



<http://www.upy.ac.id>

UNIVERSITAS PGRI YOGYAKARTA

Jl. PGRI I Sonosewu No. 117 Yogyakarta - 55182 Telp (0274) 376808, 373198, 373038 Fax. (0274) 376808

E-mail : info@upy.ac.id

PETIKAN

KEPUTUSAN REKTOR UNIVERSITAS PGRI YOGYAKARTA

Nomor : 026-24/SK/REKTOR-UPY/III/2025

Tentang

**PENGANGKATAN DOSEN PENGAMPU MATA KULIAH SEMESTER GENAP
TAHUN AKADEMIK 2024/2025 DI LINGKUNGAN UNIVERSITAS PGRI YOGYAKARTA**

DENGAN RAHMAT TUHAN YANG MAHA ESA
REKTOR UNIVERSITAS PGRI YOGYAKARTA

Menimbang : dst.
Mengingat : dst.
Memperhatikan: dst.

MEMUTUSKAN

Menetapkan : PENGANGKATAN DOSEN PENGAMPU MATA KULIAH SEMESTER GENAP TAHUN AKADEMIK 2024/2025
DI LINGKUNGAN UNIVERSITAS PGRI YOGYAKARTA

- Pertama : Mengangkat Saudara yang namanya tersebut pada lajur 2 Lampiran keputusan ini sebagai Dosen Pengampu Mata Kuliah pada Semester Genap Tahun Akademik 2024/2025.
- Kedua : Menugaskan kepada para Dosen Pengampu Mata Kuliah dimaksud untuk melaksanakan pembelajaran matakuliah sebagaimana tercantum pada lajur 3 lampiran keputusan ini dengan sebaik-baiknya dan kepada yang bersangkutan diberikan honorarium sesuai dengan ketentuan yang berlaku di UNIVERSITAS PGRI YOGYAKARTA
- Ketiga : Keputusan ini berlaku sejak tanggal ditetapkan, dengan ketentuan bahwa segala sesuatunya akan ditinjau kembali apabila terdapat kekeliruan dalam penetapan ini.

PETIKAN Keputusan ini disampaikan kepada yang bersangkutan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Ditetapkan di : Yogyakarta

Pada tanggal : 01 Maret 2025

Rektor,

ttd

Prof. Dr. Ir. Paiman, M.P

NIS. 19650916 199503 1 003

Untuk Petikan yang sah
Wakil Rektor Bidang Akademik dan Kelembagaan

Ahmad Niyadi, S.Si, M.Kom

NIS. 19690214 199812 1 006

Tembusan disampaikan kepada :

1. Para Wakil Rektor
2. Para Dekan
3. Para Ketua Program Sarjana
4. Para Ketua Program Magister

Lampiran Keputusan Rektor Universitas PGRI Yogyakarta
Nomor : 026.2.1 /SK/REKTOR-UPY/ III /2025
Tanggal : 01 Maret 2025

NO.	NAMA PENGAJAR & NIDN	MATA KULIAH	KODE MK	SKS	SEMESTER/ KELAS	PROGRAM
1. s.d 240						
241	Ryan Rohmansyah, M.Gz. 0510039301	Dasar Kewirausahaan Gizi Gizi Olah Raga Manajemen Industri Jasa Pangan	TKM61213 T61239 T61246	2 3 2	II / A1 VI / A1 VI / A1	Program Sarjana Gizi Program Sarjana Gizi Program Sarjana Gizi
242 Dst.						



Untuk Petikan yang sah:

Wakil Rektor Bidang Akademik dan Kelembagaan

Alman Riyadi, S.Si., M.Kom
NIS. 19690214 199812 1 006

Rektor

ttd

Prof. Dr. Ir. Paiman, M.P
NIS. 19650916 199503 1 003



**PROGRAM STUDI S-1 GIZI FAKULTAS
SAINS DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS PGRI YOGYAKARTA**

KONTRAK KULIAH

Nama Dosen	: Ryan Rohmansyah, S.Gz., M.Gz
Mata kuliah	: Gizi Olahraga (3 SKS)
Program Studi	: Gizi
Kelas/Angkatan	: 22.A1/2022
Semester	: VI
Tahun Akademik	: 2024/2025 Genap

Capaian Pembelajaran/ Learning outcome:

