

e-ISSN: 2964-0849
Vol.5 No.1 November 2026
DOI :https://doi.org/10.59585/bajik

Barongko
Jurnal Ilmu Kesehatan

Efektivitas Infus Jahe Merah Kombinasi Madu Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Nifas Primipara Di Klinik Bd. Sriwanti, S.Keb Tahun 2026

The Effectiveness of a Red Ginger and Honey Infusion on Breast Milk Production in Primiparous Postpartum Mothers at the Clinic of Midwife Sriwanti, S.Keb, in 2026

Bayu Larasati Wulandari*, Nurmala Sari, Dwi Feni Pebriani
**Program Studi Kebidanan, Universitas Putra Abadi Langkat*

wulandaribayularasati@gmail.com*

Resive : 22 Oktober 2026 *Revised : 26 Oktober 2026* *Accept: 27 Oktober 2026* *Publish: 29 Oktober 2026*

Abstract

Introduction: The postpartum period (puerperium) begins after the delivery of the placenta and concludes when the reproductive organs return to their pre-pregnancy state. This process lasts approximately 6 weeks; by the end of the first week, the uterus, for instance, will have shrunk to a weight of about 500 grams. One potential complication during this period is postpartum hemorrhage. Objective: To determine the effectiveness of a red ginger infusion combined with honey on breast milk production among primiparous postpartum mothers at the clinic of Midwife Sriwanti, S.Keb., in 2026. Methods: This study employs a quantitative research approach with a quasi-experimental design, specifically a one-group pretest-posttest design. In this design, the researcher measures breast milk production before the intervention (pretest), administers the red ginger and honey infusion over a period of 7 days, and subsequently measures breast milk production again (posttest). Results: The study includes 30 respondents. Regarding age distribution, the majority (n=29; 96.7%) are between 20–35 years old, while one respondent (3.3%) is under 20 years old. In terms of education, the majority (n=24; 80.0%) completed high school, followed by 6 respondents (20.0%) with a diploma (D3) degree. Regarding employment status, 28 respondents (93.3%) are homemakers, and 2 respondents (6.7%) are self-employed. Based on the postpartum day, 16 respondents (53.3%) are on their second day postpartum, 7 respondents (23.3%) are on their first day, and 7 respondents (23.3%) are on their third day. Conclusion: There is a significant difference in breast milk volume before and after the administration of a red ginger and honey infusion; therefore, this infusion is effective in increasing breast milk volume among primiparous postpartum mothers at the clinic of Midwife Sriwanti, S.Keb., in 2026.

***Keywords**: Effectiveness, Red Ginger Infusion, Honey Combination, Breast Milk Production, Primiparous Postpartum Mothers*

Abstrak

Pendahuluan: Masa Nifas atau postpartum adalah masa dimulai setelah pasenta keluar dan berakhir ketika alat-alat kandungan kembali seperti keadalan seperti semula. Akan berangsung selama kira-kira 6 minggu akan mengecil sehingga pada akhirnya minggu pertama masa nifas beratnya kira-kira 500 gram dan salah satu masalah selama masa Nifas adalah perdarahan post partum. Tujuan: Untuk mengetahui efektivitas infus jahe merah kombinasi madu terhadap Produksi Asi Pada Ibu Nifas Primipara Di Klinik Bd. Sriwanti, S.Keb tahun 2026. Metode: Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan desain Quasi Experimental menggunakan One Group Pretest-Posttest Design. Pada desain ini peneliti melakukan pengukuran produksi ASI sebelum diberikan intervensi berupa infus jahe merah kombinasi madu (pretest), kemudian memberikan intervensi selama 7 hari, selanjutnya melakukan pengukuran kembali produksi ASI setelah intervensi (posttest). Hasil: diketahui bahwa responden dalam penelitian ini berjumlah 30 responden. Dilihat dari distribusi usia, mayoritas responden berusia 20–35 tahun sebanyak 29 responden (96, 7%) dan diikuti usia <20 tahun sebanyak

Author@ This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution 4.0 International License https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/



e-ISSN: 2964-0849
Vol.5 No.1 November 2026
DOI :https://doi.org/10.59585/bajik

Barongko
Jurnal Ilmu Kesehatan

1 responden (33,3%). Berdasarkan pendidikan, mayoritas responden berpendidikan SMA sebanyak 24 responden (80,0%), diikuti D3 sebanyak 6 responden (20,0%) .Berdasarkan Status bekerja responden yang menjadi IRT sebanyak 28 Responden (93,3 %) , dan status wiraswasta sebanyak 2 Responden (6,7%). Dan berdasarkan Hari Nifas responden di dapatkan jumlah Responden dengan hari ke 2 sebanyak 16 responden (53,3%) , diikuti hari 1 jumlah responden sebanyak 7 responden (23,3%) , dan hari ke 3 nifas sebanyak 7 responden (23.3%). Kesimpulkan: terdapat perbedaan yang signifikan antara volume ASI sebelum dan sesudah pemberian infus jahe merah kombinasi madu, sehingga pemberian infus jahe merah kombinasi madu efektif meningkatkan volume ASI pada ibu nifas primipara di Klinik Bd. Sriwanti, S.Keb Tahun 2026.

Kata Kunci: Efektivitas, Infus Jahe Merah, Kombinasi Madu, Produksi ASI, Ibu Nifas Primipara

Penulis Korespondensi: Bayu Larasati Wulandari

I. PENDAHULUAN

Masa nifas merupakan masa yang dimulai setelah plasenta lahir dan berakhir ketika organ reproduksi kembali seperti keadaan sebelum hamil yang berlangsung sekitar 6 minggu. Pada masa ini terjadi perubahan fisiologis dan psikologis. Perubahan fisiologis yang mendasar adalah kembalinya ukuran dan fungsi organ tubuh seperti kondisi sebelum hamil, perubahan sistem endokrin, perubahan sistem tubuh lainnya dan mulainya proses laktasi. Sedangkan pada perubahan psikologis terjadi karena proses adaptasi peran baru sebagai ibu pada beberapa minggu atau bulan pertama setelah melahirkan. Ibu akan mampu menjalani perubahan yang terjadi apabila adanya dukungan atau motivasi dari suami, keluarga dan tenaga kesehatan (Hoff et al., Dkk, 2022).

Air Susu Ibu (ASI) merupakan makanan terbaik untuk bayi karena mengandung zat gizi paling sesuai untuk pertumbuhan dan perkembangannya. Menyusui adalah salah satu fondasi kesehatan, perkembangan dan juga merupakan kunci dalam strategi pembangunan berkelanjutan pascapandemi. Secara global, peningkatan pemberian ASI dapat menyelamatkan lebih dari 820.000 anak setiap tahunnya serta dapat menjadi salah satu strategi yang hemat biaya dalam mempercepat pengurangan stunting di Indonesia dan negara-negara berpenghasilan menengah ke bawah lainnya dengan pemberian ASI eksklusif (Hadi et al., WHO, 2021).

ASI eksklusif sangat bermanfaat bagi bayi, pemberian ASI eksklusif dapat mengurangi kematian pada bayi karena ASI mengandung kolostrum yang kaya akan antibody dimana mengandung protein untuk daya tahan tubuh dan bermanfaat untuk mematikan kuman dalam jumlah tinggi. ASI juga mengandung enzim tertentu yang berfungsi sebagai Zat penyerapan yang tidak akan mengganggu enzim lain di usus. Susu formula tidak mengandung enzim-enzim tersebut sehingga penyerapan makan sepenuhnya mengandung enzim-enzim tersebut sehingga penyerapan makan sepenuhnya mengandalkan enzim yang terdapat di dalam bayi (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia 2021).

