

## CABARAN LITERASI MEDIA DIGITAL: PENELITIAN AWAL TERHADAP MISKIN HAID DALAM KALANGAN REMAJA WANITA BAJAU LAUT DI SEMPORNA

<sup>1</sup>Aisah Hossin

<sup>2</sup>Mohd Hanafi Jumrah

<sup>1</sup>Faculty of Development and Multicultural Studies (FDMS), College Univesity Sabah Foundation (UCSF)

<sup>2</sup>Kolej Universiti Komunikasi Han Chiang

<sup>1</sup>aisahhossin87@gmail.com

<sup>2</sup>hanafijumrah@yahoo.com

Dihantar/Received: 20 Sept 2024 | Penambahbaikan/Revised: 5 April 2025

Diterima/Accepted: 15 November 2024 | Terbit/Published: 30 Jun 2025

**Abstrak** Kemiskinan haid merupakan kekangan yang dihadapi oleh individu dari aspek pengurusan haid yang betul dan lebih bersifat sanitari. Semasa proses haid atau 'datang bulan' terdapat pelbagai faktor yang menjadi kekangan dalam pengurusan haid seperti kekurangan air bersih dan juga kemudahan untuk memiliki tuala wanita. Sehubungan itu, kajian ini melihat apakah cabaran yang dihadapi oleh golongan remaja wanita dalam kalangan masyarakat Bajau Laut di Semporna, Sabah dari aspek cabaran literasi media digital bagi membolehkan mereka mempelajari dan mempraktikkan teknik pengurusan yang betul untuk penjagaan sendiri mereka. Penelitian ini menggunakan kaedah temu bual secara mendalam terhadap lapan orang informan yang memenuhi kriteria persampelan bertujuan iaitu remaja yang sudah akil baligh dan masih tinggal di dalam *Lepa*. Dengan menggunakan analisis naratif dan kerangka literasi media digital kajian ini mendapati ekonomi keluarga yang rendah menyebabkan informan tidak berupaya untuk membeli *gadget*. Keadaan ini mengekang informan dalam mencari informasi berkaitan haid dan pengurusan yang betul, sebaliknya informan lebih bergantung kepada informasi secara fizikal (*face to face*) daripada NGO atau mana-mana persatuan yang datang memberikan bantuan dan informasi dari keluarga serta rakan. Kajian ini mencadangkan agar semua pihak termasuk pihak kerajaan dan NGO untuk bersama-sama dalam menggembelng tenaga bagi memastikan masalah miskin haid ini dapat dikurangkan dari semasa ke semasa. Salah satu usaha yang boleh dilakukan adalah dengan menyalurkan pelbagai medium penyaluran maklumat seperti menyediakan kemudahan *booth* informasi digital berhampiran kawasan yang biasanya menjadi laluan atau persinggahan komuniti Bajau Laut.

**Kata Kunci:** Kemiskinan haid, literasi media digital, Bajau Laut, isu dan cabaran.

**Abstract** Menstrual poverty or known as 'period poverty' is a constraint faced by individuals from the aspect of proper and cleaner management. During the menstrual process or 'period', there are various factors that become constraints in menstrual management such as the lack of clean water and the convenience of having sanitary pads faced by teenage girls. In connection with that, this study looks at the issues and challenges faced by women, especially youth among the Bajau Laut community in Semporna, Sabah from the aspect of digital media literacy to enable them to learn and practice proper management techniques for personal care. . This research uses in-depth interviews with eight Bajau Laut ethnic teenagers who meet the purposive sampling criteria, which is teenagers who have reached puberty and live in *Lepa*. By using narrative analysis and a digital media literacy framework, this study found that the family's low economy caused informants to be unable to purchase gadgets. This situation restricts informants in finding information related to menstruation and proper management, instead informants rely more on physical information (*face-to-face*) from NGOs or any association that comes to provide help and information from family

*and friends. This study suggests that all parties including the government and NGOs should work together to ensure that irregular periods can be reduced from time to time. One of the efforts that can be done is by channeling various information channeling mediums such as providing digital information booth facilities near areas that are usually a route or stopover for the Bajau Laut community.*

**Key words:** *Person with disabilities, information communication technology, entrepreneur*

## PENDAHULUAN

Pengiktirafan kebersihan haid oleh Pertubuhan Bangsa-bangsa Bersatu (PBB) adalah sebagai isu kesihatan awam dan hak asasi manusia global, namun di seluruh dunia menggelarnya sebagai "kemiskinan haid". Menurut Sharifah Fatimah & Siti Noor Azila (2021) kemiskinan haid atau digelar sebagai '*period poverty*' merujuk kekangan dalam menguruskan haid yang banyak semasa haid atau 'datang bulan', kebiasaannya terjadi kepada golongan remaja wanita dan gadis remaja. Kemiskinan haid juga boleh merujuk kepada seseorang wanita yang mempunyai kekurangan atau ketiadaan kemudahan sanitasi atau kesukaran bagi mendapatkan kelengkapan haid seperti tiada bekalan air, tempat pelupusan tuala wanita yang sesuai dan privasi untuk menguruskan haid (Muhamaad Razis, 2021).

Manakala, menurut Najibah (2022), kemiskinan haid didefinisikan sebagai ketidakupayaan mendapat kebersihan asas haid kerana kekangan kewangan. Kemiskinan haid memberi kesan kepada wanita sama ada tidak mempunyai akses kepada produk haid dengan betul atau tidak mampu untuk membelinya (Koussayer, 2022). Kebiasaannya kemiskinan haid sering terjadi apabila berlakunya krisis seperti banjir, kebakaran dan migrasi, ini disebabkan oleh bekalan kelengkapan haid seperti tuala wanita terjejas. Terdapat empat elemen yang dikategorikan sebagai kemiskinan haid iaitu kekurangan produk pengurusan haid, kekurangan privasi untuk menguruskan haid, kekurangan pendidikan tentang haid dan kekurangan prasarana seperti akses kepada air bersih (Sharifah Fatimah, 2021; Nor Faiza et al., 2021). Justeru pengetahuan berkaitan dengan miskin haid mula membuka mata ramai pihak berkenaan dengan salah satu aspek kemiskinan yang perlu diberikan perhatian walaupun ianya masih dianggap sebagai satu isu remeh dan bersifat mitos, stigma dan taboo (Chandra-Mouli & Patel, 2020).

Manakala, literasi media digital didefinisikan sebagai keupayaan untuk mengakses, mengurus memahami, menyatukan, komunikasi, menilai dan mencipta maklumat dengan selamat (United Nations, 2018). Literasi media digital juga dilihat sebagai keupayaan untuk memahami dan menggunakan maklumat dalam pelbagai format daripada pelbagai sumber melalui komputer (Gilster, 1997). Menurut Spires et al., (2018), literasi media digital ini melibatkan pembacaan digital dan penulisan digital melalui pelbagai bentuk media termasuk perkataan, teks, paparan visual, grafik, audio, dan video. Spires et al., (2018) menggariskan tiga elemen literasi media digital iaitu: i) Mencari dan menggunakan kandungan digital, ii) Mencipta kandungan digital, dan iii) Berkomunikasi atau berkongsi. Ketiga-tiga elemen ini menjelaskan kemahiran amat penting dalam mencari, berkongsi dan menggunakan maklumat kandungan digital.

## OBJEKTIF KAJIAN

Objektif penulisan ini adalah untuk melihat cabaran literasi media digital yang dihadapi oleh golongan remaja wanita dalam kalangan etnik Bajau Laut di Semporna, Sabah khususnya berkenaan dengan pengurusan haid mereka.

## PERSOALAN KAJIAN

Apakah cabaran literasi media digital yang dihadapi oleh golongan remaja wanita dalam kalangan etnik Bajau Laut di Semporna, Sabah.

## PERMASALAHAN KAJIAN

Miskin haid merupakan salah satu masalah sosial yang banyak berlaku kepada wanita di pelbagai negara. Di Malaysia, isu miskin haid mula mendapat perhatian kerana miskin haid tidak hanya berlaku di kawasan bandar tetapi juga di kawasan bandar. Tidak dinafikan bahawa miskin haid masih lagi menjadi topik perbincangan yang dianggap taboo dan tidak penting untuk diperbincangkan secara terbuka (Mohd Kamel et al., 2023). Namun, isu ini sebenarnya penting untuk dibincangkan secara terbuka dan diambil perhatian yang sewajarnya kerana isu miskin haid melibatkan hak asasi wanita dan juga kanak-kanak perempuan (Siti Haliza, 2022). Tidak hanya dengan itu, komponen lain yang terdapat dalam miskin haid iaitu dari aspek kurangnya ilmu pengetahuan terhadap kesihatan reproduktif dan seksual juga memberi gambaran bahawa rasa malu dan tidak mahu ambil berat terhadap pengurusan haid yang betul menjadi antara punca mengapa miskin haid ini terus berlaku. Kekurangan ilmu tentang menstruasi seperti fisiologi kejadian haid dan pengurusan haid.

Selain itu, kajian ini dilakukan kerana rata-rata masyarakat Bajau Laut hidup secara nomad atau berpindah randah dan kurang mendapat akses kepada kemudahan asas seperti pendidikan, penjagaan kesihatan dan sebagainya. Kekurangan akses kepada sistem perkhidmatan kesihatan asas dan kondisi perumahan mereka yang tiada akses kepada air bersih (Muhammad Basir, 2022). Hal ini adalah disebabkan oleh status mereka sebagai *stateless* menjadikan komuniti ini tidak berpeluang untuk memajukan komuniti mereka (Mohd Hed et al., 2022). Sementara itu, pada tahun 2015 Iskul telah dikendalikan oleh komuniti yang telah dimulakan pada 2015 untuk menyediakan latihan literasi untuk kanak-kanak tanpa kerakyatan di Pulau Omdal di Semporna, Sabah, Malaysia (Muhammad Basir, 2022). Di samping itu, salah satu usaha Badan Bukan Kerajaan (NGO) melalui Borneo Komrad telah menubuhkan Sekolah Alternatif pada tahun 2016 bagi memberi peluang kepada kanak-kanak *stateless* mendapatkan pendidikan (Mohd Hed et al., 2022). Namun, anak-anak Bajau Laut ini hendaklah mendayung sejauh 100 meter atau lebih dengan cuaca buruk, ombak tinggi dan laut bergelora (Muhammad Basir, 2022)

Menurut Mohd Yakin et al., (2022), jurang pembudayaan digital yang dikategorikan sebagai miskin digital dilihat agak kritikal dalam kajian yang dibuat di Pulau Mantanani yang mana rata-rata masyarakat di pulau tersebut mempunyai tahap pendidikan dan pendapatan yang rendah. Di samping itu, penduduk di Pulau Mantanani dilihat tiada keperluan untuk menerapkan dan mengamalkan budaya digital dalam kehidupan mereka, hal ini kerana mereka lebih mengutamakan keperluan biologi asas seperti makan, minum, dan bantuan perubatan yang mencukupi.

Pada masa kini hampir semua negara di seluruh dunia sedang mengalami gelombang ledakan digital yang mana pendigitalan ini memaksa semua masyarakat di seluruh dunia untuk menyesuaikan diri. Pengaruh media digital telah merubah cara berkomunikasi,

mengakses informasi, dan turut serta dalam berbagai aspek kehidupan (Milyane, et al., 2023). Selain itu, jika dilihat melalui literasi media digital adalah kemampuan yang dapat beradaptasi terhadap perkembangan sains dan teknologi digital dan jaringan sosial. Ini mencakupi kemampuan mencari, menemukan, menggunakan konten media digital dan menciptakan konten melalui teknologi yang tepat (Maryono, 2018). Persoalannya adakah remaja wanita etnik Bajau Laut dapat mencari, menemukan dan menggunakan konten media digital untuk mengetahui berkenaan haid?

Menurut Rashid et al., (2016) mendapati bahawa tahap literasi media digital di kalangan remaja luar bandar di Malaysia masih di peringkat rendah, berbeza dengan remaja yang tinggal di Bandar mempunyai tahap literasi media yang lebih baik. Sementara itu, literasi media digital ini merangkumi beberapa aspek iaitu memahami dan menggunakan maklumat yang disampaikan melalui komputer. Hal ini kerana literasi media digital mempunyai banyak kepentingan kepada masyarakat terutamanya dalam bidang pendidikan (Rizal, et al., 2023)

## KAJIAN LEPAS

Miskin haid menjadi satu dilema yang dihadapi oleh golongan wanita pada setiap bulan dan ianya secara tidak langsung mendatangkan kerisauan untuk mereka menguruskan haid dengan sebaiknya. Keadaan ini secara tidak langsung memberi kesan terhadap psikologi mereka yang mana stigma dan diskriminasi terhadap miskin haid boleh mengundang kepada tekanan psikologi dan juga rendah diri kepada wanita khususnya wanita yang baru sahaja melangkah masuk ke alam menstruasi yang boleh menjejaskan kesejahteraan mental wanita (Crichton et al., 2013). Tekanan psikologi ini adalah disebabkan oleh keadaan hormon yang tidak stabil yang dihadapi oleh wanita semasa proses haid berlaku. Sehubungan itu, miskin haid yang berlaku ditambah dengan keadaan hormon yang tidak stabil boleh mengundang kepada satu situasi yang lain iaitu wanita lebih memilih untuk mengandung daripada dibelenggu dengan situasi miskin haid (Garg & Anand, 2015).

Selain itu, kos pengurusan haid adalah penghalang utama bagi wanita dalam menguruskan haid mereka dengan sebaiknya. Tidak dinafikan bahawa pengurusan haid yang baik memerlukan peruntukan kos tertentu pada setiap bulan dan tidak semua wanita memiliki keupayaan dalam penyediaan kos tersebut disebabkan oleh kekangan dari aspek kuasa ekonomi mereka. Keadaan inilah yang menyebabkan miskin haid berlaku sehingga golongan wanita lebih memilih untuk menguruskan haid mereka berdasarkan kepada prinsip survival dengan hanya menggunakan persekitaran sebagai asas kepada pengurusan haid tersebut. Kajian yang dilakukan oleh Nor Faiza et al., (2021) menjelaskan bahawa kuasa ekonomi yang rendah menyebabkan golongan wanita terpaksa berdepan dengan ketiadaan atau kekurangan akses terhadap pengurusan haid yang lebih baik dan betul. Keadaan ini menyebabkan wujudnya beberapa keadaan di mana terdapat golongan wanita yang terpaksa meminjam tuala wanita daripada orang lain, penggunaan daun, sabut kelapa dan surat khabar sebagai alternatif kepada penggunaan tuala wanita yang lebih baik bagi mengumpul dan menyerap darah haid mereka daripada terkena pada pakaian yang dipakai.

Secara dasarnya, jika miskin haid tidak dikendalikan dengan sebaiknya, ini secara tidak langsung mengundang kepada pelbagai kesan negatif khususnya kepada individu itu sendiri sehingga pada akhirnya merugikan banyak pihak. Ini termasuklah faktor psikososial, kebersihan dan juga ekonomi yang mana tahap kesihatan yang rendah menyebabkan guna tenaga menjadi kurang dan pekerjaan juga tidak dapat dilaksanakan dengan sebaiknya (Geng, 2021). Justeru, adalah penting untuk setiap wanita untuk mengetahui dan mengambil berat berkaitan dengan pengurusan haid mereka di samping

dapat membantu mereka untuk mengurangkan risiko berkaitan dengan masalah kesihatan yang berpunca daripada pengurusan haid yang tidak betul.

Menurut Hafiz et al., (2023) menyatakan bahawa kemiskinan haid telah memberi kesan yang banyak kepada komuniti, termasuk penduduk asli. Hal ini disebabkan oleh kebolehan mengakses terhadap produk haid yang tidak mencukupi, pendidikan dan kemudahan sanitasi. Kemiskinan haid di kalangan remaja migran Venezuela dan wanita muda di Brazil menunjukkan mereka kurang mengakses kepada kit kebersihan, tandas selamat, dan pendidikan (Soeiro, et al., 2021). Menurut Hettiarachchi, et al., (2023) di luar bandar Sri Lanka sebahagian besar wanita menghadapi sumber kewangan yang tidak mencukupi, stigma budaya dan sumber kebersihan haid yang terhad. Ini memerlukan menangani beban kewangan produk kebersihan haid dan menyediakan pendidikan kesihatan reproduktif yang komprehensif untuk wanita.

## METODOLOGI

Kajian ini menggunakan kaedah kualitatif dengan menemu bual secara mendalam terhadap lapan orang remaja wanita etnik Bajau Laut yang memenuhi kriteria persampelan bertujuan iaitu remaja yang sudah akil baligh (sudah datang bulan) dan tinggal di dalam *lepa* (perahu). Persampelan bertujuan ini kerap digunakan apabila penyelidik ingin memasukkan individu yang mempunyai kualiti atau pengalaman tertentu yang berkaitan dengan kajian (Etikan, et al., 2015). Kajian ini dilakukan dengan menemu bual informan secara persampelan bertujuan bermula dengan mengenal pasti sampel yang memiliki ciri-ciri yang diperlukan dalam kajian dengan cara mendekati kelompok sasaran iaitu wanita etnik Bajau laut yang berada di sekitar kawasan perairan Semporna dan masih tinggal di atas *lepa* dengan bantuan daripada komuniti tempatan yang boleh berbahasa Bajau laut bagi memudahkan temu bual dilakukan.

Sebanyak enam soalan separa struktur telah dijadikan panduan dalam kajian ini dan terdapat juga beberapa soalan tambahan semasa kajian ini dijalankan. Kajian ini juga turut menggunakan analisis naratif dan kerangka literasi media digital oleh Spires *et al.* (2018). Asas penyelidikan analisis naratif adalah menggabungkan pengalaman sebagai mod pembelajaran sepanjang jangka hayat. Jenis penyelidikan ini memerlukan pengetahuan tentang sejarah, masa kini dan masa depan dalam individu dan konteks yang berkaitan (Cowger & Tritz, 2021). Menurut Esin, Fathi, & Squire (2013) analisis naratif ialah kaedah analisis yang berguna untuk memahami kepelbagaian dan tahap perbezaan dalam cerita. Melalui pendekatan ini, penyelidik meneroka bagaimana orang menceritakan kehidupan mereka bukannya menganggap cerita tersebut sebagai rasional, semula jadi dan bersepadu. Hal ini juga merupakan proses di mana penyelidik memahami kerumitan hubungan peribadi dan sosial. Penyelidikan naratif ialah metodologi kualitatif yang dalam tradisi inkuiri naratif, yang memfokuskan pada menganalisis cerita untuk mendapatkan pandangan tentang individu, budaya dan masyarakat. Pengetahuan yang diperoleh daripada inkuiri naratif dibina secara naratif dan difahami dengan meneliti kandungan dan struktur cerita, termasuk skrip, teks, dan imej visual (Wolgemuth & Agosto, 2019).

Menurut McLeod, (2024) analisis naratif ialah kaedah penyelidikan kualitatif yang digunakan untuk memahami bagaimana individu mencipta cerita daripada pengalaman peribadi mereka. Terdapat penekanan untuk memahami konteks di mana naratif dibina, ini dipengaruhi oleh faktor dari sejarah, budaya dan sosial terhadap penceritaan. Penyelidikan naratif bertujuan untuk mendedahkan kisah bermakna kehidupan individu seperti yang dikongsi dalam kata-kata dan konteks mereka sendiri. Dalam bidang seperti kesihatan, sains sosial dan pendidikan, ia berfungsi sebagai kaedah pengumpulan data dan sebagai rangka

kerja tafsiran atau analisis. Penyelidikan naratif terletak dalam bidang konstruktivisme sosial, penyelidikan naratif menekankan idea bahawa kisah hidup manusia mencerminkan kerumitan dan pemahaman yang bernuansa tentang pengalaman penting mereka (Ntinda, 2020). Di samping itu, kajian ini menggunakan analisis naratif oleh McLeod, (2024) dengan meneliti cerita daripada pengalaman peribadi informan yang dipengaruhi oleh faktor dari sejarah, budaya dan sosial.

#### DAPATAN KAJIAN

Informan kajian yang terlibat merupakan wanita etnik Bajau laut yang telah akil baligh dan berumur dalam lingkungan 18 hingga 23 tahun (rujuk jadual 1.1)

**Jadual 1.1:** Maklumat terperinci informan

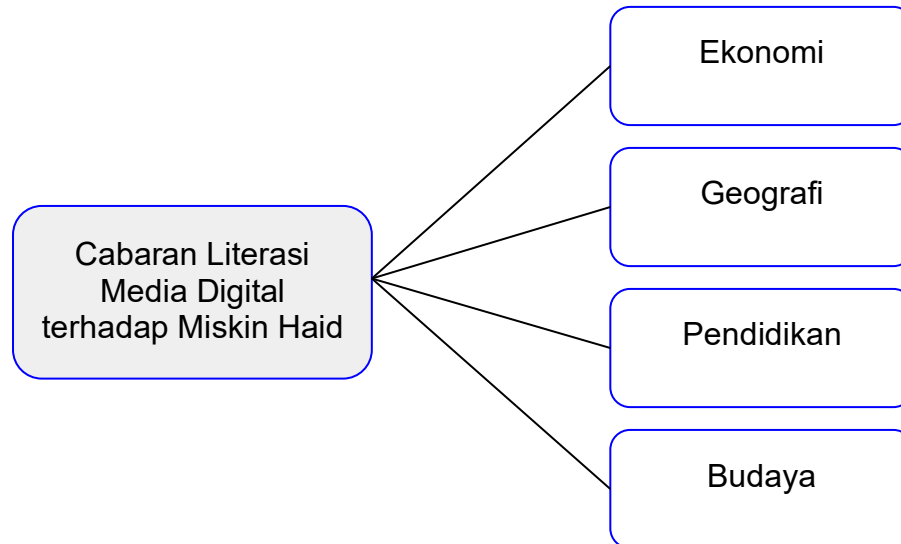
| No | Nama Informan<br>(bukan nama<br>sebenar) | Kod | Umur     | Bersekolah       | 3M (Membaca,<br>Menulis dan Mengira) |
|----|------------------------------------------|-----|----------|------------------|--------------------------------------|
| 1  | Salma                                    | I1  | 17 tahun | Tidak Bersekolah | Lemah                                |
| 2  | Liza                                     | I2  | 19 tahun | Tidak Bersekolah | Lemah                                |
| 3  | Riyah                                    | I3  | 18 tahun | Tidak Bersekolah | Lemah                                |
| 4  | Dina                                     | I4  | 16 tahun | Tidak Bersekolah | Lemah                                |
| 5  | Mila                                     | I5  | 20 tahun | Tidak Bersekolah | Lemah                                |
| 6  | Amy                                      | I6  | 21 tahun | Tidak Bersekolah | Lemah                                |
| 7  | Fazz                                     | I7  | 17 tahun | Tidak Bersekolah | Lemah                                |
| 8  | Inang                                    | I8  | 23 tahun | Tidak Bersekolah | Lemah                                |

Sumber: Kajian lapangan (2024)

Daripada analisis yang dilakukan, miskin haid yang dihadapi oleh golongan remaja wanita etnik Bajau laut telah mendorong kepada cabaran literasi media digital dari aspek mengenal pasti, mengetahui dan seterusnya mengurus haid mereka dengan cara yang betul dan sepatutnya dilakukan sebelum, semasa dan selepas mereka mengalami haid. Cabaran literasi media digital ini disebabkan oleh beberapa aspek iaitu Ekonomi, Pendidikan, Geografi dan budaya yang akhirnya membawa kepada kekangan dalam menguruskan haid dengan lebih baik (rujuk Rajah 1.1).

Golongan remaja wanita etnik Bajau laut berdepan dengan pelbagai cabaran dalam menguruskan haid mereka pada setiap bulan dan dalam masa yang sama berada dalam lingkaran kemiskinan sedia ada untuk satu tempoh masa yang lama. Etnik Bajau laut merupakan salah satu etnik tanpa warganegara yang tinggal di kawasan perairan Semporna dan di dalam lepa yang juga merupakan perahu yang dianggap sebagai rumah mereka. Daripada pemerhatian dan dapatan kajian di lapangan, didapati bahawa etnik Bajau laut menjalankan aktiviti sara diri dengan menangkap hasil laut dan melakukan sistem pertukaran barang dengan komuniti tempatan yang tinggal di persisiran laut. Namun, semasa angin kuat atau waktu panas lebih kurang dalam tengah hari sehingga waktu petang, kebiasaannya etnik Bajau laut akan

berada di kawasan-kawasan teduh seperti jeti dan pulau untuk berteduh dan berehat sementara sebelum kembali semula ke lepa pada waktu redup.



**Rajah 1.1:** Cabaran literasi media digital dalam menangani miskin haid

Pola kehidupan yang sederhana dan berada dalam ruang lingkup yang mendatar iaitu sentiasa menjalani rutin kehidupan yang hampir sama pada setiap hari menjadikan etnik Bajau laut tidak memiliki peluang kehidupan yang sama seperti etnik lain khususnya dalam mengecapi corak kehidupan yang sama seperti etnik-etnik lain di sekitarnya. Ini juga disebabkan oleh kekangan dari aspek kewarganegaraan yang mendorong kepada had peluang pekerjaan dan kuasa ekonomi yang rendah. Keadaan ini menyebabkan ekonomi menjadi aspek utama yang menjadi cabaran kepada literasi media digital dalam kalangan remaja wanita komuniti Bajau laut di Semporna untuk mengatasi miskin haid. Ekonomi yang rendah menyebabkan kuasa beli etnik Bajau laut juga turut menjadi terhad dan terpaksa untuk mengawal perbelanjaan mereka dengan sebaik-baiknya bagi membeli keperluan yang lebih mendesak seperti keperluan makanan. Hal ini kerana tidak semua jenis makanan yang mereka perlukan boleh mereka dapatkan melalui sistem pertukaran dengan komuniti tempatan disebabkan oleh kekangan sumber dan keperluan sendiri.

Antara cara etnik Bajau laut untuk mendapatkan kewangan adalah dengan menjual hasil laut mereka di pekan Semporna dengan harga yang lebih rendah daripada pasaran di samping meminta ehsan daripada orang awam dan juga menjual kelapa muda kepada pelancong. Justeru, dapatan kajian menunjukkan bahawa majoriti informan menyatakan bahawa keadaan ekonomi keluarga yang rendah menyebabkan mereka tidak memiliki keupayaan untuk membeli tuala wanita komersial tetapi sebaliknya lebih mengutamakan pembelian makanan untuk kegunaan seisi keluarga. Tambahan lagi, penggunaan tuala wanita komersial dianggap kurang penting dan masih boleh digantikan dengan tuala wanita alternatif iaitu *sollet* (sisir kain yang dilipat kemas secara memanjang dan tebal sesuai dengan keselesaan si pemakai). Ini ditegaskan oleh pandangan informan:

*“...guna apa-apa sahaja yang ada tapi biasanya kami buat sollet guna apa-apa kain tapi lagi bagus kalau kain ini (kain sarung) senang mau cuci sama kering cepat...asal boleh guna tidak payah beli boleh sudah...” (I2, 19 tahun).*

Disebabkan oleh ekonomi yang rendah juga telah menyebabkan golongan remaja wanita etnik Bajau laut tidak memiliki kemampuan untuk membeli telefon pintar untuk membolehkan mereka mendapatkan literasi media digital berkaitan dengan pengurusan haid dengan sebaiknya.

Keadaan ini mengekang mereka daripada mencari informasi berkaitan haid, masalah kesihatan yang mereka hadapi semasa sebelum dan semasa haid dan termasuklah pengurusan haid yang betul. Menyedari akan hakikat ini, golongan remaja wanita etnik Bajau laut hanya memiliki peluang untuk mendapatkan informasi berkaitan dengan pengurusan haid secara fizikal (*face to face*) daripada daripada badan bukan kerajaan (NGO) atau mana-mana persatuan yang datang kepada mereka, keluarga dan rakan yang sememangnya hanya dapat memberikan informasi yang sangat terhad dan tidak berterusan.

Bagi etnik Bajau laut, kekangan dari aspek ekonomi menyebabkan mereka lebih memilih untuk mengutamakan keperluan hidup seperti makanan dan perubatan mereka berbanding dengan perkara lain yang dianggap sebagai kurang penting sehingga mereka mengaplikasikan konsep ‘asal boleh guna’. Keadaan ini menyebabkan ketidak boleh sampaikan maklumat yang jelas sehingga mereka memilih untuk meneruskan tradisi penggunaan *sollet* seperti yang diterangkan oleh informan:

*“...kami mana pergi sekolah, kami tak tahu pun membaca dan mengeja, harap mereka (NGO) datang ja lah kasitau (beritahu) kami...” (I5, 20 tahun).*

*“...Enggok (ibu) ada kasitau (beritahu) juga kami masa awal kami datang bulan (haid)...kena suruh kami buat sollet ...” (I1, 17 tahun).*

Cabaran kedua adalah dari aspek geografi yang mana keadaan geografi penempatan etnik Bajau laut yang mendiami kawasan perairan Semporna dan tempat tinggal mereka di dalam *lepa* menjadikan etnik Bajau laut memiliki akses yang kurang terhadap kemudahan-kemudahan literasi kesihatan berkaitan dengan pengurusan haid yang betul. *Lepa* yang menjadi rumah etnik Bajau laut memiliki ruang kawasan yang sangat terhad dan kecil untuk mereka gunakan sebagai ruang persendirian bagi melakukan proses sanitari dan seterusnya menguruskan diri mereka semasa haid mereka dengan lebih teratur. Selain itu, mereka turut tidak memiliki ruang privasi seperti tandas tertutup untuk menguruskan diri mereka haid kerana kesemua aktiviti seperti rehat, makan dan masak akan dilakukan di dalam *lepa*. Ini ditegaskan oleh informan:

*“...semua aktiviti kami buat di dalam lepa macam makan, minum, masak, mandi, dan menukar pad, kalau pergi darat pun sekejap ja...,” (I4, 16 tahun).*

Situasi ini membawa kepada keterbatasan dari aspek pergerakan mereka khususnya semasa mereka ingin menguruskan haid mereka. Disamping itu juga, mereka terpaksa melakukan pengurusan haid mereka dengan cepat tanpa mementingkan aspek kebersihan dan juga keselamatan mereka bagi memberi laluan kepada penggunaan ruang kepada ahli



keluarga yang lain dan juga rasa malu mereka untuk menguruskan haid kerana ianya masih dianggap sebagai satu perkara yang *taboo* dan tidak boleh dibicarakan secara terbuka. Pengelompokan kawasan etnik Bajau laut di perairan Semporna menyebabkan keterikatan di dalam kelompok komuniti etnik Bajau laut sehingga menjadikan komuniti Bajau laut lebih selesa untuk berada di dalam kelompok mereka sendiri dan meneruskan kelangsungan hidup berasaskan kepada tradisi budaya yang diturunkan kepada mereka.

Cabaran seterusnya adalah dari aspek pendidikan. Golongan remaja wanita komuniti Bajau laut kebanyakannya tidak memiliki peluang untuk mendapatkan pendidikan secara formal. Ini secara tidak langsung mengakibatkan ramai di antara mereka yang tidak tahu mengeja, membaca, mengira dan menulis sehingga menyebabkan mereka memiliki kekangan dari aspek menyalin maklumat yang diberikan kepada mereka. Tambahan lagi, kekangan dari segi pendidikan ini menyebabkan mereka berdepan dengan kekangan untuk mencari informasi berkaitan dengan pengurusan haid kerana tidak tahu mengeja dan istilah yang digunakan secara umum. Keadaan inilah yang menyebabkan wujudnya jurang digital di antara mereka sehingga mereka terpaksa akur dan secara dasarnya tidak terlalu ambil kisah sekiranya mereka tidak memiliki kemahiran untuk membaca dan mengira kerana ianya dianggap tidak penting dan memberi manfaat kepada mereka. Ini ditegaskan oleh informan:

*“...mau cari maklumat di mana? kami tiada telefon, menulis sama mengeja pun kami tidak pandai. Semua yang ada tu guna bahasa Inggeris, indaklah (tidaklah) kami pandai...susah....,” (18, 23 tahun).*

Oleh kerana mereka tinggal di kawasan perairan dan persekitaran yang tidak kondusif, mereka turut tidak memiliki keupayaan dalam mengakses maklumat disebabkan oleh tidakupayaan mereka untuk mengenalpasti terma, menaip dan mencari maklumat kerana yang mereka tahu adalah bahasa ibunda mereka. Ini kerana, kebanyakan maklumat berkaitan dengan haid adalah dalam Bahasa Melayu dan Bahasa Inggeris manakala perkataan yang biasa digunakan adalah nama saintifik dan menggunakan Bahasa yang dimurnikan. Keadaan ini pada akhirnya memberi kesukaran kepada mereka untuk mencari maklumat yang mereka perlukan secara digital dan seterusnya memberi rasa tidak peduli mereka.

Manakala cabaran yang terakhir pula adalah budaya yang mana mereka lebih mempercayai ilmu yang diturunkan sejak bergenerasi. Tidak dinafikan bahawa penggunaan *sollet* telah diaplikasikan sejak bergenerasi dan diturunkan kepada anak cucu komuniti Bajau Laut sebagai satu bentuk pembelajaran merentas generasi dan dianggap sebagai satu cara yang praktikal dalam komuniti Bajau Laut dalam menghadapi isu haid. Ini dinyatakan oleh informan:

*“...Enggok (ibu) ada kasitau (beritahu) kami kena (perlu) kasi cuci bersih-bersih juga tu sollet guna air laut pun boleh air perigi pun boleh tengok mana yang ada masa tu, tapi kebanyakan air laut lepas itu kasi jemur sampai kering boleh guna semula...ini yang kena ajar oleh nenek moyang kami dulu...” (11, 17 tahun; 16, 21 tahun).*

Budaya memberikan satu dimensi amalan dan juga pembentukan aliran pandang dunia kepada individu dalam meneruskan kelangsungan hidup mereka. Walaupun secara dasarnya

proses kedatangan haid yang dialami oleh wanita adalah semulajadi dan tidak perlu ada perasaan segan atau malu semasa menghadapinya, namun bagi remaja wanita etnik Bajau laut proses haid ini masih lagi merupakan perkara yang sensitif dan tidak boleh dibincangkan secara terbuka lebih-lebih lagi jika ada lelaki di sekitar mereka walaupun lelaki tersebut berstatus ayah, adik atau abang mereka. Keadaan inilah yang menjadikan cabaran literasi media digital dari aspek budaya kerana pengetahuan yang terbatas dan juga ketidakterbukaan mereka terhadap isu haid menyebabkan mereka lebih selesa untuk mengikuti tradisi yang diajar kepada mereka semasa menguruskan haid mereka berbanding mencari peluang untuk mendapatkan informasi yang lebih berkaitan dengan pengurusan haid. Malah sekiranya mereka memiliki peluang untuk memiliki telefon pintar atau meminjamnya daripada rakan, mereka lebih selesa dan berminat untuk mencari dan melihat maklumat yang berunsurkan kepada hiburan berbanding dengan informasi berkaitan dengan pengurusan haid kerana keterbatasan mereka terhadap pencarian informasi dan juga perasaan malu yang telah sinonim dengan diri mereka apabila membicarakan berkenaan dengan isu haid. Ini diperkukuhkan dengan pandangan informan:

*“...ada juga kalau kami ke rumah saudara yang tinggal di darat atau kawan biasa kami kena kasi juga tengok-tengok apa yang ada dalam tu telefon biasanya gambar-gambar atau yang lucu yang boleh bikin ketawa-ketawa...memang ndak pernah kami cari tu pasal ni (haid) sebab malu kami nanti apa di fikiran orang yang punya telefon lagipun kami ok juga tiada juga masalah pasal ni (haid)...” (11, 17 tahun; 16, 21 tahun).*

## PERBINCANGAN DAN KESIMPULAN

Literasi media digital penting bagi membolehkan lebih ramai remaja wanita yang berdepan dengan miskin haid dapat mengakses sumber maklumat yang betul dan tepat demi kesihatan yang lebih baik. Literasi media digital berpaksikan kepada tiga prinsip utama yang mana pertama pengetahuan dan kemahiran. Prinsip yang kedua pula adalah keupayaan individu dalam mentafsir maklumat yang dicari dan aplikasinya. Manakala prinsip yang terakhir pula adalah kemampuan dan pengetahuan untuk mencipta dengan menggunakan teknologi digital (Spiers et al., 2018). Dalam penelitian ini, prinsip yang ditekankan adalah pada prinsip yang pertama yang mana ianya dianggap penting dalam meneliti jenis cabaran literasi media digital dalam kalangan remaja wanita etnik Bajau laut berkaitan dengan miskin haid pada peringkat yang paling asas dalam literasi media digital. Hal ini kerana pengetahuan dan kemahiran dalam mengakses dan menggunakan digital perlu bagi memudahkan penggunaanya mencari dan mendapatkan informasi yang diperlukan.

Ketidakboleh sampaikan dan kekurangan maklumat yang dihadapi oleh remaja wanita komuniti Bajau laut telah mendorong mereka untuk tetap berada dalam kitaran miskin haid. Kekurangan maklumat tentang haid adalah faktor penting yang menyumbang kepada kemiskinan haid yang mana ini dapat mengehadkan akses kepada pendidikan tentang kesihatan haid, memburukkan lagi hasil sosial yang negatif dan menghalang keupayaan individu untuk menguruskan haid mereka dengan berkesan (Garikipati, 2024; Eduarda Almeida de Souza et al., 2022; Crawford & Waldman, 2021). Isu seperti ekonomi, pendidikan dan geografi telah membentuk cabaran yang tersendiri kepada mereka. Tidak dinafikan bahawa kekangan dari aspek kewarganegaraan itu sendiri telah menjadi tembok

penghalang kepada etnik Bajau laut untuk mendapatkan peluang pendidikan dan pekerjaan yang lebih baik. Keadaan ini secara tidak langsung menyebabkan mereka terpaksa untuk tetap berada di dalam lingkaran kemiskinan sedia ada walaupun usaha penjaan ekonomi dari pelbagai cara dilakukan seperti mengambil upah menanam rumpai laut, menjadi pekerja komuniti tempatan dan seterusnya menjual kelapa serta hasil laut kepada pelancong dan tempatan. Namun begitu, setelah mereka memperoleh wang dan mereka terpaksa memilih antara membeli makanan atau produk haid (Shafry, 2023).

Keadaan ini diburukkan lagi dengan faktor geografi dan budaya yang pada akhirnya mewujudkan pola pemikiran yang menganggap bahawa proses haid sebagai sesuatu yang remeh dan tidak perlu diperbesarkan sehingga terdapat golongan remaja wanita etnik Bajau laut yang lebih rela untuk mengandungi daripada berdepan dengan pengurusan haid mereka. Malah ada sebahagian daripada remaja wanita ini tidak dapat mengurus haid dengan baik juga yang rela untuk menggunakan apa-apa jenis kain asalkan kering untuk dijadikan sebagai tuala wanita. Ini turut disokong oleh Michel et al., (2022) yang mana ramai wanita tanpa akses kepada produk haid berimprovisasi dengan selimut lama, bulu ayam, kain buruk lama, surat khabar, lumpur, dan juga tahi lembu. Remaja wanita Bajau Laut ini juga tidak memikirkan yang mereka sebenarnya terdedah kepada masalah kesihatan sehingga boleh memudaratkan diri mereka sendiri kerana tidak dapat menguruskan haid dengan baik (Miller et al., 2024; Hafiz Jaafar et al., 2023; Norhafizah & Latifah, 2023). Di samping itu, ketiadaan ruang privasi yang digunakan untuk membersihkan diri dan masa yang panjang untuk menguruskan haid mereka menyebabkan mereka di dalam kategori dalam miskin haid (Sharifah Fatimah & Siti Noor Azila, 2021). Tambahan lagi akses yang terhad untuk mendapatkan air yang bersih dan pendidikan yang hanya tertumpu kepada agen sosialisasi asas seperti keluarga dan rakan menjadikan peluang mereka untuk mendapatkan informasi yang lebih baik adalah terbatas (Muhammad Basir, 2022).

Walaupun literasi media digital pada dasarnya dapat membantu dalam mendapatkan informasi dan perkongsian maklumat (Bernadedta et al., 2023; Elvionita & Shahrul, 2021) namun cabaran yang dihadapi oleh remaja wanita etnik Bajau laut dalam melaksanakan prinsip literasi media digital masih lagi di peringkat yang memerlukan bantuan yang sewajarnya agar mereka memiliki peluang untuk mendapatkan literasi media digital dengan lebih baik khususnya berkaitan dengan pengurusan haid mereka. Miskin haid yang membelenggu wanita Bajau Laut menjadi satu dilemma sosial yang memerlukan bantuan daripada pelbagai pihak sebagai agen perubahan yang dapat meningkatkan lagi literasi media digital dalam kalangan mereka. Kajian ini mencadangkan bahawa semua pihak (kerajaan dan NGO) harus menggembleng tenaga bagi memastikan masalah miskin haid ini dapat diatasi secara berperingkat seperti mewujudkan *booth* informasi digital secara berkala dan dilakukan berhampiran dengan kawasan penempatan mereka bagi memudahkan mereka untuk singgah dan belajar berkaitan dengan pengurusan haid yang betul.