1. Lulusan yang berkualitas yang terdidik, terlatih, berdaya saing dan berkarakter
2. Mampu berfikir luas (meta-kognitif) dengan landasan ilmiah
3. Menguasai prinsip-prinsip ilmu gizi dan penyakit terkait gizi masyarakat, surveilans gizi, pangan, komunikasi, kegiatan program gizi, pemasaran produk, program gizi, sosial, dan antropologi, dan humaniora untuk dapat melaksanakan pengumpulan data dan pengolahan data secara deskriptif dalam membantu pelaksanaan penelitian dasar dan terapan dibidang gizi dan kesehatan.
4. Mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ilmu Pengetahuan dan teknologi yang memperhatikan dan menerapkan Nilai humaniora yang sesuai dengan bidang keahliannya.
5. Mampu menunjukkan kinerja mandiri, bermutu, dan terukur.
6. Mampu mengkaji implikasi pengembangan atau implementasi ilmu pengetahuan teknologi yang memperhatikan dan menerapkan nilai humaniora sesuai dengan keahliannya berdasarkan kaidah, tatacara, dan etika ilmiah dalam rangka menghasilkan solusi, gagasan, desain atau kritik seni, menyusun deskripsi saintifik hasil kajiannya dalam bentuk skripsi atau laporan tugas akhir, dan mengunggahnya dalam laman perguruan tinggi.
7. Mampu mengambil keputusan secara tepat dalam konteks penyelesaian masalah dibidang keahliannya, berdasarkan hasil analisis informasi dan data.

Softskills

Setelah mengikuti pembelajaran dengan tuntas, mahasiswa diharapkan memiliki pemikiran logis, kritis, sistematis, dan inovatif dalam konteks pengembangan atau implementasi ilmu Pengetahuan dan teknologi yang memperhatikan dan menerapkan Nilai humaniora yang sesuai dengan bidang keahliannya.

Bahan Kajian

Pengelompokkan berbagai jenis olah raga, manfaat olah raga bagi kesehatan, jenis zat gizi dalam aktifitas olahraga, System energi olahraga, Menjelaskan bentuk energi dalam olah raga, Sistem metabolisme energi dalam olahraga, Mengukur aktivitas fisik berdasarkan metabolisme energi, Prosedur pemeriksaan antropometri, Prosedur pemeriksaan Komposisi Tubuh, Prosedur pemeriksaan Somatotype, Pengertian kesegaran jasmani, Komponen kesegaran jasmani, Jenis-jenis tes kesegaran (VO2 max, kekuatan, fleksibility dll), Pengukuran status gizi atlet dan pengaturan berat badan pada atlet, Perhitungan kebutuhan gizi atlet, Pengaturan makanan sebelum, saat, dan setelah pertandingan.

Ketentuan

1. Kehadiran perkuliahan tatap muka minimal 75%
2. Toleransi keterlambatan perkuliahan tatap muka 15 menit
 - Mahasiswa terlambat 15 menit diperbolehkan ikut kuliah (kecuali ada alasan yang diterima dosen)
 - Dosen terlambat lebih dari 15 menit maka kuliah ditiadakan (kecuali adapemberitahuan kepada mahasiswa dan diganti hari lain)
3. Dalam perkuliahan dan konsultasi dengan dosen dilakukan dengan sopan dan menghargai.
4. Setiap bahan kajian diberikan tugas sebagai evaluasi pembelajaran
5. UTS diberikan dalam bentuk tugas berupa soal dan dikumpulkan pada minggu berikutnya.
6. Mahasiswa wajib mengikuti UAS

Penilaian Mahasiswa

No	Uraian	Bobot (%)
1	Tugas Paper	22
2	Tugas Presentasi	33
3	UAS (Ujian Akhir Semester)	35
4	Kehadiran Kuliah	10
Total		100

Yogyakarta, 06 Maret 2025

Kaprodi S-1 Gizi



(Brevi Istu Pambudi, S.Gz, M. Gizi)

Dosen Pembimbing



(Ryan Rohmansyah, S.Gz. M.Gz)

Koordinator Makul



(Vicky Arjun Pratama)



Universitas PGRI Yogyakarta

Jl. PGRI I Sonosewu No. 117 Yogyakarta Telp. 0274-376808, 373198 Fax. 0274-376808

DAFTAR HADIR KULIAH

Program Studi : GIZI
Tahun Akademik : 2024/2025
Semester : GENAP
Dosen : RYAN ROHMANSYAH [0510039301]

