



YAYASAN ADI UPAYA (YASAU)  
POLITEKNIK KESEHATAN TNI AU ADISUTJIPTO YOGYAKARTA  
PROGRAM STUDI D3 GIZI



RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER

MATA KULIAH	KODE	RUMPUN MK	BOBOT (SKS)	SEMESTER	TGL PENYUSUNAN
Gizi Olahraga dan Kedirgantaraan	Gz.322	Mata Kuliah Humaniora	2	IV	15 Februari 2023
OTORASI	Dosen Pengembangan RPS		Koordinator MK		Ka. PRODI
	 Pristina A.R, S.Gz., M.Gizi.		 Pristina A.R, S.Gz., M.Gizi.		 Marisa Elfina, S.T.Gizi., M.Gizi.
Capaian Pembelajaran (CP)	CPL-PRODI				
Catatan:  S : Sikap P : Pengetahuan  KU : Keterampilan Umum  KK : Keterampilan Khusus	P1	Menguasai prinsip-prinsip ilmu gizi dan penyakit terkait gizi, pangan, komunikasi, edukasi dan penyuluhan gizi, kesejahteraan sosial, dan humaniora untuk dapat melaksanakan pelayanan gizi tidak kompleks sesuai asuhan gizi terstandar (PAGT)/ NCP			
	P3	Menguasai prinsip-prinsip ilmu gizi dan dietetik, pangan, komunikasi, penyuluhan gizi, hygiene sanitasi, penyelenggaraan makanan pada klien dan upaya wirausaha, dan humaniora, untuk dapat melaksanakan pelayanan gizi institusi dan kedirgantaraan sesuai asuhan gizi terstandar (PAGT)/ NCP.			
	K1	Menguasai prinsip-prinsip ilmu gizi dan penyakit terkait gizi, pangan, komunikasi, edukasi dan penyuluhan gizi, kesejahteraan sosial, dan humaniora untuk dapat melaksanakan pelayanan gizi tidak kompleks sesuai asuhan gizi terstandar (PAGT)/ NCP			
	K3	Mampu melakukan kegiatan penyelenggaraan makanan pada institusi dan kedirgantaraan untuk menyediakan makanan yang sehat dan aman guna pemenuhan kebutuhan gizi dan dietetik pada klien secara mandiri dalam kondisi normal maupun darurat sesuai prosedur tetap yang berlaku.			
	CP - MK				
	1	Mahasiswa mampu menjelaskan konsep dasar gizi olah raga, gizi penerbangan, dan gizi kemiliteran / prajurit.			
	2	Mahasiswa mampu menentukan kebutuhan zat gizi pada atlet, penerbang dan prajurit.			
	3	Mahasiswa mampu menelaah masalah gizi pada atlet, penerbang, dan prajurit.			
	4	Mahasiswa mampu menelaah penyelenggaraan makanan untuk atlet, penerbang, dan prajurit.			
Deskripsi Singkat Mata Kuliah	Mata kuliah ini bertujuan memberikan pemahaman dan keterampilan kepada mahasiswa tentang gizi pada atlet, penerbang, dan prajurit. <b>Sub materi</b> yang akan dibahas dan didiskusikan dalam perkuliahan ini yaitu mengenai ruang				

