**WASPADA SERANGAN PANDEMI DI MASA DEPAN**

DAFTAR ISI

PRAKATA

BAB I APA ITU PANDEMI

1. Pengertian Pandemi
2. Proses Terjadinya Pandemi
3. Fase Pandemi
4. Penyebab Serangan Pandemi
5. Akibat Serangan Pandemi

BAB II CARA MEWASPADAI SERANGAN PANDEMI

1. Cuci Tangan
2. *Social Distancing/Physical Distancing*
3. Pemakaian Masker

BAB III MENERAPKAN GAYA HIDUP SEHAT

1. Menjaga Pola Makan
2. Menghindari Stress
3. Banyak Konsumsi Air Putih
4. Cukup Waktu Istirahat
5. Rutin Berolahraga

DAFTAR PUSTAKA

**PRAKATA**

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa karena atas berkat, rahmat, dan hidayah-Nya, penulis dapat menyelesaikan naskah non fiksi ini yang bertemakan “**Waspada Serangan Pandemi di Masa Depan**”. Naskah buku non fiski ini penulis susun untuk dibaca sebagai buku pedoman dalam mewaspadai serangan pandemik di masa depan.

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Teman Sejawat karena beliau telah membimbing dan bersedia membagikan ilmunya kepada penulis sehingga penulis dapat menyusun naskah non fiksi ini. Terima kasih juga penulis ucapkan kepada orang tua yang selalu mendoakan penulis, dan pihak-pihak lain yang turut membantu penyusunan laporan penelitian ini sehingga dapat dinikmati oleh pembaca.

Buku non fiksi ini hadir sebagai solusi dalam mewaspai serangan pandemi di masa depan. Mengingat masih banyak ditemui masyarakat yang tidak peduli dengan serangan pandemic ini terutama masyarakat umum yang belum mengetahu serangan pandemi ini. Kalaupun ada masyarakat yang masih belum peduli maka buku ini diciptakan oleh penulis dengan keterwaspadaan yang semaksimal mungkin, hal itu semata diperoleh dari usaha yang dilakukan diluar bidang pendidikan. Karena waspada itu sulit di ingat oleh diri pribadi maupun untuk orang lain. Buku non fiksi ini berfungsi untuk mengingatkan bahwasanya waspada itu penting dengan segala serangan pandemic yang akan datang.

Penulis juga menyadari bahwa tidak ada satu orang pun di dunia ini yang tidak pernah membuat kesalahan dan kesalahan. Untuk alasan ini penulis bertanya kepada pembaca Untuk alasan ini penulis meminta para pembaca yang budiman untuk setuju berkontribusi untuk meningkatkan kualitas penulis sehingga mereka dapat menghasilkan karya terbaik di masa depan dan membuat pembaca lebih puas dengan karya penulis.

Akhir kata, penulis bersedia menerima baik kritik maupun saran yang dapat membangun baik penulis maupun pembaca agar dapat berkarya dengan lebih baik lagi. Selain itu penulis meminta maaf jika terdapat kekurangan dalam naskah non fiksi ini. Semoga naskah non fiksi ini bermanfaat untuk semua. Terima kasih.

**Tangerang, Juli 2020**

Penulis