



Pengaruh Pemberian Madu sebagai Terapi Komplementer pada Balita dengan Diare: *Literature Review*

¹ Eki Nurhakiki, ²Miftahul Falah

¹⁻²Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya

¹⁻²Ilmu Keperawatan

E-mail: ekinurhakiki0914@gmail.com

Abstrak Diare pada balita, yang ditandai buang air besar lebih dari tiga kali per hari dengan konsistensi cair, sering menyebabkan dehidrasi, gangguan elektrolit, dan peningkatan morbiditas sehingga memerlukan penanganan efektif. Terapi standar seperti oralit dan zinc terbukti membantu, namun pada beberapa kasus pemulihan berlangsung lambat sehingga diperlukan terapi komplementer yang aman dan mudah digunakan. Madu, sebagai bahan alami yang kaya enzim, karbohidrat sederhana, dan senyawa antibakteri, berpotensi mempercepat pemulihan dengan memperbaiki mukosa usus dan mendukung proses rehidrasi. Penelitian ini merupakan literature review yang bertujuan menganalisis bukti terkait efektivitas madu sebagai terapi komplementer pada balita dengan diare melalui pencarian artikel tahun 2020–2025 di Google Scholar dan Portal Garuda menggunakan kata kunci “intervensi”, “terapi madu”, “diare”, dan “anak”. Hasil literatur rview menghasilkan lima artikel yang memenuhi kriteria inklusi, yaitu penelitian asli berdesain pre-eksperimental, quasi experiment, atau studi kasus yang melibatkan balita usia 1–5 tahun dengan intervensi madu oral. Analisis tematik menunjukkan bahwa seluruh studi melaporkan penurunan frekuensi BAB dan perbaikan konsistensi tinja dalam 2–3 hari setelah pemberian madu, disertai peningkatan nafsu makan dan membaiknya kondisi klinis ringan lainnya. Temuan ini menunjukkan bahwa madu dapat digunakan sebagai terapi komplementer yang efektif untuk mendukung penanganan diare pada balita. Namun, penelitian lanjutan dengan desain randomized controlled trial dan sampel lebih besar diperlukan untuk memperkuat bukti klinis yang ada.

Kata Kunci: Balita, diare, terapi madu.

Abstract Diarrhea in toddlers, characterized by more than three watery stools per day, often leads to dehydration, electrolyte imbalance, and increased morbidity, making effective management essential. Standard treatments such as oral rehydration salts (ORS) and zinc are beneficial, yet symptom improvement may occur slowly, prompting the need for safe and accessible complementary therapies. Honey, a natural substance rich in enzymes, simple carbohydrates, and antibacterial compounds, has the potential to accelerate recovery by supporting mucosal healing and enhancing rehydration. This literature review aimed to analyze evidence regarding the effectiveness of honey as a complementary therapy for diarrhea in toddlers by reviewing articles published from 2020 to 2025 through Google Scholar and the Garuda Portal using the keywords “intervention,” “honey therapy,” “diarrhea,” and “children.” The results of the literature review produced five articles met the inclusion criteria, consisting of original studies with pre-experimental, quasi-experimental, or case study designs involving toddlers aged 1–5 years who received oral honey as an intervention. Thematic analysis showed that all included studies reported a decrease in stool frequency and improved stool consistency within 2–3 days of honey administration, along with increased appetite and improvement in mild clinical symptoms. These findings indicate that honey can serve as an effective complementary therapy to support diarrhea management in toddlers. However, further research using randomized controlled trials with larger sample sizes is needed to strengthen the existing clinical evidence.

Key Words: Toddlers; diarrhea; honey therapy.

