

Proceedings

International Conference on Local Wisdom

IN THE MALAY
ARCHIPELAGO

CREATIVITY & SUSTAINABILITY

In Conjunction with International Conference on Local Knowledge

11-13
NOVEMBER
2023

PRINCE OF SONGKLA UNIVERSITY
HATYAI CAMPUS, THAILAND



**COLLEGA
2023**
CREATIVITY AND SUSTAINABILITY

**INTERNATIONAL CONFERENCE
ON LOCAL WISDOM
IN THE MALAY ARCHIPELAGO**

CREATIVITY AND SUSTAINABILITY

at Prince of Songkla University, Thailand

Proceedings of the International Conference on Local Wisdom in The Malay Archipelago (COLLEGA2023)

Malay Studies, Faculty of Humanities and Social Sciences
Prince of Songkla University, Pattani Campus
181 Charoenpradit Road. Rusamilae, Muang, Pattani 94000 Thailand

Editors Team

1. Assistant Professor Dr. Numan Hayimasae
2. Dr. Munirah Yamirudeng
3. Mr. Santi Senman
4. Miss Kanjanaporn Khongthong
5. Miss Kanittha Maneenual

Published by

Faculty of Humanities and Social Sciences
Prince of Songkla University, Pattani Campus

ISBN (e-book) : 978-616-271-750-5

National Library of Thailand Cataloging in Publication Data

Proceedings of the International Conference on Local Wisdom in The
Malay Archipelago (COLLEGA 2023).-- Pattani : Malay Studies, Faculty of
Humanities and Social Sciences Prince of Songkla University, Pattani
Campus, 2023.

886 p.

1. Local wisdom. 2. Malay Peninsula. I. Title.

306

ISBN 978-616-271-750-5



COLLEGA 2023

CREATIVITY AND SUSTAINABILITY

Organized by

Malay Studies,
Faculty of Humanities and Social Sciences,
Prince of Songkla University, Pattani Campus



In Collaborative with

COLLEGE OF CREATIVE ARTS, UNIVERSITI TEKNOLOGI MARA MALAYSIA (UiTM)
ACADEMY OF MALAY STUDIES, UNIVERSITI MALAYA MALAYSIA (UM)
SEKRETARIAT KEARIFAN TEMPATAN, UNIVERSITI SAINS MALAYSIA (USM)



Kolej
Pengajian Seni Kreatif



AKADEMI PENGAJIAN MELAYU
Academy of Malay Studies



PERKAITAN KEARIFAN LOKAL DENGAN KEPERCAYAAN DAN AMALAN PEMAKANAN WANITA MELAYU KETIKA BERPANTANG

Arina JOHARI*¹

Lilisuriani ABDUL LATIF @ BAPOO²

^{1,2}International Islamic University, Kuala Lumpur, Malaysia

¹arinajr@iium.edu.my

²lilisuriani@iium.edu.my

ABSTRAK

Kearifan lokal Melayu memanasifestasikan pemikiran yang tinggi, mendalam dan kreatif terhadap nilai tradisi budaya yang menjadi panduan hidup masyarakatnya sejak turun temurun. Ini termasuklah kasus kepercayaan dan amalan pemakanan tradisi wanita ketika berpantang. Orang Melayu percaya bahawa amalan pemakanan tradisi ketika berpantang ini, jika tidak dituruti akan memudaratkan kesihatan ibu dan anak di masa depan. Justeru, analisis ini dilakukan untuk mengenal pasti pemakanan tradisi yang masih diamalkan oleh wanita Melayu ketika berpantang; menganalisis pengaruh kepercayaan dengan amalan pemakanan tradisi ketika berpantang; dan menganalisis perkaitan kepercayaan serta amalan pemakanan tersebut dengan kearifan lokal. Analisis ini mengaplikasikan metod temu bual separa struktur terhadap 14 responden, iaitu 10 wanita yang mempunyai pengalaman berpantang mewakili (i).golongan ibu muda(berusia 20-29), (ii).pertengahan(berusia 30-39), dan (iii).ibu lama(berusia 40 ke atas); berbaki empat responden mewakili dua bidan kampung dan bidan moden, masing-masingnya. Analisis mendapati wujud variasi dalam amalan pemakanan tradisi ketiga-tiga golongan disebabkan impak globalisasi dan pengetahuan meluas tentang penjagaan kesihatan dalam kalangan generasi muda. Dapatan turut membuktikan kepercayaan tentang pantang larang tradisi amat mempengaruhi amalan pemakanan wanita ketika berpantang serta wujud perkaitan yang signifikan dengan kearifan lokal Melayu, iaitu kebijaksanaan dan pengetahuan lokal tentang kesihatan, pengaruh budaya/tradisi Melayu, penekanan kesejahteraan individu/masyarakat dan seni lanskap Melayu.

Kata kunci: kearifan lokal; kepercayaan; amalan pemakanan berpantang; dan pantang larang tradisi

Relationship between Local Wisdom Beliefs and Dietary Practices of Malay Women During the Postpartum Period

Arina JOHARI*¹

Lilisuriani ABDUL LATIF @ BAPOO²

^{1,2}International Islamic University, Kuala Lumpur, Malaysia

¹arinajr@iium.edu.my

²lilisuriani@iium.edu.my

ABSTRACT

Local Malay's wisdom expresses elevated, profound, and innovative thinking towards the importance of cultural traditions that have served as the community's life guide for generations. This includes the instance of postpartum women's views and customary food practises. Malays think that if this traditional food practise during postpartum is not followed, it will impair the mother's and child's health in the future. Thus, this research was performed to identify the traditional diet that is still practised by Malay women during postpartum; analyse the influence of beliefs with traditional dietary practises during postpartum; and analyse the relationship between beliefs and dietary practise with local wisdom. This study used a semi-structured interview method with 14 respondents, including 10 postpartum women representing (i) the group of young mothers (aged 20-29), (ii) the group of middle-aged (aged 30-39), and (iii) the group of old mothers (aged 40 and above); and the remaining four respondents representing two village midwives and two modern midwives, respectively. The study discovered that there are differences in the typical eating habits of the three generations as a result of globalisation and broad information about health care among the younger generation. The study's findings also show that women's food practises during postpartum periods are strongly influenced by beliefs about traditional postpartum. This establishes a significant relationship with Malay local wisdom, namely local knowledge about health, the influence of Malay culture/tradition, the emphasis on individual/community well-being, and Malay landscape art.

Keywords: Malay local wisdom; beliefs; dietary pospartum practices; and tradisional pospartum

Pengenalan

Kearifan lokal Melayu memmanifestasikan pemikiran yang tinggi, mendalam dan kreatif terhadap nilai tradisi budaya yang menjadi panduan hidup masyarakatnya sejak turun temurun. Ia mengandungi nilai-nilai yang perlu difahami secara tersurat mahupun secara tersirat yang memerlukan pengamatan mendalam bagi menghayati falsafah yang terkandung di sebalik perlakuan dan amalan seseorang individu (Muhammad Yusri Yusof @ Salleh dan Mohd Anuar Ramli, 2020). Nilai-nilai tersirat ini memerlukan tunjuk ajar daripada generasi terdahulu sebagai panduan; tidak boleh diperoleh hanya dengan padangan mata kasar. Ini termasuklah kasus kepercayaan dan amalan pemakanan tradisi wanita ketika berpantang. Orang Melayu percaya bahawa amalan pemakanan tradisi ketika berpantang ini, jika tidak dituruti akan memudaratkan kesihatan ibu dan anak di masa depan. Ini disebabkan sepanjang tempoh kehamilan dan berpantang, kondisi tubuh wanita dianggap berada pada tahap berisiko tinggi untuk mendapat sebarang jangkitan penyakit dan kecederaan (Patricia Sator et.al, 2022). Namun begitu, dapatan pengkaji lepas menunjukkan bahawa majoriti wanita dari kawasan luar bandar lebih percaya dengan kaedah berpantang secara tradisi berbanding yang tinggal di kawasan bandar (Ali & Chapman, 2007). Ini seolah-olah menunjukkan bahawa kepercayaan terhadap amalan pemakanan tradisi ini semakin menurun terutama dalam kalangan generasi muda berkemungkinan disebabkan oleh kesibukan bekerja, kemajuan dan globalisasi serta taraf pendidikan yang semakin tinggi menyebabkan mereka berasa amalan tradisi sesuatu yang rumit dan ketinggalan zaman. Kemajuan teknologi, pengetahuan yang meluas yang diterima oleh generasi muda serta kemudahan hospital (perbidanan dan sakit puan) masa ini memperlihatkan mereka sering mempertikai dan mempersoalkan kewibawaan amalan tradisi yang ada (Counihan, 1999; dalam Kamaruddin, Zahari, Muhammad, Amir, & Azdel, 2013). Justeru, kajian ini akan meneliti kepercayaan dan amalan pemakanan tradisi oleh wanita Melayu ketika berpantang, seterusnya meninjau perkaitan antara kedua-dua aspek ini dengan kearifan lokal masyarakat Melayu yang diwarisi sejak turun temurun. Perkara ini harus ditelitikan agar warisan tradisi Melayu dalam hal ehwal wanita berpantang kekal relevan dan terus diamalkan di masa depan.

