



Universitas
Esa Unggul

Fakultas Ilmu-ilmu Kesehatan

SURAT TUGAS

Nomor: 27/DKN/FIKES/UEU/IX/2022

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Prof.Dr.apr.Aprilita Rina Yanti Eff., M.Biomed.
NIP/ NIDN : 215020572 / 0318046802
Jabatan : Dekan Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan

Memberi Tugas kepada:

Nama : Dr. MURY KUSWARI, S.Pd, M.Si
NIDN : 0324048502
Program Studi : Ilmu Gizi.

Untuk melakukan kegiatan Mengajar, Pembimbing, Penelitian, Pengabdian Masyarakat dan Penunjang Tri Darma Perguruan Tinggi Pada Semester Ganjil TA 2022/2023.

Demikianlah Surat Tugas ini dibuat untuk dapat dilaksanakan sebagaimana mestinya.

Jakarta, 22 September 2022

FAKULTAS ILMU – ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS ESA UNGGUL



Prof.Dr.apr.Aprilita Rina Yanti Eff, M.Biomed.
DEKAN

JURNAL KEGIATAN PROSES PEMBELAJARAN (JKPP)

Semester Ganjil 2022 - 2023

Mata kuliah : Gizi dan Fisiologi Olahraga (3 sks)

Ruang :

Kode : NUT377

Kelas : KJ101

Dosen : MURY KUSWARI, S.Pd, M.Si

Prodi : Ilmu Gizi

Semester : 5

MURY KUSWARI, S.Pd, M.Si

NO	Rencana perkuliahan			Pelaksanaan perkuliahan			Keaktifan Mahasiswa		
	Hari/tgl	Jam ke	Materi / Kegiatan	Hari/tgl	Jam ke	Materi / Kegiatan	Kesan Dosen	Jml Mhs	Dos
1	Rabu 21-9-22	19:50- 21:30	Kontrak pembelajaran dan hubungan gizi fisiologi olahraga	Rabu 21-9-22	19:50- 21:30	<i>Kontrak pembelajaran dan hubungan gizi fisiologi olahraga</i>	Pengantar Gizi dan Fisiologi Olahraga	25	
2	Rabu 28-9-22	19:50- 21:30	SISTEM ENERGI DAN OLAH RAGA	Rabu 28-9-22	19:50- 21:30	<i>SISTEM ENERGI DAN OLAH RAGA</i>	Sistem energi dan olahraga	25	
3	Rabu 5-10-22	19:50- 21:30	Prinsip dasar gizi, sistem muskoleletal dan olah raga	Rabu 5-10-22	19:50- 21:30	<i>Prinsip dasar gizi, sistem muskoleletal dan olah raga</i>	Prinsip dasar gizi, sistem muskoleletal dan olah raga	25	
4	Rabu 12-10-22	19:50- 21:30	Gizi, sistem kardiorespiratori dan olah raga	Rabu 12-10-22	19:50- 21:30	<i>Gizi, sistem kardiorespiratori dan olah raga</i>	Gizi, sistem kardiorespiratori dan olah raga	25	
5	Rabu 19-10-22	19:50- 21:30	Gizi dan kapasitas volume oksigen maksimal VO2max	Rabu 19-10-22	19:50- 21:30	<i>Gizi dan kapasitas volume oksigen maksimal VO2max</i>	Gizi dan Kapasitas VO2max	25	
6	Rabu 26-10-22	19:50- 21:30	Gizi dan suhu lingkungan olah raga	Rabu 26-10-22	19:50- 21:30	<i>Gizi dan suhu lingkungan olah raga</i>	GIZI DAN SUHU LINGKUNGAN OLAH RAGA	24	
7	Rabu 2-11-22	19:50- 21:30	Gizi dan suhu lingkungan olah raga	Rabu 2-11-22	19:50- 21:30	<i>Gizi dan suhu lingkungan olah raga</i>	Gizi dan Cedera	25	



JURNAL KEGIATAN PROSES PEMBELAJARAN (JKPP)

Semester Ganjil 2022 - 2023

Mata kuliah : Gizi dan Fisiologi Olahraga (3 sks)

Kode : NUT377

Prodi : Ilmu Gizi

Kelas : KJ101

Semester : 5

Ruang :