Kode Matakuliah : T61239
Matakuliah : GIZI OLAH RAGA
Bobot : 3 SKS
Kelas : 22.A1

Semester :
Hari :
Pukul :
Ruang :
00:00 s.d. 00:00

No	NP Mahasiswa	Nama Mahasiswa	B/U/P	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	Jumlah Hadir	% Hadir
1	22166100002	NOVITA FITRI ANGGRAENI		i	gr	gr	gr	gr	gr	gr	gr	gr	gr	gr	gr	gr	gr	gr	4	93
2	22166100003	FRANSIANA BERNA BEI		h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	15	100
3	22166100004	MAKDA LENA MELDA DEOSA		h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	15	100
4	22166100005	AULYA HASANAH DALIMUNTHER		h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	11	73
5	22166100008	WIDIYA AMANDA PUTRI		h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	9	60
6	22166100009	LATIFA HALIMAH		h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	13	86
7	22166100010	SYARIFATUL MUAWINATI		h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	15	100
8	22166100011	CALLISTA ZADA RAHMA EDA		h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	15	100
9	22166100012	HAFINDA PUTRI UTAMI		h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	15	100
10	22166100013	YUNITA PERMATASARI		h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	15	100
11	22166100014	SALMA AZ ZAHRA		h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	15	100
12	22166100015	AMELIA MUTIARA ADINDA		h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	14	93
13	22166100016	SAFIRA KHAIRUNNISA		h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	13	86
14	22166100017	TINA ARYANI		h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	15	100
15	22166100018	VICKY ARJUN PRATAMA		h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	15	100
16	22166100019	SHAFIRA NIRMALA PUTRI		h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	15	100
17	22166100020	MUTIARA MAHARANI		h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	13	86
18	22166100022	IIM TASLAWHI BAASITHAH		h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	15	100
19	22166100024	REVINA ELLY NURTYAS		h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	15	100
20	22166100026	DESI PERMATASARI		h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	15	100

Lembar 1 : Untuk Dosen

Lembar 2 : Untuk Arsip Program Studi



Universitas PGRI Yogyakarta

Jl. PGRI I Sonosewu No. 117 Yogyakarta Telp. 0274-376808, 373198 Fax. 0274-376808

DAFTAR HADIR KULIAH

Program Studi : GIZI
Tahun Akademik : 2024/2025
Semester : GENAP
Dosen : RYAN ROHMANSYAH [0510039301]

Kode Matakuliah : T61239
Matakuliah : GIZI OLAHRAGA
Bobot : 3 SKS
Kelas : 22.A1

Semester :
Hari :
Pukul : 00:00 s.d. 00:00
Ruang :

No	NP Mahasiswa	Nama Mahasiswa	B/U/P	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	Jumlah Hadir	% Hadir
21	22166100027	AJENG WULANDARI		h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	-	-	13	86
22	22166100028	DINI APRILIA		h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	15	100
23	22166100029	AGUM WIRAYUDHA KUSUMA		h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	13	86
24	22166100031	AVI DWININGRUM		h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	14	93



PRESENSI DOSEN MENGAJAR

TA. 2024/2025 Sem. GENAP

Program Studi : GIZI
Matakuliah : GIZI OLAHRAGA [T61239]
Bobot : 3 SKS
Dosen : RYAN ROHMANSYAH [0510039301]

