

Air, Menstruasi, dan Sanitasi: Kerentanan dan Beban Pengelolaan Tubuh Remaja Perempuan di Sekolah

Water, Menstruation, and Sanitation: Vulnerabilities and the Burden of Bodily Management among Girls in Schools

Sekar Jatiningrum

Fakultas Hukum Universitas Gadjah Mada, Sleman, Indonesia

jatiningrumsekar05@gmail.com

Kode Naskah: Kronologi Naskah diterima 10 Juni 2026, direvisi 27 Juli 2026, diputuskan diterima 28 September 2026

Abstract

This study examines the menstrual experiences of schoolgirls in relation to access to water, sanitation, and institutional practices in schools. Employing a qualitative approach, the study uses thematic analysis of in-depth interviews with 12 schoolgirls aged 13–17 years in Sleman Regency, Yogyakarta. The findings reveal that limited access to clean water, adequate sanitation, and supportive facilities compels schoolgirls to undertake various forms of blood work, including carrying menstrual supplies, delaying pad changes, managing menstrual waste discreetly, and constantly anticipating menstrual leakage. These experiences demonstrate that inadequate infrastructure is not merely a technical deficiency but a form of infrastructural violence that shifts the burden of menstrual management onto female bodies. The findings underscore that meeting menstrual needs in schools requires gender-responsive policies and the provision of safe, adequate, and dignified infrastructure for schoolgirls.

Keywords: menstrual experiences, menstrual injustice, school sanitation, schoolgirls

Abstrak

Penelitian ini menganalisis pengalaman menstruasi pelajar perempuan di sekolah dalam kaitannya dengan akses air, sanitasi, dan relasi institusional. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan analisis tematik terhadap wawancara mendalam dengan 12 pelajar perempuan berusia 13–17 tahun di Kabupaten Sleman, Yogyakarta. Temuan menunjukkan bahwa keterbatasan air bersih, sanitasi, dan fasilitas pendukung memaksa pelajar melakukan berbagai bentuk *blood work*, seperti membawa perlengkapan menstruasi, menunda penggantian pembalut, mengelola limbah secara tersembunyi, serta mengantisipasi kebocoran menstruasi. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa keterbatasan infrastruktur bukan sekadar persoalan teknis, melainkan bentuk *infrastructural violence* yang mengalihkan beban pengelolaan menstruasi kepada tubuh perempuan. Temuan ini menegaskan bahwa pemenuhan kebutuhan menstruasi di sekolah memerlukan kebijakan yang responsif gender serta penyediaan infrastruktur yang aman, layak, dan bermartabat bagi pelajar perempuan.

Kata kunci: ketidakadilan menstruasi, pelajar perempuan, pengalaman menstruasi, sanitasi sekolah

Pendahuluan

Ketersediaan air bersih merupakan prasyarat fundamental bagi kehidupan yang sehat dan bermartabat, namun bagi perempuan, air memiliki dimensi politis yang menentukan pengalaman menstruasi (Schoep et al. 2019). Air menjadi elemen material yang berkaitan langsung dengan kebersihan tubuh, kesehatan reproduksi, rasa aman, dan martabat perempuan dalam aktivitas sehari-hari (Jaafar, Ismail, & Aziz 2023). Kebutuhan mandi, mencuci, mengganti pembalut, dan menjaga kebersihan organ reproduksi selama menstruasi menunjukkan bahwa akses terhadap air bukan sekadar isu teknis, melainkan pemenuhan hak dasar yang berkelindan dengan pengalaman tubuh (Kaur, Kaur, & Kaur 2018).

Persoalan ini semakin kompleks ketika menstruasi ditempatkan dalam relasi sosial dan spasial yang lebih luas, sebagai proses tubuh yang berkaitan dengan pengalaman afektif, relasional, dan ruang yang membentuk bagaimana perempuan berelasi dengan tubuhnya sendiri maupun lingkungan sekitarnya (Kelland, Paphitis, & Macleod 2017). Dalam masyarakat yang mengonstruksi feminitas melalui standar tertentu, menstruasi kerap dibebani tekanan simbolik, rasa malu, dan kewajiban menyembunyikan tanda-tanda tubuh yang dianggap “mengganggu” keteraturan ruang publik (Bobel 2008; Braun & Kitzinger 2001; Kissling 1996; Lee & Sasser-Coen 1996) sehingga tubuh menstruasi diposisikan sebagai tubuh yang harus dikendalikan,

disembunyikan, dan terus disesuaikan dengan norma dominan yang memproduksi keterasingan psikologis maupun sosial bagi perempuan (Young 1980).

Secara normatif, Indonesia telah mengakui air sebagai hak dasar melalui Undang-Undang Nomor 17 Tahun 2019 tentang Sumber Daya Air. Namun, pengakuan tersebut belum diterjemahkan ke dalam perlindungan yang responsif terhadap kebutuhan perempuan yang menstruasi sehingga menciptakan kesenjangan antara pengakuan hukum dan realitas pemenuhan hak atas air, sanitasi, dan kesehatan menstruasi (Day 2024). Kekosongan serupa tampak dalam Undang-Undang Nomor 17 Tahun 2023 tentang Kesehatan, yang mengatur kesehatan reproduksi sebagai persoalan perilaku seksual dan moralitas tubuh, bukan kebutuhan fisiologis rutin seperti menstruasi. Pasal 55 huruf (a) menjamin hak atas kehidupan reproduksi dan seksual yang sehat, aman, dan bebas diskriminasi, terlebih pembatasan “sesuai norma agama” membuka ruang tafsir sempit yang kerap mengontrol tubuh perempuan dan memperkuat stigmatisasi sehingga menstruasi terserap ke dalam kerangka moral seksualitas perempuan dan kehilangan ruang artikulasi sebagai objek pengaturan yang berdiri sendiri.

Logika serupa tercermin dalam pengaturan cuti menstruasi pada Pasal 81 ayat (1) Undang-Undang Ketenagakerjaan, yang menjamin hak tidak bekerja pada hari pertama dan kedua menstruasi disertai pembayaran upah (Pasal 93 ayat (1) huruf b). Implementasinya tetap bergantung pada negosiasi individual dan dibungkam oleh tabu sosial. Hukum akhirnya menyerahkan pemenuhannya pada relasi kuasa informal antara pekerja dan atasan sehingga hak formal ini diperlakukan sebagai pengecualian yang bergantung pada kesediaan individu bernegosiasi, bukan perlindungan dasar atas tubuh perempuan.

Stigma yang menempatkan menstruasi sebagai persoalan pribadi turut membatasi artikulasinya dalam perumusan kebijakan. Sebagaimana tampak ketika Mahkamah Konstitusi menolak uji materi Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional yang diajukan untuk memasukkan frasa “kesehatan reproduksi” ke dalam Pasal 37 ayat (1) huruf h tentang kewajiban mata pelajaran pendidikan jasmani dan olahraga, dengan alasan pemohon tidak memiliki kedudukan hukum atas pasal tersebut (BBC Indonesia 2015). Akibatnya, kesehatan reproduksi tidak pernah berdiri sebagai mata pelajaran mandiri. Ia terbatas menjadi materi titipan dalam bab-bab tertentu pelajaran IPA/Biologi dan PJOK. Penolakan berbasis *legal standing* ini menunjukkan

kebuntuan dalam mekanisme prosedural yang tertutup sebelum persoalan substantif diperiksa.

Metode Penelitian

Dalam konteks pendidikan, masalah ini tampak ketika sekolah tidak menyediakan infrastruktur memadai bagi kebutuhan menstruasi. Keterbatasan akses terhadap air bersih, sanitasi layak, dan fasilitas aman menjadikan menstruasi sumber kerentanan yang tidak proporsional. Berangkat dari masalah ini, penulis memandang pengalaman menstruasi bukan sekadar pengalaman tubuh yang privat dan individual, melainkan pengalaman yang diproduksi melalui relasi antara tubuh, infrastruktur, institusi, dan norma sosial. Konsep *blood work* dari Sang et al. (2021) digunakan untuk menganalisis berbagai kerja menstruasi yang tidak terlihat, tidak diakui, dan dinaturalisasi sebagai tanggung jawab perempuan. Penelitian berusaha mengisi celah tersebut dengan menganalisis keterkaitan ketimpangan akses air dan sanitasi, kerja menstruasi tak terlihat, dan kekerasan infrastruktur dalam membentuk pengalaman menstruasi, khususnya pada pelajar perempuan.