	lingkup gizi olahraga, penerbangan, dan kemiliteran; kebutuhan gizi atlet, penerbang, dan prajurit; masalah gizi atlet, penerbang, dan prajurit; serta penyelenggaraan makanan atlet, penerbang, dan prajurit. <b>Pelaksanaan</b> perkuliahan dilakukan dengan metode ceramah, diskusi, dan tanya jawab sehingga mahasiswa diharapkan terlibat aktif dalam kegiatan perkuliahan. Mata kuliah ini juga terdapat studi kasus lapangan terkait pokok bahasan.											
<b>Materi Pembelajaran/ Pokok Bahasan</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Atmosfer dan Hipoksia</li> <li>2. Spasial Disorientasi</li> <li>3. G.Force</li> <li>4. Kebutuhan Gizi Penerbang dan Prajurit</li> <li>5. Tata Laksana Gizi Bagi Penerbang dan Prajurit</li> <li>6. Masalah Gizi Pada Penerbang dan Prajurit</li> <li>7. Penyelenggaraan Makanan Bagi Penerbang dan Prajurit</li> <li>8. Pendahuluan Gizi Olahraga</li> <li>9. Sistem Energi Pada Atlet</li> <li>10. Pengukuran Antropometri pada Atlet</li> <li>11. Kebutuhan Zat Gizi pada Atlet</li> <li>12. Suplemen Makanan pada Atlet</li> <li>13. Gangguan Makan dan Masalah Gizi Atlet</li> <li>14. Penyelenggaraan Makanan bagi Atlet</li> </ol>											
<b>Pustaka</b>	<p><b>Utama :</b>  David P.G, 2016. <i>Ernsting's Aviation and Space Medicine</i>. London: CRC Press.  Penggali MHST, dkk. 2019. <i>Sistem Energi, Antropometri, dan Asupan Makan Atlet</i>. Yogyakarta: UGM Press.  Patricia AD, dkk. 2017. <i>The Special Operations Forces Nutrition Guide</i>.  Kementerian Kesehatan RI. 2014. <i>Pedoman Gizi Olahraga Prestasi</i>. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.  Syafrizar, Wilda Welis. 2009. <i>Gizi Olahraga</i>. Padang: Wineka Media.</p> <p><b>Pendukung :</b>  Internet (e – book atau jurnal hasil penelitian)</p>											
<b>Media Pembelajaran</b>	<b>Perangkat Lunak</b>	<b>Perangkat Keras</b>										
	Estudy dan software presentasi	LCD, PC										
<b>Team Teaching</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pristina Adi Rachmawati, S.Gz., M.Gizi.</li> <li>2. dr. Mintoro Sumego, MS.</li> </ol>											
<b>Matakuliah Syarat</b>	Ilmu Gizi Dasar dan Ilmu Gizi Daur Kehidupan											
<b>Evaluasi Pembelajaran dan Penilaian</b>	<p><b>Sistem Evaluasi</b></p> <p>A. Penilaian teori meliputi penilaian akumulatif dari komponen berikut :</p> <table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 80%;">1. Keaktifan</td> <td style="text-align: right;">5%</td> </tr> <tr> <td>2. Kehadiran</td> <td style="text-align: right;">10%</td> </tr> <tr> <td>3. Tugas Terstruktur dan Kuis</td> <td style="text-align: right;">15%</td> </tr> <tr> <td>4. Ujian Tengah Semester (UTS)</td> <td style="text-align: right;">35%</td> </tr> <tr> <td>5. Ujian Akhir Semester (UAS)</td> <td style="text-align: right;">35%</td> </tr> </table> <p>Kehadiran minimal yaitu 75% dari sesi mata kuliah. Kehadiran yang kurang dari 75% tidak diijinkan untuk mengikuti ujian akhir.</p>		1. Keaktifan	5%	2. Kehadiran	10%	3. Tugas Terstruktur dan Kuis	15%	4. Ujian Tengah Semester (UTS)	35%	5. Ujian Akhir Semester (UAS)	35%
1. Keaktifan	5%											
2. Kehadiran	10%											
3. Tugas Terstruktur dan Kuis	15%											
4. Ujian Tengah Semester (UTS)	35%											
5. Ujian Akhir Semester (UAS)	35%											

- B. Penilaian studi kasus meliputi akumulatif dari komponen berikut.
- |                                |     |
|--------------------------------|-----|
| 1. Keaktifan                   | 10% |
| 2. Kinerja                     | 20% |
| 3. Laporan Studi Kasus         | 35% |
| 4. Presentasi Akhir (Responsi) | 35% |
- Kehadiran wajib 100% dari sesi studi kasus. Kehadiran yang kurang dari 100% tidak diijinkan untuk mengikuti ujian responsi.
- C. Penilaian Akhir
- |                      |     |
|----------------------|-----|
| 1. Nilai Teori       | 40% |
| 2. Nilai Studi Kasus | 60% |

**Penilaian**

Penilaian hasil akhir belajar menggunakan skala ordinal sebagai berikut:

Nilai Angka	Nilai Huruf	Harkat	Sebutan
80-100	A	4	Sangat Baik
65-79,99	B	3	Baik
55-64,99	C	2	Cukup
40-54,99	D	1	Kurang
0-39,99	E	0	Sangat Kurang

**Remediasi**

Bagi mahasiswa dengan absensi dan hasil ujian yang tidak memenuhi syarat dapat dilakukan remediasi.

