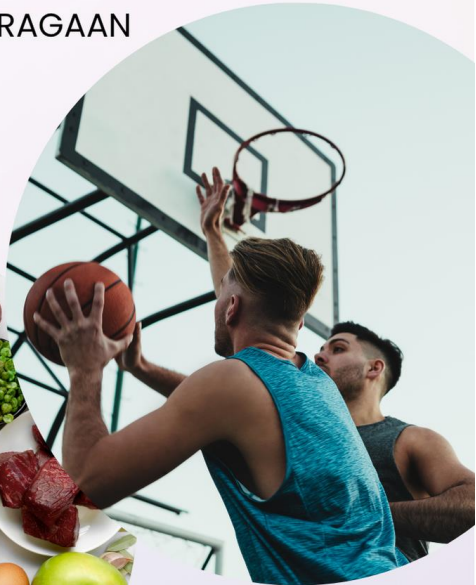




PROGRAM STUDI S1 GIZI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
DAN KESEHATAN
TAHUN 2026



**BUKU PANDUAN KEGIATAN
PRAKTIK KERJA LAPANGAN
ROTASI GIZI OLAHRAGA DAN
KEBUGARAN**



NAMA : _____
NIM : _____
TEMPAT : _____

**PROGRAM STUDI S1 GIZI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS NEGERI SURABAYA
Jl. Lidah Wetan, Surabaya – 60213**

BUKU PANDUAN KEGIATAN PRAKTIK KERJA LAPANGAN ROTASI GIZI OLAHRAGA DAN KEBUGARAN

NAMA : _____
NIM : _____
TEMPAT : _____
ALAMAT : _____
NO. HP : _____

Foto berwarna
3 x 4 cm

()

KATA PENGANTAR

Puji syukur kami panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa, yang telah memberikan Rahmat dan Hidayah-Nya, sehingga penyusunan Buku Panduan Kegiatan Praktik Kerja Lapangan (PKL) Rotasi Gizi Olahraga Mahasiswa Program Studi S1 Gizi ini dapat diselesaikan pada waktunya.

Secara umum buku panduan ini disusun untuk mengurangi kesenjangan informasi antara peserta maupun semua pihak yang terlibat dalam kegiatan praktik kerja lapangan rotasi gizi olahraga, sehingga dapat tercapai persamaan persepsi dan juga dapat mencapai tujuan yang sudah ditetapkan. Dengan adanya buku panduan ini, kami menyambut gembira karena merupakan salah satu upaya yang dapat dikembangkan di masa-masa yang akan datang. Untuk itu, terima kasih kami sampaikan juga kepada para penyusun dan pihak-pihak yang terlibat dalam penyusunan buku panduan kegiatan praktik kerja lapangan rotasi gizi olahraga ini.

Buku panduan ini tidak terlepas dari kekurangan, oleh karena itu saran dan masukan yang membangun sangat kami harapkan demi perbaikan di masa mendatang.

Kami mengharapkan dengan diterbitkannya Buku Panduan Kegiatan Praktik Kerja Lapangan Rotasi Gizi Olahraga ini dapat dijadikan landasan dalam pelaksanaan kegiatan PKL rotasi gizi olahraga bagi mahasiswa Program Studi S1 Gizi Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Surabaya.

Surabaya, Januari 2026

Dekan
Fakultas Ilmu Keolahragaan dan
Kesehatan
Universitas Negeri Surabaya

Dr. Irmantara Subagio, M.Kes
NIP. 19640624 198812 1 001

TIM PENYUSUN
BUKU PANDUAN KEGIATAN
PRAKTIK KERJA LAPANGAN
ROTASI GIZI OLAHRAGA DAN
KEBUGARAN

Satwika Arya Pratama, S.Gz., M.Sc., Dietisien
Anindya Maratus Sholikhah, S.KM., M.Kes.
Dr. Ratna Candra Dewi, M.Kes.
Cleonara Yanuar Dini, S.Gz., Dietisien., M.Sc.
Desty Muzarofatus Sholihah, S.KM., M.Kes.
Dr. Yuni Nurwati, S.Gz., Dietisien., M.Gz.

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
IDENTITAS	ii
KATA PENGANTAR	1
TIM PENYUSUN	2
DAFTAR ISI	3
DAFTAR LAMPIRAN	4
BAB I. PENDAHULUAN	5
A. DESKRIPSI ROTASI	5
B. CAPAIAN PEMBELAJARAN	5
C. TUJUAN	8
D. PESERTA DAN PEMBIMBING	8
BAB II. KETENTUAN PELAKSANAAN	11
A. PENAMPILAN PROFESIONAL	11
B. KEHADIRAN (PRESENSI)	12
C. SANKSI	13
D. <i>PATIENT SAFETY</i>	13
E. KETENTUAN LAIN	16
BAB III. PELAKSANAAN DAN FORMAT LAPORAN	17
A. PELAKSANAAN	17
B. FORMAT LAPORAN	22
C. KETENTUAN PENULISAN LAPORAN	29
D. PENGUMPULAN LAPORAN	30
BAB IV. PENILAIAN KEGIATAN	31
A. PERENCANAAN PROGRAM ASUHAN GIZI OLAHRAGA	31
B. LAYANAN ASUHAN GIZI RUMAH SAKIT	40
C. PELAPORAN PROGRAM GIZI OLAHRAGA	57
D. EVALUASI	67
LAMPIRAN	68

