

**TUBUH PEREMPUAN DAN EKOLOGI:  
Ekofeminisme dalam Praktik Konsumsi Berkelanjutan**



**Oleh:**

**Eva Fahmadia Wahidah Rahmah**

**NIM: 22200011094**

**TESIS**

**Diajukan kepada Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga  
Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Guna Memperoleh  
Gelar Master of Arts (M.A.)**

**Program Studi Interdisciplinary Islamic Studies  
Islam dan Kajian Gender**

**STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA**

**YOGYAKARTA**

**2025**

## LEMBAR PENGESAHAN



KEMENTERIAN AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA  
PASCASARJANA

Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 519709 Fax. (0274) 557978 Yogyakarta 55281

### PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-1000/Un.02/DPPs/PP.00.9/08/2025

Tugas Akhir dengan judul : Tubuh Perempuan dan Ekologi : Ekofeminisme dalam Praktik Konsumsi Berkelanjutan

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : EVA FAHMADIA WAHIDAH RAHMAH, S. Ag  
Nomor Induk Mahasiswa : 22200011094  
Telah diujikan pada : Kamis, 14 Agustus 2025  
Nilai ujian Tugas Akhir : A-

dinyatakan telah diterima oleh Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

#### TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Ketua Sidang/Penguji I

Dr. Ramadhanita Mustika Sari  
SIGNED

Valid ID: 68a505180130d



Penguji II

Dr. Witriani, S.S. M.Hum.  
SIGNED

Valid ID: 68a7c19568686



Penguji III

Dr. Subi Nur Isnaini  
SIGNED

Valid ID: 68a7daf63def5



Yogyakarta, 14 Agustus 2025

UIN Sunan Kalijaga

Direktur Pascasarjana

Prof. Dr. Moch. Nur Ichwan, S.Ag., M.A.  
SIGNED

Valid ID: 68a829ce0da44

## PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Eva Fahmadia Wahidah Rahmah  
NIM : 22200011094  
Jenjang : Magister  
Program Studi : Interdisciplinary Islamic Studies  
Konsentrasi : Islam dan Kajian Gender  
Judul Tesis :TUBUH PEREMPUAN DAN EKOLOGI:  
Ekofeminisme dalam Praktik Konsumsi Berkelanjutan

Menyatakan bahwa naskah tesis yang saya ajukan secara keseluruhan adalah hasil dari penelitian/karya ilmiah yang saya tulis sendiri, kecuali pada bagian-bagian tertentu yang telah saya rujuk sumbernya.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Yogyakarta, 16 Juli 2025

Saya yang menyatakan,



Eva Fahmadia Wahidah Rahmah

NIM: 22200011094

## PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Eva Fahmadia Wahidah Rahmah  
NIM : 22200011094  
Jenjang : Magister  
Program Studi : Interdisciplinary Islamic Studies  
Konsentrasi : Islam dan Kajian Gender  
Judul Tesis : TUBUH PEREMPUAN, DAN EKOLOGI:  
Ekofeminisme dalam Praktik Konsumsi Berkelanjutan

Menyatakan bahwa naskah tesis ini secara keseluruhan benar-benar bebas dari plagiasi. Jika di kemudian hari terbukti melakukan plagiasi, maka saya siap ditindak sesuai dengan ketentuan hukum yang berlaku.

Yogyakarta, 16 Juli 2025

Saya yang menyatakan,



Eva Fahmadia Wahidah Rahmah

NIM: 22200011094



## NOTA DINAS PEMBIMBING

Kepada Yth.,  
Direktur Program Pascasarjana  
UIN Sunan Kalijaga  
Yogyakarta

*Assalamu 'alaikum wr. wb.*

Setelah melakukan bimbingan, arahan, dan koreksi terhadap penulisan tesis yang berjudul:

Yang ditulis oleh:

Nama	: Eva Fahmadia Wahidah Rahmah
NIM	: 22200011094
Jenjang	: Magister
Program Studi	: Interdisciplinary Islamic Studies
Konsentrasi	: Islam dan Kajian Gender

Saya berpendapat bahwa tesis tersebut sudah dapat diajukan kepada Program Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga untuk diujikan dalam rangka memperoleh gelar Master of Arts (M.A.)

*Wassalamu 'alaikum wr. wb.*

Yogyakarta, 17 Juli 2025

Pembimbing

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA



Dr. Witriani, S.S. M.Hum.

## ABSTRAK

Penelitian ini mengeksplorasi hubungan antara tubuh perempuan dan kesadaran ekologis melalui praktik konsumsi berkelanjutan, khususnya dalam penggunaan pembalut kain oleh perempuan Hasta Ningrat. Penelitian ini menganalisis bagaimana pengalaman menstruasi membentuk kesadaran ekologis perempuan dan praktik konsumsi yang lebih berkelanjutan. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus terhadap perempuan Hasta Ningrat yang menggunakan pembalut kain sebagai alternatif produk menstruasi konvensional. Teori ekofeminisme simbolik Susan Griffin menjadi landasan teoretis utama dalam memahami koneksi antara penindasan terhadap perempuan dan eksploitasi alam. Griffin menekankan bahwa tubuh perempuan dan alam memiliki hubungan simbolik yang mendalam, di mana keduanya mengalami dominasi dalam sistem patriarki.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa praktik Hasta Ningrat dalam menggunakan pembalut kain tidak hanya merupakan pilihan konsumsi berkelanjutan, tetapi juga bentuk resistensi terhadap komodifikasi tubuh perempuan dan eksploitasi lingkungan. Pengalaman menstruasi dengan pembalut kain membentuk kesadaran ekologis melalui beberapa dimensi: pertama, pemahaman tentang dampak lingkungan dari produk menstruasi sekali pakai; kedua, rekonsiliasi dengan tubuh dan siklus alami perempuan; ketiga, pemberdayaan ekonomi melalui produksi dan penggunaan produk lokal yang ramah lingkungan.

Dari perjalanan penelitian hingga penyuguhan hasil penelitian Penelitian ini mengungkap bahwa kesadaran ekologis perempuan tidak hanya terbentuk melalui pengetahuan rasional tentang lingkungan, tetapi juga melalui pengalaman tubuh yang intim dan personal. Praktik menggunakan pembalut kain menjadi medium untuk membangun hubungan yang lebih harmonis antara tubuh perempuan dan alam, sekaligus menantang narasi dominan yang memisahkan antara yang personal dan politik, antara tubuh dan lingkungan.

***Kata kunci: Tubuh perempuan, ekologi, pembalut kain, konsumsi berkelanjutan***

## ABSTRACT

This study explores the relationship between women's bodies and ecological awareness through sustainable consumption practices, particularly in the use of cloth pads by Hasta Ningrat women. This study analyzes how menstrual experiences shape women's ecological awareness and more sustainable consumption practices. This study employs a qualitative method with a case study approach on Hasta Ningrat women who use cloth menstrual pads as an alternative to conventional menstrual products. Susan Griffin's symbolic ecofeminism theory serves as the primary theoretical framework for understanding the connection between oppression of women and exploitation of nature. Griffin emphasizes that women's bodies and nature share a deep symbolic connection, both of which are subjected to domination within the patriarchal system.

The research findings indicate that the Hasta Ningrat women's practice of using cloth pads is not only a sustainable consumption choice but also a form of resistance against the commodification of women's bodies and environmental exploitation. The experience of menstruation with cloth pads fosters ecological awareness through several dimensions: first, an understanding of the environmental impact of disposable menstrual products; second, reconciliation with the body and the natural cycle of women; third, economic empowerment through the production and use of locally made, environmentally friendly products.

From research journey to presentation of research results This study reveals that women's ecological awareness is not only formed through rational knowledge about the environment, but also through intimate and personal bodily experiences. The practice of using cloth pads becomes a medium for building a more harmonious relationship between women's bodies and nature, while challenging the dominant narrative that separates the personal from the political, the body from the environment.

***Keywords: Women's bodies, ecology, cloth pads, sustainable consumption***

## MOTTO

“Allah tidak membebani seseorang, kecuali menurut kesanggupannya.”

Q.S Al-Baqarah (2): 286



## HALAMAN PERSEMBAHAN

Karya ini saya persembahkan untuk kedua orang tua saya atas jerih payah dan do`anya selama ini, beliau yang telah membimbing, mendidik dan mengajarkan saya untuk tetap sabar, bekerja keras serta terus mensyukuri nikmat yang telah didapat.





## KATA PENGANTAR

Assalamulaikum Wr.Wb

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT. Karena berkat Rahmat, Taufiq, serta Hidayah-Nya penulis dapat menyelesaikan penyusunan tesis. Sholawat serta salam tak lupa penulis curahkan kepada Nabi Agung Muhammad SAW. Yang senantiasa menjadi panutan dalam berindak, bertutur kata, dan yang selalu kami harapkan syafaatnya kelak di yaumul Qiyamah. Amin

Tesis ini berjudul “TUBUH PEREMPUAN, DAN EKOLOGI: Ekofeminisme dalam Praktik Konsumsi Berkelanjutan”. Penulisan tesis ini diajukan guna untuk memenuhi Sebagian syarat untuk memperoleh gelar sarjana strata dua, Master of Art (MA) pada program Studi Interdisciplinary Islamic Studies, Konsentrasi Islam dan Kajian Gender, Program Pascasarjana Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Saya sadar bahwa tesis ini lahir dengan bantuan banyak pihak. Dalam hal ini saya haturkan terimakasih kepada: (1) UIN Sunan Kalijaga; (2) Direktur Program Sarjana, Prof. Dr. Moch. Nur Ichwan, S. Ag., M. A.; (3) Ketua Program Studi Interdisciplinary Islamic Studies, Najib Kailani, S. Fil.I., M.A., Ph. D., (4) Seluruh dosen IIS, khususnya dosen Islam dan Kajian Gender yang telah membuka banyak pintu kajian gender kepada saya; (5) Dosen pembimbing penelitian tesis yang telah membimbing saya dengan sabar di tengah kesibukannya Dr. Witriani, S.S. M.Hum. (6) Tim penguji tesis yang telah memberi masukan untuk membangun tesis saya; (7) Sahabat Hasta Ningrat yang sudah bersedia untuk meluangkan waktunya untuk bersedia menjadi narasumber saya; (8) Kedua orang tua saya (Abah dan Umik) yang telah melimpahkan kasih saya dan dukungannya terhadap penulis. (9) Dua saudara saya (Ade Fahmi dan Ade Lila) yang menjadi teman saya belajar menjadi

manusia; Sahabat-sahabat Islam dan Kajian Gender yang menjadi pendukung saya, Bilo, Ica, mba Muti, Teh Hany, dan teruntuk Moza terimakasih sudah banyak mengulurkan tangannya untuk menerima akau apaadanya; (11) Teman-teman yang tidak dapat saya tuliskan satu persatu. Terima kasih tak terhingga saya haturkan, semoga Tuhan semesta alam selalu mengiringi langkah kita. Terakhir, Semua usaha penelitian ini terjadi dikarenakan kehendak dan kesempatan yang diberikan Tuhan semesta alam kepada saya. Harapan saya, tesis ini dapat memberikan manfaat bagi siapapun yang membacanya.