Selain itu, penelitian ini juga menerapkan konsep *infrastructural violence* yang dipaparkan oleh Rodgers dan O'Neill (2012), untuk menjelaskan bagaimana ketidakmampuan penyediaan infrastruktur dasar dapat menyebabkan ketidakadilan yang tidak merata, terutama pada kelompok tertentu. Konsep ini memandang kekerasan infrastruktur akan terjadi ketika suatu infrastruktur tidak hadir, tidak berfungsi, atau tidak layak secara sistematis sehingga biaya untuk memenuhi kebutuhan dasar harus dibebankan kepada individu atau kelompok yang menggunakan infrastruktur tersebut.

Dalam penelitian ini, *infrastructural violence* dijelaskan melalui tiga cara: 1) ketika tidak adanya air, kebersihan, atau fasilitas pendukung membuat siswi sulit memenuhi kebutuhan bulannya; 2) ketika kendala tersebut memaksa mereka bekerja ekstra, pindah tempat, tertunda mengganti pembalut, atau menggunakan cara lain untuk mengatasi ketidaktersediaan fasilitas; dan 3) ketika biaya fisik, waktu, tenaga, dan perasaan yang timbul akibat masalah tersebut secara tidak adil dibebankan pada tubuh siswi perempuan. Dengan tiga cara tersebut, kekerasan bukan hanya terlihat pada kerusakan teknis pada infrastruktur, tetapi juga pada proses sosial ketika kegagalan infrastruktur menyebabkan penyebaran beban dan kerentanan yang tidak merata.

Konsep *slow violence* (Nixon 2011) dalam penelitian ini digunakan untuk memperjelas dimensi temporal dan *infrastructural violence*. Nixon menjelaskan bahwa *slow violence* sebagai kekerasan yang berlangsung secara perlahan dan kasatmata, yang dampaknya tersebar dalam ruang dan waktu sehingga sering kali tidak dikenali sebagai kekerasan yang “segera”. Dalam penelitian ini, *infrastructural violence*, *slow violence*, dan *blood work* dapat dilihat sebagai tiga konsep yang saling melengkapi meskipun beroperasi pada tingkat analisis yang berbeda. *Infrastructural violence* digunakan sebagai cara pandang melihat mekanisme struktural, yaitu bagaimana ketidaktersediaan atau kurangnya kelayakan infrastruktur sekolah menyebabkan pembagian beban yang tidak adil.

Dengan kerangka ini, penelitian ini membaca *infrastructural violence* sebagai mekanisme struktural dan *slow violence* sebagai dimensi temporal dan akumulatifnya. Sementara itu, konsep *blood work* digunakan untuk mengetahui respons dan upaya tambahan yang harus dilakukan siswi untuk menggantikan kegagalan tersebut. Hubungan antara keduanya dapat terlihat melalui rangkaian: kegagalan dalam pembangunan infrastruktur menyebabkan keterbatasan akses; keterbatasan akses membuat tanggung jawab mengelola menstruasi tertumpu kepada individu; adanya pemindahan tanggung jawab yang berdampak pada beban kerja mental, waktu, ruang, fisik, dan emosional. Dalam kondisi yang terus berulang, pekerjaan tambahan ketika menstruasi menjadi “biasa” dan dianggap normal sehingga kegagalan di institusi tidak lagi dianggap sebagai masalah bersama, tetapi sebagai tantangan individual yang harus ditangani oleh yang mengalami.

Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan analisis tematik (Braun & Clarke 2006) untuk memahami konstruksi pengalaman menstruasi pelajar perempuan melalui relasi tubuh, infrastruktur, dan praktik institusional. Berlandaskan metodologi feminis, penelitian merefleksikan secara kritis posisi peneliti, relasi dengan partisipan, dan interpretasi data. Dua belas partisipan direkrut secara *purposive sampling* melalui jejaring sekolah, dengan kriteria pelajar perempuan berusia 13–17 tahun, telah mengalami menstruasi, dan aktif bersekolah di Kabupaten Sleman, DIY. Hal ini dilakukan untuk menghadirkan keberagaman pengalaman berdasarkan usia, jenjang pendidikan, dan konteks sekolah tanpa pretensi generalisasi statistik. Seluruh partisipan berpartisipasi secara sukarela setelah memperoleh penjelasan mengenai tujuan penelitian,

prosedur, penggunaan data, dan hak menghentikan partisipasi kapan saja. Mengingat seluruh partisipan berusia di bawah 18 tahun, *informed consent* diperoleh secara lisan melalui dua jalur: bagi partisipan yang diwawancarai di rumah partisipan atau rumah penulis, izin diperoleh dari partisipan dan orang tua; bagi yang diwawancarai di sekolah atau via *WhatsApp*, izin diperoleh dari partisipan dan guru. Penjelasan mengenai tujuan, prosedur, juga hak partisipan disampaikan secara langsung sebelum wawancara dimulai dan persetujuan tersebut didokumentasikan melalui catatan lapangan penulis. Wawancara berlangsung dalam kurun waktu Januari–Februari 2025 dan Maret–Mei 2026; rekrutmen informan dihentikan berdasarkan *information power* ketika pola berulang muncul tanpa tema substantif baru.

Data diperoleh melalui wawancara semi-terstruktur individual dalam Bahasa Indonesia di rumah penulis, rumah partisipan, sekolah, atau via *WhatsApp*; sebagian diwawancarai lebih dari sekali. Wawancara direkam atas persetujuan, ditranskripsikan verbatim, lalu dianalisis secara *inductive thematic analysis* melalui pembacaan berulang, *open coding*, dan pengembangan tema secara iteratif antara data dan teori. Validasi dilakukan melalui perbandingan antarkutipan dan konsistensi internal.

Penelitian memiliki beberapa keterbatasan di antaranya: rentang waktu wawancara memungkinkan perubahan kondisi infrastruktur sekolah, dominasi partisipan dari sekolah Islam berasrama memengaruhi pola kerentanan yang terungkap, dan cakupan partisipan dari satu kabupaten membatasi variasi pengalaman. Keterbatasan ini sejalan dengan karakter penelitian kualitatif yang mengutamakan kedalaman daripada generalisasi statistik. Peneliti adalah perempuan dewasa dengan pengalaman menstruasi dan ketertarikan akademik pada isu ini. Kesamaan gender membantu keterbukaan diskusi, sementara perbedaan usia dan posisi sosial terus direfleksikan sepanjang wawancara dan analisis. Identitas partisipan disamarkan dengan kode P1–P12 yang digunakan konsisten dalam penyajian kutipan dan analisis.

Krisis Air yang Terabaikan: Kerentanan Menstruasi di Sekolah

Kegagalan penyediaan air bersih di sekolah mengandung dimensi yang melampaui persoalan teknis dalam pengelolaan fasilitas. Bagi pelajar perempuan, air merupakan kebutuhan dasar yang memungkinkan mereka mengganti pembalut, membersihkan tubuh,

menjaga kebersihan diri (UNOPS et al. 2024), serta menjalankan aktivitas sehari-hari secara aman dan bermartabat (Jalali 2021; O'Reilly & Dreibelbis 2018; Walters 2014; Workman et al. 2021). Terhambatnya pemenuhan kebutuhan menstruasi yang disebabkan oleh minimnya sumber daya atau fasilitas sanitasi yang memadai, secara luas diakui sebagai hal yang merusak bukan hanya kesejahteraan emosional, tetapi juga kemampuan untuk berpartisipasi lebih luas dalam masyarakat, seperti pendidikan dan pekerjaan (Davis et al. 2018; Miuro et al. 2018; Sivakami et al. 2019; Tegegne & Sisay 2014; Yaliwal et al. 2020). Dalam penelitian ini, para pelajar perempuan menggambarkan berbagai persoalan yang berkaitan dengan akses air, seperti aliran air yang sangat kecil, kualitas air yang buruk dan keruh, hingga air yang mati dalam waktu lama. Yang memprihatinkan, kondisi tersebut dipahami sebagai bagian dari pengalaman sehari-hari yang dinormalisasi. P6 (14 tahun, siswi kelas VIII Sekolah Islam), misalnya, menjelaskan bahwa ketidaklancaran air di sekolah dan asrama terjadi hampir setiap hari:

"Biasanya air di sini (asrama dan sekolah) suka *icir* (aliran air sangat kecil). Jadi, sebetulnya air lebih sering *nggak* lancar. Dan ini sering, bisa setiap hari" (P6 2026, Wawancara Pribadi di Sekolah 26 Januari).

