



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS VOKASI

Kampus I Jl. Mandung, Wates, Kulon Progo, Telp.(0274)774625 Fax.(0274)773906
Kampus II Kepuh, Pacarejo, Semanu, Gunungkidul
website: <http://wates.uny.ac.id> email: wates@uny.ac.id

KEPUTUSAN DEKAN FAKULTAS VOKASI
NOMOR: T/2399.8/UN34.19/HK.03/2023

TENTANG
TUGAS MENGAJAR DOSEN SEMESTER GASAL TAHUN AKADEMIK 2023/2024
FAKULTAS VOKASI UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

DEKAN FAKULTAS VOKASI

- Menimbang : a. bahwa dalam rangka pelaksanaan tugas pendidikan dan pengajaran Semester Gasal 2023/2024, Fakultas Vokasi Universitas Negeri Yogyakarta, perlu menetapkan Tugas Mengajar Dosen Semester Gasal Tahun Akademik 2023/2024;
- b. bahwa untuk keperluan sebagaimana dimaksud pada butir a perlu ditetapkan dengan Keputusan Dekan tentang Tugas Mengajar Dosen Semester Gasal Tahun Akademik 2023/2024 Fakultas Vokasi Universitas Negeri Yogyakarta;
- Mengingat : 1. Undang-undang Republik Indonesia Nomor 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional (Lembaran Negara Tahun 2003 Nomor 78, Tambahan Lembaran Negara Nomor 4301);
2. Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 4 Tahun 2014 Tentang Penyelenggaraan Pendidikan Tinggi dan Pengelolaan Perguruan Tinggi (Tambahan Lembaran Negara Republik Indonesia Nomor 5500);
3. Keputusan Presiden Republik Indonesia Nomor 93 tahun 1999 tentang Perubahan Institut Keguruan dan Ilmu Pendidikan menjadi Universitas;
4. Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 35 Tahun 2022 Tentang Perguruan Tinggi Negeri Badan Hukum Universitas Negeri Yogyakarta (Tambahan Lembaran Negara Republik Indonesia Nomor 196);
5. Keputusan Mendikbud Republik Indonesia Nomor 5723/MPK/RHS/KP/2021 tentang Pengangkatan Rektor Universitas Negeri Yogyakarta Periode Tahun 2021-2025;
6. Keputusan Rektor Universitas Negeri Yogyakarta Nomor Republik Indonesia Nomor B/2646/UN34/KP.08.01/2022 Taun 2022 Tentang Pengangkatan Dekan Fakultas Vokasi Universitas Negeri Yogyakarta Periode Tahun 2021-2025;

MEMUTUSKAN:

- Menetapkan : KEPUTUSAN DEKAN TENTANG TUGAS MENGAJAR DOSEN SEMESTER GASAL TAHUN AKADEMIK 2023/2024 FAKULTAS VOKASI UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

