

PENGALAMAN PENYINTAS COVID-19 DALAM MEMENUHI KEBUTUHAN INFORMASI DI MEDIA DIGITAL

Dionni Ditya Perdana, Anis Endang Sri Muwarni

Universitas Bengkulu, Universitas Dehasen Bengkulu
ddperdana@unib.ac.id, anis.endang@unived.ac.id
DOI 10.47651/mrf.v17i1.142

Abstrak

Selama pandemi media digital menjadi salah satu alat yang digunakan masyarakat untuk menjawab keingintahuannya terhadap virus Covid-19. Dalam keadaan banjir informasi ini, khalayak memiliki kuasa untuk menentukan saluran dan pembahasan yang sesuai dengan kebutuhannya. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan instrument kuesioner yang dilakukan secara daring kepada penyintas Covid-19 yang dipilih secara *purposive sampling*. Temuan dalam penelitian ini menunjukkan responden dalam penelitian ini aktif mencari informasi tentang gejala penyakit, alternatif pengobatan, efek samping obat, upaya pencegahan penularan, dan prosedur isolasi mandiri. Dalam mencari sumber informasi, responden menjadikan kredibilitas media dan kemudahan akses sebagai kriteria utama dalam memilih media. Untuk itu, media digital merupakan media yang paling banyak digunakan penyintas Covid-19, terutama mesin pencarian, media resmi pemerintah, dan aplikasi percakapan. Hal ini perlu dilakukan supaya kesehatan mental penyintas terus terjaga. Beberapa upaya yang dilakukan penyintas dalam menjaga kesehatan mental adalah

dengan selektif dalam memilih informasi, mengecek kebenaran informasi dan sumber data, serta mengaktifkan fitur spam.

Kata Kunci: *media digital, pandemi covid-19, information seeking theory, kesehatan mental penyintas.*

Pendahuluan

Perkembangan teknologi komunikasi dan informasi mengubah beberapa kebiasaan dan tatanan kehidupan manusia. Ditengah mobilitas yang tinggi, komunikasi lisan cenderung minim dilakukan oleh beberapa kelompok masyarakat. Terlebih ditengah pandemi, pembatasan sosial membuat manusia memanfaatkan media untuk terhubung satu sama lain. Di Indonesia, internet bukanlah hal asing lagi, meskipun tidak seluruh lapisan masyarakat terkategori melek media. Data menyebut bahwa:

Pengguna internet di Indonesia pada awal 2021 ini mencapai 202,6 juta jiwa. Jumlah ini meningkat 15,5 persen atau 27 juta jiwa jika dibandingkan pada Januari 2020 lalu. Total jumlah penduduk Indonesia sendiri saat ini adalah 274,9 juta jiwa. Artinya penetrasi internet di Indonesia pada awal 2021 mencapai 73,7 persen. Pengguna internet Indonesia rata-rata menghabiskan waktu selama 8 jam 52 menit untuk berselancar di internet. Aktivitas yang paling digemari oleh pengguna internet Indonesia ialah bermedia sosial. Ada 170 juta jiwa orang Indonesia yang merupakan pengguna aktif media sosial. Rata-rata dari mereka menghabiskan waktu 3 jam 14 menit di platform jejaring sosial. (HootSuite dan We Are Social dalam laporan bertajuk “Digital 2021”).¹

Data tersebut menunjukkan peningkatan penggunaan internet dan atau sosial media oleh masyarakat Indonesia. Di tengah pandemi Covid-19, konsumsi media sosial masyarakat cenderung meningkat. Kebijakan physical distancing yang dikeluarkan pemerintah mengubah aktivitas komunikasi masyarakat Indonesia lebih banyak dilakukan di medsos. Sebagian besar masyarakat tidak hanya menggunakan medsos sebagai media komunikasi, tapi juga sumber informasi yang dipercaya.

Di masa pandemi Covid-19 sarana mengakses informasi secara digital dapat membantu masyarakat dalam mengurangi kebingungan yang dihadapinya. Media massa, media sosial, ataupun blog pribadi hingga aplikasi percakapan

¹ Riyanto, G. (2021). *Jumlah Pengguna Internet Indonesia 2021 Tembus 202 Juta*. <https://tekno.kompas.com/read/2021/02/23/16100057/jumlah-pengguna-internet-indonesia-2021-tembus-202-juta>

menjadi lebih aktif dalam memberikan informasi terkait Covid-19. Pemerintah pun menyediakan kanal resmi agar masyarakat mendapatkan informasi yang cukup terkait pandemi Covid 19. Pada akhirnya khalayak lah yang memiliki kuasa dalam menentukan media dan informasi seperti apa yang dibutuhkan.