DAFTAR LAMPIRAN

1. CATATAN KEGIATAN HARIAN PESERTA (<i>LOG BOOK</i>)	69
2. LEMBAR KONSULTASI DENGAN DPL & SUPERVISOR	70
3. FORM PERSETUJUAN KEGIATAN	71
4. KETERANGAN IZIN PESERTA	72
5. FORM PENYERAHAN LAPORAN	73
6. HALAMAN PENGESAHAN UJIAN KOMPREHENSIF	74
7. HALAMAN PENGESAHAN PKL ROTASI GIZI OLAAHRAGA	75
8. BERITA ACARA PRESENTASI PKL ROTASI GIZI OLAHRAGA	76
9. DAFTAR HADIR PRESENTASI ROTASI GIZI OLAAHRAGA	77

BAB I

PENDAHULUAN

A. DESKRIPSI ROTASI

Kegiatan praktik kerja lapangan rotasi gizi olahraga dan kebugaran bertujuan untuk mencapai kompetensi ahli gizi yaitu mampu melaksanakan asuhan gizi terstandar berdasarkan *Nutritional Care Process* (NCP) yang meliputi *nutritional assessment* berupa pengkajian data antropometri, biokimia, fisik klinis, riwayat makan (*dietary assessment*), ekologi, dan interaksi obat dan makanan, sehingga dapat dilakukan diagnosis gizi sesuai dengan prioritas masalah gizi yang dihadapi pasien. Mendesain rencana asuhan gizi dan implementasinya; manajemen monitoring asupan makanan dan zat gizi; memilih, memonitor, dan mengevaluasi standar enteral dan parenteral untuk memenuhi kebutuhan yang dianjurkan; mempertahankan status zat gizi makro, menerapkan pemberian diet transisi (contoh: perubahan dari *total parenteral nutrition* ke *enteral nutrition*), melakukan koordinasi dan modifikasi aktivitas asuhan gizi, serta monitoring dan evaluasi intervensi diet maupun edukasi gizi. Lokasi kegiatan praktik kerja lapangan rotasi gizi olahraga untuk mendapat pengalaman olahraga dilaksanakan di rumah sakit yang memberikan pelayanan rawat inap meliputi ilmu penyakit dalam, ilmu kesehatan anak, bedah, obgyn, dan rawat jalan (poli gizi).

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN (CPL)

CPL Program Studi

CPL-4 Mengembangkan diri secara berkelanjutan dan berkolaborasi (Sikap)

CPL-8 Mampu mengelola pelayanan gizi berdasarkan penilaian gizi yang sudah baku secara mandiri (Pengetahuan)

CPL-9 Mampu membuat keputusan dalam proses pemecahan masalah gizi olahraga dan kebugaran, triple burden malnutrition

pada perorangan, kelompok dan masyarakat melalui penilaian status gizi dan faktor terkait (Pengetahuan)

CPL-10 Mampu berkolaborasi interprofessional untuk mengembangkan pelayanan gizi promotif, preventif, kuratif dan rehabilitatif (Pengetahuan)

CPL-11 Mampu mendesain dan mengelola pendidikan gizi dengan menggunakan media dan metode sesuai karakteristik sasaran (Pengetahuan)

CPL-15 Mampu mengaplikasikan ilmu gizi dan nutriprenneur dalam sport, exerDPLse dan physical activity pada atlet, insan olahraga dan masyarakat untuk menunjang performa, dan kebugaran (Pengetahuan)

CPMK

CPMK-1: Mampu menerapkan etika profesi, komunikasi efektif, patient safety, serta bekerja sama secara profesional dalam pelayanan gizi olahraga.

CPMK-2: Mampu melakukan asesmen gizi olahraga dan kebugaran secara komprehensif menggunakan Nutrition Care Process (NCP).

CPMK-3: Mampu menetapkan diagnosis gizi dan menyusun intervensi gizi olahraga berbasis evidence sesuai kebutuhan atlet maupun individu aktif.

CPMK-4: Mampu melaksanakan edukasi, konseling, dan promosi gizi olahraga menggunakan media yang sesuai karakteristik sasaran.

CPMK-5: Mampu melaksanakan monitoring, evaluasi, dokumentasi, dan pelaporan asuhan gizi olahraga sesuai standar profesi.

CPMK-6: Mampu menyelesaikan kasus pelayanan gizi olahraga secara mandiri melalui pendampingan atlet, penyusunan nutrition profile, presentasi kasus, serta refleksi profesional.

SUB-CPMK

Sub CPMK-1: Melaksanakan orientasi praktik, etika profesi, patient safety, dan komunikasi interprofesional.

