



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
REPUBLIK INDONESIA
2024



Buah Roti



Buah Bintang



Kumpulan puisi

Joanna Asterlita Kristanti

Ilustrasi oleh

Tri Retno Indaryanti

Hak Cipta pada Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi Republik Indonesia.

Dilindungi Undang-Undang.

Penafian: Buku ini disiapkan oleh Pemerintah dalam rangka pemenuhan kebutuhan buku pendidikan yang bermutu, murah, dan merata sesuai dengan amanat dalam UU No. 3 Tahun 2017. Buku ini disusun dan ditelaah oleh berbagai pihak di bawah koordinasi Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi. Buku ini merupakan dokumen hidup yang senantiasa diperbaiki, diperbarui, dan dimutakhirkan sesuai dengan dinamika kebutuhan dan perubahan zaman. Masukan dari berbagai kalangan yang dialamatkan kepada penulis atau melalui alamat surel buku@kemdikbud.go.id diharapkan dapat meningkatkan kualitas buku ini.

Buah Roti Buah Bintang

Penulis : Joanna Asterlita Kristanti

Penyelia/Penyelaras : Supriyatno
Helga Kurnia

Ilustrator : Tri Retno Indaryanti

Editor Naskah : M. Aan Mansyur
Adi Setiawan

Editor Visual : Dessy Rachma W.

Ahli Materi : Maria Stephanie

Desainer : M. Harun Rosyid Ridlo

Penerbit

Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi

Dikeluarkan oleh:

Pusat Perbukuan

Kompleks Kemdikbudristek Jalan RS Fatmawati, Cipete, Jakarta Selatan

<https://buku.kemdikbud.go.id>

Cetakan Pertama, 2024

ISBN 978-623-388-123-4

ISBN 978-623-388-112-8 (PDF)

Isi buku ini menggunakan huruf Andika 20/30 pt., SIL International, Open Font License.

vi; 66 hlm., 20 x 20 cm.

Pesan Pak Kapus

Halo, anak-anak Indonesia yang cerdas dan ceria!

Kalian semua suka membaca, kan? Nah, ini ada buku-buku yang menarik dan seru untuk kalian baca. Buku-buku dengan beragam kisah. Semuanya dilengkapi dengan ilustrasi yang memukau.

Pilihlah buku-buku yang menimbulkan kesenangan membaca. Salah satunya buku yang ada di tangan kalian saat ini. Ayo, ajak teman-teman dan orang tuamu untuk membaca bersama! Semoga kalian makin suka membaca.

Anak-anakku, teruslah membaca! Membaca dapat melembutkan hati, sekaligus meningkatkan wawasan dan kreativitas kalian.

Selamat membaca!

Jakarta, September 2024

**Pak Kapus (Kepala Pusat Perbukuan),
Supriyatno**




Daftar Isi

Buah Roti	1
Umbuk Umbi	6
Aku Mau Coba Makan Sayur	15
Sayur atau Buah?	22
Warna-Warni Ubi	30
Si Raja Buah	36
Super	38
Harta Karun	42
Cangkriman Buah-buahan	46
Buah Bintang	50
Daftar Pustaka	56
Ensklopedia Mini	58
Pelaku Perbukuan	63

An illustration of a boy climbing a large tree with green leaves. A small orange cat is perched on a branch. The background is a soft, colorful sky with clouds and stars.

