



Received: 2025-09-22

Accepted: 2026-06-19

Published: 2026-06-22

Original Article

Pendekatan Terapeutik Melalui Penggunaan Darah Haid Dalam Perspektif Kosmeseutikal Halal

(Therapeutic Approaches Through the Use of Menstrual Blood from Halal Cosmeceutical Perspective)

Norhidayah Pauzi^{a*}, Muhammad Taftazany Abd Rahman^b & Nurul Ainna Che Mohd Rashid^c

^a Timbalan Pengarah Universiti Malaya Halal Research Center and Pensyarah Kanan, Jabatan Fiqh-USul dan Sains Gunaan, akademi Pengajian Islam Universiti Malaya, Malaysia.

^b Felo dan Calon PhD, Jabatan Fiqh-USul dan Sains Gunaan, akademi Pengajian Islam Universiti Malaya, Malaysia.

^c Calon PhD, Jabatan Fiqh-USul dan Sains Gunaan, akademi Pengajian Islam Universiti Malaya, Malaysia.

* Corresponding author, email: da_my85@um.edu.my

ABSTRAK

The cosmeceutical industry has experienced rapid growth with the introduction of various innovative formulations that integrate therapeutic and cosmetic elements for skin care and regeneration purposes. One controversial therapeutic approach involves the use of menstrual blood as an active ingredient in experimental studies related to cellular regeneration and skin rejuvenation, as well as the direct application of menstrual blood to the face, commonly referred to as moon masking, for cosmetic enhancement. Despite scientific claims regarding its potential therapeutic benefits, this approach raises significant concerns from the Islamic legal and ethical perspectives, particularly related to purity, impurity (*najāsah*), and compliance with the principles of *halālan tayyiban*. Therefore, this article aims to evaluate therapeutic approaches based on menstrual blood from the perspective of Islamic cosmeceuticals. This study adopts a qualitative methodology through a literature review of classical and contemporary *fiqh* sources, scientific studies, and current fatwa opinions. The findings indicate that the use of menstrual blood-derived substances poses conflicts concerning the legal status of impurity, the dignity of the human body, and consumer safety. Consequently, adherence to the principles of halal, cleanliness, and non-maleficence should remain a primary consideration in the development of Islamic cosmeceutical products.

Keywords: Cosmeceuticals, menstrual blood, therapeutics, moon-masking and halal.

Pengenalan

Wanita dan kosmetik sememangnya tidak dapat dipisahkan. Secara fitrahnya, wanita cenderung kepada kecantikan, kerana ia merupakan sebahagian daripada tuntutan agama untuk memelihara penampilan dan kesihatan agar sentiasa kelihatan menarik dan terpelihara. Dalam era moden ini, pelbagai produk telah dihasilkan yang bukan sahaja berfungsi sebagai kosmetik, tetapi juga memberikan manfaat rawatan dalaman. Produk sebegini dikenali sebagai kosmeseutikal. Kosmeseutikal merujuk kepada gabungan antara kosmetik dan farmaseutikal, iaitu produk kecantikan yang bukan sahaja memperbaiki penampilan luaran, malah mengandungi bahan aktif yang memberikan kesan terapeutik. Ia berperanan dalam merawat kulit, mencegah penyakit dermatologi ringan, dan menyumbang kepada penjagaan kesihatan secara menyeluruh.

Dalam menelusuri kemajuan era pendigitalan, amalan kecantikan dalam landskap kontemporari ini menerima pelbagai ketegangan antara piawaian dermatologi profesional dan fenomena *bio-hacking DIY* yang semakin tular di media sosial dan mengundang persepsi provakatif seperti *menstrual-masking* atau *moon-masking*.¹ Fenomena ini berlaku di mana individu yang mengamalkannya sebagai penjagaan kecantikan akan menyapu cecair haid mereka sendiri pada kulit wajah dengan tujuan rawatan jerawat, anti-penuaan bahkan turut didokong oleh dorongan spiritual.² Hal ini demikian kerana, golongan yang mengamalkan amalan ini mempercayai bahawa wujud hubungan antara cecair darah yang dikeluarkan dengan penerimaan tubuh dalam menuntut keperluan tubuh badan dan penjagaan kitaran haid seperti mana kepercayaan tradisi Ojibwe dan tradisi Yurok.³ Dalam erti kata yang lain, sekiranya seseorang itu tidak mengamalkan amalan ini, tubuhnya tidak mendapat keperluan yang mencukupi dan kitaran haidnya menjadi tidak teratur.⁴ Meskipun darah haid pada asalnya dianggap sebagai najis atau kotoran semula jadi yang perlu dibersihkan oleh setiap wanita pada setiap kali kitaran haid namun terdapat pandangan dalam kalangan sesetengah masyarakat yang melihat darah haid sebagai bahan biologi yang memiliki potensi tersendiri dari sudut terapeutik. Ini termasuklah kajian terhadap sel stem yang diambil daripada darah haid yang dikatakan mengandungi komponen biologi tertentu yang berpotensi digunakan dalam bidang rawatan dan penjagaan kulit.

Trend ini mula mendapat tempat khususnya dalam kalangan masyarakat Barat. Tanda pagar *#periodfacemask* telah menjadi begitu popular di platform media sosial sehingga meraih lebih daripada enam bilion tontonan di laman *Tik Tok*. Dalam sesetengah komuniti, terdapat percubaan menggunakan darah haid secara semula jadi sebagai rawatan alternatif bagi penjagaan wajah. Walau bagaimanapun, amalan ini dilakukan tanpa sebarang pengesahan daripada aspek kebersihan, keselamatan, atau keberkesanan secara saintifik. Isu ini menimbulkan pelbagai pertikaian, khususnya dari sudut etika, kebersihan, serta kesesuaian penggunaan bahan biologi

¹The Scarlett Phoenix, "Menstrual Masking," diakses pada 8 Jun 2025, <https://thescarlettphoenix.com/menstrual-masking/>

² Times of India, "Viral Menstrual Facial Skincare: What's Actually Going On Tiktok With Period Blood Face Mask Trend", diakses pada 8 Jun 2025, <https://timesofindia.indiatimes.com/life-style/beauty/viral-menstrual-facial-skincare-whats-actually-going-on-tiktok-with-period-blood-face-mask-trend/articleshow/125554567.cms>

³Anishnawbe Mushkiki, "Moontime and Grandmother Moon," diakses pada 13 Jun 2025 <https://mushkiki.com/programs-services/moontime-and-grandmother-moon/>. Meg Walters, "Is there really a connection between your menstrual cycle and the moon?", diakses pada Jun 13, 2025 <https://www.healthline.com/health/womens-health/menstrual-cycle-and-the-moon>

⁴ Times of India, "Viral Menstrual Facial Skincare: What's Actually Going On Tiktok With Period Blood Face Mask Trend."

daripada tubuh manusia dalam formulasi kosmetik. Perkembangan ini sekali gus mencetuskan perbincangan yang lebih luas berkaitan tahap penerimaan masyarakat serta penilaian dari perspektif etika dan hukum syarak terhadap penggunaan bahan seperti darah haid dalam produk kosmetik.

Metodologi Kajian

Dalam kajian ini, metodologi kajian yang digunakan adalah melalui pendekatan kualitatif dengan memberi tumpuan kepada kaedah sorotan literatur secara mendalam. Sumber utama yang dianalisis merangkumi teks fiqh klasik dan kontemporari, hasil kajian saintifik yang berkaitan dengan potensi terapeutik darah haid dalam bidang kosmeseutikal, serta pandangan hukum fiqh semasa. Sorotan literatur ini dilakukan adalah bertujuan untuk menilai secara holistik aspek hukum Islam serta pertimbangan tahap keperluan penggunaan darah haid dalam penjagaan kecantikan. Seterusnya, dapatan kajian dianalisis menggunakan analisis kandungan daripada dapatan literatur dan analisis tematik bagi menunjukkan hubungan antara hukum Islam, kosmeseutikal dan trend penggunaan *moon-masking*. Pemilihan pendekatan ini amat bersesuaian dengan sifat kajian yang bersifat konseptual, memandangkan isu yang dikaji melibatkan bahan biologi yang sensitif serta memerlukan penilaian yang mendalam dari perspektif syariah.

Darah Haid Menurut Fiqh dan Fisiologi Perubatan

Dalam memahami konteks penggunaan darah haid, pemahaman yang jelas berkaitan haid menerusi perubatan dari aspek fisiologi merupakan perkara yang signifikan bagi memberikan gambaran yang jelas terhadap entiti darah haid itu sendiri. Darah haid merupakan proses pendarahan bulanan yang normal dan melibatkan pengeluaran darah dan tisu daripada lapisan dinding rahim (uterus) apabila kehamilan tidak berlaku atau ovum tidak disenyawakan. Semasa haid, darah dan tisu haid mengalir keluar dari rahim melalui serviks dan seterusnya mengalir keluar dari tubuh melalui faraj.⁵ Oleh yang demikian, menurut hukum fiqh, wanita yang dalam keadaan haid ini atau dikenali sebagai *ḥālah al-ḥayḍ* diharamkan melakukan beberapa perkara iaitu melaksanakan ibadah solat, tawaf, menyentuh al-Quran, menanggung al-Quran, membaca al-Quran dan qasad membaca al-Quran, duduk di dalam masjid, puasa, melintasi di dalam masjid sekiranya dibimbangi mencemarkannya⁶, berjimak, talak dan bersuci.⁷

Dalam konteks perbincangan fiqh darah wanita, darah haid merupakan satu aspek yang penting untuk dibahaskan kerana kaitannya dengan status kesahan pelaksanaan sesuatu ibadah kepada seseorang wanita. Para fuqaha memberikan takrifan bagi haid iaitu sejenis darah yang keluar dalam keadaan sihat melalui pangkal rahim wanita dan tidak disebabkan melahirkan anak dan sakit.⁸ Keadaan ini menunjukkan satu fenomena fisiologi semula jadi yang berlaku dalam sistem reproduktif wanita sebagai petunjuk kepada kematangan dan kesihatan sistem endokrin yang mengawal selia interaksi kompleks antara hormon dalam tubuh wanita melalui paksi hipotalamus-kelenjar pituitari-ovari.⁹ Proses interaksi hormon yang membentuk kitaran biologi ini melibatkan hormon *Gonadotropin-Releasing* (GnRH), hormon perangsang folikel (*follicle-*

⁵ National Cancer Institute, "Menstrual period," NCI Dictionary of Cancer Terms. U.S. Department of Health and Human Services, National Institutes of Health, diakses pada 9 Jun 2025, <https://www.cancer.gov/publications/dictionaries/cancer-terms/def/menstrual-period>

⁶ Sa'īd bin Muḥammad Bā 'Alawī, *Buṣhrā al-Karīm bi Syarḥ Masā'il al-Ta'lim*, (Dār al-Minhāj, 1270 H) 163.

