

**PENGEMBANGAN BAHAN AJAR
STRATEGI PEMBELAJARAN 5W + 1H**

NAM : 1.1, 1.2, 3.1-4.1 FM : 3.3-4.3, 3.4-4.4 KOG : 2.2, 3.4-4.4, 3.5-4.5, 3.6-4.6, 3.9-4.9 BHS : 3.10-4.10, 3.11-4.11, 3.12-4.12 SOSEM : 2.6, 2.7 SENI : 3.12-4.15

Bahan ajar berikut sudah mencakup untuk 3 RPPH dengan topik pembelajaran : bagian, jenis, olahan jeruk.

WHAT

- Apa itu jeruk ?
- Apa saja bagian – bagian jeruk ?
- Apa rasa jeruk ?
- Apa saja jenis-jenis jeruk ?
- Apa saja manfaat jeruk ?
- Apa saja kandungan yang terdapat di dalam jeruk ?
- Jeruk jenis apa yang ukurannya paling kecil ?
- Jeruk jenis apa yang ukurannya paling besar ?
- Apa saja olahan buah jeruk ?
- Apa media tanam jeruk ?
- Apa yang membuat tanaman jeruk tumbuh lebat ?
- Apa saja yang dapat mengganggu pertumbuhan buah jeruk ?

WHO

- Siapa yang menciptakan jeruk ?
- Siapa yang dapat menanam jeruk ?
- Siapa saja yang biasa mengolah jeruk ?

WHERE

- Dari mana asal mula jeruk ?
- Dimana jeruk dapat tumbuh ?
- Dimana kita bisa mendapatkan jeruk ?
- Kemana saja jeruk yang telah dipanen dikirimkan ?
- Dimana kita dapat menanam buah jeruk ?



HOW

- Bagaimana kita dapat membedakan rasa jeruk ?
- Bagaimana cara memilih jeruk ?
- Bagaimana langkah-langkah menanam buah jeruk ?
- Bagaimana cara membudidaya buah jeruk ?
- Bagaimana kita bisa memanfaatkan bagian-bagian lain dari buah jeruk ?
- Bagaimana kita dapat mengolah buah jeruk di rumah ?

WHEN

- Kapan waktu yang tepat untuk menanam jeruk ?
- Kapan jeruk dapat dipanen ?
- Kapan sebaiknya kita mengonsumsi jeruk ?
- Kapan kita harus menyiram pohon jeruk ?

WHY

- Mengapa kita harus mengonsumsi jeruk ?
- Mengapa rasa jeruk berbeda ?
- Mengapa jeruk bisa tumbuh di Indonesia ?

JERUK

A. WHAT (APA)

Apa itu jeruk ?

Jeruk adalah tumbuhan berbunga dan salah satu buah dari suku jeruk-jerukan, yang memiliki daging berasa masam segar tetapi terdapat pula yang rasanya manis. Jenis jeruk ada banyak sekali dengan ukuran, rasa, dan penampilan yang berbeda.

Apa saja bagian bagian jeruk ?

Buah jeruk terdiri dari :

Kulit : merupakan bagian terluar dari buah dan berfungsi untuk melindungi buah ketika terjadi proses pematangan karena buah bisa terjatuh ketika sudah matang. Terkadang warna dari kulit buah bisa menjadi ciri apakah buah tersebut sudah matang atau belum.

Daging buah : bagian di dalam jeruk yang biasa kita konsumsi dan mengandung banyak gizi. Baging jeruk tersusun dari bulir-bulir kecil.

Biji : merupakan hasil dari pembuahan yang terjadi akibat penyerbukan antara serbuk sari dan sel telur pada putik. Jika biji ditanam akan tumbuh menjadi tumbuhan baru.

Sedangkan pohon jeruk terdiri dari :

Akar : bagian tumbuhan yang umumnya berada di dalam tanah, tapi ada juga tumbuhan yang akarnya menggantung. Akar berfungsi untuk mengokohkan tumbuhan sehingga tumbuhan tidak mudah dicabut, mudah roboh ketika diterpa angin, atau hanyut ketika terbawa air ketika hujan. Selain itu akar juga berfungsi sebagai penyerap zat-zat mineral dan air dari dalam tanah.

Batang : bagian tumbuhan yang berada di atas tanah yang berfungsi sebagai tempat munculnya daun, bunga, dan buah. Batang juga berfungsi mengedarkan mineral dan air yang diserap akar, serta zat makanan hasil fotosintesis ke seluruh bagian tubuh tumbuhan. Terdapat pula duri pada beberapa macam batang pohon jeruk.

Daun : bagian tumbuhan yang berfungsi sebagai tempat berlangsungnya fotosintesis. Proses fotosintesis adalah tumbuhan hijau yang memanfaatkan energi cahaya matahari untuk mengubah air dan karbondioksida menjadi karbohidrat (KBBI). Daun banyak mengandung zat warna hijau yang disebut klorofil. Daun terdiri atas tangkai daun dan helai daun.

