



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 : 111.1 /SK/REKTOR-UPY/IX/2025

Tentang

PENGANGKATAN DOSEN PENGAMPU MATA KULIAH SEMESTER GASAL
TAHUN AKADEMIK 2025/2026 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 GASAL TAHUN AKADEMIK 2025/2026
DI LINGKUNGAN UNIVERSITAS PGRI YOGYAKARTA

- Pertama : Mengangkat Saudara yang namanya tersebut pada lajur 2 Lampiran keputusan ini sebagai Dosen Pengampu Mata Kuliah pada Semester Gasal Tahun Akademik 2025/2026.
- 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 : 08 September 2025
Rektor,

ttd

Prof. Dr. Ir. Paiman, M.P
NIS. 19650916 199503 1 0031

Untuk Petikan yang sah
Wakil Rektor Bidang Akademik dan Kelembagaan

Amirul Riyadi, 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 :111.1 /SK/REKTOR-UPY/IX/2025
 Tanggal : 08 September 2025

NO.	NAMA PENGAJAR & NIDN	MATA KULIAH	KODE MK	SKS	SEMESTER/ KELAS	PROGRAM
1. s.d 245						
246	Ryan Rohmansyah, M.Gz. 0510039301	Dasar manajemen Metabolisme Gizi Mikro Manajemen Sistem Penyelenggaraan Makanan Praktek Kerja Gizi Institusi Gizi Olahraga Lanjut	GZ61102 TKM61121 T61130 T61154 T61156	2 2 3 3 2	I / A1 III / A1 V / A1 VII / A1 VII / A1	Program Sarjana Gizi Program Sarjana Gizi Program Sarjana Gizi Program Sarjana Gizi Program Sarjana Gizi
247 Dst.						



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 (2 SKS)
Program Studi	: Gizi
Kelas/Angkatan	: 22.A1/2022
Semester	: VII
Tahun Akademik	: 2025/2026 Ganjil

Capaian Pembelajaran/ Learning outcome:

1. Mampu menguasai konsep ilmu gizi dasar, penilaian status gizi dan penilaian konsumsi pangan, asuhan gizi dalam daur kehidupan serta menerapkan pemikiran kritis dan inovatif untuk pengambilan keputusan yang tepat dan bertanggung jawab di bidang kesehatan.
2. Mampu merencanakan, menggunakan dan mengaplikasikan iptek dalam pengukuran dan penilaian status gizi pada kondisi kesehatan umum, gizi olahraga dan anak sekolah serta pendokumentasian lengkap yang digunakan dalam pelayanan kesehatan secara bertanggung jawab dan mandiri dalam pencapaian kerja kelompok sebagai upaya dalam peningkatan mutu kehidupan masyarakat.

Capaian Pembelajaran Mata Kuliah

1. Menganalisis kebutuhan energi dan zat gizi pada atlet berdasarkan jenis olahraga, intensitas latihan, dan periodisasi latihan lanjut.
2. Merancang program nutrisi personal untuk atlet berdasarkan periodisasi latihan (persiapan umum, persiapan khusus, pra-pertandingan, saat pertandingan, dan pemulihan)
3. Mengetahui kebijakan dan dampak penggunaan suplemen, doping pada atlet
4. Menganalisis penggunaan suplemen dan ergogenik secara kritis serta mengidentifikasi potensi risiko doping.

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

Identifikasi dan analisis kebutuhan zat gizi pada atlet berbagai cabang olahraga dengan intensitas rendah, sedang, tinggi, waktu pemberian makan atlet atau tahapan makanan disetiap periodisasi latihan hingga rekomendasi diet harian atlet, identifikasi kebutuhan penggunaan suplemen atlet, persepsi doping dari aspek kebijakan, efek pada tubuh jangka panjang hingga jenis doping dalam beberapa makanan dan suplemen, asuhan gizi atlet terstandar (assessment, diagnosa, intervensi, monitoring dan evaluasi) pada cabang olahraga voly indoor, sepak bola, taekwondo, atletik.

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 ada pemberitahuan 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, 09 september 2025

Kaprodi S-1 Gizi

(Adhila Fayasari S.Gz.,
M.P.H., Dietisien)

Dosen Pembimbing

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

Koordinator Makul

(Makda Lena I. D)



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 : 2025/2026
Semester : GASAL
Dosen : RYAN ROHMANSYAH [0510039301]

Kode Matakuliah : T61156
Matakuliah : GIZI OLAHRAGA LANJUT
Bobot : 2 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
1	20166100048	AAS NURMALA SARI		h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	15	100
2	22166100002	NOVITA FITRI ANGGRAENI		h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	15	100
3	22166100003	FRANSIANA BERNA BEI		h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	15	100
4	22166100004	MAKDA LENA IMELDA DEOSA		h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	15	100
5	22166100005	AULYA HASANAH DALIMUNTHE		h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	15	100
6	22166100009	LATIFA HALIMAH		h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	15	100
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	15	100
13	22166100016	SAFIRA KHAIRUNNISA		h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	15	100
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	15	100
18	22166100022	IIM TASLAWHIJ 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	14	93
20	22166100027	AJENG WULANDARI		h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	h	14	93



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 : 2025/2026
Semester : GASAL
Dosen : RYAN ROHMANSYAH [0510039301]

Kode Matakuliah : T61156
Matakuliah : GIZI OLAH RAGA LANJUT
Bobot : 2 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	22166100029	AGUM WIRAYUDHA KUSUMA		<i>h</i>	<i>h</i>	<i>h</i>	<i>h</i>	<i>h</i>	<i>h</i>	<i>h</i>	<i>h</i>	<i>h</i>	<i>h</i>	<i>h</i>	<i>h</i>	<i>h</i>	<i>h</i>	<i>h</i>	15	100
22	22166100031	AVI DWININGRUM		<i>h</i>	<i>h</i>	<i>h</i>	<i>h</i>	<i>h</i>	<i>h</i>	<i>h</i>	<i>h</i>	<i>h</i>	<i>h</i>	<i>h</i>	<i>h</i>	<i>h</i>	<i>h</i>	<i>h</i>	15	100
23	22166100026	Desi permatasari		<i>h</i>	<i>h</i>	<i>h</i>	<i>h</i>	<i>h</i>	<i>h</i>	<i>h</i>	<i>h</i>	<i>h</i>	<i>h</i>	<i>h</i>	<i>h</i>	<i>h</i>	<i>h</i>	<i>h</i>	15	100
24	22166100028	Dini Aspinia		<i>h</i>	<i>h</i>	<i>h</i>	<i>h</i>	<i>h</i>	<i>h</i>	<i>h</i>	<i>h</i>	<i>h</i>	<i>h</i>	<i>h</i>	<i>h</i>	<i>h</i>	<i>h</i>	<i>h</i>	15	100



PRESENSI DOSEN MENGAJAR

TA. 2025/2026 Sem. GASAL

Program Studi : GIZI
Matakuliah : GIZI OLAHRAGA LANJUT [T61156]
Bobot : 2 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	9/09/2025	CPREK. Kontrak Kuliah, Pengantar 30	- Kontrak Kuliah - CPREK - Gizi olah.	22	
II	16/09/2025	Identifikasi Kebutuhan Energi pada Atletik.	- Kebutuhan energi Atlet, Energi Basal Perhitungan - Komponen zat gizi utama.	23	
III	23/09/2025	Asupan makan Atlet.	- Zat gizi makro protein, lemak, - Kebutuhan disesuaikan jenis of atlet cabar.	23	
IV	30/09/2025	Asupan makan Atlet	- Sumber, kualitas, bioavailability, protein, lemak.	23	
V	07/10/2025	Waktu Pemberian makanan Atlet	- Tahap pemberian makan atlet (P3) - Tujuan untuk beberapa cabar	23	
VI	14/10/2025	Waktu Pemberian Makanan Atlet	- Fokus Tugasm pada cabar dengan intensitas latihan rendah, sedang, tinggi hingga strategi pemberian gizi	23	
VII	22/10/2025	Diet Harian Atlet.	- Selesai program abn beban latihan - mempertahankan komposisi tubuh optimal - meningkatkan performa latihan.	23	
VIII	29/10/2025	Diet Harian Atlet	- Percepatan pemulihan pasca latihan - Preventif kelainan, cedera, imun.	22	
IX	30/11/2023	Suplemen Atlet	- Tujuan pemberian suplemen. - jenis suplemen, bagian dan penggunaan suplemen.	21	
X	10/11/2025	Doping	- Definisi Doping, jenis doping. - Rule / Batasan dalam pertandingan - Obat terlarang tubuh (GIZI & obat)	23	
XI	19/12/2025	Asuhan Gizi pada Cabar Voli indoor	- Assessment, Diagnosis, Intervensi moner.	23	
XII	03/12/2025	Asuhan Gizi pada Cabar Taekwondo	- Assessment, diagnosis, intervensi moner.	23	
XIII	10/12/2025	Asuhan Gizi Atlet Cabar Atletik.	- Assessment, diagnosis, intervensi moner.	23	
XIV	06/12/2025	Asuhan Gizi Atlet Cabar Sepak Bola	- Assessment, diagnosis, intervensi moner.	23	
XV	25/12/2025	Review materi GAS.	- Asupan Atlet, Kebutuhan energi Atlet, Diet harian, Suplemen.	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

Senin, 9-Februari-2026 17:56:32

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	22166100009	LATIFA HALIMAH	A
7	22166100010	SYARIFATUL MUAWINATI	A
8	22166100011	CALLISTA ZADA RAHMA EDA	A
9	22166100012	HAFINDA PUTRI UTAMI	A-
10	22166100013	YUNITA PERMATASARI	A
11	22166100014	SALMA AZ ZAHRA	A
12	22166100015	AMELIA MUTIARA ADINDA	A
13	22166100016	SAFIRA KHAIRUNNISA	A
14	22166100017	TINA ARYANI	A
15	22166100018	VICKY ARJUN PRATAMA	A
16	22166100019	SHAFIRA NIRMALA PUTRI	A
17	22166100020	MUTIARA MAHARANI	A
18	22166100022	IIM TASLAWHIJ BAASITHAH	A
19	22166100024	REVINA ELLY NURTYAS	A
20	22166100026	DESI PERMATASARI	A
21	22166100027	AJENG WULANDARI	A-
22	22166100029	AGUM WIRAYUDHA KUSUMA	A
23	22166100031	AVI DWININGRUM	A

[Batal](#)[Simpan](#)Copyright © 2008 - 2011.
Hasanah Media - PPTIK. All Rights Reserved

Kaprod Gizi

(Adhila Fayasari S.Gz., M.P.H., Dietisien)