Sub CPMK-2: Melakukan pengkajian status gizi atlet meliputi antropometri, komposisi tubuh, dietary assessment, aktivitas fisik, riwayat kesehatan, dan faktor pendukung performa.

Sub CPMK-3: Menyusun diagnosis gizi menggunakan format PES pada atlet.

Sub CPMK-4: Menyusun kebutuhan energi, zat gizi makro, cairan dan menu (meal plan) yang sesuai pada atlet.

Sub CPMK-5: Melaksanakan konseling atlet secara individu menggunakan pendekatan komunikasi yang efektif.

Sub CPMK-6: Merancang dan melaksanakan edukasi atlet secara berkelompok beserta pembuatan media edukasi.

Sub CPMK-7: Melakukan monitoring dan evaluasi gizi pada atlet.

Sub CPMK-8: Menyusun Nutrition Profile Atlet.

Sub CPMK-9: Menyusun dan mempresentasikan laporan kasus lengkap dan harian asuhan gizi olahraga dan kebugaran secara sistematis.

C. TUJUAN

1. Tujuan Umum

Mahasiswa mampu memahami dan terampil melakukan pelayanan gizi olahraga.

2. Tujuan Khusus

- a. Menerapkan prinsip etika, moral, dan profesionalisme dalam pelayanan gizi olahraga kepada atlet, individu aktif, dan masyarakat pemerhati kebugaran.
- b. Melakukan pengkajian status gizi, komposisi tubuh, tingkat aktivitas fisik, serta kebutuhan gizi atlet dan individu yang berolahraga.
- c. Mengidentifikasi dan merumuskan masalah gizi yang berkaitan dengan performa olahraga, kebugaran, pemulihan, dan kesehatan atlet berdasarkan data hasil asesmen.
- d. Melaksanakan Proses Asuhan Gizi Terstandar (Nutrition Care Process/NCP) pada atlet dan individu aktif secara individu maupun kelompok.
- e. Menyusun rekomendasi kebutuhan energi, zat gizi makro, zat gizi mikro, cairan, dan strategi pemulihan sesuai jenis olahraga, fase latihan, dan tujuan performa.
- f. Merencanakan, melaksanakan, dan mengevaluasi program edukasi, konseling gizi olahraga bagi atlet, pelatih, dan masyarakat pemerhati kebugaran.
- g. Berkolaborasi dengan pelatih, tenaga kesehatan, dan pihak terkait dalam mendukung program pembinaan olahraga dan kebugaran.
- h. Melakukan pemantauan dan evaluasi terhadap intervensi gizi olahraga yang diberikan.
- i. Melaksanakan dokumentasi, pencatatan, dan pelaporan kegiatan pelayanan gizi olahraga sesuai standar profesi.

D. PESERTA DAN PEMBIMBING

PESERTA kegiatan praktik kerja lapangan rotasi gizi olahraga adalah mahasiswa prodi S1 Gizi Universitas Negeri Surabaya yang telah memenuhi syarat akademik dan administrasi sebagaimana ditetapkan menurut peraturan yang berlaku.

PEMBIMBING

1. Dosen Pembimbing Lapangan (DPL)

Dosen Pembimbing Lapangan adalah dosen yang ditugaskan oleh program studi untuk membimbing, mengarahkan, memantau, dan mengevaluasi mahasiswa selama pelaksanaan praktik pada rotasi gizi olahraga dan kebugaran agar capaian pembelajaran dapat dicapai secara optimal.

Tugas DPL:

1. Memberikan materi dan bimbingan dalam kegiatan asuhan gizi, edukasi, dan penyusunan laporan.
2. Memberikan kesempatan kepada mahasiswa untuk berdiskusi.
3. Hadir dalam presentasi kasus.
4. Bertanggung jawab terhadap presensi mahasiswa.
5. Memberikan sanksi kepada mahasiswa sesuai dengan ketentuan.
6. Memberikan penilaian sebagai hasil evaluasi aktivitas mahasiswa.

BAB II

KETENTUAN PELAKSANAAN

A. PENAMPILAN PROFESIONAL

Selama di tempat tugas, mahasiswa harus:

1. Menggunakan seragam sesuai dengan ketentuan yang telah ditetapkan.
2. Memakai sepatu hitam, bertumit rendah, dan tidak bersuara bila berjalan.
3. Selalu memakai identitas (nama) selama melaksanakan kegiatan di tempat PKL.
4. Mahasiswa putra: rambut dipotong pendek dan rapi, tidak berjambang, dan tidak dicat.
5. Mahasiswa putri: rambut dirapikan dengan diikat rapi (bila panjang melebihi bahu) dan tidak dicat.
6. Mahasiswa putri yang berjilbab diharuskan memakai jilbab sampai batas dada atau sesuai dengan ketentuan yang telah ditetapkan tempat PKL, tidak memakai tutup muka dan kaos tangan, serta tidak memakai aksesoris dan *make-up* berlebihan.
7. Alat Pelindung Diri (APD):
 1. Masker*
 2. *Handscoon disposable**
 3. *Handsanitizer tool set**

*menyesuaikan aturan tempat PKL gizi olahraga.