Yogyakarta, 16 Juli 2025

Penulis,

Eva Fahmadia Wahidah Rahmah

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL.....</b>	<b>i</b>
<b>PENGESAHAN TUGAS AKHIR .....</b>	<b>ii</b>
<b>PERNYATAAN KEASLIAN .....</b>	<b>iii</b>
<b>PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI.....</b>	<b>iv</b>
<b>NOTA DINAS PEMBIMBING.....</b>	<b>v</b>
<b>ABSTRAK.....</b>	<b>vi</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>vii</b>
<b>MOTTO.....</b>	<b>viii</b>
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN.....</b>	<b>ix</b>
<b>KATA PENGANTAR .....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR ISI .....</b>	<b>xii</b>
<b>BAB 1 PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	8
C. Tujuan Dan Signifikasi Masalah .....	8
D. Kajian Pustaka .....	9
E. Kerangka Teori .....	14
F. Metode Penelitian .....	18
G. Sistematika Pembahasan.....	19
<b>BAB II HASTA NINGRAT DAN EKOFEMINISME DALAM KONSUMSI BERKELANJUTAN.....</b>	<b>22</b>
<b>A. LAHIRNYA HASTA NINGRAT: TUBUH SEBAGAI TITIK AWAL KESADARAN .....</b>	<b>22</b>
<b>B. HASTA NINGRAT SEBAGAI KESADARAN KOLEKTIF PEREMPUAN DAN EKOLOGI .....</b>	<b>35</b>
<b>C. SAHABAR NINGRAT: KONSUMSI BERKELANJUTAN SEBAGAI PRAKTIK ETIS .....</b>	<b>46</b>
<b>BAB III PENGALAMAN MENSTRUASI DAN KESADARAN KETUBUHAN PEREMPUAN.....</b>	<b>55</b>
<b>A. TUBUH YANG TERHUBUNG: DARI KETUBUHAN KE KESADARAN .....</b>	<b>55</b>

1. Awal Terbentuknya Hasta Ningrat.....	62
2. Pembalut Kain Lebih Ramah Lingkungan .....	64
3. Tubuh Perempuan Dikontrol Oleh Kapitalistik.....	65
<b>B. KESADARAN KOLEKTIF PEREMPUAN ATAS TUBUH DAN EKOLOGI</b>	
.....	<b>68</b>
1. Ruang Kolektif Antar Perempuan.....	70
2. Pembalut Kain Yang Belum Familiar Di Kalangan Masyarakat	
.....	73
<b>C. KEBERPIHAKAN TERHADAP ALAM: MENSTRUASI SEBAGAI RELASI</b>	
<b>EKOLOGIS.....</b>	<b>76</b>
1. Tubuh Sebagai Ruang Spiritualitas Dan Solidaritas Ekologis	
.....	77
2. Pembalut Kain Lebih Ekonomis.....	79
3. Pembalut Kain Hidup Lebih Berkelanjutan.....	81
4. Pembalut Kain Mengurangi Sampah.....	85
<b>BAB IV PENUTUP.....</b>	<b>88</b>
A. Kesimpulan.....	88
B. Saran .....	89
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>91</b>
<b>DAFTAR RIWAYAT HIDUP</b>	

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Penelitian

Tubuh perempuan mengalami siklus alami seperti menstruasi, kehamilan dan menopause, yang ritmenya selaras dengan ritme alam, seperti; pergantian musim, masa subur dan proses tumbuh kembali.<sup>1</sup> Berbincang tentang reproduksi perempuan, tentunya perempuan memiliki ragam cerita dan keunikan pengalaman tubuhnya masing-masing dan menstruasi menjadi sebuah pengalaman tubuh yang lekat dengan kehidupan sehari-hari. Perempuan di Tanzania mengalami dan memaknai menstruasi sebagai bagian dari kehidupan sosial dan spiritual yang sering kali tersembunyi. Menstruasi tidak dipahami semata-mata sebagai fenomena biologis, tetapi sebagai pengalaman tubuh yang diatur oleh norma budaya, struktur sosial, dan jaringan perawatan perempuan. Penelitian yang dilakukan oleh Hodapp ini juga menekankan pentingnya dukungan kolektif dalam perawatan menstruasi, terutama dari sesama perempuan, sebagai bentuk agensi dalam menghadapi ketimpangan informasi dan sumber daya.<sup>2</sup>

Pengalaman tubuh perempuan lainnya juga diparkirkan dan dimaknai oleh perempuan di Lusaka, Zambia.<sup>3</sup> Pengalaman perempuan ini menyoroti bagaimana makna menstruasi dibentuk oleh kondisi material (akses air, dan ruang toilet pribadi)

---

<sup>1</sup> Miranda Gray, *Red Moon: Understanding and Using the Creative, Sexual and Spiritual Forces of the Feminine Cycle* (Brisbane: Animal Dreaming Publishing, 2010) 23–45.

<sup>2</sup> Rachel Marie Hodapp, “Secret Bleeding, Social Care: Menstruation, Embodiment, and Reproduction in Tanzania.” (PhD diss., Universitas X, 2023), 1–45.

<sup>3</sup> Amie Jammeh-Guerrero, *The Many Meanings of Menstruation Practices, Imaginaries and Access to Water and Sanitation Infrastructure in Lusaka, Zambia*. dalam *Routledge Handbook of Gender and Water Governance*, disunting oleh Tatiana Acevedo-Guerrero dkk., edisi ke-1 (London atau New York: Taylor & Francis, 2024), 221–39.



dalam hal ini menekankan bahwa menstruasi adalah pengalaman sosial dan politis dimana akses terhadap air bersih dan ruang privat tidak hanya mempengaruhi, namun salah satunya adalah kesehatan fisik, dan juga harga diri seorang perempuan. Menekankan bahwa menstruasi adalah pengalaman sosial dan politis, di mana akses terhadap air bersih dan ruang privat tidak hanya memengaruhi kesehatan fisik, tetapi juga harga diri dan otonomi perempuan.

Dalam lintas historis, menstruasi dianggap sebagai simbol yang akan sarat dengan makna dan mitos. Darahnya sendiri dianggap tabu. Hampir setiap suku bangsa, agama dan kepercayaan mempunyai konsep perlakuan khusus terhadapnya.<sup>4</sup> Kessler dalam bukunya berjudul "*Women: An Anthropological Views*"<sup>5</sup> menyebutkan bahwa darah menstruasi sering dijadikan objek perhatian sosial dan budaya. Di berbagai budaya, menstruasi distigmatisasi dan dikonseptualisasikan sebagai sesuatu yang kotor dan harus dirahasiakan. Hal ini dibuktikan dalam masyarakat Eropa yang menyakini bahwa masakan yang dimasak oleh perempuan yang sedang menstruasi tidak boleh dimakan karena dianggap kotor dan tidak sehat. Di Papua New Guinea seorang perempuan ditempatkan di luar dusun pada saat menstruasi di dalam suatu rumah yang dibangun oleh perempuan dan tidak boleh didekati oleh laki-laki. Di Indonesia sendiri mitos-mitos tentang perempuan menstruasi juga masih berlaku di beberapa suku. Contohnya di Bali kaum perempuan tidak boleh masuk hutan karena hutan dianggap suci sementara perempuan dianggap telah ternodai oleh adanya darah menstruasi. Di masyarakat Toraja, praktik pengucilan terhadap perempuan yang sedang menstruasi

---

<sup>4</sup> Nasaruddin Umar, "Teologi Menstruasi: Antara Mitologi dan Kitab Suci," \*Musāwa: Jurnal Studi Gender dan Islam\* 5, no. 1 (2007): 1–20

<sup>5</sup> Kessler, Evelyn S., *Women: An Anthropological View*. (New York: Holt, Rinehart and Winston, 1976), 45.

masih berlangsung, di mana mereka dikeluarkan dari berbagai ruang aktivitas produktif. Akibatnya, perempuan kehilangan akses terhadap peran dan kesempatan dalam kegiatan sosial maupun ekonomi.<sup>6</sup>

Konstruksi sosial dan mitos seputar menstruasi yang berkembang dalam berbagai budaya, pada akhirnya membuka ruang bagi berkembangnya kapitalisme menstruasi. Stigma terhadap darah menstruasi membuat perempuan diarahkan untuk menggunakan produk-produk yang dianggap lebih higienis dan modern, seperti pembalut sekali pakai. Namun, pola konsumsi ini justru memunculkan persoalan ekologis baru, karena industri menstruasi menciptakan timbunan limbah plastik dan jejak karbon yang signifikan, sehingga menghubungkan persoalan tubuh perempuan dengan krisis lingkungan yang lebih luas. Dampak ekologis dari industri pembalut sekali pakai sangat mengkhawatirkan dan mencerminkan krisis lingkungan yang lebih luas dari konsumsi berlebihan. Sebuah studi yang diterbitkan dalam *Environmental Science & Technology* menunjukkan bahwa seorang perempuan rata-rata menggunakan 11.000-16.000 produk menstruasi sekali pakai sepanjang hidupnya, menghasilkan jejak karbon sebesar 5,3 kg CO<sub>2</sub> per tahun. Secara global, industri ini menghasilkan sekitar 200.000 ton limbah menstruasi setiap tahunnya, sebagian besar berupa plastik yang tidak dapat terurai secara biologis. Sebanyak 56,333 ton sampah plastic Indonesia menduduki posisi ke-5 sebagai negara yang kontributor sampah plastik lautan paling banyak. Setidaknya dibutuhkan sekitar 80 tahun agar sampah

---

<sup>6</sup> Irwan Abdullah, "Mitos Menstruasi: Konstruksi Budaya Atas Realitas Gender," *Humaniora* 14, no. 1 (2002): 34–41.

plastik dapat terurai secara sempurna, salah satunya adalah sampah plastic yang tidak dapat terurai dengan cepat yaitu pembalut sekali pakai.<sup>7</sup>

Komposisi kimia produk pembalut sekali pakai menimbulkan kekhawatiran serius terhadap kesehatan perempuan dan lingkungan. Penelitian yang dilakukan oleh *Women's Environmental Network* mengungkapkan bahwa pembalut sekali pakai mengandung berbagai bahan kimia berbahaya, termasuk dioksin, pestisida, dan pewangi sintetis yang dapat menyebabkan iritasi, alergi, bahkan gangguan sistem endokrin<sup>10</sup>. Alexandra Scranton dalam laporannya untuk *Women's Voices for the Earth* menunjukkan bahwa industri pembalut tidak diwajibkan untuk mengungkapkan seluruh komposisi produknya, sehingga perempuan menggunakan produk tanpa mengetahui risiko kesehatannya<sup>11</sup>.

