**TUGAS OBSERVASI VERSI 6**

**SKEMA PENULISAN BUKU NONFIKSI**

2. Susunlah prakata sebanyak 300 kata berdasarkan salah satu judul naskah di bawah ini!

1. Jurus Jitu Mengajar Daring & Luring di Perguruan Tinggi
2. Mengatasi Kecemasan di Era Pandemi Covid-19
3. Ibuku adalah Guruku
4. Kiat Mengatasi Kesulitan Ekonomi di Masa Pandemi
5. Jejak Langkah Pahlawan Keluarga

Isi prakata :

Tujuan, sasaran, sistematika bab, keunggulan

Judul :

Mengatasi Kecemasan di Era Pandemi Covid-19

PRAKATA

-kemunculan virus covid

Dampak dari covid

Proses pengumpulan data terkait kecemasan

Tujuan

Sejak tahun 2019 negara-negara didunia dilanda wabah virus covid 19. Asal penyebaran virus ini belum dapat diketahui sehingga pencegahan penularan berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh para ahli. Kasus pertama terkonfirmasi pada bulan Maret 2020 di Indonesia. Kemunculan virus ini menyebabkan keresahan di masyarakat salah satunya menimbulkan kecemasan. Seseorang menjadi frustasi adalah bentuk dari kecemasan yang terjadi terus menerus. Melalui proses penelitian yang cukup panjang penulis mendapatkan kesimpulan bahwa kecemasan yang ditimbulkan dari pandemic covid 19 ini dapat dicegah dengan beberapa cara diantaranya teknik *self-healing* melalui audio yang diperdengarkan. Buku ini menjelaskan kepada masyarakat bagaimana cara mengatasi kecemasan yang dapat dilakukan secara mandiri.

Masyarakat dengan berbagai latar belakang dapat mengikuti langkah-langkah yang diberikan. Teknik self-healing melalui audio ini dapat rutin diperdengarkan setiap hari. Sensasi yang akan ditimbulkan adalah ketenangan sehingga para pembaca dapat meminimalkan kecemasan yang dihadapi.

Setiap bab dalam buku ini menjelaskan runtutan atau tahapan kegiatan yang dapat dilakukan oleh pembaca. Awal Bab menginformasikan tentang virus Covid 19, sedangkan Bab selanjutnya menceritakan prosedur. Hal ini yang menjadikan keunggulan buku, bahwa buku berisi prosedur kegitan serta dilengkapi dengan gambar yang menarik.