

Penggunaan Pil Penunda Menstruasi pada Perempuan di Kabupaten Pamekasan: Motif, Praktik, dan Tinjauan Hukum Islam

Mohammad Atiqurrahman^{a*}

^aSekolah Tinggi Agama Islam Al Falah (STAIFA) Pamekasan,
email: Mohammad.atiqurrahman91@gmail.com*

INFO ARTIKEL

Riwayat Artikel:

Received : 1 Agustus 2026

Revised : 21 Agustus 2026

Accepted : 30 Agustus 2026

Keywords:

Islamic law; menstrual
suppression; Ramadan
fasting; socio-legal study;
unmarried women

Kata Kunci:

hukum Islam; penundaan
menstruasi; perempuan belum
menikah; puasa Ramadan; socio-
legal

DOI: 10.62335

ABSTRACT

The use of menstrual-delay pills during Ramadan represents an intersection of religious motivation, reproductive health, and Islamic legal considerations. This study aimed to analyze the motives, practices, reported health experiences, and Islamic legal perspectives concerning the use of menstrual-delay pills among unmarried women in Larangan Dalam Village, Larangan District, Pamekasan Regency. The study employed a qualitative method with a socio-legal approach. The primary informants were 10 unmarried women who had used menstrual-delay pills, while the supporting informants comprised one village head, two midwives, and two religious leaders. Data were collected through semi-structured interviews, non-participant observation, and documentation and were analyzed through data reduction, data presentation, and conclusion drawing and verification. The findings revealed that pill use was motivated by difficulties in making up missed fasts outside Ramadan and by a combination of the desire to worship throughout Ramadan and the perceived difficulty of making up missed fasts. Knowledge about the pills was obtained informally from family members and the surrounding community, while their use generally occurred without consultation with healthcare professionals. Reported experiences included headaches, weight changes, changes in menstrual timing, and no complaints among some informants. These experiences could not be established as direct effects of the pills because no clinical examinations were conducted. According to the Indonesian Ulema Council fatwa on menstrual-delay pills, their use solely to complete a full month of Ramadan fasting is considered makruh, but it may be mubah for women who genuinely experience difficulty making up missed fasts, provided that it does not cause harm. The findings underscore the need for reproductive health education involving both healthcare professionals and religious leaders.

ABSTRAK

Penggunaan pil penunda menstruasi selama Ramadan merupakan fenomena yang mempertemukan motivasi keagamaan, kesehatan

reproduksi, dan pertimbangan hukum Islam. Penelitian ini bertujuan menganalisis motif, praktik, pengalaman kesehatan, dan tinjauan hukum Islam terhadap penggunaan pil penunda menstruasi pada perempuan belum menikah di Desa Larangan Dalam, Kecamatan Larangan, Kabupaten Pamekasan. Penelitian menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan *socio-legal*. Informan utama terdiri atas 10 perempuan belum menikah yang pernah menggunakan pil penunda menstruasi, sedangkan informan pendukung meliputi seorang kepala desa, dua bidan, dan dua tokoh agama. Data dikumpulkan melalui wawancara semiterstruktur, observasi nonpartisipan, dan dokumentasi, kemudian dianalisis melalui reduksi, penyajian, serta penarikan dan verifikasi kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan pil dilatarbelakangi oleh kesulitan melaksanakan *qadha'* puasa di luar Ramadan serta gabungan antara keinginan beribadah secara penuh dan kesulitan mengganti puasa. Pengetahuan mengenai penggunaan obat diperoleh secara informal dari keluarga dan lingkungan sosial, sedangkan penggunaannya umumnya dilakukan tanpa konsultasi tenaga kesehatan. Pengalaman yang dilaporkan meliputi sakit kepala, perubahan berat badan, perubahan waktu menstruasi, dan tidak adanya keluhan pada sebagian informan. Pengalaman tersebut tidak dapat dipastikan sebagai akibat langsung obat karena tidak disertai pemeriksaan klinis. Berdasarkan Fatwa Majelis Ulama Indonesia tentang pil antihaid, penggunaannya untuk menyempurnakan puasa Ramadan dihukumi *makruh*, tetapi dapat menjadi *mubah* bagi perempuan yang benar-benar mengalami kesulitan melaksanakan *qadha'*, sepanjang tidak menimbulkan kemudharatan. Temuan ini menegaskan perlunya edukasi kesehatan reproduksi yang melibatkan tenaga kesehatan dan tokoh agama.

LATAR BELAKANG

Menstruasi merupakan proses fisiologis yang terjadi secara siklik pada perempuan usia reproduktif. Dalam perspektif hukum Islam, perempuan yang sedang mengalami menstruasi tidak diperbolehkan menjalankan ibadah puasa. Puasa Ramadan yang ditinggalkan karena menstruasi tetap wajib diganti (*qadha'*) pada hari lain. Ketentuan tersebut menunjukkan bahwa menstruasi merupakan keadaan alamiah yang memperoleh pengaturan khusus dalam pelaksanaan ibadah, bukan kondisi yang mengurangi kedudukan spiritual perempuan (Azzam & Hawwas, 2009).

Keinginan untuk menjalankan puasa Ramadan secara penuh mendorong sebagian perempuan menggunakan obat hormonal untuk menunda menstruasi. Praktik tersebut tidak hanya berkaitan dengan kondisi biologis, tetapi juga berhubungan dengan motivasi keagamaan, persepsi mengenai kesempurnaan ibadah, kesulitan melaksanakan *qadha'*, pengaruh keluarga, dan kebiasaan yang berkembang dalam lingkungan sosial. Dengan demikian, keputusan menggunakan obat penunda menstruasi perlu dipahami sebagai fenomena yang mempertemukan dimensi kesehatan reproduksi, praktik sosial, dan pemaknaan keagamaan.

Secara medis, penundaan menstruasi atau *menstrual suppression* dapat dilakukan menggunakan metode hormonal tertentu. American College of Obstetricians and Gynecologists menjelaskan bahwa

penekanan menstruasi dapat menjadi pilihan bagi individu yang menginginkan pengurangan frekuensi atau jumlah perdarahan menstruasi. Namun, pemilihan metode harus mempertimbangkan tujuan pengguna, efektivitas, kemungkinan perubahan pola perdarahan, kondisi kesehatan, dan kontraindikasi individual. Efek penghentian menstruasi secara penuh juga tidak selalu dapat dicapai pada setiap pengguna (ACOG, 2022).

Penggunaan kontrasepsi oral dapat menimbulkan perubahan pola menstruasi dan keluhan tertentu, tetapi tingkat keamanan serta respons penggunaannya tidak dapat disamaratakan. Jenis dan kandungan obat, dosis, usia, riwayat kesehatan, kebiasaan merokok, tekanan darah, migrain, dan risiko tromboemboli merupakan beberapa faktor yang perlu dipertimbangkan. World Health Organization juga menegaskan bahwa kontrasepsi oral memiliki manfaat nonkontraseptif sekaligus risiko yang berbeda menurut kondisi pengguna. Oleh karena itu, penggunaan obat hormonal seharusnya didahului konsultasi dengan tenaga kesehatan agar metode yang dipilih sesuai dengan kebutuhan dan profil kesehatan individu (WHO, 2025).

Penjelasan tersebut sekaligus menunjukkan bahwa menstruasi tidak tepat dipahami sebagai proses pembuangan “darah kotor” yang apabila ditunda akan menumpuk atau berubah menjadi tumor. Darah menstruasi merupakan hasil peluruhan lapisan endometrium yang terjadi sebagai bagian dari siklus reproduksi. Penundaan menstruasi dengan metode hormonal juga tidak dapat secara langsung dinyatakan aman atau berbahaya tanpa mengetahui jenis obat, cara penggunaan, kondisi kesehatan, dan hasil pemeriksaan pengguna. Dalam penelitian kualitatif, sakit kepala, perubahan berat badan, dan ketidakaturan siklus yang disampaikan informan harus ditempatkan sebagai keluhan atau pengalaman setelah penggunaan, bukan sebagai hubungan sebab-akibat klinis yang telah terbukti.

Fenomena penggunaan pil penunda menstruasi juga ditemukan dalam data penelitian di Kabupaten Pamekasan. Praktik tersebut dilakukan oleh perempuan yang belum menikah ketika menghadapi bulan Ramadan. Para informan mengemukakan beragam motif, antara lain keinginan menjalankan puasa secara penuh, memperoleh kesempatan beribadah sepanjang Ramadan, menghindari kesulitan melaksanakan *qadha'*, serta gabungan beberapa pertimbangan tersebut. Sebagian informan memperoleh pengetahuan mengenai obat dan cara penggunaannya dari anggota keluarga atau perempuan lain yang dianggap lebih berpengalaman, bukan melalui konsultasi dengan tenaga kesehatan. Temuan ini tidak dimaksudkan untuk menggambarkan seluruh perempuan di Kabupaten Pamekasan, tetapi menunjukkan praktik yang dialami oleh informan penelitian.

Praktik tersebut menimbulkan persoalan penting dalam hukum Islam. Penilaian hukum terhadap penggunaan pil penunda menstruasi tidak cukup didasarkan pada keberadaan obat atau keinginan menunda menstruasi, tetapi perlu mempertimbangkan tujuan penggunaan, kebutuhan, manfaat, potensi mudarat, serta kondisi kesehatan penggunaannya. Prinsip menghindari kemudharatan, sebagaimana terkandung dalam kaidah *lā ḍarar wa lā ḍirār*, menjadi relevan karena keputusan hukum berhubungan dengan keamanan tindakan yang dilakukan. Keterangan tenaga kesehatan diperlukan agar penilaian hukum tidak dibangun berdasarkan asumsi medis yang belum terbukti.

Majelis Ulama Indonesia melalui keputusan Komisi Fatwa tanggal 12 Januari 1979 menetapkan bahwa penggunaan pil antihaid untuk kepentingan ibadah haji hukumnya *mubah*. Penggunaannya

untuk menyempurnakan puasa Ramadan selama satu bulan dihukumi *makruh*, tetapi dapat menjadi *mubah* bagi perempuan yang mengalami kesulitan melaksanakan *qadha'* pada hari lain. Adapun penggunaan untuk tujuan lainnya ditentukan berdasarkan niat dan akibat tindakannya. Ketentuan tersebut memperlihatkan bahwa hukum penggunaan obat penunda menstruasi bersifat kontekstual dan tidak dapat dilepaskan dari tujuan, kebutuhan, dan kemungkinan mudarat yang dialami pengguna (Majelis Ulama Indonesia, 1979).

Penelitian mengenai obat penunda menstruasi sebelumnya antara lain dilakukan oleh Dewi Luqmanah (2018), yang mengkaji pemahaman masyarakat Desa Terbanggi Mulya mengenai hukum penggunaan obat penunda menstruasi untuk menjalankan puasa Ramadan. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa motivasi beribadah dan lingkungan keagamaan turut melatarbelakangi penggunaannya. Penelitian Lisna Anggraini (2015) membahas penggunaan pil penunda menstruasi oleh jemaah haji perempuan berdasarkan pemikiran Yusuf al-Qaradawi dan menempatkan adanya kesulitan atau *masyaqqah* sebagai pertimbangan kebolehan. Kedua penelitian tersebut memberikan landasan mengenai dimensi hukum dan keagamaan, tetapi belum secara khusus mengintegrasikan motif penggunaan, proses penyebaran pengetahuan, praktik penggunaan tanpa konsultasi profesional, pengalaman kesehatan yang dilaporkan pengguna, dan analisis hukum Islam dalam konteks sosial perempuan di Kabupaten Pamekasan.

Kebaruan penelitian ini terletak pada kajian *socio-legal* yang menempatkan penggunaan pil penunda menstruasi sebagai praktik sosial-keagamaan, bukan semata-mata persoalan hukum normatif atau tindakan medis. Status perkawinan tidak digunakan sebagai batas tunggal subjek penelitian, melainkan sebagai salah satu karakteristik informan yang dapat memengaruhi pengalaman dan praktik penggunaan. Pendekatan tersebut memungkinkan penelitian menjelaskan hubungan antara motivasi keagamaan, pengaruh keluarga dan lingkungan, akses terhadap obat hormonal, pengalaman kesehatan, dan pertimbangan hukum Islam.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan menganalisis motif dan praktik penggunaan pil penunda menstruasi pada perempuan di Kabupaten Pamekasan, mengidentifikasi keluhan atau pengalaman kesehatan yang dilaporkan setelah penggunaan, serta menilai praktik tersebut berdasarkan prinsip hukum Islam. Hasil penelitian diharapkan berkontribusi terhadap pengembangan kajian *socio-legal* mengenai kesehatan reproduksi perempuan serta menjadi dasar bagi edukasi yang mengintegrasikan pengetahuan kesehatan dan pemahaman keagamaan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan *socio-legal*. Pendekatan tersebut digunakan untuk mengkaji praktik penggunaan pil penunda menstruasi pada perempuan belum menikah sekaligus menganalisisnya berdasarkan prinsip hukum Islam. Aspek empiris meliputi motif, praktik penggunaan, sumber pengetahuan, dan pengalaman kesehatan informan. Sementara itu, aspek normatif diarahkan pada penilaian hukum terhadap praktik tersebut berdasarkan fatwa, kaidah fikih, dan literatur hukum Islam yang relevan.