Inggris telah melakukan sebuah studi untuk mengukur tingkat kesadaran perempuan terhadap dampak penggunaan pembalut sekali pakai. Survei ini dilakukan secara daring melalui platform seperti Facebook, Twitter, dan LinkedIn, dengan melibatkan 300 responden sebagai target partisipasi. Hasilnya menunjukkan bahwa sekitar 89,2% responden mengakui adanya dampak negatif dari penggunaan pembalut sekali pakai, dan menyatakan kesediaan mereka untuk beralih ke pembalut kain yang lebih ramah lingkungan.<sup>8</sup> Total penduduk di Indonesia pada tahun 2025 sebesar 284,4 juta jiwa dengan komposisi 140,89 juta adalah perempuan. Dari jumlah perempuan tersebut 96,2 juta jiwa diantaranya berada pada usia produktif yang artinya mengalami menstruasi setiap bulan dan berpotensi menjadi penghasil sampah pembalut sekali

---

<sup>7</sup> Novia Fajar Suryaning Puspita, "Dampak Sampah Pembalut Terhadap Lingkungan," *Jurnal Program Studi Fisika, FMIPA, Universitas Sebelas Maret*, 2019, 1–7.

<sup>8</sup> Elizabeth Peberdy, Aled Jones, dan Dannielle Green, "A Study into Public Awareness of the Environmental Impact of Menstrual Products and Product Choice," *Sustainability*, Vol. 11, no. 2 (2019): 9–10.

pakai. Seorang perempuan mengalami setidaknya 459 siklus menstruasi sepanjang hidupnya, yaitu antara masa pubertas (usia 11-24) dan menopause (44-55) tahun.<sup>9</sup>

Respons terhadap problematika industri menstruasi konvensional telah memunculkan gerakan menstruasi berkelanjutan yang tidak hanya menawarkan alternatif produk, tetapi juga mengkritik fundamental sistem kapitalisme yang mengkomodifikasi tubuh perempuan. Menstrual cup, yang pertama kali dipatenkan pada tahun 1932 tetapi baru populer dalam dua dekade terakhir, menjadi simbol resistensi terhadap dependensi pada industri menstruasi.<sup>10</sup> *Studi Life Cycle Assessment* (LCA) menunjukkan bahwa *menstrual cup* memiliki jejak karbon 99,9% lebih rendah dibandingkan pembalut sekali pakai. Gerakan pembalut kain (cloth pads) juga mengalami revitalisasi sebagai bagian dari kritik terhadap modernitas yang merusak lingkungan. Penelitian yang dilakukan di berbagai negara menunjukkan bahwa pembalut kain tidak hanya lebih ekonomis dalam jangka panjang, tetapi juga memberikan perempuan kontrol yang lebih besar atas tubuh mereka sendiri.<sup>11</sup> Proses membuat, mencuci, dan merawat pembalut kain menciptakan hubungan yang lebih intim dan sadar antara perempuan dengan siklus tubuhnya, berbeda dengan hubungan konsumtif yang dipromosikan industri konvensional.<sup>12</sup>

Hasta Ningrat sebagai produsen lokal pembalut ramah lingkungan, UMKM lokal yang berasal dari daerah Jawa Timur ini telah beroperasi sejak tahun 2017. Hasta

---

<sup>9</sup> Myles F. Elledge et al., "Menstrual Hygiene Management and Waste Disposal in Low and Middle Income Countries—A Review of the Literature," *International Journal of Environmental Research and Public Health* 15, no. 11 (2018): 2562.

<sup>10</sup> Johnston-Robledo, Ingrid, dan Joan C. Chrisler, "The Menstrual Mark: Menstruation as Social Stigma," *Sex Roles* 68, no. 1–2 (2013): 9–18.

<sup>11</sup> Chris Bobel, *The Managed Body: Developing Girls and Menstrual Health in the Global South* (Switzerland: Palgrave Macmillan, 2019), 111–14.

<sup>12</sup> Lara Freidenfelds, *The Modern Period: Menstruation in Twentieth-Century America* (Baltimore: Johns Hopkins University Press, 2009), 137–39.

Ningrat menciptakan produk pembalut menggunakan bahan ramah lingkungan tetapi juga berkelanjutan. Gerakan-gerakan kecil berbasis komunitas ini mencoba membangun kesadaran kolektif, salah satunya tercermin dalam komunitas pengguna produk menstruasi berkelanjutan seperti pembalut kain dari Hasta Ningrat. Di Hasta Ningrat sendiri pengalaman menstruasi tidak hanya dipahami sebagai aktivitas individual, melainkan sebagai ruang kolektif yang membuka peluang dialog, pembelajaran tubuh, dan perawatan ekologis. Kesadaran kolektif ini dibentuk dari pengalaman sehari-hari, pertemuan perempuan dengan tubuh dan alamnya, serta refleksi kritis terhadap konsumsi dan lingkungan. Inilah yang dimaksud sebagai praktik ekofeminis, di mana perempuan membangun makna tubuh yang baru, tubuh yang terhubung dengan bumi dan sekaligus menjadi ruang perlawanan.<sup>13</sup> Praksis komunitas ini juga menunjukkan bagaimana gerakan lokal dapat menjadi laboratorium untuk eksperimen sosial-ekologis yang lebih luas. Hasta Ningrat tidak hanya memproduksi pembalut kain, tetapi juga menciptakan ekonomi alternatif yang berbasis pada prinsip-prinsip keadilan sosial dan keberlanjutan lingkungan.<sup>14</sup> Model ini menunjukkan potensi transformasi dari *consumption-based economy* menuju *care-based economy* yang lebih selaras dengan prinsip-prinsip ekofeminisme.<sup>15</sup>

Tesis ini berangkat dari premis bahwa tubuh perempuan, khususnya dalam pengalaman menstruasi, merupakan ruang di mana dimensi ekologis dan politis bertemu dan saling mempengaruhi. Perspektif ekofeminisme menunjukkan bahwa dominasi terhadap perempuan dan dominasi terhadap alam memiliki struktur yang

---

<sup>13</sup> Vandana Shiva, *Staying Alive: Women, Ecology and Development* (London: Zed Books, 1988)

<sup>14</sup> Ariel Salleh, *\*Ecofeminism as Politics: Nature, Marx and the Postmodern\** (London: Zed Books, 1997), 148–52.

<sup>15</sup> Maria Mies dan Vandana Shiva, *Ecofeminism* (London: Zed Books, 1993), 214–219.



sama dan saling memperkuat.<sup>16</sup> Namun, tubuh perempuan juga merupakan ruang resistensi dan transformasi. Pengalaman *embodied* menstruasi dapat menjadi titik awal untuk mengembangkan kesadaran ekologis yang lebih luas. Ketika perempuan mulai mempertanyakan komposisi produk menstruasi yang mereka gunakan, mereka juga mulai mempertanyakan sistem produksi yang lebih luas dan dampaknya terhadap lingkungan. Proses ini menunjukkan bagaimana *personal is political* dalam konteks konkret praksis ekofeminisme.<sup>17</sup>

Penelitian ini akan menelusuri bagaimana praktik komunitas Hasta Ningrat membentuk ekofeminisme dalam konsumsi berkelanjutan, serta bagaimana pengalaman menstruasi membentuk pemaknaan perempuan atas tubuhnya sendiri. Dalam konteks meningkatnya kesadaran ekologis dan kritik terhadap budaya konsumsi, komunitas ini menghadirkan alternatif yang tidak hanya ramah lingkungan tetapi juga memberdayakan perempuan. Penggunaan pembalut kain menjadi titik temu antara tubuh, alam, dan resistensi terhadap sistem kapitalisme patriarkal yang mengkomodifikasi keduanya. Melalui praktik ini, perempuan tidak hanya menjaga lingkungan, tetapi juga merebut kembali otonomi tubuh dan merekonstruksi pengalaman menstruasi sebagai sumber pengetahuan dan kekuatan. Serta penelitian ini bertujuan memahami keterkaitan antara ekofeminisme, konsumsi harian, dan tubuh perempuan sebagai ruang politik, ekologis, dan kultural. Hasta ningrat dipilih menjadi objek penelitian tesis ini karena praktiknya **relevan dengan fokus penelitian tentang ekofeminisme dan konsumsi berkelanjutan**. Hasta Ningrat **menggabungkan produksi ramah lingkungan, kesadaran tubuh perempuan, perlawanan terhadap**

---

<sup>16</sup> Carolyn Merchant, *The Death of Nature: Women, Ecology, and the Scientific Revolution* (San Francisco: Harper & Row, 1980), xv–xvii.

<sup>17</sup> Sandra Lee Bartky, *Femininity and Domination: Studies in the Phenomenology of Oppression* (New York: Routledge, 1990), 123–25.

**kapitalisme menstruasi, dan solidaritas kolektif.** Hal ini menjadikan mereka **bukan hanya produsen**, tetapi **agen perubahan sosial dan ekologis**, sehingga lebih menarik untuk dianalisis.

## **B. Rumusan Masalah**

Penelitian ini bertujuan untuk memahami hubungan antara wacana sosial tentang menstruasi, tubuh perempuan, dan kesadaran lingkungan dalam praktik konsumsi produk menstruasi berkelanjutan. Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimana praktik Hasta Ningrat membentuk ekofeminisme dalam konsumsi berkelanjutan?
2. Bagaimana pengalaman menstruasi membentuk kesadaran ekologis perempuan?

## **C. Tujuan dan Signifikansi**

Penelitian ini penting karena akan memperkaya wacana feminisme, khususnya terhadap kajian tubuh perempuan dengan mengangkat praktik konsumsi menstruasi berkelanjutan yang masih jarang diteliti secara lokal. Penelitian ini juga menawarkan perspektif baru mengenai menstruasi bukan hanya sebagai isu biologis tetapi sebagai pengalaman sarat makna sosial, ekologis. Layaknya penelitian lainnya, studi ini dapat menjadi referensi penting bagi pengembang produk menstruasi ramah lingkungan seperti Hasta Ningrat, komunitas perempuan dan pembuat kebijakan dalam mengembangkan kampanye kesehatan reproduksi dan keberlanjutan yang sensitif terhadap konteks budaya dan gender.

#### D. Kajian Pustaka

Peneliti perlu mengulas secara singkat terhadap beberapa penelitian terdahulu guna menghindari terjadinya duplikasi serta memastikan keaslian dari penelitian ini. Terdapat sejumlah kajian pustaka yang dianggap relevan dan telah dilakukan sebelumnya, yang dapat dijadikan sebagai dasar acuan. yaitu : *pertama*; Makna sosial menstruasi. *Kedua*; Perempuan dan pilihan produk ramah lingkungan. *Ketiga*; Pendidikan Menstruasi dan hak tubuh.