Bunga : merupakan bagian tumbuhan yang berfungsi sebagai alat perkembangbiakan tumbuhan biji.

Apa rasa jeruk ?

Banyak buah jeruk yang berasa masam hal ini dikarenakan jeruk mengandung asam sitrat penyebab rasa asam, akan tetapi ada pula jeruk yang memiliki rasa manis karena adanya kandungan gula yang muncul ketika jeruk sudah matang.

Apa saja jenis-jenis jeruk ?

Di seluruh dunia terdapat banyak sekali jenis jeruk, akan tetapi yang akan dijabarkan berikut adalah jenis jeruk yang umum di sekitar kita.

1. Jeruk nipis

Jeruk nipis memiliki bentuk bulat kecil berwarna hijau. Rasa jeruk ini dominan dengan rasa asam sehingga sering dijadikan bumbu masakan. Kulit jeruk nipis cukup tebal sehingga tidak bisa dikupas dengan tangan.



2. Jeruk lemon

Jeruk lemon mempunyai bentuk lonjong dan kulit yang sedikit tebal menyerupai jeruk nipis. Warna yang kuning terang dan mengkilap menjadi ciri buah ini. Selain itu jeruk lemon mempunyai pangkal yang lonjong. Lemon memiliki kadar air yang tinggi sehingga kita harus sering menyiram tanaman ini. Lemon sering dijadikan bahan pelengkap makanan dan minuman, misalnya salad, dessert, dan pastry.



3. Jeruk purut

Jeruk purut adalah buah lokal asli Indonesia. Memiliki kulit keriput berwarna hijau tua, keras, dan berukuran kecil. Jeruk purut beserta daunnya yang wangi biasa digunakan sebagai bahan masakan dan bisa juga dijadikan obat di beberapa daerah di Indonesia.



4. Jeruk Pontianak

Jeruk Pontianak berasal dari kota dengan naman yang sama dan kini sudah menyebar hampir ke seluruh wilayah Indonesia. Jeruk ini mempunyai ciri kulit yang licin, mengkilap, berwarna hijau kekuningan, dan sedikit tipis. Pohonnya bisa tumbuh hingga beberapa meter. Buahnya mengandung banyak air dan rasanya



manis. Jeruk jenis ini sering diolah menjadi jeruk peras yang sering kita jumpai.

5. Jeruk Medan

Menyerupai jeruk Pontianak dengan ciri kulit kuning/oranye yang kadang kehijauan. Kulitnya mengkilat dan beraroma segar. Jeruk medan mempunyai rasa manis, banyak mengandung air, dan bulir yang besar. Biasanya jeruk Pontianak bisa dimakan langsung sebagai pencuci mulut.



6. Jeruk bali

Tidak seperti namanya, jeruk bali bukanlah berasal dari bali melainkan dari Asia Selatan dan Tenggara. Ciri khas jeruk ini adalah bentuknya yang lebih bulat dan berukuran lebih besar dari ukuran jeruk biasa dengan rata-rata diameter 15-25 cm dan berat 1-2 kilogram. Daging buah jeruk bali berwarna merah dan manis.



7. Jeruk mandarin

Seperti namanya, jeruk ini berasal dari negeri Cina. Jeruk ini biasanya sering tersedia menjelang Hari Imlek. Tetapi juga banyak ditemukan dalam kemasan kaleng yang dagingnya sudah dikupas. Pohon jeruk mandarin sering dijadikan tanaman hias karena ukurannya lebih kecil dibandingkan dengan pohon jeruk yang lain.



8. Jeruk sunkist

Jeruk sunkist adalah salah satu jeruk populer di berbagai negara. Namun harganya lebih mahal dari jeruk biasanya. Jeruk sunkist memiliki ciri berkulit tebal, memiliki pori-pori besar, berwarna oranye, dan rasanya segar. Pada umumnya, jeruk ini tidak dikupas melainkan dipotong-potong.



Apa saja kandungan buah jeruk dan apa manfaat mengonsumsi buah jeruk ?

Buah kaya vitamin C ini memiliki banyak manfaat diantaranya :

1. Menurunkan kolesterol, Bukan cuma omega-3 yang terkandung dalam ikan saja yang mampu menurunkan kolesterol. Buah yang satu ini juga ok kok untuk membantu memangkas kolesterol jahat karena kandungan serat larut di dalamnya. Ingat, kadar kolesterol yang normal dalam tubuh bisa meminimalkan dirimu terserang berbagai risiko penyakit.

