

Evaluasi Kelelahan Kerja Guru Menggunakan MFI-20 dan OFER-15 = Evaluation of Teacher Work Fatigue using MFI-20 and OFER-15

Natasya Putri Julianna, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=9999920571442&lokasi=lokal>

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisa dan mengevaluasi tingkat kelelahan kerja yang dialami oleh guru menggunakan metode MFI-20 dan OFER-15. Berdasarkan OFER-15, dari 129 responden, terdapat 62 responden merasakan kelelahan akut dengan 24% dari responden merasa kurang pemulihan, 47 responden merasakan kelelahan kronis dengan 32% dari responden merasa kurang pemulihan, dan 20 responden tidak merasakan lelah dengan 10% dari responden merasa kurang pemulihan. Selain itu, dengan uji korelasi spearman didapatkan terdapat pola korelasi antara dimensi MFI dan OFER, dengan dimensi kelelahan kronik sedang positif terhadap general/physical fatigue, reduced activity, dan reduced motivation. Sedangkan dimensi kelelahan akut memiliki hubungan lemah positif terhadap general/physical fatigue dan mental fatigue. Berdasarkan uji signifikan, didapatkan variable gender, lama bekerja, mata pelajaran yang dibawa, dan tingkat kelas yang diajar memiliki pengaruh yang signifikan terhadap berbagai dimensi kelelahan guru. Rekomendasi intervensi yang disarankan berfokus kepada aspek penguatan dukungan sosial, Promosi kesehatan individu, pemulihan jangka pendek, dan peningkatan motivasi dan aktivitas berhubungan dengan kognisi.

.....This study aims to analyze and evaluate the level of occupational fatigue experienced by teachers using the MFI-20 and OFER-15 instruments. Based on the OFER-15 results from 129 respondents, 62 teachers reported experiencing acute fatigue, with 24% of them indicating insufficient recovery. Meanwhile, 47 teachers experienced chronic fatigue, with 32% reporting inadequate recovery, and 20 teachers reported no signs of fatigue, although 10% of this group also felt insufficiently recovered. Furthermore, Spearman correlation analysis revealed a pattern of associations between the dimensions of MFI and OFER. Chronic fatigue showed a moderate positive correlation with general/physical fatigue, reduced activity, and reduced motivation, while acute fatigue demonstrated a weaker positive correlation with general/physical fatigue and mental fatigue. Significance testing also revealed that gender, years of experience, subject taught, and grade level had a significant influence on various dimensions of teacher fatigue. Based on these findings, recommended interventions should focus on strengthening social support, promoting individual health, enabling short-term recovery, and enhancing motivation and activity related to cognitive engagement.