



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 Penerbangan		GIZ-5310	Ilmu Kesehatan Penerbangan	3	3	1 Agustus 2024
OTORASI	Dosen Pengembangan RPS		Koordinator RMK		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) Catatan: S : Sikap P : Pengetahuan KU : Keterampilan Umum KK : Keterampilan Khusus	CPL-PRODI					
	S9	Menunjukkan sikap bertanggungjawab atas pekerjaan di bidang keahliannya secara mandiri. \				
	S11	Menunjukkan sikap dan perilaku profesional sebagai nutrisisionis terampil.				
	KU2	Mampu menunjukkan kinerja bermutu dan terukur.				
	P6	Menguasai ilmu gizi penerbangan untuk melakukan pelayanan asuhan gizi, pelayanan program gizi dan pemberdayaan masyarakat, pelayanan penyelenggaraan makanan institusi, edukasi dan komunikasi efektif pada berbagai kondisi.				
	KK5	Mampu melakukan pelayanan program gizi penerbangan, meliputi asuhan gizi, penyelenggaraan makan, pendidikan gizi, dan menciptakan inovasi pangan pada penerbangan.				
	CP - MK					
	1	Mahasiswa mampu menjelaskan konsep dasar gizi gizi penerbangan.				
	2	Mahasiswa mampu menentukan kebutuhan zat gizi penerbang.				
	3	Mahasiswa mampu menelaah masalah gizi pada penerbang.				
4	Mahasiswa mampu menelaah penyelenggaraan makanan untuk penerbang.					

Deskripsi Singkat Mata Kuliah	Mata kuliah ini bertujuan memberikan pemahaman dan keterampilan kepada mahasiswa tentang gizi pada penerbang. Sub materi yang akan dibahas dan didiskusikan dalam perkuliahan ini yaitu mengenai ruang lingkup gizi penerbangan; kebutuhan gizi penerbang; masalah gizi penerbang; serta penyelenggaraan makanan penerbang. Pelaksanaan perkuliahan dilakukan dengan metode ceramah, diskusi, studi lapangan dan praktikum laboratorium sehingga mahasiswa diharapkan terlibat aktif dalam kegiatan perkuliahan.	
Materi Pembelajaran/ Pokok Bahasan	1. Pendahuluan gizi penerbangan 2. Penentuan status gizi penerbang 3. Kebutuhan zat gizi makro penerbang 4. Kebutuhan zat gizi mikro penerbang 5. Cairan bagi penerbang 6. Preflight nutrition 7. Inflight nutrition 8. Postflight nutrition 9. Pola dan perilaku diet penerbang 10. Suplementasi untuk penerbang 11. Masalah gizi penerbang 12. Penyelenggaraan makanan bagi penerbang	
Pustaka	Utama : Patricia AD, dkk. 2017. <i>The Special Operations Forces Nutrition Guide</i>. Department of The Air Force. 2017 <i>The Airman Handbook</i> Warfighter Nutrition Guide Pendukung : Internet (e – book atau jurnal hasil penelitian) Hasil penelitian dosen : 1. Pemanfaatan Pangan Lokal dalam Pembuatan Snackbars Rhynix dengan Formulasi Tempe (<i>Rhizopus Orizae</i>) dan Kurma (<i>Phoenix dactylifera</i>) bagi Awak Pesawat : https://eprints.poltekkesadisutjipto.ac.id/id/eprint/2820/ 2. Penelitian Uji Analisis Kimia Snackbars Rhynix dengan Formulasi Tempe (<i>Rhizopus Orizae</i>) dan Kurma (<i>Phoenix dactylifera</i>) bagi Awak Pesawat : https://eprints.poltekkesadisutjipto.ac.id/id/eprint/2819/ 3. Pembuatan Flakes Tepung Umbi Garut dan Buah Pisang Kepok sebagai Produk Makanan Pemulihan pada Awak Pesawat https://eprints.poltekkesadisutjipto.ac.id/id/eprint/2818/ 4. Hubungan Pengetahuan Gizi Seimbang Komposisi Tubuh Status Gizi dan Kelelahan Kerja Personel Ground Crew di Skadik 102 Lanud Adisutjipto : https://eprints.poltekkesadisutjipto.ac.id/id/eprint/2822/ Hasil pengabdian masyarakat dosen : 1. Penyuluhan Gizi Penerbangan https://eprints.poltekkesadisutjipto.ac.id/id/eprint/2817/	
Media Pembelajaran	Perangkat Lunak	Perangkat Keras
	estudy, aplikasi video conference, software presentasi	LCD, PC
Team Teaching	Marisa Elfina, S.T.Gizi., M.Gizi	
Matakuliah Syarat	Ilmu Gizi Dasar, Ilmu Gizi Daur Kehidupan, Penentuan Status Gizi	

