

## Lampiran 1 Silabus Mata Pelajaran Ilmu Gizi

### SILABUS

Nama Sekolah : SMK Negeri 4  
Yogyakarta Kelas/Semester : X  
Boga/semester 1 Kompetensi Keahlian :  
Tata Boga  
Matapelajaran

: Ilmu Gizi Durasi  
Pembelajaran

: 108 jpl Deskripsi KI

:

KI 3 : Memahami, menerapkan, menganalisis, dan mengevaluasi tentang pengetahuan faktual, konseptual, operasional dasar, dan metakognitif sesuai dengan bidang dan lingkup kerja Tata Boga pada tingkat teknis, spesifik, detil, dan kompleks, berkenaan dengan ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dalam konteks pengembangan potensi diri sebagai bagian dari keluarga, sekolah, dunia kerja, warga masyarakat nasional, regional, dan internasional.

KI 4 : Melaksanakan tugas spesifik dengan menggunakan alat, informasi, dan prosedur kerja yang lazim dilakukan serta memecahkan masalah sesuai dengan bidang kerja Tata Boga.

Menampilkan kinerja di bawah bimbingan dengan mutu dan kuantitas yang terukur sesuai dengan standar kompetensi kerja. Menunjukkan keterampilan menalar, mengolah, dan menyaji secara efektif, kreatif, produktif, kritis, mandiri, kolaboratif, komunikatif, dan solutif dalam ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah, serta mampu melaksanakan tugas spesifik di bawah pengawasan langsung.

Menunjukkan keterampilan mempersepsi, kesiapan, meniru, membiasakan, gerak mahir, menjadikan gerak alami dalam ranah konkret terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah, serta mampu melaksanakan tugas spesifik di bawah pengawasan langsung.

<b>KOMPETENSI DASAR</b>	<b>INDIKATOR PENCAPAIAN KOMPETENSI</b>	<b>MATERI PEMBELAJARAN</b>	<b>KEGIATAN PEMBELAJARAN</b>	<b>PENILAIAN</b>	<b>ALOKASI WAKTU</b>	<b>SUMBER BELAJAR</b>
Menganalisis zat gizi sumber zat	3.1.1 Menjelaskan pengertian zat gizi sumber zat tenaga	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pengertian zat gizi sumber tenaga</li> </ul>	<b>Mengamati</b>	<b>Observasi</b>	6 x 45'	<ul style="list-style-type: none"> <li>• gambar/video sumber zat tenaga</li> </ul>
<b>KOMPETENSI DASAR</b>	<b>INDIKATOR PENCAPAIAN KOMPETENSI</b>	<b>MATERI PEMBELAJARAN</b>	<b>KEGIATAN PEMBELAJARAN</b>	<b>PENILAIAN</b>	<b>ALOKASI WAKTU</b>	<b>SUMBER BELAJAR</b>
energi yang diperlukan tubuh	3.1.2 Mendeskripsikan fungsi zat gizi sumber tenaga 3.1.3 Menentukan komponen pembentuk zat gizi sumber tenaga 3.1.4 Menentukan bahan makanan sumber zat tenaga 3.1.5 Menganalisis secara singkat metabolisme zat gizi sumber tenaga	(karbohidrat dan lemak) <ul style="list-style-type: none"> <li>• Fungsi zat gizi sumber zat tenaga</li> <li>• Komponen pembentuk zat gizi sumber zat tenaga</li> <li>• Bahan makanan sumber zat tenaga</li> <li>• Metabolisme energi</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mengamati gambar/ video/ benda sebenarnya atau membaca buku tentang ; bahan makanan sumber zat tenaga (Karbohidrat , dan lemak) dan kasus kekurangannya</li> </ul> <b>Menanyakan</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mengajukan pertanyaan tentang: pengertian, jenis, fungsi, komponen pembentuk energy, sumber bahan makanan zat tenaga,</li> </ul>	lembar pengamatan kegiatan diskusi dan persentasi  <b>Portofolio</b> Laporan tertulis kelompok  <b>Tes</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tes tertulis</li> </ul> Jurnal		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Referensi / bahan ajar terkait</li> <li>• e-dukasi.net</li> <li>• Bahan makanan sebenarnya / food model</li> </ul>

<p>4.1. Menampilkan hasil evaluasi kasus zat gizi penghasil sumber energi</p>	<p>4.1.1. Menentukan kecukupan zat tenaga</p> <p>4.1.2. Mengidentifikasi efek kekurangan dan kelebihan zat gizi sumber tenaga</p> <p>4.1.3. Menganalisis kasus kekurangan dan kelebihan zat gizi sumber tenaga</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kecukupan zat tenaga</li> <li>• Efek kekurangan dan kelebihan zat gizi sumber tenaga</li> <li>• Menganalisis kasus kekurangan dan kelebihan zat</li> </ul>	<p>efek kekurangan dan kelebihan zat tenaga, kebutuhan zat tenaga, identifikasi kasus kekurangan zat gizi sumber tenaga</p> <p><b>Mengumpulkan Data</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Diskusi kelompok untuk mengumpulkan data</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Catatan hasil pengamatan selama kegiatan pembelajaran</li> </ul>		
---	--	---	--	---	--	--

KOMPETENSI DASAR	INDIKATOR PENCAPAIAN KOMPETENSI	MATERI PEMBELAJARAN	KEGIATAN PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
	4.1.4. Menampilkan hasil evaluasi kasus kekurangan dan kelebihan zat gizi sumber tenaga	<p>gizi sumber tenaga</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Menampilkan hasil evaluasi kasus kekurangan dan kelebihan zat gizi sumber tenaga</li> </ul>	<p>terkait dengan pertanyaan yang diajukan tentang zat tenaga dengan menggunakan berbagai sumber</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kerja kelompok untuk mengevaluasi kasus kekurangan sumber zat gizi penghasil tenaga berdasarkan lembar kasus yang diberikan</li> </ul> <p><b>Mengasosiasi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mengolah dan menganalisis data hasil diskusi dan kasus</li> <li>• Menyimpulkan data hasil diskusi dan kasus</li> </ul> <p><b>munikasi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Membuat laporan tertulis hasil diskusi dan kasus</li> <li>• Mempresentasikan laporan hasil diskusi dan kasus</li> </ul>			

<b>KOMPETENSI DASAR</b>	<b>INDIKATOR PENCAPAIAN KOMPETENSI</b>	<b>MATERI PEMBELAJARAN</b>	<b>KEGIATAN PEMBELAJARAN</b>	<b>PENILAIAN</b>	<b>ALOKASI WAKTU</b>	<b>SUMBER BELAJAR</b>
Menganalisis zat gizi sumber zat pembangun yang diperlukan tubuh	3.2.1 Menjelaskan pengertian zat gizi sumber zat pembangun 3.2.2 Mendeskripsikan fungsi zat gizi sumber pembangun 3.2.3 Menentukan komponen pembentuk zat gizi sumber pembangun 3.2.4 Menentukan sumber bahan makanan zat pembangun 3.2.5 Menganalisis secara singkat metabolisme zat gizi sumber pembangun	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pengertian zat gizi sumber zat pembangun</li> <li>• Fungsi zat gizi sumber pembangun</li> <li>• Komponen pembentuk zat gizi sumber pembangun</li> <li>• Menentukan sumber bahan makanan zat pembangun</li> <li>• Menganalisis secara singkat metabolisme zat gizi sumber pembangun</li> </ul>	<b>Mengamati</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mengamati gambar/ benda sebenarnya dan membaca buku tentang; bahan makanan sumber zat pembangun dan kasus kekurangannya</li> </ul> <b>Menanyakan</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mengajukan pertanyaan tentang: pengertian, fungsi, komponen pembentuk zat pembangun, sumber bahan makanan zat pembangun, metabolisme zat pembangun, kebutuhan zat pembangun, efek kurang dan kelebihan zat pembangun, kebutuhan zat pembangun, identifikasi kasus kekurangan zat gizi sumber pembangun</li> </ul> <b>Mengumpulkan Data</b>	<b>Observasi</b> lembar pengamatan kegiatan diskusi dan persentasi  <b>Portofolio</b> Laporan tertulis kelompok <b>Tes</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tes tertulis</li> </ul> <b>Jurnal</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Catatan hasil pengamatan selama kegiatan pembelajaran</li> </ul> <b>Tes kinerja</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• mengolah makanan</li> </ul>	6 x 45'	<ul style="list-style-type: none"> <li>• gambar/ video sumber zat pembangun</li> <li>• Referensi / bahan ajar terkait</li> <li>• e-dukasi.net</li> <li>• Bahan makanan sebenarnya/ food model</li> </ul>
Menampilkan hasil evaluasi kasus zat gizi penghasil sumber	4.2.1. Menentukan kecukupan zat gizi penghasil sumber pembangun	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kebutuhan zat gizi penghasil sumber zat pembangun</li> </ul>				

KOMPETENSI DASAR	INDIKATOR PENCAPAIAN KOMPETENSI	MATERI PEMBELAJARAN	KEGIATAN PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
<p>pembangun yang diperlukan tubuh</p>	<p>4.2.2. Mengidentifikasi efek kekurangan dan kelebihan zat gizi penghasil sumber pembangun</p> <p>4.2.3. Menganalisis kasus kekurangan dan kelebihan zat gizi penghasil sumber zat pembangun</p> <p>4.2.4. Menampilkan hasil evaluasi kasus kekurangan dan kelebihan zat gizi sumber pembangun</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Efek kekurangan dan kelebihan zat gizi penghasil sumber pembangun</li> <li>• Kasus kekurangan dan kelebihan zat gizi penghasil sumber pembangun</li> <li>• Menampilkan hasil evaluasi kasus kekurangan dan kelebihan zat gizi sumber tenaga</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Diskusi kelompok untuk mengumpulkan data terkait dengan pertanyaan yang diajukan tentang zat pembangun dengan menggunakan berbagai sumber</li> <li>• Kerja kelompok untuk mengevaluasi kasus kekurangan sumber zat gizi pembangun berdasarkan lembar kasus yang diberikan</li> </ul> <p><b>Mengasosiasi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mengolah dan menganalisis data hasil diskusi dan kasus</li> <li>• Menyimpulkan data hasil diskusi dan kasus</li> </ul> <p><b>munikasi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Membuat laporan tertulis hasil diskusi dan kasus</li> </ul>	<p>sumber tenaga</p>		

KOMPETENSI DASAR	INDIKATOR PENCAPAIAN KOMPETENSI	MATERI PEMBELAJARAN	KEGIATAN PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
			<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mempresentasikan laporan hasil diskusi dan kasus</li> </ul>			
Menganalisis zat gizi sumber zat pembangun yang diperlukan tubuh	3.3.1 Menjelaskan pengertian zat gizi sumber zat pengatur 3.3.2 Mendeskripsikan fungsi zat gizi sumber pengatur 3.3.3 Menentukan komponen pembentuk zat gizi sumber zat pengatur 3.3.4 Menentukan sumber bahan makanan zat pengatur 3.3.5 Menganalisis peran zat gizi sumber pengatur dalam metabolisme tubuh	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pengertian zat gizi sumber pengatur (vitamin dan mineral)</li> <li>• Fungsi zat gizi sumber zat pengatur</li> <li>• Komponen pembentuk zat gizi sumber zat pengatur</li> <li>• Bahan makanan sumber zat pengatur</li> <li>• Peran zat pengatur dalam metabolisme tubuh</li> </ul>	<b>Mengamati</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mengamati gambar/ benda sebenarnya atau membaca buku tentang ; bahan makanan sumber zat pengatur dan kasus kekurangannya</li> </ul> <b>Menanyakan</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mengajukan pertanyaan tentang: pengertian, jenis-jenis, fungsi, bahan makanan sumber zat pengatur, efek kurang dan kelebihan zat pengatur, kebutuhan mineral:, identifikasi kasus kekurangan mineral:</li> </ul> <b>Mengumpulkan Data</b>	<b>Observasi</b> lembar pengamatan kegiatan diskusi dan persentasi  <b>Portofolio</b> Laporan tertulis kelompok  <b>Tes</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tes tertulis</li> </ul> Jurnal <ul style="list-style-type: none"> <li>• Catatan hasil pengamatan selama kegiatan pembelajaran</li> </ul>	6 x 45'	<input type="checkbox"/> gambar/ videosumber zat mineral: <input type="checkbox"/> Referensi / bahan ajar terkait <input type="checkbox"/> e-dukasi.net <input type="checkbox"/> Bahan makanan sebenarnya/ food model
Menampilkan hasil evaluasi kasus zat gizi	4.3.1. Menentukan kecukupan zat gizi penghasil sumber pengatur	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kebutuhan zat gizi penghasil</li> </ul>				

KOMPETENSI DASAR	INDIKATOR PENCAPAIAN KOMPETENSI	MATERI PEMBELAJARAN	KEGIATAN PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
penghasil sumber energi	<p>4.3.2. Mengidentifikasi efek kekurangan dan kelebihan zat gizi penghasil sumber pengatur</p> <p>4.3.3. Menganalisis kasus kekurangan dan kelebihan zat gizi penghasil sumber zat pengatur</p> <p>4.3.4. Menampilkan hasil evaluasi kasus kekurangan dan kelebihan zat gizi sumber pengatur</p>	<p>sumber zat pembangun</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Efek kekurangan dan kelebihan zat gizi penghasil sumber pembangun</li> <li>• Kasus kekurangan dan kelebihan zat gizi penghasil sumber pembangun</li> <li>• Menampilkan hasil evaluasi kasus kekurangan dan kelebihan zat gizi sumber tenaga</li> </ul>	<p>diskusi kelompok untuk mengumpulkan data terkait dengan pertanyaan yang diajukan tentang zat pengatur dengan menggunakan berbagai sumber</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kerja kelompok untuk mengevaluasi kasus kekurangan zat pengatur berdasarkan lembar kasus yang diberikan</li> </ul> <p><b>Mengasosiasi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mengolah dan menganalisis data hasil diskusi dan kasus</li> <li>• Menyimpulkan data hasil diskusi dan kasus</li> </ul> <p><b>komunikasi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Membuat laporan tertulis hasil diskusi dan kasus</li> <li>• Mempresentasikan laporan hasil diskusi dan kasus</li> </ul>			



<b>KOMPETENSI DASAR</b>	<b>INDIKATOR PENCAPAIAN KOMPETENSI</b>	<b>MATERI PEMBELAJARAN</b>	<b>KEGIATAN PEMBELAJARAN</b>	<b>PENILAIAN</b>	<b>ALOKASI WAKTU</b>	<b>SUMBER BELAJAR</b>
Menerapkan Daftar Komposisi Bahan Makanan (DKBM) dan Daftar Bahan Makanan Penukar (DBMP)	<p>3.4.1. Menjelaskan pengertian DKBM dan DBMP</p> <p>3.4.2. Menentukan fungsi DKBM &amp; DBMP</p> <p>3.4.3. Menentukan penggolongan DKBM</p> <p>3.4.4. Menerapkan penggunaan tabel DKBM dan DBMP dalam pemilihan bahan makanan</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pengertian DKBM dan DBMP</li> <li>• Fungsi DKBM dan DBMP</li> <li>• Penggolongan DKBM</li> <li>• Penggunaan DKBM dan DBMP dalam perhitungan nilai gizi bahan makanan</li> </ul>	<p><b>Mengamati</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Menyimak table Daftar Komposisi Bahan Makanan (DKBM) dan Daftar Bahan Makanan Penukar ( DBMP), dan tanda-tanda, satuan ukuran tiap zat gizi</li> </ul> <p><b>Menanyakan</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mengajukan pertanyaan tentang: pengertian, kegunaan dan kelemahan DKBM, penggolongan bahan makanan pada DKBM dan DBMP, cara menggunakan daftar/tabel DKBM dan DBMP</li> </ul> <p><b>Mengumpulkan Data</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Diskusi kelompok untuk mengumpulkan data terkait dengan pertanyaan tentang</li> </ul>	<p><b>Observasi</b></p> <p>lembar pengamatan kegiatan diskusi dan persentasi</p> <p><b>Portofolio</b></p> <p>Laporan tertulis kelompok</p> <p><b>Tes</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tes tertulis</li> </ul> <p><b>Jurnal</b></p> <p>Catatan hasil pengamatan selama kegiatan pembelajaran</p>	24 x 45'	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Referensi terkait</li> <li>• Sumber Bahan makanan</li> <li>• DKBM dan DBMP</li> <li>• Lembar tugas</li> </ul>
Melakukan perhitungan zat gizi dengan menggunakan Daftar Komposisi Bahan Makanan (DKBM) dan Daftar Bahan Makanan Penukar (DBMP)	<p>4.4.1. Melakukan perhitungan nilai gizi bahan makanan dengan menggunakan tabel DKBM</p> <p>4.4.2. Melakukan perhitungan nilai gizi bahan makanan dengan menggunakan tabel <b>DBMP</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Perhitungan nilai gizi bahan makanan dengan menggunakan tabel DKBM</li> <li>• Perhitungan nilai gizi bahan</li> </ul>				

KOMPETENSI DASAR	INDIKATOR PENCAPAIAN KOMPETENSI	MATERI PEMBELAJARAN	KEGIATAN PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
		<p>makanan dengan menggunakan tabel DBMP</p>	<p>DKBM dan DBMP dengan menggunakan berbagai sumber</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kerja kelompok mengerjakan tugas untuk menghitung zat gizi dengan menggunakan DKBM dan DBMP</li> </ul> <p><b>ngasosiasi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mengolah data hasil diskusi tentang DKBM dan DBMP dan kerja kelompok</li> </ul> <p><b>munikasi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Membuat laporan tertulis hasil diskusi dan tugas kelompok</li> <li>• Mempersentasikan laporan tertulis hasil diskusi dan tugas kelompok</li> </ul>			

<b>KOMPETENSI DASAR</b>	<b>INDIKATOR PENCAPAIAN KOMPETENSI</b>	<b>MATERI PEMBELAJARAN</b>	<b>KEGIATAN PEMBELAJARAN</b>	<b>PENILAIAN</b>	<b>ALOKASI WAKTU</b>	<b>SUMBER BELAJAR</b>
Menerapkan Daftar Angka Kecukupan Gizi (AKG)	3.5.1. Mendeskripsikan pengertian AKG 3.5.2. menjelaskan fungsi AKG 3.5.3. Dapat menaksir angka kebutuhan energi 3.5.4. Dapat membaca tabel AKG	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pengertian AKG</li> <li>• Fungsi AKG</li> <li>• Menaksir angka kebutuhan energi</li> <li>• Membaca tabel AKG</li> </ul>			8 x 45 '	

