
HUBUNGAN FAKTOR SOSIAL-BUDAYA DENGAN PERILAKU *SELF-HARM* DI KALANGAN GENERASI Z KOTA DENPASAR: KAJIAN ANTROPOLOGI BUDAYA

Oleh:

Jenri

Universitas Udayana

Alamat: Jl. Pulau Nias No.13, Dauh Puri Klod, Kec. Denpasar Tim., Kota Denpasar,
Bali (80113).

Korespondensi Penulis: jenri5703@gmail.com.

Abstract. *The phenomenon of self-harm among Generation Z in Denpasar City has shown a significant increase, driven by the pressures of social, cultural, and digital technology developments. This study aims to analyze the relationship between socio-cultural factors and self-harm behavior, as well as its implications for the psychosocial well-being of individuals. Using a qualitative-descriptive approach, data were obtained through in-depth interviews with five informants aged 20–24 who had engaged in self-harm. Data analysis was guided by Sigmund Freud’s psychoanalytic theory and Abraham Maslow’s hierarchy of needs, interpreted within a cultural anthropological framework. The findings reveal that past trauma, emotional distress, low self-actualization, dysfunctional parenting patterns, patriarchal cultural norms, and exposure to negative social media content are the main triggers of self-harm. This behavior serves as a temporary emotional coping mechanism but has long-term consequences on mental health, education, social relationships, and economic stability. The study emphasizes the need for a multidisciplinary, culturally sensitive approach involving mental health education and the strengthening of social support systems to holistically address self-harm behavior among Generation Z in Denpasar.*

Keywords: *Emotional Stress, Generation Z, Self-Harm, Social Media, Trauma.*

HUBUNGAN FAKTOR SOSIAL-BUDAYA DENGAN PERILAKU *SELF-HARM* DI KALANGAN GENERASI Z KOTA DENPASAR: KAJIAN ANTROPOLOGI BUDAYA

Abstrak. Fenomena self-harm di kalangan Generasi Z di Kota Denpasar mengalami peningkatan signifikan seiring dengan tekanan sosial, budaya, dan perkembangan teknologi digital. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara faktor sosial-budaya dengan perilaku self-harm serta implikasinya terhadap kesejahteraan psikososial individu. Menggunakan pendekatan kualitatif-deskriptif, data diperoleh melalui wawancara mendalam terhadap lima informan berusia 20–24 tahun yang pernah melakukan self-harm. Analisis data menggunakan teori psikoanalisis Sigmund Freud serta hierarki kebutuhan Abraham Maslow, yang kemudian ditafsirkan dalam kerangka antropologi budaya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa trauma masa lalu, tekanan emosional, minimnya aktualisasi diri, pola asuh disfungsional, norma budaya patriarkal, serta paparan media sosial yang negatif merupakan pemicu utama perilaku self-harm. Tindakan ini dijadikan sebagai mekanisme pelampiasan emosi yang bersifat sementara, namun berdampak jangka panjang terhadap kesehatan mental, pendidikan, hubungan sosial, dan stabilitas ekonomi. Penelitian ini menegaskan pentingnya intervensi multidisipliner berbasis budaya lokal, edukasi kesehatan mental, dan penguatan dukungan sosial untuk mencegah dan menangani perilaku self-harm secara holistik di kalangan Generasi Z.

Kata Kunci: Generasi Z, Media Sosial, *Self-Harm*, Stres Emosional, Trauma.

LATAR BELAKANG

Kesehatan mental merupakan isu yang semakin mendapat perhatian khusus di era modern ini, khususnya pada kelompok Generasi Z, yang lahir antara tahun 1997 hingga 2012. Generasi ini tumbuh dan berkembang di tengah derasnya arus teknologi serta dinamika sosial dan budaya yang kompleks. Perubahan tersebut memberikan dampak ganda: kemudahan akses informasi sekaligus tekanan psikososial yang intens. Fenomena *self-harm* merupakan tindakan tidak sengaja menyakiti diri sendiri tanpa berniat bunuh diri dan menjadi sebuah kekhawatiran serius yang menyasar kalangan muda, terutama di kawasan masyarakat modern seperti Kota Denpasar.

Denpasar sebagai ibu kota Provinsi Bali yang merupakan pusat pendidikan, kebudayaan, dan ekonomi, menghadapi tantangan peningkatan kasus *self-harm* yang dipicu oleh tekanan sosial, budaya patriarki, ekspektasi akademik, serta pengaruh media sosial. Kondisi ini menunjukkan bahwa faktor-faktor psikologis tidak dapat dilepaskan

dari konteks sosial dan budaya yang melingkupinya. Dalam kerangka antropologi budaya, kesehatan mental tidak hanya dipandang sebagai masalah medis semata, tapi sebagai manifestasi hubungan kompleks antara individu, keluarga, dan masyarakat beserta nilai-nilai budaya yang berlaku.

Sebagaimana diungkap oleh World Health Organization (2022), kesehatan mental adalah keadaan kesejahteraan di mana individu menyadari kemampuannya, mampu mengatasi tekanan hidup, serta dapat berkontribusi pada komunitasnya. Namun, di tengah tekanan tersebut, generasi muda terkadang kesulitan untuk mengelola konflik emosional dan stres yang dirasakannya, yang dapat berujung pada perilaku maladaptif seperti *self-harm*.

Stres emosional yang berkelanjutan, pengalaman trauma, lemahnya dukungan keluarga, tekanan sosial dari lingkungan pertemanan maupun tekanan budaya yang konservatif menjadi faktor utama yang mendorong perilaku ini. Pengaruh media sosial juga berperan ganda: sebagai ruang ekspresi sekaligus penyebar konten yang kadang memicu perilaku negatif. Ditambah masalah stigma dan minimnya pengertian tentang kesehatan mental di masyarakat, hal ini membuat banyak individu merasa terisolasi dan tidak mampu mencari bantuan yang tepat.

Penelitian ini didasari oleh kebutuhan untuk memahami faktor-faktor sosial-budaya yang berkontribusi terhadap perilaku *self-harm* di kalangan Generasi Z di Kota Denpasar serta implikasinya terhadap kehidupan psikososial mereka. Pemahaman yang mendalam diharapkan mampu memberikan kontribusi bagi pengembangan strategi pencegahan dan penanganan kesehatan mental yang lebih efektif, holistik, dan berbasis budaya lokal.

KAJIAN TEORITIS

Fenomena *self-harm* merupakan aspek kompleks yang melibatkan interaksi antara faktor psikologis, sosial, dan budaya. Dalam memahami perilaku ini secara mendalam, kajian teoritis diperlukan untuk memberikan kerangka konseptual. Pendekatan psikoanalisis Sigmund Freud menjadi landasan penting dalam menganalisis konflik internal yang memicu perilaku menyakiti diri sendiri. Freud membagi kepribadian menjadi tiga komponen utama yaitu id, ego, dan superego. Id sebagai dorongan naluriah berusaha mendapatkan kepuasan instan, sementara superego mengawal norma sosial dan

HUBUNGAN FAKTOR SOSIAL-BUDAYA DENGAN PERILAKU *SELF-HARM* DI KALANGAN GENERASI Z KOTA DENPASAR: KAJIAN ANTROPOLOGI BUDAYA

moral. Konflik antara dorongan id dan tekanan superego yang tidak mampu diredam oleh ego kerap menimbulkan kecemasan dan tekanan emosional yang menjadi pemantik *self-harm* sebagai mekanisme pelepasan emosi (Makarim, 2023; Fitria, 2020).

Selain teori psikoanalisis, teori hierarki kebutuhan Abraham Maslow menjadi rujukan penting untuk memahami kebutuhan dasar manusia yang harus terpenuhi agar kesejahteraan psikologis terjaga. Maslow menegaskan bahwa kebutuhan fisiologis, rasa aman, cinta dan penghargaan merupakan fondasi penting bagi aktualisasi diri seseorang (Hadi, 2024). Dalam konteks *self-harm*, ketidakmampuan individu memenuhi kebutuhan-kebutuhan tersebut dapat menyebabkan frustrasi psikologis, rendahnya harga diri, dan pencarian pelarian emosional melalui tindakan menyakitkan diri (Savitri, 2022).

Dari perspektif antropologi budaya, tubuh juga dipahami sebagai wadah simbolik yang merepresentasikan pengalaman sosial dan tekanan budaya yang dialami oleh individu. *Self-harm* tidak hanya dianggap sebagai gejala psikologis, tetapi juga ekspresi krisis identitas, resistensi terhadap norma budaya, dan bentuk komunikasi yang terpaksa bagi individu yang tidak menemukan ruang aman untuk mengekspresikan penderitaan emosionalnya (Mil, 2024; Wonawai, 2024). Dalam hal ini, penelitian ini menggunakan pendekatan antropologi psikologis yang mengaitkan antara pengalaman subjektif dan konteks sosial-budaya dalam menjelaskan faktor-faktor yang memengaruhi perilaku *self-harm* di kalangan Generasi Z di Kota Denpasar.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif-deskriptif yang bertujuan untuk memahami secara mendalam faktor-faktor yang memengaruhi perilaku *self-harm* di kalangan Generasi Z di Kota Denpasar. Penelitian dilaksanakan di wilayah Kota Denpasar yang merupakan wilayah urban dengan keragaman sosial budaya dan kasus *self-harm* yang signifikan. Data primer diperoleh melalui wawancara mendalam dengan lima informan utama Generasi Z yang pernah melakukan tindakan *self-harm*. Teknik purposive sampling digunakan untuk memilih informan yang memenuhi kriteria usia (20–24 tahun), domisili di Denpasar, serta kesiapan untuk berbagi pengalaman secara terbuka. Selain itu, peneliti juga melibatkan informan tambahan dari lingkungan terdekat (keluarga atau teman) untuk memperkaya perspektif.

Pengumpulan data dilakukan dengan metode wawancara tidak terstruktur yang berfokus pada pengalaman subjektif dan konteks sosial budaya, observasi non-partisipan untuk memvalidasi data, serta studi pustaka sebagai landasan teoritis dan pendukung empiris.

Analisis data dilakukan secara tematik dengan pendekatan etnografi, mengkaji pola dan tema utama yang muncul dari narasi informan. Analisis ini dibantu dengan teori psikoanalisis Sigmund Freud, khususnya dinamika id, ego, dan superego, serta hierarki kebutuhan Abraham Maslow untuk mengevaluasi pemenuhan kebutuhan dasar dan dampaknya terhadap perilaku *self-harm*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini menemukan bahwa perilaku *self-harm* di kalangan Generasi Z Kota Denpasar dipengaruhi secara signifikan oleh perpaduan faktor internal dan eksternal yang saling terkait. Data utama dihimpun melalui wawancara mendalam dengan lima informan berusia 20–24 tahun, serta diperkuat oleh observasi dan studi pustaka.

1. Faktor Internal

Faktor internal meliputi trauma masa lalu, tekanan emosional, serta rendahnya aktualisasi diri. Beberapa informan mengalami trauma kekerasan fisik atau seksual serta pengabaian emosional dari keluarga. Tekanan emosional sering muncul akibat ekspektasi tinggi orang tua, kurangnya kasih sayang, dan lingkungan keluarga yang tidak suportif. Rendahnya aktualisasi diri tercermin melalui perasaan tidak berarti, takut gagal, atau tidak bisa mengekspresikan diri secara utuh.

Tabel Faktor Internal Pemicu *Self-harm*

No	Informan	Faktor Internal		
		Trauma	Tekanan Emosional	Rendahnya Aktualisasi Diri
1.	Rey	Kekerasan fisik & seksual oleh sepupu	Tidak diterima dalam keluarga & mengalami depresi	Merasa hidup tidak berarti dan kehilangan arah hidup
2.	Cici	-	Minim afeksi keluarga, kesepian	Merasa gagal, takut

**HUBUNGAN FAKTOR SOSIAL-BUDAYA DENGAN PERILAKU
SELF-HARM DI KALANGAN GENERASI Z KOTA DENPASAR:
KAJIAN ANTROPOLOGI BUDAYA**

				mengecewakan orang tua
3.	Hira	-	Tidak didengar dalam keluarga & lingkungan religius menekan	Merasa tidak pantas, tidak percaya diri, mempertanyakan diri
4.	Vind	Trauma dengan pasangan & penolakan keluarga	Tekanan emosional dari hubungan tidak sehat	Merasakan bahwa tidak ada orang yang tulus
5.	Mala	Pernikahan	Tuntutan Budaya	Tidak dapat menjadi diri sendiri, kehilangan motivasi hidup

Para informan menggambarkan *self-harm* sebagai bentuk *coping mechanism* terhadap tekanan emosional yang menumpuk dan merasa gagal mengekspresikan diri atau mengelola stres secara sehat.

2. Faktor Eksternal

Faktor eksternal yang menonjol adalah pola asuh keluarga disfungsional, lingkungan sosial yang tidak sehat (*bullying*, persaingan akademik, ekspektasi gender), serta paparan media sosial yang memperkuat perasaan terasing dan membandingkan diri secara negatif.

Tabel Faktor Eksternal Pemicu *Self-harm*

No	Informan	Faktor Eksternal		
		Lingkungan Keluarga	Lingkungan Sosial	Media Sosial
1.	Rey	Keluarga disfungsional, kekerasan dalam rumah	Hubungan percintaan yang tidak sehat	<i>Algoritma</i> sosial media

2.	Cici	Minimnya dukungan emosional orang tua	Persaingan Ketat yang tidak sehat antar sesama	Time Drain
3.	Hira	Ayah tidak hadir secara emosional, keluarga konservatif	Bullying dan stereotip maskulinitas	Algoritma sosial Media
4.	Vind	Tidak didukung dalam hubungan oleh keluarga	Tekanan dari pasangan	Paparan konten negatif
5.	Mala	Ketidakutuhan hubungan keluarga	Tindakan <i>bullying</i>	<i>Social Comparison</i>

Self-harm muncul sebagai respon terhadap kekecewaan dalam keluarga, tekanan sosial, serta konstruksi budaya yang sifatnya patriarkal dan rigid, terutama bagi perempuan. Media sosial memperkuat kerentanan ini melalui paparan konten *triggering* dan algoritma yang memperdalam kesendirian.

3. Dinamika Coping dan Implikasi

Seluruh informan menyatakan melakukan *self-harm* sebagai pelarian dari tekanan emosi dan ketidakmampuan membagi beban atau mencari solusi yang sehat. Tindakan ini memberi kelegaan sesaat, namun memperpanjang siklus tidak berdaya dan memicu konsekuensi psikologis, sosial, akademik, dan ekonomi lebih lanjut. Luka fisik menjadi simbol tekanan batin yang tidak dapat dikomunikasikan secara verbal.

4. Interpretasi Budaya dan Sosial

Dalam konteks antropologi budaya, tubuh dijadikan medium penyaluran emosi ketika nilai budaya patriarkal, ekspektasi masyarakat,

HUBUNGAN FAKTOR SOSIAL-BUDAYA DENGAN PERILAKU *SELF-HARM* DI KALANGAN GENERASI Z KOTA DENPASAR: KAJIAN ANTROPOLOGI BUDAYA

dan minimnya ruang aman dalam keluarga membuat individu kehilangan kontrol diri. *Self-harm* merupakan ekspresi krisis identitas, resistensi terhadap norma dan mekanisme komunikasi yang "diam" bagi pengalaman emosional yang dipendam.

Penelitian ini menegaskan perlunya intervensi multidisipliner berbasis keluarga, edukasi kesehatan mental di sekolah, literasi digital, serta penguatan *support system* baik daring maupun luring berbasis budaya lokal. Kegagalan sistem pendukung pada keluarga, sekolah, komunitas dapat memperbesar risiko perilaku ini pada Generasi Z Denpasar.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Penelitian ini mengungkap bahwa perilaku *self-harm* di kalangan Generasi Z Kota Denpasar dipengaruhi oleh kombinasi faktor internal dan eksternal yang saling terkait. Dari sisi internal, trauma masa lalu, tekanan emosional, serta rendahnya aktualisasi diri menjadi pendorong utama perilaku menyakiti diri. Konflik internal yang melibatkan dorongan naluriah (id), fungsi pengendali (ego), dan norma moral (superego) sebagaimana dijelaskan oleh teori psikoanalisis Freud, memperkuat mekanisme *coping* maladaptif berupa *self-harm*. Selain itu, ketidakmampuan individu dalam memenuhi kebutuhan dasar seperti rasa aman, kasih sayang, dan penghargaan menurut hierarki kebutuhan Maslow turut memperparah kondisi psikologis yang berujung pada tindakan ini.

Dari sisi eksternal, lingkungan keluarga yang disfungsional, seperti pola asuh otoriter, kurangnya dukungan emosional, dan konflik keluarga turut menjadi faktor risiko yang penting. Lingkungan sosial yang penuh tekanan, *bullying*, dan persaingan tidak sehat, serta paparan konten media sosial yang memuat narasi *self-harm* dan tekanan citra diri juga berdampak signifikan pada peningkatan kecenderungan melakukan *self-harm*. Media sosial berperan ganda sebagai ruang pelarian sekaligus pemicu tekanan yang memperkuat isolasi emosional.

Perilaku *self-harm* berfungsi sebagai mekanisme pelampiasan sementara atas tekanan dan ketidakmampuan mengelola stres secara sehat, namun berisiko menciptakan siklus destruktif yang berdampak negatif pada aspek kesehatan fisik, mental, pendidikan,

sosial, dan ekonomi individu. Stigma sosial dan minimnya pemahaman masyarakat terhadap kesehatan mental juga memperburuk kondisi para pelaku.

Penelitian ini menegaskan pentingnya pendekatan multidimensi yang melibatkan keluarga, sekolah, komunitas, dan lembaga kesehatan dalam pencegahan dan penanganan. Edukasi kesehatan mental yang sensitif budaya dan penguatan sistem dukungan sosial merupakan kunci untuk mengurangi prevalensi dan dampak perilaku *self-harm* di Generasi Z Kota Denpasar.

Saran

Berdasarkan hasil kajian dan kesimpulan dalam penelitian ini, penulis menyarankan agar individu yang mengalami perilaku *self-harm*, penting untuk segera mencari bantuan profesional seperti psikolog atau konselor guna mendapatkan pendampingan yang sesuai dalam mengelola tekanan emosional dan mengembangkan mekanisme *coping* yang sehat. Membangun sistem dukungan sosial dari keluarga, teman, maupun komunitas juga sangat dianjurkan agar pelaku tidak merasa sendiri dalam menghadapi permasalahan yang dialaminya.

Bagi keluarga dan lingkungan terdekat, terdapat kebutuhan mendesak untuk meningkatkan literasi kesehatan mental supaya dapat memberikan dukungan emosional yang tepat, membuka ruang komunikasi yang hangat, dan mengurangi stigma negatif yang masih melekat terhadap perilaku *self-harm*. Keluarga diharapkan menjadi sumber keamanan dan penerimaan bagi anggota yang mengalami kesulitan ini. Di sisi lain, institusi pendidikan perlu mengintegrasikan edukasi kesehatan mental dalam kurikulumnya serta menyediakan layanan konseling sebagai sarana deteksi dini dan intervensi untuk siswa atau mahasiswa yang membutuhkan. Lingkungan sekolah yang mendukung dan bebas *bullying* akan berperan signifikan dalam pencegahan perilaku *self-harm*.

Pemerintah dan pembuat kebijakan diharapkan memperkuat regulasi serta menyediakan akses layanan kesehatan mental yang mudah dijangkau dan terjangkau secara merata, khususnya kelompok usia Generasi Z. Kampanye literasi kesehatan mental berbasis budaya lokal serta pengaturan konten media sosial yang mempertimbangkan dampak psikologis juga sangat diperlukan agar fenomena negatif ini dapat diminimalkan.

HUBUNGAN FAKTOR SOSIAL-BUDAYA DENGAN PERILAKU *SELF-HARM* DI KALANGAN GENERASI Z KOTA DENPASAR: KAJIAN ANTROPOLOGI BUDAYA

Terakhir, bagi peneliti dan akademisi, diharapkan penelitian lanjutan dapat memperluas cakupan dengan melibatkan jumlah informan yang lebih besar serta latar belakang beragam, selain itu menelaah peran teknologi dan strategi *coping* adaptif secara lebih komprehensif agar solusi yang dihasilkan bisa lebih holistik dan kontekstual. Dengan upaya yang terintegrasi dari berbagai pihak tersebut, diharapkan prevalensi perilaku *self-harm* pada Generasi Z di Kota Denpasar dapat berkurang dan kualitas kesehatan mental mereka dapat meningkat.

DAFTAR REFERENSI

Artikel Online (Web/Berita/Blog Resmi)

- Ardian, J. (2024, 21 Agustus). *Apa itu trauma? Ini penyebab, gejala, dan cara mengatasinya*. Siloam Hospitals. <https://www.siloamhospitals.com/informasi-siloam/artikel/apa-itu-trauma>
- Dharmono, S. T. (2024, 2 Januari). *Self harm: Penyebab menyakiti diri dan cara mengobatinya*. Mitra Keluarga. <https://www.mitrakeluarga.com/artikel/apa-itu-self-harm>
- Fitria, Z. (2020). *Mengenal Id, Ego, dan Superego dalam diri manusia, harus seimbang lho!* IDN Times. <https://www.idntimes.com/life/inspiration/ziliun-creative/mengenal-id-ego-dan-superego-dalam-diri-manusia>
- Hadi, S. (2024, 24 September). *Teori kebutuhan “Teori Maslow” Hierarchy of Needs (Hierarki Kebutuhan) dan pandangan Islam terhadapnya*. Pondok Pesantren Darul Fithrah. <https://www.darulfithrah.com/2024/09/24/teori-kebutuhan-teori-maslow-hierarchy-of-needs-hierarki-kebutuhan-dan-pandangan-islam-terhadapnya/>
- Kandola, A. (2024, 23 Januari). *What is emotional pressure and how can you manage it?* Medical News Today. <https://www.medicalnewstoday.com/articles/emotional-pressure>
- Lestari, D. B. (2024, 25 Juni). *Self-Harm: Fenomena yang berbahaya bagi remaja*. BINUS University. <https://psychology.binus.ac.id/2024/06/25/self-harm-fenomena-yang-berbahaya-bagi-remaja/>

- Makarim, F. R. (2023, 8 Februari). *Mengenal teori kepribadian menurut Sigmund Freud*. Halodoc. <https://www.halodoc.com/artikel/mengenal-teori-kepribadian-menurut-sigmund-freud>
- Rahayu, S. (2023, Oktober). *Penanganan kesehatan mental di Indonesia*. Info Singkat P3DI DPR RI, *XV*(20), 1–21. https://berkas.dpr.go.id/pusaka/files/info_singkat/Info%20Singkat-XV-20-II-P3DI-Oktober-2023-217.pdf
- Savitri. (2022, 14 Februari). *Pentingnya kesehatan mental bagi remaja*. Ayo Sehat, Kementerian Kesehatan RI. <https://ayosehat.kemkes.go.id/pentingnya-kesehatan-mental-bagi-remaja>
- World Health Organization. (2022). *Mental health: Definitions*.

Buku

- Bernard, H. R. (1994). *Research methods in anthropology: Qualitative and quantitative approaches* (2nd ed.). Sage Publications.
- Esterberg, K. G. (2002). *Qualitative methods in social research*. McGraw-Hill.
- Gainau, M. B. (2016). *Pengantar metode penelitian*. PT Kanisius.
- Hanurawan, F. (2016). *Metode penelitian kualitatif untuk ilmu psikologi*. Rajawali Press.
- Nazir, M. (2013). *Metode penelitian*. Ghalia Indonesia.
- Sugiyono. (2016). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan R&D*. Alfabeta.

Jurnal Penelitian

- Amalina, N. (2024). Pengaruh kemajuan dan media sosial terhadap kesehatan mental. *Jurnal Ilmu Ekonomi, Pendidikan dan Teknik*, *1*(3), 152–157.
- Ardiansyah, A., Sarinah, S., Susilawati, S., & Juanda, J. (2023). Kajian psikoanalisis Sigmund Freud. *Jurnal Kependidikan*, *7*(1), 25–31. <https://ejournalppmunsa.ac.id/index.php/kependidikan/article/view/912>
- Faruqi, M., Suryoadji, K. A., & Sutanto, R. L. (2024). Kesehatan mental di era digital: Tinjauan naratif dampak media sosial dan teknologi digital pada kesehatan mental dan upaya untuk mengatasinya. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, *23*(1), 46–55.
- Fatkhan, A., & Putri, K. Y. S. (2023). Dampak perubahan teknologi terhadap kesehatan mental mahasiswa. *Lektor: Jurnal Ilmu Komunikasi*, *6*(4), 439–444.

HUBUNGAN FAKTOR SOSIAL-BUDAYA DENGAN PERILAKU *SELF-HARM* DI KALANGAN GENERASI Z KOTA DENPASAR: KAJIAN ANTROPOLOGI BUDAYA

- Mil, S., et al. (2024). Analisis dimensi self-harm dalam pandangan Islam. *G-Couns: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 8(3), 1752–1766.
- Nock, M. K., & Prinstein, M. J. (2004). A functional approach to the assessment of self-mutilative behavior. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 72(5), 885–890. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.72.5.885>
- Twenge, J. M., & Campbell, W. K. (2018). Associations between screen time and lower psychological well-being among children and adolescents: Evidence from a population-based study. *Preventive Medicine Reports*, 12, 271–283. <https://doi.org/10.1016/j.pmedr.2018.10.003>
- Wonawai, Y. M., et al. (n.d.). Makna tradisi potong jari pada suku Dani Papua. *Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan*.