B. KEHADIRAN (PRESENSI)

Ketentuan:

1. Kegiatan pengambilan data: 100% kehadiran di rumah sakit sesuai dengan waktu dan ketentuan yang telah ditetapkan di tempat PKL.

2. Kegiatan diskusi: waktu diskusi diatur sendiri oleh mahasiswa yang bersangkutan dengan DPL dan supervisor disertai bukti form diskusi yang ditandatangani oleh DPL dan supervisor.
3. Kegiatan presentasi: diwajibkan memenuhi 100% kehadiran.

Tidak hadir karena izin/sakit*:

1. Mahasiswa yang izin/sakit harus melapor kepada DPL.
2. Izin diberikan kepada mahasiswa yang benar-benar ada kepentingan yang tidak bisa ditinggalkan dengan menyerahkan bukti (surat dari instansi atau bukti lain) dan diserahkan kepada DPL (dicatat di daftar hadir).
3. Tidak hadir karena sakit harus menyerahkan surat izin sakit dari dokter.
4. Mahasiswa wajib mengganti ketidakhadirannya dengan berkoordinasi kepada DPL.

*Jenis izin yang dipertimbangkan

1. Keluarga meninggal dunia.
2. Sakit (dilengkapi surat dokter).
3. Masalah administrasi instansi asal (bukti dilampirkan).

Ketepatan waktu kehadiran dan pulang:

Mahasiswa diwajibkan datang dan pulang sesuai dengan ketentuan yang telah ditetapkan rumah sakit.

C. SANKSI

Sanksi diberlakukan bagi mahasiswa yang tidak mengikuti peraturan di rumah sakit, baik sengaja maupun tidak sengaja sesuai ketentuan yang berlaku.

Bentuk sanksi:

1. Ringan, berupa teguran lisan dari DPL dengan bukti teguran tertulis pada *log book*.
2. Sedang, berupa surat pernyataan dari mahasiswa yang diketahui oleh pembimbing dan koordinator program studi.
3. Berat, berupa pernyataan tidak lulus pada rotasi yang bersangkutan.
4. Berat sekali, berupa diberhentikan sementara dari kegiatan PKL rotasi gizi olahraga berdasarkan SK dekan sampai dengan mahasiswa yang bersangkutan menemukan pemecahan masalahnya.

Kategori sanksi:

1. Ringan, jika pelanggaran terhadap tata tertib terjadi 1-2 kali.
2. Sedang, jika pelanggaran terhadap tata tertib terjadi 3-4 kali.
3. Berat, jika pelanggaran terhadap tata tertib terjadi 5-6 kali.
4. Berat sekali, jika pelanggaran terhadap tata tertib > 6 kali.

D. KETENTUAN LAIN

1. Mahasiswa wajib mengikuti seluruh ketentuan tata tertib.
2. Mahasiswa wajib mengisi presensi, *log book*, dan seluruh ketentuan program yang dijalankan.
3. Mahasiswa wajib mengumpulkan *log book* yang telah diisi setiap pergantian siklus/bagian dengan diketahui oleh pembimbing.
4. Mahasiswa tidak diperkenankan membawa barang berharga selama di rumah sakit.
5. Ketentuan lain yang belum termasuk dalam peraturan ini akan diselesaikan berdasarkan keputusan yang akan datang.

BAB III

PELAKSANAAN DAN FORMAT LAPORAN

A. PELAKSANAAN

PKL gizi olahraga dilaksanakan selama 13 minggu (18 hari) dengan alokasi waktu sebagai berikut:

No	Kegiatan	Hari Ke-
1	Orientasi	1
2	Melakukan penilaian status gizi atlet	2-4
3	Menyusun nutrition profile atlet	5-7
4	Melakukan edukasi kelompok	8-10
5	Melakukan konseling gizi	11
6	Melakukan monitoring dan evaluasi	12-14
7	Menyusun laporan	15-17
8	Presentasi	18

Tugas yang harus dikerjakan oleh mahasiswa terdiri dari tugas individu dan tugas kelompok.

- a. Tugas individu berupa pendampingan atlet melalui proses ADIME (Assessment, Diagnosis, Intervention, Monitoring, and Evaluation), mulai dari pengkajian status gizi dan kondisi atlet, penetapan diagnosis gizi, penyusunan serta pelaksanaan intervensi gizi, hingga monitoring dan evaluasi hasil intervensi. Dalam tugas individu, mahasiswa diwajibkan membuat

1. Leaflet nutrition profile atlet

Berisikan identitas atlet, antropometri, komposisi tubuh, somatotipe, kebutuhan gizi, rencana diet, dan etiket diet.

2. Leaflet edukasi gizi

Leaflet edukasi gizi disesuaikan dengan kebutuhan edukasi.