<p>Melakukan perhitungan kecukupan zat gizi dengan menggunakan Daftar Angka Kecukupan Gizi</p>	<p><b>451</b> Melakukan perhitungan kecukupan zat energi dengan menggunakan Daftar Angka Kecukupan Gizi</p> <p><b>452</b> Melakukan perhitungan kecukupan protein dengan menggunakan Daftar Angka Kecukupan Gizi</p> <p><b>453</b> Melakukan perhitungan kecukupan vitamin dengan menggunakan Daftar Angka Kecukupan Gizi</p> <p><b>454</b> Melakukan perhitungan kecukupan mineral dengan</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Perhitungan kecukupan zat energi dengan menggunakan Daftar Angka Kecukupan Gizi</li> <li>• Perhitungan kecukupan protein dengan menggunakan Daftar Angka Kecukupan Gizi</li> <li>• Perhitungan kecukupan vitamin dengan menggunakan Daftar Angka Kecukupan Gizi</li> <li>• Perhitungan kecukupan mineral dengan menggunakan</li> </ul>				
--	--	---	--	--	--	--

KOMPETENSI DASAR	INDIKATOR PENCAPAIAN KOMPETENSI	MATERI PEMBELAJARAN	KEGIATAN PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
	menggunakan Daftar Angka Kecukupan Gizi	Daftar Angka Kecukupan Gizi				
Mengevaluasi penyusunan menu seimbang	3.6.1 Mendeskripsikan pengertian menu seimbang 3.6.2 Menjelaskan fungsi menu seimbang 3.6.3 Menentukan kriteria menu seimbang 3.6.4 Menentukan bahan makanan menu seimbang 3.6.5 Menilai penyusunan menu seimbang	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pengertian menu seimbang</li> <li>Fungsi menu seimbang</li> <li>Kriteria menu seimbang</li> <li>Bahan makanan menu seimbang</li> <li>Menilai penyusunan menu seimbang</li> </ul>	<b>Mengamati</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Mengamati gambar/ video piramida pola makanan dari berbagai Negara dan beberapa contoh daftar menu</li> </ul> <b>Menanya</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Menanyakan tentang: pengertian, fungsi, faktor yang diperhatikan dalam menyusun menu, merancang menu, siklus menu dan mengevaluasi menu seimbang</li> </ul>		24 x 45'	<input type="checkbox"/>
Memodifikasi menu makanan seimbang	4.6.1. Memperbaiki susunan menu seimbang 4.6.2. Menyajikan menu Seimbang sesuai kebutuhan 4.6.3. Memodifikasi Menu Seimbang sesuai dengan ketersediaan	<ul style="list-style-type: none"> <li>Susunan menu seimbang</li> <li>Menu Seimbang sesuai kebutuhan</li> <li>Modifikasi Menu Seimbang</li> </ul>	<b>Mengumpulkan Data</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Diskusi kelompok untuk mengumpulkan data terkait dengan pertanyaan tentang menu seimbang dengan menggunakan berbagai sumber.</li> </ul>			

KOMPETENSI DASAR	INDIKATOR PENCAPAIAN KOMPETENSI	MATERI PEMBELAJARAN	KEGIATAN PEMBELAJARAN	PENILAIAN	ALOKASI WAKTU	SUMBER BELAJAR
	bahan lokal (daerah)	sesuai dengan ketersediaan bahan lokal (daerah)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kerja kelompok untuk mengevaluasi menu yang tertuang pada lembar kasus berdasarkan prinsip menu seimbang</li> </ul> <p><b>Mengasosiasi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mengolah data hasil diskusi terkait dengan pertanyaan tentang Menu Seimbang</li> <li>• Menyimpulkan data hasil diskusi terkait dengan pertanyaan tentang Menu Seimbang</li> </ul> <p><b>Komunikasi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Membuat laporan tertulis</li> </ul> <p>Mempresentasikan laporan kelompok</p>			
Mengevaluasi penyusunan menu dietetik klinik	3.7.1 Menjelaskan jenis menu dietetik klinik 3.7.2 Mendeskripsikan kriteria menu dietetik klinik 3.7.3 Membandingkan bahan makanan	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jenis menu dietetik klinik</li> <li>• Kriteria menu dietetik klinik</li> <li>• Bahan makanan yang sesuai</li> </ul>			27 x 45'	□

<b>KOMPETENSI DASAR</b>	<b>INDIKATOR PENCAPAIAN KOMPETENSI</b>	<b>MATERI PEMBELAJARAN</b>	<b>KEGIATAN PEMBELAJARAN</b>	<b>PENILAIAN</b>	<b>ALOKASI WAKTU</b>	<b>SUMBER BELAJAR</b>
	yang sesuai dengan menu dietetik klinik 3.7.4 Mengelola menu dietetik klinik Meninjau kembali menu dietetik klinik	dengan menu dietetik klinik <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mengelola menu dietetik klinik</li> <li>• Meninjau kembali menu dietetik klinik</li> </ul>				
Mengintegrasikan perhitungan untuk menu diet khusus						<input type="checkbox"/>

Lampiran 2 RPP Mata Pelajaran Ilmu Gizi

**Lampiran 2 RPP Mata Pelajaran Ilmu Gizi**

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN  
(RPP)**

No.01

Nama Sekolah : SMK Negeri 4 Yogyakarta  
Program Keahlian : Tata Boga  
Mata Pelajaran : ILMU GIZI  
Kelas / Semester : X / Ganjil  
Materi Pokok : ZAT GIZI SUMBER ZAT ENERGI/  
TENAGA (KARBOHIDRAT dan LEMAK )  
Pertemuan : 4 x pertemuan  
Alokasi Waktu : 4 x (3 x @ 45 menit )

**A. Kompetensi Inti**

- 16  
KI 3 Memahami, menerapkan dan menganalisis pengetahuan factual, konseptual dan prosedural berdasarkan 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, menyaji dan menalar dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, dan mampu melaksanakan tugas spesifik di bawah pengawasan langsung.

**B. Kompetensi Dasar**

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

**C. Indikator Pencapaian Kompetensi**

- 3.1.1 Menjelaskan pengertian zat gizi sumber zat tenaga  
3.1.2 Mendeskripsikan fungsi zat gizi sumber tenaga  
3.1.3 Menentukan komponen pembentuk zat gizi sumber tenaga  
3.1.4 Menentukan bahan makanan sumber zat tenaga  
3.1.5 Menganalisis secara singkat metabolisme zat gizi sumber tenaga  
4.1.1 Menentukan kecukupan zat tenaga  
4.1.2 Mengidentifikasi efek kekurangan dan kelebihan zat gizi sumber tenaga



- 4.1.3 Menganalisis kasus kekurangan dan kelebihan zat gizi sumber tenaga
- 4.1.4 Menampilkan hasil evaluasi kasus kekurangan dan kelebihan zat gizi sumber tenaga

#### **D. Tujuan Pembelajaran**

Setelah melakukan pengamatan gambar dan kegiatan diskusi kelompok peserta didik diharapkan:

1. Menjelaskan pengertian zat gizi sumber zat tenaga (karbohidrat dan lemak)
2. Menyebutkan fungsi zat gizi sumber tenaga (karbohidrat dan lemak)
3. Menyebutkan komponen pembentuk zat gizi sumber tenaga (karbohidrat dan lemak)
4. Mengelompokkan sumber bahan makanan zat tenaga (karbohidrat dan lemak)
5. Menjelaskan secara singkat metabolisme zat gizi sumber tenaga (karbohidrat dan lemak)

Setelah menghadapi kasus peserta didik diharapkan :

1. Menentukan angka kebutuhan zat gizi (karbohidrat dan lemak)
2. Menunjukkan efek kekurangan dan kelebihan zat gizi penghasil tenaga (karbohidrat dan lemak)
3. Menentukan kebutuhan zat gizi penghasil tenaga (karbohidrat dan lemak)
4. Mengidentifikasi efek kekurangan dan kelebihan zat gizi penghasil tenaga (karbohidrat dan lemak)

#### **E. Materi Pembelajaran**

1. Pengertian zat gizi sumber zat tenaga (karbohidrat dan lemak)
2. Fungsi zat gizi sumber tenaga (karbohidrat dan lemak)
3. Komponen pembentuk zat gizi sumber tenaga (karbohidrat dan lemak)
4. Sumber bahan makanan zat tenaga (karbohidrat dan lemak)
5. Metabolisme zat gizi sumber tenaga (karbohidrat dan lemak)
6. Kebutuhan zat gizi penghasil tenaga (karbohidrat dan lemak)
7. Efek kekurangan dan kelebihan zat gizi penghasil tenaga (karbohidrat dan lemak)

#### **F. Metode Pembelajaran**

1. Pendekatan : Saintifik
2. Model Pembelajaran : CL (*Cooperative Learning*)
3. Metode Pembelajaran : *Word Square, Talking Stick*

#### **G. Media, Alat dan Sumber Pembelajaran**

1. Media : Power Point, Buku, internet.
2. Alat/Bahan : Laptop, LCD Proyektor
3. Sumber Belajar:

- a. Ir. Septi Nugraini, M.M. 2013. Ilmu Gizi Jilid 1. Direktorat Pembinaan Sekolah Menengah Kejuruan. Direktorat Jenderal Manajemen Pendidikan Dasar dan Menengah.
- b. Budiningsih A, Wahdatulaili K, Kusumaningtyas W.2015. Ilmu Gizi. Bogor:Yudhistira.

#### H. Langkah-langkah Pembelajaran

PERTEMUAN PERTAMA		
Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Pendahuluan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Peserta didik dipimpin oleh guru, berdoa bersama</li> <li>2. Memeriksa kebersihan kelas</li> <li>3. Memeriksa kehadiran siswa</li> <li>4. Guru melakukan peninjauan kesiapan peserta didik dengan apersepsi yaitu mengajukan pertanyaan tentang bahan pelajaran yang sudah dipelajari sebelumnya dan motivasi yang berkaitan dengan mata pelajaran yang akan diberikan</li> <li>5. Menjelaskan tujuan pembelajaran atau kompetensi dasar yang akan dicapai</li> <li>6. Menyampaikan cakupan materi dan penjelasan uraian kegiatan sesuai silabus</li> </ol>	10
Kegiatan Inti	<p><b>Mengamati</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Guru mengajak siswa untuk mengamati gambar tentang sumber bahan makanan</li> <li>2. Guru meminta peserta didik untuk mengamati sumber bahan makanan tersebut</li> </ol> <p style="text-align: center;">18</p> <p><b>Menanya</b> Dengan pengamatan gambar dan membaca buku peserta didik diarahkan untuk membuat pertanyaan tentang sumber zat tenaga (Karbohidrat)</p> <p><b>Menjelaskan</b> Guru menjelaskan materi pembelajaran tentang karbohidrat dan membahas hasil tanya jawab</p> <p><b>Mengasosiasi</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Guru membagi peserta didik dalam kelompok dengan anggota empat orang</li> <li>2. Guru menyajikan <i>word square</i>, kemudian membacakan soal sesuai dengan materi</li> <li>3. Peserta didik yang bisa menjawab dipersilahkan maju ke depan dan melingkari jawaban yang benar</li> <li>4. Guru memberikan penghargaan kepada kelompok yang menang</li> </ol>	200
Kegiatan Penutup	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Peserta didik melakukan refleksi terhadap kegiatan yang sudah dilakukan</li> </ol>	20

	<ol style="list-style-type: none"> <li>2. Peserta didik bersama guru menyimpulkan pembelajaran</li> <li>3. Peserta didik mendapatkan penilaian terhadap kegiatan pembelajaran yang telah dilakukan</li> <li>4. Guru memberikan apresiasi terhadap peserta didik</li> <li>5. Guru memberi informasi untuk pertemuan selanjutnya</li> <li>6. Guru memberikan tugas untuk materi berikutnya dan berdoa</li> </ol>	
Pertemuan Kedua		
Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Pendahuluan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Peserta didik dipimpin oleh guru, berdoa bersama</li> <li>2. Memeriksa kebersihan kelas</li> <li>3. Memeriksa kehadiran siswa</li> <li>4. Guru melakukan peninjauan kesiapan peserta didik dengan apresepsi yaitu mengajukan pertanyaan tentang bahan pelajaran yang sudah dipelajari sebelumnya dan motivasi yang berkaitan dengan mata pelajaran yang akan diberikan</li> <li>5. Menjelaskan tujuan pembelajaran atau kompetensi dasar yang akan dicapai</li> <li>6. Menyampaikan cakupan materi dan penjelasan uraian kegiatan sesuai silabus</li> </ol>	10
Kegiatan Inti	<p><b>Mengamati</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Guru mengajak siswa untuk mengamati gambar tentang malnutrisi pada anak</li> <li>2. Guru meminta peserta didik untuk mengamati kasus tersebut</li> </ol> <p><b>Menanya</b></p> <p>Dengan pengamatan gambar dan membaca buku peserta didik diarahkan untuk membuat pertanyaan tentang kasus kekurangan dan kelebihan karbohidrat      19</p> <p><b>Menjelaskan</b></p> <p>Guru menjelaskan materi pembelajaran tentang karbohidrat dan membahas hasil tanya jawab</p> <p><b>Mengasosiasi</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Guru menyalakan musik dan memutar tongkat</li> <li>2. Ketika musik berhenti dan tongkat berhenti di satu siswa, maka siswa harus menjawab pertanyaan dari guru</li> <li>3. Peserta didik yang bisa menjawab akan mendapat <i>reward</i> dan yang tidak bisa mendapatkan <i>punishment</i></li> <li>4. Guru memberikan penghargaan kepada kelompok yang menang</li> </ol>	200
Kegiatan Penutup	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Guru memberi penegasan hasil diskusi dan mengevaluasi jalannya diskusi.</li> <li>2. Peserta didik bersama guru menyimpulkan pembelajaran.</li> <li>3. Peserta didik mendapatkan penilaian kegiatan pembelajaran yang telah dilakukan</li> <li>4. Guru memberikan apresiasi terhadap peserta didik</li> <li>5. Guru memberi informasi untuk pertemuan yang akan datang.</li> </ol>	15

	6. Guru memberikan tugas untuk materi berikutnya dan berdoa	
Pertemuan Ketiga		
Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Pendahuluan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Peserta didik dipimpin oleh guru, berdoa bersama</li> <li>2. Memeriksa kebersihan kelas</li> <li>3. Memeriksa kehadiran siswa</li> <li>4. Guru melakukan peninjauan kesiapan peserta didik dengan apersepsi yaitu mengajukan pertanyaan tentang bahan pelajaran yang sudah dipelajari sebelumnya dan motivasi yang berkaitan dengan mata pelajaran yang akan diberikan</li> <li>5. Menjelaskan tujuan pembelajaran atau kompetensi dasar yang akan dicapai</li> <li>6. Menyampaikan cakupan materi dan penjelasan uraian kegiatan sesuai silabus</li> </ol>	10
Kegiatan Inti	<p><b>Mengamati</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Guru mengajak siswa untuk mengamati gambar tentang sumber bahan makanan</li> <li>2. Guru meminta peserta didik untuk mengamati kasus tersebut</li> </ol> <p><b>Menanya</b> Dengan pengamatan gambar peserta didik diarahkan untuk membuat pertanyaan tentang sumber bahan makanan tersebut</p> <p><b>Menjelaskan</b> Guru menjelaskan materi pembelajaran tentang lemak dan membahas hasil tanya jawab</p> <p><b>Mengasosiasi</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Guru menyalakan musik dan memutar tongkat</li> <li>2. Ketika musik berhenti dan tongkat berhenti di satu siswa, maka siswa harus menjawab pertanyaan dari guru</li> <li>3. Peserta didik yang bisa menjawab akan mendapat <i>reward</i> dan yang tidak bisa mendapatkan <i>punishment</i></li> <li>4. Guru memberikan penghargaan kepada peserta didik yang bisa menjawab</li> </ol>	200
Kegiatan Penutup	<ol style="list-style-type: none"> <li>7. Peserta didik melakukan refleksi terhadap kegiatan yang sudah dilakukan</li> <li>8. Peserta didik bersama guru menyimpulkan pembelajaran</li> <li>9. Peserta didik mendapatkan penilaian terhadap kegiatan pembelajaran yang telah dilakukan</li> <li>10. Guru memberikan apresiasi terhadap peserta didik</li> <li>11. Guru memberi informasi untuk pertemuan selanjutnya</li> <li>12. Guru memberikan tugas untuk materi berikutnya dan berdoa</li> </ol>	20

Pertemuan Keempat		
Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Pendahuluan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Peserta didik dipimpin oleh guru, berdoa bersama</li> <li>2. Memeriksa kebersihan kelas</li> <li>3. Memeriksa kehadiran siswa</li> <li>4. Guru melakukan peninjauan kesiapan peserta didik dengan apersepsi yaitu mengajukan pertanyaan tentang bahan pelajaran yang sudah dipelajari sebelumnya dan motivasi yang berkaitan dengan mata pelajaran yang akan diberikan</li> <li>5. Menjelaskan tujuan pembelajaran atau kompetensi dasar yang akan dicapai</li> <li>6. Menyampaikan cakupan materi dan penjelasan uraian kegiatan sesuai silabus</li> </ol>	10
Kegiatan Inti	<p><b>Mengamati</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Guru mengajak siswa untuk mengamati gambar tentang malnutrisi pada anak</li> <li>2. Guru meminta peserta didik untuk mengamati kasus tersebut</li> </ol> <p><b>Menanya</b> Dengan pengamatan gambar dan membaca buku peserta didik diarahkan untuk membuat pertanyaan tentang kasus kekurangan dan kelebihan lemak</p> <p><b>Menjelaskan</b> Guru menjelaskan materi pembelajaran tentang lemak dan membahas hasil tanya jawab</p> <p><b>Mengasosiasi</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Guru menyalakan musik dan memutar tongkat</li> <li>2. Ketika musik berhenti dan tongkat berhenti di satu siswa, maka siswa harus menjawab pertanyaan dari guru <sup>21</sup></li> <li>3. Peserta didik yang bisa menjawab akan mendapat <i>reward</i> dan yang tidak bisa mendapatkan <i>punishment</i></li> <li>4. Guru memberikan penghargaan kepada peserta didik yang bisa menjawab</li> </ol>	200
Kegiatan Penutup	<ol style="list-style-type: none"> <li>7. Guru memberi penegasan hasil diskusi dan mengevaluasi jalannya diskusi.</li> <li>8. Peserta didik bersama guru menyimpulkan pembelajaran.</li> <li>9. Peserta didik mendapatkan penilaian kegiatan pembelajaran yang telah dilakukan</li> <li>10. Guru memberikan apresiasi terhadap peserta didik</li> <li>11. Guru memberi informasi untuk pertemuan yang akan datang.</li> <li>12. Guru memberikan tugas untuk materi berikutnya dan berdoa</li> </ol>	15

### I. Penilaian Proses dan Hasil Belajar

#### 1. Jenis/Teknik Penilaian

- a. Penilaian Pengetahuan : Tes Formatif

- b. Penilaian Keterampilan : Diskusi/Game/Presentasi
- c. Penilaian Sikap : Observasi
- 2. Bentuk Instrumen
  - a. Bentuk Instrumen : Tes Pilihan Ganda

Yogyakarta,

September 2017

Mahasiswa PLT

Mengetahui,  
UNY  
Guru Pembimbing

Fauzan Budiyanto, S.Pd  
NIP. 19590225 199103 1 004  
16511247007

Riza Luthfinia  
NIM.

**RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN  
(RPP)**

No. 02

Nama Sekolah : SMK Negeri 4 Yogyakarta  
Program Keahlian : Tata Boga  
Mata Pelajaran : ILMU GIZI  
Kelas / Semester : X / Ganjil  
Materi Pokok : ZAT GIZI SUMBER PEMBANGUN  
(PROTEIN)  
Pertemuan : 2 x pertemuan  
Alokasi Waktu : 2 x (3 x @ 45 menit )

**J. Kompetensi Inti**

- KI 3 Memahami, menerapkan dan menganalisis pengetahuan factual, konseptual dan prosedural berdasarkan 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, menyaji dan menalar dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, dan mampu melaksanakan tugas spesifik di bawah pengawasan langsung.

**K. Kompetensi Dasar**

23

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

**L. Indikator Pencapaian Kompetensi**

- 3.2.1 Menjelaskan pengertian zat gizi sumber zat pembangun
- 3.2.2 Mendeskripsikan fungsi zat gizi sumber pembangun
- 3.2.3 Menentukan komponen pembentuk zat gizi sumber pembangun
- 3.2.4 Menentukan sumber bahan makanan zat pembangun
- 3.2.5 Menentukan kecukupan zat gizi penghasil sumber pembangun
- 4.2.1 Mengidentifikasi efek kekurangan dan kelebihan zat gizi penghasil sumber pembangun
- 4.2.2 Menganalisis kasus kekurangan dan kelebihan zat gizi penghasil sumber zat pembangun

- 4.2.3 Menampilkan hasil evaluasi kasus kekurangan dan kelebihan zat gizi sumber pembangun
- 4.2.4 Menganalisis secara singkat metabolisme zat gizi sumber pembangun

#### **M. Tujuan Pembelajaran**

Setelah melakukan pengamatan gambar dan kegiatan diskusi kelompok peserta didik diharapkan:

1. Menjelaskan pengertian zat gizi sumber zat pembangun
2. Mendeskripsikan fungsi zat gizi sumber zat pembangun
3. Menentukan komponen pembentuk zat gizi sumber pembangun
4. Menentukan sumber bahan makanan zat pembangun
5. Menentukan kecukupan zat gizi penghasil sumber pembangun

Setelah menghadapi kasus peserta didik diharapkan :

1. Mengidentifikasi efek kekurangan dan kelebihan zat gizi penghasil sumber pembangun
2. Menganalisis kasus kekurangan dan kelebihan zat gizi penghasil sumber zat pembangun
3. Menampilkan hasil evaluasi kasus kekurangan dan kelebihan zat gizi sumber pembangun
4. Menganalisis secara singkat metabolisme zat gizi sumber pembangun

#### **N. Materi Pembelajaran**

8. Pengertian zat gizi sumber zat pembangun
9. Fungsi zat gizi sumber zat pembangun
10. Komponen pembentuk zat gizi sumber zat pembangun
11. Sumber bahan makanan zat pembangun
12. Metabolisme zat gizi sumber pembangun
13. Kebutuhan zat gizi penghasil zat pembangun 24
14. Efek kekurangan dan kelebihan zat gizi penghasil zat pembangun

#### **O. Metode Pembelajaran**

4. Pendekatan : Saintifik
5. Model Pembelajaran : CL (*Cooperative Learning*)
6. Metode Pembelajaran : *Talking Stick*

#### **P. Media, Alat dan Sumber Pembelajaran**

4. Media : Power Point, Buku, internet.
5. Alat/Bahan : Laptop, LCD Proyektor
6. Sumber Belajar:
  - c. Ir. Septi Nugraini, M.M. 2013. Ilmu Gizi Jilid 1. Direktorat Pembinaan Sekolah Menengah Kejuruan. Direktorat Jenderal Manajemen Pendidikan Dasar dan Menengah.

#### **Q. Langkah-langkah Pembelajaran**



Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Pendahuluan	7. Peserta didik dipimpin oleh guru, berdoa bersama 8. Memeriksa kebersihan kelas 9. Memeriksa kehadiran siswa 10. Guru melakukan peninjauan kesiapan peserta didik dengan apersepsi yaitu mengajukan pertanyaan tentang bahan pelajaran yang sudah dipelajari sebelumnya dan motivasi yang berkaitan dengan mata pelajaran yang akan diberikan 11. Menjelaskan tujuan pembelajaran atau kompetensi dasar yang akan dicapai 12. Menyampaikan cakupan materi dan penjelasan uraian kegiatan sesuai silabus	10
Kegiatan Inti	<p><b>Mengamati</b></p> 3. Guru mengajak siswa untuk mengamati gambar tentang sumber protein 4. Guru meminta peserta didik untuk mengamati sumber bahan makanan tersebut	200
Kegiatan Penutup	<p><b>Menanya</b>            Dengan pengamatan gambar peserta didik diarahkan untuk membuat pertanyaan tentang sumber protein</p> <p><b>Menjelaskan</b>            Guru menjelaskan materi pembelajaran tentang protein dan membahas hasil tanya jawab</p> <p><b>Mengasosiasi</b></p> 5. Guru menyalakan musik dan memutar tongkat 6. Ketika musik berhenti dan tongkat berhenti di satu siswa, maka siswa harus menjawab pertanyaan dari guru 7. Peserta didik yang bisa menjawab akan mendapat <i>reward</i> dan yang tidak bisa mendapatkan <i>punishment</i> 8. Guru memberikan penghargaan kepada siswa yang dapat menjawab pertanyaan           13. Guru memberi penegasan hasil diskusi dan mengevaluasi jalannya diskusi. 14. Peserta didik bersama guru menyimpulkan pembelajaran. 15. Peserta didik mendapatkan penilaian kegiatan pembelajaran yang telah dilakukan 16. Guru memberikan apresiasi terhadap peserta didik 17. Guru memberi informasi untuk pertemuan yang akan datang. 18. Guru memberikan tugas untuk materi berikutnya dan berdoa	20
Pertemuan Kedua		

Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Pendahuluan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Peserta didik dipimpin oleh guru, berdoa bersama</li> <li>2. Memeriksa kebersihan kelas</li> <li>3. Memeriksa kehadiran siswa</li> <li>4. Guru melakukan peninjauan kesiapan peserta didik dengan apersepsi yaitu mengajukan pertanyaan tentang bahan pelajaran yang sudah dipelajari sebelumnya dan motivasi yang berkaitan dengan mata pelajaran yang akan diberikan</li> <li>5. Menjelaskan tujuan pembelajaran atau kompetensi dasar yang akan dicapai</li> <li>6. Menyampaikan cakupan materi dan penjelasan uraian kegiatan sesuai silabus</li> </ol>	10
Kegiatan Inti	<p><b>Mengamati</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Guru mengajak siswa untuk mengamati gambar tentang kasus kekurangan dan kelebihan protein</li> <li>2. Guru meminta peserta didik untuk mengamati kasus tersebut</li> </ol> <p><b>Menanya</b> Dengan pengamatan gambar peserta didik diarahkan untuk membuat pertanyaan tentang kasus kekurangan dan kelebihan protein</p> <p><b>Menjelaskan</b> Guru menjelaskan materi pembelajaran tentang protein dan membahas hasil tanya jawab</p> <p><b>Mengasosiasi</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Guru menyalakan musik dan memutar tongkat</li> <li>2. Ketika musik berhenti dan tongkat berhenti di satu siswa, maka siswa harus menjawab pertanyaan dari guru</li> <li>3. Peserta didik yang bisa menjawab akan mendapat <i>reward</i> dan yang tidak bisa mendapatkan <i>punishment</i></li> <li>4. Guru memberikan penghargaan kepada siswa yang dapat menjawab pertanyaan</li> </ol>	200
Kegiatan Penutup	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Guru memberi penegasan hasil diskusi dan mengevaluasi jalannya diskusi.</li> <li>2. Peserta didik bersama guru menyimpulkan pembelajaran.</li> <li>3. Peserta didik mendapatkan penilaian kegiatan pembelajaran yang telah dilakukan</li> <li>4. Guru memberikan apresiasi terhadap peserta didik</li> <li>5. Guru memberi informasi untuk pertemuan yang akan datang.</li> <li>6. Guru memberikan tugas untuk materi berikutnya dan berdoa</li> </ol>	15

## R. Penilaian Proses dan Hasil Belajar

### 3. Jenis/Teknik Penilaian

- a. Penilaian Pengetahuan : Tes Formatif

- b. Penilaian Keterampilan : Diskusi/Game/Presentasi
- c. Penilaian Sikap : Observasi
- 4. Bentuk Instrumen
  - b. Bentuk Instrumen : Tes Pilihan Ganda

Yogyakarta,

September 2017

Mahasiswa PLT

Mengetahui,  
UNY  
Guru Pembimbing

Fauzan Budiyanto, S.Pd  
NIP. 19590225 199103 1 004  
16511247007

Riza Luthfinia  
NIM.

# RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

No.03

Nama Sekolah : SMK Negeri 4 Yogyakarta  
Program Keahlian : Tata Boga  
Mata Pelajaran : ILMU GIZI  
Kelas / Semester : X / Ganjil  
Materi Pokok : ZAT GIZI SUMBER ZAT PENGATUR  
(VITAMIN)  
Pertemuan : 3 x pertemuan  
Alokasi Waktu : 3 x (3 x @ 45 menit )

## S. Kompetensi Inti

- KI 3 Memahami, menerapkan dan menganalisis pengetahuan factual, konseptual dan prosedural berdasarkan 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, menyaji dan menalar dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, dan mampu melaksanakan tugas spesifik di bawah pengawasan langsung.

## T. Kompetensi Dasar

28

- 3.3 Mendeskripsikan zat gizi sumber pengatur (vitamin) yang diperlukan tubuh.
- 4.3 Mengevaluasi kasus kekurangan zat gizi sumber vitamin berdasarkan data

## U. Indikator Pencapaian Kompetensi

- 3.3.1 Menjelaskan pengertian zat gizi sumber zat pengatur
- 3.3.2 Mendeskripsikan fungsi zat gizi sumber pengatur
- 3.3.3 Menentukan komponen pembentuk zat gizi sumber zat pengatur
- 3.3.4 Menentukan sumber bahan makanan zat pengatur
- 3.3.5 Menganalisis peran zat gizi sumber pengatur dalam metabolisme tubuh
- 4.3.1 Menentukan kecukupan zat gizi penghasil sumber pengatur
- 4.3.2 Menentukan kecukupan zat gizi penghasil sumber pengatur
- 4.3.3 Mengidentifikasi efek kekurangan dan kelebihan zat gizi penghasil sumber pengatur

4.3.4 Menganalisis kasus kekurangan dan kelebihan zat gizi penghasil sumber zat pengatur

4.3.5 Menampilkan hasil evaluasi kasus kekurangan dan kelebihan zat gizi sumber pengatur

#### V. Tujuan Pembelajaran

Setelah melakukan pengamatan gambar dan kegiatan diskusi kelompok peserta didik diharapkan:

1. Menjelaskan pengertian zat gizi sumber zat pengatur
2. Mendeskripsikan fungsi zat gizi sumber pengatur
3. Menentukan komponen pembentuk zat gizi sumber zat pengatur
4. Menentukan sumber bahan makanan zat pengatur
5. Menganalisis peran zat gizi sumber pengatur dalam metabolisme tubuh

Setelah menghadapi kasus peserta didik diharapkan :

1. Menentukan kecukupan zat gizi penghasil sumber pengatur
2. Mengidentifikasi efek kekurangan dan kelebihan zat gizi penghasil sumber pengatur
3. Menganalisis kasus kekurangan dan kelebihan zat gizi penghasil sumber zat pengatur
4. Menampilkan hasil evaluasi kasus kekurangan dan kelebihan zat gizi sumber pengatur

#### W. Materi Pembelajaran

1. Pengertian zat gizi sumber zat pengatur
2. Fungsi zat gizi sumber zat pengatur
3. Sumber bahan makanan zat pengatur
4. Efek kelebihan dan kekurangan zat gizi pengatur
5. Angka kecukupan zat gizi pengatur

29

#### X. Metode Pembelajaran

7. Pendekatan : Saintifik
8. Model Pembelajaran : CL (*Cooperative Learning*)
9. Metode Pembelajaran : *picture and picture, Snowball, Word Square*

#### Y. Media, Alat dan Sumber Pembelajaran

7. Media : Power Point, Buku, internet.
8. Alat/Bahan : Laptop, LCD Proyektor
9. Sumber Belajar:
  - d. Ir. Septi Nugraini, M.M. 2013. Ilmu Gizi Jilid 1. Direktorat Pembinaan Sekolah Menengah Kejuruan. Direktorat Jenderal Manajemen Pendidikan Dasar dan Menengah.
  - e. Budiningsih A, Wahdatulaili K, Kusumaningtyas W.2015. Ilmu Gizi. Bogor:Yudhistira

## Z. Langkah-langkah Pembelajaran

PERTEMUAN PERTAMA		
Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Pendahuluan	13. Peserta didik dipimpin oleh guru, berdoa bersama 14. Memeriksa kebersihan kelas 15. Memeriksa kehadiran siswa 16. Guru melakukan peninjauan kesiapan peserta didik dengan apersepsi yaitu mengajukan pertanyaan tentang bahan pelajaran yang sudah dipelajari sebelumnya dan motivasi yang berkaitan dengan mata pelajaran yang akan diberikan 17. Menjelaskan tujuan pembelajaran atau kompetensi dasar yang akan dicapai 18. Menyampaikan cakupan materi dan penjelasan uraian kegiatan sesuai silabus	10
Kegiatan Inti	<p><b>Mengamati</b></p> 5. Guru mengajak siswa untuk mengamati gambar tentang sumber vitamin A dan D, serta kasus kekurangan dan kelebihannya 6. Guru meminta peserta didik untuk mengamati sumber bahan makanan dan kasustersebut	200
	<p><b>Menanya</b></p> Dengan pengamatan gambar peserta didik diarahkan untuk membuat pertanyaan tentang sumber bahan makanan dan dampak kelebihan serta kekurangan vitamin tersebut	
	<p><b>Menjelaskan</b></p> Guru menjelaskan materi pembelajaran tentang vitamin dan membahas hasil tanya jawab	30
	<p><b>Mengasosiasi</b></p> 9. Guru membentuk kelompok, masing masing kelompok terdiri dari 4 siswa 10. Guru menyiapkan gambar gambar patofisiologi penyakit 11. Siswa ditugaskan untuk mengurutkan gambar tersebut 12. Kelompok yang berhasil akan mendapatkan <i>rewards</i>	
Kegiatan Penutup	19. Guru memberi penegasan hasil diskusi dan mengevaluasi jalannya diskusi. 20. Peserta didik bersama guru menyimpulkan pembelajaran. 21. Peserta didik mendapatkan penilaian kegiatan pembelajaran yang telah dilakukan 22. Guru memberikan apresiasi terhadap peserta didik 23. Guru memberi informasi untuk pertemuan yang akan datang. 24. Guru memberikan tugas untuk materi berikutnya dan berdoa	20

Pertemuan Kedua		
Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu
Pendahuluan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Peserta didik dipimpin oleh guru, berdoa bersama</li> <li>2. Memeriksa kebersihan kelas</li> <li>3. Memeriksa kehadiran siswa</li> <li>4. Guru melakukan peninjauan kesiapan peserta didik dengan apersepsi yaitu mengajukan pertanyaan tentang bahan pelajaran yang sudah dipelajari sebelumnya dan motivasi yang berkaitan dengan mata pelajaran yang akan diberikan</li> <li>5. Menjelaskan tujuan pembelajaran atau kompetensi dasar yang akan dicapai</li> <li>6. Menyampaikan cakupan materi dan penjelasan uraian kegiatan sesuai silabus</li> </ol>	10
Kegiatan Inti	<p><b>Mengamati</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Guru mengajak siswa untuk mengamati gambar tentang sumber vitamin E dan K, serta kasus kekurangan dan kelebihannya</li> <li>2. Guru meminta peserta didik untuk mengamati sumber bahan makanan dan kasustersebut</li> </ol> <p><b>Menanya</b></p> <p>Dengan pengamatan gambar peserta didik diarahkan untuk membuat pertanyaan tentang sumber bahan makanan dan dampak kelebihan serta kekurangan vitamin tersebut</p> <p><b>Menjelaskan</b></p> <p>Guru menjelaskan materi pembelajaran tentang vitamin dan membahas hasil tanya jawab</p> <p><b>Mengasosiasi</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Guru membentuk kelompok, masing masing kelompok terdiri dari 4 siswa</li> <li>2. Setiap kelompok diberikan kertas, kemudian dituliskan pertanyaan berkaitan dengan materi</li> <li>3. Kertas kemudian dibentuk menjadi bola salju dan dilemparkan ke kelompok yang berbeda.</li> <li>4. Setiap kelompok akan menjawab pertanyaan dan memaparkan di depan kelas pertanyaan tersebut</li> </ol>	200
Kegiatan Penutup	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Guru memberi penegasan hasil diskusi dan mengevaluasi jalannya diskusi.</li> <li>2. Peserta didik bersama guru menyimpulkan pembelajaran.</li> <li>3. Peserta didik mendapatkan penilaian kegiatan pembelajaran yang telah dilakukan</li> <li>4. Guru memberikan apresiasi terhadap peserta didik</li> <li>5. Guru memberi informasi untuk pertemuan yang akan datang.</li> <li>6. Guru memberikan tugas untuk materi berikutnya dan berdoa</li> </ol>	15
Pertemuan Ketiga		
Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi

		Waktu
Pendahuluan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Peserta didik dipimpin oleh guru, berdoa bersama</li> <li>2. Memeriksa kebersihan kelas</li> <li>3. Memeriksa kehadiran siswa</li> <li>4. Guru melakukan peninjauan kesiapan peserta didik dengan apersepsi yaitu mengajukan pertanyaan tentang bahan pelajaran yang sudah dipelajari sebelumnya dan motivasi yang berkaitan dengan mata pelajaran yang akan diberikan</li> <li>5. Menjelaskan tujuan pembelajaran atau kompetensi dasar yang akan dicapai</li> <li>6. Menyampaikan cakupan materi dan penjelasan uraian kegiatan sesuai silabus</li> </ol>	10
Kegiatan Inti	<p><b>Mengamati</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Guru mengajak siswa untuk mengamati gambar tentang sumber vitamin B dan C, serta kasus kekurangan dan kelebihannya</li> <li>2. Guru meminta peserta didik untuk mengamati sumber bahan makanan dan kasustersebut</li> </ol> <p><b>Menanya</b> Dengan pengamatan gambar peserta didik diarahkan untuk membuat pertanyaan tentang sumber bahan makanan dan dampak kelebihan serta kekurangan vitamin tersebut</p> <p><b>Menjelaskan</b> Guru menjelaskan materi pembelajaran tentang vitamin dan membahas hasil tanya jawab</p> <p><b>Mengasosiasi</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Guru membentuk kelompok, masing masing kelompok terdiri dari 4 siswa</li> <li>2. Setiap kelompok diberikan kertas, kemudian dituliskan pertanyaan berkaitan dengan materi</li> <li>3. Kertas kemudian dibentuk menjadi bola salju dan d lemparkan k kelompok yang berbeda.</li> <li>4. Setiap kelompok akan menjawab pertanyaan dan memaparkan di depan kelas pertanyaan tersebut</li> </ol>	200
Kegiatan Penutup	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Guru memberi penegasan hasil diskusi dan mengevaluasi jalannya diskusi.</li> <li>2. Peserta didik bersama guru menyimpulkan pembelajaran.</li> <li>3. Peserta didik mendapatkan penilaian kegiatan pembelajaran yang telah dilakukan</li> <li>4. Guru memberikan apresiasi terhadap peserta didik</li> <li>5. Guru memberi informasi untuk pertemuan yang akan datang.</li> <li>6. Guru memberikan tugas untuk materi berikutnya dan berdoa</li> </ol>	15

#### AA. Penilaian Proses dan Hasil Belajar

5. Jenis/Teknik Penilaian
  - a. Penilaian Pengetahuan : Tes Formatif
  - b. Penilaian Keterampilan : Diskusi/Game/Presentasi



- c. Penilaian Sikap : Observasi
- 6. Bentuk Instrumen
- c. Bentuk Instrumen : Tes Pilihan Ganda

Yogyakarta,  
September 2017  
Mahasiswa PLT

Mengetahui,  
UNY  
Guru Pembimbing

Fauzan Budiyanto, S.Pd  
NIP. 19590225 199103 1 004  
16511247007

Riza Luthfinia  
NIM.

# RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP)

No.04

Nama Sekolah : SMK Negeri 4 Yogyakarta  
Program Keahlian : Tata Boga  
Mata Pelajaran : ILMU GIZI  
Kelas / Semester : X / Ganjil  
Materi Pokok : ZAT GIZI SUMBER ZAT PENGATUR  
(MINERAL)  
Pertemuan : 2 x pertemuan  
Alokasi Waktu : 2 x (3 x @ 45 menit )

## BB. Kompetensi Inti

- KI 3 Memahami, menerapkan dan menganalisis pengetahuan factual, konseptual dan prosedural berdasarkan 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, menyaji dan menalar dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, dan mampu melaksanakan tugas spesifik di bawah pengawasan langsung.

## CC. Kompetensi Dasar

- 3.4 Mendeskripsikan zat gizi sumber pengatur <sup>34</sup> (mineral) yang diperlukan tubuh.
- 4.4 Mengevaluasi kasus kekurangan zat gizi sumber mineral berdasarkan data

## DD. Indikator Pencapaian Kompetensi

- 3.4.1 Menjelaskan pengertian zat gizi sumber zat pengatur
- 3.4.2 Mendeskripsikan fungsi zat gizi sumber pengatur
- 3.4.3 Menentukan komponen pembentuk zat gizi sumber zat pengatur
- 3.4.4 Menentukan sumber bahan makanan zat pengatur
- 3.4.5 Menganalisis peran zat gizi sumber pengatur dalam metabolisme tubuh
- 4.3.6 Menentukan kecukupan zat gizi penghasil sumber pengatur
- 4.3.7 Menentukan kecukupan zat gizi penghasil sumber pengatur
- 4.3.8 Mengidentifikasi efek kekurangan dan kelebihan zat gizi penghasil sumber pengatur

- 4.3.9 Menganalisis kasus kekurangan dan kelebihan zat gizi penghasil sumber zat pengatur

**EE. Tujuan Pembelajaran**

Menampilkan hasil evaluasi kasus kekurangan dan kelebihan zat gizi sumber pengatur Tujuan Pembelajaran

Setelah melakukan pengamatan gambar dan kegiatan diskusi kelompok peserta didik diharapkan:

6. Menjelaskan pengertian mineral
7. Mendeskripsikan fungsi mineral
8. Menganalisis jenis jenis mineral
9. Menentukan sumber bahan makanan mineral

Setelah menghadapi kasus peserta didik diharapkan :

5. Menentukan kecukupan zat gizi mineral
6. Mengidentifikasi efek kekurangan dan kelebihan zat gizi mineral
7. Menganalisis kasus kekurangan dan kelebihan zat gizi mineral
8. Menampilkan hasil evaluasi kasus kekurangan dan kelebihan mineral

**FF. Materi Pembelajaran**

6. Pengertian mineral
7. Fungsi mineral
8. Jenis-jenis mineral
9. Sumber bahan makanan zat pengatur (mineral)
10. Efek kelebihan dan kekurangan mineral
11. Angka kecukupan mineral

**GG. Metode Pembelajaran**

10. Pendekatan : Saintifik
11. Model Pembelajaran : CL (*Cooperative Learning*)<sup>35</sup>
12. Metode Pembelajaran : *Snowball*

**HH. Media, Alat dan Sumber Pembelajaran**

10. Media : Power Point, Buku, internet.
11. Alat/Bahan : Laptop, LCD Proyektor
12. Sumber Belajar:
  - f. Ir. Septi Nugraini, M.M. 2013. Ilmu Gizi Jilid 1. Direktorat Pembinaan Sekolah Menengah Kejuruan. Direktorat Jenderal Manajemen Pendidikan Dasar dan Menengah.
  - g. Budiningsih A, Wahdatulaili K, Kusumaningtyas W.2015. Ilmu Gizi. Bogor:Yudhistira

**II. Langkah-langkah Pembelajaran**

PERTEMUAN PERTAMA		
Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu

Pendahuluan	<p>19. Peserta didik dipimpin oleh guru, berdoa bersama</p> <p>20. Memeriksa kebersihan kelas</p> <p>21. Memeriksa kehadiran siswa</p> <p>22. Guru melakukan peninjauan kesiapan peserta didik dengan aperepsi yaitu mengajukan pertanyaan tentang bahan pelajaran yang sudah dipelajari sebelumnya dan motivasi yang berkaitan dengan mata pelajaran yang akan diberikan</p> <p>23. Menjelaskan tujuan pembelajaran atau kompetensi dasar yang akan dicapai</p> <p>24. Menyampaikan cakupan materi dan penjelasan uraian kegiatan sesuai silabus</p>	10
Kegiatan Inti	<p><b>Mengamati</b></p> <p>7. Guru mengajak siswa untuk mengamati gambar tentang sumber mineral makro, serta kasus kekurangan dan kelebihannya</p> <p>8. Guru meminta peserta didik untuk mengamati sumber bahan makanan dan kasustersebut</p> <p><b>Menanya</b></p> <p>Dengan pengamatan gambar peserta didik diarahkan untuk membuat pertanyaan tentang sumber bahan makanan dan dampak kelebihan serta kekurangan mineral tersebut</p> <p><b>Menjelaskan</b></p> <p>Guru menjelaskan materi pembelajaran tentang mienral makro dan membahas hasil tanya jawab</p> <p><b>Mengasosiasi</b></p> <p>13. Guru membentuk kelompok, masing masing kelompok terdiri dari 4 siswa</p> <p>14. Setiap kelompok diberikan kertas, kemudian dituliskan pertanyaan berkaitan dengan materi</p> <p>15. Kertas kemudian dibentuk menjadi bola salju dan d lemparkan k kelompok yang berbeda.</p> <p>16. Setiap kelompok akan menjawab pertanyaan dan memaparkan di depan kelas pertanyaan tersebut</p>	200
Kegiatan Penutup	<p>25. Guru memberi penegasan hasil diskusi dan mengevaluasi jalannya diskusi.</p> <p>26. Peserta didik bersama guru menyimpulkan pembelajaran.</p> <p>27. Peserta didik mendapatkan penilaian kegiatan pembelajaran yang telah dilakukan</p> <p>28. Guru memberikan apresiasi terhadap peserta didik</p> <p>29. Guru memberi informasi untuk pertemuan yang akan datang.</p> <p>30. Guru memberikan tugas untuk materi berikutnya dan berdoa</p>	20
Pertemuan Kedua		
Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Alokasi Waktu

Pendahuluan	<ol style="list-style-type: none"> <li>7. Peserta didik dipimpin oleh guru, berdoa bersama</li> <li>8. Memeriksa kebersihan kelas</li> <li>9. Memeriksa kehadiran siswa</li> <li>10. Guru melakukan peninjauan kesiapan peserta didik dengan aperepsi yaitu mengajukan pertanyaan tentang bahan pelajaran yang sudah dipelajari sebelumnya dan motivasi yang berkaitan dengan mata pelajaran yang akan diberikan</li> <li>11. Menjelaskan tujuan pembelajaran atau kompetensi dasar yang akan dicapai</li> <li>12. Menyampaikan cakupan materi dan penjelasan uraian kegiatan sesuai silabus</li> </ol>	10
Kegiatan Inti	<p><b>Mengamati</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>3. Guru mengajak siswa untuk mengamati gambar tentang sumber mineral mikro, serta kasus kekurangan dan kelebihannya</li> <li>4. Guru meminta peserta didik untuk mengamati sumber bahan makanan dan kasus tersebut</li> </ol> <p><b>Menanya</b></p> <p>Dengan pengamatan gambar peserta didik diarahkan untuk membuat pertanyaan tentang sumber bahan makanan dan dampak kelebihan serta kekurangan mineral tersebut</p> <p><b>Menjelaskan</b></p> <p>Guru menjelaskan materi pembelajaran tentang mineral mikro dan membahas hasil tanya jawab</p> <p><b>Mengasosiasi</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>5. Guru membentuk kelompok, masing masing kelompok terdiri dari 4 siswa</li> <li>6. Setiap kelompok diberikan kertas, kemudian dituliskan pertanyaan berkaitan dengan materi</li> <li>7. Kertas kemudian dibentuk menjadi bola salju dan d lemparkan k kelompok yang berbeda.</li> <li>8. Setiap kelompok akan menjawab pertanyaan dan memaparkan di depan kelas pertanyaan tersebut</li> </ol>	200
Kegiatan Penutup	<ol style="list-style-type: none"> <li>7. Guru memberi penegasan hasil diskusi dan mengevaluasi jalannya diskusi.</li> <li>8. Peserta didik bersama guru menyimpulkan pembelajaran.</li> <li>9. Peserta didik mendapatkan penilaian kegiatan pembelajaran yang telah dilakukan</li> <li>10. Guru memberikan apresiasi terhadap peserta didik</li> <li>11. Guru memberi informasi untuk pertemuan yang akan datang.</li> <li>12. Guru memberikan tugas untuk materi berikutnya dan berdoa</li> </ol>	15

## JJ. Penilaian Proses dan Hasil Belajar

7. Jenis/Teknik Penilaian
  - a. Penilaian Pengetahuan : Tes Formatif
  - b. Penilaian Keterampilan : Diskusi/Game/Presentasi
  - c. Penilaian Sikap : Observasi

8. Bentuk Instrumen  
d. Bentuk Instrumen

: Tes Pilihan Ganda

Yogyakarta, September 2017

Mengetahui,  
UNY  
Guru Pembimbing

Mahasiswa PLT

Fauzan Budiyanto, S.Pd  
NIP. 19590225 199103 1 004  
16511247007

Riza Luthfinia  
NIM.

Lampiran 3 Instrumen Penelitian

**ANGKET KELAYAKAN VIDEO UNTUK SISWA  
PENGEMBANGAN MEDIA PEMBELAJARAN AUDIO VISUAL ILMU  
GIZI  
PADA SISWA SMKN 4 YOGYAKARTA**

Petunjuk:

1. Berilah tanda centang ( ✓ ) pada kolom jawaban yang tersedia pada angket berikut ini.
2. Tujuan penelitian adalah:
  - a. Untuk mengetahui dampak penggunaan media audio visual pada pembelajaran Ilmu Gizi,
  - b. Sebagai bahan pertimbangan dalam memperbaiki rancangan kegiatan proses belajar-mengajar Ilmu Gizi.
3. Pemilihan skala penilaian:
  - a. Kolom skor 5 jika sangat setuju
  - b. Kolom skor 4 jika setuju
  - c. Kolom skor 3 jika cukup setuju
  - d. Kolom skor 2 jika tidak setuju
  - e. Kolom skor 1 jika sangat tidak setuju

No	Aspek	Indikator	Skala Penilaian				
			1	2	3	4	5
1	Bagaimana tanggapan saudara terkait materi video Ilmu Gizi	a. Materi dalam video Ilmu Gizi disajikan sangat jelas					
		b. Materi dalam video Ilmu Gizi sangat mudah untuk dipahami					
2	Bagaimana penilaian saudara mengenai bahasa dan gambar, yang meliputi	a. Materi yang disajikan menggunakan bahasa yang sangat jelas					
		b. Materi yang disajikan menggunakan bahasa yang sangat mudah dipahami					
		c. Media gambar yang disajikan sangat mendukung materi					
		d. Media gambar yang disajikan lengkap dan sesuai					
3	Bagaimana penilaian saudara terhadap penyajian Video Ilmu Gizi, dalam hal	a. Materi yang disajikan menimbulkan suasana yang menyenangkan					
		b. Materi yang disajikan menuntun untuk bisa berfikir kritis					
		c. Materi yang disajikan menuntun siswa untuk belajar mandiri					





**SURAT PERNYATAAN VALIDASI  
INSTRUMEN PENELITIAN TUGAS AKHIR SKRIPSI**

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Dr. Mutiara Nugraheni,STP.,M.Si

NIP : 19770131 200212 2 001

Jurusan : Dosen Jurusan Pendidikan Teknik Boga

Menyatakan bahwa instrumen penelitian TAS atas nama mahasiswa:

Nama : Riza Luthfinia

NIM : 16511247007

Program Studi : Pendidikan Teknik Boga

Judul TAS : Pengembangan Media Pembelajaran Audio  
Visual Untuk Meningkatkan Pemahaman Mata  
Pelajaran Ilmu Gizi di SMK Negeri 4 Yogyakarta

Setelah dilakukan kajian atas instrument penelitian TAS tersebut dapat  
dinyatakan:

Layak digunakan untuk penelitian

Layak digunakan dengan perbaikan

Layak digunakan untuk penelitian yang  
bersangkutan dengan saran/perbaikan sebagaimana  
terlampir

Demikian agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, Maret 2018

Ahli Materi



(Dr. Mutiara Nugraheni,STP.,M.Si)

NIP. 19770131 200212 2 001

**HASIL VALIDASI INSTRUMEN PENELITIAN TUGAS AKHIR SKRIPSI**

Nama : Riza Luthfinia

NIM : 16511247007

Program Studi : Pendidikan Teknik Boga

Judul TAS : Pengembangan Media Audio Visual Untuk Meningkatkan Pemahaman Mata Pelajaran Ilmu Gizi Di SMK Negeri 4 Yogyakarta

No.	Saran/Tanggapan
	Mohon ditambahkan & lengkapi mind mapping nya.
	Komentar umum/ lain-lain

Yogyakarta, 2018  
Validator,



Dr. Mutiara Nugraheni, STP., M.Si  
NIP. 19770131 200212 2 001

**SURAT PERNYATAAN VALIDASI  
INSTRUMEN PENELITIAN TUGAS AKHIR SKRIPSI**

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Dr. Mutiara Nugraheni,STP.,M.Si

NIP : 19770131 200212 2 001

Jurusan : Dosen Jurusan Pendidikan Teknik Boga

Menyatakan bahwa instrumen penelitian TAS atas nama mahasiswa:

Nama : Riza Luthfinia

NIM : 16511247007

Program Studi : Pendidikan Teknik Boga

Judul TAS : Pengembangan Media Pembelajaran Audio  
Visual Untuk Meningkatkan Pemahaman Mata  
Pelajaran Ilmu Gizi di SMK Negeri 4 Yogyakarta

Setelah dilakukan kajian atas instrument penelitian TAS terseut dapat

dinyatakan:

Layak digunakan untuk penelitian

Layak digunakan dengan perbaikan

Layak digunakan untuk penelitian yang  
bersangkutan dengan saran/perbaikan sebagaimana  
terlampir

Demikian agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, Maret 2018

Ahli Materi



(Dr. Mutiara Nugraheni,STP.,M.Si)

NIP. 19770131 200212 2 001

## HASIL VALIDASI INSTRUMEN PENELITIAN TUGAS AKHIR SKRIPSI

Nama : Riza Luthfinia

NIM : 16511247007

Program Studi : Pendidikan Teknik Boga

Judul TAS : Pengembangan Media Audio Visual Untuk Meningkatkan Pemahaman Mata Pelajaran Ilmu Gizi Di SMK Negeri 4 Yogyakarta

No.	Saran/Tanggapan
	Mohon ditambahkan & dilengkapi mind mappingnya.
	Komentar umum/ lain-lain

Yogyakarta,

2018

Validator,



Dr. Mutiara Nugraheni, STP., M.Si  
NIP. 19770131 200212 2 001

Hal : Permohonan Validasi Instrumen TAS  
Lampiran : 1 Bendel

Kepada Yth,  
Ibu Wika Rinawati, S.Pd, M.Pd  
Dosen Jurusan Pendidikan Teknik Boga  
Di Fakultas Teknik UNY

Sehubungan dengan rencana pelaksanaan Tugas Akhir Skripsi (TAS), dengan ini saya:

Nama : Riza Luthfinia  
NIM : 16511247007  
Program Studi : Pendidikan Teknik Boga  
Judul TAS : Pengembangan Media Pembelajaran Audio Visual Untuk Meningkatkan Pemahaman Mata Pelajaran Ilmu Gizi di SMK Negeri 4 Yogyakarta

Dengan hormat mohon Bapak/Ibu berkenan memberikan validasi terhadap instrumen penelitian TAS yang telah saya susun. Sebagai bahan pertimbangan, bersama ini saya lampirkan: (1) proposal TAS, (2) kisi-kisi instrumen penelitian TAS, dan (3) draf instrumen penelitian TAS.

Demikian permohonan saya, atas bantuan dan perhatian Bapak/Ibu diucapkan terima kasih.

Yogyakarta, Maret 2018

Pemohon



Riza Luthfinia  
NIM 16511247007

**ANGKET KELAYAKAN VIDEO UNTUK AHLI MEDIA  
PENGEMBANGAN MEDIA AUDIO VISUAL ILMU GIZI  
PADA SISWA SMKN 4 YOGYAKARTA**

Mata pelajaran : Ilmu Gizi  
Aspek : Ilmu Gizi  
Materi : Zat Gizi

**Kompetensi Inti :**

- K3 : Memahami, menerapkan dan menganalisis pengetahuan factual, konseptual dan prosedural berdasarkan rasa inginnya 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
- K4 : Mengolah, menyaji dan menalar dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, dan mampu melaksanakan tugas spesifik di bawah pengawasan langsung

**Kompetensi Dasar :**

- 3.1 Mendeskripsikan zat gizi sumber tenaga/energi (karbohidrat dan lemak ) yang diperlukan tubuh
- 3.2 Mendeskripsikan zat gizi sumber zat pembangun (protein) yang diperlukan tubuh
- 3.3 Mendeskripsikan zat gizi sumber pengatur (vitamin) yang diperlukan tubuh
- 3.4 Mendeskripsikan zat gizi sumber pengatur (mineral ) yang diperlukan tubuh

No	Aspek	Indikator	Skala Penilaian				
			1	2	3	4	5
1	<b>Fungsi dan Manfaat</b>	1. Mempermudah proses pembelajaran			✓		
		2. Mempermudah siswa dalam belajar			✓		
		3. Menambah daya tarik			✓		
		4. Memperlancar pemahaman informasi yang disajikan			✓		
		5. Memperjelas penyampaian materi			✓		
		6. Mempermudah proses pembelajaran			✓		

2.	Tampilan	1. Kesesuaian pemilihan screen		✓		
		2. Kemenarikan screen			✓	
		3. kesesuai				
		4. Kesesuaian pemilihan screen		✓		
		5. Kesesuaian pemilihan jenis huruf		✓		
		6. Kesesuaian pemilihan ukuran huruf		✓		
		7. Tata letak teks		✓		
		8. Kejelasan screen		✓		
		9. Kesesuaian sajian gambar		✓		
		10. Kemenarikan sajian gambar		✓		
		11. Tata leatk gambar		✓		
		12. Kejelasan video			✓	
		13. Kejelasan narasi video			✓	
		14. Kemenarikan sajian video		✓		
		15. Kejelasan musik atau suara pengantar		✓		
		16. Kesesuaian pemilihan musik atau suara pengantar		✓		

**Komentator Umum Dan Saran Perbaikan**

Dibuat menjadi web saja

.....

.....

.....

.....

.....

**Kesimpulan**

Video Ilmu Gizi ini dinyatakan :

- Layak digunakan tanpa revisi
- Layak digunakan dengan revisi sesuai saran
- Tidak layak digunakan



**SURAT PERNYATAAN VALIDASI  
INSTRUMEN PENELITIAN TUGAS AKHIR SKRIPSI**

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Wika Rinawati,S.Pd, M.Pd  
NIP : 19760424 200112 2 002  
Jurusan : Dosen Jurusan Pendidikan Teknik Boga  
Menyatakan bahwa instrumen penelitian TAS atas nama mahasiswa:  
Nama : Riza Luthfinia  
NIM : 16511247007  
Program Studi : Pendidikan Teknik Boga  
Judul TAS : Pengembangan Media Pembelajaran Audio  
Visual Untuk Meningkatkan Pemahaman Mata  
Pelajaran Ilmu Gizi di SMK Negeri 4 Yogyakarta

Setelah dilakukan kajian atas instrument penelitian TAS tersebut dapat  
dinyatakan:

- Layak digunakan untuk penelitian
- Layak digunakan dengan perbaikan
- Layak digunakan untuk penelitian yang  
bersangkutan dengan saran/perbaikan sebagaimana  
terlampir

Demikian agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, Maret 2018  
Ahli Media



(Wika Rinawati,S.Pd, M.Pd)  
NIP. 19760424 200112 2 002



**HASIL VALIDASI INSTRUMEN PENELITIAN TUGAS AKHIR SKRIPSI**

Nama : Riza Luthfinia

NIM : 16511247007

Program Studi : Pendidikan Teknik Boga

Judul TAS : Pengembangan Media Audio Visual Untuk Meningkatkan  
Pemahaman Mata Pelajaran Ilmu Gizi Di SMK Negeri 4 Yogyakarta

No.	Saran/Tanggapan
	Komentar umum/ lain-lain

Yogyakarta,

2018

Validator,



Wika Rinawati, S.Pd, M.Pd  
NIP. 19760424 200112 2 002

**ANGKET KELAYAKAN VIDEO UNTUK AHLI MEDIA  
PENGEMBANGAN MEDIA AUDIO VISUAL ILMU GIZI  
PADA SISWA SMKN 4 YOGYAKARTA**

Mata pelajaran : Ilmu Gizi  
Aspek : Ilmu Gizi  
Materi : Zat Gizi

**Kompetensi Inti :**

- K3 : Memahami, menerapkan dan menganalisis pengetahuan factual, konseptual dan prosedural berdasarkan rasa ingintahunya 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
- K4 : Mengolah, menyaji dan menalar dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, dan mampu melaksanakan tugas spesifik di bawah pengawasan langsung

**Kompetensi Dasar :**

- 3.1 Mendeskripsikan zat gizi sumber tenaga/energi (karbohidrat dan lemak ) yang diperlukan tubuh
- 3.2 Mendeskripsikan zat gizi sumber zat pembangun (protein) yang diperlukan tubuh
- 3.3 Mendeskripsikan zat gizi sumber pengatur (vitamin) yang diperlukan tubuh
- 3.4 Mendeskripsikan zat gizi sumber pengatur (mineral ) yang diperlukan tubuh

No	Aspek	Indikator	Skala Penilaian				
			1	2	3	4	5
1	<b>Fungsi dan Manfaat</b>	1. Mempermudah proses pembelajaran			✓		
		2. Mempermudah siswa dalam belajar			✓		
		3. Menambah daya tarik			✓		
		4. Memperlancar pemahaman informasi yang disajikan			✓		
		5. Memperjelas penyampaian materi			✓		
		6. Mempermudah proses pembelajaran				✓	

2.	Tampilan	1. Kesesuaian pemilihan screen				✓	
		2. Kemenarikan screen				✓	
		3. kesesuai				✓	
		4. Kesesuaian pemilihan screen				✓	
		5. Kesesuaian pemilihan jenis huruf				✓	
		6. Kesesuaian pemilihan ukuran huruf				✓	
		7. Tata letak teks				✓	
		8. Kejelasan screen				✓	
		9. Kesesuaian sajian gambar				✓	
		10. Kemenarikan sajian gambar				✓	
		11. Tata leatk gambar				✓	
		12. Kejelasan video				✓	
		13. Kejelasan narasi video				✓	
		14. Kemenarikan sajian video				✓	
		15. Kejelasan musik atau suara pengantar				✓	
		16. Kesesuaian pemilihan musik atau suara pengantar				✓	

**Komentator Umum Dan Saran Perbaikan**

- ditambah logo  
- lagu dibuat berbeda

.....

.....

.....

.....

.....

**Kesimpulan**

Video Ilmu Gizi ini dinyatakan :

- Layak digunakan tanpa revisi
- Layak digunakan dengan revisi sesuai saran
- Tidak layak digunakan

**SURAT PERNYATAAN VALIDASI  
INSTRUMEN PENELITIAN TUGAS AKHIR SKRIPSI**

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Wika Rinawati,S.Pd, M.Pd

NIP : 19760424 200112 2 002

Jurusan : Dosen Jurusan Pendidikan Teknik Boga

Menyatakan bahwa instrumen penelitian TAS atas nama mahasiswa:

Nama : Riza Luthfinia

NIM : 16511247007

Program Studi : Pendidikan Teknik Boga

Judul TAS : Pengembangan Media Pembelajaran Audio  
Visual Untuk Meningkatkan Pemahaman Mata  
Pelajaran Ilmu Gizi di SMK Negeri 4 Yogyakarta

Setelah dilakukan kajian atas instrument penelitian TAS terseut dapat  
dinyatakan:

- Layak digunakan untuk penelitian
- Layak digunakan dengan perbaikan
- Layak digunakan untuk penelitian yang  
bersangkutan dengan saran/perbaikan sebagaimana  
terlampir

Demikian agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, Maret 2018  
Ahli Media



(Wika Rinawati,S.Pd, M.Pd)  
NIP. 19760424 200112 2 002

**HASIL VALIDASI INSTRUMEN PENELITIAN TUGAS AKHIR SKRIPSI**

Nama : Riza Luthfinia

NIM : 16511247007

Program Studi : Pendidikan Teknik Boga

Judul TAS : Pengembangan Media Audio Visual Untuk Meningkatkan  
Pemahaman Mata Pelajaran Ilmu Gizi Di SMK Negeri 4 Yogyakarta

No.	Saran/Tanggapan
	Komentar umum/ lain-lain

Yogyakarta,

2018

Validator,



Wika Rinawati, S.Pd, M.Pd  
NIP. 19760424 200112 2 002

**ANGKET KELAYAKAN VIDEO UNTUK AHLI MEDIA  
PENGEMBANGAN MEDIA AUDIO VISUAL ILMU GIZI  
PADA SISWA SMKN 4 YOGYAKARTA**

Mata pelajaran : Ilmu Gizi  
Aspek : Ilmu Gizi  
Materi : Zat Gizi

**Kompetensi Inti :**

- K3** : Memahami, menerapkan dan menganalisis pengetahuan factual, konseptual dan prosedural berdasarkan rasa ingi 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
- K4** : Mengolah, menyaji dan menalar dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, dan mampu melaksanakan tugas spesifik di bawah pengawasan langsung

**Kompetensi Dasar :**

- 3.1 Mendeskripsikan zat gizi sumber tenaga/energi (karbohidrat dan lemak ) yang diperlukan tubuh  
3.2 Mendeskripsikan zat gizi sumber zat pembangun (protein) yang diperlukan tubuh  
3.3 Mendeskripsikan zat gizi sumber pengatur (vitamin) yang diperlukan tubuh  
3.4 Mendeskripsikan zat gizi sumber pengatur (mineral ) yang diperlukan tubuh

No	Aspek	Indikator	Skala Penilaian				
			1	2	3	4	5
1	<b>Fungsi dan Manfaat</b>	1. Mempermudah proses pembelajaran					✓
		2. Mempermudah siswa dalam belajar				✓	
		3. Menambah daya tarik				✓	
		4. Memperlancar pemahaman informasi yang disajikan					✓
		5. Memperjelas penyampaian materi					✓
		6. Mempermudah proses pembelajaran				✓	



2.	Tampilan	1. Kesesuaian pemilihan screen					✓
		2. Kemenarikan screen					✓
		3. kesesuai					
		4. Kesesuaian pemilihan screen					✓
		5. Kesesuaian pemilihan jenis huruf					✓
		6. Kesesuaian pemilihan ukuran huruf					✓
		7. Tata letak teks					✓
		8. Kejelasan screen					✓
		9. Kesesuaian sajian gambar					✓
		10. Kemenarikan sajian gambar					✓
		11. Tata leatk gambar					✓
		12. Kejelasan video					✓
		13. Kejelasan narasi video					✓
		14. Kemenarikan sajian video					✓
		15. Kejelasan musik atau suara pengantar					✓
		16. Kesesuaian pemilihan musik atau suara pengantar					✓

**Komentator Umum Dan Saran Perbaikan**

.....

.....

.....

.....

.....

.....

**Kesimpulan**

Video Ilmu Gizi ini dinyatakan :

- Layak digunakan tanpa revisi
- Layak digunakan denagn revisi sesuai saran
- Tidak layak digunakan

**SURAT PERNYATAAN VALIDASI  
INSTRUMEN PENELITIAN TUGAS AKHIR SKRIPSI**

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Wika Rinawati,S.Pd, M.Pd

NIP : 19760424 200112 2 002

Jurusan : Dosen Jurusan Pendidikan Teknik Boga

Menyatakan bahwa instrumen penelitian TAS atas nama mahasiswa:

Nama : Riza Luthfinia

NIM : 16511247007

Program Studi : Pendidikan Teknik Boga

Judul TAS : Pengembangan Media Pembelajaran Audio  
Visual Untuk Meningkatkan Pemahaman Mata  
Pelajaran Ilmu Gizi di SMK Negeri 4 Yogyakarta

Setelah dilakukan kajian atas instrument penelitian TAS tersebut dapat

dinyatakan:



Layak digunakan untuk penelitian



Layak digunakan dengan perbaikan



Layak digunakan untuk penelitian yang  
bersangkutan dengan saran/perbaikan sebagaimana  
terlampir

Demikian agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, Maret 2018

Ahli Media



(Wika Rinawati,S.Pd, M.Pd)

NIP. 19760424 200112 2 002



**HASIL VALIDASI INSTRUMEN PENELITIAN TUGAS AKHIR SKRIPSI**

Nama : Riza Luthfinia

NIM : 16511247007

Program Studi : Pendidikan Teknik Boga

Judul TAS : Pengembangan Media Audio Visual Untuk Meningkatkan  
Pemahaman Mata Pelajaran Ilmu Gizi Di SMK Negeri 4 Yogyakarta

No.	Saran/Tanggapan
	Komentar umum/ lain-lain

Yogyakarta, 2018

Validator,



Wika Rinawati, S.Pd, M.Pd  
NIP. 19760424 200112 2 002



PEMERINTAH DAERAH DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA  
**BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK**  
Jl. Jenderal Sudirman No 5 Yogyakarta – 55233  
Telepon : (0274) 551136, 551275, Fax (0274) 551137

Yogyakarta, 17 oktober 2018

Nomor : 074/10096/Kesbangpol/2018  
Perihal : Rekomendasi Penelitian

Kepada Yth. :  
Kepala Dinas Pendidikan, Pemuda,  
dan Olahraga DIY

di Yogyakarta

Memperhatikan surat :

Dari : Dekan Fakultas Teknik, Universitas Negeri Yogyakarta  
Nomor : 708/UN34.15/LT/2018  
Tanggal : 16 Oktober 2018  
Perihal : Izin Penelitian

Setelah mempelajari surat permohonan dan proposal yang diajukan, maka dapat diberikan surat rekomendasi tidak keberatan untuk melaksanakan riset/penelitian dalam rangka penyusunan Tugas Akhir Skripsi (TAS) dengan judul proposal: **"PENGEMBANGAN MEDIA PEMBELAJARAN AUDIO VISUAL UNTUK MENINGKATKAN PEMAHAMAN MATA PELAJARAN ILMU GIZI DI SMK 4 YOGYAKARTA"** kepada:

Nama : RIZA LUTHFINIA  
NIM : 16511247007  
No.HP/Identitas : 085859752299/3504165802950001  
Prodi/Jurusan : Pendidikan Teknik Boga, Pendidikan Boga dan Busana  
Fakultas/PT : Teknik, Universitas Negeri Yogyakarta  
Lokasi Penelitian : SMK Negeri 4 Yogyakarta  
Waktu Penelitian : 28 Oktober 2018 s.d 09 Desember 2018

Sehubungan dengan maksud tersebut, diharapkan agar pihak yang terkait dapat memberikan bantuan / fasilitas yang dibutuhkan.

Kepada yang bersangkutan diwajibkan:

1. Menghormati dan mentaati peraturan dan tata tertib yang berlaku di wilayah riset/penelitian;
2. Tidak dibenarkan melakukan riset/penelitian yang tidak sesuai atau tidak ada kaitannya dengan judul riset/penelitian dimaksud;
3. Menyerahkan hasil riset/penelitian kepada Badan Kesbangpol DIY selambat-lambatnya 6 bulan setelah penelitian dilaksanakan;
4. Surat rekomendasi ini dapat diperpanjang maksimal 2 (dua) kali dengan menunjukkan surat rekomendasi sebelumnya, paling lambat 7 (tujuh) hari kerja sebelum berakhirnya surat rekomendasi ini.

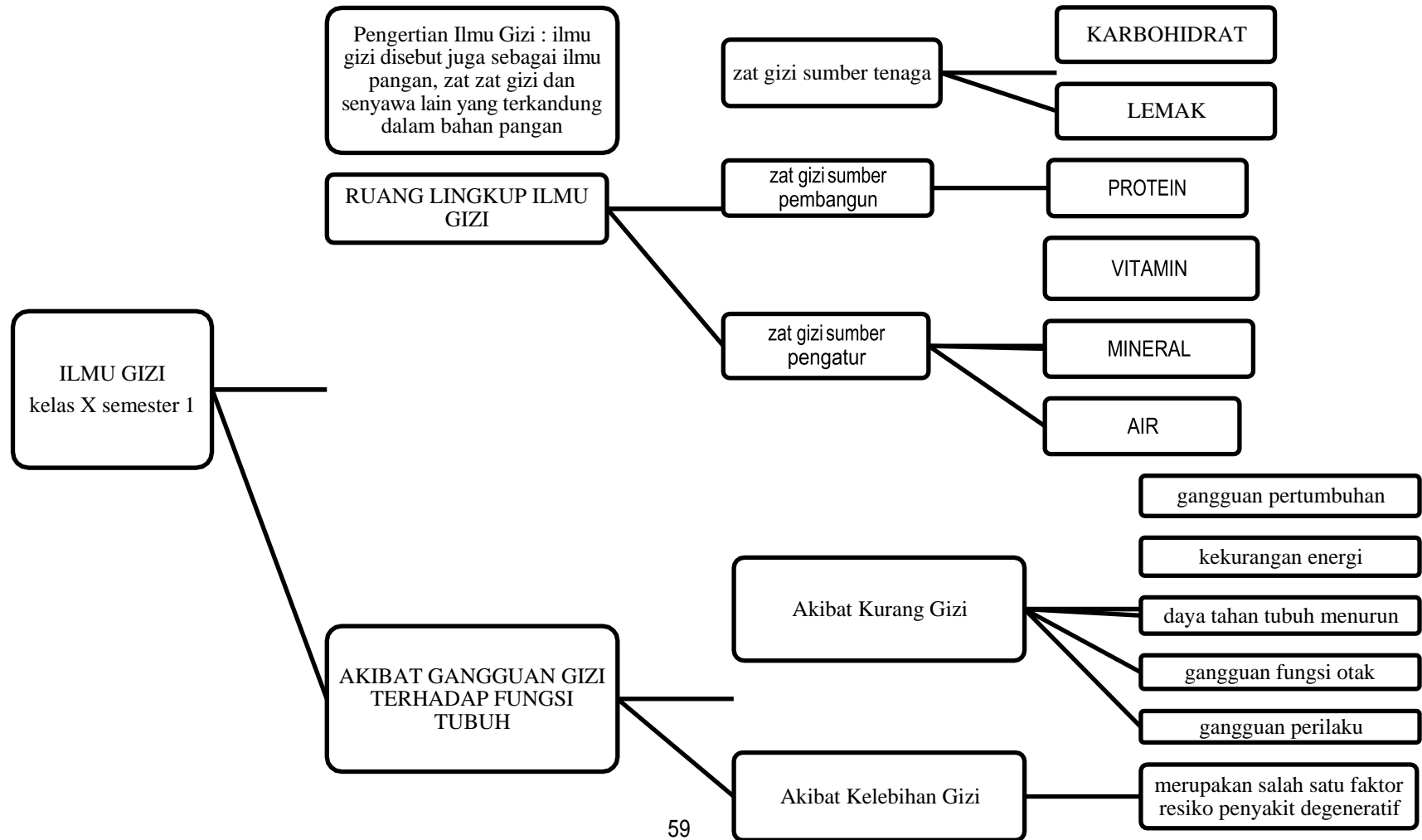
Rekomendasi Izin Riset/Penelitian ini dinyatakan tidak berlaku, apabila ternyata pemegang tidak mentaati ketentuan tersebut di atas.

Demikian untuk menjadikan maklum.

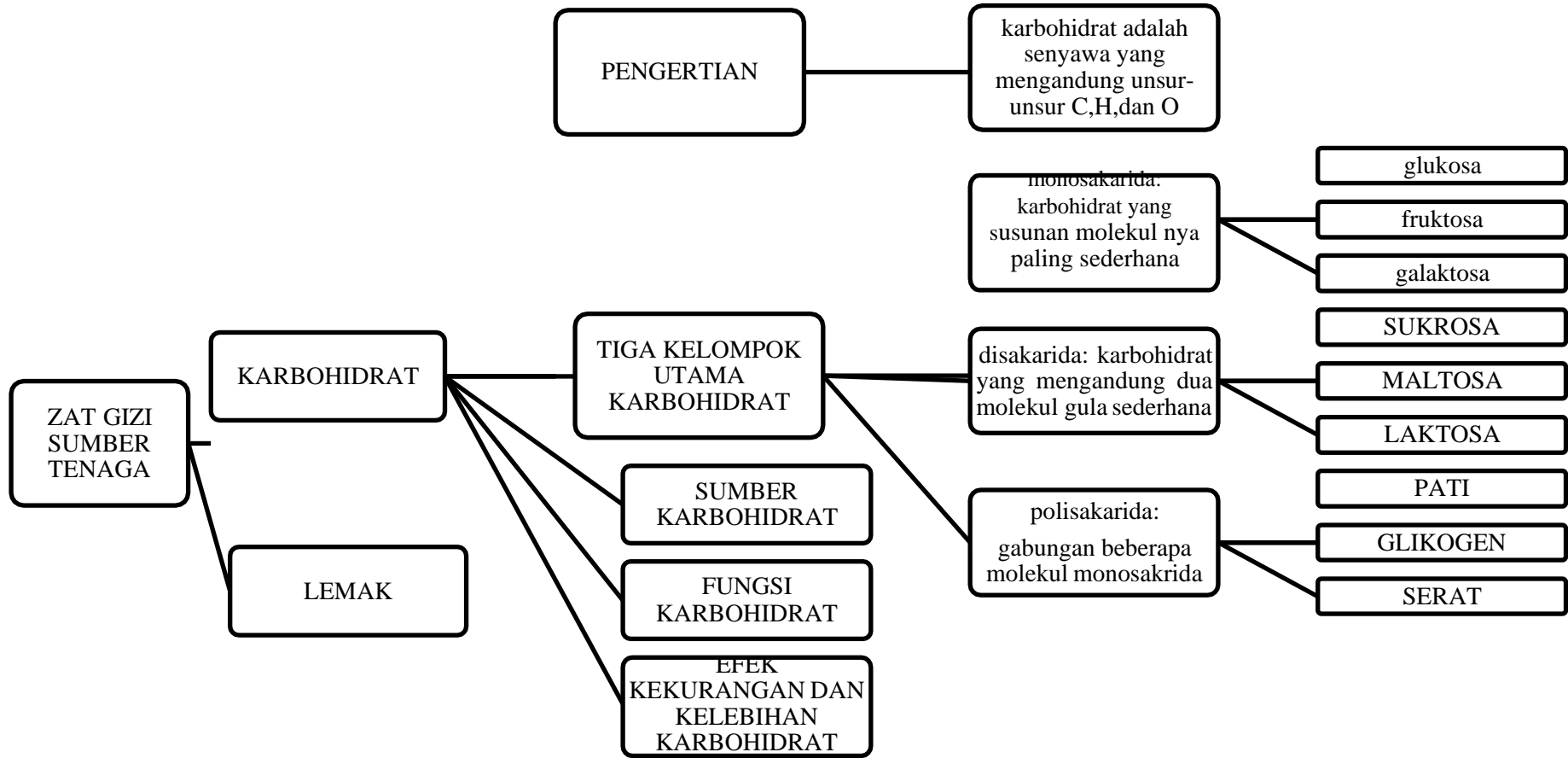


Tembusan disampaikan Kepada Yth :  
1. Gubernur DIY (sebagai laporan)

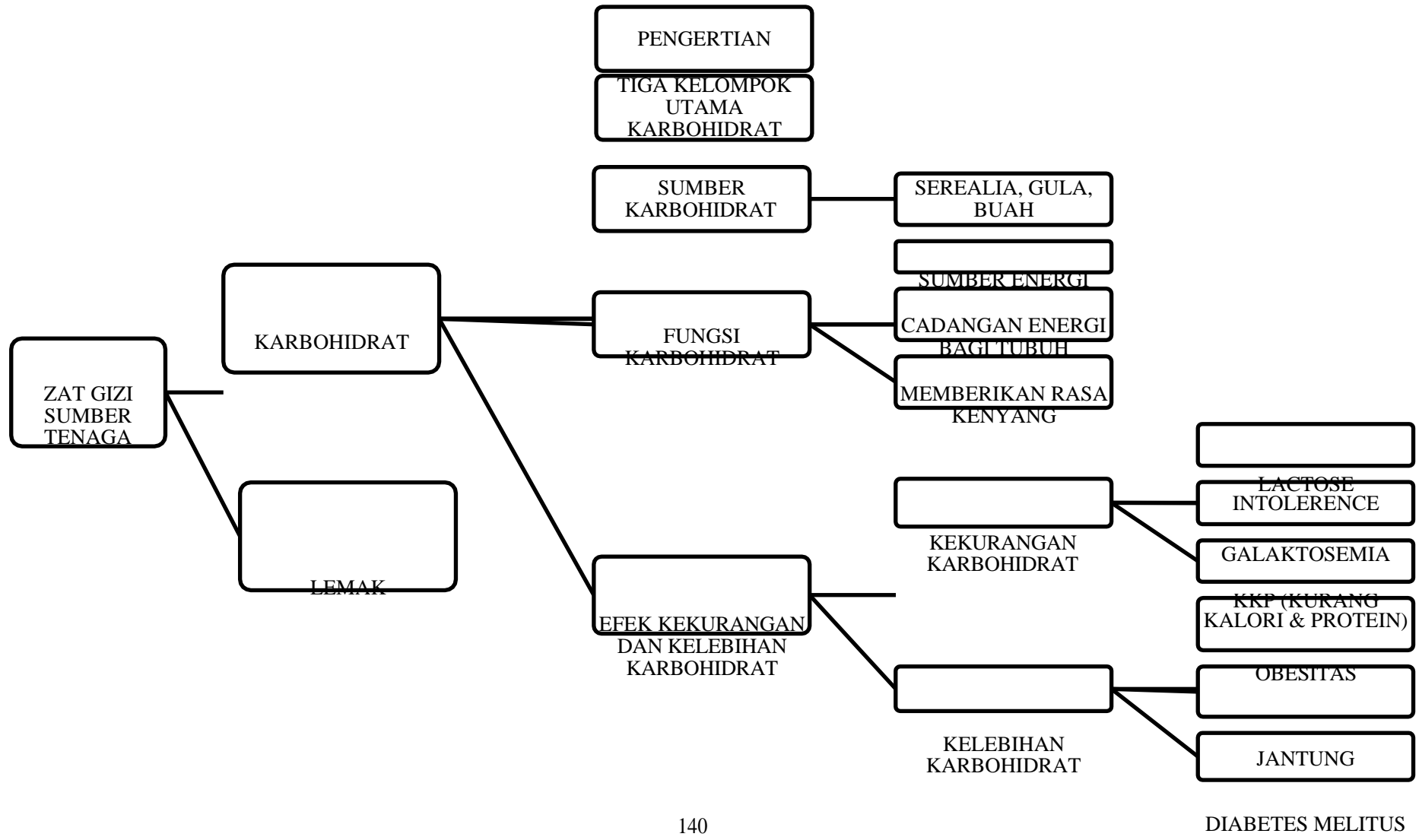
**VIDEO 1 PENDAHULUAN**

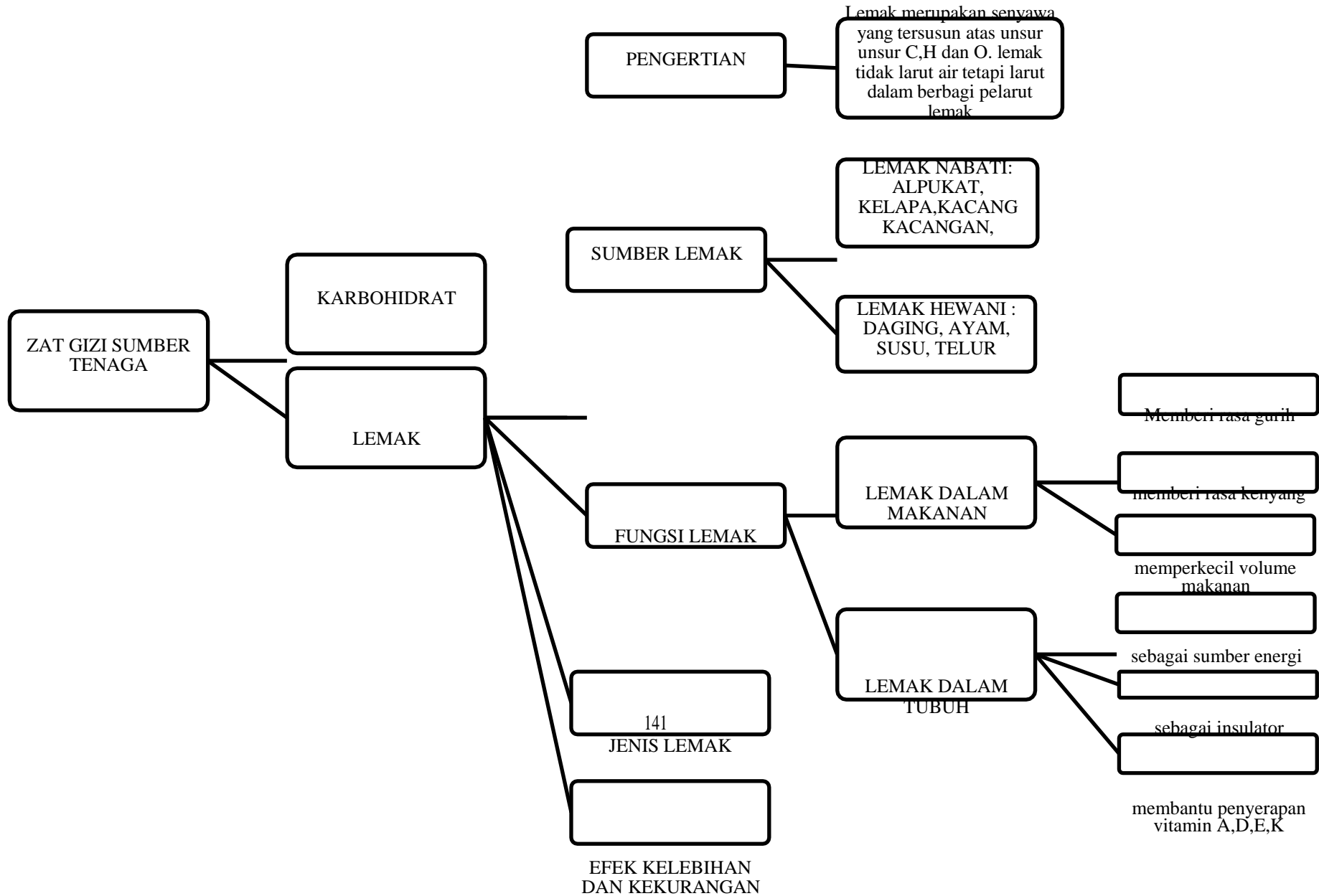


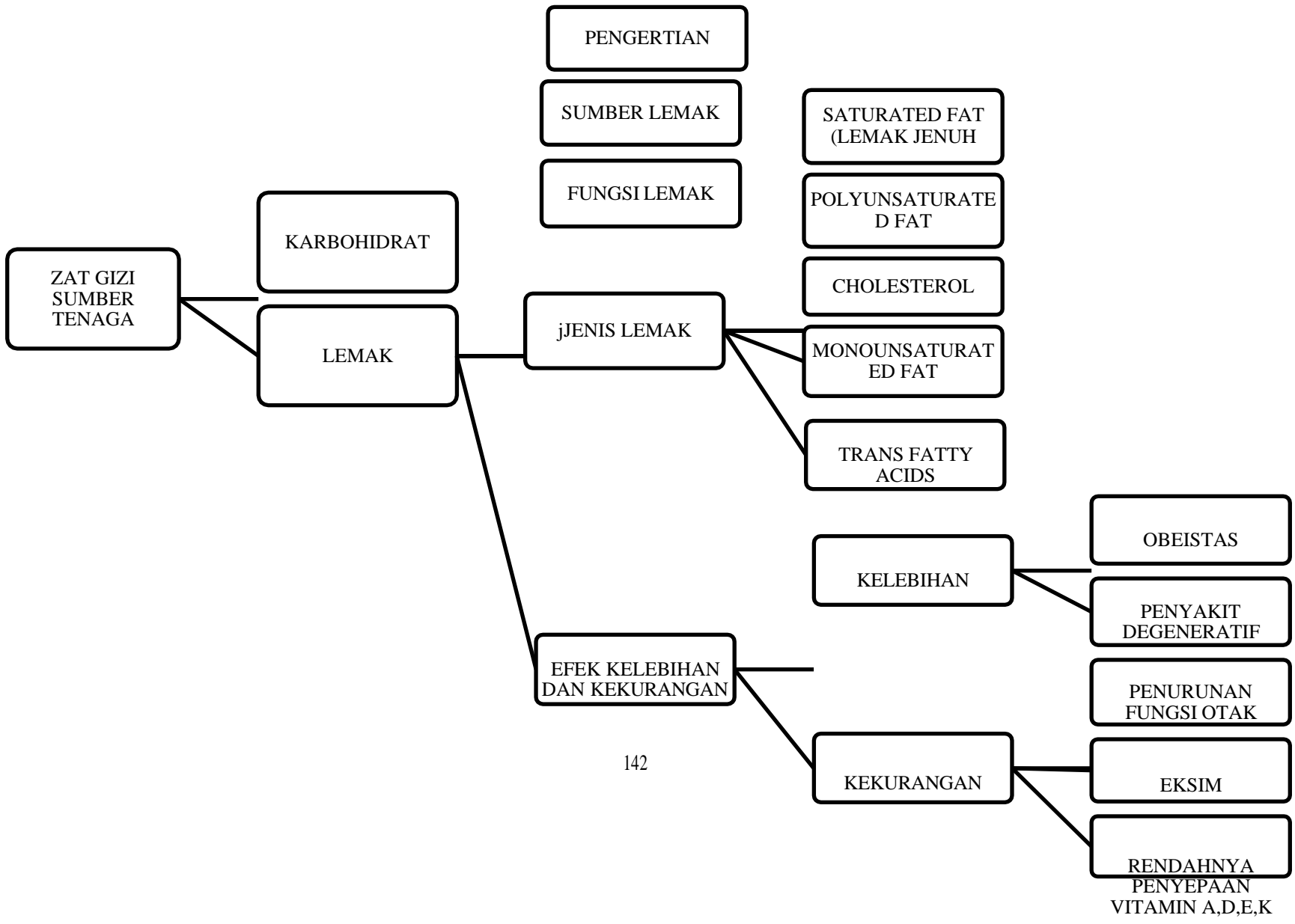
VIDEO 2

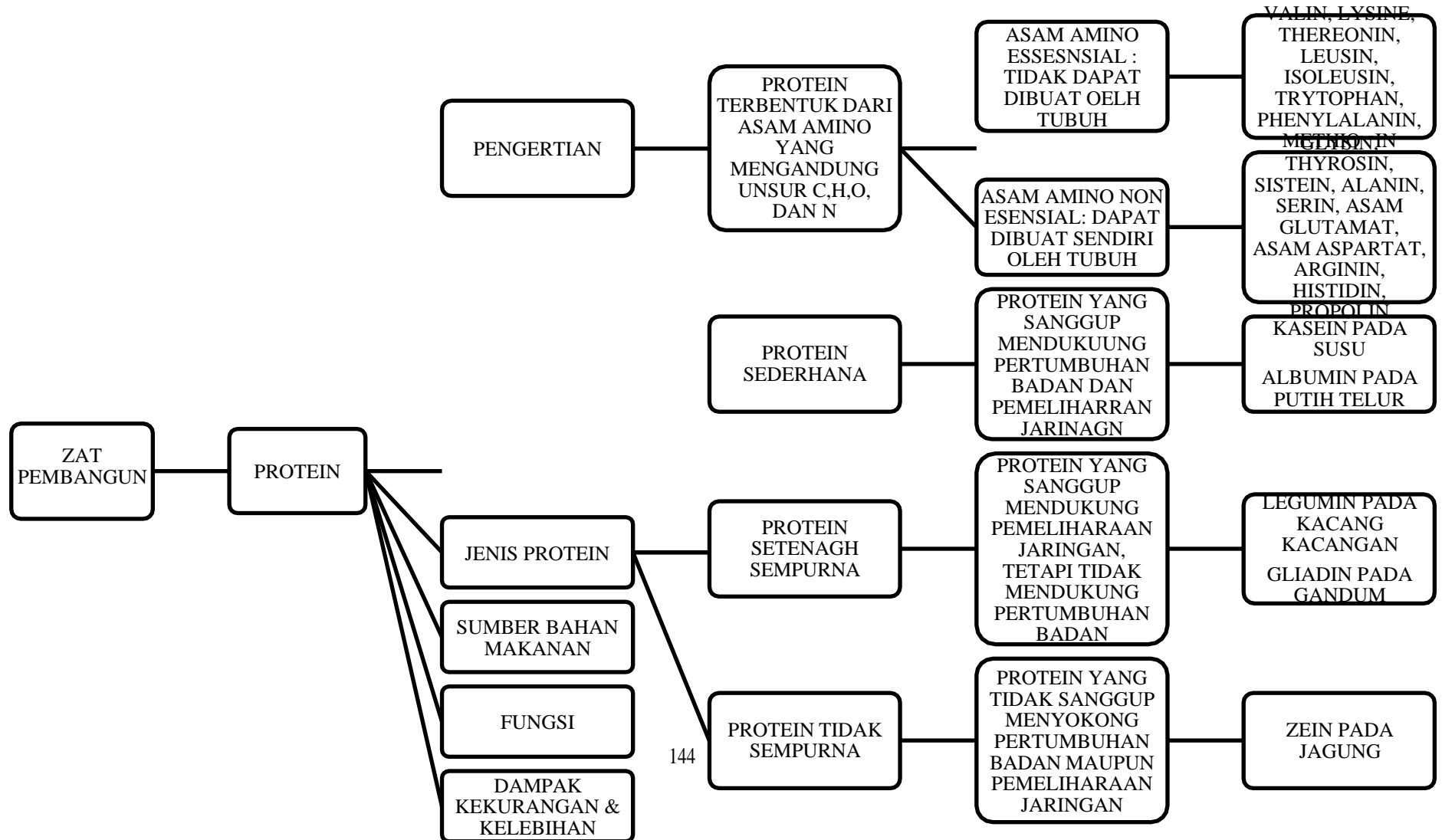


LANJUTAN VIDEO 2



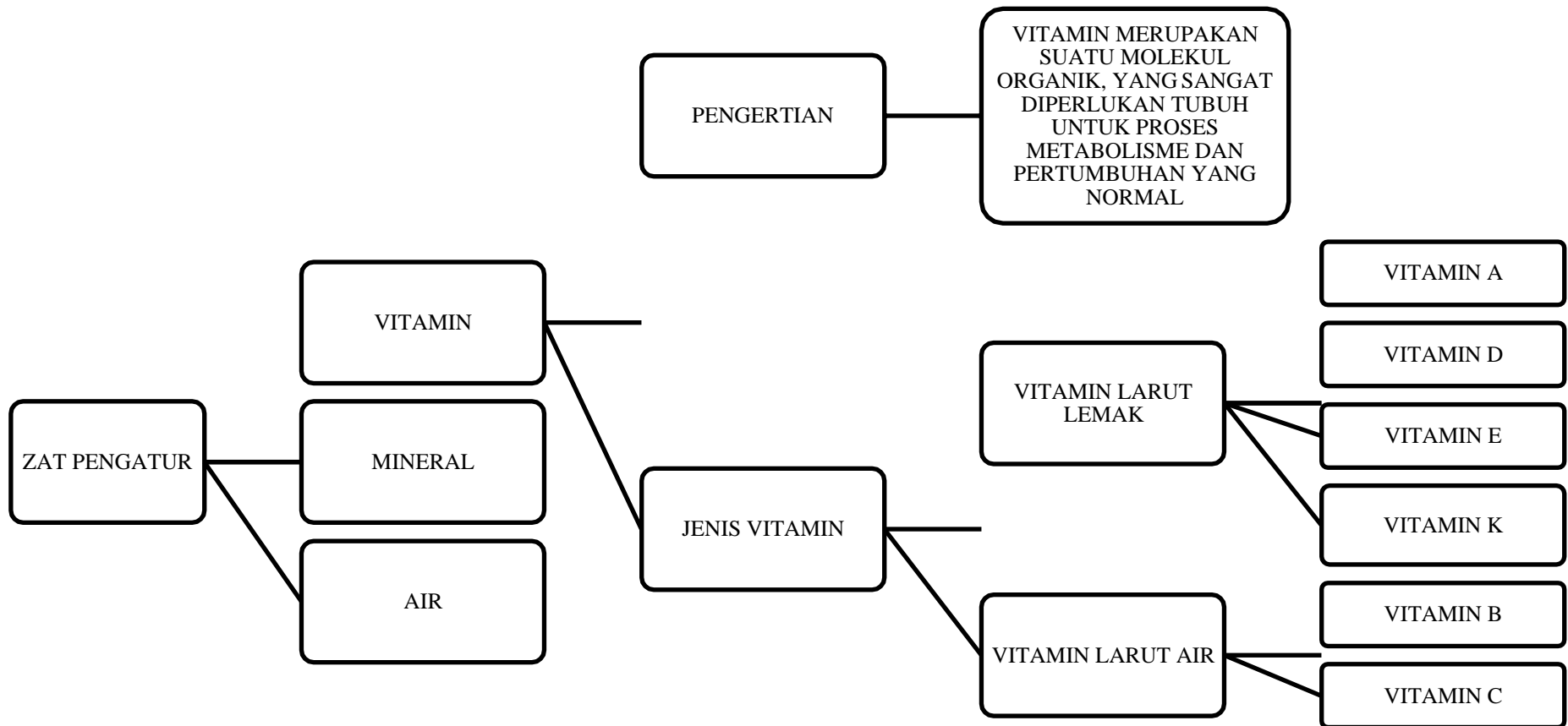




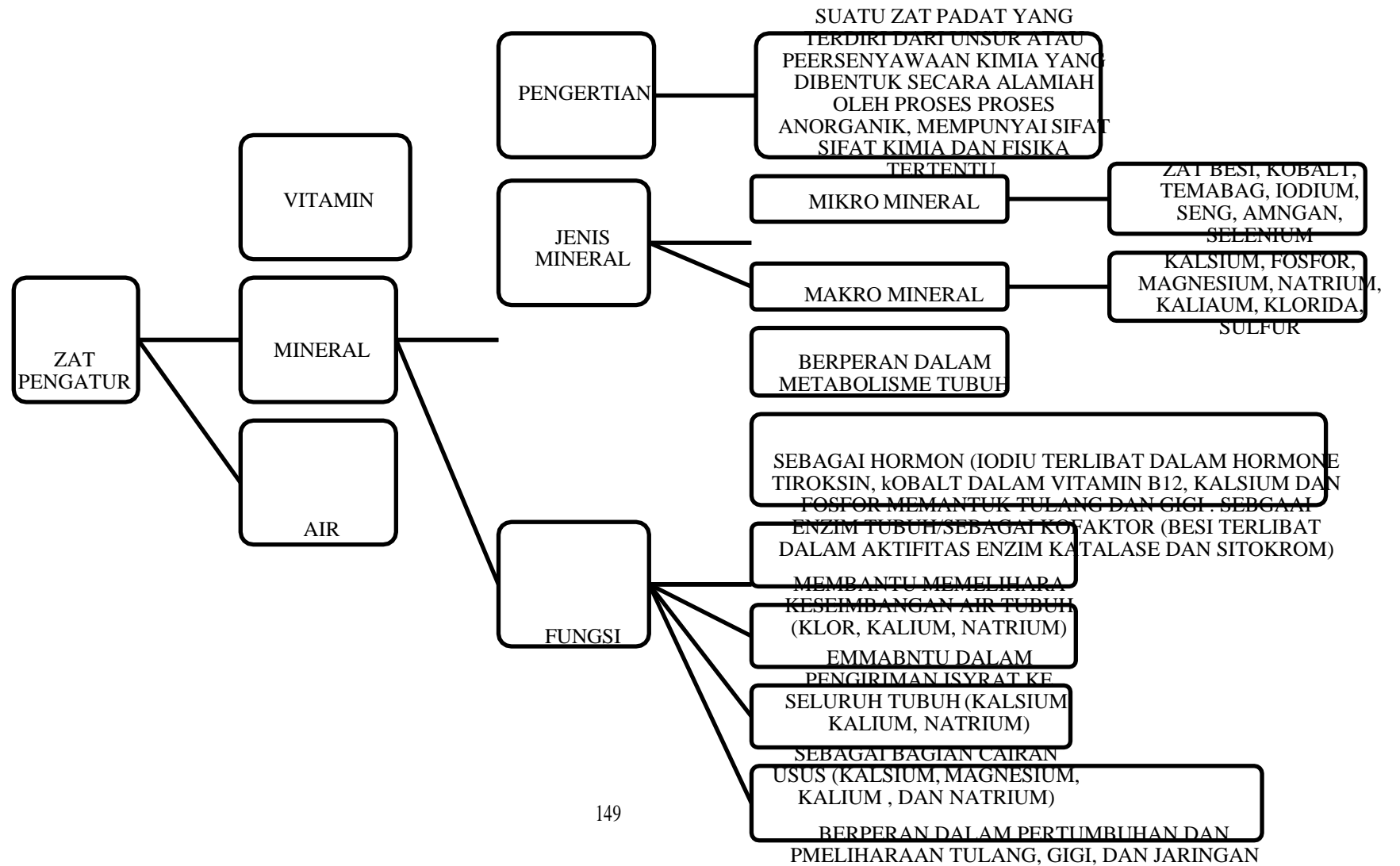




VIDEO 4 ZAT PENAGTUR VITAMIN



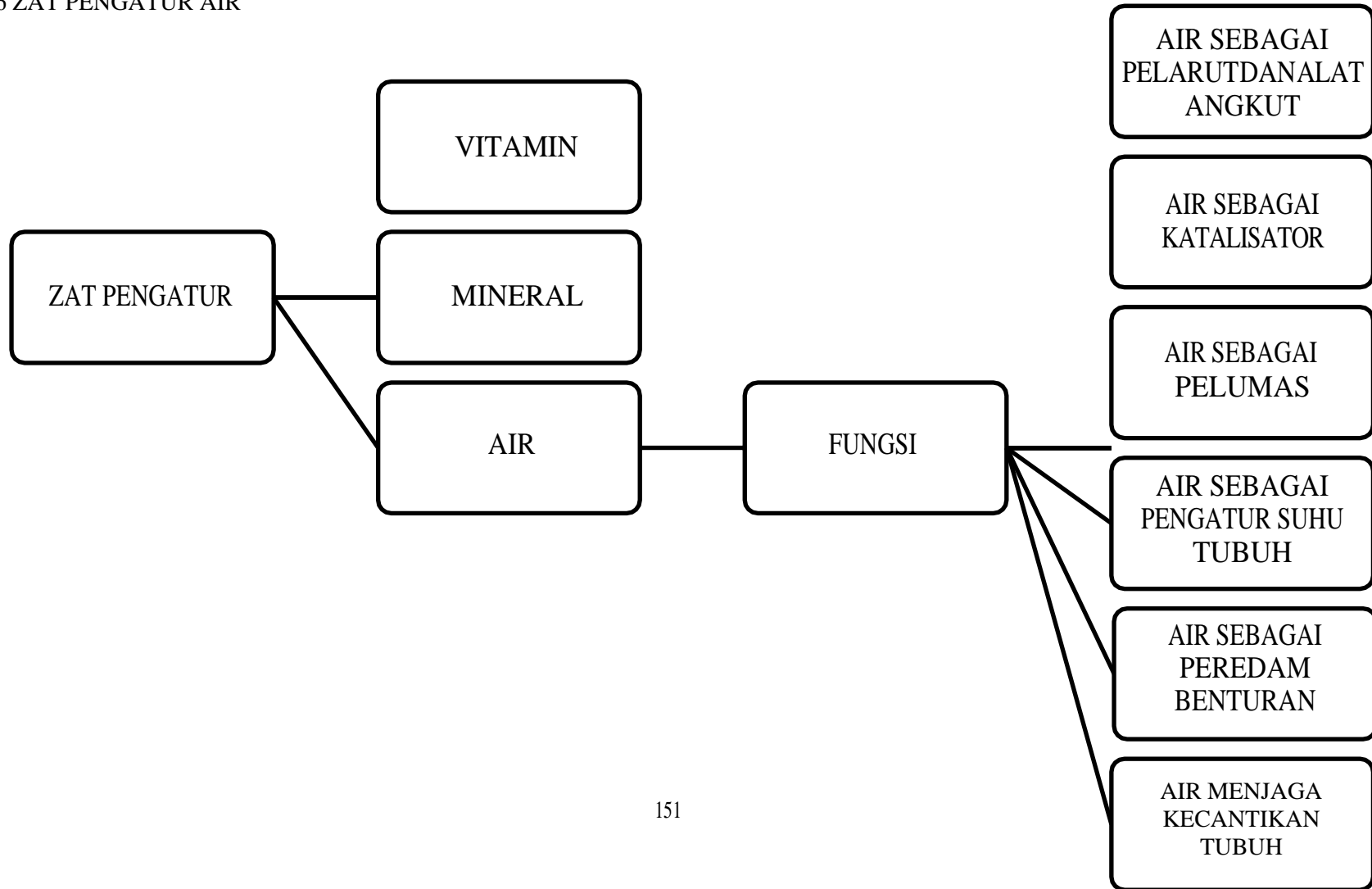
VIDEO 5 ZAT PENAGTUR MINERAL



149

148

VIDEO 6 ZAT PENGATUR AIR



## Lampiran 5 Soal PRETEST dan POST TEST

### SOAL PRE DAN POST TEST TAHUN AJARAN 2018/2019

Kompetensi Keahlian	: Tata Boga
Mata Pelajaran	: Ilmu Gizi
Kelas	X
Alokasi Waktu	: 10 Menit
Bentuk Soal/Jumlah Soal	: Pilihan Ganda/10 soal

Berdoalah dahulu sebelum menjawab pertanyaan. Pilihan jawaban yang paling tepat dengan mengarsir A,B,C,D, atau E untuk jawaban yang dipilih

#### **BAB 1,2,3**

1. Menurut ahli zat gizi dikelompok menjadi .... macam
  - a. 6
  - b. 5
  - c. 4
  - d. 3
  - e. 2
2. Salah satu akibat kelebihan zat gizi terhadap fungsi tubuh adalah ...
  - a. Kekurangan energy
  - b. Daya tahan tubuh turun
  - c. Gangguan perilaku
  - d. Salah satu faktor penyakit degenerative
  - e. Gangguan fungsi otak
3. Zat gizi yang tersusun dari unsur Carbon, Hidrogen, dan Oksigen yang harga sumber zat gizi tersebut relatif lebih murah adalah...
  - a. Vitamin
  - b. Mineral
  - c. Lemak
  - d. Protein
  - e. Karbohidrat
4. Sumber zat gizi karbohidrat diantaranya adalah ...
  - a. Daging
  - b. Beras
  - c. Semangka

- d. Telur
  - e. Ikan
5. Golongan yang termasuk monosakarida adalah...
    - a. Pati
    - b. Glikogen
    - c. Fruktosa
    - d. Sukrosa
    - e. Maltosa
  6. Salah satu penyakit yang disebabkan karena kelebihan karbohidrat adalah
    - ...
    - a. Lactose intolerance
    - b. Galaktosemia
    - c. KKP
    - d. Diabetes mellitus
    - e. Eksim
  7. Salah satu fungsi lemak dalam makanan adalah ...
    - a. Membantu penyerapan vitamin A,D,E,dan K
    - b. Memberikan rasa gurih
    - c. Sumber tenaga
    - d. Cadangan energi
    - e. Meningkatkan suhu
  8. Penyakit yang disebabkan karena kelebihan lemak dalam tubuh adalah ...
    - a. Obesitas
    - b. Marasmus
    - c. Kwasiokor
    - d. Eksim
    - e. Galaktosemia
  9. Lemak terbagai menjadi dua jenis yaitu lemak nabati dan lemak hewani. Yang termasuk sumber lemak nabati adalah ....
    - a. Coklat, keju, daging
    - b. Margarine, telur, coklat
    - c. Minyak, Alpukat, Seafood
    - d. Alpukat, coklat, kelapa
    - e. Kelapa, keju, susu
  10. Penyakit yang disebabkan karena kekurangan lemak dalam tubuh adalah ...