Buah Roti

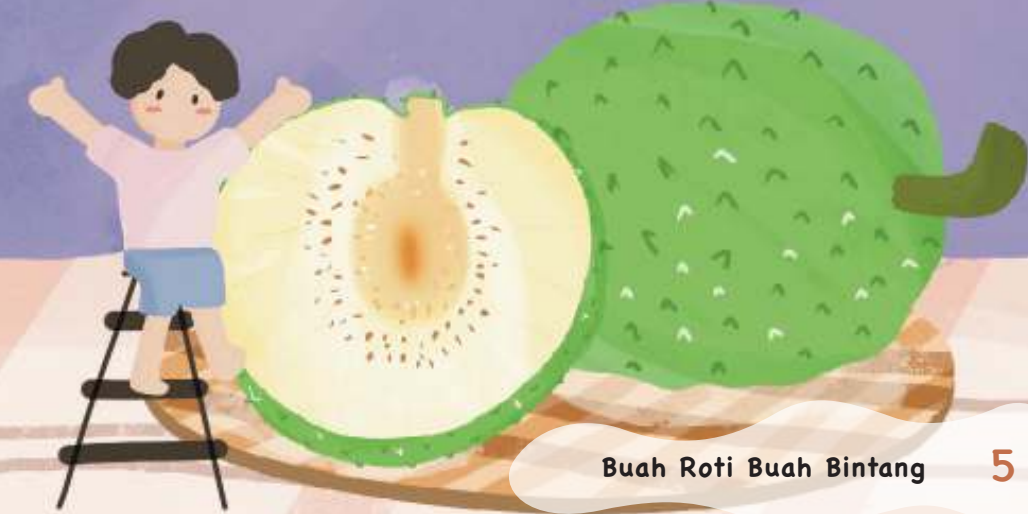
tak ada roti di sini
hanya pohon teramat tinggi
buahnya bulat bergelantungan
inikah dia si buah roti?
mengapa keras sekali?



asal mula dari Nusantara
menyebar hingga penjuru dunia
namanya dari bahasa Jawa
buah tanpa biji artinya



jika dimasak
ia empuk seperti roti
gurih, lembut, enak
buatku ingin lagi
dan lagi





Umbi-umbi

dia jenis umbi-umbian
bernama sama suatu kota

tumbuh tegak batang bercabang
daun dan umbi semua berguna



pati umbi berkualitas tinggi
mengandung fosfor juga zat besi
nyaman bagi lambung
tak bikin perut kembung



olahan jenang, bubur, kue kering ongol-ongol, keripik, juga emping tepungnya bisa gantikan terigu kreasi kue lumpur, bingka, bolu





ini bukanlah umbuk umbi
hanya permainan teka-teki



*Jika tertebak,
Senanglah hati*



Aku Mau Coba Makan Sayur

aku mau coba makan sayur

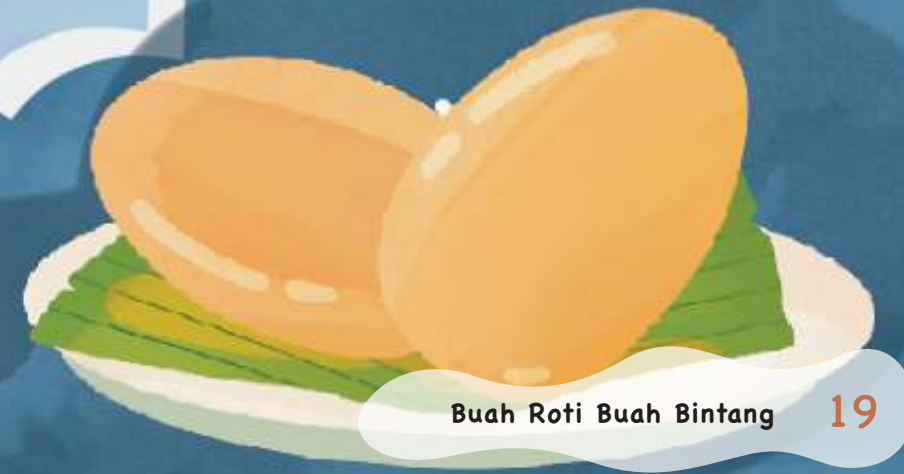


mau coba makan sayur jamur



coba makan sayur jamur semur

makan sayur jamur semur telur



sayur jamur semur telur buatku

berliur!



