

Ada yang penasaran kuliah di jurusan Ilmu Gizi IPB itu belajar apa saja? Kamu bisa baca tiga artikel sebelumnya. Disana sudah dibahas lima belas mata kuliah yang akan kamu pelajari. Kamu bisa membaca *part 1* [disini](#), *part 2* [disini](#), dan *part 3* [disini](#). Sekarang yuk lanjut membahas mata kuliah selanjutnya. Simak informasi berikut ya!

Mata Kuliah Ilmu Gizi IPB #Part 4

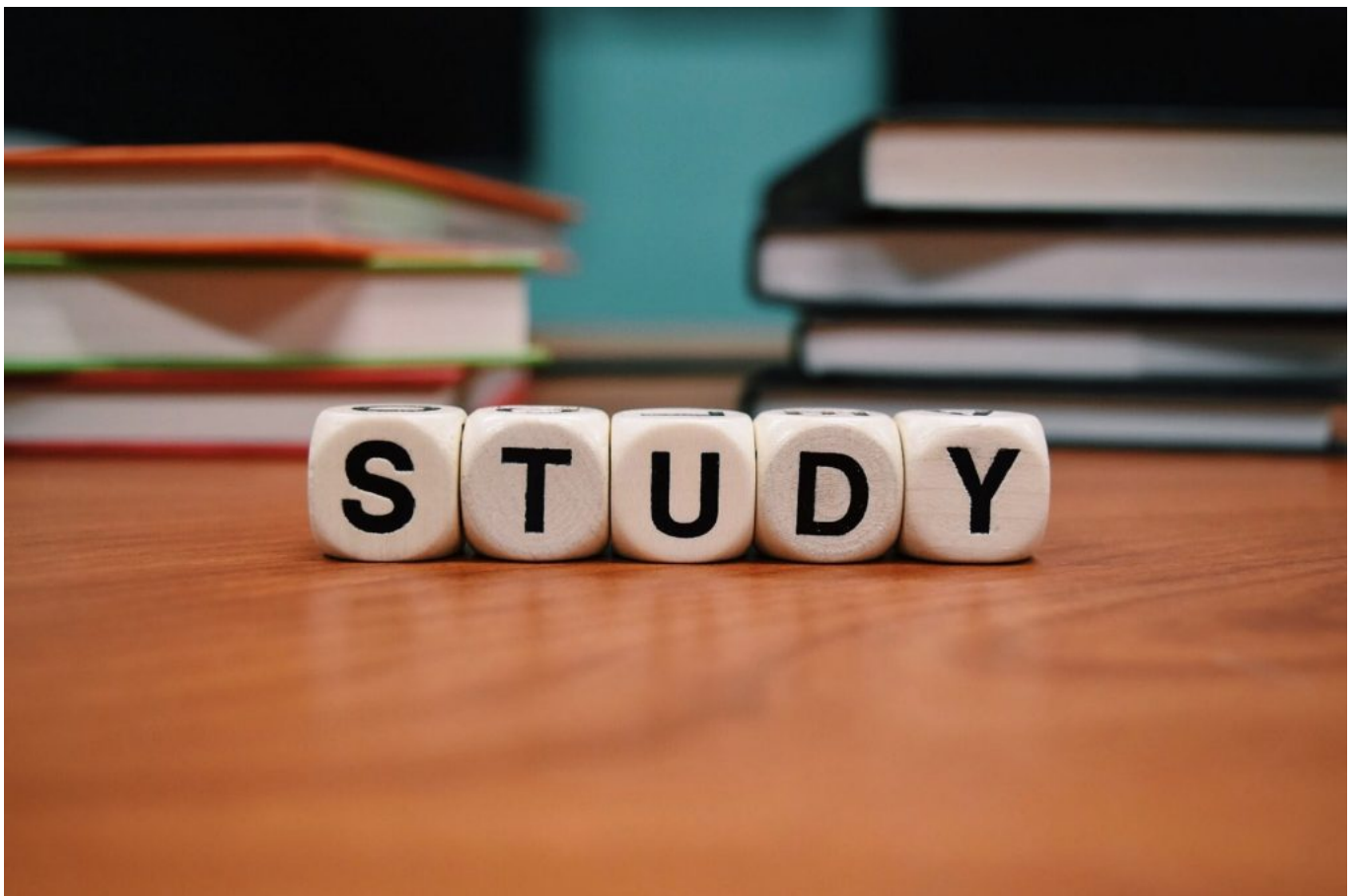


Photo by Pixabay on Pexels.com

1. Gizi Olahraga

Jika kamu ingin mengambil mata kuliah ini, kamu harus lulus mata kuliah Ilmu Gizi Dasar, Fisiologi Manusia, dan Metabolisme Zat Gizi. Terdiri dari kelas kuliah dan kelas responsi. Dalam kelas kuliah, kamu akan belajar mengenai konsep dan transfer energi yang meliputi pengukuran pengeluaran energi; sistem pulmonary, jantung, otot, dan tulang untuk olahraga; kebugaran jasmani dan pengukurannya; suplemen gizi dan alat bantu ergogenik; keseimbangan energi dan pengaturan berat badan; strategi gizi untuk performa olahraga

optimum; serta gizi untuk olahraga spesifik.

Saat kelas responsi, kamu akan belajar mengenai penerapan gizi dalam kebugaran jasmani, *review* jurnal, menerapkan berbagai tes kebugaran jasmani dan menganalisis sesuai kebutuhan gizi, dan masih banyak lagi.

2. Analisis Zat Gizi Mikro

Sebelum kamu mengambil mata kuliah ini, kamu harus lulus dari mata kuliah Pengantar Biokimia Gizi terlebih dahulu. Di artikel sebelumnya, sudah dibahas mengenai mata kuliah Analisis Zat Gizi Makro. Dalam mata kuliah tersebut dibahas mengenai zat gizi makro yaitu karbohidrat, protein, lemak, dan air, sedangkan dalam mata kuliah ini bahas mengenai zat gizi mikro, yaitu vitamin dan mineral.

Kamu akan belajar mengenai struktur dan sifat kimia berbagai zat gizi mikro, serta prinsip-prinsip dasar analisis kimia zat gizi mikro yang mencakup vitamin, mineral, dan komponen kimia lainnya seperti pseudovitamin, karotenoid, dan nutraceutical lainnya.