Penelitian dilaksanakan di Kabupaten Pamekasan. Lokasi tersebut dipilih karena berdasarkan temuan awal terdapat perempuan belum menikah yang menggunakan pil penunda menstruasi selama Ramadan. Temuan penelitian dibatasi pada pengalaman informan di lokasi penelitian dan tidak dimaksudkan untuk menggambarkan seluruh perempuan belum menikah di Kabupaten Pamekasan.

Penelitian melibatkan 21 informan yang terdiri atas 18 perempuan belum menikah yang pernah menggunakan pil penunda menstruasi selama Ramadan sebagai informan utama, satu kepala desa sebagai informan pendukung sosial, dan dua bidan sebagai informan pendukung kesehatan. Kepala desa memberikan informasi mengenai kondisi sosial masyarakat di lokasi penelitian, sedangkan bidan memberikan keterangan mengenai penggunaan obat hormonal dan kesehatan reproduksi. Pemilihan informan dilakukan menggunakan teknik *purposive sampling*, dengan rincian karakteristik informan disajikan secara ringkas pada Tabel 1.

Tabel 1. Komposisi Informan Penelitian

Kode	Kedudukan informan	Jumlah	Kriteria atau peran
P1-P18	Informan utama	10	Perempuan belum menikah yang pernah menggunakan pil penunda menstruasi selama Ramadan
D1	Informan pendukung	1	Kepala Desa Larangan Dalam yang memberikan informasi mengenai konteks sosial masyarakat
B1-B2	Informan pendukung	2	Bidan yang memberikan informasi mengenai penggunaan obat hormonal dan kesehatan reproduksi
Total		21	

Data penelitian terdiri atas data primer dan data sekunder. Data primer diperoleh melalui wawancara dengan 10 perempuan belum menikah yang pernah menggunakan pil penunda menstruasi, Kepala Desa Larangan Dalam, dan dua bidan. Data sekunder diperoleh dari fatwa Majelis Ulama Indonesia, literatur fikih, buku, artikel ilmiah, pedoman kesehatan, dan dokumen lain yang berkaitan dengan penundaan menstruasi, kontrasepsi hormonal, puasa Ramadan, serta hukum penggunaan obat penunda menstruasi.

Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara semiterstruktur, observasi nonpartisipan, dan dokumentasi. Wawancara dengan informan utama diarahkan untuk memperoleh informasi mengenai motif penggunaan pil penunda menstruasi, jenis obat yang digunakan, sumber pengetahuan tentang penggunaan obat, konsultasi dengan tenaga kesehatan, praktik penggunaan, dan keluhan yang dirasakan setelah penggunaan. Wawancara dengan kepala desa digunakan untuk memahami konteks sosial masyarakat, sedangkan wawancara dengan bidan digunakan untuk memperoleh keterangan pendukung mengenai penggunaan obat hormonal dan kesehatan

reproduksi.

Observasi dilakukan secara nonpartisipan. Peneliti tidak terlibat dalam penggunaan obat dan tidak mengamati secara langsung proses konsumsinya karena tindakan tersebut bersifat pribadi. Observasi dibatasi pada situasi wawancara, konteks sosial yang berkaitan dengan penyebaran pengetahuan mengenai obat, dan objek yang diperlihatkan oleh informan. Dokumentasi meliputi catatan lapangan, foto kegiatan wawancara, dan foto kemasan obat yang ditunjukkan informan. Foto obat digunakan sebagai data pendukung untuk mengidentifikasi produk yang dilaporkan, bukan untuk memberikan petunjuk penggunaannya.

Data dianalisis melalui tahapan reduksi, penyajian, serta penarikan dan verifikasi kesimpulan. Hasil wawancara terlebih dahulu ditranskripsikan dan dibaca secara berulang. Data yang relevan selanjutnya diberi kode dan dikelompokkan ke dalam empat tema, yaitu: (1) motif penggunaan pil penunda menstruasi; (2) praktik dan sumber pengetahuan penggunaan; (3) keluhan atau pengalaman kesehatan yang dilaporkan; dan (4) penggunaan pil penunda menstruasi dalam perspektif hukum Islam. Data kemudian disajikan secara naratif dengan memperhatikan persamaan dan variasi pengalaman informan.

Analisis *socio-legal* dilakukan dengan menghubungkan temuan empiris dan bahan hukum-keagamaan. Data wawancara dianalisis untuk memahami praktik penggunaan pil penunda menstruasi dalam konteks sosial dan keagamaan perempuan belum menikah. Temuan tersebut kemudian dianalisis berdasarkan fatwa Majelis Ulama Indonesia tentang pil antihaid, kaidah *lā ḍarar wa lā ḍirār*, prinsip kemaslahatan, serta literatur fikih yang relevan. Analisis hukum mempertimbangkan tujuan penggunaan, tingkat kebutuhan, kemungkinan manfaat dan mudarat, serta keterangan tenaga kesehatan.

Keabsahan data diperiksa melalui triangulasi sumber dan teknik. Triangulasi sumber dilakukan dengan membandingkan keterangan antarperempuan pengguna, kepala desa, dan bidan. Triangulasi teknik dilakukan dengan membandingkan hasil wawancara, catatan observasi, dokumentasi, dan bahan tertulis yang relevan.

ANALISIS DAN PEMBAHASAN

Hasil

Karakteristik Informan

Penelitian dilakukan di Kabupaten Pamekasan. Informan utama terdiri atas 10 perempuan belum menikah yang pernah menggunakan pil penunda menstruasi selama Ramadan. Informan pendukung terdiri atas Kepala Desa Larangan Dalam, dua bidan, dan dua tokoh agama. Kepala desa memberikan informasi mengenai kondisi sosial dan profil lokasi penelitian, bidan memberikan keterangan mengenai penggunaan kontrasepsi hormonal, sedangkan tokoh agama memberikan pandangan mengenai penggunaan pil penunda menstruasi berdasarkan hukum Islam.

Identitas informan utama disamarkan menggunakan kode P1–P10. Informan pendukung diberi kode

D1 untuk kepala desa, B1–B2 untuk bidan, dan T1–T2 untuk tokoh agama.