Sayur atau Buah?

mentimun, timun, ketimun
bentuknya panjang, banyak airnya
dilalap segar, dimasak enak
ini buah atau sayuran?



punya banyak vitamin A
sangat baik untuk mata
si oranye wortel lezat nian
ini buah atau sayuran?



tomat hijau, kuning, merah
diolah jadi berbagai masakan
dimakan langsung enak juga
ini buah atau sayuran?

jagung rumpun biji-bijian
putih, kuning, aneka warna
diolah jadi berbagai panganan
ini buah atau sayuran?

umbi putih segar manis dimakan
dijadikan rujak, manisan, asinan
bengkuang dicampur dalam tekwan
ini buah atau sayuran?



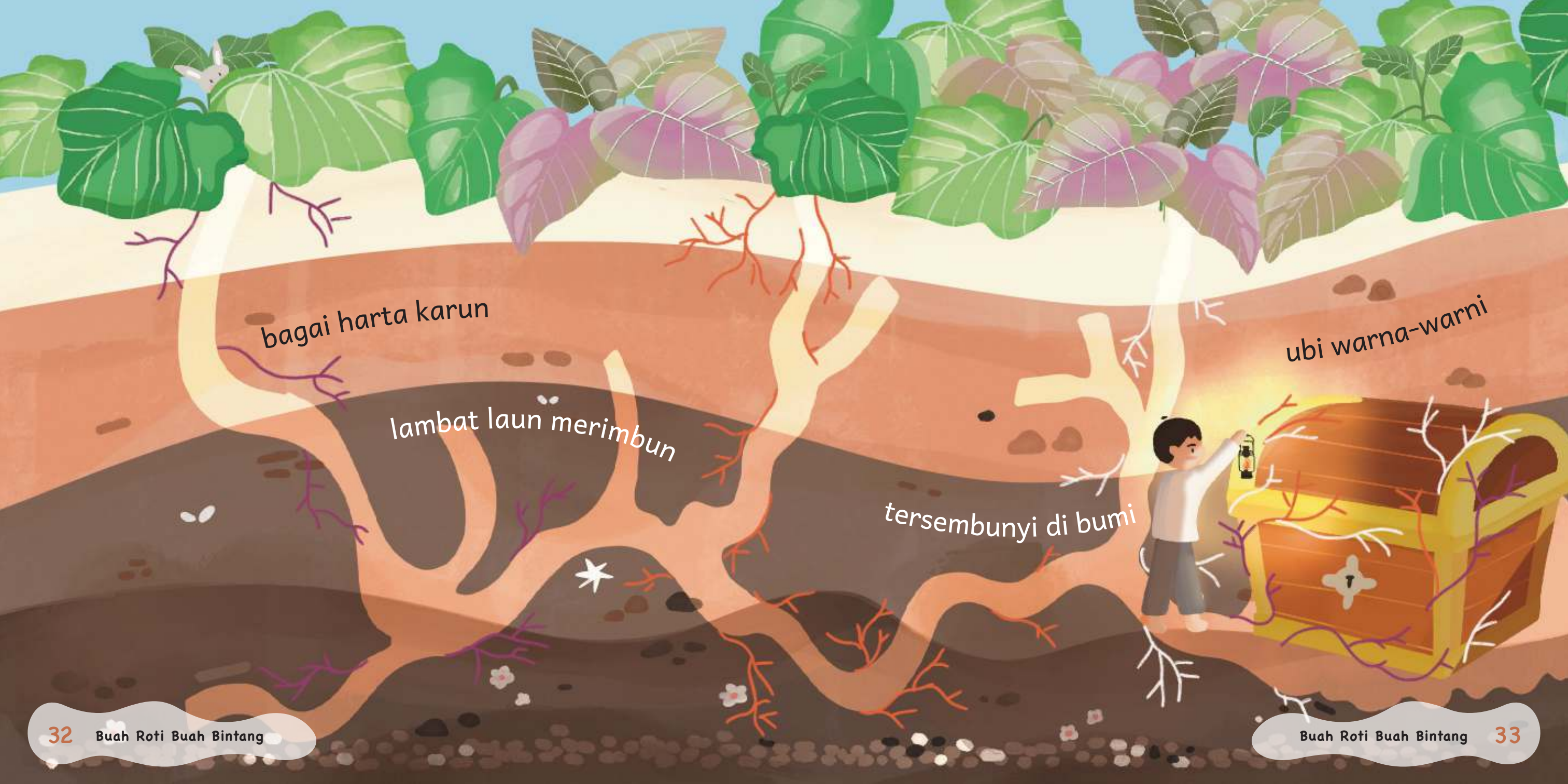
cis, kacang buncis!
ayo tersenyum manis
buncis jenis polong-polongan
ini buah atau sayuran?

