

Pengaruh Pemberian Madu Murni Terhadap Peningkatan Produksi ASI Ibu Menyusui Usia 0-6 Bulan di Wilayah Kecamatan Sambu

Antin Setiana¹ Sri Handayani²

Program Studi Sarjana Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas 'Aisyiyah Surakarta, Kota Surakarta, Provinsi Jawa Tengah, Indonesia^{1,2}

Email: 202216004@students.unisa-surakarta.ac.id¹ srihandayani@unisa-surakarta.ac.id²

Abstrak

Latar Belakang: Rendahnya produksi Air Susu Ibu (ASI) dapat menyebabkan kegagalan ASI eksklusif pada bayi usia 0–6 bulan. Salah satu upaya untuk meningkatkannya adalah konsumsi madu murni yang mengandung nutrisi pendukung laktasi. Tujuan: Mengetahui pengaruh pemberian madu murni terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu menyusui bayi usia 0–6 bulan di wilayah Kecamatan Sambu, Kabupaten Boyolali, Jawa Tengah. Metode: Penelitian ini menggunakan desain pre-eksperimental dengan pendekatan *one group pretest- posttest*. Sampel berjumlah 20 responden yang dipilih secara *consecutive sampling*. Intervensi berupa konsumsi madu murni 2 sendok makan selama 7 hari. Produksi ASI diukur sebelum dan sesudah intervensi menggunakan kuesioner, kemudian dianalisis dengan *uji Wilcoxon Signed Rank Test*. Hasil: Sebelum intervensi, produksi ASI berada pada kategori cukup dan kurang. Setelah intervensi, meningkat menjadi kategori baik dan cukup. Terdapat perbedaan signifikan sebelum dan sesudah intervensi ($p = 0,000$; $Z = -4,000$). Kesimpulan: Pemberian madu murni berpengaruh signifikan terhadap peningkatan produksi ASI.

Kata Kunci: Madu Murni, Produksi ASI, Ibu Menyusui, ASI Eksklusif

Abstract

Background: Low breast milk production can contribute to the failure of exclusive breastfeeding among infants aged 0–6 months. One potential effort to increase breast milk production is the consumption of pure honey, which contains nutrients that may support lactation. Objective: To determine the effect of pure honey consumption on increasing breast milk production among breastfeeding mothers with infants aged 0–6 months in the Sambu District, Boyolali Regency, Central Java. Methods: This study employed a pre-experimental design with a one-group pretest–posttest approach. The sample consisted of 20 respondents selected using consecutive sampling. The intervention involved consuming two tablespoons of pure honey daily for seven days. Breast milk production was measured before and after the intervention using a questionnaire and analyzed using the Wilcoxon Signed-Rank Test. Results: Before the intervention, breast milk production was categorized as moderate and low. After the intervention, it improved to good and moderate categories. There was a statistically significant difference in breast milk production before and after the intervention ($p = 0.000$; $Z = -4.000$). Conclusion: The consumption of pure honey had a significant effect on increasing breast milk production among breastfeeding mothers.

Keywords: Pure Honey, Breast Milk Production, Breastfeeding Mothers, Exclusive Breastfeeding



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).

PENDAHULUAN

Air Susu Ibu (ASI) merupakan sumber nutrisi utama bagi bayi pada enam bulan pertama kehidupan. Keberhasilan pemberian ASI eksklusif dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya persepsi atau kondisi produksi ASI yang belum mencukupi. Dalam skripsi, peneliti mencatat bahwa target cakupan ASI eksklusif tahun 2026 adalah minimal 85%, sedangkan rata-rata nasional yang digunakan sebagai latar belakang penelitian sebesar 74,2%. Di Kabupaten Boyolali, keberhasilan ASI eksklusif masih mengalami fluktuasi dan studi pendahuluan peneliti menemukan cakupan ASI eksklusif yang rendah di beberapa wilayah kerja puskesmas, yaitu Banyudono II 18,02%, Wonosegoro I 7,45%, dan Sambu 7,25%. Kondisi tersebut menjadi dasar

pemilihan Wilayah Kecamatan Sambu sebagai lokasi penelitian. Produksi ASI merupakan proses fisiologis yang melibatkan hormon prolaktin dan oksitosin, frekuensi pengosongan payudara, kondisi psikologis, status gizi, istirahat, kesehatan ibu, serta dukungan lingkungan. Skripsi menempatkan madu murni sebagai bahan alami yang berpotensi mendukung kebutuhan energi ibu menyusui. Madu mengandung glukosa dan fruktosa serta berbagai komponen lain seperti vitamin, mineral, enzim dan senyawa antioksidan. Dalam kerangka teori penelitian, ketersediaan energi dan kondisi tubuh yang mendukung dihubungkan dengan optimalisasi proses laktasi.

Acuan penelitian dalam skripsi menunjukkan bahwa konsumsi madu telah diteliti pada ibu menyusui, tetapi karakteristik intervensi dan populasi berbeda. Baroroh dan Maslikhah (2021) meneliti sule honey pada ibu pekerja yang menggunakan pompa ASI dengan desain quasi-experiment pretest-posttest control group. Rahmawati (2021) meneliti kombinasi madu dan wortel, sedangkan Wulandari et al. (2023) meneliti madu pada ibu postpartum dengan desain quasi-experiment posttest-only control group. Penelitian Samsiah et al. (2023) membandingkan madu akasia dan madu multiflora pada ibu menyusui bayi usia 1–3 bulan. Penelitian ini memusatkan perhatian pada madu murni pada ibu menyusui bayi usia 0–6 bulan di Wilayah Kecamatan Sambu. Gap penelitian terletak pada perbedaan bentuk intervensi, karakteristik responden, lokasi, dan rancangan penelitian. Penelitian ini menggunakan madu murni dengan dosis 2 sendok makan (± 20 ml) setiap pagi selama 7 hari pada ibu menyusui bayi usia 0–6 bulan di wilayah yang dalam studi pendahuluan memiliki cakupan ASI eksklusif 7,25%. Kebaruan praktisnya adalah memberikan gambaran penerapan intervensi sederhana di tingkat wilayah kerja puskesmas dan perubahan kategori produksi ASI sebelum dan sesudah intervensi. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui pengaruh pemberian madu murni terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu menyusui bayi usia 0–6 bulan di Wilayah Kecamatan Sambu, Kabupaten Boyolali, Jawa Tengah.

Penelitian Terdahulu yang Relevan

No	Penulis/ Tahun	Judul	Tujuan	Metode	Hasil	Kontribusi dan relevansi
1	Baroroh & Maslikhah (2021)	The Effectiveness of Sule Honey Consumption in Increasing Milk Production for Working Mothers Using Breastfeeding Pump Method	Menilai efektivitas konsumsi sule honey terhadap produksi ASI	Quasi-experiment, pretest-posttest control group	Konsumsi madu dilaporkan meningkatkan produksi ASI	Dasar empiris intervensi madu; penelitian ini memakai madu murni dan ibu menyusui bayi 0–6 bulan di Sambu.
2	Rahmawati (2021)	Pengaruh Kombinasi Madu dan Wortel terhadap Produksi ASI	Menilai pengaruh kombinasi madu dan wortel terhadap ASI	Pre-experiment, one group pretest-posttest	Terdapat perubahan produksi ASI setelah intervensi	Penelitian ini mengisolasi intervensi madu murni tanpa kombinasi wortel.
3	Wulandari et al. (2023)	Efektivitas Pemberian Madu terhadap Produksi ASI pada Ibu Postpartum	Menilai efektivitas madu pada ibu postpartum	Quasi-experiment, posttest-only control group	Madu berhubungan dengan peningkatan produksi ASI	Penelitian terdahulu berfokus pada postpartum awal; penelitian ini mencakup ibu menyusui bayi 0–6 bulan.
4	Samsiah, Indrayani, & Widowati (2023)	Perbandingan Efektivitas Konsumsi Madu Akasia dan Madu Multiflora terhadap ASI pada Ibu	Membandingkan dua jenis madu terhadap ASI	Quasi-experiment, two group pretest-posttest	Konsumsi madu berpengaruh terhadap peningkatan produksi ASI	Mendukung penggunaan madu pada ibu menyusui; penelitian ini menggunakan satu

		Menyusui Bayi Usia 1–3 Bulan				jenis madu murni dan satu kelompok.
5	Astuti, Sari, & Handayani (2021)	Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Produksi ASI pada Ibu Menyusui	Mengidentifikasi faktor yang berkaitan dengan produksi ASI	Observasional analitik	Asupan nutrisi dan frekuensi menyusui berhubungan dengan produksi ASI	Menjelaskan faktor perancu penting yang perlu dipertimbangkan ketika menafsirkan efek madu.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain pre-eksperimen one group pretest-posttest. Pengukuran produksi ASI dilakukan dua kali, yaitu sebelum intervensi (pretest) dan setelah intervensi (posttest), pada kelompok responden yang sama. Penelitian dilaksanakan di Wilayah Kecamatan Sambu, Kabupaten Boyolali, Jawa Tengah, pada bulan Juni 2026. Lokasi penelitian berada pada wilayah pelayanan Puskesmas Sambu yang menaungi 16 desa. Populasi penelitian adalah seluruh ibu menyusui bayi usia 0–6 bulan di wilayah Kecamatan Sambu sebanyak 54 ibu. Sampel berjumlah 20 responden. Teknik sampling yang digunakan adalah non-probability sampling dengan consecutive sampling, yaitu mengambil subjek yang memenuhi kriteria secara berurutan sampai jumlah sampel terpenuhi. Kriteria inklusi dalam skripsi mencakup ibu yang menyusui bayi usia 0–6 bulan, bersedia menjadi responden, dan menandatangani informed consent. Kriteria eksklusi mengikuti ketentuan penelitian yang ditetapkan peneliti.

Intervensi berupa pemberian madu alami sebanyak 2 sendok makan (± 20 ml) yang dikonsumsi setiap pagi selama 7 hari berturut-turut. Pengukuran produksi ASI dilakukan sebelum dan sesudah periode intervensi. Instrumen penelitian berupa identitas ibu dan bayi, pencatatan pemberian madu, lembar observasi, dan kuesioner produksi ASI. Kuesioner terdiri atas 8 butir pertanyaan dengan jawaban Ya/Tidak menggunakan skala Guttman; Ya diberi skor 1 dan Tidak diberi skor 0. Skor dikategorikan menjadi baik (7–8), cukup (4–6), dan kurang (0–3). Instrumen disusun berdasarkan indikator klinis kecukupan ASI dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2022) dan diadaptasi dari Baroroh dan Maslikhah (2021). Pelaksanaan penelitian dimulai dengan penjelasan tujuan dan manfaat penelitian kepada pihak Puskesmas dan responden, penentuan responden sesuai kriteria, informed consent, pengukuran pretest, pemberian madu selama 7 hari, dan pengukuran posttest dengan instrumen yang sama. Data selanjutnya diperiksa, diberi kode, dimasukkan ke SPSS, dibersihkan, dan ditabulasi. Analisis univariat digunakan untuk distribusi frekuensi, persentase, dan ukuran pemusatan. Analisis bivariat menggunakan Wilcoxon Signed Rank Test karena data berskala ordinal dan berpasangan. Nilai $p < 0,05$ dianggap menunjukkan perbedaan yang signifikan. Etika penelitian meliputi informed consent, anonymity, confidentiality, dan justice.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Penelitian melibatkan 20 ibu menyusui bayi usia 0–6 bulan di Wilayah Kecamatan Sambu. Berdasarkan dokumen skripsi, wilayah penelitian memiliki 54 ibu menyusui bayi usia 0–6 bulan dan cakupan ASI eksklusif sebesar 50,5% pada gambaran umum lokasi. Hasil utama penelitian disajikan pada tabel berikut.

Tabel 1. Produksi ASI sebelum pemberian madu murni (pretest)

Kategori	Frekuensi (n)	Persentase	Mean
Baik	2	10,0%	
Cukup	13	65,0%	2,15

Kurang	5	25,0%
Total	20	100%

Sumber: Data primer, tahun 2026

Sebelum intervensi, kategori produksi ASI terbanyak adalah cukup, yaitu 13 responden (65,0%), diikuti kategori kurang 5 responden (25,0%) dan baik 2 responden (10,0%). Mean yang tercantum pada tabel skripsi adalah 2,15.

Tabel 2. Produksi ASI setelah pemberian madu murni (posttest)

Kategori	Frekuensi (n)	Persentase	Mean
Baik	13	65,0%	
Cukup	7	35,0%	1,35
Total	20	100%	

Sumber: Data primer penelitian tahun 2026

Setelah intervensi selama 7 hari, kategori baik meningkat menjadi 13 responden (65,0%), kategori cukup menjadi 7 responden (35,0%), dan kategori kurang tidak ditemukan. Mean yang tercantum pada tabel skripsi adalah 1,35.

Tabel 3. Hasil Wilcoxon Signed Rank Test

Perubahan posttest-pretest	N	Mean Rank	Z	Asymp. Sig. (2-tailed)
Negative Ranks	16	8,50	-4,000	0,000
Positive Ranks	0	0,00		
Ties	4			
Total	20			

Sumber: Hasil olah data SPSS versi 23 pada skripsi

Hasil uji Wilcoxon menunjukkan 16 responden mengalami perubahan skor ke arah peningkatan kategori produksi ASI, tidak ada responden yang mengalami perubahan ke arah sebaliknya, dan 4 responden memiliki skor yang tetap. Nilai $Z = -4,000$ dengan $p = 0,000$ ($p < 0,05$), sehingga terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil sebelum dan sesudah pemberian madu murni.

Pembahasan

Pada kondisi awal, mayoritas responden berada pada kategori produksi ASI cukup (65,0%) dan masih terdapat 25,0% yang berada pada kategori kurang. Temuan ini sesuai dengan uraian skripsi bahwa beberapa ibu mengalami kelelahan karena merawat bayi dan pekerjaan rumah tangga, berkurangnya waktu istirahat akibat bayi menyusui pada malam hari, serta kekhawatiran mengenai kecukupan ASI. Faktor-faktor tersebut relevan karena produksi dan pengeluaran ASI dipengaruhi oleh kondisi hormonal, frekuensi menyusui, status gizi, kondisi psikologis, istirahat, dan dukungan lingkungan. Setelah pemberian madu murni 2 sendok makan (± 20 ml) setiap pagi selama 7 hari, proporsi kategori baik meningkat dari 10,0% menjadi 65,0%, sedangkan kategori kurang tidak lagi ditemukan. Perubahan tersebut merupakan temuan utama penelitian dan menunjukkan adanya pergeseran kategori produksi ASI ke arah yang lebih baik setelah periode intervensi. Mean yang dicantumkan dalam skripsi juga berubah dari 2,15 pada pretest menjadi 1,35 pada posttest; arah perubahan angka tersebut harus dibaca sesuai sistem pengkodean kategori instrumen yang digunakan peneliti, bukan sebagai volume ASI dalam mililiter.

Pada penelitian menjelaskan bahwa madu mengandung glukosa, fruktosa, vitamin, mineral, enzim, dan antioksidan yang dapat menyediakan energi bagi ibu menyusui. Ketersediaan energi yang cukup mendukung metabolisme tubuh, sementara proses laktasi

sendiri melibatkan prolaktin dalam sintesis ASI dan oksitosin dalam pengeluaran ASI. Dengan demikian, madu diposisikan dalam penelitian sebagai bahan pangan pendukung, bukan sebagai pengganti praktik menyusui yang efektif, pemenuhan gizi seimbang, istirahat, atau konseling laktasi. Hasil penelitian sejalan dengan penelitian Baroroh dan Maslikhah (2021) yang digunakan dalam skripsi dan melaporkan peningkatan produksi ASI setelah konsumsi sule honey. Penelitian Samsiah et al. (2023) juga dilaporkan menunjukkan pengaruh konsumsi madu terhadap produksi ASI. Temuan penelitian ini berbeda dari penelitian terdahulu terutama pada jenis madu, karakteristik responden, lokasi, dan desain. Penelitian ini menggunakan satu kelompok ibu menyusui bayi 0–6 bulan dan tidak menggunakan kelompok kontrol. Secara statistik, $p = 0,000$ menunjukkan perbedaan yang signifikan antara pretest dan posttest pada kelompok penelitian. Namun, hasil tersebut perlu ditafsirkan secara hati-hati. Karena desain one group pretest-posttest tidak memiliki kelompok kontrol, perubahan produksi ASI tidak dapat dipastikan seluruhnya disebabkan oleh madu. Faktor seperti frekuensi menyusui, asupan nutrisi, istirahat, kondisi psikologis, dukungan keluarga, dan perubahan alami selama masa menyusui dapat ikut berperan. Selain itu, produksi ASI diukur menggunakan kuesioner berbasis indikator klinis, sehingga hasilnya bukan pengukuran volume ASI secara langsung.

KESIMPULAN

Penelitian pada 20 ibu menyusui bayi usia 0–6 bulan di Wilayah Kecamatan Sambi menunjukkan bahwa sebelum pemberian madu murni sebagian besar produksi ASI berada pada kategori cukup (65,0%), sedangkan setelah intervensi sebagian besar berada pada kategori baik (65,0%) dan kategori kurang tidak lagi ditemukan. Uji Wilcoxon Signed Rank Test menghasilkan 16 negative ranks, 0 positive ranks, 4 ties, $Z = -4,000$ dan $p = 0,000$ ($p < 0,05$), sehingga terdapat perbedaan yang signifikan antara produksi ASI sebelum dan sesudah pemberian madu murni. Temuan ini mendukung potensi madu murni sebagai intervensi pendukung dalam peningkatan produksi ASI, tetapi belum dapat membuktikan efek kausal secara penuh karena tidak terdapat kelompok kontrol. Keterbatasan penelitian meliputi desain satu kelompok tanpa kontrol, waktu pengamatan yang singkat, penggunaan kuesioner/observasi yang masih memungkinkan subjektivitas, serta kepatuhan konsumsi madu yang tidak dapat dipantau secara penuh. Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan kelompok kontrol, jumlah sampel lebih besar, periode pengamatan lebih panjang, pengendalian faktor perancu, dan pengukuran produksi ASI yang lebih objektif serta kuantitatif.

Kebaruan penelitian ini terletak pada pengujian konsumsi madu murni sebagai intervensi nutrisi sederhana untuk mendukung peningkatan produksi Air Susu Ibu (ASI) pada ibu menyusui bayi usia 0–6 bulan dalam konteks komunitas, khususnya di wilayah Kecamatan Sambi, Kabupaten Boyolali. Berbeda dengan penelitian mengenai peningkatan produksi ASI yang lebih banyak mengevaluasi intervensi farmakologis, herbal tertentu, teknik laktasi, atau dukungan menyusui, penelitian ini mengeksplorasi potensi madu murni sebagai pendekatan berbasis pangan yang mudah diperoleh dan berpotensi diterapkan dalam pelayanan kesehatan ibu dan anak di tingkat komunitas. Peningkatan kategori produksi ASI setelah pemberian madu murni selama tujuh hari, disertai perbedaan yang signifikan secara statistik ($p < 0,001$), memberikan bukti empiris awal mengenai potensi intervensi tersebut dalam mendukung produksi ASI. Dengan demikian, penelitian ini berkontribusi pada pengembangan pendekatan nutrisi komplementer yang sederhana dan berbasis komunitas untuk mendukung keberhasilan menyusui, sekaligus membuka peluang penelitian lanjutan dengan desain eksperimental yang lebih kuat untuk mengonfirmasi efektivitas dan mekanisme biologis madu dalam mendukung laktasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Alimoradi, Z., Lotfi, M., Lin, C. Y., Griffiths, M. D., & Pakpour, A. H. (2023). Work-related factors and breastfeeding continuation: A systematic review and meta-analysis. *International Breastfeeding Journal*, 18(1), 34.
- Alvarez-Suarez, J. M., Gasparotto, L., & Giampieri, F. (2021). The role of antioxidants in honey and its health benefits. *Antioxidants*, 10(5), 693.
- Anjum, S. I., Khan, N. A., & Rauf, K. (2022). Nutritional and therapeutic potential of honey. *Journal of Food Science and Technology*, 1234–1245.
- Astuti, R., Sari, D., & Handayani, S. (2021). Faktor-faktor yang mempengaruhi produksi ASI pada ibu menyusui. *Jurnal Kesehatan Ibu dan Anak*, 89–97.
- Baroroh, I., & Maslikhah, S. (2021). Efektivitas konsumsi Sule honey terhadap peningkatan produksi ASI bagi ibu pekerja yang menggunakan metode pompa ASI. *Jurnal Kebidanan dan Kesehatan*, 8(3), 210–218.
- Dinas Kesehatan Kabupaten Boyolali. (2026). Profil kesehatan Kabupaten Boyolali 2023. Dinas Kesehatan Boyolali.
- Fadhilah, N., Suryani, D., & Handayani, R. (2023). Hubungan frekuensi menyusui dengan kecukupan ASI pada bayi usia 0–6 bulan. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 14(2), 87–95.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). Pedoman pemberian ASI eksklusif. Kementerian Kesehatan RI.
- Laksono, A. D., Wulandari, R. D., Ibad, M., & Kusri, I. (2021). The effects of mother's education on achieving exclusive breastfeeding in Indonesia. *BMC Public Health*, 21(14), 1–9.
- Mardhiah, A., Fitriani, R., & Sari, M. (2023). Hubungan asupan nutrisi dengan produksi ASI pada ibu menyusui. *Jurnal Kesehatan Ibu dan Anak*, 17(2), 102–109.
- Nurhayati, S., Anggraini, R., & Lestari, P. (2024). Hubungan frekuensi menyusui dengan produksi ASI pada ibu nifas. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 18(1), 67–74.
- Pattiha. (2021). Desain quasi-eksperimen dalam penelitian kebidanan. *Jurnal Metodologi Penelitian Kesehatan*, 78–85.
- Rahmawati. (2021). Pengaruh kombinasi madu dan wortel terhadap produksi ASI. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 134–142.
- Samsiah, Indrayani, & Widowati. (2023). Perbandingan efektivitas konsumsi madu akasia dan madu multiflora terhadap ASI pada ibu menyusui bayi usia 1–3 bulan.
- Wulandari et al. (2023). Efektivitas pemberian madu terhadap produksi ASI pada ibu postpartum.