Tabel 1. Komposisi Informan Penelitian

Kode	Kedudukan informan	Jumlah	Peran
P1–P10	Perempuan belum menikah	10	Informan utama yang pernah menggunakan pil penunda menstruasi
D1	Kepala desa	1	Memberikan informasi mengenai konteks lokasi penelitian
B1–B2	Bidan	2	Memberikan keterangan pendukung mengenai penggunaan obat hormonal
T1–T2	Tokoh agama	2	Memberikan pandangan hukum Islam
Total		15	

Delapan perempuan menikah yang diwawancarai dalam penelitian awal tidak dimasukkan ke dalam analisis utama karena tidak sesuai dengan pembatasan subjek penelitian.

Motif Penggunaan Pil Penunda Menstruasi

Hasil wawancara menunjukkan bahwa penggunaan pil penunda menstruasi pada informan utama dilatarbelakangi oleh dua kecenderungan motif, yaitu kesulitan melaksanakan *qadha'* puasa di luar Ramadan dan gabungan antara keinginan menjalankan ibadah secara penuh dengan kesulitan melaksanakan *qadha'*.

1. Kesulitan melaksanakan *qadha'* puasa

Empat informan, yaitu P1, P2, P3, dan P4, menyampaikan bahwa penggunaan pil penunda menstruasi didorong oleh keinginan untuk menghindari kewajiban mengganti puasa di luar Ramadan. Kesulitan tersebut berkaitan dengan kondisi lingkungan yang tidak lagi mendukung pelaksanaan puasa secara bersama-sama.

P1 menjelaskan:

“Saya menggunakan pil penunda haid dengan tujuan agar tidak susah-susah menggantinya di bulan berikutnya agar tidak mempunyai tanggungan puasa pada bulan berikutnya.” (P1, wawancara, 6 Mei 2020).

P2 juga menyampaikan bahwa puasa di luar Ramadan terasa lebih berat karena dilakukan seorang diri:

“Saya saja belum menikah menggunakan pil penunda haid dengan tujuan agar saya tidak usah mengganti di bulan berikutnya karena berpuasa sendirian pada saat bukan bulan puasa itu

banyak godaannya.” (P2, wawancara, 8 Mei 2020).

Pengalaman serupa disampaikan P3. Informan menganggap godaan ketika berpuasa di luar Ramadan lebih berat dibandingkan selama Ramadan:

“Saya menggunakan pil penunda haid dengan tujuan agar tidak mengalami haid selama bulan Ramadan karena saya malas mengganti puasa pada selain bulan Ramadan. Berpuasa sendirian atau berpuasa pada bulan selain Ramadan itu godaannya lebih berat.” (P3, wawancara, 7 Mei 2020).

P4 menyampaikan alasan yang hampir sama. Selain ingin mencegah menstruasi selama Ramadan, informan merasa kesulitan mengganti puasa pada waktu lain. Berdasarkan keterangan tersebut, istilah “malas” yang digunakan informan tidak semata-mata menunjukkan keengganan pribadi, tetapi berkaitan dengan kesulitan berpuasa secara individual dan pengaruh lingkungan di luar Ramadan.

2. Gabungan motif ibadah dan kesulitan melaksanakan *qadha'*

Dua informan, yaitu P5 dan P6, mengemukakan gabungan antara motivasi keagamaan dan pertimbangan praktis. Mereka menggunakan pil penunda menstruasi karena ingin mengikuti ibadah selama Ramadan secara penuh sekaligus menghindari kesulitan mengganti puasa pada hari lain.

P5 menyampaikan:

“Saya menggunakan pil penunda haid banyak alasannya. Pertama, untuk mendapatkan pahala dan keberkahan bulan Ramadan. Saya ingin beribadah secara penuh pada saat bulan Ramadan agar bertemu dengan malam lailatul qadar. Selain itu, saya juga malas menggantinya di bulan berikutnya karena bisa jadi saya sendirian yang berpuasa dan itu berat bagi saya.” (P5, wawancara, 6 Mei 2020).

P6 juga menghubungkan penggunaan pil dengan pengetahuan keagamaan yang diperoleh dari kegiatan pengajian:

“Saya sering ikut pengajian dan sering dijelaskan tentang bulan Ramadan. Saya ingin mendapatkan keberkahan itu semua. Selain itu, saya juga malas mengganti puasa.” (P6, wawancara, 8 Mei 2020).

Temuan tersebut menunjukkan bahwa keputusan menggunakan pil penunda menstruasi tidak selalu dibentuk oleh satu alasan. Motivasi ibadah dan kesulitan menjalankan *qadha'* dapat hadir secara bersamaan dalam pertimbangan informan.

Sumber Pengetahuan tentang Penggunaan Pil

Pengetahuan informan mengenai penggunaan pil penunda menstruasi diperoleh melalui komunikasi informal dalam keluarga dan lingkungan masyarakat. P5 menyatakan bahwa dirinya mempelajari penggunaan pil tersebut dari ibunya:

“Saya menggunakan pil penunda haid belajar dari ibu saya karena kebetulan ibu saya menggunakan pil penunda haid tersebut. Kalau di sini kebanyakan masyarakat menggunakannya tanpa konsultasi ke pihak kesehatan. Yang muda belajar kepada yang tua.” (P5, wawancara, 6 Mei 2020).

2020).

Keterangan serupa diberikan P7. Informan memperoleh informasi dari ibu dan kakak perempuannya yang telah memiliki pengalaman menggunakan obat tersebut:

“Saya tinggal bertanya kepada mereka yang ada di sini, termasuk ibu saya.” (P7, wawancara, 6 Mei 2020).

Temuan tersebut memperlihatkan adanya transmisi pengetahuan antargenerasi. Pengetahuan mengenai penggunaan obat tidak terutama diperoleh dari tenaga kesehatan, tetapi diwariskan melalui pengalaman perempuan yang lebih tua kepada anggota keluarga yang lebih muda.

Keterangan para informan diperkuat oleh B1, bidan Desa Larangan Dalam, yang menyatakan bahwa selama bertugas belum pernah menerima konsultasi mengenai penggunaan pil penunda menstruasi. Menurut B1, masyarakat yang datang kepadanya umumnya berkonsultasi mengenai ketidakteraturan menstruasi atau penggunaan kontrasepsi untuk mencegah kehamilan.

Dengan demikian, penggunaan pil penunda menstruasi pada informan berlangsung tanpa pendampingan medis yang memadai. Pola ini menunjukkan bahwa keluarga dan lingkungan sosial memiliki peran penting dalam membentuk keputusan serta praktik penggunaan obat.

Jenis dan Akses terhadap Pil Penunda Menstruasi

Hasil wawancara dan dokumentasi menunjukkan bahwa informan menggunakan kontrasepsi oral merek Planotab untuk menunda menstruasi. Informan memilih produk tersebut karena mudah diperoleh di apotek dan memiliki harga yang dianggap terjangkau.

P8 menyampaikan:

“Sesuai dengan yang saya tahu dari tetangga, pil untuk menunda haid itu menggunakan pil KB. Merek yang saya gunakan hanya Planotab karena harganya murah, yaitu Rp4.500.” (P8, wawancara, 6 Mei 2020).

P6 juga menyatakan bahwa dirinya menggunakan produk yang sama karena mudah diperoleh dan harganya relatif murah:

“Di sini banyak yang menggunakan pil KB merek Planotab untuk menunda haid pada saat bulan Ramadan. Selain mudah didapat, harganya juga murah, yaitu sekitar Rp5.000.” (P6, wawancara, 8 Mei 2020).

Observasi peneliti pada 17 Mei 2020 juga mencatat keberadaan kemasan Planotab di rumah informan dan ketersediaannya di apotek sekitar lokasi penelitian. Harga produk pada saat pengumpulan data berkisar antara Rp4.500 dan Rp5.000. Harga tersebut merupakan kondisi pada 2020 dan tidak dapat digunakan untuk menggambarkan harga saat ini.

Praktik Penggunaan Pil Penunda Menstruasi

Informan utama melaporkan bahwa pil mulai dikonsumsi sekitar satu minggu sebelum perkiraan datangnya menstruasi. Waktu mulai penggunaan didasarkan pada kebiasaan siklus menstruasi masing-masing, bukan berdasarkan pemeriksaan atau rekomendasi tenaga kesehatan.

P8 menjelaskan:

“Saya minum pil tersebut satu minggu sebelum datang haid. Misalkan biasanya datang haid tanggal 25, saya mulai meminumnya tanggal 17 atau 18.” (P8, wawancara, 6 Mei 2020).

P4 menyampaikan praktik yang serupa:

“Kalau bagi perempuan yang belum menikah seperti saya, pil ini diminum seminggu sebelum kebiasaan datang haid. Saya biasanya datang haid tanggal 23, maka saya mulai meminumnya tanggal 16.” (P4, wawancara, 6 Mei 2020).

Keterangan tersebut memperlihatkan bahwa praktik penggunaan didasarkan pada pengalaman dan pengetahuan informal. Penelitian tidak melakukan pengawasan medis, tidak memeriksa kandungan dan dosis secara klinis, serta tidak menilai kesesuaian metode tersebut dengan kondisi kesehatan setiap informan. Oleh karena itu, uraian ini harus dipahami sebagai praktik yang dilaporkan informan dan tidak dapat dijadikan petunjuk penggunaan obat.

Pengalaman Kesehatan Setelah Penggunaan

Informan melaporkan pengalaman yang beragam setelah menggunakan pil penunda menstruasi. Keluhan yang ditemukan meliputi sakit kepala, perubahan berat badan, dan perubahan waktu datangnya menstruasi. Terdapat pula informan yang tidak merasakan keluhan.

1. Sakit kepala

P1 melaporkan sakit kepala selama dua sampai tiga hari pada awal penggunaan:

“Efek sampingnya kepala terasa sakit, tetapi saya merasakannya hanya dua atau tiga hari. Setelah itu terasa normal seperti saat tidak minum obat.” (P1, wawancara, 6 Mei 2020).

P3 juga melaporkan pusing setelah menggunakan pil. Sementara itu, P4 menyampaikan kombinasi keluhan berupa pusing dan perubahan waktu datangnya menstruasi.

2. Perubahan berat badan

P5 melaporkan peningkatan berat badan sekitar dua kilogram selama Ramadan:

“Sebelum Ramadan berat badan saya 59 kg. Setelah Ramadan berakhir, berat badan saya menjadi 61 kg. Ada kenaikan dua kilogram selama bulan puasa.” (P5, wawancara, 6 Mei 2020).

Penelitian tidak melakukan pengukuran terkontrol dan tidak menilai faktor lain, seperti pola makan, aktivitas fisik, atau perubahan metabolisme selama Ramadan. Oleh karena itu, perubahan berat badan tersebut ditempatkan sebagai pengalaman yang dilaporkan informan, bukan efek kausal yang telah dibuktikan.

3. Perubahan waktu menstruasi

P9 menyatakan tidak mengalami keluhan fisik, tetapi mengalami perubahan waktu datangnya menstruasi:

“Ketika saya minum pil penunda haid, saya tidak merasakan efek apa-apa. Hanya saja tanggal datang haid pada bulan berikutnya tidak sama. Biasanya tanggal 23, setelah menggunakan pil terkadang tanggal 29 atau tanggal 1.” (P9, wawancara, 8 Mei 2020).

P4 juga melaporkan bahwa menstruasi yang sebelumnya memiliki pola tertentu menjadi tidak menentu setelah penggunaan. Namun, penelitian tidak memiliki catatan siklus menstruasi longitudinal untuk mengonfirmasi tingkat dan durasi perubahan tersebut.

4. Tidak mengalami keluhan

Tidak seluruh informan mengalami keluhan. P10 menyampaikan:

“Kalau saya tidak merasakan apa-apa. Sama seperti tidak meminum pil sebelumnya. Tidak merasa pusing atau yang lainnya.” (P10, wawancara, 7 Mei 2020).

Pandangan Informan Pendukung

B1 dan B2 menyatakan bahwa keluhan pengguna kontrasepsi oral dapat berbeda antarindividu. Berdasarkan pengalaman pelayanan mereka, keluhan yang pernah disampaikan pengguna antara lain sakit kepala, mual, perubahan berat badan, dan ketidakaturan menstruasi. Namun, keterangan kedua bidan terutama didasarkan pada pengalaman menangani perempuan menikah yang menggunakan kontrasepsi untuk mencegah kehamilan. Oleh karena itu, pendapat tersebut hanya digunakan sebagai informasi pendukung dan tidak dapat menggantikan pemeriksaan medis terhadap informan utama.

Pembahasan

Motif Penggunaan Pil Penunda Menstruasi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan pil penunda menstruasi pada perempuan belum menikah di Kabupaten Pamekasan tidak hanya didorong oleh alasan medis, tetapi terutama oleh pertimbangan sosial dan keagamaan. Motif yang ditemukan meliputi kesulitan melaksanakan *qadha'* puasa di luar Ramadan serta gabungan antara keinginan menjalankan ibadah secara penuh dan kesulitan mengganti puasa pada hari lain.

Kesulitan melaksanakan *qadha'* berkaitan dengan perubahan lingkungan sosial setelah Ramadan berakhir. Selama Ramadan, puasa dilakukan secara kolektif dan didukung oleh kebiasaan masyarakat. Sebaliknya, pelaksanaan *qadha'* berlangsung secara individual ketika orang lain tidak sedang berpuasa. Keberadaan makanan, aktivitas pekerjaan, dan interaksi dengan orang-orang yang tidak berpuasa dipersepsikan sebagai godaan yang membuat *qadha'* lebih sulit dilaksanakan. Dengan demikian, istilah “malas” yang digunakan informan tidak seharusnya dipahami semata-mata sebagai kelemahan pribadi, melainkan sebagai ungkapan yang berkaitan dengan kondisi sosial dan kesulitan menjalankan puasa secara individual.

Temuan tersebut sejalan dengan penelitian Luqmanah (2018), yang menunjukkan bahwa penggunaan obat penunda menstruasi untuk menjalankan puasa Ramadan dipengaruhi oleh pemahaman keagamaan dan lingkungan masyarakat. Akan tetapi, penelitian ini menemukan dimensi yang lebih kompleks. Penggunaan pil tidak hanya didorong oleh keinginan memperoleh keutamaan Ramadan, tetapi juga menjadi strategi informan untuk mengatasi kesulitan menjalankan *qadha'*. Dengan demikian, keputusan penggunaan obat terbentuk melalui pertemuan antara motivasi spiritual dan pertimbangan praktis.

Sebagian informan juga menghubungkan penggunaan pil dengan keinginan menjalankan ibadah secara penuh, memperoleh keutamaan Ramadan, dan mengikuti ibadah pada malam *lailatul qadar*. Temuan ini memperlihatkan bahwa menstruasi dipersepsikan sebagai keadaan yang membatasi partisipasi mereka dalam beberapa bentuk ibadah. Padahal, dalam hukum Islam, tidak berpuasa karena menstruasi merupakan ketentuan syariat dan bukan bentuk kelalaian perempuan. Menstruasi juga tidak menghilangkan seluruh kesempatan beribadah karena perempuan tetap dapat menjalankan bentuk ibadah lain yang diperbolehkan.

Keinginan untuk menjalankan puasa secara penuh perlu dipahami sebagai ekspresi kesungguhan beragama. Namun, pemaknaan tersebut juga dapat membentuk anggapan bahwa kesempurnaan ibadah hanya dapat dicapai dengan menghindari menstruasi. Karena itu, edukasi keagamaan perlu menegaskan bahwa dispensasi selama menstruasi merupakan bagian dari ajaran Islam dan tidak mengurangi nilai spiritual perempuan.

Transmisi Pengetahuan dan Penggunaan Tanpa Konsultasi

Temuan penting penelitian ini adalah bahwa pengetahuan mengenai penggunaan pil penunda menstruasi diperoleh melalui anggota keluarga dan perempuan lain yang lebih berpengalaman. Informan mempelajari praktik tersebut dari ibu, kakak, atau tetangga. Pola ini memperlihatkan adanya transmisi pengetahuan antargenerasi yang berlangsung secara informal.

Keluarga tidak hanya menjadi sumber informasi, tetapi juga membentuk penerimaan sosial terhadap penggunaan obat. Ketika praktik tersebut telah dilakukan oleh ibu atau anggota keluarga yang lebih tua, informan cenderung menganggapnya sebagai praktik yang lazim dan aman. Pengalaman pengguna terdahulu kemudian menjadi dasar keputusan pengguna berikutnya, meskipun informasi mengenai kandungan obat, dosis, kontraindikasi, dan risiko individual belum tentu dipahami secara memadai.

Keterangan bidan memperkuat temuan bahwa informan tidak melakukan konsultasi sebelum menggunakan obat. Tidak adanya konsultasi menunjukkan kesenjangan antara akses terhadap obat dan akses terhadap informasi kesehatan. Informan dapat memperoleh pil secara mudah dan murah, tetapi tidak memperoleh penilaian medis mengenai kesesuaian obat dengan kondisi kesehatannya.

Temuan tersebut penting karena kontrasepsi oral tidak dapat dinilai hanya berdasarkan pengalaman orang lain. Kelayakan penggunaannya bergantung pada jenis dan kandungan obat serta karakteristik kesehatan individu. Pedoman kelayakan medis menilai penggunaan kontrasepsi hormonal berdasarkan berbagai kondisi, seperti hipertensi, migrain tertentu, riwayat trombosis, penyakit kardiovaskular, kebiasaan merokok, penyakit hati, dan interaksi obat. Karena itu, pengalaman aman pada seorang anggota keluarga tidak secara otomatis menunjukkan bahwa produk yang sama aman bagi orang lain (Nguyen et al., 2024).

Temuan ini memperluas penelitian Luqmanah (2018) karena menunjukkan bahwa keputusan penggunaan pil bukan hanya dipengaruhi pemahaman hukum atau motivasi beribadah. Praktik tersebut juga dipertahankan oleh kemudahan memperoleh obat dan jaringan pengetahuan informal dalam keluarga. Kontribusi penelitian ini terletak pada penjelasan bahwa keluarga dapat berfungsi

sebagai sumber legitimasi sosial sekaligus sumber informasi penggunaan obat, meskipun informasi tersebut belum tentu didasarkan pada pedoman medis.

Praktik Penggunaan Kontrasepsi Oral untuk Menunda Menstruasi

Informan menggunakan kontrasepsi oral merek Planotab untuk menunda menstruasi selama Ramadan. Produk tersebut dipilih karena mudah diperoleh, murah pada saat penelitian dilakukan, dan telah digunakan oleh perempuan lain di lingkungan informan. Namun, penelitian ini tidak memeriksa kandungan obat, dosis, kontraindikasi, ataupun kesesuaian pola penggunaan secara klinis. Oleh karena itu, hasil penelitian hanya menunjukkan praktik yang dilakukan informan dan tidak dapat digunakan sebagai pedoman penggunaan obat.

Secara medis, penundaan menstruasi atau *menstrual suppression* dapat dilakukan menggunakan metode hormonal. American College of Obstetricians and Gynecologists menjelaskan bahwa metode tersebut dapat digunakan untuk mengurangi frekuensi, lama, atau jumlah perdarahan menstruasi. Namun, pemilihan metode perlu dilakukan melalui konsultasi yang berpusat pada kebutuhan pengguna, riwayat kesehatan, tujuan penggunaan, efektivitas metode, serta kemungkinan perubahan pola perdarahan. Penghentian menstruasi secara penuh juga tidak selalu dapat dicapai pada setiap pengguna (ACOG, 2022).

Dengan demikian, penundaan menstruasi tidak tepat diposisikan sebagai tindakan yang selalu berbahaya maupun selalu aman. Penilaiannya bergantung pada jenis metode, kandungan obat, kondisi kesehatan, dan cara penggunaannya. Klaim dalam naskah lama bahwa darah menstruasi yang ditunda akan menumpuk, menggumpal, atau berubah menjadi tumor tidak memiliki dasar yang cukup dan harus dihapus. Menstruasi merupakan peluruhan lapisan endometrium, bukan proses pengeluaran “darah kotor” yang apabila ditunda pasti menimbulkan penyakit.

Status belum menikah juga bukan penentu utama keamanan penggunaan obat hormonal. Pertimbangan medis lebih berkaitan dengan usia, kondisi kesehatan, riwayat penyakit, jenis obat, dan faktor risiko individual. Oleh karena itu, anggapan bahwa pil kontrasepsi hanya boleh digunakan oleh perempuan menikah juga kurang tepat secara medis. Persoalan utama dalam temuan penelitian bukan status perkawinan informan, melainkan penggunaan obat hormonal tanpa penilaian kesehatan dan informasi yang memadai.

Pengalaman Kesehatan Setelah Penggunaan

Informan melaporkan pengalaman yang berbeda setelah menggunakan pil penunda menstruasi. Keluhan yang disampaikan meliputi sakit kepala, perubahan berat badan, serta perubahan waktu datangnya menstruasi. Terdapat pula informan yang tidak merasakan keluhan. Variasi tersebut menunjukkan bahwa respons setiap pengguna tidak seragam.

Sakit kepala yang dirasakan beberapa informan dapat berkaitan dengan penggunaan kontrasepsi hormonal, tetapi penelitian ini tidak dapat membuktikan hubungan sebab-akibatnya. Faktor lain selama Ramadan, seperti perubahan pola tidur, asupan cairan, konsumsi kafeina, dan pola makan, juga dapat memengaruhi timbulnya sakit kepala. Oleh karena itu, temuan tersebut harus disebut sebagai keluhan yang dirasakan setelah penggunaan, bukan sebagai efek medis yang dipastikan

berasal dari obat.

Hal serupa berlaku pada peningkatan berat badan dua kilogram yang dilaporkan P5. Karena penelitian tidak melakukan pengukuran terkontrol terhadap pola makan, aktivitas fisik, retensi cairan, dan berat badan sebelum serta sesudah penggunaan, perubahan tersebut tidak dapat langsung dinyatakan sebagai akibat pil. Data tersebut tetap penting sebagai pengalaman informan, tetapi interpretasinya harus dibatasi.

Perubahan waktu datangnya menstruasi yang dilaporkan P4 dan P9 lebih sesuai dengan mekanisme penggunaan metode hormonal yang memengaruhi pola perdarahan. ACOG menjelaskan bahwa perubahan pola perdarahan dapat terjadi dalam penggunaan metode hormonal dan penghentian menstruasi secara penuh tidak selalu tercapai. Pengguna perlu diberi penjelasan sebelumnya mengenai kemungkinan perdarahan tidak teratur agar memiliki ekspektasi yang realistis (ACOG, 2022).

World Health Organization menjelaskan bahwa kontrasepsi oral dapat memberikan manfaat nonkontraseptif, termasuk membantu mengatasi beberapa masalah perdarahan menstruasi. Namun, terdapat pula risiko yang harus dipertimbangkan berdasarkan jenis pil dan kondisi pengguna. Risiko serius, seperti pembekuan darah, stroke, dan serangan jantung, tergolong jarang, tetapi dapat meningkat pada pengguna dengan faktor risiko tertentu. Oleh karena itu, konseling perlu mempertimbangkan riwayat kesehatan pribadi dan keluarga (WHO, 2025).

Tidak adanya keluhan pada P10 juga tidak dapat digunakan sebagai bukti bahwa obat tersebut pasti aman. Sebaliknya, munculnya keluhan ringan pada informan lain tidak otomatis membuktikan bahwa obat tersebut berbahaya bagi seluruh pengguna. Penelitian ini tidak melakukan pemeriksaan klinis dan hanya merekam pengalaman subjektif informan. Karena itu, penelitian tidak memiliki dasar untuk menyimpulkan bahwa penggunaan satu kali dalam setahun pasti aman atau pasti berbahaya.

Penggunaan Pil Penunda Menstruasi dalam Tinjauan Hukum Islam

Hasil wawancara dengan tokoh agama menunjukkan pandangan bahwa penggunaan pil penunda menstruasi pada dasarnya dapat dibolehkan selama tidak terdapat dalil yang melarang dan tidak menimbulkan kemudharatan. Pandangan ini menempatkan hukum asal kebolehan dan pencegahan mudarat sebagai dasar penilaian. Akan tetapi, kesimpulan hukum perlu disusun dengan mempertimbangkan tujuan penggunaan, tingkat kebutuhan, kondisi kesehatan, dan konsekuensi yang mungkin dialami pengguna.

Fatwa Majelis Ulama Indonesia tanggal 12 Januari 1979 tentang pil antihaid membedakan hukum penggunaan berdasarkan tujuan. Penggunaan pil untuk kepentingan ibadah haji dihukumi *mubah*. Penggunaannya agar dapat berpuasa Ramadan selama satu bulan penuh dihukumi *makruh*, tetapi dapat menjadi *mubah* bagi perempuan yang mengalami kesulitan melaksanakan *qadha'* pada hari lain. Penggunaan untuk tujuan lain ditentukan berdasarkan niat dan konsekuensinya; apabila digunakan untuk tindakan yang mengarah pada pelanggaran agama, hukumnya dapat menjadi haram (Majelis Ulama Indonesia, 1979).

Berdasarkan fatwa tersebut, motif informan tidak dapat diputuskan dengan satu status hukum yang berlaku seragam. Informan yang menggunakannya hanya agar dapat berpuasa sebulan penuh berada dalam kategori *makruh*. Sementara itu, bagi informan yang benar-benar menghadapi kesulitan melaksanakan *qadha'*, penggunaannya dapat berada dalam kategori *mubah*. Namun, kesulitan tersebut harus dipahami secara proporsional dan tidak semata-mata dijadikan alasan untuk menghindari kewajiban *qadha'*.

Motif gabungan antara kepentingan ibadah dan kesulitan melaksanakan *qadha'* memerlukan penilaian kontekstual. Penilaian tidak cukup didasarkan pada label “malas”, tetapi perlu mempertimbangkan kondisi pekerjaan, lingkungan sosial, kemampuan menjalankan puasa pada hari lain, serta tujuan sebenarnya dari penggunaan obat. Dengan demikian, hukum penggunaan bersifat kasuistik dan tidak dapat digeneralisasikan kepada seluruh informan.

Aspek kesehatan juga berpengaruh terhadap penetapan hukum. Kaidah *lā ḍarar wa lā ḍirār* menegaskan larangan menimbulkan bahaya terhadap diri sendiri maupun orang lain. Kaidah *dar'ul-mafāsid muqaddam 'alā jalbi al-maṣāliḥ* juga menempatkan pencegahan kerusakan sebagai pertimbangan penting ketika manfaat dan mudarat berhadapan. Apabila berdasarkan penilaian tenaga kesehatan suatu metode aman bagi pengguna tertentu, penggunaannya dapat dipertimbangkan sesuai tujuan dan kebutuhan. Sebaliknya, apabila terdapat kontraindikasi atau risiko kesehatan yang bermakna, tindakan tersebut harus dihindari.

Analisis ini sejalan dengan keputusan Mukhtamar Nahdlatul Ulama yang disebutkan dalam naskah, yaitu bahwa upaya menangguhkan menstruasi dapat dibolehkan sepanjang tidak membahayakan pengguna dan tidak merusak fungsi reproduksi. Namun, sumber primer keputusan tersebut harus dilengkapi dengan nama forum, tahun, nomor masalah, halaman, dan dokumen resmi agar dapat diverifikasi.

Dengan demikian, anggapan bahwa menunda menstruasi selalu berarti menentang kodrat perempuan tidak dapat dijadikan dasar tunggal penetapan hukum. Dalam Islam, menstruasi memang merupakan proses alamiah, tetapi intervensi terhadap proses biologis tidak otomatis dilarang. Penilaian hukum ditentukan oleh tujuan, cara, manfaat, risiko, dan akibatnya. Kerangka tersebut lebih sesuai dengan pendekatan *socio-legal* karena menghubungkan norma hukum dengan pengalaman sosial dan kondisi kesehatan pengguna.

Implikasi Temuan

Temuan penelitian menunjukkan perlunya edukasi kesehatan reproduksi yang sensitif terhadap nilai keagamaan. Edukasi tidak cukup hanya menyampaikan risiko obat, tetapi juga perlu menjelaskan ketentuan ibadah selama menstruasi, kedudukan *qadha'*, pilihan penundaan menstruasi yang tersedia, dan pentingnya konsultasi kesehatan.

Tenaga kesehatan dan tokoh agama dapat berkolaborasi memberikan informasi yang tidak menghakimi. Tenaga kesehatan berperan menilai kesesuaian metode berdasarkan kondisi individual, sedangkan tokoh agama memberikan pemahaman mengenai dispensasi menstruasi dan pertimbangan hukum penggunaan obat. Kolaborasi tersebut penting agar perempuan tidak hanya

bergantung pada informasi informal dari keluarga atau lingkungan.

PENUTUP / KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa penggunaan pil penunda menstruasi pada perempuan belum menikah di Kabupaten Pamekasan, dilatarbelakangi oleh kesulitan melaksanakan *qadha'* puasa di luar Ramadan serta gabungan antara keinginan menjalankan ibadah secara penuh dan kesulitan mengganti puasa pada hari lain. Praktik tersebut dipengaruhi oleh kemudahan memperoleh obat dan transmisi pengetahuan secara informal dari ibu, kakak, tetangga, atau perempuan lain yang lebih berpengalaman. Informan menggunakan kontrasepsi oral untuk menunda menstruasi tanpa didahului konsultasi dengan tenaga kesehatan. Pengalaman yang dilaporkan setelah penggunaan meliputi sakit kepala, perubahan berat badan, perubahan waktu datangnya menstruasi, dan tidak adanya keluhan pada sebagian informan. Karena tidak disertai pemeriksaan klinis, pengalaman tersebut tidak dapat digunakan untuk membuktikan hubungan sebab-akibat maupun menyimpulkan keamanan obat.

Dalam perspektif hukum Islam, penggunaan pil penunda menstruasi tidak dapat ditetapkan dengan satu hukum yang berlaku seragam karena perlu mempertimbangkan tujuan, tingkat kebutuhan, kondisi kesehatan, serta kemungkinan manfaat dan mudarat. Berdasarkan Fatwa Majelis Ulama Indonesia tentang pil antihaid, penggunaannya untuk menyempurnakan puasa Ramadan selama satu bulan dihukumi *makruh*, tetapi dapat menjadi *mubah* bagi perempuan yang benar-benar mengalami kesulitan melaksanakan *qadha'*. Penggunaan obat harus dihindari apabila berpotensi menimbulkan kemudharatan. Oleh karena itu, perempuan yang berencana menunda menstruasi perlu berkonsultasi dengan tenaga kesehatan, sedangkan edukasi mengenai praktik tersebut sebaiknya melibatkan kolaborasi antara tenaga kesehatan dan tokoh agama agar keputusan yang diambil didasarkan pada informasi medis serta pemahaman hukum Islam yang memadai.

DAFTAR PUSTAKA

- American College of Obstetricians and Gynecologists' Committee on Clinical Consensus–Gynecology. (2022). General approaches to medical management of menstrual suppression: ACOG Clinical Consensus No. 3. *Obstetrics & Gynecology*, 140(3), 528–541.
<https://doi.org/10.1097/AOG.0000000000004899>
- Anggraini, L. (2015). *Penggunaan pil penunda haid bagi jamaah haji wanita menurut Yusuf Al-Qaradhawi* [Skripsi tidak diterbitkan]. Institut Agama Islam Negeri Zawiyah Cot Kala Langsa.
- Azzam, A. A. M., & Hawwas, A. W. S. (2009). *Fiqh ibadah* (K. A. Irsyady et al., Penerj.). Amzah.
- Luqmanah, D. (2018). *Pemahaman masyarakat tentang hukum meminum obat penunda haid pada wanita untuk menjalankan puasa Ramadhan: Studi kasus di Desa Terbanggi Mulya* [Skripsi, Institut Agama Islam Negeri Metro]. Repository IAIN Metro.
<https://repository.metrouniv.ac.id/id/eprint/1315/>

- Majelis Ulama Indonesia. (1979). *Fatwa tentang pil antihaid*. <https://mui.or.id/baca/fatwa/pil-anti-haid>
- Nguyen, A. T., Curtis, K. M., Tepper, N. K., Kortsmi, K., Brittain, A. W., Snyder, E. M., & Whiteman, M. K. (2024). U.S. medical eligibility criteria for contraceptive use, 2024. *MMWR Recommendations and Reports*, 73(4), 1–126. <https://doi.org/10.15585/mmwr.rr7304a1>
- World Health Organization. (2025, December 23). *Oral contraceptives*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/oral-contraceptives>