**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

b. Mengatasi kecemasan di Era Pandemi Covid-19

Mengikuti perkembangan tentang virus corona memang penting untuk kewaspadaan. Namun rasa takut yang berlebihan juga akan menimbulkan kecemasan terhadap virus tersebut.

Cara mengatasi stress pertama yang bisa kita lakukan adalah dengan membatasi informasi yang kita akses. Mendapat informasi terkini selama pandemic virus corona memang penting, tetapi kita tak perlu berlebihan dalam melakukannya.

cara mengatasi stress akibat virus corona lainnya adalah focus pada hal-hal yang bisa kita control, misalnya dengan tetap menjalin komunikasi dengan orang lain, jaga kesehatan, jaga jarak, hindari kerumunan dan lain-lain.