Pernyataan tersebut mengonfirmasi bahwa persoalan air bukan lagi peristiwa insidental, melainkan kondisi yang muncul secara berulang dalam kehidupan sehari-hari. Kutipan P6 tidak memuat ekspresi protes maupun ekspektasi terhadap perbaikan. Ketidadaan tuntutan tersebut bukan berarti persoalan telah terselesaikan, melainkan menunjukkan bagaimana ketidakcukupan layanan air telah diterima sebagai sesuatu yang normal dan menjadi bagian dari rutinitas setiap hari. Pengalaman serupa disampaikan oleh P3 (14 tahun, siswi kelas VIII SMP Negeri):

"Air itu ada tetapi lebih ke *kumuh* dan *suka* mati. Air itu juga sering mati karena beberapa kali *suka mati listrik*" (P3 2025, Wawancara Pribadi di Rumah Partisipan 5 Januari).

Kutipan tersebut menegaskan bahwa akses air tidak dapat direduksi menjadi persoalan ada atau tidak adanya air. Bagi tubuh menstruasi, akses air mencakup dimensi kualitas, kontinuitas, dan kemudahan penggunaan. Dalam kasus di atas, terlihat bahwa infrastruktur yang disediakan tidaklah memadai. Air yang sebenarnya dibutuhkan sebagai sanitasi digambarkan sebagai air yang keruh, berbau, atau tidak tersedia pada saat dibutuhkan telah gagal menjalankan fungsi sosialnya. Dalam konteks ini, kegagalan infrastruktur air dapat

dipahami sebagai bentuk *infrastructural violence* yang bersifat pasif (Rodgers & O'Neill 2012). Terlebih ketika kekerasan bekerja melalui ketidakhadiran atau ketidakberfungsian infrastruktur yang seharusnya menopang kehidupan sehari-hari. Berbeda dengan kekerasan yang bersifat langsung dan terlihat, bentuk kekerasan ini bekerja secara perlahan melalui pengabaian kebutuhan dasar kelompok tertentu. Karena hadir melalui ketidakhadiran, dampaknya sering kali tidak dikenali sebagai kekerasan, meskipun secara nyata membatasi kemampuan individu untuk menjalani kehidupan secara layak.

Bagi pelajar perempuan, dampak tersebut muncul ketika mereka tidak dapat mengganti pembalut, membersihkan tubuh, atau mengakses air pada saat dibutuhkan. P8 (14 Tahun), Siswi Kelas VIII Sekolah Islam menggambarkan situasi tersebut sebagai berikut:

"Airnya *nggak* selalu lancar. Pernah mati, sama sekali *nggak* ada air dari subuh sampai magrib. Jadi, kalau mau sholat, mandi, atau *ganti* pembalut *serba susah*" (P8 2026, Wawancara Pribadi di Sekolah 26 Januari).

Lebih lanjut, P8 menjelaskan pengalaman sehari-harinya bersama teman-teman di asrama:

"Sering kali saya sama temen-temen harus mengungsi ke kamar lain (asrama) atau cari tempat di masjid lain" (P8 2026, Wawancara Pribadi di Sekolah 26 Januari).

Penggunaan kata "mengungsi" memiliki makna signifikan secara analitis. Istilah ini umumnya menggambarkan perpindahan akibat kondisi darurat. Dalam konteks ini, kata tersebut mengindikasikan bahwa kegagalan infrastruktur air memaksa pelajar perempuan berpindah ruang untuk memperoleh layanan dasar yang seharusnya tersedia di lingkungan tempat mereka beraktivitas. Kegagalan infrastruktur tidak hanya menciptakan ketidaknyamanan, tetapi juga menghasilkan *micro-displacement*: perpindahan berskala kecil namun berulang yang menyita waktu, energi, dan mobilitas harian sebagai konsekuensi langsung dari kekosongan infrastruktur.

Temuan ini sejalan dengan Cassivi et al. (2018) serta Geere, Hunter, & Jagals (2010), yang menunjukkan bahwa upaya memperoleh akses air kerap disertai beban fisik signifikan, tidak hanya berkaitan dengan keberadaan sumber air, tetapi juga jarak, energi, dan waktu yang harus dikorbankan untuk memperolehnya. Dalam konteks menstruasi, beban ini semakin berat karena kebutuhan terhadap air bersifat mendesak dan tidak dapat ditunda. Dinamika ini memperlihatkan

bahwa ketiadaan infrastruktur sekaligus beroperasi sebagai kekerasan yang bekerja melalui pengabaian dan ketidakhadiran sehingga tubuh menjadi medium yang menanggung dampaknya secara langsung (Lesutis & Kaika 2024).

Ketika kebutuhan tersebut tidak diakomodasi infrastruktur, institusi secara implisit memindahkan tanggung jawab penyelesaiannya kepada individu. Sang et al. (2021) menyebut mekanisme ini sebagai *blood work*: kerja fisik, emosional, dan kognitif yang dilakukan individu untuk mengelola menstruasi agar tetap dapat berpartisipasi dalam aktivitas sehari-hari, mencakup upaya mengatasi nyeri, mencegah "kebocoran", memperoleh akses fasilitas memadai, menghadapi stigma sosial, dan menyesuaikan aktivitas dengan kondisi tubuh yang menstruasi. Pengalaman P9 (17 Tahun), Siswi Kelas XII Sekolah Islam memperlihatkan bagaimana *blood work* bekerja pada tingkat yang paling konkret:

"Di toilet itu saya pernah *nggak* ada air karena *lagi* mati lampu. Padahal itu saya lagi *bocor* haidnya. Jadi saya harus ke sekolah lain buat cari air dan bersih-bersih badan" (P9 2026, Wawancara Pribadi via *WhatsApp* 2 April).

Ketika air tidak tersedia, tubuh dipaksa melakukan perjalanan tambahan, mencari ruang alternatif, mengeluarkan energi lebih besar, serta menanggung kecemasan akan kebersihan tubuh dan kemungkinan kebocoran darah menstruasi. Pengalaman P9 di atas menunjukkan bahwa tidak tersedianya mekanisme institusional yang dapat segera menjembatani kebutuhan tersebut ketika fasilitas air tidak tersedia. Lebih jauh, pengalaman para partisipan mengungkapkan bahwa persoalan ini tidak terbatas pada lingkungan sekolah. P12 (16 Tahun), Siswi Kelas X Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) mengidentifikasi pola yang sama di berbagai ruang publik:

"Kalau buat fasilitas umum selain sekolah itu dilengkapi lagi, tambahkan toilet perempuan, air mengalir juga penting banget. Soalnya banyak tempat umum yang aku datang, airnya bisa mati sama sekali atau sekalinya nyala airnya bau dan kotor" (P12 2026, Wawancara Pribadi via *WhatsApp* 22 Mei).

Pengalaman P12 menunjukkan bahwa kegagalan infrastruktur air tidak terbatas pada satu sekolah, melainkan berulang di berbagai ruang publik yang berbeda. Pengulangan lintas ruang ini memunculkan pertanyaan yang belum terjawab: bagaimana akumulasi kegagalan yang tersebar dan berlangsung lama justru membuat kekerasan ini semakin sulit dikenali sebagai

kekerasan. Di sinilah, konsep *slow violence* dari Nixon (2011) menjadi relevan, kekerasan yang dialami berlangsung secara bertahap, tersebar melintasi ruang dan waktu, serta tidak meledak dalam satu peristiwa sehingga sering kali tidak dikenali sebagai kekerasan karena sudah larut terintegrasi dalam keseharian (Das 2007). Berbeda dari kekerasan yang dapat ditunjuk pada satu kejadian atau satu ruang, kegagalan yang dialami P6, P8, P9, dan P12 terakumulasi dari satu tempat ke tempat lain tanpa pernah tercatat sebagai satu rangkaian ongkos sosial karena masing-masing dialami sebagai insiden terpisah.

Truelove & Ruszczyk (2022) menyebut akumulasi tersembunyi ini sebagai bagian dari *everyday intimate infrastructures*, waktu yang hilang, energi yang terkuras, perpindahan ruang yang harus dilakukan, hingga tekanan psikologis yang menyertainya, yang secara individual tampak kecil namun secara kumulatif membentuk pola kerentanan yang konsisten. Dimensi waktu ini yang membedakan kontribusi Nixon dari *infrastructural violence*: jika *infrastructural violence* menjelaskan mengapa ketidakhadiran layanan dasar dapat disebut kekerasan, *slow violence* menjelaskan mengapa kekerasan tersebut nyaris tidak pernah diakui sebagai kekerasan karena tersebar dan terakumulasi melintasi ruang dan waktu sehingga tidak pernah tampil sebagai satu peristiwa yang menuntut pertanggungjawaban.