akar, batang, daun itu sayuran
buah tumbuh dari biji-bijian
sayuran pun buah-buahan
semuanya akan aku makan



Warna Warni Umbi

sulur menjulur ketela rambut
akar menjalar berakrobat
tumbuh umbi tak terlihat



bagai harta karun

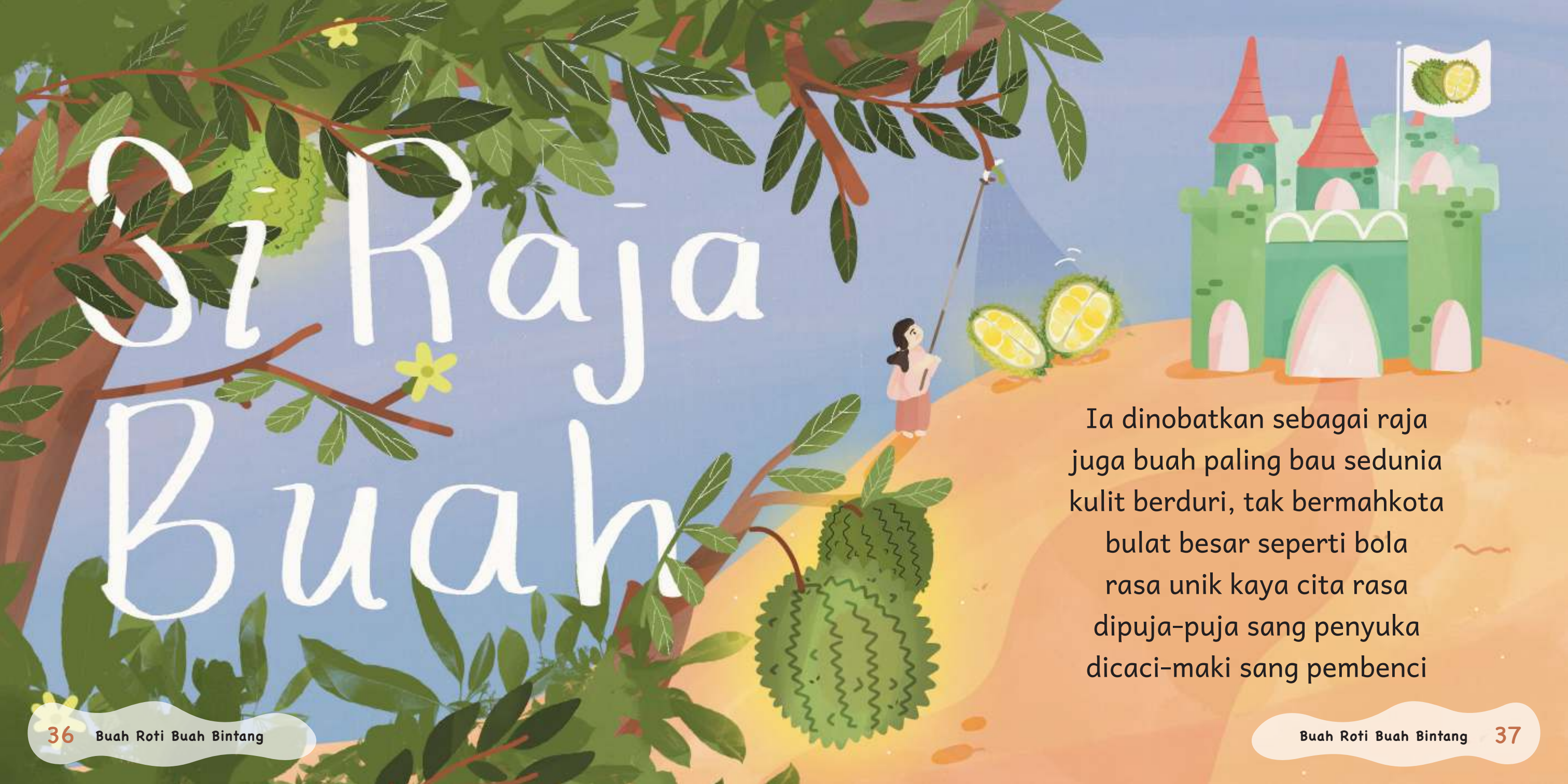
lambat laun merimbun

tersembunyi di bumi

ubi warna-warni

sela jingga secerah sang surya
merah merekah serupa semangka
seputih susu kambing *etawa*
atau warna ketujuh bianglala
mana kau suka?






Sz Raja Buah

Ia dinobatkan sebagai raja
juga buah paling bau sedunia
kulit berduri, tak bermahkota
bulat besar seperti bola
rasa unik kaya cita rasa
dipuja-puja sang penyuka
dicaci-maki sang pembenci

Supper

Superhero?
kurasa iya

Tauge dan tempe
Sukun, ketan hitam
Ikan gabus dan kembung
Daun kelor, bayam, pegagan
Ubi ungu dan cilembu
Manggis dan salak
Juga telur ayam



Tak perlu datang dari seberang negeri
coba tengoklah kanan kiri
cari temukan sekitar sini
Pahlawan pangan
mudah ditemui
sekitar kita
superfood

Harta Karun



Sehari
Seminggu
Sebulan
Setahun
berlalu
Saatnya berburu

Gali
Gali
Gali

Hore, ketemu!

Kutanam ia setahun lalu
bertumbuh bertambah sebesar ini

suwi

Cangkriman Buah-buahan




