

Eista Swaesti



COVID-19:



Buku Pedoman Pencegahan dan

+ Penanganan Corona Virus



● Asal-Usul COVID-19 serta Penyebarannya

● Tips Bertahan dari COVID-19

● Do and Don't Saat Karantina

● Pandemi-Pandemi yang Pernah Terjadi di Dunia

Daftar Isi

Daftar Isi.....	vii
Kata Pengantar.....	v

NOVEL CORONAVIRUS:

Penyebaran dan Dampak	1
A. Sejarah Corona Virus.....	1
B. Penyebaran Virus Corona.....	14
C. Corona Virus, Senjata Biologi yang Bocor. Hoax atau Fakta?	34
D. Kebijakan WHO terhadap COVID-19	38
E. Kebijakan Pemerintah Indonesia.....	41
F. Dampak COVID-19.....	48
G. Klaster-klaster COVID-19 di Indonesia.....	57

Cara Bertahan dari Pandemi COVID-19

A. Mencuci tangan.....	71
B. Menggunakan Antiseptik.....	72
C. Hindari kontak fisik	75
D. Tetap di rumah.....	76
E. Hindari menyentuh wajah jika tangan dalam keadaan kotor.....	79
F. Rajin membersihkan lingkungan rumah.....	81
G. Menggunakan masker	85
H. Tetap menjaga daya tahan tubuh	90



Do & Don't Saat Karantina	95
A. Membaca buku.....	95
B. Belajar memasak	96
C. Menonton film	97
D. Bersih-bersih rumah	98
E. Bermain Game	99
F. Melakukan percobaan sains	100
G. Olahraga.....	101
H. Membuat karya dari hobi.....	102
 Kebijakan New Normal	 108
A. Menerima perubahan dan menyesuaikan diri.....	110
B. Tetap menjaga daya tahan tubuh.....	111
C. Gunakan Perlengkapan untuk Keamanan Diri Saat bepergian.....	113
D. Selalu jaga jarak di tempat umum	114
E. Sadar akan keselamatan diri dan orang tersayang.....	114
 Pandemi-Pandemi yang Pernah Terjadi Di Dunia	 119
A. Kolera (1817-1823).....	120
B. Flu Spanyol/H1n1 (1918–1919)	123
C. Flu Hongkong/H3n2 (1968-1970)	127
D. Hiv/Aids (1981-Sekarang).....	129
E. Sars (2002-2003).....	133
F. Flu Babi/H1n1 (2009-2010).....	136
G. Ebola (2014-2016).....	139
 Daftar Pustaka	144
Biodata Penulis.....	151