Topik pertama adalah makna sosial menstruasi. Dalam perspektif kajian gender dan ekofeminisme, darah menstruasi tidak hanya dimaknai sebagai fenomena biologis, tetapi juga sebagai simbol kuasa reproduktif, yang artinya selama ini justru bahwa menstruasi sering dikendalikan oleh insitusi-institusi sosial. perempuan yang kerap direpresi oleh budaya patriarkal. Gottlieb<sup>18</sup> mengungkapkan bahwa tabu menstruasi telah mengakar dalam sistem sosial global, menciptakan stigma yang membungkam pengalaman perempuan dan mengasingkan tubuhnya dari ruang publik. Ashford dan Patterson<sup>19</sup> menyoroti bagaimana narasi dominan tentang darah menstruasi dalam iklan, pendidikan, dan budaya populer memperkuat citra tubuh perempuan sebagai tidak bersih, sekaligus menegaskan pentingnya pendekatan interdisipliner dalam membongkar konstruksi tersebut. Pendekatan spiritual dan ekofeminis dikembangkan oleh Derr<sup>20</sup> yang menyarankan mengembalikan makna sacral terhadap darah menstruasi yang mulanya telah dianggap kotor sebagai bagian dari pengakuan terhadap nilai kehidupan dan

---

<sup>18</sup> Chris Bobel dkk., *The Palgrave Handbook of Critical Menstruation Studies* (Singapore: Springer, 2020), 143.

<sup>19</sup> Ashly S. Patterson, Tesis *The Menstrual Body* (New Orleans: University of New Orleans, 2013).

<sup>20</sup> Annalisa Derr, PhD diss *Resacralizing Female Blood: Overcoming 'the Myth of Menstrual Danger'*, PhD diss., Pacifica Graduate Institute, 2021.

keseimbangan ekologi yang dijalankan tubuh perempuan, melihat lebih dalam pemaknaan tubuh perempuan sebagai sesuatu yang bernilai. Kubovski dan Cohen Shabot<sup>21</sup> secara eksplisit mengaitkan praktik penggunaan produk menstruasi berkelanjutan dengan bentuk agensi perempuan atas tubuh dan ekologi, yang sekaligus menolak dominasi kapitalisme menstruasi. Keseluruhan literatur ini memperkuat gagasan bahwa darah menstruasi bukanlah sesuatu yang harus disembunyikan atau dipermalukan, melainkan merupakan bagian narasi keadilan tubuh, lingkungan, dan kesetaraan gender.

Topik kedua perempuan dan pilihan produk ramah lingkungan. beberapa penelitian menyoroti pentingnya pemahaman akan praktik menstruasi yang tidak hanya sehat secara tubuh tetapi juga etis terhadap lingkungan. Shanmugasundaram dan Luthra<sup>22</sup> dalam artikelnya di *Journal of Cleaner Production*, menekankan bahwa pilihan produk menstruasi tidak dapat dilepaskan dari ketegangan antara keberlanjutan ekologis dan akses perempuan terhadap sistem sanitasi yang adil. Sementara itu, Kubovski mengkaji bagaimana iklan-iklan produk menstruasi mereproduksi wacana represi terhadap tubuh perempuan dan menutupi aspek ekologis yang melekat dalam pilihan konsumsi. Sejalan dengan itu, Bobel dan Fahs<sup>23</sup> dalam jurnal *Signs* menjelaskan bahwa munculnya produk menstruasi alternatif seperti menstrual cup dan pembalut kain adalah bentuk nyata dari inkarnasi politik tubuh, di mana perempuan secara sadar menggunakan tubuhnya sebagai

---

<sup>21</sup> Anna Kubovski dan Sara Cohen Shabot, “*Ecofeminism and Menstruation: Menstrual Practices with Reusable Menstrual Products among Israeli Women*”, *Feminist Theory*, Vol. 26(2) (2025) 507–522 <https://doi.org/10.1177/14647001241268302>.

<sup>22</sup> Lalitha Shanmugasundaram dan Aman Luthra, “*Between Choice and Sustainability: Navigating Menstrual Waste Management in India through Feminist Political Ecology and Ecological Modernization*”, *Journal of Cleaner Production*, 483 (2024) <https://doi.org/10.1016/j.jclepro.2024.144304>.

<sup>23</sup>1. Chris Bobel et al., *The Palgrave Handbook of Critical Menstruation Studies* (Singapore: Springer, 2020).

ruang perjuangan sosial dan ekologis. Bobel<sup>24</sup> juga menyoroti bahwa gerakan aktivis menstruasi di kalangan feminis gelombang ketiga berperan penting dalam mendorong konsumsi sadar yang tidak hanya membebaskan perempuan dari stigma tetapi juga dari ketergantungan pada produk perusahaan industri pembalut sekali pakai yang merusak lingkungan. Lebih lanjut, Sullivan<sup>25</sup> menemukan bahwa pilihan terhadap produk menstruasi alternatif seperti menstrual pad yang dapat terurai merupakan bentuk agensi perempuan terhadap narasi dominan dan upaya untuk merawat tubuh dan bumi secara bersamaan. Literatur-literatur ini menegaskan bahwa praktik menstruasi berkelanjutan dapat dibaca sebagai bagian dari ekofeminisme kontemporer yang mengintegrasikan kesehatan, identitas, dan keberlanjutan dalam satu wacana praksis.

Topik *ketiga* adalah pendidikan menstruasi dan hak tubuh. Menstruasi tidak hanya dipahami sebagai proses biologis yang menandai masa pubertas perempuan, tetapi juga sebagai bagian dari konstruksi sosial yang membentuk pengalaman tubuh secara kultural dan politis.<sup>26</sup> Tubuh perempuan yang menstruasi seringkali dikonstruksikan sebagai tidak bersih atau harus disembunyikan, sehingga isu kebersihan menstruasi jarang dibicarakan secara terbuka, bahkan dalam ruang pendidikan formal maupun religius.<sup>27</sup>

Kurangnya literasi menstruasi merupakan bentuk nyata dari ketimpangan informasi berbasis gender. Sebuah penelitian menunjukkan bahwa sekitar 65,8% remaja

---

<sup>24</sup>Chris Bobel, "Our Revolution Has Style": Contemporary Menstrual Product Activists 'Doing Feminism' in the Third Wave", *Sex Roles*, Vol. 54, no. 5-6 (2006)

<sup>25</sup>Jessica Sullivan, thesis *Going Against the Flow: Attitudes Related to Interest in Unconventional Menstrual Products\** (Massachusetts: Bridgewater State University, 2021).

<sup>26</sup>Robert A. Hahn dan Rima D. Apple, "The Woman in the Body: A Cultural Analysis of Reproduction," *Medical Anthropology Quarterly*, Vol. 3, no. 3 (1989): 306–10.

<sup>27</sup>Joan C. Chrisler, "Leaks, Lumps, and Lines: Stigma and Women's Bodies," *Psychology of Women Quarterly*, Vol. 35, no. 2 (2011): 202–214.



perempuan masih belum memahami cara menjaga kebersihan selama menstruasi.<sup>28</sup> Kondisi ini dapat berdampak pada kesehatan reproduksi dan memperkuat stigma yang melekat pada tubuh perempuan. Oleh karena itu, sosialisasi mengenai *higiene* menstruasi perlu dilakukan secara sistematis dan sensitif gender, dengan melibatkan guru, teman sebaya, serta dukungan institusional melalui buku ajar dan literatur perpustakaan yang relevan.

Seperti contohnya di lingkungan seperti pondok pesantren, perempuan kerap mengalami pembatasan akses terhadap informasi yang terkait dengan tubuh mereka sendiri, akibat dominasi nilai patriarkal dan ketabuan berbicara tentang seksualitas dan reproduksi. Contohnya seperti pondok pesantren As-Salam rendahnya tingkat pengetahuan mengenai kebersihan saat menstruasi yang dialami oleh sekitar 65,8% remaja putri mengindikasikan adanya ketimpangan informasi yang bersifat gender. Sosialisasi mengenai *higiene* menstruasi seharusnya tidak hanya menjadi tanggung jawab individu, melainkan juga sistem pendidikan dan lingkungan sosial, termasuk peran guru dan teman sebaya, pendekatan ini dapat diwujudkan melalui penguatan kurikulum serta penyediaan literatur yang sensitif gender dan ramah remaja terkait kebersihan reproduksi. Pengetahuan tentang *higiene* menstruasi perlu dipandang sebagai hak dasar perempuan yang berkaitan erat dengan martabat, kesehatan, dan agensi tubuh mereka.<sup>29</sup>

Pendekatan literasi menstruasi harus dilihat sebagai bagian dari pemberdayaan perempuan dan pengakuan atas hak mereka untuk mengelola tubuh secara sadar dan

---

<sup>28</sup> Ayu Nina Mirania dan Stephanie Lexy Lexy Louis, “*The Relationship of Information Sources with Adolescent Behavior about Personal Hygiene During Menstruation*,” *Indonesian Journal of Global Health Research* Vol 7 No 3 (2025)

<sup>29</sup> **Dewi Astuti Murni**, “*Perilaku Hygiene Menstruasi pada Remaja Putri di Madrasah Tsanawiyah Pondok Pesantren as-Salam, Kecamatan Kampar Utara, Provinsi Riau*,” *Ensiklopedia of Journal* 1, no. 5 (2023): 13–20.

bermartabat<sup>30</sup>. Melalui pendekatan ini, menstruasi tidak lagi diposisikan sebagai beban privat perempuan, tetapi sebagai ruang pengetahuan dan transformasi sosial yang lebih adil. Akses perempuan terhadap informasi seputar kesehatan reproduksi masih sangat bergantung pada inisiatif individu melalui media populer seperti majalah, artikel, dan sumber daring. Hal ini menunjukkan belum meratanya literasi kesehatan yang responsif gender dalam sistem pendidikan maupun layanan kesehatan formal.