Pitik walik saba kebon
Ada ayam terbalik di kebun
Buah apa, ya?

Ora mudhun-mudhun
yen ora nggawa mrica sak kanthong
Tidak turun turun
jika tak membawa merica sekantong
Ini apa hayo?


Yen ibune siji anake loro
yen anake siji ibune loro
yen ibune telu ora duwe anak
Kalau ibunya satu, anaknya dua
kalau anaknya satu, ibunya dua
kalau ibunya tiga, tak punya anak
Buah apakah ini?

Buah Bintang





Lihat, lihat!
ada bunga merah muda
berkawan di ujung dahan
Pohon apakah itu?



Buah-buah hijau memukau
berganti warna kuning cerah berkilau
Diiris jadi bintang-bintang kecil
Buah apa itu?



Kres, kres!
Renyahnya saat dimakan
Nyam, nyam!
Manis dan sedikit asam

Daftar Pustaka

Adzani, G.I, dkk. 2018. “Pemanfaatan Tepung Garut Sebagai Substitusi Tepung Terigu Dalam Pembuatan Kue Bingka”. *Jurnal Teknologi Agro-Industri* Volume 5 No.2 November 2018. Kalimantan Selatan: Politeknik Negeri Tanah Laut.

Ambarwati, Ari. 2019. *Nusantara Dalam Piringku (Merayakan Keberagaman Pangan Pokok)*. 2019. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.

Irawan, E.P. 2022. Deskripsi dan Morfologi Tanaman Garut. <https://e-journal.uajy.ac.id/34/3/2BL01046.pdf>.

