

SIRI 2

Jejak Aspirasi Usahawan Felda



*Nor Hidayatun
Abdul Razak*



*Normala
Ismail*



*Suhanom
Mohd Zaki*

Editor

SENARAI KANDUNGAN

Sidang Penulis		i
Senarai Kandungan		iii
Sekapur Sirih		iv
Prakata		v
Bab 1	Busur Panah Buatan Tangan Felda Sungai Nerek <i>Adibah Hussin</i>	1
Bab 2	Perusahaan Songkok Sawari Felda Jengka 15 <i>Faizan Abd Jabar</i>	11
Bab 3	Pisau "Edi Ion Steel Blade" Felda Jengka 10 <i>Maisarah Ishak</i>	25
Bab 4	Minyak Bioaditif SM Saudagar Minyak Felda Jengka 15 <i>Mohamad Kamil Ariff Khalid & Normala Ismail</i>	37
Bab 5	Urutan Tradisional dan Jamu Herba Felda Jengka 10 <i>Nurul Nadia Abd Aziz</i>	47
Bab 6	Habbatus Sauda' Felda Jengka 2 <i>Normilia Abd Wahid</i>	60
Bab 7	Parang Mat Tersang Felda Tersang 1 <i>Nur Fakhzan Marwan</i>	72
Bab 8	Jengka Wonderland Felda Jengka 14 <i>Siti Fahazarina Hazudin</i>	82



BAB 5

URUTAN TRADISIONAL DAN JAMU

HERBA FELDA JENGA 10



NURUL NADIA ABD AZIZ

BAB 5

URUTAN TRADISIONAL DAN JAMU HERBA

FELDA JENGA 10

Nurul Nadia Abd Aziz

Pengenalan

Kesihatan merupakan satu nikmat yang terlalu tinggi nilainya yang dikurniakan oleh Allah SWT kepada setiap hambaNya. Kesihatan yang baik dapat membantu seseorang individu untuk meningkatkan produktiviti kerja. Adalah menjadi tanggungjawab setiap individu untuk menjaga kesihatan diri sendiri melalui amalan gaya hidup sihat dan makanan yang seimbang. Gaya hidup masa kini yang mencabar, sibuk dan stres menyebabkan kurangnya penjagaan diri dan boleh menjejaskan kesihatan. Kesibukan sering kali menyebabkan seseorang tidak menitik beratkan soal pemakanan. Pengambilan makanan yang tinggi kolesterol, tinggi kandungan garam, gula dan *Monosodium Glutamate (MSG)* serta minuman yang mengandungi kafein, boleh mengganggu proses penyerapan vitamin dan nutrisi ke dalam tubuh yang sangat diperlukan untuk mencegah dan melawan penyakit.

Justeru, pengambilan makanan tambahan seperti jamu merupakan satu alternatif untuk mendapatkan khasiat langsung daripada tumbuh-tumbuhan bagi tujuan penjagaan kesihatan secara tradisional. Apabila sebut sahaja perkataan "jamu", pasti yang terbayang adalah jamu yang berbentuk bulat dan berwarna hitam, atau jamu jenis serbuk dalam bentuk kapsul. Namun, jamu yang ingin diketengahkan oleh penulis di sini adalah jamu tradisional dalam bentuk minuman herba.

Usahawan

Pengusaha jamu herba, Puan Mariamah Aziz, berusia 45 tahun merupakan anak peneroka Felda Jengka 12, Pahang. Beliau mendapat pendidikan awal di Sekolah Rendah Jengka 12 dan Sekolah Menengah Jengka 21. Beliau kemudian menyambung pengajian ke Tingkatan Enam di Sekolah Menengah Jengka Pusat. Kini, beliau bertugas sebagai Penolong Pegawai Sains di Universiti Teknologi MARA Cawangan Pahang Kampus Jengka. Meskipun beliau bertugas sebagai penjawat awam, namun ia tidak menghalang Puan Mariamah untuk menawarkan perkhidmatan urutan tradisional dan jamu herba.



