



SURAT TUGAS
No. 7077/ST-Mengajar/Gasal/FIKES/UEU/IX/2023

Berdasarkan Surat Kesiediaan Mengajar Dosen (terlampir), maka DEKAN/Kepala Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, memberikan tugas kepada :

Nama : Dr. MURY KUSWARI , S.Pd, M.Si
 No. Dosen / NIP : 7077 / 214050497
 NIDN / NIDK : 0324048502
 Jabatan Akademik : Lektor (300)
 Alamat : VILLA DE VIVA V5, PONDOK SUKAMAJAYA

Untuk mengajar pada Semester Ganjil 2023 - 2024 yang berlangsung dari tanggal sampai dengan tanggal untuk mata kuliah:

No.	MATA KULIAH	SKS	SEKSI	BASIS
1	NUT237 Kondisi Fisik dan Program Latihan	3	CR001	Reguler-1 Tangerang
2	NUT237 Kondisi Fisik dan Program Latihan	3	KH002	Reguler-1 Bekasi
3	NUT237 Kondisi Fisik dan Program Latihan	3	KH001	Reguler-1 Bekasi
4	NUT377 Gizi dan Fisiologi Olahraga	3	KJ002	Reguler-1 Jakarta
5	NUT377 Gizi dan Fisiologi Olahraga	3	KJ001	Reguler-1 Jakarta
6	NUT377 Gizi dan Fisiologi Olahraga	3	CR001	Reguler-1 Tangerang
7	NUT444 Magang Gizi Olahraga	3	KJ101	Paralel/Reguler-2 Jakarta
8	NUT444 Magang Gizi Olahraga	3	KH001	Reguler-1 Bekasi
9	NUT237 Kondisi Fisik dan Program Latihan	3	KH002	Reguler-1 Bekasi
10	NUT237 Kondisi Fisik dan Program Latihan	3	KH001	Reguler-1 Bekasi
11	NUT377 Gizi dan Fisiologi Olahraga	3	CR001	Reguler-1 Tangerang
12	NUT237 Kondisi Fisik dan Program Latihan	3	CR001	Reguler-1 Tangerang
13	NUT377 Gizi dan Fisiologi Olahraga	3	KJ002	Reguler-1 Jakarta
14	NUT377 Gizi dan Fisiologi Olahraga	3	KJ001	Reguler-1 Jakarta

Dengan Hak dan Tanggung Jawab sebagai berikut :

1. Menyusun Rencana Pembelajaran Semester (RPS) yang ditetapkan oleh Fakultas/Program Studi sebelum perkuliahan dimulai dalam bentuk yang telah ditetapkan oleh Universitas;
2. Membuat bahan kuliah/praktikum berbasis konsep untuk 14 kali pertemuan dan di upload pada web pembelajaran Universitas Esa Unggul yaitu untuk bahan pembelajaran (teori) di <https://siakad.esaunggul.ac.id> dan modul kuliah praktikum di Repository Perpustakaan Universitas Esa Unggul <http://digilib.esaunggul.ac.id/>;
3. Menghadiri dan memberikan bahan kuliah/praktek pada kegiatan perkuliahan/praktikum tepat waktu sesuai dengan jadwal yang telah ditetapkan;
4. Memotivasi mahasiswa untuk mempelajari bahan kuliah yang diberikan dan bahan lain dari perpustakaan;
5. Melakukan evaluasi keberhasilan mahasiswa secara objektif melalui pemberian tugas-tugas sesuai dengan kebutuhan mata kuliah yang diajarkan dan ujian tengah/akhir semester;
6. Menerima honor sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Yayasan Pendidikan Kemala Bangsa/Universitas Esa Unggul berdasarkan persyaratan dan kualifikasi yang dimiliki;

Demikian Surat Tugas ini diberikan untuk dilaksanakan sebaik-baiknya.

Jakarta, 1 September 2023

Dekan/Kepala Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan



Prof. Dr. Aprilita Rina Yanti Eff, M.Biomed., Apt
 NIP. 215020572

JURNAL KEGIATAN PROSES PEMBELAJARAN (JKPP)

Semester Ganjil 2023 - 2024

Mata kuliah : Kondisi Fisik dan Program Latihan (3 sks)

Ruang : KHIB305

Kode : NUT237

Kelas : KH001

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

Prodi : Ilmu Gizi

Semester : 3

Dr. 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 20-9-23	10:00- 12:30	Pengantar kondisi fisik dan program latihan	Rabu 20-9-23	10:00- 12:30	Pengantar kondisi fisik dan program latihan		27	
2	Rabu 27-9-23	10:00- 12:30		Rabu 27-9-23	10:00- 12:30	Pengukuran aktivitas fisik	ok	28	
3	Rabu 4-10-23	10:00- 12:30		Rabu 4-10-23	10:00- 12:30	tes kelentukan dan tes kekuatan		27	
4	Rabu 11-10-23	10:00- 12:30		Rabu 11-10-23	10:00- 12:30	Pengukuran somatotype	ok	27	
5	Rabu 18-10- 23	10:00- 12:30		Rabu 18-10- 23	10:00- 12:30	SPEED AGILITY AND QUICKNESS		27	
6	Rabu 25-10- 23	10:00- 12:30		Rabu 25-10- 23	10:00- 12:30	Perkuliahan ke 6		27	
7	Rabu 1-11-23	10:00- 12:30		Rabu 1-11-23	10:00- 12:30	Latihan Kekuatan	ok	27	

JURNAL KEGIATAN PROSES PEMBELAJARAN (JKPP)

Semester Ganjil 2023 - 2024

Mata kuliah : Kondisi Fisik dan Program Latihan (3 sks)

Ruang : KHIB305

Kode : NUT237

Kelas : KH001

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

Prodi : Ilmu Gizi

Semester : 3

Dr. 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 22-11-23	10:00- 12:30		Rabu 22-11-23	10:00- 12:30	endurance training		27	
9	Rabu 29-11-23	10:00- 12:30		Rabu 29-11-23	10:00- 12:30	low moderate intensity		26	
10	Rabu 6-12-23	10:00- 12:30		Rabu 6-12-23	10:00- 12:30	Perkuliahan ke 10		27	
11	Rabu 13-12- 23	10:00- 12:30		Rabu 13-12- 23	10:00- 12:30	tele excercise		27	
12	Rabu 20-12- 23	10:00- 12:30		Rabu 20-12- 23	10:00- 12:30	periodisasi latihan		27	
13	Rabu 3-1-24	10:00- 12:30		Rabu 3-1-24	10:00- 12:30	Weight Manajemen		25	
14	Rabu 10-1-24	10:00- 12:30		Rabu 10-1-24	10:00- 12:30	Event olahraga		24	



NILAI AKHIR
 Semester Ganjil 2023 - 2024

Kode : NUT237 **Kelas** : KH001 **Dosen** : Dr. MURY KUSWARI , S.Pd, M.Si
 Dr. MURY KUSWARI , S.Pd, M.Si

Matakuliah : **Kondisi Fisik dan Program Latihan**
Prodi : Ilmu Gizi

No	N I M	Nama Mahasiswa	absensi	UTS	UAS	tugas	NA	Nilai Akhir	
			25 %	30 %	30 %	15 %		Angka	Huruf
1	20220302004	Yohanes Vincent Rudiyanto	100	90	95	90	94	4,00	A
2	20220302010	Salsa Dyah Anugrah	100	90	80	90	89,5	4,00	A
3	20220302014	Novi Febrianti	96,43	90	80	75	86,36	4,00	A
4	20220302028	Eidelwein Dwi Thania	100	90	95	85	93,25	4,00	A
5	20220302035	Rachel Juliana Selly	100	90	95	90	94	4,00	A
6	20220302040	Ananda Syifa Destiana	100	70	95	90	88	4,00	A
7	20220302050	Amelia Avrilian	100	70	95	90	88	4,00	A
8	20220302071	Faradila Silla Aristiyani	100	70	95	85	87,25	4,00	A
9	20220302073	Huwaidah Hikmachtiar	100	70	95	90	88	4,00	A
10	20220302081	Nur Umi Sofiani	100	70	95	85	87,25	4,00	A
11	20220302099	Triani Kristiningsih	100	70	95	90	88	4,00	A
12	20220302100	Adinda Permatasari	100	90	95	90	94	4,00	A
13	20220302114	Febina Aura Fauzia	100	90	95	90	94	4,00	A
14	20220302115	Putren Yesa Ananta	100	70	95	85	87,25	4,00	A
15	20220302116	Pascah Aprilia Rayuni Manik	100	70	80	90	83,5	4,00	A
16	20220302123	Hija Avis Talizah	100	70	95	90	88	4,00	A
17	20220302134	Nayla Rafayani	0				0	0,00	E
18	20220302143	Lovitta Nafisha Maharani	100	100	100	100	100	4,00	A
19	20220302144	Ghurroh Afra Nabilah	100	70	95	90	88	4,00	A
20	20220302150	Nurshabrina	100	90	95	90	94	4,00	A
21	20220302156	Kireina Rihadatulaisya Hikmat	100	70	95	85	87,25	4,00	A
22	20220302162	Nafahat Akmalia Ahmad	100	90	95	90	94	4,00	A
23	20220302164	An Nisa Fitria	100	90	95	90	94	4,00	A
24	20220302165	Amalia Nur Tarifah	100	90	80	90	89,5	4,00	A
25	20220302167	Novanda Ayudya Rahmadani	100	90	95	90	94	4,00	A
26	20220302168	Riska Amanda Putri	100	70	95	90	88	4,00	A
27	20220302184	Dea Khairunnisa Hidayat	100	90	95	90	94	4,00	A
28	20220302196	Jasmine Alsifa Meywulania	100	70	95	90	88	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



Dr. MURY KUSWARI , S.Pd, M.Si
 NIP. 214050497

Jakarta,
 Dosen Pembina / Pengawas,



Dr. MURY KUSWARI , S.Pd, M.Si
Dr. MURY KUSWARI , S.Pd, M.Si
 NIP. 7077