

AMALAN PERUBATAN HERBA DAN KESEIMBANGAN HUMORAL DALAM PENJAGAAN KESIHATAN POST PARTUM WANITA MELAYU: PERSPEKTIF BUDAYA DAN PERUBATAN

***(HERBAL MEDICINE PRACTICES AND HUMORAL BALANCE IN POST
PARTUM HEALTH CARE FOR MALAY WOMEN: CULTURE AND
MEDICINE PERSPECTIVE)***

Hajjah Wan Aminah Haji Hasbullah & Nik Norliza Nik Hassan

Abstrak

Tumbuhan herba merupakan satu anugerah Allah yang sangat bernilai kepada manusia. Tumbuhan herba mempunyai pelbagai kegunaan sama ada sebagai sumber makanan, ubatan dan kosmetik. Malaysia merupakan antara negara yang tergolong sebagai mega diversiti dunia kerana mempunyai hutan hujan tropika dan dapat menampung lebih 20 ribu spesies tumbuhan, dan daripada jumlah tersebut, 2000 spesies dikategorikan sebagai tumbuhan ubatan atau herba yang diwartakan. Selain kegunaan dalam perubatan tradisional, tumbuhan herba juga menyumbangkan peranan dalam penemuan ubat-ubatan moden di mana Pertubuhan Kesihatan Sedunia (WHO) telah melaporkan bahawa sebanyak 80% daripada penduduk dunia hari ini bergantung kepada herba dalam penjagaan kesihatan asas. Kajian Burkill (1930), Manderson (1981), Wazir Jahan Karim (1984), Laderman (1983, 1987, 1988), Oong Hean Chooi (2004, 2007 & 2008) menyentuh tentang penggunaan herba dalam aspek perbidanan dan penjagaan wanita mengandung dan juga wanita selepas bersalin. Senario hari ini menunjukkan wujudnya persaingan antara pengaruh serta khidmat bidan kampung (tradisional) dengan bidan kerajaan. Khidmat bidan kampung semakin berkurangan disebabkan oleh polisi kerajaan serta faktor sosioekonomi masyarakat yang semakin baik pada hari ini. Namun begitu masih ramai golongan wanita Melayu di Malaysia yang menggunakan khidmat bidan kampung terutama dari segi nasihat dan tatacara penggunaan herba tertentu untuk tujuan perawatan dan pemakanan wanita tersebut sewaktu mengandung dan juga selepas bersalin. Kertas kerja ini mengupas aspek penggunaan herba dalam penjagaan kesihatan wanita Melayu selepas bersalin dari perspektif budaya dan perubatan. Aspek keseimbangan humoral dan pemilihan herba dan sumber makanan sewaktu wanita mengandung dan selepas bersalin turut dibincangkan. Penekanan turut diberi mengenai implikasi penggunaan herba bagi golongan wanita Melayu sewaktu mengandung dan juga selepas bersalin, serta tren pengambilan herba dalam kalangan wanita Melayu selepas bersalin pada hari ini.

Kata kunci: Herba, penjagaan kesihatan, selepas bersalin, wanita, Melayu, budaya, perubatan

Abstract

Herbal plants are a precious gift from God to humans. Herbal plants have a variety of uses either as a source of food, medicine and cosmetics. Malaysia is one of the world's mega diversities because it has tropical rainforests and can accommodate more than 20 thousand plant species and from that number, 2000 species are categorized as gazetted herbs or herbs. In addition to the use of traditional medicine, herbs also contribute to the discovery of modern medicines where the World Health Organization (WHO) has reported that 80% of the world's population today relies on herbs in basic healthcare. The study of Burkill (1930), Manderson (1981), Wazir Jahan Karim (1984), Laderman (1983, 1987, 1988), Oong Hean Chooi (2004, 2007 & 2008) touched on the use of herbs in the maternity and maternity aspects of pregnant women as well women after childbirth. Today's scenario shows the competition between the influence and the traditional village midwife service with the government midwife. The village midwifery services are declining due to government policies and socioeconomic socio-economic factors that are improving today. However, there are still many Malay women in Malaysia who use the village midwife service especially in terms of the advice and use of certain herbs for the purposes of nursing and nutrition during pregnancy and after delivery. This paper examines aspects of the use of herbs in the health care of Malay women after childbirth from a cultural and medical perspective. The humoral balance aspect and the selection of herbs and food sources when women are pregnant and after delivery are also discussed. Emphasis was also given on the implications of using herbs for the Malay women during pregnancy and after delivery, as well as the trend of herbal extraction among Malay women after delivery today.

Keywords: *Herbs, health care, postpartum, women, Malay, culture, medicine*

PENGENALAN

“The Medicines in herbs are derived from the cosmic forces of sunlight, moonlight, and starlight from rain and dew and the minerals of the earth's soil layers, as well as the hereditary properties. Any herb can have its medicinal properties analyzed to a certain extent; only the cosmic and the hereditary cannot yet be measured, which is most unfortunate, for it is in this ‘streaming spirit’ of the herb that most of the healing powers are contained.”

(Juliette De Bairacli Levy 1973: 188, dipetik dalam Wood 2008: 23)

Kegunaan tumbuhan herba dalam perubatan tradisional dalam kalangan masyarakat Malaysia sememangnya tidak dapat disangkal lagi kerana kini sudah terbukti banyaknya penggunaan ubatan tradisional atau alternatif yang berasaskan herba dijual di pasaran di negara kita. Pertubuhan Kesihatan Sedunia (WHO) turut melaporkan bahawa terdapat lebih 80 peratus penduduk dunia menggunakan perubatan alternatif yang berasaskan herba, khususnya di Negara-negara Dunia Ketiga. Hal ini menjadikan tumbuhan herba semakin diperlukan oleh manusia sejajar dengan peningkatan produk perubatan alternatif yang berasaskan herba tersebut. Kajian Burkill dan Haniff (1930) telah membuktikan bahawa Malaysia mempunyai lebih dari 1000 spesies tumbuhan herba yang didakwa mempunyai ciri terapeutik dan digunakan oleh masyarakat Melayu sejak dahulu lagi.

Penggunaan herba-herba khusus dalam aspek penjagaan kesihatan wanita Melayu selepas bersalin termasuk juga sewaktu post-partum telah diamalkan sejak zaman dahulu lagi. Pengetahuan tentang jenis herba dan tatacara penggunaannya diperoleh melalui warisan nenek moyang serta petua orang tua-tua. Menurut Esterik (1988) pengambilan herba bagi wanita mengandung dan selepas bersalin turut diamalkan oleh kebanyakan wanita di Asia Tenggara dengan memanfaatkan tumbuhan herba yang ada di kawasan mereka. Secara umum pengambilan herba oleh wanita selepas bersalin bertujuan untuk tujuan perawatan dan pencegahan daripada penyakit-penyakit tertentu yang boleh mengganggu kesihatan wanita tersebut dan juga bayi yang dilahirkan.

