

**RENCANA PELAKSANAAN PROGRAM HARIAN (RPPH)**  
**TK Aisyiyah 19 Palembang**

NAMA : SURAYA  
 SEMESTER/BULAN/MINGGU : II/April/XV  
 HARI/TANGGAL : Rabu, 24 November 2021  
 TEMA/SUB TEMA/SUB SUB TEMA : Tanaman/ Tanaman Buah/ Buah Jeruk  
 MODEL : Kelompok  
 KELOMPOK USIA : 5-6 Tahun

A. Tujuan Pembelajaran

<b>Aspek</b>	<b>KD</b>	<b>Tujuan Pembelajaran</b>	<b>Materi Pembelajaran</b>
NAM	1.1, 3.1- 4.1	Anak mampu mengenal ciptaan Allah	Mengenal ciptaan Allah
SE	2.8, 3.14-4.14	Anak mampu membuang sampah pada tempatnya atas inisiatif sendiri	Sikap mandiri
KOG	2.2, 3.6 – 4.6	Anak mampu menjelaskan konsep terapung dan tenggelam buah jeruk dengan benar dan tepat	Konsep terapung dan tenggelam
<b>BHS</b>	<b>2.6, 3.12- 4.12</b>	<b>Anak mampu menyusun kartu huruf sesuai dengan tulisan “jeruk” dengan benar dan tepat</b>	<b>Keaksaraan awal</b>
MK	2.1, 3.3-4.3	Anak mampu menirukan gerakan senam pohon dengan tepat dan semangat	Gerak otot besar
MH	2.1, 3.3-4.3	Anak mampu membuat kolase dengan menggunakan kulit jeruk dengan rapi dan terampil	Gerak otot halus
SENI	2.4, 3.15-4.15	Anak mampu berkreasi membuat kolase dari kulit jeruk	Sikap estetis

B. Kegiatan Pembelajaran

KEGIATAN	MEDIA	PENILAIAN	
		TEKNIK	ALAT
<p>PRA PEMBELAJARAN/ KEG MOTORIK/TRANSISI (30 menit)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Berbaris di halaman</li> <li>Mengucapkan Ikrar Aisyiyah</li> <li>Meniru Gerakan Senam Pohon (MK)</li> </ol> <p>Transisi : cuci tangan, minum</p>	Toa	Unjuk kerja	Chek list
<p>KEGIATAN AWAL/PEMBUKAAN (30 menit)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Salam,Sapa</li> <li>Do'a sebelum kegiatan</li> <li>Presensi</li> <li>Apersepsi tentang tanaman buah</li> <li>Tanya jawab tentang buah jeruk</li> </ol>	Gambar tanaman Buah jeruk, pohon jeruk , Bahan Ajar 5W+1H	Observasi	Chek list
<ol style="list-style-type: none"> <li>Bercerita tentang membuat Jus Jeruk (BHS)</li> </ol>	Jeruk, air, gula, alat peras	Unjuk Kerja	Cheklist
<p>KEGIATAN INTI (60 menit)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Kegiatan percobaan terapung dan tenggelam (K)</li> </ol>	Jeruk Nipis Air + gelas/toples Garam Sendok	Percobaan dan observasi	Catatan anekdot Checklist
<ol style="list-style-type: none"> <li>Menyusun huruf menjadi kata “jeruk”, “vitamin” (BHS)</li> </ol>	Kartu huruf	Observasi	Chek list
<ol style="list-style-type: none"> <li>Membuat Kolase dari kulit jeruk [S] (MH)</li> </ol>	Kulit jeruk Lem	Hasil Karya	Chek list

	Gambar pola "jeruk"		
<b>ISTIRAHAT (30 menit)</b> Bermain di dalam dan di luar kelas Doa sebelum makan Makan bersama Doa sesudah makan			
<b>KEGIATAN AKHIR/ PENUTUP (30 menit)</b> Recalling Menanyakan perasaan anak setelah melakukan kegiatan hari ini Menyanyikan lagu tema "Jeruk" (S) Pesan moral Tanya Jawab Tindak lanjut : memberikan tugas kepada anak untuk menyukai dan mengkonsumsi buah-buah terutama jeruk sebagai sumber vitamin untuk tubuh. Do'a selesai belajar Pulang		Observasi	Chek list

