

AMALAN PENGGUNAAN DAN KHASIAT HERBA BERIZOM DALAM KALANGAN MASYARAKAT MELAYU

MOHD AFFIQ AFFANDY BIN AZIZAN
Universiti Kebangsaan Malaysia
affandyazlizan97@gmail.com

*YUSMILAYATI BINTI YUNOS**
Universiti Kebangsaan Malaysia
yusmila@edu.ukm.my

NUR AFIFAH VANITHA ABDULLAH
Universiti Kebangsaan Malaysia
nurafifah@edu.ukm.my

**Pengarang Perantara*

ABSTRAK

Herba berizom merupakan sejenis tumbuhan yang mempunyai khasiat untuk merawat penyakit. Meskipun terdapat beberapa pendokumentasian tentang herba berizom sebagai bahan dalam perubatan tradisional Melayu, namun masih kurang penulisan yang mendokumentasikan herba berizom secara komprehensif. Penulisan ini menghuraikan penggunaan dan khasiat herba berizom dalam perubatan tradisional Melayu berdasarkan etiologi penyakit dan keuzuran oleh Haliza Mohd Riji. Kajian ini menggunakan metodologi kualitatif melalui kaedah kepustakaan dan kaedah lapangan. Kaedah kepustakaan melibatkan analisis kandungan terhadap sumber sekunder seperti buku, artikel jurnal dan disertasi tentang perubatan tradisional Melayu. Kaedah lapangan pula dijalankan melalui proses temu bual bersama responden yang mempunyai pengetahuan dan mengamalkan perubatan tradisional Melayu. Dapatan penulisan ini menunjukkan herba berizom digunakan dalam merawat penyakit fizikal dan spritual. Penyakit fizikal termasuk kesakitan semasa haid, jerawat pada kulit wajah, panau, angin dalam badan, kurang sel darah merah, keputihan, obesiti, sakit kepala, demam dan sembelit. Penggunaan herba berizom untuk rawatan penyakit spritual pula merangkumi penyakit gila, merawat sawan tangis bayi, menghalau makhluk halus yang mengganggu bayi dan ibu mengandung serta berfungsi sebagai pendering. Kaedah rawatan penyakit fizikal dan spritual menggunakan kaedah minum, sapu, perah dan gosok. Penyakit fizikal seperti sembelit, demam, sakit kepala, kurang sel darah merah, angin dalam badan dan masalah keputihan diatasi dengan meminum air rebusan herba berizom yang terpilih. Kaedah sapuan digunakan untuk merawat masalah jerawat, keletihan tubuh badan dan dijadikan minyak sapuan untuk disapu pada bayi yang terkena sawan tangis. Implikasi makalah ini dapat memberikan pengetahuan berkenaan penggunaan herba berizom dalam perubatan tradisional Melayu kepada generasi akan datang.

Kata Kunci: Etiologi; herba berizom; penyakit fizikal; penyakit spritual; perubatan tradisional Melayu; sumber perubatan Melayu

THE PRACTICE OF USING AND EFFICACY OF RHIZOME HERBS AMONG THE MALAY COMMUNITY

ABSTRACT

Rhizome herb is a type of plant that has properties to treat diseases. Although there is some documentation about rhizomatous herbs as ingredients in Malay traditional medicine, there is still a lack of writing that documents rhizomatous herbs comprehensively. This writing describes the use and benefits of rhizome herbs in Malay traditional medicine based on the etiology of diseases and ailments by Haliza Mohd Riji. This study uses qualitative methodology through library methods and field methods. Bibliographic methods involve content analysis of secondary sources such as books, journal articles and dissertations on Malay traditional medicine. The field method was conducted through an interview process with respondents who have knowledge and practice Malay traditional medicine. The findings of this writing show that rhizomatous herbs are used in treating physical and spiritual diseases. Physical diseases include pain during menstruation, pimples on the face, acne, wind in the body, lack of red blood cells, whiteness, obesity, headache, fever and constipation. The use of rhizomatous herbs for the treatment of spiritual diseases also includes insanity, treating baby's crying convulsions, driving away subtle creatures that disturb babies and pregnant mothers as well as acting as a wall protector. The treatment method of physical and spiritual diseases uses the method of drinking, wiping, squeezing and rubbing. Physical diseases such as constipation, fever, headache, lack of red blood cells, wind in the body and white matter problems are overcome by drinking decoction of selected herbs. The application method is used to treat acne problems, body fatigue and is used as an application oil to be applied to babies affected by crying fits. The implications of this paper can provide knowledge about the use of rhizome herbs in Malay traditional medicine to future generations.

Keywords: Etiology; rhizome herb; physical illness; spiritual illness; Malay traditional medicine; Malay medical sources

PENGENALAN

Herba berizom merupakan sejenis tumbuhan herba yang tumbuh subur dalam keadaan iklim di Malaysia yang mempunyai cuaca panas, basah dan hujan sepanjang tahun serta mudah diperolehi. Rizom ialah batang yang tumbuh secara mengufuk di bawah permukaan tanah seperti halia, kunyit, cekur, bawang, lempoyang, temu lawak dan bonglai. Lazimnya batang herba berizom kelihatan bersegmen kerana terdapat buku dan ruas. Selain itu, terdapat tunas-tunas yang akan berkembang menjadi akar, batang dan daun (Marla Purcelley, 2015). Herba berizom terdiri daripada kunyit, halia, cekur, lengkuas, bawang merah, bawang putih, bonglai dan lempoyang. Herba berizom mudah ditemui di sekitar kawasan kediaman kerana sering digunakan dalam kehidupan seharian terutamanya bahan masakan masyarakat Melayu (Norzailina Nordin, 2010).

Kajian penulisan pertama tentang penggunaan herba berizom dalam perubatan tradisional Melayu ditulis oleh Rahmah Badri (1985) dan yang terkini ditulis oleh Muhammad Hannan Abdul Aziz, Ahmad Nasir Mohd. Yusoff dan Mohamad Maulana Magiman (2023). Berdasarkan analisis dan pembacaan, sepanjang tempoh 38 tahun (tahun 1985 hingga 2023), terdapat 22 artikel yang menghurai dan membincangkan penggunaan herba berizom dalam perubatan tradisional Melayu. Penggunaan herba berizom telah banyak dikaji dan didokumentasi penggunaannya sebagai bahan perubatan tradisional Melayu. Namun begitu, satu penulisan yang komprehensif masih belum didokumentasi berkenaan penggunaan herba berizom dalam perubatan tradisional Melayu. Justeru itu, artikel ini bertujuan menghuraikan penggunaan herba berizom dalam perubatan tradisional Melayu untuk merawat Penyakit Fizikal dan spiritual berdasarkan kajian-kajian lepas.

SOROTAN LITERATUR

Sebanyak 22 penulisan kajian yang relevan telah dipilih dan disorot dalam makalah ini bagi mengupas penggunaan herba berizom dalam perubatan tradisional Melayu. Penggunaan herba berizom dalam perubatan tradisional Melayu digunakan untuk merawat penyakit jasmani dan rohani. Penulisan terawal tentang penggunaan herba berizom dalam perubatan tradisional Melayu yang dihasilkan oleh Rahmah Badri pada tahun 1985. Walau bagaimanapun penulisan terkini dirakamkan pula pada tahun 2023 oleh Muhammad Hannan Abdul Aziz, Ahmad Nasir Mohd. Yusoff dan Mohamad Maulana Magiman. Setakat tahun 2023, pelbagai kajian tentang penggunaan herba berizom dalam perubatan tradisional Melayu untuk merawat penyakit jasmani dan rohani. Terdapat 22 buah penulisan mengenai herba berizom dalam perubatan tradisional Melayu yang terdiri daripada buku, artikel jurnal dan disertasi (Rahmah Badri, 1985; Nurfina Aznam Nugroho, 1994; Ayob Ismail, 2003; A. Samad Ahmad, 2005; Noor Soesanti Handajani & Tjahjadi Purwoko, 2008; M. Akram et al., 2010; Aishah @ Eshah Haji Mohamed & Abd. Aziz Haji. Bidin., 2011; Suci Ridhowati & Yuli Isnaeni, 2011; Herpanus, 2011; Aishah @ Eshah Haji Mohamed & Abd. Aziz Haji. Bidin., 2011; Farhana Sharip, 2014; Zulmuhsar Abu Zahar, Ibtisam Abdul Wahab & Hannis Fadzillah Mohsin, 2016; Yusmilayati Yunos, 2016; Nur Faizzati Nawawi, Nurulwahidah Fauzi, Khalijah Awang & Muhammad Widus Sempo, 2017; Rita Nursuhaila Ridzuan et al., 2017; dan Haslinda Mohd Salleh et al., 2018; Mohd Affiq Affandy Azlizan, 2020; Abdullah Mutis dan Amor Tresna Karyawati, 2021; Tengku Azlan Shah Tengku Mohamad, Farida Islahudin & Malina Jasamai, 2022; Muhammad Hannan Abdul Aziz, Ahmad Nasir Mohd. Yusoff & Mohamad Maulana Magiman, 2023).

Daripada penulisan-penulisan tersebut pula terdapat 16 buah penulisan yang meneliti penggunaan herba berizom dalam perubatan tradisional Melayu untuk merawat penyakit jasmani seperti mengurangkan kesakitan ketika datang haid, mengurangkan jerawat pada kulit wajah, merawat panau, mencegah gumpalan darah, merawat keputihan, mengawal metabolisme lipid untuk mencegah obesiti, dan seterusnya merawat sakit kepala, demam serta sembelit. Kesemua penyakit tersebut menggunakan ubat-ubatan tradisional yang berasaskan herba berizom sebagai bahan utama seperti cekur, halia bara, halia biasa, kunyit, lempoyang, lengkuas dan temu lawak. (Rahmah Badri, 1985; Aznam Nugroho, 1994; Musa Yaacob & Zaharah Hassan, 2006; Noor Soessanti Handajani & Tjahjadi Purwoko, 2008; Institut Penyelidikan dan Kemajuan Pertanian Malaysia (MARDI), 2009; M. Akram, Shahab-Uddin, Afzal Ahmed, Khan Usmanghani, Abdul Hannan, E. Mohiuddin & M. Asif, 2010; Suci Ridhowati & Yuli Isnaeni, 2011; Zulmuhsar Abu Zahar, Ibtisam Abdul Wahab, Hannis Fadzillah Mohsin, 2016; Rita Nursuhaila Ridzuan,

Nurulwahidah Fauzi, Ros Mahwati Ahmad Zakaria, Khalijah Awang, & Muhammad Widus Sempo, 2017; Yusuf CK Arianto, 2018; Haslinda Mohd Salleh, Rita Nursuhaila Ridzuan, Nurulwahidah Fauzi, Ros Mahwati Ahmad Zakaria, Khalijah Awang & Muhammad Widus Sempo, 2018; Mohd Affiq Affandy Azlizan, 2020; Abdullah Mutis dan Amor Tresna Karyawati, 2021; Tengku Azlan Shah Tengku Mohamad, Farida Islahudin & Malina Jasamai, 2022; Muhammad Hannan Abdul Aziz, Ahmad Nasir Mohd. Yusoff & Mohamad Maulana Magiman, 2023).

Seiring dengan itu, terdapat enam buah penulisan penggunaan herba berizom dalam rawatan tradisional Melayu untuk merawat penyakit rohani seperti berfungsi merawat penyakit rohani seperti penyakit gila, merawat sawan tangis bayi, menghalau makhluk halus yang mengganggu bayi dan ibu mengandung serta berfungsi sebagai pendinding (A. Samad Ahmad, 2005; Anisah Barakbah, 2007; Amer Haji Matsom, 2008; Herpanus, 2011; Farhana Sharip, 2014). Namun begitu, terdapat penulis yang mengkaji penggunaan herba berizom dalam perubatan tradisional Melayu untuk merawat kedua-dua penyakit iaitu Aishah @ Eshah Haji Mohamed dan Abd. Aziz Haji. Bidin dalam penulisannya yang bertajuk Wanita Melayu dan Tumbuhan Ubatan: Satu Analisis Budaya (2011) dan Tumbuhan dan Upacara Perbomohan: Kes Main Teri di Kelantan (2012). Kesemua penyakit tersebut menggunakan ubat-ubatan tradisional yang berasaskan herba berizom sebagai bahan utama seperti bonglai, cekur, halia biasa, kunyit, lempoyang dan lengkuas.

Berdasarkan penelitian, kesemua artikel tersebut masing-masing menghuraikan penggunaan herba berizom dalam perubatan tradisional Melayu berdasarkan penyakit-penyakit yang disenaraikan oleh pengkaji. Berdasarkan penelitian sorotan kajian lepas, penggunaan herba berizom dalam perubatan tradisional Melayu tidak diklasifikasikan rawatannya mengikut jenis-jenis penyakit.

METODOLOGI

Kajian ini berbentuk penyelidikan asas (*fundamental research*) dengan reka bentuk kajian kualitatif. Pendekatan kualitatif dalam kajian ini menggunakan kaedah kepustakaan dan kaedah lapangan. Melalui pendekatan kualitatif dengan kaedah kepustakaan, setiap kandungan dianalisis untuk dijadikan instrumen utama yang digunakan untuk mendapatkan data dan maklumat yang diperlukan. Bahan pembacaan dikumpulkan daripada bahan bercetak misalnya latihan ilmiah, tesis, artikel jurnal, bab dalam buku dan kertas kerja prosiding. Bahan-bahan bacaan kajian lepas memberi tumpuan kepada penggunaan herba berizom sebagai bahan ubatan tradisional untuk merawat penyakit jasmani dan rohani dalam kalangan masyarakat Melayu. Seiring dengan kemajuan teknologi yang berkembang pesat, rujukan secara dalam talian tidak diketepikan dengan tindakan memuat turun kajian-kajian lepas tentang penggunaan herba berizom secara perubatan tradisional untuk merawat penyakit. Seterusnya, kaedah lapangan dilakukan dengan menemu bual bersama informan Jumani Salleh untuk mengukuhkan data kajian. Informan tersebut dipilih kerana mempunyai ilmu pengetahuan tentang amalan dan penggunaan tumbuhan herba dalam perubatan tradisional Melayu. Keseluruhannya, penulisan kajian ini lebih menjurus kepada analisis kajian-kajian lepas. Oleh yang demikian, metodologi kajian yang digunakan untuk menghasilkan wacana ini dilihat relevan dalam pengumpulan data yang digunakan untuk menjawab persoalan dalam penulisan artikel ini.

KONSEP PERUBATAN TRADISIONAL MELAYU

Perubatan tradisional Melayu dikategorikan sebagai rawatan perubatan yang asli dan semula jadi kerana tidak menggunakan campuran bahan-bahan kimia seperti ubat-ubatan dalam dunia perubatan moden. Konsep perubatan tradisional Melayu diketengahkan oleh Haliza Mohd Riji (2000) dalam *Prinsip dan Amalan Perubatan Melayu*. Beliau menyatakan perubatan tradisional Melayu terdiri daripada empat elemen utama iaitu akar kayu, jampi dan mantera, urut serta bekam. Amalan penggunaan herba berizom dalam kalangan masyarakat Melayu merupakan elemen akar kayu dalam perubatan tradisional. Elemen akar kayu menurut Haliza Mohd Riji (2000) meliputi semua tumbuh-tumbuhan herba yang terdapat di muka bumi termasuklah herba berizom.

Pengamalan herba akar kayu secara fizikal adalah dengan cara makan, sapu, tampal dan tuam di bahagian badan yang terkena penyakit sehingga pesakit merasakan penyakit yang dialami berkurangan. Kebiasaannya, ramuan herba akar kayu untuk dijadikan ubat-ubatan bersumberkan tunjuk ajar bomoh atau bomoh tersebut yang menyediakan sendiri ramuan tersebut lalu pesakit hanya mengamalkan sahaja berdasarkan tunjuk ajar yang diberikan (Haliza Mohd Riji, 2000). Hasil temu bual bersama Jumani Salleh (2022) yang merupakan pengamal perubatan tradisional di Kampung Perupok, Pitas, Sabah menyatakan bahawa terdapat pantang larang ketika menyediakan ramuan ubatan yang berasaskan herba akar kayu. Pantang larang tersebut ialah ramuan herba akar kayu yang disediakan dilarang sama sekali dicampur bersama gula. Hal ini dikatakan demikian kerana campuran gula ke dalam ramuan ubatan herba akar kayu akan mengurangkan kemujaraban dan memberi kesan panas tubuh badan.

ETIOLOGI PENYAKIT DALAM MASYARAKAT MELAYU

Sebelum kedatangan Islam, masyarakat Melayu percaya bahawa sesuatu penyakit itu berpunca daripada roh-roh jahat, hantu dan syaitan. Menurut kepercayaan mereka, roh-roh jahat ini adalah kiriman tuhan kerana kemurkaan ke atas kesalahan yang dilakukan oleh pesakit itu sendiri. Selain itu, masyarakat Arab sebelum kedatangan Islam juga sering mengaitkan punca penyakit dengan kehadiran roh-roh jahat dan mereka mendapatkan khidmat ahli sihir untuk merawat penyakit tersebut. Pada zaman itu juga, punca penyakit dapat dikenal pasti melalui bintang dan cakerawala. Ahli sihir akan menilik jenis-jenis penyakit dan meramal bilakah penyakit tersebut akan menimpa seseorang. Menurut Ahmad Taha (1992), setiap planet di angkasa raya mewakili anggota badan manusia. Penulis memberikan satu analogi dalam penulisannya iaitu planet Marikh dikaitkan dengan penyakit pada bahagian rahim dan urat saraf manakala tilikan kepada matahari dan bulan dianggap penyakit yang kronik. Kemunculan penulisan A'bqarat membawa kepada pemahaman disiplin ilmu secara teorikal dengan menyatakan bahawa sesuatu penyakit itu terjadi akibat daripada ketidakseimbangan badan manusia dan bukan berpunca daripada kuasa ghaib seperti yang dipercayai oleh masyarakat.

