

## REKONSTRUKSI ASPEK KESEHATAN DAN HIGIENE PADA MASYARAKAT SUNDA KUNO ABAD VII-XVI M

Dani Sunjana

Departemen Sejarah dan Filologi Universitas Padjadjaran

E-mail: dani21002@mail.unpad.ac.id

**ABSTRAK.** Tulisan ini membahas rekonstruksi aspek-aspek kesehatan dan higiene masyarakat Sunda Kuno abad VII-XVI M. Metode yang digunakan adalah metode sejarah yang meliputi heuristik, kritik, interpretasi, dan historiografi dengan kerangka pemikiran sejarah kesehatan serta pendekatan teori disiplin tubuh (*body discipline*) yang diadopsi dari Michel Foucault. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa kesehatan masyarakat dan higiene pada masyarakat Sunda Abad VII-XVI M didasarkan pada hukum agama. Hal ini tampak misalnya dalam konsep *dasanaraka* (sepuluh penderitaan) yang merinci jenis-jenis penyakit sebagai sebab kesalahan menggunakan sepuluh organ/indera dan *caturpasanta* (empat faktor penyebab penyakit) yang kental dengan kosmologi Sunda Kuno. Gagasan tentang kesehatan dan higiene menjadi salah satu fokus utama yang diatur dalam naskah-naskah yang mengatur perilaku sehari-hari seperti *Sanghyang Siksa Kandang Karesian* dan *Sanghyang Sasana Maha Guru* sebagai bentuk kuasa/pengetahuan yang mendisiplinkan masyarakat dengan tujuan mencapai suatu tertib sosial sekaligus—dalam konteks kesehatan, sebagai sebuah prototipe untuk mewujudkan kesehatan publik pada masa tersebut.

**Kata kunci:** Kesehatan Masyarakat; Higiene; Masyarakat Sunda Kuno

**ABSTRACT.** This paper discusses the reconstruction of health and hygiene aspects in the ancient Sundanese society of the 7th to 16th centuries AD. The method employed is a historical approach encompassing heuristic, criticism, interpretation, and historiography within the framework of the history of health, adopting Michel Foucault's body discipline theory. Based on the research findings, it can be concluded that public health and hygiene in the Sundanese society from the 7th to 16th centuries AD were grounded in religious law. This is evident, for instance, in the concept of *dasanaraka* (ten afflictions), which details various diseases as a result of errors in using the ten organs/senses, and *caturpasanta* (four factors causing diseases) deeply rooted in Sundanese cosmology. The notion of health and hygiene became a primary focus regulated in everyday behavior through texts such as *Sanghyang Siksa Kandang Karesian* and *Sanghyang Sasana Maha Guru*, serving as forms of power/knowledge disciplining society with the aim of achieving social order and simultaneously, in the health context, as a prototype for realizing public health during that era.

**Keywords:** public health; hygiene; Ancient Sundanese Society

### PENDAHULUAN

Artikel ini membahas aspek-aspek kesehatan dan higiene masyarakat di Tatar Sunda pada periode yang pada umumnya dikatakan sebagai zaman kuno, terutama pada rentang abad 7 hingga 16 M. Kajian mengenai tema kesehatan Sunda Kuno hingga saat ini dapat dikatakan sebagai wilayah *terra incognita*—belum tersentuh—karena berbagai alasan. Pertama, sumber data mengenai kesehatan dan higiene pada sumber-sumber Sunda Kuno sangat terbatas, meskipun sesungguhnya—seperti yang akan ditunjukkan pada tulisan ini—dapat direkonstruksi. Kedua, sejarah Sunda Kuno memang merupakan kajian yang sepi peminat dengan jumlah sarjana di bidang tersebut yang dapat dihitung dengan jari.

