



FAKULTAS TEKNIK  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

SILABUS PRAKTEK DIIT

No.SIL/TBB/BOG321/27

Revisi : -

November 2011

4 halaman

<b>Mata Kuliah</b>	<b>: Praktek Diit</b>
<b>Kode Mata Kuliah</b>	<b>: BOG321(3 sks praktek)</b>
<b>Semester</b>	<b>: Gasal/Genap</b>
<b>Program Studi</b>	<b>: Teknik Boga D3</b>
	<b>Pendidikan Teknik Boga</b>
<b>Dosen Pengampu</b>	<b>: Badraningsih Lastariwat, M.Kes</b>
	<b>Rizqie Auliana, M.Kes</b>
	<b>Fitri Rahmawati, M.P</b>

### I. DESKRIPSI MATAKULIAH

Mata kuliah praktek diet mempelajari teori dasar berbagai jenis diet, kebutuhan gizi, menyusun menu sesuai jenis diet, mengembangkan resep dan teknik pengolahan, serta memodifikasi resep baik Indonesia, oriental maupun kontinental pada berbagai jenis diet.

### II. KOMPETENSI YANG DIKEMBANGKAN

1. Menjelaskan pengertian diit, berbagai jenis makanan dan jenis diit
2. Menjelaskan perencanaan diit dan penyusunan menu sesuai jenis diit.
3. Menjelaskan diit tinggi kalori tinggi protein (menaikkan berat badan, ibu hamil dan menyusui)
4. Menjelaskan diit rendah kalori
5. Menjelaskan diit diabetes mellitus
6. Menjelaskan diit dislipidemia
7. Menjelaskan rendah purin
8. Menjelaskan diit lambung
9. Menjelaskan diit anak
10. Menjelaskan diit olahragawan

### III. INDIKATOR PENCAPAIAN KOMPETENSI

#### A. Aspek Kognitif dan Kecakapan Berpikir

Mahasiswa :

1. Mampu menjelaskan pengertian diit, berbagai jenis makanan dan jenis diit
2. Mampu menjelaskan perencanaan diit dan penyusunan menu sesuai jenis diit.
3. Mampu menjelaskan diit tinggi kalori tinggi protein (menaikkan berat badan, ibu hamil dan menyusui)
4. Mampu menjelaskan diit rendah kalori
5. Mampu menjelaskan diit diabetes mellitus
6. Mampu menjelaskan diit dislipidemia
7. Mampu menjelaskan diit rendah purin
8. Mampu menjelaskan diit lambung
9. Mampu menjelaskan diit anak
10. Mampu menjelaskan diit olahragawan

#### B. Aspek Psikomotor

Mahasiswa :

1. Dapat merencanakan penyusunan menu berbagai jenis diit sesuai kebutuhan gizi dan kondisi tubuh..
2. Dapat mempraktekkan pengolahan makanan sesuai menu diit dan jenis diitnya.

Dibuat oleh : Tim Pengampu	Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh isi dokumen tanpa ijin tertulis dari Fakultas Teknik Universitas Negeri Yogyakarta	Diperiksa oleh : Dr. Sri Wening
-------------------------------	---	------------------------------------



FAKULTAS TEKNIK  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

SILABUS PRAKTEK DIIT

No.SIL/TBB/BOG321/27

Revisi : -

November 2011

4 halaman

**C. Aspek Affectif, Kecakapan Sosial dan Personal**

1. Mahasiswa mengikuti perkuliahan dengan sopan, tertib dan disiplin.
2. Mahasiswa mengikuti perkuliahan dengan aktif.
3. Mahasiswa memiliki sikap positif terhadap mata kuliah praktek diit.

**IV. SUMBER BACAAN**

1. Intisari Gizi Klinik, Jason Payne-James & Claire Wicks, Alih bahasa : dr. Andry Hartono, 1997
2. Penuntun Diet edisi baru, Editor : Dr. Sunita Almalsier, PT. Gramedia Pustaka Utama, 2005
3. Hidup Sehat Gizi Seimbang Dalam Siklus Kehidupan Manusia, Ranch Market, Pustaka Media
4. Penuntun Diit anak, RSCM & Persagi, PT Gramedia Pustaka Utama

**V. PENILAIAN**

Butir-butir penilaian terdiri dari:

**A. Tugas**

Setiap mahasiswa diwajibkan mengerjakan perhitungan-perhitungan kebutuhan gizi, dan perencanaan menu diit sesuai jenis diit, serta menulis artikel tentang permasalahan gizi dan kesehatan di Indonesia serta mempresentasikannya. Nilai tertinggi yang dapat diberikan adalah 100.