Juliastuti, Nuraini. 2019. “Pengetahuan Liar: Praktik, Konsep dan Nilai Guna”. *Jurnal Bakudapan* Nomor Dua Tahun 2019 Yang Liar Memberi Harapan. Yogyakarta: Bakudapan.

Noviasari, Santi, dkk. 2023. “Peluang dan Potensi Sukun (*Artocarpus altilis*) Sebagai *Ingredient* Pangan”. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pertanian* E-ISSN: 2614-6053 P-ISSN: 2615-2878 Volume 8, Nomor 1, Febuari 2023. Banda Aceh: Universitas Syiah Kuala.

Qoimah, Jamilatul, dkk. 2021. ”Pengaruh Substitusi Tepung Pati Garut dan Puree Wortel Terhadap Sifat Organoleptik Kue Lumpur”. *Jurnal Tata Boga* Volume 10 No. 2 (2021) 361-372 ISSN: 2301-5012. Surabaya: Universitas Negeri Surabaya.

Rosidah. 2014. “Potensi Ubi Jalar Sebagai Bahan Baku Industri Pangan”. *Teknobuga* Volume 1 Nomor 1 - Juni 2014. Semarang: Universitas Negeri Semarang.

Ensiklopedia Mini



Sukun (*Artocarpus altilis*), berasal dari kepulauan Nusantara sampai Papua, mengikuti migrasi suku-suku Austronesia sekitar 2000 tahun sebelum Masehi. Buah sukun tidak berbiji dan memiliki bagian empuk yang mirip roti setelah dimasak atau digoreng. Oleh karena itu, orang-orang Eropa mengenalnya sebagai “buah roti” atau “*breadfruit*.”



Garut (*Maranta arundinaceae*) merupakan umbi yang bebas gluten, bertekstur lunak, membengkak, berdaging, dan berwarna keputih-putihan. Pati garut secara tradisional digunakan untuk membuat kue-kue dan jajanan pasar. Selain itu, pati garut dipercaya dapat meredakan nyeri lambung.



Ubi jalar (*Ipomoea batatas*), bagian akarnya berbentuk umbi dengan kadar karbohidrat tinggi sehingga mengonsumsi ubi mampu mengembalikan tenaga dengan cepat. Ubi memiliki beberapa varietas dengan karakteristik dan keunggulan masing-masing. Contohnya, ada ubi jalar putih, kuning, merah, ungu, dan lain-lain.



Ikan kembang (*Rastrelliger*) adalah ikan laut bertubuh kecil yang kaya akan kandungan gizinya, terutama asam lemak omega-3 yang sehat bagi tubuh. Di perairan Nusantara ada tiga varietas ikan kembang, yaitu: *Rastrelliger brachysoma*, *Rastrelliger faughni*, dan *Rastrelliger kanagurta*.



Ikan gabus (*Channa striata*) adalah ikan air tawar yang hidup di danau, rawa, sungai, saluran air, hingga sawah. Ikan ini dijuluki gabus karena dagingnya putih, lembut, dan tebal seperti gabus. Ikan gabus kaya akan albumin, protein penting yang bermanfaat untuk penyembuhan luka.



Kelor (*Moringa oleifera*) adalah tumbuhan berumur panjang, berbunga sepanjang tahun, dan tahan kondisi panas ekstrem. Daun kelor memiliki potensi sangat baik untuk melengkapi kebutuhan gizi karena mengandung vitamin, kalsium, protein, asam amino esensial, dan senyawa lainnya.



Pegagan (*Centella asiatica*) adalah tanaman herba liar yang banyak tumbuh di pematang sawah, ladang, kebun, maupun tepi jalan. Ia bisa dimakan segar sebagai sayur lalapan, diolah menjadi teh, dan campuran makanan lainnya. Pegagan bermanfaat sebagai obat tradisional berbagai penyakit. Misalnya, untuk mengobati luka, mencegah demam, mengobati perut kembung, dan meningkatkan sistem imun.