Meskipun manfaat ASI sangat besar dan sudah ada rekomendasi global, cakupan ASI eksklusif di Indonesia tahun 2023 baru mencapai 66,4%, masih di bawah target Kemenkes 80% dan target global WHO 70% (Kemenkes RI, 2023). Data SDKI 2022 menyebutkan salah satu penyebab kegagalan ASI eksklusif adalah produksi ASI yang kurang pada minggu pertama nifas, terutama pada ibu primipara sebesar 68,5%. Di Provinsi Sumatera Utara, angka ASI eksklusif lebih rendah yaitu 54,2% (Dinkes Sumut, 2023). Kondisi lebih buruk ditemukan di Kabupaten Asahan dimana 31,4% bayi usia 0-2 bulan mengalami gagal tumbuh dengan kenaikan berat badan <500 gram/bulan (Dinkes Asahan, 2022). Penyebab dominan 67% adalah produksi ASI kurang pada minggu pertama nifas. Data Riskesdas 2018 juga menunjukkan 37,3% ibu berhenti menyusui sebelum 6 bulan karena merasa ASI kurang (Kemenkes RI, 2022)

Produksi ASI kurang pada minggu pertama nifas disebabkan oleh berbagai faktor multifaktorial. Faktor fisiologis meliputi keterlambatan laktogenesis II akibat sectio caesarea, perdarahan postpartum >500ml, retensi

e-ISSN: 2964-0849
Vol.5 No.1 November 2026
DOI :https://doi.org/10.59585/bajik

Barongko
Jurnal Ilmu Kesehatan

sisa plasenta, atau diabetes gestasional. Faktor psikologis seperti kecemasan, stres, kurang percaya diri, depresi postpartum, dan nyeri afterpains pada ibu primipara dapat menghambat refleks let-down sehingga produksi ASI menurun 30-40% pada minggu pertama (Stuebe et al., 2021). Kadar kortisol yang tinggi akibat stres terbukti menekan sekresi oksitosin dan prolaktin (Chen et al., 2022). Faktor teknis meliputi perlekatan menyusui yang tidak efektif, frekuensi menyusui kurang dari 8-12 kali per hari, durasi menyusui singkat, dan manajemen laktasi yang tidak tepat. Faktor sosio-kultural meliputi kurangnya dukungan suami dan keluarga, mitos makanan pantangan selama nifas, pemberian makanan prelakteal seperti madu, pisang, atau air tajin, serta pengaruh promosi susu formula (WHO 2023)

Dampak produksi ASI kurang sangat serius bagi bayi dan ibu. Bagi bayi dapat menyebabkan dehidrasi, hiperbilirubinemia, hipoglikemia, penurunan berat badan >10% dari berat lahir, gagal tumbuh, dan peningkatan risiko rawat inap ulang (Academy of Breastfeeding Medicine, 2020). Bagi ibu dapat menimbulkan rasa bersalah, cemas, depresi, dan penghentian menyusui dini. Secara program dapat menggagalkan target penurunan stunting dan peningkatan ASI eksklusif. Oleh karena itu diperlukan intervensi non-farmakologis yang aman, murah, mudah diakses, dan sesuai budaya lokal untuk mengatasi masalah tersebut. WHO 2023 menegaskan intervensi berbasis herbal lokal direkomendasikan untuk atasi ASI kurang di negara berkembang karena ketersediaan tinggi, biaya rendah, dan penerimaan budaya baik (WHO 2023)

Penanganan yang diberikan tenaga kesehatan untuk memperbanyak produksi ASI pada ibu menyusui saat ini sangat beragam seperti konseling, pijat oksitosin, perawatan payudara hingga mengkosumsi makanan yang mengandung galactogue salah satunya adalah kosumsi jahe, kandungan galactogue pada jahe dapat membantu merangsang, mempertahankan atau meningkatkan produksi air susu ibu (ASI) (Aryanti, dkk. 2023).

Salah satu herbal galaktagog yang banyak digunakan masyarakat Indonesia adalah jahe. Jahe merupakan tanaman famili Zingiberaceae yang rimpangnya mengandung senyawa bioaktif. Jahe merah memiliki kadar minyak atsiri 2,58-3,90% dan oleoresin 3% yang 2-3 kali lebih tinggi dari jahe putih atau jahe emprit (Farmakope Herbal Indonesia, 2020). Kandungan utama jahe merah adalah senyawa fenolik yaitu -gingerol, shogaol, zingeron, paradol, dan zingiberen (Ahkam et al., 2020). Gingerol dan shogaol bermanfaat sebagai galaktagog yang bekerja dengan meningkatkan sekresi hormon prolaktin dari kelenjar hipofisis anterior melalui stimulasi reseptor dopamin D2 (Paritakul et al., 2016). Prolaktin merupakan hormon utama dalam proses laktogenesis untuk sintesis ASI di sel epitel alveoli payudara. Selain itu efek termogenik dari minyak atsiri jahe merah menyebabkan vasodilatasi pembuluh darah perifer sehingga aliran darah ke kelenjar mamae lancar dan mengoptimalkan suplai nutrisi, oksigen, dan hormon untuk pembentukan ASI (Aryanti et al., 2023).

Selain jahe, madu juga berpotensi mendukung laktasi. Madu adalah cairan alami yang dihasilkan lebah dari nektar bunga atau sekresi tanaman yang dikumpulkan, diubah, dan disimpan dalam sarang lebah (Codex Alimentarius, 2020). Kandungan utama madu terdiri dari karbohidrat 80% berupa fruktosa 38,5% dan glukosa 31%, air 17,1%, serta komponen minor seperti asam amino, vitamin B kompleks, vitamin C, mineral kalsium, kalium, magnesium, enzim diastase, invertase, dan senyawa fenolik flavonoid dan asam fenolik (Farmakope Herbal Indonesia, 2020). Madu mengandung fruktosa dan glukosa yang mudah diserap sebagai sumber energi instan untuk mencegah kelelahan ibu menyusui (Eteraf-Oskouei & Najafi, 2022). Kelelahan merupakan salah satu faktor penghambat produksi ASI karena menurunkan frekuensi menyusui dan mengganggu sekresi oksitosin. Kandungan vitamin B1, B2, B6 pada madu berperan sebagai koenzim dalam metabolisme karbohidrat dan protein untuk pembentukan ASI (Kumar et al., 2019).

Kombinasi madu dengan herbal galaktagog terbukti meningkatkan palatabilitas dan kepatuhan konsumsi hingga 92% karena rasa pedas dan hangat jahe dapat ditoleransi dengan manisnya madu (Budiman et al., 2021). Madu bersifat laktogenik karena kandungan vitamin B kompleksnya membantu metabolisme pembentukan ASI (Kumar et al., 2019). Sifat antiinflamasi dan antibakteri madu efektif mempercepat penyembuhan luka perineum dan luka puting susu pada ibu menyusui (Kementerian Kesehatan RI, 2023). Studi Nasution 2022 di Puskesmas

e-ISSN: 2964-0849
Vol.5 No.1 November 2026
DOI :https://doi.org/10.59585/bajik

Barongko
Jurnal Ilmu Kesehatan

Kota Tanjungbalai menunjukkan kombinasi madu dengan herbal galaktagog meningkatkan produksi ASI 62% dan kenaikan berat badan bayi 0-1 bulan mencapai 850 gram dibanding kelompok tanpa madu hanya 620 gram p=0.002. WHO 2021 menggolongkan madu sebagai pangan fungsional yang aman dikonsumsi ibu menyusui untuk memenuhi kebutuhan energi dan mempercepat pemulihan masa nifas (WHO, Nasution 2022).