Kelas : 22.A1
Hari : -
Pukul : 00:00 s.d. 00:00
Ruang : -

Pert	Tanggal	Pokok Bahasan	Sub-Pokok Bahasan	Jml Mhs	Paraf
I	Kamis. 6/03/25	"Pembahasan Kontrak Kuliah. PPS" • Gizi Olahraga	• Pembahasan CPMK • Gizi Olahraga.	22	
II	Kamis, 13/03/25	"Sistem Energi/ metabolisme dan penggunaannya"	• Metabolisme, • Jenis olahraga • Jenis sistem Energi	23	
III	Kamis, 20/03/25	"Sistem Energi Metabolisme dan penggunaannya"	• Metabolisme Glikolisis • Jenis olahraga • penguatan	19	
IV	Kamis, 27/03/25	"Respirasi oksidatif"	• Metabolisme oksidatif • Jenis olahraga.	19	
V	Kamis, 27/03/25	"formulasi oksidatif 2"	• Metabolisme oksidatif • Jenis olahraga.	22	
VI	Kamis 17/04/25	Pengukuran Antropometri • Atlet :	• Tujuan pengukuran antropometri • Komposisi tubuh • Samatara PE.	20	
VII	Kamis 17/04/25	Pengukuran antropometri • Atlet.	• Teknik pengukuran • Component I, II, III	20	
VIII	Kamis 24/04/25	Pemeriksaan Klinis	• Kondisi fisik • Teknik dan strategi • Kesiapan mental	21	
IX	Rabu 7/05/25	Kedokteran dan Kesehatan	• Wellness (Kesehatan Penuh)	24	
X	Kamis 8/05/25	Penilaian Biokimia Klinis	• Indikator pemeriksaan Biokimia • Interpretasi hasil pemeriksaan	24	
XI	Kamis 15/05/25	Pengelompokan Cabar	• Cabar Ringan, sedang, berat, berat sekali • OR menurut jenis modern, tradisional	24	
XII	Kamis 22/05/25	Identifikasi kebutuhan zat gizi olahraga	• Analisis kebutuhan zat gizi pada periodisasi olahraga • membedakan faktor athlete dan nonathlete	24	
XIII	Kamis 29/05/25	Identifikasi penggunaan suplemen dan doping.	• Klasifikasi suplemen dan doping • Aspek hukum suplemen doping • Kebutuhan utk tubuh athlete.	23	
XIV	Kamis 5/6/25	Identifikasi fitness test (Beep test)	• Pengertian • Interpretasi • Prinsip, tujuan hasil pengukuran • Prosedur pengukuran	23	
XV	12/6/25 Kamis.	Kisi - Kisi UAS	Materi UAS sistem energi ATP-PCr, Glikolisis, oksidatif, multistage fitness tes (Beep test).	23	



Universitas PGRI Yogyakarta

SISTEM INFORMASI AKADEMIK

Jl. PGRI I Sonosewu No. 117 Yogyakarta Telp. 0274-376808, 373198 Fax. 0274-376808

[Home](#) | [Mahasiswa](#) | [Kurikulum](#) | [KRS](#) | [PMB](#) | [Data Akademis](#) | [Jadwal](#)

USER DETAIL

Kamis, 24-Juli-2025 10:07:15

Selamat Datang **GIZI [giziteam]**,  Sub Bagian Akademik

[Log Out](#)

NILAI AKHIR

ISIAN HASIL STUDI MAHASISWA

NO	NIM	MAHASISWA	NILAI
1	20166100048	AAS NURMALA SARI	B+ ▼
2	22166100002	NOVITA FITRI ANGGRAENI	A ▼
3	22166100003	FRANSIANA BERNA BEI	A- ▼
4	22166100004	MAKDA LENA IMELDA DEOSA	A- ▼
5	22166100005	AULYA HASANAH DALIMUNTHE	A- ▼
6	22166100008	WIDIYA AMANDA PUTRI	B- ▼
7	22166100009	LATIFA HALIMAH	A ▼
8	22166100010	SYARIFATUL MUAWINATI	B+ ▼
9	22166100011	CALLISTA ZADA RAHMA EDA	A- ▼
10	22166100012	HAFINDA PUTRI UTAMI	B ▼
11	22166100013	YUNITA PERMATASARI	A ▼
12	22166100014	SALMA AZ ZAHRA	A ▼
13	22166100015	AMELIA MUTIARA ADINDA	A- ▼
14	22166100016	SAFIRA KHAIRUNNISA	B ▼
15	22166100017	TINA ARYANI	B ▼
16	22166100018	VICKY ARJUN PRATAMA	B ▼
17	22166100019	SHAFIRA NIRMALA PUTRI	A ▼
18	22166100020	MUTIARA MAHARANI	A ▼
19	22166100022	IIM TASLAWHIJ BAASITHAH	A- ▼
20	22166100024	REVINA ELLY NURTYAS	A ▼

21 22166100026 DESI PERMATASARI
22 22166100027 AJENG WULANDARI
23 22166100028 DINI APRILIA
24 22166100029 AGUM WIRAYUDHA KUSUMA
25 22166100031 AVI DWININGRUM

A-	▼
B+	▼
A	▼
A-	▼
A	▼

 Batal	 Simpan
---	--

Kaprodi Gizi


Adhila Fayasari, S.Gz., MPH