Evaluasi Pembelajaran dan Penilaian**Sistem Evaluasi**

A. Penilaian teori meliputi penilaian akumulatif dari komponen berikut :

- | | |
|--------------------------------|-----|
| 1. Keaktifan | 10% |
| 2. Kehadiran | 10% |
| 3. Tugas Terstruktur dan Kuis | 20% |
| 4. Ujian Tengah Semester (UTS) | 30% |
| 5. Ujian Akhir Semester (UAS) | 30% |

Kehadiran minimal yaitu 75% dari sesi mata kuliah. Kehadiran yang kurang dari 75% tidak diijinkan untuk mengikuti ujian akhir.

B. Penilaian studi kasus dan praktikum meliputi akumulatif dari komponen berikut :

- | | |
|-------------------|-----|
| 1. Keaktifan | 10% |
| 2. Kinerja | 20% |
| 3. Laporan | 30% |
| 4. Ujian Responsi | 40% |

Kehadiran wajib 100% dari sesi praktikum. Kehadiran yang kurang dari 100% tidak diijinkan untuk mengikuti ujian responsi.

C. Penilaian Akhir

- | | |
|------------------------------------|-----|
| 1. Nilai Teori | 40% |
| 2. Nilai Studi Kasus dan Praktikum | 60% |

Penilaian

Penilaian hasil akhir belajar menggunakan skala ordinal sebagai berikut :

Nilai Angka	Nilai Huruf	Harkat	Sebutan
80-100	A	4	Sangat Baik
70-79,99	B	3	Baik
60-69,99	C	2	Cukup
50-59,99	D	1	Kurang
0-49,99	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	Mahasiswa mampu memahami gizi penerbangan	Pengantar gizi penerbang 1. Konsep Gizi Penerbangan 2. Faktor yang mempengaruhi Gizi Penerbangan 3. Tujuan Pemenuhan Gizi Penerbangan	- Ceramah - Diskusi - Penugasan	1. Mahasiswa mengkaji pokok bahasan materi perkuliahan 2. Mahasiswa merespon materi kajian	Setelah mengikuti perkuliahan ini, mahasiswa diharapkan dapat: Memahami dan menjelaskan pengertian gizi penerbangan	- Kuis - Tugas	6%	T=170' S=340'
2	Mahasiswa mampu melakukan penentuan status gizi penerbang	Penentuan Status Gizi penerbang 1. Antropometri 2. Komposisi Tubuh 3. Survey Konsumsi Pangan	- Ceramah - Diskusi - Penugasan	1. Mahasiswa mengkaji pokok bahasan materi perkuliahan 2. Mahasiswa merespon materi kajian	Setelah mengikuti perkuliahan ini, mahasiswa diharapkan dapat: Mengukur antropometri penerbang dan menentukan status gizi penerbang	- Kuis - Tugas	7%	T=170' S= 340'
3	Mahasiswa mampu menentukan kebutuhan zat gizi makro penerbang	1. Kebutuhan karbohidrat bagi penerbang 2. Kebutuhan protein bagi penerbang 3. Kebutuhan lemak bagi penerbang	- Ceramah - Diskusi - Penugasan	1. Mahasiswa mengkaji pokok bahasan materi perkuliahan 2. Mahasiswa merespon materi kajian	Setelah mengikuti perkuliahan ini, mahasiswa diharapkan dapat: Menentukan kebutuhan zat gizi makro untuk penerbang yang meliputi karbohidrat, protein, dan lemak	- Kuis - Tugas	7%	T=170' S=340'

4	Mahasiswa mampu menentukan kebutuhan zat gizi mikro penerbang	1. Kebutuhan vitamin bagi penerbang 2. Kebutuhan mineral bagi penerbang 3. Kebutuhan serat bagi penerbang	- Ceramah - Diskusi - Penugasan	1. Mahasiswa mengkaji pokok bahasan materi perkuliahan 2. Mahasiswa merespon materi kajian	Setelah mengikuti perkuliahan ini, mahasiswa diharapkan dapat: Menentukan kebutuhan zat gizi mikro untuk penerbang yang meliputi vitamin, mineral, dan serat	- Kuis - Tugas	7%	T=170' S=340'
5	Mahasiswa mampu menentukan cairan bagi penerbang	1. Kebutuhan cairan bagi penerbang 2. Pola konsumsi cairan untuk penerbang 3. Jenis cairan untuk penerbang	- Ceramah - Diskusi - Penugasan	1. Mahasiswa mengkaji pokok bahasan materi perkuliahan 2. Mahasiswa merespon materi kajian	Setelah mengikuti perkuliahan ini, mahasiswa diharapkan dapat: Menentukan kebutuhan cairan untuk penerbang, memahami pola konsumsi cairan yang baik untuk penerbang, dan mampu menentukan jenis cairan yang baik dikonsumsi untuk penerbang	- Kuis - Tugas	7%	T=170' S=340'
6	Mahasiswa mampu memahami preflight nutrition dan membuat menu preflight	1. Kebutuhan gizi sebelum terbang 2. Pengaturan makan sebelum terbang	- Ceramah - Diskusi - Penugasan	1. Mahasiswa mengkaji pokok bahasan materi perkuliahan 2. Mahasiswa merespon materi kajian	Setelah mengikuti perkuliahan ini, mahasiswa diharapkan dapat: Menentukan kebutuhan gizi sebelum terbang dan pengaturan makan penerbang sebelum terbang	- Kuis - Tugas	8%	T=170' P= 340'
7	Mahasiswa mampu memahami inflight nutrition dan	1. Kebutuhan gizi selama terbang	- Ceramah - Diskusi - Penugasan	1. Mahasiswa mengkaji pokok bahasan materi perkuliahan	Setelah mengikuti perkuliahan ini, mahasiswa diharapkan dapat:	- Kuis - Tugas	8%	T=170' P= 340'

	membuat menu inflight	2. Pengaturan makan selama terbang		2. Mahasiswa merespon materi kajian	Menentukan kebutuhan gizi selama terbang dan pengaturan makan penerbang selama terbang			
8	Ujian Tengah Semester (UAS) : Melakukan validasi penilaian akhir dan menentukan kelulusan mahasiswa							
9	Mahasiswa mampu memahami postflight nutrition dan membuat menu postflight	1. Kebutuhan gizi setelah terbang 2. Pengaturan makan setelah terbang	- Ceramah - Diskusi - Penugasan	1. Mahasiswa mengkaji pokok bahasan materi perkuliahan 2. Mahasiswa merespon materi kajian	Setelah mengikuti perkuliahan ini, mahasiswa diharapkan dapat: Menentukan kebutuhan gizi setelah terbang dan pengaturan makan penerbang setelah terbang	- Kuis - Tugas	8%	T=170' P= 340'
10	Mahasiswa mampu memahami dan menggali pola dan perilaku diet penerbang	Pola dan perilaku diet yang tepat untuk penerbang	- Ceramah - Diskusi - Penugasan	1. Mahasiswa mengkaji pokok bahasan materi perkuliahan 2. Mahasiswa merespon materi kajian	Setelah mengikuti perkuliahan ini, mahasiswa diharapkan dapat: memahami pola dan perilaku diet yang baik untuk penerbang	- Kuis - Tugas	7%	T=170' S=340'
11	Mahasiswa mampu memahami dan menggali suplementasi makanan pada penerbang	1. Suplemen makanan untuk penerbang 2. Penggunaan suplemen makanan yang tepat bagi penerbang	- Ceramah - Diskusi - Penugasan -	1. Mahasiswa mengkaji pokok bahasan materi perkuliahan 2. Mahasiswa merespon materi kajian	Setelah mengikuti perkuliahan ini, mahasiswa diharapkan dapat: Memahami dan menentukan suplementasi makanan yang baik untuk penerbang	- Kuis - Tugas	7%	T=170' S=340'
12	Mahasiswa mampu memahami dan menggali masalah gizi penerbang	Masalah gizi pada penerbang : 1. Obesitas 2. Dislipidemia	- Ceramah - Diskusi - Penugasan	1. Mahasiswa mengkaji pokok bahasan materi perkuliahan	Setelah mengikuti perkuliahan ini, mahasiswa diharapkan dapat:	- Kuis - Tugas	7%	T=170' S=340'

[illegible]