**RENCANA PERKULIAHAN**

Mg Ke-	Sub CPMK (Sbg Kemampuan Akhir yang Diharapkan)	Bahan Kajian/Pokok Bahasan	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Bobot Penilaian	Waktu
1	a. Mahasiswa mampu memahami atmosfer dalam penerbangan b. Mahasiswa mampu memahami hipoksia dalam penerbangan	1. Atmosfer a. Pengertian atmosfer b. Sifat atmosfer c. Lapisan atmosfer d. Atmosfer dalam penerbangan	- Ceramah - Diskusi - Penugasan - Studi Kasus	1. Mahasiswa mengkaji pokok bahasan materi perkuliahan 2. Mahasiswa merespon materi kajian 3. Mahasiswa melakukan studi kasus	Setelah mengikuti perkuliahan ini, mahasiswa diharapkan dapat: 1. Menjelaskan atmosfer pada penerbangan 2. Menjelaskan hipoksia pada penerbangan	- Kuis - Tugas	7%	T=50' S=100'

Mg Ke-	Sub CPMK (Sbg Kemampuan Akhir yang Diharapkan)	Bahan Kajian/Pokok Bahasan	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Bobot Penilaian	Waktu
	<p>c. Mahasiswa mampu melakukan studi kasus tentang atmosfer pada penerbangan</p> <p>d. Mahasiswa mampu melakukan studi kasus tentang hipoksia pada penerbangan</p>	<p>2. Hipoksia dalam penerbangan</p> <p>a. Pengertian hipoksia</p> <p>b. Sifat hipoksia</p> <p>c. Macam hipoksia</p> <p>d. Gejala hipoksia</p> <p>e. Penggolongan hipoksia</p> <p>f. Pencegahan hipoksia</p> <p>g. Penanganan hipoksia</p>		<p>tentang atmosfer pada penerbangan</p> <p>4. Mahasiswa melakukan studi kasus tentang hipoksia pada penerbangan</p>	<p>3. Menganalisis atmosfer pada penerbangan</p> <p>4. Menganalisis pengaruh hipoksia penerbangan</p>			
2	<p>a. Mahasiswa mampu memahami spasial disorientasi pada penerbangan</p> <p>b. Mahasiswa mampu melakukan studi kasus tentang spasial disorientasi pada penerbangan</p>	<p>1. Spasial Disorientasi</p> <p>a. Pengertian spasial disorientasi</p> <p>b. Tipe disorientasi</p> <p>c. Pengaruh spasial disorientasi pada fisiologis tubuh</p> <p>d. Pengaruh spasial disorientasi pada penerbangan</p>	<p>- Ceramah</p> <p>- Diskusi</p> <p>- Penugasan</p> <p>- Studi Kasus</p>	<p>1. Mahasiswa mengkaji pokok bahasan materi perkuliahan</p> <p>2. Mahasiswa merespon materi kajian</p> <p>3. Mahasiswa melakukan studi kasus tentang spasial disorientasi</p>	<p>Setelah mengikuti perkuliahan ini, mahasiswa diharapkan dapat:</p> <p>1. Menjelaskan spasial disorientasi pada penerbangan</p> <p>2. Menganalisis pengaruh spasial disorientasi pada penerbangan</p>	<p>- Kuis</p> <p>- Tugas</p>	7%	T=50' S=100'
3	<p>a. Mahasiswa mampu</p>	<p>1. G.Force</p>	<p>- Ceramah</p> <p>- Diskusi</p>	<p>1. Mahasiswa mengkaji pokok</p>	<p>Setelah mengikuti perkuliahan ini,</p>	<p>- Kuis</p> <p>- Tugas</p>	7%	T=50' S=100'

Mg Ke-	Sub CPMK (Sbg Kemampuan Akhir yang Diharapkan)	Bahan Kajian/Pokok Bahasan	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Bobot Penilaian	Waktu
	<p>memahami G.Force pada penerbangan</p> <p>b. Mahasiswa mampu melakukan studi kasus G.Force pada penerbangan</p>	<p>a. Pengertian G.Force</p> <p>b. Macam G.Force</p> <p>c. Efek G.Force pada fisiologis tubuh</p> <p>d. Pengaruh G.Force pada penerbangan</p>	<p>- Penugasan</p> <p>- Studi Kasus</p>	<p>bahasan materi perkuliahan</p> <p>2. Mahasiswa merespon materi kajian</p> <p>3. Mahasiswa melakukan studi kasus tentang G.Force</p>	<p>mahasiswa diharapkan dapat:</p> <p>1. Menjelaskan G.Force pada penerbangan</p> <p>2. Menganalisis pengaruh G.Force pada penerbangan</p>			
4	<p>a. Mahasiswa mampu memahami kebutuhan zat gizi makro penerbang dan prajurit</p> <p>b. Mahasiswa mampu memahami kebutuhan zat gizi mikro penerbang dan prajurit</p> <p>c. Mahasiswa mampu melakukan studi kasus penentuan kebutuhan zat gizi makro dan mikro untuk penerbang dan prajurit</p>	<p>1. Kebutuhan zat gizi makro penerbang dan prajurit</p> <p>2. Kebutuhan zat gizi mikro penerbang dan prajurit</p>	<p>- Ceramah</p> <p>- Diskusi</p> <p>- Penugasan</p> <p>- Studi Kasus</p>	<p>1. Mahasiswa mengkaji pokok bahasan materi perkuliahan</p> <p>2. Mahasiswa merespon materi kajian</p> <p>3. Mahasiswa melakukan studi kasus penentuan kebutuhan zat gizi makro dan mikro pada penerbangan dan prajurit</p>	<p>Setelah mengikuti perkuliahan ini, mahasiswa diharapkan dapat:</p> <p>1. Menjelaskan kebutuhan zat gizi makro penerbang dan prajurit</p> <p>2. Menjelaskan kebutuhan zat gizi mikro penerbang dan prajurit</p> <p>3. Menganalisis kebutuhan zat gizi makro dan mikro penerbang dan prajurit</p>	<p>- Kuis</p> <p>- Tugas</p>	8%	T=50' S=100'

Mg Ke-	Sub CPMK (Sbg Kemampuan Akhir yang Diharapkan)	Bahan Kajian/Pokok Bahasan	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Bobot Penilaian	Waktu
5	<p>a. Mahasiswa mampu memahami tata laksana gizi bagi penerbang dan prajurit</p> <p>b. Mahasiswa mampu melakukan studi kasus tata laksana gizi bagi penerbang dan prajurit</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Tata laksana gizi bagi penerbang saat di darat</li> <li>Tata laksana gizi bagi penerbang saat di udara</li> <li>Tata laksana gizi bagi prajurit saat latihan</li> <li>Tata laksana gizi bagi prajurit saat bertempur</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ceramah</li> <li>Diskusi</li> <li>Penugasan</li> <li>Studi Kasus</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Mahasiswa mengkaji pokok bahasan materi perkuliahan</li> <li>Mahasiswa merespon materi kajian</li> <li>Mahasiswa melakukan studi kasus tata laksana gizi bagi penerbang dan prajurit</li> </ol>	<p>Setelah mengikuti perkuliahan ini, mahasiswa diharapkan dapat:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Menjelaskan tata laksana gizi bagi penerbang saat di darat</li> <li>Menjelaskan tata laksana gizi bagi penerbang saat di udara</li> <li>Menjelaskan tata laksana gizi bagi prajurit saat latihan</li> <li>Menjelaskan tata laksana gizi bagi prajurit saat bertempur</li> <li>Menganalisis tata laksana gizi bagi penerbang dan prajurit</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kuis</li> <li>Tugas</li> </ul>	8%	T=50' S=100'
6	<p>a. Mahasiswa mampu memahami masalah gizi pada penerbang dan prajurit</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Masalah gizi pada penerbang</li> <li>Masalah gizi pada prajurit</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ceramah</li> <li>Diskusi</li> <li>Penugasan</li> <li>Studi Kasus</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Mahasiswa mengkaji pokok bahasan materi perkuliahan</li> </ol>	<p>Setelah mengikuti perkuliahan ini, mahasiswa diharapkan dapat:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Menjelaskan masalah gizi</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kuis</li> <li>Tugas</li> </ul>	8%	T=50' S=100'