Perubatan Melayu tradisional berasaskan shamanisme adalah sistem perubatan yang bergantung kepada individu yang dianggap memiliki kuasa istimewa yang diperoleh melalui hubungan langsung dengan kuasa gaib. Mereka dipercayai mampu melindungi daripada roh jahat dan membawa kebaikan, terutamanya dalam merawat penyakit. Dalam peranan sebagai perantara dengan kuasa gaib ini, terdapat pelbagai pakar perubatan tradisional seperti tabib, pawang, bomoh, dan dukun (Muhd Norizam Jamian dan Izzah Safiah Raihana Mohd Ghazali, 2021). Perubatan Melayu tradisional dipengaruhi secara mendalam oleh kepercayaan dalam elemen magis dan

mahluk gaib, yang berasal daripada pengaruh animisme, diikuti oleh pengaruh Hindu-Buddha, dan akhirnya pengaruh Islam (Winstedt, 1951). Dalam amalan dan falsafah perubatan Melayu, unsur shamanisme merupakan elemen asas, sementara unsur-unsur lain seperti Islam hanya menyusun lapisan permukaan yang lebih tipis di sekeliling kerangka shamanisme ini.

Selain itu, masyarakat Melayu terkenal dengan petua-petua dan amalan yang menggunakan tumbuh-tumbuhan herba sebagai bahan perubatan. Petua dan amalan yang diamalkan oleh masyarakat Melayu diwarisi oleh nenek moyang secara turun menurun (Rosnah Mustafa, Radina Mohd Deli, Monaliza Sarbini-Zin dan Wan Robiah Meor Osman, 2014). Petua-petua yang diwarisi telah terbukti keberkesannya. Namun begitu, dalam pengamalan petua-petua tersebut memerlukan kesabaran kerana sesetengah pengamalan memerlukan jangka masa yang panjang untuk memperlihatkan keberkesannya. Penyediaan ramuan ubatan berasaskan tumbuhan herba diselitkan bersama bacaan jampi serapah dan doa dengan tujuan meningkatkan kemujaraban ubatan tersebut. Pengambilan ubat-ubatan herba disesuaikan mengikut umur, jantina, hamil atau tidak hamil dan sudah berkahwin atau belum berkahwin (Siti Fatimah Aziz, 2020). Hal ini dikatakan demikian kerana terdapat jenis ubatan herba tidak sesuai diambil oleh kanak-kanak dan hanya sesuai untuk golongan dewasa. Terdapat juga ubatan herba yang tidak boleh diambil oleh wanita yang sedang hamil atau wanita yang merancang untuk hamil. Oleh yang demikian, pengambilan ubat-ubatan herba perlu diperolehi oleh daripada pengamal perubatan tradisional dan perlu mematuhi pantang larang yang diberi.

Penyakit dalam masyarakat Melayu bersandarkan etiologi penyakit dan keuzuran mengklasifikasikan jenis penyakit kepada Penyakit Fizikal dan spiritual (Haliza Mohd Riji, 2000). Penyakit fakor fizikal dalam kalangan masyarakat Melayu terdiri daripada sakit semasa datang haid, jerawat pada kulit wajah, panau, angin dalam badan, kurang darah merah, keputihan, obesiti, sakit kepala, demam dan sembelit. Seterusnya, pPenyakit spiritual pula merangkumi penyakit yang tidak boleh dikesan oleh pancaindera manusia secara langsung akan tetapi boleh dirasai oleh pesakit itu sendiri. Kebiasaannya Penyakit spiritual dikaitkan dengan gangguan jin dan syaitan terhadap pesakit yang menyebabkan kerasukan. Antara Ppenyakit spiritual dalam masyarakat Melayu yang dirawat menggunakan kaedah perubatan tradisional ialah penyakit gila, sawan tangis dan gangguan mahluk halus. Berdasarkan huraian berkenaan pengkelasan jenis penyakit, adalah didapati konsep “Etiologi Penyakit” oleh Haliza Mohd Riji (2000) adalah lebih jelas dan mendalam perbahasannya dengan mengkategorikan penyakit terbahagi kepada dua jenis iaitu penyakit fizikal dan rohani. Justeru itu, artikel ini akan menghuraikan korpus ilmu herba berizom dalam perubatan tradisional Melayu dalam merawat Penyakit Fizikal dan spiritual.

AMALAN PENGGUNAAN HERBA BERIZOM DALAM MERAUAT PENYAKIT FIZIKAL

Penelitian dan perbincangan sorotan kajian lepas berkaitan penggunaan herba berizom dalam perubatan tradisional Melayu terbahagi kepada dua bahagian. Pertama, merangkumi penulisan-penulisan lepas mengenai penggunaan herba berizom dalam perubatan tradisional Melayu untuk merawat penyakit jasmani. Kedua, merangkumi penulisan-penulisan lepas mengenai penggunaan herba berizom dalam perubatan tradisional Melayu untuk merawat penyakit spiritual. Pembahagian huraian tersebut dalam adalah bertujuan untuk memperoleh dapatan kajian yang lebih terarah dan efektif.

Penyakit Fizikal

Penyakit fizikal ialah sakit yang dialami pada mana-mana bahagian luar dan dalam tubuh (Haliza Mohd Riji, 2000). Penyakit fizikal dalam kalangan masyarakat Melayu terdiri daripada sakit semasa datang haid, jerawat pada kulit wajah, panau, angin dalam badan, kurang darah merah, keputihan, obesiti, sakit kepala, demam dan sembelit. Berdasarkan 16 sorotan kajian lepas, penggunaan herba berizom dalam perubatan tradisional Melayu adalah untuk merawat penyakit jasmani seperti mengurangkan kesakitan ketika datang haid, mengurangkan jerawat pada kulit wajah, merawat panau, mencegah gumpalan darah, merawat keputihan, mengawal metabolisme lipid untuk mencegah obesiti, dan seterusnya merawat sakit kepala, demam serta sembelit. Penggunaan herba berizom dapat diteliti dalam penulisan Rahmah Badri (1985) dalam kajian yang dijalankan oleh beliau yang bertajuk *Tumbuh-tumbuhan dalam Perubatan Tradisional Melayu: Satu Kajian Kes di Pekan Parit Raja, Batu Pahat, Johor*. Kajian ini meninjau peranan pawang, bomoh dan dukun sebagai pengamal perubatan tradisional yang menggunakan tumbuhan herba dalam merawat pesakit. Menurut beliau, sejak zaman dahulu lagi mereka mempunyai hubungan erat dengan kepercayaan terhadap kuasa alam. Secara tidak langsung golongan ini mempunyai pengetahuan dan kemahiran dalam mengaplikasikan tumbuh-tumbuhan herba sebagai sumber perubatan. Pengkaji juga turut menyatakan tumbuhan herba seperti bawang putih dan halia yang mampu merawat beberapa jenis penyakit seperti mengeluarkan angin dari tubuh badan. Kaedah pertama untuk membuang angin di dalam badan ialah dengan mengambil bawang putih lalu ditumbuk sehingga lumat dan diambil airnya. Kemudian, air dari bawang putih tersebut dicampur bersama satu sudu besar madu lebah lalu diminum. Bukan itu sahaja, pengkaji juga turut menyatakan bahawa halia bara juga boleh digunakan untuk mengatasi masalah badan berangin. Kaedahnya adalah dengan cara mengambil rizom halia bara yang telah dijemur sehingga kering lalu direbus bersama tiga gelas air. Biarkan air rebusan tersebut mendidih sehingga sukutannya menjadi segelas air sahaja. Setelah sejuk, tapis air rebusan tersebut lalu diminum.

Nurfina Aznam Nugroho (1994) merakamkan penulisan artikel dengan tajuk *Menstruasi dan Kunyit*. Hasil penulisan beliau, majoriti masyarakat Indonesia mengetahui dan memakan kunyit. Remaja perempuan yang didatangi haid disarankan oleh orang-orang tua untuk meminum air rebusan kunyit yang dicampur bersama cekur, temu lawak dan halia biasa. Prostaglandin ialah penyebab rasa sakit sewaktu kedatangan haid. Sebatian *curcumin*, *demetoksicurcumin* dan *bisdemetoksicurcumin* yang terkandung di dalam kunyit dapat menghalang aktiviti *siklooksigenase* sekali gus menghalang pembentukan prostaglandin. Oleh itu, kebiasaan meminum rebusan kunyit pada masa yang sama haid perlu diteruskan kerana dapat menghilangkan sakit semasa haid. Kaedah tradisional untuk mengatasi kesakitan ketika datang haid oleh masyarakat Indonesia adalah dengan merebus 30 gram rizom kunyit, 25 gram rizom cekur, 15 gram rizom halia, asam jawa dan gula merah bersama 400 mililiter air. Air rebusan kesemua tersebut dibiarkan mendidih sehingga airnya menjadi 200 mililiter. Setelah itu, air rebusan tersebut dibiarkan sejuk dan ditapis terlebih dahulu sebelum minum. Air rebusan tersebut diminum tiga kali seminggu. Berdasarkan kepada penulisan penulis, jelaslah bahawa kurkumin, demetoksikurkumin dan bisdemetoksikurkumin yang terkandung di dalam kunyit bermanfaat untuk meredakan rasa sakit sewaktu haid. Meminum air rebusan kunyit secara ilmiah telah terbukti bahawa kunyit bermanfaat untuk mengatasi kesakitan semasa haid.

