**PRAKATA**

Pada akhir tahun 2019 dunia dikejutkan dengan kemunculan virus baru yang pertama kali dilaporkan di kota Wuhan, China. Virus tersebut sebagai virus Corona atau Covid-19. Penularan virus tersebut melalui percikan dari orang yang batuk dan bersin yang disebut *droplet. Droplet* dapat bertahan di udara atau menempel pada permukaan benda. Hal tersebut menyebabkan virus menular dengan cepat. Virus Covid-19 dilaporkan pertama kali di Indonesia pada 2 Maret 2020. Kemudian virus menyebar ke seluruh provinsi di Indonesia dalam waktu cepat. Peningkatan jumlah terkonfirmasi positif yang tinggi menyebabkan Pemerintah Indonesia menerapkan kebijakan pembatasan perilaku sosial masyarakat untuk menekan kasus terkonfirmasi positif. Namun, hal tersebut belum cukup untuk menekan kasus terkonfimasi positif. Hingga bulan Oktober 2021 jumlah kasus terkonfirmasi positif di Indonesia sebanyak 4,4 juta. Berdasarkan jumlah tersebut, masyarakat diminta tetap waspada terhadap virus Covid-19 dan dapat beradaptasi dengan kebiasaan baru di era pandemi Covid-19.

Buku ini merupakan buku bacaan yang dapat dibaca oleh seluruh kalangan masyarakat Indonesia. Buku ini dapat digunakan sebagai referensi bagi masyarakat dalam menjalani kehiduan dan menghadapi pandemi virus Covid-19 di masa sekarang maupun di masa mendatang.

Buku ini memiliki tujuh bab dengan penggunaan bahasa yang mudah dipahami dan dilengkapi gambar, contoh kasus, dan. Selain itu, dalam buku ini dibahas mengenai tips dan trik menjalani kehidupan di era *new normal* yang merupakan adaptasi kehidupan pandemi Covid-19 sehingag dengan hal tersebut diharapkan dapat menekan kasus terkonfirmasi positif di Indonesia karena sejatinya berakhirnya pandemi Cobid-19 dimulai dari kesadaran masyarakat dalam menghadapi pandemi.

Penulis berharap melalui buku ini dapat memberikan manfaat bagi masyarakat secara umum supaya lebih dapat mempersiapkan diri untuk menghadapi kemungkinan gelombang pandemi Covid-19 yang mungkin akan terjadi di masa mendatang dengan menerapkan pola hidup bersih dan sehat. Selamat membaca dengan cermat.