



Dosen IPB University: Prokrastinasi Picu Masalah Kesehatan Mental

Prokrastinasi atau kebiasaan menunda-nunda pekerjaan menjadi tantangan serius yang berdampak buruk pada banyak hal. Generasi Z (gen Z) yang kini mendominasi usia produktif pun tak lepas dari permasalahan ini. Menurut Dr Melly Latifah, dosen Departemen Ilmu Keluarga dan Konsumen, Fakultas Ekologi Manusia (Fema) IPB University, prokrastinasi bisa berdampak pada produktivitas, kesehatan mental, dan kualitas hidup secara keseluruhan. “Masalah ini bukan sekadar soal kemalasan, tetapi lebih berkaitan dengan kesulitan dalam mengelola emosi, motivasi, serta kecemasan terhadap tugas,”

[BACA SELENGKAPNYA](#)

Bolehkah Konsumsi Vitamin Saat Diet? Cek Penjelasan Dokter IPB University

Banyak orang yang sedang diet ragu mengonsumsi vitamin, takut nafsu makan meningkat sehingga berat badan bertambah. Namun, benarkah demikian? Menanggapi hal ini, dosen Fakultas Kedokteran IPB University, dr Samuel Stemi, MBiomed, AIFO-K, Dipl AAAM, menegaskan bahwa tidak ada bukti kuat bahwa konsumsi vitamin dalam dosis normal dapat menyebabkan peningkatan berat badan. “Vitamin tidak memiliki kalori. Vitamin adalah mikronutrien yang tidak menyumbang energi,

[BACA SELENGKAPNYA](#)





Pakar IPB University Ungkap Faktor Utama Konflik Ular Piton dengan Manusia

Kasus ular piton memangsa seorang warga di Buton Selatan, Sulawesi Tenggara serta kemunculan puluhan ular piton di tepi Danau Buyan, Bali beberapa waktu lalu, menyita perhatian publik. Fenomena ini menimbulkan pertanyaan besar di masyarakat: apa yang sebenarnya yang terjadi di balik konflik manusia dengan ular piton?

[BACA SELENGKAPNYA](#)

Sebanyak 60 Karya Ilmiah Terkait Pengelolaan SDA dan Lingkungan dari Berbagai Negara Jadi Rekomendasi Kebijakan

Program Studi Doktor Ilmu Pengelolaan Sumberdaya Alam dan Lingkungan (PSL), Sekolah Pascasarjana IPB University menyelenggarakan The 4th International Seminar on Natural Resources and Environmental Management (ISeNREM) secara *hybrid*. Seminar internasional ini menghasilkan 60 karya ilmiah di bidang pengelolaan sumber daya alam dan lingkungan dari berbagai negara, yang dirancang menjadi rekomendasi kebijakan untuk pemerintah melalui *policy brief*. Ketua Program Studi Doktor PSL IPB University, Prof Widiatmaka, mengatakan bahwa

[BACA SELENGKAPNYA](#)





Peneliti 7 Negara Hadiri Diskusi Biomassa dan Bioenergi di IPB University

Indonesia tengah memasuki masa transisi menuju energi ramah lingkungan dan *zero emission* (nol emisi). Menyikapi peluang ini, IPB University menegaskan perlunya peran riset dan inovasi dalam mendukung ketahanan energi nasional.

BACA SELENGKAPNYA

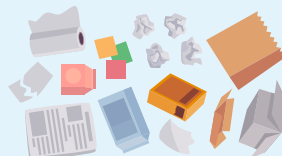


Yuk Jadikan Pilah Sampah Sebagai Kebiasaan

Sampah Organik



Sampah Kertas



Sampah Plastik

