**Prakata**

Peningkatan kasus COVID 19 merupakan fenomena yang sebaiknya tidak boleh kita abaikan. Hasil riset membuktikan, nyaris semua orang berpotensi tertular virus tersebut. Oleh karena itu, kita mesti tetap waspada. Buku ini hadir untuk memberikan strategi agar kita senantiasa menjaga diri kita, orang terdekat, maupun komunitas agar terhindar dari penularan virus COVID 19. Adaptasi baru sesuai protokol kesehatan yaitu: menjaga jarak dan kerumunan, menyuci tangan dengan sabun, memakai masker, mengurangi mobilitas merupakan hal yang mesti kita lakukan. Mengurangi penularan dari virus COVID 19 merupakan hal yang mesti kita lakukan bukan hanya demi diri kita tapi demi kebaikan sesama. Indonesia sebagai salah satu negara dengan populasi penduduk terbesar di dunia tetapi dengan ketimpangan kapasitas tenaga kesehatan dan fasilitas kesehatan berpotensi untuk memiliki kematian kasus COVID 19 yang tinggi. Hal ini dibuktikan melalui data jumlah kematian yang tertinggi diantara negara ASEAN lainnya. Hidup sehat sesuai dengan protokol kesehatan adalah adaptasi baru yang mesti kita pahami dan kita sampaikan ke banyak orang.

Buku ini menyajikan strategi agar kita dapat menghindari penularan virus COVID 19, yang disampaikan secara popular sehingga mudah dipahami oleh semua kalangan. Data mengenai kasus COVID 19 per bulan disampaikan sehingga memberikan gambaran bahwa pandemi ini belum selesai. Selanjutnya pembaca akan diajak untuk melakukan hal-hal, baik dari yang sederhana maupun lanjutan sesuai dengan konteks mengenai strategi apa yang sebaiknya kita lakukan. Buku ini juga menyajikan ilustrasi yang menarik dengan gambar yang mampu mengilustrasikan secara visual mengenai strategi menghindari penularan virus COVID 19. Selain ilustrasi, tips,buku ini juga menyajikan data secara infografis sehingga informatif bagi pembaca. Desain buku ini sederhana bertujuan agar mudah dibawa oleh pembaca pada berbagai situasi.

Sebagai sebuah karya, semoga buku ini dapat bermanfaat bagi semua pembaca, mampu memberikan tips yang mudah dipahami dan dilakukan. Demi penyempurnaan buku ini, semua masukan, kritik akan diterima dengan senang hati.

Yogyakarta, 28 April 2021

Penulis