b. Rendang
 - c. Es buah
2. Hidangan khusus apa saja yang disajikan ketika acara pernikahan adat betawi?(2)
3. Jelaskan 2 perbedaan antara acara pernikahan dengan gaya modern dan tradisional!
4. Sebutkan beberapa cara menentukan hidangan yang baik dan bijak ! (maksimal 5)
5. Susunlah hidangan pernikahan daerah solo dengan konsep piring terbang!

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

Sekolah : SMK Negeri 3 Wonosari
Program Keahlian : Jasa Boga
Paket Keahlian : Jasa Boga
Mata Pelajaran : Ilmu Gizi 1
Kelas/Semester : X/1
Alokasi Waktu : 3 x pertemuan (5 x 45 menit)

B. Kompetensi Inti

- KI 3 :Memahami, menerapkan dan menganalisis pengetahuan factual, konseptual dan proseduralberdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan teknologi, seni, budaya dan humaniora dalam wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan dan peradaban terkait penyebab fenomena dan kejadian dalam bidang kerja yang spesifik untuk memecahkan masalah
- KI 4 :Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan diri yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, dan mampu melaksanakan tugas spesifik dibawah pengawasan langsung

C. Kompetensi Dasar

- 3.1 Mendeskrisikan zat gizi sumber zat energi/ tenaga(karbohidrat dan lemak) yang diperlukan tubuh
- 4.1 Mengevaluasi kasus kekurangan sumber zat gizi penghasil tenaga berdasarkan data

D. Indikator Pencapaian Kompetensi

- 3.1.1 Menguraikan pengertian dari ilmu gizi
3.1.2 menyebutkan zat gizi pada makanan
3.1.3 membedakan zat karbohidrat dan zat lemak
4.1.1 mendemonstrasikan kasus kekurangan zat gizi penghasil tenaga berdasarkan data
4.1.2 mengoreksi kasus kekurangan zat gizi penghasil tenaga terhadap penyakit dan makanan

E. Tujuan Pembelajaran

1. Setelah berdiskusi dan menggali informasi, peserta didik akan dapat menguraikan pengertian dari ilmu gizi sesuai dengan materi yang disampaikan dengan jujur
2. setelah berdiskusi dan menggali informasi, peserta didik akan dapat menyebutkan zat energi pada makanan dengan materi yang disampaikan dengan mandiri
3. setelah berdiskusi dan menggali informasi, peserta didik akan dapat membedakan zat karbohidrat dan zat lemak dengan materi yang disampaikan dengan cerdas
4. setelah mendengarkan dan pengertian tentang ilmu gizi peserta didik akan dapat mendemonstrasikan kasus kekurangan zat gizi penghasil tenaga berdasarkan data dengan materi yang disampaikan dengan tanggung jawab
5. Setelah berdiskusi dan menggali informasi, peserta didik akan dapat mengoreksi kasus kekurangan zat gizi penghasil tenaga terhadap penyakit dan makanan dengan materi yang disampaikan dengan percaya diri

F. Materi Pembelajaran

1. Pengertian ilmu gizi
2. Kandungan zat gizi pada makanan
3. Perbedaan antara zat karbohidrat dan zat lemak
4. Kelebihan dan kekurangan dari zat energi

G. Pendekatan, Model dan Metode

LAMPIRAN RPP ILMU GIZI

1. Pendekatan Pembelajaran

: Saintifik
2. Model Pembelajaran

: Problem solving Learning
3. Metode Pembelajaran

: Diskusi, tanya jawab, penugasan

H. Kegiatan Pembelajaran

Pertemuan Kesatu			
Langkah Pembelajaran	Sintak model pembelajaran Discovery learning	Deskripsi	Alokasi waktu
Kegiatan pendahuluan		Pendidik <ul style="list-style-type: none">- Mengucapkan salam- Mengabsen kehadiran peserta didik- Menginformasikan kompetensi yang harus dicapai oleh peserta didik- Mensosialisasikan sistem penilaian yang akan dilaksanakan- Menyampaikan tujuan pembelajaran yang akan dicapai- Tanya jawab serta membahas materi ilmu gizi- Menjelaskan cakupan materi tentang ilmu gizi- Sebagai apersepsi peserta didik diminta untuk menyebutkan hal apa saja yang menyangkut pautkan dengan ilmu gizi	15 menit
Kegiatan inti	Pemberian stimulus	Mengamati <ul style="list-style-type: none">• Mengamati video 10 pesan gizi seimbang	15 menit
	Identifikasi masalah	Menanya <ul style="list-style-type: none">• Mengajukan pertanyaan tentang<ul style="list-style-type: none">25. Pengertian dari ilmu gizi26. Fungsi ilmu gizi dalam dunia kuliner27. jenis-jenis zat gizi yang ada pada makanan28. serta apakah ada perbedaan diantara zat gizi yang satu dengan yang lainnya?• peserta didik diminta memahami permasalahan apabila belum jelas bisa menanyakan kepada pendidik• pendidik mengkondisikan peserta didik dalam situasi belajar yang kondusif agar siswa terbiasa untuk bertanya	20 menit
	Pengumpulan data	Mengumpulkan Data <ul style="list-style-type: none">• Diskusi kelompok dengan menggunakan berbagai sumber untuk menjawab pertanyaan yang diajukan tentang seputar ilmu gizi	70 menit
	Pengumpulan data	Mengasosiasi <ul style="list-style-type: none">• Secara berkelompok dan menganalisis data hasil diskusi tentang apa ilmu gizi terhadap makanan• Menyimpulkan data hasil diskusi dengan pertanyaan yang diajukan tentang ilmu gizi	50 menit
	Pembuktian	Mengkomunikasikan <ul style="list-style-type: none">• Membuat laporan hasil diskusi ilmu gizi• Mempresentasikan laporan hasil diskusi ilmu gizi	35 menit
	generalization	<ul style="list-style-type: none">• Peserta didik dan pendidik menyimpulkan secara umum apa yang sudah dipelajari• Pendidik memberi penguatan	10 menit
Kegiatan penutup		<ul style="list-style-type: none">• Pendidik dan peserta didik membuat kesimpulan dari materi yang dipelajari• Pendidik melakukan umpan balik untuk mengetahui	10 menit

		sejauh mana pemahaman peserta didik dengan memberikan tes tertulis singkat <ul style="list-style-type: none">• Pendidik menyampaikan rencana pembelajaran pada pertemuan berikutnya tentang pelajaran minggu depan	
--	--	--	--

Pertemuan Kedua

Langkah Pembelajaran	Sintak model pembelajaran Discovery learning	Deskripsi	Alokasi waktu
Kegiatan pendahuluan		Pendidik <ul style="list-style-type: none">- Mengucapkan salam- Mengabsen kehadiran peserta didik- Menginformasikan kompetensi yang harus dicapai oleh peserta didik- Mensosialisasikan sistem penilaian yang akan dilaksanakan- Menyampaikan tujuan pembelajaran yang akan dicapai- Tanya jawab serta membahas materi ilmu gizi- Menjelaskan cakupan materi tentang ilmu gizi- Sebagai apersepsi peserta didik diminta untuk menyebutkan hal apa saja yang menyangkut pautkan dengan ilmu gizi	15 menit
Kegiatan inti	Pemberian stimulus	Mengamati <ul style="list-style-type: none">• Mengamati gambar sumber karbohidrat dan lemak	15 menit
	Identifikasi masalah	Menanya <ul style="list-style-type: none">• Mengajukan pertanyaan tentang<ul style="list-style-type: none">1. Pengertian dari zat energi2. Jenis bahan makanan yang mengandung karbohidrat dan lemak3. Kandungan zat yang ada di bahan makanan yang mengandung karbohidrat dan lemak4. serta apakah ada perbedaan diantara zat karbohidrat dan zat lemak• peserta didik diminta memahami permasalahan apabila belum jelas bisa menanyakan kepada pendidik• pendidik mengkondisikan peserta didik dalam situasi belajar yang kondusif agar siswa terbiasa untuk bertanya	20 menit
	Pengumpulan data	Mengumpulkan Data <ul style="list-style-type: none">• Diskusi kelompok dengan menggunakan berbagai sumber untuk menjawab pertanyaan yang diajukan tentang seputar tentang zat energi	70 menit
	Pengumpulan data	Mengasosiasi <ul style="list-style-type: none">• Secara berkelompok dan menganalisis data hasil diskusi tentang apa zat energi terhadap makanan• Menyimpulkan data hasil diskusi dengan pertanyaan yang diajukan tentang zat energi	50 menit
	Pembuktian	Mengkomunikasikan <ul style="list-style-type: none">• Membuat laporan hasil diskusi bahan makanan yang mengandung zat energi• Mempresentasikan laporan hasil diskusi zat energi	35 menit
	generalization	<ul style="list-style-type: none">• Peserta didik dan pendidik menyimpulkan secara umum apa yang sudah dipelajari	10 menit

		<ul style="list-style-type: none"> • Pendidik memberi penguatan 	
Kegiatan penutup		<ul style="list-style-type: none"> • Pendidik dan peserta didik membuat kesimpulan dari materi yang dipelajari • Pendidik melakukan umpan balik untuk mengetahui sejauh mana pemahaman peserta didik dengan memberikan tes tertulis singkat • Pendidik menyampaikan rencana pembelajaran pada pertemuan berikutnya tentang pelajaran minggu depan 	10 menit

Pertemuan ketiga			
Langkah Pembelajaran	Sintak model pembelajaran Discovery learning	Deskripsi	Alokasi waktu
Kegiatan pendahuluan		Pendidik <ul style="list-style-type: none"> - Mengucapkan salam - Mengabsen kehadiran peserta didik - Tanya jawab serta membahas materi ilmu gizi - Menjelaskan cakupan materi tentang ilmu gizi - Sebagai apersepsi peserta didik diminta untuk menyebutkan hal apa saja yang menyangkut pautkan dengan ilmu gizi 	15 menit
Kegiatan inti	Pemberian stimulus	Mengamati <ul style="list-style-type: none"> • Mengamati video tentang akibat kekurangan zat energi 	15 menit
	Identifikasi masalah	Menanya <ul style="list-style-type: none"> • Mengajukan pertanyaan tentang <ol style="list-style-type: none"> 1. Akibat kekurangan zat energi 2. Akibat kelebihan zat energi 3. Bagaimana ciri-ciri dari penyakit akibat kekurangan dan kelebihan zat enrgi 4. serta apakah ada perbedaan penyakit yang ada • peserta didik diminta memahami permasalahan apabila belum jelas bisa menanyakan kepada pendidik • pendidik mengkondisikan peserta didik dalam situasi belajar yang kondusif agar siswa terbiasa untuk bertanya 	10 menit
	Pengumpulan data	Mengumpulkan Data <ul style="list-style-type: none"> • Diskusi kelompok dengan menggunakan berbagai sumber untuk menjawab pertanyaan yang diajukan tentang seputar akibat kekurangan dan kelebihan zat energi 	50 menit
	Pengumpulan data	Mengasosiasi <ul style="list-style-type: none"> • Secara berkelompok dan menganalisis data hasil diskusi tentang akibat kekurangan dan kelebihan zat energi • Menyimpulkan data hasil diskusi dengan pertanyaan yang diajukan tentang akibat kekurangan dan kelebihan zat energi 	20 menit
	Pembuktian	Mengkomunikasikan <ul style="list-style-type: none"> • Membuat laporan hasil diskusi ilmu gizi • Mempresentasikan laporan hasil diskusi akibat kekurangan dan kelebihan zat energi 	15 menit
	generalization	<ul style="list-style-type: none"> • Pesrta didik dan pendidik menyimpulkan secara umum apa yang sudah dipelajari 	90 menit

		<ul style="list-style-type: none"> • Pendidik memberi penguatan • Disispi dengan ulangan harian 	
Kegiatan penutup		<ul style="list-style-type: none"> • Pendidik dan peserta didik membuat kesimpulan dari materi yang dipelajari • Pendidik melakukan umpan balik untuk mengetahui sejauh mana pemahaman peserta didik dengan memberikan tes tertulis singkat • Pendidik menyampaikan rencana pembelajaran pada pertemuan berikutnya tentang pelajaran minggu depan 	10 menit

I. Penilaian Pembelajaran, Remedial dan Pengayaan

1. Instrumen dan Teknik Penilaian

9. Teknik penilaian dan Instrumen

h. Pengetahuan

Kompetensi Dasar	Teknik Penilaian	Instrumen
KD-3.3. Menganalisis hidangan kesempatan khusus untuk acara adat istiadat.	9. Tes tertulis 10.Pengamatan diskusi	1. Soal tes tertulis 2. Lembar pengamatan diskusi
KD-4.3. Membuat dan menyajikan makanan kesempatan khusus untuk acara adat istiadat	1. Tes praktik / unjuk kerja	9. Skor penilaian praktik 10.Lembar hasil penilaian praktik

Kompetensi dasar	indikator	Indikator soal	Jenis soal	Soal
3.1 Mendeskrisikan zat gizi sumber zat energi/ tenaga(karbohidrat dan lemak) yang diperlukan tubuh				

Pembelajaran Remedial dan Pengayaan

KOMPETENSI DASAR	RENCANA REMIDI	RENCANAPENGAYAAN
3.1 Mendeskrisikan zat gizi sumber zat energi/ tenaga(karbohidrat dan lemak) yang diperlukan tubuh	<ul style="list-style-type: none"> • Menjelaskan ulang materi yang belum paham • Mengerjakan ulang No soal yang belum KKM untuk soal pengetahuan • Melakukan tes ulang praktik sampai 	Memberi tugas untuk membedakan antara pedoman 4 Sehat 5 Sempurna dengan Pedoman Gizi Seimbang.
4.1 Mengevaluasi kasus kekurangan sumber zat gizi penghasil tenaga berdasarkan		

data	mencapai nilai KKM	
------	--------------------	--

J. Media, Alat, Bahan, dan Sumber Belajar

- Media : LCD, Powerpoint, Handout, papan tulis, gambar acak
- Alat : Pensil gambar, alat tulis dan perlengkapannya
- Bahan : Kertas gambar
- Sumber Belajar :
 - Gizi seimbang dalam daur kehidupan, direktorat pembinaan sekolah menengah kejuruan, Almatier Sunita, MM,dkk.2011
 - Modul pembelajaran ilmu gizi 1
 - Manfaat gizi.com

Mengetahui
Guru Pembimbing

Wonosari, Agustus 2015

Mahasiswa PPL

RUSTINA ANJAR R, S.Pd
NIP. 19790228 200801 2 008

Aisyah Kuncoro Putri
NIM.13511241021

Validasi Kaprodi	Tanggal Validasi

HAND OUT

- PERTEMUAN KE : 1
- MATA PELAJARAN : Ilmu Gizi 1
- POKOK MATERI : ilmu Gizi
- s. Pengertian Ilmu Gizi
 - t. Pedoman 4 sehat 5 sempurna
 - u. Macam-macam zat gizi
 - v. Kekurangan/ kelebihan gizi

A. Pengertian Ilmu Gizi

Istilah gizi atau ilmu gizi dikenal di Indonesia pada tahun 1950-an, sebagai terjemah dari kata Inggris yang berarti “nutrition”. Kata gizi sendiri berasal dari kata “ghidza” yang dalam bahasa arab berarti makanan. Gizi (nutrition) adalah suatu proses organisme menggunakan makanan yg dikonsumsi secara normal melalui proses digesti, absorpsi, transportasi, penyimpanan, metabolisme, dan pengeluaran zat-zat yg tidak digunakan, utk mempertahankan kehidupan, pertumbuhan dan fungsi normal dari organ-organ, serta menghasilkan energi. Sehingga, ilmu gizi adalah ilmu yang mempelajari bagaimana makanan dan bagian-bagiannya mempengaruhi kesehatan dan daya tahan makhluk hidup. Manusia memerlukan berbagai gizi untuk menjaga kesehatan dan daya tahan tubuh.

Zat gizi (*nutrients*) adalah bahan kimia yang terdapat dalam bahan pangan yang dibutuhkan tubuh untuk menghasilkan energy, membangun dan memelihara jaringan, serta mengatur proses kehidupan. Zat gizi dibagi menjadi tiga kelompok menurut fungsinya dalam tubuh, yaitu 1). Zat energy, berupa karbohidrat, lemak, dan protein 2). Zat pembangun, berupa protein, mineral, dan air. 3). Zat pengatur, berupa protein, mineral, air, dan vitamin. Jadi ada zat gizi yang menurut fungsinya termasuk dari satu golongan misalnya protein termasuk dalam golongan zat energi, zat pembangun, dan zat pengatur sedangkan mineral dan air tergolong dari zat pembangunan dan zat pengatur.

B. Pedoman Gizi Seimbang

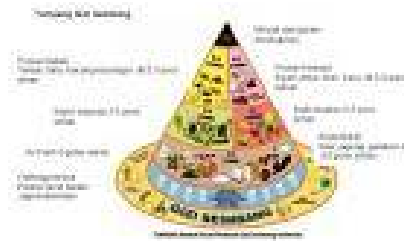
Pedoman 4 sehat 5 sempurna, pertama kali di Indonesia dikenalkan pada tahun 1950 oleh Prof Dr. Poerwo Soedarmo yang dikenal sebagai Bapak Ilmu Gizi Indonesia. Pedoman ini, dikembangkan dari pedoman yang sama di Amerika Serikat, kemudian disebar luaskan masyarakat melalui gerakan “sadar gizi” yang biasa yang dikenal dengan pedoman Menu 4 Sehat 5 Sempurna (lihat gambar 1.)



Gambar 1. 4 sehat 5 sempurna

Tapi kini pedoman itu sudah tidak digunakan, akan tetapi diganti dengan Pedoman Gizi Seimbang. Indonesia kini resmi menggunakan Pedoman Gizi Seimbang (PGS) untuk menyiapkan pola hidup sehat masyarakat Indonesia dalam menghadapi “beban ganda masalah gizi”, yaitu ketika kekurangan dan kelebihan gizi secara bersamaan.

PGS diharapkan dapat memperbaiki pedoman sebelumnya, yaitu 4 Sehat 5 Sempurna yang sudah dipopulerkan sejak tahun 1950an. Jika 4S5S menekankan pada makanan pokok, lauk pauk, sayur mayor, buah, dan susu, maka gizi seimbang adalah susunan makanan sehari-hari yang mengandung zat-zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh. Untuk Pedoman Gizi Seimbang dapat dilihat pada (Gambar 2).



Gambar 2. Pedoman gizi seimbang

Menurut prinsip gizi seimbang disesuaikan dengan golongan usia, jenis kelamin, kesehatan, serta aktifitas fisik. Tak hanya itu, perlu diperhatikan variasi jenis makanan.

C. Macam-macam zat gizi

Para ahli membagi zat gizi menjadi 6 kelompok besar, dibagi dalam zat gizi makro yaitu berupa karbohidrat, lemak, dan protein. Zat gizi makro terdiri dari vitamin, mineral, dan air. Ciri-ciri zat gizi sebagai berikut :

a) Karbohidrat

Terdiri dari unsur-unsur karbon (C), hydrogen (H), dan Oksigen (O₂). Bahan makanan yang mengandung karbohidrat misalnya golongan makanan pokok seperti padi-padian atau sereal, jagung, umbi-umbian, dan kacang-kacangan.

Manfaat karbohidrat sebagai berikut :

1. sebagai sumber energi bagi kebutuhan sel-sel jaringan tubuh.
2. Melindungi protein agar tidak dibakar sebagai penghasil energi (protein sparer)
3. Membantu metabolisme lemak
4. Serat berguna untuk pencernaan dan defekasi



Gambar 3. Sumber protein

b) Lemak

Terdiri dari unsur-unsur karbon (C), hydrogen (H), dan Oksigen (O₂). Dengan kandungan oksigen lebih kecil dari pada karbohidrat. Bahan makanan yang banyak mengandung lemak seperti : susu, keju, kuning telur, minyak kelapa, kacang-kacangan, dan alpukat.



Gambar 4. Sumber lemak

c) Protein

Terdiri dari unsur-unsur karbon (C), hydrogen (H), dan Oksigen (O₂), nitrogen (N) dan kadang-kadang tersusun atas bentuk asam-asam amino. Protein dapat ditemukan dari makanan hewani dan nabati, seperti : daging, ikan, telur, kacang-kacangan, tahu, tempe.

Manfaat protein :

1. Sebagai pemelihara sel tubuh
2. Pendukung metabolisme tubuh
3. Meningkatkan kekebalan tubuh
4. Penghasil tenaga



Gambar 5, sumber protein

d) Vitamin

Vitamin adalah ikatan organik yang terdapat dalam pangan, yang bukan merupakan karbohidrat, lemak, atau protein (tidak menghasilkan energi). Vitamin dibutuhkan oleh tubuh dalam jumlah kecil untuk mengatur proses metabolisme. Sumber vitamin lebih banyak terdapat pada sayur-sayuran dan buah-buahan.

Manfaatnya yaitu :

1. Berperan dalam reaksi kimia metabolisme energy
2. Pertumbuhan
3. Pemeliharaan jaringan

4. Sebagai koenzim, dlm bentuk apoenzim (terikat dg protein)



Gambar 6. Sumber vitamin

e) Mineral

Mineral adalah unsur-unsur atau ikatan anorganik yang memegang peranan penting dalam reaksi-reaksi metabolisme dan sebagai bagian struktur jaringan tubuh seperti tulang.

Manfaat :

1. Menjaga kesehatan tulang
2. Mencegah terjadinya gangguan pada otot
3. Membentuk hemoglobin
4. Sebagai keseimbangan cairan dalam tubuh
5. Mempelancar metabolisme



Gambar 7. Sumber mineral

f) Air

Air berperan sebagai pelarut dan sebagai transport zat-zat gizi serta sisa-sisa pencernaan dan metabolisme. Ada tiga sumber air bagi tubuh, yaitu air berasal dari minuman, air yang terdapat dalam makanan yang kita makan, serta air yang berasal dari hasil metabolisme dalam tubuh.

Manfaat air :

1. Pelarut zat gizi
2. Fasilitator pertumbuhan
3. Sebagai katalis reaksi biologis
4. Sebagai pelumas
5. Sebagai pengatur suhu tubuh
6. Sebagai sumber mineral bagi tubuh



Gambar 7. Sumber air

D. Kekurangan/kelebihan gizi

Konsumsi makanan berpengaruh terhadap status gizi seseorang. Status gizi adalah keadaan tubuh sebagai akibat konsumsi makanan dan penggunaan zat-zat gizi. Status gizi kurang terjadi bila tubuh mengalami kekurangan satu atau lebih zat gizi esensial. Status gizi lebih terjadi bila tubuh memperoleh zat gizi dalam jumlah berlebihan, sehingga menimbulkan efek toksis atau membahayakan.

a. Akibat kekurangan gizi

1. Mengganggu fungsi pertumbuhan
2. Produksi tenaga berkurang
3. Menurunnya daya pertahanan tubuh
4. Menghambat perkembangan struktur dan fungsi otak
5. Menimbulkan perilaku tidak tenang

b. Akibat kelebihan gizi

Terlalu banyak gizi dapat menyebabkan kegemukan sehingga akan muncul factor berbagai penyakit seperti hipertensi atau tekanan darah tinggi, diabetes, jantung koroner, hati, dan kantung empedu



PEMERINTAH KABUPATEN GUNUNGKIDUL
DINAS PENDIDIKAN PEMUDA DAN OLAHRAGA
SMK NEGERI 3 WONOSARI

Jl.Pramuka, Tawarsari,Wonosari,GunungkidulTelp (0274)394250 Kodepos 55812

ULANGAN HARIAN

SEMESTER 1

TAHUN PELAJARAN 2015 /2016

Mata pelajaran:Ilmu Gizi 1

B

Kelas/ Program: X / TB

Waktu

:90 Menit

Pilihan Ganda !

1. Bahan yang menghambat malebih suknya penyerapan zat yodium adalah
 - a. Tomat
 - b. Kol
 - c. Daun singkong
 - d. Wortel
 - e. Daun katuk
2. Gejala khas penyakit diabetes adalah
 - a. Kurang makan, kurang minum
 - b. Banyak makan, banyak minum
 - c. Berat badan naik
 - d. Berat badan turun
 - e. Cepat lelah
3. Sifat tidak dapat larut dalam air, rasa tidak manis bila dipanaskan menjadi gelatin adalah sifat dari
 - a. Pati
 - b. Fruktosa
 - c. Laktosa
 - d. Sukrosa
 - e. Galaktosa
4. Seseorang dikatakan obesitas adalah
 - a. Lebih 20% berat badan ideal
 - b. Gemuk
 - c. Badan besar
 - d. Kurang dari 20% berat badan ideal
 - e. Badan tinggi besar
5. Ilmu yang mempelajari pengaruh makanan dalam hubungannya dengan kesehatan adalah
 - a. Biologi
 - b. Ilmu gizi
 - c. Ilmu makanan
 - d. Ilmu kesehatan
 - e. Zat gizi
6. Contoh bahan pokok yang termasuk dari zat karbohidrat adalah....
 - a. Telur
 - b. Buah-buahan
 - c. Pasta
 - d. Sayuran
 - e. Daging
7. Fungsi lemak adalah
 - a. Melarutkan vit. A,D,E,K
 - b. Melarutkan vit Cdan B
 - c. Menganti sel baru
 - d. Mencegah sariawan
 - e. Mencegah pembengkakan darah
8. Pengertian dari junk food
 - a. Makanan yang mengandung banyak gizi
 - b. Makanan yang baik untuk dikonsumsi
 - c. Makanan yang baik untuk kesehatan
 - d. Makanan yang dianjurkan dalam Pedoman Gizi Seimbang
9. Makanan yang tidak ada nilai gizinya Vitamin yang larut dalam air adalah
 - a. A
 - b. B
 - c. C

- d. D
- e. E

10. Perubahan fisik pada anak remaja ditandai dengan
 - a. Bentuk badan
 - b. Bentuk mata
 - c. Nafsu makanan
 - d. Cara belajar
 - e. Peerubahan mode
11. Setiap 1 gram karbohidrat mengandung Kkal kalori
 - a. 4
 - b. 3
 - c. 2
 - d. 1
 - e. 5
12. Makanan pokok yang kita konsumsi mengandung
 - a. Zat protein
 - b. Zat lemak
 - c. Zat karbohidrat
 - d. Vitamin
 - e. mineral
13. Karbohidrat dan lemak merupakn contoh zat gizi
 - a. Zat energy
 - b. Zat pembangun
 - c. Zat mineral
 - d. Zat pengatur
 - e. Zat penunjang
14. Glukosa sering juga disebut
 - a. Gula asli
 - b. Gula murni
 - c. Gula tubuh
 - d. Gula anggur
 - e. Gula makanan
15. Bila terlalu banyak mengkonsumsi karbohidrat makan akan mengalami penyakit
 - a. Obesitas
 - b. Demam berdarah
 - c. Sesak nafas
 - d. Maag
 - e. Anemia

16. Zat dalam karbohidrat yang dapat merusak gigi adalah

- a. Maltose
 - b. Sukrosa
 - c. Laktosa
 - d. Glukosa
 - e. Glikogen
17. Laktosa merupakan gula yang sering berada pada
 - a. Air
 - b. Anggur
 - c. Semangka
 - d. Permen
 - e. Susu
 18. Memudahkan pemberian bentuk pada makanan, contoh dalam bentuk kue, proses fermentasi, caramel adalah fungsi dari
 - a. Karbohidrat dalam makanan
 - b. Protein dalam tubuh
 - c. Karbohidrat dalam tubuh
 - d. Lemak
 - e. Vitamin dan mineral
 19. Tingkat kemanisan pada fruktosa adalah
 - a. 1,0
 - b. 0,7
 - c. 1,2
 - d. 0,5
 - e. 1,1
 20. Karbohidrat yang kita konsumsi sehari sekitar
 - a. 10%-30%
 - b. 30%-40%
 - c. 40%-50%
 - d. 50%-60%
 - e. 50%-70%
 21. 1 gram lemak menghasilkan energy Kkalori
 - a. 8,3
 - b. 7,3
 - c. 4,3
 - d. 9,3
 - e. 9,9

22. Kolestrol banyak terdapat pada makanan, kecuali

- a. Sawi
- b. Telur
- c. Daging
- d. Hati
- e. lobster

23. Yang merupakan dari lemak jahat adalah

- a. Alpukat
- b. Pizza
- c. Kacang tanah
- d. Selai kacang
- e. Minyak goreng

24. Di bawah ini merupakan contoh lemak hewani yaitu

- a. Kacang tanah
- b. Alpukat
- c. Margarine
- d. Keju
- e. Olive oil

25. Yang merupkan contoh sumber lemak nabati yaitu

- a. Olive oil
- b. Susu
- c. Keju
- d. Kefir
- e. Daging

Essay !

- 1. Sebutkan 3 perbedaan maksud dari Pedoman Gizi Seimbang dengan 4 Sehat 5 Sempurna
- 2. Apa yang kalian ketahui tentang ilmu gizi
- 3. Apa yang akan terjadi pada tubuh bila kelebihan zat karbohidrat
- 4. Zat gizi apa saja yang terkandung dalam makanan ?
- 5. Jelaskan pengertian tentang zat karbohidrat dan zat lemak



Validator	Tgl. Validasi	Paraf
Kapro/ KGNA		

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)

Sekolah : SMK Negeri 3 Wonosari
Program Keahlian : Jasa Boga
Paket Keahlian : Jasa Boga
Mata Pelajaran : Ilmu Gizi 1
Kelas/Semester : X/1
Alokasi Waktu : 3 x pertemuan (5 x 45 menit)

K. Kompetensi Inti

- KI 3 :Memahami, menerapkan dan menganalisis pengetahuan factual, konseptual dan proseduralberdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan teknologi, seni, budaya dan humaniora dalam wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan dan peradaban terkait penyebab fenomena dan kejadian dalam bidang kerja yang spesifik untuk memecahkan masalah
- KI 4 :Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan diri yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, dan mampu melaksanakan tugas spesifik dibawah pengawasan langsung

L. Kompetensi Dasar

- 3.2 Mendeskripsikan zat gizi sumber zat pembangun yang diperlukan tubuh
- 4.2 Mengevaluasi kasus kekurangan sumber zat gizi pembangun berdasarkan data

M. Indikator Pencapaian Kompetensi

- 3.1.1 Menguraikan pengertian dari zat pembangun
- 3.1.2 menyebutkan zat pembangun pada makanan
- 3.1.3 menyebutkan contoh makanan yang mengandung zat pembangun
- 4.1.1 mendemontrasikan kasus kekurangan zat gizi penghasil tenaga berdasarkan data
- 4.1.2 mengoreksi kasus kekurangan zat gizi penghasil tenaga terhadap penyakit dan makanan

N. Tujuan Pembelajaran

- Setelah berdiskusi dan menggali informasi, peserta didik akan dapat menguraikan pengertian dari zat pembangun sesuai dengan materi yang disampaikan dengan jujur
- setelah berdiskusi dan menggali informasi, peserta didik akan dapat menyebutkan zat pembangunpada makanan dengan materi yang disampaikan dengan mandiri
- setelah berdiskusi dan menggali informasi, peserta didik akan dapat menyebutkan contoh makanan yang mengandung zat pembangun dengan percaya diri
- setelah mendengarkan dan pengertian tentang ilmu gizi peserta didik akan dapat mendemonstrasikan kasus kekurangan zat pembangun berdasarkan data dengan materi yang disampaikan dengan tanggung jawab
- Setelah berdiskusi dan menggali informasi, peserta didik akan dapat

mengoreksi kasus kekurangan zat gizi penghasil tenaga terhadap penyakit dan makanan dengan materi yang disampaikan dengan percaya diri

O. Materi

- Zat pembangun
- Makanan yang mengandung zat pembangun
- Akibat kekurangan zat pembangun
- Akibat kelebihan zat pembangun

P. Pendekatan, Model dan Metode

1. Pendekatan Pembelajaran : Saintifik
2. Model Pembelajaran : Discovery learning
3. Metode Pembelajaran : Diskusi, tanya jawab, penugasan

Q. Kegiatan Pembelajaran

Langkah Pembelajaran	Sintak model pembelajar an Discovery learning	Deskripsi	Alokasi waktu
Kegiatan pendahuluan		Pendidik <ul style="list-style-type: none">Mengucapkan salamMengabsen kehadiran peserta didikTanya jawab serta membahas materi minggu laluMenjelaskan cakupan materi tentang zat pembangunSebagai apersepsi peserta didik diminta untuk menyebutkan hal apa saja yang diketahui tentang zat pembangun	15 menit
Kegiatan inti	Pemberian stimulus	Mengamati <ul style="list-style-type: none">Mengamati gambar tentang zat pembangun	15 menit
	Identifikasi masalah	Menanya <ul style="list-style-type: none">Mengajukan pertanyaan tentang 29. Pengertian dari zat pembangun 30. Apa saja Zat gizi yang termasuk zat pembangun 31. Contoh bahan makanan yang tergolong zat pembangun 32. serta apakah ada perbedaan bahan makanan yang satu dengan yang lain yang termasuk contoh dari zat pembangunpeserta didik diminta memahami permasalahan apabila belum jelas bisa menanyakan kepada pendidikpendidik mengkondisikan peserta didik dalam situasi belajar yang kondusif agar	20 menit

		siswa terbiasa untuk bertanya	
	Pengumpul an data	Mengumpulkan Data <ul style="list-style-type: none"> Diskusi kelompok dengan menggunakan berbagai sumber untuk menjawab pertanyaan yang diajukan tentang seputar bahan makanan yang mengandung zat pembangun 	70 menit
	Pengumpul an data	Mengasosiasi <ul style="list-style-type: none"> Secara berkelompok dan menganalisis data hasil diskusi tentang bahan makanan yang mengandung zat pembangun Menyimpulkan data hasil diskusi dengan pertanyaan yang diajukan tentang bahan makanan yang mengandung zat pembangun 	50 menit
	Pembuktia n	Mengkomunikasikan <ul style="list-style-type: none"> Membuat laporan hasil diskusi bahan makanan yang mengandung zat pembangun Mempresentasikan laporan hasil diskusi ilmu gizi 	35 menit
	generalizati on	<ul style="list-style-type: none"> Pesrta didik dan pendidik menyimpulkan secara umum apa yang sudah dipelajari Pendidik memberi penguatan 	10 menit
Kegiatan penutup		<ul style="list-style-type: none"> Pendidik dan peserta didik membuat kesimpulan dari materi yang dipelajari Pendidik melakukan umpan balik untuk mengetahui sejauh mana pemahaman peserta didik dengan memberikan tes tertulis singkat Pendidik menyampaikan rencana pembelajaran pada pertemuan berikutnya tentang pelajaran minggu depan 	10 menit

Pertemuan kedua

Langkah Pembelajaran	Sintak model pembelajar an Discovery learning	Deskripsi	Alokasi waktu

Kegiatan pendahuluan		Pendidik <ul style="list-style-type: none"> Mengucapkan salam Mengabsen kehadiran peserta didik Tanya jawab serta membahas materi minggu lalu Sebagai apersepsi peserta didik diminta untuk menyebutkan hal apa saja yang dipelajari minggu lalu 	15 menit
Kegiatan inti	Pemberian stimulus	Mengamati <ul style="list-style-type: none"> Mengamati gambar akibat kekurangan zat pembangun 	15 menit
	Identifikasi masalah	Menanya <ul style="list-style-type: none"> Mengajukan pertanyaan tentang <ol style="list-style-type: none"> Fungsi dari zat pembangun Kibat kekurangan zat pemangun serta apakah ada perbedaan diantara penyakit yang ada? peserta didik diminta memahami permasalahan apabila belum jelas bisa menanyakan kepada pendidik pendidik mengkondisikan peserta didik dalam situasi belajar yang kondusif agar siswa terbiasa untuk bertanya 	20 menit
	Pengumpul an data	Mengumpulkan Data <ul style="list-style-type: none"> Diskusi kelompok dengan menggunakan berbagai sumber untuk menjawab pertanyaan yang diajukan tentang perbedaan dari marasmus dan kwasiokor 	70 menit
	Pengumpul an data	Mengasosiasi <ul style="list-style-type: none"> Secara berkelompok dan menganalisis data hasil diskusi tentang perbedaan dari marasmus dan kwasiokor Menyimpulkan data hasil diskusi dengan pertanyaan yang diajukan tentang perbedaan dari marasmus dan kwasiokor 	50 menit
	Pembuktia n	Mengkomunikasikan <ul style="list-style-type: none"> Membuat laporan hasil diskusi perbedaan dari marasmus dan kwasiokor Mempresentasikan laporan hasil diskusi perbedaan dari marasmus dan kwasiokor 	35 menit
	generalizati on	<ul style="list-style-type: none"> Pesrta didik dan pendidik menyimpulkan secara umum apa yang sudah dipelajari Pendidik memberi penguatan 	10 menit
Kegiatan penutup		<ul style="list-style-type: none"> Pendidik dan peserta didik membuat kesimpulan dari materi yang dipelajari Pendidik melakukan umpan balik untuk mengetahui sejauh mana pemahaman peserta didik dengan memberikan tes tertulis singkat Pendidik menyampaikan rencana 	10 menit

		pembelajaran pada pertemuan berikutnya tentang pelajaran minggu depan	
--	--	---	--

Pertemuan ketiga

Langkah Pembelajaran	Sintak model pembelajar an Discovery learning	Deskripsi	Alokasi waktu
Kegiatan pendahuluan		Pendidik <ul style="list-style-type: none"> - Mengucapkan salam - Mengabsen kehadiran peserta didik - Tanya jawab serta membahas materi minggu lalu - Sebagai apersepsi peserta didik diminta untuk menyebutkan hal apa saja yang sudah didapat di minggu lalu 	15 menit
Kegiatan inti	Pemberian stimulus	Mengamati <ul style="list-style-type: none"> • Mengamati video tentang akibat kelebihan zat pembangun 	15 menit
	Identifikasi masalah	Menanya <ul style="list-style-type: none"> • Mengajukan pertanyaan tentang 5. Akibat kelebihan zat pembangun • peserta didik diminta memahami permasalahan apabila belum jelas bisa menanyakan kepada pendidik • pendidik mengkondisikan peserta didik dalam situasi belajar yang kondusif agar siswa terbiasa untuk bertanya 	10 menit
	Pengumpul an data	Mengumpulkan Data <ul style="list-style-type: none"> • Diskusi kelompok dengan menggunakan berbagai sumber untuk menjawab pertanyaan yang diajukan tentang seputar akibat kelebihan zat pembangun 	50 menit
	Pengumpul an data	Mengasosiasi <ul style="list-style-type: none"> • Secara berkelompok dan menganalisis data hasil diskusi tentang akibat kelebihan zat pembangun • Menyimpulkan data hasil diskusi dengan pertanyaan yang diajukan tentang akibat kelebihan zat pembangun 	20 menit
	Pembuktia n	Mengkomunikasikan <ul style="list-style-type: none"> • Membuat laporan hasil diskusi akibat kelebihan zat pembangun • Mempresentasikan laporan hasil diskusi akibat kelebihan zat pembangun 	15 menit
	generalizati on	<ul style="list-style-type: none"> • Pesrta didik dan pendidik menyimpulkan secara umum apa yang sudah dipelajari 	90 menit

		<ul style="list-style-type: none"> • Pendidik memberi penguatan • Disispi dengan ulangan harian materi zat pembangun 	
Kegiatan penutup		<ul style="list-style-type: none"> • Pendidik dan peserta didik membuat kesimpulan dari materi yang dipelajari • Pendidik melakukan umpan balik untuk mengetahui sejauh mana pemahaman peserta didik dengan memberikan tes tertulis singkat • Pendidik menyampaikan rencana pembelajaran pada pertemuan berikutnya tentang pelajaran minggu depan 	10 menit

R. Penilaian Pembelajaran, Remedial dan Pengayaan

2. Instrumen dan Teknik Penilaian


10. Teknik penilaian dan Instrumen

i. Pengetahuan

Kompetensi Dasar	Teknik Penilaian	Instrumen
KD-3.2 Mendeskripsikan zat gizi sumber zat pembangun yang diperlukan tubuh	11. Tes tertulis 12. Pengamatan diskusi	1. Soal tes tertulis 2. Lembar pengamatan diskusi
KD-4.2 Mengevaluasi kasus kekurangan sumber zat gizi pembangun berdasarkan data	1.Tes tertulis 2.Pengamatan diskusi	11. Soal tes tertulis 12. Lembar pengamatan diskusi

Kompetensi Dasar	Indikator pencapaian kompetensi	Indikator soal	Jenis soal	Soal
3.2 Mendeskripsikan zat gizi sumber zat pembangun yang diperlukan tubuh	3.1.1 Menguraikan pengertian dari zat pembangun	Peserta didik mampu Menguraikan pengertian dari zat pembangun	Uraian singkat	1.zat yang berfungsi untuk mengganti sel-sel tubuh yang rusak adalah zat
	3.1.1 Menguraikan pengertian dari zat pemban	Peserta didik mampu Menguraikan pengertian dari zat pembangun		2.protein pertama kali ditemukan oleh Jons Jakobs

				pada tahun
	3.1.1 Menguraikan pengertian dari zat pemban	Peserta didik mampu Menguraikan pengertian dari zat pembangun		3. Zat gizi yang berperan dalam proses pertumbuhan adalah..... ...
	3.1.1 Menguraikan pengertian dari zat pemban	Peserta didik mampu Menguraikan pengertian dari zat pembangun		4. Protein tersusun dari beberapa unsur kimia, yaitu
	3.1.1 Menguraikan pengertian dari zat pemban	Peserta didik mampu Menguraikan pengertian dari zat pembangun		5. 1 gram protein mengandung
	3.1.1 Menguraikan pengertian dari zat pemban	Peserta didik mampu Menguraikan pengertian dari zat pembangun		6. Protein sederhana banyak dibutuhkan oleh
	3.1.1 Menguraikan pengertian dari zat pemban	Peserta didik mampu Menguraikan pengertian dari zat pembangun		7. Asam amino terbagi menjadi dua yaitu dan
	3.1.1 Menguraikan pengertian dari zat pemban	Peserta didik mampu Menguraikan pengertian dari zat pembangun		8. Asam amino yang tidak dapat dihasilkan dari tubuh yaitu.....
	3.1.1 Menguraikan pengertian dari zat pemban	Peserta didik mampu Menguraikan pengertian dari zat pembangun		9. Protein yang sanggup mendukung pemeliharaan jaringan, tetapi tidak mendukung pertumbuhan badan yaitu ...

	4.1.2 mengoreksi kasus kekurangan zat gizi penghasil tenaga terhadap penyakit dan makanan	Peserta didik mampu mengoreksi kasus kekurangan zat gizi penghasil tenaga terhadap penyakit dan makanan		10. Berdasarkan ciri-cirinya menyerupai batang dan kaku merupakan ciri-ciri dari protein bentuk ...
	3.1.2 menyebutkan zat pembangun pada makanan	Peserta didik mampu menyebutkan zat pembangun pada makanan		11. Sumber protein dibagi menjadi 2 yaitu Dan
	3.1.3 menyebutkan contoh makanan yang mengandung zat pembangun	Peserta didik mampu menyebutkan contoh makanan yang mengandung zat pembangun		12. Gambar diatas merupakan contoh dari sumber protein ...
	4.1.2 mengoreksi kasus kekurangan zat gizi penghasil tenaga terhadap penyakit dan makanan	Peserta didik mampu mengoreksi kasus kekurangan zat gizi penghasil tenaga terhadap penyakit dan makanan		13. Rambut rontok merupakan ciri-ciri dari akibat
	4.1.2 mengoreksi kasus kekurangan zat gizi penghasil tenaga terhadap penyakit dan makanan	Peserta didik mampu mengoreksi kasus kekurangan zat gizi penghasil tenaga terhadap penyakit dan makanan		14. Terlalu sering minum minuman yang berwarna akan mengganggu system metabolisme

	4.1.2 mengoreksi kasus kekurangan zat gizi penghasil tenaga terhadap penyakit dan makanan	Peserta didik mampu mengoreksi kasus kekurangan zat gizi penghasil tenaga terhadap penyakit dan makanan		15. Penyakit kekurangan protein yang ditandai dengan perut berbentuk cekung, serta tulang tubuh sampai terlihat adalah
	3.1.1 Menguraikan pengertian dari zat pemban	Peserta didik mampu Menguraikan pengertian dari zat pembangun	Essay	16. Jelaskan yang dimaksud dengan zat pembangun !
	3.1.3 menyebutkan contoh makanan yang mengandung zat pembangun	Peserta ddidik mampu menyebutkan contoh makanan yang mengandung zat pembangun		17. Sebutkan macam bahan makanan yang mengandung zat protein hewani dan nabati ! (masing-masing 5)
	3.1.3 menyebutkan contoh makanan yang mengandung zat pembangun	Peserta ddidik mampu menyebutkan contoh makanan yang mengandung zat pembangun		18. sebutkan 3 manfaat protein untuk tubuh.
	4.1.2 mengoreksi kasus kekurangan zat gizi penghasil tenaga terhadap penyakit dan makanan	Peserta didik mampu mengoreksi kasus kekurangan zat gizi penghasil tenaga terhadap penyakit dan makanan		19. Sebutkan 3 penyakit penyebab kelebihan protein

	4.1.2 mengoreksi kasus kekurangan zat gizi penghasil tenaga terhadap penyakit dan makanan	Peserta didik mampu mengoreksi kasus kekurangan zat gizi penghasil tenaga terhadap penyakit dan makanan		20. Marasmus dan kwasiokor merupakan penyakit kekurangan protein, sebutkan 3 perbedaannya. Dan hal apa yang harus dilakukan untuk mengatasi penyakit tersebut
--	---	---	--	---

Kunci jawaban dan skor

No	Jawaban	Skor	skor
1	zat pembangun	1	1 : bila jawaban benar 0 : bila tidak menjawab
2	1838	1	1 : bila jawaban benar 0 : bila tidak menjawab
3	Zat protein	1	1 : bila jawaban benar 0 : bila tidak menjawab
4	C,H,O,N,S	1	1 : bila jawaban benar 0 : bila tidak menjawab
5	4 kkalori	1	1 : bila jawaban benar 0 : bila tidak menjawab
6	Anak balita	1	1 : bila jawaban benar 0 : bila tidak menjawab
7	Asam amino esensial dan asam amino non esensial	1	1 : bila jawaban benar 0 : bila tidak menjawab
8	Asam amino esensial	1	1 : bila jawaban benar 0 : bila tidak

			menjawab
9	Protein setengah sempurna	1	1 : bila jawaban benar 0 : bila tidak menjawab
10	Protein serabut (fabrous)	1	1 : bila jawaban benar 0 : bila tidak menjawab
11	Sumber protein hewani dan sumber protein nabati	1	1 : bila jawaban benar 0 : bila tidak menjawab
12	Protein hewani	1	1 : bila jawaban benar 0 : bila tidak menjawab
13	Kekurangan protein	1	1 : bila jawaban benar 0 : bila tidak menjawab
14	Ginjal	1	1 : bila jawaban benar 0 : bila tidak menjawab
15	Marasmus	1	1 : bila jawaban benar 0 : bila tidak menjawab
16	Adalah zat gizi yang berperan dalam proses pertumbuhan atau pembangunan fungsi tubuh	1	1 : bila jawaban benar 0 : bila tidak menjawab
17	Sumber protein hewani : a. Udang b. Daging ayam putih c. Sirloin d. Telur e. Susu Sumber protein nabati : a. Tahu b. Tempe c. Kedelai d. Kacang-kacangan e. gandum	10	10 : bila menjawab benar 9 : bila menjawab benar 8 : bila menjawab benar 7 : bila menjawab benar 6 : bila menjawab benar 5 : bila menjawab benar 4 : bila menjawab benar 3 : bila menjawab benar

			benar 2 : bila menjawab benar 1 : bila menjawab benar 0 : bila tidak menjawab
18	1. Untuk membangun sel-sel jaringan tubuh manusia 2. Sebagai pengganti sel-sel tubuh yang rusak 3. Menjaga keseimbangan asam basa pada cairan tubuh	3	3 : bila menjawab benar 2 : bila menjawab benar 1 : bila menjawab benar 0 : bila tidak menjawab
19	1. Meningkatnya berat badab atau obesitas 2. Kerusakan hati dan otak 3. Gagal ginjal	3	3 : bila menjawab benar 2 : bila menjawab benar 1 : bila menjawab benar 0 : bila tidak menjawab
20	a. Ciri-ciri marasmus : <ul style="list-style-type: none">Kulit di tubuh melonggar dan mengkerut sehingga bentuk tulang sangat nampak.Berwajah lonjong dan tampak lebih tua.Perut berbentuk cekung yang biasa disertai dengan diare. b. Ciri-ciri kwashiorkor : <ul style="list-style-type: none">Terjadi pembengkakan pada perut, juga pada punggung kaki dan tanganSering mengalami diareBerwajah bulat <p>Hal yang harus dilakukan untuk mencegahnya adalah dengan cara mengkonsumsi sumber makanan yang mengandung protein secara cukup,</p>	3	3 : bila menjawab benar 2 : bila menjawab benar 1 : bila menjawab benar 0 : bila tidak menjawab
	JUMLAH	35	

Penskoran
Skor x 3.5 = 100

Pembelajaran Remedial dan Pengayaan		
KOMPETENSI DASAR	RENCANA REMIDI	RENCANAPENGAYAAN
3.2 Mendeskrisikan zat gizi sumber zat pembangun yang diperlukan tubuh	<ul style="list-style-type: none">Menjelaskan ulang materi yang belum pahamMengerjakan ulang No soal yang belum KKM untuk soal pengetahuan	Membuat makalah tentang penyebab kekurangan zat pembangun
4.2 Mengevaluasi kasus kekurangan sumber zat gizi pembangun berdasarkan data		

S. Media, Alat, Bahan, dan Sumber Belajar

5. Media : LCD, Powerpoint, Handout, papan tulis,
6. Alat : Pensil gambar, alat tulis dan perlengkapannya
7. Bahan : Kertas gambar
8. Sumber Belajar :

d. Gizi seimbang dalam daur kehidupan, direktorat pembinaan sekolah menengah kejuruan, Almtsier Sunita, MM,dkk.2011

e. Modul pembelajaran ilmu gizi 1

f. Manfaat gizi.com

Wonosari, September 2016

Mengetahui
Guru Pembimbing

Mahasiswa PPL

RUSTINA ANJAR R, S.Pd
NIP. 19790228 200801 2 008

Aisyah Kuncoro Putri
NIM.13511241021

Validasi Kaprodi	Tanggal Validasi

HAND OUT

Kompetensi Dasar : 3.2
MATA PELAJARAN : Ilmu Gizi 1
POKOK MATERI : Zat Pembangun (Protein)
w. Pengertian pembangun
x. Fungsi zat pembangun
y. Pengertian protein
z. Struktur kimia protein
aa. Pembagian Protein
bb. Proses pencernaan protein dalam perut
cc. Akibat kelebihan protein
dd. Akibat kekurangan protein

ZAT PEMBANGUN

A. Pengertian Zat Pembangun

Makanan yang kita makan tidak hanya memiliki satu zat akan tetapi mencangkup semua zat yang ada. Karena adanya saling terkaitan dalam tubuh kita. Namun zat gizi yang paling domininan dalam proses pertumbuhan/ pembangun dalam tubuh kita dalah protein.

B. Manfaat/Fungsi zat pembangun

- a. Sebagai pembentuk sel-sel pada jaringan tubuh manusia
- b. Untuk pertumbuhan menggantikan sel-sel tubuh yang rusak
- c. Mempertahankan fungsi organ tubuh

C. Pengertian protein

Sampai batas usia tertentu, tubuh manusia akan mengalami pertumbuhan, yaitu bertambah tinggi dan besar. Hal tersebut disebabkan adanya proses pembelahan sel yang menghasilkan sel baru sehingga sel-sel tubuh bertambah banyak. Mungkin kita tidak menyadari atau merasakan bahwa tubuh kita yang dulunya pendek dan kecil sekarang bertambah tinggi dan besar. Hal ini terjadi karena setiap hari kita menyantap makanan yang cukup gizi terutama makanan yang mengandung protein. Oleh karena itu protein disebut zat pembangun, karena protein berperan dalam pertumbuhan. Selain itu, sel-sel tubuh kita juga dapat rusak atau tua sehingga perlu diganti oleh sel-sel yang baru. Untuk mengganti sel-sel juga diperlukan zat pembangun, yaitu protein

Protein berguna sebagai bahan pembangun sel-sel dalam jaringan tubuh dan mengganti atau memperbaiki sel-sel dalam jaringan tubuh yang rusak. Oleh karena itu, anak-anak dalam proses pertumbuhan perlu mendapatkan protein yang cukup. Protein tersusun dari unsur-unsur karbon (C), hidrogen (H), oksigen (O), dan nitrogen (N). Beberapa protein tertentu, selain mengandung unsur-unsur tersebut juga mengandung unsur belerang atau sulfur (S) dan fosfor (P).

Jadi, Protein adalah penyusun kurang lebih 50% berat kering organisme.Protein bukan hanya sekedar bahan simpanan atau baha struktural,seperti karbohidrat dan lemak.Tetapi juga berperan penting dalam fungsi kehidupan.

D. STRUKTUR KIMIA PROTEIN

Protein adalah senyawa organik kompleks yang tersusun atas unsur Karbon(C),Hidrogen(H),Oksigen(O),Nitrogen(N) dan kadang-kadang mengandung zat Belerang(S),dan Fosfor(P).

Protein merupakan makromolekul yang terdiri dari satu atau lebih polimer.Setiap Polimer tersusun atas monomer yang di sebut asam amino.Masing-masing asam amino mengandung satu atom Karbon(C) yang mengikat satu atom Hidrogen(H),satu gugus amin(NH₂),satu gugus karboksil(-COOH),dan lain-lain(Gugus R).

Berbagai jenis asam amino membentuk rantai panjang melalui ikatan peptida.**Ikatan Peptida** adalah ikatan antara gugus karboksil satu asam amino dengan gugus amin dari asam amino lain yang ada di sampingnya.Asam amino yang membentuk rantai panjang ini disebut protein (**Polipeptida**).Polipeptida di dalam tubuh manusia disintesis di dalam ribosom.Setelah disintesis,protein mengalami”pematangan”menjadi protein yang lebih kompleks.

Asam amino yang diperlukan tubuh ada 20 macam.sepuluh diantaranya sangat penting bagi pertumbuhan sel-sel tubuh manusia dan tidak dapat dibuat dalam tubuh,sehingga harus didapatkan dari luar tubuh.Asam amino itu disebut **asam amino esensial**.selain asam amino esensial terdapat juga asam emino non-esensial.**Asam amino non-esensial** merupakan asam amino yang dapat dibuat dalam tubuh manusia.Bahan bakunya berasal dari asam amino lainnya.Namun ada juga yang mengatakan bahwa asam amino terbagi menjadi 3,ditambah dengan asam amino semiesensial.**Asam amino semiesensial** adalah asam amino yang dapat menghemat pemakaian beberapa asam amino esensial.



E. PEMBAGIAN PROTEIN

Berdasarkan macam asam amino yang menyusun polipeptid,Protein dapat digolongkan menjadi3,Yaitu:

1.Protein Sempurna

Protein sempurna adalah protein yang mengandung asam-asam amino lengkap,baik macam maupun jumlahnya.Contohnya kasein pada susu dan albumin pada putih telur.Pada umumnya protein hewan adalah Protein Sempurna

2.Protein Kurang Sempurna

Protein kurang sempurna adalah protein yang mengandung asam amino lengkap,tetapi beberapa diantaranya jumlahnya sedikit.Protein ini tidak dapat mencukupi kebutuhan pertumbuhan,Namun hanya dapat mempertahankan kebutuhan jaringan yang sudah ada.Contohnya Protein lagumin pada kacang-kacangan dan Gliadin pada gandum.

3.Protein Tidak Sempurna

Protein tidak sempurna adalah protein yang tidak mengandung atau sangat sedikit mengandung asam amino esensial.Protein ini tidak dapat mencukupi untuk

pertumbuhan dan mempertahankan kehidupan yang telah ada.Contohnya Zein pada jagung dan beberapa protein yang berasal dari tumbuhan.

F. FUNGSI PROTEIN

Protein yang membangun tubuh disebut *Protein Struktural* sedangkan protein yang berfungsi sebagai enzim,antibodi atau hormon dikenal sebagai *Protein Fungsional*.

Protein struktural pada umumnya bersenyawa dengan zat lain di dalam tubuh makhluk hidupContoh protein struktural antara lain *nukleoprotein* yang terdapat di dalam inti sel dan *lipoprotein* yang terdapat di dalam membran sel.Ada juga protein yang tidak bersenyawa dengan komponen struktur tubuh,tetapi terdapat sebagai cadangan zat di dalam sel-sel makhluk hidup.Contoh protein seperti ini adalah protein pada sel telur ayam,burung,kura-kura dan penyu.

Semua jenis protein yang kita makan akan dicerna di dalam saluran pencernaan menjadi zat yang siap diserap di usus halus,yaitu berupa asam amino-asamamino.Asam amino-asam amino yang dihasilkan dari proses pencernaan makanan berperan sangat penting di dalam tubuh,untuk:

- Bahan dalam sintesis substansi penting seperti hormon,zat antibodi,dan organel sel lainnya
- Perbaikan,pertumbuhan dan pemeliharaan struktur sel,jaringan dan organ tubuh
- Sebagai sumber energi,setiap gramnya akan menghasilkan 4,1 kalori.
- Mengatur dan melaksanakan metabolisme tubuh,misalnya sebagai enzim(protein mengaktifkan dan berpartisipasi pada reaksi kimia kehidupan)
- Menjaga keseimbangan asam basa dan keseimbangan cairan tubuh.Sebagai senyawa penahan/bufer,protein berperan besar dalam menjaga stabilitas pH cairan tubuh.Sebagai zat larut dalam cairan tubuh,protein membantu dalam pemeliharaan tekanan osmotik di dalam sekat-sekat rongga tubuh.
- Membantu tubuh dalam menghancurkan atau menetralkan zat-zat asing yang masuk ke dalam tubuh.

Kekurangan protein di dalam tubuh dapat mengakibatkan beberapa penyakit.Seperti kwashiorkor,anemia,radang kulit,dan busung lapar yang disebut juga hongerodem.Karena terjadinya edema(pembengkakan organ karena kandungan cairan yang berlebihan) pada tubuh.

G. PROSES PENCERNAAN PROTEIN DALAM TUBUH

Protein dalam makanan hampir sebagian besar berasal dari daging dan sayur-sayuran.Protein dicerna di lambung oleh enzim **pepsin**,yang aktif pada pH 2-3 (suasana asam).

Pepsin mampu mencerna semua jenis protein yang berada dalam makanan.Salah satu hal terpenting dari pencernaan yang dilakukan pepsin adalah kemampuannya untuk mencerna kolagen.**Kolagen** merupakan bahan dasar utama jaringan ikat pada kulit dan tulang rawan.

Pepsin memulai proses pencernaan Protein.Proses pencernaan yang dilakukan pepsin meliputi 10-30% dari pencernaan protein total.Pemecahan protein ini merupakan proses hidrolisis yang terjadi pada rantai polipeptida.

Sebagian besar proses pencernaan protein terjadi di usus.Ketika protein meninggalkan lambung,biasanya protein dalam bentuk proteosa,pepton,dan polipeptida besar.Setelah memasuki usus,produk-produk yang telah di pecah sebagian besar akan bercampur dengan enzim pankreas di bawah pengaruh enzim proteolitik,seperti tripsin,kimotripsin,dan peptidase.Baik tripsin maupun kimotripsin memecah molekul protein menjadi polipeptida kecil.Peptidase kemudian akan melepaskan asam-asam amino.

Asam amino yang terdapat dalam darah berasal dari tiga sumber,yaitu penyerapan melalui dinding usus,hasil penguraian protein dalam sel,dan hasil sintesis asam amino dalam sel.asam amino yang disintesis dalam sel maupun yang dihasilkan dari proses penguraian protein dalam hati dibawa oleh darah untuk digunakan di dalam jaringan.dala hal ini hati berfungsi sebagai pengatur konsentrasi asam amino dalam darah.

Kelebihan protein tidak disimpan dalam tubuh,melainkan akan dirombak di dalam hati menjadi senyawa yang mengandung unsur N,seperti NH₃ (amonia) dan NH₄OH (amonium hidroksida),serta senyawa yyang tidak mengandung unsur N.Senyawa yang mengandung unsur N akan disintesis menjadi urea.Pembentukan urea berlangsung di dalam hati karena hanya sel-sel hati yang dapat menghasilkan **enzim arginase**.Urea yang dihasilkan tidak dibutuhkan oleh tubuh,sehingga diangkut bersama zat-zat lainnya menuju ginjal laul dikeluarkan melalui urin.sebaliknya,senyawa yang tidak mengandung unsur N akan disintesis kembali mejadi bahan baku karbohidrat dan lemak,sehingga dapat di oksidasi di dalam tubuh untuk menghasilkan energi.

H. Akibat kelebihan protein

Protein memang dibutuhkan oleh tubuh sebagai sumber tenaga dan membantu tubuh untuk menyerap vitamin dan mineral lain. Tentu jumlah protein yang sesuai dengan tubuh akan menjadi penopang untuk kesehatan tubuh. Beberapa sumber makanan yang mengandung protein didapatkan dari daging, telur, ikan, semua produk susu, kacang-kacangan, dan berbagai biji-bijian. Protein juga bisa didapatkan dari sumber sayuran seperti brokoli, kale dan sayuran lain. Protein juga menjadi bagian dari perhitungan kalori untuk tubuh. Namun konsumsi sumber protein untuk tubuh secara berlebihan juga bisa menimbulkan resiko.

Jumlah Saran Konsumsi Protein

Untuk menjaga konsumsi protein yang sesuai dengan kebutuhan nutrisi tubuh, maka bisa mengikuti standar dibawah ini :

Berat (kg) : Protein (gram)

- 45 : 35
- 54 : 42
- 72 : 56
- 90 : 70

Fungsi Protein untuk Tubuh

Protein dibutuhkan oleh tubuh untuk semua bagian sel tubuh. Protein akan tersebar di semua bagian tubuh. Tubuh mendapatkan protein dari berbagai jenis

makanan yang menjadi sumber protein dari luar tubuh. Beberapa fungsi protein untuk tubuh adalah :

Protein digunakan untuk mengembangkan dan memelihara jaringan tubuh. Beberapa bagian yang sangat membutuhkan protein adalah seperti rambut, kulit, mata, semua organ, dan otot tubuh. anak-anak yang masih dalam tahap pertumbuhan membutuhkan jumlah yang lebih banyak.

Protein bisa menjadi sumber energi yang sangat baik untuk tubuh. Protein juga digunakan untuk membuat lemak dan sel lemak yang sehat untuk tubuh.

Protein menjadi sumber produksi hormon. Protein juga berfungsi untuk menjaga pencernaan dan membuat pankreas dan usus berfungsi dengan baik.

Protein juga menjadi pendorong untuk produksi enzim, enzim berfungsi untuk menjaga proses kimia dalam tubuh bisa berjalan dan bekerja dengan baik.

Protein juga bisa menjadi sumber antibodi yang berfungsi untuk mencegah infeksi tubuh dari berbagai sumber seperti virus, bakteri dan kuman.

Akibat Terlalu Banyak Konsumsi Protein

Terkadang ada beberapa orang yang ingin mendapatkan bentuk tubuh menarik dan hanya mengkonsumsi protein. Tapi ternyata konsumsi protein yang terlalu tinggi juga bisa menyebabkan resiko tubuh tubuh. Berikut ini adalah beberapa masalah kesehatan karena terlalu konsumsi protein :

1. Berat Badan Meningkat

Jumlah protein yang baik akan membantu tubuh tetap sehat, tapi jika terlalu banyak mengkonsumsi protein maka bisa menyebabkan berat badan meningkat. Dalam 1 gram protein mengandung sekitar 4 kalori yang berarti bahwa jumlah kalori akan meningkat ketika konsumsi protein juga menjadi lebih tinggi. Karena itu perlu membatasi jumlah protein harian agar sesuai dengan kebutuhan tubuh.

peningkatan berat badan ini juga bisa terjadi karena :

- konsumsi makanan yang bikin gemuk
- konsumsi makanan penambah berat badan
- konsumsi makanan pembentuk otot

2. Merusak Hati dan Otak

Akibat kelebihan protein juga bisa membuat kerusakan berbahaya pada organ otak, hati dan sistem syaraf. Hal ini terjadi ketika kita mengkonsumsi protein maka tubuh akan menghasilkan racun yang akan diproses oleh hati. Tapi jika konsumsi terlalu berlebihan maka bisa menyebabkan penumpukan racun dalam hati. Bahkan racun yang terlalu banyak juga akan merusak aliran darah dalam tubuh. Jika kerusakan terjadi secara terus menerus maka fungsi hati dan otak menjadi tidak seimbang.

Kerusakan hati dan otak ini juga bisa terjadi karena :

- zat aditif pada makanan
- bahaya makan kerupuk putih
- bahaya minuman energi

3. Meningkatkan Kolesterol

Protein yang didapatkan dari hewan juga bisa menjadi makanan yang mengandung kolesterol bagi tubuh. Kolesterol dapat menyebabkan pengerasan arteri sehingga meningkatkan resiko penyakit jantung. Karena itu bagi orang yang melakukan diet dan khusus mengkonsumsi makanan dari sumber protein hewani juga harus waspada dengan beberapa resiko ini.

Sponsors Link

Kolesterol tinggi ini juga bisa mengakibatkan :

- bahaya asam urat
- gula darah tinggi
- penyebab darah tinggi

4. Kerusakan Ginjal

Ginjal dalam tubuh berfungsi untuk menyaring semua jenis zat atau limbah yang dihasilkan oleh organ lain. Jika mengkonsumsi terlalu banyak protein maka ginjal akan bekerja lebih berat. Ada banyak jenis zat buangan protein seperti racun yang harus disaring oleh ginjal. Kondisi ini sering ditemukan pada orang yang sering mengkonsumsi protein hewani dalam jumlah yang tinggi.

Gangguan ginjal ini juga bisa diakibatkan karena :

- bahaya makan mie instan
- efek samping allopurinol
- efek samping cuci darah

5. Menyebabkan Dehidrasi

Dehidrasi atau kekurangan cairan bisa menjadi salah satu masalah kesehatan yang berat untuk orang yang terlalu banyak mengkonsumsi protein. Bahaya kelebihan protein akan membuat tubuh melakukan kerja yang lebih berat terutama untuk pembangunan jaringan tubuh. Hal inilah yang menyebabkan konsumsi protein akan membuat tubuh membutuhkan air dalam jumlah yang banyak. Konsumsi protein tinggi tanpa disertai jumlah air mineral yang tepat akan menyebabkan dehidrasi.

Kondisi lainnya yang bisa menyebabkan dehidrasi ini yakni :

- akibat kurang minum air putih
- bahaya minum teh
- bahaya kopi

6. Jumlah Kalsium Rendah

sponsored links

Protein yang terlalu tinggi dalam tubuh dapat menyebabkan produksi asam yang terlalu tinggi. Produksi asam yang terlalu tinggi dapat menyebabkan kemampuan tulang menyerap kalsium menjadi lebih rendah. Akhirnya tubuh akan mengalami bahaya kekurangan kalsium yang bisa meningkatkan resiko penyakit tulang dan berbagai masalah lain yang berhubungan dengan kebutuhan kalsium untuk tubuh.

Tanda-tanda dari kekurangan kalsium karena konsumsi protein yang berlebihan adalah rasa sakit pada pergelangan tangan.

Untuk mengatasi masalah kurangnya konsumsi kalsium ini bisa dengan :

- mengkonsumsi makanan yang mengandung kalsium
- mengkonsumsi buah yang mengandung kalsium

7. Resiko Kanker

Konsumsi berbagai jenis sumber protein dari hewan bisa meningkatkan resiko penyakit kanker yang lebih tinggi. Penumpukan lemak dari sumber protein memicu munculnya radikal bebas yang menyebabkan pertumbuhan sel normal menjadi kanker.

Resiko kanker bisa juga disebabkan oleh :

- bahaya obesitas
- bahaya asap rokok
- bahaya daging asap

8. Mengurangi Ketosis

Banyak orang yang mengurangi konsumsi karbohidrat dan lemak karena mengkonsumsi tinggi protein. Jika hal ini dilakukan secara terus-menerus maka bisa mengurangi jumlah ketosis yang dihasilkan oleh tubuh. Hal ini akan menyebabkan masalah kesehatan pada tubuh yang sering ditandai dengan tubuh menjadi lebih lemah, otot berkembang tapi tidak berfungsi dengan baik dan berbagai masalah kekebalan tubuh.

9. Tinggi Asam Urat

Konsumsi protein yang terlalu tinggi juga bisa menyebabkan peningkatan asam urat. Konsumsi protein dari sumber hewan memiliki resiko lebih tinggi terkena gejala asam urat tinggi. Hal ini terjadi karena protein dari hewan bisa menjadi sumber lemak dan meningkatkan jumlah kolesterol. Asam urat terpengaruh oleh jumlah kolesterol yang tinggi sehingga terlihat seperti penyakit komplikasi.

10. Masalah Keseimbangan Makronutrien untuk Tubuh

Berbagai jenis makanan yang mengandung protein tinggi bisa membuat tubuh menjadi lebih kuat. Namun jika kebiasaan ini dilakukan secara terus menerus maka keseimbangan nutrisi mikro dan makro akan menjadi tidak seimbang. Keseimbangan zat makro dan mikro untuk tubuh memang sangat penting karena mengendalikan sistem dalam tubuh termasuk untuk fungsi organ, otot dan jaringan tubuh.

Tips Mengendalikan Konsumsi Protein

Protein yang penting untuk memelihara dan mengembangkan jaringan tubuh seharusnya didapatkan seimbang dari sayuran dan sumber hewani. Jadi anda bisa mengikuti beberapa cara dibawah ini untuk mengendalikan jumlah protein bagi tubuh.

- Pilih jenis daging seperti daging yang tidak mengandung lemak. Pilih jenis daging organik yang tidak mengandung protein buatan untuk ternak.

- Mendapatkan protein dari bubuk protein khusus juga bisa anda lakukan. Namun konsumsi bubuk protein hendaknya juga dilakukan sesuai dengan asupan yang dibutuhkan oleh tubuh.
- Konsumsi berbagai jenis sumber protein dari sayuran seperti kecambah, biji-bijian dan madu.

Konsumsi protein yang seimbang untuk tubuh menjadi pola konsumsi nutrisi yang seimbang. Anda bisa membuat jadwal khusus untuk mengukur jumlah protein yang dibutuhkan oleh tubuh. Untuk menjaga keseimbangan protein sebaiknya kita mengkonsumsi protein dari hewan maupun tumbuhan.

I AKIBAT KEKURANGAN PROTEIN

rotein merupakan unsur penting yang mampu menopang pertumbuhan dan dapat memelihara keseimbangan tubuh. Pada tahun 1838, protein ditemukan oleh Jons Jakob Berzelius yang hingga saat ini sering diteliti oleh para ilmuwan. Protein sendiri merupakan komponen senyawa organik yang terdiri dari sulfur, hidrogen, fosfor, nitrogen, oksigen dan asam amino yang sangat penting. Unsur-unsur ini kerap ditemui dalam [makanan yang mengandung protein](#), yang di konsumsi setiap hari.

Adapun beberapa fungsi lainnya yang ditemukan pada protein adalah:

1. Sebagai enzim yang mampu mempercepat reaksi biologis
2. Pembentukan sel darah merah, hingga dapat mengangkut oksigen ke eritrosit
3. Pengatur metabolisme tubuh
4. Pembentuk sistem imun atau antibodi
5. Penghancur dan penetral zat-zat asing yang masuk ke dalam tubuh
6. Penyembuh luka hingga dapat meregenerasi sel, utamanya pada kulit
7. Penyeimbang asam basa yang mampu menjaga stabilitas ph cairan pada tubuh
8. Pembentuk otot yang membantu perkembangan pada anak-anak dan remaja

Karena protein memiliki banyak fungsi yang sangat penting untuk tubuh, maka tentu saja tubuh akan rentan terhadap penyakit akibat kekurangan protein yang cukup. Adapun beberapa penyakit yang dapat ditimbulkan akibat kekurangan protein, bisa sangat membahayakan hingga menyebabkan kematian. Berikut ini diantaranya :

1. Marasmus

Marasmus merupakan bentuk kekurangan gizi buruk, yang paling banyak ditemui pada bayi dibawah usia 12 bulan. Penyebabnya bisa terjadi karena kekurangan protein yang sering disertai dengan gejala kekurangan karbohidrat. Penyakit ini tentu cukup berbahaya jika diderita, sebab dapat menggiring penderitanya pada kematian.

Ciri-ciri :

- Berat badan kurang dari 60% dari berat badan yang seharusnya.
- Suhu tubuh menjadi rendah.
- Kulit di tubuh melonggar dan mengkerut sehingga bentuk tulang sangat nampak.
- Berwajah lonjong dan tampak lebih tua.
- Perut berbentuk cekung yang biasa disertai dengan diare.
- Kehilangan nafsu makan.

2. Kwashiorkor

Penyakit kwashiorkor ini merupakan penyakit yang bisa terjadi akibat kekurangan protein. Berbeda dengan marasmus, penyakit ini paling banyak ditemukan pada anak-anak usia 1 hingga 3 tahun. Apabila pada marasmus tubuh penderitanya cenderung kurus, maka pada kwashiorkor penampilan dari penderita terlihat normal.

Walaupun begitu, penyakit ini harus diwaspadai sebab jika tidak maka anak-anak pertumbuhannya akan terhambat bahkan bisa mengalami cacat mental, seperti [ADHD](#) pada anak.

Ciri-ciri :

- Mengalami kelelahan yang tinggi
- Terjadi pembengkakan pada perut, juga pada punggung kaki dan tangan
- Sering mengalami diare
- Berwajah bulat
- Pandangan mata sayu
- Rambut menjadi kusam, tipis hingga kemerahan dan gampang dicabut
- Kehilangan nafsu makan dan gampang rewel
- Hati berlemak dan membesar
- Kekeringan pada kulit hingga bersisik dan pecah-pecah
- Luka sulit untuk sembuh
- Sering disertai dengan infeksi yang akut
- [Anemia](#) dan xeroftalmia

3. Cachexia

Penyakit cachexia merupakan penyakit yang menyerang seseorang akibat kekurangan protein. Menurut American Journal of Clinical Nutrition, penyakit ini dapat menyebabkan penurunan berat badan, penyakit kanker, gagal ginjal, [penyakit menular](#) AIDS, bahkan kematian apabila tidak ditangani dengan baik.

Ciri-ciri :

- Kerap merasa lelah walaupun hanya beraktifitas ringan.
- Menipisnya otot rangka.
- Terjadinya degradasi protein.
- Berat badan menurun secara yang ekstrim.

4. Gagal Hati

Sponsors Link

Gagal hati adalah merupakan penyakit yang menyebabkan kerusakan dan kehilangan fungsi hati akibat ketidakmampuan sel hati untuk beregenerasi. Hal ini juga menjadi penyakit akibat kekurangan protein. Karena menimbulkan hal yang membahayakan, maka kondisi ini sangat memerlukan penanganan medis.

Ciri-ciri :

- Merasa mual
- Nafsu makan menghilang
- Sering mengalami rasa lelah

- Kulit dan mata menguning jika telah mencapai tahap akut
- Pembengkakan pada perut
- Mengalami [diare](#)
- Gampang memar dan berdarah

5. Apati

Definisi dari apati yaitu suatu kondisi yang menyebabkan emosi menjadi tumpul. Efek penyakit akibat kekurangan protein ini, bisa mempengaruhi tingkah laku dan fungsi kognitif. Biasanya, apati sering disertai dengan depresi. Namun, kedua hal ini berbeda. Jika depresi berupa gangguan emosi, maka apati berupa gangguan motivasi.

Ciri-ciri :

- Kurangnya usaha sehingga sering bergantung pada orang lain
- Tidak ada keinginan untuk belajar hal-hal baru
- Kurang peduli terhadap masalah
- Fluktuasi emosi tidak terjadi
- Kurangnya respon terhadap suatu peristiwa atau kejadian

6. Edema

Penyakit edema ini merupakan nama lain dari retensi air, yakni penyakit kekurangan protein yang paling sering diderita manusia. Jika darah yang mengalir pada tubuh tidak memiliki protein yang cukup, maka seseorang bisa mengalami gejala tekanan [darah rendah](#) sehingga gampang pusing, lemas dan malas beraktifitas.

Akibatnya, genre darah yang tidak mengandung protein dapat membentuk jaringan pada sekitar pembuluh darah yang mirip dengan gumpalan air. Jaringan inilah yang biasa disebut dengan edema.

Ciri-ciri :

- Pembengkakan pada kulit dan kadang terasa kenyal
- Kadang disertai nyeri atau tidak
- Kadang disertai demam atau tidak

7. Rambut Rontok

sponsored links

Rambut yang rontok secara tidak normal bisa terjadi akibat tubuh kekurangan protein. Ketika ratusan helai rambut mengalami kerontokan tiap harinya, maka ini merupakan tanda bahwa seseorang sedang mengalami penyakit rambut rontok. Hal ini tentu saja tidak bisa dianggap sepele, sebab lama-kelamaan dapat membuat kepala menjadi botak, bahkan sulit untuk tumbuh kembali.

Ciri-ciri :

- Rambut mudah lepas saat menyisir ataupun saat keramas
- Banyak rambut berguguran saat bangun tidur
- Banyaknya rambut yang menempel pada baju yang dikenakan

8. Gangguan Otak

Otak merupakan pusat saraf manusia agar dapat berpikir serta mampu menggerakkan tubuh. Jika seseorang kekurangan protein, maka kecepatan berpikir orang tersebut akan menjadi rendah bahkan sehingga bisa mengakibatkan gangguan yang parah atau fatal. Misalnya saja seperti berkurangnya kecepatan motorik, mudah [stres](#) atau depresi, dan lainnya.

9. Penyakit Jantung

Jantung yang berdetak dalam tubuh manusia ternyata sangat membutuhkan protein. Sebab, jika tubuh seseorang kekurangan protein, maka denyut jantung yang bisa dihasilkan sangat rendah yaitu dibawah 60 kali denyutan dalam satu menit.

Ciri-ciri :

- Sering mengalami sesak nafas
- Biasa mengalami gejala batuk
- Nafsu makan menjadi berkurang
- Gampang lelah atau lemas

10. Kelelahan

Tubuh yang sering mengalami kelelahan merupakan salah satu tanda bahwa seseorang kekurangan protein. Jika protein ini tidak cukup untuk tubuh, maka jaringan otot yang mengalami kelelahan bisa rusak sehingga tidak dapat melakukan regenerasi.

Adapun beberapa hal membahayakan yang ditimbulkan oleh kelelahan ini seperti [kram](#), rheumatik dan lainnya.

Ciri-ciri :

- Gampang merasa resah.
- Sering jatuh tertidur saat sedang duduk atau saat melakukan aktifitas.
- Merasa kurang keseimbangan pada tubuh.
- Mudah marah.
- Sulit berkonsentrasi.

Penyakit Akibat Kelebihan Protein

Walaupun protein sangat penting bagi tubuh, namun bukan berarti mengonsumsi protein dalam jumlah yang banyak bisa menyehatkan tubuh. Ternyata, mengonsumsi protein berlebih juga tidak baik bagi kesehatan, bahkan dapat menimbulkan penyakit.

Adapun beberapa penyakit yang bisa ditimbulkan apabila berlebihan dalam mengonsumsi protein adalah:

Kelebihan protein pada tubuh, dapat menyebabkan seseorang mengalami gagal ginjal. Sebab, mengonsumsi protein yang berlebih, maka akan membuat ginjal terpaksa bekerja lebih ekstra untuk membuang semua kelebihan nitrogen pada tubuh dan akhirnya membuat seseorang mengalami gagal ginjal.

Selain itu, jika hal ini terjadi, maka akan mengakibatkan kadar urea menjadi tinggi, sehingga bisa menyebabkan masalah [asam urat](#).

Ciri-ciri:

- Kepala terasa pusing hingga sulit untuk berkonsentrasi
- Merasa gatal sehingga meninggalkan ruam pada tubuh
- Merasa kedinginan pada tubuh
- Mengalami sesak nafas
- Merasa sakit pada daerah sekitar pinggang

Penyakit akibat kekurangan protein maupun penyakit akibat kekurangannya ini, tentu saja bisa terjadi pada siapa saja. Sehingga kita perlu mewaspdainya dengan melakukan [gaya hidup sehat](#) terhadap pola makan yang mencukupi kebutuhan nutrisi protein ini.

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)**

Sekolah : SMK Negeri 3 Wonosari
Program Keahlian : Jasa Boga
Paket Keahlian : Jasa Boga
Mata Pelajaran : Ilmu Gizi 1
Kelas/Semester : X/1
Alokasi Waktu : 3 x pertemuan (5 x 45 menit)

T. Kompetensi Inti

- KI 3 :Memahami, menerapkan dan menganalisis pengetahuan factual, konseptual dan proseduralberdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan teknologi, seni, budaya dan humaniora dalam wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan dan peradaban terkait penyebab fenomena dan kejadian dalam bidang kerja yang spesifik untuk memecahkan masalah
- KI 4 :Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan diri yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, dan mampu melaksanakan tugas spesifik dibawah pengawasan langsung

U. Kompetensi Dasar

- 3.3 Mendeskrisikan zat gizi sumber mineral yang diperlukan tubuh
- 4.3 Mengevaluasi kasus kekurangan zat gizi sumber mineral berdasarkan data

V. Indikator Pencapaian Kompetensi

- 3.3.1. mengartikan pengertian zat gizi sumber mineral
- 3.3.2. memberi contoh makanan yang termasuk zat gizi sumber mineral
- 3.3.3. menyebutkan dampak dari kelebihan dan kekurangan zat gizi sumber mineral
- 4.3.1 mengklasifikasi kasus kekurangan zat gizi sumber mineral berdasarkan data
- 4.3.2 mengoreksi kasus kekurangan zat gizi sumber mineral terhadap penyakit dan makanan

W. Tujuan Pembelajaran

1. Setelah berdiskusi dan menggali informasi, peserta didik akan dapat mengartikan pengertian zat gizi sumber mineral sesuai dengan materi yang disampaikan dengan jujur
2. setelah berdiskusi dan menggali informasi, peserta didik akan dapat memberi contoh memberi contoh makanan yang termasuk zat gizi sumber mineral sesuai dengan materi yang disampaikan dengan tekun
3. setelah berdiskusi dan menggali informasi, peserta didik akan dapat menyebutkan dampak dari kelebihan dan kekurangan zat gizi sumber mineralsesuai dengan materi yang disampaikan dengan percaya diri
4. setelah mendengarkan dan pengertian tentang ilmu gizi peserta didik akan dapat mengklasifikasi kasus kekurangan zat gizi sumber mineral berdasarkan data sesuai dengan materi yang disampaikan dengan rasa tanggung jawab
5. Setelah berdiskusi dan menggali informasi, peserta didik akan dapat mengoreksi kasus kekurangan zat gizi sumber mineral terhadap penyakit dan

makanan sesuai dengan materi yang disampaikan dengan mandiri

X. Materi Pembelajaran

- 1. Zat gizi sumber mineral
- 2. Contoh bahan makanan yang mengandung zat mineral
- 3. Kekurangan mineral

Y. Pendekatan, Model, Metode

- 1. Pendekatan Pembelajaran : Saintifik
- 2. Model Pembelajaran : Discovery learning
- 3. Metode Pembelajaran : Diskusi, tanya jawab, penugasan

Z. Kegiatan Pembelajaran

Pertemuan pertama

Langkah Pembelajaran	Sintak model pembelajaran Discovery learning	Deskripsi	Alokasi waktu
Kegiatan pendahuluan		Pendidik <ul style="list-style-type: none">- Mengucapkan salam- Mengabsen kehadiran peserta didik- Tanya jawab serta membahas materi minggu lalu- Menjelaskan cakupan materi tentang zat mineral- Sebagai apersepsi peserta didik diminta untuk menyebutkan hal apa saja yang diketahui tentang zat mineral	15 menit
Kegiatan inti	Pemberian stimulus	Mengamati <ul style="list-style-type: none">• Mengamati gambar tentang zat mineral	15 menit
	Identifikasi masalah	Menanya <ul style="list-style-type: none">• Mengajukan pertanyaan tentang 33. Pengertian dari zat mineral34. Apa saja Zat gizi yang termasuk zat mineral35. Contoh bahan makanan yang tergolong zat mineral36. serta apakah ada perbedaan bahan makanan yang satu dengan yang lain yang termasuk contoh dari zat mineral• peserta didik diminta memahami permasalahan apabila belum jelas bisa menanyakan kepada pendidik• pendidik mengkondisikan peserta didik dalam situasi belajar yang kondusif agar siswa terbiasa untuk bertanya	20 menit
	Pengumpulan	Mengumpulkan Data	70

	data	<ul style="list-style-type: none">• Diskusi kelompok dengan menggunakan berbagai sumber untuk menjawab pertanyaan yang diajukan tentang seputar bahan makanan yang mengandung zat mineral	menit
	Pengumpulan data	Mengasosiasi <ul style="list-style-type: none">• Secara berkelompok dan menganalisis data hasil diskusi tentang seputar bahan makanan yang mengandung zat mineral• Menyimpulkan data hasil diskusi dengan pertanyaan yang diajukan tentang seputar bahan makanan yang mengandung zat mineral	50 menit
	Pembuktian	Mengkomunikasikan <ul style="list-style-type: none">• Membuat laporan hasil diskusi seputar bahan makanan yang mengandung zat mineral• Mempresentasikan laporan hasil diskusi seputar bahan makanan yang mengandung zat mineral	35 menit
	generalization	<ul style="list-style-type: none">• Peserta didik dan pendidik menyimpulkan secara umum apa yang sudah dipelajari• Pendidik memberi penguatan	10 menit
Kegiatan penutup		<ul style="list-style-type: none">• Pendidik dan peserta didik membuat kesimpulan dari materi yang dipelajari• Pendidik melakukan umpan balik untuk mengetahui sejauh mana pemahaman peserta didik dengan memberikan tes tertulis singkat• Pendidik menyampaikan rencana pembelajaran pada pertemuan berikutnya tentang pelajaran minggu depan	10 menit

Pertemuan kedua

Langkah Pembelajaran	Sintak model pembelajaran Discovery learning	Deskripsi	Alokasi waktu
Kegiatan pendahuluan		Pendidik <ul style="list-style-type: none">- Mengucapkan salam	15 menit

		<ul style="list-style-type: none"> - Mengabsen kehadiran peserta didik - Tanya jawab serta membahas materi minggu lalu - Sebagai apersepsi peserta didik diminta untuk menyebutkan hal apa saja yang dipelajari minggu lalu 	
Kegiatan inti	Pemberian stimulus	Mengamati <ul style="list-style-type: none"> • Mengamati gambar akibat kekurangan zat minerl 	15 menit
	Identifikasi masalah	Menanya <ul style="list-style-type: none"> • Mengajukan pertanyaan tentang <ol style="list-style-type: none"> 4. Fungsi dari zat mineral 5. akibat kekurangan zat mineral 6. serta apakah ada perbedaan diantara penyakit yang ada? • peserta didik diminta memahami permasalahan apabila belum jelas bisa menanyakan kepada pendidik • pendidik mengkondisikan peserta didik dalam situasi belajar yang kondusif agar siswa terbiasa untuk bertanya 	20 menit
	Pengumpulan data	Mengumpulkan Data <ul style="list-style-type: none"> • Diskusi kelompok dengan menggunakan berbagai sumber untuk menjawab pertanyaan yang diajukan tentang akibat kekurangan zat mineral 	70 menit
	Pengumpulan data	Mengasosiasi <ul style="list-style-type: none"> • Secara berkelompok dan menganalisis data hasil diskusi tentang akibat kekurangan zat mineral • Menyimpulkan data hasil diskusi dengan pertanyaan yang diajukan tentang akibat kekurangan zat mineral 	50 menit
	Pembuktian	Mengkomunikasikan <ul style="list-style-type: none"> • Membuat laporan hasil diskusi akibat kekurangan zat mineral • Mempresentasikan laporan hasil diskusi akibat kekurangan zat mineral 	35 menit
	generalization	<ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik dan pendidik menyimpulkan secara umum apa yang sudah dipelajari • Pendidik memberi penguatan 	10 menit
Kegiatan penutup		<ul style="list-style-type: none"> • Pendidik dan peserta didik membuat kesimpulan dari materi yang dipelajari 	10 menit

		<ul style="list-style-type: none"> • Pendidik melakukan umpan balik untuk mengetahui sejauh mana pemahaman peserta didik dengan memberikan tes tertulis singkat • Pendidik menyampaikan rencana pembelajaran pada pertemuan berikutnya tentang pelajaran minggu depan 	
--	--	---	--

Pertemuan ketiga

Langkah Pembelajaran	Sintak model pembelajaran Discovery learning	Deskripsi	Alokasi waktu
Kegiatan pendahuluan		Pendidik <ul style="list-style-type: none"> - Mengucapkan salam - Mengabsen kehadiran peserta didik - Tanya jawab serta membahas materi minggu lalu - Sebagai apersepsi peserta didik diminta untuk menyebutkan hal apa saja yang sudah didapat di minggu lalu 	15 menit
Kegiatan inti	Pemberian stimulus	Mengamati <ul style="list-style-type: none"> • Mengamati video tentang akibat kelebihan zat mineral 	15 menit
	Identifikasi masalah	Menanya <ul style="list-style-type: none"> • Mengajukan pertanyaan tentang <ol style="list-style-type: none"> 6. Akibat kelebihan zat mineral • peserta didik diminta memahami permasalahan apabila belum jelas bisa menanyakan kepada pendidik • pendidik mengkondisikan peserta didik dalam situasi belajar yang kondusif agar siswa terbiasa untuk bertanya 	10 menit
	Pengumpulan data	Mengumpulkan Data <ul style="list-style-type: none"> • Diskusi kelompok dengan menggunakan berbagai sumber untuk menjawab pertanyaan yang diajukan tentang seputar akibat kelebihan zat mineral 	40 menit
	Pengumpulan data	Mengasosiasi <ul style="list-style-type: none"> • Secara berkelompok dan menganalisis data hasil diskusi tentang akibat kelebihan zat mineral • Menyimpulkan data hasil diskusi dengan pertanyaan yang diajukan tentang akibat kelebihan zat mineral 	20 menit
	Pembuktian	Mengkomunikasikan <ul style="list-style-type: none"> • Membuat laporan hasil diskusi 	15 menit

		akibat kelebihan zat mineral <ul style="list-style-type: none">Mempresentsasikan laporan hasil diskusi akibat kelebihan zat mineral	
	generalization	<ul style="list-style-type: none">Pesrta didik dan pendidik menyimpulkan secara umum apa yang sudah dipelajariPendidik memberi penguatanDisispi dengan ulangan harian materi zat mineral	100 menit
Kegiatan penutup		<ul style="list-style-type: none">Pendidik dan peserta didik membuat kesimpulan dari materi yang dipelajariPendidik melakukan umpan balik untuk mengetahui sejauh mana pemahaman peserta didik dengan memberikan tes tertulis singkatPendidik menyampaikan rencana pembelajaran pada pertemuan berikutnya tentang pelajaran minggu depan	10 menit

AA. Penilaian Pembelajaran, Remedial dan Pengayaan

3. Instrumen dan Teknik Penilaian

11. Teknik penilaian dan Instrumen

j. Pengetahuan

Kompetensi Dasar	Teknik Penilaian	Instrumen
KD-3.3 Mendeskripsikan zat gizi sumber zat mineral yang diperlukan tubuh	13. Tes tertulis 14. Pengamatan diskusi	1. Soal tes tertulis 2. Lembar pengamatan diskusi
KD-4.3 Mengevaluasi kasus kekurangan sumber zat gizi mineral berdasarkan data	1.Tes tertulis 2.Pengamatan diskusi	13.Sol tes tertulis 14. Lembar pengamatan diskusi

Kompetensi dasar	Indikator kompetensi dasar	Indikator soal	Jenis soal	Soal
KD-3.3 Mendeskripsikan zat gizi sumber zat mineral yang diperlukan tubuh	3.3.1. mengartikan pengertian zat gizi sumber mineral	Peserta didik mampu mengartikan pengertian zat gizi sumber mineral	Menjodohkan	1. zat padat yang terdiri dari senyawaan kimia dibentuk secara alamiah oleh proses anorganik adalah.....
	3.3.1. mengartikan pengertian zat gizi	Peserta didik mampu		2. secara klasifikasinya

	sumber mineral	mengartikan pengertian zat gizi sumber mineral		a mineral yang dibutuhkan tubuh dalam jumlah besar disebut...
	3.3.1. mengartikan pengertian zat gizi sumber mineral	Peserta didik mampu mengartikan pengertian zat gizi sumber mineral		3. zat besi dan iodium termasuk golongan dari klasifikasi
	3.3.1. mengartikan pengertian zat gizi sumber mineral	Peserta didik mampu mengartikan pengertian zat gizi sumber mineral		4. Na adalah singkatan dari kata....
	3.3.1. mengartikan pengertian zat gizi sumber mineral	Peserta didik mampu mengartikan pengertian zat gizi sumber mineral		5. Menurut susunan kimianya magnesium dilambangkann dengan kata....
	3.3.1. mengartikan pengertian zat gizi sumber mineral	Peserta didik mampu mengartikan pengertian zat gizi sumber mineral		6. Trace elemen adalah sebutn untuk mineral yang dibutuhkan dalam jumlah.....
	3.3.1. mengartikan pengertian zat gizi sumber mineral	Peserta didik mampu mengartikan pengertian zat gizi sumber mineral		7. Untuk mempertahankan keseimbangan asam basa butuh unsur kmia, yaitu.....
	3.3.3. menyebutkan dampak dari kelebihan dan kekurangan zat gizi sumber mineral	Peserta didik mampu menyebutkan dampak dari kelebihan dan kekurangan zat gizi sumber mineral		8. Dalam pembentukan tulang dan gigi sangat diperlukan
	3.3.3. menyebutkan dampak dari kelebihan dan kekurangan zat gizi sumber	Peserta didik mampu menyebutkan dampak dari kelebihan dan kekurangan		9. Penyakit akibat kekurangan kalsium yang sering diderita ibu

	mineral	zat gizi sumber mineral		yang sedang mengandung adalah....
	3.3.1. mengartikan pengertian zat gizi sumber mineral	Peserta didik mampu mengartikan pengertian zat gizi sumber mineral		10. Kebutuhan kalsium untuk orang dewasa adalah...
	3.3.2. memberi contoh makanan yang termasuk zat gizi sumber mineral	Peserta didik mampu memberi contoh makanan yang termasuk zat gizi sumber mineral		11. Bahan makanan yang dibutuhkan untuk mengurangi penyakit gondok adalah....
	4.3.1 mengklasifikasi kasus kekurangan zat gizi sumber mineral berdasarkan data	Peserta didik mampu mengklasifikasi kasus kekurangan zat gizi sumber mineral berdasarkan data		12. Tanda pertama akibat kekurangan Natrium adalah.....
	3.3.2. memberi contoh makanan yang termasuk zat gizi sumber mineral	Peserta didik mampu memberi contoh makanan yang termasuk zat gizi sumber mineral		13. Makanan yang diawetkan akan banyak mengandung
	3.3.1. mengartikan pengertian zat gizi sumber mineral	Peserta didik mampu mengartikan pengertian zat gizi sumber mineral		14. Tubuh orang dewasa mengandung kalium sebanyak.....
	3.3.3. menyebutkan dampak dari kelebihan dan kekurangan zat gizi sumber mineral	Peserta didik mampu menyebutkan dampak dari kelebihan dan kekurangan zat gizi sumber mineral		15. Penyakit kekurangan iodium yang memiliki ciri-ciri wajah kasar dan membekak serta perut kembung adalah
	3.3.1. mengartikan pengertian zat gizi	Peserta didik mampu mengartikan	Essay	16. Jelaskan yang dimaksud

	sumber mineral	pengertian zat gizi sumber mineral		dengan trace elemen! Serta sebutkan 4 unsur kimia yang diutuhkannya !
	3.3.1. mengartikan pengertian zat gizi sumber mineral	Peserta didik mampu mengartikan pengertian zat gizi sumber mineral		17. Sebutkan 3 fungsi dari mineral didalam tubuh ?
	3.3.2. memberi contoh makanan yang termasuk zat gizi sumber mineral	Peserta didik mampu memberi contoh makanan yang termasuk zat gizi sumber mineral		18. sebutkan 4 sumber makanan yang mengandung zat besi (Fe)
	4.3.1 mengklasifikasi kasus kekurangan zat gizi sumber mineral berdasarkan data	Peserta didik mampu mengklasifikasi kasus kekurangan zat gizi sumber mineral berdasarkan data		19. jelaskan 2 perbedaan dari penyakit rakhitis dan osteomalasia
	4.3.2 mengoreksi kasus kekurangan zat gizi sumber mineral terhadap penyakit dan makanan	Peserta didik mampu mengoreksi kasus kekurangan zat gizi sumber mineral terhadap penyakit dan makanan		20. apa yang kamu ketahui tentang penyakit gondok?

Kunci jawaban dan skor

No	Jawaban	Skor	Skor
1	Zat mineral	1	1 : bila menjawab 1 benar 0:bila menjawab salah
2	Makro element	1	1 : bila menjawab 1 benar

			0:bila menjawab salah
3	Trace elemen / mikro mineral	1	1 : bila menjawab 1 benar 0:bila menjawab salah
4	Natrium	1	1 : bila menjawab 1 benar 0:bila menjawab salah
5	Mg	1	1 : bila menjawab 1 benar 0:bila menjawab salah
6	sedikit	1	1 : bila menjawab 1 benar 0:bila menjawab salah
7	Clorida (Cl), Sulfur (S), dan Phospor (P)	1	1 : bila menjawab 1 benar 0:bila menjawab salah
8	kalsium	1	1 : bila menjawab 1 benar 0:bila menjawab salah
9	Osteomalasia	1	1 : bila menjawab 1 benar 0:bila menjawab salah
10	500 mg	1	1 : bila menjawab 1 benar 0:bila menjawab salah
11	Garam dapur	1	1 : bila menjawab 1 benar 0:bila menjawab salah
12	Rasa haus	1	1 : bila menjawab 1 benar 0:bila menjawab salah
13	Natrium	1	1 : bila menjawab 1 benar

			0:bila menjawab salah
14	250 g	1	1 : bila menjawab 1 benar 0:bila menjawab salah
16	Kretinisme	1	1 : bila menjawab 1 benar 0:bila menjawab salah
16	Trace elemen adalah mineral yang dibutuhkan dalam jumlah sedikit. Contohnya : Fe, Co, Cu, I, Zn, Mn, Mo	5	5 : bila menjawab 5 benar 4: bila menjawab 4 benar 3 : bila menjawab 3 benar 2 : bila menjawab 2 benar 1 : bila menjawab 1 benar 0 : bila menjawab salah
17	1. Berperan dalam tahap metabolisme tubuh 2. Membantu memelihara keseimbangan air dalam tubuh 3. Membantu dalam pengiriman isyarat ke seluruh tubuh	3	3 : bila menjawab 3 benar 2 : bila menjawab 2 benar 1 : bila menjawab 1 benar 0 : bila menjawab salah
18	4. telur 5. telur 6. kacang hijau 7. ikan	4	4: bila menjawab 4 benar 3 : bila menjawab 3 benar 2 : bila menjawab 2 benar 1 : bila menjawab 1 benar 0:bila menjawab salah
19	4. rakhitis merupakan penyakit	2	2 : bila

	kekurangan kalsium yang diderita oleh anak-anak sedangkan osteomalasia penyakit kekurangan kalsium yang dialami orang dewasa 5. osteomalasia disebabkan pengambilan kapur kembali yang sudah ada pada tulang sehingga menjadikan tulang lunak		menjawab 2 benar 1 : bila menjawab 1 benar 0:bila menjawab salah
20	Yaitu penyakit yang disebabkan kekurangan iodium dalam tubuh, dikarena sedikitnya hormon tiroksin oleh kelenjar gondok yang menstimulasikan proses oksidasi dalam tubuh	1	1 : bila menjawab 1 benar 0:bila menjawab salah
		30	

Pedoman Penskoran
 Nilai = jumlah skor + 70 =100
 = 30+70 =100

Pembelajaran Remedial dan Pengayaan

KOMPETENSI DASAR	RENCANA REMIDI	RENCANAPENGAYAAN
3.3Mendeskripsikan zat gizi sumber zat mineral yang diperlukan tubuh	<ul style="list-style-type: none"> Menjelaskan ulang materi yang belum paham Mengerjaka n ulang No soal yang belum KKM untuk soal pengetahuan 	Memberi individu untuk membuat kliping tentang akibat kekurangan zat mineral pada tubuh
4.3Mengevaluasi kasus kekurangan sumber zat gizi mineral berdasarkan data		

BB. Media, Alat, Bahan, dan Sumber Belajar

9. Media : LCD, Powerpoint, Handout, papan tulis,
10. Alat : Pensil gambar, alat tulis dan perlengkapannya
11. Bahan : Kertas gambar
12. Sumber Belajar :
 - g. Gizi seimbang dalam daur kehidupan, direktorat pembinaan sekolah menengah kejuruan, Almatsier Sunita, MM,dkk.2011
 - h. Modul pembelajaran ilmu gizi 1
 - i. Manfaat gizi.com

Wonosari, September 2016

Mengetahui
 Guru Pembimbing

Mahasiswa PPL

RUSTINA ANJAR R, S.Pd
 NIP. 19790228 200801 2 008

Aisyah Kuncoro Putri
 NIM.13511241021

Validasi Kaprodi	Tanggal Validasi

HAND OUT

Kompetensi Dasar : 3.3
MATA PELAJARAN : Ilmu Gizi 1
POKOK MATERI : Zat Pembangun (Protein)
ee. Pengertian mineral
ff. Fungsi mineral
gg. Jenis mineral
hh. Akibat kekurangan dan kelebihan mineral

A. Pengertian Mineral

Mineral ialah zat gizi yang dibutuhkan manusia guna mendukung proses tumbuh serta berkembang oleh tubuh dalam jumlah yang sedikit atau kecil. Mineral mempunyai komposisi unsur murni dan juga garam sederhana yang sangat kompleks dengan beberapa jenis bentuk hingga ribuan bentuk. Dalam mendefinisikan arti mineral, ada banyak sekali tergantung dari mana memandang pengertian dari mineral itu sendiri, dapat dari ilmu farmasi atau ilmu geologi.

Pengertian mineral dari sudut pandang ilmu geologi merupakan suatu benda yang dibentuk dengan melalui proses dari alam dan pada umumnya bentuknya padat serta tersusun dari beberapa kandungan kimia. Ilmu yang mempelajari hal-hal tentang mineral adalah miteralogi

Mineral merupakan sebuah substansi anorganik yang diperlukan tubuh dalam jumlah yang kecil guna berbagai fungsi tubuh. [Vitamin](#) berbeda dengan mineral, hal ini karena vitamin merupakan senyawa yang terdiri dari berbagai unsur seperti : karbon, hidrogen, oksigen,



Mineral merupakan unsur kimia individu. Mineral tidak dapat rusak. Kandungan mineral dari berbagai jenis makanan biasanya disebut “abu”, hal ini karena mineral ialah produk yang tersisa dari makanan setelah seluruh makanan tersebut dihancurkan pada suhu yang tinggi atau didegradasi oleh bahan kimia. Pada tubuh manusia, mineral membentuk sekitar 4 persen dari berat badan orang dewasa. Berikut fungsi mineral.

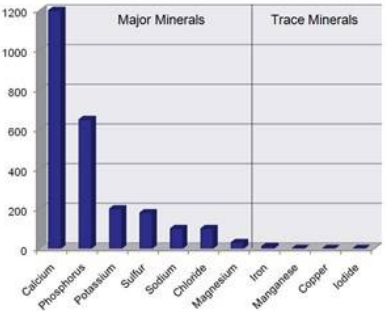
B. Fungsi Mineral



Kebutuhan setiap orang akan mineral bervariasi dan berbeda-beda tergantung pada umur, kesehatan, jenis kelamin, serta kondisi fisiologis seperti kehamilan. Mineral mempunyai nilai biologis yang cukup penting guna mempertahankan fungsi fisiologis dan struktural, mencegah defisiensi, serta mencegah turunnya kondisi kesehatan. Berikut fungsi mineral :

- Membantu serta menjaga kesehatan otot, jantung, dan juga saraf.
- Mengatur tekanan osmotik dalam tubuh.
- Menghasilkan berbagai jenis enzim.
- Memelihara, mengeraskan, dan mengendalikan tulang serta proses faal dalam tubuh.
- Sebagai katalis terhadap berbagai proses biokimia yang terjadi dalam tubuh.
- Kontraksi pada otot serta respon saraf.
- Pembentukan struktur jaringan lunak dan keras, dalam kerja sistem enzim.
- Membantu dalam pembuatan antibodi.
- Menjaga keseimbangan air dan asam basa dalam darah.
- Menyusun kerangka tubuh, otot, serta gigi.
- Sebagai aktivator yang berperan dalam enzim dan hormon.
- Menjaga kesehatan tulang.
- Menjaga fungsi otak.
- Mencegah nyeri otot.
- Berperan dalam proses pembangunan sel.
- Mengangkut oksigen ke seluruh tubuh.

C. Jenis Mineral



Berdasarkan takaran mineral jumlah kebutuhan dalam per hari, mineral dapat dibagi menjadi 3 jenis, antara lain :

1. Major Minerals

Major Minerals atau mineral utama ialah mineral yang dibutuhkan dalam jumlah yang cukup banyak yaitu sekitar lebih dari 100 mg termasuk diantaranya magnesium, kalsium, kalium, fosfor, sulfur, natrium, dan klorida.

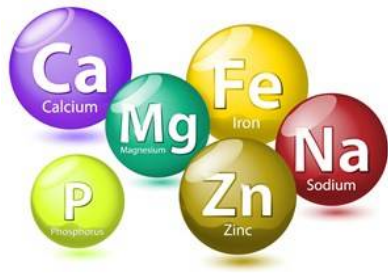
2. Trace Minerals

Trace Minerals dibutuhkan pada tingkat sekitar kurang dari 100 mg per hari. Terdapat 9 jenis mineral yang termasuk dalam kategori ini, antara lain : zat besi, fluoride, mangan, seng, yodium, selenium, tembaga, molibdenum, dan kromium.

3. Ultratrace Minerals

Ultratrace Minerals ialah mineral yang ditemukan pada tubuh manusia, namun jumlah kebutuhan mineral jenis ini tidak diketahui. Ini termasuk arsenik, nikel, silikon, boron, serta vanadium.

Mineral Yang Dibutuhkan Tubuh



1. [Kalsium](#)

Kalsium merupakan salah satu mineral yang sangat penting serta yang paling banyak dibutuhkan oleh tubuh manusia. Kalsium berfungsi untuk membantu dalam pembentukan tulang dan gigi serta juga diperlukan dalam proses pembekuan darah, transmisi sinyal sel saraf, serta kontraksi otot. Kalsium dapat membantu mencegah osteoporosis dan kekurangan kalsium dapat menyebabkan osteoporosis. Dari semua kalsium yang terdapat pada tubuh manusia, 99 persen terletak di tulang dan gigi. Kalsium juga berperan guna menurunkan tekanan darah serta juga terbukti dalam mengurangi resiko penyakit kardiovaskuler yang terjadi pada wanita.

2. Fosfor

Fosfor merupakan mineral yang sering ditemukan dalam berbagai jenis makanan termasuk produk dari olahan [susu](#) dan daging. Fosfor sangat penting guna membuat tulang dan gigi menjadi kuat dan menjaga kesehatan fungsi saraf. Fosfor adalah bagian dari kerangka struktural molekul biologis contohnya DNA dan RNA. Sel-sel hidup juga memakai fosfor dalam transportasi seluler.

3. Potasium

Potasium merupakan mineral yang membantu dalam mengatur fungsi kerja jantung, tekanan darah, serta saraf, dan aktivitas kerja otot.

4. Sodium

Sodium merupakan elemen dan juga komponen elektrolit serta garam yang membantu dalam mengatur keseimbangan cairan sel.

5. Zat besi

Zat besi ialah sebuah trace element yang penting dan dibutuhkan dalam produksi hemoglobin, komponen sel darah merah yang kemudian membawa oksigen kepada seluruh tubuh. Orang yang kekurangan zat besi akan mudah merasa lelah, hal ini karena tubuh mereka kelaparan oksigen. Besi merupakan bagian dari mioglobin, yang berfungsi untuk membantu menyimpan oksigen di otot.

6. Magnesium

Magnesium merupakan logam putih yang lentur yang cukup permanen di udara kering namun berkarat apabila di udara lembab. Ion magnesium penting bagi semua sel makhluk hidup. Sekitar lebih dari 300 enzim memerlukan ion magnesium. Magnesium diperlukan karena digunakan dalam pembentukan protein, tulang, sel-sel baru, mengaktifkan vitamin B, asam lemak, merelaksasi otot, membekukan darah, serta membentuk adenosin trifosfat atau ATP. Produksi dan juga penggunaan insulin membutuhkan magnesium.

7. Natrium

Natrium merupakan mineral yang ditemukan pada tubuh manusia dan dalam berbagai jenis makanan. Natrium adalah nutrisi yang sangat penting dalam mempertahankan volume darah, mengatur keseimbangan air dalam tiap sel, serta menjaga fungsi saraf.

Absorpsi dan juga Penyimpanan Mineral dalam Tubuh Manusia

Makanan dapat memberikan tubuh untuk mendapatkan banyak pasokan mineral, namun manusia hanya dapat menyerap serta menggunakan mineral tersebut secara bervariasi. Bioavailabilitas mineral tergantung terhadap banyak faktor, termasuk diantaranya banyak komponen nonmineral makanan. Jenis kelamin, status gizi, usia, variabel genetik, serta asupan dapat mempengaruhi dalam penyerapan mineral dan bioavailabilitas.

Banyak juga berbagai jenis resep obat yang merugikan dalam proses penyerapan mineral. Komponen serat, seperti asam fitat serta oksalat asam, dapat membatasi

penyerapan beberapa mineral dengan cara mengikat mineral tersebut sehingga tidak dapat untuk diserap. Misalnya pada bayam yang memiliki kandungan yang banyak akan kalsium, namun hanya sekitar 5 persen saja kalsium yang dapat diserap daripada bioavailabilitas kalsium yang terdapat pada makanan lain yang mencapai 5 persen. Hal tersebut karena disebabkan konsentrasi tinggi pada asam oksalat dalam bayam tersebut.

Asupan tinggi serat yang melebihi rekomendasi yaitu 25 g pada wanita dewasa dan 38 g pada laki-laki dewasa per harinya dapat mengurangi penyerapan zinc, zat besi, dan berbagai macam jenis mineral lainnya.

Banyak mineral, seperti zat besi, magnesium, kalsium, serta tembaga yang mempunyai ukuran dan muatan listrik yang sama yang pada akhirnya dapat menyebabkan terjadinya kompetisi satu sama lain untuk penyerapan. Kelebihan salah satu mineral menurunkan penyerapan serta metabolisme mineral yang lainnya. Misalnya, asupan zinc berlebihan dapat menurunkan penyerapan tembaga.

Di sisi lain, berbagai interaksi yang terjadi antara vitamin dan mineral yang bermanfaat terjadi pada saat penyerapan gizi dan juga metabolisme. Zat besi yang apabila dikonsumsi bersamaan dengan vitamin C dapat meningkatkan penyerapan. Bentuk aktif vitamin D dapat meningkatkan penyerapan kalsium. Banyak vitamin yang membutuhkan mineral tertentu guna bertindak sebagai komponen dalam struktur dan fungsinya masing-masing. Sebagai contoh, tanpa mangan atau magnesium, koenzim thiamin tidak mampu untuk berfungsi secara efisien.

Mineral yang berasal dari berbagai jenis produk hewani lebih baik diserap dibandingkan mineral dari nabati. Seperti halnya pada vitamin, mayoritas semua mineral diserap di usus kecil. Sejumlah kecil juga dapat diserap dalam perut serta beberapa jenis natrium dan kalium dapat diserap dalam usus besar. Setelah mineral-mineral tersebut diserap, beberapa akan mengalir secara bebas pada aliran darah, namun banyak juga yang dibawa oleh protein transpor khusus kepada bagian yang membutuhkan atau ke tempat penyimpanan.

Kalsium merupakan jenis mineral yang melakukan perjalanan sebagai ion pada darah atau terikat dengan protein darah dan dapat disebut sebagai albumin. Besi mempunyai efek merusak dalam bentuk yang tidak terikat, sehingga pada saat diangkut terikat dengan protein, seperti transferin.

Mineral dapat disimpan dalam berbagai jaringan pada seluruh tubuh manusia. Beberapa jenis mineral perlu tetap dalam aliran darah guna menjaga keseimbangan dan juga fungsi cairan tubuh. Mineral yang lainnya, seperti kalsium, magnesium, fluoride, dan fosfor disimpan dalam tulang. Seng, tembaga, besi dan banyak jenis trace mineral yang disimpan dalam hati. Sementara itu jenis mineral yang lainnya disimpan dalam jaringan otot, kelenjar, atau di organ.



KeracunanMineral

Asupan mineral yang terlalu banyak terlebih zat besi dan tembaga mempunyai efek yang beracun. Sehingga konsumsi suplemen terutama suplemen trace mineral dapat berpotensi toksisitas. Oleh sebab itu perlu diperhatikan jumlah mineral yang terkandung dalam suplemen. Potensi toksisitas akan semakin meningkat apabila mengkonsumsi mineral dari suplemen serta makanan sehingga asupan mineral dapat berlebihan. Selain itu ada juga jenis mineral yang mempunyai efek toksisitas dan menjadi cemaran pada beberapa produk makanan seperti logam aktif yaitu timbal.

D. Akibat Kekurangan dan Kelebihan Mineral

Contoh penyakit kekurangan mineral

- 1. Oateomalasia
- 2. Rakhitis
- 3. Gondok
- 4. Kromium
- 5. Kretinisme



PEMERINTAH KABUPATEN GUNUNGKIDUL
DINAS PENDIDIKAN PEMUDA DAN OLAHRAGA
SMK NEGERI 3 WONOSARI

Jl.Pramuka, Tawarsari, Wonosari, Gunungkidul Telp (0274)394250 Kodepos 55812

ULANGAN HARIAN
SEMESTER GANJIL
TAHUN PELAJARAN 2015 /2016

Mata pelajaran: Ilmu Gizi 1

A

Kelas/ Program: X / TB

Waktu

:90 Menit

I. Menjodohkan!

- zat padat yang terdiri dari senyawaan kimia dibentuk secara alamiah oleh proses anorganik adalah.....
- secara klasifikasinya mineral yang dibutuhkan tubuh dalam jumlah besar disebut....
- zat besi dan iodium termasuk golongan dari klasifikasi
- Na adalah singkatan dari kata....
- Menurut susunan kimianya magnesium dilambangkan dengan kata....
- Trace elemen adalah sebutan untuk mineral yang dibutuhkan dalam jumlah.....
- Untuk mempertahankan keseimbangan asam basa butuh unsur kimia, yaitu.....
- Dalam pembentukan tulang dan gigi sangat diperlukan
- Penyakit akibat kekurangan kalsium yang sering diderita ibu yang sedang mengandung adalah....
- Kebutuhan kalsium untuk orang dewasa adalah...
- Bahan makanan yang dibutuhkan untuk mengurangi penyakit gondok adalah....
- Tanda pertama akibat kekurangan Natrium adalah.....
- Makanan yang diawetkan akan banyak mengandung
- Tubuh orang dewasa mengandung kalium sebanyak.....
- Penyakit kekurangan iodium yang memiliki ciri-ciri wajah kasar dan membengkak serta perut kembung adalah

a.Kritisisme	f.Clorida (Cl), Sulfur (S), dan Fosfor (P)	o.mg	
b.Natrium	g.Jumlah sedikit	k.Trace elemen / mikro mineral	
c.Rasa haus	h.kalsium	l.Zat mineral	p.300g
d.250 g	i.Osteomalasia	m.Natrium	q.Sulfur
e.500 g	j.Garam dapur	n.Makro element	

II. Essay!

- Jelaskan yang dimaksud dengan trace elemen! Serta sebutkan 4 unsur kimia yang diutuhkannya!
- Sebutkan 3 fungsi dari mineral didalam tubuh ?
- sebutkan 4 sumber makanan yang mengandung zat besi (Fe)!
- jelaskan 2 perbedaan dari penyakit rakhitis dan osteomalasia!
- apa yang kamu ketahui tentang penyakit gondok?



Validator	Tgl. Validasi	Paraf
Kapro/ KGNA		
MGMP		



PEMERINTAH KABUPATEN GUNUNGKIDUL
DINAS PENDIDIKAN PEMUDA DAN OLAHRAGA
SMK NEGERI 3 WONOSARI

Jl.Pramuka, Tawarsari, Wonosari, Gunungkidul Telp (0274)394250 Kodepos 55812

ULANGAN HARIAN
SEMESTER GANJIL
TAHUN PELAJARAN 2015 /2016
Mata pelajaran: Ilmu Gizi 1

B

Kelas/ Program: X / TB Waktu :90 Menit

I. Menjodohkan!

1. Penyakit kekurangan iodium yang memiliki ciri-ciri wajah kasar dan membekak serta perut kembung adalah
2. Na adalah singkatan dari kata....
3. Untuk mempertahankan keseimbangan asama basa butuh unsur kmia, yaitu.....
4. Dalam pembentukan tulang dan gigi sangat diperlukan
5. Penyakit akibat kekurangan kalsium yang sering diderita ibu yang sedang mengandung adalah....
6. Menurut susunan kimianya magnesium dilambangkan dengan kata....
7. Kebutuhan kalsium untuk orang dewasa adalah...
8. Bahan makanan yang dibutuhkan untuk mengurangi penyakit gondok adalah....
9. Tanda pertama akibat kekurangan Natrium adalah....
10. Makanan yang diawetkan akan banyak mengandung
11. Trace elemen adalah sebutn untuk mineral yang dibutuhkan dalam jumlah....
12. Tubuh orang dewasa mengandung kalium sebanyak.....
13. secara klasifikasinya mineral yang dibutuhkan tubuh dalam jumlah besar disebut....
14. zat besi dan iodium termasuk golongan dari klasifikasi
15. zat padat yang terdiri dari senyawaan kimia dibentuk secara alamiah oleh proses anorganik adalah.....

a.Kritinesme	f.Clorida (Cl), Sulfur (S),dan Fospor (P)	o.mg	
b.Natrium	g.Jumlah sedikit	k.Trace elemen / mikro mineral	
c.Rasa haus	h.kalsium	l.Zat mineral	p.300g
d.250 g	i.Osteomalasia	m.Natrium	q.Sulfur
e.500 g	j.Garam dapur	n.Makro element	

II. Essay!

1. apa yang kamu ketahui tentang penyakit gondok?
2. Sebutkan 3 fungsi dari mineral didalam tubuh ?
3. jelaskan 2 perbedaan dari penyakit rakhitis dan osteomalasia!
4. sebutkan 4 sumber makanan yang mengandung zat besi (Fe)!
5. Jelaskan yang dimaksud dengan trace elemen! Serta sebutkam 4 unsur kimia yang diutuhkannya!



Validator	Tgl. Validasi	Paraf
Kapro/ KGNA		
MGMP		

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN
(RPP)

Sekolah : SMK Negeri 3 Wonosari

Program Keahlian : Jasa Boga

Paket Keahlian : Jasa Boga

Mata Pelajaran : Ilmu Gizi 1

Kelas/Semester : X/1

Alokasi Waktu : 3 x pertemuan (5 x 45 menit)

- CC. Kompetensi Inti
- KI 3 :Memahami, menerapkan dan menganalisis pengetahuan factual, konseptual dan proseduralberdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan teknologi, seni, budaya dan humaniora dalam wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan dan peradaban terkait penyebab fenomena dan kejadian dalam bidang kerja yang spesifik untuk memecahkan masalah

KI 4 :Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan diri yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, dan mampu melaksanakan tugas spesifik dibawah pengawasan langsung

- DD. Kompetensi Dasar
- 3.4 Mendeskrisikan zat gizi sumber vitamin yang diperlukan tubuh

4.4 Mengevaluasi kasus kekurangan zat gizi sumber vitamin berdasarkan data

- EE. Indikator Pencapaian Kompetensi
- 3.3.1. mengartikan pengertian zat vitamin

3.3.2. memberi contoh makanan yang termasuk zat vitamin

3.3.3. menyebutkan dampak dari kelebihan dan kekurangan zat vitamin pada tubuh

4.3.1 menyalin kasus kekurangan zat gizi sumber vitamin berdasarkan data

4.3.2 mengoreksi kasus kekurangan zat gizi sumber vitamin terhadap penyakit dan makanan

- FF.Tujuan Pembelajaran
1. Setelah berdiskusi dan menggali informasi, peserta didik akan dapat menjelaskan tentang pengertian zat vitamin sesuai dengan materi yang disampaikan dengan jujur

2. setelah berdiskusi dan menggali informasi, peserta didik akan dapat memberi contoh makanan yang termasuk zat vitamin sesuai dengan materi yang disampaikan dengan percaya diri

3. setelah berdiskusi dan menggali informasi, peserta didik akan dapat menyebutkan dampak dari kekurangan dan kelebihan zat vitamin pada tubuh sesuai dengan materi yang disampaikan dengan tepat

4. setelah mendengarkan dan pengertian tentang ilmu gizi peserta didik akan dapat menyalin kasus kekurangan zat gizi vitamin berdasarkan data sesuai dengan materi yang disampaikan dengan mandiri

5. Setelah berdiskusi dan menggali informasi, peserta didik akan dapat mengoreksi kasus kekurangan zat gizi vitamin terhadap penyakit dan makanan

sesuai dengan materi yang disampaikan dengan bersungguh-sungguh

- GG. Materi Pembelajaran
1. Zat gizi sumber vitamin

2. Bahan makanan yang mengandung vitamin

3. Akibat kekurangan vitamin

4. Akibat kelebihan vitamin dalam tubuh

- HH. Pendekatan, Model, Metode
1. Pendekatan Pembelajaran : Saintifik,

2. Model Pembelajaran : Discovery Learning

3. Metode Pembelajaran : Diskusi, tanya jawab, penugasan

II. Kegiatan Pembelajaran

Pertemuan pertama			
Langkah Pembelajaran	Sintak model pembelajaran Discovery learning	Deskripsi	Alokasi waktu
Kegiatan pendahuluan		Pendidik - Mengucapkan salam - Mengabsen kehadiran peserta didik - Tanya jawab serta membahas materi minggu lalu - Menjelaskan cakupan materi tentang vitamin - Sebagai apersepsi peserta didik diminta untuk menyebutkan hal apa saja yang diketahui tentang vitamin	15 menit
Kegiatan inti	Pemberian stimulus	Mengamati • Mengamati video tentang vitamin	15 menit
	Identifikasi masalah	Menanya • Mengajukan pertanyaan tentang 37. Pengertian dari vitamin 38. Apa saja Zat gizi yang termasuk vitamin 39. Contoh bahan makanan yang tergolong vitamin 40. serta apakah ada perbedaan bahan makanan yang satu dengan yang lain yang termasuk contoh dari vitamin yang ada? • peserta didik diminta memahami permasalahan apabila belum jelas bisa menanyakan kepada pendidik • pendidik mengkondisikan peserta didik dalam situasi belajar yang kondusif agar siswa terbiasa untuk bertanya	20 menit
	Pengumpulan	Mengumpulkan Data	70

	data	<ul style="list-style-type: none">Diskusi kelompok dengan menggunakan berbagai sumber untuk menjawab pertanyaan yang diajukan tentang seputar bahan makanan yang mengandung vitamin	menit
	Pengumpulan data	Mengasosiasi <ul style="list-style-type: none">Secara berkelompok dan menganalisis data hasil diskusi tentang bahan makanan yang mengandung vitaminMenyimpulkan data hasil diskusi dengan pertanyaan yang diajukan tentang bahan makanan yang mengandung vitamin	50 menit
	Pembuktian	Mengkomunikasikan <ul style="list-style-type: none">Membuat laporan hasil diskusi bahan makanan yang mengandung vitaminMempresentasikan laporan hasil diskusi tentang vitamin	35 menit
	generalization	<ul style="list-style-type: none">Pesrta didik dan pendidik menyimpulkan secara umum apa yang sudah dipelajariPendidik memberi penguatan	10 menit
Kegiatan penutup		<ul style="list-style-type: none">Pendidik dan peserta didik membuat kesimpulan dari materi yang dipelajariPendidik melakukan umpan balik untuk mengetahui sejauh mana pemahaman peserta didik dengan memberikan tes tertulis singkatPendidik menyampaikan rencana pembelajaran pada pertemuan berikutnya tentang pelajaran minggu depan	10 menit

Pertemuan kedua

Langkah Pembelajaran	Sintak model pembelajaran Discovery learning	Deskripsi	Alokasi waktu
Kegiatan		Pendidik	15

pendahuluan		<ul style="list-style-type: none">Mengucapkan salamMengabsen kehadiran peserta didikTanya jawab serta membahas materi minggu laluSebagai apersepsi peserta didik diminta untuk menyebutkan hal apa saja yang dipelajari minggu lalu	menit
Kegiatan inti	Pemberian stimulus	Mengamati <ul style="list-style-type: none">Mengamati gambar akibat kekurangan vitamin	15 menit
	Identifikasi masalah	Menanya <ul style="list-style-type: none">Mengajukan pertanyaan tentang<ul style="list-style-type: none">Fungsi dari vitaminAkibat kekurangan vitaminserta apakah ada perbedaan diantara penyakit yang ada?peserta didik diminta memahami permasalahan apabila belum jelas bisa menanyakan kepada pendidikpendidik mengkondisikan peserta didik dalam situasi belajar yang kondusif agar siswa terbiasa untuk bertanya	20 menit
	Pengumpulan data	Mengumpulkan Data <ul style="list-style-type: none">Diskusi kelompok dengan menggunakan berbagai sumber untuk menjawab pertanyaan yang diajukan tentang kekurangan vitamin dalam tubuh	70 menit
	Pengumpulan data	Mengasosiasi <ul style="list-style-type: none">Secara berkelompok dan menganalisis data hasil diskusi tentang kekurangan vitamin dalam tubuhMenyimpulkan data hasil diskusi dengan pertanyaan yang diajukan tentang kekurangan vitamin dalam tubuh	50 menit
	Pembuktian	Mengkomunikasikan <ul style="list-style-type: none">Membuat laporan hasil diskusi kekurangan vitamin dalam tubuhMempresentasikan laporan hasil diskusi kekurangan vitamin dalam tubuh	35 menit
	generalization	<ul style="list-style-type: none">Pesrta didik dan pendidik menyimpulkan secara umum apa yang sudah dipelajariPendidik memberi penguatan	10 menit
Kegiatan penutup		<ul style="list-style-type: none">Pendidik dan peserta didik membuat kesimpulan dari materi	10 menit

		yang dipelajari <ul style="list-style-type: none"> • Pendidik melakukan umpan balik untuk mengetahui sejauh mana pemahaman peserta didik dengan memberikan tes tertulis singkat • Pendidik menyampaikan rencana pembelajaran pada pertemuan berikutnya tentang pelajaran minggu depan 	
--	--	---	--

Pertemuan ketiga

Langkah Pembelajaran	Sintak model pembelajaran Discovery learning	Deskripsi	Alokasi waktu
Kegiatan pendahuluan		Pendidik <ul style="list-style-type: none"> - Mengucapkan salam - Mengabsen kehadiran peserta didik - Tanya jawab serta membahas materi minggu lalu - Sebagai apersepsi peserta didik diminta untuk menyebutkan hal apa saja yang sudah didapat di minggu lalu 	15 menit
Kegiatan inti	Pemberian stimulus	Mengamati <ul style="list-style-type: none"> • Mengamati video tentang akibat kelebihan vitamin 	15 menit
	Identifikasi masalah	Menanya <ul style="list-style-type: none"> • Mengajukan pertanyaan tentang 7. Akibat kelebihan vitamin • peserta didik diminta memahami permasalahan apabila belum jelas bisa menanyakan kepada pendidik • pendidik mengkondisikan peserta didik dalam situasi belajar yang kondusif agar siswa terbiasa untuk bertanya 	10 menit
	Pengumpulan data	Mengumpulkan Data <ul style="list-style-type: none"> • Diskusi kelompok dengan menggunakan berbagai sumber untuk menjawab pertanyaan yang diajukan tentang seputar akibat kelebihan vitamin 	50 menit
	Pengumpulan data	Mengasosiasi <ul style="list-style-type: none"> • Secara berkelompok dan menganalisis data hasil diskusi tentang akibat kelebihan vitamin • Menyimpulkan data hasil diskusi dengan pertanyaan yang diajukan tentang akibat kelebihan vitamin 	20 menit

	Pembuktian	Mengkomunikasikan <ul style="list-style-type: none"> • Membuat laporan hasil diskusi akibat kelebihan vitamin • Mempresentasikan laporan hasil diskusi akibat kelebihan vitamin 	15 menit
	generalization	<ul style="list-style-type: none"> • Peserta didik dan pendidik menyimpulkan secara umum apa yang sudah dipelajari • Pendidik memberi penguatan • Disisipi dengan ulangan harian materi vitamin 	90 menit
Kegiatan penutup		<ul style="list-style-type: none"> • Pendidik dan peserta didik membuat kesimpulan dari materi yang dipelajari • Pendidik melakukan umpan balik untuk mengetahui sejauh mana pemahaman peserta didik dengan memberikan tes tertulis singkat • Pendidik menyampaikan rencana pembelajaran pada pertemuan berikutnya tentang pelajaran minggu depan 	10 menit

JJ. Penilaian Pembelajaran, Remedial dan Pengayaan

4. Instrumen dan Teknik Penilaian

12. Teknik penilaian dan Instrumen

k. Pengetahuan

Kompetensi Dasar	Teknik Penilaian	Instrumen
KD-3.2 Mendeskripsikan zat gizi sumber vitamin yang diperlukan tubuh	15. Tes tertulis 16. Pengamatan diskusi	1. Soal tes tertulis 2. Lembar pengamatan diskusi
KD-4.2 Mengevaluasi kasus kekurangan sumber zat gizi pembangun berdasarkan data	1. Tes tertulis 2. Pengamatan diskusi	15. Soal tes tertulis 16. Lembar pengamatan diskusi

Kompetensi Dasar	Indikator	Indikator Soal	Jenis Soal	Soal
3.2Mendeskripsikan zat gizi sumber vitamin yang diperlukan tubuh	3.3.1. mengartikan pengertian zat gizi sumber vitamin	peserta didik mampu mengartikan pengertian zat gizi sumber vitamin	menjodhkan	1. Zat gizi yang diperlukan oleh tubuh tetapi tidak dihasilkan oleh tubuh itu sendiri

				adalah.....
	3.3.1. mengartikan pengertian zat gizi sumber vitamin	eserta didik mampu mengartikan pengertian zat gizi sumber vitamin		2. Vitamin B dan c merupakan vitamin yang mudah larut dalam...
	3.3.1. mengartikan pengertian zat gizi sumber vitamin	eserta didik mampu mengartikan pengertian zat gizi sumber vitamin		3. Vitamin D diperoleh secara alami melalui
	3.3.1. mengartikan pengertian zat gizi sumber vitamin	eserta didik mampu mengartikan pengertian zat gizi sumber vitamin		4. Vitamin A,D,E,K dapat larut di....
	3.3.2. memberi contoh makanan yang termasuk zat gizi sumber vitamin	Peserta didik mampu . memberi contoh makanan yang termasuk zat gizi sumber vitamin		5. Sumber vitamin A adalah....
	3.3.2. memberi contoh makanan yang termasuk zat gizi sumber vitamin	Peserta didik mampu . memberi contoh makanan yang termasuk zat gizi sumber vitamin		6. Jeruk merupakan sumber dari vitamin.....
	3.3.3. menyebutkan dampak dari kelebihan dan kekurangan zat gizi sumber vitamin	Peserta didik mampu menyebutkan dampak dari kelebihan dan kekurangan zat gizi sumber vitamin		7. Penyakit akibat kekurangan vit.D yang memiliki ciri kaki berbentuk O adalah.....
	3.3.3. menyebutkan dampak dari kelebihan dan kekurangan zat gizi sumber vitamin	Peserta didik mampu menyebutkan dampak dari kelebihan dan kekurangan zat gizi sumber vitamin		8. Vitamin B1 sering disebut juga

	3.3.2. memberi contoh makanan yang termasuk zat gizi sumber vitamin	Peserta didik mampu . memberi contoh makanan yang termasuk zat gizi sumber vitamin		9. Sumber bahan makanan dari vit.B1 adalah....
	3.3.2. memberi contoh makanan yang termasuk zat gizi sumber vitamin	Peserta didik mampu . memberi contoh makanan yang termasuk zat gizi sumber vitamin		10. Sumber dari vit.k yaitu...
	3.3.2. memberi contoh makanan yang termasuk zat gizi sumber vitamin	Peserta didik mampu . memberi contoh makanan yang termasuk zat gizi sumber vitamin		11. Vitamin B2 sering disebut juga dengan....
	4.3.1 mengklasifikasi kasus kekurangan zat gizi sumber vitamin berdasarkan data	Peserta didik mampu mengklasifikasi kasus kekurangan zat gizi sumber vitamin berdasarkan data		12. Penyebab kekurangan vit.C yang sering terjadi di area mulut yaitu...
	4.3.1 mengklasifikasi kasus kekurangan zat gizi sumber vitamin berdasarkan data	Peserta didik mampu mengklasifikasi kasus kekurangan zat gizi sumber vitamin berdasarkan data		13. Kebutuhan biotin atau vitamin B6 sebanyak 30mcg adalah takaran untuk
	3.3.3. menyebutkan dampak dari kelebihan dan kekurangan zat gizi sumber vitamin	Peserta didik mampu menyebutkan dampak dari kelebihan dan kekurangan zat gizi sumber vitamin		14. Sel darah ... terbentuk sempurna karena bantuan dari vit.B,C,dan E
	3.3.2. memberi	Peserta didik		15. Vit B12

	contoh makanan yang termasuk zat gizi sumber vitamin	mampu . memberi contoh makanan yang termasuk zat gizi sumber vitamin		banyak terdapat pada bahan makanan....
	3.3.1. Menyebutkan fungsi zat gizi sumber vitamin	Peserta didik mampu menyebutkan dampak dari kelebihan dan kekurangan zat gizi sumber vitamin		16. Sebutkan 3 fungsi dari asam folat!
	4.3.1 mengklasifikasi kasus kekurangan zat gizi sumber vitamin berdasarkan data	Peserta didik mampu mengklasifikasi kasus kekurangan zat gizi sumber vitamin berdasarkan data		17. Jelaskan yang dimaksud dengan osteoporosis?
	4.3.1 mengklasifikasi kasus kekurangan zat gizi sumber vitamin berdasarkan data	Peserta didik mampu mengklasifikasi kasus kekurangan zat gizi sumber vitamin berdasarkan data		18. Ceritakan sesuai yang kalian pahami bagaimana bila tubuh kekurangan vit.A!
	3.3.2. memberi contoh makanan yang termasuk zat gizi sumber vitamin	Peserta didik mampu . memberi contoh makanan yang termasuk zat gizi sumber vitamin		19. Sebutkan 3 sumber bahan makanan dari vit.K
	4.3.2 mengoreksi kasus kekurangan zat gizi sumber vitamin terhadap penyakit dan makanan	Peserta didik mampu mengoreksi kasus kekurangan zat gizi sumber vitamin terhadap penyakit dan makanan		20. sebutkan 2 dampak akibat kekurangan vitamin B6?

Kunci jawaban dan skor

No	Jawaban	Skor	Skor
1	Vitamin	1	1 : bila menjawab 1 benar 0 : bila menjawab salah
2	Air	1	1 : bila menjawab 1 benar 0 : bila menjawab salah
3	Matahari	1	1 : bila menjawab 1 benar 0 : bila menjawab salah
4	Lemak	1	1 : bila menjawab 1 benar 0 : bila menjawab salah
5	Wortel	1	1 : bila menjawab 1 benar 0 : bila menjawab salah
6	C	1	1 : bila menjawab 1 benar 0 : bila menjawab salah
7	Rakhitis	1	1 : bila menjawab 1 benar 0 : bila menjawab salah
8	Tiamin	1	1 : bila menjawab 1 benar 0 : bila menjawab salah
9	Telur	1	1 : bila menjawab 1 benar 0 : bila menjawab salah
10	Susu	1	1 : bila menjawab 1 benar

			0 : bila menjawab salah 1 : bila menjawab benar 0 : bila menjawab salah
11	Riboflavin	1	1 : bila menjawab benar 0 : bila menjawab salah
12	Sariawan	1	1 : bila menjawab benar 0 : bila menjawab salah
13	Dewasa	1	1 : bila menjawab benar 0 : bila menjawab salah
14	Merah	1	1 : bila menjawab benar 0 : bila menjawab salah
15	Daging	1	1 : bila menjawab benar 0 : bila menjawab salah
16	1. Pembentuk sel darah merah 2. Perbaikan DNA 3. Meringankan gejala anemia	3	3 : bila menjawab benar 2 : bila menjawab benar 1 : bila menjawab benar 0 : bila menjawab salah
17	Osteoporosis adalah penyakit akibat kekurangan vit D yang mana pada penderita akan mengalami badan terlalu membungkuk kedepan, hal ini biasanya dialami oleh orang tua	1	1 : bila menjawab benar 0 : bila menjawab salah
18	Vitamin A berperan dalam penglihatan, permukaan epitel serta membantu proses pertumbuhan, peranan retinol pada penglihatan sangatlah penting bila retinol pada mata	1	1 : bila menjawab benar 0:bila menjawab salah

	kurang maka cara penglihatan juga akan terganggu dan mengakibatkan penyakit pada mata		
19	6. Sayuran hijau 7. Kacang kedelai 8. Susu 9. Kuning telur 10. Bayam	3	3 : bila menjawab benar 2 : bila menjawab benar 1 : bila menjawab benar 0:bila menjawab salah
20	1. Kulit kering 2. Infeksi jamur 3. Rambut rapuh 4. Nyeri otot	2	2 : bila menjawab benar 1 : bila menjawab benar 0:bila menjawab salah
	JUMLAH	25	

Pedoman Penskoran

Jumlah skor x 4 = 100

25 x 4 =100

Pembelajaran Remedial dan Pengayaan

KOMPETENSI DASAR	RENCANA REMIDI	RENCANA PENGAYAAN
3.4 Mendeskripsikan zat gizi sumber vitamin yang diperlukan tubuh	<ul style="list-style-type: none"> Menjelaskan ulang materi yang belum paham Mengerjakan ulang No soal yang belum KKM untuk soal pengetahuan 	Mencari berbagai sumber vitamin dan menjabarkan kandungan vitamin yang terkandung dalam makanan tersebut
4.2 Mengevaluasi kasus kekurangan sumber vitamin berdasarkan data		

KK. Media, Alat, Bahan, dan Sumber Belajar

13. Media : LCD, Powerpoint, Handout, papan tulis, kuis
14. Alat : Pensil gambar, alat tulis dan perlengkapannya
15. Bahan : Kertas gambar
16. Sumber Belajar :
 - j. Gizi seimbang dalam daur kehidupan, direktorat pembinaan sekolah menengah kejuruan, Almatier Sunita, MM,dkk.2011
 - k. Modul pembelajaran ilmu gizi 1
 - l. Manfaat gizi.com
 - m. <http://manfaatnyasehat.com/fungsi-vitamin-bagi-tubuh-manusia/>
 - n. <http://www.organisasi.org/1970/01/pengertian-dan-definisi-vitamin-fungsi-guna-sumber-akibat-kekurangan-macam-dan-jenis-vitamin.html>

Mengetahui
Guru Pembimbing

RUSTINA ANJAR R, S.Pd
NIP. 19790228 200801 2 008

Validasi Kaprodi	Tanggal Validasi

Wonosari, September 2016

Mahasiswa PPL

Aisyah Kuncoro Putri
NIM.13511241021

HAND OUT

- Kompetensi Dasar** : 3.4
- MATA PELAJARAN** : Ilmu Gizi 1
- POKOK MATERI** : Zat Pembangun (Protein)
- a. Pengertian vitamin
 - b. Macam-macam vitamin
 - c. Manfaat/ fungsi vitamin
 - d. Akibat kekurangan vitamin

Pengertian Vitamin
Vitamin adalah suatu zat senyawa kompleks yang sangat dibutuhkan oleh tubuh kita yang berfungsi untuk mambantu pengaturan atau proses kegiatan tubuh. Tanpa vitamin manusia, hewan dan makhluk hidup lainnya tidak akan dapat melakukan aktifitas hidup dan kekurangan vitamin dapat menyebabkan memperbesar peluang terkena penyakit pada tubuh kita.

Vitamin berdasarkan kelarutannya di dalam air :

- Vitamin yang larut di dalam air : Vitamin B dan Vitamin C
- Vitamin yang tidak larut di dalam air : Vitamin A, D, E, dan K atau disingkat Vitamin ADEK.

Jenis / Macam-Macam Vitamin (beserta fungsi dan sumbernya)
1. Vitamin A (Retinol)

- Fungsi vitamin A : untuk kesehatan kulit, kesehatan indera penglihatan, sebagai antioksidan, untuk pendukung perkembangan janin di dalam kandungan, dan untuk sistem imunitas.
- Sumber vitamin A : susu, ikan, sayuran berwarna hijau dan kuning, hati, buah-buahan warna merah dan kuning (cabe merah, wortel, pisang, pepaya, dll)
- Penyakit yang ditimbulkan akibat kekurangan vitamin A : rabun senja, katarak, infeksi saluran pernapasan, menurunnya daya tahan tubuh, kulit yang tidak sehat, dan lain-lain.

2. Vitamin B1 (Thiamine)

- Fungsi vitamin B1 : untuk kesehatan jantung dan fungsi syaraf, serta mencegah penyakit beri-beri
- sumber yang mengandung vitamin B1 : gandum, daging, susu, kacang hijau, ragi, beras, telur
- Penyakit yang ditimbulkan akibat kekurangan vitamin B1 : kulit kering/kusik/busik, kulit bersisik, daya tahan tubuh berkurang.

3. Vitamin B2 (Riboflavin)

- Fungsi vitamin B2 : adalah untuk kesehatan kulit dan perkembangan system tubuh.
- sumber yang mengandung vitamin B2 : sayur-sayuran segar, kacang kedelai, kuning telur, susu, dan banyak lagi lainnya.

- Penyakit yang ditimbulkan akibat kekurangan vitamin B2 = turunnya daya tahan tubuh, kilit kering bersisik, mulut kering, bibir pecah-pecah, sariawan, dan sebagainya.

4. Vitamin B3 (Niacinamide)

- Fungsi vitamin B3 : untuk mengubah kalori menjadi energy, meningkatkan system syaraf dan meningkatkan nafsu makan

- sumber yang mengandung vitamin B3 : buah-buahan, gandum, ragi, hati, ikan, ginjal, kentang manis, daging unggas dan sebagainya

- Penyakit yang ditimbulkan akibat kekurangan vitamin B3 : terganggunya sistem pencernaan, otot mudah kram dan kejang, insomnia, badan lemas, mudah muntah dan mual-mual, dan lain-lain

5. Vitamin B5 (Pantothenic Acid)

- Fungsi vitamin B5 : untuk kesehatan syaraf dan otak, penghasil senyawa asam dan hormon

- sumber yang mengandung vitamin B5 : daging, susu, sayur mayur hijau, ginjal, hati, kacang ijo, dan banyak lagi yang lain.

- Penyakit yang ditimbulkan akibat kekurangan vitamin B5 : otot mudah menjadi kram, sulit tidur, kulit pecah-pecah dan bersisik, dan lain-lain

6. Vitamin B6 (pidoksin)

- Fungsi vitamin B6 : untuk kesehatan gigi, pembentukan sel darah merah, untuk kesehatan system syaraf dan pembentuk antibody.

- sumber yang mengandung vitamin B6 : kacang-kacangan, jagung, beras, hati, ikan, beras tumbuk, ragi, daging, dan lain-lain.

- Penyakit yang ditimbulkan akibat kekurangan vitamin B6 : pelagra alias kulit pecah-pecah, kram pada otot, insomnia atau sulit tidur, dan banyak lagi lainnya.

7. Vitamin B7 (Biotin)

- Fungsi vitamin B7 adalah untuk reaksi kimia dalam tubuh.

- Sumber Vitamin B7 : kuning telur, ragi, daging tanpa lemak dan gandum.

- Kekurangan vitamin B7 menyebabkan masalah kulit, kekurangan darah, susah tidur dan rambut rontok.

8. Vitamin B9 (asam folat)

- Manfaat vitamin B9 adalah untuk penurun resiko jantung, pembentuk sel-sel darah merah dan pencegah kecacatan otak janin.

- Kekurangan vitamin B3 menyebabkan janin cacat dalam kandungan dan kurang darah atau anemia.

- Sumber Vitamin B9 : kacang-kacangan, bayam, buah jeruk, tomat dan hati.

9. Vitamin B12 (Methylcobalamin)

- Fungsi vitamin B12 adalah untuk pertumbuhan, kesehatan system syaraf dan pencegah anemia.

- sumber yang mengandung vitamin B12 : telur, hati, daging, dan lainnya

- Penyakit yang ditimbulkan akibat kekurangan vitamin B12 : kurang darah atau anemia, gampang capek/lelah/lesu/lemes/lemas, penyakit pada kulit, dan sebagainya

10. Vitamin C (Asam askorbat)

- Kegunaan vitamin C adalah untuk meningkatkan system imun tubuh, pembentuk sel-sel darah merah, untuk antioksidan, untuk kesehatan gigi dan gusi.

- sumber yang mengandung vitamin C : jambu klutuk atau jambu batu, jeruk, tomat, nanas, sayur segar

- Penyakit yang ditimbulkan akibat kekurangan vitamin C : mudah infeksi pada luka, gusi berdarah, rasa nyeri pada persendian

11. Vitamin D (Kalsiferol)

- Fungsi vitamin D adalah pembentuk tulang dan gigi. Kekurangan vitamin D menyebabkan diabetes dan osteoporosis.

- sumber yang mengandung vitamin D : minyak ikan, susu, telur, keju

- Penyakit yang ditimbulkan akibat kekurangan vitamin D : gigi akan lebih mudah rusak, otok bisa mengalami kejang-kejang, pertumbuhan tulang tidak normal yang biasanya betis kaki akan membentuk huruf O atau X.

12. Vitamin E (Tocopherols)

- Kegunaan vitamin E adalah pengontrol asam lemak berlebih dan kesehatan kulit.

- sumber yang mengandung vitamin E : ikan, ayam, kuning telur, kecambah, ragi, minyak tumbuh-tumbuhan, havermut, dsb

- Penyakit yang ditimbulkan akibat kekurangan vitamin E : bisa mandul baik pria maupun wanita, gangguan syaraf dan otot, dll

13. Vitamin K (Menaquinones)

- Kegunaan vitamin K adalah untuk pencegah diabetes, dan pencegah osteoporosis.

- sumber yang mengandung vitamin K : susu, kuning telur, sayuran segar.

- Penyakit yang ditimbulkan akibat kekurangan vitamin K : darah sulit membeku bila terluka/berdarah/luka/pendarahan, pendarahan di dalam tubuh.



PEMERINTAH KABUPATEN GUNUNGKIDUL
DINAS PENDIDIKAN PEMUDA DAN OLARAGA
SMK NEGERI 3 WONOSARI

Jl.Pramuka, Tawarsari, Wonosari, Gunungkidul Telp (0274)394250 Kodepos 55812

ULANGAN HARIAN
SEMESTER GANJIL
TAHUN PELAJARAN 2015 /2016

Mata pelajaran: Ilmu Gizi 1

A

Kelas/ Program: X / TB

Waktu

:90 Menit

I. Teka-teki Silang

V	I	T	A	M	I	N	B	V	G
R	I	B	O	F	L	A	F	I	N
D	H	Y	R	G	H	T	K	L	S
M	A	T	A	H	A	R	I	Q	A
L	Q	X	I	B	T	A	L	K	R
E	X	F	R	A	H	K	H	W	I
M	A	F	U	J	M	H	A	G	A
A	L	M	L	T	D	I	M	W	W
K	M	E	E	N	O	T	N	P	A
W	O	R	T	E	L	I	X	Y	N
Q	A	A	D	G	R	S	U	S	U
T	U	H	D	A	G	I	N	G	C

Soal!

1. Zat gizi yang diperlukan oleh tubuh tetapi tidak dihasilkan oleh tubuh itu sendiri adalah.....
2. Vitamin B dan c merupakan vitamin yang mudah larut dalam...
3. Vitamin D diperoleh secara alami melalui
4. Vitamin A,D,E,K dapat larut di....
5. Sumber vitamin A adalah....
6. Jeruk merupakan sumber dari vitamin.....
7. Penyakit akibat kekurangan vit.D yang memiliki ciri kaki berbentuk O
8. adalah.....
9. Vitamin B1 sering disebut juga
10. Sumber bahan makanan dari vit.B1 adalah....
11. Sumber dari vit.k yaitu...
12. Vitamin B2 sering disebut juga dengan....
13. Penyebab kekurangan vit.C yang sering terjadi di area mulut yaitu.....
14. Kebutuhan biotin atau vitamin B6 sebanyak 30mcg adalah takaran untuk
15. Sel darah ... terbentuk sempurna karena bantuan dari vit.B,C,dan E
16. Vit B12 banyak terdapat pada bahan makanan....

II. Essay

1. Sebutkan 3 fungsi dari asam folat!
2. Jelaskan yang dimaksud dengan osteoporosis?
3. Ceritakan sesuai yang kalian pahami bagaimana bila tubuh kekurangan vit.A!
4. Sebutkan 3 sumber bahan makanan dari vit.K
5. sebutkan 2 dampak akibat kekurangan vitamin B6?



Validator	Tgl. Validasi	Paraf
Kapro/ KGNA		
MGMP		



PEMERINTAH KABUPATEN GUNUNGKIDUL
DINAS PENDIDIKAN PEMUDA DAN OLAHRAGA
SMK NEGERI 3 WONOSARI

Jl.Pramuka, Tawarsari, Wonosari,GunungkidulTelp (0274)394250 Kodepos 55812

ULANGAN HARIAN
SEMESTER GANJIL
TAHUN PELAJARAN 2015 /2016

Mata pelajaran:Ilmu Gizi 1

B

Kelas/ Program: X / TB

Waktu

:90 Menit

I. Teka-teki Silang

x	Y	G	H	D	G	X	R	A	T	V
R	I	B	O	F	L	A	F	I	N	I
D	X	T	E	L	U	R	A	R	W	T
R	E	Q	J	K	Q	M	D	G	L	A
W	R	W	R	A	I	H	A	R	E	M
Z	W	R	A	N	G	R	G	A	M	I
G	I	T	U	S	H	E	I	K	A	N
H	N	S	W	A	A	T	N	I	K	P
B	U	Y	H	R	Y	W	G	T	K	L
S	A	R	I	A	W	A	N	I	T	K
W	O	R	T	E	L	Z	B	S	W	J

Soal !

1. Vitamin D diperoleh secara alami melalui
2. Jeruk merupakan sumber dari vitamin.....
3. Penyakit akibat kekurangan vit.D yang memiliki ciri kaki berbentuk O adalah.....
4. Vitamin B1 sering disebut juga
5. Vitamin A,D,E,K dapat larut di....
6. Sumber bahan makanan dari vit.B1 adalah....
7. Sumber dari vit.k yaitu...
8. Vitamin B2 sering disebut juga dengan....
9. Penyebab kekurangan vit.C yang sering terjadi di area mulut yaitu.....
10. Sumber vitamin A adalah....
11. Kebutuhan biotin atau vitamin B6 sebanyak 30mcg adalah takaran untuk
12. Sel darah ... terbentuk sempurna karena bantuan dari vit.B,C,dan E
13. Vit B12 banyak terdapat pada bahan makanan....
14. Vitamin B dan c merupakan vitamin yang mudah larut dalam...
15. Zat gizi yang diperlukan oleh tubuh tetapi tidak dihasilkan oleh tubuh itu sendiri adalah.....

II. Essay

1. Jelaskan yang dimaksud dengan osteoporosis?
2. Sebutkan 3 fungsi dari asam folat!
3. sebutkan 2 dampak akibat kekurangan vitamin B6?
4. Ceritakan sesuai yang kalian pahami bagaimana bila tubuh kekurangan vit.A!
5. Sebutkan 3 sumber bahan makanan dari vit.K



Validator	Tgl. Validasi	Paraf
Kapro/ KGNA		
MGMP		

LAMPIRAN HASIL PRAKTEK



Gambar p.1. Hasil praktek hidanngan khusus keagamaan Islam



Gambar p.2. Hasil praktek hidanngan khusus keagamaan Islam



Gambar p.3. Hasil praktek hidanngan khusus adat istiadat (mitoni)



Gambar p.4. Hasil praktek hidanngan khusus keagamaan Nasrani



Gambar p.7. Hasil praktek hidanngan khusus keagamaan Islam



Gambar p.5. Hasil praktek hidanngan khusus keagamaan Konghucu



Gambar p.8. Hasil praktek hidanngan khusus keagamaan Islam



Gambar p.6. Hasil praktek hidanngan khusus keagamaan Islam



Gambar p.9. Hasil praktek hidanngan khusus adat istiadat Mitoni