

PENDAMPINGAN PEMBUATAN BUBUR EKSTRAK SARANG BURUNG WALET UNTUK MENCEGAH STUNTING PADA POSYANDU BAJO KETA DESA LERE NTB

Dea Zara Avila^{1*}, Nur Husnul Khatimah², Alkhair³, Nursani⁴, Muhammad Akbar⁵, Taufik Firmanto⁶, Israjunna⁷

^{1, 2, 3, 4, 5, 6, 7} Universitas Muhammadiyah Bima, Bima, Indonesia

Penulis Korespondensi: deazaraavila07@gmail.com

Article Info	Abstrak
Article History Received: 9 Juni 2024 Revised: 14 Juni 2024 Published: 30 Juni 2024	Pemanfaatan pangan lokal merupakan salah satu cara penanggulangan masalah <i>stunting</i> . Desa Lere merupakan salah satu desa penghasil sarang burung walet dan sarang burung walet bermanfaat mengatasi gizi buruk, meningkatkan daya tahan tubuh dan metabolisme tubuh. Tujuan dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat akan manfaat mengkonsumsi bubur ekstrak sarang burung walet dan dapat di aplikasikan sebagai makanan tambahan pada saat kegiatan posyandu. Metode yang digunakan adalah pelatihan dan penyuluhan tentang manfaat, kandungan gizi serta cara pembuatan bubur sarang burung walet. Peserta dalam pengabdian ini adalah seluruh ibu balita yang hadir dalam kegiatan posyandu. Pengabdian ini dilakukan di Posyandu Bajo Keta Desa Lere Kecamatan Parado Kabupaten Bima Nusa Tenggara Barat pada tanggal 3 Agustus 2023 pukul 09.00 WITA sampai selesai. Hasil dari kegiatan aparat desa, kader posyandu memiliki ketertarikan untuk menjadikan bubur sarang burung walet ini sebagai salah satu makanan tambahan untuk balita di desa tersebut.
Keywords Sarang burung waleet; Bubur; Balita; Posyandu; Stunting;	

PENDAHULUAN

Stunting diketahui menjadi penyebab sekitar 2,2 juta kematian balita di seluruh dunia (Lailiyah *et al.*, 2023). Kondisi gizi balita di Indonesia sangat mengkhawatirkan. Angka prevalensi *stunting* pada tahun 2022 di Indonesia masih cukup tinggi yaitu 21,6% di tengah maraknya program penanggulangan *stunting*. Angka prevalensi di Propinsi Nusa Tenggara Barat, lebih tinggi yaitu 32,7 % serta di Kabupaten Bima sebesar 29,5 % (Kemenkes, 2023). Angka ini masih berada diatas angka standar toleransi maksimal yang ditetapkan WHO (*World Health Organisasi*) yaitu kurang dari 20% (Khoiriyah & Ismarwati, 2023). Desa Lere, Kabupaten Bima memiliki angka prevalensi *stunting* masih tinggi. Masalah stunting merupakan salah satu isu kesehatan masyarakat yang terkait dengan meningkatnya risiko penyakit, kematian, dan hambatan pertumbuhan, baik motorik maupun mental, serta penurunan kemampuan intelektual dan produktivitas. Stunting dapat meningkatkan risiko obesitas dan penyakit degeneratif seperti diabetes, hipertensi, penyakit jantung, stroke, dan kanker, yang pada akhirnya mempengaruhi kualitas sumber daya manusia di masa depan (Lailiyah *et al.*, 2023).

Indonesia juga merupakan salah satu negara di Asia Tenggara yang memiliki satu jenis burung yang unik, yaitu burung walet (*coolocia fushipage*). Burung berbulu coklat ini berkoloni dan memanfaatkan goa-goa untuk berkembang biak. Burung walet memilih goa sebagai tempat

tinggal karena kondisi goa sejuk, lembab, dan gelap. Walet merasa aman dan nyaman, tidur dan bersarang di langit goa yang tinggi. Salah satu keunikan burung walet adalah untuk berkembang biak, walet membuat sarang dengan air liurnya. Sekarang ini, walet tidak hanya menghuni goa, karena bernilai potensi ekonomi tinggi, banyak masyarakat Indonesia yang membangun gedung untuk membudidayakan jenis burung liur mahal ini. Maka, jika berkeliling diseluruh Indonesia, selalu akan dijumpai gedung-gedung sebagai tempat pembudidayaan burung walet (Murtadho et al., 2023).