2. Baik untuk mata, selain wortel, rutin mengonsumsi jeruk juga bisa menjaga kesehatan mata. Apalagi bagi seseorang yang terbilang sudah cukup berumur. Sebab seiring bertambahnya usia, risiko terkena katarak akan semakin meningkat akibat ulah radikal bebas. Antioksidan yang ada di dalam jeruk kata ahli bisa menangkal kerusakan tersebut. Alhasil, retina mata pun semakin terpelihara. Menurut sebuah studi, kombinasi antara vitamin C dan E mampu mencegah katarak sekalipun pada kelompok berisiko tinggi.
3. Melindungi kulit, buah yang kaya vitamin C ini mengandung beta-karoten, antioksidan yang bisa melindungi sel-sel kulit dari kerusakan.
4. Melindungi jantung, manfaat jeruk lainnya juga baik untuk menjaga kesehatan jantung. Menurut ahli, kulit jeruk mengandung komponen penting seperti polymethoxylated flavones (PMFs) dan d-limonene yang bermanfaat untuk mengkatifkan detoksifikasi pada lever, menurunkan kolesterol jahat (LDL), dan menjaga keseimbangan gula darah. Ketiga hal itu amat berkaitan dengan kesehatan jantung.
5. Sistem pencernaan lebih baik, banyak masakan Cina yang menggunakan kulit jeruk untuk disajikan bersama daging merah. Alasannya kulit jeruk bisa membantu mencerna makanan berlemak. Oleh sebab itu, banyak ahli yang menganjurkan untuk mengonsumsi segelas air lemon demi menjaga pencernaan. Sebab air lemon yang asam ini bisa membantu membersihkan sampah makanan yang tertinggal dalam pencernaan. Namun, bagi yang memiliki masalah lambung, sebaiknya perlu berdiskusi terlebih dahulu dengan dokter.
6. Pendukung kesehatan tulang, tubuh membutuhkan vitamin C yang cukup untuk bisa menyerap kalsium dan vitamin D dengan optimal. Agar kesehatan tulang semakin terjaga, jangan lupakan asupan nutrisi ini bagi tubuh. Namun, sebaiknya kita tidak langsung menyikat gigi setelah mengonsumsi jus jeruk. Sebab asam asetat dari jus jeruk bisa mengikis email gigi.
7. Memperbaiki suasana hati, jeruk banyak mengandung folat yang berperan dalam pembentukan serotonin. Serotonin sendiri merupakan zat kimia di dalam otak yang berkaitan dengan perasaan senang. Menurut sebuah penelitian, aroma jeruk nipis, jeruk keprok, dan lemon, bisa meningkatkan mood dan energi.
8. Mengontrol tekanan darah, buah ini mengandung flavonoid yang disebut hesperidin. Senyawa inilah yang berperan untuk mengontrol tekanan darah. Selain itu, kandungan magnesium di dalam jeruk juga bisa membantu menjaga tekanan darah agar tidak tinggi.

Jeruk jenis apa yang ukurannya paling kecil ? jeruk jenis apa yang ukurannya paling besar ?

Jenis jeruk yang berukuran paling kecil adalah jeruk purut yang sering ada di dapur rumah kita. Jeruk ini berdiameter hanya 2-3 sentimeter saja. Sedangkan jeruk yang berukuran paling besar adalah jeruk bali yang memiliki kulit berwarna hijau muda. Jeruk ini bisa memiliki berat sampai 1-2 kilogram dan berdiameter 15-25 sentimeter yang artinya 12 kali ukuran jeruk purut.

Apa saja olahan buah jeruk ?

Buah jeruk dapat diolah menjadi banyak hal diantaranya menjadi makanan dan minuman yang kita kenal seperti jus jeruk/jeruk peras, pudding jeruk, permen, lemon tea, sirup, selai, sorbet, manisan kulit jeruk, dan bumbu pelengkap masakan. Buah jeruk juga bisa dijadikan perisa untuk makanan dan minuman lain. Jeruk yang wangi ini juga sering digunakan sebagai pewangi ruangan, parfum, aromaterapi, cairan pencuci piring. Juga menjadi bahan dalam kandungan kosmetik dan perawatan tubuh yang berguna untuk kecantikan dan kesehatan.

Apa media tanam jeruk ?

Tergantung jenisnya, tumbuhan jeruk bisa ditanam di berbagai jenis tanah, mulai dari tanah pasir kasar sampai tanah liat. Tanah tidak boleh tergenang air dan apabila terjadi maka harus segera dikeringkan atau tempat menanam ditinggikan. Hal ini dilakukan agar akar jeruk tidak membusuk. Jika kita ingin menanam jeruk di dalam pot, media tanam yang tepat adalah yang terdiri dari tanah, pupuk, dan pasir.

Apa yang membuat tanaman jeruk tumbuh lebat ?

Agar tanaman jeruk berbuah lebat tentunya harus rajin disiram, namun ingat jangan sampai air menggenangi akar seperti yang telah dijelaskan sebelumnya. Tanaman cukup disiram satu minggu sekali atau ketika tanah terlihat kering. Selain disiram, tanaman jeruk juga harus diberi pupuk. Pupuk adalah bahan yang ditambahkan pada media tanam untuk mencukupi kebutuhan unsur hara dan membantu pertumbuhan tanaman.