PENDAHULUAN

Diare pada balita merupakan salah satu masalah kesehatan utama di negara berkembang seperti Indonesia, ditandai dengan keluarnya tinja cair lebih dari tiga kali sehari yang dapat menyebabkan dehidrasi dan ketidakseimbangan elektrolit. Kondisi ini umumnya disebabkan oleh infeksi mikroorganisme yang ditularkan melalui jalur fekal-oral, terutama pada lingkungan dengan sanitasi yang kurang memadai (Susilowati et al.,

2023). Insiden tertinggi ditemukan pada anak usia 1–3 tahun, dengan kecenderungan lebih banyak pada anak laki-laki. Berbagai faktor risiko turut mempengaruhi terjadinya diare, seperti rendahnya kebersihan ibu, buruknya fasilitas sanitasi, serta pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI) yang terlalu dini (Anisah et al., 2024; Suryati et al., 2023). Secara global, diare masih menjadi penyebab signifikan kematian anak di bawah lima tahun, dengan laporan sekitar 9% kematian pada tahun 2015, sehingga menunjukkan urgensi penanganan yang komprehensif.

Bekerja sama dengan beban global yang sangat besar, diare di kalangan balita juga dilaporkan mencapai ratusan juta kasus setiap tahun, dan menjadi penyebab utama morbiditas terutama di negara berpenghasilan rendah dan menengah (Birhan et al., 2024). Penelitian di Ethiopia menemukan prevalensi 17, 16% dengan faktor seperti usia anak, akses air bersih, serta status vaksinasi berperan penting dalam meningkatkan risiko diare (Birhan et al., 2024). Rotavirus juga tercatat sebagai patogen penyebab utama rawat inap akibat diare, yaitu sekitar 33, 3% kasus pada anak (Cohen et al., 2022). Kondisi ini diperburuk oleh rendahnya indeks sosio-demografis serta minimnya akses sanitasi dan air bersih, yang semakin meningkatkan kerentanan balita terhadap kejadian diare (Putri et al., 2024).

Diare pada balita dapat menyebabkan berbagai komplikasi serius seperti dehidrasi akut, malnutrisi, hingga kematian. Pada kasus berat, diare dilaporkan berkontribusi terhadap sekitar 2, 5 juta kematian anak setiap tahunnya akibat dehidrasi. Dalam sebuah penelitian terhadap 59 anak berusia 1–35 bulan, sebanyak 76% mengalami dehidrasi berat dan angka kematian mencapai 17%, menggambarkan pentingnya intervensi cepat dan tepat (Doumbia et al., 2020). Malnutrisi juga memperburuk kondisi anak, karena status gizi yang buruk meningkatkan risiko dehidrasi dan memperpanjang durasi penyakit (Black et al., 1984). Penanganan diare secara konvensional, seperti menggunakan oralit (ORS) dan suplementasi seng, terbukti dapat mencegah dehidrasi dan menurunkan keparahan penyakit, tetapi belum sepenuhnya efektif dalam mempercepat penurunan frekuensi dan konsistensi diare. Oleh karena itu, diperlukan terapi komplementer yang aman dan mendukung pemulihan yang lebih cepat.

Madu menjadi salah satu terapi tambahan yang mendapat perhatian karena kandungan bioaktifnya, termasuk enzim, karbohidrat sederhana, dan komponen antibakteri seperti hidrogen peroksida serta polifenol. Unsur-unsur ini diketahui mampu meningkatkan integritas mukosa usus, mengurangi inflamasi, serta menghambat pertumbuhan patogen penyebab diare (Sulistyorini, 2025). Berbagai penelitian menunjukkan manfaat madu dalam menurunkan frekuensi buang air besar, memperbaiki konsistensi tinja, serta meningkatkan kenyamanan klinis anak. Kombinasi madu dengan terapi standar seperti ORS juga dilaporkan mempercepat pemulihan dan memperbaiki status hidrasi (Suntin, S, Botutihe, F. (2021).

