



IPB University
— Bogor Indonesia —

IPB Today

Volume 28 Tahun 2025



Cegah Kantuk saat Mudik, Ini Dia Makanan Peningkat Stamina Versi Dosen IPB University

Menjelang musim mudik, menjaga stamina tubuh dengan asupan makanan yang tepat sangat penting untuk mencegah kantuk saat berkendara jarak jauh. Untuk mencegah hal ini, asupan makanan yang tepat sangatlah penting. Menurut Ahli Gizi Masyarakat IPB University, Dr dr Karina Rahmadia Ekawidyani, MGizi terdapat beberapa penyebab utama seseorang mudah mengantuk saat mudik terutama bagi pengemudi.

[BACA SELENGKAPNYA](#)

Penanggung Jawab: Yatri Indah Kusumastuti **Pimpinan Redaksi:** Siti Nuryati **Redaktur Pelaksana:** Rio Fatahillah CP
Editor: Rizki Maha Putra, Mutiara Laila Qodariyah **Reporter:** Dedeh Hartati, Dimas Ramdhani, Asep Sumantri
Fotografer: Rafli Baskara, M Rifqi Wahyudi **Layout:** M Rifki Ihsan **Alamat Redaksi:** Biro Komunikasi IPB Gedung Andi Hakim Nasoetion, Rektorat Lt. 1, Kampus IPB Dramaga **Telepon:** (0251) 8425635, **Email:** redaksi@apps.ipb.ac.id



Dosen Fakultas Kedokteran IPB University Ungkap Dampak Dehidrasi Saat Puasa pada Kesehatan Kulit

Selama menjalankan ibadah puasa, seseorang tidak mengonsumsi makanan dan minuman selama belasan jam. Dosen Fakultas Kedokteran IPB University, dr Rachmah Diana Putri, SpDVE, MKes, FINSDV,FAADV, mengatakan, hal ini dapat mempengaruhi vitalitas kulit, yang cenderung menurun akibat dehidrasi. Kulit yang kering akibat dehidrasi bisa menjadi merah, gatal, dan perih, terutama saat berada di suhu dingin.

[BACA SELENGKAPNYA](#)



Dosen IPB University: Budaya Gotong Royong dan Open Donasi, Orang Indonesia Jagonya

Budaya donasi dan gotong royong di Indonesia memiliki akar yang kuat dalam nilai-nilai kearifan lokal dan agama. Gotong royong, sebagai tradisi turun-temurun, mencerminkan semangat kebersamaan dan solidaritas sosial. Menurut Mahmudi Siwi SP, MSi, dosen Departemen Sains Komunikasi dan Pengembangan Masyarakat IPB University, di Indonesia, donasi sering bersifat spontan, personal, dan berbasis komunitas. Menurut data World Giving Index 2021 oleh Charities Aid Foundation (CAF), Indonesia menempati peringkat ke-1 sebagai negara paling dermawan di dunia, dengan 83 persen penduduknya menyumbangkan uang,

[BACA SELENGKAPNYA](#)



Krisis Perubahan Iklim Kian Nyata, Dosen IPB University Urai Peran Ilmu Klimatologi

Krisis perubahan iklim semakin terasa dampaknya. Menghadapi tantangan ini, ilmu klimatologi menjadi krusial dalam memahami dan memitigasi dampaknya. Menurut Dr Putu Santikayasa, dosen Departemen Geofisika dan Meteorologi IPB University, ilmu klimatologi memainkan peran penting dalam memantau dan memprediksi perubahan iklim.

[BACA SELENGKAPNYA](#)



Remaja Rentan Terhadap TBC, Dosen FK IPB University Ungkap Alasannya

Tuberkulosis (TBC) adalah penyakit infeksi yang disebabkan oleh bakteri *Mycobacterium tuberculosis*. TBC biasanya menyerang paru, tetapi juga dapat mempengaruhi bagian tubuh lain seperti otak, ginjal, atau tulang belakang. TBC juga bisa menyerang beberapa bagian tubuh sekaligus, misalnya paru dan kelenjar getah bening. Secara global, terdapat 217 juta remaja dan dewasa muda (10–24 tahun) yang terinfeksi TBC, dengan perkiraan 1,8 juta berkembang menjadi sakit TBC setiap tahun. dr Desdiani, dosen Fakultas Kedokteran IPB University mengatakan, remaja usia 10-19 tahun merupakan kelompok usia yang unik karena transisi antara anak ke dewasa, yang ditandai oleh adanya perubahan fisik, fisiologi, emosi, dan psikis.

[BACA SELENGKAPNYA](#)