Aspek perbidanan dalam masyarakat Melayu melibatkan tokoh perawat tradisional wanita yang dikenali sebagai bidan kampung. Peranan bidan kampung dalam perawatan kaum wanita

Melayu semasa mengandung dan juga selepas bersalin merupakan sebahagian daripada amalan sistem perubatan tradisional Melayu sejak turun temurun lagi. Chen (1975 & 1981) merujuk bidan kampung sebagai golongan perawat wanita yang turut menyumbang dalam sistem perubatan tradisional Melayu. Seseorang bidan itu bukan sahaja berperanan untuk menjaga dan merawat golongan wanita berkenaan, malah turut berfungsi sebagai tukang urut, bomoh akar kayu dan ada kalanya sebagai bomoh spiritual pada masa yang sama (Wazir 1984). Antara kaedah yang diamalkan dalam rawatan perbidanan tradisional ini ialah melalui pengambilan herba-herba tertentu untuk digunakan sepanjang tempoh berkenaan, di samping kaedah jampi dan doa. Justeru, bidan kampung merupakan golongan pakar dalam sistem perubatan tradisional Melayu yang boleh menentukan jenis dan klasifikasi herba yang perlu digunakan dan manfaatnya terhadap ibu tersebut serta bayi yang dilahirkan¹.

Senario hari ini menunjukkan peranan bidan kampung dalam perawatan wanita mengandung dan selepas bersalin di Malaysia sudah berkurangan disebabkan oleh adanya kemudahan sistem perubatan moden yang semakin canggih serta perkhidmatan bidan kerajaan yang dikemas kini dan diperluaskan di seluruh negara bermula tahun 1970-an. Oleh itu wanita Melayu pada hari ini disarankan menggunakan khidmat bidan kerajaan yang bertauliah dan diiktiraf oleh kerajaan. Manakala khidmat bidan kampung masih lagi diperlukan sebagai rawatan alternatif bagi golongan wanita Melayu yang memerlukannya. Laderman (1983) menyifatkan faktor sosioekonomi menjadi penyumbang utama terhadap pemilihan khidmat bidan kerajaan mahupun bidan kampung di negara ini khususnya selepas Malaysia mencapai kemerdekaan. Justeru khidmat bidan kampung hanya terhad kepada peranan mereka dalam menasihati golongan wanita mengandung dan selepas bersalin terutama tentang aspek penjagaan kesihatan, kaedah urutan termasuklah pengambilan herba-herba yang sesuai sebagai makanan kesihatan untuk selama tempoh wanita tersebut berpantang, lazimnya antara 40 hingga 44 hari, malah ada juga yang berpantang sehingga tempoh 100 hari .

Perspektif budaya dan perubatan meninjau tentang sistem perubatan tradisional herba yang digunakan dalam perawatan wanita selepas bersalin di Malaysia, di samping peranan bidan kampung selaku "*folk healer*" dalam masyarakat Melayu sehingga kini. Perbincangan turut menyentuh tentang bagaimana unsur budaya, persekitaran, adat dan sistem kepercayaan masyarakat Melayu mempengaruhi amalan pengambilan herba dalam kalangan wanita Melayu berkenaan serta implikasinya terhadap kesihatan ibu dan anak yang dilahirkan. Aspek humoral Melayu iaitu keseimbangan unsur panas dan sejuk yang diperlukan oleh wanita sewaktu post-partum juga turut disentuh bertujuan untuk mengaitkan cara pengambilan herba yang sesuai pada waktu tersebut.

OBJEKTIF KAJIAN

Kertas kerja ini mempunyai tiga objektif utama, iaitu:

- 1) Menerangkan pengetahuan terkini tentang amalan perubatan tradisional herba dalam perawatan wanita Melayu selepas melahirkan anak.
- 2) Mengetengahkan peranan bidan kampung selaku tokoh perawat tradisional wanita Melayu dalam aspek penjagaan kesihatan ibu dan anak
- 3) Mengaitkan faktor budaya, adat, sistem kepercayaan, persekitaran dan sosioekonomi dalam amalan pengambilan herba di kalangan wanita Melayu selepas bersalin di negara ini.

METODOLOGI KAJIAN

Kajian ini menggunakan kaedah kajian perpustakaan sebagai kaedah utama. Di samping itu kaedah temu bual bersemuka dan pemerhatian turut serta juga digunakan untuk mengenal pasti jenis tumbuhan herba khusus yang digunakan dalam perawatan dan pemakanan kesihatan golongan wanita mengandung dan selepas melahirkan anak. Antara informan yang dilibatkan dalam kajian ini

¹ Bidang tugas bidan kampung dalam sistem perubatan tradisional Melayu dilakukan menurut adat dan kepercayaan masyarakat setempat, seperti menempah bidan, mandi bunting, melenggang perut sehinggalah kepada khidmat sewaktu seseorang wanita itu bersalin dan dalam tempoh berpantang.

ialah para bidan kampung yang masih aktif serta bomoh akar kayu yang diperoleh nama-nama mereka secara 'snowball sampling'. Maklumat yang diperoleh dalam kajian ini merupakan sebahagian daripada dapatan kajian penyelidikan mengenai amalan perubatan herba tradisional dalam konteks perbidanan dan penjagaan kesihatan wanita di daerah Kota Bharu dan Bachok, Kelantan dan juga di Pulau Langkawi, Kedah.

Unsur Humoral Melayu kaitannya dengan wanita Melayu dalam pantang

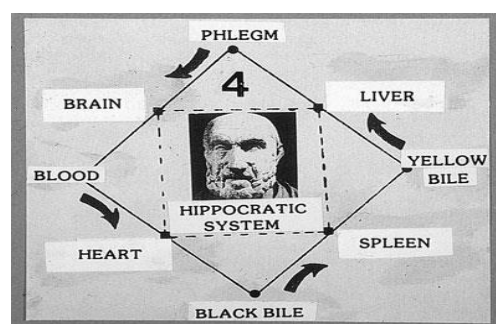
Proses kelahiran dan proses berpantang selama 40–44 hari yang lazimnya diamalkan oleh wanita Melayu di Malaysia sejak zaman dahulu merupakan fasa penting untuk melengkapkan diri wanita tersebut sebagai ibu kepada bayi yang dilahirkannya. Raphael (1975), menyifatkan proses menjadi seorang ibu merupakan “a rite de passage” bagi seseorang wanita, yakni mereka perlu melalui pelbagai proses bermula dari saat dirinya disahkan hamil sehingga mereka melahirkan anak dan melalui proses penjagaan selepas kelahiran. Oleh itu proses berpantang ini seharusnya tidak boleh diambil mudah kerana implikasi dari proses mengandung dan melahirkan bayi boleh menjejaskan kesihatan si ibu mahupun si anak sekiranya aspek penjagaan kesihatan tidak diambil berat, terutama penjagaan kesihatan dalaman dan luaran wanita tersebut.