Puan Mariamah Aziz

Anak keenam dari tujuh adik-beradik ini mewarisi bakat dan kemahiran mengurut serta pembuatan jamu herba daripada ibunya yang merupakan seorang bidan kampung. Beliau yang kini menetap di Felda Jengka 10 menjadikan khidmat urutan tradisional dan jualan jamu herbanya sebagai pendapatan sampingan bagi membantu suami dan menyara persekolahan anak-anak.

Urutan Tradisional

Puan Mariamah sudah menawarkan perkhidmatan urutan tradisional semenjak 20 tahun yang lalu. Walau bagaimanapun, perkhidmatannya semakin diperlukan semenjak lima tahun kebelakangan ini kerana kebanyakan bidan kampung sudah terlalu uzur dan ada juga yang sudah meninggal dunia. Pelanggannya bukan sahaja terdiri daripada ahli keluarga, rakan sekerja dan penduduk setempat, malah terdapat juga pelanggan dari luar daerah dan dari luar negeri Pahang. Urutan yang ditawarkan adalah untuk kaum wanita sahaja menggunakan minyak bunga matahari dengan bayaran sebanyak RM50 sejam.

Puan Mariamah turut menjual mandian herba daun serum terutamanya untuk urutan selepas bersalin. Herba daun serum ini sangat berkhasiat untuk wanita yang berpantang selepas melahirkan anak. Antara khasiat mandian herba daun serum ini adalah kesegaran tubuh, melancarkan perjalanan darah, mengeluarkan toksin dari badan, menghilangkan bau hanyir darah nifas dan membuang angin dalam badan. Mandian herba daun serum juga bertindak sebagai aroma terapi kerana haruman herbanya mampu menghilangkan rasa stres dan melembutkan urat saraf.

Antara ramuan yang digunakan untuk menghasilkan produk mandian herba daun serum ini adalah daun lemuni, daun serai wangi, daun serai kayu, daun lengkuas, daun temu lawak, daun lempoyang, daun cekur, daun jerangau, daun inai, daun mengkudu, daun pandan dan daun sirih.

Jamu Herba

Selain urutan tradisional, Puan Mariamah turut mengusahakan jamu herba semenjak lima tahun yang lepas. Pada awalnya, salah seorang pelanggan mengadu akan masalah keputihan yang dialami dan meminta Puan Mariamah membuatkan jamu. Berbekalkan ilmu perbidanan yang diperoleh daripada ibunya, Puan Mariamah telah melakukan percubaan dengan merebus dan mereneh daun-daun dari pokok herba yang ditanam di kawasan rumahnya, lalu diberikan secara percuma kepada pelanggan tersebut. Berkat keikhlasan Puan Mariamah dan dengan izinNya, penyakit pelanggan tersebut berjaya pulih secara beransur-ansur.

Pelanggan ini kemudiannya menceritakan kepada rakan-rakan tentang kesan jamu tersebut. Hasil percakapan dari mulut ke mulut menyebabkan Puan Mariamah akhirnya turut menjual jamu kesihatan dalaman wanita kepada pelanggan-pelanggan baru. Saban hari permintaan jamu herba semakin meningkat, dan bertitik-

tolak daripada inilah, Puan Mariamah mula mengusaha dan menjual produk jamu herba secara serius.

Pemprosesan Jamu Herba

Jamu herba ini dihasilkan menggunakan kaedah merebus dan mereneh selama tiga jam bagi menjamin kualitinya. Penyediaan jamu herba ini tidak sukar kerana bahan-bahan utamanya merupakan daun-daun herba yang ditanam di sekeliling kawasan rumahnya. Keunikan jamu herba ini terletak pada dua bahan utama, iaitu lempoyang dan nanas batu. Dua bahan ini jarang ditemui dalam produk jamu yang terdapat dalam pasaran.

Antara ramuan lain yang turut digunakan dalam penghasilan jamu herba ini adalah kunyit, temu lawak, kencur (cekur), sirih, dan asam jawa. Sedikit campuran gula Melaka ke dalam ramuan menjadikan jamu herba ini sedap untuk diminum begitu sahaja.



Kunyit, ramuan utama jamu herba Puan Mariamah



Pokok kunyit putih

Selain daripada kunyit sebagai ramuan utama, berikut merupakan khasiat bahan-bahan herba yang terdapat dalam jamu herba Puan Mariamah.

