

Beberapa dari kamu mungkin penasaran dengan mata kuliah apa saja yang dipelajari jika kamu masuk jurusan [Ilmu Gizi](#) di [IPB](#). Sebelumnya sudah dibahas lima mata kuliah di artikel yang pertama. Kamu bisa membacanya [disini](#). Nah, selanjutnya ada mata kuliah apa lagi yang dipelajari di Ilmu Gizi IPB? Yuk, simak informasi berikut!

Mata Kuliah Ilmu Gizi IPB #Part 2

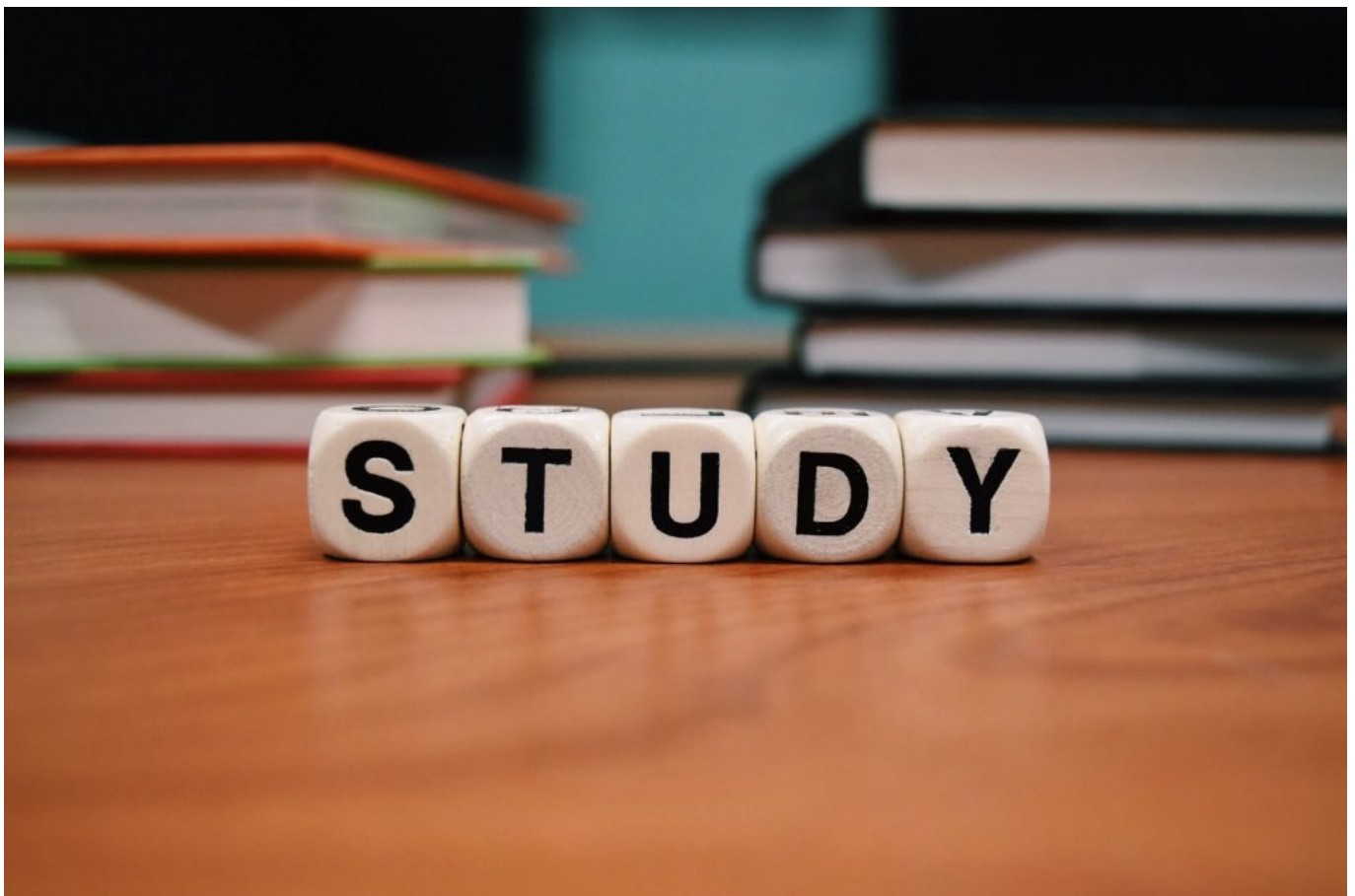


Photo by Pixabay on Pexels.com

1. Pengantar Biokimia Gizi

Mata kuliah ini membahas mengenai dasar-dasar ilmu biokimia gizi, berbagai reaksi biokimia yang terjadi pada tubuh dalam hubungannya dengan pemanfaatan makanan sebagai sumber zat gizi. Materi-materi yang disampaikan dalam kelas kuliah antara lain tentang air, klasifikasi struktur biokimia, vitamin larut air, karbohidrat, lipid, protein, enzim, asam nukleat, polinukleotida, antioksidan, komponen bioaktif, mineral.

Selain kelas kuliah, mata kuliah ini juga mempunyai kelas praktikum yang dilaksanakan di laboratorium. Di setiap praktikum, kamu diwajibkan untuk membuat rancangan kerja dari praktikum yang akan kamu laksanakan hari itu. Selain itu, ada juga kuis sebelum praktikum dimulai.

Setelah kuis dilaksanakan, ada pemberian materi mengenai praktikum dan pelaksanaan praktikum. Di akhir praktikum, kamu akan mendapatkan tugas untuk membuat laporan praktikum hari itu bersama dengan teman kelompokmu.

2. Gizi dalam Daur Kehidupan

Berdasarkan Buku Panduan Program Sarjana IPB, mata kuliah Gizi dalam Daur Kehidupan mempelajari tentang karakteristik pertumbuhan dan perkembangan kebutuhan dan kecukupan gizi, dampak kelebihan dan kekurangan gizi, serta upaya menanggulangi masalah gizi dalam berbagai tahapan kehidupan manusia yaitu sejak bayi, balita, anak usia sekolah, remaja, dewasa, dan lanjut usia.

Selain itu, kamu juga akan belajar mengenai gizi dalam masa kehamilan dan menyusui, serta prinsip menyusun menu pada berbagai tahapan usia dan kondisi fisiologis tersebut.

Tidak hanya kuliah di kelas, mata kuliah ini juga terdapat kelas praktikum. Kelas praktikum ini diadakan di kelas dengan beberapa tugas yang mencakup materi yang diajarkan. Misalnya, perencanaan menu makan untuk balita, anak usia sekolah, dewasa, serta lanjut usia.

Tugas laporan kebiasaan makan dari hasil wawancara, laporan asupan makan yang diperoleh dari hasil wawancara, *review* jurnal, serta laporan kelompok tentang kebutuhan gizi masing-masing anggota kelompok dan keluarga.

Sebelum kamu mengambil mata kuliah ini, kamu harus mengambil mata kuliah Ilmu Gizi Dasar sebagai mata kuliah prasyarat. Kamu bisa membaca penjelasan mata kuliah Ilmu Gizi Dasar di artikel sebelumnya.

3. Patofisiologi Gizi

Mata kuliah ini mengharuskan kamu mengambil mata kuliah Fisiologi Manusia dan

Pengantar Biokimia Gizi terlebih dahulu. Mata kuliah Patofisiologi terdiri dari kelas kuliah dan kelas responsi.

Dalam kelas kuliah, kamu akan belajar mengenai prinsip etiologi dan patogenesis penyakit malagizi, infeksi, alergi imunologi, gangguan metabolik endokrin, trauma dan kanker, gambaran klinis dan laboratorium pada penyakit tersebut, serta kaitannya dengan perubahan metabolisme zat gizi.

Ringkasnya, kamu akan belajar perjalanan suatu penyakit, mulai dari penyebab, perjalanan penyakit, hubungannya dengan data hasil laboratorium dan pemeriksaan fisik/klinis, dan masih banyak lagi.

Saat kelas responsi, kamu akan diberikan sebuah kasus yang harus kamu selesaikan bersama dengan teman-teman kelompokmu. Kasus tersebut harus kamu rinci dengan membuat sebuah laporan mulai dari pendahuluan, identitas pasien, penyakit yang dialami, serta masalah kesehatan dan gizi apa yang dialami oleh pasien secara rinci dengan mengambil literatur dari buku atau jurnal.

4. Metabolisme Zat Gizi

Mata kuliah yang menjadi prasyarat untuk mengambil mata kuliah Metabolisme Zat Gizi adalah Pengantar Biokimia Gizi. Jadi, kamu harus lulus dulu dari mata kuliah tersebut baru bisa mengambil mata kuliah Metabolisme Zat Gizi. Terdapat kelas kuliah dan juga kelas praktikum.

Di kelas kuliah, kamu akan belajar tentang metabolisme zat gizi makro dan metabolisme zat gizi mikro. Zat gizi makro terdiri dari karbohidrat, lemak, protein. Sedangkan zat gizi mikro terdiri dari vitamin, mineral, dan air.

Dibahas juga mengenai bioavailabilitas dan interaksi antar zat gizi mikro, mekanisme yang menjelaskan peranan zat-zat gizi makro dan mikro dalam penyebab dan/atau pencegahan penyakit degeneratif. Contoh dari penyakit degeneratif adalah obesitas, jantung koroner, hipertensi, diabetes, dan kanker.

Kelas praktikum juga dilaksanakan di laboratorium. Sama halnya dengan praktikum pada mata kuliah Pengantar Biokimia Gizi, kamu juga harus membuat rancangan kerja, ada kuis sebelum praktikum, pemberian materi, pelaksanaan praktikum, dan membuat laporan setelah praktikum berakhir.

Contohnya, terdapat praktikum mengenai metabolisme vitamin C. Kamu akan mengikuti serangkaian prosedur praktikum untuk mengetahui bagaimana metabolisme vitamin C di dalam tubuh yang dilihat dari kadar vitamin C di dalam urin.

5. Penilaian Status Gizi

Ada tiga mata kuliah yang menjadi prasyarat dari mata kuliah Penilaian Status Gizi, yaitu mata kuliah Ilmu Gizi Dasar, Fisiologi Manusia, dan Pengantar Biokimia Gizi. Mata kuliah ini terdiri dari kelas kuliah dan kelas praktikum.

Dalam kelas kuliah, kamu akan belajar mengenai teori dan metode penilaian ketersediaan pangan, konsumsi pangan, kecukupan gizi, status gizi secara biokimia, antropometri, biofisik dan klinis pada rumah tangga dan populasi, serta keadaan sosial-ekonomi-budaya sebagai proksi indikator gizi masyarakat.

Kamu akan mempelajari macam-macam cara mengetahui status gizi dari berbagai indikator. Mulai dari rambut, mata, kulit, lemak tubuh, berat badan, dan masih banyak lagi.

Di dalam kelas praktikum, kamu akan belajar bermacam-macam cara menghitung konsumsi pangan mulai dari *food recall*, *food weighing*, dan yang lainnya.

Kemudian, belajar menghitung status gizi dengan pemeriksaan secara antropometri, biofisik, klinis yang meliputi berat badan, tinggi badan, persen lemak dalam tubuh, lingkaran lengan atas (LILA), tebal lipatan trisep, dan masih banyak lagi. Ada juga *review* jurnal tentang penilaian status gizi yang akan dipresentasikan secara individu di dalam kelas praktikum.

Itulah **lima mata kuliah** selanjutnya yang akan kamu pelajari jika kamu kuliah di jurusan Ilmu Gizi IPB. Ini masih belum berakhir *lho*, masih ada beberapa mata kuliah lainnya. Penasaran? Tunggu artikel selanjutnya. Jangan lupa bagikan informasi ini kepada teman-temanmu. Semoga bermanfaat.