

Pengaruh Kecanduan Game Terhadap Pekerjaan

Apakah kecanduan *game* dapat mempengaruhi produktivitas kerja? Pertanyaan ini mungkin sering kali muncul bagi kamu yang memang gemar bermain *game*.

Tidak dapat mengendalikan diri sehingga ingin selalu bermain.

Intensitas bermain game semakin sering meskipun ada dampak negatif yang dirasakan.

Lebih memprioritaskan bermain game dibandingkan dengan aktivitas daily life.

Menyebabkan gangguan pada fungsi pribadi, keluarga, sosial, pendidikan dan aspek penting lainnya

Pola perilaku tersebut sudah berlangsung selama 12 bulan.

Bahkan gangguan terkait kecanduan *game* ini sudah dianggap serius oleh organisasi kesehatan dunia, yaitu WHO.

Tanda Tanda Kecanduan Game



1. Perasaan gelisah atau cepat marah ketika tidak bisa bermain game .
2. Borobohong kepada orang-orang terkait waktu yang dihabiskan saat main game.
3. Mengisolasi diri dan menjauh dari keramaian karena ingin menghabiskan waktu untuk bermain game.

Tips Mengatasi Kecanduan Game



Mainkan Game Apapun Secukupnya dan Jangan Lupa Untuk Beristirahat