Laderman (1984 & 1987), Wazir Jahan Karim (1984) menyifatkan keadaan humoral patologi seseorang wanita selepas bersalin berada dalam keadaan tidak seimbang, sering kali berada dalam keadaan sejuk akibat kehilangan darah panas sewaktu proses melahirkan bayi. Keadaan ini memerlukan penjagaan dan perawatan rapi dari segi fisiologikal wanita tersebut. Sistem humoral yang dimaksudkan di sini merujuk kepada sistem humoral Melayu yang diinterpretasikan sendiri oleh masyarakat Melayu seperti yang dikaji oleh Laderman (1984 & 1987), iaitu gabungan antara unsur humoral yang diperkenalkan oleh Hipocrates dan juga Galen serta adat, budaya, sistem kepercayaan dan persekitaran masyarakat Melayu itu sendiri. Hal ini membezakan maksud keseimbangan humoral yang digunakan oleh Hippocrates dan Galen di zaman tamadun Greek kemudian diperluaskan sewaktu zaman kegemilangan Islam. Menurut Anderson (1987);

“The humoral theory in its full form, with hot opposed to cold, wet opposed to dry, and the four humors produced by combinations thereof, was in existence by Galen’s time and continued to propagated as mainstream European medicine thereafter.”

(Anderson 1987: 331)

Keseimbangan unsur humoral ini dapat dijelaskan melalui rajah 1 di bawah:



(petikan daripada <http://www.hormones.gr>)

Manakala sistem humoral Melayu merujuk kepada;

“The Malay humoral system, in common with other portions of Malay belief, is dynamic, situational, reinforced by empirical observations, and incorporates variation within its model. Harmony and balance, both humoral and otherwise, are equated with health and happiness, imbalances with disease and disaster.”

(Laderman 1987: 363)

Oleh itu sistem humoral Melayu masih kuat dipengaruhi oleh sistem kepercayaan masyarakat setempat, unsur keagamaan dan kemasyarakatan dalam memahami konsep sakit demam sama ada yang bersifat naturalistik mahupun personalistik, serta kaedah rawatan yang diperlukan. Sistem humoral Melayu yang meliputi pelbagai bentuk kepercayaan, adat dan pantang larang orang Melayu dalam aspek perubatan dan kesihatan sepertimana yang dikaji oleh Winstedt (1951) Gimlette (1971) Endicott (1970) dan Mohd Taib Osman (1977 & 1988) sebelum ini. Justeru, pemilihan dan pengambilan herba yang bersesuaian dengan keadaan humoral seseorang wanita selepas bersalin dapat membantu untuk memberikan keseimbangan dari segi suhu badan wanita tersebut yang turut mempengaruhi kesihatan fizikal, emosi serta spiritual mereka.²

Perspektif antropologi perubatan dan sosiobudaya menilai aspek ini bukan sahaja disebabkan oleh faktor humoral tubuh sahaja malah ianya juga dipengaruhi oleh unsur-unsur spiritual, adat dan budaya wanita berkenaan. Aspek ini termasuk cara pemilihan herba untuk tujuan penjagaan kesihatan, pantang larang yang bersifat keagamaan, adat dan kemasyarakatan terutama untuk tempoh sementara wanita tersebut dalam keadaan berpantang. Aspek ini memperlihatkan keharmonian antara unsur-unsur yang terdapat di sekeliling wanita berkenaan, iaitu faktor hubungannya dengan Tuhan, hubungannya dengan alam sekeliling serta hubungannya dengan masyarakat. Tugas bidan kampung untuk memenuhi keperluan golongan ibu yang sedang dalam proses post-partum ini dilihat penting bukan sahaja sebagai suatu simbol hubungan antara golongan perawat dengan si ibu dan anak yang baru dilahirkan, malah melibatkan komuniti dalam sesebuah masyarakat. Wazir Jahan Karim (1984) menyifatkan bahawa peranan bidan kampung setaraf dengan tokoh-tokoh perawat tradisional Melayu yang lain seperti bomoh, pawang, dukun dan tok teri dalam sistem perubatan tradisional Melayu.

Proses bersalin mengakibatkan berlakunya perubahan dari segi emosi dan fisiologi setiap wanita. Perubahan ini memberi implikasi terhadap kemunculan pelbagai penyakit yang lazimnya dialami oleh kaum wanita sama ada ia bersifat fizikal, emosi mahupun spiritual. Pandangan para bidan kampung yang ditemui mengatakan bahawa terdapat beberapa penyakit serta gangguan yang paling ditakuti oleh setiap wanita selepas bersalin dan dalam tempoh berpantang. Penyakit atau gangguan tersebut boleh dibahagikan kepada tiga kategori utama iaitu, gangguan fizikal postpartum, gangguan emosi postpartum dan juga gangguan spiritual postpartum.

Gangguan fizikal bagi wanita selepas bersalin merujuk kepada masalah-masalah seperti tumpah darah, jangkitan kuman dan virus, sakit kepala, sakit pinggang serta suhu badan si ibu yang tidak menentu, sama ada terlalu sejuk atau terlalu panas. Laderman (1984 & 1987) menyentuh kepentingan pengambilan makanan seimbang sewaktu proses berpantang adalah sangat penting bagi memastikan kesihatan tubuh badan dalaman dan luaran wanita tersebut tidak terganggu. Bagi para bidan kampung yang ditemui juga berpendapat bahawa aspek pemakanan yang betul dan pengambilan herba adalah sebagai langkah penjagaan untuk mengelakkan gejala penyakit ini di kalangan para wanita yang dalam proses berpantang. Secara tidak langsung unsur humoral dalam tubuh badan wanita tersebut sentiasa berada dalam keadaan seimbang dan tidak mengganggu kesihatan mereka. Aspek ini turut dipercayai dan diamalkan dalam sistem terapi herba tradisional oleh etnik-etnik lain di Asia Tenggara, contohnya masyarakat Jawa dan masyarakat Thai. Esterik (1988) menjelaskan bahawa;

“Both Thai and Javanese herbal therapies are based on the humoral theory whereby foods, diseases and medicines are categorized as possessing varying degree of heat”.

(Esterik 1988: 754)

² Dalam sistem humoral Melayu-Islam, aspek keserasian dan keharmonian hubungan suami isteri, termasuk adat dan pantang larang dalam memilih tarikh-tarikh yang sesuai untuk ‘hari jatuh benih’, hari-hari yang tidak digalakkan untuk mengadakan hubungan suami isteri kerana dikhuatiri berlaku gangguan syaitan pada pasangan suami isteri dan meninggalkan kesan negatif pada bayi dalam kandungan, misalnya, serta keserasian antara ibu dan anak yang di kandung agar kesihatan fizikal, emosi dan spiritual si ibu terpelihara sehingga habis tempoh berpantang (rombak dapur). Ini termasuk juga pelbagai jenis pantang larang dari segi percakapan, pergerakan dan perbuatan sama ada oleh si bapa atau si ibu berkenaan.

Selain gangguan fizikal, para ibu yang sedang berpantang juga turut terdedah kepada gangguan emosi post-partum iaitu sejenis gangguan yang melibatkan emosi, tindakan dan tingkah laku golongan ibu berkenaan. Gangguan ini juga berpunca daripada gangguan perjalanan darah dalam sistem badan yang tidak sampai ke bahagian otak akibat perubahan suhu mahupun persekitaran yang tidak bersesuaian dengan si ibu. Terminologi sistem perubatan tradisional Melayu merujuk gangguan ini sebagai “meroyan” atau “gila meroyan”. Gangguan ini sekiranya tidak dirawat di peringkat awal boleh mempengaruhi gangguan kesihatan mental untuk tempoh yang sangat lama. Namun begitu dengan adanya kemudahan dalam sistem perubatan moden, gejala seperti ini sudah dapat dikurangkan. Sebarang komplikasi selepas melahirkan anak lazimnya dirujuk kepada pihak hospital terlebih dahulu sebelum seseorang wanita itu memilih kaedah rawatan secara tradisional dan alternatif.