Kelas praktikum dilaksanakan di dalam laboratorium. Sama halnya dengan praktikum lainnya, kamu harus membuat rancangan kerja dan mengikuti kuis terlebih dahulu. Kemudian, setelah pemberian materi kamu dapat melaksanakan praktikum. Tugas yang diberikan berupa laporan pembahasan praktikum hari itu. Salah satu contoh praktikumnya yaitu penerapan HPLC.

3. Analisis Data Pangan dan Gizi

Jika kamu mengambil mata kuliah ini, kamu harus lulus dari mata kuliah Metode Statistika dan Penilaian Status Gizi terlebih dahulu. Mata kuliah ini terdiri dari kelas kuliah dan kelas praktikum.

Dalam kelas kuliah, kamu akan diberikan materi mengenai prinsip pengolahan analisis data pangan, mencakup pengkodean, operasi *file*, komputasi dan formulasi data ketersediaan, konsumsi, kecukupan gizi. Analisis data mencakup penggunaan perangkat lunak pendukung untuk melakukan analisis statistika deskriptif maupun inferensia.

Kelas praktikum dilaksanakan di kelas masing-masing. Mahasiswa membawa laptop untuk

mengerjakan analisis data. Sebelumnya mahasiswa diberikan kuesioner untuk dijawab dan di-input dengan metode pengkodean dan diolah menggunakan aplikasi *Microsoft Excel*.

Data yang diolah dapat berupa data sosial ekonomi, data konsumsi pangan, data kecukupan gizi, dan lainnya. Selain itu kamu akan belajar mengenai analisis data menggunakan aplikasi SPSS.

4. Epidemiologi Gizi

Sebelum mengambil mata kuliah ini, kamu harus lulus dari mata kuliah Ilmu Gizi Dasar terlebih dahulu. Mata kuliah ini terdiri dari dua kelas, kelas kuliah dan kelas praktikum.

Saat kelas kuliah, kamu akan belajar mengenai konsep dan ruang lingkup epidemiologi gizi, penyebaran penyakit gizi, surveilans dan penapisan masalah gizi kurang dan lebih, *outcome* masalah gizi, desain dan metode penelitian gizi, serta aplikasi epidemiologi gizi dalam perumusan kebijakan dan program gizi.