C. Rencana Penilaian

KD	PENILAIAN		IPP
	TEKNIK	ALAT	
1.1 3.1- 4.1	Unjuk kerja	Chek list	Anak Mampu mengenal ciptaan Allah, Anak mampu membaca surat Al Ikhlas
2.8 3.14- 4.14	Observasi	Chek list	Anak mampu menyelesaikan tugas tanpa bantuan
2.2 3.8-4.8	Percobaan dan observasi	Catatan anekdot Checklist	Anak mampu memahami konsep mengapung dan tenggelam dengan benar dan tepat
3.12- 4.12 2.6	Unjuk kerja	Chek list	Anak mampu menyusun kartu huruf sesuai dengan tulisan "jeruk" dengan benar dan tepat
3.3-4.3 2.1	Observasi	Chek list	Anak mampu melakukan Gerakan senam pohon dengan tepat dan semangat
3.3-4.3	Unjuk kerja	Chek list	Anak dapat membuat kolase dengan menggunakan kulit jeruk dengan rapi
3.15-4.15 2.4	Observasi	Chek list	Anak mampu mengekspresikan dengan nyanyian tema "jeruk" dengan baik

## Bahan ajar

Tema : Tanaman  
Sub Tema : Tanaman Buah

No	PERTANYAAN	JAWABAN
1.	APA Apa itu buah jeruk ?	<b>A. Buah jeruk</b> Jeruk atau limau adalah semua tumbuhan berbunga anggota marga citrus dari suku Rutacea (suku jeruk-jerukan). Anggotanya berbentuk pohon dengan buah yang berdaging dengan rasa masam yang segar, meskipun banyak di antara anggotanya yang memiliki rasa manis. Rasa masam berasal dari kandungan asam sitrat yang memang menjadi terkandung pada semua anggotanya. Asal jeruk adalah dari Asia Timur dan Asia Tenggara. Jeruk manis sitrun (lemon) berasal dari Asia Timur, sedangkan jeruk bali dan jeruk purut berasal dari Asia Tenggara. Banyak anggota jeruk yang dimanfaatkan oleh manusia sebagai bahan pangan, wewangian, maupun industri. Buah jeruk adalah sumber vitamin C dan wewangian/parfum penting. Daunnya juga digunakan sebagai rempah-rempah. Sumber : Wikipedia.com

2.

Apa bagian-bagian dari jeruk?

### **B. Bagian-bagian Buah Jeruk**

Buah jeruk mempunyai bagian-bagian antara lain 1. Pohon jeruk



Merupakan tempat proses pertumbuhan buah jeruk

2. Kulit buah jeruk



Kulit buah merupakan lapisan terluar dari buah yang dapat dikupas

3. Daging buah jeruk



yaitu lapisan tengah pada dinding buah yang disebut dengan daging buah. Lapisan ini merupakan bagian buah yang biasa kita konsumsi. daging buah jika masak berwarna merah jingga, kuning atau krem, berserat atau tidak, manis sampai masam dengan banyak air dan berbau kuat sampai lemah.

4. Bulir buah jeruk



Bulir buah jeruk merupakan isi dari daging buah jeruk yang merupakan terdiri dari bulir bulir buah jeruk

#### 5. Biji buah jeruk



Biji merupakan bagian terdalam yang ada dibuah jeruk yang berbentuk bulat

Sumber : <https://ayorange.wordpress.com/2012/09/15/bagianbagian-pada-jeruk/>



Apa saja jenis-jenis buah jeruk?

## Macam-Macam Jenis Buah Jeruk

### 1. Jeruk bali



Jenis jeruk yang pertama adalah jeruk Bali. Dibandingkan dengan jeruk yang biasa kita lihat, jeruk Bali memiliki ukuran yang besar. Warna dagingnya pun juga berbeda dari jeruk kebanyakan. Jeruk Bali ini memiliki warna daging pink yang kontras dengan warna kulit buahnya yang hijau kekuningan.

