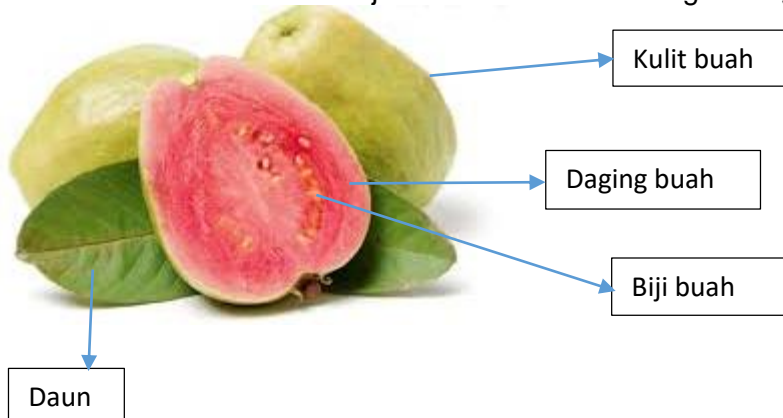


**HAND OUT (3)  
PEMBELAJARAN TK  
( BDR)**

**Tema : TANAMAN  
Sub Tema : TANAMAN BUAH  
Sub-sub tema : Aku bisa membuat jus jambu seger**



**Jambu biji** (*Psidium guajava*) atau sering juga disebut **jambu batu**, **jambu siki** dan **jambu klutuk** adalah tanaman tropis yang berasal dari Brasil, disebarkan ke Indonesia melalui Thailand. Jambu batu memiliki buah yang berwarna hijau dengan daging buah berwarna putih atau merah dan berasa asam-manis. Buah jambu batu dikenal mengandung banyak vitamin C.



Manfaat dari jus jambu :

Buah jambu biji mengandung banyak vitamin dan serat, sehingga sangat cocok sekali dikonsumsi untuk menjaga kesehatan. Warna daging jambu biji yang merah mengindikasikan jambu biji kaya akan vitamin A untuk kesehatan mata dan antioksidan. Buah jambu biji sangat cocok sekali dikonsumsi di siang hari karena buahnya yang segar dan mendinginkan badan.

Salah satu kandungan Nutrisi yang terdapat pada jambu yang bermanfaat untuk tubuh adalah asam askorbat atau vitamin C. di dalam jambu biji terdapat 126 miligram vitamin C lebih dari 90 miligram asam askorbat diperlukan untuk orang-orang setiap harinya atau untuk perempuan sekitar 75 miligram. menurut *Linus pauling institute*. vitamin C membantu bagian menjaga bagian setiap jaringan tubuh anda. vitamin C sendiri berperan

menumbuhkan kolagen.protein yang mendukung sel dan jaringan tubuh anda tetap utuh.dan Tanpa vitamin C tubuh anda bisa mengalami pecah pembuluh darah.robeknya kulit dan gigi .

Selain itu jambu biji juga bermanfaat sebagai anti virus terutama pada masa pandemic covid 19 seperti ini:



Dalam kegiatan kali ini, kita akan mempraktekan membuat minuman jus jambu seger. Kegiatan ini di pilih karena bahan jambu merah/ jambu biji mudah di dapatkan di sekitar lingkungan anak. Selain itu, dalam kegiatan ini dapat di ambil unsur saintifik dan STEAM nya yaitu :

**SAINTIFIK :**

1. Mengamati: anak mengamati tekstur, warna, rasa dan aroma dari buah jambu
2. Menanya: bagaimana cara membuat jus buah?
3. Mengingat: dimana kita bisa membeli buah jambu?
4. Memahami: bagaimana cara menggunakan alat blender?
5. Menerapkan : jus jambu akan lebih nikmat bila di tambahkan gula, susu dan di beri aneka topiing serta bisa juga di tambahkan es batu biar lebih seger.

**STEAM :**

1. Sains : anak mengetahui konsep kasar – halus dari meraba /menyentuh permukaan buah jambu, anak mengenal warna dari buah jambu yang masih muda (hijau) sampai yang sudah matang (kuning)
2. Teknologi: anak mampu menggunakan memakai pisau untuk mengupas kulit dan memebelah nya serta menggunakan blender untuk menghaluskan buah jambu.
3. Engineering: Anak mencari cara agar buah jambu yang sudah di blender tidak tercampur dengan bijinya (missal menggunakan saringan jus), anak menambahkan air minum agar jambu bisa di blender, anak menambahkan gula, susu dan es batu agar jus buah jambu menjadi lebih seger.
4. Arts : Anak membuat hiasan/ topping sesuai kreasi pada jus buah jambu buatannya agar terlihat menarik.
5. Mathematics: Anak membicarakan takaran gula, susu dan air yang di butuhkan untuk membuat jus buah jambu seger, anak mampu mengenal bentuk dan bagian-bagian dari buah jambu. Serta menghitung jumlah buah jambu yang akan di blender.

Berikut ini kita akan menyimak cara pembuatan minuman jus jambu seger :  
Praktek secara langsung membuat minuman jus jambu seger. Dengan langkah-langkah:

1. Siapkan alat dan bahan yang akan digunakan.
2. Kupas buah jambu yang akan di blender
3. Cuci buah jambu, lalu potong menjadi beberapa bagian kecil-kecil.
4. Masukkan buah jambu yang sudah dipotong ke dalam blender, tambahkan air, gula pasir secukupnya
5. Sambil menunggu blenderan buah jambu halus, bisa menyiapkan alat untuk menyaring
6. Saring hasil blenderan lalu tuang ke dalam gelas
7. Tambahkan es batu agar lebih seger
8. Berikan topping sesuai selera kreasi anak amsing-masing
9. Jus buah jambu siap di sajikan
10. Selamat menikmati.

GAMBAR KEGIATAN / LANGKAH-LANGKAH PEMBUATAN MINUMAN JUS JAMBU SEGER:



1. Gb.1 \_ Mengenalkan alat dan bahan yang akan digunakan untuk membuat jus jambu seger. Ambil buah jambu, kupas lalu potong-potong menjadi kecil bagian yang lebih.



2. Gb.2\_ Sediakan gula pasir secukupnya



3. Gb.3\_Sediakan air putih secukupnya



4. Gb.4\_Masukkan potongan buah jambu ke dalam blander



5. Gb. 5\_Masukkan air secukupnya



6. Gb.6\_ Tambahkan gula pasir sesuai selera

7. Gb.7\_Blender bahan-bahan yang sudah dimasukkan tadi.



8. Gb.8\_ Apabila sudah halus tercampur rata, segera tuang ke dalam wadah yang sudah di sediakan.



9. Gb.9\_ Agar biji dapat tersaring dengan baik, gunakan saringan lalu ketuk-ketuk perlahan.



10. Gb.10\_ Tuang ke dalam gelas/ cup yang sudah disediakan



11. Gb.11\_ Jus jambu seger bisa di sajikan dengan menambahkan topping sesuai selera, missal dengan susu, meses atau yang lainnya sesuai kreatifitas anak.



12. Gb.12\_ Jus jambu segar siap disajikan dan selamat menikmati



