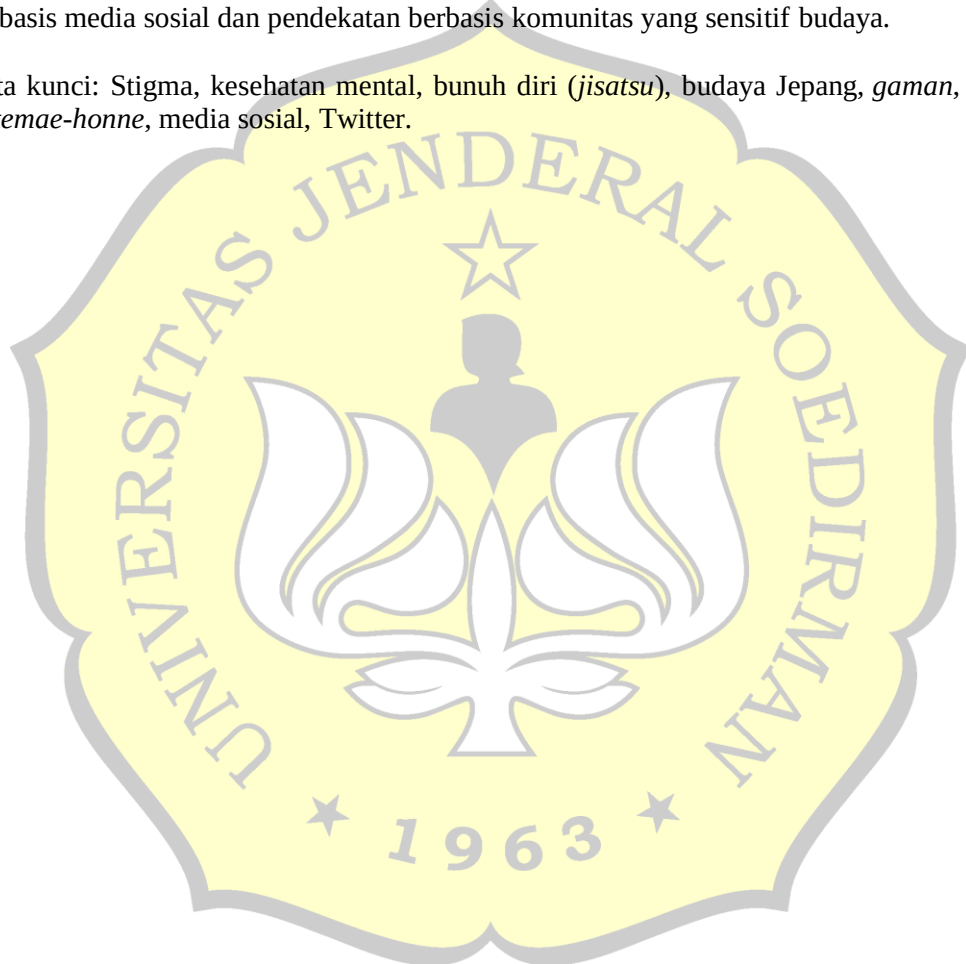


ABSTRAK

Penelitian ini menganalisis stigma terhadap kesehatan mental dan bunuh diri (*jisatsu*) di Jepang melalui pendekatan netnografi pada cuitan 14 data Twitter berbahasa Jepang. Hasil menunjukkan bahwa stigma ini masih kuat dan dipengaruhi nilai budaya seperti *gaman* (ketahanan diri), *haji* (rasa malu), dan dualisme *Tatemaie-honne* (ekspresi publik vs. perasaan pribadi). Twitter menjadi ruang aman bagi individu untuk mengekspresikan *honne* (perasaan sejati) secara anonim, sementara stigma menghambat akses ke layanan kesehatan mental. Penelitian ini menggunakan teori stigma Goffman dan analisis tematik budaya Jepang, menyimpulkan bahwa norma sosial dan media digital saling mempengaruhi narasi kesehatan mental. Untuk mengurangi stigma, diperlukan edukasi berbasis media sosial dan pendekatan berbasis komunitas yang sensitif budaya.

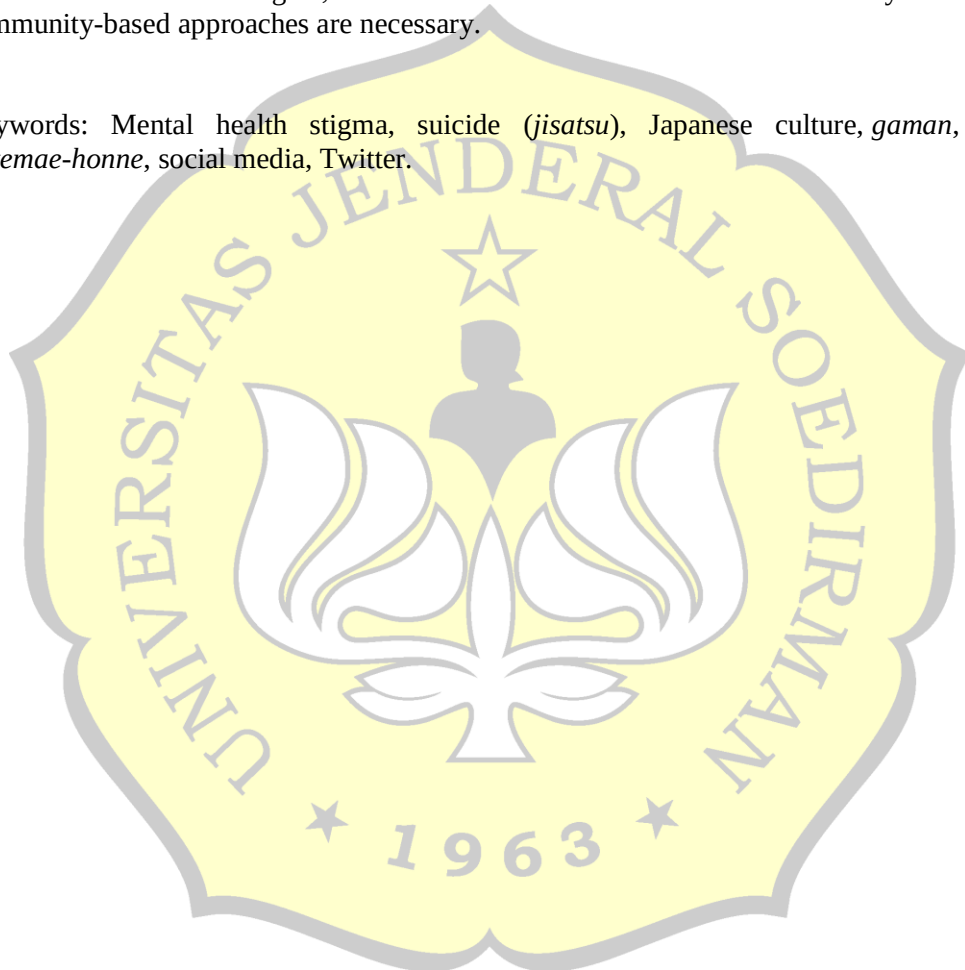
Kata kunci: Stigma, kesehatan mental, bunuh diri (*jisatsu*), budaya Jepang, *gaman*, *haji*, *Tatemaie-honne*, media sosial, Twitter.



ABSTRACT

This research analyzes the stigma surrounding mental health and suicide (*jisatsu*) in Japan through a netnographic approach on tweets from 14 Japanese-language Twitter accounts. The results indicate that this stigma remains strong and is influenced by cultural values such as *gaman* (perseverance), *haji* (shame), and the dualism of *Tatemae-honne* (public expression vs. personal feelings). Twitter serves as a safe space for individuals to express their *honne* (true feelings) anonymously, while stigma hinders access to mental health services. This study employs Goffman's stigma theory and thematic analysis of Japanese culture, concluding that social norms and digital media mutually influence mental health narratives. To reduce stigma, social media-based education and culturally sensitive community-based approaches are necessary.

Keywords: Mental health stigma, suicide (*jisatsu*), Japanese culture, *gaman*, *haji*, *Tatemae-honne*, social media, Twitter.



要旨

本研究は、日本におけるメンタルヘルスと自殺（自殺）に対するスティグマを、14の日本語ツイッターアカウントのツイートを用いたネットノグラフィーアプローチで分析しています。結果は、このスティグマが依然として強く、我慢（耐久性）、恥（恥）、および建前と本音（公の表現と個人的な感情）の二元論などの文化的価値に影響されていることを示しています。ツイッターは、個人が本音（真の感情）を匿名で表現するための安全な空間として機能しますが、スティグマはメンタルヘルスサービスへのアクセスを妨げています。本研究は、ゴフマンのスティグマ理論と日本文化のテーマ分析を用いて、社会的規範とデジタルメディアがメンタルヘルスのナarrティブに相互に影響を与えることを結論付けています。スティグマを減少させるためには、ソーシャルメディアに基づく教育と文化的に敏感な地域社会に基づくアプローチが必要です。

Keywords: メンタルヘルスのスティグマ、自殺、日本文化、我慢、建前-本音、ソーシャルメディア、ツイッター。