Kunyit putih - Kunyit putih atau *Curcuma Longa* bertindak sebagai anti oksidan dan anti inflamasi. Khasiat kunyit putih dipercayai mampu meningkatkan daya tahan tubuh, melancarkan sistem pencernaan, menurunkan berat badan, meredakan senggugut, meningkatkan kesihatan kulit, mengawal kandungan gula dalam darah, dan mampu mencegah serta mengubati penyakit Alzheimer.

Kunyit Hitam - Kunyit hitam atau *Curcuma Caesia* boleh digunakan untuk merawat penyakit barah, kusta, membuang lemak dalam perut dan menguruskan badan. Kunyit hitam juga sering kali digunakan dalam perubatan tradisional sebagai ubat awet muda.

Temu Lawak - Temu lawak atau *Curcuma Xanthorrhiza* berfungsi dalam merawat penyakit rumatik dan kesakitan pada otot, masalah hati, demam kuning dan penyakit batu karang. Selain itu, temu lawak juga dipercayai berkhasiat dalam menyembuhkan penyakit kulit, kencing manis, gastrik dan batuk serta demam pada kanak-kanak. Ia juga boleh menghilangkan kekejangan, mengatasi masalah buasir dan masalah kerengsaan pada rektum, masalah sembelit, masalah keputihan dan jangkitan kulat pada vagina. Selain itu, temu lawak juga boleh menurunkan kadar kolesterol, berkhasiat sebagai anti oksidan, anti inflamasi (anti peradangan), anti bakteria, anti hepatotoksik (anti "liver"), anti kolesterol, anti kanser dan anti platlet agregatif (pembekuan darah yang boleh menyebabkan penyakit angin ahmar).

Cekur - Cekur atau *Kaempferia Galanga* boleh dijadikan sebagai tonik selepas bersalin bagi mengecutkan rahim, menyembuhkan sakit perut, mengurangkan bengkak, melancarkan haid, melegakan batuk, melegakan sakit urat saraf, senak perut, sakit sendi, muntah-muntah dan membuang angin dalam badan.

Lempoyang - Lempoyang atau *Zingiber Zerumbet* berkhasiat dalam membersihkan dan mencantikkan kulit wajah, mengubati masalah kurang selera makan, sesak nafas dan bau badan. Lempoyang juga dipercayai boleh merawat penyakit kanser serviks (pangkal rahim) dan dapat memperbanyakkan air susu ibu.



Pokok lempoyang, salah satu bahan unik dalam proses buatan jamu herba



Nanas batu, bersaiz kecil dan kaya dengan khasiat untuk kesihatan dalaman

Sirih - Sirih atau *Piper Betle* dipercayai mampu menyembuhkan batuk, sariawan (penyakit mulut dan kerongkong), bronkitis, jerawat, keputihan, gigi berlubang, gusi bengkak dan pendarahan gusi, demam berdarah, bau mulut, kitaran haid yang tidak teratur, asma, radang kerongkong, luka terbakar, kudis, kurap kaki, bisul dan sakit mata.

Asam Jawa - Asam Jawa atau *Tamarindus Indica* bertindak sebagai anti inflamasi, anti kanser, anti bakteria, anti oksidan, boleh membantu menurunkan berat badan, mengawal kadar kolesterol, mengawal kandungan gula dalam darah, mencegah anemia, meningkatkan kadar insulin, serta mampu menyembuhkan penyakit kuning, malaria dan buasir.

Nanas Batu - Nanas batu atau *Ananas Nanus* diyakini dapat merawat selsema dan batuk, menguatkan tulang, baik untuk gigi dan mata, mencegah kanser, membantu melancarkan sistem pencernaan, mengurangkan gejala artritis, mencegah hipertensi, mengurangkan risiko pembekuan darah, dan mencegah rasa mual bagi wanita yang hamil. Nanas batu juga bersifat anti oksidan dan anti penuaan.