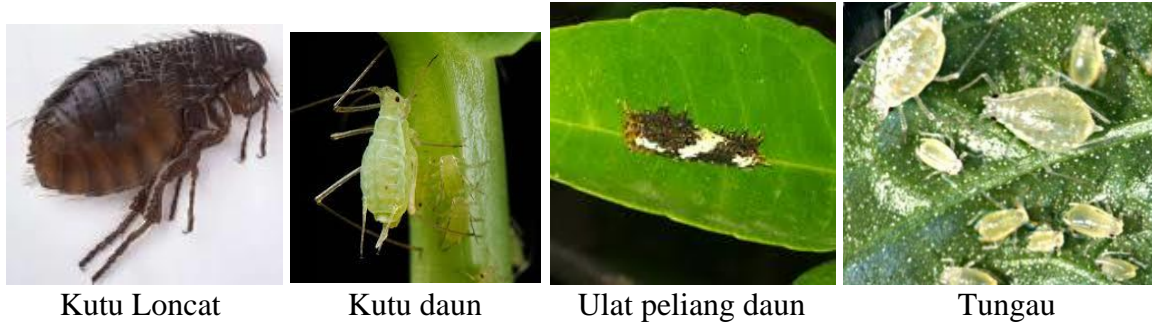
Jenis pupuk ada dua yaitu pupuk alami dan pupuk buatan. Pupuk alami adalah bahan yang berasal dari alam seperti kompos (sampah organik) dan pupuk kandang (kotoran hewan seperti sapi, kambing, dan ayam). Sedangkan pupuk buatan adalah pupuk yang dibuat di pabrik melalui proses fisika dan kimia, contohnya adapah pupuk urea, NPK (nitrogen, fosfat, kalium) atau pupuk mutiara, dan pupuk TSP (triple superphosfat).

Pemberian pupuk alami dapat digunakan seminggu sekali tergantung kebutuhan, namun pupuk buatan digunakan minimal satu bulan sekali. Pemberian pupuk tidak boleh berlebihan terutama pupuk buatan karena akan mempegaruhi kualitas tanah dan tanaman tu sendiri. Selain diberi pupuk, dilakukan juga pemangkasan apabila ada bagian yang sakit atau kering agar penyakit tidak menyebar keseluruh tubuh tanaman.

Apa saja hal yang dapat mengganggu pertumbuhan buah jeruk ?

Pertumbuhan jeruk dapat terganggu apabila kita lupa menyiram tanaman akan tetapi kita juga tidak boleh menyiramnya terlalu sering. Selain itu kurangnya unsur hara di dalam tanah dapat membuat pertumbuhan jeruk terhambat, seperti tidak bertumbuh besar atau tidak kunjung berbuah. Faktor lain yang dapat mengganggu adalah adanya hama dan penyakit. Hama adalah hewan yang mengganggu produksi pertanian seperti babi hutan, tupai, tikus, terutama serangga

(KBBI). Hama yang sering menyerang tanaman jeruk adalah kutu loncat, kutu daun, ulat peliang daun, tungau, penggerek buah, kutu penghisap daun dan sebagainya.



Kutu Loncat

Kutu daun

Ulat peliang daun

Tungau

B. WHO (SIAPA)

Siapa yang menciptakan jeruk ?

Segala sesuatu di dunia ini merupakan ciptaan Tuhan Yang Maha Esa termasuk pula buah jeruk. Penciptaan buah-buahan terdapat di dalam ayat berikut yakni :

“Ya Tuhan, sesungguhnya aku telah menempatkan sebagian keturunanku di lembah yang tidak mempunyai tanam-tanaman di dekat rumah Engkau (Baitullah) yang dihormati, ya Tuhan (yang demikian itu) agar mereka melaksanakan salat, maka jadikanlah hati sebagian manusia cenderung kepada mereka dan berilah mereka rezeki dari buah-buahan, mudah-mudahan mereka bersyukur.” (QS. Ibrahim: 37)

“Dan mereka berkata: "Jika kami mengikuti petunjuk bersama kamu, niscaya kami akan diusir dari negeri kami". Dan apakah Kami tidak meneguhkan kedudukan mereka dalam daerah haram (tanah suci) yang aman, yang didatangkan ke tempat itu buah-buahan dari segala macam (tumbuh-tumbuhan) untuk menjadi rezeki (bagimu) dari sisi Kami?. Tetapi kebanyakan mereka tidak mengetahui.: (QS. Al-Qashash: 57)

Oleh karena itu kita sebagai makhluk ciptaan Allah harus senantiasa bersyukur dan menghargai ciptaannya.

Siapa yang dapat menanam jeruk ?

Setiap orang dapat menanam jeruk apabila memiliki bahan dan kondisi yang memungkinkan. Bahan yang diperlukan antara lain tanah, air, pupuk, dan biji jeruk. Jeruk harus dirawat sebaik mungkin agar dapat tumbuh dan berbuah. Dalam skala besar, petani jeruk dapat menanam jeruk agar buahnya bisa dijual pada konsumen.