Ketika perempuan berusaha merawat tubuhnya, mereka seringkali dihadapkan pada pilihan produk menstruasi konvensional yang ternyata mengandung zat berbahaya bagi organ reproduksi, seperti parfum sintetis, plastik, dan pemutih. Ketergantungan terhadap produk sanitasi sekali pakai ini mencerminkan bagaimana tubuh perempuan terus dikelola oleh sistem perusahaan yang tidak sepenuhnya transparan atau berpihak pada kesehatan jangka panjang pengguna. Dalam upaya menolak terhadap ketergantungan produk menstruasi buatan perusahaan industri muncul inovasi produk menstruasi berbasis alam seperti *Ba-Va Pad*. Produk ini menggunakan material organik seperti umbi gadung, kapas murni, dan ekstrak kulit pisang sebagai lapisan penyerap. Tidak hanya aman secara medis, *Ba-Va Pad* juga ramah lingkungan karena dapat terurai alami dalam tanah dalam waktu sekitar 1,5 bulan. Inovasi semacam ini menawarkan alternatif ekologis dan etis, yang mencerminkan nilai-nilai ekofeminisme: mengembalikan otonomi perempuan atas tubuhnya sekaligus merawat bumi.<sup>31</sup>

Dari pandangan dan pengamatan peneliti, penelitian yang sudah ditampilkan memiliki kesamaan dengan penelitian terdahulu; tema *pertama*, tesis ini sama-sama

---

<sup>30</sup> Nancy Fraser, *Justice Interruptus: Critical Reflections on the "Postsocialist" Condition* (New York: Routledge)

<sup>31</sup> Liana, Anis Wamtazul; Devina, Melati; Anggara, Hilman; As'ad, Muhammad; dan Irmanida Batubara, "*Bava-Pad: Pembalut Biodegradable Berbahan Dasar Umbi Gadung dan Kulit Pisang sebagai Alternatif Pembalut Wanita yang Sehat dan Ramah Lingkungan*," laporan PKM-Karsa Cipta, Institut Pertanian Bogor, 2014.

menempatkan perempuan sebagai subjek aktif yang membuat pilihan sadar terhadap produk menstruasi dan penggunaan pembalut kain tidak hanya dianggap sebagai pilihan higienis, tetapi juga sebagai bentuk kontrol atas tubuh dan tindakan ekologis. Tema *kedua*; narasi budaya dan iklan telah membentuk pemahaman yang menyudutkan Perempuan—menjadikan menstruasi tabu atau kotor. Tema *ketiga*; memperlihatkan bahwa pilihan produk menstruasi berkaitan langsung dengan kesadaran lingkungan dan keberlanjutan. Tesis ini mengambil posisi yang sama, dengan menyertakan aspek ekologis dalam praktik konsumsi perempuan, khususnya pada konteks lokal yaitu; Hasta Ningrat.

#### E. Kerangka Teoretis

Perspektif ekofeminisme simbolik ala Susan Griffin, praktik penggunaan pembalut kain oleh komunitas Hasta Ningrat merepresentasikan tindakan politik tubuh yang sarat makna ekologis dan sosial. Pertama, praktik ini dapat dilihat sebagai bentuk *resistance* terhadap sistem patriarki konsumeris. Perempuan dalam Hasta Ningrat ini menolak gagasan bahwa tubuh mereka adalah objek pasif yang harus dikendalikan dan dimodifikasi melalui produk-produk industri seperti pembalut sekali pakai. Mereka mempertanyakan ketubuhan yang diciptakan oleh kapitalisme yakni narasi bahwa hanya produk industri modern yang dapat menjamin kenyamanan dan kebersihan tubuh perempuan selama menstruasi. Sebaliknya, mereka menciptakan ruang bagi praktik yang lebih berkelanjutan dan berdaulat terhadap tubuh sendiri.

Kedua, penggunaan pembalut kain menjadi bentuk *reconnection* dengan alam. Bahan yang digunakan berasal dari kain yang dapat dicuci dan dipakai ulang, sehingga mengurangi limbah dan ketergantungan pada produk sekali pakai. Ini bukan hanya soal

efisiensi lingkungan, tetapi juga menandakan kesadaran bahwa tubuh perempuan memiliki ritme dan siklus yang selaras dengan alam. Dalam hal ini, tubuh tidak lagi dilihat sebagai beban atau masalah, melainkan sebagai bagian dari proses ekologis yang harus dihargai dan dijaga.<sup>32</sup>

Ketiga, praktik ini juga merupakan bentuk *reclaiming* pengetahuan perempuan. Penggunaan pembalut kain menghidupkan kembali praktik tradisional yang dulu diwariskan secara turun-temurun sebelum disingkirkan oleh narasi modernisasi. Melalui diskusi, lokakarya, dan berbagi pengalaman dalam komunitas, pengetahuan perempuan mengenai tubuh, kesehatan, dan lingkungan kembali dibangun secara kolektif. Ini sejalan dengan pandangan Griffin bahwa perempuan, melalui pengalaman tubuhnya, memiliki hubungan mendalam dengan bumi dan mampu menciptakan pengetahuan yang melawan narasi dominan yang merendahkan keduanya.<sup>33</sup>

Gerakan penggunaan pembalut kain seperti Hasta Ningrat merupakan bentuk *menstrual activism* yang konkret dan dapat dibaca sebagai wujud ekofeminisme praktis. Praktik ini tidak hanya berkaitan dengan pilihan produk yang lebih ramah lingkungan, tetapi juga menyorot struktur sosial dan budaya yang menstigmatisasi menstruasi. Dengan menggunakan pembalut kain dan membicarakan menstruasi secara terbuka dalam komunitas, perempuan secara aktif menantang konstruksi sosial yang menganggap darah menstruasi sebagai sesuatu yang kotor, memalukan, dan harus disembunyikan.<sup>34</sup>

Aktivisme ini juga memperkuat solidaritas antarperempuan. Dalam Hasta Ningrat, proses pembuatan, penggunaan, dan edukasi pembalut kain dilakukan secara

---

<sup>32</sup> Susan Griffin, “*Woman and Nature: The Roaring Inside Her*” (New York: Harper & Row, 1978) 102–105

<sup>33</sup> Susan Griffin, *Woman and Nature*, ...98–101.

<sup>34</sup> Susan Griffin, *Woman and Nature*..., 90–95.

kolektif melalui diskusi, pelatihan, dan saling berbagi pengalaman. Hal ini menciptakan ruang aman bagi perempuan untuk saling belajar dan mendukung, sekaligus membentuk jejaring *resistensi* terhadap dominasi budaya yang menindas tubuh dan alam. Oleh karena itu, *menstrual activism* melalui pembalut kain bukan sekadar praktik higienis atau ramah lingkungan, tetapi juga gerakan sosial yang menyatukan aspek tubuh, ekologi, dan solidaritas perempuan dalam kerangka ekofeminisme yang membumi.

Seperti dikemukakan oleh Tong<sup>35</sup>, ketika laki-laki diberi kuasa atas alam, maka kekuasaan tersebut meluas pula atas tubuh perempuan. Ekofeminisme mengkritisi sistem patriarki yang menciptakan hierarki biner seperti langit versus bumi, pikiran versus tubuh, laki-laki versus perempuan, dan budaya versus alam yang selalu menempatkan unsur-unsur feminin, jasmani, dan alami pada posisi subordinat. Elemen yang diposisikan lebih rendah ini dipandang sebagai objek yang sah untuk dikendalikan, dieksploitasi, bahkan dikomersialkan. Tubuh perempuan termasuk siklus biologis seperti menstruasi menjadi sasaran kapitalisasi dan normalisasi yang jauh dari prinsip keberdayaan. Seperti dikemukakan oleh Candraningrum, pemisahan antara budaya dan alam ini telah melahirkan bentuk kapitalisme tubuh dan ekosistem, di mana alam serta tubuh perempuan tidak lagi diperlakukan sebagai entitas hidup, melainkan sebagai sumber daya ekonomi. Maka dari itu, ekofeminisme lahir sebagai respon ideologis terhadap eksploitasi ini, memperjuangkan nilai keberlanjutan, keadilan ekologis, serta kesadaran tubuh termasuk kesadaran menstruasi atau *menstrual consciousness* yang mengafirmasi tubuh perempuan sebagai bagian dari alam yang harus dihormati, bukan dikendalikan atau disembunyikan.

---

<sup>35</sup> Rosemarie Tong, *Feminist Thought: A More Comprehensive Introduction* (New York: Westview Press, 2018).

Menurut Carolyn Merchant, ekofeminisme dapat dipahami melalui empat dimensi yang saling terhubung: ekologi, produksi, reproduksi, dan kesadaran.<sup>36</sup> Dari keempat aspek tersebut, kesadaran menjadi inti yang paling menentukan, karena melalui proses reflektif manusia mampu membentuk perilaku yang lebih etis terhadap lingkungan dan sesamanya. Namun, sebagaimana dikritik oleh Dewi Candraningrum dalam Seri Ekofeminisme II, kesadaran ekologis manusia saat ini telah dirusak oleh logika kapitalisme dan modernitas. Ia menekankan bahwa keterputusan manusia dari relasi spiritual dengan alam telah mengikis pemahaman bahwa kehidupan manusia saling terhubung secara hakiki dengan hewan, tumbuhan, dan bumi itu sendiri.<sup>37</sup> Hubungan antara perempuan dan alam yang selama ini digambarkan sebagai serupa karena sama-sama merawat atau melindungi bukanlah ekspresi dari kodrat biologis, melainkan hasil konstruksi sosial dan kesadaran historis. Maka, kesadaran perempuan untuk menjaga alam harus dipahami sebagai bentuk pilihan aktif dan politis yang lahir dari pemahaman akan ketimpangan struktural, bukan semata-mata naluri alami.

Dalam situasi krisis ekologis yang juga diwarnai oleh ketimpangan relasi gender, diperlukan adanya pendidikan yang bersifat kritis untuk mengungkap dan merefleksikan kembali nilai-nilai serta konsep-konsep yang selama ini membentuk cara pandang masyarakat. Hal ini mencakup upaya untuk menafsir ulang makna nilai-nilai dominan, membangun potensi nilai lokal, dan menjadikannya sebagai fondasi bagi terciptanya gerakan kolektif yang menjunjung kesetaraan antara laki-laki dan perempuan dalam

---

<sup>36</sup> Gadis Arivia, *"Filsafat Berperspektif Feminisme: Membongkar Dominasi Pemikiran Maskulin"*, edisi ke-2 (Jakarta: Yayasan Jurnal Perempuan, 2018).

<sup>37</sup> Dewi Candraningrum, "Ketika Banteng Tak Lagi Minum Air di bawah Pohon Keningar: Mitos Perempuan Lereng Gunung Merapi" diakses pada tanggal 10 Juli 2025 <https://www.jurnalperempuan.org/blog/dewi-candraningrum-ketika-banteng-tak-lagi-minum-air-di-bawah-pohon-keningar-mitos-perempuan-lereng-gunung-merapi>



pengelolaan serta pelestarian lingkungan. Oleh sebab itu, dibutuhkan keterlibatan bersama dalam membangun gerakan sosial-budaya yang partisipatif, berangkat dari pengalaman perempuan serta kelompok rentan yang selama ini terpinggirkan dalam diskursus dan praktik pelestarian alam.

#### **F. Metode Penelitian**

Jenis penelitian yang digunakan dalam tesis ini adalah metode kualitatif dengan menggunakan perspektif feminis. Perspektif feminis memiliki ciri utama yaitu lokus pada pengalaman perempuan sebagai sumber data empiris, bertujuan untuk menempatkan pada bidang kritis. Penelitian kualitatif bertujuan untuk memperoleh data deskriptif yang disajikan dalam bentuk kata-kata, baik yang diungkapkan secara tertulis maupun lisan dari subjek yang diteliti.<sup>38</sup>

Saya melakukan observasi dengan melihat sosial media tentang bagaimana Hasta Ningrat bukan hanya sebagai produsen pembalut ramah lingkungan, tidak hanya diposisikan sebagai entitas ekonomi, tetapi sebagai ruang simbolik dan praksis yang memungkinkan perempuan menegosiasikan ulang makna tubuh dan darah menstruasi.