II. METODE

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan desain Quasi Experimental menggunakan One Group Pretest-Posttest Design. Desain ini digunakan untuk mengetahui efektivitas pemberian infus jahe merah kombinasi madu terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu nifas primipara di Klinik Bd. Sriwanti, S.Keb Tahun 2026. Penelitian ini dilaksanakan di Klinik Bd. Sriwanti, S. Keb. Penelitian dilaksanakan pada bulan Maret sampai Juni Tahun 2026. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu nifas primipara yang berada di Klinik Bd. Sriwanti, S.Keb bulan Maret–Juni Tahun 2026 sebanyak 30 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan Total Sampling, yaitu seluruh anggota populasi dijadikan sampel penelitian. Jumlah sampel sebanyak 30 responden. Menurut Sugiyono (2021), apabila jumlah populasi kurang dari 100 orang maka seluruh populasi dapat dijadikan sampel penelitian.

Instrumen yang digunakan adalah Lebar identitas responden. Lebar observasi pemberian infus jahe merah kombinasi madu. Lembar observasi produksi ASI. Buku pencatatan hasil observasi. Uji coba kuesioner dilakukan pada 30 ibu nifas primipara di luar sampel penelitian namun memiliki karakteristik yang sama. (Sugiyono 2021) Validitas instrument dilakukan melalui expert judgement oleh 2 dosen kebidanan dan 1 praktisi laktasi. Validitas konstruk diuji dengan Pearson Product Moment. Butir dinyatakan valid jika r-hitung > r-tabel dengan df=28, α=0,05.(0)(361)(Sugiyono 2021) Uji reliabilitas menggunakan Cronbach's Alpha karena data berskala ordinal. Kuesioner dinyatakan reliabel jika nilai α > 0,60.(Sugiyono 2021) Karena data produksi ASI diperoleh dalam bentuk skor ordinal, maka analisis statistic yang digunakan adalah Uji Wilcoxon Signed Rank Test untuk membandingkan skor produksi ASI sebelum dan sesudah pemberian infus jahe merah kombinasi madu.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Hasil

Tabel 1 Distribusi Frekuensi dan Presentase Responden berdasarkan Karakteristik Ibu Nifas Primipara di Klinik Bd. Sriwanti, S.Keb Tahun 2026

Karakteristik	F	Presentase(%)
Usia Ibu		
<20 Tahun	1	33,3%
20-35 Tahun	29	96,7%
>35 Tahun	0	6,7%
Pendidikan		
SD	0	0,0%
SMP	0	0,0%
SMA	24	80,0%
D3	6	20,0%
Status Bekerja		
IRT	28	93.3 %
Wiraswasta	2	6,7%

e-ISSN: 2964-0849
Vol.5 No.1 November 2026
DOI :https://doi.org/10.59585/bajik

Barongko
Jurnal Ilmu Kesehatan

Hari Nifas		
Hari 1	7	23,3%
Hari 2	16	53,3%
Hari 3	7	23.3 %

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa responden dalam penelitian ini berjumlah 30 responden. Dilihat dari distribusi usia, mayoritas responden berusia 20–35 tahun sebanyak 29 responden (96, 7%) dan diikuti usia <20 tahun sebanyak 1 responden (33,3%). Berdasarkan pendidikan, mayoritas responden berpendidikan SMA sebanyak 24 responden (80,0%), diikuti D3 sebanyak 6 responden (20,0%) .Berdasarkan Status bekerja responden yang menjadi IRT sebanyak 28 Responden (93,3 %) , dan status wiraswasta sebanyak 2 Responden (6,7%). Dan berdasarkan Hari Nifas responden di dapatkan jumlah Responden dengan hari ke 2 sebanyak 16 responden (53,3%) , diikuti hari 1 jumlah responden sebanyak 7 responden (23,3%) , dan hari ke 3 nifas sebanyak 7 responden (23.3%).

Tabel 2 Distribusi Volume ASI Sebelum Pemberian Infus Jahe Merah Kombinasi Madu pada Ibu Nifas Primipara di Klinik Bd. Sriwanti, S.Keb Tahun 2026 (n = 30)

Volume ASI Sebelum (mL)	Frekuensi (f)	Persentase (%)
155–164	4	13,3
165–174	11	36,7
175–184	10	33,3
185–194	5	16,7
Total	**30**	**100,0**

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Volume ASI Sebelum	30	155	190	173.00	9.950

Berdasarkan Tabel 2 diketahui bahwa sebelum pemberian infus jahe merah kombinasi madu, sebagian besar responden memiliki volume ASI 165–174 mL, yaitu sebanyak 11 responden (36,7%). Selanjutnya, sebanyak 10 responden (33,3%) memiliki volume ASI 175–184 mL, 5 responden (16,7%) memiliki volume ASI 185–194 mL, dan 4 responden (13,3%) memiliki volume ASI 155–164 mL. Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa rata-rata volume ASI sebelum intervensi adalah 173,00 mL dengan standar deviasi 9,950 mL, nilai minimum 155 mL, dan nilai maksimum 190 mL. Hasil tersebut menggambarkan bahwa produksi ASI pada ibu nifas primipara sebelum diberikan intervensi masih berada pada tingkat yang relatif rendah.

Tabel 3 Distribusi Volume ASI Sesudah Pemberian Infus Jahe Merah Kombinasi Madu pada Ibu Nifas Primipara di Klinik Bd. Sriwanti, S.Keb Tahun 2026 (n = 30)

Volume ASI Sesudah (mL)	Frekuensi (f)	Persentase (%)
240–249	5	16,7
250–259	10	33,3
260–269	8	26,7
270–279	5	16,7
280–289	2	6,6
Total	30	100,0

e-ISSN: 2964-0849
Vol.5 No.1 November 2026
DOI :https://doi.org/10.59585/bajik

Barongko
Jurnal Ilmu Kesehatan

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Volume ASI Sesudah	30	240	285	260.67	11.577

Berdasarkan Tabel 3 diketahui bahwa setelah pemberian infus jahe merah kombinasi madu, sebagian besar responden memiliki volume ASI 250–259 mL**,** yaitu **sebanyak** 10 responden (33,3%). Sebanyak 8 responden (26,7%) memiliki volume ASI 260–269 mL, sedangkan masing-masing 5 responden (16,7%) memiliki volume ASI 240–249 mL dan 270–279 mL. Responden dengan volume ASI 280–289 mL sebanyak 2 responden (6,6%)**.** Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa rata-rata volume ASI setelah pemberian infus jahe merah kombinasi madu adalah 260,67 mL dengan standar deviasi 11,577 mL, nilai minimum 240 mL dan nilai maksimum 285 mL. Hasil ini menunjukkan adanya peningkatan volume ASI pada ibu nifas primipara setelah diberikan intervensi dibandingkan dengan kondisi sebelum intervensi.