Siapa saja yang biasa mengolah jeruk ?

Tergantung kebutuhannya, banyak orang bisa mengolah jeruk. Kita di rumah bisa mengolah jeruk menjadi minuman dan makanan atau bumbu dapur, pedagang eskrim bisa mengolah jeruk menjadi eskrim dan menjajakannya, pengusaha bisa mengolah jeruk sebagai makanan/minuman, perisa, pewangi, dan banyak hal lainnya, petani pun bisa mengolah jeruk untuk diambil bijinya dan ditanam kembali.

C. WHEN (KAPAN)

Kapan waktu yang tepat untuk menanam jeruk ?

Awal musim hujan adalah saat paling tepat untuk penanaman di lahan kering. Setiap pohon dipasang ajir (penyangga) agar tanaman tetap tegak saat angin kencang. Namun jika kita menanam jeruk di dalam pot, kita bisa menanamnya kapan pun selama terkena matahari penuh dengan suhu optimal 22-23 derajat celsius.

Kapan jeruk dapat dipanen ?

Panen dilakukan saat buah mencapai kematangan optimal, sekitar 8 bulan dari pembungaan. Lakukan panen saat cuaca cerah, gunakan gunting pangkas, jangan memanjat pohon, dan masukkan buah ke dalam keranjang yang dilapisi karung plastik.

Kapan sebaiknya kita mengonsumsi jeruk ?

Kita dapat mengonsumsi jeruk kapan saja untuk memenuhi kebutuhan harian. Akan tetapi ada waktu dimana kita harus berhati-hati dan sebaiknya dihindari yaitu :

- Pagi hari, Hindari makan buah jeruk di pagi hari. Karena akan meningkatkan tingkat pH tubuh bila dikonsumsi pada waktu perut kosong. Sebaiknya mengonsumsi jenis buah-buahan yang memiliki serat dan gula seperti apel, pisang, buah delima, melon dan pir.
- Saat ingin tidur, kita tidak sebaiknya memakan jeruk ketika akan tidur karena akan menyebabkan masalah keasaman dan gas. Waktu terbaik untuk makan jeruk adalah satu sampai dua jam sebelum tidur.
- Mengonsumsi buah bersamaan dengan makanan lain yang akan membuat perut kembung, Dekomposisi adalah proses penguraian yang terjadi karena adanya kerja bakteri. Pada saat makanan masuk ke perut kita, tidak ada enzim dan bakteri yang dapat bekerja karena lingkungannya yang bersifat asam, sehingga kurang tepat jika dikatakan buah dapat terurai terlebih dahulu dan gasnya dapat menyebabkan kembung.

Kapan kita harus menyiram tanaman jeruk ?

Tanaman jeruk memang membutuhkan air yang cukup banyak pada awal masa penanaman, penyiraman pada pohon jeruk harus dilakukan 2 kali dalam sehari, waktu yang baik saat penyiraman adalah saat matahari belum terik yaitu saat pagi maupun saat sore hari.

D. WHY (KENAPA)

Mengapa kita harus mengonsumsi buah jeruk ?

1. Kaya akan vitamin, buah jeruk sangat bergizi, menawarkan sejumlah vitamin, mineral, dan senyawa tanam yang membantu kita tetap sehat.
2. Rendah kalori, buah jeruk rendah kalori menjadikannya pilihan cerdas bagi orang yang ingin menurunkan atau mempertahankan berat badannya.
3. Sumber serat yang baik, buah jeruk adalah serat larut yang baik yang membantu menurunkan kadar kolesterol dan membantu pencernaan sehingga kita bisa buang air dengan teratur.
4. Dapat membantu melawan kanker, buah jeruk telah banyak dipelajari untuk efek dalam perlindungannya pada berbagai jenis penyakit kanker pada tubuh.
5. Meningkatkan kesehatan jantung, banyak senyawa dalam buah jeruk yang dapat bermanfaat bagi kesehatan jantung dengan meningkatkan kadar kolesterol dan menurunkan tekanan darah.
6. Melindungi otak, buah dan jus jeruk dapat membantu meningkatkan fungsi otak dan melindungi otak dari gangguan neurodegeneratif.
7. Dapat mengurangi resiko batu ginjal, mengonsumsi buah jeruk dapat membantu menurunkan resiko batu ginjal pada beberapa orang dengan meningkatkan kadar sitrat dalam urin.
8. Membuat kulit tampak muda, vitamin C juga memiliki manfaat untuk kulit. Dikatakan Bazilian, vitamin C berperan dalam produksi kolagen, senyawa yang membuat kulit tampak muda dan kenyal. Penelitian pada 2007 yang diterbitkan American Journal of Clinical Nutrition menemukan bahwa partisipan yang mengonsumsi banyak makanan yang mengandung vitamin C tidak mudah keriput.