- b. Tugas kelompok berupa perancangan dan pelaksanaan penyuluhan gizi kepada kelompok atlet sebagai upaya peningkatan pengetahuan dan pemahaman terkait gizi olahraga. Kegiatan meliputi identifikasi kebutuhan edukasi, penyusunan materi dan media penyuluhan, pelaksanaan edukasi gizi, serta evaluasi hasil kegiatan.

B. FORMAT LAPORAN

1. Format Laporan Individu

HALAMAN SAMPUL

LAPORAN PENDAMPINGAN ATLET PKL ROTASI GIZI OLAHRAGA DAN KEBUGARAN

PENDAMPINGAN GIZI PADA ATLET KLUB/UKM

Oleh
Nama Mahasiswa
NIM



**UNIVERSITAS NEGERI SURABAYA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI S1 GIZI
2026**

HALAMAN PERSETUJUAN (ditandatangani DPL dan supervisor)

KATA PENGANTAR

DAFTAR ISI

DAFTAR TABEL

DAFTAR GAMBAR (jika ada)

DAFTAR LAMPIRAN

BAB I PENDAHULUAN

1.1 LATAR BELAKANG

1.2 RUMUSAN MASALAH

1.3 TUJUAN

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

BAB III HASIL DAN PEMBAHASAN

1.1 IDENTITAS ATLET

1.2 RIWAYAT PENYAKIT

1.3 PENGUKURAN STATUS GIZI

1.3.1 Antropometri

1.3.2 Komposisi Tubuh (BIA)

1.3.3 Somatotype

1.3.4 Biokimia (Opsional)

1.3.5 Fisik/klinis

1.3.6 *Dietary Assessment*

1.3.6.1 Riwayat Asupan Zat Gizi

1.3.6.2 Asupan Zat Gizi Harian

1.3.7 Ekologi

1.4 DIAGNOSIS GIZI

1.4.1 Diagnosis Gizi

1.5 RENCANA INTERVENSI GIZI

1.5.1 Terapi Diet

1.5.2 Terapi Edukasi

1.6 RENCANA MONITORING DAN EVALUASI

1.7 FORM NCP DAN MONEV

BAB IV PEMBAHASAN

BAB IV PENUTUP

5.1 Kesimpulan

5.2 Saran

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

- Leaflet nutrition profile
- Leaflet konsultasi/penyuluhan gizi
- Contoh susunan menu diet
- Hasil *dietary assessment* dengan metode metode *recall* 24 jam

DEFINISI OPERASIONAL FORMAT LAPORAN INDIVIDU

NO.	KOMPONEN LAPORAN	DEFINISI OPERASIONAL
1.	Latar Belakang	Latar belakang laporan berisikan gambaran umum dari kasus dan banyaknya kejadian kasus di masyarakat dan menggambarkan pentingnya penanganan gizi pada kasus tersebut atau pada pasien yang ditangani.
2.	Tinjauan Pustaka	Tinjauan pustaka berisikan gambaran umum terkait dengan kondisi atlet dengan menggunakan referensi yang sesuai dan terkini. Referensi bisa didapatkan dari buku teks (10 tahun terakhir) maupun jurnal hasil review dan penelitian (5 tahun terakhir).
3.	Identitas Atlet	Identitas atlet meliputi nama, umur, jenis kelamin, cabang olahraga yang ditekuni, posisi bermain, tingkat pendidikan, agama, suku, lama bermain dalam cabang olahraga tersebut, lama bergabung dengan klub atau tim, serta riwayat kompetisi yang pernah diikuti.
4.	Riwayat Penyakit	Riwayat penyakit meliputi masalah kesehatan yang sedang atau pernah dialami, alergi makanan, pantangan makanan, makanan yang tidak disukai, penggunaan obat dan/atau suplemen, riwayat penyakit keluarga, serta riwayat cedera yang pernah atau sedang dialami atlet.
5.	Pengukuran Status Gizi	Pengukuran status gizi meliputi antropometri, komposisi tubuh, somatotipe, fisik klinis, biokimia (opsional), dietary assesment yang berisikan hasil dari SQ-FFQ dan food recall 24 jam, dan ekologi.

NO.	KOMPONEN LAPORAN	DEFINISI OPERASIONAL
6.	Diagnosis Gizi	Diagnosis gizi ditegakkan berdasarkan daftar masalah dan analisis masalah yang telah dilakukan sesuai ketentuan yaitu <i>problem-etiology-sign&symptom</i> (PES).
7.	Rencana Intervensi Gizi	Rencana intervensi gizi berisi rencana pemberian terapi diet maupun edukasi gizi berdasarkan diagnosis yang telah ditegakkan. Rencana intervensi gizi harus memuat: 1) Preskripsi diet (tujuan diet, prinsip diet, dan syarat diet) 2) Perhitungan kebutuhan energi dan zat gizi sehari (zat gizi makro dan mikro) 3) Perencanaan Menu Sehari Syarat diet dibuat secara spesifik sesuai asesmen dan diagnosis gizi yang meliputi syarat zat gizi makro, zat gizi mikro, cairan, diet yang diberikan, dan jalur pemberian.
8.	Rencana Monitoring Evaluasi	Rencana yang disusun untuk memonitor maupun mengevaluasi intervensi gizi yang diimplementasikan kepada pasien agar sesuai dengan tujuan yang diharapkan.
9.	Pembahasan	Berisi bahasan dari hasil yang ditinjau dari keterkaitan antara diagnosis gizi, rencana intervensi gizi, rencana monitoring dan evaluasi. Kemudian hasil yang diperoleh diulas berdasarkan referensi atau sumber pustaka melalui proses analisis yang komprehensif termasuk pendapat penulis untuk menjelaskan setiap temuan yang ada dan terjadi pada atlet.
10.	Kesimpulan	Kesimpulan berisikan simpulan dari hasil pendampingan atlet yang mencakup proses

NO.	KOMPONEN LAPORAN	DEFINISI OPERASIONAL
		asesmen, diagnosis, intervensi, serta monitoring dan evaluasi gizi.
11.	Saran	Saran dapat berisi rekomendasi bagi atlet, pelatih, dan pihak terkait berdasarkan hasil asuhan gizi yang telah dilakukan, serta usulan tindak lanjut untuk meningkatkan status gizi, kesehatan, dan performa atlet secara berkelanjutan.
12.	Daftar Pustaka	Daftar referensi yang digunakan sebagai rujukan dalam penulisan laporan disusun dan ditulis berdasarkan sistem nomor sesuai urutan pengutipan yang mengikuti format <i>APA style</i> . Sumber referensi yang digunakan harus sesuai dan terkini. Referensi bisa didapatkan dari buku teks (10 tahun terakhir) maupun jurnal hasil review dan penelitian (5 tahun terakhir).

2. Format Laporan Kelompok

HALAMAN SAMPUL

LAPORAN PENYULUHAN KELOMPOK PKL ROTASI GIZI OLAHRAGA

EDUKASI ... PADA ATLET KLUB/UKM

Oleh
Nama Mahasiswa
NIM



UNIVERSITAS NEGERI SURABAYA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI S1 GIZI
2026

HALAMAN PERSETUJUAN (ditandatangani DPL dan supervisor)

KATA PENGANTAR

DAFTAR ISI

DAFTAR TABEL

DAFTAR GAMBAR (jika ada)

DAFTAR LAMPIRAN

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

1.2 Rumusan Masalah

1.3 Tujuan

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

BAB III METODE

3.1 Sasaran Kegiatan

3.2 Bentuk Kegiatan

3.3 Lokasi dan Waktu

3.4 Penyusunan Perangkat

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

BAB B PENUTUP

5.1 Kesimpulan

5.2 Saran

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

- Media
- Instrumen Pendidikan

DEFINISI OPERASIONAL FORMAT LAPORAN INDIVIDU

NO.	KOMPONEN LAPORAN	DEFINISI OPERASIONAL
1.	Latar Belakang	Latar belakang laporan berisikan gambaran umum dari kasus dan banyaknya kejadian kasus di masyarakat dan menggambarkan pentingnya edukasi gizi pada kasus tersebut
2.	Tinjauan Pustaka	Tinjauan pustaka berisikan gambaran umum terkait dengan kondisi atlet dan materi yang akan disampaikan dengan menggunakan referensi yang sesuai dan terkini. Referensi bisa didapatkan dari buku teks (10 tahun terakhir) maupun jurnal hasil review dan penelitian (5 tahun terakhir).
3.	Metode	Metode berisikan rencana edukasi yang meliputi sasaran kegiatan, bentuk kegiatan, lokasi dan waktu, dan penyusunan perangkat. Penyusunan perangkat berisikan: 1) Rencana Pelaksanaan Pendidikan Gizi. 2) Materi. 3) Media. 4) Instrumen Pendidikan.
4.	Hasil dan Pembahasan	Hasil dan pembahasan berisikan deskripsi pelaksanaan edukasi gizi, hasil evaluasi pengetahuan atlet berdasarkan pre-test dan post-test, serta pembahasan mengenai pencapaian tujuan edukasi gizi, dan evaluasi kegiatan.
5.	Kesimpulan	Kesimpulan berisikan ringkasan hasil pelaksanaan penyuluhan gizi, ketercapaian tujuan kegiatan, serta hasil evaluasi yang diperoleh dari peserta penyuluhan.
6.	Saran	Saran dapat berisi rekomendasi bagi atlet, pelatih, dan pihak terkait dalam upaya

NO.	KOMPONEN LAPORAN	DEFINISI OPERASIONAL
		peningkatan pengetahuan serta penerapan gizi olahraga, serta masukan untuk penyelenggaraan kegiatan edukasi gizi selanjutnya.
7.	Daftar Pustaka	Daftar referensi yang digunakan sebagai rujukan dalam penulisan laporan disusun dan ditulis berdasarkan sistem nomor sesuai urutan pengutipan yang mengikuti format <i>APA style</i> . Sumber referensi yang digunakan harus sesuai dan terkini. Referensi bisa didapatkan dari buku teks (10 tahun terakhir) maupun jurnal hasil review dan penelitian (5 tahun terakhir).