Dari segi perubatan tradisional Melayu pula, para informan yang ditemui berpendapat bahawa gejala ini boleh dicegah di peringkat awal dengan memastikan pengambilan makanan yang sesuai untuk si ibu, terutama dari segi tahap sejuk atau panas makanan tersebut serta tahap bisa atau tidak bagi setiap makanan yang diambil sewaktu proses post-partum. Aspek ini termasuk juga amalan *bertangas*, *berdinding*, *bertungku* dan *berurut* untuk para ibu dalam berpantang. Faktor keseimbangan suhu badan dalaman dan luaran si ibu adalah sangat penting bagi memastikan badan mereka cergas dan sihat sepanjang tempoh berpantang. Harus diingat bahawa kaedah pengambilan makanan termasuk juga amalan perubatan herba untuk tujuan ini mungkin berbeza antara seorang individu dengan individu yang lain kerana faktor pengambilan makanan dan ubatan tradisional dalam masyarakat Melayu masih kuat dipengaruhi oleh unsur budaya, adat dan persekitaran. Oleh itu cara berpantang dan jenis pengambilan makanan termasuk herba mungkin berbeza antara wanita dalam sesebuah negeri atau daerah yang berbeza di Malaysia. Bagi para informan yang ditemu bual penulis berpendapat bahawa perbezaan jenis makanan dan herba yang diambil untuk tujuan kesihatan para ibu sedang berpantang tidak menjadi soal, asalkan keseimbangan humoral tubuh si ibu tersebut tidak terganggu. Penyelidik turut mendapati perbezaan ini sepanjang menjalankan penyelidikan etnografinya di daerah Kota Bharu, Kelantan dan di daerah Langkawi, Kedah Darul Aman.

Dalam keadaan tertentu para ibu yang sedang berpantang juga boleh mendapat gangguan spiritual seperti gangguan sihir, makhluk halus dan sebagainya. Berdasarkan maklumat yang diperoleh daripada para informan dalam kajian ini, masih ada segelintir golongan wanita Melayu khususnya yang mengidap penyakit ini selepas melahirkan anak dan sewaktu dalam pantang. Antara punca yang dinyatakan oleh para informan ialah kebersihan tubuh badan si ibu serta persekitarannya yang tidak bersih boleh mengundang kepada masalah ini, terutama sekiranya seseorang wanita itu lemah semangat. Menurut pandangan bidan Mak Som yang ditemui di Langkawi, Kedah mengatakan bahawa rongga wanita yang mengandung dan selepas bersalin adalah terbuka dan memudahkan gangguan-gangguan seperti itu³. Sehubungan ini beliau menggunakan kaedah alternatif iaitu dengan memastikan sejenis herba yang dikenali sebagai ‘daun tutup bumi’ (*Elephantopus Scaber*) sentiasa diletakkan di bahagian pintu bilik serta berdekatan dengan si ibu dan bayinya bertujuan untuk menghalau gangguan makhluk halus tersebut. Menurut Mak Som lagi, berdasarkan kepercayaan tradisi bahawa bau dan asap dari herba tersebut boleh mengusir anasir-anasir jahat daripada mengganggu si ibu yang sedang berpantang. Namun begitu sehingga sekarang kepercayaan ini masih belum dapat dibuktikan secara saintifik. Justeru amalan penjagaan kesihatan wanita berpantang yang bersifat “*psychosocial-religious*” adalah sangat penting bagi membantu seseorang wanita memulihkan kembali semangat dan tenaganya selepas bersalin. Bagi merawat penyakit gangguan spiritual postpartum ini memerlukan elemen keagamaan atau spiritual, kemasyarakatan seiring dengan kaedah rawatan psikiatri moden untuk pesakit berkenaan agar pulih dan bersemangat seperti sedia kala.

³ Temu bual dengan Mak Som (30 Mac 2009), seorang bidan kampung yang masih lagi aktif memberikan perkhidmatannya di Langkawi, Kedah. Beliau juga mempunyai kepandaian untuk menyediakan pelbagai ramuan herba yang boleh digunakan oleh wanita Melayu selepas bersalin, di samping turut memberi khidmat urutan wanita kepada penduduk sekitarnya. Lawatan semula diadakan pada 1 Disember 2014

Oleh itu keseimbangan humoral wanita Melayu yang berpantang selepas bersalin adalah sangat penting agar ketiga-tiga jenis gangguan atau penyakit yang disebutkan di atas dapat diatasi. Sistem humoral Melayu yang mengandungi kombinasi antara sistem humoral Hippocrates dan Galen serta percampuran antara adat, budaya dan sistem kepercayaan lama (*folk belief*) masih mendapat tempat di kalangan golongan perawat tradisional Melayu serta mereka yang berpegang teguh kepada warisan penjagaan kesihatan orang-orang lama, termasuk juga pengambilan herba-herba tertentu sewaktu dalam proses berpantang.

Pengambilan herba untuk wanita Melayu sewaktu Post-partum dan tren amalan masa kini

Sistem perubatan herba merupakan terapi perubatan tertua di dunia. Sistem perubatan herba adalah suatu sistem perubatan yang bersifat holistik kerana tumbuh-tumbuhan herba mudah diperolehi selain boleh digunakan oleh pelbagai peringkat usia manusia. Kebanyakan pengamal terapi herba berpendapat bahawa sistem perubatan yang berasaskan herba ini sangat mementingkan konsep keharmonian dan keseimbangan di antara unsur sejuk dan unsur panas bagi mencapai tahap kesihatan yang baik dalam diri manusia. Oleh itu, setiap pengambilan dan penggunaan tumbuhan herba bagi merawat penyakit manusia juga dikhususkan sama ada untuk mengimbangi tahap kepanasan dan tahap kesejukan dalam badan manusia. Ia juga berfungsi menentukan simptom atau tanda-tanda penyakit dalam tubuh badan manusia bagi mewujudkan keseimbangan dan keharmonian di antara unsur panas dengan unsur sejuk. (Wan Aminah & Noor Eshah 2010)

Falsafah perubatan tradisional Melayu berasaskan herba sangat mementingkan keserasian tubuh badan manusia dengan jenis herba yang perlu digunakan dalam perubatan. Justeru, menurut beberapa orang bomoh akar kayu yang ditemui menegaskan bahawa mereka perlu mempelajari tentang tumbuhan herba dan penyakit dengan sedalam-dalamnya. Pengetahuan kedua-dua aspek ini sama pentingnya kerana ia melengkapi antara satu sama lain. Pengetahuan tentang tumbuhan herba sahaja tidak mencukupi jika tidak disandarkan kepada pengetahuan mengenai penyakit yang boleh disembuhkan dengan herba tersebut. Bagi pengamal perubatan tradisional Melayu, tumbuhan herba dan manusia adalah dua ciptaan Allah yang mempunyai kaitan antara satu dengan yang lain. Kedua-duanya adalah sebahagian daripada alam persekitaran fizikal yang luas. Manusia dicipta untuk mentadbir alam, manakala tumbuhan herba dicipta untuk kegunaan manusia dan persekitaran semula jadi. Oleh kerana manusia mempunyai akal, maka manusia perlu berusaha mewujudkan suatu keadaan yang seimbang dan harmoni di alam ini. Walaupun manusia memerlukan tumbuhan herba, namun, manusia tidak boleh memusnahkannya sama sekali, kerana jika ini berlaku manusia tidak lagi boleh memanfaatkan kebaikan tumbuhan-tumbuhan herba. (Wan Aminah & Noor Eshah, 2010)

Pada zaman sekarang kaedah penggunaan herba untuk wanita selepas bersalin telah dipelbagaikan, iaitu tidak lagi bergantung sepenuhnya kepada pengambilan herba secara alami. Kini telah wujud pelbagai pakej perawatan herba untuk wanita selepas bersalin dalam bentuk kapsul, gel lembut, serbuk, krim dan sebagainya dengan pelbagai jenama yang ada di pasaran seperti Mustika Ratu, HPA, Sendayu Tinggi dan sebagainya. Para pengguna tidak lagi perlu memakan atau meminum herba berkenaan secara semula jadi seperti mana kebanyakan yang diamalkan oleh para wanita pada zaman dahulu. Selain itu terdapat juga pakej herba untuk wanita selepas bersalin yang disediakan sendiri oleh bidan kampung tertentu atas permintaan pengguna berkenaan. Lazimnya pakej seperti ini dijual dalam kalangan pengguna yang telah biasa dengan perkhidmatan bidan kampung tersebut.

Amalan penggunaan herba untuk wanita Melayu sewaktu post-partum antara lain bertujuan untuk rawatan kesihatan secara umum, di samping ada juga untuk tujuan rawatan khusus seperti penambahan kandungan darah untuk ibu lepas bersalin, membaiki dan menguatkan sistem peranakan, menambah penghasilan air susu ibu, pembuangan toksik dan angin dalam badan serta untuk keseimbangan suhu badan si ibu dalam berpantang. Setiap herba yang digunakan mempunyai khasiat tertentu yang juga boleh dibuktikan secara saintifik. Antara unsur-unsur penting yang terdapat dalam herba ialah asid organik yang berfungsi sebagai anti septik. Bagi wanita Melayu yang

berpantang (sama ada lepas bersalin atau keguguran), pengambilan daun asam gelugur (*Garcinia atrovirens* Griffith ex T.), halia (*Zingiber Officinale*) rebusan air daun ati-ati (*Coleus Scutellarioides* L) air rebusan akar serta daun limau nipis (*Citrus Aurantifolia*) berfungsi sebagai agen anti septik untuk mencuci bahagian peranakan dan menurunkan tekanan darah wanita tersebut. Para bidan kampung yang ditemui berpendapat bahawa kaedah tradisional ini masih lagi diamalkan sehingga kini walaupun telah wujud pelbagai jenis ubat moden seperti antibiotik dan antiseptik moden yang dibekalkan oleh hospital dan farmasi.

Beberapa orang bidan kampung yang ditemui turut mengambil berat tentang kepentingan si ibu selepas bersalin untuk mengekalkan tahap suhu yang sesuai sewaktu dalam berpantang serta aspek pembuangan toksik dan 'bisa' selepas bersalin. Menurut bidan Kak Nab yang ditemui di Kota Bharu mengatakan bahawa tubuh badan wanita Melayu selepas bersalin adalah berada dalam keadaan sejuk, akibat kehilangan darah panas sewaktu proses bersalin. Maka adalah penting untuk si ibu berkenaan mengambil herba yang berfungsi untuk mendapatkan keseimbangan antara suhu panas dan sejuk pada badannya, di samping mengeluarkan racun dan 'bisa' dari badan si ibu berkenaan. Menurut beliau lagi, penggunaan herba seperti batang dan akar temu kunci (*Boesenbergia Rotunda* L) ditumbuk untuk kegunaan luaran, daun serai wangi sebagai bahan mandian si ibu lepas bersalin, buah dan kulit pala (*Myristica fragrans* H) direbus dan diminum serta keladi cabang (*Sagittaria Trifolia* L) ditumbuk dan dimakan boleh membantu untuk pembuangan angin dan toksik dalam badan wanita yang berpantang⁴. Selain itu herba-herba seperti batang dan akar kaci fatimah (*Labisia Pumila* BL) yang direbus untuk minuman kesihatan ibu selepas bersalin, pokok kulai (*Oroxylum Indicum*) yang dimakan secara mentah serta biji dan akar lenggundi direbus (*Vitex Tournefortii*) untuk mengurangkan bisa kesakitan selepas bersalin dan untuk tujuan pembuangan angin dalam badan. Kaedah ini juga masih diamalkan oleh segelintir wanita Melayu yang berpantang, namun ada kalanya amalan ini tidak menjadi pilihan ramai disebabkan kesukaran untuk memperoleh herba-herba tertentu, seperti pala, contohnya. Malah sebahagian besar wanita Melayu sekarang ini lebih gemar untuk memilih herba yang telah dikapsulkan atau dihasilkan dalam bentuk gel lembut (*soft gel*) kerana ianya mudah untuk ditelan tanpa rasa pahit atau kelat. Dari segi saintifik, contohnya penggunaan kaci fatimah dalam rawatan untuk kesihatan wanita, mengandungi unsur anti oksidan dan 'phytoestrogen' membantu mencegah pembiakan sel-sel kanser dalam badan. Manakala biji dan akar lenggundi pula mengandungi unsur alkaloid dan asid p-hidroksibenzoik yang berfungsi sebagai anti bakteria dan merangsang sistem saraf (Ong Hean Chooi 2004).

Bagi wanita Melayu moden dan berkerjaya serta berkemampuan, lazimnya mereka memilih rawatan di salun-salun kecantikan dan Spa yang menawarkan pakej rawatan khusus untuk ibu selepas bersalin (*post-natal care*) seperti kemudahan sauna, urutan serta peralatan canggih untuk pembuangan toksik dalam badan, di samping kemudahan tempat yang selesa, nyaman dan bersih. Menurut pandangan beberapa informan yang ditemui bual, kaedah wanita Melayu berpantang selepas bersalin sudah banyak yang diubahsuai berbanding dengan kaedah berpantang sewaktu zaman dahulu. Menurut informan berkenaan, faktor kesibukan bekerja dan juga faktor sosioekonomi yang semakin baik masa kini menyebabkan ramai golongan wanita Melayu selepas bersalin lebih gemar memendekkan tempoh waktu berpantang mereka, terutama dari segi pengambilan herba, kaedah berpantang makan serta turut memendekkan tempoh berurut, bertangas dan bertungku. Menurut para bidan kampung yang ditemui sudah agak jarang yang mengikuti tempoh pantang secara penuh disiplin sehingga 44 hari atau 100 hari seperti mana amalan wanita Melayu pada zaman dahulu.

Terdapat juga pelbagai jenis herba tempatan yang berfungsi untuk menambah penghasilan air susu ibu. Kebanyakan herba untuk tujuan ini diambil akar, daun atau batangnya untuk direbus bagi dijadikan minuman kepada ibu yang sedang berpantang. Sehingga kini pengambilan herba seperti biji halba (*Trigonella Foenum Graecum*) ditumbuk dan kemudiannya diminum untuk menambah penghasilan air susu ibu. Selain itu daun jintan putih (*Cuminum Cyminum* L) juga boleh direbus dan diminum, kaedah yang sama juga digunakan untuk daun durian belanda (*Annona Muricata* L) juga

⁴ Temu bual dengan bidan kampung, Kak Nab di Kota Bharu (21 Mac 2011). Lawatan dan temu bual semula dilakukan pada 1 Mac 2013 dan 15 April 2016.

serta cekur manis (*sauropus androgynus* L) dimasak untuk tujuan yang sama. Kajian saintifik menunjukkan bahawa cekur manis dan durian belanda, contohnya mengandungi unsur karbohidrat, asid amino, fosforus dan kalsium yang boleh membantu untuk penambahan air susu ibu (Ong Hean Chooi 2008). Bidan Mak Som di Langkawi berpendapat, seharusnya penggunaan herba untuk tujuan ini tidak menjadi suatu kerumitan bagi golongan wanita Melayu yang berpantang kerana keperluan herba ini mudah diperoleh dan sebahagiannya merupakan bahan-bahan yang digunakan dalam masakan seharian.

Kajian Ong dan Nordiana (1999) di daerah Machang, Kelantan mendapati masih ramai wanita Melayu di daerah tersebut menggunakan herba tempatan untuk merawat dan mencegah pelbagai penyakit, termasuk juga pengambilan herba tertentu sewaktu proses postpartum. Kajian mereka menunjukkan pengambilan herba tempatan bagi wanita selepas bersalin di daerah tersebut bertujuan untuk mengembalikan semula tenaga dan memperbaiki sistem peranakan wanita selepas bersalin. Antara jenis herba yang dikenalpasti untuk kegunaan ini antaranya seperti akar serapat (*Hoya diversifolia* Bl), Sekentut (*Lasianthus Oblongus*), Meroyan putih (*Hedyotis capitellata* wall), rumput kelurut (*Lophatherum gracile* Brongn), putat (*Barringtonia scortechinii* King), tepus sehelai setahun (*Gastrochilus Panduratum* Ridl) dan pokok teja (*Cinnamomum iners* Reinw). Kebanyakan herba ini diambil bahagian akar atau batangnya untuk direbus dan diminum oleh wanita yang sedang berpantang itu.

Unsur pantang larang yang dianggap ‘*taboo*’ masih lagi wujud sehingga sekarang walaupun tidak meluas dalam konteks pengambilan herba dan makanan untuk wanita Melayu yang sedang berpantang. Terdapat segelintir perawat tradisional Melayu yang mengklasifikasikan sayuran sebagai makanan yang mengandungi unsur sejuk dan perlu dielakkan pengambilannya oleh wanita Melayu yang dalam postpartum ini. Mereka berpendapat bahawa keadaan suhu badan wanita yang berpantang adalah sejuk dan perlu kepada pengambilan jenis herba dan makanan yang mengandungi unsur panas untuk menstabilkan suhu badan wanita berkenaan. Sehubungan ini, menurut seorang bomoh akar kayu berpendapat bahawa tidak banyak jenis sayuran yang boleh dimakan oleh wanita Melayu ketika berpantang kerana dikhuatiri urat si ibu tersebut akan kembang⁵. Beliau hanya memberikan beberapa contoh jenis sayuran yang baginya tidak mendatangkan bahaya kepada wanita berpantang untuk memakannya, seperti ubi keladi (*colocasia esculenta* L) dan daun petola segi (*luffa acutangula* L) yang mempunyai khasiat tertentu bagi kesihatan umum wanita Melayu selepas bersalin.

Walau bagaimanapun, larangan memakan sayuran sewaktu berpantang pernah menjadi isu hangat terutama dalam kalangan pakar pemakanan dan pakar perubatan moden di negara ini kerana kekurangan pengambilan sayuran dalam makanan seharian boleh menjejaskan diet dan nutrisi si ibu yang berpantang. Kajian Laderman (1983) pernah mempertikaikan amalan yang dianggap ‘*taboo*’ ini dan menolak amalan berpantang memakan sayuran untuk ibu selepas bersalin dalam kajiannya di Merchang, Terengganu. Dalam konteks perubatan moden, aspek *taboo* dalam pemakanan wanita Melayu sewaktu postpartum ini dinilai oleh Siti Hasmah Mohd Ali (1968) sebagai;

“*These food taboos have been handed down from one generation to another. The reasons for these taboos have long been forgotten but nevertheless they are religiously followed. There is a medical evidence to show that these food taboos are harmful to health*”

(Siti Hasmah Mohd Ali 1968: 5)

Sebaliknya pula, Manderson (1981) dan Laderman (1983 & 1987) tidak menolak amalan penggunaan herba untuk tujuan ‘*bertangas*’, ‘*berurut*’, ‘*bertungku*’ dan ‘*berdinding*’ yang diamalkan oleh wanita Melayu bagi tujuan perawatan bahagian peranakan wanita selepas bersalin dan keseimbangan suhu badan ibu yang berpantang. Amalan ‘*bertangas*’, ‘*bertungku*’, ‘*berurut*’ dan ‘*berdinding*’ walaupun dilihat rumit tetapi mempunyai manfaat yang boleh dibuktikan secara saintifik dan juga berdasarkan

⁵ Temu bual dengan Che Wil, seorang bomoh akar kayu di Kg. Pangkalan Hulu, Beris Kubur Besar, Bachok, 18 Mac 2011. Lawatan semula dan temu bual bersempena diadakan sekali lagi pada 22 Februari 2013

kepada keadaan fizikal para ibu yang cepat pulih dari kesakitan dan kelesuan tubuh selepas bersalin berdasarkan kajian mereka. Justeru, amalan penggunaan herba untuk tujuan tersebut tidak dianggap sebagai 'taboo' tetapi lebih kepada adat, kepercayaan dan budaya masyarakat Melayu untuk tujuan penjagaan kesihatan sewaktu postpartum. Selain itu Manderson (1981) juga menyifatkan bahawa aspek pengambilan makanan untuk ibu sedang berpantang bukan sahaja dipengaruhi oleh faktor adat dan budaya malah turut dipengaruhi oleh faktor sosioekonomi sesebuah keluarga.



Foto menunjukkan amalan bertungku selepas bersalin cara normal. Untuk ibu yang bersalin secara pembedahan, amalan bertungku dan berurut hanya dibolehkan antara jarak dua minggu sehingga sebulan selepas melahirkan anak.

Amalan berpantang dalam kalangan wanita Melayu masih dipengaruhi oleh sistem kepercayaan yang berunsur spiritual dan magis. Pandangan Mohd Taib Osman (1977 & 1988) dan Winzeler (1983) mengatakan bahawa sistem kepercayaan ini sudah lama bertapak di Alam Melayu, termasuk juga Tanah Melayu (kemudiannya Malaysia) dan seakan-akan sudah sebatikan dalam jiwa kebanyakan masyarakat Melayu sehingga kini. Dalam konteks kepercayaan spiritual dan magis bagi wanita Melayu selepas bersalin, masih ada yang mempercayai bahawa keadaan fisiologi ibu selepas bersalin adalah lemah dan mudah dikuasai oleh makhluk halus, jin, syaitan dan sebagainya. Malah ada beberapa orang informan yang ditemui berpendapat bahawa darah yang keluar sewaktu proses bersalin merupakan darah kotor dan mudah memberikan kesan negatif kepada si ibu yang berpantang, terutama jika ibu berkenaan lemah semangat. Oleh itu, masih terdapat amalan dan kepercayaan tertentu bagi mengatasi gangguan makhluk halus dan syaitan ini yang melibatkan penggunaan bahan-bahan tertentu dari sumber alam termasuk juga penggunaan herba khusus untuk tujuan tersebut. Bidan Mak Som yang ditemu bual penyelidik berpendapat masih ada segelintir masyarakat Melayu yang mempercayai akan adanya gangguan makhluk halus ini pada ibu yang sedang berpantang. Berdasarkan kepercayaan masyarakat Melayu lama, gangguan ini boleh diatasi dengan cara meletakkan daun dan akar tanaman tutup bumi atau tapak sulaiman (*Elephantopus Scaber*) berdekatan dengan si ibu dan bayi yang dilahirkan. Begitu juga penggunaan daun dan kayu cempaka (*Michelia Champaca* L) direbus dan diminum untuk mengelakkan daripada terkena 'meroyan' pada si ibu yang sedang berpantang⁶.

Razak (2002) pula membahagikan penyakit meroyan ini kepada 30 jenis meroyan berdasarkan kepada nama lokal seperti meroyan panas, meroyan senak, meroyan gila dan sebagainya. Yang membezakan antara satu jenis meroyan dengan yang lain ialah sifat atau simptomnya. Namun demikian ianya jelas menunjukkan ketelitian yang terdapat pada perubatan Melayu tradisional yang juga secara langsung atau tidak langsung menunjukkan ketelitian orang Melayu dalam mengenal

⁶ Temu bual dengan Mak Som, bidan kampong di Langkawi, Kedah (30 Mac 2009 dan 1 Disember 2014)

penyakit. Ketelitian ini penting kerana ia boleh mempengaruhi pemilihan kaedah pengubatan serta ubatnya yang seterusnya menentukan kemujaraban sesuatu ubat yang digunakan. Ini termasuk juga dalam proses pemilihan akar kayu yang sesuai dan serasi untuk merawat penyakit ini.

Sehingga kini tiada bukti saintifik yang boleh membuktikan kegunaan herba tersebut untuk tujuan menghalau gangguan makhluk halus pada ibu yang sedang berpantang. Dari segi perubatan moden pula, gangguan ini lebih dirujuk sebagai gangguan emosi dan spiritual wanita postpartum dan kaedah rawatannya menggunakan sistem perubatan moden di hospital di samping gabungan dengan sistem perubatan Islam.

Justeru, amalan pengambilan herba oleh golongan wanita Melayu selepas bersalin masih lagi relevan dan diteruskan sehingga kini. Walau bagaimanapun faktor pemodenan dan sosioekonomi memperlihatkan wujudnya tren dan perubahan dalam konteks amalan pengambilan herba tersebut. Manakala peranan bidan kampung selaku tokoh perawat tradisional wanita di Malaysia kini disempitkan peranan dan fungsinya sebagai penasihat dari segi pengambilan herba dan juga sebagai tukang urut kepada wanita selepas bersalin memandangkan polisi kerajaan menghendaki setiap wanita di Malaysia menggunakan khidmat bidan kerajaan yang bertauliah bagi mengelakkan sebarang komplikasi yang tidak diingini.

Di samping itu wujud masalah-masalah lain seperti masalah kepupusan atau '*endangered species*' pelbagai jenis herba yang sangat berguna untuk perawatan penyakit wanita selepas bersalin dalam pasaran di Malaysia mahupun di beberapa negara Asia Tenggara yang lain seperti pulosari (*Alyxia stellata*) yang boleh digunakan untuk menurunkan suhu panas badan wanita selepas bersalin, temu mangga (*curcuma mangga*) dan sintok (*Entada Spiralis*) untuk rawatan selepas bersalin⁷. Masalah ini kadangkala menyebabkan golongan wanita Melayu lebih cenderung untuk memilih herba-herba yang diimport dari luar negara kerana ianya mudah didapati di farmasi dan juga kedai-kedai ubat terkemuka di negara kita. Secara tidak langsung pengetahuan dan penggunaan spesies herba tempatan untuk rawatan alternatif masyarakat Melayu menjadi semakin terpinggir dan terhakis dengan cabaran serta persaingan daripada pelbagai jenis perubatan alternatif yang lain.

KESIMPULAN

Pengambilan herba tempatan untuk golongan wanita Melayu selepas bersalin di Malaysia merupakan sebahagian daripada kaedah perubatan tradisional yang masih diteruskan sehingga kini. Warisan pengetahuan, adat, kepercayaan dan amalan nenek moyang ini harus dipelihara dan dikekalkan walaupun Malaysia sudah menuju ke arah pemodenan. Faktor budaya, adat dan agama masih dipegang teguh dalam aspek pemilihan herba serta tatacara penggunaannya termasuk aspek pantang larang dalam kalangan wanita Melayu selepas bersalin di negara ini. Kepelbagaian spesies herba tempatan terbukti dapat menyembuhkan penyakit wanita Melayu selepas bersalin serta untuk penjagaan kesihatan mereka secara umum. Di samping itu peranan dan sumbangan tokoh perawat tradisional wanita, bidan kampung tidak harus diketepikan dalam meneliti semula aspek penjagaan kesihatan wanita Melayu di Malaysia sewaktu postpartum ini. Kajian saintifik telah membuktikan pengambilan herba untuk tujuan perawatan ibu selepas bersalin mempunyai khasiat-khasiat tertentu untuk kesihatan dalaman mahupun luaran. Justeru sehingga kini pengambilan herba masih mendapat tempat dalam kalangan wanita Melayu Malaysia sewaktu post-partum walaupun kaedah

⁷ Pulosari (*Alyxia stellata*) seringkali digunakan sebagai herba untuk rawatan mencegah demam bagi ibu selepas bersalin lazimnya dalam kalangan masyarakat Melayu Jawa. Manakala temu mangga atau dalam masyarakat Melayu dikenali sebagai kunyit putih (*curcuma mangga*) pula digunakan dalam penghasilan jamu dan ubatan tradisional untuk mengecilkan rahim selepas bersalin dan juga ubat bengkung. Menurut Harini (2002), herba ini mengalami masalah kepupusan terutama untuk penggunaan dalam jamu di Indonesia. Menurut informan yang ditemu bual, penggunaan herba ini tidak begitu popular dalam kalangan masyarakat Melayu di Kota Bharu tetapi terdapat segelintir masyarakat Melayu di Langkawi menggunakan herba ini untuk tujuan kesihatan umum. Bomoh akar kayu yang ditemui turut mengakui kesukaran untuk mendapatkan herba ini dalam pasaran tempatan dan tidak ramai yang menanamnya di kawasan rumah. Manakala sintok atau dikenali juga sebagai beluru (*Entada spiralis*) digunakan sebagai bahan campuran untuk mandian ibu selepas bersalin dan juga selepas tamat tempoh berpantang.

penggunaannya telah dipelbagaikan untuk kemudahan para pengguna di negara ini. Justeru tumbuhan herba ini harus dipelihara dan digunakan dengan sebaik-baiknya agar manfaatnya tidak hilang selagi mana manusia terus menghuni di bumi ini. Secara tidak langsung hubungan dan tanggungjawab manusia terhadap alam sekitarnya dapat dilestarikan dengan sebaik mungkin.

LAMPIRAN



Gambar 1. Daun Asam Gelugur yang digunakan untuk mencuci peranakan wanita selepas bersalin. Ia bersifat anti septik



Gambar 2. Daun ati-ati yang digunakan sebagai rebusan untuk mencuci peranakan wanita selepas bersalin dan mengekalkan tekanan darah



Gambar 3. Daun lenggundi digunakan sebagai rebusan untuk menambah tenaga wanita selepas bersalin

PENGHARGAAN & TERIMA KASIH

Ucapan penghargaan & terima kasih kepada semua informan yang sudi ditemu bual dan memberikan kerjasama dalam kajian ini. Penyelidik turut berterima kasih kepada Universiti Sains Malaysia untuk geran Universiti Penyelidikan yang diperuntukkan untuk kajian ini.

RUJUKAN

- Abdul Razak Abdul Karim. 2002. Kitab Tib (MS489) Kepelbagaian Penyakit & Bahan-bahan Perubatan. *Filogi Melayu* 10.
- Anderson, J.R. 1987. Why is Humoral Medicine so popular? *Social Sciences & Medicines* 25(4): 331-337.
- Bhasin, V. 2007. Medical Anthropology: A Review. *Ethnomed* 1(1): 1-20.
- Burkill, I.H. 1930. Malay Village Medicine. *The Garden's Bulletin*, Straits Settlements VI (2).
- Chen, Paul, C.Y. 1975. Medical Systems in Malaysia: Cultural Bases and Differential Use. *Social Science and Medicine* 9: 171-180.
- Chen, Paul, C.Y. 1981. Traditional and Modern Medicine in Malaysia. *Social Science and Medicine* 15A: 127-136.
- Endicott, K.M. 1970. *An Analysis of Malay Magic*. Kuala Lumpur: Oxford University Press.
- Esterik, P.V. 1988. To Strengthen and Refresh Herbal Therapy in Southeast Asia. *Social Science and Medicine* 27(8): 751-759.
- Gimlette, J.D. 1971. A Dictionary of Malayan Medicine. Kuala Lumpur: Oxford University Press.
- Harini, MS. 2002. Some Ethnophytomedicinal Aspects & Conservation Strategy of Several Medicinal Plants in Java, Indonesia. *BIODIVERSITAS* 3(2): 231-235.
- Laderman, C. 1983. *Wives and Midwives Childbirth and Nutrition in Rural Malaysia*. California: University of California Press.
- Laderman, C. 1984. Food ideology and eating behaviour; Contributions from Malay Studies. *Social Science and Medicine* 19(5): 547-559.
- Laderman, C. 1987. Destructive heat and cooling prayer; Malay Humoralism in pregnancy, childbirth and the postpartum period. *Social Science and Medicine* 25(4): 357-365.
- Manderson, L. 1981. Roasting, smoking and dieting in response to Birth: Malay confinement in cross-cultural perspective. *Social Science and Medicine*: 509-520.
- Mohd. Taib Osman. 1977. Perbomohan: Satu Aspek World View dalam Kebudayaan Melayu dalam *Masyarakat Melayu Antara Tradisi dan Perubahan*. Kuala Lumpur: Utusan Publications.
- Mohd. Taib Osman. 1988. The Bomoh and The Practice of Malay Medicine dalam *Bunga Rampai: Aspects of Malay Culture*. Kuala Lumpur: Dewan Bahasa Dan Pustaka.
- Ong Hean Chooi & Nordiana M. 1999. Malay ethno-medico botany in Machang, Kelantan, Malaysia. *Fitoterapia*. 70: 502-513.
- Ong Hean Chooi. 2004. *Tumbuhan Liar: Khasiat Ubatan & Kegunaan Lain*. Kuala Lumpur: Utusan Publications.
- Ong Hean Chooi. 2008. *Rempah ratus: Khasiat Makanan & Ubatan*. Kuala Lumpur: Utusan Publications.
- Raphael.D. 1975. Matrescence, becoming a mother. A new or old "rite de passage". Dalam D. Raphael. (Ed) *Being Female: Reproduction, power and change*, halaman 65-71. Chicago: Aldine
- Siti Hasmah Mohd Ali. 1968. The Effect of Islam and Adat on Health Attitudes. Kertas kerja Malaysian Sociological Research Institute Seminar, Kota Bharu, Kelantan.
- Skeat, W.W. 1984. *Malay Magic: An Introduction to the Folklore and Popular religion of Malay Peninsula*. Singapore: Oxford University Press.
- Wan Aminah Haji Hasbullah & Noor Eshah Tom Abd. Wahab. 2010. Herba dalam Perubatan Tradisional Melayu: Satu Tinjauan Awal dari perspektif Kesihatan dan Ekosistem. *MANUSIA DAN MASYARAKAT* 19.
- Wan Aminah Haji Hasbullah & Fatan Hamamah Yahaya. 2010. Penggunaan Herba Dokumentasi Burkill 1930 dalam Merawat Penyakit Wanita Melayu di Malaysia: Perspektif Antropologi Perubatan. Prosiding Persidangan Kebangsaan Ke-3 Pembangunan Sosial & Persekitaran, 27-29 Julai Bangi-Putrajaya.
- Wazir Jahan Karim. 1984. Malay Midwives and Witches. *Social Science and Medicine* 18(2): 159-166.

- Winstedt, R.O. 1951. *The Malay Magician*. Routledge and Kegan Paul.
- Winzeler, R. 1983. The Study of Malay Magic. *Bijdragen tot de Taal-Land en Volkenkunde* 139(4): 435-458.
- Wood, M. 2008. *The Earthwise Herbal: A Complete Guide to Old World Medicinal Plants*, Berkeley: North Atlantic Books.

Hajjah Wan Aminah Haji Hasbullah
Pusat Pengajian Sains Kesihatan,
Universiti Sains Malaysia
Kampus Kesihatan, Kubang Kerian,
16150 Kota Bharu, Kelantan
Email: hjhwanaminah@gmail.com

Nik Norliza Nik Hassan
Pusat Pengajian Sains Kesihatan,
Universiti Sains Malaysia
Kampus Kesihatan, Kubang Kerian,
16150 Kota Bharu, Kelantan
Email: nnoliza69@gmail.com

Diserahkan: 2 October 2017
Diterima: 4 December 2017