Mg Ke-	Sub CPMK (Sbg Kemampuan Akhir yang Diharapkan)	Bahan Kajian/Pokok Bahasan	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Bobot Penilaian	Waktu
	b. Mahasiswa mampu melakukan studi kasus masalah gizi pada penerbang dan prajurit			<ul style="list-style-type: none"> <li>2. Mahasiswa merespon materi kajian</li> <li>3. Mahasiswa melakukan studi kasus masalah gizi pada penerbang dan prajurit</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>pada penerbang dan prajurit</li> <li>2. Menganalisis studi kasus masalah gizi pada penerbang dan prajurit</li> </ul>			
7	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Mahasiswa mampu memahami penyelenggaraan makanan bagi penerbang dan prajurit</li> <li>b. Mahasiswa mampu studi kasus penyelenggaraan makanan bagi penerbang dan prajurit</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. Crew meals</li> <li>2. Passenger meals</li> <li>3. Sistem penanganan makanan dalam penerbangan</li> <li>4. Penyelenggaraan makanan prajurit di asrama /pelatihan</li> <li>5. Penyelenggaraan makanan prajurit di medan tempur</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ceramah</li> <li>- Diskusi</li> <li>- Penugasan</li> <li>- Studi Kasus</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. Mahasiswa mengkaji pokok bahasan materi perkuliahan</li> <li>2. Mahasiswa merespon materi kajian</li> <li>3. Mahasiswa melakukan studi kasus penyelenggaraan makanan bagi penerbang dan prajurit</li> </ul>	<p>Setelah mengikuti perkuliahan ini, mahasiswa diharapkan dapat:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>1. Menjelaskan crew meals</li> <li>2. Menjelaskan passenger meals</li> <li>3. Menjelaskan sistem penanganan makanan dalam penerbangan</li> <li>4. Menjelaskan penyelenggaraan makanan prajurit di asrama /pelatihan</li> <li>5. Menjelaskan penyelenggaraan makanan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kuis</li> <li>- Tugas</li> </ul>	8%	T=50' S=100'

Mg Ke-	Sub CPMK (Sbg Kemampuan Akhir yang Diharapkan)	Bahan Kajian/Pokok Bahasan	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Bobot Penilaian	Waktu
					prajurit di medan tempur			
<b>8</b>	<b>Ujian Tengah Semester (UTS) : Melakukan validasi hasil penilaian, evaluasi dan perbaikan proses pembelajaran berikutnya</b>							
9	a. Mahasiswa mampu menjelaskan konsep dasar gizi olahraga b. Mahasiswa mampu melakukan studi kasus peranan gizi dalam olahraga	1. Ruang lingkup gizi olahraga 2. Peranan ilmu gizi dalam olahraga 3. Fokus utama gizi olahraga	- Ceramah - Diskusi - Penugasan - Studi Kasus	1. Mahasiswa mengkaji pokok bahasan materi perkuliahan 2. Mahasiswa merespon materi kajian 3. Mahasiswa melakukan studi kasus peranan gizi dalam olahraga	Setelah mengikuti perkuliahan ini, mahasiswa diharapkan dapat: 1. Menjelaskan ruang lingkup gizi olahraga 2. Menjelaskan peranan ilmu gizi dalam olahraga 3. Menjelaskan Fokus utama gizi olahraga	- Kuis - Tugas	7%	T=50' S=100'
10	a. Mahasiswa mampu menjelaskan sistem energi pada atlet b. Mahasiswa mampu melakukan studi kasus penggunaan energi atlet pada berbagai macam cabang olahraga	1. Jalur metabolisme energi saat berolahraga 2. Sistem hidrolisis phosphocreatine (PCr) 3. Glikolisis anaerobic glukosa (glikolisis) 4. Metabolisme pembakaran simpanan karbohidrat, lemak, dan protein	- Ceramah - Diskusi - Penugasan - Studi Kasus	1. Mahasiswa mengkaji pokok bahasan materi perkuliahan 2. Mahasiswa merespon materi kajian 3. Mahasiswa melakukan studi kasus penggunaan energi atlet pada berbagai macam cabang olahraga	Setelah mengikuti perkuliahan ini, mahasiswa diharapkan dapat: 1. Menjelaskan jalur metabolisme energi saat berolahraga 2. Menjelaskan sistem hidrolisis phosphocreatine (PCr) 3. Menjelaskan glikolisis anaerobic	- Kuis - Tugas	8%	T=50' S=100'