C. KETENTUAN PENULISAN LAPORAN

- Laporan diketik rapi menggunakan *Microsoft Word* dengan huruf Times New Roman.
- Cover laporan berwarna hijau muda.
- Ukuran kertas A4 80 gram dengan margin kiri, kanan, atas, bawah = 4, 3, 3, 3 cm.
- Besar spasi dalam paragraf adalah 1,5 *line* (before and after 0 pt).
- Ukuran font dalam penulisan judul bab dan sub-bab adalah 12 pt dan cetak tebal (*bold*), sedangkan isi bab atau paragraf adalah 12 pt tanpa cetak tebal.
- Jarak judul bab dengan paragraf atau sub-bab adalah 2,0 *line*. Jarak judul sub-bab dengan paragraf adalah 1,5 *line*. Jarak akhir paragraf dengan judul sub-bab baru adalah 1,5 *line* ditambah 1 enter.
- Judul Tabel dan Gambar diurutkan sesuai dengan nomor dan dicetak tebal.

- Tidak diperkenankan mengutip referensi dari chat GPT dan sejenisnya, blog, wikipedia, maupun website sejenis yang tidak memiliki landasan formal keilmiah ilmu gizi dan dietetika.
- Sumber referensi yang digunakan harus terkini dan sesuai dengan perkembangan ilmu gizi dan dietetika yaitu 10 tahun terakhir untuk buku teks atau jurnal hasil review dan penelitian 5 tahun terakhir.
- Penulisan sitasi dan referensi menggunakan format *APA style*.

D. PENGUMPULAN LAPORAN

- Mahasiswa bertanggung jawab membuat dan mengumpulkan laporan PKL rotasi gizi olahraga tepat waktu sesuai dengan format yang telah ditentukan.
- Laporan harus dibaca terlebih dahulu sebelum dikumpulkan untuk menghindari salah eja, struktur bahasa yang tidak tepat, atau kalimat yang tidak koheren.
- Pengumpulan laporan PKL rotasi gizi olahraga paling lambat 1 minggu setelah rotasi gizi olahraga berakhir. Apabila mahasiswa terlambat mengumpulkan laporan, akan ada pengurangan nilai 10% dari total nilai setiap keterlambatan 1 minggu setelah jadwal yang ditentukan.
- Laporan PKL rotasi gizi olahraga diserahkan dalam bentuk *hardfile* kepada *Dosen Pembimbing Lapangan* dan untuk supervisor dalam bentuk *softfile* yang sudah disertai *scan* lembar persetujuan dan konsultasi, kemudian diunggah ke *google drive* dengan label: NIM_nama mahasiswa.
- Nilai akhir mahasiswa akan dikeluarkan setelah laporan kasus wajib diserahkan kepada *Dosen Pembimbing Lapangan* dan diunggah ke *google drive* serta melaksanakan ujian komprehensif.

BAB IV
PENILAIAN KEGIATAN
PENILAIAN OLEH DOSEN PEMBIMBING LAPANGAN

Nama Mahasiswa	:
Nama Dosen Pembimbing Lapangan	:
Rotasi	:

No	Komponen Penilaian Proyek	60-70	71-80	81-90	91-100
1	Proses Pembimbingan : 80 %	Pembimbingan < 3 kali, kurang responsive	Pembimbingan $\geq$ 3 kali, agak lambat melakukan perbaikan	Pembimbingan < 3 kali, segera melakukan perbaikan	Pembimbingan $\geq$ 3 kali, segera melakukan perbaikan
No	Komponen Penilaian Proyek	60-70	71-80	81-90	91-100
1.	Laporan : 50%	Menyusun laporan lengkap beserta	Menyusun laporan lengkap	Menyusun laporan lengkap	Menyusun laporan lengkap beserta

		lampiran, interpretasi kurang sesuai, media edukasi/leaflet standar	beserta lampiran, interpretasi kurang sesuai, media edukasi/leaflet ada inovasi (desain, dll)	beserta lampiran, interpretasi sesuai, lengkap dan sesuai, media edukasi/leaflet standar	lampiran, interpretasi sesuai, pembahasan detail, sitasi lengkap dan sesuai, media edukasi/leaflet ada inovasi (desain, dll)
2.	Presentasi : 50%	• Mempresentasi kan laporan dengan cukup jelas, • penguasaan materi kurang baik, • penyajian materi/ppt tdk lengkap & kurang menarik, • waktu presentasi <15 menit atau >16 menit	• Mempresentasi kan laporan dengan jelas, • penguasaan materi cukup baik, • penyajian materi/ppt cukup lengkap & menarik, • waktu presentasi 15-16 menit	• Mempresentasi kan laporan dengan jelas, • penguasaan materi baik, • penyajian materi/ppt lengkap & menarik, • waktu presentasi 15-16 menit	• Mempresentasi kan laporan dengan jelas, • penguasaan materi sangat baik, • penyajian materi/ppt lengkap, sistematis, & menarik, • waktu presentasi 15-16 menit

LAMPIRAN

FORM NUTRITIONAL CARE PROCESS (NCP)

Nama :
Jenis Kelamin :
Umur :
Tanggal :
Diagnosis medis :
No. RM :

Asesmen Gizi		Diagnosis Gizi	Intervensi Gizi	Monitoring dan Evaluasi
Data dasar	Identifikasi masalah			

FORM MONITORING DAN EVALUASI

Nama :
Jenis Kelamin :
Umur :
Diagnosis medis :
No. RM :
Pengamatan hari ke- :

Hari/ Tanggal Monev	Asesmen Gizi	Diagnosis Gizi	Intervensi Gizi	Monitoring dan Evaluasi

Keterangan:

Form monitoring dan evaluasi diisi setiap hari pada masa monev.

CATATAN KEGIATAN HARIAN PESERTA (*LOG BOOK*)

Nama :

Stase :

Hari/tanggal :

Waktu	Uraian Kegiatan	TTD. DPL

LEMBAR KONSULTASI DENGAN DPL

Tgl.	Materi Konsul	Hasil Konsul	Tanda Tangan	
			DPL	CS

FORM PERSETUJUAN KEGIATAN

No.	Kegiatan	Persetujuan DPL		Persetujuan Supervisor	
		Tgl.	TTD.	Tgl.	TTD.
1.	Persetujuan pengambilan data				
2.	Persetujuan penentuan masalah & diagnosis gizi				
3.	Persetujuan perencanaan terapi gizi				
4.	Persetujuan perencanaan edukasi				
5.	Persetujuan perencanaan monitoring				
6.	Persetujuan dilaksanakan presentasi				
7.	Persetujuan laporan akhir				

Tempat, tanggal

Mengetahui,
Dosen Pembimbing
Lapangan

(Nama & TTD)

KETERANGAN IZIN PESERTA

No.	Hari/Tanggal	Keterangan Izin	TTD. DPL

FORM PENYERAHAN LAPORAN

PROGRAM STUDI S1 GIZI FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN UNIVERSITAS NEGERI SURABAYA

FORM BUKTI PENYERAHAN LAPORAN PRAKTIK KERJA LAPANGAN ROTASI GIZI OLARHAGA TANGGAL, BULAN, TAHUN

LOKASI PKL :
NAMA MAHASISWA :
NIM :

No.	Kelengkapan	Tanggal Penyerahan	Tanda Tangan
1.	Dosen Pembimbing Lapangan		
	Nama:		
	Laporan kegiatan PKL Rotasi Gizi Olahraga		
	<i>Log book</i> kegiatan mahasiswa		

HALAMAN PENGESAHAN
UJIAN KOMPREHENSIF

NAMA :

NIM :

PROGRAM STUDI :

Telah melakukan ujian komprehensif PKL rotasi gizi olahraga pada
.....

Penguji,

.....
NIP.

Mengesahkan,
Wakil Dekan Bidang Akademik,

.....
NIP.

HALAMAN PENGESAHAN
PKL ROTASI GIZI OLAHRAGA

Oleh:

NAMA

NIM

JUDUL LAPORAN:

.....
.....

Telah dipresentasikan dan dipertahankan di hadapan *Dosen Pembimbing Lapangan* dan *Supervisor* pada dan dinyatakan **LULUS**.

Surabaya,

Mengetahui, Wakil Dekan Bidang Akademik <u>Nama Wakil Dekan Akademik</u> NIP	Menyetujui, Dosen Pembimbing Lapangan <u>Nama Dosen</u> NIP/NIK
--	--



**KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI SURABAYA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAHAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI S1 GIZI**

Kampus 2 UNESA, Jalan Lidah Wetan, Surabaya 60231
Telepon : +6231-99423002
Laman: <http://fikk.unesa.ac.id>, email: fikk@unesa.ac.id

**BERITA ACARA
PRESENTASI PKL
ROTASI GIZI OLAAHRAGA**

Pada hari ini, tanggal/bulan/tahun
bertempat di
telah dilaksanakan presentasi laporan kasus wajib PKL rotasi gizi
olahraga oleh:

Nama mahasiswa :

Sub-rotasi presentasi :

Judul presentasi :

Jumlah mahasiswa yang hadir : orang

Jumlah mahasiswa yang tidak hadir : orang

Pembimbing	Nama	Tanda Tangan
Dosen Pembimbing Lapangan		1.

Surabaya,
Koorprodi S1 Gizi,

.....
NIP.



**DAFTAR HADIR PRESENTASI
PKL ROTASI GIZI OLAHRAGA
PROGRAM STUDI S1 GIZI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAHAAN DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS NEGERI SURABAYA**

Hari/tanggal :
Tempat :
Nama Mahasiswa :
Stase :
Nama DPL :

No.	Nama	Tanda Tangan
1.		1.
2.		2.
3.		3.
4.		4.
5.		5.
6.		6.
7.		7.
8.		8.
9.		9.
10.		10.