**B. Partisipasi dan Kehadiran Kuliah/Praktikum**

Mengikuti kuliah dalam bentuk kelas maupun situasi sosial yang diciptakan oleh dosen untuk membantu mahasiswa mencapai tujuan belajarnya. Kewajiban menghadiri perkuliahan adalah 75 % dari 16 kali tatap muka. Bagi yang kurang dari 75% tidak diperbolehkan mengikuti ujian akhir. Partisipasi kehadiran tidak dinilai tetapi menjadi syarat untuk ikut ujian.

**C. Ujian Mid Semester (teori)**

Ujian mid semester dilaksanakan di pertengahan perkuliahan bertujuan untuk mengetahui pencapaian kompetensi sekaligus memantau perkembangan belajar mahasiswa. Ujian mid semester diberlakukan pada materi teori. Nilai maksimum 100.

**D. Ujian Akhir Semester (praktek)**

Ujian akhir semester dilaksanakan di akhir perkuliahan untuk mengetahui tingkat pencapaian kompetensi mahasiswa. Ujian akhir diberlakukan pada materi praktek. Nilai tertinggi 100.

**TABEL PENILAIAN**

No.	Jenis Penilaian	Skor Maksimum
1	Tugas	30%
2	Ujian Mid semester	30%
3	Ujian Akhir semester	40%
Jumlah Maksimum		100%

Dibuat oleh : Tim Pengampu	Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh isi dokumen tanpa ijin tertulis dari Fakultas Teknik Universitas Negeri Yogyakarta	Diperiksa oleh : Dr. Sri Wening
-------------------------------	---	------------------------------------



FAKULTAS TEKNIK  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

SILABUS PRAKTEK DIIT

No.SIL/TBB/BOG321/27

Revisi : -

November 2011

4 halaman

**TABEL PENGUASAAN KOMPETENSI**

No	Nilai	Syarat
1.	A	Nilai minimal yang harus diperoleh 86
2.	A-	Nilai minimal yang harus diperoleh 80
3.	B+	Nilai minimal yang harus diperoleh 75
4.	B	Nilai minimal yang harus diperoleh 71
5.	B-	Nilai minimal yang harus diperoleh 66
6.	C+	Nilai minimal yang harus diperoleh 64
7.	C	Nilai minimal yang harus diperoleh 56
8	D	Nilai kurang dari 56

**SKEMA PERKULIAHAN**

Minggu ke	Kompetensi dasar	Materi dasar	Strategi perkuliahan	Sumber/ referensi
1 (1x300')	Memahami pengertian diit, jenis makanan dan jenis diit	a. Pengantar dan pengertian diit b. Jenis makanan c. Jenis diit	Ceramah, diskusi, tanya jawab	1,2,3,4
2 (1x300')	Perencanaan dan penyusunan menu diit tinggi kalori tinggi protein (TKTP) dan rendah kalori (RK) sesuai perencanaan diit yang disusun.	a. Perhitungan kebutuhan gizi b. Pengertian diit Tujuan pemberian diit c. Syarat makanan yang boleh dan tidak boleh	Latihan , diskusi, tanya jawab	1,2,3,4
3 (1x300')	Perencanaan dan penyusunan menu diit DM dan dislipidemia sesuai perencanaan diit yang disusun.	a. Perhitungan kebutuhan gizi b. Pengertian diit Tujuan pemberian diit c. Syarat makanan yang boleh dan tidak boleh	Latihan , diskusi, tanya jawab	1,2,3,4
4 (1x300')	Perencanaan dan penyusunan menu diit rendah purin dan diit lambung sesuai perencanaan diit yang disusun.	a. Perhitungan kebutuhan gizi b. Pengertian diit Tujuan pemberian diit c. Syarat makanan yang boleh dan tidak boleh	Latihan , diskusi, tanya jawab	1,2,3,4

Dibuat oleh :  
Tim Pengampu

Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh isi dokumen tanpa ijin tertulis dari Fakultas Teknik  
Universitas Negeri Yogyakarta

Diperiksa oleh :  
Dr. Sri Wening



FAKULTAS TEKNIK  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

SILABUS PRAKTEK DIIT

No.SIL/TBB/BOG321/27

Revisi : -

November 2011

4 halaman

5 (1x300')	Perencanaan dan penyusunan menu diit anak dan olahragawan sesuai perencanaan diit yang disusun.	a. Perhitungan kebutuhan gizi b. Pengertian diit c. Tujuan diit d. Syarat makanan yang boleh dan tidak boleh	Latihan , diskusi, tanya jawab	1,2,3,4
6	Mid semester			
7-15 (9x300')	Mengolah dan menyajikan menu diit yang telah disusun	Mengolah dan menyajikan menu untuk berbagai jenis diit : TKTP, RK, DM, dislipidemia, rendah purin, lambung, anak dan olahragawan	Praktek	
16	Presentasi tugas dan laporan praktek			

Dibuat oleh :  
Tim Pengampu

Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh isi dokumen tanpa ijin tertulis dari Fakultas Teknik  
Universitas Negeri Yogyakarta

Diperiksa oleh :  
Dr. Sri Wening