Mg Ke-	Sub CPMK (Sbg Kemampuan Akhir yang Diharapkan)	Bahan Kajian/Pokok Bahasan	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Bobot Penilaian	Waktu
		(metabolisme aerob)			glukosa (glikolisis) 4. Menjelaskan metabolisme pembakaran simpanan karbohidrat, lemak, dan protein (metabolisme aerob) 5. Menganalisis penggunaan energi atlet pada berbagai macam cabang olahraga			
11	a. Mahasiswa mampu memahami pengukuran antropometri pada atlet b. Mahasiswa mampu melakukan studi kasus penentuan status gizi atlet	1. Pengukuran antropometri pada atlet 2. Penentuan status gizi pada atlet 3. Kesalahan-kesalahan pada pengukuran antropometri	- Ceramah - Diskusi - Penugasan - Studi Kasus	1. Mahasiswa mengkaji pokok bahasan materi perkuliahan 2. Mahasiswa merespon materi kajian 3. Mahasiswa melakukan studi kasus pengukuran antropometri atlet	Setelah mengikuti perkuliahan ini, mahasiswa diharapkan dapat: 1. Menjelaskan pengukuran antropometri pada atlet 2. Menjelaskan penentuan status gizi pada atlet 3. Menjelaskan kesalahan-kesalahan pada	- Kuis - Tugas	8%	T=50' S=100'

Mg Ke-	Sub CPMK (Sbg Kemampuan Akhir yang Diharapkan)	Bahan Kajian/Pokok Bahasan	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Bobot Penilaian	Waktu
					pengukuran antropometri 4. Menganalisis status gizi pada atlet			
12	a. Mahasiswa mampu memahami kebutuhan zat gizi pada atlet b. Mahasiswa mampu melakukan studi kasus penentuan kebutuhan zat gizi pada atlet	1. Kebutuhan zat gizi makro atlet 2. Kebutuhan zat gizi mikro atlet 3. Kebutuhan elektrolit atlet	- Ceramah - Diskusi - Penugasan - Studi Kasus	1. Mahasiswa mengkaji pokok bahasan materi perkuliahan 2. Mahasiswa merespon materi kajian 3. Mahasiswa melakukan studi kasus penentuan kebutuhan zat gizi pada atlet	Setelah mengikuti perkuliahan ini, mahasiswa diharapkan dapat: 1. Menjelaskan kebutuhan zat gizi makro atlet 2. Menjelaskan kebutuhan zat gizi mikro atlet 3. Menjelaskan kebutuhan elektrolit atlet 4. Menganalisis kebutuhan zat gizi pada atlet	- Kuis - Tugas	8%	T=50' S=100'
13	a. Mahasiswa mampu memahami suplemen makanan pada atlet b. Mahasiswa mampu melakukan studi kasus suplementasi makanan pada atlet	1. Suplementasi pada atlet 2. Zat ergogenik 3. Peran suplementasi bagi atlet 4. Dampak suplementasi pada atlet	- Ceramah - Diskusi - Penugasan - Studi Kasus	1. Mahasiswa mengkaji pokok bahasan materi perkuliahan 2. Mahasiswa merespon materi kajian 3. Mahasiswa melakukan studi kasus suplementasi makanan pada atlet	Setelah mengikuti perkuliahan ini, mahasiswa diharapkan dapat: 1. Menjelaskan suplementasi pada atlet 2. Menjelaskan zat ergogenic 3. Menjelaskan peran suplementasi bagi atlet	- Kuis - Tugas	8%	T=50' S=100'