Jeruk besar ini memiliki rasa yang manis dan sedikit asam. Selain bisa langsung dimakan,

jeruk Bali juga biasa dijadikan bahan untuk membuat salad, manisan, asinan, dan rujak. Dikutip dari [alodokter.com](http://alodokter.com), kandungan yang ada di dalam jeruk Bali ini cukup beragam. Terdapat serat, vitamin B, karbohidrat, gula, protein, mineral, dan antioksidan yang bisa Anda dapatkan dalam buah ini.



### 2. Jeruk nipis

Jenis jeruk untuk masakan yang pertama adalah jeruk nipis. Dalam Bahasa Inggris, jeruk nipis sering disebut sebagai lime. Persian lime adalah jenis lime yang paling banyak diproduksi secara global. Jeruk nipis biasanya diperas di atas soto atau sup untuk

menambah kesegarannya. Di Kuningan, Jawa Barat, jenis jeruk ini diolah menjadi minuman Jeniper, singkatan dari jeruk nipis peras. Jeruk nipis juga biasa digunakan untuk menghilangkan amis pada ikan atau seafood.

### 3. Jeruk Lemon



Lemon (*Citrus limon*) atau sitrun, adalah jenis jeruk yang berasal dari Asia Selatan namun terkenal di seluruh dunia. Bagian buah yang paling sering digunakan adalah sarinya. Selain itu, kulitnya juga dimanfaatkan.

Air lemon mengandung 5-6% asam sitrat dengan pH 2,2, sehingga rasanya asam. Kandungan asam sitratnya

sedikit lebih tinggi dari sari jeruk nipis. Sari lemon digunakan dalam berbagai makanan dan minuman, untuk menghilangkan amis pada ikan, dan mencegah oksidasi (warna kecokelatan) pada apel, pisang, dan avokad yang sudah dipotong.

Bagian terluar kulit lemon biasanya diparut untuk memberi aroma wangi pada masakan dan kue. Kulitnya bisa dipakai untuk membuat marmalade, membuat pektin, serta diekstrak untuk diambil minyaknya.

#### 4. Jeruk Calamansi



Jeruk calamansi (*Citrus icrocarpa*) memiliki banyak sebutan, yakni jeruk kasturi, jeruk kunci, songkit, atau lemon cui. Buah ini merupakan hibrida jeruk *kumquat* dan jeruk Mandarin. Buahnya kecil, bulat, berkulit tipis dengan warna hijau sampai oranye ketika matang, dengan pulp dan sari

berwarna oranye pula. Rasa airnya asam karena mengandung asam sitrat hingga 5,5%. Jeruk kasturi banyak dipakai di makanan dan minuman Filipina. Di Indonesia, calamansi banyak dipakai di masakan Sulawesi Utara, sedangkan di Bengkulu buah ini dijadikan sirup. Secara umum, penggunaannya mirip dengan jeruk nipis.

#### 5. Jeruk Pontianak



Jeruk yang banyak dibudidayakan di Pontianak ini merupakan salah satu jeruk khas daerah tropis. Kulit jeruk Pontianak berwarna hijau mengkilat kekuningan. Permukaan kulitnya yang tipis membuat jeruk ini mudah dikupas. Jeruk ini juga memiliki rasa yang manis serta kandungan air yang banyak.

### 6. Jeruk Medan

Meskipun dikenal dengan jeruk Medan, jeruk ini biasanya tumbuh di daerah dingin seperti di Brastagi, Sumatra Utara. Kita dapat menjumpai jeruk Medan yang permukaannya berwarna *orange*, hijau kekuningan, ataupun



### 7. Jeruk sankist



Jeruk sunkist dikenal berasal dari California, Amerika. Permukaannya memiliki tekstur yang licin dan tebal. Karena itu, jeruk yang berwarna orange ini tidak bisa dikupas dengan tangan kosong. Apalagi, daging jeruk ini juga sulit dipisahkan dari permukaan kulitnya. Terlepas dari itu semua, jeruk sunkist memiliki rasa yang manis dan menyegarkan. Tidak heran, jeruk ini sering dijadikan jeruk peras.