Desa Lere merupakan salah satu desa penghasil sarang burung walet. Di desa Lere sarang biasanya hanya dijual di pengepul dan jarang di konsumsi maupun di dimanfaatkan oleh masyarakat setempat. Serta harga sarang burung walet yang cukup tinggi, membuat masyarakat lebih memilih menjualnya di bandingkan untuk di konsumsi. Sarang burung walet sendiri bermanfaat untuk mengatasi gizi buruk, meningkatkan daya tahan tubuh, metabolisme tubuh. Sarang walet juga mengandung 17 macam asam amino esensial dan 9 asam amino non esensial oleh karena itu sarang burung walet di kenal dapat menyembuhkan beranekaragam penyakit karena kemampuannya dalam meningkatkan metabolisme dalam tubuh dan memperbaiki anggota organ yang rusak (Mulyadi & Setyawan, 2021).

Selain itu menurut (Wahyuni et al., 2021) sarang burung walet berfungsi sebagai anti inflamasi, aktifitas antivirus, meningkatkan kesehatan jantung dan pembuluh darah, meningkatkan imunitas, efek neuroprotektif (mencegah Neudegeneratif), mencegah diabetes, meningkatkan kekuatan tulang, memperbaiki fungsi saluran pencernaan. Sarang burung walet memiliki kandungan protein sekitar $\pm 59,8\%$ - $65,8\%$, Selain itu, sarang burung walet juga mengandung zat gizi lain seperti kandungan energi, protein, karbohidrat, lemak, mineral, kadar air, kalsium, fosfor, serta zat besi yang bagus untuk pertumbuhan dan perkembangan (Dewi, 2020). Sarang burung walet dapat diolah menjadi makanan dan minuman yang baik untuk kesehatan termasuk bubur ekstrak sarang burung walet (Mulyadi & Setyawan, 2021).

Asam sialik dan glukosamin memiliki peran penting dalam membantu proses penyembuhan luka sehingga berlangsung lebih cepat. Asam sialik dan glukosamin juga berfungsi untuk meningkatkan sistem imun, meningkatkan proses pertumbuhan sel dan merangsang pembentukan sel epitel yang baru. Maka dari itu kandungan sarang burung dapat mendukung proses reepitelisasi yang dapat mempercepat proses penyembuhan dan pembentukan pembuluh darah (Dewi, 2020). Tujuan pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat akan manfaat mengkonsumsi bubur ekstrak sarang burung walet dan dapat diaplikasikan sebagai makanan tambahan pada saat kegiatan posyandu.

METODE

Metode yang digunakan dalam pemberdayaan masyarakat ini adalah metode pelatihan dan penyuluhan tentang manfaat, kandungan gizi dan cara pembuatan bubur ekstrak sarang burung walet. Peserta dalam pengabdian ini adalah seluruh ibu balita yang hadir dalam kegiatan

posyandu. Pengabdian ini dilakukan di Posyandu Bajo Keta Desa Lere Kecamatan Parado Kabupaten Bima Nusa Tenggara Barat pada tanggal 3 Agustus 2023 pukul 09.00 WITA sampai selesai.

1. Persiapan
 - a) Menjelaskan kepada kader posyandu bagaimana manfaat dan kandungan dari sarang burung walet.
 - b) Menyiapkan bahan untuk membuat bubur seperti, kacang hijau, beras ketan hitam, santan kelapa, susu, gula pasir, gula merah, jahe, kayu manis, sarang burung walet, daun pandan, air, dan daun pandan.
2. Pelaksanaan
 - a) Penulis membuat bubur ekstrak sarang burung walet bersama dengan warga dan kader posyandu.
 - b) Melakukan penyuluhan kepada ibu-ibu balita yang datang ke posyandu tentang bagaimana manfaat sarang burung walet dan kandungan gizi sarang burung walet serta menjelaskan bagaimana cara membuat bubur ekstrak sarang burung walet.
3. Evaluasi kegiatan

Penulis menanyakan kembali terkait materi yang diberikan dan menanyakan juga apakah kegiatan pembuatan bubur ekstrak sarang burung walet tetap berlanjut atau tidak .