Penulisan berikutnya oleh Musa Yaacob dan Zaharah Hasan (2006) dalam *Tumbuhan Untuk Penjagaan Kulit* menghuraikan masalah remaja yang berdepan dengan masalah jerawat apabila

mencapai akil baligh. Masalah jerawat pada wajah sering dikaitkan dengan remaja yang mungkin disebabkan penghasilan hormon secara berlebihan apabila meningkat remaja. Berdasarkan penulisan penulis, kesan jerawat bukan sahaja mengakibatkan parut pada wajah, malahan emosi juga turut terganggu. Selain itu, kitaran haid, penjagaan muka yang tidak teratur dan pengambilan makanan berminyak akan menyebabkan masalah jerawat pada wajah berlaku. Oleh itu, jerawat pada wajah boleh dikurangkan dengan menggunakan rizom temu lawak sebesar ibu jari yang telah dikupas kulit, dipotong dan direbus bersama empat gelas air sehingga air tersebut berbaki separuh. Air rebusan tersebut diminum bersama satu sudu besar madu. Cara lain untuk mengatasi masalah jerawat ialah dengan menghiris bawang putih dengan nipis lalu ditampalkan pada bahagian muka yang berjerawat. Berdasarkan hasil penulisan penulis lagi, pengurangan jerawat pada wajah boleh dikurangkan dengan menggunakan rizom cekur yang telah ditumbuk sehingga lumat lalu disapu pada bahagian yang mempunyai jerawat.

Penulisan Noor Soessanti Handajani dan Tjahjadi Purwoko (2008) yang berjudul *Aktivitas Ekstrak Rimpang Lengkuas (Alpinia Galanga) Terhadap Pertumbuhan Jamur Aspergillus spp. Penghasil Aflatoksin dan Fusarium Moniliforme* membincangkan rizom (*Alpinia galanga* L.) diketahui dapat menghalang pertumbuhan kulat patogen atau panau. Secara tradisionalnya, rimpang lengkuas digunakan untuk merawat *tinea versicolor*, kurap, bronkitis, dan rematik. Sebatian kimia utama lengkuas adalah minyak pati yang terdiri daripada *eugenol*, *sesquiterpenes*, *pinene*, *metil-cinnamate*, *kaempferida*, *galangan kapal*, dan *galangol*. Rizom lengkuas yang digunakan dalam kajian penulis ini adalah rizom lengkuas merah. Minyak pati lengkuas merah mengandungi 12 sebatian dan dikuasai oleh *cineol*, *karanol*, dan *farnesen*. Berdasarkan kajian penulis, untuk mengubati penyakit panau boleh diatasi dengan rizom lengkuas. Caranya adalah dengan membersihkan dan menumbuk lumat rizom lengkuas lalu digaul dengan sedikit minyak kelapa dan disapu pada kulit yang dijangkiti panau. Namun begitu, penggunaan ekstrak rizom lengkuas perlu terkawal kerana mempunyai kesan sitotoksik yang mampu merosakkan DNA dalam enam sel manusia, iaitu sel normal, sel tidak aktif *P53*, *fibroblas*, sel *epitel normal*, sel tumor payudara dan sel *adenokarsinoma* paru-paru.

Institut Penyelidikan dan Kemajuan Pertanian Malaysia (MARDI) (2009) di dalam buku yang bertajuk *Landskap Edible Tanaman Makanan, Herba Dan Hiasan* menghuraikan latar belakang halia bara dan manfaatnya dalam merawat penyakit. Halia bara atau *Zingiber Officinale Var Rubrum* mempunyai sifat morfologi yang hampir sama dengan halia, tetapi saiz pokok herban tersebut lebih rendah sedikit. Halia bara tumbuh meliar di kawasan-kawasan kampung yang mempunyai teduhan atau tumbuhan tersebut ditanam di kebun. Halia bara juga dikenali sebagai halia merah atau halia udang disebabkan rizomnya berwarna merah. Menurut MARDI, halia bara sering digunakan dalam penghasilan jamu-jamu tradisional bertujuan untuk membuang angin dari tubuh, dan memanaskan badan. Namun begitu, halia bara juga digunakan untuk merawat beberapa penyakit luaran seperti kesan gigitan serangga dan masalah kelemumur. Kaedah rawatan menggunakan halia bara ialah dengan mengambil rizom dan ditumbuk sehingga lumat. Kemudian ambil rizom yang telah ditumbuk lumat tersebut lalu disapu pada bahagian tubuh badan yang digigit serangga. Bagi menghilangkan kelemumur pula, ambil rizom halia bara yang telah ditumbuk lumat dan dilumurkan ke kepala. Biar selama 30 minit lalu dicuci sehingga bersih.

Curcuma Longa and Curcumin: A Review Article disempurnakan oleh M. Akram, Shahab-Uddin, Afzal Ahmed, Khan Usmanhani, Abdul Hannan, E. Mohiuddin dan M. Asif (2010) meneliti khasiat kunyit dalam mengatasi masalah kekurangan sel darah merah. Masalah kurang sel darah merah atau anemia merupakan satu keadaan di mana terdapat kekurangan sel darah merah

di dalam sistem peredaran darah untuk menyerap oksigen ke seluruh tisu badan. Berdasarkan kajian di dalam artikel di tersebut, *curcumin* di dalam kunyit tidak bahaya kepada manusia. Masalah kekurangan sel darah merah dapat diatasi dengan mengambil 10 gram kunyit, 50 gram rizom lempoyang, 30 gram daun betik, 30 gram daun bayam. Kesemua bahan tersebut direbus bersama 800 mililiter air. Air rebusan tersebut dibiarkan mendidih sehingga airnya menjadi 400 mililiter. Kemudian, air rebusan tersebut ditapis lalu diminum sebanyak tiga kali sehari secara teratur iaitu pada waktu pagi, petang dan malam. Dalam artikel tersebut, penulis turut menyatakan bahawa kunyit juga telah digunakan selama berabad-abad dalam perubatan Ayurveda yang menggabungkan sifat perubatan herba dengan makanan. Ramuan yang luar biasa ini telah menjadi tumpuan di Barat kerana pelbagai khasiat perubatan. Hal ini telah terbukti bahawa kunyit adalah antioksidan yang kuat dalam dunia perubatan.

Seterusnya, penulisan dalam kajian Aishah @ Eshah Haji Mohamed dan Abd. Aziz Haji. Bidin (2011) dalam membincangkan jenis-jenis herba yang diamalkan oleh wanita Melayu Kelantan untuk mengembalikan keseimbangan unsur tubuh semasa berpantang. Penulis menerumah 30 orang wanita Melayu yang pernah bersalin dan lima orang bidan kampung di Kelantan. Menurut penulis, mereka disarankan untuk mengambil makanan panas dan meminum air akar kayu, tonik, jamu, makjun dan ladu. Kesemua itu akan membantu proses pengeringan darah kotor dalam tubuh. Hasil kajian artikel menyatakan bahawa kaum ibu yang sedang berpantang tidak boleh memakan makanan yang diklasifikasikan sebagai makanan sejuk seperti buah-buahan dan sayur-sayuran. Kesemua makanan tersebut bersifat sejuk, berangin dan tajam. Menurut penulis, kaum ibu yang sedang berpantang perlu mengambil makanan yang dikelaskan sebagai makanan panas seperti kunyit, halia biasa, lengkuas, mengkudu dan sirih. Kaedah penggunaan adalah dengan mengambil rizom kunyit, rizom halia biasa dan lengkuas yang telah diparut, satu potong gula kelapa, dan dua sudu besar sagu. Kesemua bahan tersebut perlu direbus bersama kesemua bahan-bahan lain dengan satu liter air. Setelah selesai direbus, air rebusan tersebut ditapis terlebih dahulu sebelum minum. Air rebusan tersebut diminum oleh ibu yang sedang berpantang sebanyak dua kali sehari iaitu pagi dan malam. Namun begitu, pengambilan secara berlebihan akan membawa kemudaratan kepada kondisi bayi yang diberi susu ibu. Hal ini dikatakan demikian kerana susu ibu menjadi panas apabila si ibu mengambil makanan panas secara berlebihan. Kesannya, bayi tersebut boleh terkena cirit-birit.

Kajian artikel yang bertajuk *Pengaruh Pemberian Air Rebusan Kunyit Terhadap Kejadian Keputihan Pada Remaja Putri di Dusun Cembongan Kidol, Tlogoadi, Mlati, Sleman, Yogyakarta* oleh Suci Ridhowati dan Yuli Isnaeni (2011) menumpukan kajiannya terhadap kesan pemberian air rebusan kunyit kepada remaja yang mengalami keputihan. Leucorhea adalah cairan putih yang keluar dari faraj secara berlebihan dan boleh menyebabkan masalah seperti kegatalan dan rasa pedih di kawasan intim. Usaha menangani Leucorhea boleh menggunakan ubat tradisional iaitu dengan kunyit. Penelitian kajian ini bertujuan untuk mengetahui kesan rawatan air kunyit rebus terhadap terjadinya keputihan pada remaja wanita Desa Cebongan Kidul, Tlogoadi, Mlati, Sleman, Yogyakarta. Masalah keputihan yang tidak ditangani dengan segera akan menyebabkan kemaluan wanita berbau hamis. Masalah ini dapat dirawat dengan meminum air rebusan kunyit. Bahan-bahan penyediaannya ialah 30 gram rizom kunyit, lima biji asam, dan gula kelapa. Rizom kunyit tersebut dihiris nipis-nipis lalu dikeringkan. Kemudian, bahan-bahan tersebut direndam bersama dua gelas air. Hasil rendaman tersebut diminum sebanyak dua kali sehari. Penulis juga membincangkan bahawa air rendaman kunyit terbukti mengandungi zat kurkumin paling tinggi. Kurkumin merupakan pigmen kuning dalam umbi kunyit terbukti mempunyai pelbagai proses

farmakologi penting seperti antioksidan, anti-inflamasi, anti-HIV, anti-parasit, dan berpotensi sebagai antikanser.

Sementara itu, artikel yang bertajuk *Peranan Kunyit Dalam Dunia Perubatan: Isu Saintifik, Budaya, Sosial Serta Alam Sekitar* oleh Zulmuhsar Abu Zahar, Ibtisam Abdul Wahab, Hannis Fadzillah Mohsin (2016) mengulas dan memberi penerangan kepada sebatian perubatan yang dikenali sebagai kurkumin di dalam kunyit. Menurut pandangan mereka, terdapat hubung kait antara aktiviti kurkumin untuk membantu dalam penurunan berat badan serta pencegahan penyakit berkaitan dengan obesiti dengan memecahkan lemak. Buktinya, kandungan kurkumin di dalam kunyit mampu mengawal metabolisma lipid yang memainkan peranan utama dalam perkembangan obesiti dan komplikasi yang bakal dialami oleh pesakit. Masalah obesiti boleh dirawat secara rawatan tradisional menggunakan kunyit. Caranya adalah dengan mengambil rizom kunyit, halia bara, temu pauh dan temu lawak yang dipotong serong secara kecil dan daun inai. Kemudian, panaskan kuah tanpa menggunakan minyak. Goreng kesemua bahan tersebut selama lima minit. Setelah siap, bahan yang digoreng tersebut diletakkan dalam tuala mandi dan diikat seperti bunjut. Seterusnya, lakukan proses mendemah pada bahagian perut, peha dan betis. Pengamalan ini dilakukan selama seminggu berturut-turut.

Malay-Indonesia Traditional In Shaping A "Worldwide" of Natural Healing: An Analysis For Women Health Maternity Using Herbs of Familia Zingiberaceae oleh Rita Nursuhaila Ridzuan, Nurulwahidah Fauzi, Ros Mahwati Ahmad Zakaria, Khalijah Awang, dan Muhammad Widus Sempo (2017) menyentuh sepintas lalu mengenai kesihatan wanita keperluan kesihatan wanita secara alami berdasarkan *Manuskrip MSS 1653* dan *Kitab Tibb*. Kesemua pengkaji mendapati bahawa penjagaan kecantikan dan kesihatan umumnya mendapat perhatian khusus dalam tradisi wanita di Melayu-Indonesia. Kajian mendapati bahawa amalan penggunaan herba dalam kalangan masyarakat Melayu dan Indonesia seperti halia biasa, kunyit dan cekur (*Kaempferia Galanga*) sering digunakan oleh wanita semasa dalam berpantang kerana penyembuhan cepat dan sihat dari segi nutrisi, sehingga terbukti membantu mereka mengembalikan tubuh ke tahap yang terbaik tahap kesihatan. Kaedah penggunaan herba tersebut adalah dengan merebus herba-herba tersebut untuk dijadikan ramuan dan dicampur bersama gula kelapa atau madu. Kemudian, air rebusan tersebut dibiarkan sehingga sejuk dan diminum sebanyak dua kali sehari. Menurut penulis, kajian ini mendapati bahawa terdapat pelbagai petua kecantikan dan rawatan penyebaran penyakit secara perubatan tradisional dalam kehidupan masyarakat, kemudian menjadi pengetahuan yang ditulis dengan tujuan untuk menyampaikan pengetahuan mereka ke generasi berikutnya.

Seterusnya, Yusuf CK Arianto (2018) dalam *56 Makanan Ajaib dan Pemanfaatannya untuk Kesehatan dan Kecantikan* menghuraikan masalah jerawat pada wajah. Jerawat terjadi apabila folikel rambut tersumbat bersama minyak yang berlebihan dari kelenjar *sebaceous* atau berpunca dari pembiakan bakteria iaitu *propionibacterium acnes* kepada pesakit kulit. Bagi kulit yang berada dalam kondisi normal sering berlaku kotoran dan sel-sel kulit mati disebabkan kekurangan penjagaan dan rawatan terutamanya pada kulit yang mempunyai tahap penghasilan minyak yang berlebihan. Menurut Yusuf, jerawat pada wajah dapat dirawat menggunakan rizom temu lawak dengan kaedah rebusan. Untuk mengatasi masalah jerawat pada wajah, rizom temu lawak diambil sebesar satu jari yang telah dikupas kulit. Kemudian, rizom tersebut direbus bersama empat gelas air. Setelah air rebusan tersebut sudah sejuk, campurkan air rebusan tadi dengan satu sudu besar madu dan dikacau rata. Air rebusan rizom temu lawak tersebut diminum setiap pagi dan petang.

Perbincangan mengenai halia biasa menurut perspektif agama dan sains telah diutarakan oleh Haslinda Mohd Salleh, Rita Nursuhaila Ridzuan, Nurulwahidah Fauzi, Ros Mahwati Ahmad Zakaria, Khalijah Awang dan Muhammad Widus Sempo (2018) di dalam artikel yang bertajuk “Halia (*Zingiber Officinale Roscoe*) Menurut Perspektif Agama Islam dan Sains: Analisa terhadap Manuskrip Melayu Terpilih”. Menurut pengkaji, didapati bahawa perkataan halia disebut sebanyak 63 kali di dalam lima buah manuskrip perubatan Melayu klasik (*MSS 2502, MSS 33, MSS 1653, MSS 1754*). Hal ini membuktikan bahawa tumbuhan halia digunakan dan mempunyai sebatian aktif seperti kurkumin dalam merawat penyakit. Berdasarkan dapatan kajian, antara penyakit yang dirawat dengan halia oleh masyarakat Melayu terdahulu ialah merawat keletihan, demam, dan sembelit. Kaedah penggunaan halia untuk merawat demam adalah dengan cara rebusan. Halia yang direbus dicampur bersama batang daun bambu, daun hempedu bumi. Hasil air rebusan tersebut diminum sebanyak tiga kali sehari. Bagi mengatasi masalah sembelit pula, rizom halia, rizom temu lawak dan beberapa biji sawi ditumbuk sehingga halus dan dibancuh bersama air suam. Hampas yang terkandung di dalam air tersebut perlu ditapis terlebih dahulu sebelum diminum. Selain itu, penggunaan halia untuk mengatasi keletihan adalah dengan cara mengambil halia sebesar ibu jari kemudian ditumbuk secara halus. Setelah itu, bahan tersebut dicampur bersama tiga sudu besar minyak kelapa dan dikacau rata. Kemudian, sapu pada sendi badan yang terasa sengal. Keberkesanan penggunaan halia dalam merawat penyakit tersebut diakui oleh para saintis berdasarkan penemuan saintifik oleh mereka. Jadi, jelaslah bahawa penggunaan halia digunakan sejak dari zaman dahulu lagi dalam merawat pelbagai jenis penyakit. Saranan daripada pengkaji, penyelidikan yang lebih mendalam dan meluas perlu dilakukan dan dikormesialkan.

Selanjutnya, kajian latihan ilmiah yang bertajuk “Temu Lawak dalam Perubatan Tradisional Melayu” oleh Mohd Affiq Affandy Azlizan (2020) menghuraikan kaedah rawatan menggunakan temu lawak secara tradisional. Pengkaji mendapati bahawa penggunaan herba temu lawak dalam perubatan tradisional tergolong dalam elemen akar kayu. Temu lawak atau *Curcuma Xanthorrhiza Roxb* merupakan tumbuhan perubatan asli dari Indonesia. Penanaman temu lawak juga ditanam secara skala kecil dengan menggunakan teknik penanaman standard. Dapatan kajian ini seterusnya menunjukkan bahawa temu lawak adalah salah satu penawar untuk merawat menyembuhkan pelbagai jenis penyakit dalaman, masalah sakit puan dan penyakit kulit serta digunakan sebagai makanan tambahan untuk mengekalkan kecergasan tubuh badan terutamanya dalam kalangan masyarakat di daerah Aceh, Sunda dan Bali, Indonesia. Dalam aspek perubatan tradisional, kaedah penggunaan temu lawak digunakan dengan cara rebus, giling, sapu, tumbuk, parut dan jemur. Seterusnya, pengkaji mendapati bahawa temu lawak juga diinovasikan kepada produk-produk kosmetik, makanan kesihatan, makanan dan minuman. Kesimpulannya, melalui kajian ini, pengkaji secara tidak langsung mendedahkan pelbagai manfaat temu lawak kepada masyarakat dan memperluaskan sempadan ilmu khususnya dalam perubatan tradisional Melayu.

