

ASIMILASI MAH MERI

Peralihan kehidupan Orang Asli tak lagi bergantung kepada alam fauna semata-mata



FOKUS

KAMET sedang membetulkan bebola pelampung sebagai persediaan menangkap ikan di jeti pangkalan di Pulau Carey.

Oleh Mohamad Hussin

mohamad_hussin@
hmetro.com.my

Apabila disebut Orang Asli, generasi masa kini mungkin tidak dapat membayangkan sumbangan mereka kepada negara. Ini kerana kita dibelenggu kefahaman bahawa mereka masih hidup berpindah-randah.

Hakikatnya, Orang Asli kini jauh lebih baik dan ada antara mereka menjadi usahawan berjaya malah mencapai kejayaan cemerlang di institusi pengajian tinggi (IPT).

Bertamu di Perkampungan Orang Asli Mah Meri di Pulau Carey, Kuala Langkat, Selangor, baru-baru ini memberi gambaran luas kepada penulis corak kehidupan kaum terbabit.

Penulis sempat mengunjungi lima kampung Orang Asli iaitu Kampung Sungai Judah, Kampung Bumbun, Kampung Sungai Ram-



1215/15
hmetro
mls v2

...Kampung Sungai Kurau
...Kampung Kepau Laut
dan Kampung Sungai Kurau.

Melihat susuk tubuh dan corak kehidupan kaum Mah Meri berkenaan tidak ubah seperti penduduk pribumi lain.

Mereka masih mengekalkan budaya dan adat resam lama nenek moyang termasuk mengamalkan kepercayaan animisme.

Asimilasi budaya masyarakat setempat turut mendedahkan mereka dengan budaya beragama, malah ada memeluk Islam.

Jika selalunya, Orang Asli dikaitkan dengan hutan dan alam semula jadi, namun tanggapan itu jauh berbeza.

Mengenali Tok Batin Kampung Orang Asli Sungai Judah, Daiman Peron, 55, dalam tempoh singkat membuka ruang perkenalan penulis dengan kaum Mah Meri dan mendapatkan banyak maklumat mengenai mereka.

Bila diamati daripada raut wajah mereka tidak banyak beza dengan masyarakat Melayu, tetapi mereka mempunyai kepakaran luar biasa mengenai kehidupan laut.

Sebut saja sisi laut, mereka seperti memiliki radar dan tahu lubuk mana yang mempunyai kelompok ikan.



PENGERUSI JKK Orang Asli Kampung Sungai Judah, Bidin Loya.



TOK Batin Daiman Peron.



NELAYAN Orang Asli, Kamet Anak Kadir.

ketam dan udang.

Kelebihan itu jarang dimiliki nelayan pantai lain yang hanya bergantung kepada pukat, jaring dan jala ditebarkan.

Daiman berkata, kebanyakan Orang Asli bekerja sebagai nelayan sebagai punca pendapatan utama menyara keluarga.

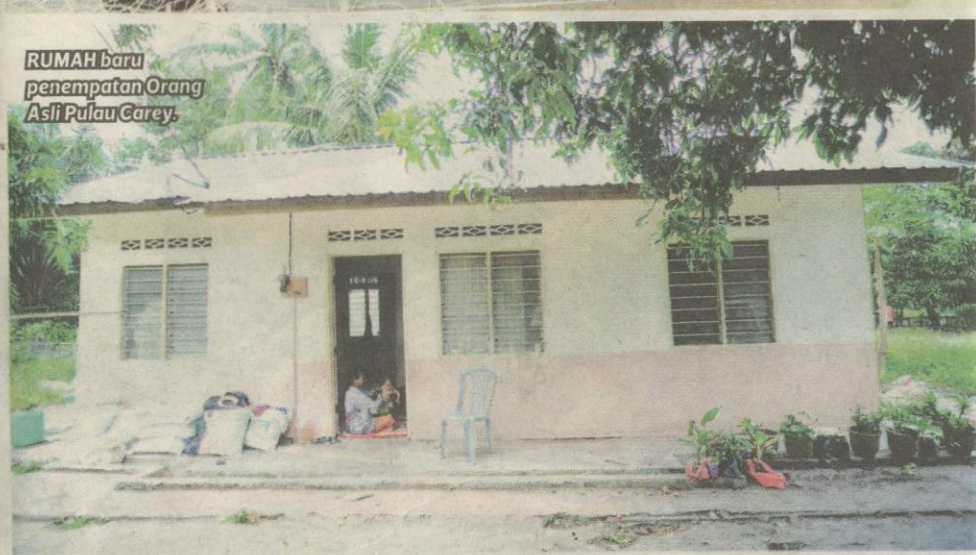
Beliau berkata, seramai 13 nelayan Orang Asli Kampung Sungai Judah berdaftar dengan Persatuan Nelayan Kuala Langat, Lembaga Kemajuan Ikan Malaysia (LKIM) dan Jabatan Perikanan.

"Kami bekerja sebagai nelayan pantai dan laut dalam. Kami akan keluar rumah mencari rezeki jam 6 pagi dan pulang pada 2 atau 3 petang.

"Biasanya nelayan laut dalam mendapat hasil lumayan seperti ikan belanak, siakap, kerapu, senangin, tenggiri dan cencaru manakala nelayan pantai menangkap ketam atau udang," katanya.

Katanya, selepas ditolak kos minyak dan sewa bot, mereka mendapat keuntungan bersih sekitar RM30 hingga RM40 sehari.

Bagi Kamet Anak Kadir, 56, berpengalaman selama



RUMAH baru penempatan Orang Asli Pulau Carey.



ANAK-ANAK Orang Asli sedang membantu bapa mereka menangkap ikan.

ANTARA rumah papan yang masih didiami Orang Asli Pulau Carey.



MOLI Kubing, 28, dan anak-anaknya bermain di rumah baru mereka.



HASAN Puteh, 49, sedang menyiapkan pukat untuk menangkap ikan.



20 tahun sebagai nelayan membolehkannya dia menjual ikan kepada peraih sekitar harga RM16 hingga RM18 sekilogram.

"Sepanjang bekerja sebagai nelayan, saya membeli bot sendiri dengan harga RM20,000 yang disimpan sejak beberapa tahun lalu," katanya yang mempunyai enam anak

yang berusia antara 18 hingga 35 tahun.

Pengerusi Jawatankuasa Kemajuan (JKK) Orang Asli Kampung Sungai Judah, Bidin Loya, 41, berkata seramai 470 penduduk membabitkan 100 keluarga menetap di kampung berkenaan.

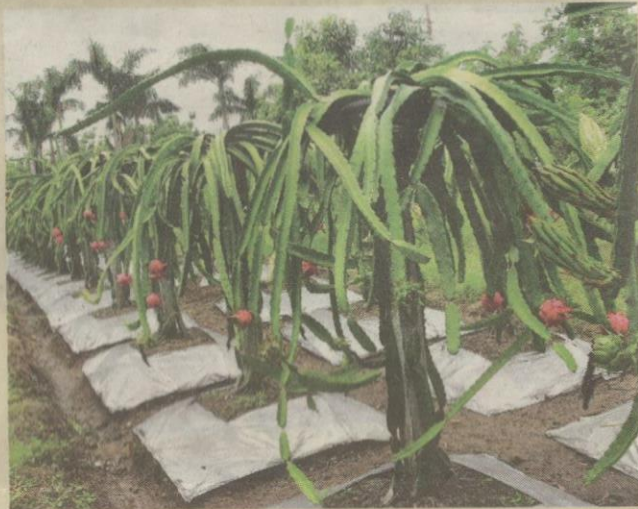
"Kebanyakan penduduk kampung Orang Asli

ini bekerja sebagai nelayan dan penoreh kelapa sawit sejak berpuluh tahun dulu. Banyak pembaharuan yang dikecapi antaranya rumah baru yang dibina kerajaan untuk Orang Asli.

"Namun ada juga segelintir penduduk yang masih menetap di rumah buluh kerana sudah biasa sejak turun temurun," katanya.



Bukan sekadar warna cantik



■ Buah naga bukan saja mempunyai fizikal yang pelik, tetapi warnanya yang merah jambu terang keunguan juga sering menarik perhatian, selain banyak digunakan sebagai pewarna semula jadi dalam makanan.

■ Ia dikatakan berasal dari Amerika Selatan dan dibawa masuk ke negara di Asia Tenggara seperti Malaysia, Indonesia, Taiwan, Thailand, Sri Lanka, Bangladesh dan Vietnam.

■ Rasanya yang masam manis dengan isi berbiju sememangnya lazat dan membuka selera. Ia juga tergolong dalam makanan terbaik dan mempunyai manfaat kesihatan yang besar kepada tubuh.

■ Kebaikan buah naga yang juga dikenali sebagai 'acanthocereus' mampu menguatkan ingatan, antikanser, mengawal gula dalam darah dalam kalangan penghidap kencing manis, antioksidan dan mampu memban-

tu mempercepatkan luka sembuh.

■ Kandungan antioksidan yang tinggi juga bermakna setiap sel di dalam tubuh mendapat perlindungan daripada radikal bebas, seterusnya melindungi diri daripada masalah penuaan pramatang.

■ Ia kaya air, vitamin C, kalsium, vitamin A, serat, zat besi, vitamin B1 dan B2, protein dan fosforus. Kandungan vitamin dan serat yang tinggi membantu

meningkatkan imun tubuh kerana ia memelihara sistem pencernaan.

■ Selain membantu penghadaman, buah naga juga menggalakkan pertumbuhan probiotik yang baik untuk usus. Lebih menarik, dalam satu kajian yang dijalankan, buah naga didapati mampu mengawal kadar gula dalam darah bagi pesakit diabetes tahap dua.

■ Pengambilan buah itu secara konsisten mam-

pu mengelak pertumbuhan sel kanser yang disebabkan oleh radikal bebas kerana ia kaya dengan zat mineral dan serat yang membantu penghadaman, membuang toksin serta membersihkan usus. Ia mampu mencekalkan bahan toksik seperti besi berat selain melawan penyakit asma dan batuk.

■ Bagi mereka yang memiliki kadar kolesterol yang tinggi, buah ini mampu mengurangkannya

kerana ia kaya dengan flavanoid yang sudah terbukti mempunyai kesan positif bagi melawan penyakit kardiovaskular.

■ Lebih mengagumkan, kandungan zat dalam buah naga membantu mempercepat penyembuhan luka, meningkatkan selera makan, memperbaiki penglihatan, membantu mengurangkan berat badan serta meningkatkan keupayaan daya ingatan.

■ Rasanya yang lazat

membuka selera sesiapa saja dan ia boleh dimakan begitu saja tanpa dimasak atau dijadikan bahan masakan.

■ Selain dijadikan minuman atau dicampurkan dalam pastri dan kek, buah naga juga boleh dijadikan snek sihat sambil menonton televisyen atau mengalas perut sementara menunggu hidangan utama. Buah naga juga boleh dijadikan jem, puri dan salad.

■ Kandungan vitamin C yang tinggi penting kepada ibu mengandung supaya kesihatan gusi, gigi dan pertumbuhan tulang bayi dalam kandungan terpelihara. Buah naga boleh menjadi sumber tenaga yang baik memandangkan ia sumber karbohidrat serta lemak sihat.

■ Isi buah naga mempunyai banyak biji hitam kecil dan boleh dimakan. Biji itu mengandungi kandungan kecil lemak yang tidak tepu dan ia bertanggungjawab meningkatkan kolesterol baik dan menyingkirkan kolesterol tidak baik daripada badan.