



International Journal of Advanced Research in Food Science and Agriculture Technology

Journal homepage:
<https://semarakilmu.com.my/journals/index.php/fsat/index>
ISSN: 3030-556X



Herbs in Malay Traditional Medicine: Analysis of Perception, Knowledge and Practice among Generation Z

Herba dalam Perubatan Tradisional Melayu: Analisis Persepsi, Pengetahuan dan Pengamalannya dalam Kalangan Generasi Z

Arina Johari^{1*}, Nurul Jamilah Rosly¹

¹ Department of Malay Language, Kulliyah of Sustainable Tourism and Contemporary Language, International Islamic University Malaysia, Edu Hub Pagoh, 84600 Pagoh, Muar, Johor, Malaysia

ARTICLE INFO

Article history:

Received 29 March 2024

Received in revised form 9 May 2024

Accepted 20 May 2024

Available online 31 May 2024

ABSTRACT

The Malay community considers herbs to be essential components of their daily life, using them as food ingredients and much more so for medicinal purposes. But it was discovered that only the elderly continued to utilize and believe in the benefits of this herb, while generation Z was the opposite. Allowing this condition to persist will undoubtedly affect the image and identity of Malays. Thus, the purpose of this study was to investigate the types and meanings of herbal plants used in Malay traditional medicine as well as to analyze the perceptions, knowledge and practices of the herb among Generation Z. This study was conducted through library research method to obtain information about the types and meanings of herbal plants; semi-structured interview with 40 respondents comprising 10 traditional medicine practitioners and 30 generation Z. Findings have found that Malay people use herbal plants as medicines in three situations: as food ingredients, external medicinal substances and as juice or drinking medicine. Generation Z, on the other hand was found to be the majority not only have no belief that herbal plants may cure illness, but also found to lack awareness and knowledge about their meanings, types and uses. Findings also show that generation Z lacks interest and motivation to learn about herbal plants in addition to experiencing popular culture syndrome in their chosen dietary practices. It is hoped that this study will be able to provide value to herbal plants which are increasingly being overlooked by the younger generation thus broaden the knowledge and awareness of the community so that they continue to appreciate and preserve herbal plants as an element of Malay traditional medicine across the ages.

Keywords:

Herbs; tradisional medicine; Malays; perception; Generation Z

Tumbuhan Herba; perubatan tradisional; orang Melayu; persepsi; Generasi Z

Herba tidak dapat dipisahkan dalam kehidupan masyarakat Melayu, iaitu sebagai ramuan dalam makanan malah paling penting untuk tujuan perubatan. Namun, didapati hanya golongan lama yang masih percaya dan mengamalkan penggunaan herba ini; sebaliknya pula bagi Generasi Z. Jika dibiarkan situasi ini berlanjutan pasti mengimpkasikan kesan ke atas imej dan jati diri orang Melayu. Maka, kajian ini dilakukan bertujuan meneroka definisi, ciri-ciri dan kegunaan tumbuhan herba dalam

* Corresponding author.

E-mail address: arinajr@iium.edu.my

perubatan tradisional orang Melayu serta menganalisis persepsi, pengetahuan dan pengamalannya dalam kalangan Generasi Z. Analisis ini mengaplikasikan metod rujukan sumber dan pembacaan bagi mendapatkan maklumat tentang jenis dan makna tumbuhan herba; metod temu bual separa struktur terhadap 40 responden iaitu 10 pengamal perubatan tradisional dan 30 Generasi Z. Dapatan memperlihatkan tumbuhan herba digunakan sebagai elemen kesihatan dan perubatan tradisional dalam tiga situasi, iaitu i) Ramuan/ aroma makanan; ii) Ramuan ubat untuk kegunaan luar; dan iii) Ramuan jus/tonik/ubat untuk diminum/makan. Generasi Z pula secara majoritinya didapati kurang mempercayai tumbuhan herba boleh merawat penyakit malah didapati kurang kesedaran dan pengetahuan tentang bentuk, jenis dan maknanya. Dapatan turut memperlihatkan Generasi Z tidak berminat dan tiada motivasi untuk mengetahui tentang tumbuhan herba selain mengalami sindrom budaya popular dalam amalan atau pola pemakanan yang dipilih. Kajian ini diharapkan akan dapat memberi nilai terhadap tumbuhan herba yang semakin dilupakan oleh generasi muda sekali gus meningkatkan pengetahuan dan kesedaran masyarakat supaya terus menghargai serta melestarikan tumbuhan herba ini sebagai unsur perubatan tradisional Melayu merentas zaman.

1. Pengenalan

Penggunaan herba atau tumbuhan herba sebagai sumber makanan dan ubatan tradisional ini juga sering berkait dengan kearifan masyarakat Melayu dahulu yang membentuk cara pemikiran serta jati diri yang diwarisi sehingga ke hari ini. Orang Melayu dahulu amat percaya bahawa pengambilan tumbuhan herba sama ada dalam masakan atau pengubatan ini jika tidak dituruti akan memudaratkan kesihatan seseorang di masa depan [1]. Herba boleh dikatakan terdiri daripada segala bahan daripada tumbuhan, garam, batu-batuan dan galian yang boleh digunakan untuk tujuan pengubatan [2]. Kamus Dewan [3] mendefinisikan herba sebagai tumbuh-tumbuhan yang batangnya rendah dan tidak berteras; ada daunnya dibuat ubat atau dimakan. Nor Aniza Ahmad Shahibuddin [4] mengatakan, bukan setakat tumbuhan renek, pokok berkayu juga boleh dikategorikan ke dalam jenis herba selagi boleh digunakan sebagai bahan makanan, ubatan dan aroma. Herba mempunyai pelbagai khasiat yang dipercayai oleh masyarakat Melayu dahulu dapat menyembuhkan pelbagai penyakit.