Abdullah Mutis dan Amor Tresna Karyawati (2021) menjelaskan keupayaan kunyit untuk merawat penyakit kencing manis dalam penulisannya yang berjudul *Potensi Kunyit (Curcuma Longa) Sebagai Nutraceutical*. Penyakit kencing manis merupakan satu daripada penyakit yang kerap dihidapi oleh masyarakat Melayu pada masa kini dan penyakit ini juga dikategorikan sebagai masalah kesihatan global. Penggunaan kunyit untuk merawat penyakit kencing manis melalui minuman air jamu kunyit. Cara penyediannya adalah dengan mengambil enam ruas rizom kunyit sebesar ibu jari yang telah diketuk, gula melaka dan air secukupnya. Rebus kesemua bahan-bahan tersebut lalu diminum sebanyak dua kali sehari. Menurut penulis, kandungan kurkumin yang

terkandung di dalam rizom kunyit berfungsi meningkatkan metabolisme tubuh badan pesakit kencing manis tanpa sebarang komplikasi.

Tengku Azlan Shah Tengku Mohamad, Farida Islahudin, Malina Jasamai dan Jamia Azdina Jamal (2022) merakamkan penulisan berjudul *Traditional Practicier Knowledge of Malay Post-Partum Herbal Remedies in Malaysia* turut membincangkan herba berizom seperti cekur, temu lawak, halia dan kunyit sering digunakan dalam penjagaan selepas bersalin secara tradisional dalam kalangan wanita Melayu di Malaysia. Amalan ini dipantau secara ketat oleh pengamal perubatan tradisional wanita. Penggunaan cekur, temu lawak, halia dan kunyit digunakan secara luaran dan dalaman. Pengamalan kesemua herba berizom tersebut secara luaran ialah secara mandian biasa, mandi wap dan dijadikan minyak urutan. Manakala, pengamalan secara dalaman pula digunakan sebagai maajun dan air jamu. Di Malaysia, walaupun terdapat penjagaan selepas bersalin secara moden menerusi pengambilan ubat-ubatan moden tetapi ikhtiar melalui rawatan perubatan secara tradisional tidak dilupakan.

Penulisan terkini oleh Muhammad Hannan Abdul Aziz, Ahmad Nasir Mohd. Yusoff dan Mohamad Maulana Magiman (2023) bertajuk *The Effectiveness of Using Herb in Traditional Malay Medicine and Healthcare in Central Zone Community, Selangor* menyenaraikan herba berizom yang digunakan oleh masyarakat Melayu komuniti Zon Tengah, Selangor. Herba berizom yang dibincangkan oleh penulis ialah halia, lengkuas dan kunyit. Penulis menghuraikan rizom halia membantu melancarkan proses penghadaman makanan di dalam perut. Penggunaan rizom halia biasanya dilakukan dengan memasukkan hirisan rizom halia ke dalam air the panas sebagai minuman. Selain itu, dapatan temu ramah penulis bersama informan menyatakan bahawa rizom lengkuas sememangnya dipercayai berkesan untuk merawat kencing manis dan juga batu karang. Dapatan informan juga turut menyatakan kunyit membantu merawat bisul dengan cara menumbuk sehingga lumat rizom kunyit lalu disapu di bahagian bisul tersebut. Daun kunyit juga boleh menghentikan darah dan merawat luka.

Penyakit Spiritual

Penyakit spiritual berpunca daripada gangguan jin dan syaitan yang berlaku ke atas seseorang seperti kerasukan dan sihir (Haliza Mohd Riji, 2000). Terdapat enam buah penulisan lepas yang membincangkan penggunaan herba berizom dalam rawatan tradisional Melayu untuk merawat penyakit rohani. Herba berizom digunakan dalam rawatan perubatan tradisional Melayu untuk merawat penyakit rohani seperti penyakit gila, merawat sawan tangis bayi, menghalau makhluk halus yang mengganggu bayi dan ibu mengandung serta berfungsi sebagai pendinding. A. Samad Ahmad (2005) dalam *Warisan Perubatan Melayu* menghuraikan penggunaan herba berizom dalam merawat penyakit gila. Penyakit ini kadang kala dihidapi oleh seseorang sejak lahir ataupun diwarisi daripada ahli keluarga. Namun begitu, penyakit gila juga boleh terjadi yang berpunca daripada tekanan hidup, sihir dan gangguan makhluk halus seperti jin dan syaitan. Berdasarkan kupasan penulis, seseorang yang mempunyai penyakit gila tidak boleh menguruskan diri, tidak boleh berfikir secara waras, berkelakuan tidak siuman seperti bercakap seorang diri, dan boleh bertindak ganas terhadap seseorang. Rawatan terhadap pesakit gila adalah dengan cara mengambil daun tanjung tujuh kali sebanyak tujuh helai, tujuh hiris bonglai, tujuh hiris bawang putih, tujuh hiris bawang merah dan tujuh biji sawi. Kesemua bahan tersebut perlu digiling dan dicampurkan bersama hempedu lembu. Sekiranya pesakit gila itu adalah seorang lelaki, maka hempedu lembu betina digunakan. Setelah siap kesemua ramuan tersebut, doa Ruqyah Jibril dibacakan atau ditulis

pada cawan atau bekas yang menyimpan ramuan tersebut. Setelah siap, maka diperahkan ramuan tersebut pada mata pesakit. Cara lain yang diulas oleh penulis adalah dengan cara mengambil perahan air tebu hitam, tiga hiris lengkuas dan akar remungai. Kesemua bahan tersebut diambil airnya lalu disapu pada mata pesakit.

Seterusnya, dalam *Ensiklopedia Perbidanan Melayu: Sebuah Perbendaharaan Ilmu Perubatan dan Penjagaan Kesihatan* oleh Anisah Barakbah (2007) menghuraikan cara merawat sawan tangis. Penyakit ini dikatakan berpunca daripada gangguan makhluk halus yang mengganggu bayi yang baru lahir. Penulis juga menyatakan bahawa sawan tangis ini juga berpunca daripada sikap ibu bapa yang melanggar nazar atau mungkir janji. Namun begitu, terdapat pendapat lain menyatakan bahawa sawan tangis berpunca daripada nama bayi yang terlalu keras atau berat untuk bayi memikulnya. Bayi yang mengalami sawan tangis akan menangis sehingga hilang suara (selop) dengan tempoh masa yang lama. Hal ini memberi kesan kepada emosi ibu semasa berpantang. Penyakit ini boleh dirawat dengan menggunakan seulas bawang putih tunggal yang dicampur bersama minyak kelapa, daun garuda dan tujuh butir lada hitam. Kesemua bahan tersebut ditanak sehingga panas, kemudian disejukkan dan disimpan di dalam botol. Minyak tersebut disapu pada kedua-dua kening, belakang kedua-dua telinga, tengkuk (sekitar tulang belakang), sekeliling ibu jari tangan, bawah pelipat kedua.

Makalah Amer Haji Matsom (2009) yang bertajuk *Perjanjian dengan Makhluk Halus* menghuraikan bahawa tumbuhan herba juga boleh digunakan untuk menghalau gangguan makhluk halus. Menurut penulis, herba yang boleh digunakan untuk mengusir makhluk halus ialah bawang putih. Bau bawang putih yang kuat dan menyengat merupakan bau yang tidak disenangi oleh makhluk-makhluk halus. Masyarakat Melayu pada zaman dahulu membawa bawang putih bersama ketika keluar dari rumah terutamanya wanita yang sarat mengandung. Tidak cukup dengan itu, bawang putih juga digunakan ketika seseorang itu dirasuk dengan cara menggosokkan bawang putih pada tapak kaki pesakit. Dalam penulisan penulis lagi, bawang merah dan rizom kunyit pula digunakan untuk melindungi penghuni rumah daripada anasir jahat seperti sihir dan perbuatan aniaya. Penggunaannya adalah dengan meletakkan bawang merah pada pintu rumah manakala rizom kunyit pula digunakan untuk merawat pesakit yang terkena santau dan sihir.

