**TUGAS OBSERVASI VERSI 6**

**SKEMA PENULISAN BUKU NONFIKSI**

**Oleh : Atiningsih**

Judul : Mengatasi Kecemasan di Era Pandemi Covid-19

PRAKATA

Alhamdulillahirabbil’aalamin, puji syukur penulis panjatkan kepada Alloh SWT Yang Maha Penyayang. Berkat karunia Alloh lah, naskah buku ini bisa terselesaikan dengan baik dan tepat waktu. Naskah buku ini merupakan salah satu bagian kontribusi penulis untuk dapat ikut serta membantu semua pembaca dan pihak yang berkepentingan agar lebih paham dan waspada terhadap pandemi covid 19 ini. Penulis merasa tertantang untuk mewujudkan karya ini karena merupakan bagian dari motto pribadi untuk selalu menjadi pribadi yang bermanfaat, selalu memberi, dan hanya memberikan yang terbaik.

Buku ini ditulis berdasarkan keinginan penulis untuk berbagi tips dan trik dalam mengatasi kecemasan di era pandemi covid 19. Saat ini, tanpa kita sadari kita mengalami kecemasan yang berlebihan karena dihadapkan pada kondisi dimana kita tidak bisa tahu kapan pandemi akan berakhir, dan bagaimana cara mengatasi pandemi ini agar kita tetap bisa hidup dan sukses melewati era pandemi ini. Melewati masa pandemi dengan penuh kecamasan tentu kurang baik bagi fisik dan psikis kita. Oleh karena itu, ada banyak kegiatan yang bisa kita lakukan selama era pandemi ini yang di bahas dalam buku setebal 100 halaman ini. Kegiatan-kegiatan tersebut tentu saja sangat bermanfaat bagi kita agar rasa cemas bisa digantikan rasa bahagia, tenang dan siap menghadapi pandemi covid 19.

Terselesaikannya penulisan buku ini tidak terlepas dari bantuan beberapa pihak. Karena itu, penulis menyampaikan terima kasih kepada Kepala SMP N 29 Semarang yang telah banyak mendorong penulis untuk selalu selangkah di depan sebagai guru IPA yang pastinya banyak mendapat amanah untuk membantu siswa mengatasi krisis diri karena kecemasan yang berlebihan. Penulis juga sampaikan terima kasih kepada bapak Teguh Arifianto, selaku editor dalam penulisan buku ini. Atas bantuan beliau, penulis banyak mendapatkan masukkan kata-kata atau istilah-istilah penting yang sangat membantu terselesaikannya buku ini. Selanjutnya, penulis mohonkan saran dan masukkan agar karya buku ini menjadi lebih sempurna dan bermanfaat bagi kita semua.