

## Perubatan Alternatif dalam Kalangan Komuniti Bajau Laut Semporna, Sabah

### Use of Alternative Medicine among Sea Gypsy Community in Semporna, Sabah

Nur Faidah Aldam  
Vivien W.C. Yew

Pusat Penyelidikan Kelestarian Sosial, Persekitaran dan Pembangunan, Fakulti Sains Sosial dan Kemanusiaan,  
Universiti Kebangsaan Malaysia

Correspondence: Vivien W.C. Yew (email: [vivienyew@ukm.edu.my](mailto:vivienyew@ukm.edu.my))

#### ABSTRAK

*Kajian ini bergerak atas andaian bahawa komuniti Bajau Laut yang mengamalkan "simple life" sedikit sebanyak mengandungi ilmu yang berguna dalam bidang perubatan. Dengan itu, kajian ini bertujuan untuk mengenalpasti bahawa kesihatan tubuh badan juga dipengaruhi oleh aspek budaya sesuatu komuniti termasuklah dari segi praktis perubatan alternatif, pengambilan ubat-ubatan dan makanan, serta aktiviti harian yang berbeza dengan komuniti lainnya. Kajian ini menggunakan kaedah kualitatif melalui temubual tidak formal secara bersemuka dengan tujuh orang informen, pemerhatian tidak ikut serta, serta catatan di lapangan. Kawasan kajian dijalankan di sebuah kampung yang dinamakan Kg. Bangau-Bangau, iaitu sebuah penempatan rumah atas air dan perahu-perahu orang Bajau Laut yang mendiami perairan Semporna. Analisis hasil kajian dibahagikan kepada dua bahagian. Bahagian pertama adalah mengenai amalan perubatan tradisional, ubat-ubatan yang diambil dan juga makanan berkhasiat untuk kecergasan tubuh badan dalam kalangan komuniti Bajau Laut Kg. Bangau-Bangau ini. Sementara analisis hasil kajian bahagian kedua pula memperlihatkan bagaimana persekitaran harian komuniti Bajau Laut di Semporna memberi kesan terhadap kepada tubuh badan dari segi aktiviti yang berbentuk jasmani, emosi dan kegiatan sosial mereka.*

**Katakunci:** antropologi perubatan, Bajau Laut, komuniti, perubatan alternative, Semporna

#### ABSTRACT

*This study was conducted based on the assumption that the Sea Gypsy community adopted the simple life to some extent contains useful knowledge in the medical field. Thus, this study aims to identify that the cultural aspects of a community, including the use of alternative medicine, food as medication, as well as different daily activities with other communities, also influence a healthy body. This study uses qualitative methods through informal in-depth interviews with seven informants; non-participant observations, as well as notes taking during fieldwork. The study is carried out in a village named Kg. Bangau-Bangau, a settlement located at the water of the Semporna, Sabah. Analysis of the research findings is divided into two parts. The first part is about the practice of traditional medicine, medications taken and also the nourishment for the body fitness among the Sea Gypsy community at Kg. Bangau-Bangau. While the second part of the study findings analysis shows how the daily environment of the Sea Gypsy community in Semporna affect the body fitness in the forms of physical, emotional and social activities.*

**Keywords:** alternative medicine, community, medical anthropology, Sea Gypsy, Semporna

## 1. Pengenalan

Kesihatan adalah sangat penting bagi kesinambungan dan pembangunan manusia. Mengikut Badan Kesihatan Dunia (WHO), kesihatan adalah satu tahap atau keadaan di mana seseorang individu itu mempunyai kesejahteraan yang sempurna dari segi fizikal, mental dan sosial dan bukan semata-mata bebas dari penyakit atau tidak berdaya. Setiap manusia memerlukan kesihatan yang baik agar dapat melakukan segala pekerjaan dengan sempurna.

Pembangunan teknologi, arus globalisasi dan urbanisasi tidak sama sekali menghalang seseorang manusia daripada terus mengamalkan budaya tradisional. Terdapat dalam kalangan individu yang masih berpegang kepada budaya dan tradisi yang tersendiri. Walaupun akses kesihatan telah sampai ke seluruh pelusuk dunia, perubatan alternatif masih lagi mendapat tempat dalam beberapa komuniti, tidak terkecuali kepada komuniti Bajau Laut di daerah Semporna, Sabah yang tidak terpisah daripada budaya tradisional yang diwarisi dari turun-temurun.

Komuniti Bajau Laut atau dikenali sebagai “*Sea Gypsy*” dalam kalangan pengkaji Antropologi di Barat, merupakan komuniti yang begitu dekat dengan lautan (Yap Ben Liang, 1978). Mereka juga terkenal dengan gelaran “jaguh di lautan” dalam kalangan masyarakat Malaysia khususnya di negeri Sabah (Kajian Lapangan, 27 Januari 2017). Kehidupan seharian komuniti ini adalah sangat berbeza dengan komuniti lainnya yang sudah menerima permodenan dan menghakis banyak budaya tradisi mereka. Namun demikian, komuniti ini mempunyai tahap kesihatan yang baik serta mempunyai lingkungan hayat yang panjang sehingga mencecah 100 tahun (Kajian Lapangan, 27 Januari 2017).

Antropologi perubatan kini menjadi cabang pendidikan yang membantu dunia memahami kesihatan manusia dari sudut pandangan yang berbeza daripada pandangan sains dan teknologi, justeru lebih kepada budaya dan kepercayaan yang dipegang oleh sesuatu komuniti masyarakat. Dengan itu, rungaian tentang kesihatan yang lebih menyeluruh membantu masyarakat memahami perubatan alternatif yang mungkin dapat memartabatkan bidang kesihatan di peringkat dunia selain dapat mengangkat budaya suatu komuniti dan menghalanganya daripada terhakis oleh arus permodenan.

Justeru, kajian ini bergerak atas andaian bahawa komuniti Bajau Laut yang mengamalkan “*simple life*” sedikit sebanyak mengandungi ilmu yang berguna dalam bidang perubatan. Dengan itu, kajian ini bertujuan untuk mengenalpasti bahawa kesihatan tubuh badan juga dipengaruhi oleh aspek budaya sesuatu komuniti termasuklah dari segi praktis perubatan alternatif, pengambilan ubat-ubatan dan makanan, serta aktiviti harian yang berbeza dengan komuniti lainnya.

### 1.1 Taburan Orang Bajau di Sabah dan Daerah Semporna

Sabah adalah negeri Timur Malaysia yang menempatkan etnik yang paling ramai selain daripada negeri Sarawak yang berada di sebelah negeri ini. Sabah dengan panggilan terkenalnya sebagai Negeri Di Bawah Bayu mempunyai jumlah penduduk seramai 3,543,500 orang (Jabatan Perangkaan Malaysia, 2015). Negeri ini sangat sinonim dengan etnik yang sering mendapat perhatian para pengkaji Antropologi dan Sosiologi dek kerana kepelbagaian budaya yang unik. Salah satu daripada etnik di Sabah ialah etnik Bajau. Menurut Jabatan Perangkaan Malaysia tahun 2010, suku Bajau merupakan etnik kedua terbesar di negeri ini selepas etnik dominan iaitu Kadazan-Dusun. Pada tahun 2010, suku Bajau adalah seramai 450 279 orang dan banci pada tahun 2017 dijangkakan lebih tinggi daripada jumlah ini.

Namun demikian, etnik Bajau sebenarnya terbahagi kepada beberapa lagi suku yang dikategorikan mengikut daerah, bahasa dan adat resam yang berbeza. Etnik Bajau di Sabah terbahagi kepada Utara, Selatan, Timur dan Barat Sabah. Etnik Bajau di bahagian Utara dan Barat Sabah digelar sebagai “Bajau Darat” manakala etnik Bajau di bahagian Timur dan Selatan adalah lebih sinonim dengan gelaran suku Bajau Laut. Suku Bajau Darat banyak mendiami daerah Kota Kinabalu, Kota Belud, Kota Marudu, Ranau, Kundasang, Kinabatangan, Beaufort, Keningau, Beluran, Tuaran, Papar, Sipitang sehingga ke daerah Tenom. Manakala suku Bajau Laut banyak mendiami pesisir pantai Timur Sabah termasuklah daerah Kudat, Sandakan, Lahad Datu, Semporna sehingga ke Selatan Tawau (Jabatan Tanah dan Ukur Sabah, 2017).

