

See discussions, stats, and author profiles for this publication at: <https://www.researchgate.net/publication/328531689>

Pentingnya Sarapan Bersama Gisel dan Kawan-Kawan: Seri 2

Book · July 2018

CITATIONS

0

READS

60

2 authors:



Dudung Angkasa

Universitas Esa Unggul

34 PUBLICATIONS 49 CITATIONS

[SEE PROFILE](#)



Nadiyah Nadiyah

Universitas Esa Unggul

30 PUBLICATIONS 6 CITATIONS

[SEE PROFILE](#)

Some of the authors of this publication are also working on these related projects:



MASALAH STUNTING DAN USULAN KEGIATAN PENANGANAN [View project](#)



Maternal and Child's Life Quality [View project](#)



**GISEL
PROGRAM**
Program Edukasi Gizi Kesehatan Sekolah

Esa Unggul
UNIVERSITAS ESA UNGGUL
LPPM
RISTEKDIKTI
KEMENRISTEKDIKTI
PENGEMBANGAN KONSEP DAN KONSEP
INOVASI
ISAGI
Indofood
LAMBANG MAKANAN BERMUTU

PENTINGNYA SARAPAN

BerSama Gisel & Kawan-kawan

Seri 2

Disusun oleh:
Nadiyah, Dudung Angkasa dkk

Kata Pengantar

GISEL adalah media edukasi gizi dan kesehatan berseri yang didisain untuk anak di atas 8 tahun agar memiliki perilaku makan yang sehat. Edukasi GISEL ini sangat membantu orang tua, menyenangkan anak-anak, dan memotivasi mereka untuk membuat pilihan makan yang sehat sambil belajar dan bermain.

Seri kedua, yang anda pegang dan baca saat ini, mengangkat konsep 'pentingnya sarapan' untuk memulai hari mu. Hal ini berdasarkan fakta bahwa setelah tidur sekitar 6 (enam) jam tubuh kita membutuhkan asupan yang tepat untuk beraktivitas dari bangun hingga waktu makan (siang) berikutnya. Jika tidak sarapan yang tepat, kita sedang 'membiarkan' tubuh kita tersiksa sehingga berakibat pada menurunnya kekebalan dan produktivitas. Seri ini, tidak terlepas dari seri pertama yaitu sarapan yang disediakan harus beragam warna. Hal ini perlu untuk mencukupi berbagai zat gizi yang diperlukan oleh tubuh kita..

Sebagai media edukasi, tiap serinya memiliki learning outcome. Learning outcome untuk seri kedua ini ialah pembaca mampu menyiapkan bekal sarapan yang beragam warna dari 5 kelompok pangan yang dianjurkan. Tentu, ada tugas mandiri dan menarik untuk mengukur kemampuan tersebut. Tentunya disesuaikan dengan kesukaan dan kemampuan anak serta dukungan orang tua.

Kami menyadari adanya kekurangan dalam pembuatan buku ini. Saran dan kritik yang membangun kiranya dapat disampaikan ke schoolnutrition.gisel@gmail.com atau berinteraksi di media sosial kami di Gisel Program (@giselprogram) dan Youtube channel GISEL Program.

Demikian dapat kami sampaikan. Selamat membaca.

Juli 2018

Tim Penulis

Dibiayai oleh:

Direktorat Riset dan Pengabdian Masyarakat
Direktorat Jenderal Penguanan Riset dan Pengembangan Kementerian Riset,
Teknologi, dan Pendidikan Tinggi Sesuai dengan Kontrak Penelitian:

Nomor: 020/KM/PNT/2018

View publication stats