Ada dua macam sumber data dalam penelitian ini yaitu sumber data primer dan sumber data sekunder. Sumber data primer meliputi wawancara dengan yang didapat sebagai direktur Hasta Ningrat; Dewi Ratna Sari, S.Kom. Dan beberapa pengguna pembalut kain diantaranya; 1) Zafira, 2) Ziyadatul, 3) Wulan, 4) Indah.

Sebagai data sekunder, saya melengkapi penelitian ini dengan sejumlah referensi buku dan jurnal yang mengkaji isu menstruasi dari berbagai perspektif. Selama ini,

---

<sup>38</sup> Diane Burns dan Melanie Walker, "*Feminist Methodologies*," dalam *\*Research Methods in the Social Sciences\**, ed. Bridget Somekh dan Cathy Lewin (London: Sage Publications, 2005), 67.



menstruasi cenderung ditempatkan dalam ruang-ruang privat, dibungkam oleh tabu, dan direduksi menjadi persoalan kebersihan semata. Namun dalam perkembangan wacana kontemporer, menstruasi mulai dipahami tidak hanya sebagai fenomena biologis, melainkan sebagai medan politik tubuh, konstruksi sosial, dan bahkan situs ekologis. Perspektif ini memungkinkan pembacaan yang lebih kritis atas praktik konsumsi menstruasi dan agensi perempuan, serta membuka ruang analisis terhadap relasi antara tubuh, identitas, dan keberlanjutan dalam konteks ekofeminisme dan kajian gender.

Setelah itu yang terakhir adalah analisis data. Penelitian ini menggunakan teknik analisis data interaktif yang dikembangkan oleh Miles & Huberman. Metode ini mencakup tiga tahapan utama, yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Pada reduksi data, penulis akan melalui proses seleksi, pemfokusan, penyederhanaan, serta memfilter informasi yang mendukung dari data yang diperoleh selama proses penelitian. Kemudian akan disajikan dalam bentuk naratif. Sementara itu, proses penarikan kesimpulan yang juga dikenal sebagai verifikasi—dilakukan dengan menelusuri setiap tahapan penelitian secara menyeluruh hingga diperoleh simpulan sementara.<sup>39</sup>

### **G. Sistematika Pembahasan**

Dalam tesis ini, saya menuliskan empat bab pembahasan yang saling terkait. Setiap bab memiliki beberapa subspesifik yang akan memudahkan pemahaman secara lebih detail.

Diawali dengan bab *Pertama*, saya menjelaskan terkait gambaran awal penelitian dengan latar belakang menguraikan isu social dan ekologi seputar menstruasi, kontribusi

---

<sup>39</sup> Farida Nugrahani, *Metode Penelitian Kualitatif: Dalam Penelitian Pendidikan Bahasa*, 177.

tubuh perempuan kemudian dilanjutkan dengan sub-sub yang menjelaskan terkait arah studi penelitian, kajian terdahulu terkait tema tubuh perempuan dan ekologis, metode yang saya gunakan dalam penelitian, kerangka teori yang digunakan dan sistematika pembahasan pada penelitian.

Bab *kedua* menguraikan secara terstruktur bagaimana praktik Hasta Ningrat membentuk ekofeminisme dalam konsumsi berkelanjutan. Bab ini dimulai dengan pemaparan latar historis dan konteks sosial kemunculan Hasta Ningrat sebagai komunitas yang menekankan praktik ramah lingkungan berbasis nilai-nilai lokal dan spiritualitas perempuan. Selanjutnya, dibahas bagaimana prinsip-prinsip ekofeminisme tercermin dalam aktivitas sehari-hari komunitas, khususnya melalui praktik konsumsi berkelanjutan seperti penggunaan pembalut kain. Analisis ini dilanjutkan dengan kajian atas bentuk-bentuk perlawanan perempuan terhadap budaya konsumsi patriarkal, termasuk bagaimana mereka menegosiasikan peran sosial dan ekologis dalam kehidupan sehari-hari. Bab ini juga mengkaji agensi perempuan dalam komunitas tersebut sebagai pelaku perubahan yang tidak hanya menjaga lingkungan, tetapi juga merekonstruksi pemaknaan tubuh dan kerja perempuan. Dengan demikian, bab ini bertujuan untuk menunjukkan bagaimana praktik Hasta Ningrat menjadi bentuk konkret ekofeminisme yang hidup dalam keseharian dan memberi arah pada konsumsi yang lebih adil dan berkelanjutan.

Bab *Ketiga* membahas bagaimana pengalaman menstruasi membentuk cara perempuan memahami dan merasakan tubuhnya sendiri. Melalui perspektif sosial, budaya, dan ekologis, pembahasan ini menunjukkan bahwa tubuh perempuan bukan hanya objek medis atau sosial, tetapi juga ruang kesadaran, pilihan, dan keberdayaan.

Bab *Keempat* merupakan penutup dan kesimpulan yang berisi memaparkan hal-hal penting hasil analisis penelitian. Pada bab ini ditutup dengan saran arah penelitian berikutnya.



## **BAB IV**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Penelitian ini mengungkapkan hubungan yang mendalam antara tubuh perempuan dan kesadaran ekologis melalui lensa ekofeminisme dalam praktik konsumsi berkelanjutan. Praktik Hasta Ningrat dalam penggunaan pembalut kain merepresentasikan bentuk ekofeminisme dalam konsumsi berkelanjutan yang diwujudkan melalui tiga dimensi utama: resistensi, ekologis, dan pemberdayaan. Dalam dimensi resistensi, penggunaan pembalut kain menjadi aksi politis yang menentang komodifikasi tubuh perempuan oleh industri menstruasi konvensional, serta menolak logika kapitalisme yang mengeksploitasi kebutuhan biologis perempuan demi akumulasi keuntungan. Secara ekologis, praktik ini berkontribusi dalam mengurangi limbah produk sekali pakai yang mencemari lingkungan, sekaligus mendorong pemanfaatan bahan-bahan alami dan lokal yang lebih ramah lingkungan. Sementara dalam dimensi pemberdayaan, Hasta Ningrat memperkuat kemandirian ekonomi perempuan melalui produksi dan konsumsi produk menstruasi lokal, serta membangun jaringan solidaritas antarperempuan dalam komunitas. Dengan demikian, praktik ini tidak hanya berfungsi sebagai solusi alternatif, tetapi juga sebagai bentuk transformasi sosial yang berakar pada kesadaran tubuh, lingkungan, dan kolektivitas perempuan.

Pengalaman menstruasi dengan menggunakan pembalut kain membentuk kesadaran ekologis perempuan melalui proses transformatif yang mencakup rekonsiliasi dengan tubuh, kesadaran lingkungan, dan transformasi kesadaran politik. Proses ini dimulai dengan penerimaan tubuh secara utuh, di mana siklus menstruasi dipahami

sebagai bagian alami dan bermakna dari kehidupan perempuan, selaras dengan ritme biologis dan siklus alam. Penggunaan pembalut kain juga membuka pemahaman konkret terhadap dampak konsumsi sehari-hari terhadap lingkungan, menjadikan praktik ini sebagai sarana internalisasi nilai-nilai keberlanjutan melalui pengalaman personal yang intim dan reflektif. Lebih jauh, pengalaman ini memunculkan kesadaran politik bahwa yang personal adalah politis bahwa tubuh perempuan, cara merawatnya, dan pilihan konsumsinya terhubung erat dengan struktur sosial dan ekologi yang lebih luas.

Penelitian ini membentuk kesadaran tubuh dan keterhubungan perempuan dengan alam dapat menjadi fondasi gerakan kolektif menuju keberlanjutan. Dengan menjadikan pengalaman menstruasi sebagai ruang perlawanan dan perenungan ekologis, perempuan membangun wacana baru yang menyatukan tubuh, bumi, dan kehidupan yang berkelanjutan melampaui batas-batas kapitalisme dan patriarki. Bentuk kesadaran kolektif ini tidak muncul secara instan, melainkan tumbuh dari pengalaman sehari-hari, ruang dialog, serta praktik perawatan tubuh yang sadar lingkungan. Dengan demikian, praktik penggunaan pembalut ramah lingkungan tidak hanya merupakan tindakan ekologis, tetapi juga politis sebuah bentuk perjuangan atas keadilan tubuh, kesehatan reproduksi, dan keberlanjutan ekologi.

## **B. Saran**

Penelitian ini membuka ruang baru dalam memahami pengalaman tubuh melalui praktik konsumsi berkelanjutan yang berakar pada pengalaman tubuh perempuan, seperti penggunaan pembalut kain, dapat terus dikembangkan dan diperluas melalui pendekatan pendidikan komunitas dan dukungan institusional. Pertama, para pendidik dan aktivis lingkungan disarankan untuk mengintegrasikan perspektif ekofeminisme dalam program

edukasi kesehatan reproduksi dan lingkungan, guna memperkuat kesadaran kritis perempuan terhadap tubuh dan ekosistemnya. Kedua, pembuat kebijakan perlu mempertimbangkan hasil penelitian ini sebagai dasar untuk merancang regulasi dan insentif yang mendorong produksi dan distribusi produk menstruasi ramah lingkungan serta mendukung pelaku ekonomi perempuan berbasis komunitas. Ketiga, peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengeksplorasi bentuk-bentuk lain dari praktik konsumsi berkelanjutan berbasis gender di berbagai konteks lokal sebagai bagian dari penguatan ekologi budaya. Dengan demikian, kesadaran ekologis yang berangkat dari pengalaman personal dapat menjadi kekuatan kolektif untuk perubahan sosial yang lebih adil.