Dosen : MURY KUSWARI, S.Pd, M.Si

MURY KUSWARI, S.Pd, M.Si

NO	Rencana perkuliahan			Pelaksanaan perkuliahan			Keaktifan Mahasiswa		
	Hari/tgl	Jam ke	Materi / Kegiatan	Hari/tgl	Jam ke	Materi / Kegiatan	Kesan Dosen	Jml Mhs	Dos
8	Rabu 23-11-22	19:50- 21:30	Gizi, olahraga dan inflamasi	Rabu 23-11-22	19:50- 21:30	<i>Gizi, olahraga dan inflamasi</i>	Gizi Olahraga dan inflamasi	25	
9	Rabu 30-11-22	19:50- 21:30	Status gizi dan komposisi tubuh atlet I	Rabu 30-11-22	19:50- 21:30	<i>Status gizi dan komposisi tubuh atlet I</i>	status gizi dan komposisi tubuh atlet	24	
10	Rabu 7-12-22	19:50- 21:30	Status gizi dan komposisi tubuh atlet II	Rabu 7-12-22	19:50- 21:30	<i>Status gizi dan komposisi tubuh atlet II</i>	Status gizi dan komposisi tubuh atlet II	23	
11	Rabu 14-12- 22	19:50- 21:30	Gizi olahraga pada atlet sprint	Rabu 14-12- 22	19:50- 21:30	<i>Gizi olahraga pada atlet sprint</i>	gizi pada atlet sprint	25	
12	Rabu 21-12- 22	19:50- 21:30	Gizi olahraga pada atlet endurance	Rabu 21-12- 22	19:50- 21:30	<i>Gizi olahraga pada atlet endurance</i>	Gizi olahraga pada atlet endurance	21	
13	Rabu 4-1-23	19:50- 21:30	Gizi olahraga pada atlet strength	Rabu 4-1-23	19:50- 21:30	<i>Gizi olahraga pada atlet strength</i>	Gizi olahraga pada atlet strength	22	
14	Rabu 11-1-23	19:50- 21:30	Gizi olahraga pada atlet team sport	Rabu 11-1-23	19:50- 21:30	<i>Gizi olahraga pada atlet team sport</i>	Gizi olahraga pada atlet team sport	0	



UNIVERSITAS ESA UNGGUL
 Jalan Arjuna Utara No.9, Kebon Jeruk - Jakarta Barat 11510
 021 - 5674223 (hunting) 021 - 5682510 (direct) Fax : 021 - 5674248
 Website: www.esaunggul.ac.id, email: info@esaunggul.ac.id

SEMESTER : Semester Ganjil 2022 - 2023

Nama Mata Kuliah : Gizi dan Fisiologi Olahraga

Dosen : MURY KUSWARI , S.Pd, M.Si (7077)

Kode MK dan Seksi : NUT377 (KJ101)

MURY KUSWARI , S.Pd, M.Si (7077)

Jadwal dan Ruang : Rabu, 19:50 - 21:30 ()

No.	NAMA MAHASISWA	NIM	Tatap Muka / Tanggal													
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
			21 Sep	28 Sep	05 Okt	12 Okt	19 Okt	26 Okt	02 Nov	23 Nov	30 Nov	07 Des	14 Des	21 Des	04 Jan	11 Jan
1.	EKA WAHYUNI AGUSTIN	20220302098	H	H	H	H	H	H	H	H	H	A	H	A	A	H
2.	SANDITA RACHMA LATANSA	20220302212	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	A	H
3.	RIZKANSYA INSYIRA PUTRI	20220302213	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H
4.	RIDA DESIANA	20220302214	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H
5.	DWI MUNIKA SARI	20220302215	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	A	A	H
6.	KEMALA IWANDA	20220302216	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H
7.	INDAH AYU YULIA ASTUTI	20220302217	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H
8.	M ALDI HERLIZAN PUTRA	20220302218	H	H	H	H	H	H	H	H	H	A	H	A	H	H
9.	MELIA SAFIRA	20220302219	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H
10.	CITRA RAHMADHANI PUTRI LUBIS	20220302220	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H
11.	ALYA SEKARNINGRUM	20220302223	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	A	H	H
12.	ANNISA AMALIYA	20220302224	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H
13.	INNEKE ORRHYZA AGRIANA	20220302226	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H
14.	MARISCA FITRIANI ZAEN	20220302227	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A
15.	SARAH FADIYA	20220302229	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H
16.	SITI ROHMAH NOUR RAHAYU	20220302230	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H
17.	ANIE INDRIANA SETYANINGRUM	20220302232	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H
18.	ANNISA DWIANGGIANI	20220302233	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H
19.	CATUR NUR RAMADHANIA	20220302234	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H
20.	NORMALINA SEMBIRING	20220302235	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H
21.	ANGGI ARETTA DAMAYANTI	20220302236	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H
22.	SYIFA NUR FADHILLA	20220302239	H	H	H	H	H	H	H	H	A	H	H	H	H	H
23.	AULIYA ADELINA	20220302240	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H
24.	MAGHFIRA BRAHMANIA	20220302243	H	H	H	H	H	A	H	H	H	H	H	H	H	H
25.	MUTIARA RAMADHANI PUTRI	20220302244	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H
26.	MAUDY INDAH LAILI	20220302250	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H

Pilih Bahasa ▼



UNIVERSITAS ESA UNGGUL
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN
 Jalan Arjuna Utara No.9, Kebon Jeruk - Jakarta Barat 11510
 021 - 5674223 (hunting) 021- 5682510 (direct) Fax : 021 - 5674248
 Website: www.esaunggul.ac.id, email: info@esaunggul.ac.id

NILAI AKHIR
Semester Ganjil 2022 - 2023

Kode : NUT377 **Kelas** : KJ101 **Dosen** : MURY KUSWARI , S.Pd, M.Si
 MURY KUSWARI , S.Pd, M.Si

Matakuliah : **Gizi dan Fisiologi Olahraga**

Prodi : Ilmu Gizi

No	N I M	Nama Mahasiswa	absensi	UTS	UAS	tugasonline	quizonline	NA	Nilai Akhir	
			25 %	25 %	25 %	15 %	10 %		Angka	Huruf
1	20220302098	Eka Wahyuni Agustin	89,29	95	95	63,64	47,14	84,08	4,00	A
2	20220302212	Sandita Rachma Latansa	96,43	95	95	81,36	87,14	92,53	4,00	A
3	20220302213	Rizkansa Insyira Putri	100	95	95	87,27	100	95,59	4,00	A
4	20220302214	Rida Desiana	100	100	100	100	100	100	4,00	A
5	20220302215	Dwi Munika Sari	92,86	95	95	65,45	68,57	87,39	4,00	A
6	20220302216	Kemala Iwanda	100	95	95	86,36	94,29	94,88	4,00	A
7	20220302217	Indah Ayu Yulia Astuti	100	95	95	94,55	95,71	96,25	4,00	A
8	20220302218	M Aldi Herlizan Putra	92,86	95	95	71,82	74,29	88,92	4,00	A
9	20220302219	Melia Safira	100	95	95	88,18	100	95,73	4,00	A
10	20220302220	Citra Rahmadhani Putri Lubis	100	95	95	84,55	98,57	95,04	4,00	A
11	20220302223	Alya Sekarningrum	96,43	95	95	78,18	87,14	92,05	4,00	A
12	20220302224	Annisa Amaliya	100	95	95	87,27	98,57	95,45	4,00	A
13	20220302226	Inneke Orrhyza Agriana	100	95	95	90,45	97,14	95,78	4,00	A
14	20220302227	Marisca Fitriani Zaen	0	0	0	5,91	4,29	1,32	0,00	E
15	20220302229	Sarah Fadiya	100	95	95	80,45	92,86	93,85	4,00	A
16	20220302230	Siti Rohmah Nour Rahayu	100	95	95	90	98,57	95,86	4,00	A
17	20220302232	Anie Indriana Setyaningrum	100	95	95	74	87,14	92,31	4,00	A
18	20220302233	Annisa Dwianggiani	100	95	95	85	98,57	95,11	4,00	A
19	20220302234	Catur Nur Ramadhania	100	95	95	85,45	98,57	95,17	4,00	A
20	20220302235	Normalina Sembiring	100	95	95	84,55	80	93,18	4,00	A
21	20220302236	Anggi Aretta Damayanti	100	95	95	81,82	98,57	94,63	4,00	A
22	20220302239	Syifa Nur Fadhilla	96,43	95	95	80	92,86	92,89	4,00	A
23	20220302240	Auliya Adelina	100	95	95	83,64	91,43	94,19	4,00	A
24	20220302243	Maghfira Brahmania	96,43	95	95	77,73	98,57	93,12	4,00	A
25	20220302244	Mutiara Ramadhani Putri	100	95	95	80,45	92,86	93,85	4,00	A
26	20220302250	Maudy Indah Laili	100	95	95	82,73	92,86	94,2	4,00	A

Ket: PF = Performance TGS = Tugas

Saya menyatakan bahwa nilai yang tercetak di atas adalah BENAR dan dapat dipertanggungjawabkan. Dengan ini saya menetapkan bahwa nilai tersebut SAH dan merupakan NILAI AKHIR.

Mengetahui,
 Ketua Program Studi

MURY KUSWARI, S.Pd, M.Si

NIP. 214050497

Jakarta, 3 Feb 2023

Dosen Pembina / Pengawas,

MURY KUSWARI, S.Pd, M.Si
 MURY KUSWARI, S.Pd, M.Si

NIP. 7077