- a. Obesitas
- b. Marasmus
- c. Jantung
- d. Eksim
- e. Galaktosemia

### BAB 3

- 1 Protein merupakan sumber asam amino yang mengandung unsur unsur ...
  - A. Carbon
  - B. Hidrogen
  - C. Carbon, Hidrogen
  - D. Carbon, Oksigen, Hidrogen
  - E. Carbon, Hidrogen, Oksigen, Nitrogen
- 2 Protein yang sanggup mendukung pertumbuhan badan dan pemeliharaan jaringan merupakan pengertian dari protein...
  - A. Sederhana
  - B. Setengah sempurna
  - C. Tidak sempurna
  - D. Tidak lengkap
  - E. Lengkap
- 3 Asam amino yang tergolong dalam golongan asam amino essensial adalah...
  - A. Valin, leusin, sistein
  - B. Leusin, alanin, valin
  - C. Valin, lysine, methionin
  - D. Glysin, valin, methionin
  - E. Serin, alanin, glysin
- 4 Dampak dari kekurangan protein adalah...
  - A. Obesitas
  - B. Kwasiokor
  - C. Eksim
  - D. Lactose Intolerance
  - E. Diabetes Melitus

- 5 Asam amino yang tergolong dalam golongan asam amino non essensial adalah...
- A. Valin, leusin, sistein
  - B. Leusin, alanin, valin
  - C. Valin, lysine, methionin
  - D. Glysin, valin, methionin
  - E. Serin, alanin, glysin
- 6 Fungsi protein bagi tubuh adalah ...
- A. Merupakan bantal pelindung
  - B. Memberikan rasa gurih
  - C. Membangun sel-sel tubuh yang rusak
  - D. Membantu penyerapan vitamin
  - E. Mempertahankan suhu normal
- 7 Sumber protein nabati adalah ...
- A. Ikan gabus, tahu, lobster
  - B. Tahu, tempe, kacang kedelai
  - C. Tempe, kepiting, daging
  - D. Daging, ikan, telur
  - E. Ikan, tempe, tahu
- 8 Dampak jika seseorang kelebihan protein adalah ...
- A. Obesitas
  - B. Kwasiokor
  - C. Marasmus
  - D. Lactose Intolerance
  - E. Kerusakan ginjal
- 9 Protein yang sanggup mendukung pertumbuhan badan tetapi tidak sanggup pemeliharaan jaringan merupakan pengertian dari protein...
- A. Sederhana
  - B. Setengah sempurna
  - C. Tidak sempurna
  - D. Tidak lengkap
  - E. Lengkap
- 10 Sumber protein hewani adalah ...
- A. Ikan gabus, tahu, lobster
  - B. Tahu, tempe, kacang kedelai
  - C. Tempe, kepiting, daging
  - D. Daging, ikan, telur
  - E. Ikan, tempe, tahu

## **BAB 5**

1. Vitamin adalah...
  - a. molekul organik yang sangat diperlukan tubuh
  - b. molekul organik yang tidak diperlukan tubuh
  - c. molekul anorganik yang sangat diperlukan tubuh
  - d. molekul anorganik yang tidak diperlukan tubuh
  - e. molekul oraganik yang diproduksi oleh tubuh
  
2. vitamin yang tergolong dalam vitamin larut air adalah
  - a. vitamin D
  - b. vitamin A
  - c. Vitamin C
  - d. Vitamin K
  - e. Vitamin E
  
3. Mineral yang tergolong dalam mikro mineral adalah...
  - a. Kalsium
  - b. Fosfor
  - c. Magnesium
  - d. Besi
  - e. Sulfur
  
4. “Suatu zat padat yang terdiri dari unsur atau persenyawaan kimia” merupakan pengertian dari ...
  - a. Mineral
  - b. Vitamin
  - c. Lemak
  - d. Karbohidrat
  - e. Protein
  
5. Salah satu fungsi dari air adalah ...
  - a. Sumber tenaga
  - b. Memberi rasa kenyang
  - c. Sebagai katalisator
  - d. Mengganti sel yang rusak
  - e. Menjaga keseimbangan asam basa



Lampiran 6 Konversi Skor Penilaian

KONVERSI SKOR PENILAIAN GAMBAR  
DAN BAHASA PENILAIAN OLEH USER  
(SISWA)

Jumlah Responden	64
Jumlah Pertanyaan	: 4
Skor Tertinggi	: 5
Skor terendah	: 1
X	: jumlah skor masing-masing
Skor Tertinggi Ideal	: jml pernyataan x skor tertinggi
	: 4 x 5
	: 20
Skor Terendah Ideal	: jml pernyataan x skor terendah
	: 4 x 1
	: 4
Rerata Ideal	: 1/2 (skor tinggi ideal + skor terendah ideal)
	: 1/2 (20+4)
	: 12
Simpangan Baku Ideal	: 1/6 (skor tinggi ideal - skor rendah ideal)
	: 1/6 (20 - 4)
	: 2,6
X	: Jumlah skor : Jumlah responden
	: 1064: 64 = 16,6
Rerataskor	: X : jumlah pertanyaan
	: 16,6 : 4 = 4,1

Intervar Skor		
$X > Mi + 1,80S_{bi}$ $X > 12 + 1,80 \cdot 2,6$ $X > 12 + 4,68$ $X > 16,68$	$X > 16,68$	Sangat Baik
$Mi + 0,60S_{bi} < x \leq Mi + 1,80S_{bi}$ $12 + 0,60 \cdot 2,6 < x \leq 12 + 1,80 \cdot 2,6$ $12 + 1,56 < x \leq 12 + 4,68$ $13,56 < x \leq 16,68$	$13,56 < x \leq 16,68$	Baik
$Mi - 0,60S_{bi} < x \leq Mi + 0,60S_{bi}$ $12 - 0,60 \cdot 2,6 < x \leq 12 + 0,60 \cdot 2,6$ $12 - 1,56 < x \leq 12 + 1,56$ $10,44 < x \leq 13,56$	$10,44 < x \leq 13,56$	Cukup Baik
$Mi - 1,80S_{bi} < x \leq Mi - 0,60S_{bi}$ $12 - 1,80 \cdot 2,68 < x \leq 12 - 0,60 \cdot 2,68$ $12 - 4,68 < x \leq 12 - 1,56$	$7,32 < x \leq 10,44$	Kurang Baik

$7,32 < x \leq 10,44$		
$X \leq Mi - 1,80 S_{bi}$ $X \leq 12 - 1,80 \cdot 2,6$ $X \leq 12 - 4,68$ $X \leq 7,32$	$X \leq 7,32$	Sangat Kurang Baik

KONVERSI SKOR  
PENILAIAN MATERI  
PENILAIAN OLEH USER  
(SISWA)

Jumlah Responden	64
Jumlah Pertanyaan	: 2
Skor Tertinggi	: 5
Skor terendah	: 1
X	: jumlah skor masing-masing
Skor Tertinggi Ideal	: jml pernyataan x skor tertinggi
	: $2 \times 5$
	: 10
Skor Terendah Ideal	: jml pernyataan x skor terendah
	: $2 \times 1$
	: 2
Rerata Ideal	: $1/2(\text{skor tertinggi ideal} + \text{skor terendah ideal})$
	: $1/2(10+2)$
	: 6
Simpangan Baku Ideal	: $1/6(\text{skor tertinggi ideal} - \text{skor terendah ideal})$
	: $1/6(10-2)$
	: 1,3
X	: Jumlah skor : Jumlah responden
	: $519 : 64 = 8,1$
Rerata skor	: X : jumlah pertanyaan
	: $8,1 : 2 = 4,1$

Intervar Skor		
$X > Mi + 1,80 S_{bi}$ $X > 6 + 1,80 \cdot 1,3$ $X > 6 + 2,34$ $X > 8,34$	$X > 8,34$	Sangat Baik
$Mi + 0,60 S_{bi} < x \leq Mi + 1,80 S_{bi}$ $6 + 0,60 \cdot 1,3 < x \leq 6 + 1,8 \cdot 1,3$ $6 + 0,78 < x \leq 6 + 2,34$	$6,78 < x \leq 8,34$	Baik

$6,78 < x \leq 8,34$		
$Mi - 0,60 S_{Bi} < x \leq Mi + 0,60 S_{Bi}$ $6 - 0,60 \cdot 1,3 < x \leq 6 + 0,60 \cdot 1,3$ $6 - 0,78 < x \leq 6 + 0,78$ $5,22 < x \leq 6,78$	$5,22 < x \leq 6,78$	Cukup Baik
$Mi - 1,80 S_{Bi} < x \leq Mi - 0,60 S_{Bi}$ $6 - 1,80 \cdot 1,3 < x \leq 6 - 0,60 \cdot 1,3$ $6 - 2,34 < x \leq 6 - 0,78$ $3,66 < x \leq 5,22$	$3,66 < x \leq 5,22$	Kurang Baik
$X \leq Mi - 1,80 S_{Bi}$ $X \leq 6 - 1,80 \cdot 1,3$ $X \leq 6 - 2,34$ $X \leq 3,66$	$X \leq 3,66$	Sangat Kurang Baik

KONVERSI SKOR  
PENILAIAN PENYAJIAN  
PENILAIAN OLEH USER  
(SISWA)

Jumlah Responden	64
Jumlah Pertanyaan	: 4
Skor Tertinggi	: 5
Skor terendah	: 1
X	: jumlah skor masing-masing
Skor Tertinggi Ideal	: jml pernyataan x skor tertinggi
	: 4 x 5
	: 20
Skor Terendah Ideal	: jml pernyataan x skor terendah
	: 4 x 1
	: 4
Rerata Ideal	: 1/2 (skor tinggi ideal + skor terendah ideal)
	: 1/2 (20+4)
	: 12
Simpangan Baku Ideal	: 1/6 (skor tinggi ideal - skor rendah ideal)
	: 1/6 (20 - 4)
	: 2,6
X	: Jumlah skor : Jumlah responden
	: 983 : 64 = 15,3
Rerataskor	: X : jumlah pertanyaan
	: 15,3 : 4 = 3,8

Intervar Skor		
$X > Mi + 1,80 Sbi$ $X > 12 + 1,80.2,6$ $X > 12 + 4,68$ $X > 16,68$	$X > 16,68$	Sangat Baik
$Mi + 0,60 Sbi < x \leq Mi + 1,80 Sbi$ $12 + 0,60.2,6 < x \leq 12 + 1,8.2,6$ $12 + 1,56 < x \leq 12 + 4,68$ $13,56 < x \leq 16,68$	$13,56 < x \leq 16,68$	Baik
$Mi - 0,60 Sbi < x \leq Mi + 0,60 Sbi$ $12 - 0,60 . 2,6 < x \leq 12 + 0,60. 2,6$ $12 - 1,56 < x \leq 12 + 1,56$ $10,44 < x \leq 13,56$	$10,44 < x \leq 13,56$	Cukup Baik
$Mi - 1,80 Sbi < x \leq Mi - 0,60 Sbi$ $12 - 1,80. 2,68 < x \leq 12 - 0,60 .2,68$ $12 - 4,68 < x \leq 12 - 1,56$ $7,32 < x \leq 10,44$	$7,32 < x \leq 10,44$	Kurang Baik
$X \leq Mi - 1,80 Sbi$ $X \leq 12 - 1,80 .2,6$ $X \leq 12 - 4,68$ $X \leq 7,32$	$X \leq 7,32$	Sangat Kurang Baik

KONVERSI SKOR  
PENILAIAN TAMPILAN  
PENILAIAN OLEH USER  
(SISWA)

Jumlah Responden	64
Jumlah Pertanyaan	: 2
Skor Tertinggi	: 5
Skor terendah	: 1
X	: jumlah skor masing-masing
Skor Tertinggi Ideal	: jml pernyataan x skor tertinggi
	: 2 x 5
	: 10
Skor Terendah Ideal	: jml pernyataan x skor terendah
	: 2 x 1
	: 2
Rerata Ideal	: 1/2 (skor tertinggi ideal + skor terendah ideal)
	: 1/2 (10+2)
	: 6

Simpangan Baku Ideal :  $1/6$  (skor tinggi ideal - skor rendah ideal)  
 :  $1/6 (10-2)$   
 : 1,3  
 X : Jumlah skor : Jumlah responden  
 :  $521 : 64 = 8,1$   
 Rerata skor : X : jumlah pertanyaan  
 :  $8,1 : 2 = 4,1$

Intervar Skor		
$X > Mi + 1,80 S_{bi}$ $X > 6 + 1,80 \cdot 1,3$ $X > 6 + 2,34$ $X > 8,34$	$X > 8,34$	Sangat Baik
$Mi + 0,60 S_{Bi} < x \leq Mi + 1,80 S_{bi}$ $6 + 0,60 \cdot 1,3 < x \leq 6 + 1,8 \cdot 1,3$ $6 + 0,78 < x \leq 6 + 2,34$ $6,78 < x \leq 8,34$	$6,78 < x \leq 8,34$	Baik
$Mi - 0,60 S_{Bi} < x \leq Mi + 0,60 S_{bi}$ $6 - 0,60 \cdot 1,3 < x \leq 6 + 0,60 \cdot 1,3$ $6 - 0,78 < x \leq 6 + 0,78$ $5,22 < x \leq 6,78$	$5,22 < x \leq 6,78$	Cukup Baik
$Mi - 1,80 S_{Bi} < x \leq Mi - 0,60 S_{bi}$ $6 - 1,80 \cdot 1,3 < x \leq 6 - 0,60 \cdot 1,3$ $6 - 2,34 < x \leq 6 - 0,78$ $3,66 < x \leq 5,22$	$3,66 < x \leq 5,22$	Kurang Baik
$X \leq Mi - 1,80 S_{bi}$ $X \leq 6 - 1,80 \cdot 1,3$ $X \leq 6 - 2,34$ $X \leq 3,66$	$X \leq 3,66$	Sangat Kurang Baik

**KONVERSI SKOR OLEH  
 USER (SISWA) SECARA  
 KESELURUHAN**

Jumlah Responden 64  
 Jumlah Pertanyaan 12  
 Skor Tertinggi : 5  
 Skor terendah : 1  
 X : jumlah skor masing-masing  
 Skor Tertinggi Ideal : jml pernyataan x skor tertinggi  
 :  $12 \times 5$   
 : 60  
 Skor Terendah Ideal : jml pernyataan x skor terendah

$: 12 \times 1$   
 $: 12$   
Rerata Ideal  $: 1/2(\text{skor tinggi ideal} + \text{skor rendah ideal})$   
 $: 1/2(60+12)$   
 $: 36$   
Simpangan Baku Ideal  $: 1/6(\text{skor tinggi ideal} - \text{skor rendah ideal})$   
 $: 1/6(60-12)$   
 $: 8$   
X  $: \text{Jumlah skor} : \text{Jumlah responden}$   
 $: 3090 : 64 = 48,2$   
Rerata skor  $: X : \text{jumlah pertanyaan}$   
 $: 48,2 : 12 = 4,0$

Intervar Skor		
$X > Mi + 1,80 S_{bi}$ $X > 36 + 1,80 \cdot 8$ $X > 36 + 14,4$ $X > 50,4$	$X > 50,4$	Sangat Baik
$Mi + 0,60 S_{Bi} < x \leq Mi + 1,80 S_{bi}$ $36 + 0,60 \cdot 8 < x \leq 36 + 1,80 \cdot 8$ $36 + 4,8 < x \leq 36 + 14,4$ $40,8 < x \leq 50,4$	$40,8 < x \leq 50,4$	Baik
$Mi - 0,60 S_{Bi} < x \leq Mi + 0,60 S_{bi}$ $36 - 0,60 \cdot 8 < x \leq 36 + 0,60 \cdot 8$ $36 - 4,8 < x \leq 36 + 4,8$ $31,2 < x \leq 40,8$	$31,2 < x \leq 40,8$	Cukup Baik
$Mi - 1,80 S_{Bi} < x \leq Mi - 0,60 S_{bi}$ $36 - 1,80 \cdot 8 < x \leq 36 - 0,60 \cdot 8$ $36 - 14,4 < x \leq 36 - 4,8$ $3,66 < x \leq 31,2$	$21,6 < x \leq 31,2$	Kurang Baik
$X \leq Mi - 1,80 S_{bi}$ $X \leq 36 - 1,80 \cdot 8$ $X \leq 36 - 14,4$ $X \leq 21,6$	$X \leq 21,6$	Sangat Kurang Baik

PENGUJIAN PRETEST DAN POSTEST TINGKAT PEMAHAMAN VIDEO ZAT GIZI

Paired Samples Statistics

	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1 Posttest	7.31	64	.941	.118
Pretest	6.28	64	1.453	.182

Paired Samples Correlations

	N	Correlation	Sig.
Pair 1 Posttest & Pretest	64	.423	.001

Paired Samples Test

		Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	Posttest - Pretest	1.031	1.357	.170	.692	1.370	6.082	63	.000

$$t = \frac{\bar{X}_1 - \bar{X}_2}{\sqrt{\frac{S_1^2}{n_1} + \frac{S_2^2}{n_2} - 2r \left[ \frac{S_1}{\sqrt{n_1}} \right] \left[ \frac{S_2}{\sqrt{n_2}} \right]}}$$

$$t = \frac{7,33 - 6,28}{\sqrt{\frac{0,885}{64} + \frac{2,111}{64} - 2 \cdot 0,423 \left[ \frac{0,941}{\sqrt{64}} \right] \left[ \frac{1,453}{\sqrt{64}} \right]}}$$

$$t = \frac{1,03}{\sqrt{0,013 + 0,032 - 0,846 \cdot [0,117] \cdot [0,181]}}$$

$$t = \frac{1,03}{\sqrt{0,046 - 0,018}}$$

$$t = \frac{1,03}{0,169557}$$

= 6,08



Lampiran 7 Dokumentasi Penelitian

DOKUMENTASI



Gambar 1 Menjelaskan tata cara mengisi *pretest*



Gambar 2 Membagikan angket



Gambar 3 Menjelaskan tata cara mengisi angket



Gambar 4 Siswa mengisi angket penelitian  
Gambar 5 Membagikan *post test*



Gambar 6 Menonton video audio visual ilmu gizi