Uwi (*Dioscorea alata*) disebut juga ubi kelapa atau ubi kenduduk. Berasal dari Asia Tenggara, tersebar ke India, Semenanjung Malaya, dan Pasifik. Uwi memiliki rasa yang hambar dengan tekstur umbi pulen.



Pelaku Perbukuan



Belimbing (*Averrhoa carambola*), merupakan buah yang berasal dari Indonesia, India, dan Sri Lanka. Buah belimbing berwarna kuning kehijauan. Jika dipotong, penampang buah belimbing terlihat seperti bintang.



PENULIS
**Joanna
Asterlita
Kristanti**

Buah roti, buah bintang
Baca puisi hati pun riang
Saya Lita dari Yogyakarta
Si perangkai kata jadi cerita
Suka berbagi ceria jua di dunia maya
Sila kunjungi instagram @joannaasterlita ya!



ILUSTRATOR
**Tri Retno
Indaryanti**

Tri Retno Indaryanti, tertarik dengan ilustrasi dan buku anak-anak sejak kecil. Impiannya selalu ingin ilustrasi dari imajinasinya bermanfaat buat banyak orang dan bisa mewarnai hari setiap orang yang melihatnya. Yuk, beri Ia salam lewat instagramnya di @lilsunflows!

Pelaku Perbukuan



EDITOR NASKAH

**M. Aan
Mansyur**

Penulis, penyunting, dan penerjemah yang menyukai fotografi. Tinggal di Maros, Sulawesi Selatan, dan bekerja sebagai direktur Makassar International Writers Festival. Beberapa buku puisinya, antara lain: *Melihat Api Bekerja* (2015), *Tidak Ada New York Hari Ini* (2016), *Waktu yang Tepat untuk Melupakan Waktu* (2021), dan *Memasihkan yang Pernah* (2023). Buku puisinya, *Mengapa Luka Tidak Pisau* (2020), memenangkan penghargaan Kusala Sastra Khatulistiwa 2021 dan Anugerah Sastra Kemendikbudristek 2021.



EDITOR NASKAH

**Adi
Setiawan**

Akrab dipanggil Adi, tumbuh darinyanyian alam semesta, membawa misi untuk menanamkan nilai kebijaksanaan dan pengertian melalui buku-buku karya Pusat Perbukuan. Semangat keluarga dan keceriaan, membuat Adi menjadi seorang pemimpin pasukan dengan 2 anggota supernova. Yuk, sapa Adi di @zandalzapit

Pelaku Perbukuan



EDITOR VISUAL

**Dessy
Rachma W.**

Seorang ilustrator, seniman intermedia dan pengajar kampus seni yang bercita-cita menjadi profesor seni rupa. Ia sangat menyukai buku-buku sejarah, biografi dan menghabiskan banyak waktu untuk menelusuri arti karya-karya seni yang seringkali disebut aneh. Kesibukannya yang banyak dan beragam membuat cukup banyak orang tertarik melihat kesehariannya sebagai pengajar di sebuah kampus seni. Ia juga memaksimalkan instagramnya (@dessyrachms) untuk berbagi pengetahuan seni rupa, mari menjadi teman!



AHLI MATERI

**Maria
Stephanie**

Akrab dipanggil Steffi, adalah seorang pecinta pangan lokal yang juga gemar berkebun. Menyadari bahwa pengetahuan tentang pangan lokal makin berkurang, terutama pada generasi muda, Ia pernah mendampingi atau terlibat sebagai relawan dalam program-program pengarsipan pangan lokal di beberapa komunitas.

Pelaku Perbukuan



DESAINER
**M Harun
Rosyid Ridlo**

Seorang desainer visual sekaligus pengajar desain komunikasi visual yang memiliki minat tinggi pada visualisasi informasi dan *creative thinking*. Keasyikannya menikmati dunia visual dapat disimak di Instagram @harta_harun. Saat ini Ia juga sedang mulai mengembangkan kampanye bijak konsumsi pangan lewat Instagram @bijak_makan.