Di samping itu, artikel yang bertajuk Fungsi Tumbuhan Cekur (*Kaempferia Galanga L.*) dan Setawar (*Coctus Specious*) dalam Kehidupan Tradisional Suku Dayak Desa oleh Herpanus (2011) menumpukan kajiannya mengenai penggunaan kedua-dua tumbuhan herba tersebut dalam aspek kehidupan dan kebudayaan suku kaum tersebut. Dalam kajian ini, penulis meninjau tumbuhan cekur yang memainkan peranan penting dalam kebudayaan masyarakat Dayak Desa. Herba cekur dalam kalangan masyarakat tersebut dipercayai mempunyai penawar untuk merawat penduduk di desa tersebut daripada gangguan makhluk-makhluk ghaib. Hasil kajian mendapati bahawa cekur juga berperanan sebagai 'pendinding' kepada bayi yang dibawa dalam perjalanan yang jauh. Cekur tersebut dibacakan mantera pelias agar makhluk ghaib tersebut tidak mengganggu bayi itu. Menurut kepercayaan penduduk Suku Dayak Desa, mereka percaya cekur dapat menghindarkan kediaman mereka dari gangguan roh-roh jahat. Selain itu, tumbuhan cekur dalam kepercayaan mereka akan menjadi penjaga, kawan dan pesuruh kepada tanaman padi dengan harapan padi tersebut akan subur dan terhindar dari segala kerosakan.

Sekali lagi, Aishah @ Eshah Haji Mohamed dan Abd. Aziz Haji. Bidin (2012) dalam artikelnya *Tumbuhan dan Upacara Perbomohan: Kes Main Teri di Kelantan* melanjutkan kajiannya mengenai fungsi beras kunyit yang digunakan dalam upacara Main Teri. Menurut penulis, perbincangan ini berdasarkan perolehan data daripada kajian yang dilakukan di Kelantan

dari tahun 1989 sehingga tahun 2009 dengan menggunakan kaedah pemerhatian dan temu bual. Herba berizom yang digunakan dalam upacara Main Teri ialah kunyit. Dalam upacara permulaan Main Teri, beras kunyit ditabur disekeliling pesakit dan disekitar tempat tinggal untuk menghalang makhluk-makhluk ghaib jahat yang mengganggu. Di samping itu, tujuan menabur beras kunyit untuk menyeru makhluk ghaib yang baik untuk membantu menghidupkan upacara Main Teri bersama-sama pengeras yang lain seperti telur rebus, sirih sepiyak, benang sebeting, sepinggan pulut kuning dan sebiji kelapa muda yang ditebuk permukaannya dan digantung pada tiang seri rumah sebagai bahan upacara persembahan. Hal ini dikatakan demikian kerana warna kuning yang terdapat pada kunyit mempunyai kekuatan spritual yang sangat tinggi. Oleh sebab itu, beras kunyit dan pulut kuning merupakan bahan persembahan wajib kepada makhluk ghaib yang baik sebagai 'hadiah' atas pertolongan mereka dalam upacara tersebut.

Selain itu, terdapat kajian herba berizom yang dijalankan oleh Farhana Sharip (2014). Penulis turut membincangkan penggunaan herba berizom dalam rawatan tradisional Melayu. Di dalam kajian ini juga, penulis turut menjelaskan pelbagai khasiat yang terkandung di dalam herba berizom yang masih tidak disedari oleh masyarakat dalam mengubati pelbagai penyakit. Pelbagai jenis herba berizom yang mempunyai manfaat yang diperlukan untuk kesihatan telah dikenal pasti dalam kajian ini seperti kunyit, halia biasa, cekur, lengkuas, lempoyang, bawang merah, bawang putih dan bonglai. Walaupun herba berizom mempunyai morfologi yang hampir sama, tetapi setiap satunya mempunyai nama dan ciri fizikal yang berbeza antara satu sama lain. Berdasarkan dapatan kajian latihan ilmiah ini, selain bermanfaat untuk merawat penyakit-penyakit jasmani, herba berizom dipercayai digunakan untuk merawat penyakit-penyakit rohani yang berkaitan dengan jiwa dan spritual. Hal ini dikatakan demikian kerana masyarakat Melayu terutamanya pada zaman dahulu amat kuat mempercayai kewujudan makhluk-makhluk halus seperti jin, jembalang, hantu, dan polong. Bawang putih digunakan oleh wanita Melayu ketika sarat hamil untuk mengelakkan gangguan pontianak apabila keluar dari rumah pada waktu malam. Bawang putih dibawa bersama-sama wanita yang sarat hamil ketika keluar dari rumah.

PERBINCANGAN

Berdasarkan penulisan kajian-kajian lepas, kaedah pengaplikasian herba berizom untuk merawat Penyakit Fizikal dan spiritual adalah dengan cara minum, sapu, perah dan gosok. Penyakit Fizikal seperti sembelit, demam, sakit kepala, kurang sel darah merah, angin dalam badan, masalah keputihan dan kencing manis diatasi dengan meminum air rebusan herba berizom yang terpilih. Kaedah sapuan digunakan untuk merawat masalah jerawat, keletihan tubuh badan, minyak sapuan untuk disapu pada bayi yang terkena sawan tangis dan minyak urutan ibu selepas bersalin. Penggunaan herba berizom dalam perubatan Melayu menggunakan kaedah perahan untuk merawat penyakit gila. Manakala, kaedah menggosok pula untuk menghalau makhluk halus yang merasuk tubuh badan pesakit. Caranya adalah dengan menggosok bawang putih di tapak kaki. Selain itu, penggunaan herba berizom untuk merawat Penyakit Fizikal dan spiritual perlu dicampur dengan herba-herba yang lain untuk meningkatkan tindak balas khasiat herba tersebut setelah diamalkan. Dalam erti kata yang lain, penggunaan herba berizom sebagai bahan perubatan dalam perubatan tradisional tidak boleh berdiri sendiri tanpa campuran herba-herba yang lain.

Hasil penelitian ke atas dapatan kajian memaparkan bahawa penulisan-penulisan akademik tentang amalan penggunaan dan khasiat herba berizom dalam kalangan masyarakat Melayu mula didokumentasi sejak 1985 oleh Rahmah Badri. Sementara itu, penulisan yang dilakukan oleh

Muhammad Hannan Abdul Aziz, Ahmad Nasir Mohd. Yusoff dan Mohamad Maulana Magiman merupakan penulisan yang terakhir setakat Mac 2023. Di antara penulisan pertama dan terkini, terdapat 22 penulisan akademik yang merakamkan penggunaan herba berizom dalam kalangan masyarakat Melayu. Hal ini bermakna dalam tempoh tiga tahun kebelakangan ini, amalan penggunaan herba berizom tetap diperhalusi dan diperbincangkan. Herba berizom yang paling banyak diperbincangkan dan dikaji ialah halia dan kunyit.

JADUAL 1. Kaedah penggunaan herba berizom bagi merawat penyakit dalam perubatan tradisional Melayu

Kaedah Penggunaan Herba Berizom	Penyakit Fizikal	Penyakit spiritual
Minum	Sembelit, demam, sakit kepala, kurang sel darah merah, angin dalam badan, keputihan, kencing manis	-
Sapu	Jerawat, keletihan tubuh badan, sawan tangis bayi	
Perah	-	Gila
Gosok	-	Menghalau makhluk halus

Berdasarkan penelitian kesemua sorotan kajian yang dibincangkan, kesemua hasil kajian menggunakan kaedah lapangan (*fieldwork methodology*). Penulis melakukan kajian lapangan yang melibatkan proses temu bual secara spesifik bersama pengamal perubatan tradisional dan pakar perubatan moden untuk mendapatkan data saintifik sebagai sokongan keberkesanan penggunaan herba berizom dalam merawat penyakit. Kesemua kerangka analisis yang diguna pakai dalam semua penulisan akademik sebelum ini dilihat relevan dalam konteks kajian semasa. Justeru, penulisan sorotan kajian tentang amalan penggunaan dan khasiat herba berizom dalam kalangan masyarakat Melayu membantu dalam memperkembangkan lagi kajian akademik berkaitan bidang perubatan tradisional Melayu setanding bidang-bidang yang lain.

KESIMPULAN

Sehingga tahun 2023, didapati penggunaan herba berizom dalam perubatan tradisional Melayu telah diteliti dan diperbincangkan oleh para pengkaji sama ada dalam bentuk buku, latihan ilmiah, artikel jurnal dan disertasi. Penulisan-penulisan lepas tentang herba berizom dalam perubatan tradisional Melayu diklasifikasikan mengikut kategori penggunaannya dalam merawat Penyakit Fizikal dan spiritual. Walau bagaimanapun, daripada sejumlah penulisan-penulisan lepas, didapati para penulis lebih banyak melakukan kupasan terhadap penggunaan herba berizom dalam perubatan tradisional Melayu untuk merawat penyakit fizikal berbanding penyakit Penyakit spiritual. Merujuk kepada Penyakit Fizikal, herba berizom digunakan secara tradisional untuk merawat rasa nyeri ketika haid, memulihkan jerawat, menghalang pertumbuhan patogen, menambah sel darah merah dan beberapa penyakit lain.

Bagi penyakit spiritual pula, herba berizom boleh merawat penyakit gila, sawan tangis, menghalau makhluk halus ketika upacara Main Teri, dan menjadi pendinding kepada masyarakat suku kaum Dayak Desa. Kaedah pengaplikasian herba berizom dalam perubatan tradisional

Melayu adalah dengan cara minum, sapu, perah dan gosok bagi merawat penyakit fizikal dan spiritual. Dapatan-dapatan kajian yang dikemukakan secara tidak langsung dapat mengisi jurang ilmu perubatan tradisional Melayu khususnya. Khasiat tumbuhan herba seperti herba berizom dalam perubatan tradisional Melayu untuk merawat pelbagai jenis penyakit sememangnya tidak dapat disangkal lagi. Justeru itu, kajian ini amat bermanfaat kerana dapat memberi pengetahuan kepada masyarakat tentang pelbagai jenis herba berizom yang sebenarnya sangat berguna dan mujarab untuk merawat pelbagai jenis penyakit.

RUJUKAN

- A.Samad Ahmad. 2005. *Warisan perubatan Melayu*. Kuala Lumpur, Dewan Bahasa dan Pustaka.
- Abdullah Mutis & Amora Tresna Karyawati. 2021. Potensi kunyit (*Curcuma longa*) sebagai nutraceutical. *Jurnal Biotropikal Sains* 18(2), 93-101.
- Aishah @ Eshah Haji Mohamed & Abd. Aziz Haji Bidin. 2011. Wanita Melayu dan tumbuhan ubatan: Satu analisis budaya. *Jurnal Melayu*, 7, 121-146.
- Aishah @ Eshah Haji Mohamed & Abd. Aziz Haji Bidin. 2012. Tumbuhan dan upacara permohonan: Kes Main Teri di Kelantan. *Geografia Online Malaysia of Journal Society and Space*, 8(4), 56-63.
- Akram, M., Shahab-Uddin, Afzal Ahmed, Khan Usmanghani, Abdul Hannan, Mohiuddin, E., & Asif, M. 2010. Curcuma longa dan curcumin: A review article. *Plant Biology*, 2(55), 1-6.
- Amer Haji Mat Som. 2009. *Perjanjian dengan makhluk halus*. Kuala Lumpur: Penerbit Orkid.
- Anisah Barakbah. 2007. *Ensiklopedia Perbidanan Melayu: Sebuah Perbendaharaan Ilmu Perubatan Dan Penjagaan Kesihatan*. Kuala Lumpur, Utusan Publication and Distributors.
- Farhana Sharip. 2014. Herba Berizom Dalam Rawatan Tradisional Melayu. Latihan ilmiah tidak diterbitkan, Pusat Kajian Bahasa, Kesusasteraan dan Kebudayaan Melayu, Fakulti Sains Sosial dan Kemanusiaan, Universiti Kebangsaan Malaysia.
- Haliza Mohd Riji. 2000. *Prinsip Dan Amalan Dalam Perubatan Melayu*. Kuala Lumpur: Penerbit Universiti Malaya.
- Haslinda Mohd Salleh, Rita Nursuhaila Ridzuan, Nurulwahidah Fauzi, Ros Mahwati Ahmad Zakaria, Khalijah Awang & Muhammad Widus Sempo. 2018. Halia (*zingiber officinale roscoe*) menurut perspektif agama Islam dan sains: Analisa terhadap manuskrip Melayu terpilih. *Internasional Journal of the Malay Wold and Civilisation*, 7(3), 43-54.
- Herpanus. 2011. Fungsi tumbuhan cekur (*kaempferia galanga l.*) dan setawar (*costus speciosus*) dalam kehidupan tradisional Suku Dayak Desa. *Internasional Journal of the Malay World and Civilisation*, 29(1), 259-268.
- Institut Penyelidikan dan Kemajuan Pertanian Malaysia. 2009. *Lanskap edible tanaman makanan, herba dan warisan*. Serdang: Institut Penyelidikan dan Kemajuan Pertanian Malaysia.
- Jumani Salleh. 2022. Pantang larang mengamalkan ubat-ubatan herba. Kampung Perupok, Pitas, Sabah. Temu bual, Julai 17.
- Marla Purcellly. 2005. *Medicinal Properties of Herbs And Plants*. United States: Page Publishing Inc.
- Mohd Affiq Affandy Azlizan. 2020. Temu Lawak dalam Perubatan Tradisional Melayu. Latihan Ilmiah tidak diterbitkan, Pusat Kajian Bahasa, Kesusasteraan dan Kebudayaan Melayu, Fakulti Sains Sosial dan Kemanusiaan, Universiti Kebangsaan Malaysia.

- Muhammad Hannan Abdul Aziz, Ahmad Nasir Mohd. Yusoff & Mohamad Maulana Mugiman. 2023. The effectiveness of using herb in traditional Malay medicine in Central Zone Community, Selangor. *Malaysian Journal of Social Sciences and Humanities* 8(1), 1-18.
- Muhd Norizam Jamian dan Izzah Safiah Raihana Mohd Ghazali. 2021. Penggunaan tawas dalam perubatan tradisional Melayu. *Malaysian Journal of Society and Space* 17(2), 327-339.
- Noor Soessanti Handajani & Tjahjadi Purwoko. 2008. Aktivitas ekstrak rimpang lengkuas (alpinia galanga) terhadap pertumbuhan jamur aspergillus spp. penghasil aflatoksin dan fusarium moniliforme. *Biodiversitas*, 9(3), 161-164.
- Norzailina Nordin. 2010. *Kompilasi makanan herba*. Shah Alam, Alaf 21.
- Nurfina Aznam Nugroho. 1994. Menstruasi dan kunyit. *Cakrawala Pendidikan Nomor 3*, 155-165.
- Rahmah Badri. 1985. Tumbuh-Tumbuhan dalam Perubatan Tradisional Melayu: Suatu Kajian Kes Di Pekan Parit Raja, Batu Pahat, Johor. Latihan Ilmiah tidak diterbitkan, Jabatan Persuratan Melayu, Fakulti Sains Sosial dan Kemasyarakatan, Universiti Kebangsaan Malaysia.
- Rita Nursuhaila Ridzuan, Nurulwahidah Fauzi, Ros Mahwati Ahmad Zakaria, Khalijah Awang & Muhammad Widos Sempo. 2017. Malay-Indonesia traditional in shaping a “worldwide” of natural healing: An analysis for women health maternity using herbs of familia zingiberaceae. *Journal of Ma'alim Al-Quran Wa Al-Sunnah*, 13(14), 95-103.
- Rosnah Mustafa, Radina Mohd Deli, Monaliza Sabini-Zin & Wan Robiah Meor Osman. 2014. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 134, 316-322.
- Siti Fatimah Aziz. 2020. *Perubatan tradisi Melayu dalam Kitab Tib MS 174: Akidatul Islamiah Wa 'Umatul Auladi* Disertasi Doktor Falsafah tidak diterbitkan, Pusat Kajian Bahasa, Kesusasteraan dan Kebudayaan Melayu, Fakulti Sains Sosial dan Kemanusiaan, Universiti Kebangsaan Malaysia.
- Suci Ridhowati & Yuli Isnaeni. 2011. *Pengaruh Pemberian Air Rebusan Kunyit Terhadap Kejadian Keputihan Pada Remaja Putri Di Dusun Cembongan Kidol, Tlogoadi, Mlati, Sleman Yogyakarta*. Yogyakarta, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan ‘Aisyiyah.
- Tengku Azlan Shah Tengku Mohamad, Farida Islahudin, Malina Jasamai & Jamia Azdina Jamal. 2022. Traditional practitioner knowledge of Malay post-partum herbal remedies in Malaysia. *Archives of Pharmacy Practice* 13(2), 11-16.
- Yusmilayati Yunos. 2016. The concoction of flora and fauna in the Malay Mujarrabat. *Pertanika Journal Science & Humanities*, 24(5), 131-152.
- Yusuf CK Arianto. 2018. *56 Makanan Ajaib Dan Pemanfaatannya Untuk Kesehatan Dan Kecantikan*. Jakarta, Venom Publisher.
- Zulmuhsar Abu Zahar, Ibtisam Abdul Wahab & Hannis Fadzillah Mohsin. 2016. Peranan kunyit dalam dunia perubatan: Isu saintifik, budaya, sosial serta alam sekitar. *e-Academica Journal UiTMT*, 5(1), 1-7.

Biodata Penulis:

Mohd Affiq Affandy Azizan adalah pelajar Ijazah Sarjana Muda (Sastera) Persuratan Melayu di Pusat Kajian Bahasa, Kesusasteraan dan Kebudayaan Melayu, Fakulti Sains Sosial dan Kemanusiaan, Universiti Kebangsaan Malaysia, Bangi.

Yusmilayati Yunos (PhD) adalah pensyarah kanan di Pusat Kajian Bahasa, Kesusasteraan dan Kebudayaan Melayu, Fakulti Sains Sosial dan Kemanusiaan, Universiti Kebangsaan Malaysia, Bangi. Bidang beliau adalah etnoperubatan Melayu.

Nur Afifah Vanitha Abdullah (PhD) adalah pensyarah kanan di Pusat Kajian Bahasa, Kesusasteraan dan Kebudayaan Melayu, Fakulti Sains Sosial dan Kemanusiaan, Universiti Kebangsaan Malaysia, Bangi. Bidang kepakaran beliau adalah Drama dan Teater.