Bajau Darat lebih kepada cara hidup darat iaitu bercucuk tanam. Mereka sangat terkenal dengan ekonomi mereka iaitu pengusahaan padi dan madu lebah. Mereka juga terlibat dengan aktiviti memburu serta kraf tangan daripada hasil hutan. Bajau Darat ‘jaguh’ di daratan dan terdapat lagenda dalam kalangan Bajau Darat tentang kecekapan nenek moyang mereka dalam menunggang kuda. Bajau Darat yang paling terkenal di negeri Sabah majoriti mendiami daerah Kota Belud. Manakala dalam kalangan Bajau Laut, aktiviti ekonomi mereka tertumpu di lautan sebagai nelayan dan pengusaha rumpai laut. Mereka juga terkenal dengan gelaran ‘jaguh di lautan’ kerana sejak turun temurun sangat mahir dalam dunia pelayaran dan pencarian hasil laut (Saidatul Nornis Mahali, 1999).

Daerah yang mempunyai penduduk Bajau Laut yang paling ramai ialah di Semporna. Daerah Semporna terletak di Pantai Timur Sabah iaitu perairan Laut Sulu. Daerah ini juga berhampiran dengan perairan Sulawesi. Ini bermakna, daerah Semporna hampir dengan perairan dua buah negara iaitu Filipina dan Indonesia. Sememangnya, Bajau menurut taburan global merupakan suku yang terdapat di Malaysia, Filipina dan Indonesia. Tambahan pula, suku Bajau di tiga buah negara ini dikaitkan dengan gelaran ‘Sea Gypsy’ oleh negara Barat. Maka tidak hairanlah, jika suku Bajau Laut menjadi perhatian bagi ramai pengkaji Antropologi dan Sosiologi dunia (Gusni Saat, 2003).

Daerah Semporna mempunyai keluasan 442 batu persegi bersamaan dengan 113 412 hektar (282 880 ekar) dan terbahagi kepada dua kawasan iaitu Tanah Besar Semporna yang mengandungi segala pusat kemudahan awam termasuklah Pasar Besar dan pasaraya, jabatan kerajaan dan syarikat swasta serta segala keperluan harian penduduk Semporna. Bahagian kedua pula ialah kawasan kepulauan sekitarnya yang terdiri daripada 49 pulau keseluruhannya. Semporna menempatkan 119 buah kampung penduduk tempatan daerah ini (Pejabat Daerah Semporna, 2014).

Di Semporna, etnik Bajau Laut dibahagikan pula kepada dua komuniti iaitu mereka yang tinggal di perahu dan bot-bot kecil yang dipanggil *Pala’u*. Manakala etnik Bajau Laut yang sudah mula tinggal di daratan dan penempatan rumah di atas air dipanggil *Sama* atau *Samah*, dan apabila bercakap tentang status maka orang Samah adalah yang paling dihormati dalam kalangan penduduk Bajau Laut disini (Yap 1978 dlm Ramla Sabdan). Menurut Yap Beng Liang (1978), perkataan Bajau dikaitkan dengan kepercayaan orang Bajau Semporna dengan istilah bahasa Melayu iaitu ‘berjauhan’ kerana pada suatu ketika dahulu komuniti ini sentiasa berada di laut iaitu ‘berjauh’ dari kawasan darat.

## 2. Sorotan Literatur

Ahli Antropologi Kesihatan banyak membincangkan perubahan alternatif dalam kalangan pelbagai bangsa dengan pelbagai cara persembahan data dari sudut pandangan masing-

masing. Walaupun tidak ada lagi kajian spesifik berkaitan perubahan alternatif dari segi kecergasan badan terhadap komuniti Bajau Laut, terdapat beberapa kajian yang menyentuh tentang kehidupan komuniti Bajau Laut dan tidak kurang pula kajian berkaitan perubahan alternatif suku kaum lain di Malaysia dan global.

Gusni Saat (2003) dalam kajiannya yang bertajuk *The Identity and Social Mobility of Sama Bajau* membincangkan tentang dasar identiti Bajau Sama (Bajau Laut) melalui tiga komponen utama iaitu perkataan Bajau itu sendiri, bahasa dan Islam. Dalam kajian ini Gusni ada menyebut tentang keterasingan komuniti Bajau khususnya yang tinggal di perahu akibat pandangan yang rendah oleh golongan berpengaruh dan berkuasa (orang bandar) daripada masyarakat. Berdasarkan pengalaman sejarah, Sama-Bajau di Malaysia, Filipina dan Indonesia menampakkan kejayaan mereka memartabatkan status sosial dari yang tidak baik kepada yang lebih baik kerana transformasi ke atas ciri-ciri identitinya. Mobiliti sosial ini memperlihatkan adanya dua gerak kuasa sosial yang menghalang mahupun mendorong kebolehan Sama-Bajau untuk membangunkan dirinya: faktor struktural dan faktor kebudayaan.

Mengikuti kajian Gusni Saat (2003), cara hidup “maritim” yang diterima pakai oleh komuniti Bajau Laut yang telah berabad lamanya menyebabkan taraf sosial mereka lebih rendah berbanding budaya dominan. Keadaan ekonomi yang terdesak sekitar kehidupan komuniti menyekat perkembangan budaya material dan kemasukan Islam. Ekonomi dan budaya mereka di rantau ini dianggap mempunyai status sosial yang paling rendah, ini bermakna perubahan hanya boleh datang melalui satu pengaturan semula kedudukan mereka dalam tempoh yang kompleks dari segi sosio-ekonomi. Kajian Gusni Saat membuktikan bahawa status sosial yang rendah dalam kalangan komuniti Bajau Laut adalah disebabkan faktor budaya yang sukar dielakkan.

Kajian lepas yang dilakukan oleh Ratna Indrawasih dan IGP Antariksa (2003) yang berjudul *Budaya Bajau: Pemanfaatan dan Pelestarian Lingkungan* ada membincangkan tentang pemanfaatan lingkungan iaitu dari segi kegiatan mata pencarian, di mana menurut kajian ini komuniti Bajau Laut sekitar kepulauan Riau memanfaatkan sekitar mereka dengan aktiviti laut iaitu kebolehan asas mereka yang terkenal sejak turun temurun. Komuniti Bajau disini sangat berkebolehan dalam menyelam lautan walaupun tiada alat bantu atau kompressor. Mereka menangkap ikan dengan tombak, sekiranya ikan yang ditangkap tidak dalam keadaan elok untuk dijual ke pasar, maka mereka akan membuat ikan kering (ikan masin) dan ikan kering ini adalah salah satu makanan asas bagi komuniti mereka. Selain lautan sebagai tempat tinggal dan mata pencarian utama, komuniti ini sangat hebat dalam ilmu pelayaran, penciptaan pelbagai umpan, dan aktiviti aktif setiap hari. Melalui kajian ini juga, pengkaji mengaitkan bagaimana kehidupan aktif yang dibuktikan oleh pelbagai kajian ke atas Bajau Laut ini memberi kesan kepada tubuh badan yang sihat sehingga mampu menerokai pelbagai pekerjaan di laut.

Satu lagi karya penulisan oleh Johnny Langenheim dan James Morgan (2016) yang berjudul *Last Of The Sea Nomads* yang merungkai beberapa keluarga Bajau Laut yang masih tinggal di perahu sekitar perairan Malaysia-Filipina-Indonesia. Dalam penulisan beliau ada menyebut tentang kehidupan komuniti ini yang tidak boleh terpisah dari laut kerana lautan memberikan mereka satu suasana selamat dan tenang. Kajian ini turut menunjukkan bagaimana seorang kanak-kanak yang boleh menyelam lama di laut tanpa alat bantuan hanya untuk mencari beberapa ikan atau hasil laut yang lain. Lautan merupakan satu tempat untuk mereka bermain sejak kecil lagi. Pelbagai kelompok umur dan golongan tua yang ditunjukkan dalam kajian ini memberi gambaran bahawa kegiatan aktif dalam aktiviti seharian komuniti ini adalah untuk keberlangsungan hidup mereka dan sekaligus

membuktikan bahawa semangat mereka adalah bekalan bagi keterusan dan kesihatan berpanjangan.