Sejumlah studi empiris memperkuat bukti ini, di mana pemberian madu tiga kali sehari dapat menurunkan frekuensi diare secara signifikan dan meningkatkan konsistensi tinja pada balita dengan gastroenteritis akut (Herlina et al., 2024; Saragih et al., 2023). Tinjauan literatur lainnya juga menunjukkan bahwa madu mampu membantu mengurangi

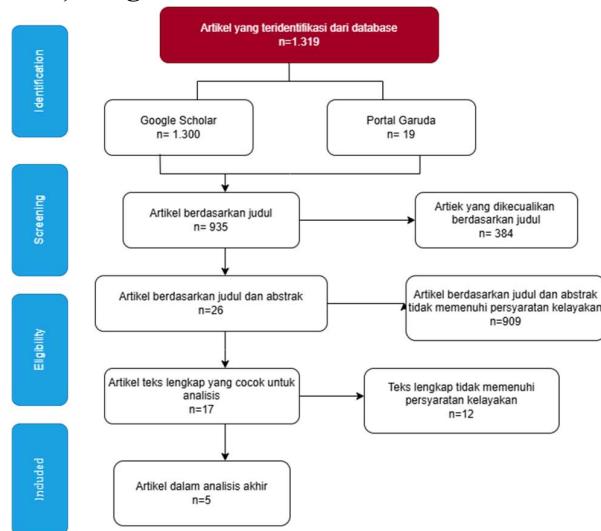
dehidrasi dan mempercepat perbaikan gejala ketika diberikan bersama terapi standar (Purnamiasih & Putriyanti, 2022; Puspita et al., 2023). Selain itu, penggunaan madu sebagai campuran ORS terbukti memperpendek waktu pemulihan pada bayi yang mengalami diare akut (Elnady et al., 2013). Dengan konsistensi temuan ini, madu dipandang sebagai intervensi komplementer yang efektif, alami, tidak menimbulkan alergi, serta dapat mendukung peningkatan hasil klinis balita dengan diare.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain *literature review* dengan pendekatan naratif untuk mensintesis bukti klinis mengenai efektivitas madu sebagai terapi komplementer pada balita dengan diare. Pencarian literatur dilakukan secara sistematis melalui *Google Scholar*, dan Portal *Garuda*, menggunakan kata kunci “intervensi”, “terapi madu”, “diare”, dan “anak”, yang dikombinasikan dengan Boolean AND dan OR, dengan batasan tahun terbit 2020–2025 agar bukti yang dikaji tetap mutakhir dan relevan. Kriteria inklusi mencakup artikel penelitian asli dengan desain pre-eksperimental, quasi eksperimen, atau studi kasus; populasi balita usia 1–5 tahun dengan diare; intervensi berupa pemberian madu oral; artikel tersedia dalam teks lengkap; serta dipublikasikan pada jurnal terindeks SINTA atau basis data ilmiah nasional. Sebaliknya, artikel ulasan, opini, editorial, laporan singkat, penelitian dengan populasi di luar balita, intervensi non-madu, atau artikel tanpa data hasil lengkap dikeluarkan dari analisis.

Seleksi artikel dilakukan melalui tiga tahap: penyaringan judul dan abstrak, penelaahan teks lengkap, serta penilaian kualitas metodologis berdasarkan kesesuaian desain, kejelasan variabel, dan kelengkapan data. Artikel yang lolos seleksi diekstraksi ke dalam tabel berisi informasi mengenai penulis, tahun terbit, desain penelitian, jumlah sampel, instrument penting, intervensi dan temuan utama. Analisis kemudian dilakukan secara *tematik naratif* dengan mengelompokkan serta membandingkan pola temuan antar studi untuk menghasilkan sintesis ilmiah mengenai peran madu sebagai terapi komplementer dalam penanganan diare pada balita.

(Gambar 1) Diagram Prisma



HASIL

No	Penulis, Judul & Tahun	Desain Penelitian	Sampel	Instrumen Penting	Intervensi	Temuan Penting
1	Nova Prihartini (2023). Pengaruh Pemberian Madu Terhadap Penurunan Frekuensi Diare pada Balita	Pre-eksperimental (one group pre-post)	20 balita usia 2-5 tahun	Lembar observasi frekuensi BAB & konsistensi feses	Madu 1 Sendok teh Setiap 8 jam selama 3 hari	Frekeunsi BAB turun signifikan, feses berubah dari cair menjadi lembek dalam 2-3 hari
2	Chatarina (2021). Pengaruh Madu terhadap Durasi Diare Anak	Quasi experiment (dengan kontrol)	30 balita	Lembar monitoring durasi diare, frekuensi BAB	Madu 2 sdt/hari selama 3 hari	Durasi diare lebih pendek dibanding kontrol, perbaikan cepat pada hari ke-2
3	Siti Nurjanah (2022). Terapi Madu pada Balita dengan Diare Akut	Studi kasus	10 balita	Catatan klinis: konsistensi tinja & nafsu makan	Madu 1 sdt/12 jam	Konsistensi feses membaik hari ke-3, nafsu makan meningkat
4	Ruslan Hasani (2024) Implementasi Pemberian Terapi Komplementer Madu Terhadap Diare pada Anak	Quasi experiment (pre-post)	25 balita	Observasi tanda dehidrasi, frekuensi BAB	Madu dicampur oralit kali/hari 3	Tanda dehidrasi membaik, frekuensi BAB menurun lebih cepat dibanding oralit saja
5	Ranida (2025). Pengaruh Pemberian Terapi Madu pada Balita yang Mengalami Diare	Pre-eksperimental	15 balita	Lembar observasi gejala klinis: muntah, lemas, BAB	Madu 1–2 sdt/hari	BAB menurun, muntah berkurang, kondisi umum anak lebih baik dalam 48 jam

Tabel 1. Matriks Tinjauan Pustaka Penelitian dalam Survey Literature

Sebanyak lima artikel yang diterbitkan pada periode 2020–2025 memenuhi kriteria dan diikutkan dalam analisis pada tinjauan literatur ini. Seluruh penelitian menggunakan desain pre-eksperimental, quasi eksperimen, atau studi kasus dengan sasaran balita usia 1–5 tahun yang mengalami diare, dan intervensi madu diberikan secara oral dengan dosis 1–2 sendok teh setiap 8–12 jam selama 2–3 hari, menyesuaikan protokol masing-masing studi. Semua artikel melaporkan adanya penurunan frekuensi buang air besar setelah pemberian madu, dengan sebagian besar menunjukkan penurunan yang signifikan baik secara klinis maupun statistik, disertai perbaikan konsistensi feses dari cair menjadi lebih lembek atau padat dalam 2–3 hari. Beberapa studi juga mencatat peningkatan gejala klinis lain seperti membaiknya nafsu makan, berkurangnya muntah, serta perbaikan kondisi umum anak selama proses pemulihan. Secara keseluruhan, hasil antar-studi menunjukkan konsistensi bahwa madu berkontribusi positif dalam

mempercepat pemulihan diare pada balita, dan tidak ada laporan mengenai efek samping serius, sehingga intervensi ini dinilai aman digunakan apabila diberikan dalam dosis yang sesuai.

PEMBAHASAN

Hasil tinjauan ini menunjukkan bahwa madu memiliki efektivitas klinis yang jelas dalam menurunkan frekuensi BAB dan memperbaiki konsistensi tinja pada balita dengan diare. Temuan ini dapat dijelaskan melalui mekanisme biologis madu yang mengandung enzim, karbohidrat sederhana, flavonoid, dan senyawa antibakteri yang membantu mempercepat regenerasi mukosa usus serta menghambat pertumbuhan bakteri patogen penyebab diare. Selain itu, madu mampu meningkatkan penyerapan cairan dan elektrolit di usus, sehingga membantu memperbaiki keseimbangan cairan tubuh yang terganggu selama diare.

1. Interpretasi Temuan

Penurunan jumlah buang air besar serta perubahan konsistensi tinja ke arah yang lebih normal setelah pemberian madu mengindikasikan bahwa madu memiliki peran terapeutik yang bermakna dalam membantu penanganan diare pada balita. Konsistensi temuan antara penelitian yang menggunakan kelompok kontrol maupun yang tidak menguatkan bahwa efek positif madu bukan merupakan hasil kebetulan, melainkan merupakan respons klinis yang dapat dipertanggungjawabkan.

2. Mekanisme Ilmiah

Secara biologis, madu memiliki aktivitas antibakteri, antiinflamasi, dan berfungsi sebagai prebiotik alami sehingga mampu menghambat pertumbuhan mikroorganisme penyebab diare, mempercepat proses perbaikan mukosa usus, serta meningkatkan penyerapan cairan dan elektrolit di saluran cerna. Mekanisme ini menjelaskan mengapa gejala klinis seperti konsistensi tinja dan frekuensi defeksi dapat membaik dalam waktu yang relatif singkat setelah intervensi.

3. Konsistensi dengan Literatur Sebelumnya

Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian lain yang juga menunjukkan bahwa madu mampu menurunkan keluhan diare, memperbaiki status hidrasi, dan mempercepat proses penyembuhan pada anak. Kesamaan hasil ini memperkuat bukti ilmiah bahwa madu dapat berperan sebagai intervensi pendamping pada kondisi diare.

4. Implikasi Praktis

Berdasarkan konsistensi bukti, madu dapat dianjurkan sebagai terapi komplementer yang aman, mudah diperoleh, dan dapat digunakan secara luas dalam pelayanan kesehatan anak, terutama pada tingkat primer. Madu dapat diberikan bersamaan dengan terapi standar seperti oralit dan zinc untuk mempercepat proses pemulihan dan mengurangi dampak diare terhadap kondisi anak.

5. Keterbatasan Bukti Saat Ini

Meskipun memberikan hasil yang menjanjikan, literatur yang ada masih memiliki beberapa keterbatasan, antara lain perbedaan desain penelitian, jumlah sampel yang kecil, variasi dosis serta durasi pemberian madu, dan kurangnya

pemantauan jangka panjang. Faktor-faktor ini dapat memengaruhi kekuatan generalisasi temuan sehingga diperlukan penelitian lanjutan yang lebih terkontrol.

KESIMPULAN

Tinjauan literatur ini menunjukkan bahwa madu memiliki efektivitas klinis dalam menurunkan frekuensi buang air besar, memperbaiki konsistensi tinja, dan mempercepat pemulihan gejala diare pada balita. Seluruh artikel yang dianalisis melaporkan hasil yang konsisten bahwa pemberian madu selama 2–3 hari memberikan perbaikan signifikan terhadap kondisi anak tanpa menimbulkan efek samping yang berarti. Kandungan enzim, karbohidrat sederhana, dan senyawa antibakteri pada madu berkontribusi terhadap pemulihan mukosa usus serta penghambatan pertumbuhan patogen penyebab diare. Dengan demikian, madu dapat digunakan sebagai terapi komplementer yang aman, terjangkau, dan mendukung terapi standar seperti oralit dan zinc dalam penanganan diare pada balita. Namun, kualitas bukti masih terbatas oleh variasi desain penelitian, ukuran sampel yang kecil, dan ketidakssamaan dosis pemberian madu. Karena itu, penelitian lanjutan dengan desain yang lebih kuat diperlukan untuk memastikan konsistensi dan efektivitas klinis madu secara lebih komprehensif.

SARAN

Berdasarkan hasil tinjauan ini, tenaga kesehatan disarankan untuk mempertimbangkan madu sebagai terapi komplementer yang aman dan mudah diterapkan dalam membantu mempercepat pemulihan diare pada balita, dengan tetap memperhatikan anjuran bahwa madu tidak diberikan pada anak usia di bawah satu tahun. Penelitian selanjutnya perlu dilakukan dengan desain *randomized controlled trial*, jumlah sampel yang lebih besar, standar dosis madu yang seragam, serta durasi intervensi yang lebih panjang untuk memperoleh bukti yang lebih kuat dan generalisabel. Selain itu, orang tua dapat menggunakan madu sebagai pendukung terapi standar seperti oralit dan zinc selama gejala berlangsung, dengan tetap memprioritaskan hidrasi adekuat dan konsultasi kepada tenaga kesehatan apabila gejala tidak membaik.