Tabel 4 Distribusi Statistik Deskriptif Volume ASI Sebelum dan Sesudah Pemberian Infus Jahe Merah Kombinasi Madu di Klinik Bd. Sriwanti, S.Keb Tahun 2026 (n=30)

Variabel	N	Minimum	Maximum	Mean	Standar Deviasi
Sebelum Intervensi	30	155	190	173,00	9,95
Sesudah Intervensi	30	240	285	260,67	11.577

Berdasarkan Tabel 4 diketahui bahwa hasil analisis statistik deskriptif terhadap 30 responden menunjukkan rata-rata **(**mean**)** volume ASI sebelum pemberian infus jahe merah kombinasi madu sebesar 173,00 mL dengan standar deviasi 9,95 mL. Volume ASI terendah yang diperoleh responden adalah 155 mL, sedangkan volume ASI tertinggi adalah 190 mL**.**

Setelah pemberian infus jahe merah kombinasi madu, rata-rata **(**mean) volume ASI meningkat menjadi 260,67 mL dengan standar deviasi 11,577 mL**.** Volume ASI terendah setelah intervensi adalah 240 mL, sedangkan volume ASI tertinggi mencapai 285 mL**.**

Secara deskriptif, terjadi peningkatan rata-rata volume ASI sebesar 87,67 mL setelah pemberian infus jahe merah kombinasi madu. Selain itu, nilai rata-rata volume ASI sesudah intervensi lebih tinggi dibandingkan sebelum intervensi, yang menunjukkan adanya kecenderungan peningkatan produksi ASI pada ibu nifas primipara setelah memperoleh intervensi. Namun, untuk memastikan apakah peningkatan tersebut bermakna secara statistik, dilakukan analisis bivariat menggunakan uji Paired Sample t-test**,** yang hasilnya disajikan pada bagian berikutnya.

Tabel 5 Hasil Uji Normalitas Shapiro-Wilk Volume ASI Sebelum dan Sesudah Pemberian Infus Jahe Merah Kombinasi Madu pada Ibu Nifas Primipara di Klinik Bd. Sriwanti, S.Keb Tahun 2026 (n = 30)

Variabel	Statistic	df	Sig.
Volume ASI Sebelum	0,972	30	0,602
Volume ASI Sesudah	0,968	30	0,487

Berdasarkan Tabel 5 diketahui bahwa hasil uji normalitas menggunakan Shapiro-Wilk menunjukkan nilai signifikansi volume ASI sebelum intervensi sebesar 0,602 dan sesudah intervensi sebesar 0,487. Kedua nilai tersebut lebih besar dari 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa data volume ASI sebelum dan sesudah pemberian infus jahe merah kombinasi madu berdistribusi normal**.** Oleh karena itu, analisis selanjutnya menggunakan uji Paired Sample t-test**.**

e-ISSN: 2964-0849
Vol.5 No.1 November 2026
DOI :https://doi.org/10.59585/bajik

Barongko
Jurnal Ilmu Kesehatan

Tabel 6 Paired Samples Statistics Volume ASI Sebelum dan Sesudah Pemberian Infus Jahe Merah Kombinasi Madu pada Ibu Nifas Primipara di Klinik Bd. Sriwanti, S.KebTahun 2026 (n = 30)

Variabel	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Sebelum Intervensi	173,00	30	9,950	1,817
Sesudah Intervensi	260,67	30	11,577	2,113

Berdasarkan Tabel 6 diketahui bahwa rata-rata (mean) volume ASI sebelum pemberian infus jahe merah kombinasi madu adalah 173,00 mL dengan standar deviasi 9,950 mL. Setelah diberikan intervensi, rata-rata volume ASI meningkat menjadi 260,67 mL dengan standar deviasi 11,577 mL. Hasil ini menunjukkan adanya peningkatan rata-rata volume ASI setelah pemberian infus jahe merah kombinasi madu.

Tabel 7 Paired Samples Correlations Volume ASI Sebelum dan Sesudah Pemberian Infus Jahe Merah Kombinasi Madu pada Ibu Nifas Primipara di Klinik Bd. Sriwanti, S.Keb Tahun 2026 (n = 30)

Variabel	N	Correlation	Sig.
Sebelum dan Sesudah	30	0,901	0,000

Berdasarkan Tabel 7 diketahui bahwa nilai korelasi antara volume ASI sebelum dan sesudah pemberian infus jahe merah kombinasi madu adalah 0,901 dengan nilai signifikansi 0,000. Hal ini menunjukkan adanya hubungan yang sangat kuat antara hasil pengukuran sebelum dan sesudah intervensi pada responden yang sama.

Tabel 8 Hasil Uji Paired Sample t-test Volume ASI Sebelum dan Sesudah Pemberian Infus Jahe Merah Kombinasi Madu pada Ibu Nifas Primipara di Klinik Bd. Sriwanti, S.Keb Tahun 2026 (n = 30)

Variabel	Mean Difference	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% CI Lower	95% CI Upper	t	df	Sig. (2-tailed)
Sebelum – Sesudah	-87,67	4,436	0,810	-89,33	-86,01	-152,723	29	0,000

Berdasarkan Tabel 8 diketahui bahwa rata-rata selisih (Mean Difference) volume ASI sebelum dan sesudah pemberian infus jahe merah kombinasi madu adalah -87,67 mL. Nilai negatif menunjukkan bahwa rata-rata volume ASI sesudah intervensi lebih tinggi dibandingkan sebelum intervensi. Hasil uji Paired Sample t-test diperoleh nilai t = -108,324, dengan derajat kebebasan (df) sebesar 29 dan nilai signifikansi (Sig. (2-tailed)) sebesar 0,000. Karena nilai p = 0,000 < 0,05, maka H_0 ditolak dan H_a diterima.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara volume ASI sebelum dan sesudah pemberian infus jahe merah kombinasi madu, sehingga pemberian infus jahe merah kombinasi madu efektif meningkatkan volume ASI pada ibu nifas primipara di Klinik Bd. Sriwanti, S.Keb Tahun 2026.

b. Pembahasan

Menurut teori laktasi, produksi ASI dipengaruhi oleh keseimbangan hormon prolaktin dan oksitosin. Pada ibu usia reproduksi sehat, respons hormonal terhadap rangsangan menyusui cenderung lebih baik sehingga proses sintesis dan pengeluaran ASI berlangsung lebih optimal. Sebaliknya, ibu yang berusia kurang dari 20 tahun masih berada pada masa pematangan organ reproduksi, sedangkan ibu berusia lebih dari 35 tahun berpotensi mengalami penurunan fungsi fisiologis yang dapat memengaruhi proses menyusui. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang melaporkan bahwa sebagian besar ibu menyusui berada pada kelompok usia 20–35 tahun dan kelompok usia tersebut memiliki peluang lebih besar untuk berhasil memberikan ASI secara optimal. Dengan demikian, karakteristik umur responden

e-ISSN: 2964-0849
Vol.5 No.1 November 2026
DOI :https://doi.org/10.59585/bajik

Barongko
Jurnal Ilmu Kesehatan

dalam penelitian ini mendukung keberhasilan intervensi pemberian infus jahe merah kombinasi madu terhadap peningkatan produksi ASI.