Sumber : [https://www.ekor9.com/jenis-jeruk-di-](https://www.ekor9.com/jenis-jeruk-di-indonesia/)

[indonesia/](https://www.ekor9.com/jenis-jeruk-di-indonesia/)

Apa manfaat buah jeruk untuk kita ?

### 1. Kulit jeruk Sebagai Parfum



Kandungan Minyak asiri dalam jeruk mengeluarkan aroma segar sehingga dapat dijadikan sebagai bahan pengharum ruangan

### 2. Jeruk sebagai Bumbu Masakan

#### Jeruk buat sambal



Jeruk limau/jeruk limo/jeruk sambal hampir mirip dengan jeruk purut, tetapi bentuknya lebih kecil. Biasa digunakan untuk penambah sedap sambal atau di bumbu somay. Jeruk Limau ini ukurannya lebih kecil daripada jeruk purut.


#### Jeruk Nipis

Jenis jeruk yang satu ini selain dikenal untuk membuat minuman, ia juga biasa sering dijadikan sebagai salah satu bahan untuk masakan atau bisa dikatakan bumbu masak. Lime menjadi nama lain dari jeruk yang satu ini dalam Bahasa Inggris. Salah satu masakan yang biasa menggunakan jeruk ini adalah soto.



		<p><b>Jeruk Purut</b></p>  <p>Kemudian untuk jenis jeruk yang kedua ada jeruk purut. Jeruk purut ini memiliki aroma kulit yang tajam. Lalu untuk kulitnya tidak rata atau bergelombang. Soto, dan beberapa jenis sambal sering menggunakan jeruk ini sebagai salah satu bumbunya. Daun dari tanaman jeruk purut dan limau ini juga dikenal sebagai salah satu bumbu dan penyedap rasa.</p> <p><b>Lemon</b></p> <p>Untuk nama jeruk berikutnya ada jeruk lemon atau biasa disebut lemon saja. Jeruk ini begitu dikenal di luar Negeri. Berbeda dari ketiga jenis jeruk diatas yang dipanen ketika kulitnya masih hijau atau sebagian besar masih berwarna hijau. Sedangkan untuk lemon dipanen saat sudah matang dengan warna kulit kuning. Menurut penulis, jeruk lemon juga memiliki aroma yang tidak sekuat jenis jeruk untuk bumbu yang lain. Dan penggunaan jeruk ini untuk masakan juga tidak seperti saudara-saudaranya diatas, ia lebih sering digunakan untuk masakan modern dan barat (western).</p>  <p><a href="https://www.indonesianfarm.info/mengetahui-4-jenis-jeruk-yang-biasa-digunakan-sebagai-bumbu-masak/">https://www.indonesianfarm.info/mengetahui-4-jenis-jeruk-yang-biasa-digunakan-sebagai-bumbu-masak/</a></p>
2.	<p><b>DIMANA</b> Dimana kita dapat memperoleh buah jeruk?</p>	<p>Buah jeruk dapat diperoleh dengan membeli di toko buah, supermarket, warung-warung sayur, di pasar juga dapat langsung dipetik di kebun jeruk</p>

3.	<p><b>KAPAN</b> Kapan buah jeruk dapat dipanen?</p>	<p>Buah jeruk dipanen setelah berusia 8 bulan setelah bunganya mekar dan kulitnya berwarna kuning untuk jenis jeruk tertentu Sumber : <a href="http://balitjestro.litbang.pertanian.go.id/panen-danpascapanen-jeruk/">http://balitjestro.litbang.pertanian.go.id/panen-danpascapanen-jeruk/</a></p>
4.	<p><b>SIAPA</b> Siapa yang suka buah jeruk?</p>	<p>Semua orang suka buah jeruk, karena rasanya yang manis dan segar juga mempunyai khasiat yang sangat banyak.</p> <p>Orang yang memiliki penyakit maag biasanya kurang suka dengan buah jeruk, karena dapat menyebabkan meningkatnya asam lambungnya.</p> <p>Beberapa jenis jeruk, misalnya jeruk bali, atau jeruk jenis lainnya merupakan buah klasik yang bisa memicu terjadinya maag. Buah ini mempunyai kadar keasaman yang sangat tinggi sehingga bisa mengiritasi dinding lambung. Karenanya, kadar asam yang tinggi pada jeruk bisa menyebabkan timbulnya gejala maag, seperti nyeri atau rasa terbakar di ulu hati, mual, dan perut kembung, terutama bila dikonsumsi dalam keadaan perut kosong.</p> <p><a href="https://www.klikdokter.com/rubrik/read/2700639/bolehkahpenderita-maag-makan-jeruk">https://www.klikdokter.com/rubrik/read/2700639/bolehkahpenderita-maag-makan-jeruk</a></p>
5.	<p><b>MENGAPA</b> Mengapa buah jeruk sangat baik untuk kesehatan?</p>	<p>Karena buah jeruk kaya akan vitamin untuk Kesehatan tubuh.</p> <p>Jeruk memiliki manfaat yaitu :</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Meningkatkan daya tahan tubuh Buah jeruk sangat terkenal akan kandungan vitamin C-nya. Satu buah jeruk berukuran sedang diketahui dapat memenuhi kebutuhan vitamin C harian anak. Rutin mengkonsumsi jeruk dapat terhindar dari berbagai penyakit yang disebabkan oleh virus seperti flu atau covid-19</li> <li>2. Mengurangi risiko anemia Vitamin C pada buah jeruk juga berperan dalam meningkatkan penyerapan zat besi dari makanan yang dikonsumsi sehingga dapat menurunkan risiko anemia pada anak. Selain itu, vitamin C juga dapat menjaga Kesehatan jantung dan pembuluh darah.</li> </ol>

		<p>3. Mendukung kesehatan sistem pencernaan Jeruk termasuk sumber serat yang baik untuk menjaga kesehatan sistem pencernaan. Dengan terpenuhinya asupan serat bagi anak-anak dapat terhindar dari gangguan pencernaan yaitu sembelit.</p> <p>4. Mencegah dehidrasi Manfaat jeruk untuk anak yang berikutnya adalah mencegah dehidrasi. Hal ini karena dalam satu buah jeruk, 80%-nya adalah air</p> <p>5. Menjaga kesehatan kulit Jeruk bisa menjaga kesehatan kulit anak, kandungan antioksidan dan vitamin C-nya yang dapat mencegah kerusakan kulit dan membantu tubuh menghasilkan kolagen agar kulit tetap kencang dan lembap.</p> <p><i>Sumber : <a href="https://www.alodokter.com/sederet-manfaat-jeruk-untukkesehatan-anak">https://www.alodokter.com/sederet-manfaat-jeruk-untukkesehatan-anak</a></i></p>
6.	BAGAIMANA Bagaimana cara membuat jus jeruk	 <ol style="list-style-type: none"><li>1. Belah <b>jeruk</b> menjadi dua lalu peras, saring buang bijinya.</li><li>2. Lalu tuang ke dalam blender, masukkan es batu juga gula kira2 3 atau 4 sdm tambahkan 2 gelas air matang...</li><li>3. Blender sampai merata. <b>Jus jeruk</b> siap diminum</li></ol>



		<p>buah jeruk yang belum matang berwarna hijau dengan struktur yang kokoh dan sulit dikupas</p> <p>4. Bentuk akar</p> <p>Akar utama pohon jeruk dipenuhi serabut halus yang berfungsi untuk menyerap unsur hara dari tanah. Selain itu, bentuknya silindris dan di ujungnya membulat. Cabang akar akan semakin panjang dan banyak karena bagian ujungnya yang terus membelah diri.</p> <p>Sumber : <a href="https://www.ciriciripohon.com/2020/07/Klasifikasi-dan-Karakteristik-Pohon-Jeruk-Pada-Umumnya.html">https://www.ciriciripohon.com/2020/07/Klasifikasi-dan-Karakteristik-Pohon-Jeruk-Pada-Umumnya.html</a></p>
--	--	--