Terdapat satu kajian mengenai komuniti Bajau Laut yang tepat dilakukan di kawasan kajian pengkaji iaitu Kg. Bangau-bangau Semporna Sabah. Kajian Hanafi Hussin (2008) yang berjudul *Diaspora Bajau Laut Dan Pengekalan Serta Penerusan Amalan Tradisi Sabah*. Diaspora menurut kajian ini bermaksud penyebaran yang merujuk kepada sekumpulan etnik yang meninggalkan kampung halaman mereka dan cuba memastikan perkembangan budaya masih berorientasikan kepada budaya asal mereka. Kajian ini adalah bagi mengkaji diaspora Bajau Laut Semporna khususnya di Kampung Bangau-Bangau yang asalnya datang daripada Pulau Sitangkai, Tawi-Tawi, Selatan Filipina. Digelar orang Badjao dalam kalangan masyarakat Filipina yang sinonim dengan panggilan Orang Sama yang tinggal di dalam perahu dan juga merupakan pelayar-pelayar. Beberapa ritual yang diamalkan oleh komuniti ini ditulis dalam kajian dan menerangkan bagaimana komuniti Bajau Laut di Semporna mengekalkan budaya-budaya mereka walaupun sudah lama berhijrah ke perairan Malaysia. Ritual tersebut juga berkaitan dengan usaha mereka bagi mendapatkan kehidupan yang baik daripada Tuhan mereka dan menghalang daripada mereka dijangkiti penyakit ataupun jatuh sakit. Maka kajian ini menjadi satu titik tolak kepada kajian Antropologi Kesihatan yang dilakukan oleh pengkaji. Pengkaji akan merungkai bagaimana komuniti ini meneruskan kepelbagaian perubatan alternatif termasuk ritual untuk kesihatan tubuh badan mereka menurut apa yang mereka amalkan.

Kajian di Malaysia mengenai perubatan alternatif juga dilaksanakan dalam pelbagai bentuk kesihatan dan etnik yang lain. Walaupun kajian Antropologi Perubatan masih agak perlahan berlaku di Malaysia, namun usaha dalam memartabatkan ilmu kesihatan dari sudut pandangan budaya sudah mula bertapak. Seperti dalam kajian terbaru Salmah Omar, Syariffa Suraya, Rafidah Mohamad dan Philip Lepun (2016) yang berjudul *Perbandingan Penjagaan Kesihatan Melalui Pengamalan Tumbuh-Tumbuhan Dalam Kalangan Wanita Melayu Dan Siam Di Kedah*. Menurut kajian ini, kajian antropologi perubatan terhadap kesihatan masyarakat menunjukkan bahawa penjagaan kesihatan pada hari ini banyak bergantung kepada budaya atau cara hidup sesebuah masyarakat. Budaya digunakan sebagai alat untuk mereka menghadapi cabaran penyakit dan masalah berkaitan kesihatan. Masyarakat yang menyedari bahawa kesihatan itu penting, sudah semestinya mempunyai pola perlakuan dan amalan yang membawa mereka ke arah kehidupan yang sihat.

Kajian Salmah Omar, Syariffa Suraya, Rafidah Mohamad dan Philip Lepun ini adalah sebuah kajian etnografi kesihatan. Fokus kajian ialah perbandingan penggunaan tumbuh-tumbuhan dalam penjagaan kesihatan wanita Melayu dan Siam di negeri Kedah. Maklumat diperolehi daripada temubual, pemerhatian turut serta dan ke perpustakaan. Prinsip asas penjagaan kesihatan adalah untuk meningkatkan taraf kesihatan dan mengelak penyakit. Prinsip inilah yang menjadi landasan kepada amalan-amalan yang mereka lakukan. Kajian ini mendapati wanita Melayu dan Siam masih kekal menggunakan tumbuh-tumbuhan dalam penjagaan kesihatan mereka. Tetapi, perbezaan dapat dilihat di antara kedua-dua masyarakat ini terutamanya daripada segi penjagaan tubuh badan. Kajian juga memperlihatkan bahawa amalan penjagaan kesihatan wanita dalam kedua-dua masyarakat terus berkembang dan diamalkan sehingga hari ini kerana ia dipengaruhi oleh adat, nilai, kepercayaan, pengetahuan, pengalaman dan kemahiran yang diwarisi oleh mereka.

### **3. Metod dan Kawasan Kajian**

Kajian ini menggunakan kaedah kualitatif dan terdapat dua jenis data yang boleh dikumpul iaitu data sekunder dan data primer. Data primer diperolehi melalui kajian lapangan seperti temubual tidak formal secara bersemuka dengan informen, pemerhatian tidak ikut serta, catatan di lapangan dan sebagainya. Manakala data sekunder ialah data yang diperolehi melalui pembacaan di perpustakaan seperti artikel-artikel, jurnal dan buku-buku.

Kawasan kajian dijalankan di sebuah kampung yang dinamakan Kg. Bangau-Bangau, iaitu sebuah penempatan rumah atas air dan perahu-perahu orang Bajau Laut yang mendiami perairan Semporna. Daerah ini berada di kedudukan Pantai Timur Sabah dan mempunyai keluasan 442 batu persegi bersamaan dengan 113 412 hektar (282 880 ekar) menurut profil Pejabat Daerah Semporna pada tahun 2014. Daerah Semporna terbahagi kepada dua kawasan iaitu Tanah Besar Semporna dan kawasan kepulauan sekitarnya. Terdapat banyak kampung penduduk tempatan di daerah ini. Salah satu kawasan yang diiktiraf oleh kerajaan negeri ialah Kg. Bangau-Bangau iaitu kawasan kajian ini.

Pengkaji mendapatkan informen melalui kedua-dua jenis komuniti Bajau Laut iaitu dalam kalangan mereka yang tinggal di atas bot (Pala'u) dan mereka yang tinggal di rumah atas air (Samah). Oleh yang demikian, kajian ini akan mewakili komuniti Bajau Laut daerah Semporna.

Pemilihan kawasan kajian ini adalah disebabkan kawasan yang satu-satunya menempatkan dua komuniti Bajau Laut iaitu Samah dan Pala'u. Ciri-ciri hidup tradisional masih lagi kukuh dalam kalangan mereka menjadi tarikan utama. Pengkaji juga sedia maklum (Kerja Lapangan, 27 Januari 2017) tentang kehebatan Bajau Laut dalam kalangan penduduk Sabah yang terkenal dengan tubuh badan yang sihat dan kuat bekerja. Komuniti ini juga sangat terkenal dengan kehebatan mereka dalam mencari hasil laut. Pengalaman mereka dan ciri-ciri hidup yang berbeza dengan masyarakat yang lain menarik perhatian pengkaji untuk menyusuri amalan kesihatan yang mereka praktikkan di dalam suatu kawasan yang agak terhad dengan ilmu perubatan kontemporari. Cerita rakyat yang sering mengaitkan komuniti ini sebagai komuniti yang sangat takut dengan orang luar apatah lagi doktor atau jururawat, membuat pengkaji tertanya-tanya amalan perubatan alternatif yang komuniti ini gunakan untuk kesihatan mereka.