Berbagai bentuk kerja tak terlihat (*menstrual labor*) yang dialami partisipan berkaitan erat dengan tanggung jawab negara dalam menjamin hak dasar warga negara. Pasal 28H ayat (1) UUD 1945 menjamin hak setiap orang atas lingkungan hidup yang baik dan sehat serta pelayanan kesehatan, sementara Pasal 28I ayat (4) menegaskan pemenuhan hak asasi manusia sebagai tanggung jawab negara. Kegagalan menyediakan air bersih dan sanitasi layak bukan sekadar persoalan tata kelola ruang publik, melainkan kegagalan pemenuhan hak dasar yang berdampak langsung pada kehidupan pelajar perempuan yang menstruasi (lihat lebih lanjut dalam Wilson, Brinks, & Singh 2022).

Pengabaian ini berlangsung di tengah kerangka hukum yang secara formal telah mengakui air sebagai hak dasar. Undang-Undang Nomor 17 Tahun 2019 tentang Sumber Daya Air menegaskan bahwa setiap orang berhak memperoleh air untuk kebutuhan pokok sehari-hari guna hidup sehat dan bersih, dipertegas Pasal 6 yang mencakup jumlah, kualitas, dan keterjangkauan, serta Pasal 8 ayat (1) dan (2) yang mewajibkan negara menjamin pemenuhan kebutuhan pokok atas air

sebagai prioritas utama pengelolaan sumber daya air. Persoalannya bukan terletak pada ketiadaan norma hukum, melainkan pada kegagalan menerjemahkan norma tersebut ke dalam infrastruktur yang responsif terhadap kebutuhan tubuh yang menstruasi. Menstruasi semestinya dipahami sebagai bagian dari kebutuhan dasar yang dijamin negara, namun temuan penelitian ini mengindikasikan kesenjangan antara pengakuan hukum atas hak atas air dan pengalaman material perempuan dalam mengaksesnya.

Blood Work: Menstruasi dan Kerja Tubuh yang Tak Terlihat

Hambatan yang dihadapi pelajar perempuan selama menstruasi tidak semata berkaitan dengan ketersediaan air dan sanitasi, tetapi juga respons sekolah yang mengabaikan kebutuhan mereka. Temuan ini memperkuat bahwa *infrastructural violence* pasif tidak hanya tampak dalam absennya layanan dasar, tetapi juga dalam berbagai bentuk *blood work* (Sang et al. 2021) yang harus dilakukan pelajar perempuan untuk mengelola menstruasi di sekolah, termanifestasi dalam praktik membawa pembalut cadangan, pakaian pengganti, sabun, tisu, hingga kantong plastik hitam untuk membungkus limbah menstruasi setiap kali beraktivitas di luar rumah. Sebagian pelajar mendeskripsikan praktik persiapan ini sebagai rutinitas yang telah terinternalisasi dan berlangsung hampir otomatis. Seperti yang disampaikan oleh P4 (14 Tahun) dan P5 (14 Tahun), Siswi Kelas VIII SMP Negeri; P12 (16 Tahun), Siswi Kelas X Sekolah Menengah Kejuruan (SMK); dan P2 (13 Tahun), Siswi Kelas VII Sekolah Menengah Pertama:

“Aku selalu bawa pembalut *double* kalau di Sekolah. Soalnya UKS itu *nggak* menyediakan... aku juga selalu bawa celana dalam, sabun cair, sama plastik hitam” (P4 2026, Wawancara Pribadi di rumah penulis 18 Januari).

“Bawa pembalut cadangan, pasti itu. Kalau misalnya lupa, aku suka beli di koperasi. Aku juga sering bawa celana dalam, sabun cair, sama plastik” (P5 2026, Wawancara Pribadi di rumah penulis 18 Januari).

“Aku selalu *bawaan* cadangan tiap menstruasi, pembalut sama celana dalam. Sabun dan tisu aku juga selalu bawa. Buat jaga-jaga juga soalnya biasanya *nggak* disediakan di tiap toilet” (P12 2026, Wawancara Pribadi via WhatsApp 22 Mei).

“UKS menyediakan pembalut, tetapi biasanya aku tetap bawa sendiri” (P2 2025, Wawancara Pribadi di Rumah Partisipan 10 Januari).

Kutipan keempat partisipan mengindikasikan pola konsisten: pelajar perempuan harus mengantisipasi kebutuhan menstruasinya sendiri karena fasilitas sekolah tidak mampu menopangnya. Ungkapan “buat jaga-jaga” dari P12 menarik secara analitis karena yang diantisipasi bukan kemungkinan menstruasi itu sendiri, melainkan kegagalan fasilitas yang telah menjadi sesuatu yang dapat diprediksi.

Dalam perspektif feminis, kondisi ini mencerminkan pengalihan tanggung jawab dari ranah publik ke ranah privat. Kewajiban institusi menyediakan fasilitas pendukung pengelolaan menstruasi perlahan berpindah menjadi tanggung jawab individual perempuan, bukan melalui kebijakan eksplisit melainkan pembiaran terus-menerus sehingga ketidaktersediaan fasilitas diterima sebagai kondisi normal yang harus diantisipasi penggunaanya. Pengalihan tanggung jawab ini semakin tampak ketika menstruasi terjadi tak terduga: partisipan tidak dapat mengandalkan sistem formal sekolah, melainkan bergantung pada jaringan dukungan informal antarsesama perempuan. Hal ini dikatakan oleh P11 (16 Tahun), Siswi Kelas X Madrasah Aliyah Negeri (MAN) dan P-9 (17 Tahun), Siswi Kelas XII Sekolah Islam:

“Kalau menstruasi terjadi di tempat umum atau sekolah, saya ada perasaan panik. Tetapi saya berusaha tetap tenang dan segera mencari pembalut. Jika di Sekolah, mencari teman yang membawa pembalut dan kalau semisal tidak ada, maka saya akan cari di warung terdekat” (P11 2026, Wawancara Pribadi via WhatsApp 20 Mei).

“Kalau lagi haid di Sekolah dan *nggak* bawa, aku nanya-nanya pembalut ke sesama yang lagi haid juga. Atau *nggak* bilang ke UKS minta tolong untuk dibelikan” (P9 2026, Wawancara Pribadi via WhatsApp 2 April).

Jaringan solidaritas tersebut memang memicu dukungan antarsesama pelajar perempuan. Namun, secara analitis, keberadaannya sekaligus mengungkap absennya mekanisme dukungan formal. Semakin besar ketergantungan perempuan pada bantuan teman sebaya, semakin tampak bahwa institusi tidak hadir sebagai penyedia jaminan kebutuhan menstruasi. Solidaritas dalam konteks ini bukan sekadar bentuk kepedulian sosial, melainkan strategi kolektif untuk mengatasi kegagalan struktural yang tidak kunjung diselesaikan.

Dimensi lain dari *blood work* tampak dalam pengelolaan limbah menstruasi. Ketiadaan fasilitas pembuangan yang memadai memaksa partisipan mengembangkan berbagai strategi untuk memastikan

pembalut bekas dapat dibuang tanpa menimbulkan perhatian sosial. Seperti yang disampaikan oleh P9 (17 Tahun), Siswi Kelas XII Sekolah Islam; P7 (14 Tahun), Siswi Kelas VIII Sekolah Islam; dan P10 (16 Tahun), Siswi Kelas X Madrasah Aliyah Negeri (MAN):

"Kalau *nggak* ada tempat sampah, biasanya saya selalu bawa plastik hitam buat bungkus bekas pembalut. Kalau *nggak* ada, saya bawa dulu (pulang). Soalnya saya *nggak* berani kalau buang di tempat asal, takut juga" (P9 2026, Wawancara Pribadi via *WhatsApp* 2 April).

"Tempat sampah juga *nggak* ada. Jadi aku selalu mengisi tasku harus ada *kresek* buat siap sedia" (P7 2026, Wawancara Pribadi via *WhatsApp* 12 April).

"Aku kalau buang pembalut biasanya aku *plastikin* hitam dulu. Aku *iket*, terus aku buang ke tempat sampah" (P10 2026, Wawancara Pribadi via *WhatsApp* 20 Mei).

Melalui kutipan di atas, membawa kantong plastik hitam cadangan merupakan bagian dari kerja antisipatif yang muncul untuk mengatasi keterbatasan fasilitas pembuangan pembalut di sekolah. Praktik ini mengungkap dua lapisan ketidakadilan yang bekerja secara bersamaan. Pertama, kegagalan institusional dalam menyediakan sarana pembuangan limbah menstruasi yang mudah dijangkau dan memadai. Hal ini tercermin dalam pengalaman P12 (16 Tahun), Siswi Kelas X Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) yang menggambarkan jauhnya akses menuju tempat sampah.

"Buat tempat sampah itu menurutku itu minus, ya. Soalnya kalau mau buang bekas pembalut itu susah dan jauh *banget*, *beneran* yang jauh *banget*. Aku biasa buangnya pas habis dari kantin. Jarak tempat sampah dari kantin itu bisa jauh *banget*. Jadi, memang perlu ditambah lagi (tempat sampahnya)" (P12 2026, Wawancara Pribadi via *WhatsApp* 22 Mei).

Kedua, bekerjanya norma sosial yang menempatkan menstruasi sebagai sesuatu yang harus disembunyikan dari pandangan publik. Kata "*takut*" dalam kutipan P9 tidak merujuk pada ancaman fisik, melainkan pada kemungkinan bahwa menstruasi menjadi terlihat oleh orang lain. Ketakutan tersebut mencerminkan bahwa pengelolaan menstruasi tidak hanya berkaitan dengan kebersihan, tetapi juga dengan pengelolaan visibilitas agar tetap tersembunyi dari ruang sosial.

Dalam konteks ini, konsep *menstrual concealment imperative* (Wood 2020) menjadi relevan. Menstruasi tidak hanya harus dikelola, tetapi juga harus disembunyikan. Perempuan dituntut untuk memastikan bahwa darah, pembalut bekas, bau, maupun tanda-

tanda lain dari menstruasi tidak boleh dikenali oleh lingkungan sosial. Dengan demikian, membawa plastik hitam, membungkus pembalut berlapis-lapis, atau menyimpan limbah menstruasi sementara di dalam tas bukan sekadar tindakan praktis, ia menjadi beban baru dari kerja sosial untuk mempertahankan tubuh tetap sesuai dengan norma keterlihatan yang berlaku.

Pengawasan terhadap tubuh menstruasi juga termanifestasi dalam kecemasan terhadap kemungkinan kebocoran darah menstruasi. Hal ini diungkapkan oleh P10 (16 Tahun), Siswi Kelas X Madrasah Aliyah Negeri (MAN) dan P1 (13 Tahun), Siswi Kelas VII SMP Negeri:

"Aku juga selalu bawa pembalut cadangan sambil suka minta temen buat *ngecek* bocor atau *enggak*" (P10 2026, Wawancara Pribadi via *WhatsApp* 20 Mei).

"Kalau bawa pembalut cadangan atau pas mau ganti di Sekolah, biasanya *diselipin* ke kerudung" (P1 2025, Wawancara Pribadi di Rumah Partisipan 15 Januari).

P1 juga menambahkan bahwa menstruasi di sekolah selalu disertai kecemasan akan kemungkinan kebocoran.

"Langsung panik (ketika menstruasi hari pertama di Sekolah). Takut *banget* bocor dan *dilihatin* sama temen laki-laki" (P1 2025, Wawancara Pribadi di Rumah Partisipan 15 Januari).

Kutipan P10 menegaskan bahwa pengawasan terhadap tubuh menstruasi tidak hanya bersifat individual, tetapi juga melibatkan orang lain sebagai bagian dari mekanisme kontrol sosial. Tubuh menstruasi terus ditempatkan dalam posisi untuk diawasi, diperiksa, dan dipastikan tidak meninggalkan jejak di ruang publik. Praktik P1 menyelipkan pembalut di balik kerudung menunjukkan bahwa membawa produk menstruasi harus dilakukan secara tersembunyi agar status menstruasinya tidak terungkap. Pembalut dalam konteks ini bukan lagi sekadar produk kesehatan, melainkan penanda (*marker*) menstruasi yang harus disembunyikan dari ruang publik. Temuan ini menunjukkan bahwa pengelolaan menstruasi juga mencakup beban untuk mengendalikan visibilitas tubuh dan atribut yang diasosiasikan dengan menstruasi.

Kecemasan P1 dan P10 terhadap kebocoran, yang juga dialami banyak partisipan lain, memperlihatkan bagaimana pengawasan terhadap tubuh menstruasi diinternalisasi menjadi disiplin diri yang berlangsung terus-menerus. Kepanikan yang muncul bukan semata karena keluarnya darah, melainkan karena kemungkinan tubuhnya dikenali sedang menstruasi, terutama oleh

teman laki-laki. Hal ini membuat kebocoran dipahami sebagai kegagalan mempertahankan ketaktampakan (*concealment*) menstruasi di ruang sekolah. Tubuh menstruasi akhirnya berada dalam kewaspadaan permanen: tempat pelajar perempuan terus memantau tubuhnya, mengantisipasi kebocoran, dan mengatur setiap jejak yang berpotensi mengungkap statusnya. Hal ini menegaskan bahwa *blood work* juga merupakan kerja afektif dan disiplin tubuh yang diproduksi oleh norma sosial yang menempatkan menstruasi sebagai sesuatu yang harus disembunyikan.

Pengalaman seluruh partisipan menunjukkan bahwa menstruasi menuntut kerja yang melampaui pengelolaan tubuh semata: mengantisipasi kebutuhan (*mental labor*), mengatur waktu mengganti pembalut dan mengakses fasilitas (*temporal labor*), menyesuaikan mobilitas dengan lokasi air, toilet, dan tempat pembuangan limbah (*spatial labor*), dan sering kali secara emosional panik, malu, dan takut dilihat oleh teman sebaya laki-laki (*affective labor*). Berbagai bentuk kerja ini seharusnya menjadi tanggung jawab institusi melalui penyediaan infrastruktur yang memadai, namun kegagalan sekolah memenuhi kebutuhan tersebut justru mengalihkan seluruh beban pengelolaan menstruasi kepada pelajar perempuan sebagai tanggung jawab individual yang harus mereka pikul setiap hari.

Menunda Mengganti Pembalut: Politik Ruang, Pengakuan, dan Beban Menstruasi di Sekolah

Selain memproduksi berbagai bentuk kerja antisipatif, keterbatasan infrastruktur juga mendorong pelajar perempuan menyesuaikan kebutuhan tubuh dengan kondisi serba terbatas, salah satunya melalui penundaan penggantian pembalut. Hampir seluruh partisipan mengaku pernah melakukannya meski menyadari ketidaknyamanan dan risikonya yang menunjukkan bahwa penundaan tidak secara bebas dipilih dan merupakan konsekuensi dari struktur ruang, waktu, dan relasi kuasa yang membentuk pengalaman menstruasi pelajar perempuan di sekolah.

Pertama, penundaan ini diproduksi oleh rezim waktu institusional yang tidak mengakomodasi kebutuhan tubuh menstruasi dan diperkuat oleh norma gender, yang menabukan narasi seksualitas perempuan sehingga ruang artikulasi atas pengalaman tubuhnya tetap terbatas meski kapasitas tubuhnya setara (Asriani, Samderubun, & Pangestu 2023). Kebutuhan mengganti pembalut harus terus dinegosiasikan dengan jadwal sekolah yang padat, aturan kedisiplinan, dan otoritas pendidikan yang mengontrol akses ruang dan waktu.

Pengalaman P12 memperjelas relasi kuasa ini: akses ke toilet tidak sepenuhnya berada dalam kendali siswi, tetapi ditentukan juga oleh guru sebagai otoritas yang memiliki kendali atas kapan kebutuhan tubuh dianggap layak dipenuhi. Hal ini tampak dalam pengalamannya:

“Pernah waktu itu lagi pelajaran dan gurunya ini tipenya yang kalau ada murid mau izin ke toilet di tengah-tengah pelajaran, selalu bilang ‘kenapa ke kamar mandinya *nggak* dari tadi pas istirahat’. Jadi, mau *nggak* mau aku suka nunggu aduh berapa jam lagi, ya, ini. Jujur, kalau mau ngomong ke guru itu takut dan malu juga soalnya takut ada kata-kata (guru) yang keluar dan *nyakitin* lagi” (P12 2026, Wawancara Pribadi via *WhatsApp* 22 Mei).

