TEMPLAT NASKAH

BUKU WASPADA SERANGAN PANDEMI DI MASA DEPAN

1. **JUDUL LENGKAP**
2. **INFORMASI COPYRIGHT**
3. **DAFTAR ISI**
4. **KATA PENGANTAR**
5. **BAB I : APA ITU PANDEMI?**
6. Pengertian Pandemi
7. Sejarah Pandemi dan Bagaimana Pandemi Menyebar

**VI. BAB II : DAMPAK PANDEMI**

1. Dampak Pandemi Terhadap Kesehatan Tubuh
2. Dampak Pandemi Terhadap Kesehatan Mental
3. Dampak Pandemi Terhadap Ekonomi

**VII. BAB III : APA YANG PERLU DILAKUKAN JIKA PANDEMI MELANDA KEMBALI**

1. Meningkatkan Imunitas

a.1 Diet yang Tepat

a.2 Pola Olahraga Teratur

a.3 Minum Suplemen

1. Mengikuti Protokol Kesehatan dari Pemerintah
2. Mencari Sumber Informasi Terpercaya Seputar Pandemi
3. Berdoa kepada Tuhan Yang Memberikan Perlindungan

**VIII.** **BAB IV : PENUTUP**

**IX. GLOSARIUM**

**X. DAFTAR PUSTAKA**

**XI. SEPUTAR PENULIS**