Mengapa rasa jeruk berbeda-beda ?

Buah-buahan mengandung air, protein, lemak, karbohidrat, mineral, dan vitamin. Jika buah sudah matang, karbohidrat berubah menjadi zat gula, inilah yang menyebabkan rasa manis pada buah. Zat-zat tersebut sering disebut sebagai nutrisi. Selain nutrisi buah memiliki zat lain berupa aneka golongan asam dan tanin seperti pada buah jeruk. Gabungan nutrisi dengan asam atau tannin akan mempengaruhi rasa dan kelezatan. Buah yang kandungan gulanya rendah dengan kadar air tinggi akan terasa hambar. Bila kandungan gula dan asamnya seimbang, rasanya menjadi manis-manis asam. Jika kandungan asamnya tinggi rasanya menjadi asam.

Jika harus diibaratkan seperti kita membuat es sirup jeruk. Jika sirupnya terlalu banyak maka rasanya akan menjadi asam. Tapi kalau airnya terlalu banyak maka rasanya pun akan menjadi hambar. Jeruk yang masih muda memiliki kandungan asam oksalat yang tinggi jadi terasa sangat asam.

Mengapa jeruk bisa tumbuh di Indonesia ?

Tanaman jeruk bisa tumbuh di Indonesia karena Indonesia memiliki kondisi yang memungkinkan untuk tumbuhnya tanaman jeruk, syaratnya adalah :

Iklim : Tipe B (kering/setengah kering) dan C (variasi suhu tahunan yang jelas)

Curah Hujan : 1.500 mm/tahun

pH Tanah : 5 – 7,5 (asam-normal)

Ketinggian : 0 – 700 m dpl (Siem), 700 – 1.200 m dpl (Keprok)

Cahaya : 50 – 60 %

Tergantung pada spesiesnya, jeruk memerlukan 5-6, 6-7 atau 9 bulan basah (musim hujan). Bulan basah ini diperlukan untuk perkembangan bunga dan buah agar tanahnya tetap lembab. Di Indonesia tanaman ini sangat memerlukan air yang cukup terutama di bulan Juli-Agustus. Sentra jeruk di Indonesia tersebar meliputi: Garut (Jawa Barat), Tawangmangu (Jawa Tengah), Batu (Jawa Timur), Tejakula (Bali), Selayar (Sulawesi Selatan), Pontianak (Kalimantan Barat) dan Medan (Sumatera Utara). Karena adanya serangan virus CVPD (Citrus Vein Phloem Degeneration), beberapa sentra penanaman mengalami penurunan produksi yang diperparah lagi oleh sistem monopoli tata niaga jeruk yang saat ini tidak berlaku lagi.

E. WHERE (DIMANA)

Dari mana asal mula jeruk ?

Asal mula jeruk berbeda-beda berdasarkan jenisnya, antara lain :

1. Jeruk nipis : Jeruk nipis merupakan tanaman yang berasal dari Indonesia, Menurut sejarah, sentra utama asal jeruk nipis adalah Asia Tenggara. Akan tetapi, beberapa sumber menyatakan bahwa tanaman jeruk nipis berasal dari Birma Utara, Cina Selatan, dan India setelah utara, tepatnya Himalaya dan Malaysia. Tanaman jeruk nipis masuk ke Indonesia karena dibawa oleh orang Belanda.
2. Jeruk lemon : meskipun belum dapat dipastikan namun imluan meyakini bahwa jeruk lemon berasal dari bagian barat laut India dimana lemon telah dibudidaya selama hampir 2.500 tahun.
3. Jeruk purut : jeruk ini merupakan tanaman local Indonesia namun juga sering ditemui di wilayah Asia tenggara.
4. Jeruk Pontianak : sesuai namanya jeruk ini merupakan buah asli dari kota Pontianak, Indonesia.
5. Jeruk medan : sesuai namanya, jeruk medan berasal dari kota Medan provinsi Sumatra Utara.

6. Jeruk bali : tidak seperti dua temannya di atas, jeruk bali bukanlah berasal dari bali melainkan dari daerah asia tenggara dan selatan.
7. Jeruk mandarin : jeruk mandarin merupakan jeruk yang berasal dari negeri tirai bambu Cina.
8. Jeruk Sunkist : jeruk ini pertama kali berawal dari California, Amerika Serikat.

Dimana jeruk dapat tumbuh ?

Jeruk dapat tumbuh dengan baik pada ketinggian 0-400 mdpl. Keadaan iklim yang baik bagi tanaman jeruk adalah pada kisaran suhu udara 25 °C - 30 °C atau rata-rata 20 °C, curah hujan tidak lebih dari 100 mm/bulan atau 1200 mm/tahun, dengan minimal 3 bulan kering dan 9 bulan basah. Jeruk harus ditanam di tempat terbuka atau mendapat cukup sinar matahari, dan apabila ditanam di dataran tinggi dapat menyebabkan kulit menjadi tebal dan rasa jeruk menjadi pahit. Keadaan tanah yang baik untuk ditanami jeruk adalah tanah yang gembur, memiliki kandungan bahan organik yang tinggi, memiliki aerasi dan drainase yang baik, dengan nilai kemasaman (pH) 6-7.

