**Prakata**

Terlebih dahulu penulis mengucap syukur kepada Tuhan Yang Mahakuasa, karena berkat rahmat dan karunia-Nya, buku ini dapat diselesaikan. Manuskrip ini dapat diterbitkan dan sampai ke tangan para pembaca yang budiman.

# Belakangan ini, topik pandemi menarik perhatian segenap manusia. Betapa tidak, pandemi telah menjadi fenomena yang sangat memengaruhi seluruh aspek kehidupan kita, bahkan dunia dan seisinya. Kompleksitas dampak yang ditimbulkannya sungguh luar biasa. Segenap pengetahuan dan kemampuan manusia dikerahkan untuk mengatasinya.

# Tercatat banyak buku yang membahas topik pandemi, mulai dari antologi puisi, kumpulan cerita pendek, naskah skenario, dan bunga rampai artikel ilmiah populer. Berbeda dengan sejumlah buku tersebut, buku ini membahas tentang bagaimana mewaspadai pandemi di masa depan. Dengan kata lain, bab demi bab isi buku ini mengulas ihwal pentingnya mewaspadai pandemi di masa mendatang, apa dan bagaimana kita melakukannya, serta hal penting apa saja yang perlu diperhatikan dalam merealisasikannya. Dengan demikian, kelak kita tidak lagi merasa gagap apabila harus berhadapan dengan pandemi, bahkan jauh-jauh hari membiasakan diri melakukan langkah preventif sebagai bentuk konkret tindakan preventif. Urgensi Regulasi Diri

Buku ini merupakan karya yang beroleh kekayaan referensi dari banyak sumber. Untuk itu, penulis berutang terima kasih kepada banyak pihak yang telah membantu proses penulisannya. Ucapan terima kasih juga penulis sampaikan kepada keluarga yang telah mendukung sepenuh hati dalam melahirkan karya ini. Ucapan terima kasih dan takzim penulis haturkan kepada para pembaca yang berkenan menyesap informasi dari buku ini. Semoga apresiasi positif yang diberikan mampu menuai manfaat dalam kehidupan.

Terakhir, sebagaimana tak ada gading yang tak retak, demikian halnya dengan karya manusia. Oleh karena itu, kritik dan saran konstruktif akan penulis sambut dengan senang hati. Meski tak lepas dari kekurangan, besar harapan kami, buku ini dapat menjadi referensi yang berguna dan bermakna dalam perkembangan khazanah ilmu pengetahuan sekaligus bernilai bagi kemanusian. Semoga berkenan dan selamat membaca.

Cirebon, 6 April 2021

Penulis