## PENGHARGAAN

Penghargaan ini ditujukan kepada etnik Bajau Laut di kawasan perairan Pekan Semporna dan semua yang terlibat secara langsung dan tidak langsung di dalam kajian ini atas Kerjasama dan perkongsian sepanjang kutipan data dilakukan.

## RUJUKAN

- Adhani, R. N., Rahmawati, V., & Rachman, I. F. (2024). Meningkatkan Kesadaran Digital: Peran Literasi Digital Dalam Merespon Masalah Moral dan Ketimpangan Sosial Menuju Pencapaian SDGS 2030. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Kebudayaan dan Agama*, 2(3), 107-114. <https://doi.org/10.59024/jipa.v2i3.752>.
- Bawden, D. (2001). Information and digital literacies: A review of concepts. *Journal of Documentation*, 57(2), 218–259. <https://doi.org/10.1108/EUM000000000708>.
- Bernadedta, Hermawan, A., Hermawan, A., Koerniawati, T. (2023). Pengaruh Literasi Digital terhadap Perilaku Pencarian Informasi Mahasiswa Fakultas Teknologi Informasi. *Jurnal Ilmu Perpustakaan dan Informasi*, 8 (1), 128, 135.
- Chandra-Mouli, V. and Patel, S.V. (2020) Mapping the Knowledge and Understanding of Menarche, Menstrual Hygiene and Menstrual Health among Adolescent Girls in Low- and Middle-Income Countries. In: Bobel, C., et al., Eds., *The Palgrave Handbook of Critical Menstruation Studies*, Springer, Berlin, 609-636. [https://doi.org/10.1007/978-981-15-0614-7\\_46](https://doi.org/10.1007/978-981-15-0614-7_46).
- Cowger, T., & Tritz, J. (2021). Narrative Analysis Research: A Tool for Extension Educators Narrative Analysis Research: A Tool for Extension. *Journal of Extension*, 57(6), 1-3.
- Crawford, B. J., & Waldman, E. G. (2021). Period Poverty in a Pandemic: Harnessing Law to Achieve Menstrual Equity. Elisabeth Haub School of Law Faculty Publications.
- Crichton, J., Okal, J., Kabiru, C. W., & Zulu, E. M. (2013). Emotional and psychosocial aspects of menstrual poverty in resource-poor settings: a qualitative study of the experiences of adolescent girls in an informal settlement in Nairobi. *Health Care Women Int. 2013 October*, 34 (10):891-916.
- Delanerolle, G., Yang, Xiao-Jie, Cavalini, Heitor , Kurmi, Om P. Røstvik, C. M, Shetty, A. Saraswat, L. Taylor, J. Sajid, S. Rathod, S., Shi, J, Q. & Phiri, P. (2023). Exploratory systematic review and meta-analysis on period poverty. *Journal of Meta-Analysis*. 11(5), 196-217.
- Eduarda Almeida de Souza, C. ., Gonçalves de Sousa, R. ., Cristina Alves da Silva Lima, H. ., Henrique de Sousa Ribeiro, J. ., Denilson Aurélio Soares, C. ., Duarte Santana, J. ., Aguiar Tomé da Silva, I. ., Faustino Sarmiento, S. ., Faustino Sarmiento, S. ., & do Nascimento Andrade Feitosa, A. . (2022). MENSTRUAL POVERTY AND ITS IMPACTS ON WOMEN’S HEALTH: AN INTEGRATIVE REVIEW. *Health and Society*, 2(01). <https://doi.org/10.51249/hs.v2i01.668>.
- Elvionita, T. & Shahrul N. S. (2021). Kajian Literasi Media Dalam Kalangan Pelajar Terhadap Isu Kontroversi Malaysia dan Indonesia di Media Sosial. *Jurnal Wacanarjana*, 5(5), 1-17.
- Esin, C., Fathi, M., & Squire, C. (2013). Narrative Analysis: The Constructionist Approach. In: *The SAGE Handbook of Qualitative Data Analysis*. <https://doi.org/10.4135/9781446282243.n14>.
- Etikan, I, Musa, S. A., & Alkassim, R. S. (2015). Comparison of Convenience Sampling and Purposive Sampling. *American Journal of Theoretical and Applied Statistics*, 5 (1), 1-4. doi: 10.11648/j.ajtas.20160501.11.
- Flamenbaum, R., & George, R. (2023). Digital Literacies. In chapter: *A New Companion to Linguistic Anthropology*. <https://doi.org/10.1002/9781119780830.ch12>.

- Garg, S., & Anand, T. (2015). Menstruation related myths in India: strategies for combating it. *Journal of Family Medicine and Primary Care*, 4(2), 184-186.
- Garikipati, S. (2024). Alleviating Period Poverty in the Global South: Information as a Public Policy Instrument. In book: *Experiences of Menstruation from the Global South and North*. 102-118. DOI:10.5871/bacad/9780197267578.003.0007.
- Geng, C. (2021). What to know about period poverty. *Medical News Today*. <https://www.medicalnewstoday.com/articles/period-poverty>. [Access online 18 January 2023].
- Gilster, P. (1997). *Digital literacy*. Wiley and Computer Publishing.
- Hafiz Jaafar, Ismail, S. Y., & Amirah Azzeri. (2023). Period Poverty: A Neglected Public Health Issue. *The Korean Journal of Family Medicine*. 44, 183-188.
- Hettiarachchi, A., Agampod, T., & Agampodi, S. (2023). Period poverty in rural Sri Lanka; Understanding menstruation hygiene and related health issues to empower women. *Anuradhapura Medical Journal*, 17 (2), 25-28, DOI: <http://doi.org/10.4038/amj.v17i2.7759>
- Mohd Yakin, H. S., Atin, V. P., Januin, J., Sintang, S., & Jawing, E. (2022). Halangan Penerapan Budaya Digital dalam Kalangan Orang Ubian di Pulau Mantanani, Malaysia Timur. *International Journal of Education, Islamic Studies and Social Sciences Research*, 7(1), 52-64.
- Kartini Aboo Talib@Khalid. (2016). Dilema Kemiskinan: Falsafah, Budaya dan Strategi Poverty Dilemma: Philosophy, Culture and Strategies. *Akademika*. 86(2), 65-78. <https://10.17576/akad-2016-8602-05>.
- Koussayer, A. (2022). Period Poverty: The Issue No One Talks About. *Social Science Research Network*. <http://dx.doi.org/10.2139/ssrn.4339398>. [Access online 26 July 2023].
- Maryono. (2018). Dampak Literasi Informasi Digital Terhadap Produktivitas Publikasi dan Peningkatan Universitas. *Media Informasi*, XXVII(2), 187-199.
- McLeod, S. (2024). Narrative Analysis In Qualitative Research. *Simply Psychology*. DOI:10.13140/RG.2.2.30491.07200.
- Mensonides, D., Smit, A., Talsma, I., Swart, J., & Broersma, M. (2024). Digital Literacies as Socially Situated Pedagogical Processes: Genealogically Understanding Media, Information, and Digital Literacies. *Media and Communication*, 12, 1-18, <https://doi.org/10.17645/mac.8174>.
- Michel J, Mettler A, Schönenberger S, Gunz D. (2022). Period poverty: why it should be everybody's business. *Journal of Global Health Reports*, 6, e2022009. doi:10.29392/001c.32436.
- Miller, T. A., Farley, M., Reji, J., Obeidi, Y., Kelley, V., & Herbert, M. (2023). Understanding period poverty and stigma: Highlighting the need for improved public health initiatives and provider awareness. *Journal of the American Pharmacists Association*, 64, 218-221. <https://doi.org/10.1016/j.japh.2023.10.015>.
- Milyane, T. M., Darmaningrum, K., Natasari, N., Setiawan, G. A., Sembiring, D., Irwanto, Kraugusteeliana, Fitriyah, N., Sutisnawati, A., Sagena, U. Nurhayati, S., Indriana, I. H., & Putri, M. S. (2023). *Literasi Media Digital*. Penerbit Widina Media Utama.
- Mohd Hed, N., Oskar, A., & Yaacob, N. H. (2022). Stateless Issue in Semporna, Sabah: Impact on the Stateless Children's Education (Sea Gypsies): Isu Stateless di Semporna, Sabah: Kesan ke atas Pendidikan Kanak-Kanak Tanpa Negara (Bajau Laut).

- EDUCATUM Journal of Social Sciences, 8(2), 32–43.  
<https://doi.org/10.37134/ejoss.vol8.2.4.2022>.
- Mohd Kamel Mat Salleh, Nurul Fathinatul Afifah Suhaini, Nur Syahmina Mohd Shafawi, Siti Khairun Najwa Kamil, Syamimi Izzati Saifol Bakhri dan Nadia Elysya Mohamad Salleh. (2023). Kemiskinan Haid: Kajian Terhadap Kesedaran Dan Kefahaman Pelajar Uitm Cawangan Negeri Sembilan Kampus Seremban. *Journal of Islamic, Social, Economics and Development (JISED)*, 8(53), 55 – 268.
- Mohammed, S., & Larsen-Reindoen, R.E. (2020). Menstrual knowledge, sociocultural restrictions, and barriers to menstrual hygiene management in Ghana: Evidence from a multi-method survey among adolescent schoolgirls and schoolboys. *Plos One*. 15 (10), 1-19. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0241106>.
- Muhamaad Razis Ismail. (2021). Kemiskinan haid Makin Meresahkan. *Harian Metro*. Media Prima Berhad. <https://www.hmetro.com.my/WM/2021/08/749006/kemiskinan-haid-makin-meresahkan>. [Access online 26 July 2023].
- Muhammad Basir Roslan. (2022). Perjuangan 'Mastal Arikik' Demi Masa Depan Anak-anak Bajau Laut. *Bernama*. <https://www.bernama.com/bm/bfokus/news.php?gaya-hidup&id=2111325>. [Access online 15 December 2024].
- Najibah Hassan. (2022). Miskin haid, lelaki perlu ambil peduli. *Sinar Harian*. <https://www.sinarharian.com.my/article/236112/suara-sinar/analisis-sinar/miskin-haid-lelaki-perlu-ambil-peduli>. [Access online 26 July 2023].
- Norhafizah Abdul Halim. (2022). Polemik Kemiskinan Haid di Malaysia. <https://myref.org.my/2022/05/26/polemik-kemiskinan-haid-di-malaysia/>. [Access online 26 July 2023].
- Norhafizah Ahmad & Latifah Abdul Majid. (2023). Issues and Challenges of Period Poverty During the Covid-19 Pandemic in Malaysia Kemiskinan Haid di Malaysia: Isu dan Cabaran Semasa Pandemik Covid-19. *Islamiyyat*, 45, 83-91. <https://doi.org/10.17576/islamiyyat-2023-45IK-07>.
- Nor Faiza Mohd. Tohit, Sh Fatimah AlZahrah Syed Hussien, Szariannie Sulaiman, & Rohaiza Rokie. (2021). Kemiskinan Haid: Krisis Kesihatan awam yang perlu diakhiri. *International Journal for Studies on Children, Women, Elderly and Disabled*. 14, 109-112.
- Ntinda, K. (2020). Narrative Research. In: *Handbook of Research Methods in Health Social Sciences*. 1-13. Springer Publisher.
- Permadi, D. (2018). Strategi kewirausahaan digital. Center for Digital Society.
- Phippen, A. (2025). Digital Literacy. *Encyclopedia of Libraries, Librarianship, and Information Science*, 4, 125-132.
- Rashid, N. A., Nayan, L. M., dan Devarejo, A. R. (2016). Literasi Dalam Memperolehi Hiburan Bermaklumat: Kajian Dalam Kalangan Remaja Di Malaysia. *Journal of Islamis Social and Sciences and Humanities*, Vol 9. 95-106.
- Rizal, C. Rosyidah, U. A., Yusanto, T., Akbar, M. R., Hidayat, L., Setiawan, J., Ilham, A., Yunus, R., Wardhani, A. K., Rahjeng, W., Nay, F. A., Irwan. J. D., Muflihah, Y. & Asari, A. (2022). Literasi Digital, PT Global Eksekutif Teknologi.
- Shafry Salim. (2023). Pembanterasan Kemiskinan Haid Perlu Penglibatan Semua. *Tinta Minda Bernama*. <https://www.bernama.com/bm/tintaminda/news.php?id=2214170>.
- Siti Haliza Yusop. 2022. Ramai masih 'terperangkap' isu kemiskinan haid. *Berita Harian* edisi 6 Januari 2022.

- Siti Noor Azila Abdullah Amin. (2021). Tingkat Kesedaran Masyarakat Tentang Isu Kemiskinan Haid. Universiti Sains Islam Malaysia.
- Soeiro, R. E., Rocha, L., Surita, F. G., Bahamondes, L., & Costa, M. L. (2021). Period poverty: menstrual health hygiene issues among adolescent and young Venezuelan migrant women at the northwestern border of Brazil. *Reprod Health*, 18, 238. <https://doi.org/10.1186/s12978-021-01285-7>.
- Spires, H. A., Paul, C., & Kerkhoff, S. N. (2018). Digital literacy for the 21st century. In M. Khosrow-Pour (Ed.), *Encyclopedia of information science and technolog*.
- Spires, H. & Bartel, J. (2015). Digital literacy and engagement in business education. *National Business Education Yearbook*.
- Sharifah Fatimah Al Zahra.(2021).Kemiskinan Haid di Malaysia; Situasi Masa Kini. Prosiding: Persidangan Kependudukan Kebangsaan 2021.
- United Nations. (2018). A Global Framework of Reference on Digital Literacy Skills for Indicator 4.4.2. UNESCO Institute for Statistics.
- Wolgemuth, J. R., & Agosto, V. (2019). Narrative Research. *The Blackwell Encyclopedia of Sociology*. 1-3. DOI: 10.1002/9781405165518.wbeos1244.