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) dilaksanakan di Desa Lere Kecamatan Parado, Kabupaten Bima. Kegiatan ini dilakukan untuk menggerakkan pemanfaatan pangan lokal sebagai bahan olahan makanan yang bergizi dan sehat, yang bermanfaat untuk meningkatkan status gizi balita, seperti penurunan dan pencegahan *stunting*. Peserta penyuluhan dan pelatihan pada kegiatan pengabdian Masyarakat masih memiliki pengetahuan dan pemahaman yang minim terkait permasalahan status gizi, serta mereka belum mengetahui dengan jelas manfaat sarang burung walet untuk balita. Minimnya pengetahuan serta melimpahnya sarang burung walet inilah sehingga kegiatan pelatihan dan penyuluhan ini menarik untuk dilakukan. Kegiatan ini diawali dengan melakukan pembuatan bubur ekstrak sarang burung walet bersama dengan kader-kader posyandu di rumah salah satu kader posyandu. Kegiatan ini sangat di apresiasi oleh kepala desa maupun masyarakat desa Lere. Beliau sangat mengharapkan akan adanya kegiatan seperti ini setiap tahunnya.

Selanjutnya, kegiatan dilanjutkan di posyandu, di mana penulis memberikan penyuluhan terkait manfaat dan kandungan gizi dari sarang burung walet serta manfaat bubur ekstrak sarang burung walet untuk kesehatan, terutama bagi balita. Penyuluhan ini bertujuan untuk memberikan pengetahuan kepada masyarakat tentang manfaat sarang burung walet serta mengajak masyarakat untuk bersama-sama menuntaskan masalah gizi yang ada.



Gambar 1. Proses Pembuatan bubur ekstrak sarang burung walet

Berikut Cara pembuatan bubur ekstrak sarang burung walet :

Bahan-bahan

1. 250 gram ketan hitam, cuci bersih, rendam semalam
2. 250 gram kacang hijau, cuci bersih, rendam 2 jam
3. 250 gram gula merah
4. 5 sdm gula putih
5. 1 ruas jahe geprek
6. 1 batang kecil kayu manis
7. 5 lembar daun pandan
8. 500 ml santan kental
9. 2 liter air
10. Sejumput garam
11. 1 bungkus susu kental manis

12. 25 gram Sarang Burung Walet

Cara Pembuatan :

1. Mendidihkan air dua liter. Masukkan ketan hitam, kacang hijau, daun pandan, kayu manis, dan jahe. Merebus selama 15 menit, matikan kompor.
2. Mendinginkan selama 30 menit dalam keadaan panci tertutup. Membuka panci, kalau air kurang, tambahkan sedikit air.
3. Memasukkan gula merah dan gula putih. Rebus kembali selama 10 menit. Mengkoreksi rasa. Dalam panci lain, rebus santan, daun pandan, dan sejumput garam. Aduk terus agar santan tidak pecah sampai mendidih.
4. Meletakkan bubur kacang hijau ketan hitam, tuang santan kental. Siap dihidangkan.

Pada kegiatan KKN Tematik angkatan ke 2 Universitas Muhammadiyah Bima (UMB), mahasiswa juga mengadakan kegiatan “ayo ke posyandu”, mahasiswa diberikan tugas untuk mengajak dan mendampingi masyarakat yang memiliki balita, dari hasil kegiatan ini ada peningkatan kehadiran pada posyandu bulan itu, dari 50 orang (76,9%) pada bulan juli meningkat menjadi 60 orang (92,3%) pada bulan Agustus dengan total sararan sebanyak 65 orang (100%). Penyuluhan tentang manfaat dan kandungan gizi sarang burung sangat diapreseasi oleh masyarakat di Desa Lere, berdasarkan hasil evaluasi akhir, bubur sarang burung walet sudah dijadikan sebagai salah satu makanan pendamping balita di Desa Lere (Gambar 2,3).