## DAFTAR PUSTAKA

### BUKU

- Ahmed, Sara. *Living a Feminist Life*. Duke University Press, 2017.
- Arivia, Gadis. *Filsafat Berspektif Feminis: Membongkar Dominasi Pemikiran Maskulin Edisi 2*. YJP Press, 2018.
- Bartky, Sandra Lee. *Femininity and Domination: Studies in the Phenomenology of Oppression* (New York: Routledge, 1990), 123–25.
- Bobel, Chris. *New Blood: Third-Wave Feminism and the Politics of Menstruation*. Rutgers University Press, 2010.
- Bobel, Chris. *The Managed Body: Developing Girls and Menstrual Health in the Global South*. Palgrave Macmillan, 2019.
- Bordo, Susan. *Unbearable Weight: Feminism, Western Culture, and the Body* University of California Press, 1993.
- Butler, Judith. *Gender Trouble: Feminism and the Subversion of Identity*. Routledge, 1990.
- Cunningham, Saul, David Lindenmayer, dan Andrew Young. *Land Use Intensification: Effects on Agriculture, Biodiversity and Ecological Processes*. CSIRO Publishing, 2012.
- Douglas, Mary. *Purity and Danger: An Analysis of Concepts of Pollution and Taboo* London: Routledge, 2002
- Dhewy, Anita, Arianti Ina Restiani Hunga, dan Dewi Candraningrum. *Dalam Ekofeminisme V Pandemi Covid-19, Resiliensi, dan Regenerasi Kapitalisme*. Parahita Press, 2020.
- Douglas, Mary. *Purity and Danger: An analysis of concept of pollution and taboo*. Routledge, 1996.
- Durkheim, Émile. *The Rules of Sociological Method*. Free Press, 1982.
- Evelyn, Kessler, S. *Women: An Anthropological View*. Holt, Rinehart and Winston., 1976.
- Fahs, Breanne. *Out for Blood: Essays on Menstruation and Resistance*. SUNY Press, 2016.
- Fingerson, Laura. *Girls in Power: Gender, Body, and Menstruation in Adolescence*. State University of New York Press Albany, 2006.
- Foucault, Michel. *Discipline and Punish: The Birth of the Prison*, trans. Alan Sheridan. Vintage Books, 1995.
- Freidenfelds, Lara. *The Modern Period: Menstruation in Twentieth-Century America*. Johns Hopkins University Press, 2009.



- Gaard, Greta. *Ecofeminism: Women, Animals, Nature*. Temple University Press, 1993.
- Gray, Miranda, *Red Moon: Understanding and Using the Creative, Sexual and Spiritual Forces of the Feminine Cycle*. Brisbane: Animal Dreaming Publishing, 2010.
- Griffin, Susan. *Woman and Nature: The Roaring Inside Her*. Harper & Row, 1978.
- Grosz, Elizabeth. *Volatile Bodies: Toward a Corporeal Feminism*. Indiana University Press, 1994.
- Hunga, Arianti Ina Restiana, Dewi Candraningrum. Dalam *Ekofeminisme IV Tanah, Air, dan Rahim Rumah*. 2016.
- Leach, Melissa, Susan Joekes, dan Cathy Green. *Integrating Gender into Environmental Research and Policy*. 1996.
- Longhurst, Robyn. *Bodies: Exploring Fluid Boundaries*. Routledge, 2001.
- Lupton, Mary Jane, Janice Delaney, dan Emily Toth. *The Curse a Cultural History of Menstruation*. E. P. DUTTON & CO., INC., 1976.
- Lupton, Deborah. *Medicine as Culture : Illness, Disease and the Body in Western Societies*. SAGE Publications, 1994.
- Kessler, Evelyn S.. *WOMEN An Anthropological View*. Holt, Rinehart and Winston., 1976.
- Martin, Emily. *The Woman in the Body: A Cultural Analysis of Reproduction*. Beacon Press, 1987.
- Melanie Walker, Diane Burns. "Feminist Methodologies" in *Research Methods in The Social Sciences*. London, 2025.
- Merchant, Carolyn. *The Death of Nature: Women, Ecology, and the Scientific Revolution*. Harper & Row, 1980.
- Mies, Maria dan Vandana Shiva, *Ecofeminism*. London: Zed Books, 1993
- Nancy, Fraser. *Justice Interruptus Critical Reflections on the "Postsocialist" Condition*. Routledge, 2014. <https://doi.org/10.4324/9781315822174>
- Nugrahani, Farida. *Metode Penelitian Kualitatif: Dalam Penelitian Pendidikan Bahasa*. Publisher, 2014.
- Owen, Lara, *Her Blood Is Gold: Awakening to the Wisdom of Menstruation* London: Thorsons, 1993
- Salleh, Ariel, *Ecofeminism as Politics: Nature, Marx and the Postmodern* London: Zed Books, 1997
- Starhawk, *The Spiral Dance: A Rebirth of the Ancient Religion of the Great Goddess* (San Francisco: Harper & Row, 1979), 103.

- Shiva, Vandana. *Staying Alive: Women, Ecology, and Development*. Zed Books, 1988.
- Sullivan, Jessica, thesis *Going Against the Flow: Attitudes Related to Interest in Unconventional Menstrual Products\** (Massachusetts: Bridgewater State University, 2021).
- Tong, Rosemary Putnam. *Feminist Thought A More Comprehensive Introduction*. Jalasutra, 2006.
- Tomlinson, Maria. *The Menstrual Movement in the Media Reducing stigma and tackling social inequalities*. Palgrave Macmillan, 2024.
- Walker, Melanie, Diane Burns. *"Feminist Methodologies" in Research Methods in The Social Sciences*. London, 2025.
- Young, Iris Marion. *On Female Body Experience: "Throwing Like a Girl" and Other Essays*. Oxford University Press, 2005.

#### ARTIKEL JURNAL

- Abdullah, Irwan. "Mitosis Menstruasi: Konstruksi Budaya Atas Realitas Gender." *Humaniora* XIV,1 (2002): 34–41.
- Amalia, Rizki, Terry Y.R. Pristya. "Edukasi Dengan Media Leaflet Dalam Upaya Peningkatan Pengetahuan Ibu Tentang Pembalut Kain." *Jurnal Bakti Masyarakat Indonesi* 3, 2 (2020).
- Ashford ,Teresa L.. "Recounting, Rethinking, and Reclaiming Menstruation." Oregon State University, t.t.
- Berg, D. H., L. Block Courts MSc. "The Portrayal of the Menstruating Woman in Menstrual Product Advertisements." *Health Care for Women International*, 1993, 179–93. <http://doi.org/10.1080/07399339309516039>.
- Bobel, Chris. 'Our Revolution Has Style': Contemporary Menstrual Product Activists 'Doing Feminism' in the Third Wave." *Sex Roles* 54, no. 5–6 (2006): 331–45. <https://doi.org/10.1007/s11199-006-9001-7>.
- Bobel, Chris, Inga T. Winkler, Breanne Fahs, Katie Ann Hasson, Elizabeth Arveda Kissling, dan Tomi-Ann Roberts, ed. *The Palgrave Handbook of Critical Menstruation Studies*. Springer Singapore, 2020.
- Candraningrum, Dewi. *Eko-feminisme: dalam Tafsir Agama, Pendidikan, Ekonomi dan Budaya*. Jalasutra, 2013.
- Candraningrum, Dewi. "Ketika Benteng Tak Lagi Minum Di Bawah Pohon Keningar: Mios Perempuan Lereng Gunung Merapi." Dalam *Eko-feminisme II: Narasi Iman, Mitos, Air & Tanah*. I. Jalasutra, 2014.
- Candraningrum, Dewi. Dalam *Eko-feminisme dalam tafsir agama, pendidikan, ekonomi dan budaya*. Jalasutra, 2013.

- Caplan, Paula, Joan C Chrisler. "The Strange Case of Dr. Jekyll and Ms. Hyde: How Pms Became a Cultural Phenomenon and a Psychiatric Disorder." *Women's Health: Contemporary International Perspectives*, t.t.
- C.H. Ghattargi, D.S. Deo. "Perceptions and Practices Regarding Menstruation: A Comparative Study in Urban and Rural Adolescent Girls." *Indian Journal of Community Medicine* 30, 1 (2005).
- Chrisler, J. C, Johnston-Robledo, I. "The Menstrual Mark: Menstruation as Social Stigma." Dalam *The Palgrave Handbook of Critical Menstruation Studies*. 2020.
- Derr, Anna Lisa. PhD diss *Resacralizing Female Blood: Overcoming 'the Myth of Menstrual Danger*, PhD diss., Pacifica Graduate Institute, 2021.
- Dutt, Kuntala Lahiri-, Annie McCarthy. "Bleeding in Public? Rethinking Narratives Of Menstrual Management From Delhi's Slums." Dalam *The Palgrave Handbook of Critical Menstruation Studies*. Singapore: Springer Nature., (2020).
- Dhewy, Anita, Arianti Ina Restiani Hunga, dan Dewi Candraningrum. Dalam *Eko-feminisme V Pandemi Covid-19, Resiliensi, dan Regenerasi Kapitalisme*. Parahita Press, (2020).
- Elledge, Myles, Arundati Muralidharan, Alison Parker, dkk. "Menstrual Hygiene Management and Waste Disposal in Low and Middle Income Countries—A Review of the Literature." *International Journal of Environmental Research and Public Health* 15, no. 11 (2018): 2562. <https://doi.org/10.3390/ijerph15112562>.
- Fahimah, Siti,. "Eko-feminisme: Teori Dan Gerakan." *Alamtara: Jurnal Komunikasi dan Penyiaran Islam* 1, 1 (Juni 2017).
- Fahs, Breanne. "Bleeding Through Ecofeminism: Body Politics and the Environment." *women's Studies Quarterly* 46, 1–2 (2018).
- Fahs, Breanne, Ela Przybylo. "Empowered Bleeders and Cranky Menstruators: Menstrual Positivity and the 'Liberated' Era of New Menstrual Product Advertisements." Dalam *The Palgrave Handbook of Critical Menstruation Studies*. Springer Nature Singapore Pte Ltd., (2020).
- Gottlieb, Alma. "Menstrual Taboos: Moving Beyond the Curse." Dalam *The Palgrave Handbook of Critical Menstruation Studies*. Springer Nature Singapore Pte Ltd., (2020).
- Hahn, Robert, dan Rima D. Apple. "The Woman in the Body: A Cultural Analysis of Reproduction . Emily Martin." *Medical Anthropology Quarterly* 3, no. 3 (1989): 306–10. <https://doi.org/10.1525/maq.1989.3.3.02a00090>.
- Hodapp, Rachel Marie. "Secret Bleeding, Social Care: Menstruation, Embodiment, and Reproduction in Tanzania." PhD diss., Universitas, 2023
- Hunga, Arianti Ina Restiana, Dewi Candraningrum. Dalam *Eko-feminisme IV Tanah, Air, dan Rahim Rumah*. (2016).