Sorotan Kajian

Bidang pengkajian tentang kepercayaan masyarakat dan amalan berpantang secara tradisi dalam kalangan wanita banyak dijalankan sama ada di luar mahupun di dalam negara. Sekadar memaparkan beberapa pengkaji yang didapati menjalankan kajian agak hampir dengan kajian ini seperti Ali & Chapman (2007), Sahar Mansour Lamadah (2013), Kamaruddin, Zahari, Muhammad, Amir, & Azdel (2013), Noor Hasimah, Nor Hawani, Yuzainizam, dan Sabariah (2015); Zuraidah, Asmiaty, Darlina dan Saad (2018), dan Razanah Ramya et. al (2022); sorotan ini diharap akan dapat memperlihatkan jurang analisis terhadap kajian yang akan dilaksanakan.

Ali & Chapman (2007) menjalankan kajian tentang perkhidmatan bidan kampung tradisional dalam proses bersalin di kawasan luar bandar melibatkan 17 kumpulan wanita hamil, 3 kumpulan bidan kerajaan dan bidan kampung menggunakan metod pemerhatian, temu bual mendalam dan analisis tematik. Mereka mendapati amalan berpantang secara tradisi lebih banyak diamalkan di kawasan luar bandar berbanding kawasan bandar, yang majoriti penduduknya ialah generasi muda yang mempunyai latar pendidikan tinggi. Masyarakat Melayu didapati amat mematuhi amalan dan pantang larang ini atas faktor kesihatan dan manfaat diri. Namun, amalan dan kepercayaan ini semakin berubah apabila didapati generasi moden lebih memilih berpantang secara moden dengan kemajuan teknologi dan perubahan yang semakin canggih.

Sementara itu, Sahar Mansour Lamadah (2013) pula menjalankan kajian untuk menilai kepercayaan dan amalan tradisional ketika berpantang dalam kalangan wanita di Makkah Al-Mukarramah, KSA. Beliau menggunakan metod persampelan rawak (120 wanita selepas bersalin) di Hospital Besar Heraa, Mekah dengan temu bual berstruktur. Beliau mendapati lebih 50 peratus wanita mempunyai kepercayaan yang positif tentang amalan berpantang secara tradisional manakala ibu dan saudara mara memainkan peranan dalam menguatkan kepercayaan mereka. Selain itu, beliau turut mendapati umur dan tahap pendidikan merupakan faktor paling positif yang mempengaruhi tahap kepercayaan individu dan mencorakkan amalan pemakanan tradisi mereka.

Seterusnya, Kamaruddin, Zahari, Muhammad, Amir, & Azdel (2013) pula menjalankan kajian ke atas wanita generasi muda dan generasi lama untuk meninjau sikap, kepercayaan dan amalan pemakanan tradisi mereka melalui kajian kualitatif dengan metod temu bual separa struktur. Mereka mendapati generasi ibu muda mengalami perubahan berbanding generasi ibu yang lebih tua disebabkan faktor kemajuan teknologi dan sosial yang berlaku hari ini. Golongan ibu muda didapati mempunyai rasional dan justifikasi yang lebih tinggi dalam penerimaan jenis amalan pemakanan yang sesuai dengan mereka ketika berpantang berbanding golongan lama. Situasi ini menjadikan amalan pemakanan tradisi ketika berpantang yang disampaikan melalui generasi ke generasi menjadi lebih kukuh dan berevolusi melalui pengetahuan secara saintifik yang diperolehi oleh generasi muda; dengan disokong oleh kemajuan teknologi.

Meninjau pantang larang orang Melayu dan nilai murni sebaliknya, Noor Hasimah, Nor Hawani, Yuzainizam, dan Sabariah (2015) mendapati pantang larang terhadap wanita berpantang mempunyai nilai-nilai murni dan pengajaran yang baik kepada masyarakat. Menggunakan pendekatan kertas kerja konsep untuk mendalami dan menilai pantang larang orang Melayu tradisi, mereka turut mendapati kebiasaannya pantang larang berkaitan dengan pemakanan ketika berpantang semakin berkurangan selepas hari ke-20. Walau bagaimanapun, daripada segi perubahan dan kajian saintifik, mereka mendapati tiada lagi kajian yang membuktikan bahawa makanan-makanan tradisi seperti rempah ratus dan herba akan memberi kemudahan kepada ibu lepas bersalin dan perlu dielakkan. Oleh itu, mereka berpandangan hal ini sangat bergantung kepada kepercayaan si ibu itu sendiri sama ada untuk mengamalkan pantang-larang pemakanan tradisi ini.

Dalam konteks amalan berpantang dalam kalangan wanita kaum Melayu, Cina dan India pula, Zuraidah, Asmiaty, Darlina dan Saad (2018) mengaplikasikan metod kualitatif melalui temu bual dan kajian literatur. Mereka mendapati ketiga-tiga kaum ini mengamalkan kaedah penjagaan pemakanan yang berbeza sama ada ketika pranatal mahupun selepas bersalin. Mereka turut mendapati kaedah rawatan secara tradisional masih lagi dicari dan diamalkan oleh ketiga-tiga kaum ini dan mempunyai persamaan dari aspek pengurangan kuantiti makanan, mengelakkan pengambilan air/makanan sejuk, kaedah berurut dan pengambilan herba seperti lada hitam, kunyit dan halia untuk penyembuhan dalaman.

Selain itu, Razanah Ramya et.al (2022) menjalankan kajian etnobotani amalan perbidanan Melayu tradisional dalam rawatan penjagaan pranatal dan selepas bersalin dalam kalangan bidan kampung di Malaysia. Kajian ini mengaplikasikan kajian kualitatif terhadap 31 bidan tradisional Melayu dari 11 negeri di Malaysia melalui metod pemerhatian dan temu bual separa berstruktur secara sua muka. Mereka mendapati pengetahuan yang dimiliki oleh bidan di negara ini adalah berasaskan pewarisan daripada generasi ke generasi. Majoriti bidan percaya bahawa rawatan pranatal dan selepas bersalin adalah penting untuk meremajakan keadaan emosi dan fizikal si ibu serta menstabilkan tahap hormonnya.

Mereka turut mendapati bahawa persamaan dan perbezaan dalam melaksanakan rawatan pranatal dan selepas bersalin di Malaysia adalah dipengaruhi oleh kepercayaan, budaya, pantang larang dan persekitaran tempatan.

Berdasarkan sorotan kajian yang diberikan, didapati terdapat kelompangan dari aspek analisis data yang melibatkan kepercayaan dan amalan pemakanan dan perkaitannya dengan kearifan lokal masyarakat Melayu. Justeru, kajian ini akan menganalisis perkaitan di antara ketiga-tiga aspek tersebut dengan menggunakan data responden yang terdiri daripada tiga golongan ibu, iaitu ibu muda, ibu pertengahan dan ibu lama bagi menghasilkan dapatan yang lebih menyeluruh.

Permasalahan Kajian

Kebanyakan kajian yang meninjau kepercayaan dan amalan pemakanan wanita ketika berpantang lebih menjurus pada aspek kepercayaan tradisi dengan amalan pemakanan, perbezaan kepercayaan dan pemakanan di antara golongan muda dan lama, dan etno-botani dalam kalangan bidan kampung (Sahar Mansour Lamadah, 2013; Kamaruddin, Zahari, Muhammad, Amir, & Azdel, 2013; Razanah Ramya et.al, 2022). Kajian-kajian ini secara jelas bertumpu pada analisis dan dapatan yang bersifat saintifik serta tidak melihat perkaitan konteks kepercayaan dan amalan pemakanan tradisi dengan nilai-nilai yang wujud dalam kearifan lokal masyarakat Melayu. Situasi ini memperlihatkan kekurangan kajian yang bersifat kualitatif bagi memperlihatkan kebijaksanaan dan nilai-nilai murni yang wujud dalam kearifan lokal dari aspek amalan pemakanan tradisi ketika berpantang dalam kalangan wanita Melayu.

Selain itu, dapatan pengkaji lepas menunjukkan bahawa majoriti wanita dari kawasan luar bandar lebih percaya dengan kaedah berpantang secara tradisi berbanding yang tinggal di kawasan bandar (Ali & Chapman, 2007). Ini menunjukkan kepercayaan terhadap amalan pemakanan tradisi ini semakin menurun terutama dalam kalangan ibu muda disebabkan faktor globalisasi dan pendidikan tinggi yang memperlihatkan mereka sering mempertikai dan mempersoalkan kewibawaan amalan tradisi yang ada (Counihan, 1999 dalam Kamaruddin, Zahari, Muhammad, Amir, & Azdel, 2013). Situasi ini memperlihatkan perlunya kajian ini dijalankan untuk meninjau tahap kepercayaan dan amalan pemakanan tradisi dalam kalangan wanita Melayu serta perkaitannya dengan kearifan lokal yang ada. Dapatan akan menjadi rujukan generasi akan datang akan kepentingan melestarikan amalan warisan tradisi supaya tidak dilupakan.

Objektif

Kajian ini menggariskan tiga objektif, iaitu:

- i) mengenal pasti pemakanan tradisi yang masih diamalkan oleh wanita Melayu ketika berpantang;
- ii) menganalisis pengaruh kepercayaan dengan amalan pemakanan tradisi ketika berpantang; dan
- iii) menganalisis perkaitan kepercayaan serta amalan pemakanan tersebut dengan kearifan lokal.

Metodologi

Kajian ini mengaplikasikan kaedah kualitatif yang didapati paling sesuai untuk menganalisis proses sosial yang berlaku berdasarkan pandangan/pengalaman individu dalam konteks tertentu (Esterberg, 2002 seperti yang dipetik dalam M.S.Y Kamaruddin et. al, 2014). Melalui kaedah ini, penelitian dan pemahaman tentang kepercayaan dan amalan pemakanan tradisi dalam kalangan wanita Melayu ketika berpantang serta perkaitannya dengan kearifan lokal Melayu dapat diperoleh secara lebih mendalam.

Justeru, analisis ini mengaplikasikan metod temu bual separa struktur terhadap 14 responden yang dipilih secara rawak dan terdiri daripada dua kategori, iaitu:

- I) sepuluh wanita yang mempunyai pengalaman bersalin dan berpantang mewakili (a).golongan ibu muda (berusia 20 hingga 29 tahun), (b).golongan ibu pertengahan (berusia 30 hingga 39 tahun), dan (c).golongan ibu lama (berusia 40 tahun dan ke atas)
- II) empat responden mewakili golongan bidan, iaitu (a).dua orang bidan kampung dan (b). dua orang bidan moden.

Temu bual berlangsung selama 30 hingga 45 minit - maklumat yang diperolehi daripada 14 responden dalam tempoh masa ini didapati mencukupi bagi mengumpul data kajian; soalan temu bual terbahagi kepada dua bahagian, iaitu I) Soalan demografi (umur, pendidikan, pekerjaan, jumlah anak, kaedah bersalin dan sebagainya), II) Soalan berkaitan kepercayaan dan amalan pemakanan tradisi serta perkaitan dengan kearifan lokal. Data temu bual kemudiannya ditranskripsi dan dianalisis untuk menentukan klasifikasi kepercayaan dan pengaruhnya terhadap amalan pemakanan tradisi ketika berpantang melalui kaedah analisis tematik. Seterusnya perkaitan kepercayaan dan amalan pemakanan tradisi dengan kearifan lokal Melayu dianalisis melalui kaedah literatur dan berdasarkan pengetahuan/ kearifan pengkaji. Data yang diperolehi kemudiannya dipaparkan secara berjadual dengan jumlah dan peratusan tertentu diikuti dengan huraian bersifat kualitatif.

Dapatan Kajian dan Perbincangan

Dapatan analisis dibincangkan dengan menghuraikan maklumat mengenai (i). data demografi - Jadual 1; (ii). tahap pengetahuan responden tentang amalan berpantang - Jadual 2, (iii). pengaruh kepercayaan dengan amalan pemakanan tradisi responden ketika berpantang dalam Jadual 3 (3.1, 3.2 dan 3.3), dan (iv). perkaitan kepercayaan dan amalan pemakanan tradisi dengan kearifan lokal.

Jadual 1

Data Demografi

Ciri	Kategori	Jumlah	%
Keturunan	Melayu	12	85.7
	Melayu Campur (Cina, India, Bugis dan lain-lain)	2	14.3
	Jumlah	14	100
Umur	20 hingga 29 tahun	4	28.6
	30 hingga 39 tahun	5	35.7
	40 tahun dan ke atas	5	35.7
	Jumlah	14	100

Asal	Johor	6	42.8
	Pahang	1	7.1
	Perak	1	7.1
	Kelantan	1	7.1
	Selangor	5	35.7
	Jumlah	14	100
Pendidikan	Sekolah Menengah	3	21.4
	Universiti/ Ijazah lanjutan	11	78.6
	Jumlah	14	100
Pekerjaan	Suri rumah	3	21.4
	Bekerja	11	78.6
	Jumlah	14	100
Kaedah Bersalin	Bersalin Normal	8	57.1
	Pembedahan	5	35.7
	Tidak Berkaitan	1	7.1
	Jumlah	14	100
Bilangan anak	1-2	7	50.0
	3-4	5	35.7
	5 dan ke atas	2	14.3
	Jumlah	14	100

Berdasarkan Jadual 1 di atas, responden terdiri daripada majoritinya berketurunan Melayu (12; 85.7%) dan hanya 2 (14.3%) berketurunan Melayu Campur. Sementara itu, 4 (28.6%) responden dalam kategori ibu muda, dan 5 (35.7%) bagi ibu pertengahan dan ibu lama, masing-masingnya. Responden berasal dari lima negeri dengan majoriti daripada Johor seramai 6 (42.8%), diikuti Selangor 5(35.7%) manakala Pahang, Perak dan Kelantan mewakili 1(7.1%). Selain itu, 11 (78.6%) responden menerima pendidikan di peringkat Universiti/Ijazah lanjutan dan bekerja manakala hanya 3(21.4%) berkelulusan peringkat sekolah menengah serta tidak bekerja/suri rumah. Berdasarkan pengalaman bersalin, 8(57.1%) responden bersalin normal, 5(35.7%) melalui pembedahan manakala 1(7.1%) tidak berkaitan. Dari segi jumlah bilangan anak pula, 7(50.0%) responden mempunyai 1 hingga 2 orang anak, 5 mempunyai 3 hingga 4 orang anak dan 2(14.3%) mempunyai dua orang anak.

Selanjutnya, analisis dan dapatan mengenai tahap pengetahuan responden tentang amalan berpantang dan pemakanan tradisi dipaparkan dalam Jadual 2 di bawah.

Jadual 2

Pengetahuan Tentang Berpantang dan Amalan Pemakanan Tradisi

Soalan	Kategori Jawapan	Jumlah	%
Adakah anda tahu tentang perlunya menjaga pemakanan ketika berpantang	Tahu	11	76.8
	Tahu tapi kurang dipraktikkan	3	21.4
	Jumlah	14	100
Bagaimanakah anda mengetahui tentang amalan berpantang?	Keluarga	12	85.7
	Sahabat	2	14.3
	Internet/ Buku/ Majalah	5	35.7
	Hospital/Doktor/Bidan	2	14.3
	Jumlah	21	100
Adakah keluarga memainkan peranan besar dalam amalan pemakanan ketika berpantang?	Ya/ Sudah tentulah	14	100
	Tidak/ Tidak sangat	Ø	Ø
Jumlah		14	100

Jadual 2 memperlihatkan tahap pengetahuan responden tentang amalan berpantang dan pemakanan tradisi yang mereka pernah lalui. Seramai 11(76.8%) responden didapati tahu mengenai keperluan menjaga pemakanan ketika berpantang; hanya 3(21.4%) sahaja yang tahu tapi kurang mempraktikkan amalan tersebut. Selain itu, majoriti responden memperoleh pengetahuan tentang amalan berpantang daripada ahli keluarga, terutama ibu dengan jumlah 12(85.7%); 5(35.7%) bersumberkan internet/buku/majalah manakala 2(14.3%) melalui sahabat dan hospital/doktor/bidan, masing-masingnya. Seterusnya, didapati kesemua 14(100%) responden bersetuju bahawa ahli keluarga memainkan peranan yang besar dalam mencorakkan amalan pemakanan ketika berpantang mereka. Dapatan ini menunjukkan bahawa responden masih dipengaruhi oleh ahli keluarga dalam mencorakkan amalan pemakanan ketika berpantang. Hal ini juga membuktikan bahawa peranan ibu, sebagai individu yang berperanan paling signifikan dalam menurunkan ilmu warisan pemakanan tradisi kepada anak ketika dalam pantang.

Selanjutnya, dapatan analisis yang memperlihatkan pengaruh kepercayaan dengan amalan pemakanan tradisi wanita Melayu ketika berpantang dipaparkan dalam Jadual 3 - 3.1, 3.2 dan 3.3 di bawah melalui empat kolum, iaitu Kolum I (kepercayaan), kolum II (Golongan Ibu), kolum III (Jumlah Σ) dan peratus (%); serta kolum IV (Amalan Pemakanan Tradisi).

Jadual 3

Kepercayaan dan Amalan Pemakanan Tradisi Wanita Melayu Ketika Berpantang

3.1 - Kepercayaan Tentang Kesihatan Diri

I Kepercayaan	II Golongan Ibu			III Σ (%)	IV Amalan Pemakanan Tradisi
	IM	IP	IL		
Percaya bahawa berpantang boleh meningkatkan kesihatan diri:					IP dan IL:
i. Ya	∅	2 (14.2)	5 (35.7)	7 (50.0)	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Ikan haruan ◆ Jamu /herba ◆ Minum minuman panas/suam
ii. Sebahagiannya percayalah	1 (7.1)	2 (14.2)	∅	3 (21.4)	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Pengambilan protein
iii. Tidak percaya langsung	3 (21.4)	1 (7.1)	∅	4 (28.5)	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Minuman panas/ suam ◆ Makanan bernutrisi
Jumlah				14 (100)	
Mengurangkan jumlah pengambilan air sejurus/seminggu selepas bersalin untuk elak :					IP & IL:
i. Perut buncit/ gemuk	1 (7.1)	3 (21.4)	3 (21.4)	7 (50.0)	<ul style="list-style-type: none"> ◆ air masak ◆ susu

ii. Bentan	∅	∅	∅	∅	◆ air soya
iii. Kerap buang air kecil	∅	1 (7.1)	2 (14.2)	3 (21.4)	◆ air teh kosong
iv. Tiada masalah/ Minum seperti biasa sahaja	3 (21.4)	1 (7.1)	∅	4 (28.5)	IM: ◆ Air mineral ◆ Air jus tanpa ais ◆ air milo ◆ Susu
Jumlah				14 (100)	

Mengambil makanan
berbentuk herba ketika
berpantang:

i. Ya	1 (7.1)	4 (28.5)	4 (28.5)	9 (64.3)	IP & IL: Pengambilan herba/jamu: ◆ Nona roguy ◆ Manjakani ◆ Ibu kunyit ◆ Jeli gamat ◆ Rempah ratus ◆ Air kunyit ◆ Air halia
Mengapa?					
◆ Menguatkan badan					
◆ Ibu yang suruh					
◆ Memastikan badan kekal segar					
◆ Bantu proses penyembuhan luka dalam					
◆ Beri tenaga					
◆ Elak bentan					
◆ Elak rambut gugur					
◆ Bantu proses penghadaman					
ii. Tidak	3 (21.4)	1 (7.1)	1 (7.1)	5 (35.7)	IM:

Mengapa?

- ◆ Percaya pada sains - semua makanan ada khasiat bukan herba semata-mata
- ◆ Vitamin terbaik
- ◆ Hanya mengambil herba tertentu sahaja
- ◆ Tidak percaya
- ◆ Tidak berminat

Pengambilan selain herba/jamu:

- ◆ Vitamin
- ◆ Vitamin tambahan
- ◆ Ubatan hospital

Jumlah **14**
(100)

Rujukan:

<i>IM</i>	<i>Golongan ibu muda</i>	Σ	<i>Jumlah</i>
<i>IP</i>	<i>Golongan ibu pertengahan</i>	%	<i>Peratus</i>
<i>IL</i>	<i>Golongan Ibu lama</i>	\emptyset	<i>Tidak Berkaitan</i>

Berdasarkan Jadual 3 (3.1), jawapan responden diklasifikasikan ke dalam tiga kategori, iaitu 'Ya', 'Sebahagiannya percayalah', dan 'Tidak percaya langsung'. 7(50.0%) responden (\emptyset - IM; 2,14.2%-IP; dan 5,35.7% - IL) menjawab 'Ya' sekali gus memperlihatkan dominasi. Ini menunjukkan ibu lama lebih mempercayai bahawa berpantang boleh meningkatkan kesihatan diri mereka atas faktor ilmu pengetahuan yang diturunkan oleh ahli keluarga berbanding ibu muda dan ibu pertengahan yang telah mengalami arus pemodenan dan memilih untuk percaya kepada perubatan moden. Dapatan turut menunjukkan golongan IP dan IL mengatakan mereka mengambil makanan berupa jamu/herba, minum minuman yang suam/panas, mengambil protein seperti ikan haruan dan makanan bernutrisi sepanjang proses berpantang untuk mempercepat proses pemulihan kesihatan diri selepas bersalin. Seterusnya, kekerapan kedua tinggi ialah 4(28.5%) responden, iaitu 3(21,45)-IM; 1(7.1%)- IP; dan \emptyset - IL yang menjawab 'Tidak percaya langsung' manakala kekerapan terendah ialah 3(21.4%) responden (1,7.1% - IM; 2,14.2% - IP; dan \emptyset - IP) menjawab 'Sebahagiannya percayalah'. Dapatan ini membuktikan bahawa IM lebih cenderung berpantang secara moden dan tidak mempercayai berpantang dan mengambil makanan tradisi boleh meningkatkan kesihatan diri mereka.

Dari aspek mengurangkan jumlah pengambilan air sejourus/seminggu selepas bersalin, empat kategori tujuan dalam jawapan temu bual responden ditemui, iaitu untuk mengelakkan i).perut buncit, ii).bentan, iii).kerap buang air kecil, dan iv).tiada masalah/minum seperti biasa. Didapati tujuan untuk mengelakkan perut buncit mewakili kekerapan tertinggi melalui 7(50.0%) responden yang terdiri daripada

1(7.1%)-IM; 3(21.4%)-IP dan IL; manakala kekerapan kedua tinggi bagi ialah 'Tiada masalah/minum seperti biasa' dicatat oleh 4(28.5%) responden (3,21.4%-IM; 1,7.1%-IP; dan 0-IL). Kategori 'Kerap buang air kecil' menunjukkan kekerapan ketiga tinggi melalui 3(21.4%) responden (0-IM; 1,7.1%-IP; dan 2(14.2%)-IL). Tiada responden yang mengatakan tujuan mengelak bentan. Responden turut mengatakan mereka mengambil minuman suam/panas seperti air masak, susu, soya, teh 'O' dan air milo sepanjang tempoh berpantang dan mengelakkan air sejuk/berais. Hal ini membuktikan bahawa Golongan IP dan IL lebih percaya bahawa kuantiti yang diambil akan dapat mengelakkan mereka mengalami gejala perut buncit dan mengelak kerap membuang air kecil yang akan menjejaskan luka di bahagian alat sulit selepas bersalin. Manakala golongan IM lebih percaya kepada nasihat doktor perubatan bahawa luka akan dapat disembuhkan dengan ubat-ubatan yang dibekalkan oleh pihak hospital maka, kuantiti air yang diambil tidak menjejaskan mereka malah boleh menambahkan susu badan untuk manfaat bayi menyusu. Dapatan ini selari dengan yang ditemui oleh Aaron et. al (2010), Sahar Mansour Lamadah (2013) dan Razanah Ramya et. al (2022), iaitu 60.5% dan majoriti wanita mengurangkan pengambilan air sejourus bersalin bagi tujuan penyembuhan luka lebih cepat apabila kurang kerap membuang air kecil.

Seterusnya, bagi aspek pengambilan makanan berbentuk herba ketika berpantang memperlihatkan majoriti responden bersetuju dengan jawapan 'Ya', iaitu 9(64.3%) responden (1,7.1%-IM; 4,28.5%-IP; dan 4,28.5%-IL). Reponden kemudiannya diminta memberikan tujuan mereka mengambil makanan herba; yang membentuk empat kategori jawapan, iaitu i). menguatkan badan, ii). ibu yang suruh, iii). memastikan badan kekal segar, dan iv). membantu proses penyembuhan luka dalaman, beri tenaga, bantu proses penghadaman. Jenis herba yang diambil ialah Nona Roguy, manjakani, ibu kunyit, jeli gamat, rempah ratus, air kunyit dan air halia. Kekerapan kedua tinggi ialah jawapan 'Tidak' yang diwakili oleh 5(35.7%) responden' iaitu 3,21.4%-IM; 1,7.1%-IP; dan 1,7.1%-IL. Responden yang mengatakan 'Tidak' ini majoritinya terdiri daripada golongan IM dan alasan yang diberikan membentuk lima kategori, iaitu i).percaya pada sains - semua makanan ada khasiat bukan herba semata-mata; ii). vitamin terbaik, iii). hanya mengambil herba tertentu sahaja, iv). tidak percaya, dan v). tidak berminat. Pilihan makanan responden dalam kategori ini ialah vitamin, vitamin tambahan dan ubat-ubatan hospital. Dapatan ini membuktikan bahawa terdapat pola pemakanan yang berbeza di antara golongan IM, IP dan IL. IM secara majoritinya lebih mempercayai perubatan moden untuk memberi tambahan tenaga dan khasiat berbanding pemakanan tradisi seperti jamu/herba maka vitamin dan herba tertentu sahaja yang diambil. Ini sangat berbeza dengan golongan IL yang masih mengamalkan herba/jamu tradisi terutama manjakani, ibu kunyit, rempah ratus dan sebagainya yang memang terkenal dalam kalangan orang Melayu lama sebagai agen penyembuhan dalaman yang sangat baik.

Selanjutnya, dapatan analisis dan huraian tentang pengaruh kepercayaan tentang penambahan jumlah susu badan dengan pemakanan tradisi ketika berpantang dipaparkan dalam/selepas Jadual 3.2 di bawah.

3.2 Kepercayaan Tentang Penambahan Susu Badan/Penyusuan Bayi

Kepercayaan	Golongan Ibu			Σ (%)	Amalan Pemakanan Tradisi
	IM	IP	IL		
Percaya terdapat makanan tradisi tertentu yang boleh menambahkan susu badan ibu dan mengawal bayi daripada demam kuning/demam panas:	1	4	5	10	IP & IL: Makanan untuk menambah susu badan: ◆ Sayur sawi ◆ Lobak putih ◆ Kencur ◆ Cekur ◆ Makjun ◆ Bawang putih goreng/bakar ◆ Susu kambing
	(7.1)	(28.5)	(35.7)	(71.4)	
i. Ya	3	1		4	IM: ◆ Kurma ◆ Buah Avocado ◆ Buah aprikot ◆ Kismis ◆ oat ◆ Ikan Salmon
	(21.4)	(7.1)		(28.5)	
ii. Tidak			∅		
Jumlah				14 (100)	

Rujukan:

IM	Golongan ibu muda	Σ	Jumlah
IP	Golongan ibu pertengahan	%	Peratus
IL	Golongan Ibu lama	∅	Tidak Berkaitan

Berdasarkan Jadual 3.2 di atas, majoriti, iaitu 10(71.4%) responden yang terdiri daripada 1(7.1%) -IM; 4(28.5%)-IP dan 5(35.7%)-IL didapati menjawab 'Ya'. Golongan IL didapati mendominasi diikuti IP dan paling rendah dicatat IM. Ini menunjukkan bahawa IL dan IP lebih mengikut nasihat ahli keluarga dan bidan dalam pemilihan makanan yang cenderung pada sayur-sayuran seperti sawi, lobak putih; herba (kecur, cekur, makjun) dan bawang putih goreng/bakar serta susu kambing. Manakala berbaki 4(28.5%) responden memberi jawapan 'Tidak' yang didominasi oleh golongan IM, sebanyak 3,21.4%; IP sebanyak 1(7.1%) dan \emptyset - IL. Dapatan memperlihatkan IM cenderung memilih makanan yang lebih moden seperti buah-buahan kurma dan avokado serta protein, iaitu ikan Salmon.

Dapatan sekali lagi memperlihatkan bahawa pola pemakanan golongan IM lebih cenderung pada buah-buahan avokado yang tinggi *asid amino* dan *glutathion* yang bertindak sebagai anti oksida, memberi rasa kenyang yang panjang kepada ibu ketika berpantang; buah-buahan kering (kurma, kismis dan aprikot) yang boleh memberi tenaga dengan cepat serta merangsang penghasilan susu badan; makanan tinggi protein seperti ikan salmon untuk mempercepatkan penyembuhan luka; dan oat yang tinggi zat besi bagi mengelakkan gejala anemia ketika berpantang (<https://my.theasianparent.com/pantang-bersalin-czer>). Dapatan ini didapati selari dengan Kamaruddin, Zahari, Muhammad, Amir, & Azdel (2013) yang turut menunjukkan bahawa perbezaan kepercayaan yang ketara tentang keperluan pemakanan tradisi ketika berpantang di antara golongan ibu muda dan ibu lama telah menyebabkan pola pemilihan makanan dua generasi ini turut berbeza.

Golongan IP dan IL pula cenderung mengambil makanan tradisi yang mudah diperolehi di kawasan persekitaran mereka seperti sayur-sayuran hijau yang tinggi mineral, vitamin dan anti oksida seperti sawi dan lobak putih (meningkatkan sistem imun, melegakan sakit perut dan sembelit, lobak putih amat digalakkan untuk diambil semasa tempoh wanita berpantang untuk menggalakkan penghasilan susu badan. Kebaikan lain lobak putih ini dikatakan dapat mencegah masalah buah pinggang dan kencing tidak lawas. Selain itu, pengambilan kecur didapati dapat membantu melancarkan sisa-sisa darah nifas dan membuat tubuh menjadi lebih segar dan sihat ketika berpantang. Daun cekur pula dimakan sebagai ulam atau acar bagi tujuan mengecutkan rahim dan turut digunakan responden untuk menggalakkan pembuangan angin (<https://www.impiana.my/1001-manfaat-daun-cekur-untuk-kesihatan-tubuh-yang-ramai-masih-belum-tahu/>). Bawang putih didapati tinggi komponen yang bersifat *sulfur allicin* - boleh membantu mengatasi masalah rambut gugur wanita berpantang selain dapat mengawal berat badan dan mempercepatkan penyembuhan luka. Manakala susu kambing pula, ialah salah satu makanan sunnah yang boleh membantu meningkat susu badan wanita berpantang. Liamputtong et. al (2005), Sahar Mansour Lamadah (2013) dan Razanah Ramya et. al (2022) turut mendapati pengambilan herba boleh membantu meningkatkan susu badan mengelakkan badan sejuk.

Selanjutnya, dapatan analisis dan huraian tentang pengaruh kepercayaan tentang mengawal kuantiti dan jenis makanan ketika berpantang dapat memberikan manfaat kepada kesihatan responden dipaparkan dalam/selepas Jadual 3.2 di bawah.

3.3 Kepercayaan Mengawal Pengambilan Kuantiti & Jenis Makanan

Kepercayaan	Golongan Ibu			Σ (%)	Amalan Pemakanan Tradisi
	IM	IP	IL		
Adakah kuantiti pengambilan makanan sama seperti sebelum berpantang?					IM: Makanan yang diambil untuk satu hidangan:
	3 (21.4)	1 (7.1)	Ø	4 (28.5)	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Nasi putih ◆ Sayur ◆ Lauk (semua jenis) ◆ Air mineral/ jus
i. Ya, sama sahaja					
ii. Suku-suku-separuh	Ø	4 (28.5)	4 (28.5)	8 (57.1)	IP & IL:
					<ul style="list-style-type: none"> ◆ Nasi putih ◆ Sayur sawi/lobak putih ◆ Ikan haruan/Ayam/ lain-lain ◆ Bawang putih goreng/bakar ◆ Susu/milo/teh ◆ Buah pisang
iii. Berbeza	1 (7.1)	Ø	1 (7.1)	2 (14.2)	
Jumlah				14 (100)	

Rujukan:

IM	Golongan ibu muda	Σ	Jumlah
IP	Golongan ibu pertengahan	%	Peratus
IL	Golongan Ibu lama	Ø	Tidak Berkaitan

Jadual 3.3 di atas menunjukkan pengaruh kepercayaan bahawa mengawal kuantiti dan jenis makanan yang diambil sepanjang tempoh berpantang boleh memberi manfaat kepada kesihatan responden. Responden ditanya sama ada kuantiti dan jenis makanan yang mereka ambil berbeza sebelum dan ketika berpantang. Jawapan responden dibahagikan kepada tiga kategori, iaitu i). Ya, sama sahaja, ii). Suku-suku-separuh, dan iii). Berbeza. Jawapan 'Suku-suku-separuh' mencatat kekerapan tertinggi, iaitu 8(57.1%) responden yang memperlihatkan IP dan IL masing-masingnya mencatat 4(28.5%) sementara golongan IM-Ø. Bagi golongan IP dan IL, mereka kekal mempercayai amalan berpantang dan pemakanan tradisi apabila menjaga kuantiti makanan yang diambil serta menu pilihan ialah nasi putih, sayur sawi, ikan haruan, bawang putih bakar dan air milo/teh/susu serta buah pisang. Pilihan makanan ini didapati turut mempunyai persamaan dengan yang dicadangkan oleh responden bidan kampung.

Manakala jawapan kedua tinggi - 'Ya,sama sahaja' diwakili oleh 4(28.5%) responden yang memperlihatkan dominasi jawapan daripada IM sebanyak 3(21.4%); IP sebanyak 1(7.1%); dan Ø - IL. Jawapan terendah - 'Berbeza' menunjukkan hanya 2(14.2%) responden, iaitu 1(1.7%)-IM; Ø-IP; dan 1(1.7%) - IP. Dapatan membuktikan bahawa IM lebih cenderung untuk mengekalkan kuantiti makanan ketika sebelum bersalin atas faktor tidak percaya dengan amalan pemakanan dan pantang larang tradisi serta menganggap semua makanan mempunyai khasiat tertentu, bukan herba semata-mata. Ini dapat dilihat melalui pilihan menu makanan mereka, iaitu nasi putih, sayur, lauk (semua jenis, tiada pantang) dan air jus. Dapatan ini didapati selari dengan jawapan yang diberikan oleh responden doktor perubatan moden bahawa mereka tidak mempercayai herba dan rempah ratus boleh menjamin proses pemulihan luka dalaman wanita selepas bersalin selain melalui ubat-ubatan hospitan dan konsisten mengambil pemakanan sihat sepanjang tempoh berpantang.

Selanjutnya, dapatan mengenai perkaitan di antara kepercayaan, amalan pemakanan tradisi dengan kearifan lokal akan dipaparkan dalam Jadual 4 di bawah.

Jadual 4

Perkaitan Kepercayaan, Amalan Pemakanan Tradisi Dengan Kearifan Lokal

I	II	III	IV	V
Bil.	Kepercayaan	Amalan Pemakanan Tradisi	Tujuan/ Rasional	Perkaitan dengan Kearifan Lokal
1	Berpantang boleh meningkatkan kesihatan diri	1. Minuman (Panas/suam): ♦ air masak ♦ susu ♦ air soya	Penyembuhan/ Ketahanan Tubuh: ♦ Rahim cepat sembuh ♦ Rahim kuat	♦ Pengetahuan lokal/ tempatan - dikumpul dan diuji berdasarkan pengalaman

	<ul style="list-style-type: none"> ◆ air teh ◆ air kosong ◆ air milo ◆ Susu kambing 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Luka jahitan/ pembedahan cepat sembuh 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Pengaruh budaya dan tradisi dalam kehidupan orang Melayu - penghargaan terhadap nilai-nilai budaya dan peranan ibu dalam keluarga dan masyarakat 	
2	<p>Mengurangkan pengambilan kuantiti air sejurus/ seminggu selepas bersalin boleh elak perut buncit & kerap buang air kecil</p>	<p>2. Nasi:</p> <ul style="list-style-type: none"> ◆ Nasi putih ◆ Oat <p>3. Lauk:</p> <ul style="list-style-type: none"> ◆ Ikan haruan ◆ Ikan merah ◆ Ikan Salmon ◆ Ayam 	<p>Kecantikan:</p> <ul style="list-style-type: none"> ◆ Elak perut buncit/ gemuk ◆ Elak rambut gugur 	
3	<p>Mengambil herba ketika berpantang untuk mempercepat proses penyembuhan luka</p>	<p>4. Sayur-sayuran dan Buah-buahan:</p> <ul style="list-style-type: none"> ◆ Sawi ◆ Lobak putih ◆ Bawang putih ◆ Kencur ◆ Cekur ◆ Halia ◆ Kunyit ◆ Pisang 	<p>Manfaat Ibu dan Bayi:</p> <ul style="list-style-type: none"> ◆ Menambah kuantiti dan kualiti susu badan ◆ Elak bayi demam kuning/panas 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Penekanan kepada kesihatan dan kesejahteraan individu - dalam konteks budaya Melayu
3	<p>Menambahkan susu badan dan mengawal bayi daripada demam kuning/demam panas</p>		<p>Pengurusan diri:</p> <ul style="list-style-type: none"> ◆ Kurang kerap buang air kecil ◆ Mengelakkan masalah penghadaman ◆ Mengelakkan angin ◆ Lawas 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Lanskap Melayu - menanam pokok herba di sekitar rumah
4	<p>Mengurangkan kuantiti makanan ketika berpantang untuk elak masalah kesihatan</p>			

5	Mengelakkan bentan/ angin meroyan/ sejuk badan	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Avokado ◆ Kurma ◆ Kismis 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Badan kekal segar dan bertenaga ◆ Elak bentan
6	Menguatkan emosi dan fizikal	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Aprikot 	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Elak meroyan ◆ Emosi dan fizikal kuat
		5. Herba/Jamu:	
		<ul style="list-style-type: none"> ◆ Makjun ◆ Nona Roguy 	

Jadual 4 memperlihatkan kepercayaan yang mempengaruhi amalan pemakanan tradisi responden terbahagi kepada enam jenis, iaitu, i). berpantang boleh meningkatkan kesihatan diri, ii). mengurangkan pengambilan kuantiti air sejurus/ seminggu selepas bersalin boleh elak perut buncit & kerap buang air kecil, iii). mengambil herba ketika berpantang untuk mempercepat proses penyembuhan luka, iv). menambahkan susu badan dan mengawal bayi daripada demam kuning/panas, v).mengelakkan bentan/ angin meroyan/ sejuk badan, dan vi).menguatkan emosi dan fizikal. Dapatan turut menunjukkan bahawa kepercayaan responden telah membentuk lima kategori makanan, iaitu kategori i). Minuman, ii). Nasi, iii). Lauk, iv). Sayur-sayuran & Buah-buahan, serta v). Herba/Jamu. Keempat-empat kategori makanan tradisi yang diamalkan oleh responden ini didapati untuk memenuhi empat aspek keperluan kesihatan wanita sepanjang tempoh berpantang, iaitu i). Penyembuhan/Ketahanan tubuh-rahim cepat sembuh, rahim kuat dan luka jahitan/pembedahan cepat sembuh, ii). Kecantikan- elak perut buncit/ gemuk dan elak rambut gugur, iii). Manfaat Ibu dan Bayi - menambah kuantiti dan kualiti susu badan; serta elak bayi menghidap demam kuning/panas; dan iv). Pengurusan diri- kurang kerap buang air kecil; mengelakkan masalah penghadaman; mengelakkan angin; lawas; badan kekal segar dan bertenaga; elak bentan; elak meroyan; emosi & fizikal kuat.

Selanjutnya, kepercayaan didapati membentuk pengetahuan dalam kalangan responden yang seterusnya mempengaruhi amalan pemakanan mereka. Situasi ini telah membuktikan perkaitan yang signifikan dengan kearifan lokal masyarakat Melayu; diklasifikasikan kepada empat aspek, iaitu i). pengetahuan lokal/ tempatan; ii). Pengaruh budaya dan tradisi dalam kehidupan orang Melayu - penghargaan terhadap nilai-nilai budaya dan peranan ibu dalam keluarga dan masyarakat; iii). Penekanan kepada kesihatan dan kesejahteraan individu dalam konteks budaya Melayu; dan iv). Seni lanskap Melayu - menanam pokok herma sekitar rumah. Perbincangan berkenaan kearifan tempatan ini mempunyai hubungan dengan budaya masyarakat Melayu. Kepercayaan tercakup ke dalam elemen budaya yang merupakan satu bentuk amalan/perbuatan yang terhasil daripada pemikiran dan idea individu atau kelompok dan bersifat kompleks.

Perkaitan Kepercayaan dan Amalan Pemakanan Berpantang dengan Kearifan Lokal/ tempatan

Kepercayaan bahawa amalan berpantang boleh meningkatkan kesihatan diri didapati telah membentuk pola pemilihan makanan oleh responden yang turut menepati pengetahuan tempatan yang telah dikumpul dan diuji berdasarkan pengalaman masyarakat Melayu sejak zaman berzaman. Masyarakat Melayu didapati mempunyai pengetahuan yang mendalam mengenai rempah-ratus dan herba yang boleh diambil bersama-sama set makanan harian kerana mereka percaya ia bertujuan meningkatkan pemulihan selepas bersalin. Rempah ratus seperti kunyit, halia, kencur dan cekur serta jamu digunakan secara meluas oleh wanita ketika berpantang dianggap boleh membantu menguatkan tubuh (memberi tenaga) dan meningkatkan sistem imunologi wanita. Kepercayaan akan keberkesanan penggunaan herba dan rempah ratus ini adalah berdasarkan pengalaman individu dan cerita dari mulut ke mulut sebagai warisan. Setiap pengalaman individu adalah berbeza-beza mengikut kesesuaian dengan rempah ratus dan herba yang diambil. Kasus ini membuktikan bahawa budaya pemakanan ketika wanita berpantang terhasil berdasarkan kebijaksanaan individu dan masyarakat Melayu dahulu dalam meneruskan kelangsungan kehidupan mereka bergantung situasi dan kawasan yang diwakili. Hal ini ada dinyatakan oleh Mohd Anuar Ramli dan Mohammad Aizat Jamaludin (2012) bahawa budaya pemakanan sesuatu masyarakat adalah bersifat relatif, iaitu berbeza mengikut latar belakang persekitaran, iklim dan geografi bagi sesuatu kawasan. Namun sehingga ke hari ini, pengamalannya tidak pernah memberi kemudahan malah mempunyai banyak khasiat dalam membantu kesihatan wanita secara menyeluruh dalam aspek memberi ketahanan kepada tubuh daripada serangan penyakit, manfaat kepada bayi yang menyusu, kecantikan diri dan pengurusan diri sepanjang tempoh berpantang. Justeru, pengetahuan dan pemahaman dalam aspek pemakanan rempah ratus dan herba ini didapati telah menjadi ciri kearifan lokal yang sangat signifikan dalam penjagaan kesihatan wanita berpantang sejak berabad lamanya.

Pengaruh budaya dan tradisi dalam kehidupan orang Melayu - kepercayaan bahawa mengurangkan pengambilan kuantiti air boleh mengelakkan perut buncit/gemuk, meningkatkan susu badan dan mengelakkan bayi menghidap demam kuning/panas memperlihatkan penghargaan terhadap nilai-nilai budaya dan peranan ibu dalam keluarga dan masyarakat Melayu. Penggunaan rempah ratus dalam makanan berpantang juga merupakan sebahagian daripada tradisi keluarga yang diwarisi sejak turun temurun. Ibu atau nenek biasanya yang akan mengajar cara-cara memasak hidangan kepada wanita berpantang. Kearifan lokal dimanifestasikan melalui pematuhan pada nasihat dan panduan yang diberikan oleh ahli keluarga, terutamanya ibu sepanjang tempoh berpantang yang membuktikan responden menghargai peranan mereka. Omar (2014) seperti yang dipetik dalam Noor Hasimah, Nor Hawani, Yuzainizam, dan Sabariah (2015) mengatakan bahawa masyarakat Melayu dahulu kala juga bijak dan kreatif menyusun ayat dan perkataan sehinggakan anak cucu bimbang untuk melanggarnya, malah menurutinya tanpa banyak bicara. Kearifan lokal di sini membuktikan bahawa masyarakat Melayu masih mempunyai berpegang pada budaya dan tradisi yang kukuh dalam menjalani kehidupan mereka.

Penekanan kepada kesihatan dan kesejahteraan individu - dalam konteks budaya Melayu kepercayaan terhadap gejala bentan dan angin meroyan ditemui dalam jawapan responden IP dan IL. Melalui amalan pemakanan herba dan jamu, mereka percaya ia dapat mempercepatkan proses pemulihan dalaman, mengawal nafsu/selera makan dan dapat menjaga kesihatan diri serta bayi. Bayi yang sihat akan memudahkan pengurusan hariannya, maka si ibu juga dapat berehat dengan tenang, kesihatan mental dan fizikal terjaga sekali gus mengelakkan angin meroyan dan bentan. Razanah Ramya et. al (2022) mengatakan para bidan percaya bahawa sebelum dan selepas bersalin merupakan rawatan paling penting pada wanita untuk memastikan mereka dapat mengatasi keadaan emosi dan fizikal serta menstabilkan

tahap hormon. Wanita yang terhindar daripada bentan/angin meroyan akan dapat menguruskan keluarga/ rumah tangga dengan baik dan sempurna dalam jangka masa panjang. Jika diteliti, proses yang saling berkait ini memperlihatkan kearifan masyarakat Melayu dahulu menggariskan amalan berpantang bertujuan memastikan seseorang wanita atau ibu yang sedang berpantang sentiasa menjaga kesihatan diri, bukan sekadar untuk mencapai kesejahteraan diri sendiri malah ahli keluarga dan rumah tangga seterusnya masyarakat.

Seni lanskap Melayu - Penggunaan rempah ratus dalam makanan orang Melayu, terutama wanita ketika berpantang didapati berkait dengan hubungan kearifan seni lanskap taman masyarakatnya sejak dahulu. Dalam budaya Melayu, pembinaan taman merupakan antara unsur penting yang menjadi pelengkap dalam susun atur kediaman. Hal ini menyebabkan tanaman seperti rempah ratus, iaitu halia, kunyit, cekur, serai, bawang putih dan lain-lain ditanam secara berterusan di sekitar/ sekeliling laman rumah orang Melayu tradisional. Zakaria, Salleh dan Rashid (2014) seperti yang dipetik dalam Md. Azalanshah, Azizah, dan Halijah (2019) mengatakan bahawa tumbuhan yang menjadi identiti taman kediaman Melayu boleh dibahagikan kepada empat kategori berdasarkan fungsinya, iaitu estetika dan kecantikan, pohon herba, pohon yang berbuah dan pohon besar. Kebanyakan kajian lepas turut memperincikan kearifan tempatan sebagai suatu hasil interaksi masyarakat dengan alam persekitaran yang menghasilkan binaan taman untuk pelbagai tujuan termasuklah sumber makanan, perubatan dan estetika (Ani, A., Mohamed, N., & Rahman, N., 2012; Najih & Nor Zalina, 2016). Dapatan ini turut selari dengan Abdul Razak (2018) dalam Muhammad Ammar Harith, Mohd Anuar, dan Mohammaddin (2019) yang mengatakan budaya makanan dan masakan masyarakat Melayu adalah berasaskan kepada bahan-bahan yang mudah didapati dan berada di sekeliling mereka seperti rempah ratus, tumbuh-tumbuhan dan perikanan. Justeru, dalam kasus kajian ini, kearifan lokal secara jelas memperlihatkan kebijaksanaan orang Melayu dahulu menyatukan unsur alam semula jadi dengan kegunaan praktikal dalam makanan dan masakan bagi keperluan wanita ketika berpantang; mudah diperolehi dan senang digunakan. Dahliani (2015, p. 137) seperti yang dipetik dalam Muhammad Yusri dan Mohd Anuar (2020), mengatakan kearifan tempatan ini juga memperlihatkan perlakuan yang positif manusia hasil daripadanya dengan alam yang menjadi rujukan untuk membentuk hubungan manusia dengan alam. Ia boleh difahami sebagai idea setempat yang penuh hikmah dan nilai baik yang dipraktikkan oleh sekelompok manusia.

Kesimpulan

Secara kesimpulannya, didapati wujud perkaitan yang signifikan antara kepercayaan dan amalan pemakanan tradisi dalam kalangan wanita berpantang dengan kebijaksanaan serta kearifan lokal masyarakat Melayu. Walau bagaimanapun, terdapat perbezaan pengetahuan yang ketara di antara golongan ibu lama dan ibu muda; sehingga menyebabkan perubahan dalam kepercayaan terutama bagi golongan ibu muda seterusnya membentuk amalan pemakanan tradisi yang berbeza-beza. Situasi ini didapati dipengaruhi oleh globalisasi dan amalan tradisi telah disesuaikan supaya mengikut peredaran zaman. Kepercayaan dan amalan pemakanan tradisi ini harus difahami dan diselarikan dengan pengetahuan moden generasi hari ini. Justeru, dicadangkan agar lebih banyak kajian-kajian mengenai kepercayaan dan amalan pemakanan tradisional serta perkaitannya dengan kearifan orang Melayu dalam pelbagai konteks dijalankan secara lebih saintifik agar kelestarian amalan tradisi terus terpelihara dan diwarisi oleh generasi akan datang.

Rujukan

- Abd Razak Aziz and Awang Azman Awang Pawi. (2018). Menghurai lanskap kulineri Melayu dalam era pasca globalisasi. *Jurnal Melayu Sedunia* 1, no. 1 (2018), 137-161.
- Aaron S, Alexander M, Maya T et al. (2010). Underlying prothrombotic states in pregnancy associated cerebral venous thrombosis. *Neurology India* 2010; 58(4): 555-559.
- Ali, A., Chapman, P.H. (2007). Maternity services and the role of traditional birth attendant, bidan kampung in rural Malaysia. *Jurnal of Public Health Management Practice*, 13(3), 278-286.
- Ani, A., Mohamed, N., & Rahman, N. A. 2012. Sociocultural influences in the composition of traditional Malay house compounds in rural Melaka. *ALAM CIPTA, International Journal of Sustainable Tropical Design Research and Practice* 5(1): 64-78.
- Deddy Mulyana dan Jalaluddin Rakhmat. *Komunikasi antarbudaya*. Bandung: Remaja Rosdakarya, 1990.
- Dahliani, Soemarno & Setijanti. (2015). Local wisdom in built environment in globalization era. *International Journal of Education and Research*, 3 (6), 137-150.
- Liamputtong P, Yimyam S, and Parisunyakul, S. Traditional beliefs about pregnancy and childbirth among women from Chiang Mai, Northern Thailand. *Midwifery* 2005; 21: 139– 153.
- Muhammad Ammar Harith Idris, Mohd Anuar Ramli, dan Mohammaddin Abdul Niri. (2019). Kearifan tempatan dalam fiqh al-at'Imah di alam Melayu. *Jurnal Fiqh*, Vol. 16 No. 1 (2019) 57-82.
- Kamaruddin, M. S. Y., Zahari, M. S. M., Muhammad, R., Amir, A. F., & Azdel, A. A. (2013). Food beliefs and practices among Malay women in postpartum period. *Hospitality and Tourism: Synergizing Creativity and Innovation in Research*, 401.
- Mohd Anuar Ramli dan Mohammad Aizat Jamaludin. (2012). Sumbangan Syeikh Muhammad Arshad b. Abdullah al-Banjari dalam fiqh al-at'imah (makanan) di dalam kitab Sabil al-Muhtadin. *Jurnal ALTamaddun* 7, no. 2 (2012), 61-76.
- Muhammad Yusri Yusof @ salleh dan Mohd Anuar Ramli. (2020). Pentakrifan Kearifan Tempatan: Suatu Sorotan. *Jurnal Melayu*, Bil. 19(2)202.
- Najiha, J. & Nor Zalina Harun. 2016. The influences of culture in plant selection of the traditional Malay garden. Paper presented in UMRAN-Landscape National Seminar IIUM, Gombak.
- Noor Hasimah M Yacob, Nor Hawani Wan Abdul Rahman, Yuzainizam Yusop, Sabariah Jamaluddin.(2015). Pantang larang tradisional di kalangan masyarakat Melayu. *Konferensi akademik UiTM Cawangan Pahang*, Jengka, Pahang Volume: 1, 2015. Available from:
[https://www.researchgate.net/publication/316096048 Pantang Larang Tradisional di Kalangan Masyarakat Melayu](https://www.researchgate.net/publication/316096048_Pantang_Larang_Tradisional_di_Kalangan_Masyarakat_Melayu)

Md. Azalanshah Md Syed, Azizah Hamzah, dan Halijah Ibrahim. (2019).Taman Melayu: konsep dan pelestariannya dalam dunia moden (Malay Garden: Concept and survivability in the modern world). *Akademika* 89(2), Julai 2019: 83-96. Available from:

<https://www.researchgate.net/publication/334825310> Taman Melayu Konsep dan pelestariannya dalam dunia moden Malay Garden Concept and survivability in the modern world

Razanah Ramya et.al,. (2022). Ethnobotanical study of traditional Malay midwifery practices: prenatal and postnatal care treatment. *International Journal of Chemical and Biochemical Sciences, IJCBS*, 21(2022): 167-174.

Sahar Mansour Lamadah. (2013). Postpartum traditional beliefs and practices among women in Makkah Al Mukkaramah, KSA. *Life Science Journal*, pg.10(2).

Zuraidah Mohd Yusoff, *Asmiaty* Amat, Darlina Naim dan Saad Othman,. (2018). Postnatal care practices among the Malays, Chinese and Indians: a comparison. *SHS Web of Conferences* 45, 05002 (2018).