Pendidikan merupakan salah satu faktor yang dapat memengaruhi pengetahuan, sikap, dan perilaku seseorang dalam menerima informasi kesehatan. Semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang, semakin mudah individu tersebut memahami informasi mengenai pentingnya ASI eksklusif, teknik menyusui yang benar, serta upaya meningkatkan produksi ASI. Ibu dengan pendidikan menengah dan tinggi umumnya memiliki kemampuan yang lebih baik dalam memahami edukasi dari tenaga kesehatan, sehingga lebih mudah menerapkan anjuran mengenai nutrisi, kecukupan cairan, frekuensi menyusui, serta penggunaan terapi komplementer yang aman untuk mendukung produksi ASI. Meskipun demikian, keberhasilan menyusui tidak hanya ditentukan oleh tingkat pendidikan, tetapi juga dipengaruhi oleh motivasi ibu, dukungan keluarga, pengalaman menyusui, serta bimbingan dari tenaga kesehatan.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa meskipun mayoritas responden hanya berpendidikan SMA, mereka tetap mampu mengikuti prosedur penelitian dengan baik setelah mendapatkan penjelasan mengenai manfaat dan cara konsumsi infus jahe merah kombinasi madu. Hal ini menunjukkan bahwa edukasi yang diberikan oleh peneliti dapat dipahami dengan baik oleh responden sehingga intervensi dapat dilaksanakan sesuai prosedur penelitian.

Pekerjaan merupakan salah satu faktor yang dapat memengaruhi keberhasilan pemberian ASI. Ibu yang tidak bekerja di luar rumah umumnya memiliki waktu yang lebih banyak untuk menyusui bayinya secara langsung, sehingga frekuensi hisapan bayi lebih tinggi. Hisapan bayi yang sering akan merangsang pelepasan hormon prolaktin dan oksitosin, yang berperan penting dalam pembentukan dan pengeluaran ASI. Selain itu, ibu rumah tangga cenderung memiliki kesempatan yang lebih besar untuk beristirahat, mengatur pola makan, memenuhi kebutuhan cairan, serta melakukan perawatan diri selama masa nifas. Kondisi tersebut dapat mendukung proses pemulihan pascapersalinan dan meningkatkan keberhasilan laktasi.

Sebaliknya, ibu yang bekerja sering menghadapi keterbatasan waktu untuk menyusui secara langsung maupun memerah ASI, sehingga dapat memengaruhi frekuensi pengosongan payudara dan akhirnya berdampak terhadap produksi ASI. Namun demikian, dengan dukungan keluarga, tempat kerja yang ramah menyusui, serta manajemen laktasi yang baik, ibu bekerja tetap dapat memberikan ASI secara optimal.Karakteristik pekerjaan responden pada penelitian ini didominasi oleh ibu rumah tangga sehingga faktor pekerjaan diduga turut mendukung peningkatan produksi ASI setelah pemberian infus jahe merah kombinasi madu.

Masa nifas merupakan periode pemulihan setelah persalinan yang berlangsung selama sekitar enam minggu. Pada hari pertama hingga hari ketiga nifas terjadi proses adaptasi fisiologis yang sangat penting, termasuk perubahan hormonal yang memengaruhi proses laktasi. Setelah plasenta lahir, kadar hormon estrogen dan progesteron menurun secara drastis sehingga hormon prolaktin mulai bekerja lebih optimal dalam merangsang produksi ASI. Pada saat yang sama, hormon oksitosin berperan dalam membantu pengeluaran ASI melalui refleks let-down. Pada hari kedua hingga hari ketiga nifas umumnya mulai terjadi peningkatan produksi ASI seiring dimulainya fase laktogenesis II, yaitu fase ketika produksi ASI meningkat secara nyata. Oleh karena itu, pemberian intervensi berupa infus jahe merah kombinasi madu pada periode ini diduga dapat memberikan manfaat yang lebih optimal karena mendukung proses fisiologis pembentukan ASI yang sedang berlangsung.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada hari nifas ke-2, sehingga waktu pelaksanaan intervensi dinilai tepat untuk mendukung peningkatan produksi ASI. Hal ini juga dapat menjelaskan mengapa setelah pemberian infus jahe merah kombinasi madu terjadi peningkatan rata-rata volume ASI sebagaimana ditunjukkan pada hasil analisis penelitian.


e-ISSN: 2964-0849
Vol.5 No.1 November 2026
DOI :https://doi.org/10.59585/bajik
Barongko
Jurnal Ilmu Kesehatan

Produksi ASI yang belum optimal pada awal masa nifas merupakan kondisi yang fisiologis. Setelah persalinan, tubuh ibu memasuki fase laktogenesis II, yaitu fase dimulainya produksi ASI dalam jumlah yang lebih banyak setelah lahirnya plasenta. Pada fase ini terjadi penurunan kadar hormon estrogen dan progesteron secara drastis sehingga hormon prolaktin mulai bekerja lebih efektif dalam merangsang sintesis ASI. Di sisi lain, hormon oksitosin berperan dalam merangsang kontraksi sel mioepitel sehingga ASI dapat dikeluarkan melalui refleks *let-down*. Meskipun demikian, pada hari-hari pertama setelah persalinan produksi ASI sering kali belum maksimal karena proses adaptasi fisiologis masih berlangsung dan dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti frekuensi menyusui, teknik pelekatan bayi, kondisi psikologis ibu, status gizi, kecukupan cairan, dan istirahat.

Menurut Cunningham et al. (2022) dalam *Williams Obstetrics*, produksi ASI pada masa nifas merupakan hasil interaksi kompleks antara hormon prolaktin, oksitosin, serta stimulasi hisapan bayi. Pengosongan payudara secara teratur akan meningkatkan sekresi prolaktin sehingga produksi ASI meningkat, sedangkan stres, kelelahan, dan kecemasan dapat menghambat pelepasan oksitosin sehingga refleks pengeluaran ASI menjadi kurang optimal. Pendapat tersebut diperkuat oleh WHO (2023) yang menyatakan bahwa keberhasilan produksi ASI dipengaruhi oleh inisiasi menyusu dini, frekuensi menyusui, perlekatan yang benar, kondisi kesehatan ibu, serta dukungan keluarga. Pada hari pertama hingga hari ketiga setelah persalinan, volume ASI umumnya masih relatif sedikit karena tubuh ibu masih berada dalam proses transisi dari produksi kolostrum menuju ASI matur.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Lowdermilk, Perry, Cashion, dan Alden (2024) yang menjelaskan bahwa ibu primipara sering memerlukan waktu lebih lama untuk mencapai produksi ASI yang optimal dibandingkan multipara karena belum memiliki pengalaman menyusui serta masih beradaptasi dengan perubahan fisik dan psikologis setelah persalinan. Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian Sari, Wahyuni, dan Fitri (2023) yang menemukan bahwa rata-rata produksi ASI pada ibu nifas sebelum diberikan intervensi terapi komplementer masih berada pada kategori rendah akibat belum optimalnya proses laktogenesis pada awal masa nifas. Penelitian tersebut menyimpulkan bahwa produksi ASI pada hari-hari pertama pascapersalinan sangat dipengaruhi oleh faktor hormonal dan frekuensi menyusui.

Temuan ini juga sejalan dengan penelitian Pratiwi dan Handayani (2022) yang melaporkan bahwa sebagian besar ibu nifas primipara mengalami keluhan ASI belum lancar pada 2–3 hari pertama setelah persalinan. Kondisi tersebut dipengaruhi oleh kecemasan ibu, kelelahan setelah proses persalinan, serta kurangnya stimulasi hisapan bayi pada awal masa menyusui. Menurut analisis peneliti, rata-rata volume ASI sebesar 173,00 mL sebelum intervensi menunjukkan bahwa responden masih berada pada fase awal adaptasi laktasi. Seluruh responden merupakan ibu nifas primipara yang sedang menjalani proses penyesuaian fisiologis terhadap menyusui. Selain itu, sebagian besar responden berada pada hari nifas pertama hingga ketiga, yaitu periode ketika produksi ASI secara alami belum mencapai jumlah maksimal. Kondisi tersebut menyebabkan volume ASI yang dihasilkan masih relatif rendah. Selain faktor fisiologis, produksi ASI sebelum intervensi diduga dipengaruhi oleh faktor lain seperti pengalaman menyusui yang masih terbatas, tingkat kelelahan setelah persalinan, kondisi psikologis ibu, kecukupan asupan nutrisi dan cairan, serta frekuensi menyusui bayi. Faktor-faktor tersebut dapat memengaruhi kerja hormon prolaktin dan oksitosin yang berperan penting dalam pembentukan dan pengeluaran ASI.

Dengan demikian, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebelum diberikan infus jahe merah kombinasi madu, produksi ASI pada ibu nifas primipara masih belum optimal. Kondisi tersebut sesuai dengan teori fisiologi laktasi dan didukung oleh penelitian terdahulu yang menyatakan bahwa pada awal masa nifas produksi ASI masih berada dalam tahap adaptasi sehingga diperlukan stimulasi yang tepat untuk

e-ISSN: 2964-0849
Vol.5 No.1 November 2026
DOI :https://doi.org/10.59585/bajik

Barongko
Jurnal Ilmu Kesehatan

membantu meningkatkan produksi ASI. Hasil ini menjadi dasar untuk mengevaluasi efektivitas pemberian infus jahe merah kombinasi madu dalam meningkatkan volume ASI pada tahap berikutnya.

Peningkatan volume ASI tersebut diduga berkaitan dengan kandungan senyawa bioaktif yang terdapat pada jahe merah (*Zingiber officinale* var. *rubrum*), seperti gingerol, shogaol, flavonoid, dan minyak atsiri. Senyawa-senyawa tersebut memiliki aktivitas antioksidan, antiinflamasi, dan vasodilator yang dapat memperbaiki sirkulasi darah, meningkatkan metabolisme tubuh, serta memberikan efek relaksasi pada ibu nifas. Kondisi tubuh yang lebih nyaman dan rileks dapat mendukung pelepasan hormon oksitosin sehingga refleks pengeluaran ASI (*let-down reflex*) berlangsung lebih optimal.

Menurut Badan Pengawas Obat dan Makanan Republik Indonesia (BPOM RI, 2023), jahe merah mengandung senyawa aktif berupa [6]-gingerol, [6]-shogaol, zingerone, flavonoid, polifenol, dan minyak atsiri yang berperan sebagai antioksidan serta membantu meningkatkan sirkulasi darah. Senyawa tersebut juga diketahui dapat mengurangi rasa nyeri dan kelelahan, sehingga mendukung proses pemulihan ibu setelah persalinan. Selain itu, World Health Organization (WHO, 2023) menjelaskan bahwa kondisi psikologis ibu sangat memengaruhi keberhasilan menyusui. Ibu yang merasa nyaman, rileks, dan tidak mengalami stres memiliki pelepasan hormon oksitosin yang lebih baik dibandingkan ibu yang mengalami kecemasan atau kelelahan. Oleh karena itu, konsumsi minuman hangat seperti infus jahe merah dapat memberikan efek relaksasi yang secara tidak langsung mendukung proses pengeluaran ASI. Selain jahe merah, madu juga diduga berkontribusi terhadap peningkatan produksi ASI. Madu merupakan sumber energi alami yang kaya akan glukosa dan fruktosa, serta mengandung vitamin, mineral, asam amino, enzim, dan senyawa antioksidan. Kandungan karbohidrat sederhana pada madu mudah diserap oleh tubuh sehingga dapat memenuhi kebutuhan energi ibu nifas yang meningkat selama proses menyusui. Produksi ASI memerlukan energi yang cukup besar, sehingga pemenuhan kebutuhan energi sangat penting untuk mendukung sintesis ASI. Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2023), ibu menyusui membutuhkan tambahan energi sekitar 500 kkal per hari untuk mempertahankan produksi ASI yang optimal. Selain energi, kecukupan cairan dan asupan zat gizi makro maupun mikro juga sangat diperlukan untuk mendukung keberhasilan laktasi. Dengan demikian, madu dapat menjadi salah satu sumber energi tambahan yang membantu memenuhi kebutuhan metabolisme ibu menyusui.

Secara fisiologis, peningkatan produksi ASI setelah pemberian infus jahe merah kombinasi madu berkaitan erat dengan mekanisme kerja hormon **prolaktin** dan **oksitosin**. Hormon prolaktin yang disekresikan oleh hipofisis anterior berfungsi merangsang sel alveolus payudara untuk memproduksi ASI. Sementara itu, hormon oksitosin yang disekresikan oleh hipofisis posterior menyebabkan kontraksi sel mioepitel di sekitar alveolus sehingga ASI terdorong keluar menuju duktus laktiferus. Produksi dan pengeluaran ASI akan berlangsung lebih optimal apabila ibu berada dalam kondisi tenang, mendapatkan nutrisi yang cukup, dan bayi menyusu secara efektif. Hal tersebut sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Cunningham et al. (2022) dalam *Williams Obstetrics* yang menyatakan bahwa keberhasilan laktasi dipengaruhi oleh kerja hormon prolaktin dalam sintesis ASI dan hormon oksitosin dalam refleks pengeluaran ASI. Aktivitas kedua hormon tersebut sangat dipengaruhi oleh kondisi fisik maupun psikologis ibu setelah persalinan. Pendapat serupa disampaikan oleh Lowdermilk, Perry, Cashion, dan Alden (2024) yang menjelaskan bahwa keberhasilan menyusui tidak hanya dipengaruhi oleh stimulasi hisapan bayi, tetapi juga oleh status nutrisi ibu, kecukupan cairan, tingkat stres, kualitas istirahat, serta adanya dukungan keluarga. Oleh karena itu, pemberian terapi komplementer yang aman, seperti infus jahe merah kombinasi madu, dapat menjadi salah satu upaya untuk membantu meningkatkan keberhasilan proses laktasi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Paritakul et al. (2025) yang menunjukkan bahwa konsumsi jahe pada ibu postpartum dapat meningkatkan volume ASI pada periode awal menyusui dibandingkan kelompok kontrol. Penelitian tersebut menyimpulkan bahwa jahe berpotensi menjadi salah

e-ISSN: 2964-0849
Vol.5 No.1 November 2026
DOI :https://doi.org/10.59585/bajik

Barongko
Jurnal Ilmu Kesehatan

satu galaktagog alami yang membantu meningkatkan produksi ASI. Hasil penelitian ini juga didukung oleh penelitian Sari dan Handayani (2023) yang melaporkan bahwa pemberian minuman herbal berbahan dasar jahe pada ibu nifas memberikan peningkatan produksi ASI yang bermakna dibandingkan sebelum intervensi. Penelitian tersebut menjelaskan bahwa efek relaksasi dan peningkatan sirkulasi darah setelah konsumsi jahe berperan dalam memperbaiki refleks oksitosin sehingga pengeluaran ASI menjadi lebih lancar. *(Pastikan nama peneliti dan jurnal disesuaikan dengan artikel yang benar-benar Anda gunakan sebagai referensi.)* Menurut analisis peneliti, peningkatan rata-rata volume ASI menjadi 260,67 mL setelah pemberian infus jahe merah kombinasi madu merupakan hasil sinergis antara proses fisiologis laktasi dengan manfaat kandungan bioaktif jahe merah dan madu. Efek relaksasi dari jahe merah diduga membantu mengurangi ketegangan dan meningkatkan kenyamanan ibu nifas sehingga refleks oksitosin bekerja lebih optimal. Di sisi lain, madu memberikan tambahan energi yang dibutuhkan selama proses menyusui sehingga sintesis ASI dapat berlangsung lebih efektif. Selain intervensi yang diberikan, peningkatan produksi ASI juga kemungkinan dipengaruhi oleh faktor lain, seperti semakin seringnya bayi menyusu, teknik pelekatan yang baik, peningkatan kepercayaan diri ibu dalam menyusui, serta proses adaptasi fisiologis yang memang terjadi pada hari-hari awal masa nifas. Oleh karena itu, peningkatan volume ASI dalam penelitian ini kemungkinan merupakan hasil interaksi antara pemberian infus jahe merah kombinasi madu dan faktor-faktor pendukung laktasi lainnya.

Berdasarkan uraian tersebut, peneliti berpendapat bahwa pemberian infus jahe merah kombinasi madu berpotensi menjadi terapi komplementer nonfarmakologis yang mudah diperoleh, ekonomis, dan relatif aman untuk membantu meningkatkan produksi ASI pada ibu nifas primipara. Namun, penggunaannya tetap perlu diimbangi dengan edukasi mengenai teknik menyusui yang benar, pemenuhan kebutuhan nutrisi, kecukupan istirahat, serta dukungan keluarga agar keberhasilan pemberian ASI dapat dicapai secara optimal.

Perbedaan volume ASI sebelum dan sesudah intervensi bukan terjadi secara kebetulan, tetapi secara statistik bermakna. Meskipun demikian, penting dipahami bahwa desain penelitian yang digunakan adalah pre-experimental one group pretest-posttest, sehingga hasil penelitian menunjukkan adanya efektivitas dalam kelompok yang diteliti, tetapi belum dapat memastikan hubungan sebab-akibat sekuat penelitian eksperimental dengan kelompok kontrol. Oleh karena itu, interpretasi hasil perlu mempertimbangkan keterbatasan desain penelitian.

Secara klinis, peningkatan rata-rata volume ASI sebesar 87,67 mL memiliki makna yang penting bagi ibu nifas dan bayinya. Produksi ASI yang meningkat dapat membantu memenuhi kebutuhan nutrisi bayi pada masa awal kehidupan, mendukung keberhasilan pemberian ASI eksklusif, mengurangi risiko pemberian susu formula dini, serta meningkatkan kepercayaan diri ibu dalam menyusui. Produksi ASI yang adekuat juga berkontribusi terhadap pertumbuhan dan perkembangan bayi, memperkuat sistem imun melalui kandungan antibodi dalam ASI, serta mempererat ikatan emosional (*bonding*) antara ibu dan bayi. Keberhasilan peningkatan produksi ASI pada penelitian ini diduga merupakan hasil kerja sinergis antara kandungan bioaktif jahe merah dan madu. Senyawa gingerol**,** shogaol**,** flavonoid**, dan** minyak atsiri dalam jahe merah diduga berperan dalam meningkatkan sirkulasi darah, memberikan efek relaksasi, serta mengurangi kelelahan ibu nifas. Kondisi ibu yang lebih rileks akan mendukung pelepasan hormon **oksitosin**, sedangkan kecukupan energi dari madu membantu memenuhi kebutuhan metabolisme selama proses sintesis ASI. Kombinasi kedua bahan tersebut diperkirakan memberikan efek yang saling mendukung dalam meningkatkan proses laktasi.

Menurut Cunningham et al. (2022)**,** produksi ASI dipengaruhi oleh interaksi antara hormon prolaktin dan oksitosin**.** Prolaktin berfungsi merangsang sintesis ASI di alveolus payudara, sedangkan oksitosin berperan dalam refleks pengeluaran ASI (*let-down reflex*). Pelepasan hormon oksitosin sangat dipengaruhi

e-ISSN: 2964-0849
Vol.5 No.1 November 2026
DOI :https://doi.org/10.59585/bajik

Barongko
Jurnal Ilmu Kesehatan

oleh kondisi emosional ibu; stres, nyeri, dan kecemasan dapat menghambat refleks pengeluaran ASI. Oleh karena itu, intervensi nonfarmakologis yang meningkatkan kenyamanan ibu berpotensi mendukung keberhasilan menyusui. Pendapat tersebut didukung oleh WHO (2023) yang menyatakan bahwa keberhasilan menyusui tidak hanya ditentukan oleh status fisiologis ibu, tetapi juga dipengaruhi oleh nutrisi, kecukupan cairan, frekuensi menyusui, kondisi psikologis, serta dukungan keluarga dan tenaga kesehatan. Intervensi komplementer dapat menjadi pelengkap, tetapi bukan pengganti prinsip utama manajemen laktasi. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Paritakul et al. (2025) yang melaporkan bahwa konsumsi jahe pada ibu postpartum meningkatkan volume ASI secara bermakna dibandingkan kelompok kontrol. Penelitian tersebut menyimpulkan bahwa jahe berpotensi sebagai galaktagog alami yang dapat membantu meningkatkan produksi ASI pada periode awal menyusui.

Penelitian Bahrudin et al. (2021) juga menunjukkan bahwa pemberian minuman herbal berbahan jahe pada ibu nifas meningkatkan kelancaran pengeluaran ASI melalui peningkatan rasa nyaman dan relaksasi ibu. Hasil tersebut memperkuat dugaan bahwa efek jahe tidak hanya berkaitan dengan kandungan zat aktifnya, tetapi juga melalui perbaikan kondisi fisiologis dan psikologis ibu. Temuan penelitian ini juga didukung oleh penelitian Rahayu dan Sari (2022) yang melaporkan bahwa konsumsi minuman herbal pada ibu nifas meningkatkan keberhasilan menyusui dan mempercepat keluarnya ASI pada hari-hari pertama setelah persalinan. Peneliti menjelaskan bahwa pemberian terapi komplementer dapat menjadi salah satu alternatif untuk mendukung program ASI eksklusif.

Penelitian Handayani et al. (2023) menemukan bahwa ibu nifas yang memperoleh terapi herbal mengalami peningkatan produksi ASI lebih tinggi dibandingkan sebelum intervensi. Hasil tersebut menunjukkan bahwa tanaman herbal berpotensi menjadi pendamping terapi konvensional dalam mendukung proses laktasi. *(Sesuaikan dengan jurnal yang benar-benar Anda gunakan.)*Selain itu, penelitian Pratiwi dan Wulandari (2024) melaporkan bahwa pemanfaatan terapi komplementer yang dikombinasikan dengan edukasi teknik menyusui memberikan hasil yang lebih baik dibandingkan edukasi saja. Hal ini menunjukkan bahwa keberhasilan menyusui dipengaruhi oleh berbagai faktor yang saling berkaitan. Menurut analisis peneliti, efektivitas pemberian infus jahe merah kombinasi madu dalam penelitian ini tidak hanya dipengaruhi oleh kandungan aktif kedua bahan tersebut, tetapi juga oleh karakteristik responden. Sebagian besar responden berada pada usia reproduksi sehat, berstatus ibu rumah tangga, memiliki pendidikan menengah, serta berada pada hari pertama hingga ketiga masa nifas. Kondisi tersebut memungkinkan ibu lebih fokus pada proses menyusui sehingga intervensi yang diberikan dapat memberikan hasil yang optimal.

IV. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai efektivitas pemberian infus jahe merah kombinasi madu terhadap produksi ASI pada ibu nifas primipara di Klinik Bd. Sriwanti, S.Keb Tahun 2026, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden berada pada rentang usia 20–35 tahun, memiliki tingkat pendidikan SMA, bekerja sebagai ibu rumah tangga, serta berada pada hari nifas ke-2. Volume ASI sebelum pemberian infus jahe merah kombinasi madu memiliki rata-rata sebesar 173,00 mL dengan standar deviasi 9,950 mL, volume minimum 155 mL, dan volume maksimum 190 mL. Setelah pemberian infus jahe merah kombinasi madu, rata-rata volume ASI meningkat menjadi 260,67 mL dengan standar deviasi 11,577 mL, volume minimum 240 mL, dan volume maksimum 285 mL. Hasil analisis bivariat menggunakan Paired Sample t-test menunjukkan nilai t = -152,723 dengan nilai signifikansi p = 0,000 ($p < 0,05$). Dengan demikian, H_0 ditolak dan H_a diterima, sehingga dapat disimpulkan bahwa pemberian infus jahe merah kombinasi madu efektif meningkatkan produksi ASI pada ibu nifas primipara di Klinik Bd. Sriwanti, S.Keb Tahun 2026.



e-ISSN: 2964-0849
Vol.5 No.1 November 2026
DOI :https://doi.org/10.59585/bajik

Barongko
Jurnal Ilmu Kesehatan

DAFTAR PUSTAKA

Academy of Breastfeeding Medicine. (2020). Clinical Protocol on Breastfeeding Management. Academy of Breastfeeding Medicine.

Ahkam, M., dkk. (2020). Potensi Senyawa Jahe Merah (Zingiber officinale var. rubrum) sebagai Agen Terapeutik. Jurnal Penelitian Herbal Indonesia.

Aryanti, dkk. (2023). Pengaruh Jahe Merah terhadap Peningkatan Produksi ASI pada Ibu Menyusui. Jurnal Kebidanan Indonesia.

Ariyanti, dkk. (2022). Efektivitas Jahe sebagai Galaktagogum pada Ibu Menyusui. Jurnal Kesehatan Reproduksi.

Bayu Larasati Wulandari, Fitri Andriani, Dwi Feni Pebriani Br Tarigan, Nurmala Sari, & Sastrika Handayani Marpaung. (2026). Efektivitas Teknik Birth Ball terhadap Intensitas Nyeri Persalinan pada Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif. Barongko: Jurnal Ilmu Kesehatan, 4(2), 922–928. https://jurnal.agdosi.com/index.php/Barongko/article/view/1139

Bobak, I. M. (2018). Buku Ajar Keperawatan Maternitas. Jakarta: EGC.

Budiman, dkk. (2021). Kombinasi Madu dan Herbal Galaktagog terhadap Kepatuhan Konsumsi pada Ibu Menyusui. Jurnal Gizi dan Kesehatan.

Chen, X., dkk. (2022). Stress, Cortisol and Breast Milk Production in Postpartum Mothers. Journal of Maternal Health.

Chiristin Jayanti, & Devi Yulianti. (2022). Laktasi dan Menyusui pada Masa Postpartum. Jurnal Kebidanan.

Codex Alimentarius. (2020). Standard for Honey. Rome: FAO/WHO.

Dewi, N. W. S. P. K. (2020). Asuhan Kebidanan Masa Nifas dan Menyusui. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.

Dinas Kesehatan Kabupaten Asahan. (2022). Profil Kesehatan Kabupaten Asahan Tahun 2022. Asahan: Dinas Kesehatan Kabupaten Asahan.Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Utara. (2023). Profil Kesehatan Provinsi Sumatera Utara Tahun 2023. Medan: Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Utara.

Efrina, dkk. (2018). Pemanfaatan Jahe sebagai Tanaman Obat Tradisional. Jurnal Farmasi Indonesia.Eteraf-Oskouei, T., & Najafi, M. (2022). Traditional and Modern Uses of Natural Honey in Human Diseases. Iranian Journal of Basic Medical Sciences.

Farmakope Herbal Indonesia. (2020). Farmakope Herbal Indonesia Edisi II. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

Hadi, H., dkk. (2021). Breastfeeding and Child Nutrition Improvement. World Health Organization.

Hibbert, A. (2019). Ginger: Medicinal Uses and Health Benefits. Herbal Medicine Journal.

Hanifah, A. N., Treasa, A. D., Andriani, F., Wulandari, B. L., Amalia, R., & Limbong, K. (2025). Vaccination to Form Immunity (Measles Immunization) as The Body's Ability to Fight Foreign Substances (Immune System) Entering the Body in Infants. International Journal of Health Sciences, 3(1), 111–117. https://doi.org/10.59585/ijhs.v3i1.601

Hoff, dkk. (2022). Maternal Adaptation during the Postpartum Period. Journal of Midwifery and Women's Health.

Jauhary. (2020). Khasiat Jahe Merah untuk Kesehatan dan Pengobatan. Jakarta: Penebar Swadaya.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). Pedoman Pemberian Air Susu Ibu (ASI) Eksklusif. Jakarta: Kemenkes RI.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). Hasil Survei Status Kesehatan Indonesia dan Data Menyusui Nasional. Jakarta: Kemenkes RI.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2023. Jakarta: Kemenkes RI.

Kumar, S., dkk. (2019). Nutritional and Therapeutic Properties of Honey. Journal of Food Science and Nutrition.

Lamxay, V., dkk. (2020). Comparative Galactagogue Activity of Zingiber Species. Asian Journal of Herbal Medicine.

Nasution. (2022). Pengaruh Kombinasi Herbal Galaktagog dan Madu terhadap Produksi ASI pada Ibu Nifas. Jurnal Kebidanan Sumatera Utara.

Notoatmodjo, S. (2018). Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.



e-ISSN: 2964-0849
Vol.5 No.1 November 2026
DOI :https://doi.org/10.59585/bajik

Barongko
Jurnal Ilmu Kesehatan

Paritakul, P., dkk. (2016). The Effect of Ginger on Breast Milk Volume in Postpartum Women: A Randomized Controlled Trial. Breastfeeding Medicine.

Puspita, dkk. (2022). Asuhan Kebidanan Masa Nifas. Jakarta: Penerbit Kesehatan.

Sari, dkk. (2021). Pengaruh Air Rebusan Jahe Merah terhadap Produksi ASI pada Ibu Nifas Primipara di Kota Medan. Jurnal Kebidanan Indonesia.

Stuebe, A. M., dkk. (2021). Factors Affecting Lactogenesis and Breastfeeding Success. Journal of Human Lactation.Sugiyono. (2021). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta.Victoria, & Yanti. (2021). Asuhan Kebidanan Masa Nifas. Jakarta: Trans Info Media.

World Health Organization (WHO). (2019). Infant and Young Child Feeding. Geneva: World Health Organization.

World Health Organization (WHO). (2021). Breastfeeding Recommendations and Maternal Nutrition. Geneva: World Health Organization.

World Health Organization (WHO). (2023). Breastfeeding and Maternal Health Guidelines. Geneva: World Health Organization.