⁷ Muḥammad Arshad al-Banjari, *Sabīl al-Muhtadīn li Tafaqquh fi Amr al-Dīn* (Maṭba'ah Bin Ḥalabī, n.d.) 136.

⁸ Wahbah Muṣṭafa al-Zuḥailī, *Al-Fiqh al-Islāmī wa Adillatuh* (Dār al-Fikr, 1985), 1:614.

⁹ Mikhael, S., Punjala-Patel, A., & Gavrilova-Jordan, "L. Hypothalamic-Pituitary-Ovarian Axis Disorders Impacting Female Fertility," *Biomedicines* 7, no. 1 (2019): 5, <https://doi.org/10.3390/biomedicines7010005>

stimulating hormone-FSH) dan hormon *luteinizing* (LH) melalui kelenjar pituitari.¹⁰ Gabungan antara hormon ini akan merangsang ovari untuk menghasilkan hormon estrogen dan hormon progesteron yang memainkan peranan yang signifikan dalam kitaran haid wanita dan sistem pembiakan atau reprodktif seseorang.

Operasi hormon yang berlaku dalam tubuh wanita bermula apabila kelenjar di hipotalamus merembeskan hormon (GnRH) yang merangsang kelenjar pituitari untuk menghasilkan dua hormon penting iaitu FSH dan LH.¹¹ FSH bertanggungjawab untuk membantu folikel di ovari untuk membesar dan folikel ini akan menghasilkan hormon estrogen. Semakin tinggi hormon estrogen, lapisan dinding endometrium akan menebal untuk menyediakan mekanisme yang sesuai untuk persediaan kehamilan.¹² Apabila estrogen mencapai tahap yang tertinggi, ia akan mencetuskan tindak balas kepada otak untuk menghasilkan peningkatan LH yang menjadi isyarat kepada ovulasi.¹³ Selepas ovulasi, folikel yang kosong berubah menjadi struktur korpus luteum yang menghasilkan hormon progesteron. Hormon ini merupakan hormon yang signifikan untuk mengekalkan dinding rahim dalam keadaan optimum untuk menerima telur untuk disenyawakan. Namun, jika tiada persenyawaan berlaku, paras progesteron dan estrogen akan menurun, menyebabkan dinding rahim luruh dan keluar sebagai darah haid.¹⁴

Interaksi antara hormon-hormon ini membentuk fasa-fasa kitaran haid yang tertentu seperti fasa haid, fasa folikel, fasa ovulasi dan fasa luteal. Setiap fasa ini akan membentuk suatu kitaran haid yang berlangsung dalam lingkungan kira-kira 28 hari hari dan melibatkan siri perubahan hormon dan perubahan fisiologi. Berikut merupakan kitaran haid berdasarkan fasa-fasa haid bagi seseorang wanita:

Jadual 1: Fasa-fasa Kitaran Haid Bagi Wanita Normal¹⁵

Fasa	Penerangan
Haid	Apabila fasa haid berlaku, dinding endometrium akan mengalami peluluhan kerana persenyawaan tidak berlaku semasa kitaran berlaku sebelumnya. Fasa ini biasanya akan berlaku dalam tempoh 3-4 hari.
Folikel	Fasa ini bermula pada hari pertama haid di mana FSH akan merangsang ovari untuk menghasilkan folikel-folikel yang masing-masing mengandungi telur yang tidak matang. Folikel-folikel ini akan melepaskan estrogen yang menebalkan lapisan rahim sebagai persiapan untuk kehamilan.

¹⁰Aksel S. Luteinizing hormone-releasing hormone and the human menstrual cycle. *American journal of obstetrics and gynecology* 135, no 1 (1979): 96.

¹¹Kravitz, H. M., & Schmid, C. H. *Menstrual cycle: Overview*. In H. R. Bernard (Ed.), (StatPearls. StatPearls Publishing) (2015), diakses pada 9 Jun 2025, <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK279054/>

¹² S. Henríquez, et al., "The Role of Estrogen Metabolites in Human Ovarian Function," *Steroids* 203 (2024): 16.

¹³M. Longo, et al., "A. The Role Of LH In Follicle Development: From Physiology to New Clinical Implications", *Reproductive Biology and Endocrinology*, 23 (2025): 22.

¹⁴ G. C. Tan, Y. P. Wong, dan T. Y. Khong, "Menstrual Cycle of Endometrium," *Gynecologic and Obstetric Pathology*, ed. Christopher P. Crum et al. (2025):615.

¹⁵Hospital Pantai, "Kitaran Haid Normal: Apa yang Perlu Anda Ketahui," diakses pada 3 Julai 2025, <https://www.pantai.com.my/ms/health-pulse/normal-menstrual-cycle>

Ovulasi	Dalam pertengahan kitaran, dalam hari ke-14 daripada 28 hari, satu telur matang (ovum) akan dilepaskan daripada salah satu ovari dan proses ini disebut sebagai ovulasi yang dipicu oleh peningkatan LH. Ovulasi juga merupakan puncak kesuburan dalam kitaran haid dan pada fasa ini merupakan peluang untuk persenyawaan.
Luteal	Selepas ovulasi, folikel yang pecah berubah menjadi struktur yang dipanggil korpus luteum, yang melepaskan progesteron. Progesteron membantu untuk mengekalkan lapisan rahim yang sedang menebal, menyediakannya untuk penanaman telur yang mungkin telah disenyawakan. Jika persenyawaan tidak berlaku, korpus luteum akan terurai, tahap progesteron menurun, dan kitaran haid bermula semula dengan haid.

Sumber: M Mihm et al., *The Normal Menstrual Cycle in Women*, 2011¹⁶

Bagi memastikan kitaran haid berlaku dalam keadaan normal, *International Federation of Gynecology and Obstetrics (FIGO)* telah menyatakan bahawa kitaran haid yang normal mestilah mempunyai kekerapan, teratur, tempoh haid dan jumlah aliran yang konsisten.¹⁷ Dalam aspek kekerapan, kekerapan haid diukur melalui kitaran haid yang berlaku dalam tempoh 24 ke 38 hari manakala haid dianggap tidak berlaku secara kerap apabila suatu kitaran haid melebihi 38 hari.¹⁸ Dari sudut jumlah aliran darah haid pula, terdapat tiga jenis pembahagian yang meliputi pembahagian darah secara ringan, sederhana dan berat. Dalam penilaian klinikal perubatan, tiada sebarang pentakrifan khusus yang memperincikan ketiga-tiga jenis ini. Namun bagi tujuan penyelidikan, para pengkaji telah menetapkan jumlah darah haid yang ringan diukur apabila darah tersebut kurang dari 5ml berdasarkan darah yang keluar daripada setiap kitaran. Kesukaran penentuan jumlah darah berdasarkan pembahagian di atas secara objektif kerana setiap individu dipengaruhi oleh pelbagai faktor seperti pengambilan ubat-ubatan, ketebalan endometrium dan pendarahan atau pembekuan darah.¹⁹

Seterusnya, dari sudut kitaran pula, haid biasanya berlaku setiap 28 hari dan berlangsung selama tiga hingga lima hari secara kebiasaannya namun tempohnya mengikut kondisi setiap individu.²⁰ Menurut perspektif hukum Islam, minimum tempoh haid bagi seseorang wanita ialah sehari semalam atau 24 jam dan tempoh maksimum pula sebanyak 15 hari untuk dianggap

¹⁶Mihm, M., Gangooly, S., & Muttukrishna, S, "The Normal Menstrual Cycle In Women", *Animal reproduction science* 124 no 3-4, (2011), 229–236. <https://doi.org/10.1016/j.anireprosci.2010.08.030>

¹⁷Dhanalakshmi K. Thiyagarajan et al., "Physiology, Menstrual Cycle," dalam *StatPearls [Internet]*, (Treasure Island, FL: StatPearls Publishing, 2026)

¹⁸ M. G. Munro et al., "The Two FIGO Systems for Normal and Abnormal Uterine Bleeding Symptoms and Classification of Causes of Abnormal Uterine Bleeding in the Reproductive Years: 2018 Revisions," *International Journal of Gynaecology & Obstetrics* 143, no. 3 (2018): 393–408, <https://doi.org/10.1002/ijgo.12666>.

¹⁹ Dhanalakshmi K. Thiyagarajan et al., "Physiology, Menstrual Cycle."

²⁰ M. G. Munro et al., "The Two FIGO Systems for Normal and Abnormal Uterine Bleeding Symptoms and Classification of Causes of Abnormal Uterine Bleeding in the Reproductive Years: 2018 Revisions."

sebagai haid seperti mana pandangan oleh mazhab al-Syafi'i dan mazhab Hanbali.²¹ Namun, terdapat perbezaan pandangan menerusi mazhab Maliki dan mazhab Hanafi di mana masing-masing menetapkan tempoh minimum dan maksimum bagi haid berbeza mengikut analisis dan ijtihad fiqh yang tersendiri. Berikut merupakan ringkasan tempoh minimum dan maksimum bagi kitaran haid mengikut pandangan setiap mazhab:

Jadual 2: Tempoh Minimum dan Maksimum Haid Mengikut Setiap Mazhab Fiqh

Mazhab	Tempoh Minimum	Tempoh Maksimum
Hanafi	3 hari, 3 malam	10 hari, 10 malam
Maliki	<p>Bagi ibadah: Setitik darah sudah dianggap haid walaupun seketika.</p> <p>Bagi 'Iddah dan Istibra': Sehari semalam atau sebahagian hari yang mempunyai tampak darah yang jelas.</p>	<p>Mazhab Maliki membezakan had maksimum mengikut empat jenis wanita iaitu 1) <i>mubtada'ah</i> 2) <i>mu'tadah</i> 3) hamil & 4) <i>mukhtaliṭah</i>.²²</p> <p>Mubtada'ah: 15 hari</p> <p>Mu'tadah : +3 hari daripada had sebelumnya dengan syarat tak melebihi 15 hari.</p> <p>Hāmil : Selepas 2 bulan, 20 hari; selepas 6 bulan, 30 hari</p> <p>Mukhtaliṭah: Perlu menggabungkan semua hari yang keluar darah, mengira jumlahnya, sehingga mencukupi lima belas hari</p>
Hanbali	Sehari semalam (24 jam)	15 hari, 15 malam
Syafi'i		

Sumber: Al-Zuhaili, *Al-Fiqh al-Islāmī wa Adillatuh*, 1985

Melalui perincian di atas, dapat dilihat bahawa menerusi penetapan tempoh had minimum dan maksimum bagi kitaran haid menjadi suatu interaksi integratif antara perubahan dan fiqh di mana fiqh mendatangkan perincian melalui justifikasi dalil yang tersendiri dan berdasarkan uruf masyarakat setempat dalam menentukan kadar minimum dan maksimum bagi haid. Pembinaan hukum berdasarkan teks wahyu dalam konteks masyarakat setempat menjadi tunjang utama dalam penetapan kadar ini yang saling melengkapi penilaian klinikal terhadap kitaran haid wanita. Daripada kitaran ini, darah yang keluar dari pangkal rahim wanita melalui serviks dan faraj juga dapat dibahagikan kepada beberapa bahagian berdasarkan penilaian klinikal perubahan dan pembahagian menurut hukum Islam. Justeru, berikut merupakan pembahagian jenis darah yang keluar dari faraj wanita mengikut klinikal perubahan dan hukum Islam.

²¹ Wahbah Muṣṭafā al-Zuhailī, *Al-Fiqh al-Islāmī wa Adillatuh* (Dār al-Fikr, 1985), 1:614.

²²Empat golongan ini merupakan golongan wanita yang dibasahkan dalam golongan wanita yang mengalami haid. Pertama, *mubtada'ah* (*menarche*) ialah wanita yang baru pertama kali didatangi haid dan belum mempunyai adat tetap. Kedua, *mu'tadah* ialah wanita yang sudah memiliki kebiasaan haid yang tetap dari segi bilangan hari dan masa, dan sebarang gangguan akan dirujuk kembali kepada adat lamanya. Ketiga, *hāmil* merujuk kepada wanita hamil yang secara umumnya tidak mengalami haid namun terdapat darah. Keempat, *mukhtaliṭah* ialah wanita yang darah haidnya tidak menentu dan berubah-ubah.

Jadual 3: Jenis Darah Faraj Wanita Menurut Perspektif Perubatan dan Perspektif Fiqh

Perspektif Perubatan	Perspektif Fiqh
Haid Implantasi (Penempelan janin di dinding endometrium) ²³ Pendarahan Kehamilan Ketidakseimbangan hormon Fibroid rahim Jangkitan kuman Gangguan reproduktif Penyakit ginekologi ²⁴	Haid Nifas ²⁵ <i>Istihādah</i> ²⁶

Sumber: Analisis Penulis

Berdasarkan jadual di atas, terdapat beberapa darah yang keluar dari faraj wanita sama ada darah tersebut merupakan hasil daripada proses biologi yang normal seperti haid dan nifas atau tindak balas abnormal seperti jangkitan dan *istihadah*. Kekeliruan yang akan timbul dalam kalangan wanita apabila laluan keluar darah merupakan laluan yang sama adalah untuk membezakan sama ada darah tersebut merupakan darah normal atau sebaliknya. Antara solusi yang diberikan oleh hukum Islam ialah dengan menggunakan mekanisme penentuan perbezaan warna darah (*al-tamyiz*) dan mengikut kebiasaan bulan-bulan sebelumnya (*al-‘adat*).²⁷ Penentuan warna darah ini menunjukkan kepelbagaian warna darah haid yang berbeza seperti kehitaman, merah, kuning atau warna keruh.²⁸ Setiap warna tersebut memainkan indikator penting dalam menunjukkan fasa kitaran haid yang berlaku. Menurut al-Zuhaili, setiap warna darah ini juga diiringi oleh sifat-sifat darah yang terdiri daripada empat kategori iaitu i) pekat dan berbau busuk; ii) berbau busuk sahaja; iii) pekat sahaja; dan iv) tidak pekat dan tidak berbau busuk.

Meskipun sifat-sifat darah ini pekat dan berbau busuk, namun darah haid bukan sekadar bendalir kosong yang keluar melalui faraj wanita sahaja sebaliknya mempunyai terdiri daripada komposisi yang kompleks. Secara asas, darah biasa yang terdiri daripada plasma darah (55%), sel darah merah (44%), sel darah putih (1%) dan platlet yang membentuk 7% hingga 8% daripada jumlah berat badan yang terdiri daripada darah ini. Fungsi utama darah dalam tubuh badan manusia ialah bertindak sebagai medium pengangkutan oksigen dan nutrien yang akan melalui salur darah vena (membawa darah terdeoksigen, bertekanan rendah), salur darah arteri (membawa darah beroksigen, bertekanan tinggi) dan kapilari darah di seluruh badan. Selain itu, darah juga bertindak untuk membentuk pembekuan darah daripada kehilangan darah berlaku

²³ Cleveland Clinic, “*Implantation Bleeding: Causes, Symptoms & What To Expect*,” diakses pada 3 Julai 2025, <https://my.clevelandclinic.org/health/symptoms/24536-implantation-bleeding>

²⁴ M. A. Ahmed dan H. Nalluri, “Vaginal Bleeding,” dalam *StatPearls [Internet]*, ed. S. T. Abai et al. (Treasure Island, FL: StatPearls Publishing, 2023), <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK470230/>.

²⁵ Nifas merupakan sejenis darah yang keluar setelah sempurna melahirkan bayi menurut pendapat dari mazhab Hanafi dan Syafi’i.

²⁶ *Istihadah* merupakan sejenis darah yang mengalir keluar tapi bukan secara kebiasaan *mu’tadah* disebabkan sakit sama ada lebih sedikit dari tempoh minimum haid atau melebihi tempoh maksimum haid. Rujuk Wahbah Muṣṭafā al-Zuhailī, *Al-Fiqh al-Islāmī wa Adillatuh* (Dār al-Fikr, 1985), 1:633.

²⁷ Wahbah Muṣṭafā al-Zuhailī, *Al-Fiqh al-Islāmī wa Adillatuh*.

²⁸ Ainul Yaqin Bakharudin. “*Al-Kafi #1591: Adakah cecair kekuningan dianggap haid?*” Pejabat Mufti Wilayah Persekutuan, Jabatan Perdana Menteri, diakses pada 2 Julai 2025, <https://muftiwp.gov.my/en/artikel/al-kafi-li-al-fatawi/4156-al-kafi-1591-adakah-cecair-kekuningan-dianggap-haid>

semasa kecederaan, membawa sel-sel dan antibodi yang melawan jangkitan, membawa sisa buangan yang ditapis melalui ginjal dan hati serta menstabilkan suhu badan.²⁹

Ironinya bagi darah haid atau juga disebut sebagai “*menstrual fluid*”, darah haid terdiri daripada komposisi yang berbeza iaitu mempunyai komposisi asas bagi darah merangkumi sel darah merah, sel darah putih dan plasma darah, dan turut mempunyai bendasing lain seperti endometrium, mukus serviks, bakteria dan mikroorganisma, lendir faraj atau keputihan.³⁰ Keunikan daripada kepelbagaian bendasing dalam darah ini juga menempatkan pelbagai sel seperti sel stem, sel epitelium, sel stoma, sel imun, sel darah dan protein sitokin.³¹ Melalui komposisi darah haid yang pelbagai, darah ini telah menjadi bahan dalam penjagaan kulit seseorang wanita berdasarkan tanggapan popular, amalan alternatif dan kajian rintis yang membincangkan kebaikan darah ini terutamanya dalam konteks darah haid mengandungi sel-sel regeneratif melalui stem sel yang dihasilkan pada dinding uterus iaitu *endometrium*.

Konsep Kosmeseutikal dalam Produk Kecantikan

Kosmetik dari segi bahasa adalah alat solek atau bahan yang digunakan untuk mencantikkan rupa orang perempuan dan luaran sahaja.³² Kosmetik juga didefinisikan sebagai alat solek atau bahan yang digunakan untuk mencantikkan rupa seseorang.³³ Fungsi kosmetik adalah memberikan kesan sementara pada penampilan, seperti pelembap, alas bedak dan lipstik. Produk ini merawat dan mencantikkan kulit namun tidak mempunyai sebarang kesan dalam sudut perubatan. Produk kosmetik biasanya tidak meresap jauh ke dalam lapisan kulit, namun penggunaannya lebih pada permukaan sahaja serta memberikan hasil yang segera seperti kulit lebih cerah atau wajah yang lebih segar.³⁴

Mengikut Garis Panduan Kawalan Produk Kosmetik di Malaysia, produk kosmetik ditakrifkan sebagai mana-mana bahan atau penyediaan yang bertujuan untuk digunakan pada bahagian luaran tubuh badan manusia (kulit, rambut, kuku, bibir dan bahagian luar alat kelamin) atau gigi dan membran mukus dengan tujuan utama untuk membersihkan, mewangikan, mengubah rupa dan/atau memperbaiki bau badan dan/atau melindungi atau mengekalkan dalam keadaan baik.³⁵ Klasifikasi kosmetik adalah penjagaan kulit, alat solek, penjagaan rambut, haruman, penjagaan rambut, penjagaan mulut dan produk bayi. Contohnya ialah, sabun badan, pencuci dan krim

²⁹ Institute for Quality and Efficiency in Health Care (IQWiG), “In Brief: What Does Blood Do?,” dalam *InformedHealth.org [Internet]* (Cologne, Germany: IQWiG, 2010), dikemas kini pada 14 September 2023, diakses pada 5 Jun 2025, <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK279392/>.

³⁰ Yuuki Cup, “*Normal vs Menstrual Blood*,” diakses pada 5 Julai 2025 <https://www.yuukicup.com/en/blog/normal-vs-menstrual-blood-detail-37364>

³¹ Kirstin Tindal et al., “The Composition of Menstrual Fluid, Its Applications, and Recent Advances to Understand the Endometrial Environment: A Narrative Review,” *F&S Reviews* 5, no. 3 (2024): Art. 100075, <https://doi.org/10.1016/j.xfmr.2024.100075>.

³² Dewan Bahasa dan Pustaka, “kosmetik,” dalam *Portal Rujukan Perkataan Melayu (PRPM)*, diakses 25 Jun 2025, <https://prpm.dbp.gov.my/cari1?keyword=kosmetik>.

³³ *Dewan Bahasa dan Pustaka*, “kosmetik,”

³⁴ PT Cosmar, “Perbedaan Kosmetik dan Kosmeseutikal,” dikemaskini pada 26 Oktober 2024, diakses pada 25 Jun 2025, <https://ptcosmar.com/perbedaan-kosmetik-dan-kosmeseutikal>.

³⁵ National Pharmaceutical Regulatory Agency (NPRA), “Kenyataan Akhbar: Kawalan Kosmetik di Malaysia,” dikemas kini pada 26 Januari 2016, diakses pada 6 Jun 2025, <https://www.npra.gov.my/index.php/my/archives/press-release/977-kenyataan-akbar-kawalan-kosmetik-di-malaysia>.

muka, pelindung matahari, syampu, gincu dan sebagainya. Menurut Standard halal kosmetik, MS 2634:2019 (*Halal Cosmetics-General Guidelines*), kosmetik ditakrifkan sebagai:

“Any substance or preparation intended to be placed in contact with the various external parts of the human body (including epidermis, hair system, nails, lips and external genital organs) or with teeth and the mucuos membranes of the oral cavity with a view exclusively or mainly to cleaning them, perfuming them, changing their appearance or correcting body odours, protecting them or keeping in good condition.”

Maksud: “Kosmetik merupakan sebarang bahan atau penyediaan yang bertujuan untuk bersentuhan dengan pelbagai bahagian luaran tubuh manusia (termasuk epidermis, sistem rambut, kuku, bibir, dan organ genital luaran) atau dengan gigi dan membran mukus rongga mulut dengan tujuan secara eksklusif atau utama untuk membersihkannya, mewangikannya, mengubah penampilannya atau membetulkan bau badan, melindunginya atau mengekalkannya dalam keadaan baik”.

Di Malaysia, produk kosmetik adalah dikawal di bawah Peraturan Kawalan Dadah dan Kosmetik 1984, ASEAN *Cosmetic Directives* (ACD) dan “*Guideline for Control of Cosmetic Product in Malaysia*”. Akta ini bertujuan untuk melindungi dan menjamin tahap kualiti dan keselamatan produk kosmetik kepada para pengguna. Selain itu, kerajaan Malaysia turut membangunkan satu standard khusus untuk kosmetik halal iaitu MS2200: Bahagian 1:2008 Barang Gunaan Islam – Bahagian 1: Kosmetik dan Dandanannya – Garis Panduan Umum.³⁶ Namun kemudiannya, MS 2200-1:2008 telah diganti dengan MS 2634:2019, Halal Cosmetics- General Requirements.³⁷ Antara contoh bentuk kosmetik ialah:

- i. Krim merupakan salah satu bentuk kosmetik yang paling umum digunakan. Ia biasanya digunakan untuk melembabkan kulit, mengurangi garis halus dan kerutan, serta memberikan nutrisi tambahan.
- ii. Losen adalah formulasi ringan yang cepat menyerap dan biasanya digunakan untuk melembabkan dan memberikan nutrisi pada kulit. Ia sering digunakan setelah mandi atau sebagai perawatan kulit sehari-hari.
- iii. Serum adalah produk yang mempunyai kepekatan yang tinggi bahan aktif, seperti antioksidan, peptida, atau vitamin, kepada kulit. Ia digunakan untuk tujuan perawatan tertentu, seperti pencerahan kulit, atau mengurangi tanda penuaan.
- iv. Minyak adalah bentuk kosmetik yang biasanya dibuat dari bahan alami, seperti minyak zaitun, minyak kelapa, atau minyak biji bunga matahari. Ia digunakan untuk melembabkan kulit, mengunci kelembapan, dan memberikan nutrisi tambahan.
- v. Masker wajah adalah produk perawatan kulit yang dibiarkan di wajah untuk jangka waktu tertentu.

³⁶ Nor Nahidah Mat, Siti Hajar Mohd Zaid, Mustafa Mat Jubri Shamsuddin, dan Mohammad Aizat Jamaludin. "Analysis Of Allantoin Sources From Shariah Perspective In Cosmetic Product: Analisis Hukum Ramuan Allantoin Dalam Produk Kosmetik." *Al-Qanatiir: International Journal Of Islamic Studies* 15, No. 1 (2019): 23-37.

³⁷ Department of Standards Malaysia, *Malaysian Standard: Halal Cosmetics-General Requirements*, (Selangor: Department of Standards Malaysia, n.d.).

Manakala, farmaseutikal pula merujuk kepada perkara yang berkaitan dengan ubat-ubatan atau farmasi.³⁸ Farmaseutikal secara umumnya ditakrifkan sebagai produk farmaseutikal dalam bentuk dos siap dan termasuk produk perubatan preskripsi dan bukan preskripsi untuk kegunaan manusia yang didaftarkan di bawah Pihak Berkuasa Kawalan Dadah (PBKD), Kementerian Kesihatan Malaysia. Ia meliputi produk-produk biofarmaseutikal, radiofarmaseutikal, ubat-ubatan tradisional, tambahan khasiat makanan dan ubat-ubatan penyelidikan.³⁹ Definisi produk farmaseutikal yang dinyatakan dalam MS 2424:2012 ialah:

Pharmaceutical products is finished dosage form and include both prescription and non-prescription medicinal products for human use which is registered with the Drug Control Authority Ministry of Health Malaysia.

Maksud: Produk farmaseutikal adalah berbentuk dos yang telah siap, termasuk kedua-dua jenis ubat yang memerlukan preskripsi dan yang tidak memerlukannya yang khusus kegunaannya ialah untuk manusia Pihak Berkuasa Kawalan Dadah Kementerian Kesihatan Malaysia (KKM).

Merujuk kepada standard yang dinyatakan di atas, produk farmaseutikal yang dikeluarkan di Malaysia ini merangkumi produk ubat baru, biologi, generik (produk preskripsi dan boleh dijual di kaunter (OTC), makanan tambahan dan tambahan kesihatan, ubat tradisional dan komplementari (TCM) dan produk veterinar.⁴⁰

Dalam membincangkan hubungan integrasi antara kosmetik dan farmaseutikal, Dr. Albert M. Kligman telah menggunakan istilah kosmeseutikal buat pertama kali semasa sebuah persidangan untuk merujuk kepada satu kelas produk yang mempunyai tindakan pertengahan antara kosmetik dan ubat-ubatan pada tahun 1984. Kosmeseutikal ini bukan sahaja terhad kepada tujuan mencantikkan, tetapi didefinisikan sebagai produk sapuan yang mampu menghasilkan perubahan struktur dan/atau fungsi pada kulit, membran mukus, dan bahagian berkaitannya tanpa dakwaan terapeutik, namun berpotensi memberikan kesan pencegahan.⁴¹ Kosmeseutikal merujuk kepada produk yang bukan sahaja memberikan manfaat kosmetik, tetapi juga dirumus khas untuk merawat keadaan kulit tertentu seperti jerawat, sensitiviti kulit, atau penuaan. Produk-produk ini lazimnya mengandungi bahan aktif yang telah terbukti secara saintifik yang berupaya membantu menangani masalah kulit yang spesifik, dan biasanya wujud dalam kepekatan yang lebih tinggi berbanding produk kosmetik biasa. Walaupun mempunyai ciri terapeutik, produk kosmeseutikal kebiasaannya masih boleh diperolehi tanpa preskripsi doktor. Perbezaan utama antara produk kosmeseutikal dan kosmetik terletak pada fokus penggunaan serta kandungan formulasi. Produk kosmeseutikal dirumus dengan lebih canggih dan disasarkan kepada rawatan masalah kulit

³⁸ Dewan Bahasa dan Pustaka, "Farmaseutikal" dalam *Portal Rujukan Perkataan Melayu (PRPM)*, diakses 25 Jun 2025, <https://prpm.dbp.gov.my/Cari1?Keyword=farmaseutikal>.

³⁹ Johari Abd Latif, "Implementasi Malaysian Standard (MS) 2424 2012 Halal Pharmaceuticals-General Guidelines Kesan Kepada Pensijilan Halal Malaysia." *International Journal of Social Policy and Society (IJSPPS)*, 13 (2017): 90.

⁴⁰ Malaysian Investment Development Authority, "Farmaseutikal," *MIDA – Perkilangan: Sains Hayat & Teknologi Perubatan*, diakses 7 Julai 2025, <https://www.mida.gov.my/ms/industri/perkilangan/sains-hayat-teknologi-perubatan/farmaseutikal/>

⁴¹ Guanxi Meng, "Application Of Nanoparticles In Cosmetics," In *Proceedings Of The 2nd International Conference On Nano Sciences, Chemical And Biological Materials (Nscbm 2024)*, Vol. 4 (2024), <https://doi.org/10.62051/qcyb3q83>.

tertentu, manakala produk kosmetik pula digunakan secara umum untuk mengekalkan penampilan dan kesihatan kulit secara keseluruhan.⁴²

Fungsinya tidak hanya memperelokkan kulit namun memiliki manfaat tambahan kepada kulit dan meresap ke dalam lapisan kulit yang dalam dan berfungsi sebagai terapeutik serta memiliki kesan jangka panjang. Contohnya, memperbaiki kulit seperti kedutan, hiperpigmentasi atau bekas jerawat. Produk kosmeseutikal ini digunakan bukan sahaja memperbaiki bahagian luaran kulit malah memperbaiki keadaan di dalam kulit secara bertahap. Produk ini memerlukan pendekatan yang lebih cermat dan kajian yang mendalam. Bahan-bahan yang digunakan mestilah melalui ujian klinikal yang ketat kerana kesannya itu tidak hanya di luaran namun melibatkan lapisan dalam kulit.⁴³ Selain itu, produk ini juga mengandungi bahan aktif biologi yang memiliki manfaat terapeutik. Kosmeseutikal disebut sebagai kosmetik adalah disebabkan kesannya yang meningkatkan penampilan dan memiliki khasiat terapeutik pada kulit dan digunakan sebagai rawatan dalam pelbagai keadaan seperti kerosakan rambut, kedutan, penuaan kulit, kekeringan kulit, bintik hitam, warna kulit tidak sekata dan lain-lain.⁴⁴

Dalam perbincangan hukum semasa di Malaysia, hukum penggunaan darah tidak dibincangkan dalam institusi kefatwaan. Namun demikian, terdapat satu irsyad fatwa ke-126 dari Jabatan Mufti Wilayah Persekutuan berkenaan dengan tajuk "*Hukum Suntikan Vampire Menggunakan Darah*". Pandangan ini memberikan kesimpulan berkaitan dengan suntikan menggunakan darah ke muka untuk tujuan kecantikan adalah tidak dibenarkan walaupun untuk menghilangkan kedutan kecuali untuk tujuan merawat kecacatan yang menyebabkan kesakitan atau memberi kesan mendalam kepada jasmani dan emosi atau menghilangkan keadaan yang boleh menimbulkan fitnah dengan syarat ia tidak membawa kemudarat dan perlu dirujuk kepada doktor yang thiqah serta pakar. Selain itu, darah tergolong sebagai benda najis maka penggunaannya dalam perubatan adalah haram kecuali dalam keadaan yang ketiadaan alternatif yang suci dan memenuhi syarat-syarat tertentu. Walau bagaimanapun, sekiranya suntikan tersebut merawat penyakit, penggunaannya hendaklah mematuhi beberapa syarat iaitu bahan yang digunakan mestilah suci, tidak mendatangkan mudarat yang lebih besar serta disahkan oleh doktor yang thiqah dan pakar sebagai kaedah rawatan yang berkesan.⁴⁵

Trend Penggunaan Darah Haid sebagai Bahan Kosmeseutikal dari Perspektif Islam

Secara asasnya darah haid adalah najis. Namun demikian, terdapat pengecualian dalam penggunaan bahan berasaskan najis yang menjadikan hukum berubah menjadi harus dalam keadaan tertentu.⁴⁶ Meneliti, trend "*moon-masking*" menjadi suatu tanggapan yang dipopularkan dalam masyarakat apabila darah haid yang disapu di muka secara semula jadi dapat memperbaiki kerosakan sel kulit.⁴⁷ "*Moon masking*" atau "*menstrual masking*" merujuk kepada amalan

⁴² Miksusanti et al., *Kosmetik dan Kosmeseutikal*, ed. Weni Yuliani (Kabupaten Padang Pariaman: Lingkar Edukasi Indonesia, 2024) 1-2.

⁴³ PT Cosmar, "Perbedaan Kosmetik dan Kosmeseutikal."

⁴⁴ Darajat, Nur Zakiyah, Anis Yohana Chaerunnisa, dan Marline Abdassah, "Kosmeseutikal Dengan Zat Aktif Dalam Sistem Liposom," *Journal of The Indonesian Society of Integrated Chemistry* 14, no. 1 (2022): 10-20.

⁴⁵ Pejabat Mufti Wilayah Persekutuan, "Irsyad al-Fatwa Ke-126: Hukum Suntikan 'Vampire' Menggunakan Darah," diakses pada 10 April 2026, <https://muftiwp.gov.my/ms/artikel/irsyad-hukum/umum/1239-irsyad-al-fatwa-ke-126-hukum-suntikan-vampire-menggunakan-darah>

⁴⁶ Pejabat Mufti Wilayah Persekutuan, "Irsyad al-Fatwa Ke-126."

⁴⁷ Elizabeth Mc Cafferty, " 'Menstrual Masking': Why Women Are Putting Their Period Blood on Their Face," *Dazed*, dikemaskini 25 Oktober 2022, diakses pada 6 Jun

menggunakan darah haid sebagai rawatan wajah di rumah sama ada atas tujuan kecantikan, perubatan atau kedua-duanya sekali. Proses penggunaan “*moon-masking*” adalah dengan menggunakan cawan haid untuk menakung darah dan kemudiannya dipindahkan ke dalam bekas bagi tujuan pengumpulan. Seterusnya, darah haid tersebut disapu secara terus pada wajah dan dibiarkan dalam beberapa tempoh tertentu sebelum dibilas dengan air yang bersih.

Melalui tinjauan yang dilakukan ke atas Daniela yang bertugas sebagai kaunselor seks di Berlin mengatakan bahawa kebiasannya beliau akan memasukkan jarinya ke dalam vagina apabila tempoh haid berlaku dan menyapu darah tersebut pada muka. Beliau turut menyatakan bahawa selain daripada darah haid yang mempunyai kebaikan untuk kulit muka, ia juga mampu menjadi baja bagi tumbuhan.⁴⁸ Selain itu, dalam satu temu bual bersama *Dazed Magazine*, Kamilla Belo, seorang artis yang berusia 25 tahun menjelaskan “*nenek moyang saya mengamalkan penggunaan masker wajah darah haid, dan ibu saya turut mewariskannya kepada saya*”. Wanita keturunan Filipina-Lubnan juga menyatakan, “*amalan bulanan ini membuatkan saya kembali terhubung dengan warisan nenek moyang wanita saya, dan ia mengingatkan saya kepada kekuatan semua wanita*”.

Menurut Luna, terdapat juga pempengaruh yang meyakinkan pengikutnya dengan menyatakan bahawa *moon-masking* merupakan rawatan kulit semula jadi yang dipenuhi dengan sel stem, sitokin dan protin di samping menghubungkan antara diri pelaku dengan tubuhnya sendiri sebagai dorongan spiritual.⁴⁹ Begitu juga seperti mana yang dinyatakan oleh Alexandra Runnels yang menyatakan bahawa dakwaan *moon-masking* yang menyerupai rawatan *Vampire Facial* ialah dakwaan yang tidak berasas dan tidak mempunyai bukti yang menyokongnya. Hal ini kerana tiada mekanisme yang membolehkan darah yang hanya terdapat dipermukaan kulit mampu menembusi lapisan dermis.⁵⁰

Maka, dalam berinteraksi dengan tanggapan popular yang berlaku dalam masyarakat, stigma terhadap darah haid sebagai suatu darah yang kotor telah berubah apabila darah tersebut menjadi bahan kosmetik secara organik untuk menjaga kulit wajah. Hal ini dibuktikan dengan kajian pada tahun 2016 menunjukkan bahawa darah haid merupakan sumber sel stem yang baharu dan berpotensi membantu menjana semula tisu kulit yang rosak serta merawat kecederaan dermatologi. Ia juga mengandungi nutrien penting seperti zink, kuprum, dan magnesium, yang diketahui umum dalam industri kecantikan sebagai bahan melawan jerawat.

Namun, trend ini disanggah oleh seorang dermatologis yang juga merupakan pempengaruh di aplikasi *TikTok* dengan kenyataannya bahawa penggunaan darah haid tanpa disteril adalah dilarang kerana darah tersebut mempunyai bakteria dan peluh yang juga berpotensi untuk memindahkan sebarang jangkitan pada vagina ke kulit muka.⁵¹ Tanpa dinafikan kebaikannya seperti mana kajian yang dilakukan oleh Dr Jemma Evans yang berkhidmat di *Hudson Institute of Medical Research* di Melbourne telah membuktikan bahawa plasma yang diisolasi daripada darah

2025, <https://www.dazeddigital.com/beauty/article/57221/1/menstrual-masking-why-women-are-putting-their-period-blood-on-their-face>.

⁴⁸Yuuki Cup, “*Normal vs menstrual blood*.”

⁴⁹Luna, “*What Is Menstrual Masking?*,” diakses pada 7 Jun 2025, <https://weareluna.app/parents/guides/skin-and-skincare/menstrual-masking/>.

⁵⁰The Scarlett Phoenix, “*Menstrual Masking*.”

⁵¹ Elizabeth McCafferty, “*Menstrual Masking: Are Putting Their Period Blood On Their Face*.”

haid mempunyai protein yang spesifik dan membantu dalam meningkatkan kualiti kulit melalui penggantian sel kulit yang mati dengan sel kulit yang baru.⁵²

Untuk menimbang tara antara kebaikan dan keburukan penggunaan darah haid secara organik sebagai bahan penjagaan kulit, terdapat beberapa pertimbangan perlu diperhalusi merangkumi pandangan pakar dermatologis, hukum serta tahap keperluan terhadap penggunaan *moon-masking*. Hal ini kerana, penggunaan *moon-masking* tidak terhenti pada isu kosmetik dan perubatan semata-mata namun perlu didasari dengan teks wahyu yang menjelaskan secara umum terhadap trend ini dan diperincikan melalui praktis semasa. Dalam konteks perubatan, terdapat tegahan daripada pakar dermatologis yang menyatakan bahawa amalan *moon-masking* ini mampu menyumbang kepada risiko jangkitan kulit yang tinggi kerana ia tidak disteril, komposisi darah yang bercampur-aduk dengan darah dan mukus, disapu secara luaran yang tidak mampu menembusi lapisan dermis.⁵³

Berdasarkan penelitian hukum pula, penggunaan darah haid sebagai *moon-masking* merupakan praktis kosmetik yang berasaskan bahan najis. Justeru, pada asalnya menggunakan bahan najis adalah haram dan dilarang. Berdasarkan penelitian dan kajian terhadap amalan '*moon-masking*', iaitu penggunaan darah haid sebagai bahan masker muka, didapati bahawa ia merupakan satu praktis kosmetik yang berasaskan bahan yang dihukum sebagai najis dalam Islam. Darah haid, menurut pandangan majoriti ulama, termasuk dalam kategori najis pertengahan (najis mutawassitah) dan tidak boleh digunakan dalam apa jua bentuk, sama ada untuk pemakaian luaran mahupun dalaman. Oleh itu, penggunaan darah haid sebagai bahan kosmetik adalah bertentangan dengan prinsip kesucian dalam Islam.

Secara asasnya, hukum menggunakan bahan najis dalam kehidupan seharian, termasuk dalam produk kecantikan dan penjagaan diri, adalah haram dan dilarang dalam syarak. Larangan ini berlandaskan kepada dalil-dalil *qat'i*, antaranya firman Allah SWT dalam Surah al-Baqarah, ayat 173:

إِنَّمَا حَرَّمَ عَلَيْكُمُ الْمَيْتَةَ وَالدَّمَ وَلَحْمَ الْخِنْزِيرِ وَمَا أُهْلَ بِهِ لِغَيْرِ آءٍ فَمَنِ اضْطُرَّ غَيْرَ بَاغٍ وَلَا عَادٍ فَلَا إِثْمَ عَلَيْهِ إِنَّ اللَّهَ غَفُورٌ رَّحِيمٌ

Terjemahan: “Sesungguhnya Allah hanya mengharamkan kepada kamu bangkai, darah, daging babi, dan apa yang disembelih bukan kerana Allah. Maka sesiapa yang dalam keadaan terpaksa (memakannya), bukan kerana menginginkannya dan tidak pula melampaui batas, maka tiada dosa ke atasnya. Sesungguhnya Allah Maha Pengampun lagi Maha Penyayang.

Berdasarkan ayat di atas, Ibn Kathir menjelaskan bahawa empat jenis perkara yang diharamkan secara jelas oleh Allah SWT iaitu *al-mayyitah* adalah bangkai haiwan yang mati tanpa sembelihan syarak, *al-dam* iaitu darah yang mengalir dan bukan darah yang berada dalam daging atau hati. Ketiga, *lahm al-khinzir* iaitu semua bahagian babi adalah haram, bukan hanya dagingnya. Dan *ma uhillah li ghairillah bih* pula, adalah haiwan yang disembelih untuk selain Allah,

⁵² J. Evans et al., “Womb to wounds: Menstrual fluid could repair damaged skin,” Hudson Institute of Medical Research, diakses pada 3 Julai 2025, <https://hudson.org.au/news/womb-to-wounds-menstrual-fluid-could-repair-damaged-skin/>

⁵³ Narcity, “The Period Blood Face Mask TikTok Trend: A Dermatologist Weighs In,” video YouTube Shorts, dikemas kini pada 15 November 2022, diakses pada 8 Jun 2025, <https://www.youtube.com/shorts/dfOU7i6MONG>.

seperti untuk berhala atau makhluk lain.⁵⁴ Namun, ayat ini juga menunjukkan pengecualian nas daripada pengharaman ke atas empat jenis perkara ini melalui kemudaratan yang mengharuskan perkara tersebut. Hal ini menunjukkan, keharusan yang diberikan syarak terikat dengan tahap keperluan yang mencapai tahap darurat atau dalam erti kata lain mampu menjejaskan nyawa apabila tidak ditinggalkan. Oleh itu, darah termasuk dalam kategori yang diharamkan penggunaannya. Meskipun konteks utama ayat ini berkaitan makanan, namun pengharaman darah boleh diperluaskan kepada penggunaan lain termasuk kosmetik yang melibatkan penggunaan secara luaran dengan cara melumurkan darah kepada tubuh badan. Justeru, sebarang praktis yang melibatkan penggunaan bahan yang najis, khususnya darah haid, amat bertentangan dengan kebersihan yang diamalkan serta tidak selaras dengan tuntutan syarak.

Dalam konteks semasa, olahan dan interpretasi terhadap empat jenis perkara ini dapat dilihat amalan dan praktis masyarakat setempat bagi setiap satu daripadanya. Misalnya, menerusi darah yang diharamkan oleh syarak ialah darah yang mengalir dan hukumnya adalah najis. Hukum ini turut terpakai ke atas darah haid yang juga merupakan sebahagian daripada darah dan dianggap najis secara ijmak sepertimana yang telah dinyatakan oleh al-Qarafi dan al-Shawkani menerusi *al-Dhakhirah* dan *Nayl al-Awtar*.⁵⁵ Walau bagaimanapun, penggunaan darah haid sebagai salah satu praktis kosmeseutikal dalam konteks semasa memerlukan penelitian hukum secara tuntas sama ada penggunaannya berada di tahap keperluan mendesak atau sekadar alternatif perubatan dan bahan kosmetik. Hal ini perlu dititikberatkan dalam penentuan hukum kerana pada asasnya penggunaan darah haid adalah haram melainkan diharuskan dengan kemudaratan yang tertentu memandangkan ruang lingkup kosmeseutikal merujuk kepada keperluan produk gabungan kosmetik dan farmaseutikal yang digunakan untuk tujuan penjagaan kulit, rawatan estetik, dan mencegah kerosakan kulit seperti jerawat, ekzema, penuaan, pigmentasi, dan sebagainya. Namun, penggunaan darah haid ke wajah bukan sahaja untuk kecantikan semata-mata bahkan untuk merawat wajah. Sekalipun merawat diharuskan syarak namun merawat wajah dengan benda yang haram adalah dilarang sebagaimana sabda Rasulullah SAW:

إِنَّ السَّلْمَةَ الدَّاءَ وَالذَّوَاءَ، وَجَعَلَ لِكُلِّ دَاءٍ دَوَاءً فَتَدَاوُوا وَلَا تَدَاوُوا بِحَرَامٍ ۖ

Terjemahan: “Sesungguhnya Allah Taala telah menurunkan penyakit dan ubat dan menjadikan bagi setiap penyakit itu ubatnya, maka berubatlah kamu dan jangan kamu berubat dengan benda yang haram.” (Riwayat Abu Daud)

Manakala di dalam sebuah hadith yang lain pula, daripada Abu Hurairah RA, bahawa Nabi SAW bersabda:

هَيَّ رَسُولُ صَلَّى عَلَيْهِ وَسَلَّمَ عَنِ الدَّوَاءِ الخَبِيثِ ۖ

Terjemahan: “Nabi melarang daripada berubat dengan ubat yang kotor.” [Riwayat Ahmad]⁵⁶

⁵⁴ Ibn Kathīr, *Tafsir al-Qur’an al-‘Azim*, ed. Muḥammad Ḥusayn Shams al-Dīn, cet. ke-1 (Dār al-Kutub al-‘Ilmiyyah, 1998)

⁵⁵ Shihāb al-Dīn Aḥmad ibn Idrīs al-Qarāfī, *Al-Dhakhīrah*, ed. M. Ḥajjī, S. A’rāb, dan M. Bū Khubzah, cet. ke-1 (Dār al-Gharb al-Islāmī, 1994). Rujuk juga Muḥammad ibn ‘Alī al-Shawkānī, *Nayl al-Awtār: Sharḥ Muntaqā al-Akḥbār*, ed. ‘I. al-Ṣabbāṭī, cet. ke-1 (Dār al-Ḥadīth, 1993).

⁵⁶ Hadith riwayat Abī Dāwūd, Sunan Abī Dāwūd, Kitāb al-Ṭibb, Bāb al-Nahy ‘an al-dawā’ al-khabīth, no.hadith 3870. Abū Dāwūd Sulaymān ibn al-Ash’ath al-Sijistānī (w. 275H), *Sunan Abī Dāwūd*, (Riyāḍ: Dār al-Salām, 2008), 77-88.

Dalam aspek tahap keperluan, penggunaan *moon-masking* berada pada tingkatan *tahsiniyyah* semata-mata. Tingkatan *tahsiniyyah* hanyalah untuk mencantikkan kehidupan dan pelengkap bagi kehidupan manusia daripada segenap aspek termasuk aspek kecantikan dan perubatan.⁵⁷ Imam al-Ghazali dalam kitabnya, *al-Mustasfa Min 'Ilm al-Usul* mendefinisikan *at-tahsiniyyat* adalah kemaslahatan yang tidak termasuk dalam kategori *darurah* (*daruriyyat*) maupun *hajjah* (*hajiyyat*), akan tetapi ianya bersifat memperelok, memperindah dan mempermudah, demi mencapai keistimewaan dan nilai tambah.⁵⁸ Namun dalam beberapa situasi tertentu penggunaan bahan haram dan najis dalam produk kosmeseutikal dibenarkan dalam keadaan keperluan mendesak (*hājah*) atau darurat (*ḍarūrah*). Ini selari dengan kaedah fiqh yang menyatakan:

الضَّرُورَاتُ تُبَيِّحُ الْمَحْظُورَاتِ

Maksudnya: “Keadaan darurat membolehkan perkara yang diharamkan.”

Walaupun ia memberikan kesan terapeutik yang positif terhadap pengguna, namun ia perlu ditimbang dengan piawaian yang selari dengan syarak. Jika diteliti, penggunaan *moon-masking* ini mempunyai manfaat atau *maslahah* tertentu namun ia tidak termasuk dalam ruang lingkup pengecualian syarak. Hal ini disebabkan ia tergolong dalam *maslahah mulghah* di mana penggunaan *moon-masking* ini bercanggah dengan nas kerana berasaskan bahan najis yang haram dalam hukum Islam. Tambahan pula, wujudnya alternatif lain yang boleh digunakan untuk tujuan kecantikan yang berasaskan bahan yang halal, suci dan selamat serta tidak bercanggah dengan nas syarak.

Justeru, merujuk kepada amalan *moon-masking* yang melibatkan penggunaan darah haid ke wajah, maka dapat disimpulkan bahawa praktik ini tidak selaras dengan prinsip hukum syarak. Pertama, darah haid termasuk dalam kategori benda najis menurut pandangan jumhur ulama, dan sebarang penggunaan najis ke atas tubuh badan sama ada untuk tujuan perhiasan atau rawatan adalah haram. Kedua, meskipun terdapat dakwaan bahawa darah haid mengandungi manfaat tertentu untuk kecantikan kulit, prinsip *dar' al-mafāsīd muqaddam 'alā jalb al-maṣāliḥ* hendaklah diutamakan, iaitu menolak kemudaratan lebih utama daripada menarik kemaslahatan, terutamanya apabila bahan yang digunakan merupakan najis.

Ketiga, dari sudut keperluan, penggunaan darah haid sebagai bahan kosmetik hanya berada pada tahap *tahsiniyyah* (keperluan pelengkap) dan tidak mencapai tahap *hājiiyyah* (keperluan penting) apatah lagi *ḍarūriyyah* (keperluan mendesak). Tambahan pula, *moon-masking* bukanlah satu-satunya kaedah rawatan kulit yang wajib atau tiada gantian. Ia hanyalah satu bentuk rawatan alternatif yang tidak mendesak dari segi syarak. Keempat, di pasaran hari ini, terdapat pelbagai produk kosmetik halal yang telah disahkan oleh badan pensijilan halal yang diiktiraf, dan produk-produk ini boleh digunakan sebagai alternatif yang lebih diyakini dari sudut hukum dan kebersihan. Oleh itu, umat Islam digalakkan untuk memilih produk yang menepati prinsip *ḥalalan ṭayyiban* dan mengelakkan penggunaan bahan-bahan yang syubhah atau jelas keharamannya demi menjaga kesucian diri dan akhlak dalam beramal dengan kecantikan.

Kesimpulan

Secara tuntasnya, penggunaan produk kosmeseutikal yang mengandungi bahan haram dan najis adalah dilarang jika tidak melibatkan keperluan kesihatan yang mendesak. Justeru, pengguna digalakkan untuk lebih peka, membuat pilihan yang bertanggungjawab, serta

⁵⁷ Jasser Auda, “Panduan Pemula Maqasid al-Syariah”, (Institusi Darul Ehsan: 2017): 7.

⁵⁸ Al-Ghazālī, Abī Hamīd Muḥammad, *al-Mustasfā min 'Ilm al-Uṣūl*, (Maktabah Taufiqiyyah, 2010): 329.

mengutamakan produk halal dan suci dalam setiap aspek kehidupan termasuk dalam penjagaan kesihatan dan kecantikan. Amalan menggunakan darah haid untuk tujuan kecantikan wajah seperti dalam amalan “*moon-masking*” tidak selari dengan prinsip asas dalam hukum Syariah. Hal ini kerana darah haid tergolong dalam kategori najis menurut hukum fiqh. Oleh itu, penggunaan bahan yang secara zatnya adalah najis tidak boleh digunakan semata-mata atas dasar potensi manfaat kosmetik yang belum terbukti secara tuntas atau menggantikan rawatan sedia ada yang lebih bersih dan diyakini statusnya.

Tambahan pula, kaedah fiqh menyatakan bahawa menolak kemudaratan lebih utama daripada menarik kemaslahatan (*dar' al-mafāsīd muqaddam 'alā jalb al-maṣāliḥ*). Dalam konteks ini, meskipun terdapat dakwaan manfaat terhadap penggunaan darah haid dalam penjagaan kulit, ia tidak mencapai tahap keperluan mendesak (*darūriyyah*) mahupun keperluan sekunder (*hājjiyyah*), bahkan hanya bersifat pelengkap (*taḥsīniyyah*). Maka, dari perspektif maqāṣid al-sharī'ah, ia tidak dapat dijustifikasi sebagai satu keperluan yang membolehkan penggunaan bahan najis atau haram, lebih-lebih lagi apabila wujud alternatif lain yang bersih, selamat, dan menepati prinsip halal.

Oleh itu, adalah lebih wajar dan selari dengan prinsip Syariah untuk menggalakkan penggunaan produk yang telah diperakui halal serta bebas daripada bahan najis. Pasaran semasa juga menawarkan pelbagai produk penjagaan kulit yang mematuhi pensijilan halal dan terbukti secara saintifik, sekali gus memenuhi tuntutan agama dan aspek kesihatan. Justeru, pengguna perlu berhati-hati dan menggunakan sesuatu bahan atau produk kecantikan dengan berasaskan ilmu dan berteraskan maqāṣid al-sharī'ah dalam menentukan kesesuaian dan keharusan sesuatu amalan, khususnya yang melibatkan penggunaan bahan pada tubuh badan manusia.

Rujukan

- Abū Dāwūd, Sulaymān ibn al-Ash'ath al-Sijistānī (w. 275H), *Sunan Abī Dāwūd*, Riyāḍ: Dār al-Salām, 2008.
- Ahmed, M. A., dan H. Nalluri. “Vaginal Bleeding.” Dalam *StatPearls [Internet]*. Disunting oleh S. T. Abai, et al. Treasure Island, FL: StatPearls Publishing, 2023. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK470230/>.
- Aksel, S. “Luteinizing Hormone-Releasing Hormone and the Human Menstrual Cycle.” *American Journal of Obstetrics and Gynecology* 135, no. 1 (1979).
- Anishnawbe Mushkiki. “Moontime and Grandmother Moon.” Diakses pada 13 Jun 2025. <https://mushkiki.com/programs-services/moontime-and-grandmother-moon/>.
- Auda, Jasser. *Panduan Pemula Maqasid al-Syariah*. Shah Alam: Institusi Darul Ehsan, 2017.
- Al-Banjari, Muḥammad Arshad. *Sabīl al-Muhtadīn li Tafaqquh fī Amr al-Dīn*. 2 jilid. Maṭba'ah Bin Ḥalabī, n.d.
- Bā 'Alawī, Sa'īd bin Muḥammad. *Bushrā al-Karīm bi Syarḥ Masā'il al-Ta'lim*. Jeddah: Dār al-Minhāj, 1270H.
- Bakharudin, Ainul Yaqin. “Al-Kafi #1591: Adakah cecair kekuningan dianggap haid?.” Pejabat Mufti Wilayah Persekutuan, Jabatan Perdana Menteri. 17 Mac 2020. Diakses pada 2 Julai

2025. <https://muftiwp.gov.my/en/artikel/al-kafi-li-al-fatawi/4156-al-kafi-1591-adakah-cecair-kekuningan-dianggap-haid>.

Cleveland Clinic. "Implantation Bleeding: Causes, Symptoms & What To Expect." Diakses pada 3 Julai 2025. <https://my.clevelandclinic.org/health/symptoms/24536-implantation-bleeding>.

Darajat, Nur Zakiyah, Anis Yohana Chaerunnisa, dan Marline Abdassah. "Kosmeseutikal Dengan Zat Aktif Dalam Sistem Liposom." *Journal of The Indonesian Society of Integrated Chemistry* 14, no. 1 (2022).

Department of Standards Malaysia. *Malaysian Standard: Halal Cosmetics—General Requirements*. Selangor: Department of Standards Malaysia, n.d.

Dewan Bahasa dan Pustaka. "Farmaseutikal." Dalam *Portal Rujukan Perkataan Melayu (PRPM)*. Diakses pada 25 Jun 2025. <https://prpm.dbp.gov.my/Cari1?Keyword=farmaseutikal>.

Dewan Bahasa dan Pustaka. "Kosmetik." Dalam *Portal Rujukan Perkataan Melayu (PRPM)*. Diakses pada 25 Jun 2025. <https://prpm.dbp.gov.my/cari1?keyword=kosmetik>.

Evans, J., G. Infusini, J. McGovern, L. Cuttle, A. Webb, T. Nebl, dan L. A. Salamonsen. "Womb to Wounds: Menstrual Fluid Could Repair Damaged Skin." Hudson Institute of Medical Research. 13 Oktober 2023. Diakses pada 3 Julai 2025. <https://hudson.org.au/news/womb-to-wounds-menstrual-fluid-could-repair-damaged-skin/>.

Al-Ghazālī, Abū Ḥāmid Muḥammad. *Al-Mustafā min 'Ilm al-Uṣūl*. Kaherah: Maktabah al-Tawfiqiyah, 2010.

Henríquez, S., et al. "The Role of Estrogen Metabolites in Human Ovarian Function." *Steroids* 203 (2024): Art. 109355.

Hospital Pantai. "Kitaran Haid Normal: Apa yang Perlu Anda Ketahui." Diakses pada 3 Julai 2025. <https://www.pantai.com.my/ms/health-pulse/normal-menstrual-cycle>.

Ibn Kathīr, Ismā'īl ibn 'Umar. *Tafsir al-Qur'an al-'Azim*. Disunting oleh Muḥammad Ḥusayn Shams al-Dīn. Cet. ke-1. 9 jilid. Beirut: Dār al-Kutub al-'Ilmiyyah, 1998.

Institute for Quality and Efficiency in Health Care (IQWiG). "In Brief: What Does Blood Do?." Dalam *InformedHealth.org [Internet]*. Cologne, Germany: IQWiG, 2010. Akhir dikemas kini pada 14 September 2023. Diakses pada 5 Jun 2025. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK279392/>.

Kravitz, H. M., dan C. H. Schmid. "Menstrual Cycle: Overview." Dalam *StatPearls [Internet]*. Disunting oleh H. R. Bernard. Treasure Island, FL: StatPearls Publishing, 2015. Diakses pada 9 Jun 2025. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK279054/>.

Latif, Johari Abd. "Implementasi Malaysian Standard (MS) 2424 2012 Halal Pharmaceuticals-General Guidelines Kesan Kepada Pensijilan Halal Malaysia." *International Journal of Social Policy and Society (IJSPPS)* 13 (2017): 90–104.

Longo, M., et al. "The Role Of LH In Follicle Development: From Physiology to New Clinical Implications." *Reproductive Biology and Endocrinology* 23 (2025): Art. 22.

Luna. "What Is Menstrual Masking?." 2025. Diakses pada 7 Jun 2025. <https://weareluna.app/parents/guides/skin-and-skincare/menstrual-masking/>.

Malaysian Investment Development Authority. "Farmaseutikal." MIDA – Perkilangan: Sains Hayat & Teknologi Perubatan. Diakses pada 7 Julai

2025. <https://www.mida.gov.my/ms/industri/perkilangan/sains-hayat-teknologi-perubatan/farmaseutikal/>.

McCafferty, E. " 'Menstrual Masking': Why Women Are Putting Their Period Blood on Their Face." *Dazed*. 18 Oktober 2022. Diakses pada 3 Julai 2025. <https://www.dazeddigital.com/beauty/article/57221/1/menstrual-masking-why-women-are-putting-their-period-blood-on-their-face>.

Meng, Guanxi. "Application Of Nanoparticles In Cosmetics." Dalam *Proceedings Of The 2nd International Conference On Nano Sciences, Chemical And Biological Materials (NSCBM 2024)*, Vol. 4 (2024). <https://doi.org/10.62051/qcyb3q83>.

Mihm, M., S. Gangooly, dan S. Muttukrishna. "The Normal Menstrual Cycle In Women." *Animal Reproduction Science* 124, no. 3-4 (2011): 229–236. <https://doi.org/10.1016/j.anireprosci.2010.08.030>.

Mikhael, S., A. Punjala-Patel, dan L. Gavrilova-Jordan. "Hypothalamic-Pituitary-Ovarian Axis Disorders Impacting Female Fertility." *Biomedicine* 7, no. 1 (2019): Art. 5. <https://doi.org/10.3390/biomedicine7010005>.

Mikusanti, dkk. *Kosmetik dan Kosmeseutikal*. Disunting oleh Weni Yuliani. Kabupaten Padang Pariaman: Lingkar Edukasi Indonesia, 2024.

Munro, M. G., et al. "The Two FIGO Systems for Normal and Abnormal Uterine Bleeding Symptoms and Classification of Causes of Abnormal Uterine Bleeding in the Reproductive Years: 2018 Revisions." *International Journal of Gynaecology & Obstetrics* 143, no. 3 (2018): 393–408. <https://doi.org/10.1002/ijgo.12666>.

Narcity. "The Period Blood Face Mask TikTok Trend: A Dermatologist Weighs In." Video YouTube Shorts, 0:49. 15 November 2022. Diakses pada 8 Jun 2025. <https://www.youtube.com/shorts/dfOU7i6MONg>.

National Cancer Institute. "Menstrual Period." *NCI Dictionary of Cancer Terms*. U.S. Department of Health and Human Services, National Institutes of Health. Diakses pada 9 Jun 2025. <https://www.cancer.gov/publications/dictionaries/cancer-terms/def/menstrual-period>.

National Pharmaceutical Regulatory Agency (NPRA). "Kenyataan Akhbar: Kawalan Kosmetik di Malaysia." Kementerian Kesihatan Malaysia. Akhir dikemas kini pada 26 Januari 2016. Diakses pada 6 Jun 2025. <https://www.npra.gov.my/index.php/my/archives/press-release/977-kenyataan-akbar-kawalan-kosmetik-di-malaysia>.

Nor, Nahidah Mat, Siti Hajar Mohd Zaid, Mustafa Mat Jubri Shamsuddin, dan Mohammad Aizat Jamaludin. "Analysis Of Allantoin Sources From Shariah Perspective In Cosmetic Product: Analisis Hukum Ramuan Allantoin Dalam Produk Kosmetik." *Al-Qanatir: International Journal Of Islamic Studies* 15, no. 1 (2019): 23–37.

Pejabat Mufti Wilayah Persekutuan. "Irsyad al-Fatwa Ke-126: Hukum Suntikan 'Vampire' Menggunakan Darah." 13 Julai 2016. Diakses pada 10 April 2026. <https://muftiwp.gov.my/ms/artikel/irsyad-hukum/umum/1239-irsyad-al-fatwa-ke-126-hukum-suntikan-vampire-menggunakan-darah->.

PT Cosmar. "Perbedaan Kosmetik dan Kosmeseutikal." Dikemaskini pada 26 Oktober 2024. Diakses pada 25 Jun 2025. <https://ptcosmar.com/perbedaan-kosmetik-dan-kosmeseutikal>.

- Al-Qarāfī, Shihāb al-Dīn Aḥmad ibn Idrīs. *Al-Dhakhīrah*. Disunting oleh M. Ḥajjī, S. A'rāb, dan M. Bū Khubzah. Cet. ke-1. 14 jilid. Beirut: Dār al-Gharb al-Islāmī, 1994.
- Al-Shawkānī, Muḥammad ibn 'Alī. *Nayl al-Awṭār: Sharḥ Muntaqā al-Akḥbār*. Disunting oleh 'I. al-Ṣabbāṭī. Cet. ke-1. 8 jilid. Kaheerah: Dār al-Ḥadīth, 1993.
- Tan, G. C., Y. P. Wong, dan T. Y. Khong. "Menstrual Cycle of Endometrium." Dalam *Gynecologic and Obstetric Pathology*, disunting oleh Christopher P. Crum, et al. Cham (2025).
- The Scarlett Phoenix. "Menstrual Masking." Diakses pada 7 Jun 2025. <https://thescarlettphoenix.com/menstrual-masking/>.
- Thiyagarajan, Dhanalakshmi K., et al. "Physiology, Menstrual Cycle." Dalam *StatPearls [Internet]*. Treasure Island, FL: StatPearls Publishing, 2026.
- Times of India. "Viral Menstrual Facial Skincare: What's Actually Going On Tiktok With Period Blood Face Mask Trend." 14 Mac 2023. Diakses pada 8 Jun 2025. <https://timesofindia.indiatimes.com/life-style/beauty/viral-menstrual-facial-skincare-whats-actually-going-on-tiktok-with-period-blood-face-mask-trend/articleshow/125554567.cms>.
- Tindal, Kirstin, et al. "The Composition of Menstrual Fluid, Its Applications, and Recent Advances to Understand the Endometrial Environment: A Narrative Review." *F&S Reviews* 5, no. 3 (2024): Art. 100075. <https://doi.org/10.1016/j.xfnr.2024.100075>.
- Walters, Meg. "Is There Really a Connection Between Your Menstrual Cycle and the Moon?." *Healthline*. 19 April 2021. Diakses pada 13 Jun 2025. <https://www.healthline.com/health/womens-health/menstrual-cycle-and-the-moon>.
- Yuuki Cup. "Normal vs Menstrual Blood." Diakses pada 5 Julai 2025. <https://www.yuukicup.com/en/blog/normal-vs-menstrual-blood-detail-37364>.
- Al-Zuhailī, Wahbah Muṣṭafā. *Al-Fiqh al-Islāmī wa Adillatuh*. Jilid 1. Dār al-Fikr, 1985.

