

MENGURUT SEBAGAI TRADISI PENJAGAAN WANITA SELEPAS BERSALIN: KAJIAN ETNIK MELAYU, BANJAR DAN RAWA DI PERAK

MASSAGE AS A TRADITIONAL POSTPARTUM CARE PRACTICE: A STUDY OF THE MALAY, BANJAR, AND RAWA ETHNIC COMMUNITIES IN PERAK

Nur Azlina binti Roslan^{1*}
Muhammad Yusri Yusof @ Salleh²
Muhd Imran Abd Razak³

¹ Pelajar Pascasiswazah, kademi Pengajian Islam Kontemporari (ACIS), Universiti Teknologi MARA Cawangan Perak, Perak, Malaysia

Email: azlinajaipk@gmail.com

² Akademi Pengajian Islam Kontemporari (ACIS), Universiti Teknologi MARA Cawangan Perak, Perak, Malaysia

Email: yusri613@uitm.edu.my

³ Akademi Pengajian Islam Kontemporari (ACIS), Universiti Teknologi MARA Cawangan Perak, Perak, Malaysia

Email: imranrazak@uitm.edu.my

Article history

Received date : 5-8-2026

Revised date : 6-8-2026

Accepted date : 12-9-2026

Published date : 17-9-2026

To cite this document:

Roslan, N. A., Yusof @ Salleh, M. Y., & Abd Razak, M. I. (2026). Mengurut sebagai tradisi penjagaan wanita selepas bersalin: Kajian etnik Melayu, Banjar dan Rawa di Perak. *Journal of Islamic, Social, Economics and Development (JISED)*, 11 (86), 232 – 242.

Abstrak: Amalan mengurut merupakan salah satu kaedah penjagaan tradisional yang diamalkan secara meluas dalam kalangan wanita Melayu selepas bersalin. Kajian ini bertujuan meneliti amalan mengurut sebagai tradisi penjagaan wanita berpantang dalam kalangan etnik Melayu, Banjar dan Rawa di Negeri Perak. Fokus utama kajian adalah untuk mengenal pasti bentuk amalan, tujuan pelaksanaan serta menilai kesesuaiannya dari sudut budaya, kesihatan dan Syariah. Kajian ini menggunakan pendekatan kualitatif melalui kaedah temu bual dan analisis dokumen. Dapatan menunjukkan bahawa amalan mengurut mempunyai persamaan dari segi tujuan iaitu memulihkan tenaga, melancarkan peredaran darah dan mengembalikan kedudukan rahim, namun terdapat perbezaan dari segi teknik, tempoh dan kepercayaan yang menyertainya mengikut etnik. Kajian ini mencadangkan agar amalan ini didokumentasikan secara sistematik serta dinilai agar selari dengan keperluan kesihatan moden dan prinsip Syariah.

Kata Kunci: Mengurut, Wanita berpantang, Tradisi Melayu, Banjar Perak, Rawa Perak

Abstract: *Postpartum massage is one of the traditional care practices widely observed among Malay women after childbirth. This study aims to examine the practice of postpartum massage as a traditional care method among Malay, Banjar, and Rawa ethnic groups in the state of Perak. The main focus of this study is to identify the forms of practice, the purposes of its implementation, and to evaluate its suitability from cultural, health, and Shariah perspectives. This study employs a qualitative approach through semi-structured interviews and document analysis. The findings indicate that postpartum massage shares common objectives across the ethnic groups, namely to restore energy, improve blood circulation, and aid uterine recovery. However, differences are observed in terms of techniques, duration, and associated beliefs across the ethnic groups. This study suggests that such practices should be systematically documented and evaluated to ensure alignment with modern healthcare needs and Shariah principles.*

Keywords: *Postpartum massage, postpartum women, Malay traditions, Banjar Perak, Rawa Perak*

Pengenalan

Amalan berurut selepas bersalin merupakan salah satu bentuk penjagaan tradisional masyarakat Melayu yang bertujuan membantu proses pemulihan ibu selepas melahirkan anak (Kementerian Kesihatan Malaysia, 2022; Department of Traditional and Complementary Medicine, Ministry of Health Malaysia, 2021). Ia melibatkan teknik urutan tertentu yang disesuaikan dengan keadaan ibu sama ada bersalin normal, berjahit atau pembedahan, serta menggunakan minyak herba yang disediakan oleh pengamal urutan tradisional (Sulaiman & Omar, 2025). Amalan ini telah lama diamalkan sebagai sebahagian daripada sistem penjagaan kesihatan tradisional dalam masyarakat tempatan.

Dari aspek kesihatan fizikal, urutan selepas bersalin didapati membantu melancarkan peredaran darah, mempercepatkan pengecutan rahim, mengurangkan bengkak serta melegakan ketegangan otot akibat proses kelahiran (Ismail & Hamid, 2022; Mohamed & Yusof, 2023). Teknik urutan yang melibatkan bahagian belakang, kaki, pinggang dan perut juga berperanan dalam membantu pemulihan dalaman ibu selepas bersalin, dengan syarat dilakukan pada waktu yang sesuai mengikut tahap penyembuhan luka (Rozzario, 2023; Rahman & Aziz, 2024).

Selain manfaat fizikal, urutan selepas bersalin juga memberi kesan positif terhadap kesihatan emosi ibu. Sentuhan terapi ini membantu mengurangkan stres, meningkatkan ketenangan dan menyokong kestabilan emosi selepas melahirkan anak. Malah, ia turut dikaitkan dengan peningkatan pengeluaran hormon yang membantu memperbaiki mood serta mengurangkan risiko tekanan emosi selepas bersalin (Alimuddin et al., 2023; Yusof & Ahmad, 2023).

Secara keseluruhan, amalan berurut selepas bersalin bukan sahaja berfungsi sebagai adat tradisi, tetapi juga mempunyai nilai terapeutik yang menyokong pemulihan fizikal, emosi dan sosial ibu. Ia turut menjadi simbol sokongan keluarga dan komuniti kepada wanita yang baru melahirkan anak. Oleh itu, amalan ini wajar difahami dan dilaksanakan secara betul agar manfaatnya dapat dimaksimumkan dalam penjagaan kesihatan ibu berpantang (Ahmad & Karim, 2023).

Latar Sosial Dan Budaya Etnik Melayu, Banjar Dan Rawa

Masyarakat Melayu di Malaysia terbentuk daripada kepelbagaian sub-etnik yang mempunyai latar sejarah, budaya dan amalan sosial yang berbeza namun saling berkait antara satu sama lain. Dalam konteks Negeri Perak, antara kumpulan yang signifikan ialah etnik Melayu tempatan, Banjar dan Rawa yang masing-masing membawa identiti budaya tersendiri dalam amalan kehidupan seharian termasuk penjagaan kesihatan tradisional wanita selepas bersalin (Hassan & Zainal, 2024).

Etnik Melayu di Semenanjung Malaysia umumnya berakar daripada budaya Melayu-Islam yang kuat dengan pengaruh adat tempatan dan ajaran Islam sebagai asas utama kehidupan sosial. Dalam konteks penjagaan selepas bersalin, masyarakat Melayu menekankan konsep berpantang yang merangkumi aspek pemakanan, rehat dan rawatan tradisional seperti mengurut, bertungku dan berbengkung (Zainal & Ibrahim, 2024). Amalan ini sering dipandu oleh bidan kampung yang berperanan sebagai penyampai ilmu tradisional dalam komuniti.

Etnik Banjar pula berasal dari Kalimantan Selatan, Indonesia, yang berhijrah ke Tanah Melayu sejak abad ke-19. Mereka terkenal dengan sistem kepercayaan tradisional yang masih mengekalkan unsur budaya asal dalam kehidupan harian. Dalam konteks penjagaan selepas bersalin, masyarakat Banjar cenderung mengamalkan urutan yang lebih kuat dan berfokus kepada pemulihan tenaga dalaman serta pengembalian kekuatan tubuh ibu selepas bersalin. Amalan ini turut dipengaruhi oleh kepercayaan terhadap keseimbangan tubuh dan penggunaan herba tertentu dalam rawatan (Hassan & Zainal, 2024).

Sementara itu, etnik Rawa yang berasal dari Sumatera Barat, Indonesia, turut membawa tradisi Minangkabau yang kuat dalam struktur sosial mereka. Masyarakat Rawa menggabungkan elemen adat dan agama dalam kehidupan seharian, termasuk dalam amalan berpantang. Urutan selepas bersalin dalam kalangan etnik ini sering disertai dengan bacaan doa dan unsur spiritual sebagai pelengkap kepada rawatan fizikal, yang menunjukkan integrasi antara aspek rohani dan jasmani dalam proses pemulihan ibu (Zainal & Ibrahim, 2024).

Secara keseluruhannya, ketiga-tiga etnik ini menunjukkan bahawa amalan penjagaan wanita selepas bersalin bukan sahaja bersifat perubatan tradisional, tetapi juga mencerminkan identiti budaya dan struktur sosial masyarakat masing-masing. Walaupun terdapat perbezaan dari segi teknik dan kepercayaan, kesemua etnik berkongsi matlamat yang sama iaitu memastikan kesihatan dan kesejahteraan ibu selepas bersalin terpelihara melalui pendekatan tradisional yang diwarisi secara turun-temurun.

Metodologi Kajian

Kajian ini menggunakan pendekatan kualitatif bagi meneroka amalan mengurut sebagai tradisi penjagaan wanita selepas bersalin dalam kalangan etnik Melayu, Banjar dan Rawa di Negeri Perak. Pendekatan ini sesuai digunakan kerana ia membolehkan penyelidik memahami pengalaman dan amalan masyarakat secara lebih mendalam (Nordin et al., 2022).

Reka bentuk kajian ialah kajian kes yang memfokuskan kepada amalan dalam komuniti terpilih secara terperinci dalam konteks sebenar. Data kajian dikumpulkan melalui temu bual separa berstruktur, pemerhatian dan analisis dokumen (Braun & Clarke, 2006).

Responden dipilih menggunakan persampelan bertujuan, yang terdiri daripada wanita berpantang dan tukang urut tradisional dalam kalangan tiga etnik tersebut di Negeri Perak. Data

dianalisis menggunakan analisis tematik bagi mengenal pasti tema utama seperti teknik urutan, tujuan amalan dan perbezaan mengikut etnik (Zainal & Ibrahim, 2024).

Informan dan Kaedah Pengumpulan Data

Data kajian diperoleh melalui tiga orang informan utama yang dipilih secara bertujuan (purposive sampling) berdasarkan pengetahuan dan pengalaman mereka terhadap amalan mengurut selepas bersalin dalam kalangan masyarakat Melayu, Banjar dan Rawa di Negeri Perak:

1. Dua orang bidan kampung yang terlibat dalam penjagaan wanita berpantang serta menjadi saksi kepada perubahan amalan urutan dari generasi ke generasi.
2. Seorang ibu selepas bersalin yang telah menjalani amalan urutan dalam tempoh berpantang bagi kelahiran anaknya yang terkini.

Kaedah pengumpulan data meliputi:

- a) Temu bual mendalam separa berstruktur bagi mendapatkan naratif pengalaman, teknik urutan, serta kefahaman informan terhadap tujuan dan nilai amalan mengurut selepas bersalin dalam budaya masyarakat setempat.
- b) Pemerhatian lapangan secara langsung melibatkan pemerhatian terhadap proses urutan yang dilakukan oleh tukang urut tradisional termasuk teknik urutan, urutan bahagian tubuh, penggunaan minyak herba serta interaksi antara pengamal dan ibu berpantang.
- c) Catatan lapangan dan dokumentasi foto digunakan untuk menyokong huraian deskriptif serta membantu analisis tematik terhadap data yang dikumpulkan dalam kajian ini.

Analisis Data

Data temu bual dan pemerhatian dianalisis menggunakan pendekatan analisis tematik dan interpretatif. Proses analisis melibatkan penyusunan transkrip, pengekodan data, serta pengelasan tema utama yang berkaitan dengan simbolisme, nilai kekeluargaan, dan kesinambungan tradisi. Prinsip “deskripsi tebal” (thick description) dalam etnografi digunakan untuk menzahirkan makna di sebalik tindakan dan ujaran peserta dengan memberi ruang kepada suara informan untuk menjelaskan dunia mereka sendiri. Triangulasi antara data temu bual, pemerhatian dan dokumentasi dilakukan bagi meningkatkan kebolehpercayaan dapatan kajian (Wiyanda et al., 2024).

Pertimbangan Etika

Setiap informan diberikan penjelasan awal tentang tujuan dan penggunaan data kajian, serta persetujuan mereka diperoleh secara lisan sebelum temu bual dijalankan. Identiti informan dirahsiakan bagi menjaga privasi dan sensitiviti budaya. Sepanjang proses lapangan, penyelidik mematuhi prinsip kepekaan budaya, khususnya dalam menghormati ruang sakral dan tertib pelaksanaan adat mengurut agar kajian ini berlangsung dengan penuh adab dan tanggungjawab ilmiah (Denzin, 2023).

Amalan Mengurut Mengikut Etnik Melayu, Banjar Dan Rawa

Amalan mengurut selepas bersalin dalam kalangan masyarakat Melayu, Banjar dan Rawa menunjukkan persamaan dari segi tujuan utama iaitu membantu pemulihan ibu selepas bersalin, namun berbeza dari aspek teknik, kepercayaan dan penekanan dalam pelaksanaannya.

Bagi etnik Melayu, urutan biasanya dilakukan secara lembut dan menyeluruh dengan fokus kepada pemulihan fizikal seperti melancarkan peredaran darah, mengecutkan rahim dan mengurangkan ketegangan otot. Amalan ini lazimnya dikendalikan oleh bidan kampung dengan penggunaan minyak herba sebagai elemen utama dalam rawatan tradisional (Laderman, 1983; Yaacob, 2018).

Bagi etnik Banjar, urutan selepas bersalin cenderung dilakukan dengan tekanan yang lebih kuat dan fokus kepada bahagian tertentu seperti perut, pinggang dan belakang. Amalan ini lebih menekankan aspek pemulihan tenaga dalaman dan kekuatan tubuh ibu selepas bersalin, selaras dengan kepercayaan tradisional mereka terhadap keseimbangan tubuh (Yaacob, 2018).

Sementara itu, etnik Rawa pula menggabungkan urutan dengan elemen spiritual seperti bacaan doa di samping teknik urutan fizikal. Pendekatan ini menunjukkan integrasi antara aspek fizikal dan rohani dalam proses pemulihan ibu, di mana kesihatan tubuh dan ketenangan jiwa diberi penekanan secara seimbang (Zulkifli, 2016).

Secara keseluruhannya, ketiga-tiga etnik ini menunjukkan bahawa amalan mengurut selepas bersalin bukan sahaja bersifat rawatan kesihatan, tetapi juga mencerminkan identiti budaya dan nilai tradisi yang diwarisi secara turun-temurun dalam masyarakat Melayu di Malaysia.

Dapatan Kajian Dan Perbincangan

Amalan dan Teknik Urutan Selepas Bersalin

Dapatan kajian menunjukkan bahawa amalan berurut selepas bersalin merupakan sebahagian penting dalam penjagaan tradisional masyarakat Melayu yang bertujuan membantu proses pemulihan ibu selepas melahirkan anak. Urutan tradisional ini bukan sahaja berfungsi untuk meredakan ketegangan otot, tetapi juga bertujuan mengembalikan keseimbangan tubuh selepas proses bersalin. Amalan ini menggunakan teknik tertentu yang disesuaikan dengan keadaan fizikal ibu serta penggunaan minyak herba yang disediakan oleh pengamal urutan tradisional (Ismail & Hamid, 2022; Mohamed & Yusof, 2023).

Dari segi teknik, urutan biasanya dimulakan dengan posisi meniarap dan diikuti dengan urutan pada bahagian belakang, kaki, betis, paha, pinggang serta tulang belakang bagi melegakan ketegangan otot. Seterusnya, urutan diteruskan dalam posisi terlentang yang melibatkan bahagian kaki, perut, dada, lengan, tangan dan kepala. Urutan kepala juga diberikan perhatian khusus termasuk teknik gosokan kulit kepala, tekanan lembut pada ubun-ubun serta tarikan ringan pada rambut bagi mengurangkan stres dan meningkatkan keselesaan ibu. Petikan informan turut menyokong dapatan ini:

“Kemudian dari belakang tu tengkuk apa semua muka baru kepala akhir sekali.”
(Informan 1, 2025)

“Akhir sekali, kita penutup urut kepala lah kita buang angin dari kepala ikat rambut tinggi”
(Informan 2, 2025)

Tempoh dan Keperluan Urutan Mengikut Keadaan Ibu

Kajian mendapati tempoh memulakan urutan selepas bersalin berbeza mengikut keadaan ibu. Bagi kelahiran normal tanpa komplikasi, urutan boleh dimulakan seawal hari ketiga, manakala bagi ibu yang mempunyai jahitan, urutan disarankan bermula sekitar hari ketujuh bagi memberi

ruang kepada penyembuhan luka. Bagi kelahiran secara pembedahan pula, urutan hanya dilakukan selepas luka sembuh sepenuhnya iaitu sekitar dua minggu dan tidak melibatkan kawasan pembedahan (Rahman & Aziz, 2024; Nordin et al., 2022).

Dapatan ini turut disokong oleh informan yang menegaskan bahawa urutan perlu bergantung kepada keadaan kesihatan ibu dan tahap penyembuhan luka. Menurut informan, urutan tidak boleh dilakukan terlalu awal bagi mengelakkan risiko kepada ibu:

“Kalau bersalin normal, cepat sikit boleh urut tapi kalau ada jahitan kena tunggu dulu bagi baik.” (Informan 2, 2025)

Selain itu, bagi kes pembedahan, informan menjelaskan bahawa urutan hanya dilakukan selepas luka benar-benar sembuh dan perlu mengelakkan kawasan pembedahan:

“kena tunggu sembuh dulu. Tak boleh tekan kawasan luka, biasanya lepas dua minggu baru boleh mula.” (Informan 1, 2025)

Secara keseluruhannya, dapatan menunjukkan bahawa amalan urutan selepas bersalin mengambil kira aspek keselamatan dan tahap pemulihan ibu sebelum dimulakan.

Manfaat Fizikal Urutan Selepas Bersalin

Dapatan kajian menunjukkan bahawa urutan selepas bersalin memberikan pelbagai manfaat fizikal kepada ibu. Antaranya termasuk melancarkan peredaran darah, membantu pengecutan rahim, mengurangkan bengkak serta mempercepatkan penyembuhan luka dalaman dan luaran (Ismail & Hamid, 2022; Mohamed & Yusof, 2023). Selain itu, urutan juga membantu mengurangkan masalah bengkak susu serta melancarkan pengeluaran susu ibu.

Petikan informan menyokong dapatan ini:

“Selepas mengurut akan membantu melegakan bengkak susu dan susu akan keluar dengan banyak.”

(Informan 1, 2025)

“Darah nifas akan turun dengan lancar. Lepas urut saya rasa lega sangat-sangat.”

(Informan 3, 2025)

Perbincangan Keseluruhan

Secara keseluruhannya, dapatan kajian menunjukkan bahawa urutan tradisional selepas bersalin bukan sekadar amalan budaya, tetapi mempunyai nilai terapeutik yang signifikan dari sudut kesihatan fizikal dan emosi. Amalan ini juga berfungsi sebagai simbol sokongan sosial dan kasih sayang kepada ibu yang baru melahirkan anak (Mohd & Ahmad, 2023).

Oleh itu, urutan selepas bersalin boleh dianggap sebagai pendekatan penjagaan kesihatan tradisional yang berpotensi tinggi dalam menyokong proses pemulihan ibu secara semula jadi, selaras dengan keperluan kesihatan dan kesejahteraan wanita.

Makna Simbol dan Nilai Budaya dalam Amalan Mengurut Selepas Bersalin

Amalan mengurut selepas bersalin dalam masyarakat Melayu bukan sekadar rawatan fizikal, tetapi turut mempunyai makna simbolik yang mencerminkan pemulihan menyeluruh ibu dari segi fizikal, emosi dan sosial (Zainal & Ibrahim, 2024; Hassan & Zainal, 2024). Ia melambangkan proses mengembalikan kekuatan tubuh serta keseimbangan dalaman selepas bersalin.

Dari sudut simbolik, urutan dari kaki ke kepala dianggap sebagai proses memulihkan tenaga, manakala penggunaan minyak herba melambangkan elemen penyembuhan semula jadi yang dipercayai membantu pemulihan tubuh (Sulaiman & Omar, 2025; Mohamed & Yusof, 2023). Amalan ini juga mencerminkan nilai kasih sayang, sokongan dan keprihatinan daripada tukang urut atau komuniti kepada ibu berpantang (Yusof & Ahmad, 2023; Alimuddin et al., 2023). Secara keseluruhan, amalan mengurut selepas bersalin bukan sahaja berfungsi sebagai rawatan tradisional, tetapi juga sebagai warisan budaya yang mengandungi nilai sosial dan identiti masyarakat Melayu, Banjar dan Rawa yang diwarisi secara turun-temurun (Rahman & Aziz, 2024; Zainal & Ibrahim, 2024).

Evolusi dan Penyesuaian Zaman dalam Amalan Mengurut Selepas Bersalin

Amalan mengurut selepas bersalin telah melalui proses evolusi seiring dengan perubahan gaya hidup masyarakat moden. Pada peringkat awal, urutan tradisional banyak bergantung kepada bidan kampung dan pengamal tradisional yang menggunakan teknik warisan turun-temurun serta ramuan herba semula jadi. Amalan ini dilakukan secara lebih holistik dengan gabungan aspek fizikal, budaya dan kepercayaan masyarakat (Hassan & Zainal, 2024; Department of Traditional and Complementary Medicine, Ministry of Health Malaysia, 2021).

Namun, perkembangan sistem kesihatan moden dan peningkatan kesedaran kesihatan telah membawa kepada penyesuaian dalam amalan ini. Urutan selepas bersalin kini tidak lagi terhad kepada bidan kampung, sebaliknya turut ditawarkan oleh pengamal urutan profesional yang mengikuti asas keselamatan kesihatan. Tempoh, teknik dan kaedah urutan juga semakin disesuaikan dengan keadaan klinikal ibu seperti kelahiran normal, berjahit atau pembedahan (Kementerian Kesihatan Malaysia, 2017; Nordin et al., 2022).

Selain itu, unsur-unsur kepercayaan tradisional yang bercampur dengan amalan budaya turut mula ditapis agar selari dengan pemahaman kesihatan moden dan prinsip agama. Penggunaan teknik urutan kini lebih menekankan aspek terapeutik seperti pengaliran darah, pengurangan stres dan pemulihan otot berbanding kepercayaan lama yang bersifat mistik. Perubahan ini menunjukkan proses adaptasi budaya yang masih mengekalkan nilai asas tetapi lebih praktikal dan selamat (Zulkifli, 2016; Mohd & Ahmad, 2023).

Secara keseluruhannya, evolusi amalan mengurut selepas bersalin menunjukkan keseimbangan antara pemeliharaan tradisi dan penyesuaian terhadap keperluan moden. Walaupun berubah dari segi pendekatan, amalan ini masih kekal relevan sebagai sebahagian daripada penjagaan kesihatan wanita selepas bersalin dalam masyarakat Melayu, Banjar dan Rawa.

Makna Simbol dan Nilai Budaya dalam Amalan Mengurut Selepas Bersalin

Amalan mengurut selepas bersalin dalam masyarakat Melayu bukan sekadar rawatan fizikal, tetapi turut membawa makna simbolik yang menggambarkan proses pemulihan menyeluruh ibu dari aspek tubuh, emosi dan sosial. Ia melambangkan usaha mengembalikan keseimbangan badan selepas melalui proses bersalin yang melemahkan (Rahman & Aziz, 2024).

Dari sudut simbolik, pergerakan urutan dari kaki ke kepala sering ditafsirkan sebagai proses memulihkan tenaga dan mengembalikan kekuatan tubuh secara berperingkat. Penggunaan minyak herba pula melambangkan elemen alam semula jadi yang dipercayai membantu proses penyembuhan dan keseimbangan tubuh (Ahmad & Karim, 2023).

Selain itu, amalan ini turut mencerminkan nilai budaya seperti kasih sayang, keprihatinan dan sokongan sosial kepada ibu berpantang. Kehadiran tukang urut atau ahli keluarga bukan sahaja memberi rawatan, tetapi juga menunjukkan sokongan emosi dan sosial dalam komuniti (Mohd & Ahmad, 2023).

Secara keseluruhannya, amalan mengurut selepas bersalin merupakan warisan budaya yang mengandungi nilai simbolik dan sosial yang tinggi serta mencerminkan identiti masyarakat Melayu, Banjar dan Rawa yang diwarisi secara turun-temurun.

Adat sebagai Cerminan Identiti dan Emosi Kolektif dalam Amalan Mengurut Selepas Bersalin

Amalan mengurut selepas bersalin dalam masyarakat Melayu, Banjar dan Rawa bukan sekadar tradisi penjagaan kesihatan, tetapi juga merupakan manifestasi adat yang mencerminkan identiti budaya serta emosi kolektif masyarakat. Adat ini berfungsi sebagai lambang kesinambungan nilai dan amalan yang diwarisi turun-temurun sekali gus memperkukuhkan jati diri komuniti dalam konteks sosial dan budaya (Hassan & Zainal, 2024; Zainal & Ibrahim, 2024).

Dari sudut identiti, amalan mengurut menjadi penanda kepada cara hidup masyarakat yang menekankan penjagaan ibu selepas bersalin sebagai satu tanggungjawab sosial. Setiap etnik seperti Melayu, Banjar dan Rawa mengekalkan variasi amalan tersendiri namun berkongsi asas nilai yang sama iaitu menjaga kesihatan dan kesejahteraan ibu. Perbezaan ini menunjukkan kepelbagaian budaya yang memperkayakan identiti masyarakat setempat (Rahman & Aziz, 2024).

Selain itu, adat ini turut mencerminkan emosi kolektif masyarakat, iaitu perasaan prihatin, kasih sayang dan tanggungjawab terhadap ibu berpantang. Kehadiran tukang urut, bidan kampung serta ahli keluarga dalam proses penjagaan ibu menggambarkan sokongan sosial yang kuat dalam komuniti. Situasi ini menunjukkan bahawa amalan mengurut bukan sahaja bersifat individu, tetapi turut melibatkan hubungan emosi dan solidariti sosial dalam masyarakat (Alimuddin et al., 2023; Yusof & Ahmad, 2023).

Secara keseluruhannya, amalan mengurut selepas bersalin sebagai adat bukan sahaja berfungsi dalam aspek kesihatan, tetapi juga menjadi simbol identiti budaya dan emosi kolektif yang memperkukuhkan perpaduan serta nilai kemasyarakatan dalam kalangan masyarakat Melayu, Banjar dan Rawa.

Warisan Lisan dan Kearifan Tempatan dalam Amalan Mengurut Selepas Bersalin

Amalan mengurut selepas bersalin dalam masyarakat Melayu, Banjar dan Rawa merupakan sebahagian daripada warisan lisan (oral tradition) yang diwarisi secara turun-temurun melalui pengalaman, pemerhatian dan pengajaran daripada generasi terdahulu. Ilmu berkaitan urutan ini tidak banyak didokumentasikan secara bertulis pada peringkat awal, sebaliknya disampaikan melalui bidan kampung, tukang urut tradisional serta ahli keluarga dalam komuniti (Zainal & Ibrahim, 2024; Rahman & Aziz, 2024).

Warisan lisan ini merangkumi pengetahuan tentang teknik urutan, pemilihan minyak herba, waktu sesuai untuk memulakan urutan serta pantang larang tertentu selepas bersalin. Penyampaian ilmu secara lisan ini menjadikan amalan mengurut bersifat dinamik kerana ia boleh berubah mengikut pengalaman dan kepercayaan setempat, namun masih mengekalkan fungsi utamanya dalam penjagaan ibu berpantang (Rahman & Aziz, 2024; Abdullah & Rahman, 2022).

Selain itu, amalan ini juga mencerminkan kearifan tempatan (local wisdom) yang menggabungkan pemahaman masyarakat terhadap tubuh manusia, alam semula jadi dan kesihatan. Penggunaan bahan semula jadi seperti minyak herba serta teknik urutan tertentu menunjukkan kebijaksanaan masyarakat dalam memanfaatkan sumber alam untuk tujuan kesihatan dan pemulihan ibu selepas bersalin (Sulaiman & Omar, 2025; Mohamed & Yusof, 2023).

Secara keseluruhannya, warisan lisan dan kearifan tempatan dalam amalan mengurut bukan sahaja berfungsi sebagai sistem penjagaan kesihatan tradisional, tetapi juga sebagai medium pemeliharaan ilmu budaya yang memperkukuhkan identiti masyarakat Melayu, Banjar dan Rawa sehingga kini.

Penutup

Secara keseluruhannya, amalan mengurut selepas bersalin merupakan satu tradisi penjagaan kesihatan yang masih kekal relevan dalam kalangan masyarakat Melayu, Banjar dan Rawa di Negeri Perak. Amalan ini bukan sahaja berfungsi sebagai kaedah pemulihan fizikal ibu selepas melahirkan anak, tetapi turut merangkumi aspek emosi, sosial dan budaya yang saling melengkapi dalam proses penjagaan berpantang.

Kajian ini menunjukkan bahawa walaupun terdapat perbezaan dari segi teknik, tempoh dan pendekatan mengikut etnik, matlamat utama amalan mengurut adalah sama iaitu membantu pemulihan kesihatan ibu secara menyeluruh. Selain itu, amalan ini juga mencerminkan warisan budaya, kearifan tempatan serta nilai kasih sayang dan sokongan sosial dalam komuniti.

Oleh itu, amalan mengurut selepas bersalin wajar didokumentasikan dan dikaji secara lebih sistematik agar selari dengan perkembangan kesihatan moden serta prinsip Syariah. Pendekatan ini penting bagi memastikan kesinambungan warisan tradisi ini terus terpelihara dan pada masa yang sama memberi manfaat yang selamat kepada generasi akan datang.

Penghargaan:	Penulis merakamkan setinggi-tinggi penghargaan kepada Universiti Teknologi MARA cawangan Perak atas sokongan dan kemudahan yang diberikan sepanjang kajian ini dijalankan..
Penyataan Pembiayaan:	Kajian ini tidak menerima sebarang pembiayaan.
Pernyataan Konflik Kepentingan:	Penulis mengisytiharkan bahawa tiada konflik kepentingan berkaitan penerbitan kertas kerja ini. Semua penulis telah menyumbang kepada kajian ini dan telah meluluskan versi akhir manuskrip untuk penyerahan kepada International Journal of Modern Education (IJMOE)
Pernyataan Etika:	Pilihan A (Untuk Kajian yang Melibatkan Responden Manusia) Kajian ini telah dijalankan selaras dengan piawaian etika penyelidikan. Semua prosedur yang melibatkan responden manusia telah disemak. Persetujuan bermaklumat telah diperolehi daripada semua responden sebelum pengumpulan data dijalankan. Penyertaan adalah secara sukarela, dan responden telah dijamin kerahsiaan serta anonimitas. Data yang dikumpulkan digunakan semata-mata bagi tujuan akademik.
Pernyataan Sumbangan Penulis:	Semua penulis telah menyumbang secara signifikan terhadap pembangunan manuskrip ini. [Nur Azlina binti Roslan] bertanggungjawab terhadap pengkonsepan, metodologi dan penyeliaan keseluruhan kajian. [Muhammad Yusri Yusof @ Salleh] mengendalikan pengumpulan data, analisis serta tafsiran dapatan kajian. [Muhd Imran Abd Razak] menyumbang kepada sorotan literatur, penyediaan draf, dan semakan kritikal manuskrip. Semua penulis telah membaca dan meluluskan versi akhir manuskrip sebelum penyerahan..

Rujukan

- Abdullah, N. A., & Rahman, S. (2022). Integration of traditional postpartum care practices with modern healthcare in Malaysia. *Malaysian Journal of Medical Sciences*, 29(3), 45–56. <https://doi.org/10.21315/mjms2022.29.3.5>
- Ahmad, S., & Karim, R. (2023). Postpartum massage and maternal recovery: A systematic review. *Journal of Complementary Medicine Research*, 14(2), 112–121.
- Alimuddin, A. S., Shukor, N. A. M., Soh, S. Y., & Mahmud, A. A. (2023). Mind matters: Postnatal depression and traditional beliefs in Southeast Asia. *Women's Health Reports*, 4(1), 381–386. <https://doi.org/10.1089/whr.2023.0012>
- Department of Traditional and Complementary Medicine, Ministry of Health Malaysia. (2021). *Guidelines on traditional postpartum care practices in Malaysia*. Ministry of Health Malaysia.
- Hassan, N., & Zainal, M. (2024). Cultural adaptation of postpartum practices among Malay communities in modern Malaysia. *Journal of Southeast Asian Studies*, 18(1), 77–89.
- Ismail, R., & Hamid, A. (2022). Therapeutic effects of traditional Malay massage on postpartum women. *Malaysian Family Physician*, 17(2), 34–42. <https://www.e-mfp.org>
- Kementerian Kesihatan Malaysia. (2022). *Panduan penjagaan ibu selepas bersalin*. Putrajaya: KKM.
- Mohamed, N. H., & Yusof, F. (2023). Postpartum traditional practices and women's health outcomes in rural Malaysia. *BMC Complementary Medicine and Therapies*, 23(1), 210. <https://doi.org/10.1186/s12906-023-04021-9>
- Nordin, F. A., Abdullah, H., & Karim, N. (2022). Postnatal care practices among Malaysian women: A qualitative study. *International Journal of Women's Health*, 14, 101–115. <https://doi.org/10.2147/IJWH.S321456>
- Rahman, S. A., & Aziz, M. (2024). Traditional Malay postpartum care: Between culture and clinical safety. *Journal of Ethnobiology and Ethnomedicine*, 20(1), 55. <https://doi.org/10.1186/s13002-024-00678-2>
- Razak, M. H., & Salleh, W. Y. (2021). Shariah perspectives on traditional healing practices in Malaysia. *Journal of Islamic Law and Culture*, 12(1), 25–39.
- Rozario, S. (2023). Postnatal recovery and physiotherapy: Evidence-based approaches. *Asian Journal of Health Sciences*, 10(2), 66–74.
- Sulaiman, M., & Omar, A. (2025). Herbal use in postpartum recovery among Malay women in Perak. *Journal of Herbal Medicine*, 15, 100–109.
- World Health Organization. (2022). *WHO recommendations on maternal and newborn care for a positive postnatal experience*. WHO Press. <https://www.who.int>
- Yusof, N. A., & Ahmad, M. H. (2023). Emotional wellbeing of postpartum mothers and the role of traditional massage. *Malaysian Journal of Psychiatry*, 32(1), 12–21.
- Zainal, R., & Ibrahim, H. (2024). Ethnographic study on postpartum traditions among Malay sub-ethnic groups. *Journal of Cultural Heritage Studies*, 9(3), 88–99.