



SURAT TUGAS

No. 8340/ST-Mengajar/Gasal/FIKES/UEU/IX/2024

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

Nama : MAYA FERNANDYA SIAHAAN, B.Sc, M.Kes.
 No. Dosen / NIP : 8340 / 223080975
 NIDN / NIDK : 0307029501
 Jabatan Akademik : Tenaga Pengajar
 Alamat : JL. CENDERAWASIH IV BLOK E/71 RT. 008 RW. 013, KELURAHAN MARGAHAYU, KECAMATAN BEKASI TIMUR, KOTA BEKASI, JAWA BARAT

Untuk mengajar pada Semester Ganjil 2024 - 2025 yang berlangsung dari tanggal 16 September 2024 sampai dengan tanggal 2 Februari 2025 untuk mata kuliah:

No.	MATA KULIAH	SKS	SEKSI	BASIS
1	PKM352 Manajemen dan Analisis Data	3	KH002	Reguler-1 Bekasi
2	PKM352 Manajemen dan Analisis Data	3	KH001	Reguler-1 Bekasi
3	PKM352 Manajemen dan Analisis Data	3	KH001	Reguler-1 Bekasi
4	NUT200 Biokimia Gizi	3	KH002	Reguler-1 Bekasi
5	NUT200 Biokimia Gizi	3	KH001	Reguler-1 Bekasi
6	NUT200 Biokimia Gizi	3	KH002	Reguler-1 Bekasi
7	NUT200 Biokimia Gizi	3	KH001	Reguler-1 Bekasi
8	NUT377 Gizi dan Fisiologi Olahraga	3	KJ002	Reguler-1 Jakarta
9	NUT377 Gizi dan Fisiologi Olahraga	3	KJ001	Reguler-1 Jakarta
10	NUT377 Gizi dan Fisiologi Olahraga	3	KJ002	Reguler-1 Jakarta
11	NUT377 Gizi dan Fisiologi Olahraga	3	KJ001	Reguler-1 Jakarta
12	NUT233 Gizi Kebugaran	3	KJ101	Paralel/Reguler-2 Jakarta
13	NUT237 Kondisi Fisik dan Program Latihan	3	KJ101	Paralel/Reguler-2 Jakarta

Dengan Hak dan Tanggung Jawab sebagai berikut :

- Menyusun Rencana Pembelajaran Semester (RPS) yang ditetapkan oleh Fakultas/Program Studi sebelum perkuliahan dimulai dalam bentuk yang telah ditetapkan oleh Universitas;
- 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/>;
- Menghadiri dan memberikan bahan kuliah/praktek pada kegiatan perkuliahan/praktikum tepat waktu sesuai dengan jadwal yang telah ditetapkan;
- Memotivasi mahasiswa untuk mempelajari bahan kuliah yang diberikan dan bahan lain dari perpustakaan;
- Melakukan evaluasi keberhasilan mahasiswa secara objektif melalui pemberian tugas-tugas sesuai dengan kebutuhan mata kuliah yang diajarkan dan ujian tengah/akhir semester;
- 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 2024

Dekan/Kepala Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan



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



JURNAL KEGIATAN PROSES PEMBELAJARAN (JKPP)

Semester Ganjil 2024 - 2025

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

Ruang : R502A

Kode : NUT237

Kelas : KJ101

Dosen : MAYA FERNANDYA SIAHAAN , B.Sc, M.Kes.

Prodi : Ilmu Gizi Masyarakat dan Keluarga

Semester : 1

NO	Rencana perkuliahan			Pelaksanaan perkuliahan			Keaktifan Mahasiswa		Paraf	
	Hari/tgl	Jam ke	Materi / Kegiatan	Hari/tgl	Jam ke	Materi / Kegiatan	Kesan Dosen	Jml Mhs	Dosen	Mhs
1	Sabtu 28-9-24	09:30- 12:00	kp pert ke 1 tgl 21 sept 2024	Sabtu 28-9-24	09:30- 12:00	Pengantar kondisi fisik		9		
2	Sabtu 28-9-24	07:00- 09:30	Pengukuran Aktivitas Fisik	Sabtu 28-9-24	07:00- 09:30	Prinsip latihan		8		
3	Sabtu 5-10-24	07:00- 09:30	Latihan Kekuatan	Sabtu 5-10-24	07:00- 09:30	Latihan Kekuatan		8		
4	Sabtu 12-10- 24	07:00- 09:30	Latihan core dan pliometrik	Sabtu 12-10- 24	07:00- 09:30	Latihan kekuatan		7		
5	Sabtu 19-10- 24	07:00- 09:30	Latihan Speed, Agility dan Quickness	Sabtu 19-10- 24	07:00- 09:30	Latihan Speed, Agility dan Quickness		8		
6	Sabtu 26-10- 24	07:00- 09:30	Latihan Daya Tahan	Sabtu 26-10- 24	07:00- 09:30	Latihan Daya Tahan		7		
7	Sabtu 2-11-24	07:00- 09:30	Pengukuran Kebugaran	Sabtu 2-11-24	07:00- 09:30	Pengukuran Kebugaran		8		



JURNAL KEGIATAN PROSES PEMBELAJARAN (JKPP)

Semester Ganjil 2024 - 2025

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

Ruang : R502A

Kode : NUT237

Kelas : KJ101

Dosen : MAYA FERNANDYA SIAHAAN , B.Sc, M.Kes.

Prodi : Ilmu Gizi Masyarakat dan Keluarga

Semester : 1

NO	Rencana perkuliahan			Pelaksanaan perkuliahan			Keaktifan Mahasiswa		Paraf	
	Hari/tgl	Jam ke	Materi / Kegiatan	Hari/tgl	Jam ke	Materi / Kegiatan	Kesan Dosen	Jml Mhs	Dosen	Mhs
8	Sabtu 23-11-24	07:00- 09:30	Menyusun Program Latihan	Sabtu 23-11-24	07:00- 09:30	Program Latihan		8		
9	Sabtu 11-1-25	09:30- 12:00	Somatotype dan Bentuk Tubuh/kp pert ke 9 tgl 30 nov 2024	Sabtu 11-1-25	09:30- 11:59	Somatotype dan Bentuk Tubuh		8		
10	Sabtu 7-12-24	07:00- 09:30	Latihan Intensitas Sedang dan Intensitas Tinggi	Sabtu 7-12-24	07:00- 09:30	Latihan Intensitas Sedang dan Intensitas Tinggi		8		
11	Sabtu 14-12- 24	07:00- 09:30	Latihan Bootcamp	Sabtu 14-12- 24	07:00- 09:30	Latihan Bootcamp		8		
12	Sabtu 21-12- 24	07:00- 09:30	Latihan Circuit Training	Sabtu 21-12- 24	07:00- 09:30	Latihan Circuit Training		8		
13	Sabtu 11-1-25	07:00- 09:30	Latihan Weight Management	Sabtu 11-1-25	07:00- 09:30	Latihan Weight Management		8		
14	Sabtu 18-1-25	07:00- 09:30	Event Olahraga	Sabtu 18-1-25	07:00- 09:30	Event Olahraga		8		

NILAI AKHIR

Semester Ganjil 2024 - 2025

Kode : NUT237 **Kelas** : KJ101 **Dosen** : MAYA FERNANDYA SIAHAAN, B.Sc.
 M.Kes.

Matakuliah : Kondisi Fisik dan Program Latihan

Prodi : Ilmu Gizi Masyarakat dan Keluarga

No	N I M	Nama Mahasiswa	aktivitas partisipasi		UTS	UAS	tugas	quiz	NA	Nilai Akhir	
			10 %	50 %						Angka	Huruf
1	20240302230	Eimira Ningrum	100	85	76	82	80	80	84,3	4,00	A
2	20240302231	Yudhika Rizki Ardianugrah	7,14						0,71	0,00	E
3	20240302232	Az Zahra Kurnianti	100	87	78	82	82	80	85,7	4,00	A
4	20240302233	Devi Roheti	100	85	70	82	78	80	83,5	4,00	A
5	20240302234	Cristin Sun Marintan S	100	85	79	82	85	80	85,1	4,00	A
6	20240302235	Yuliawati	100	87	76	82	85	80	85,8	4,00	A
7	20240302236	Tri Ramadayuni	100	85	67	82	85	80	83,9	4,00	A
8	20240302237	Mexica Angelita Ritonga	100	87	80	82	85	80	86,2	4,00	A
9	20240302240	Diah Sintani Aprianti	100	90	88	82	85	80	88,5	4,00	A

Ket: PF = Performance TGS = Tugas

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

Mengetahui,
Ketua Program Studi

Jakarta, 21 Februari 2025
Dosen Pembina / Pengawas,



Dr. MURY KUSWARI, S.Pd, MSI
NIP. 214050497



MAYA FERNANDYA SIAHAAN, B.Sc, M.Kes.
NIP. 2230809075