1.1 Tumbuhan Herba dalam Perubatan Tradisional Orang Melayu

Penggunaan tumbuhan herba dalam masakan dan perubatan memang telah lama menjadi amalan dalam kalangan orang Melayu serta diwarisi sejak turun temurun. Nor Nafizah Mohd Noor [5] mendapati herba paling asas seperti kunyit, halia, serai, lengkuas, pegaga, peria dan sebagainya telah sering didengari penggunaannya untuk menambah perisa dalam masakan orang Melayu; dalam masa yang sama bertujuan mencegah atau mengubati penyakit seperti kencing manis, darah tinggi, sakit sendi, kanser dan penyembuhan wanita selepas bersalin. Bagi masyarakat Melayu, penggunaan tumbuhan herba ini telah menerima pelbagai pengaruh daripada budaya yang lain seperti Hindu-Budha, Islam dan Barat, serta diadaptasi dengan baik dalam kepercayaan masyarakat Melayu sehingga ke hari ini [6]. Penggunaan tumbuhan herba oleh pengamal perubatan tradisional Melayu seperti sirih pinang, kemenyan, kayu gaharu sering dikaitkan dengan kaedah perubatan lain termasuk penggunaan jampi mentera, kekuatan rohaniah, pergantungan kepada makhluk halus dan sebagainya [6]. Muhammad Yusri Yusof @ Salleh & Mohd Anuar Ramli [7] mengatakan penggunaan bahan herba dalam masakan dan perubatan ini juga mencerminkan kearifan orang Melayu tempatan melalui perlakuan yang positif manusia hasil daripada hubungannya dengan alam yang menjadi rujukan untuk membentuk hubungan manusia dengan alam.

1.2 Generasi Z

Don Tapscott [8] dalam bukunya *Grown Up Digital* mengatakan bahawa Generasi Z atau generasi NET ialah golongan yang dilahirkan antara tahun 1998 hingga 2009; berusia antara 12 hingga 23 tahun, sama ada sedang berada dalam alam pendidikan sama ada di peringkat sekolah menengah, kolej atau universiti atau menuju alam kerjaya. Generasi ini lahir selari dengan zaman perkembangan teknologi; menyebabkan mereka memiliki ciri-ciri yang berbeza dengan generasi sebelumnya (yang urusan hidup mereka lebih bergantung pada alam fizikal). Dalam aspek pengetahuan dan pengamalan tumbuhan herba dalam aspek pengubatan tradisi dan kehidupan seharian, Generasi Z dikatakan mempunyai pengetahuan yang terhad, kurang berminat, kurang kepercayaan dan tiada motivasi [1]. Malah, Kamaruddin *et al.*, [9] berkata, jika ditinjau pengamalan herba tradisi dalam kalangan wanita generasi muda ketika berpantang dalam konteks kemajuan teknologi yang semakin canggih hari ini (pengetahuan meluas yang diterima oleh generasi muda serta kemudahan hospital perbidanan dan sakit puan); memperlihatkan mereka sering mempertikai dan mempersoalkan kewibawaan amalan tradisi yang ada. Manakala, Budi Anto Mohd Tamring *et al.*, [10] mendapati kepesatan teknologi perhubungan telah menyebabkan generasi muda amat mudah terdedah dengan budaya luar sehingga dengan mudah mengikuti trend budaya popular dunia luar dan tanpa disedari budaya sendiri semakin tidak digemari dan sedikit demi sedikit bakal dilupakan. Situasi ini sekali gus mengubah pola pemakanan generasi muda apabila terikut-ikut dengan trend budaya popular makanan dari negara Barat, iaitu makanan segera atau *fast food* seperti McDonald, Pizza Hut, KFC; budaya Korea dan Jepun seperti tobokki, ramen, sushi, oden dan sebagainya [6]. Golongan pelajar di universiti turut didapati cenderung memilih makanan segera dalam diet seharian walaupun kebanyakan daripada mereka menyedari keperluan mengambil makanan tradisi (yang terdiri daripada herba) sebagai sumber makanan yang baik dan sihat [12,13].

Walaupun begitu, kajian oleh pengkaji lepas memperlihatkan terdapat kelompangan dari aspek analisis data yang melibatkan analisis persepsi, pengetahuan dan pengamalan tumbuhan herba dalam pengubatan tradisional oleh Generasi Z. Kebanyakan kajian berkaitan herba lebih berfokus pada jenis, ciri dan kegunaan herba dari sudut saintifik dan masakan Melayu oleh [4,5]; perkaitan pemakanan herba tradisi dengan kearifan local [1,9,12,13]; herba yang digunakan oleh golongan wanita Melayu lama dan muda ketika berpantang [14-18]; dan kajian tentang nilai herba dalam bidang perubatan yang berfokus pada wanita [19,20].

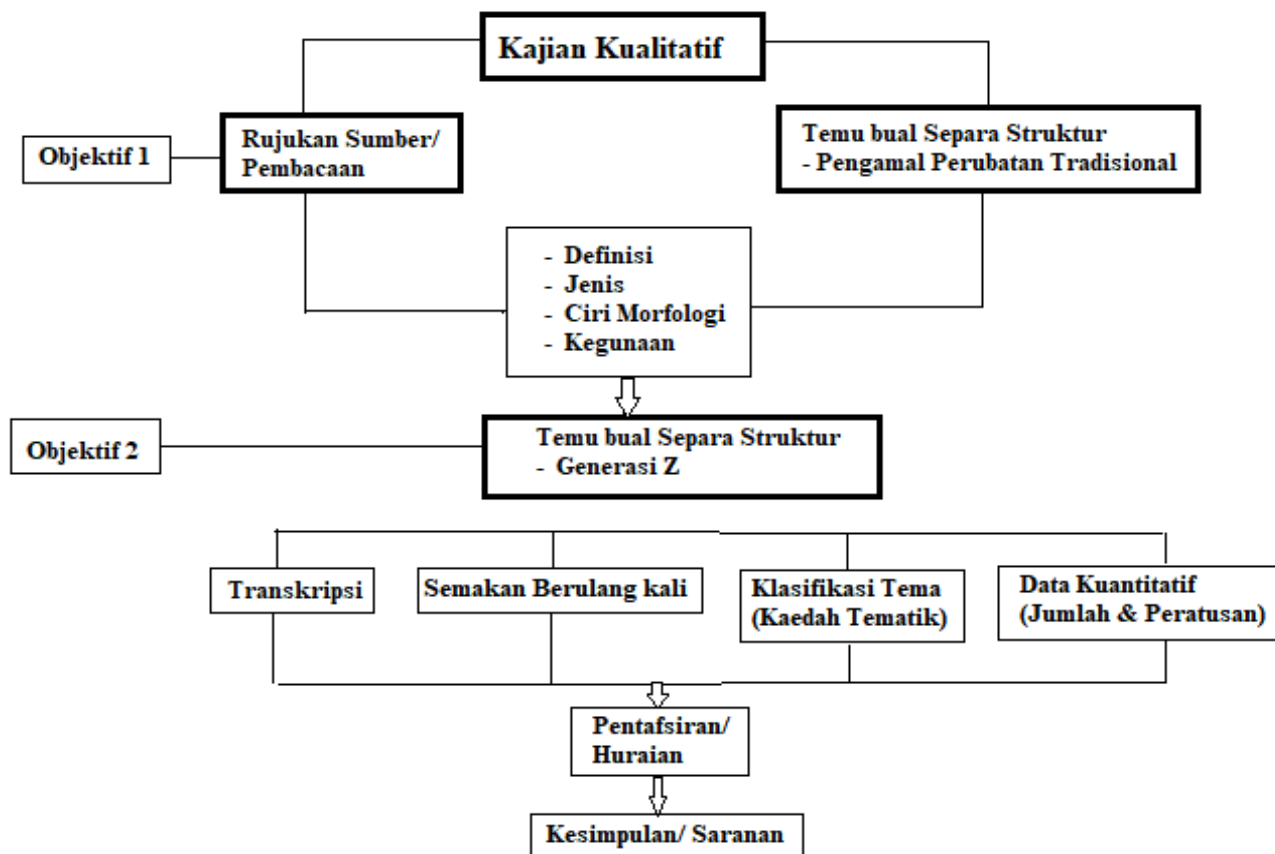
Sementara kajian tentang perspektif, pengetahuan dan pengamalan herba tradisional dalam kalangan masyarakat Melayu lebih berfokus pada generasi lama dan muda secara umum berbanding Generasi Z; trend pemakanan budaya popular; pengamalan makanan herba dan kearifan lokal; dan diet pemakanan seperti mana kajian [1,6,9,10]. Keempat-empat pengkaji ini mendapati hanya golongan Melayu lama yang masih percaya dan mengamalkan penggunaan herba tradisional; sebaliknya pula bagi majoriti Generasi Z. Masyarakat hari ini (termasuk Generasi Z) kurang memberikan penekanan terhadap warisan ini sama ada untuk mewarisi ilmu pengetahuan daripada ibu bapa mahupun pengamal perubatan tradisional yang ada. Ini akan membawa kepada kehilangan ilmu pengetahuan tentang tumbuh-tumbuhan yang membawa potensi yang besar pada khazanah warisan masyarakat Melayu seperti mana dapatan kajian [19,21,22].

Dalam konteks amalan herba bagi rawatan wanita selepas bersalin misalnya, generasi ibu muda yang berada dalam kategori Generasi Z didapati kurang percaya dan tidak berminat mengambil ubatan herba untuk tujuan penyembuhan luka disebabkan oleh kesibukan bekerja, pengaruh globalisasi dan kemajuan teknologi serta taraf pendidikan yang semakin tinggi [1-14]. Mohd. Azlan Abdullah & Noraziah Ali [6] turut mendapati golongan ibu muda mempunyai rasional dan justifikasi yang lebih tinggi dalam penerimaan jenis amalan pemakanan yang sesuai dengan situasi mereka

ketika berpantang berbanding golongan lama dan berasa amalan tradisi sesuatu yang rumit serta ketinggalan zaman. Situasi sebegini, jika dibiarkan berlanjutan sudah pasti akan mengimplicasikan kesan ke atas cara pemikiran, imej dan warisan jati diri orang Melayu di masa depan [5]. Pengetahuan tentang tumbuhan herba dan perkaitannya dengan kaedah pengubatan Melayu tradisi ini harus dilestarikan ke atas Generasi Z agar nilai kearifan lokal Melayu terus terpelihara. Maka, kajian ini signifikan dilakukan bertujuan (i) Meneroka jenis, ciri-ciri dan kegunaan tumbuhan herba dalam perubatan tradisional orang Melayu serta (ii) Menganalisis persepsi, pengetahuan dan pengamalannya dalam kalangan Generasi Z. Dapatan kajian ini akan menjadi rujukan dan panduan kepada pihak yang berkaitan dalam usaha melestarikan pengetahuan tentang tumbuhan herba dan kegunaannya dalam bidang pengubatan tradisional orang Melayu kepada generasi akan datang.

2. Metodologi

Kajian ini mengaplikasikan kaedah kualitatif yang didapati paling sesuai untuk menganalisis proses sosial yang berlaku berdasarkan pandangan/pengalaman individu dalam konteks tertentu menurut Esterberg, 2002 seperti yang dipetik dalam [9]. Melalui kaedah ini, definisi, ciri-ciri dan kegunaan tumbuhan herba dapat diperincikan dengan jelas dan tepat; selain penelitian dan pemahaman tentang persepsi, pengetahuan dan amalan pemakanan herba tradisi dalam kalangan Generasi Z dapat diperoleh secara lebih mendalam. Analisis ini mengaplikasikan metod rujukan sumber dan pembacaan bagi mendapatkan maklumat tentang definisi, jenis, ciri-ciri dan kegunaan tumbuhan herba dalam pengubatan tradisi orang Melayu. Selajutnya, metod temu bual separa struktur turut diaplikasi terhadap 40 responden, iaitu 10 pengamal perubatan tradisional (untuk memperoleh maklumat tentang tumbuhan herba serta kegunaannya dalam bidang perubatan tradisional) dan 30 Generasi Z. Temu bual berlangsung selama 20 hingga 30 minit setiap responden. Maklumat yang diperolehi daripada 40 responden dalam tempoh masa ini didapati mencukupi bagi mengumpul data kajian. Dalam hal ini, soalan temu bual terbahagi kepada dua bahagian, iaitu (i) Soalan demografi (keturunan, umur, negeri asal/kelahiran dan tahap pendidikan), (ii) Soalan berkaitan persepsi, pengetahuan dan amalan pemakanan herba tradisi. Data temu bual kemudiannya ditranskripsi dan dianalisis untuk menentukan klasifikasi persepsi, pengetahuan dan amalan pemakanan dalam kalangan Generasi Z melalui kaedah analisis tematik. Data yang diperolehi kemudiannya dipaparkan secara berjadual dengan jumlah dan peratusan tertentu diikuti dengan huraian bersifat kualitatif. Metodologi keseluruhan kajian ini dipaparkan dalam Rajah 1 di bawah.



Rajah 1. Metodologi kajian

3. Dapatan Kajian dan Perbincangan

Dapatan analisis dibincang dan dihuraikan melalui paparan maklumat mengenai (i) Data demografi responden - Jadual 1; (ii) Definisi, jenis, ciri dan kegunaan tumbuhan herba dalam bidang perubatan tradisional Melayu - Jadual 2; (iii) Persepsi dan pengetahuan responden tentang tumbuhan herba dalam pengubatan tradisional - Jadual 3 dan (iv) Amalan pemakanan tumbuhan herba dalam kalangan Generasi Z - Jadual 4.

3.1 Data Demografi

Berdasarkan temu bual yang dijalankan ke atas 40 responden; 10 pengamal perubatan dan dapatan demografi responden dipaparkan dalam Jadual 1 di bawah.

Jadual 1
 Data demografi

Ciri	Kategori	Jumlah	%
Keturunan	Melayu	34	85.0
	Melayu Campur (Cina, India, Bugis dan lain-lain)	6	15.0
	Umur	17 hingga 20 tahun	5
	21 hingga 30 tahun	25	62.5
	31 tahun dan ke atas	10	25.0

Asal	Wilayah Selatan (Johor, Melaka, Negeri Sembilan)	20	50.0
	Wilayah Tengah (Selangor, Kuala Lumpur, Putrajaya)	5	12.5
	Wilayah Utara (Perak, Kedah, Pulau Pinang, Perlis)	5	12.5
	Wilayah Pantai Timur (Pahang, Kelantan, Terengganu) Sabah & Sarawak	8 2	20.0 5.0
Pendidikan	Sekolah Rendah	4	10.0
	Sekolah Menengah	6	15.0
	Penuntut IPTA	30	75.0

Jadual 1 menunjukkan responden secara majoritinya terdiri daripada keturunan Melayu, iaitu sebanyak 34 (85.0 %) dan Melayu Campur 6 (15.0 %). Sementara itu, responden dalam kategori Generasi Z yang berusia di antara 21 hingga 30 tahun mencatat jumlah tertinggi sebanyak 25 (62.5 %) diikuti 17 hingga 20 sebanyak 5 (12.5 %) manakala responden yang terdiri daripada pengamal perubatan tradisional sebanyak 10 (25.0 %) berusia 31 tahun ke atas. Responden berasal daripada empat wilayah termasuk Sabah dan Sarawak dengan majoriti dari Wilayah Selatan sebanyak 20 (50.0 %), diikuti Wilayah Pantai Timur 8 (20.0 %), Wilayah Tengah dan Wilayah Utara sebanyak 5 (12.5 %), masing-masingnya manakala Sabah Sarawak mewakili 2 (5.0 %) sahaja. Bagi tahap pendidikan pula, Generasi Z yang menuntut di IPTA mewakili jumlah tertinggi, iaitu 30 (75.0 %) diikuti 6 (15.0 %) sekolah menengah dan 4 (10.0 %) sekolah rendah.

3.2 Definisi, Ciri-ciri dan Kegunaan Tumbuhan Herba

Selanjutnya, definisi dan ciri-ciri tumbuhan herba dihuraikan berdasarkan makna dari sudut linguistik, iaitu melalui aspek morfologi (penggunaan kata) bagi memperlihatkan identifikasi yang jelas dan tepat manakala dari aspek kegunaan pula adalah berdasarkan pengalaman responden pengamal perubatan tradisional. Terdapat lapan tumbuhan herba yang didapati signifikan sebagai unsur masakan dan sebagai unsur perubatan tradisional. Perincian dapatan dalam Jadual 2 di bawah.

Jadual 2

Definisi, ciri-ciri dan kegunaan tumbuhan herba dalam perubatan tradisional

Bil	Herba	Definisi	Ciri-ciri Morfologi	Kegunaan
1	Kunyit	Nama Saintifik: <i>Curcuma domestica (longa)</i> Tumbuhan herba saka dalam keluarga Zingiberaceae.	Daunnya berbentuk lansiolat, lebar, beraroma dan bertangkai panjang. Mempunyai rizom bawah tanah berwarna jingga dan beraroma. Tumbuh tegak dan berdaun kehijau-jauan. Bunganya berwarna putih kekuning-kuningan.	<ul style="list-style-type: none"> ● Aroma dalam makanan dan minuman ● Perubatan tradisional: <ul style="list-style-type: none"> -memanaskan badan - baiki sistem penghadaman - merawat kulit - merawat kanser - rawat sakit perut - rawat cirit birit

2	Halia	Nama Saintifik: <i>Zingiber officinale roscoe</i> Tumbuhan herba rizom yang umbinya pedas dalam keluarga Zingiberaceae.	Sejenis tumbuhan herba monokot parenial yang mempunyai batang horizontal yang dipanggil rizom. Daunnya berurat selari, tulang daun yang jelas, pelepah daunnya tersusun berselang seli, tidak bertangkai dan batangnya dibaluti pelepah daun. Jambak bunga jenis radikal, elleptik dan brakta berwarna hijau dan kuning. Rizomnya bercabang-cabang dan berwarna putih krim. Rizonmya beraroma dan mengeluarkan bau yang agak kuat.	<ul style="list-style-type: none">• Aroma dalam masakan dan minuman; ulam• Perubatan Tradisional:<ul style="list-style-type: none">-legakan perut kembung-buang angin dalam badan- pes param-legakan gigitan serangga
3	Kantan	Nama Saintifik: <i>Etingera elatior</i> Sejenis tumbuhan herba yang bunganya menjadi aroma makanan; dalam keluarga Zingiberaceae.	Menyerupai pokok lengkuas, saiznya lebih besar, ketinggian melebihi 5 meter. Daunnya ringkas, berbentuk tirus di hujung dan pangkal. Pelepah daunnya membentuk batang utama. Bahagian margin daunnya kelihatan agak berombak. Jambak bunganya berwarna merah jambu; floret lebih kecil; kudup bunga berwarna lebih cair. Buahnya berwarna hijau.	<ul style="list-style-type: none">• Aroma dalam masakan untuk memberi rasa yang unik; ulam-ulaman• Perubatan tradisional:<ul style="list-style-type: none">- awet muda- menghilangkan bau badan
4	Serai	Nama Saintifik: <i>Cymbopogon Citratus</i> Sejenis tumbuhan berumpun; dalam keluarga Poaceae.	Tumbuh secara berumpun dan berakar besar, berbau wangi dengan pelepah daunnya tumbuh secara bertindih-tindih dan rapat. Teksturnya kesat dan batangnya tirus memanjang. Jambak bunganya tumbuh berjuntai dan berwarna coklat.	<ul style="list-style-type: none">• Bahas asas dalam makanan untuk menerbitkan bau wangi seperti asam pedas, tom yam dan rendang.• Perubatan Tradisional:<ul style="list-style-type: none">- jus kesihatan-rawat demam kuning- turunkan kolesterol- hilangkan bau badan

5	Bawang Putih	<p>Nama Saintifik: <i>Allium Sativum</i></p> <p>Bawang kecil yang berwarna putih dan mempunyai bau yang kuat</p>	<p>Bawang putih ialah tumbuhan akar cetek berbentuk tali tanpa akar utama. Kumpulan akar utama beredar dalam lapisan tanah dalam jarak 5 hingga 25cm, dengan diameter mendatar 30cm. Daun bawang putih ialah badan daun dan sarung daun yang berbentuk tiub serta tumbuh membulat pada teras batang. Sarung daun berlapis-lapis dan berdekatan antara satu sama lain untuk membentuk pseudostem, iaitu berfungsi untuk menghantar nutrien.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Bahan asas masakan orang Melayu untuk memberi rasa dan aroma ● Perubatan tradisional: <ul style="list-style-type: none"> - kurangkan selesema - hidung tersumbat - sakit tekak - sakit gigi - pencernaan - pecahkan kolesterol - cegah sakit jantung
6	Limau Purut	<p>Nama Saintifik: <i>C hystrix</i></p> <p>Sejenis tumbuhan sitrus di kawasan-kawasan tropika Asia Tenggara dan selatan China; berada dalam kelas magnoliopsida</p>	<p>Tumbuhan yang dikenali kerana permukaan buah limaunya yang kasar, berkulit bintil atau "purut. Tinggi pokok ini antara 2-12 meter dengan batang-batang kecil rendah yang bengkok atau bersudut. Setiap rantingnya pula berduri tajam. Daunnya setangkai setiap helai; berwarna hijau gelap yang berkilau licin apabila matang; serta mengeluarkan aroma harum apabila digosok mahupun dikerunyak.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Bahan dalam masakan yang masam, seperti tomyam, kari dan sebagainya. ● Perubatan tradisional: <ul style="list-style-type: none"> - cuci rambut - hilangkan kelemumur - minyak wangi - bau badan
7	Lobak putih	<p>Nama Saintifik: <i>Raphanus Sativus</i></p> <p>Sejenis tumbuhan yang masuk ke dalam keluarga Brassicaceae.</p>	<p>Berbentuk panjang dan tirus, tetapi isi dan kulitnya berwarna putih. Ketinggiannya lebih kurang 1 meter; berbatang pendek dan bentuknya berbuku-buku. Daun lobak memiliki bentuk memanjang dengan tepi bertoreh manakala hujung dan pangkalnya ramping. Pada permukaan daun tersebut ditumbuhi rambut halus. Bunga lobak memiliki benang sari berwarna kuning kehijauan.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Dimakan secara mentah atau dibuat jus ● Perubatan tradisional: <ul style="list-style-type: none"> - ginjal / buah pinggang - batuk panjang - demam panas

8	Cekur	Nama Sainifik: <i>Kaempferia galanga L</i>	Tumbuh tidak berbatang, daunnya melebar, padat dan tumbuh di permukaan tanah. Bentuk daunnya memanjang dengan pucuk berakuminat; berbulu halus di bahagian bawahnya. Jambak bunga berbentuk tiub dan berwarna putih. Aromanya seperti kapur barus dan rizomnya berwarna putih kekuningan.	<ul style="list-style-type: none"> • Tidak digunakan dalam masakan kerana aromanya yang kuat dan tidak menyenangkan • Perubatan tradisional: <ul style="list-style-type: none"> - tonik (jamu) wanita berpantang - legakan sakit tekak - kecutkan jerawat
---	-------	-----------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Berdasarkan Jadual 2, definisi / makna dan ciri morfologi bagi lapan tumbuhan herba yang digunakan dalam perubatan tradisional, iaitu kunyit, halia, serai, bawang putih, kantan, limau purut, lobak putih dan cekur ditandai oleh perkataan yang memperlihatkan sifat tumbuhan tersebut, iaitu bentuk daun, batang, akar, rizom, k-ketinggian, diameter, warna dan bau. Penggunaan kata ini mempermudah Generasi Z untuk mengetahui, mengenali dan membezakan kepelbagaian tumbuhan herba yang digunakan oleh masyarakat Melayu dengan lebih baik. Dapatan ini selari dengan kajian yang dilakukan oleh [10]. Sementara dari aspek kegunaan pula, masyarakat Melayu didapati cenderung menggunakan tumbuhan herba sebagai elemen kesihatan dan perubatan tradisional dalam tiga situasi, iaitu i) Ramuan/ aroma makanan; ii) Ramuan ubat untuk kegunaan luar; serta iii) Ramuan jus/tonik/ubat untuk diminum/makan. Ini selari dengan dapatan kajian [5,6,9,22]. Selanjutnya, dipaparkan dapatan yang memperlihatkan persepsi dan pengetahuan dalam kalangan Generasi Z terhadap pemakanan herba.

3.3 Persepsi dan Pengetahuan Generasi Z Terhadap Penggunaan Tumbuhan Herba

Dapatan analisis daripada 30 responden yang mewakili Generasi Z memperlihatkan bahawa persepsi mereka terhadap tumbuhan herba adalah dipengaruhi oleh tahap pengetahuan yang ada. Perincian hasil dapatan dipaparkan dalam Jadual 3 di bawah.

Jadual 3

Persepsi dan pengetahuan Generasi Z terhadap penggunaan tumbuhan herba

Soalan	Kategori Jawapan	Jumlah	%
Apakah herba bagi orang Melayu?	Jamu/ rawatan bersalin	6	20.0
	Ubat/ tonik/ jus	3	10.0
	Pokok/tumbuhan	3	10.0
	Rempah/ bahan masakan	18	60.0
Adakah anda pernah/selalu mengambil mana-mana herba dalam makanan atau minuman?	Ya	10	33.3
	Tidak pernah	7	23.3
	Tidak pasti	13	43.3
Apa pandangan anda tentang penggunaan herba dalam masakan dan bidang perubatan tradisional orang Melayu?	Untuk menyedapkan masakan dan mengubat beberapa penyakit tertentu (dinyatakan beberapa penyakit biasa - demam, buang angin, sakit sendi dan sebagainya)	21	70.0
	Tidak pasti/ Mungkin pernah dengar	5	16.6
	Tidak tahu	4	13.3

Adakah anda tahu bentuk, jenis dan ciri tumbuhan herba yang banyak digunakan oleh orang Melayu seperti kunyit, halia, serai, kantan, bawang putih, dan sebagainya?	Tahu (menyatakan bentuknya)	21	70.0
	Tahu tapi kurang pasti	7	23.3
	Tidak tahu	2	6.66
Bagaimanakah anda mengetahui tentang penggunaan tumbuhan herba dalam masakan dan perubatan tradisi orang Melayu?	Keluarga (Ibu dan ayah)	16	53.3
	Saudara mara	5	16.6
	Rakan-rakan	5	16.6
	Internet/ Buku/ Majalah	4	13.3
Adakah keluarga anda pernah menggunakan tumbuhan herba untuk mengubati penyakit tertentu?	Ya	9	30.0
	Mungkin/ Tidak pasti	16	53.3
	Tidak Tahu	5	16.6

Berdasarkan Jadual 3, Generasi Z didapati mempunyai persepsi bahawa herba lebih banyak digunakan oleh orang Melayu sebagai rempah/bahan masakan 18 (60.0 %), berbanding sebagai jamu/rawatan bersalin 6 (20.0 %), ubat/tonik/jus dan pokok/tumbuhan, iaitu sebanyak 3 (10.0 %) masing-masingnya. Selain itu, sebanyak 13 (43.3 %) mengatakan mereka 'tidak pasti' sama ada mengambil herba dalam makanan atau minuman diikuti 10 (33.3 %) mengatakan 'ya' dan 7 (23.3 %) mengatakan 'tidak pernah'. Sementara 21 (70.0 %) Generasi Z berpandangan bahawa herba digunakan sebagai bahan dalam masakan dan mengubati penyakit tertentu dengan penyataan penyakit biasa seperti demam, buang angin, sakit sendi dan sebagainya manakala 5 (16.6 %) mengatakan 'tidak pasti/ mungkin pernah dengar' dan 4 (13.3 %) mengatakan 'tidak tahu'. Dari aspek pengetahuan pula, Generasi Z memperlihatkan pengetahuan yang agak baik tentang bentuk, fungsi dan ciri tumbuhan herba yang sering digunakan oleh orang Melayu seperti kunyit, halia, serai, kantan, bawang putih dan sebagainya dengan 21 (70.0 %) mengatakan 'tahu', 7 (23.3 %) 'tahu tapi kurang pasti' dan hanya 2 (6.6 %) yang mengatakan 'tidak tahu'. Sementara itu, 16 (53.3 %) mengatakan mereka mengetahui tentang kegunaan herba melalui ibu/bapa diikuti saudara-mara dan rakan-rakan diwakili 5 (16.6 %), masing-masingnya; dan 4 (13.3 %) melalui internet/buku/majalah. Selain itu, pengetahuan tentang penggunaan herba untuk tujuan perubatan dalam kalangan ahli keluarga memperlihatkan 16 (53.3 %) Generasi Z mengatakan 'mungkin/tidak pasti', 9 (30.0 %) 'ya' dan 5 (16.6 %) mengatakan 'tidak tahu'. Dapatan ini memperlihatkan bahawa Generasi Z mengetahui masyarakat Melayu banyak menggunakan tumbuhan herba sebagai ramuan dalam masakan berbanding dalam bidang perubatan tradisional. Hal ini disebabkan, walaupun mereka mengetahui kegunaan herba untuk menyembuhkan penyakit seperti demam, membuang angin dalam badan dan sakit sendi hanya melalui penyampaian cerita dan pembacaan di laman sesawang; tidak bersandarkan pada pengalaman sebenar. Seperti mana dapatan kajian [2,6,16] dapatan ini turut membuktikan bahawa pengetahuan Generasi Z tentang fungsi tumbuhan herba dalam perubatan tradisional sangat terhad; berkisar pada penyakit yang biasa didengari berbanding penyembuhan bagi penyakit yang lebih serius seperti kanser, darah tinggi dan sakit jantung. Ini sekaligus membentuk persepsi yang kurang jelas dan kurang yakin tentang manfaat tumbuhan herba tersebut dalam aspek kesihatan diri.

3.4 Pengamalan Tumbuhan Herba dalam Kalangan Generasi Z

Dapatan analisis memperlihatkan pengetahuan yang terhad tentang tumbuhan herba yang digunakan oleh generasi terdahulu serta khasiat-khasiatnya telah mempengaruhi persepsi yang kemudiannya membentuk cara pengamalan sekaligus pola pemakanan dalam kalangan Generasi Z. Perincian dapatan ini dipaparkan dalam Jadual 4 di bawah.

Jadual 4

Pengamalan pemakanan herba dalam kalangan Generasi Z

Soalan	Kategori Jawapan	Jumlah	%
1. Adakah anda ada mengambil mana-mana herba dalam makanan untuk tujuan kesihatan?	Ya	6	20.0
	Tidak	24	80.0
2. Apakah tujuan kesihatan yang dimaksudkan dalam soalan 1?	<ul style="list-style-type: none"> • Mengelakkan obesity • Mengempiskan perut • Membuang angin dalam badan • Mencantikkan kulit wajah • Awet muda 		
3. Mengapa jawapan tidak?	<ul style="list-style-type: none"> • Saya makan apa yang ada, tidak pernah fikir tentang ia sihat atau tidak. Asalkan kenyang • Saya tak suka rasa herba • Tak pernah tahu tentang herba dalam makanan • Saya lebih gemar makan <i>fast food</i>, senang dan cepat 		
2. Apakah makanan fast food yang anda maksudkan?	<ul style="list-style-type: none"> • Burger King • KFC • McDonald • Sushi • Takoyaki • Ramen • Oden 		
3. Apakah jenis herba yang anda pernah makan atau amalkan?	<ul style="list-style-type: none"> • Halia • Bawang putih • Limau Purut • Avocado • Aprikot • Daun Pudina 		

Jadual 4 menunjukkan 21 (70.0 %) Generasi Z tidak mengambil mana-mana herba dalam makanan mereka bertujuan kesihatan diri, manakala hanya 9 (30.0 %) sahaja yang mengamalkannya. Rata-rata yang mengamalkan herba ini bersetuju bahawa ia dapat membantu mereka mengelakkan obesiti, mengempiskan perut, membuang angin dalam badan, mencantikkan kulit wajah dan awet muda. Manakala yang memilih jawapan ‘tidak’ mengatakan mereka tidak mempertimbangkan tentang kesihatan ketika makan; tidak suka rasa herba; tidak pernah mengetahui tentang herba dan hanya makan makanan segera atau *fast food*. Pemilihan makanan oleh Generasi Z juga memperlihatkan mereka lebih gemar mengambil makanan segera yang lahir daripada budaya popular negara lain, iaitu burger, KFC, McDonald, Sushi, Takoyaki, Ramen dan Oden. Pemilihan herba yang diamalkan oleh Generasi Z juga didapati berbeza dengan generasi lama apabila mereka memilih herba-herba yang lebih moden dan berfokus pada perawatan ketrampilan diri (mencantikkan kuit wajah/ mengelakkan obesiti/ mengempiskan perut/ dan sebagainya) seperti avocado, aprikot dan daun pudina; selari dengan dapatan kajian [2,5,6]. Dalam konteks ini, didapati terdapat perbezaan pengetahuan yang ketara di antara generasi Melayu lama dan baru sehingga menyebabkan perubahan dalam persepsi sekali gus membentuk amalan pola pemakanan yang berbeza-beza akibat penularan budaya popular [7,20,21]. Situasi ini didapati dipengaruhi oleh faktor globalisasi; generasi muda (termasuklah Generasi Z yang berada di sekolah rendah) terdedah pada pembelajaran berasaskan teknologi dan laman sesawang [23] sehingga menyebabkan mereka boleh mengadaptasi dengan mudah segala

bentuk pembaharuan dan pemodenan yang dibawa dari luar sekaligus meninggalkan amalan tradisi termasuklah dalam aspek pemakanan. Ini mengimplikasikan pola pemakanan yang bervariasi kerana telah diselarikan dengan peredaran zaman. Dalam hal ini, pendedahan yang berterusan tentang pemakanan tradisi kepada Generasi Z boleh meningkatkan kesedaran dan kepercayaan mereka. Noor Syuhada Abdul Hakim *et al.*, [24] turut mendapati bahawa generasi muda yang berada dalam lingkungan umur 12 hingga 17 tahun mempunyai kesedaran dan pengetahuan tentang aspek kesihatan diri tetapi kurang bimbingan serta panduan daripada golongan dewasa termasuklah ibu bapa.

4. Kesimpulan

Secara kesimpulannya, tumbuhan herba yang dibincangkan dalam kajian ini hanyalah sebahagian kecil daripada beratus-ratus herba lain yang digunakan oleh masyarakat Melayu dalam bidang perubatan tradisional. Walaupun begitu, dapatan kajian ini boleh menjadi sandaran supaya lebih banyak kajian dilakukan untuk meneroka dan mendokumentasikan aspek makna, ciri morfologi dan fungsi tumbuhan herba dalam penjagaan kesihatan dan masakan agar dapat dirujuk oleh generasi akan datang. Bukan itu sahaja, persepsi, pengetahuan dan pengamalan herba dalam kalangan Generasi Z juga boleh dikaji dalam pelbagai konteks yang lebih luas dan mendalam bagi memperoleh dapatan yang lebih signifikan agar usaha memupuk kesedaran, minat dan tanggung jawab memelihara ilmu warisan tradisi ini boleh dijalankan oleh pihak tertentu. Kepercayaan dan amalan pemakanan herba tradisi ini harus difahami dan diselarikan dengan pengetahuan moden Generasi Z hari ini.

Rujukan

- [1] Arina Johari & Lilisuriani Abd. Latif. (2023). Perkaitan kearifan lokal dengan kepercayaan dan amalan pemakanan wanita Melayu ketika berpantang dalam *Proceedings of the International Conference on Local Wisdom in The Malay Archipelago (COLLEGA2023)*, halaman 15 - 56. Universiti Prince of Songkhla: Thailand.
- [2] Rosli, Fazidah, Noorshilawati Abdul Aziz, and Nur Masriyah Hamzah. "Penggunaan tumbuhan herba sebagai kaedah rawatan di kalangan masyarakat Melayu." *KONAKA Konferensi Akademik 2015* (2015): 48-55.
- [3] Dewan Bahasa dan Pustaka. *Kamus Dewan*. Third Edition. Kuala Lumpur: Dewan Bahasa dan Pustaka, 1994.
- [4] Shahibuddin, N. A. "Jenis-Jenis Tanaman Herba Ubatan Tempatan Dan Nilai-Nilai Perubatannya." PhD diss., Masters thesis, Universiti Sains Malaysia. <http://eprints.usm.my/28918>, 2001.
- [5] Nor Nafizah Mohd Noor. (2023). Tumbuhan ubatan orang Melayu, etnobotani dan pengekal jati diri dalam *Tinta Bahasa*, halaman 97 - 120. UPSI: Tanjung Malim, Perak.
- [6] Abdullah, Mohd Azlan, and Noraziah Ali. "Amalan pemakanan dalam kalangan pelajar universiti dan implikasinya terhadap pembelajaran." *Jurnal Personalia Pelajar* 14 (2011): 59-68. <https://doi.org/10.17576/personalia.1401.2011.05>
- [7] Yusri, Muhammad. "Yusof@ Salleh dan Mohd Anuar Ramli.(2020a). Pentakrifan Kearifan Tempatan: Suatu Sorotan." *Jurnal Melayu* 19, no. 2: 175-188.
- [8] Tapscott, Don. *Grown up digital*. Boston: McGraw-Hill Education, 2008.
- [9] Kamaruddin, M. S. Y., M. S. M. Zahari, R. Muhammad, A. F. Amir, and A. A. Azdel. "Food beliefs and practices among Malay women in postpartum period." *Hospitality and Tourism: Synergizing Creativity and Innovation in Research* (2013): 401. <https://doi.org/10.1201/b16064-79>
- [10] Tamring, Budi Anto Mohd, Halina Sendera Mohd Yakin, Esther Jawing, and Junaidah Januin. "Tahap Penerimaan Pelajar Terhadap Aspek Yang Memberi Kesan Kepada Pembudayaan Penanaman Bawing di Kota Belud, Sabah." *Malaysian Journal of Social Sciences and Humanities (MJSSH)* 8, no. 8 (2023): e002473-e002473. <https://doi.org/10.47405/mjssh.v8i8.2473>
- [11] Ani, Anisa, Noorizan Mohamed, and Nordin Abul Rahman. "Socio-cultural influences in the composition of traditional Malay house compounds in rural Melaka." *ALAM CIPTA, International Journal of Sustainable Tropical Design Research and Practice* 5, no. 1 (2012).
- [12] Dahliani, Dahliani. "Local Wisdom Inbuilt Environment in Globalization Era." *Local Wisdom Inbuilt Environmentinglobalization Era* 3, no. 6 (2010).

- [13] Lamadah, Sahar Mansour. "Postpartum traditional beliefs and practices among women in Makkah Al Mukkaramah, KSA." *Life Sci J* 10, no. 2 (2013): 838-47.
- [14] Ali, Aishah, and Philippa Howden-Chapman. "Maternity services and the role of the traditional birth attendant, bidan kampung, in rural Malaysia." *Journal of public health management and practice* 13, no. 3 (2007): 278-286. <https://doi.org/10.1097/01.PHH.0000267686.08282.3c>
- [15] Jaffar, Najiha, and Nor Zalina Harun. "The Influence of Culture in Plants Selection of Traditional Malay Garden." (2016).
- [16] Shamsudin. S., (2012). Pengenalan asas herba ubatan dalam *Ceramah Darul Syifa'*, Bangi: Kuala Lumpur.
- [17] Yusoff, Zuraidah Mohd, Asmiaty Amat, Darlina Naim, and Saad Othman. "Postnatal care practices among the Malays, Chinese and Indians: A comparison." In *SHS Web of Conferences*, vol. 45, p. 05002. EDP Sciences, 2018. <https://doi.org/10.1051/shsconf/20184505002>
- [18] Liamputtong, Pranee, Susanha Yimyam, Sukanya Parisunyakul, Chavee Baosoung, and Nantaporn Sansiriphun. "Traditional beliefs about pregnancy and child birth among women from Chiang Mai, Northern Thailand." *Midwifery* 21, no. 2 (2005): 139-153. <https://doi.org/10.1016/j.midw.2004.05.002>
- [19] Rosli, Fazidah, Noorshilawati Abdul Aziz, and Nur Masriyah Hamzah. "Penggunaan tumbuhan herba sebagai kaedah rawatan di kalangan masyarakat Melayu." *KONAKA Konferensi Akademik 2015* (2015): 48-55.
- [20] Othman, Rashidi, Ainmunira Khiruddin, Razanah Ramya, Farah Ayuni Mohd Hatta, Wan Syibrah Hanisah Wan Sulaiman, and Nur Hanie Abd Latiff. "An Ethnobotanical Study oajian Etnobotani Tumbuhan Perubatan Dalam Perbidan Tradisional Melayu Sebagai Potensi Elemen Reka Bentuk Taman Melayu." *Asian Journal of Environment, History And Heritage* 6, no. 2 (2022).
- [21] M Yacob, Noor Hasimah, Nor Hawani Wan Abdul Rahman, Yuzainizam Yusop, and Sabariah Jamaluddin. "Pantang larang tradisional di kalangan masyarakat melayu/Noor Hasimah M. Yacob...[et al.]." *KONAKA Konferensi Akademik 2015* (2015): 25-32.
- [22] Ramli, Mohd Anuar, and Mohammad Aizat Jamaludin. "Sumbangan Syeikh Muhammad Arshad b. Abdullah al-Banjari dalam Fiqh al-At 'imah (Makanan) di dalam kitab Sabil al-Muhtadin." *Jurnal Al-Tamaddun Bil* 7, no. 2 (2012): 61-76. <https://doi.org/10.22452/JAT.vol7no2.3>
- [23] Gani, Nur Anisa Ibrahim, and Hadina Habil. "Evaluating the Technical Quality and Pedagogical Affordances of an English Language Learning (ELL) Website Using a Methodological Framework." *International Journal of Advanced Research in Future Ready Learning and Education* 33, no. 1 (2023): 1-15. <https://doi.org/10.6007/IJARBSS/v13-i1/16203>
- [24] Noor Syuhada Abdul Hakim, Mohd Azlan Omar, & Muhammad Hafiz Abdul Hakim. (2024). Knowledge and practices on menstruation among adolescent girls in rural areas in Malaysia. *International Journal of Advanced Research in Future Ready Learning and Education*, 32(1), 1–7