- Husna, Laila Alfi, Istiqomah Shariati Zamani, dan Aning Yulianingtyas. *Pembalut Wanita Ramah Lingkungan Dan Beretika*. 2014.
- Jannah, Miftahul. "Spiritualitas Rahmat, Adil, Dan Salam: Sebuah Kajian Tafsir Ekofeminisme Islam." Dalam *Planet Berfikir: Iman Antroposen, Polutan, Ekosida Dan Krisis Iklim*. Ekofeminisme VI. Cantrik Pustaka, 2023.
- Jammeh, Amie, Tatiana Acevedo-Guerrero. "The Many Meanings of Menstruation Practices, Imaginaries and Access to Water and Sanitation Infrastructure in Lusaka, Zambia." Dalam *Routledge Handbook of Gender and Water Governance*. Routledge, (2024).
- Julina. "Analisis Perilaku Konsumen Perempuan Terhadap Kesehatan Reproduksi Dan Perilaku Penggunaan Pembalut." *Marwah: Jurnal Perempuan, Agama dan Gender* 11 (2012).
- Kubovski, Anna dan Sara Cohen Shabot, "Ecofeminism and Menstruation: Menstrual Practices with Reusable Menstrual Products among Israeli Women", *Feminist Theory*, Vol. 26(2) (2025) 507–522 <https://doi.org/10.1177/14647001241268302>.
- Kusmaryati, Pauline, Diniyati. "Pengembangan Pembalut Kain Yang Ramah Lingkungan Sebagai Alternatif Pilihan Untuk Kesehatan Reproduksi Perempuan." *Jurnal Media Kesehatan* 13, 1 (2020).
- Longhurst, Robyn,. *Bodies: Exploring Fluid Boundaries*. Routledge, 2001.
- Markham, Christine Margaret, Lea Sacca, dan Jhumka Gupta Melissa Peskin. "Editorial: Period poverty." *Frontiers in Reproductive Health*, advance online publication, 2023. <https://doi.org/10.3389/frph.2023.114091>.
- McHugh, M., A.L. Lushe, dan R.C. Thompson. "Occurrence of microplastics in the gastrointestinal tract of pelagic and demersal fish from the English Channel." *Elsevier Ltd.*, advance online publication, 2012. <http://doi.org/10.1016/j.marpolbul.2012.11.028>.
- Mettler, Annette, Janet Miche, dan Silvia Schönenberger Daniela Gunz. "Period Poverty: Why It Should Be Everybody's Business." *Journal of Global Health Reports*, advance online publication, (2022). <https://doi.org/doi:10.29392/001c.32436>.
- Mirania, Ayu Nina, Evi Yuniarti, dan Stephanie Lexy Lexy Louis. "The Relationship of Information Sources with Adolescent Behavior about Personal Hygiene During Menstruation." *Indonesian Journal of Global Health Research* 7,3 (2025). <https://doi.org/10.37287/ijghr.v7i3.5055>.
- Murni, Dewi Astuti. "Perilaku Hygiene Menstruasi Pada Remaja Putri Di Madrasah Tsanawiyah Pondok Pesantren as-Salam Kecamatan Kampar Utara, Provinsi Riau." *Ensiklopedia of Journal* 2, no. 1 (2019).
- Nurhalimah, Hany. "Pengalaman Perempuan Sebagai Pengetahuan: Kritik Ekofeminisme Carolyn Merchant Terhadap Retorika Dominasi Francis



- Bacon.” Dalam *Planet Berfikir: Iman Antroposen, Polutan, Ekosida Dan Krisis Iklim*. Ekofeminisme VI. Cantrik Pustaka, (2023).
- Patterson, Ashly S. Tesis *The Menstrual Body* (New Orleans: University of New Orleans, 2013).
- Peberdy, Elizabeth, Aled Jones, dan Dannielle Green. “A Study into Public Awareness of the Environmental Impact of Menstrual Products and Product Choice.” *Sustainability* 11, no. 2 (2019): 473.
- Piran, Niva. “The Menarche Journey: Embodied Connections and Disconnections.” Dalam *The Palgrave Handbook of Critical Menstruation Studies*. 2020.
- Ponkshe, Sayali, Gautami Bhor. “A Decentralized and Sustainable Solution to the Problems of Dumping Menstrual Waste into Landfills and Related Health Hazards in India.” *European Journal of Sustainable Development*, advance online publication, 2018. <https://doi.org/Doi:10.14207/ejsd.2018.v7n3p334>.
- Putri ,Nabila Amelia Hanisyah. *Efektifitas Modul Manajemen Kebersihan Menstruasi Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaj Di Pesantren Kota Makassar*. 6,2, no. Jurnal Sipakalebbi: Pusat Studi Gender dan Anak UIN Alauddin Makassar, (2022). <https://doi.org/10.24252/sipakallebbi.v6i2.34550>.
- Prasetiawan, Teddy. “Upaya Mengatasi Sampah Plastik di Laut.” *Bidang Kesejahteraan Sosial, Info Singkat X*, no. 10 (2018): 27–35. <https://doi.org/10.14203/mri.v4i1i.99>.
- Providing Sustainable Sanitation Services for All in WASH Interventions through a Menstrual Hygiene Management Approach*. World Bank Group, 2017.
- Novia Fajar Suryaning Puspita, “Dampak Sampah Pembalut Terhadap Lingkungan,” *Jurnal Program Studi Fisika, FMIPA, Universitas Sebelas Maret*, 2019
- Hennegan, Julie, Inga T. Winkler, Chris Bobel, Danielle Keiser, Janie Hampton, Gerda Larsson, Venkatraman Chandra-Mouli, Marina Plesons, dan Thérèse Mahon, "Menstrual Health: A Definition for Policy, Practice, and Research," *Sexual and Reproductive Health Matters* (2021), <https://doi.org/10.1080/26410397.2021.1911618>.
- Suliantoro, Bernadus Wibowo. “Rekonstruksi Pemikiran Etika Lingkungan Ekofeminisme Sebagai Fondasi Pengelolaan Hutan Lestari.” *Jurnal Bumi Lestari*, (2011).
- Sukumar, Deepthi. “Personal Narrative: Caste Is My Period.” Dalam *The Palgrave Handbook of Critical Menstruation Studies*. Palgrave Macmillan, 2020.
- Tanalisa, Oky Tiara Desvi. *Analisa Kadar Klorin Pada Pembalut Wanita Dari Berbagai Merk yang Dijual Eceran di Jalan Pimpinan Medan*. 2019.
- Tobar, Jacqueline Gaybor. “The Contentious Path of Menstrual Health Reflections on the Past and Provocations for the Future of the Water Sanitation and Hygiene Sector.” Dalam *Routledge Handbook of Gender and Water Governance*. Routledge, “2024”.

- Nasaruddin Umar, "Teologi Menstruasi: Antara Mitologi dan Kitab Suci," *Musāwa: Jurnal Studi Gender dan Islam* 5, no. 1 (2007)
- Uyun, Dhia Al. "Women's Rights in Indonesian Constitution." *International Journal of Humanities and Social Science* 4,8(1) (2014).
- Uzlifa ,Muthia. "Inisiatif Pondok Pesabtren Al-Hikmah Rembun Pekalongan Merawat Alam Melalui Pembalut Kain: Kajian Politik Menstruasi Gen Z." Dalam *Perempuan Yang Berfikir: Iman, Antroposen Dan Krisis Iklim*. Jalasutra, (2023).
- Widyani, I Dewa Ayu. "Menstrual Leave Policy; Between Gender Sensitivity and Discrimination Against Female Workers." *Technium Business and Management (TBM) iness and Management (TBM)* Vol. 2, No. 2 (2022).  
<https://doi.org/10.47577/business.v2i2.6754>.
- Seabirds Filled with Plastic Waste*. Rob Edward. 2004.
- Shanmugasundaram, By Lalitha, dan Aman Luthra. "Between Choice and Sustainability: Navigating Menstrual Waste Management in India Through Feminist Political Ecology and Ecological Modernization." *Journal of Cleaner Production* 483 (Desember 2024): 144304.  
<https://doi.org/10.1016/j.jclepro.2024.144304>.
- Sullivan, Jessica. *Going Against the Flow: Attitudes Related to Interest in Unconventional Menstrual Products*. t.t.
- Syatriani, Sri. "Faktor Risiko Kanker Serviks di Rumah Sakit Umum Pemerintah Dr. Wahidin Sudirohusodo Makassar, Sulawesi Selatan." *Kesmas, Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional* 5, no. 6 (2011): 283.  
<https://doi.org/10.21109/kesmas.v5i6.125>.
- Roaf, Virginia, Inga T. Winkler. "Taking the Bloody Linen Out of the Closet: Menstrual Hygiene as a Priority for Achieving Gender Equality." *Cardozo Journal of Law & Gender* 21, 1 (2014).
- Wahota, Salsabila Warda, Aileena Solicitor Costa Rica El Chidtian, dan Aditya Rahman Yani. "Perancangan Identitas Visual Kampanye Edukasi Pemanfaatan Alat Sanitasi Menstruasi Ramah Lingkungan." *ArtComm : Jurnal Komunikasi dan Desain* 7, no. 1 (2024): 48–58.  
<https://doi.org/10.37278/artcomm.v7i1.827>

## RUJUKAN WEB

- Candraningrum, Dewi, "[Ketika Banteng Tak Lagi Minum Air di bawah Pohon Keningar: Mitos Perempuan Lereng Gunung Merapi](https://www.jurnalperempuan.org/blog/dewi-candraningrum-ketika-banteng-tak-lagi-minum-air-di-bawah-pohon-keningar-mitos-perempuan-lereng-gunung-merapi)" diakses pada tanggal 10 Juli 2025 <https://www.jurnalperempuan.org/blog/dewi-candraningrum-ketika-banteng-tak-lagi-minum-air-di-bawah-pohon-keningar-mitos-perempuan-lereng-gunung-merapi>
- Laporan Sampah Pembalut Sekali Pakai di Indonesia. Greenpeace Indonesia, 2021.

UN Women. "Period Poverty Costs Too Much, Take Action to End It." 22 Mei 2024.

UNICEF Indonesia. Laporan Tahunan UNICEF 2024. 2025.

Taufiqur Rachman "Kreatif! Ibu Rumah Tangga Jombang Sulap Keresahan Jadi Bisnis Popok dan Pembalut Kain Ramah Lingkungan."  
<https://www.koranmemo.com/daerah/19215011770/kreatif-ibu-rumah-tangga-jombang-sulap-keresahan-jadi-bisnis-popok-dan-pembalut-kain-ramah-lingkungan> Diakses pada tanggal 27 Juni 2025

[Rabitha Maha](https://www.majalahsuarapendidikan.com/2023/12/hasta-ningrat-clodi-raup-rezeki-hingga-lestarikan-bumi), *Hasta Ningrat Clodi Raup Rezeki hingga Lestarkan Bumi*.  
<https://www.majalahsuarapendidikan.com/2023/12/hasta-ningrat-clodi-raup-rezeki-hingga.html> diakses pada tanggal 27 Juni 2025

## WAWANCARA

Hasil wawancara, Dewi Ratna Sari, Direktur Hasta Ningrat, 14 Juni 2025,

Hasil wawancara Ziyadatul, Pengguna pembalut kain Hasta Ningrat, 14 Juni 2025

Hasil wawancara Zafira, Pengguna pembalut kain Hasta Ningrat, 14 Juni 2025

Hasil wawancara Wulan, Pengguna pembalut kain Hasta Ningrat, 14 Juni 2025

Hasil wawancara Indah, Pengguna pembalut kain Hasta Ningrat, 14 Juni 2025

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA