

SKALA KEPERLUAN AMALAN SEMASA HAID (MPNS-36)

Seksyen ini menilai sejauh mana peserta menganggap bahawa amalan pengurusan menstruasi dan persekitaran adalah memenuhi keperluan mereka. Sila jawab soalan berikut berdasarkan **haid anda yang terakhir**.

Semasa kitaran haid terakhir saya...	Tidak pernah	Kadang-kala	Kerap	Sentiasa
1. Produk penjagaan haid saya adalah selesa.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Saya mempunyai produk penjagaan haid yang mencukupi untuk saya pakai/tukar sebanyak mana yang saya mahu.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Saya berpuas hati dengan kebersihan produk penjagaan haid saya.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Saya boleh mendapat produk penjagaan haid saya apabila saya memerlukannya.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Saya bimbang produk penjagaan haid saya akan membenarkan darah untuk mengalir keluar ke seluar saya.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Saya bimbang produk penjagaan haid saya akan bergerak daripada tempat asalnya ketika memakainya.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Saya bimbang bagaimana saya ingin mendapat produk penjagaan haid saya jika saya kehabisannya.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Saya berasa selesa membawa produk penjagaan haid ganti ketika berada di luar rumah.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. Saya berasa selesa membawa produk penjagaan haid ganti ke tempat lain di mana saya akan menukarkannya.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

SKALA KEPERLUAN AMALAN SEMASA HAID (MPNS-36)

Semasa kitaran haid terakhir saya...	Tidak pernah	Kadang-kala	Kerap	Sentiasa
10. Saya berasa selesa menyimpan produk penjagaan haid ganti yang bersih sehingga kitaran haid saya yang seterusnya.				
11. Saya boleh membersihkan tangan saya apabila perlu.				
12. Saya dapat membuang produk penjagaan haid saya yang telah dipakai dengan segera.				
13. Saya dapat membuang produk penjagaan haid saya yang telah dipakai dengan cara yang saya mahu.				
14. Saya bimbang tiada tempat untuk saya membuang produk penjagaan haid saya yang telah dipakai.				
15. Saya bimbang bahawa orang ramai dapat melihat produk penjagaan haid saya yang telah dipakai di tempat saya membuangnya.				
Ketika berada di rumah semasa kitaran haid saya yang terakhir...	Tidak pernah	Kadang-kala	Kerap	Sentiasa
16. Ketika berada di rumah, saya dapat menukar produk penjagaan haid saya yang telah dipakai dengan yang baharu apabila saya menginginkannya.				
17. Ketika berada di rumah, saya berpuas hati dengan tempat yang saya guna untuk menukar produk penjagaan haid saya yang telah dipakai dengan yang baharu.				
18. Ketika berada di rumah, saya mempunyai tempat yang bersih untuk menukar produk penjagaan wanita saya yang telah dipakai dengan yang baharu.				

SKALA KEPERLUAN AMALAN SEMASA HAID (MPNS-36)

Ketika berada di rumah semasa kitaran haid saya yang terakhir...	Tidak pernah	Kadang-kala	Kerap	Sentiasa
19. Ketika berada di rumah, saya bimbang saya tidak dapat menukar produk penjagaan wanita saya yang telah dipakai dengan yang baharu apabila saya perlu.				
20. Ketika berada di rumah, saya bimbang seseorang akan dapat melihat saya semasa saya sedang menukar produk penjagaan haid saya yang telah dipakai dengan yang baharu.				
21. Ketika berada di rumah, saya bimbang seseorang akan mencederakan saya semasa saya sedang menukar produk penjagaan wanita saya yang telah dipakai dengan yang baharu.				
22. Ketika berada di rumah, saya bimbang sesuatu akan mencederakan saya semasa saya sedang menukar produk penjagaan haid saya yang telah dipakai dengan yang baharu (e.g. haiwan, serangga, struktur yang tidak selamat).				
Ketika berada di kampus/ luar rumah semasa kitaran haid saya yang terakhir...	Tidak pernah	Kadang-kala	Kerap	Sentiasa
23. Ketika berada di kampus (atau luar rumah), saya dapat menukar produk penjagaan haid saya yang telah dipakai dengan yang baharu bila perlu.				
24. Ketika berada di kampus (atau luar rumah), saya berpuas hati dengan tempat yang saya guna untuk menukar produk penjagaan wanita saya yang telah dipakai dengan yang baharu.				
25. Ketika berada di kampus (atau luar rumah), saya mempunyai tempat yang bersih untuk saya menukar produk penjagaan wanita saya yang telah dipakai dengan yang baharu.				
26. Ketika berada di kampus (atau luar rumah), saya bimbang bahawa saya tidak dapat menukar alat penjagaan haid saya yang telah dipakai dengan yang baharu bila perlu.				

SKALA KEPERLUAN AMALAN SEMASA HAID (MPNS-36)

Ketika berada di kampus/ luar rumah semasa kitaran haid saya yang terakhir...	Tidak pernah	Kadang-kala	Kerap	Sentiasa
27. Ketika berada di kampus (atau luar rumah), saya bimbang seseorang akan dapat melihat saya semasa saya sedang menukar produk penjagaan wanita saya yang telah dipakai dengan yang baharu.				
28. Ketika berada di kampus (atau luar rumah), saya bimbang seseorang akan mencederakan saya semasa saya sedang menukar produk penjagaan haid saya yang telah dipakai dengan yang baharu.				

Adakah anda menggunakan semula produk penjagaan haid? Sekiranya ya, jawab soalan 29 hingga 36.

Semasa kitaran haid saya yang terakhir...	Tidak pernah	Kadang-kala	Kerap	Sentiasa
29. Saya mempunyai bekalan air yang mencukupi untuk merendam atau membasuh produk penjagaan haid saya.				
30. Saya mempunyai akses kepada besen untuk merendam atau membasuh produk penjagaan haid pada bila-bila masa yang saya perlu.				
31. Saya dapat membasuh produk penjagaan haid saya pada bila-bila masa yang saya mahu.				
32. Saya mempunyai sabun yang mencukupi untuk membasuh produk penjagaan haid saya.				
33. Saya dapat mengeringkan produk penjagaan haid pada bila-bila masa yang saya mahu.				

SKALA KEPERLUAN AMALAN SEMASA HAID (MPNS-36)

Semasa kitaran haid saya yang terakhir...	Tidak pernah	Kadang-kala	Kerap	Sentiasa
34. Saya bimbang seseorang akan dapat melihat saya semasa saya sedang membasuh produk penjagaan haid saya.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
35. Saya bimbang produk penjagaan haid saya tidak akan kering apabila saya memerlukannya.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
36. Saya bimbang orang lain akan dapat melihat produk penjagaan haid saya ketika ia sedang dikeringkan.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

To cite this translation:

Nur Hafizah Annezah Utuh, Pritika Madiahlagan, Siti Maisharah Sheikh Ghadzi, Ahmad Rashidi Mohamed Tahir, Sh Fatimah AlZahrah Syed Hussien Al-Attas, Julie Hennegan, Nur Aizati Athirah Daud. (Under review). Menstrual hygiene and practice needs among female young adults in Malaysia.

Contact: aizati@usm.my



TERIMA KASIH!

Anda telah membantu membuka ruang untuk pemahaman yang lebih baik tentang keperluan kesihatan wanita.