#### **3.1 Komuniti Kajian**

Komuniti Bajau Laut juga sering dikatakan sebagai 'bangsa paling rajin' kerana di usia muda sudah mampu mencari pendapatan sendiri. Kanak-kanak disini akan mengutip hasil laut dan menjualnya di tepian jambatan sepanjang jalan kampung ini. Kaum wanita pula terlibat dengan aktiviti peruncitan, berjual kuih dan makanan lain, mengambil upah mencuci kain atau membersihkan rumah orang dan tidak kurang pula mereka yang terlibat dengan aktiviti membuat ikan kering (ikan masin) dan penanaman rumpai laut. Oleh kerana kudrat kaum lelaki lebih kuat, maka kaum lelaki dalam komuniti ini lebih kepada pekerjaan nelayan yang mencari hasil di lautan. Aktiviti lain yang dilakukan oleh kaum lelaki adalah terlibat dalam sektor pembinaan dengan mengambil upah menjadi buruh. Jika di bandar pekerjaan buruh adalah kategori yang dipandang rendah, berbeza disini dimana pekerjaan tersebut adalah dianggap yang paling tinggi. Hal ini kerana adalah sangat sedikit dalam kalangan mereka yang menceburi pekerjaan tersebut. Gaji bulanan yang mencecah RM 2000 bagi mereka lebih

besar berbanding hasil laut yang dijual oleh yang lainnya pada setiap hari (Kajian Lapangan, 27 Januari 2017).

Ekonomi merujuk kepada satu aktiviti yang membolehkan manusia mendapatkan hasil pengeluaran yang mampu menyara kehidupan mereka. Sumber pendapatan utama komuniti Bajau Laut penduduk kampung ini, adalah melalui hasil laut yang dicari dan kemudiannya dijual. Aktiviti ekonomi yang melibatkan hasil laut termasuklah aktiviti memukat, mencari hasil laut di pesisiran pantai seperti siput, landak laut, dan kerang yang dikenali sebagai aktiviti '*anebbah*'. Hasil ini bukan sahaja untuk dimakan tapi juga dijual ke pasar. Oleh kerana tidak ramai dalam kalangan mereka yang mendapat pendidikan yang tinggi, maka aktiviti ekonomi berlaku di pelbagai peringkat umur termasuklah dalam kalangan kanak-kanak, remaja, dewasa dan orang tua (Kajian Lapangan, 27 Januari 2017).

Walaupun agak kurang dalam kalangan mereka yang mempunyai pendidikan tinggi, ada dalam kalangan anak-anak Bajau Laut kini berjaya dan tidak kurang pula yang mendapat jawatan di dalam sektor awam dan swasta. Hal ini sedikit sebanyak mengubah kehidupan komuniti Bajau Laut yang lain. Namun begitu, laut dengan bangsa mereka tidak dapat dipisahkan. Mereka lebih memilih untuk hidup senang di lautan berbanding berpindah ke darat. Oleh yang demikian, komuniti inilah yang menjadikan Semporna sebagai pusat hasil laut terbesar di negeri ini. Oleh kerana makanan ruji dan harian mereka adalah hasil laut, maka kegiatan ekonomi ini diteruskan secara turun-temurun sekaligus menjadikan komuniti Bajau Laut tidak hilang dibawa arus permodenan (Kajian Lapangan, 27 Januari 2017).

Komuniti Bajau Laut dipercayai '*Pangkat*' iaitu satu semangat daripada roh nenek moyang mereka. Sekiranya mereka melakukan perkara yang tidak baik maka mereka percaya '*pangkat*' inilah yang akan memberi petanda atau teguran kepada mereka berupa sakit ataupun kematian. Kepercayaan animisme yang kuat menyebabkan mereka sukar mempraktikkan Islam yang sebenar. Dalam kalangan penduduk Kg. Bangau-Bangau, orang yang paling tua menjadi rujukan utama mereka mengenai segala peraturan alam dan kehidupan. Norma dan nilai yang dikekalkan sejak zaman dahulu menjadikan komuniti Bajau berada dalam keadaan yang harmoni. Hanya sebilangan kecil daripada mereka yang sudah mula memahami Islam dan mempraktikkannya dengan bersungguh-sungguh. Namun kebanyakan daripada mereka tidak dapat meninggalkan perkara-perkara pemujaan roh, jin dan sebagainya (Yap Ben Liang, 1978).

Pemilihan informen adalah berdasarkan identiti mereka sebagai komuniti asli Bajau Laut yang masih mengamalkan budaya tradisional dan mempunyai pengetahuan yang baik dalam bidang perubatan alternatif. Pengkaji juga memilih informen berdasarkan hubungan baik pengkaji dengan mereka yang sudi menjadi informen. Selain itu, informen adalah dalam kalangan mereka yang boleh menjawab persoalan pengkaji termasuklah mengenai pengambilan ubat dan makanan, aktiviti harian dalam kalangan komuniti ini. Informen dipilih bagi menepati kriteria pengumpulan data untuk menjawab tujuan utama kajian ini. Informen utama adalah Hj. Wali bin Hj. Panglima Tiri, Indainda @ Hjh Khadijah binti Painan Aunty Rose (bukan nama sebenar), Emma' (bukan nama sebenar), Nenek Delima, Otoh (bukan nama sebenar) dan Encik Danish bin Hj. Wali (bukan nama sebenar).

#### **4. Hasil Kajian dan Perbincangan**

Analisis kajian ini dibahagikan kepada dua bahagian. Bahagian pertama adalah mengenai amalan perubatan tradisional, ubat-ubatan yang diambil dan juga makanan berkhasiat untuk kecergasan tubuh badan dalam kalangan komuniti Bajau Laut Kg. Bangau-Bangau ini.

Sementara analisis bahagian kedua pula memperlihatkan bagaimana persekitaran harian komuniti Bajau Laut di Semporna memberi kesan terhadap kepada tubuh badan dari segi aktiviti yang berbentuk jasmani, emosi dan kegiatan sosial mereka.

#### **4.1 Amalan Perubatan Tradisional, Ubat-Ubatan yang Diambil dan Makanan Berkhasiat untuk Kecergasan Tubuh Badan**

Melalui hasil kajian yang dilakukan, perubatan tradisional yang diamalkan sejak turun temurun oleh komuniti Bajau Laut di kawasan kajian terdiri daripada tiga iaitu Tawal, Angamu-ngamu serta Imam dan Hukum.

Tawal adalah satu istilah yang membawa maksud “ubat” dalam bahasa Bajau Laut. Tawal adalah satu teknik berubat dimana seorang yang dinamakan Pandai akan membacakan mantra keatas air putih atau air suam. Selesai membaca mantra, Pandai akan memberi air tersebut untuk diminum oleh pesakit. Mantra terbahagi kepada dua iaitu mantra yang dibacakan dengan alunan ayat-ayat suci Al-Quran dalam kalangan Islam, dan juga mantra yang dibacakan menggunakan bahasa Bajau yang telah dipelajari sejak zaman nenek moyang mereka. Bagi komuniti Bajau Laut yang masih menetap di perahu dan berpegang kepada kepercayaan animisme, mereka percaya kekuatan mantra dalam Tawal dapat menjadikan tubuh badan mereka lebih cergas. Mantra dipercayai wujud sejak lahirnya manusia ke dunia.

Tawal biasanya akan digunakan untuk mengubati mereka yang mula merasakan tidak sihat (tidak sedap badan), demam, pening kepala dan juga kecederaan ringan seperti luka. Tawal bukan sahaja diketahui oleh golongan Pandai sahaja, tetapi kebanyakan para ibu bapa juga mahir dalam membuat Tawal kepada anak-anak mereka. Tawal juga digunakan semasa mengurut kaki atau badan pesakit yang terseliuh atau terkehel. Seperti yang dijelaskan oleh Hjh Khadijah;

“...tawal itu tambal biasa min diki diki kami gi, bang aniya pandai tui ni pandai, bang embal hal ni bassa-bassa eh enggo emma..tawal tu panahan peddi sali peddi empon, awuling mata atau apasu, pedii baran, bassahan untuk pessilan bha.. na maka pali diki.. ni bassa-bassa biasa ni anak-anak jari nikatauan ek sigalam aniya Tuhan ya amabaug iya...”

(Kajian Lapangan,2017)

Istilah ‘Angamu-ngamu’ dalam bahasa Bajau membawa maksud “meminta-minta”. Amalan berubat dalam komuniti Bajau Laut ini kebiasaannya digunakan apabila keluarga ditimpa kesakitan atau kemalangan yang melibatkan sakit yang lebih kritikal dan sukar untuk disembuhkan. Amalan perubatan alternatif Angamu-ngamu ini adalah satu lagi perubatan berbentuk spiritual dimana ahli keluarga pesakit akan mengadakan upacara untuk meminta pertolongan “Pangkat” iaitu roh nenek moyang dan roh-roh baik alam semulajadi. Angamungamu melibatkan peralatan dan teknik dalam meminta kesembuhan kepada ‘Pangkat’. Upacara ini dilakukan di pulau-pulau sekitar Semporna yang menempatkan tempat bersemadi nenek moyang suku kaum Bajau Laut disini. Menurut Emma’ iaitu salah seorang informen kajian ini, oleh kerana komuniti Bajau Laut yang masih lagi tinggal di perahu tidak gemar ke hospital ataupun khidmat kesihatan di darat, cara berubat Angamu-ngamu adalah satu-satunya perkara yang mereka boleh lakukan demi kesejahteraan hidup. Emma’ menyatakan bahawa;

“...Angamu ni si emboh ih supaya asaki mabaran ya apeddi eh hogga..hidang ta takakan maka ayi ayi ya aniya sali daing, pead, panggi, padi, buah-buah paling ahap ya binella..boa tah ni



pangkat maingga maingga tahati ta bay sigam nikubul..boa tah ya asaki kapeddian peh amissala missala kita ni pangkat...pasallihun peddi itu..ampunin dusah na..pahap na iya bang iya bungkal embal na peddi pabalik pain kami..sali batteh na ba bissalahan ek..”

(Kajian Lapangan, 2017)

Istilah ‘Imam dan Hukum’ membawa satu makna yang sama. Iaitu merujuk kepada seorang lelaki tua yang berpengalaman dan berpengetahuan tentang bangsa mereka. Mereka akan merujuk kepada konsep Imam dan Hukum apabila ditimpa musibah atau penyakit. Imam dan

Hukum telah lama mereka gunakan sebagai rujukan utama agar mereka dapat jawapan bagaimana, apa dan mengapa (how, what and why) mereka terkena penyakit tersebut. Di kawasan kajian, Hj. Wali iaitu seorang Imam Qariah dan juga merupakan mantan penghulu Kg. Bangau-Bangau, adalah salah seorang daripada kalangan ‘Imam dan Hukum’ yang menjadi rujukan kepada seluruh orang Bajau Laut disitu.

Imam dan Hukum adalah satu tanggungjawab besar dimana perlunya ilmu yang tinggi dalam bidang perubatan tradisional suku kaum Bajau Laut. Menurut informen, ilmu ini diturunkan dari satu generasi kepada satu generasi khususnya selepas kedatangan Islam kepada orang-orang Bajau Laut. Rumah Hj. Wali tidak putus kunjungan daripada orang-orang Bajau Laut. Selain daripada menjadi Imam Qari yang dilantik oleh Pegawai Majlis Ugama Daerah yang bertanggungjawab terhadap proses perkahwinan, penceraian dan perkara melibatkan hubungan kekeluargaan dalam kalangan orang Bajau Laut, beliau juga adalah ‘Orang Lama’ yang bertanggungjawab menjaga kebajikan seluruh komuniti Bajau Laut di Kg. BangauBangau. Menurut beliau;

“...bangsa kami itu patauh, embal bahani, embal sali biasa maglamud maka aah heya, jadi aku min diki-diki ku nipandu eh enggo emma, min saga kaemboan banan ilmu addat supaya embal bha alungai..min lung saddih heka gih sali aku..imam masjid, imam bassahan kamemon bangsa kami aniya..sago aheka na ya amatay..si Danish itu ya panduan ku..battingga saga ni dilaut..pantang kamemon anadan ku...aho..aah kami maitu ni lumah bang aniya massahala lu..bang sali apasu toongan..bang embal sali ahap na bha..buanan ku tambal min doktor..maka pahati ku ayi bellahan embal ahap, ayi ya subay ni pakan ni aah sakkihan eh..subay du cek ku..ayi maka punung iya...”

(Kajian Lapangan, 2017)

Petikan di atas informen menyatakan bahawa, orang Bajau Laut adalah bangsa yang agak penakut untuk bercampur dengan orang kebanyakan, beliau sejak kecil lagi sudah mula mempelajari banyak ilmu mengenai komunitinya daripada ajaran ibu ayahnya yang diturunkan oleh nenek moyang termasuklah dalam ilmu melihat jenis sakit dan rawatannya supaya tidak hilang ditelan zaman. Menurutnya, bukan beliau sahaja yang pandai dalam ‘Imam dan Hukum’ tetapi ramai lagi daripada lorong penempatan lain dalam kampung tersebut, termasuklah imam di masjid dan imam-imam di kampung seberang, tapi menurutnya ramai dalam kalangan mereka yang telah meninggal dunia. Danish, anaknya yang banyak diajar tentang cara-cara hidup dilaut, pantang larang dan ilmu adat menjadi penyambung untuknya kelak. Ramai menurut beliau yang datang kerumah untuk meminta bantuan, beliau perlu memeriksa terlebih dahulu keadaan pesakit barulah diberikan nasihat perkara yang perlu dibuat, dimakan dan dipantangkan oleh pesakit tersebut.

Masyarakat Bajau Laut yang dikaji mempunyai beberapa amalan pengambilan ubat-ubatan dan makanannya yang tersendiri. Berdasarkan hasil kajian, pengambilan beberapa jenis tumbuh-tumbuhan dan makanan yang rutin dalam kalangan komuniti ini sekaligus telah membangunkan kecergasan tubuh badan mereka hasil daripada khasiat yang terdapat dalam makanan tersebut. Pendedahan yang minimum dalam perubatan kontemporari tidak menghalang komuniti ini untuk membangunkan aspek kesihatan dengan acuan mereka yang tersendiri. Di dalam bahagian ini, perbincangan adalah mengenai jenis ubat-ubatan dan makanan yang diambil oleh komuniti Bajau Laut serta perincian khasiatnya. Ubatan dan makanan ini adalah identiti komuniti Bajau Laut sejak zaman dahulu lagi. Ianya diwarisi daripada nenek moyang, dan sebatian menjadi budaya makan dan ubatan bagi mereka pada masa kini.

Sulasih atau nama setempatnya, 'Selasih' adalah salah sejenis tumbuhan penting dalam berubat orang Bajau Laut. Biji dan daunnya masing-masing bermanfaat untuk merawat banyak penyakit. 'Sulasih' adalah istilah yang biasa digunakan oleh masyarakat di sekitar Semporna. Sulasih atau nama saintifiknya *Ocimum basilicum* L. sejak turun temurun lagi adalah tanaman penting yang berharga. Bajau Laut Palauh dan Samah masing-masing mempercayai khasiat yang terdapat dalam tumbuhan ini. Menurut masyarakat setempat di kawasan kajian, komuniti Bajau Laut adalah pelanggan yang paling ramai membeli dan mencari 'Sulasih' iaitu 'biji Selasih' di kebanyakan pasar. Hal ini kerana, orang Bajau Laut sering terdedah dengan air laut, terik matahari, angin laut dan cuaca yang tidak menentu di laut, menyebabkan berlaku pelbagai reaksi alahan khususnya kepada kulit badan. Sulasih berfungsi untuk meredakan simptom dan reaksi alahan kulit badan dan digunakan sehingga ke hari ini.

Sejak zaman dahulu lagi, khasiat daripada tumbuh-tumbuhan merupakan asas kepada penciptaan ubat-ubatan. Menurut Hashim Awang A.R (1990:116) dalam menjelaskan beberapa khasiat akar kayu dalam etnoperubatan, beliau menyatakan tumbuh-tumbuhan yang boleh dijadikan ubat terdiri daripada tumbuhan liar di hutan dan di belukar, dan juga tumbuhan yang boleh didapati di sekeliling kampung ataupun halaman rumah. Beliau memberikan contoh akar kayu yang menjadi sumber ubat termasuklah pokok kelapa. Dalam kajian ini didapati bahawa komuniti Bajau laut juga percaya akan khasiat beberapa jenis tumbuhan yang dipanggil sebagai "Kayu Pungut". Salah satu yang dimaksudkan dengan kayu pungut ialah isi pohon kelapa muda.

Terdapat banyak khasiat dalam kayu pungut khusus untuk merawat beberapa jenis penyakit. Menurut Nenek Delima, salah seorang lagi informen kajian, fungsi utama kayu pungut adalah untuk mencuci bekas luka selepas melahirkan anak dalam kalangan kaum wanita. Nenek Delima menyatakan bahawa;

"...saddih min sulasih ih, kayu pungut na ya guna kami pangoseh atau puppuan bakat bay maganak ih, kayu pungut tu hap pamabaug bakat maka pamalessin min kuman bah..kayu pungut saga ahap nilaga-laga panginum aah kalassunan atau punung mbal hap palasaan..kayu pungut pama lessin laha aah bettong..salah na hal lagaan ta kayu pungut ya bay nah nibilah maka nipong diki maka bohey, boh pahayang ta boh pamapuppuh na bha atau pamandian ta..."

(Kajian Lapangan,2017)

Menurut petikan diatas, Nenek Delima menyatakan bahawa selain daripada biji selasih yang komuniti ini gunakan sebagai antiseptik untuk mencuci darah selepas bersalin, kayu pungut juga adalah satu alternatif lain. Namun kayu pungut jauh lebih berkesan lebih-

lebih lagi untuk menyembuhkan luka-luka selepas bersalin. Kayu pungut ini juga sesuai digunakan untuk mengubati sakit kepala dan badan yang lemah. Caranya adalah dengan merebus kayu pungut yang telah ditebang dan dipotong kecil ke dalam air, dan kemudian airnya disejukkan dan dijadikan air cucian untuk membersihkan bekas luka-luka wanita selepas bersalin dan juga sebagai air mandian. Air rebusan kayu pungut juga baik untuk diminum oleh mereka yang terminum racun. Nenek Delima adalah informen yang paling berumur dan berpengalaman dalam kalangan komuniti Bajau Laut. Beliau mempunyai badan yang sihat dan mempunyai anak seramai 11 orang. Menurut beliau, kesemua anaknya dilahirkan di rumah, dan kayu pungut sejak lama dahulu telah pun beliau gunakan dalam membersihkan diri khususnya semasa beliau masih lagi tinggal di atas perahu selepas melahirkan anak.

Dari aspek makanan berkhasiat, komuniti Bajau Laut sememangnya terkenal dengan keunikan mereka dalam mengambil beberapa spesies hidupan laut sebagai sumber makanan. Sejak berzaman lamanya, terdapat beberapa jenis makanan laut yang tanpa mereka sedar mengandungi khasiat yang sangat tinggi terhadap tubuh badan. Salah satu daripada spesies hidupan laut yang menjadi pilihan makanan dalam budaya mereka ialah Tehe-tehe dan Tayum iaitu spesies Landak Laut. Hidupan laut ini merupakan makanan yang sangat istimewa bagi komuniti Bajau Laut khususnya di kawasan kajian.

Ramai yang tidak akan dapat menyangka bahawa walaupun untuk mendapatkan Landak Laut adalah agak sukar kerana keadaan durinya yang tajam dan boleh menyebabkan luka, namun isi di dalam landak laut sangat sedap untuk dimakan. Landak laut yang berwarna hitam dipanggil sebagai 'Tayum' manakala yang berwarna oren dipanggil sebagai 'Tehe-tehe' dalam kalangan orang Bajau Laut. Kedua-dua jenis landak laut ini mempunyai isi berwarna kuning dan boleh dimakan begitu sahaja tanpa perlu memasaknya. Menurut Encik Danish;

“...sama seja tehe-tehe sama tayum isinya boleh dimakan begitu seja, nda paya masak, kalau dilaut tu masa kami memukat tinggal la kami cari di tepi pantai sana baru kasi pecah..sedap makan sama nasi panas jak.. nda tau sejak bila kami rasa memang dari kecil kami memang pigi laut dan diajar sudah tangkap sama makan dia...baru kalau luka tu kami tau sudah taruh apa di tangan..”

Menurut petikan diatas, Tehe-tehe dan Tayum keduanya boleh dimakan begitu sahaja dan menurutnya adalah makanan yang rutin khususnya semasa mereka berada di laut. Ianya boleh didapati di sekitar lautan di pesisir pantai dan bagi beliau sedap dimakan bersama nasi panas. Menurutnyanya lagi, mereka tidak sedar bahawa makanan ini pelik, kerana sejak kecil lagi mereka diajar memakan dan menangkapnya, sehingga mereka tahu bagaimana untuk menangani luka sekiranya terkena duri landak laut.

Komuniti Bajau Laut juga mengambil rumpai laut sebagai makanan harian mereka. Rumpai

laut yang kebiasaannya dimakan adalah jenis rumpai laut yang dipanggil sebagai Latok dan juga Agal-agal iaitu masing-masing dikenali dengan nama saintifiknya sebagai *Caulerpa Lentillifera* dan *Eucheuma Cottonii*. Sememangnya rumpai laut mengandungi khasiat antioksidan dan sumber kolagen yang tinggi untuk ketahanan kulit dan tubuh badan (World Health Organisation). Ahli bioperubatan juga menyatakan bahawa segala jenis algae yang terdapat dalam rumpai laut merupakan sumber ubat yang penting kerana mengandungi ekstrak Alginate, Agaroses dan Carrageenan yang mana penting untuk bioubat kerana mempunyai sifat-sifat penyembuhan untuk beberapa penyakit termasuklah tuberkolosis, artritis, demam-sejuk, selsema, penyakit cacing, tumor dan juga berkhasiat sebagai antiseptik, antiparasitik dan juga allergik atau alahan (Joel Fleurence & Ira Levine, 2016).

Menurut informen kajian ini iaitu Encik Danish, Latok dan Agal-agal adalah makanan harian mereka sejak berzaman lamanya. Oleh kerana mereka adalah komuniti maritim, bukan sahaja makanan laut, malahan dalam jenis tumbuhan laut juga boleh dimakan oleh mereka termasuklah rumpai laut ini. Menurut beliau;

“...kami mimang dari dulu lagi makan rumpai laut, tapi biasa jenis Latok sama Agal-agal seja yang dimakan. Sebab nda juga semua bah rumpai boleh dimakan, kalau mau cerita pasal dia punya khasiat mimang la bah kan kita tahu ni rumpai laut mengasi cantik kulit, kasi sihat kulit, sama orang kami percaya bahawa, kalau kamu perasan ni Latok kan sama Agal-agal sama bentuk sama saluran darah dengan paru-paru kan..mitos tu yang kami bilang bagus bah untuk dimakan, sebab mengasi lancar darah dan penapasan...”

Petikan diatas menjelaskan bahawa komuniti Bajau Laut sejak dahulu lagi telah menjadikan rumpai laut sebagai sumber makanan. Menurut Encik Danish, selain daripada khasiat yang diketahui umum tentang rumpai laut yang baik untuk kesihatan dan kecantikan kulit, terdapat mitos dalam kalangan komuniti mereka bahawa bentuk Agal-agal dan Latok yang menyerupai saluran darah dan juga paru-paru dalam badan manusia adalah simbol bahawa ianya berkhasiat untuk kelancaran darah dan sistem pernafasan manusia.

#### **4.2 Aktiviti yang Berbentuk Jasmani, Emosi dan Kegiatan Sosial**

Dalam bahagian kedua ini, hasil kajian memperlihatkan bagaimana persekitaran harian komuniti Bajau Laut di Semporna memberi kesan terhadap kepada tubuh badan dari segi aktiviti yang berbentuk jasmani, emosi dan kegiatan sosial mereka.

Komuniti Bajau Laut sangat dekat dengan aktiviti di laut. Aktiviti ini sedikit sebanyak mempengaruhi aspek jasmani mereka. Hal ini kerana, segala pekerjaan mereka di lautan melibatkan kelasakan fizikal, dan sekaligus dipercayai menjadi satu pekerjaan aktif dan sihat untuk tubuh badan. Tambahan pula, mineral air laut adalah satu khasiat yang sangat mereka percayai. Terdapat tiga elemen aktiviti yang melibatkan jasmani dan baik untuk kesihatan mereka iaitu Bohey Tahik, Anebbah & Paragan dan Angahinang.

Bohey Tahik adalah istilah Bajau yang membawa maksud “Air Laut” atau “Air Masin”. Komuniti Bajau sangat bergantung dengan Bohey Tahik bukan sahaja kerana mereka adalah komuniti maritim atau Orang Laut, dan sebagai sumber makanan dan rezeki, bahkan mereka percaya air laut sejak berzaman lamanya merupakan sumber khasiat untuk kekuatan tubuh badan mereka. Komuniti Bajau Laut Samah walaupun sudah berumah dan meninggalkan perahu, namun mereka tetap berpegang dengan peninggalan nenek moyang mereka untuk tidak melupakan asal usul mereka iaitu laut. Menurut Hjh. Khadijah, segala aspek kehidupan masyarakat Bajau Laut mempunyai kaitan yang kuat dengan Bohey Tahik. Menurutnya lagi, khasiat air laut adalah tinggi termasuklah dalam menguatkan tulang dan mengelak daripada terkena jangkitan kuman dan sebagainya. Beliau menyatakan bahawa;

“...bang tanda nu ammania aah Bajau ya embal pareoh ni tahik, tahik itu dakau tambal baran aah maitu. Tahik tu du ya amaallum aah Bajau. Sago embal sali heka mandusia hati hal itu, tanda nu milikan, kamemon aah milikan amabinasa dina piitu ni Sabah, ni saga kapulauan, embal sigam kissah hal sin, sanggup sigam piitu amandi tahik maitu..pamintangan..”

(Kajian Lapangan 2017)

Petikan diatas informen menyatakan bahawa komuniti Bajau Laut seawal usia muda sudah belajar dan perlu turun ke laut, walaupun kanak-kanak kecil. Baginya, Bohey Tahik merupakan satu kehidupan bagi orang Bajau Laut. Menurutnya ramai masyarakat tempatan khususnya di negeri Sabah yang tidak mengetahui khasiat air laut. Sedangkan, orang Inggeris berlumba-lumba datang ke Sabah dan kepulauan Asia semata-mata untuk mandi air laut. Ini adalah satu ilmu menurutnya.

Aktiviti harian komuniti Bajau Laut termasuklah juga segala pekerjaan dalam mencari rezeki di laut adalah satu amalan jasmani yang aktif. Anebbah dan Paragan adalah pekerjaan khusus harian yang melibatkan segala peringkat umur dalam kalangan komuniti ini. Anebbah iaitu istilah yang membawa maksud yang sama dengan perlakuan memungut hasil laut yang biasanya terdapat di lautan cetek atau pesisir pantai dan kepulauan adalah satu aktiviti harian komuniti ini. Kanak-kanak khususnya, mereka akan pergi Anebbah setiap kali air surut dan disebabkan majoriti kanak-kanak disini tidak pergi ke sekolah, mereka akan berkumpul untuk Anebbah beramai-ramai. Hasil carian mereka adakan dijual dari rumah kerumah ataupun di tepian jambatan kampung ini. Tidak kurang pula daripada mereka yang sudah mula tahu mendayung sampan untuk menjual di pasar besar Semporna. Anebbah adalah pekerjaan aktif yang melibatkan fizikal dimana kanak-kanak ini perlu menyelam, berenang dan juga berkemahiran dalam menangkap hasil laut. Mereka juga perlu mahir dalam mengetahui tempat-tempat 'spot area' yang menempatkan banyak hasil laut seperti kerang dan tayum. Anebbah merupakan gerak kerja permulaan bagi kanak-kanak komuniti ini membiasakan diri mencari rezeki di laut. Apabila sudah berkemahiran, kuat daya tahan fizikal dan lasak, barulah ibubapa mereka membenarkan kanak-kanak ini pergi ke lautan yang dipanggil sebagai Paragan.

Paragan adalah satu istilah yang menggambarkan pekerjaan yang lebih berat termasuklah menghidupkan enjin kapal, memukat dan mencari rezeki di lautan. Paragan adalah kata kerja bagi 'melepaskan' kapal atau bot ataupun perahu ke lautan yang jauh dan dalam. Kebiasaannya sebelum pergi ke laut, perkara yang melibatkan Paragan ialah menghidupkan enjin, melepaskan kapal dan juga menyediakan 'pukat'. Apabila sudah meningkat dewasa, komuniti Bajau Laut akan mencari rezeki untuk ahli keluarga. Kanak-kanak lelaki khususnya

yang sedari kecil telah belajar pelbagai ilmu akan mempraktikkannya di lautan. Paragan melibatkan aktiviti fizikal yang lebih berat, iaitu menarik enjin, mengawal kapal, menarik pukat dan segala hal-hal persediaan di lautan. Tambahan pula, komuniti ini kebiasaannya akan menyelam ke laut dalam untuk mencari hasil laut yang lain seperti Tiram, Tehe-tehe, Ikan, Babohan (terumbu lembut yang boleh dimakan) dan sebagainya.

Sudah semestinya setiap manusia memerlukan pekerjaan untuk pendapatan bagi menyara hidup mereka. Keunikan komuniti Bajau Laut terletak pada pekerjaan yang dilakukan di pelbagai peringkat umur termasuklah kanak-kanak yang bekerja untuk mendapatkan wang saku bagi membeli jajan atau sebagainya. Angahinang adalah istilah yang membawa maksud 'membuat kerja'. Angahinang adalah aktiviti harian bagi komuniti ini, dimana lazimnya orang dewasa akan pergi ke laut dan akan menjual hasil laut tersebut.

Dalam bahagian ini, kajian akan menjelaskan bagaimana aktiviti harian yang melibatkan emosi dan rohani yang terdapat dalam budaya komuniti Bajau Laut khususnya yang memberi kesan kepada kesihatan mereka. Kajian mendapati bahawa komuniti ini mempunyai keunikan yang akan menyentuh emosi dan rohani mereka iaitu istilah yang dipanggil sebagai Ongka dan Pasabal dan Magsarakkah.

Ongka bermaksud "lagu" atau "nyanyian" iaitu menunjukkan alunan atau dendangan muzik tradisional dan lagu-lagu suku Bajau Laut. Hasil kajian di lapangan mendapati bahawa segala jenis muzik dan lagu dendangan komuniti ini menjadi satu elemen yang positif untuk

kesihatan emosi. Unsur yang terdapat dalam lirik lagu mereka dendangkan adalah unsur kasih sayang, pengoranan ibu bapa, kerinduan terhadap orang jauh, juga berunsurkan kebaikan kita di dunia sebagai bekalan di akhirat (kehidupan seterusnya). Komuniti Bajau Laut membesar dengan lagu-lagu yang diturunkan sejak daripada nenek moyang mereka. Lagu-lagu yang menyentuh emosi mereka menjadi terapi terbaik untuk mereka. Hal ini dinyatakan oleh Aunty Rose, dimana menurut beliau;

“...kalau kami pigi jauh kami mesti juga akan rindu bah sama lagu-lagu bangsa kami, macam lagu kami kan dari kecil kami sudah faham maksudnya, selalu lagunya cerita pasal kasih sayang, nda boleh bergaduh , mesti selalu berbaik sebab nanti kalau jauh kan susah bah..kau mau rindu-rindu lagi, lagilah kalau orang tu sudah mati kan..ljadi lagu ni lah jadi ubat rindu..mana ada lagu kami yang bisings, semu mendayu-dayu dan bangsa kami seja yang paham maksudnya..sampai temenangis tu kalau rindu...”

Petikan diatas Aunty Rose menjelaskan bahawa elemen dalam lagu komuniti mereka seringkali menyentuh tentang kasih sayang dan pengajaran bahawa perlunya berbuat baik sentiasa kepada orang sekeliling, hal ini menjadi pengubat rindu kepada mereka apabila berjauhan. Elemen yang lembut dan muzik yang mendayu-dayu menjadikan lagu mereka menjadi ubat kepada emosi mereka. Menurut Aunty Rose, lagu dalam komuniti mereka dendangkan tidak terdapat muzik yang bisings dan kuat. Semua lagu mereka bernada perlahan merupakan terapi untuk emosi mereka.

Komuniti Bajau Laut yang tinggal di perahu khususnya berpegang kepada animisme sebagai bekalan rohani. Manakala Bajau Samah yang sudah beragama Islam lebih kepada ajaran Islam termasuklah Al-Quran dan As-Sunnah. Inilah sumber rohani yang zahirnya terlihat dalam kalangan mereka. Namun disebalik kepercayaan ini, komuniti Bajau keduanya mempunyai satu aspek emosi yang dikatakan sebagai ‘Pasabal’ dan ‘Magsarakkah’. Istilah ini masing-masing membawa maksud yang sama dengan perasaan sabar yang tinggi dan berserah kepada kuasa yang lebih besar untuk menentukan segala-galanya.

Amalan kesihatan komuniti Bajau Laut juga didorong oleh aktiviti harian yang berbentuk hubungan sosial sesama mereka. Kajian mendapati bahawa hubungan sosial yang baik menjadikan aktiviti harian mereka lebih aktif, aktiviti sosial ini dikenali sebagai Amelli-melli

Istilah Amelli-melli membawa maksud ‘membeli-beli’ iaitu satu kegiatan atau aktiviti social yang dilakukan oleh komuniti disini setiap hari. Amelli-melli melibatkan pergerakan dari satu

tempat ke suatu tempat yang biasanya bertujuan untuk membeli barang keperluan ataupun berkunjung ke rumah jiran, kawan dan ahli keluarga. Amelli-melli juga adalah satu pergerakan yang mereka sudah terbiasa lakukan tanpa sedar demi mencapai keperluan harian mereka. Di pelbagai peringkat umur kegiatan Amelli-melli dilakukan dan menjadi satu aktiviti harian yang perlu bagi mereka. Seperti yang diterangkan oleh informen sebelum ini, bahawa komuniti Bajau Laut sememangnya tidak akan duduk diam dan menjadi rimas apabila tidak membuat sebarang pekerjaan.

Bangsa yang dikatakan rajin ini sememangnya membuktikan bahawa mereka benar-benar rajin kerana perbuatan Amelli-melli. Setiap rumah ataupun keluarga, mereka tidak menyimpan stok makanan ataupun barangan seperti pencuci pakaian, rempah masakan, gula, minyak masak, pelembut pakaian, sabun mahupun ubat gigi. Melainkan mereka membeli barangan tersebut dalam kuantiti minimum di kedai-kedai runcit setiap kali memerlukannya. Oleh sebab itulah aktiviti Amelli-melli ini wujud. Sebagai contoh, sekiranya seseorang daripada mereka ingin memasak mi segera dan telur goreng, maka individu

tersebut akan pergi ke kedai berhampiran untuk membeli sebungkus mi segera hanya untuk dirinya yang berharga RM1, dan membeli minyak masak dan garam yang dijual di dalam plastik aiskrim dengan harga dua puluh sen sebungkus, kemudian membeli sebiji telur yang berharga lima puluh sen dan lain-lain. Kemudian barulah pulang kerumah dan memasak mi segera dan telur goreng tersebut. Selesai daripada memasak dan makan, individu ini kemudiannya akan pergi ke kedai semula untuk membeli sabun pencuci pinggan yang juga dijual dengan harga dua puluh sen sebungkus dan kembali kerumah untuk membasuh pinggan dan bekas alatan tempatnya memasak. Barangan yang terdapat di kedai-kedai di kampung ini kesemanya dijual dengan jumlah yang minimum dengan cara membungkus barangan tersebut ke dalam bungkusan yang lebih kecil sebelum dijual kepada penduduk kampung.

Demikianlah cara kehidupan komuniti Bajau Laut di kawasan kajian. Hal ini menunjukkan kekerapan mereka berjalan untuk Amelli-melli adalah sangat tinggi. Sekaligus tanpa mereka sedar, aktiviti ini merupakan pergerakan “exercise” ataupun senaman harian mereka. Hasil kajian juga mendapati bahawa kekerapan setiap orang berjalan di jambatan kampung ini dengan mengendalikan eksperimen video selama 15 minit, adalah seramai 53 orang. Ini bermakna, hampir keseluruhan penduduk disini berjalan kaki Amelli-melli dan menunjukkan bahawa kegiatan aktif mereka inilah yang membawa kepada kecergasan tubuh badan mereka.

## 5. Kesimpulan

Pengetahuan mengenai bidang perubatan dari pandangan sosiobudaya tidak dapat dilihat oleh ahli dalam bidang perubatan sains, keperluan untuk melihat kesihatan dari sudut sosiobudaya ini banyak dikendalikan oleh ahli Antropologi dan Sosiologi. Pendekatan Etnografi atau kajian di lapangan dilakukan dalam meneroka masyarakat yang mentakrifkan kesihatan dari sudut pandang budaya mereka. Pengamalan perubatan alternatif oleh penduduk Bajau Laut ini telah menunjukkan bahawa unsur-unsur budaya dalam setiap amalan kesihatan yang mereka lakukan adalah tradisional dan berpaksikan spiritual dan peninggalan warisan nenek moyang. Mereka percaya bahawa segala ilmu yang diperturunkan kepada mereka ada makna dan kebaikannya yang tersendiri.

## Penghargaan

Penerbitan makalah ini telah dibiayai melalui dana penyelidikan Skim Geran Penyelidikan Fundamental (Kod Projek: FRGS/1/2015/SS04/UKM/02/1), Kementerian Pengajian Tinggi Malaysia dengan tajuk “*Redefining the well-being of the Orang Asli of Peninsular Malaysia and benchmarking against the Maoris of New Zealand*”.

## Rujukan

- Gusni Saat. (2003). *The Identity and Social Mobility of Sama-Bajau*. Universiti Kebangsaan Malaysia.
- Hanafi Hussin. (2008). *Diaspora Bajau Laut dan Pengekalan Serta Penerusan Amalan Tradisi*

- di Sabah*. Malaysia. Borneo Research Jurnal.
- Hashim Awang A.R. (1990). *Pengantar Antropologi Perubatan*. Kuala Lumpur: Dewan Bahasa dan Pustaka
- James Morgan. 18 Disember (2016). *Bajau Laut: Last of the Sea Nomads*.  
<https://jamesmorgan.co.uk/features/bajau-laut-sea-nomads/>
- Joel Fleurence & Ira Levine. (2016). *Seaweed in Health and Disease Prevention*. London. Elsevier Inc.
- Kajian Lapangan. 27 Januari hingga 11 Februari 2017. *Perubatan Alternatif dalam Kalangan Komuniti Bajau Laut Semporna, Sabah*
- Malaysia. 22 Julai 2016. Jabatan Perangkaan Malaysia. *Banci Perangkaan Penduduk 2016*. Malaysia, 2017. Jabatan Ukur dan Tanah Sabah. *Struktur Pentadbiran*.  
<http://www.jtu.sabah.gov.my/homepage/index.cfm?section=administration&action=structure&lang=BM>
- Ramla Sabdan. (2010). *Pemeliharaan Warisan Budaya dalam Upacara Kematian Komuniti Bajau: Kajian kes di Kampung Kubang Pinang, Semporna*. Universiti Kebangsaan Malaysia.
- Ratna Indrawasih & I.G.P Antariksa. (2003). *Budaya Bajau : Pemanfaatan Pelestarian Lingkungan*. Indonesia. Jurnal Masyarakat dan Budaya.
- Saidatul Nornis Hj. Mahali. (1999). *Mantera: Satu Penelitian Awal di Kalangan Petani Bajau*. Universiti Malaysia Sabah.
- Yap Beng Liang. (1978). *Sistem Kepercayaan Orang Bajau Pulau Omdal Sabah*. Malaysia. Jabatan Pengajian Bahasa Melayu Universiti Malaya.