- KESATU : Menetapkan Tugas Mengajar Dosen Program Sarjana Terapan Semester Gasal Tahun Akademik 2023/2024, Fakultas Vokasi Universitas Negeri Yogyakarta sebagaimana dimaksud dalam lampiran Keputusan ini yang menjadi bagian tidak terpisahkan dengan Keputusan ini:
1. Lampiran I: Tugas mengajar dosen Program Sarjana Terapan Departemen Tata Boga, Busana, dan Rias Kecantikan Semester Gasal Tahun Akademik 2023/2024 Fakultas Vokasi Universitas Negeri Yogyakarta.
 2. Lampiran II: Tugas mengajar dosen Program Sarjana Terapan Departemen Teknik Mesin dan Otomotif Semester Gasal Tahun Akademik 2023/2024 Fakultas Vokasi Universitas Negeri Yogyakarta.
 3. Lampiran III: Tugas mengajar dosen Program Sarjana Terapan Departemen Teknik Elektro dan Elektronika Semester Gasal Tahun Akademik 2023/2024 Fakultas Vokasi Universitas Negeri Yogyakarta.
 4. Lampiran IV: Tugas mengajar dosen Program Sarjana Terapan Departemen Teknik Sipil Semester Gasal Tahun Akademik 2023/2024 Fakultas Vokasi Universitas Negeri Yogyakarta.
 5. Lampiran V: Tugas mengajar dosen Program Sarjana Terapan Departemen Bisnis dan Keuangan Semester Gasal Tahun Akademik 2023/2024 Fakultas Vokasi Universitas Negeri Yogyakarta.
 6. Lampiran VI: Tugas mengajar dosen Program Sarjana Terapan Departemen Olahraga dan Kesehatan Semester Gasal Tahun Akademik 2023/2024 Fakultas Vokasi Universitas Negeri Yogyakarta.
- KEDUA : Daftar dosen mengajar dimaksud dalam diktum KESATU disertai tugas mengajar dan menguji sesuai mata kuliah tersebut seperti terlampir.
- KETIGA : Biaya yang diperlukan dengan adanya Keputusan ini dibebankan pada Anggaran DIPA Universitas Negeri Yogyakarta Tahun 2023 sesuai dengan ketentuan yang berlaku.
- KEEMPAT : Keputusan ini berlaku sejak 14 Agustus sampai dengan 1 Desember 2023.

SALINAN Keputusan Dekan ini disampaikan kepada:

1. Wakil Dekan Bidang Akademik, Kemahasiswaan, dan Alumni
2. Para Ketua Departemen
3. Para Koordinator Program Studi
4. Kepala Layanan Administrasi
5. Yang bersangkutan
6. Fakultas Vokasi Universitas Negeri Yogyakarta

Ditetapkan di Kulonprogo

Pada tanggal 14 Agustus 2023

DEKAN FAKULTAS VOKASI

UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA,



KOMARUDIN

NIP. 197409282003121002

Lampiran SK Dekan FV UNY

Nomor : T/2399.8/UN34.19/HK.03/2023

Tanggal : 14 Agustus 2023

**DAFTAR TUGAS MENGAJAR DAN MENGUJI DOSEN
FAKULTAS VOKASI - UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
SEMESTER GASAL TAHUN AKADEMIK 2023 / 2024**

Nama : Dr. Ratna Budiarti S.Pd.Kor, M.Or.
NIP : 198105122010122003

No	Kode MK	Mata Kuliah	SKS Matakuliah	Semester	Prodi	Rombel	Jenis	SKS Rombel	Beban Mengajar	Jumlah Peserta	Keterangan
1	PRK6207	Dasar Gerak Yoga	2	1	PROMOSI KESEHATAN - D4	A	Praktek	1	1.00	51	
Jumlah Beban Mengajar									1.00 SKS		

Dekan,



Prof. Dr. Komarudin S.Pd., M.A.
NIP. 197409282003121002



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
PROGRAM STUDI PROMOSI KESEHATAN - D4

RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER (RPS)

Program Studi	:	PROMOSI KESEHATAN - D4
Mata Kuliah/Kode	:	Dasar Gerak Yoga/PRK6207
Jumlah SKS	:	2
Tahun Akademik	:	2023
Semester	:	1
Mata Kuliah Prasyarat	:	-
Dosen Pengampu	:	1. Dr. CH. Fajar Sri Wahyuniati S.Pd., M.Or. 2. Dr. Ratna Budiarti S.Pd.Kor., M.Or.
Bahasa Pengantar	:	Bahasa Indonesia

A. DESKRIPSI MATA KULIAH

Dalam perkuliahan ini membahas mengenai konsep dasar gerak yoga. Proses perkuliahan diarahkan agar mahasiswa memiliki kemampuan, keterampilan dan pemahaman manfaat dari olahraga yoga, jenis-jenis, Teknik pernafasan, Mengenal Sistem Kerangka Tubuh Manusia dan sistematika kelas yoga

B. CAPAIAN PEMBELAJARAN LULUSAN (CPL) DAN CAPAIAN PEMBELAJARAN MATA KULIAH (CPMK)

Nomor	Capaian Pembelajaran Mata Kuliah (CPMK)	Capaian Pembelajaran Lulusan (CPL)

1	Mahasiswa mampu memahami konsep dasar gerak yoga, manfaat dan jenis-jenis yoga	Memiliki sikap bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius;
		Memiliki sikap menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral, dan etika;
		Lulusan mampu memahami teori dan konsep ilmu kesehatan dan kebugaran
		mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, inovatif, bermutu, dan terukur dalam melakukan pekerjaan yang spesifik di bidang kesehatan dan kebugaran serta sesuai dengan standar kompetensi kerja bidang kesehatan dan kebugaran;
		mampu melakukan proses evaluasi diri terhadap kelompok kerja yang berada dibawah tanggung jawabnya, dan mampu mengelola pembelajaran secara mandiri; dan
		Lulusan mampu merancang, menerapkan, dan mengevaluasi program kesehatan dan kebugaran
		Mampu menguasai konsep dinamika kelompok, kerja sama tim, dan manajemen konflik.
		Menguasai konsep teoritis etika dan strategi membangun jejaring kemitraan.
		Mampu menguasai konsep teoritis pengorganisasian, partisipasi, dan pemberdayaan masyarakat.
		Mampu menerapkan kegiatan edukasi kesehatan dan konseling baik untuk individu, keluarga, kelompok, dan masyarakat
2	Mahasiswa mampu menguasai teknik dasar gerak yoga, pernafasan, sistematika dan praktek 1	Memiliki sikap bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius;
		Memiliki sikap menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral, dan etika;
		Menginternalisasi semangat kemandirian, kejuangan, dan kewirausahaan.
		Lulusan mampu memahami teori dan konsep ilmu kesehatan dan kebugaran
		mampu menerapkan pemikiran logis, kritis, inovatif, bermutu, dan terukur dalam melakukan pekerjaan yang spesifik di bidang kesehatan dan kebugaran serta sesuai dengan standar kompetensi kerja bidang kesehatan dan kebugaran;
		mampu memelihara dan mengembangkan jaringan kerja sama dan hasil kerja sama di dalam maupun di luar lembaganya;
		Lulusan mampu merancang, menerapkan, dan mengevaluasi program kesehatan dan kebugaran
		Lulusan mampu menunjukkan kemampuan implementasi keterampilan kesehatan dan kebugaran
		Menguasai konsep teoritis tentang perubahan perilaku sehat baik ditingkat individu dan keluarga melalui konseling, kelompok melalui pelatihan.
		Mampu menguasai konsep dinamika kelompok, kerja sama tim, dan manajemen konflik.
		Menguasai konsep teoritis etika dan strategi membangun jejaring kemitraan.
		Mampu menguasai konsep teoritis pengorganisasian, partisipasi, dan pemberdayaan masyarakat.
		Mampu menerapkan kegiatan edukasi kesehatan dan konseling baik untuk individu, keluarga, kelompok, dan masyarakat

3	mahasiswa mampu memahami struktur anatomi dan bidang pergerakan yoga, kerja otot, pose, praktik 2	Memiliki sikap bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan mampu menunjukkan sikap religius;
		Memiliki sikap menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral, dan etika;
		Memiliki sikap bertanggungjawab atas pekerjaan di bidang keahliannya secara mandiri; dan kelompok
		mampu menerapkan pemikian logis, kritis, inovatif, bermutu, dan terukur dalam melakukan pekerjaan yang spesifik di bidang kesehatan dan kebugaran serta sesuai dengan standar kompetensi kerja bidang kesehatan dan kebugaran;
		mampu memelihara dan mengembangkan jaringan kerja sama dan hasil kerja sama di dalam maupun di luar lembaganya;
		mampu melakukan proses evaluasi diri terhadap kelompok kerja yang berada dibawah tanggung jawabnya, dan mampu mengelola pembelajaran secara mandiri; dan
		Lulusan mampu menunjukkan kemampuan implementasi keterampilan kesehatan dan kebugaran
		Menguasai konsep teoritis manajemen program promosi kesehatan mulai dari perencanaan, pelaksanaan, monitoring, dan evaluasi dengan penerapan siklus pemecahan masalah masyarakat.
		Menguasai konsep teoritis etika dan strategi membangun jejaring kemitraan.
		Mampu menguasai konsep teoritis pengorganisasian, partisipasi, dan pemberdayaan masyarakat.
		Menguasai konsep teoritis determinan sosial dengan mempertimbangkan nilai-nilai sosial budaya lokal, norma dan etika yang ada di masyarakat.
		Mampu menerapkan kegiatan edukasi kesehatan dan konseling baik untuk individu, keluarga, kelompok, dan masyarakat
		4
Memiliki sikap menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral, dan etika;		
Memiliki sikap bertanggungjawab atas pekerjaan di bidang keahliannya secara mandiri; dan kelompok		
mampu menerapkan pemikian logis, kritis, inovatif, bermutu, dan terukur dalam melakukan pekerjaan yang spesifik di bidang kesehatan dan kebugaran serta sesuai dengan standar kompetensi kerja bidang kesehatan dan kebugaran;		
mampu memelihara dan mengembangkan jaringan kerja sama dan hasil kerja sama di dalam maupun di luar lembaganya;		
mampu melakukan proses evaluasi diri terhadap kelompok kerja yang berada dibawah tanggung jawabnya, dan mampu mengelola pembelajaran secara mandiri; dan		
Lulusan mampu menunjukkan kemampuan implementasi keterampilan kesehatan dan kebugaran		
Menguasai konsep teoritis manajemen program promosi kesehatan mulai dari perencanaan, pelaksanaan, monitoring, dan evaluasi dengan penerapan siklus pemecahan masalah masyarakat.		
Menguasai konsep teoritis etika dan strategi membangun jejaring kemitraan.		
Mampu menguasai konsep teoritis pengorganisasian, partisipasi, dan pemberdayaan masyarakat.		
Menguasai konsep teoritis determinan sosial dengan mempertimbangkan nilai-nilai sosial budaya lokal, norma dan etika yang ada di masyarakat.		
Mampu menerapkan kegiatan edukasi kesehatan dan konseling baik untuk individu, keluarga, kelompok, dan masyarakat		

C. KEGIATAN PERKULIAHAN:

Minggu Ke-	CPMK	Bahan Kajian	Bentuk/ Metode Pembelajaran	Pengalaman Belajar	Indikator Penilaian	Teknik Penilaian	Waktu	Referensi
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)
1	1, 2, 3, 4	Kontrak perkuliahan dan penjelasan umum	1. Ceramah 2. Diskusi	Mahasiswa mampu mendeskripsikan materi yang akan dipelajari	Meguraikan ruang lingkup gerak dasar yoga	Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5
2	1	1. Yoga dan Manfaatnya 2. Jenis-jenis Yoga	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek 5. Tugas/Kerja Mandiri	Mahasiswa mampu memahami manfaat yoga dan jenis yoga	mahasiswa mampu menganalisis jenis yoga dan manfaatnya	Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5
3	2	1. Teknik Pernafasan dalam Yoga 2. Mengenal Sistem Kerangka Tubuh Manusia	1. Ceramah 2. Diskusi 3. Demonstrasi 4. Eksperimen/Praktek 5. Tugas/Kerja Mandiri	mahasiswa mampu melakukan teknik nafas dalam yoga	mahasiswa mampu melakukan teknik nafas dalam yoga	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5
4	2	Sistematika Kelas Yoga	1. Diskusi 2. Demonstrasi 3. Eksperimen/Praktek 4. Tugas/Kerja Mandiri	Mahasiswa mampu menjelaskan sistematika dalam kelas yoga	Mahasiswa mampu menjelaskan dan mempraktekan sistematika dalam kelas yoga	Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5
5	2	Praktek I (Pranayama dan Pemanasan Sederhana)	1. Diskusi 2. Demonstrasi 3. Eksperimen/Praktek 4. Tugas/Kerja Mandiri	mahasiswa dapat melakukan gerakan Pranayama dan Pemanasan Sederhana	mahasiswa mampu melakukan gerakan Pranayama dan Pemanasan Sederhana	Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5
6	3	Posisi Anatomi dan bidang	1. Diskusi 2. Demonstrasi 3. Eksperimen/Praktek 4. Tugas/Kerja Mandiri	Mahasiswa mengetahui Posisi Anatomi dan bidang	mahasiswa mampu menganalisis Posisi Anatomi dan bidang	Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5
7	3	Kontraksi dan Kerja Otot	1. Diskusi 2. Demonstrasi 3. Eksperimen/Praktek 4. Tugas/Kerja Mandiri	Mahasiswa dapat mengetahui Kontraksi dan Kerja Otot	mahasiswa mampu menganalisis Kontraksi dan Kerja Otot	Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5
8	1, 2, 3	UTS	1. Eksperimen/Praktek 2. Tugas/Kerja Mandiri 3. Kuis/Evaluasi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. UTS	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5

9	3	Asana/Pose dalam Yoga	1. Diskusi 2. Demonstrasi 3. Eksperimen/Praktek 4. Tugas/Kerja Mandiri	Mahasiswa dapat mengetahui Asana/Pose dalam Yoga	mahasiswa mampu menganalisis dan mempraktekan Asana/Pose dalam Yoga	Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5
10	3	Praktek II (Pose Berdiri dan Keseimbangan)	1. Diskusi 2. Demonstrasi 3. Eksperimen/Praktek 4. Tugas/Kerja Mandiri	mahasiswa dapat mengetahui Praktek II (Pose Berdiri dan Keseimbangan)	mahasiswa mampu mempraktekan Praktek II (Pose Berdiri dan Keseimbangan)	Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5
11	4	Instruksi Gerak dan Instruksi Nafas	1. Diskusi 2. Demonstrasi 3. Eksperimen/Praktek 4. Tugas/Kerja Mandiri	mahasiswa dapat mengetahui Instruksi Gerak dan Instruksi Nafas	mahasiswa mampu mempraktekan Instruksi Gerak dan Instruksi Nafas ¹⁶	Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5
12	4	Adjustment dan Assisting	1. Diskusi 2. Demonstrasi 3. Eksperimen/Praktek 4. Tugas/Kerja Mandiri	mahasiswa dapat memahami Adjustment dan Assisting	mahasiswa mampu mempraktekan Adjustment dan Assisting	1. Kehadiran/Keaktifan 2. Tugas	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5
13	4	Praktek III (Posisi Duduk, Berbaring dan Tengkurap/side bend, forward bend, back bend, twisting)	1. Diskusi 2. Demonstrasi 3. Eksperimen/Praktek 4. Tugas/Kerja Mandiri	mahasiswa mengetahui dan memahami Praktek III (Posisi Duduk, Berbaring dan Tengkurap/side bend, forward bend, back bend, twisting)	mahasiswa dapat melakukan gerakan Posisi Duduk, Berbaring dan Tengkurap/side bend, forward bend, back bend, twisting	Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5
14	4	Praktek III (Posisi Duduk, Berbaring dan Tengkurap/side bend, forward bend, back bend, twisting)	1. Diskusi 2. Demonstrasi 3. Eksperimen/Praktek 4. Tugas/Kerja Mandiri	mahasiswa mengetahui dan memahami Posisi Duduk, Berbaring dan Tengkurap/side bend, forward bend, back bend, twisting	mahasiswa mampu mempraktekan dan menganalisis Posisi Duduk, Berbaring dan Tengkurap/side bend, forward bend, back bend, twisting	Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5
15	1, 2, 3, 4	Review materi pertemuan	1. Diskusi 2. Demonstrasi 3. Eksperimen/Praktek 4. Tugas/Kerja Mandiri	mahasiswa dapat memahami materi yang diberikan dosen dari pertemuan awal	mahasiswa mampu memahami materi yang diberikan dosen dari pertemuan awal	Kehadiran/Keaktifan	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5
16	1, 2, 3, 4	UAS	1. Tugas/Kerja Mandiri 2. Kuis/Evaluasi			1. Kehadiran/Keaktifan 2. UAS	2 x 50 menit	1, 2, 3, 4, 5

D. KOMPONEN PENILAIAN:

Nomor	Teknik Penilaian	Persentase Bobot Penilaian	Keterangan
1.	Kognitif	50	Akumulasi bobot penilaian maksimal 50%
	a. Kehadiran	5	
	b. Kuis	5	
	c. Tugas	10	
	d. UTS	10	
	e. UAS	20	
2.	Partisipatif	50	Akumulasi bobot penilaian minimal 50%
	a. Studi Kasus	30	
	b. Team Based Project	20	
TOTAL		100	

E. REFERENSI

1. leslie kaminoff. (2007). Yoga Anatomy. books. Human kinetics. ISBN
2. coulter, H.D. (2001). Anatomy of Hatha Yoga: a manual for students, teachers, and practitioners. Honrsdale, PA 18431 USA
3. Swanson, A. (2019). Science of understand the anatomy and physiology to perfect your practice yoga. Books. Penguin Random House
4. Olivier, S.B & Machliss, B. (2007). Applied Anatomy & Physiology of Yoga. Waverley, NSW
5. sriwahyuniati, C.H. F. (2010). HEALTHY BY PRACTICING HATHA YOGA. UNY

Mengetahui,
Ketua Jurusan/Koorprodi



[disahkan secara digital pada sistem RPS]

PROGRAM STUDI PROMOSI KESEHATAN - D4
KODE PRODI: 91133

Yogyakarta, 1 September 2023

Dosen Pengampu,



[disahkan secara digital pada sistem RPS]

Dr. Ratna Budiarti S.Pd.Kor., M.Or.
NIP: 198105122010122003



KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI DAN PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS : FAKULTAS VOKASI
PROGRAM STUDI : PROMOSI KESEHATAN - D4

DAFTAR HADIR KULIAH
TAHUN AKADEMIK : 2023/2024
SEMESTER : GANJIL

KODE MATA KULIAH : PRK6207
MATA KULIAH : DASAR GERAK YOGA
KELAS : A
PENGAMPU : Dr. Ratna Budiarti S.Pd.Kor., M.Or.
HARI, JAM : Jumat , 07:31:00 s.d 09:10:00
RUANG : R.Auditorium, R. AUDITORIUM, size:50
[J.10.08.1.02]



UNIVERSITAS NEGERI
YOGYAKARTA
FAKULTAS VOKASI

DAFTAR HADIR KULIAH
SEMESTER GANJIL TAHUN AJARAN 2023/2024

Program Studi : PROMOSI KESEHATAN - D4

Nama Dosen : Dr. Ratna Budiarti S.Pd.Kor., M.Or.

Kelas : A

Mata Kuliah : PRK6207 - Dasar Gerak Yoga

No.	No. Mhs.	Nama Mahasiswa	Tanggal														Ket.
			18/08	25/08	01/09	08/09	15/09	22/09	22/09	13/10	20/10	27/10	03/11	10/11	17/11	24/11	
1	23091120001	ANISA ROSANA DEWI	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	
2	23091120002	FITRIA IDA NURUL AINI	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	
3	23091120003	SALSABILA WIDYANINGSIH	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	
4	23091120004	NASYWA ZAIDA SALSABILA	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	
5	23091120006	NABILLA	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	
6	23091120007	ARDELIA MADU KUSUMA WARDANI	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	
7	23091120008	AYESHA AMANDA LARASATI	H	H	H	H	H	H	H	TH	H	H	H	H	H	H	
8	23091120009	NASYWA ALYA ZAHRA	H	H	H	H	H	H	H	TH	H	H	H	H	H	H	
9	23091120010	MELIA NUR KARIN ADE ARISA	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	
10	23091120011	NAYLA ZAHRA GUSNINDY PUTRI	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	
11	23091120012	SYIFA LAILA AT TANAZULIA	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	TH	H	H	
12	23091120013	NABILLAH VANIA PRADIPA	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	
13	23091120014	HABIB 'AMR KANZ	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	TH	
14	23091120015	SIFA ALIYYA AMMARA	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	
15	23091120016	HAFIDHA KANIA PUTRI	H	H	H	H	H	H	H	TH	H	H	H	H	H	TH	
16	23091120017	PUTRI FEBRIANI	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	TH	
17	23091120018	IKA FEBRIANA SETYANINGSIH	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	
18	23091120019	REZA BALERINA	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	
19	23091120020	DIVA NUR KEYSHA PUTRI	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	
20	23091120021	NASTITI KINANTI RAHAYU	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	



UNIVERSITAS NEGERI
YOGYAKARTA
FAKULTAS VOKASI

DAFTAR HADIR KULIAH
SEMESTER GANJIL TAHUN AJARAN 2023/2024

Program Studi : PROMOSI KESEHATAN - D4

Nama Dosen : Dr. Ratna Budiarti S.Pd.Kor., M.Or.

Kelas : A

Mata Kuliah : PRK6207 - Dasar Gerak Yoga

No.	No. Mhs.	Nama Mahasiswa	Tanggal														Ket.
			18/08	25/08	01/09	08/09	15/09	22/09	22/09	13/10	20/10	27/10	03/11	10/11	17/11	24/11	
21	23091120022	ERINA KARTIKA SARI	H	H	H	H	H	H	H	TH	H	H	H	H	H	H	
22	23091120023	SHIFA KHOIRUL ARMIYANI	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	
23	23091120024	HANIFAH SHOFI RAMADHANI	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	
24	23091120025	SABNESIA MURTINA AGUSTHIN	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	TH	
25	23091120026	RISQI ALAUDIN	H	H	H	H	H	H	H	TH	H	H	H	H	H	H	
26	23091120027	MUHAMMAD FADHIL AL WAFIE	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	
27	23091120028	HELGA PRAMUDITA	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	
28	23091120029	TIARA PUTRI KATRINA DEWI	H	H	H	H	H	H	H	TH	H	H	H	H	H	H	
29	23091120030	ITA LIANA PUTRI	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	TH	H	H	
30	23091120031	ZARA QOVIVAH AINUN	H	H	H	H	H	H	H	TH	H	H	H	H	H	H	
31	23091120032	ATIKAH RACHMAWATI	H	H	H	H	H	H	H	TH	H	H	H	H	H	H	
32	23091120033	AYU RIZKI LADYA	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	
33	23091120034	CORRYNEZ HAMIDA FIDELA	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	
34	23091120035	ALIA JILAN KHALISHA	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	TH	
35	23091120036	ZAHIRA MUTHIARA TSANI	H	H	H	H	H	H	H	TH	H	H	H	H	H	TH	
36	23091120037	NADIA SELVIA CAHYA PUTRI	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	
37	23091120038	ISNAINI SETYANINGRUM	H	H	H	H	H	H	H	TH	H	H	H	TH	H	H	
38	23091120039	ASA MULIA AHNAF	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	TH	H	H	
39	23091120040	MUHAMMAD BAGUS WIRATMOKO	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	
40	23091120041	NIA R FIANA HIDAYAH	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	



UNIVERSITAS NEGERI
YOGYAKARTA
FAKULTAS VOKASI

DAFTAR HADIR KULIAH
SEMESTER GANJIL TAHUN AJARAN 2023/2024

Program Studi : PROMOSI KESEHATAN - D4

Nama Dosen : Dr. Ratna Budiarti S.Pd.Kor., M.Or.

Kelas : A

Mata Kuliah : PRK6207 - Dasar Gerak Yoga

No.	No. Mhs.	Nama Mahasiswa	Tanggal													Ket.		
			18/08	25/08	01/09	08/09	15/09	22/09	22/09	13/10	20/10	27/10	03/11	10/11	17/11		24/11	
41	23091120042	KAHFI ARDIANSYAH	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	TH	
42	23091120043	SALSA NABILA PUTRI	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	
43	23091120044	NAFI'ATA SHAFI SALSABIL	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H		
44	23091120045	KHARISMA DWI AGUSTINA	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H		
45	23091120046	TIGNA DARAINA	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H		
46	23091120047	TESSA NOVELA TIGANA PUTRI	H	H	TH	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H		
47	23091120048	SALAMATUZZAHRA ALHAMID	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H		
48	23091120049	NAZWA NAYSHEILA	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H		
49	23091120050	ZAHWA ALIFIA MAULANA	H	H	H	H	H	H	H	TH	H	H	H	H	H	H		
50	23091120051	JULIA FATMAWATI	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H	H		
51	23091120052	IVANALIA GRACE PURBA	H	H	H	H	H	TH	H	H	H	H	H	TH	H	TH		
Jumlah Mahasiswa yang hadir			51	51	50	51	51	50	51	40	51	51	51	46	51	43		
Tanda tangan (paraf) dosen pengajar																		



UNIVERSITAS NEGERI
YOGYAKARTA
FAKULTAS VOKASI

MONITORING KEGIATAN MENGAJAR DOSEN
SEMESTER GENAP TAHUN AJARAN 2023/2024
FAKULTAS VOKASI UNY

Program Studi : PROMOSI KESEHATAN - D4
Kelas : A
Nama Dosen : Dr. Ratna Budiarti S.Pd.Kor., M.Or.
Mata Kuliah : PRK6207 - Dasar Gerak Yoga

Pertemuan Ke	Hari/Tanggal	Materi Yang diajarkan	Jam		Jml Mhsw	Paraf Dosen	Paraf Mhsw	Keterangan
			Masuk	Keluar				
1	Jumat,18 Agustus 2023	Pengantar perkuliahan	07:31:00	09:10:00	51			
2	Jumat,25 Agustus 2023	Pengertian dan Pengenalan Yoga	07:31:00	09:10:00	51			
3	Jumat,01 September 2023	Gerakan Dasar Yoga Pemanasan 1	07:31:00	09:10:00	51			
4	Jumat,08 September 2023	Dasar Gerak Yoga Pemanasan upper body	07:31:00	09:10:00	51			
5	Jumat,15 September 2023	Pemanasan Dasar Gerak Yoga lower body	07:31:00	09:10:00	51			
6	Jumat,22 September 2023	Dasar gerak Yoga Latihan inti 4 gerakan dasar kaki	07:31:00	09:10:00	51			
7	Jumat,22 September 2023	Dasar gerak Yoga Latihan inti 4 gerakan dasar kaki	07:31:00	09:10:01	51			
8	Jumat,13 Oktober 2023	Latihan inti Yoga 4 gerakan	07:31:00	09:10:00	51			
9	Jumat,20 Oktober 2023	Latihan inti Yoga 6 gerakan melantai	07:31:00	09:10:00	51			
10	Jumat,27 Oktober 2023	Latihan inti Yoga posisi berdiri	07:31:00	09:10:00	51			
11	Jumat,03 November 2023	Latihan yoga inti 8 gerakan	07:31:00	09:10:00	51			
12	Jumat,10 November 2023	Latihan gerak dasar yoga inti 9 dan koreografi	07:31:00	09:10:00	51			
13	Jumat,17 November 2023	Latihan inti dan pendinginan posisi berdiri	07:31:00	09:10:00	51			
14	Jumat,24 November 2023	Coolingdown posisi berdiri	07:31:00	09:10:00	51			

Yogyakarta,

Mengetahui,
Ketua Jurusan

(.....)