Mg Ke-	Sub CPMK (Sbg Kemampuan Akhir yang Diharapkan)	Bahan Kajian/Pokok Bahasan	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Bobot Penilaian	Waktu
					4. Menjelaskan dampak suplementasi pada atlet 5. Menganalisis suplementasi makanan pada atlet			
14	<p>a. Mahasiswa mampu memahami gangguan makan atlet</p> <p>b. Mahasiswa mampu memahami masalah gizi atlet</p> <p>c. Mahasiswa mampu melakukan studi kasus kejadian gangguan makan dan masalah gizi atlet</p>	<p>1. Gangguan makan pada atlet</p> <p>2. Penyebab gangguan makan pada atlet</p> <p>3. Dampak gangguan makan pada atlet</p> <p>4. Masalah gizi pada atlet</p> <p>5. Tata laksana masalah gizi pada atlet</p>	<p>- Ceramah</p> <p>- Diskusi</p> <p>- Penugasan</p> <p>- Studi Kasus</p>	<p>1. Mahasiswa mengkaji pokok bahasan materi perkuliahan</p> <p>2. Mahasiswa merespon materi kajian</p> <p>3. Mahasiswa melakukan studi kasus kejadian gangguan makan dan masalah gizi atlet</p>	<p>Setelah mengikuti perkuliahan ini, mahasiswa diharapkan dapat:</p> <p>1. Menjelaskan gangguan makan pada atlet</p> <p>2. Menjelaskan penyebab gangguan makan pada atlet</p> <p>3. Menjelaskan dampak gangguan makan pada atlet</p> <p>4. Menjelaskan masalah gizi pada atlet</p> <p>5. Menjelaskan tata laksana masalah gizi pada atlet</p> <p>6. Menganalisis kejadian</p>	<p>- Kuis</p> <p>- Tugas</p>	8%	T=50' S=100'

Mg Ke-	Sub CPMK (Sbg Kemampuan Akhir yang Diharapkan)	Bahan Kajian/Pokok Bahasan	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Bobot Penilaian	Waktu
					gangguan makan dan masalah gizi atlet			
15	<p>a. Mahasiswa mampu memahami penyelenggaraan makanan bagi atlet</p> <p>b. Mahasiswa mampu melakukan studi kasus penyelenggaraan makanan bagi atlet</p>	<p>1. Penyelenggaraan makanan atlet saat latihan</p> <p>2. Penyelenggaraan makanan atlet saat persiapan turnamen</p> <p>3. Penyelenggaraan makanan atlet saat turnamen</p> <p>4. Penyelenggaraan makanan atlet saat recovery</p>	<p>- Ceramah</p> <p>- Diskusi</p> <p>- Penugasan</p> <p>- Studi Kasus</p>	<p>1. Mahasiswa mengkaji pokok bahasan materi perkuliahan</p> <p>2. Mahasiswa merespon materi kajian</p> <p>3. Mahasiswa melakukan studi kasus penyelenggaraan makanan bagi atlet</p>	<p>Setelah mengikuti perkuliahan ini, mahasiswa diharapkan dapat:</p> <p>1. Menjelaskan penyelenggaraan makanan atlet saat latihan</p> <p>2. Menjelaskan penyelenggaraan makanan atlet saat persiapan turnamen</p> <p>3. Menjelaskan penyelenggaraan makanan atlet saat turnamen</p> <p>4. Menjelaskan penyelenggaraan makanan atlet saat recovery</p> <p>5. Menganalisis penyelenggaraan makanan bagi atlet</p>	<p>- Kuis</p> <p>- Tugas</p>	8%	T=50' S=100'
16	<b>Ujian Akhir Semester (UAS) : Melakukan validasi penilaian akhir dan menentukan kelulusan mahasiswa</b>							