Berdasarkan Penelitian terdahulu kandungan Gizi Sarang Burung Walet di setiap Negara adalah sebagai berikut (Wahyuni *et al.*, 2021):

Tabel 1. Kandungan Gizi Sarang Burung Walet Di Setiap Negara

No.	Proksimat	Protein (%)	Karbohidrat (%)	Kadar Air (%)	Abu (%)	Lemak (%)	Sumber
1	Indonesia	65,8	10	10,87	1,5	0,04	(Zainab <i>et al.</i> 2013)
2	Thailand	62,58	29,66	19,82	6,72	0,96	(Saengkrajang <i>et al.</i> 2013)
3	Malaysia	62	27,26	7,5	2,1	0,14	(Marcone 2005)
4	Filipina	-	16	5,58	1,5	0,05	(Zainab <i>et al.</i> 2013)

Hasil penelitian menjelaskan beberapa manfaat sarang burung walet sebagai pangan fungsional. Kelebihan penggunaan sarang burung walet dalam industri makanan yaitu mudah

diaplikasikan, mudah dalam ekstraksi dan mudah dimurnikan. Selain itu, bahan bioaktif fungsional sarang burung walet dapat disesuaikan dengan kebutuhan spesifik terkait dengan gaya hidup yang bermanfaat bagi kesehatan konsumen. Penggunaan sarang burung walet ke dalam produk makanan dapat menjadi alternatif ketersediaan sumber baru bagi pengembangan produk pangan fungsional di masa depan (Wahyuni *et al.*, 2021).



Gambar 2. Penyuluhan tentang manfaat mengkonsumsi bubuk ekstrak sarang burung walet, kandungan gizi sarang burung walet dan manfaat sarang burung walet



Gambar 3. Balita sedang memakan bubuk ekstrak sarang burung walet

KESIMPULAN

Dari hasil pelaksanaan kegiatan ini maka dapat disimpulkan bahwa ibu-ibu kader posyandu dan ibu balita di Desa Lere antusias dan memiliki semangat dalam menerima materi penyuluhan gizi, serta pembuatan bubur ekstrak sarang burung walet merupakan salah satu kegiatan yang di tunggu dan akan di aplikasikan pada sebagai makanan tambahan pada setiap kegiatan posyandu di posyandu Bajo Keta

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih penulis ucapkan kepada Kepala Desa Lere, Kader Posyandu Desa Lere, Masyarakat Desa Lere pada umumnya serta Rektor Universitas Muhammadiyah Bima yang telah mendukung kegiatan ini

DAFTAR PUSTAKA

- Dewi, M. E. (2020). Manfaat Konsumsi Sarang Burung Walet. *Jurnal Kedokteran Ibnu Nafis*, 9(1), 12–16.
- Kemendes. (2023). *Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022*. 1–7.
- Khoiriyah, H., & Ismarwati, I. (2023). Faktor Kejadian Stunting Pada Balita : Systematic Review. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 12(01), 28–40.
<https://doi.org/10.33221/jikm.v12i01.1844>
- Lailiyah, W. N., Tanjung, G. S., Rifqiyyah, Q. Z., Suhaili, S., Zumroh, A., & Maulidah, A. W. M. (2023). Pelatihan Pembuatan Nugget Ikan Dalam Rangka Pencegahan Stunting Di Desa Gintungan Lamongan. *DedikasiMU : Journal of Community Service*, 5(2), 143.
<https://doi.org/10.30587/dedikasimu.v5i2.5669>
- Mulyadi, A., & Setyawan, A. B. (2021). Gambaran Penggunaan Sarang Burung Walet sebagai Suplemen Penambah Selera Makan di Indonesia : Literature Review Tahun 2020. *Jurnal Borneo Student Research*, 2(3), 1880.
- Murtadho, A. T., Rusliani, H., & Rahma, S. (2023). Peran Usaha Walet Dalam Meningkatkan Pendapatan Masyarakat Desa Sumber Agung Kab. Muaro Jambi. *Jurnal Nuansa : Publikasi Ilmu Manajemen Dan Ekonomi Syariah*, 1(3).
- Wahyuni, D. S., Latif, H., Sudarwanto, mirnawati B., & Basri, C. (2021). Ulasan Sarang Burung Walet Sebagai Pangan Fungsional. *Acta VETERINARIA Indonesiana*, 9(3), 201–214.
<https://doi.org/10.29244/avi.9.3.201-214>