Prolite – Apa Itu “Jam Koma”? Fenomena Tubuh yang Tidak Sinkron dengan Otak Saat Badan Lelah.

Pernah nggak, kamu merasa tubuhmu lelah luar biasa, tapi otakmu malah nggak bisa berhenti berputar? Atau mungkin kamu pernah lupa dengan hal-hal sepele seperti kunci mobil atau belanjaan gara-gara terlalu capek?

Nah, fenomena ini sering disebut sebagai “jam koma“. Istilah yang ngehits di kalangan Gen Z ini bukan sekadar gaya-gayaan, tapi sebenarnya menggambarkan kondisi nyata saat tubuh dan otak kita nggak sinkron karena kelelahan.

Baca Juga:Sering Menolak Pujian dan Merasa Tak Pantas Berhasil? Bisa Jadi Ini Alasannya

Yuk, kita bahas lebih lanjut tentang apa itu “jam koma” dan kenapa ini bisa terjadi!

Apa Itu “Jam Koma”?

Jam Koma : Fenomena Tubuh yang Tidak Sinkron dengan Otak Saat Badan Lelah

Wanita yang lelah karena banyak kerjaan – freepik

“Jam koma” adalah istilah yang kerap digunakan untuk menggambarkan kondisi di mana seseorang merasa sangat lelah secara fisik dan mental, sehingga tubuh nggak mampu lagi berfungsi dengan normal.

Jam Koma : Fenomena Tubuh yang Tidak Sinkron dengan Otak Saat Badan Lelah

Baca Selanjutnya
Vue Palace , ARTOTEL Curated – Bandung, Merayakan Anniversary ke-21 dengan Menghadirkan Konsep ‘GLITZ AND GLAM’