State of the Art

Penelitian akan memfokuskan pada bagaimana penyintas Covid-19 melakukan pencarian informasi melalui media massa, dengan menekankan pada upaya mereka untuk tetap dapat menjaga ketahanan/kesehatan mental di tengah begitu banyaknya informasi yang beredar terkait Covid-19. Penelitian mengenai penyintas Covid-19 telah dilakukan. Misalnya penelitian yang dilakukan oleh Kurniawan & Susilo berjudul “Bangkit Pascainfeksi: Dinamika Resiliensi pada Penyintas Covid-19”. Melalui pendekatan fenomenologi, Kurniawan dan Susilo menemukan bahwasanya faktor protektif dan faktor risiko berkorelasi positif dalam menimbulkan dinamika resiliensi pada penyintas Covid-19. Disebut Kurniawan & Susilo (2021), faktor protektif di sini meliputi pola pikir penyintas yang fleksibel/adaptif, kecakapan penyintas dalam mengendalikan perasaan, ada/tidaknya dukungan lingkungan sekitar, dan kondisi spiritualitas. Sedangkan faktor risiko berkenaan dengan stigma sosial yang dilekatkan pada penyintas Covid-19 serta dampak Covid-19 pada kesehatan penyintas yang dirasakan dalam jangka waktu yang lama.²

Penelitian terdahulu berikutnya dilakukan oleh (Riyantie & Romli, 2021) berjudul “Pengalaman Komunikasi Penyintas Covid-19 (Studi Fenomenologi Pengalaman Komunikasi Penyintas Covid-19)”. Melalui penelitian tersebut, Riyantie & Romli ingin mengetahui motif penyintas untuk sembuh dan makna Covid-19 bagi diri penyintas. Temuan yang dihasilkan dari penelitian ini adalah: motif kesembuhan penyintas Covid-19 terdiri dari motif keluarga dan motif harapan ketika sembuh untuk menjadi pribadi yang lebih baik, menjaga gaya hidup sehat, dan menjadi relawan Covid-19. Sedangkan dari aspek pemaknaan, penyintas Covid-19 memaknai infeksi virus Corona ini sebagai versi mengerikan dari penyakit Flu biasa. Sedangkan dalam aspek pengalaman, penyintas Covid-19 menemukan pengalaman menyenangkan berupa peningkatan kualitas beribadah, dan pengalaman tidak menyenangkan berupa rasa takut dan khawatir jika kondisi memburuk sehingga tidak bisa lagi berkumpul bersama keluarga.³

2 Kurniawan, Y., & Dkk. (2021). Bangkit Pascainfeksi: Dinamika Resiliensi pada Penyintas Covid-19. *Philanthropy Journal of Psychology*, 5, 131-156.

3 Riyantie, M., & Romli. (2021). Pengalaman Penyintas Covid-19 (Studi Fenomenologi Pengalaman Komunikasi Penyintas Covid-19). *Jurnal Komunikata*, 2, 18-23.

Penelitian lain mengenai penyintas Covid-19 dilakukan oleh (Tarigan, 2021) berjudul “*Group Communcation Support in Supporting the Resilience of Families and Survivors of Covid-19*”. Dalam penelitian ini, Tarigan berusaha untuk mengemukakan peranan komunikasi kelompok dalam membantu ketahanan penyintas Covid-19. Dalam penelitian ini, Tarigan menemukan hasil bahwasanya *support message* (pesan yang mendukung) yang diberikan kepada penyintas Covid-19 dan keluarga berdampak positif untuk mengatasi masa sulit. Selain itu, penelitian ini juga menunjukkan aspek lain yang membantu proses penyembuhan, yakni kekuatan kepribadian yang tangguh dan cara pandang melihat musibah yang dialami sebagai sesuatu yang positif sesuai ajaran agama yang dianut.⁴

Menggunakan teori Konstruksi Realitas Sosial, penelitian (Apriani & Dkk, 2021) berjudul “Konstruksi Realitas Sosial dan Makna Diri Penyintas Covid-19 di Jakarta” berupaya untuk menggali keanekaragaman makna diri dan pengalaman yang dialami oleh para penyintas di Jakarta. Hasil penelitian menemukan adanya lima kategori makna diri yang terbentuk dari pengalaman penyintas di masa lalu dan masa sekarang, yaitu: rasa menyesal, rasa bingung, rasa ketakutan, rasa trauma, dan sikap menutup diri dari masyarakat.⁵

Penelitian berikutnya dilakukan oleh (Tunnaja, 2021) berjudul “Hubungan Stigma Diri dengan *Help-Seeking behavior* pada Penyintas Covid-19 yang Memiliki Kecenderungan Depresi”. Dalam penelitian ini, Tunnaja (2021) menggunakan teknik korelasi untuk mencari hubungan antara stigma yang dilekatkan pada diri penyintas Covid-19 dengan perilaku *help-seeking* yang cenderung memiliki depresi. Dengan 37 jumlah sampel, Tunnaja menggunakan *The Self-Stigma of Mental Illness Scale (SSMIS)* sebagai skala stigma diri dan *Inventory of Attitudes Toward Seeking Mental Health Services (IASMHS)* sebagai skala *help-seeking behavior* yang kemudian dianalisis menggunakan uji korelasi non-parametrik Spearman. Dari penelitian ini, Tunnaja mendapati adanya hubungan antara kedua variabel dengan korelasi yang bersifat positif. Dijelaskan Tunnaja, ini berarti perilaku mencari bantuan akan semakin tinggi bila stigma diri yang dilekatkan pada individu tersebut juga semakin tinggi.⁶

4 Tarigan, R. E. (2021). Group Communication Support in Supporting the Resilience of Families dan Survivors of Covid-19. *Jurnal Komunikasi*, 13, 147–162.

5 Apriani, V., & Dkk. (2021). Konstruksi Realitas Sosial dan Makna Diri Penyintas Covid-19 di Jakarta. *Wanaca: Jurnal Ilmiah Ilmu Komunikasi*, 20, 81–96.

6 Tunnaja, S. (2021). Hubungan Stigma Diri dengan Help-Seeking Behavior pada Penyintas Covid-19 yang Memiliki Kecenderungan Depresi. Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya

Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian yang dilakukan melalui pendekatan kuantitatif. Teknik pengumpulan data melalui kuesioner secara *online* dengan menggunakan purposive sampling dengan kriteria pernah terinfeksi virus Covid-19 dan merupakan kelompok pengajar/ dosen dengan latarbelakang pendidikan S2.

Hasil dan Pembahasan

Hasil Penelitian

Pemaparan mengenai hasil penyebaran kuesioner dalam penelitian ini akan diuraikan dalam empat bagian, yaitu: karakteristik responden, kebutuhan informasi terkait Covid-19, pemilihan media sebagai sumber informasi, dan upaya menjaga ketahanan mental penyintas Covid-19 kaitannya dengan media yang akan diuraikan berikut:

Karakteristik Responden

Responden dalam penelitian ini berjumlah 16 orang dosen di Provinsi Bengkulu dengan latar belakang pendidikan S2. Sebagai kelompok pendidik di perguruan tinggi yang *well-educated*, responden diasumsikan dapat memilih dan memilah informasi dan media terkait Virus Corona dengan baik sesuai dengan tujuan yang diinginkan. Adapun dosen yang menjadi responden dalam penelitian ini berasal dari berbagai fakultas, yaitu: Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Fakultas Ilmu Kesehatan, Fakultas Pertanian, Fakultas Ekonomi, dan Fakultas Sastra dari Universitas Bengkulu dan Universitas Dehasen Bengkulu.

Kebutuhan Informasi Terkait Covid-19

Berdasarkan hasil penyebaran kuesioner mengenai informasi yang dibutuhkan terkait Covid-19, berikut merupakan temuan data yang diperoleh di lapangan:

Tabel 1 Kebutuhan Informasi

Kebutuhan informasi	Ya		Tidak		Jumlah	
	f	%	f	%	f	%
Gejala	10	62,5	6	37,5	16	100
Alternatif pengobatan	10	62,5	6	37,5	16	100
Jenis makanan yang baik	5	31,25	11	68,75	16	100
Efek samping obat	3	18,75	13	81,25	16	100

Upaya pencegahan penularan terhadap orang terdekat	9	56,25	7	43,75	16	100
Cara isolasi mandiri	9	56,25	7	43,75	16	100
Vaksinasi	4	25	12	75	16	100

Sumber: hasil penelitian, 2021

Tabel di atas menunjukkan bahwasanya mayoritas penyintas Covid-19 mencari informasi mengenai gejala penyakit, alternatif pengobatan, upaya pencegahan penularan virus kepada orang-orang terdekat, dan petunjuk dalam melakukan isolasi mandiri. Lebih lanjut mengenai alasan/motif responden mengenai perlunya mencari informasi terkait Covid-19, sebagian besar responden mengatakan bahwa mereka ingin menentukan langkah yang tepat dalam menangani Covid-19 sesuai gejala, melakukan upaya pencegahan supaya kondisi tidak memburuk, dan mendapatkan referensi untuk membekali diri dan keluarga. Perilaku pencarian informasi ini pada akhirnya mendukung temuan penelitian (Tian & Robinson, 2014) yang mengkaji perbedaan antara penyintas kanker dan non-penyintas kanker dalam memperhatikan konten informasi kesehatan di media. Disebutkan Tian & Robinson, orang-orang yang sedang menderita penyakit tertentu dan sedang mendapatkan perawatan kesehatan, cenderung memberikan lebih banyak perhatian terhadap informasi kesehatan, sekaligus melakukan pencarian informasi tambahan terkait penyakit yang sedang diderita. Kaitannya dengan pandemi Covid-19, masifnya peredaran informasi tentang Covid-19 sebagai penyakit berbahaya yang mengancam nyawa dengan penularan sangat cepat membuat responden melakukan pencarian informasi tidak hanya terkait gejala penyakit dan upaya penyembuhan, namun juga langkah-langkah preventif untuk mencegah penularan virus.⁷

Pemilihan Media sebagai Sumber Informasi

Menjalani kehidupan di era disrupsi informasi, manusia harus selektif dalam memilih media sebagai sumber informasi yang sesuai dengan tujuan dan kebutuhan. Kondisi pandemi yang melanda dunia semakin memperburuk keadaan mengingat adanya aspek-aspek dari pandemi yang memicu ketegangan pikiran sebagaimana disebutkan Hakim (2020) dalam (Kurniawan & Dkk, 2021) seperti: adanya pembatasan aktivitas dan mobilitas, tuntutan untuk beradaptasi dengan kebiasaan baru, kurangnya pemenuhan kebutuhan pokok, dan ancaman penularan virus itu sendiri. Dalam kondisi serba tidak pasti dengan banjir informasi dan kecemasan akibat terkonfirmasi Covid-19, berikut

merupakan kriteria yang digunakan oleh responden dalam memilih media sebagai sumber informasi:

Tabel 2 Kriteria Pemilihan Media

Kriteria Pemilihan Media	Ya		Tidak		Jumlah	
	f	%	f	%	f	%
Terpercaya/kredibel	10	62,5	6	37,5	16	100
Mudah diakses	8	50	8	50	16	100
Tidak membingungkan	4	25	12	75	16	100
Tidak membuat cemas	5	31,25	11	68,75	16	100
Menghibur	2	12,5	14	87,5	16	100

Sumber: hasil penelitian, 2021

Dengan pertimbangan-pertimbangan di atas, berikut merupakan tabel pilihan media yang digunakan oleh penyintas Covid-19 dalam mencari informasi terkait *Corona Virus Disease*.

Tabel 3 Media yang digunakan penyintas Covid-19 sebagai Sumber Informasi

Jenis Media	Ya		Tidak		Jumlah	
	f	%	f	%	f	%
Media cetak	0	0	16	100	16	100
Media Elektronik	1	6,25	15	93,75	16	100
Media Digital	15	93,75	1	6,25	16	100

Sumber: hasil penelitian, 2021

Berdasarkan data di atas, terlihat bahwa mayoritas responden mengandalkan media digital sebagai sumber informasi pertama dan utama mengenai Covid-19. Jika melihat lagi pada kriteria pemilihan media, mayoritas responden memilih menggunakan media dengan kredibilitas tinggi serta mudah diakses. Maka dari itu, yang menjadi pilihan adalah media digital. Selain itu, karakteristik media digital yang bersifat fleksibel dalam hal waktu akses, relatif membutuhkan sedikit modal, menggabungkan berbagai platform, dan interaktif tampaknya turut memperkuat kecenderungan responden dalam pemilihan media digital tersebut.⁸ Lebih lanjut mengenai media digital, berikut merupakan data mengenai sumber informasi digital yang pertama kali digunakan oleh penyintas Covid-19:

⁸ Herlina, D. (2019). Literasi Media. Remaja Rosdakarya

Tabel 4 Sumber informasi yang pertama kali diakses mengenai Covid-19 oleh penyintas

Jenis Media	Jumlah	
	f	%
Mesin pencarian	5	31,25
Website resmi pemerintah	4	25
Media sosial	2	12,5
Aplikasi percakapan	4	25

Sumber: hasil penelitian, 2021

Menurut tabel di atas, dapat diketahui bahwa mayoritas responden menggunakan mesin pencarian (Google, Bing, Yandex, dsb) untuk mendapatkan informasi mengenai Covid-19, disusul dengan pencarian di website resmi pemerintah seperti covid19.go.id dan Covid.bengkuluprov.go.id, serta melakukan pencarian di aplikasi percakapan dengan bertanya kepada orang yang dianggap tahu. Adapun pertimbangan yang digunakan responden dalam memilih mesin pencarian adalah untuk mendapatkan informasi dengan cepat, mudah, terkini, dan banyak. Sedangkan website resmi pemerintah dipilih responden karena alasan validitas/keakuratan informasi, selain juga untuk mengetahui status zonasi penyebaran virus dan kebijakan pemerintah terkait pembatasan mobilitas. Dan aplikasi percakapan dipilih responden karena responden ingin memperoleh saran dan tips dari relasi dan teman terdekat yang pernah terpapar Covid-19.

Menjaga Kesehatan Mental

Sebagaimana diinformasikan melalui berbagai media, Covid-19 merupakan varian penyakit dari virus SARS-CoV-2 yang menginfeksi sistem pernapasan dan dapat menyebabkan kematian. Salah satu cara yang dianjurkan untuk terhindar dari virus dan “memenangkan pertempuran” melawan virus adalah dengan menjaga sistem imun tubuh. Banyak cara yang dapat dilakukan untuk menjaga sistem imun, salah satunya adalah dengan menjaga kesehatan mental. Banyaknya informasi yang beredar di media yang mana sebagian diantaranya berisi hoax, informasi membingungkan, dan membuat cemas membuat penyintas Covid-19 harus melakukan proteksi demi menjaga kesehatan/ketahanan mental. Menanggapi hal ini, responden mengatakan bahwa mereka memiliki cara masing-masing, seperti bersikap selektif terhadap informasi yang beredar dengan hanya membaca informasi dari sumber resmi yang terpercaya, tidak mudah terpancing dan mengecek kebenaran informasi serta sumber data, serta membatasi informasi yang diinginkan dengan mengaktifkan fitur *spam*.

Pembahasan

Pandemi Covid-19 sedikit banyak mengubah rutinitas kehidupan manusia, tidak sedikit manusia yang mengalami keterkejutan dengan perubahan yang mendesak akhirnya mengakibatkan naiknya tingkat stress. Kesehatan mental menjadi isu yang menarik perhatian masyarakat. Memiliki jiwa yang sehat tak kalah penting dari memiliki tubuh yang sehat terlebih di masa pandemi.

Keinginan untuk mengetahui menjaga kesehatan tubuh menjadi salah satu topik pencarian informasi di masyarakat. Tak jarang keinginan tersebut menjadi berbahaya ketika memunculkan *panic attack* seperti mengonsumsi vitamin atau suplemen makanan secara berlebih karena ketersesatan informasi. Informasi yang massif tersebar di media digital dapat menjadi bumerang bagi khalayak.

Informasi menjadi bagian dari kebutuhan hidup manusia, selayaknya suatu hal yang dikonsumsi, informasi yang benar akan mengarahkan manusia kepada keputusan dan tindakan yang tepat, begitupun jika manusia mengonsumsi informasi yang tidak sehat bahkan menyesatkan.

Media digital menjadi tidak asing untuk dijadikan sarana dalam mencari informasi. Terlebih ketika pandemi dan pembatasan sosial, masyarakat memiliki lingkup gerak yang terbatas. Ketersediaan gawai atau perangkat digital kemudian menjadi senjata dalam menemukan informasi. Permasalahan yang kompleks yang dihadirkan melalui pandemi Covid-19 membuat masyarakat membutuhkan beragam informasi setiap harinya. Informasi kesehatan hingga informasi keuangan terkait kelangsungan hidup di masa pandemi tak luput menjadi isu yang dicari khalayak.

Mesin pencari menjadi media yang serta merta diharapkan akan menjawab keingintahuan masyarakat terhadap kata kunci informasi yang dicarinya. Tahap selanjutnya adalah bagaimana informasi yang disajikan secara *online* tersebut dapat menarik kepercayaan khalayak. Selain kemudahan akses atau sederhana dalam tahapan untuk mencapai informasi, mengonsumsi informasi yang tidak sehat juga dihindari khalayak demi menjaga kesehatan mental.

Mengetahui informasi adalah upaya untuk mengurangi ketidakpastian sehingga dapat mengupayakan sebuah tindakan yang tepat dalam menyikapi khususnya persoalan di masa pandemi Covid-19. Tidak sedikit informasi menimbulkan kecemasan yang akhirnya membuat masyarakat untuk melewati, menutup akses dan tidak meneruskan membaca. Informasi yang bermuatan hiburan di masa

pandemi juga menjadi yang dicari khayalak guna menjaga kesehatan mental mereka.

Perkembangan media digital akan menjadi bermanfaat dalam pemenuhan informasi kepada masyarakat tentunya diikuti dengan literasi digital. Kemampuan mengenali sumber informasi yang terpercaya dan mengetahui nilai informasi dalam pemenuhan kebutuhannya. Penyintas Covid-19 dan pengalamannya dalam pencarian informasi digital menunjukkan bahwa media digital atau media *online* berperan dalam memberikan petunjuk informasi tentang hal-hal yang perlu diketahui dan dilakukannya dalam mengambil keputusan dalam bertindak.

Penutup

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa, ketika terkonfirmasi positif Covid-19, responden dalam penelitian aktif mencari informasi tentang gejala penyakit, alternatif pengobatan, efek samping obat, upaya pencegahan penularan, dan prosedur isolasi mandiri. Dalam mencari sumber informasi, responden menjadikan kredibilitas media dan kemudahan akses sebagai kriteria utama dalam memilih media. Untuk itu, media digital merupakan media yang paling banyak digunakan penyintas Covid-19, terutama mesin pencarian, website resmi pemerintah, dan aplikasi percakapan dengan meminta saran kepada orang yang dipercaya. Hal perlu dilakukan supaya kesehatan mental penyintas terus terjaga. Beberapa upaya yang dilakukan penyintas dalam menjaga kesehatan mental adalah dengan selektif dalam memilih informasi, mengecek kebenaran informasi dan sumber data, serta mengaktifkan fitur spam.

Daftar Pustaka

- Apriani, V., & Dkk. (2021). Konstruksi Realitas Sosial dan Makna Diri Penyintas Covid-19 di Jakarta. *Wanaca: Jurnal Ilmiah Ilmu Komunikasi*, 20, 81–96.
- Herlina, D. (2019). *Literasi Media*. Remaja Rosdakarya.
- Kurniawan, Y., & Dkk. (2021). Bangkit Pascainfeksi: Dinamika Resiliensi pada Penyintas Covid-19. *Philanthropy Journal of Psychology*, 5, 131–156.
- Riyantie, M., & Romli. (2021). Pengalaman Penyintas Covid-19 (Studi Fenomenologi Pengalaman Komunikasi Penyintas Covid-19). *Jurnal Komunikata*, 2, 18–23.
- Riyanto, G. (2021). *Jumlah Pengguna Internet Indonesia 2021 Tembus 202 Juta*.
- Tarigan, R. E. (2021). Group Communication Support in Supporting the Resilience of Families dan Survivors of Covid-19. *Jurnal Komunikasi*, 13, 147–162.
- Tian, Y., & Robinson, J. D. (2014). Media Use and Helath Information Seeking: An Empirical Test of Complementarity Theory. *Health Communication*, 23, 184–190.
- Tunnaja, S. (2021). *Hubungan Stigma Diri dengan Help-Seeking Behavior pada Penyintas Covid-19 yang Memiliki Kecenderungan Depresi*. Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya.