

oleh Elizabeth Jenner, Kate Wilson & Nia Roberts

Ilustrasi oleh Axel Scheffler



# Coronavirus

Buku untuk Kanak-Kanak



Konsultan: Professor Graham Medley

Professor of Infectious Disease Modelling,  
London School of Hygiene & Tropical Medicine

Nosy Crow dan LeapEd menghasilkan buku ini dengan pantas bagi memenuhi keperluan kanak-kanak dan keluarga mereka. Individu yang terlibat tidak menerima bayaran untuk hasil kerja mereka.

Kami ingin mengucapkan terima kasih kepada individu berikut atas idea dan sumbangan mereka:

Axel Scheffler

Professor Graham Medley  
Professor of Infectious Disease Modelling,  
London School of Hygiene & Tropical Medicine

Sara Haynes  
Headteacher, Arnhem Wharf Primary School, London

Alex Lundie  
Deputy headteacher, Arnhem Wharf Primary School, London

Monica Forty  
Headteacher, Ben Jonson Primary School

Doctor Sarah Carman  
NHS Clinical Psychologist  
specialising in Child and Adolescent Mental Health and Neurodevelopment

Terbitan pertama adalah di UK pada tahun 2020 oleh Nosy Crow Ltd  
The Crow's Nest, 14 Baden Place, Crosby Row London, SE1 1YW, UK  
[www.nosycrow.com](http://www.nosycrow.com)

Nosy Crow dan logo yang berkaitan adalah tanda dagangan dan/atau tanda dagangan yang didaftarkan oleh Nosy Crow Ltd  
Teks © Nosy Crow, 2020 / © LeapEd Services Sdn. Bhd. 2020  
Ilustrasi © Axel Scheffler, 2020

Hak moral bagi ilustrasi hasil kerja ini telah dituntut oleh beliau selaras dengan Akta Hak Cipta, Reka Bentuk dan Paten 1988.

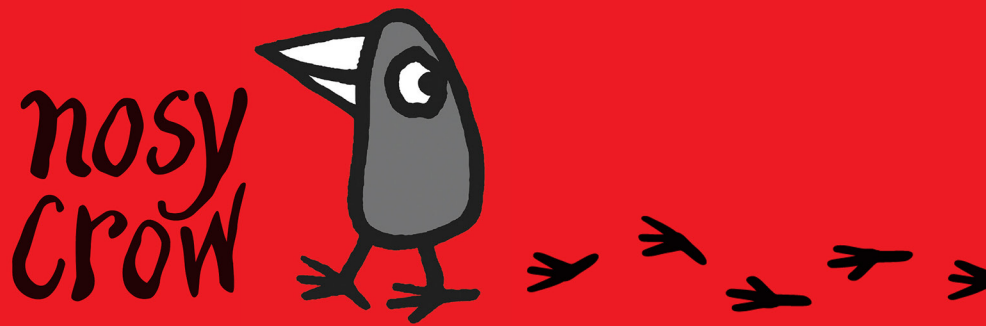
Hak cipta terpelihara.

Hasil kerja ini dilesenkan di bawah Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivatives 4.0 International License. Salinan lesen ini boleh didapati dengan melayari <http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/> atau hantarkan surat anda kepada Creative Commons, PO Box 1866, Mountain View, CA 94042, USA.

Nosy Crow tidak mengawal atau bertanggungjawab terhadap mana-mana pengarang atau laman web pihak ketiga yang membuat rujukan tentang atau terhadap buku ini.

ISBN 978-967-13316-5-1

'This translation of Coronavirus: A Book for Children is published by arrangement with Nosy Crow © Limited'.



Ilustrasi oleh Axel Scheffler

# Coronavirus

Buku untuk Kanak-Kanak

oleh Elizabeth Jenner, Kate Wilson & Nia Roberts

Konsultan: Professor Graham Medley

Professor of Infectious Disease Modelling,  
London School of Hygiene & Tropical Medicine



# EDISI BAHASA MELAYU

Pada bulan April dan Mei 2020, hidup kanak-kanak di seluruh dunia telah berubah kerana pandemik Coronavirus atau COVID-19.

Buku ini membantu kanak-kanak untuk memahami keadaan ini.

# kitajagakita

*kerana setiap kanak-kanak berhak mendapat masa depan yang cerah*

Edisi ini berjaya diterbitkan oleh pasukan yang telah mengorbankan sebahagian besar masa mereka. Kami ingin merakamkan sekalung penghargaan kepada Pasukan LeapEd atas pengurusan keseluruhan dan terjemahan buku ini. Tidak lupa juga, Hayati bt Zakaria daripada Maahad Tahfiz Negeri Pahang (MTNP) atas ilustrasi Malaysia yang disertakan bersama panduan pembelajaran serta Penasihat Sekolah Amanah atas konsultasi mereka untuk projek ini. Individu berikut telah memastikan buku ini berjaya diterbitkan: Shahnaz Al-Sadat, Zulhaimi Othman, Conrad Roy Fernandez, Nina Adlan Disney, Noor Aznimm Zahariman, Siti Aishah Rahman, Aizuddin Ghazali, Teo Siew Cheng, Dr. Madznyah Md Jaafar, Cassandra Denise Pougé, Damian Tate, Mohd Sukri Abdul Razak, Jeremy Tay Heng Chye, Hayley Trenchard.



# CARA MEMBINCANGKAN TOPIK YANG SUKAR DENGAN KANAK-KANAK

1. Wujudkan persekitaran selamat.
2. Terangkan bahawa topik ini sukar untuk dibincangkan.
3. Dapatkan maklumat yang mereka telah ketahui.
4. Galakkan sifat ingin tahu mereka.
5. Biarkan mereka bertanya dan jawab secara jujur.
6. Kongsikan perasaan anda.
7. Beritahu anak anda apa yang anda rasa dan terangkan sebabnya.
8. Bincangkan penyelesaian bersama-sama

Aktiviti dan perbincangan yang  
disertakan dalam buku ini boleh didapati di:

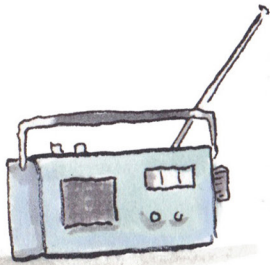
[www.leapedservices.com](http://www.leapedservices.com)

Baru-baru ini, kita mungkin ada mendengar satu perkataan baharu.

Kita mungkin mendengarnya daripada orang sekeliling atau mungkin daripada berita. Perkataan ini menjadi punca mengapa kamu tidak dapat pergi ke sekolah, tidak boleh selalu keluar rumah atau berjumpa rakan-rakan. Ibu bapa atau penjaga juga terpaksa berada di rumah.

Perkataan tersebut ialah

**C o r o n a**





navirus

Tapi apa itu?  
Mengapa semua  
orang bercakap  
mengenainya?



## APA ITU CORONAVIRUS?



Coronavirus adalah sejenis virus atau kuman yang halus dan tidak dapat dilihat dengan mata kasar.

Virus ini sangat ringan dan boleh terapung di udara dalam bentuk titisan air yang kecil, dan boleh melekat di kulit kita tanpa disedari. Jika kuman ini masuk ke dalam badan, ia akan menggunakan tubuh badan kita untuk membiak dan menyebabkan kita jatuh sakit.





Terdapat pelbagai jenis coronavirus dan sesetengahnya boleh menjangkiti manusia. Sekiranya kita dijangkiti oleh salah satu jenis coronavirus ini, kita mungkin mengalami gejala selesema atau batuk.



Tetapi, jika kuman coronavirus yang terbaharu ini masuk ke dalam badan seseorang, ia akan menyebabkan satu penyakit yang dinamakan COVID-19. Apabila orang bercakap tentang “jangkitan coronavirus”, mereka bercakap tentang penyakit ini.

## BAGAIMANAKAH CORONAVIRUS MEREBAK?

Oleh kerana virus ini masih baharu, saintis belum memahami virus ini secara terperinci. Tetapi, saintis berpendapat bahawa virus ini boleh merebak melalui dua cara.

Coronavirus berada di tekak dan mulut manusia. Apabila pesakit yang dijangkiti coronavirus batuk, bersin atau bernafas, virus ini akan keluar dari mulut dalam bentuk titisan air yang kecil.



Seseorang itu boleh dijangkiti jika berada dekat dengan pesakit COVID-19 yang batuk atau bersin. Oleh itu, amalkan penjarakan sosial dan pemakaian pelitup muka.



Coronavirus dari dalam badan boleh dipindahkan ke tangan dengan mudah apabila kita menyentuh hidung atau mulut.

Jika seseorang yang mempunyai kuman coronavirus di tangan mereka memegang tombol pintu, virus ini boleh hidup di situ selama beberapa jam. Apabila orang lain membuka pintu tersebut, virus itu akan berpindah ke tangan mereka.

Jika mereka menyentuh hidung atau mulut, virus tersebut akan masuk ke dalam badan mereka pula.



Oleh itu, kita juga boleh dijangkiti jika memegang permukaan yang tercemar oleh virus.

## APAKAH YANG BERLAKU SEKIRANYA KITA DIJANGKITI CORONAVIRUS?

Sesetengah orang, terutamanya kanak-kanak, tidak mempunyai gejala apabila dijangkiti oleh coronavirus. Tetapi, mereka masih membawa virus ini dalam badan dan boleh menyebarkannya kepada orang lain secara tidak sengaja.



Kebanyakan orang yang dijangkiti coronavirus mengalami gejala batuk, demam panas dan kesukaran bernafas.

Pesakit biasanya jatuh sakit selama beberapa hari. Namun disebabkan tubuh badan kita merupakan ciptaan yang menakjubkan, ia dapat mengesan kuman baharu seperti coronavirus sebagai bendasing dan mula menyerang virus tersebut.



Antibodi merupakan senjata dalam tubuh badan yang terhasil daripada sel kecil dalam darah untuk melawan virus. Setelah antibodi melawan virus tersebut, sel darah akan menelan serta memusnahkannya dan pesakit akan mulai sembuh.



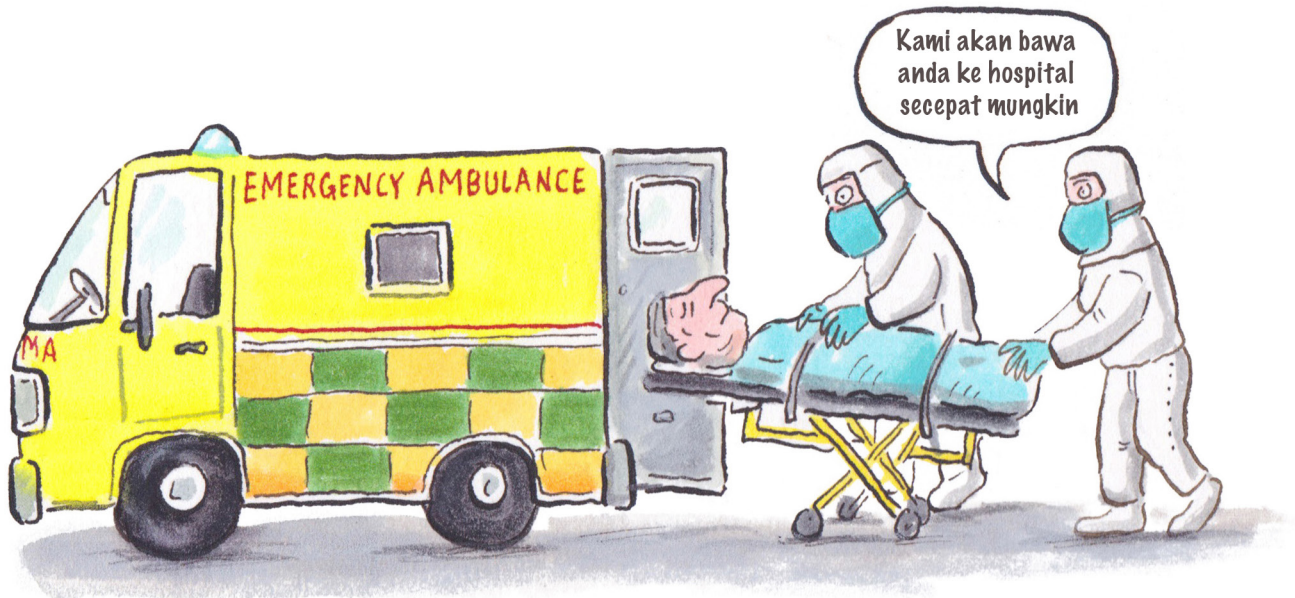
Ini bermakna, jumlah antibodi dalam badan kita sekarang lebih banyak berbanding dengan bilangan manusia di dunia ini!

## MENGAPAKAH KITA BIMBANG TENTANG JANGKITAN CORONAVIRUS?

Kebanyakan orang mempunyai tubuh yang sihat untuk melawan coronavirus. Tetapi, ada sebilangan orang yang sukar untuk melawan virus ini kerana tubuh mereka tidak kuat. Golongan berisiko ini termasuk warga emas yang berumur lebih daripada 65 tahun, atau pesakit kronik seperti kanser dengan daya ketahanan yang lemah.



Mereka memerlukan lebih banyak bantuan untuk melawan coronavirus. Jadi, mereka mungkin perlu pergi ke hospital dan menggunakan mesin khas yang dikenali sebagai ventilator untuk membantu mereka bernafas.



Namun, kadangkala bantuan ini juga tidak mencukupi untuk menyembuhkan mereka. Lebih menyedihkan, mereka mungkin akan meninggal dunia.

Oleh itu, golongan berisiko ini perlu duduk di rumah, jauh dari tempat yang boleh menyebabkan mereka dijangkiti coronavirus.



Mereka tidak boleh menerima tetamu. Kita juga tidak boleh melawat ahli keluarga lain buat sementara waktu untuk melindungi mereka.



## APAKAH RAWATAN UNTUK MENYEMBUHKAN CORONAVIRUS?

Kebanyakan pesakit yang dijangkiti coronavirus sembuh dengan sendirinya. Tetapi, doktor dan saintis ingin membantu menyembuhkan semua orang dengan cepat dan selamat.

Setakat ini, tiada rawatan atau ubat khusus untuk menyembuhkan coronavirus kerana ia adalah penyakit baharu. Doktor sedang mencuba beberapa ubat sedia ada yang mungkin boleh membantu pesakit.

Saintis juga sedang menghasilkan ubat baharu untuk coronavirus yang belum pernah dihasilkan sebelum ini.



Saintis juga sedang berusaha untuk menghasilkan **vaksin**.



Vaksin adalah ubat khas yang biasanya disuntik ke dalam tubuh semasa kita sihat. Ubat ini mengandungi virus yang lemah atau telah mati. Antibodi dalam tubuh kita akan berlatih untuk memusnahkan virus ini. Apabila kita dijangkiti oleh virus sebenar, tubuh kita dapat melawannya dengan lebih cepat.



Kamu mungkin telah menerima vaksin semasa masih bayi. Maksudnya, kamu dilindungi daripada beberapa jenis penyakit!



Penghasilan ubat baharu mengambil masa berbulan-bulan. Sebelum ubat boleh diberikan kepada orang ramai, ubat itu mestilah dijamin selamat. Jadi, ubat itu perlu diuji dengan berhati-hati pada beberapa orang dalam sesuatu masa. Setelah ubat itu terbukti berkesan dan selamat, ubat itu perlu dihasilkan secukupnya.

## MENGAPAKAH TEMPAT YANG BIASA KITA KUNJUNGI DITUTUP?

Walaupun ramai yang sembuh, golongan berisiko tinggi perlu terus dilindungi dengan mengawal penyebaran coronavirus agar tidak menjangkiti mereka. Jika ramai orang jatuh sakit dan perlu ke hospital pada masa yang sama, hospital akan menjadi sesak dan pesakit tidak dapat dirawat dengan baik.

Coronavirus mudah merebak, maka kita perlu berhati-hati dan menjarakkan diri daripada orang yang tidak tinggal bersama kita.



Sebab itu, tempat tumpuan orang ramai seperti sekolah dan perpustakaan ditutup buat masa ini. Kerajaan negara kita telah mengumumkan bahawa orang ramai hanya dibenarkan keluar rumah sekiranya benar-benar perlu.



Sebilangan orang seperti doktor, jururawat, pekerja di kedai makanan atau penghantar pesanan terpaksa keluar rumah untuk bekerja.

Kita juga boleh keluar dari rumah untuk membeli keperluan harian, tetapi perlu berhati-hati dan mengamalkan penjarakan sosial.

Jika kamu atau ahli keluarga jatuh sakit dan disyaki telah dijangkiti coronavirus, maka kamu perlu kekal di rumah selama dua minggu.

Kita semua perlu duduk di rumah untuk melindungi golongan berisiko tinggi.



## APAKAH PERASAANNYA JIKA DUDUK DI RUMAH SEPANJANG MASA?

Kadangkala, berada di rumah dengan mereka yang tinggal serumah dengan kita adalah satu perkara yang menyeronokkan. Kamu boleh melakukan pelbagai aktiviti yang biasanya tidak dapat dilakukan bersama-sama ketika kamu berada di sekolah atau orang dewasa berada di tempat kerja.



Tapi, kadangkala .  
saya rasa bosan



Kadangkala,  
saya rindu  
kawan-kawan



Kadangkala,  
saya rasa marah

Kadangkala,  
saya rasa sedih



Perasaan sebegini adalah normal. Mereka yang tinggal serumah dengan kamu juga mungkin mempunyai perasaan yang sama, walaupun mereka cuba menyembunyikannya.



Ibu bapa atau penjaga kamu juga mungkin berasa bimbang. Kadangkala mereka bimbang tentang kerja mereka. Adakalanya mereka bimbang kerana tidak dapat membeli barang yang kamu perlukan.



Jika kamu berasa bimbang, luahkan kepada ibu bapa atau penjaga kamu. Kamu mungkin boleh memberitahu guru atau sesiapa sahaja ahli keluarga melalui telefon bimbit, komputer atau tablet.

## APAKAH YANG BOLEH DILAKUKAN UNTUK MEMBANTU?

Kamu telah banyak membantu dengan hanya kekal berada di rumah, serta mengambil langkah-langkah tambahan untuk menghalang potensi dijangkiti atau menjangkiti orang lain.

Tahukah kamu bahawa virus boleh dibunuh dengan menggunakan sabun? Jadi, jika kamu mencuci tangan dengan kerap dan betul, coronavirus boleh disingkirkan dari tangan kamu. Kamu boleh menyanyi sambil mencuci tangan hingga bersih - kiraan tempoh cucian selama menyanyikan lagu Selamat Hari Jadi sebanyak dua kali.





Jika kamu perlu batuk atau bersin, lakukan ke arah siku yang dibengkokkan, bukan pada telapak tangan kamu. Dengan cara ini, kamu tidak akan menyebarkan coronavirus kepada orang lain.



Gunakan tisu untuk mengelap atau menghembus hidung dan buang tisu yang tercemar ke dalam tong sampah. Jangan lupa untuk cuci tangan kerana coronavirus berada dalam hingus dan boleh berpindah ke tangan kamu melalui tisu tersebut.



Jika semua orang melakukan perkara ini, kita boleh membawa perubahan yang besar!

## APA LAGI YANG BOLEH DILAKUKAN?

Satu lagi perkara penting yang boleh dilakukan ialah berbuat baik kepada mereka yang tinggal bersama kita. Keadaan telah berubah dan sukar untuk kita semua.

Jika kamu tinggal bersama adik-beradik yang lain, kadangkala kamu mungkin rasa mereka menjengkelkan. Tetapi, elakkan bergaduh dengan mereka.



Jika kamu tinggal serumah dengan orang dewasa, kamu mungkin boleh membantu menyelesaikan tugas yang diberi atau hadiahkan satu pelukan buat mereka.







Walaupun kamu tidak ke sekolah, siapkan kerja rumah kamu. Ini dapat memastikan minda kekal aktif dan mengelakkan rasa bosan. Apa yang kamu pelajari di rumah akan membantu kamu di sekolah nanti.

Jika kamu tidak mempunyai komputer sendiri, buat penggiliran penggunaan komputer secara adil dengan semua orang yang memerlukannya.

Ingat, orang dewasa yang tinggal bersama kamu mungkin perlu menyelesaikan kerja mereka. Elakkan daripada mengganggu mereka semasa mereka sedang menyiapkan kerja. Nanti, mereka akan mempunyai lebih banyak masa untuk membuat perkara yang menyeronokkan dengan kamu. Mungkin kamu boleh menyenaraikan perkara yang ingin dilakukan bersama mereka.



## APAKAH YANG AKAN BERLAKU SETERUSNYA?

Ini adalah masa yang luar biasa untuk semua orang dan berlaku di seluruh dunia.



Tetapi, jika kita semua berhati-hati dan duduk di rumah, kita sebenarnya sedang membantu menghentikan penularan coronavirus. Ini memberikan masa kepada saintis dan doktor untuk mencari jalan bagi menyembuhkan penyakit ini dan mungkin memutuskan rantai jangkitan melalui ubat dan vaksin.

Tidak lama lagi, meskipun tiada siapa tahu bila masanya, kita akan dapat berjumpa dengan orang disayangi yang tinggal berjauhan, bermain dengan rakan-rakan, kembali ke sekolah dan membuat banyak perkara lain yang disukai, yang tidak dapat dilakukan buat masa ini.



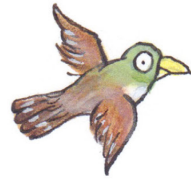
**Satu hari nanti,  
keadaan yang  
luar biasa ini  
akan berakhir.**



**Kita berjaya m  
bersama**



**melakukannya  
a-sama!**



## MAKLUMAT TAMBAHAN UNTUK KANAK-KANAK

### Idea Bernas LeapEd

Idea Bernas LeapEd dicetuskan sebagai satu penyelesaian untuk ibu bapa, guru-guru dan pemimpin-pemimpin sekolah di Malaysia yang mencari tip-tip mudah dan percuma untuk membantu mereka menghadapi tempoh Perintah Kawalan Pergerakan (PKP).

<https://sites.google.com/moe-dl.edu.my/bright-ideas/home>

### UNICEF Malaysia

Gedung maklumat mengenai COVID-19 termasuk artikel, soalan lazim, tip dan maklumat penting

<https://www.unicef.org/malaysia>

### Kementerian Pendidikan Malaysia

Sumber rujukan dan maklumat pendidikan

<https://www.moe.gov.my/>

## MAKLUMAT TAMBAHAN UNTUK IBU BAPA DAN PENJAGA

### Kementerian Kesihatan Malaysia (KKM)

Laman web khas COVID-19

<http://covid-19.moh.gov.my/>

### Parent Action Group for Education (PAGE) Malaysia

PAGE merupakan pelobi pendidikan yang berfungsi sebagai penghubung di antara ibu bapa yang prihatin, Kementerian Pendidikan Malaysia dan pemegang taruh pendidikan yang lain. Melalui PAGE, ibu bapa mempunyai platform untuk menyuarakan pendapat dan pandangan mengenai isu-isu pendidikan secara kolektif. PAGE berusaha untuk menjadi pelopor pendidikan progresif untuk murid-murid di negara ini melalui sokongan ahli-ahli yang terdiri daripada ibu bapa yang berkongsi objektif yang sama.

<http://www.pagemalaysia.org/>

### MERCY Malaysia

Wakaf COVID-19 @ MERCY Malaysia

Telefon: +603 7733 5920

<https://www.mercy.org.my/donate/wakaf-covid19/>

## MENGENAI PENERBIT

Nosy Crow merupakan penerbit buku kanak-kanak bebas yang telah memenangi anugerah. Kami menghasilkan buku digital ini kerana kami berasa bahawa buku ini mungkin bermanfaat untuk kanak-kanak dan ibu bapa. Kami telah menerbitkan pelbagai jenis buku untuk kanak-kanak dalam lingkungan umur 0-12 tahun. Layari pautan ini untuk mendapatkan maklumat lanjut tentang buku kami: <https://nosycrow.com/>

## MENGENAI LEAPED SERVICES SDN BHD

LeapEd Services Sdn Bhd (LeapEd) merupakan penyedia perkhidmatan pendidikan tempatan yang pertama di Malaysia dan perusahaan sosial yang dipercayai. Matlamat kami adalah untuk membangunkan para pelajar secara holistik dengan kompetensi abad ke-21 serta sekolah yang dilengkapi dengan amalan pendidikan yang mampan. Kami percaya bahawa setiap kanak-kanak berhak mendapat masa depan yang cerah. Oleh itu, LeapEd bekerjasama rapat dengan rakan strategik dan Kementerian Pendidikan Malaysia melalui kerjasama awam-swasta yang memberi tumpuan terhadap transformasi sekolah secara menyeluruh dan pembelajaran berpusatkan murid untuk merealisasikan potensi setiap pelajar. Layari <https://www.leapedservices.com> untuk maklumat lanjut.

## MENGENAI PROGRAM SEKOLAH AMANAH DAN MTNP

Program Sekolah Amanah ialah program transformasi sekolah yang mampan dengan matlamat untuk meningkatkan keberhasilan murid dan memugar budaya sekolah. Perkara ini dicapai melalui intervensi 5 dimensi yang bertumpu kepada pelajar, bilik darjah, sekolah, komuniti dan sistem.

Maahad Tahfiz Negeri Pahang (MTNP) adalah Sekolah Islam swasta yang beraspirasi menjadi model Maahad dalam pendidikan holistik untuk sekolah-sekolah Islam lain di persada global.



## Apa itu Coronavirus? Mengapa semua orang bercakap mengenainya?

Diilustrasikan dengan menarik oleh Axel Scheffler, buku ini membantu menjawab persoalan, memberikan penjelasan tentang coronavirus dan kesannya dari perspektif kesihatan serta impaknya terhadap kehidupan seharian keluarga.

Dengan input daripada pakar perunding Profesor Graham Medley, London School of Hygiene & Tropical Medicine serta nasihat daripada guru-guru dan seorang ahli psikologi kanak-kanak, sumber yang praktikal dan berinformasi ini membantu menjelaskan perubahan yang sedang kita hadapi pada masa ini.

Buku ini percuma, namun Nosy Crow & LeapEd ingin menggalakkan pembaca, sekiranya berkemampuan untuk menyumbang kepada UNICEF Malaysia.

“Ilustrasi Scheffler yang menarik digabungkan dengan teks yang ringkas mengenai penyebaran virus, cara menangani kebosanan dan kesunyian dan adik-beradik yang menjengkelkan serta cara untuk menghadapi sesuatu yang tidak pasti.” *The New York Times*

“Buku yang wajib ada di rumah sebagai koleksi semua orang. Muat turun sekarang, baca dan kongsi dengan sesiapa yang anda kenali.” *School Library Journal*

“Matlamat mereka adalah untuk membantu kanak-kanak yang berumur lima hingga sepuluh tahun memahami dunia yang telah berubah dan mereka telah berjaya melakukannya.” *The Sun*

“Saya amat gembira dan bangga kerana terlibat dalam projek penting ini. Saya sangat berbesar hati kerana kanak-kanak di Malaysia juga boleh membaca buku ini dan belajar tentang virus ini, terutama sekali kerana lawatan saya ke Malaysia bersama Goethe Institut kira-kira 10 tahun yang lalu sangat menyeronokkan.” *Axel Scheffler*

“Tahniah kepada LeapEd! Buku ini mudah difahami dan menarik dibaca kerana gambar dan jalan cerita yang senang diikuti. Mudah-mudahan buku sebegini dapat diterbitkan lebih lagi semoga dapat menanam minat membaca dari awal.” *Tunku Munawirah Putra, Setiausaha Kehormat, PAGE Malaysia*