DAFTAR PUSTAKA

- Anisah, A. V. N., Sitti, A., Arsal, F., Husni, A., Darussalam, E., Jafar, Muh. A., Darma, S., Vania, A., Anisah, N., & Kedokteran, F. (2024). Characteristics of Acute Diarrhea Patients in Toddlers at Ibnu Sina YW-UMI Hospital Makassar in 2021-2022. *Jurnal Biologi Tropis*.
- Arsi, R., Antika, S. L., Fauziah, N. A., & Rimbawati, Y. (2025). Pengaruh Pemberian Terapi Madu Pada Balita Yang Mengalami Diare. *Jurnal Keperawatan Cikini*, 6(1), 98-107.
<Https://Jurnal.Stikespgcikini.Ac.Id/Index.Php/Jkc/Article/View/215>
- Chatarina, S. (2023). Pengaruh Pemberian Madu Terhadap Pola Defekasi Pada Balita Diare. *Jurnal Skolastik Keperawatan*, 9(1), 36-47. 3.
- Nurjanah, S., Koto, Y., & Danismaya, I. (2022). Madu Dapat Menurunkan Frekuensi Diare Pada Anak: Honey Can Reduce The Frequency Of Diarrhea In Children. *Journal of Nursing Education and Practice*, 2(1), 25-30.

- Hasani, R., Maharani, S., & Jaya, N. (2024). Implementasi Pemberian Terapi Komplementer Madu Terhadap Diare Pada Anak (1-5 Tahun) Di Rs Islam Faisal Makassar: Implementation of Complementary Honey Therapy for Diarrhea in Children (1-5 Years) At Faisal Islamic Hospital Makassar. *Media Keperawatan: Politeknik Kesehatan Makassar*, 15(2), 236-241.
- Herlina, A., Syaripudin, Pujiyana, Okta, I. R., Rahmatullah, L., Hidayat, Mahardika, I. T. D. K., & Syaripudin, A. (2024). The Effectiveness of Honey Administration on Reducing the Frequency of Diarrhea in Children with Acute Gastroenteritis in the Carnation Room of Rsud Waled Cirebon District: Case Study. *Jurnal Multidisiplin Madani*.
- Ifalahma, D., & Nisha, M. H. (2023). Honey Therapy to Reduce the Frequency of Diarrhea in Children. 4(1), 211–216.
- Nepiana, N., Setiawati, S., & Wandini, R. (2024). Terapi Komplementer Penggunaan Madu dan Zinc Untuk Mengatasi Diare pada Anak Di Desa Lempasing Provinsi Lampung. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat*, 7(9), 3763–3773
- Prihartini, N. (2025). Pengaruh Pemberian Madu Terhadap Penurunan Frekuensi Diare Pada Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Rundeng Kota Subulussalam Tahun 2023. *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 11(1), 488-493.
- Purnamasari, M. D., & Anisa, D. O. (n.d.). Efektifitas Pemberian Suplementasi Zinc Dalam Mengatasi Diare Pada Anak: Literature Review.
- Puspita, U. N., Muhith, A., & Zahro, C. (2023). Complementary Honey Therapy To Reduce The Frequency Of Diarrhea In Toddlers: Literature Review. *Journal of Applied Nursing and Health*.
- Putri, N. D., Novelia, S., & Ariesta, E. M. (2024). Factors Associated with the Incident of Diarrhea among Children. *Nursing and Health Sciences Journal (NHSJ)*.
- Rosmiati, R., Mauliza, M., & Mardiati, M. (2025). Hubungan Personal Hygiene dengan Kejadian Diare pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Muara Dua Kota Lhokseumawe. *Termometer*, 3(3), 01–13
- Sulistyorini, S. (2025). Edukasi Pemanfaatan Madu sebagai Terapi Pendukung untuk Mengatasi Diare pada Anak: Meningkatkan Pengetahuan Ibu melalui Intervensi Edukatif. *Deleted Journal*, 3(3), 94–100.
- Suntin, S., & Botutihe, F. (2021). Terapi Komplementer Madu Pada Anak Untuk Menurunkan Frekuensi Diare. *Jurnal Kesehatan Delima Pelamonia*
- Susilowati, E., Astuti, Y., & Mulyasih, R. (2023). Scoping Review: Diarrhea in Toddlers and Causing Factors.