Dimana kita bisa mendapatkan jeruk ?

Selain menanamnya sendiri, kita bisa mendapatkan buah jeruk di pedagang gerobak atau took buah, di pasar, supermarket, atau kita bisa datang langsung ke tempat pertanian buah jeruk.

Kemana saja jeruk yang telah dipanen dikirimkan ?

Setelah dipanen, petani dapat menyimpan sedikit jeruk untuk diambil bijinya dan ditanam kembali. Jeruk pun dapat dikirim langsung ke pasar dan supermarket untuk dijual. Pedagang yang lebih kecil biasa membeli jeruk di pasar untuk dijajakan. Jeruk juga dikirim ke pabrik berskala sedang dan besar yang membutuhkan jeruk dalam produknya seperti sirup merek ABC.

Dimana kita bisa menanam buah jeruk ?

Jika kita ingin menanamnya di rumah, kita bisa menanam jeruk di dalam pot ketika tidak memiliki taman. Kita harus menempatkan jeruk di tempat terbuka yang tidak memiliki naungan agar tanaman terkena sinar matahari penuh seperti di rooftop (atap rumah).

F. HOW (BAGAIMANA)

Bagaimana kita dapat memilih dan membedakan rasa jeruk ?

Ketika kita melihat ibu/ayah kita hendak membeli jeruk, mereka selalu memilah jeruk mana yang sekiranya manis seperti jeruk medan, pontianak, bali, dan mandarin. Keempat jeruk lainnya memiliki rasa yang memang asam. Jeruk yang manis biasanya memiliki tanda kulit yang sudah berubah kuning/oranye, wanginya tidak terlalu kecut, dan jika ditekan maka akan sedikit empuk. jeruk yang masih keras menandakan jeruk belum matang. Sebaliknya, jeruk yang terlalu empuk menandakan bahwa jeruk sudah terlalu matang dan tidak segar sehingga kita sebaiknya menghindari jeruk yang seperti ini.

Bagaimana langkah-langkah menanam buah jeruk ?

Berikut adalah langkah-langkah jika kita ingin menanam buah jeruk di dalam pot :

Bahan dan Peralatan Yang Diperlukan

- Benih jeruk umur 1 tahun, 2 tahun
- Pot semen/drum berdiameter 35-50 cm/ pot plastik diameter 50 tinggi 60 cm
- Tanah humus/ pasir endapan sungai
- Pupuk kandang kambing/sapi
- Sekam / daun-daun kering yang telah dihancurkan
- Pupuk majemuk NPK (16-16-16) dan Urea
- Pestisida
- Pecahan genting
- Gunting tanaman, sekop kecil, cangkul, gembor, jet sprayer (2 liter)

Cara Penanaman

1. Menyiapkan media tanam. Mencampurkan 2 bagian tanah humus/pasir endapan sungai +1 bagian pupuk kandang +1 bagian sekam/daun-daun kering , diaduk hingga rata menggunakan cangkul. Bila tidak ada tanah humus / pasir endapan sungai bisa pula menggunakan campuran 2 bagian tanah + 2 bagian pasir + 1 bagian pupuk kandang + 1 bagian sekam. Media tanam untuk tabulampot harus gembur dan porus supaya bisa menutaskan air dengan baik.
2. Menutup lubang pot/drum dengan pecahan genting secukupnya supaya media tanam tidak terbuang keluar saat dilakukan penyiraman.
3. Mengisi pot dengan media tanam sampai terisi duapertiga bagian pot menggunakan skop kecil.
4. Menanam benih kedalam pot, kemudian diisi media tanam sampai penuh.
5. Menyiram benih yang telah ditanam hingga semua media tanam cukup basah dengan menggunakan gembor

Bagaimana cara membudidaya buah jeruk ?

Apa itu budidaya ? budidaya adalah suatu usaha yang bermanfaat dan memberi hasil. Kata ini biasanya digunakan ketika kita menanam tanaman jeruk dengan jumlah banyak. Kunci dalam membudidaya tanaman jeruk ialah :

- Pemilihan lokasi : tinggi tempat, iklim
- Pemilihan benih : memilih benih unggul
- Penyiapan lahan dan pemeliharaan tanaman : mengolah tanah, pengaturan cabang, pengairan, pemupukan, penjarangan buah (memetik), pengendalian hama penyakit.
- Panen : dilakukan saat buah mencapai kematangan optimal.

Bagaimana kita bisa memanfaatkan bagian-bagian lain dari buah jeruk ?