Relasi kuasa dalam pengalaman P12 tidak dapat dibaca semata sebagai persoalan gender. Ia juga harus dibaca sebagai persimpangan beberapa posisi yang saling menguatkan: usianya sebagai remaja di bawah otoritas orang dewasa, posisinya sebagai murid yang kebutuhan tubuhnya harus disahkan terlebih dahulu oleh guru, serta ketimpangan kuasa institusional yang menempatkan kepatuhan pada aturan sekolah di atas kebutuhan fisiologis yang mendesak. Kerangka interseksionalitas Crenshaw (1991) relevan dalam menegaskan bahwa subordinasi adalah produk persimpangan yang menghasilkan kerentanan tersendiri. Kerentanan P12 lahir dari pertemuan sekaligus ketiga posisi tersebut, di hadapan guru yang juga berlapis: figur otoritas usia dewasa, representasi institusi sekolah, sekaligus pihak yang berwenang menafsirkan kebutuhan tubuh mana yang layak dipenuhi dan mana yang dapat ditunda. Ucapan gurunya, “kenapa ke kamar mandinya *nggak* dari tadi pas istirahat”, menjadi bentuk otoritas usia dan institusional yang mendefinisikan ulang kebutuhan tubuh murid sebagai kelalaian pribadi. P12 tidak memiliki ruang setara untuk membantah penafsiran itu, sebagaimana tampak dari pengakuannya bahwa ia “takut dan malu” untuk menyampaikan kebutuhannya.

Pengalihan tanggung jawab ini juga memperlihatkan proses individualisasi kebutuhan yang semestinya menjadi tanggung jawab institusional. Ketiadaan mekanisme terlembaga bagi kebutuhan menstruasi dan menyerahkan penilaiannya pada interpretasi individual guru di setiap kejadian memperlihatkan tanggung jawab institusional berubah menjadi negosiasi personal yang berlangsung dalam relasi kuasa yang timpang. Pola ini sejalan dengan narasi-narasi yang selama ini menjadikan kebutuhan tubuh urusan privat individu, bukan tanggung jawab kolektif yang wajib dijamin institusi secara struktural. Situasi serupa juga tampak dalam pengalaman P9 yang harus diam-diam kembali

ke asrama untuk mengganti pembalut karena aturan sekolah tidak mengizinkan siswa meninggalkan kelas pada jam pelajaran.

"Saya suka *diem-diem* pulang ke asrama buat ganti pembalut. Soalnya, aturannya *nggak* boleh di tengah pelajaran balik ke asrama" (P9 2026, Wawancara Pribadi via WhatsApp 2 April).

Kutipan P9 dan P12 menandai bahwa kebutuhan menstruasi tidak memperoleh pengakuan yang setara dengan tuntutan akademik. Dalam konteks ini, *politics of recognition* bekerja melalui relasi guru-murid yang mendefinisikan kebutuhan tubuh perempuan sebagai persoalan privat, sementara kepatuhan terhadap aturan sekolah diposisikan sebagai prioritas utama. Akibatnya, siswi harus menunda, menyembunyikan, atau menegosiasikan pengelolaan menstruasinya agar tetap dapat berfungsi dalam ruang institusional yang dibangun tanpa mempertimbangkan kebutuhan tubuh yang beragam.

Hal ini selaras dengan berbagai penelitian yang mengungkapkan bahwa pelajar perempuan yang sedang menstruasi memiliki kebutuhan sanitasi yang berbeda dibandingkan teman sebaya yang tidak menstruasi. Pengelolaan menstruasi sering kali menuntut frekuensi penggunaan toilet yang lebih tinggi serta waktu yang lebih lama untuk mengganti dan membersihkan diri. Hambatan dalam mengganti produk menstruasi secara tepat waktu selama jam sekolah dapat meningkatkan risiko terjadinya kebocoran menstruasi dan noda darah pada pakaian, yang kemudian berpotensi menimbulkan rasa malu, canggung, serta kekhawatiran terhadap ejekan dari lingkungan sekitar (Allen, Kaestle, & Goldberg 2011; Benshaul-Tolonen et al. 2020; Mason et al. 2013; Rheinländer et al. 2019).

Kedua, penundaan penggantian pembalut terjadi karena fasilitas sanitasi yang tersedia tidak memenuhi kebutuhan dasar pengelolaan menstruasi. Pengalaman para partisipan menegaskan bahwa keberadaan toilet secara fisik tidak otomatis menghasilkan akses yang bermakna serta kualitas ruang justru menentukan apakah fasilitas tersebut dapat digunakan secara aman, nyaman, dan layak oleh perempuan yang sedang menstruasi.

"Saya pernah juga menunda ganti pembalut karena toiletnya kotor. Soalnya, kalau mau *bersihin* pembalut dan toiletnya kotor itu *kaya* aduh *gimana*, ya, *kaya* *nggak* dulu deh. Jadi, saya harus tahan dulu daripada tempatnya *kaya gitu*" (P9 2026, Wawancara Pribadi via WhatsApp 2 April).

"Aku tuh *bener-bener* yang *nggak* mau banget ganti pembalut di kamar mandi sekolah. Jadi pas udah *sampe* asrama gantinya" (P7 2026, Wawancara Pribadi via WhatsApp, 12 April).

"Saya sering menunda *ganti* kalau di sekolah karena toilet yang bikin *nggak* nyaman dan saya lebih milih *ganti* di rumah. Dampaknya saya juga *jadi* kurang nyaman kalau *ganti* pembalut *nggak* tepat waktu" (P11 2026, Wawancara Pribadi via WhatsApp 20 Mei).

Kutipan di atas merefleksikan bahwa persoalan utama tidak terletak pada keberadaan toilet, melainkan pada ketidakmampuannya mendukung praktik pengelolaan menstruasi secara memadai. Dalam situasi ini, pelajar perempuan sering kali dihadapkan pada pilihan yang sama-sama merugikan: menggunakan fasilitas yang tidak higienis atau menunda penggantian pembalut lebih lama. Situasi ini mencerminkan keterbatasan pendekatan pembangunan yang mengukur akses sanitasi hanya berdasarkan keberadaan infrastruktur fisik. Bagi tubuh yang sedang menstruasi, akses tidak hanya berarti tersedianya toilet, tetapi juga tersedianya ruang yang aman, bersih, privat, dan memungkinkan pengelolaan tubuh dengan baik.

Ketiga, penundaan penggantian pembalut diproduksi oleh absennya rasa aman dalam ruang menstruasi. Beberapa pelajar perempuan secara eksplisit mengaitkan keputusan untuk menunda penggantian pembalut dengan ketidaknyamanan dan ketidakamanan yang mereka rasakan ketika harus mengelola menstruasi di sekolah.

"Aku *nggak* pernah ganti pembalut di Sekolah, soalnya bagiku rasa aman itu juga *nggak* ada. Aku lebih *milih* ganti di asrama, meskipun sering kali harus *nunda* ganti lebih lama" (P8 2026, Wawancara Pribadi di Sekolah 26 Januari).

Pernyataan tersebut menggambarkan bahwa ketika rasa aman tidak tersedia, perempuan dipaksa menyesuaikan tubuhnya dengan ruang yang ada, bukan sebaliknya. Akibatnya, penundaan penggantian pembalut menjadi strategi untuk menghindari ketidaknyamanan yang terus diproduksi setiap harinya. Pernyataan partisipan ini sejalan dengan sejumlah penelitian yang mengungkap bahwa ketidakmampuan mengelola menstruasi secara aman dan bermartabat, beserta pengalaman penghinaan yang menyertainya, tidak hanya membatasi partisipasi pendidikan pelajar perempuan, tetapi juga menghasilkan tekanan emosional yang berkelanjutan (Fialkov et al. 2021; Vashisht et al. 2018).

Keempat, penundaan penggantian pembalut menegaskan bagaimana perempuan menanggung konsekuensi kesehatan dan kerja tambahan akibat kegagalan lingkungan institusional dalam mengakomodasi kebutuhan menstruasi. Dampak tersebut tampak dalam pengalaman P-8 yang mengaitkan penundaan penggantian pembalut dengan munculnya keluhan fisik.

“Aku beberapa kali *suka ngerasa* gatal kalau waktu buang air kecil. Karena jadwal sekolah dan asrama yang padat tadi, jadi *suka* lupa *ganti* atau *nunda* ganti karena *nggak* ada waktu” (P8 2026, Wawancara Pribadi di Sekolah 26 Januari).

“Sebenarnya di asrama juga aku *suka nunda*. Soalnya jarak kamar mandi asrama dari kamar itu terasa jauh. Jadi, ada perasaan malas dan akhirnya *menunda*” (P8 2026, Wawancara Pribadi di Sekolah 26 Januari).

