**WASPADA SERANGAN PANDEMI DI MASA DEPAN**

Dalam istilah kesehatan, pandemi berarti terjadinya wabah suatu penyakit yang menyerang banyak korban, serempak di berbagai negara. Sementara dalam kasus COVID-19, badan kesehatan dunia WHO menetapkan penyakit ini sebagai pandemi karena seluruh warga dunia berpotensi terkena infeksi penyakit COVID-19.

Yang membedakan epidemi dan pandemi adalah, kedua kata tersebut memiliki rujukan tentang skala. Karena, kedua kata itu biasanya dipergunakan oleh lembaga yang mengurus kesehatan masyarakat, baik di tingkat negara maupun dunia.

Epidemi biasa digunakan untuk menyebut wabah dalam skala yang besar. Sedangkan pandemi biasa digunakan untuk merujuk ke wabah yang memiliki skala global.Namun yang patut kita ingat, masing-masing lembaga kesehatan punya batasan dan definisi yang berbeda untuk mengklasifikasikan wabah sebagai penyakit.

Semua warga masyarakat Indonesia merasa panik. Kepanikan yang berlebihan membuat warga takut tidak bias melakukan aktifitas sehari-hari. Sekolah dilarang untuk tatap muka, belajaar melalui daring bukan hal yang gammpang bagi anak-anak dan guru. Banyak dampak negate dari belajar daring. Pelajaran tidak semua dapat disampaikan. Anak-anak juga banyak mendapatkan kekerasan dari orang tua. Ketidak sabaran orang tua, membuat anak sering dimarahi.

Bagi sekolah swasta, terimbasnya kepada uang sekolah. Banyak orang tua yang tak mau membayar uang sekolah dengan alas an tidak sekolah. Biaya hidup belajar juga bertambah, dengan membelik paaket data.

Hal-hal apa saja yang perlu kita hadapi supaya pandemik tahun depan tidak akan terjadi? Banyak cara yang pelu kita lakukan, salah satunya adalah : mendekatkan diri kepada Tuhan yang Maha Esa, Berpikir berfositif, menjaga daya tahan tubuh, setiap melakukan aktifitas tetap melakukan potokol kesehatan yaitu : memakai masker, cuci tangaan, jaga jarak antara sesame.

Makanlah makanan yang sehat. Hindarai makanan yang cepat saji, vitamin juga diperlukan dalam tubuh. Kurangi tempat kerumunan. Jangan sering-sering ketemat wisata kalau tidak perlu sekali, istirhat yang cukup.

Mari kita bersama-sama melawan pandemi ini. Kalau bukan kita siapa lagi. Buatlah bumi kita bersih dari pandemi.