Selain daging buahnya yang biasa kita konsumsi, kita bisa mengolah kulit jeruk untuk dijadikan manisan. Banyak juga produk yang menggunakan kulit jeruk yang wangi sebagai bahan baku pembuatan pewangi dan semprotan/lotion anti serangga seperti nyamuk yang tidak menyukai bau jeruk. Banyak koki juga sering menggunakan parutan kulit lemon untuk menambah aroma dalam masakannya. Biji jeruk bisa kita gunakan untuk menghasilkan tanaman baru. Daun jeruk purut juga umum digunakan dalam masakan karena aromanya yang khas.

Bagaimana kita dapat mengolah buah jeruk di rumah ?

Ada beberapa makanan dan minuman sederhana yang bisa kita buat di rumah, berikut akan disertakan resepnya.

1. Jeruk peras



Bahan-bahan

- 1 porsi 1 gelas
- 2 buah jeruk peras
- 1 sdm gula pasir (selera manisnya)
- 3 sdm air panas(untuk melarutkan gula)
- Secukupnya es batu

Langkah

1. Didalam gelas Larutkan gula bersama air panas. Kemudian belah 2 jeruk dan peras. Tuang air perasan ke dalam gelas gula dan aduk rata. Tambahkan es batu. Dan sajikan.
2. Jeruk peras segar diminum di cuaca panas.



2. Puding susu jeruk



Bahan-bahan

- 1 bungkus agar-agar
- 500 ml UHT full cream
- 50 gr gula
- 1 botol flolidina jeruk
- 2 1/2 botol yakult
- Mandarin orange kaleng (aku merk wilmond, bisa diganti jeruk segar ya)
- pewarna makanan kuning muda (pakainya sedikit saja, bisa diskip jika tidak mau)

Langkah

Adonan putih

1. Panaskan susu segar masukkan gula dan agar-agar setengah bungkus saja dengan api sedang.
2. aduk-aduk sampai mendidih, setelah mendidih matikan api lalu aduk kembali selama 1 menit agar uap panasnya menghilang.
3. Tata cup puding dimeja, lalu tuangkan adonan putih setinggi 1cm lakukan hingga adonan habis. lalu masukkan puding kedalam kulkas agar set.
4. Panaskan flolidina dan agar-agar setengah bungkus dengan api sedang.
5. aduk-aduk sampai mendidih, setelah mendidih matikan api lalu masukkan yakult dan aduk kembali selama 1 menit agar uap panasnya menghilang. beri sedikit pewarna kuning muda, aduk kembali hingga rata.
6. keluarkan puding putih dari kulkas lalu tes dengan cara menyentuh bagian atas puding apakah sudah cukup keras atau belum. jika belum masukkan kembali kedalam kulkas.
7. setelah puding putih set, tuangkan adonan jeruk secara perlahan-lahan lakukan hingga adonan habis. masukkan kembali kedalam kulkas dinginkan minimal 5 jam.
8. Setelah 5 jam keluarkan puding tata jeruk mandarin di atasnya lalu siram dengan 2sdm kuah jeruk, lakukan sampai habis.
9. Puding susu jeruk siap disantap dalam keadaan dingin.

REFERENSI

- http://hortikultura.litbang.deptan.go.id/IPTEK/Martasari_jeruk.pdf
- <https://dosenbiologi.com/tumbuhan/penyebab-rasa-hambar-asam-manis-pada-buah>
- <https://paktanidigital.com/artikel/8-jenis-jeruk-yang-tumbuh-di-indonesia/#.X28gdMIzbIU>
- <https://www.ciriciripohon.com/2020/07/Berbagai-Jenis-Pohon-Jeruk-dan-Ciri-Cirinya.html>
- <https://www.halodoc.com/artikel/8-manfaat-jeruk-buah-kaya-vitamin-c>
- <https://www.kampustani.com/cara-agar-tanaman-jeruk-berbuah-lebat/>
- <https://tafsirweb.com/7107-quran-surat-al-qashash-ayat-57.html>
- <https://www.bayan.id/quran/14-37/>
- <http://balitjestro.litbang.pertanian.go.id/panduan-budidaya-tanaman-jeruk/>
- <https://m.merdeka.com/feedid/trend/hindari-makan-jeruk-pada-waktu-ini-160629y.html>
- <https://www.medcom.id/rona/kesehatan/4KZVpXWK-8-alasan-harus-makan-jeruk-setiap-hari>
- <https://kabartani.com/tahukan-kamu-kenapa-buah-bisa-terasa-hambar-asam-dan-manis.html>
- <http://distan.jogjaprov.go.id/wp-content/download/buah/jeruk.pdf>
- <http://repository.unimus.ac.id/3175/4/10.%20BAB%20II.pdf>
- <http://balitjestro.litbang.pertanian.go.id/teknologi-budidaya-tabulampot-jeruk-2/>

Peduli Terhadap Lingkungan Hidup/ Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.—Edisi Revisi Jakarta : Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2016.