Kelas praktikum dilaksanakan di dalam kelas. Saat praktikum kamu akan belajar mengenai macam-macam metode penelitian dalam epidemiologi gizi dan masih banyak lagi.

5. Dietetika Penyakit Degeneratif

Di artikel sebelumnya sudah dibahas mengenai mata kuliah Dietetika Penyakit Infeksi dan Defisiensi. Kali ini, ada lagi mata kuliah dietetika yaitu Dietetika Penyakit Degeneratif. Kamu akan belajar mengenai prinsip diet pada penderita gizi lebih dan penyakit degeneratif pada berbagai organ tubuh seperti jantung dan pembuluh darah, hati, ginjal, sistem lokomotor dan saraf.

Saat praktikum dibagi menjadi dua kelas, praktikum di laboratorium dan praktikum di kelas. Saat praktikum di laboratorium, kamu harus memasak menu diet sesuai dengan kondisi pasien. Akan ada sesi evaluasi dari menu yang kamu buat. Sedangkan praktikum di kelas adalah untuk mempresentasikan hasil laporan dari praktikum sebelumnya di laboratorium dan membahas kasus baru untuk praktikum selanjutnya.

6. Pendidikan Gizi

Sebelum mengambil mata kuliah ini, pastikan kamu sudah lulus dari mata kuliah Ilmu Gizi Dasar terlebih dahulu. Mata kuliah Pendidikan Gizi terdiri dari kelas kuliah dan kelas

praktikum. Dalam kelas kuliah kamu akan belajar mengenai teori-teori pengetahuan, sikap, dan keterampilan, perilaku makan serta promosi makan, gizi seimbang dan kesehatan.

Selain itu, kamu juga akan belajar mengenai aspek-aspek konsep psikososial budaya, serta kaitannya dengan perubahan kebiasaan makan, uraian mengenai konsep dan pesan pendidikan gizi, pemilihan metode, dan teknik pendidikan dan komunikasi. Dibahas juga mengenai cara-cara evaluasi alat ukur gizi.

Kelas praktikum dilaksanakan di dalam kelas. Saat praktikum, kamu akan belajar bagaimana cara membuat sebuah materi dan pelaksanaan pendidikan gizi. Bisa untuk kalangan anak usia sekolah, remaja, dewasa, dan lansia. Penyusunan pelaksanaan pendidikan gizi akan dipandu oleh asisten praktikum dengan menerapkan metode yang sudah ditetapkan sehingga dapat mengevaluasi semua proses begitu juga hasilnya.

7. Konsultasi Gizi

Mungkin salah satu dari kamu ada yang ingin bercita-cita menjadi konsultan gizi, oleh karena itulah kamu masuk jurusan Ilmu Gizi. Jika kamu ingin mengambil mata kuliah ini, kamu harus lulus dari mata kuliah Dietetika Penyakit Infeksi dan Defisiensi terlebih dahulu. Mata kuliah Konsultasi Gizi terdiri dari kelas kuliah dan kelas praktikum.

Dalam kelas kuliah, kamu akan belajar mengenai komponen, jenis layanan dan media, prinsip, teknik dan proses konsultasi gizi, psikososial perilaku gizi dan teknik memotivasi klien, berbagai setting dan tata ruang konsultasi gizi, perencanaan dan manajemen bisnis konsultasi gizi, dan integrasi konsultasi gizi dalam berbagai kegiatan layanan kesehatan.

Kelas praktikum dilaksanakan di dalam kelas dan juga ruang konsultasi gizi. Di dalam kelas, mahasiswa akan diajarkan bagaimana cara melakukan konsultasi gizi yang baik dan benar.

Mahasiswa dapat mempraktekkan dengan teman sekelompoknya. Setelah itu, mahasiswa diberi kesempatan untuk melakukan konsultasi gizi langsung kepada mahasiswa lainnya, baik jurusan Ilmu Gizi maupun jurusan lainnya. Hal ini tentu saja dapat melatih kemampuan komunikasi dan kemampuan dalam memberikan konsultasi serta pendidikan gizi.

Itulah beberapa mata kuliah yang akan kamu pelajari selanjutnya jika kamu masuk jurusan Ilmu Gizi di IPB. Masih ingin tahu ada apa lagi? Simak artikel selanjutnya ya. Semoga bermanfaat.