Kutipan tersebut memperlihatkan bahwa penundaan penggantian pembalut bukan praktik tanpa konsekuensi. Ia menghasilkan dampak fisik yang langsung ditanggung tubuh perempuan. Keterlambatan ini dapat dibaca sebagai bentuk *gendered burden* (Moffat & Pickering 2019), beban tambahan yang secara tidak proporsional ditanggung perempuan akibat lingkungan sosial dan institusional yang tidak dirancang berdasarkan kebutuhan tubuh mereka. Untuk sekadar mengganti pembalut, pelajar perempuan harus menyesuaikan diri dengan jadwal sekolah, aturan institusi, kondisi toilet, ketersediaan privasi, hingga potensi stigma sosial. Hal ini menegaskan bahwa pengelolaan menstruasi membutuhkan infrastruktur pendukung yang memungkinkan perempuan berpartisipasi penuh dalam kehidupan sekolah. Penelitian lain menegaskan bahwa fasilitas sanitasi yang responsif terhadap kebutuhan perempuan berpengaruh langsung terhadap rasa aman, mobilitas, dan partisipasi mereka dalam kehidupan sehari-hari (Caruso et al. 2013; Haver et al. 2013; Long et al. 2013; Sommer 2010).

Pengalaman para partisipan menegaskan bahwa persoalan menstruasi tidak hanya berkaitan dengan ketersediaan fasilitas, tetapi juga politik ruang (*politics of space*) dan politik pengakuan (*politics of recognition*). Akses terhadap ruang dan fasilitas kerap tidak terdistribusi secara setara, sementara kebutuhan tubuh perempuan sering kali tidak diakui sebagai kebutuhan yang layak diakomodasi. Zackrisson (2022: 36) mencatat bahwa kebutuhan perempuan terhadap fasilitas sanitasi kerap diposisikan sebagai persoalan personal atau sekadar “*young girls’ feelings*” sehingga tidak memperoleh respons struktural yang memadai.

Dalam konteks penelitian ini, ditegaskan bahwa bagi pelajar perempuan, kebutuhan untuk mengganti pembalut, memperoleh privasi, mengakses toilet yang bersih, dan mengelola menstruasi secara aman, privat, dan bebas stigma yang membedakan pengalaman mereka dari pelajar laki-laki, akan memaksa mereka terus-menerus menyesuaikan mobilitas, aktivitas, dan ritme tubuh dengan kondisi ruang yang tersedia. Dengan demikian, selain sekolah harus dapat diakses secara merata, penyediaan akses yang memadai secara penuh dan bermartabat juga harus terdistribusi secara setara.

Penutup

Penelitian ini menunjukkan bahwa pengalaman menstruasi pelajar perempuan di sekolah merupakan hasil pertemuan ragam bentuk ketidakadilan yang saling bertaut: ketidakadilan material melalui infrastruktur yang absen atau tidak berfungsi, ketidakadilan kerja yang tersembunyi di balik berbagai bentuk *blood work* yang terus dibebankan kepada perempuan, dan ketidakadilan psikologis yang termanifestasi dalam rasa malu, cemas, dan tidak aman yang harus ditanggung pelajar perempuan ketika ruang sekolah gagal mengakomodasi kebutuhan tubuhnya.

Infrastructural violence memperlihatkan bahwa absennya air bersih dan sanitasi yang layak bukan sekadar kekurangan teknis. Ia melebar kepada kekerasan struktural yang mendistribusikan beban penyesuaian secara tidak setara kepada tubuh perempuan. Dalam penelitian ini, melalui pengalaman partisipan, kondisi tersebut kerap dihadapi melalui berbagai bentuk penyesuaian dan normalisasi sehari-hari. Normalisasi tersebut memperlihatkan bagaimana kegagalan institusional dapat menjadi tidak terlihat ketika konsekuensinya terus-menerus dikompensasi melalui kerja tubuh perempuan.

Sementara *blood work* memungkinkan penelitian ini melihat bahwa kerja antisipatif yang mencakup dimensi mental, temporal, dan spasial berlangsung setiap hari tanpa pengakuan institusional. Temuan ini mengimplikasikan bahwa kebijakan di lingkungan pendidikan tidak dapat diukur semata dari keberadaan infrastruktur fisik. Akses yang bermakna bagi tubuh yang menstruasi mencakup kualitas, kontinuitas, privasi, dan keamanan ruang yakni dimensi yang secara konsisten absen dari standar penilaian yang ada. Dalam konteks hukum Indonesia, ini berarti mengisi celah antara pengakuan normatif atas hak atas air, hak kesehatan reproduksi khususnya menstruasi, serta realitas material

yang dialami pelajar perempuan setiap harinya: sebuah celah yang tidak dapat ditutup hanya melalui regulasi teknis, tetapi juga menuntut perubahan dalam cara negara dan institusi pendidikan memahami tubuh perempuan sebagai subjek hak.

DAFTAR PUSTAKA

- Allen, K. R., Kaestle, C. E., & Goldberg, A. E. 2011. "More Than Just a Punctuation Mark: How Boys and Young Men Learn About Menstruation." *Journal of Family Issues* 32(2), pp. 129–156. <https://doi.org/10.1177/0192513x10371609>.
- Asriani, D., Samderubun, G., & Pangestu, E. 2023. "Pengetahuan dan Keterampilan Artikulasi Hak Kesehatan Seksual dan Reproduksi (HKSR) di Kalangan Perempuan Muda Asli Papua." *Jurnal Perempuan* 28(1), hlm. 61–72. <https://doi.org/10.34309/jp.v28i1.788>.
- Benshaul-Tolonen, A. et al. 2020. "Measuring Menstruation-Related Absenteeism Among Adolescents in Low-Income Countries." In *The Palgrave Handbook of Critical Menstruation Studies*, edited by C. Bobel, I. T. Winkler, B. Fahs, K. A. Hasson, E. A. Kissling, & T.-A. Roberts, pp. [chapter]. Palgrave Macmillan: Singapore. https://doi.org/10.1007/978-981-15-0614-7_52.
- Bobel, C. 2008. "From Convenience to Hazard: A Short History of the Emergence of the Menstrual Activism Movement, 1971–1992." *Health Care for Women International* 29(7), pp. 738–754. <https://doi.org/10.1080/07399330802188909>.
- Braun, V. & Clarke, V. 2006. "Using Thematic Analysis in Psychology." *Qualitative Research in Psychology* 3(2), pp. 77–101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>.
- Braun, V. & Kitzinger, C. 2001. "'Snatch,' 'Hole,' or 'Honey-Pot'? Semantic Categories and the Problem of Nonspecificity in Female Genital Slang." *Journal of Sex Research* 38(2), pp. 146–158. <http://www.jstor.org/stable/3813705>.
- Caruso, B. A. et al. 2013. *WASH in Schools Empowers Girls' Education in Freetown, Sierra Leone: An Assessment of Menstrual Hygiene Management in Schools*. UNICEF: New York, NY, pp. 1–40. Diakses pada 26 Juli 2026 di <https://www.washinschoolsindex.com/storage/articles/GOU8xvmngOFdmlr4UxSDSQq2m64tlaZwpqTRREm4.pdf>.
- Cassivi, A. et al. 2018. "Access to Drinking Water: Time Matters." *Journal of Water and Health* 16(4), pp. 661–666. <https://doi.org/10.2166/wh.2018.009>.
- Crenshaw, K. 1991. "Mapping the Margins: Intersectionality, Identity Politics, and Violence against Women of Color." *Stanford Law Review* 43(6), pp. 1241–1299. <https://doi.org/10.2307/1229039>.
- Davis, J. et al. 2018. "Menstrual Hygiene Management and School Absenteeism among Adolescent Students in Indonesia: Evidence from a Cross-Sectional School-Based Survey." *Tropical Medicine & International Health* 23(12), pp. 1350–1363. <https://doi.org/10.1111/tmi.13159>.
- Day, I. 2024. "Menstruation, Human Rights, and the Patriarchy: How International Human Rights Law Puts Menstruating People at Risk." *Harvard Human Rights Journal*, April 3, 2024.
- Fialkov, C. et al. 2021. "The Impact of Menstrual Hygiene Management and Gender on Psychosocial Outcomes for Adolescent Girls in Kenya." *International Journal of Adolescence and Youth* 26(1), pp. 172–184. <https://doi.org/10.1080/02673843.2021.1898424>.
- Geere, J. A., Hunter, P. R., & Jagals, P. 2010. "Domestic Water Carrying and Its Implications for Health: A Review and Mixed Methods Pilot Study in Limpopo Province, South Africa." *Environmental Health* 9, pp. 52. <https://doi.org/10.1186/1476-069X-9-52>.
- Haver, J. et al. 2013. *WASH in Schools Empowers Girls' Education in Masbate Province and Metro Manila, Philippines: An Assessment of Menstrual Hygiene Management in Schools*. UNICEF: New York, NY. Diakses pada 26 Juli 2026 di <https://resourcecentre.savethechildren.net/document/wash-schools-empowers-girls-education-masbate-province-and-metro-manila-philippines>.
- Jaafar, H., Ismail, S. Y. S., & Aziz, A. A. 2023. "Period Poverty: A Neglected Public Health Issue." *Korean Journal of Family Medicine* 44(4), pp. 183–188. <https://doi.org/10.4082/kjfm.22.0206>.
- Jalali, R. 2021. "The Role of Water, Sanitation, Hygiene, and Gender Norms on Women's Health: A Conceptual Framework." *Gendered Perspectives on International Development* 1(1), pp. 21–44. <https://doi.org/10.1353/gpi.2021.0001>.
- Kaur, R., Kaur, K., & Kaur, R. 2018. "Menstrual Hygiene, Management, and Waste Disposal: Practices and Challenges Faced by Girls/Women of Developing Countries." *Journal of Environmental and Public Health* 2018, pp. 1730964. <https://doi.org/10.1155/2018/1730964>.
- Kissling, E. A. 1996. "Bleeding out Loud: Communication about Menstruation." *Feminism & Psychology* 6(4), pp. 481–504. <https://doi.org/10.1177/0959353596064002>.
- Kelland, L., S. Paphitis, & C. Macleod. 2017. "A Contemporary Phenomenology of Menstruation: Understanding the Body in Situation and as Situation in Public Health Interventions to Address Menstruation-Related Challenges." *Women's Studies International Forum* 63, pp. 33–41. <https://doi.org/10.1016/j.wsif.2017.09.004>.
- Lee, J. & Sasser-Coen, J. 1996. "Memories of Menarche: Older Women Remember Their First Period." *Journal of Aging Studies* 10(2), pp. 83–101. [https://doi.org/10.1016/S0890-4065\(96\)90007-9](https://doi.org/10.1016/S0890-4065(96)90007-9).
- Lesutis, G. & Kaika, M. 2024. "Infrastructured Bodies: Between Violence and Fugitivity." *Progress in Human Geography* 48(4), pp. 458–474. <https://doi.org/10.1177/03091325241232156>.
- BBC Indonesia. 2015. Pelajaran Kesehatan Reproduksi Ditolak MK. *BBC Indonesia*. Diakses pada 26 Juli 2026 di https://www.bbc.com/indonesia/berita_indonesia/2015/11/151102_indonesia_pendidikanseks.
- Long, J. et al. 2013. *WASH in Schools Empowers Girls' Education in Rural Cochabamba, Bolivia: An Assessment of Menstrual Hygiene Management in Schools*, pp. 1–56. UNICEF: New York, NY. Diakses pada 26 Juli 2026 di <https://www.unicef.org/bolivia/en/media/371/file/bol-cochabamba-wash-in-schools-hygiene-management-2013.pdf>.
- Mason, L. et al. 2013. "We Keep It Secret So No One Should Know"—A Qualitative Study to Explore Young Schoolgirls' Attitudes and Experiences with Menstruation in Rural Western Kenya." *PLoS One* 8(11). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0079132>.
- Miir, G. et al. 2018. "Menstrual Health and School Absenteeism among Adolescent Girls in Uganda (MENISCUS): A Feasibility Study." *BMC Women's Health* 18(1), pp. 1–13.

Nixon, R. 2011. *Slow Violence and the Environmentalism of the Poor*. Harvard University Press: Cambridge, MA.

O'Reilly, K. & R. Dreibelbis. 2018. "WASH and Gender: Understanding Gendered Consequences and Impacts of WASH In/Security." In O. Cumming & T. Slaymaker (eds.), *Equality in Water and Sanitation Services*, pp. 80–90. Routledge.

Rheinländer, T. et al. 2019. "Secrets, Shame and Discipline: School Girls' Experiences of Sanitation and Menstrual Hygiene Management in a Peri-Urban Community in Ghana." *Health Care for Women International* 40(1), pp. 13–32. <https://doi.org/10.1080/07399332.2018.1444041>.

Rodgers, D. & O'Neill, B. 2012. "Infrastructural Violence: Introduction to the Special Issue." *Ethnography* 13(4), pp. 401–412. <https://doi.org/10.1177/1466138111435738>.

Sang, K. et al. 2021. "Blood Work: Managing Menstruation, Menopause and Gynaecological Health Conditions in the Workplace." *International Journal of Environmental Research and Public Health* 18(4), pp. 1951. <https://doi.org/10.3390/ijerph18041951>.

Schoep, M. E. et al. 2019. "Productivity Loss Due to Menstruation-Related Symptoms: A Nationwide Cross-Sectional Survey among 32,748 Women." *BMJ Open* 9(6), pp. e026186. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2018-026186>.

Sivakami, M. et al. 2019. "Effect of Menstruation on Girls and their Schooling, and Facilitators of Menstrual Hygiene Management in Schools: Surveys in Government Schools in Three States in India, 2015." *Journal of Global Health* 9(1), Article 010408.

Smith, N. 1996. *The New Urban Frontier: Gentrification and the Revanchist City*. Routledge: New York.

Sommer, M. 2010. "Where the Education System and Women's Bodies Collide: The Social and Health Impact of Girls' Experiences of Menstruation and Schooling in Tanzania." *Journal of Adolescence* 33, pp. 521–529. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2009.03.008>.

Tegegne, T. & Sisay, M. 2014. "Menstrual Hygiene Management and School Absenteeism among Female Adolescent Students in Northeast Ethiopia." *BMC Public Health* 14(1), pp. 1118. <https://doi.org/10.1186/1471-2458-14-1118>.

Truelove, Y. & Ruszczyk, H. A. 2022. "Bodies as Urban Infrastructure: Gender, Intimate Infrastructures and Slow Infrastructural Violence." *Political Geography* 92, pp. 102492. <https://doi.org/10.1016/j.polgeo.2021.102492>.

Undang-Undang Dasar Negara Republik Indonesia Tahun 1945.

Undang-Undang Nomor 13 Tahun 2003 tentang Ketenagakerjaan. Sebagaimana telah diubah dengan Undang-Undang Nomor 2 Tahun 2022 tentang Cipta Kerja dan Undang-Undang Nomor 6 Tahun 2023.

Undang-Undang Nomor 17 Tahun 2019 tentang Sumber Daya Air.

Undang-Undang Nomor 17 Tahun 2023 tentang Kesehatan.

UNOPS et al. 2024. *Guidelines for Developing Inclusive Water, Sanitation and Hygiene Infrastructure*. Copenhagen: UNOPS. https://content.unops.org/publications/Guidelines-for-developing-inclusive-WASH-infrastructure_EN.pdf.

Vashisht, A. et al. 2018. "School Absenteeism during Menstruation amongst Adolescent Girls in Delhi, India." *Journal of Family and Community Medicine* 25(3), pp. 163–168. https://doi.org/10.4103/jfcm.JFCM_161_17.

Walters, V. 2014. "Urban Homelessness and the Right to Water and Sanitation: Experiences from India's Cities." *Water Policy* 16(4), pp. 755–772. <https://doi.org/10.2166/wp.2014.164>.

Wilson, B. M., Brinks, D., & Singh, A. 2022. *Water and Sanitation as Human Rights: Have They Strengthened Marginalized Peoples' Claim for Access?* MDPI. <https://www.cmi.no/publications/file/8496-water-and-sanitation-as-human-rights-have-they-strengthened-marginalized-peoples-claim-for-access.pdf>.

Wood, J. M. 2020. "(In)Visible Bleeding: The Menstrual Concealment Imperative." In *The Palgrave Handbook of Critical Menstruation Studies*, edited by C. Bobel et al. Palgrave Macmillan: Singapore. https://doi.org/10.1007/978-981-15-0614-7_25.

Workman, C. L. et al. 2021. "Understanding Biopsychosocial Health Outcomes of Syndemic Water and Food Insecurity: Applications for Global Health." *The American Journal of Tropical Medicine and Hygiene* 104(1), pp. 8–11. <https://doi.org/10.4269/ajtmh.20-0513>.

Yaliwal, R. G. et al. 2020. "Menstrual Morbidities, Menstrual Hygiene, Cultural Practices during Menstruation, and WASH Practices at Schools in Adolescent Girls of North Karnataka, India: A Cross-Sectional Prospective Study." *Obstetrics and Gynecology International* 2020, pp. 6238193. <https://doi.org/10.1155/2020/6238193>.

Young, I. M. 1980. "Throwing Like a Girl: A Phenomenology of Feminine Body Comportment, Motility and Spatiality." *Human Studies* 3(1), pp. 137–156. <https://doi.org/10.1007/BF02331805>.