Permasalahan kesehatan dan higiene merupakan dua hal yang saling bertautan satu sama lain dan melekat pada kehidupan masyarakat di berbagai ruang dan waktu, termasuk pada masyarakat Sunda Kuno (Rosen, 2015). Pada periode tersebut, dimana basis keagamaan dipengaruhi oleh tradisi

Hinduisme dan kepercayaan setempat, gagasan tentang kesehatan bersifat religius magis sekaligus religius etis. Kesehatan dikaitkan dengan ganjaran atas perbuatan baik dan buruk (*karma*), etika agama, dan spiritualisme. Hal ini tampak dengan sangat jelas misalnya dalam naskah *Sanghyang Siksa Kandang Karesian* (ditulis 1518 M) yang menghubungkan kesehatan dengan etika atau hukum yang disebut sebagai *dasakreta* (Atja & Danasasmita, 1981). Selain *Siksa Kandang Karesian*, naskah serupa dan diperkirakan sezaman yang membahas hal serupa adalah *Sanghyang Sasana Maha Guru*. Naskah ini mengaitkan gagasan sehat dengan etika tubuh dan karma, pelanggaran etika yang dilakukan oleh sepuluh bagian tubuh yang meliputi telinga, mata, hidung, lidah, mulut, kulit, tangan, dubur, kemaluan, dan kaki akan diganjar dengan penderitaan berupa kecacatan dan penyakit yang disebut *dasanaraka* (Gunawan, 2009). Kecuali kedua sumber di atas, telaah mengenai kesehatan dan higiene pada artikel ini juga memanfaatkan informasi-informasi fragmentaris dari sejumlah naskah sastra seperti

Para Putra Rama dan Rahwana, Bujangga Manik, Sri Ajnyana yang ditulis sekitar abad XV-XVI M (Noorduyn & Teeuw, 2021). (Noorduyn & Teeuw, 2021). Selain naskah, sumber-sumber prasasti tidak banyak memberikan informasi mengenai kesehatan dan hygiene, kecuali prasasti Sanghyang Tapak yang secara simbolik menguatkan ide kesehatan dan karma melalui bagian prasasti yang memuat kutukan (*sapatha*) (Djafar, 1991). Sumber-sumber etnografi dalam sejumlah kasus juga bermanfaat untuk dijadikan sebagai pembanding dari informasi yang absen dalam sumber tertulis antara lain kebiasaan sehari-hari seperti mandi, mencuci, dan membuang hajat. Dengan memanfaatkan sumber-sumber tersebutlah, tulisan ini dibangun, sebagai sebuah upaya untuk mencoba meletakkan aspek kesehatan dan hygiene dalam kerangka historis, untuk mengisi kekosongan historiografi sejarah kesehatan masyarakat Sunda.

## METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian mengenai rekonstruksi kesehatan pada masyarakat Sunda Kuno abad VII-XVI M ini adalah metode sejarah. Metode sejarah sendiri merupakan seperangkat prinsip dan aturan sistematis yang membantu proses pengumpulan sumber sejarah, penilaian secara kritis terhadap sumber, dan penyajiannya dalam bentuk sintesis (Herlina, 2015: 1). Secara keseluruhan, langkah-langkah metode sejarah yang digunakan dalam penelitian ini meliputi heuristik, kritik/verifikasi, interpretasi, dan historiografi (Herlina, 2015; Kuntowijoyo, 1995)

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Pandangan tentang Sehat dan Sakit

Berbicara soal kesehatan, menjadi penting untuk mengetahui gagasan atau pandangan suatu masyarakat tentang apa itu sehat dan sakit. Sebagaimana dikemukakan Rosenberg, gagasan tentang kedua hal tersebut dikonstruksi secara sosial dan berbeda dari masa ke masa. Sakit dan penyakit, menurutnya merupakan sebuah entitas yang kompleks—selain sebagai sesuatu yang biologis, juga merupakan konstruk yang dibangun oleh serangkaian pengetahuan kedokteran dan institusi kesehatan; terkadang merepresentasikan pula legitimasi dari kebijakan publik tertentu, mencerminkan identitas, sanksi dari nilai kultural tertentu, dan dihasilkan melalui proses sosial yang terstrukturasi lewat hubungan pasien dan yang mengobatinya (Rosenberg, 1992). Dengan konteks

seperti ini, maka gagasan tentang sehat dan sakit selalu berbeda dari satu lokus dengan lokus lain, dari masa ke masa. Oleh karenanya, gagasan mengenai sehat atau sakit selalu memiliki genealogi yang cair seturut ruang dan waktu, termasuk pada masyarakat Sunda masa lalu (Temkin, 1977).