Pemasaran

Jualan jamu herba Puan Mariamah biasanya dikhaskan untuk pelanggan yang mendapatkan khidmat urutannya sahaja. Namun, terdapat ramai juga pelanggan yang membeli jamu herba beliau walaupun tidak mendapatkan perkhidmatan urutan. Pengambilan jamu herba sebanyak suku cawan sebelum sarapan pagi dan sebelum makan malam akan menjadikan badan berasa lebih ringan, cergas dan bertenaga sepanjang hari. Jamu herba yang dijual pada harga RM10 sebotol ini cukup untuk diminum selama seminggu. Meskipun tidak mengandungi bahan pengawet, jamu herba ini mampu bertahan selama sebulan jika disimpan di dalam peti sejuk.

Jamu herba Puan Mariamah ini tidak dijual di kedai ataupun atas talian. Lantaran itulah, jamu herba beliau tidak mempunyai jenama mahupun pembungkusan yang menarik. Puan Mariamah lebih mengutamakan kualiti berbanding dengan kuantiti jamu herba yang dihasilkan dan disebabkan prinsip inilah, beliau tidak terburu-buru mengkomersialkan produknya. Tambahan pula, ada ketika, pokok-pokok herba yang ditanam oleh beliau di persekitaran kawasan rumah tidak dapat mengeluarkan daun dan buah yang mencukupi untuk diproses menjadi jamu herba. Oleh itu, Puan Mariamah berasa bimbang sekiranya ramuan utama tidak

mencukupi, ia akan mengganggu sukatan campuran bahan dan menjejaskan kualiti produk.



Tanaman herba yang ditanam di sekitar kawasan rumah Puan Mariamah

Produk jamu herba Puan Mariamah ini sesuai untuk golongan wanita dan lelaki. Produk beliau berbeza dengan kebanyakan produk jamu yang terdapat dalam pasaran kerana tidak mengandungi herba kacip Fatimah dan manjakani yang sesuai untuk bahagian dalaman wanita, dan herba tongkat Ali yang sesuai untuk bahagian dalaman lelaki. Maka, produk ini mempunyai potensi dan dijangka akan mendapat permintaan yang tinggi dalam pasaran jika dikomersialkan.

Penutup

Walaupun Puan Mariamah tidak “menang tangan” terutamanya pada waktu malam dan hujung minggu, beliau masih menganggap perkhidmatan urutan tradisional yang dijalankan oleh beliau sebagai satu pekerjaan sampingan yang dapat menjana sumber pendapatan tambahan. Namun, beliau berhasrat untuk menjadikan perkhidmatan ini sebagai pekerjaan tetap apabila bersara kelak. Selain itu, Mariamah turut menyimpan hasrat untuk mengeluarkan produk jamu herba beliau dalam bentuk kapsul. Beliau turut bercita-cita menghasilkan jamu herba dengan jenama sendiri dan dijual dalam pasaran secara meluas. Perkhidmatan urutan tradisional dan produk jamu herba yang diusahakan oleh Puan Mariamah ini membuktikan bahawa perniagaan tidak semestinya memerlukan modal yang besar. Sebaliknya, apa yang diperlukan adalah kesungguhan untuk menimba ilmu dan meningkatkan kemahiran. Malah, perkhidmatan urutan ini boleh dianggap pekerjaan yang mulia kerana ia dapat membantu individu lain kekal sihat dan membolehkan mereka keluar mencari nafkah untuk keluarga mereka.

SINOPSIS

Buku Jejak Aspirasi Usahawan Felda (JAUF) Siri 2 ini adalah berkisar tentang kejayaan para usahawan dari Felda Wilayah Jengka, Maran. Usahawan-usahawan ini telah bertungkus-lumus mengusahakan perniagaan masing-masing bagi menjamin ekonomi keluarga. Pahit manis pengalaman yang dilalui dalam membangunkan perniagaan masing-masing menjadi titik tolak untuk lebih berjaya di masa hadapan. Antara pengalaman yang dikongsikan dalam buku JAUF Siri 2 ini termasuklah kisah Rabbitland, Parang Mat Tersang, busur panah buatan tangan dan lain-lain. Nukilan santai yang disampaikan diharap dapat memberi semangat kepada yang baru memulakan perniagaan untuk terus berusaha ke arah kejayaan. Diibaratkan menyeluk pekasam, biarlah sampai ke pangkal lengan.

RM10.00

e ISBN 978-967-19064-5-3



9 7 8 9 6 7 1 9 0 6 4 5 3