Gagasan tentang sehat dan sakit pada masa Sunda Kuno memiliki makna kultural yang dibangun di atas pondasi keagamaan lokal yang berbaur dengan konsepsi Hindu. Naskah Sanghyang Sasana Maha Guru, menggambarkan sehat sebagai konsekuensi atas perbuatan baik yang dilakukan oleh seseorang. Dasaindria atau sepuluh indra/organ yaitu telinga, mata, hidung, lidah, mulut, kulit, tangan, dubur, kemaluan, dan kaki disebutkan dapat membawa seseorang pada derajat keselamatan apabila digunakan sebagaimana mestinya, akan tetapi apabila disalahgunakan maka timbulah penyakit. Sakit atau kecacatan yang disebabkan oleh kesalahan yang dilakukan melalui *dasaindria* disebut sebagai *dasararaka* (sepuluh kesengsaraan). Konsep ini mirip dengan konsepsi *karma/samsara* pada ajaran Hindu dan Buddha. Kesengsaraan berupa penyakit atau kecacatan tersebut dapat dihindari apabila seorang manusia ideal Sunda—disebut *sang séwaka darma*; pengabdian darma—mampu menghindari perbuatan-perbuatan buruk yang dilakukan oleh sepuluh organ/indra (*dasaindria*) yang telah disebutkan di muka. *Dasararaka* yang disebutkan dalam *Sanghyang Sasana Maha Guru* antara lain adalah sebagai berikut:

1. Kesengsaraan karena salah menggunakan telinga seperti salah mendengar atau mengira-ngira pembicaraan orang lain dapat berakibat kurang pendengaran (*hawar*), congek (*cwangé*), tuli (*twarék*), dan *cadang* (?).
2. Kesengsaraan karena salah menggunakan mata seperti asal melihat, melihat atau main mata pada istri atau tunangan orang lain antara lain adalah *pécak*, rabun, *putikeun*, *ceang*, *buta lorongeun*, rabun ayam, dan *bilas susuheun*.
3. Kesengsaraan karena salah menggunakan hidung seperti mencium bau-bauan yang menusuk, bersin, dan *ngahubus* (?) menyebabkan *mékémék*, mungkin sejenis bengek.
4. Kesengsaraan karena salah menggunakan lidah seperti kebiasaan asal mencicipi, suka memakan makanan yang terlalu hambar/*bira*, busuk, asam, pedas, asin menyebabkan bisu, *petal*, dan *cadel*.
5. Kesengsaraan karena salah menggunakan mulut seperti melebih-lebihkan perkataan, asal bicara, dan asal menyumpahahi menyebabkan mulut sumbing, *bengo*, dan *deda* (?).
6. Kesengsaraan karena kulit asal merasa, selalu gelisah apabila terkena panas dan dingin

menyebabkan *tibar*; bisul, *bolongeun*, radang, cacar, *beang*, kurap, dan *kaligata*.

7. Kesengsaraan karena salah menggunakan tangan seperti mencuri dan menyakiti orang lain mengakibatkan *keked*, *rempeng*, *buntung*, *kengkeng*.
8. Kesengsaraan karena sembarangan buang angin dan buang air besar seperti di pinggir rumah orang lain menyebabkan mencret (*murus*), *tuju pancar* (?), *kalingsir*, *uireun*.
9. Kesengsaraan karena sembarangan menggunakan kemaluan seperti asal kencing, berselingkuh dan berhubungan seks tanpa ikatan pernikahan menyebabkan *burut* (hernia), *petot*, *lanjo*, *halang wisaya*, dan *peluh* (impoten).
10. Kesengsaraan karena kaki asal menginjak, asal berjalan, mendandang, dan menyakiti orang lain menyebabkan *lisuh*, patah tulang, *anjingean*, *caniranam*.

Lebih lanjut, terdapat pula pandangan tentang faktor asal penyakit selain salah menggunakan *dasaindria* yang disebut *caturpasanta* antara lain:

1. *Cakrajala kuna* merupakan faktor yang disebabkan matahari atau cahaya selanjutnya dapat menyebabkan penyakit pada mata seperti *lamur*, *pecak*, sakit mata, buta *lorongeun*, rabun ayam, rabun.
2. *Cakrajala paksa* merupakan faktor yang disebabkan air, dapat menyebabkan seseorang panas dingin.
3. *Cakra sabirana* merupakan faktor yang disebabkan angin atau udara yang menyebabkan seseorang menderita *beang*, *kaligata*, *pipisan*, dan semua penyakit pada kulit.
4. *Cakratarangga bahu* merupakan faktor yang disebabkan oleh gunung—dan mungkin juga tanah yang merepresentasikan bumi—yang menyebabkan pusing kepala, sakit perut, kembung, *kawayaan* (?), dan semua penyakit yang ada dalam perut.

Demikianlah, tampak bahwa gagasan mengenai sakit dan penyakit pada masa Sunda Kuno dikonstruksi secara religius-magis karena dibangun di atas pondasi keagamaan yang bersifat sangat spiritual, sekaligus religius-etis sebab penyakit dipandang sebagai penderitaan yang ditanggung akibat kesalahan-kesalahan etika. Gagasan tersebut—bersama-sama dengan gagasan sosial keagamaan yang lain—agakny dibukukan dan secara formal menjadi semacam hukum atau peraturan yang menjadi acuan dalam kehidupan bersama dan disebut sebagai *siksa kandang*. Oleh

karena sifatnya yang demikian, maka gagasan tentang kesehatan mewujud dalam semacam dogma yang tujuan akhirnya mengatur tubuh-tubuh individu sedemikian rupa untuk membangun sebuah tertib sosial. Seseorang yang hidup di masyarakat pada masa tersebut tentu akan menyadari bahwa kesalahan etika dalam menggunakan tubuhnya dapat menimbulkan penderitaan yang spesifik. Fenomena ini, mengikuti pandangan Foucault tidak lain adalah disiplin tubuh (*body discipline*) yang bekerja karena bekerjanya kuasa/pengetahuan (*power/knowledge*). *Siksa kandang* tidak lain merupakan diskursus yang dilanggengkan oleh para penguasa untuk membangun sebuah masyarakat yang tunduk dan terdisiplinisasi dan *dasanaraka* dengan representasinya dalam berbagai penyakit adalah semacam hukuman (*punishment*) (Foucault, 1977; 1980).

### Dukun, Tabib, dan Pengobatan

Meskipun sebuah penyakit pada masa Sunda Kuno diyakini merupakan konsekuensi religius magis dan etis tindakan individual, bukan tidak mungkin penyakit tersebut dapat disembuhkan. Pada masa tersebut, masyarakat Sunda sudah mengenal pengobatan tradisional (*folk medicine*) yang dapat ditangani oleh orang-orang yang tentu berprofesi khusus. Naskah *Sanghyang Siksa Kandang Karesian* menyebutkan bahwa seseorang yang sakit harus diobati. Pengobatan orang sakit dilakukan oleh kelompok yang disebut *sang disi*. Golongan *disi* di dalam *Sanghyang Siksa Kandang Karesian* disebutkan bersama-sama dengan empat golongan lain yaitu *rama* (tetua desa), *resi* (pendeta), *prabu* (raja), dan *tarahan* (pawang perahu) sebagai representasi dari *pancabayapara* (lima selubung) dalam wujud manusia. *Pancabayapara* sendiri merupakan lima unsur kosmologis yang menyusun dunia yaitu *akasa* (eter), *bayu* (udara), *teja* (cahaya), *apah* (air), dan *pretiwi* (tanah). *Disi* merupakan golongan yang oleh Atja dan Danasasmita disebut menguasai ilmu pengobatan dan meramal. Kelompok lain yang barangkali terlibat dalam pengobatan adalah para brahmana yang menguasai berbagai mantra termasuk mantra pengobatan (*jangjawokan*).

Sumber-sumber naskah, tidak merinci bagaimana bentuk pengobatan yang dilakukan akan tetapi agaknya pengobatan pada masa tersebut mirip atau dipengaruhi tradisi pengobatan *yajurveda* dalam agama Hindu. Tradisi pengobatan *yajurveda* didasari oleh keyakinan bahwa tindakan memengaruhi takdir, dan dosa merupakan sebab dari penyakit (Kelly, 2009). Pengobatan *yajurveda* banyak menggunakan obat-obatan herbal dari tumbuh-tumbuhan. Di dalam naskah *Sanghyang Swawarcinta* dikatakan bahwa

terdapat jenis-jenis tumbuhan tertentu yang berbau kuat digunakan sebagai boreh. Begitu pula, ada jenis-jenis tumbuhan tertentu yang dapat dijadikan tetes mata (Wartini, Ruhimat, Ruhaliah, & Gunawan, 2011). Meskipun tidak jelas disebutkan apa saja jenis tumbuhannya, hal ini menyiratkan adanya penggunaan berbagai jenis tumbuhan sebagai obat-obatan tradisional.

### Sanghyang Siksa Kandang Karesian dan Pandangan tentang Kesehatan Publik

Dalam *Sanghyang Siksa Kandang Karesian*, kesehatan dipandang sebagai bagian yang integral dengan visi komunal masyarakat Sunda. Pada bagian pembuka naskah ini, umur panjang dan kesehatan dinyatakan dapat tercapai apabila masyarakat taat menjalankan sasanakreta:

Ya inilah yang diajarkan oleh sang budiman bagi (mereka) yang mencari kebahagiaan. Ada yang disebut *Sanghyang siksakandang karesian*; yang harus diperhatikan oleh semua orang. Inilah ujar sang budiman, menguraikan *Sanghyang siksakandang karesian*: ini *sanghyang dasakreta* untuk pegangan orang banyak. Siapa yang hendak menegakkan *sasanakreta*, agar dapat lama hidup, lama berjaya, ternak berbiak, tanaman subur, selalu unggul dalam parang (sumbernya) terletak pada orang banyak (rakyat).

Ini adalah kenyataan yang disebut *sanghyang dasakreta*, bayang-bayang *dasasila*, pencerminan *sanghyang dasamarga*, perwujudan *dasaindria* untuk dunia kehidupan di dunia yang luas.

Ini untuk kita menyejahterakan dunia kehidupan, bersih jalan, subur tanaman, cukup sandang, bersih belakang rumah, bersih halaman. Pokoknya rumah terisi, lumbung terisi, kandang ayam terisi, ladang terurus, sadapan terpelihara, panjang umur, tetap sehat; (sumbernya) terletak pada manusia sedunia.

(*Sanghyang Siksa Kandang Karesian*, bait 1-16).

*Sasanakreta* menurut Atja dan Saleh Danasasmita merupakan ajaran atau peraturan yang mengatur kesejahteraan masyarakat (Atja & Danasasmita, 1981). Menurut keduanya, *sasanakreta* identik dengan kitab *Sanghyang Watang Ageung*, pedoman pemerintahan yang disusun oleh Ranhyang ri Medang, nama lain dari Wretikandayun, raja yang mendirikan kerajaan Galuh pada abad VII M (Atja & Danasasmita, 1981; Budimansyah, 2019). Apabila informasi ini dapat dipercaya, maka gagasan mengenai kesehatan publik sudah menjadi aspek yang diperjuangkan masyarakat dan tentu para elit pemerintahan Sunda Kuno, jauh sebelum kerajaan-kerajaan besar lain seperti Mataram dan Majapahit

berdiri. Untuk mencapai hal tersebut, *Sanghyang Siksa Kandang Karesian* di dalam beberapa bagian menerangkan sejumlah aturan terkait hygiene dan juga anjuran atau nasihat kesehatan yang dikaitkan dengan pemahaman keagamaan-etika tertentu.

### Higiene

Sebagai bagian dari misi kesehatan publik, aspek hygiene menjadi hal yang cukup diperhatikan pada masa Sunda Kuno. Gaya hidup sehat merupakan salah satu kunci menjaga kesehatan yang wajib dijalankan oleh masyarakat dengan berbagai cara.

*Sanghyang Siksa Kandang Karesian* pada bagian pembuka menyebutkan istilah *caang jalan* (jalan bersih), *linyih pipir* (belakang rumah bersih), dan *caang buruan* (halaman rumah bersih) sebagai bagian dari rahasia umur panjang dan tetap sehat. Upaya menjaga kebersihan lingkungan tersebut, salah satunya dilakukan dengan secara rutin menyapu jalan dan halaman sekitar rumah. Menyapu lingkungan merupakan tradisi yang agaknya menjadi sangat penting dalam kehidupan masyarakat Sunda Kuno seperti yang tercermin dalam kisah-kisah naskah sastra dan agama. Halaman pertapaan dan jalan-jalan menuju surga selalu digambarkan bersih karena disapu menggunakan sapu lidi, yang meninggalkan semacam bekas sapuan pada tanah. Sejumlah naskah mengisahkan kebiasaan menyapu dalam beragam ekspresi. Penulis naskah *Para Putra Rama dan Rahwana* menggambarkan pertapaan di Gunung Kukulan—tempatnyanya mengisahkan kisah para putra Rama dan Rahwana, sebagai lingkungan yang selalu bersih karena selalu disapu (*linyih beunang aing nyapu*). Naskah *Pendakian Sri Ajnyana* mengisahkan panorama jalan menuju surga sebagai berikut: *jalan ka bumi kancana, bihini urutna nyapu, tapak sapu bérés kénéh barentik marat nimurkeun* (jalan ke rumah kencana, baru saja disapu, jejak sapu masih terlihat, berliku ke barat dan timur), sedangkan *Sewaka Darma* menggambarkannya dengan kalimat: *nuduhkeun ka Kahiangan, nemu jalan gede bongbong, tuluy nyorang beunang nyapu, tapak sapu beres keneh* (Menunjukkan jalan ke Kahyangan, menemukan jalan besar tanpa hambatan, lalu menempuh yang telah disapu, jejak sapu masih rapi).

Di dalam Bujangga Manik, *puja nyapu* disebutkan dilakukan setelah ia tiba di di Balungbungan. Redaksi kontekstualnya dapat dibaca pada baris 839-847 sebagai berikut: *Sadatang ka Balungbungan, di inya aing ditapa, sambian ngeureunan palay, tehering merelak najur, tehering nanjeurkeun lingga, tehering puja nyanggraha, puja nyapu mugu-mugu, mangnyambat-walakeun maneh*

(Setiba di Balungbungan, aku bertapa di situ, sambil menghilangkan penat, lalu menanam buah-buahan, sambil mendirikan lingga, kemudian beribadah sementara, beribadat suci dengan sungguh-sungguh, memohon ketenangan diri). Adapun *Sewaka Darma* memberikan konteks puja nyapu pada baris 77-78 sebagai berikut: *anggeus kakasikep kagamel, kapulih na tingkah jati, katemu ambek rahayu, hedap herang mana linglang, duluran ku puja nyapu, caang radin di sarira, pakeun ngali dina jati, aum nyana pretiaksa!* (telah terkuasai dan terpegang, kembali pada perilaku benar, pasti bertemu hasrat terpuji, itikad bening juga jernih, disertai dengan ibadah penyucian jiwa, penerang kegelapan pada diri, agar terus mengalir dalam kehidupan, semogalah demikian kiranya!).

Bahwa kebiasaan menyapu merupakan sebuah kebiasaan penting, terepresentasikan dari salah satu ritual penting dalam tradisi asketik Sunda yang disebut sebagai *puja nyapu* yang terekam dalam naskah Bujangga Manik dan *Sewaka Darma* (Noorduyn & Teeuw, 2021; Darsa, 2012). Ritual tersebut agaknya dipraktikkan baik secara langsung dengan menyapu bersih area pertapaan sebelum seseorang bertapa atau dalam konteks tidak langsung sebagai metafora spiritual yang menggambarkan tujuan pembersihan jiwa dari segala bentuk kekotoran pikiran untuk mencapai derajat *kalepasan/moksa* (Munandar, 2010).

Aspek higiene lain yang terekam dalam naskah-naskah Sunda Kuno adalah aktivitas mandi, cuci, dan kakus. Aktivitas mandi dan mencuci, gambarannya terekam dalam naskah *Para Putra Rama dan Rahwana*, dimana Sita dikatakan mencuci pakaian dan memandikan anaknya di suatu tempat yang disebutkan sebagai *cai*. Melihat hal ini dapat dipandang bahwa mandi menjadi bagian penting dari higiene saat itu, termasuk juga menggosok gigi. Mengenai tempat mandi dan mencuci, tidak jelas apakah yang dimaksud dengan *cai* tersebut adalah jamban tertentu yang memiliki sumber air, akan tetapi Noorduyn dan Teeuw, menerjemahkan *cai* sebagai sungai. Alasan Noorduyn dan Teeuw cukup beralasan karena pada sejumlah masyarakat tradisional dan pedesaan aktivitas tersebut sering dilakukan di sungai.

Berkenaan dengan kebiasaan membuang hajat, *Sanghyang Siksa Kandang Karesian* memberikan keterangan bahwa dalam aturan *Sanghyang Siksa*, berak dan kencing tidak boleh dilakukan secara sembarangan. Di perkotaan, berak di pinggir jalan atau di samping rumah yang terang sangat dilarang dengan alasan bahwa bau dari kotoran tersebut barangkali dapat tercium oleh para petinggi (*menak*) atau raja. Lebih lanjut, aturan tersebut memberikan

jarak minimal membuang hajat yaitu tiga langkah (sekitar tiga meter) dari jalan untuk kencing, dan tujuh langkah (sekitar tujuh meter) untuk buang air besar diukur dari jalan yang digunakan untuk fasilitas publik (Atja & Danasmita, 1981). Aturan tersebut tidak disertai dengan gambaran fasilitas atau tempat untuk membuang hajat tersebut, namun apabila dibandingkan dengan data etnografi masa kini seperti pada masyarakat Kanekes, kebiasaan buang air besar lazim dilakukan pada tempat tertentu dengan mengubur kotoran pada tanah. Pada masyarakat adat Jalawastu di Brebes, membuang hajat harus dilakukan pada area profan yang dapat mengalirkan kotoran pergi seperti tempat-tempat tertentu di area sungai. Terlepas dari hal tersebut, adanya aturan mengenai tempat dan jarak membuang hajat pada *Sanghyang Siksa Kandang Karesian* sekali lagi dapat dikatakan sebagai bentuk kesadaran terhadap kesehatan publik pada periode Sunda Kuno.

Hal lain terkait higiene yang sering disinggung di dalam *Sanghyang Siksa Kandang Karesian* atau *Sanghyang Sasana Maha Guru adalah pakaian*. Menurut kedua sumber tersebut, setiap orang harus berpakaian lengkap dan selalu memperhatikan penampilannya. *Sanghyang Siksa Kandang Karesian* menyebutkan bahwa ketika memasuki hutan, seseorang wajib berpakaian dan membawa selimut. Mengenakan pakaian dan selimut ketika memasuki hutan barangkali berkaitan dengan fakta bahwa di hutan banyak terdapat tumbuhan atau serangga yang berbahaya apabila bersentuhan langsung dengan tubuh. Udara di hutan seringkali juga sangat dingin, terutama hutan-hutan di pegunungan. Berpakaian lengkap juga diwajibkan sebagai bentuk etika dan kepantasan. *Baik Sanghyang Siksa Kandang Karesian* maupun *Sanghyang Sasana Maha Guru* mengatakan bahwa setiap orang hendaklah berpakaian lengkap dan baik karena siapa tahu sewaktu-waktu berpapasan dengan raja atau para pejabat. Singkatnya, berpakaian dipandang sebagai etiket berpenampilan yang sangat penting. Penampilan yang baik menurut *Sanghyang Siksa Kandang Karesian* merupakan salah satu ciri dari manusia utama.

## SIMPULAN

Permasalahan kesehatan dan higiene sudah menjadi perhatian utama pada masyarakat Sunda abad VII-XVI M. Pada saat itu, dimana kepercayaan dan agama menjadi pondasi utama pemerintahan, tidak mengherankan apabila gagasan tentang kesehatan dan penyakit selalu didasarkan pada hukum agama. Hal ini tampak misalnya dalam konsep *dasararaka* (sepuluh penderitaan) yang merinci jenis-jenis

penyakit sebagai sebab kesalahan menggunakan sepuluh organ/indera dan *caturpasanta* (empat faktor penyebab penyakit) yang kental dengan kosmologi Sunda Kuno. Untuk menanggulangi penyakit, maka masyarakat harus patuh dan taat pada aturan religius-etis seperti *siksa kandang*, adapun untuk upaya pengobatan secara kuratif dikenal kelompok *disi* dan *brahmana* yang memiliki pengetahuan di bidang pengobatan dan mantra-mantra penyembuh penyakit.

Gagasan dan praktik hygiene diwujudkan di dalam aturan-aturan atau etika tertentu seperti kewajiban menjaga kebersihan melalui tradisi *nyapu* dan etika buang air besar dan kecil di tempat publik. Mandi dan membersihkan badan serta berpakaian juga menjadi aspek yang diperhatikan dalam hygiene individual. Demikianlah, gagasan tentang kesehatan dan hygiene menjadi salah satu fokus utama yang diatur dalam naskah-naskah yang mengatur perilaku sehari-hari seperti *Sanghyang Siksa Kandang Karesian dan Sanghyang Sasana Maha Guru* sebagai bentuk kuasa/pengetahuan yang mendisiplinkan masyarakat dengan tujuan mencapai suatu tertib sosial sekaligus—dalam konteks kesehatan, sebagai sebuah prototipe untuk mewujudkan kesehatan publik pada masa tersebut.

#### UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis berterima kasih kepada Dr. Gani Ahmad Jaelani, M.A yang telah banyak memberikan pandangan dan diskusi mengenai sejarah kesehatan—yang menjadi gagasan penulisan artikel ini.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Atja, & Danasasmita, S. (1981). *Sanghyang Siksa Kanda ng Karesian (Naskah Sunda Kuno Tahun 1518 Masehi)*. Bandung: Proyek Pengembangan Permuseuman Jawa Barat.
- Ayatrohaedi. (1981). *Kamus Istilah Arkeologi*. Jakarta: Pusat Pembinaan dan Pengembangan Bahasa Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Boechari. (2018). *Melacak Sejarah Indonesia Kuno Melalui Prasasti*. Jakarta: Kepustakaan Populer Gramedia bekerjasama dengan Departemen Arkeologi Universitas Indonesia dan EFEO.
- Budimansyah. (2019). Rekonstruksi Kota Galuh Pakwan (1371 - 1475 M) dan Kota Pakwan Pajajaran (1482 - 1521 M). Jatiningor: Tesis Fakultas Ilmu Budaya Universitas Padjadjaran.

- Darsa, U. A. (2012). *Sewaka Darma, Peti Tiga Ciburuy Garut*. Bandung: Pusat Studi Sunda.
- Djafar, H. (1991). *Prasasti-Prasasti Masa Kerajaan Sunda. Seminar Nasional Sastra dan Sejarah Pakuan Pajajaran* (pp. 1-21). Bogor: Universitas Pakuan.
- Djafar, H., & Nastiti, T. S. (2016). Prasasti-Prasasti dari Masa Hindu-Buddha (Abad ke-12-16 Masehi) di Kabupaten Ciamis, Jawa Barat. *Jurnal Purbawidya* Vol 5(2), 101-116.
- Foucault, M. (1977). *Discipline and Punish: The Birth of the Prison*. New York : Random House.
- Foucault, M. (1980). *Power/Knowledge: Selected Interviews and Other Writings 1972-1977*. London: Vintage.
- Gunawan, A. (2009). *Sanghyang Sasana Maha Guru dan Kala Purbaka: Suntingan dan Terjemahan*. Jakarta: Perpustakaan Nasional Republik Indonesia.
- Kelly, K. (2009). *The History of Medicine: Early Civilizations*. New York: Facts on File.
- Kempers, A. B. (1979). *Ancient Indonesian Art*. The Hague: Martinus Nijhoff.
- Munandar, A. A. (2010). *Tatar Sunda Masa Silam*. Jakarta: Wedatama Widya Sastra.
- Noorduyn, J., & Teeuw, A. (2021). *Tiga Pesona Sunda Kuna*. Bandung: Pustaka Jaya.
- Poesponegoro, M. D., & Notosusanto, N. (2009). *Sejarah Nasional Indonesia II: Zaman Kuno*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Rahardjo, S. (2011). *Peradaban Jawa: Dari Mataram Kuno sampai Majapahit Akhir*. Depok: Komunitas Bambu.
- Rosen, G. (2015). *A History of Public Health*. Baltimore: John Hopkins University Press.
- Rosenberg, C. E. (1992). *Explaining Epidemics and Other Studies in the History of Medicine*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Temkin, O. (1977). *The Double Face of Janus and Other Essays in the History of Medicine*. Baltimore: Johns Hopkins University Press.
- Wartini, T., Ruhimat, M., Ruhaliah, & Gunawan, A. (2011). *Sangyang Swawarcinta: Teks dan terjemahan*. Jakarta: Perpustakaan Nasional Republik Indonesia.
- West, A. (2021). *Bujangga Manik, or Java in the Fifteenth Century*. Leiden: Leiden University.