

ABSTRAK

Semakin banyak perusahaan merekrut mahasiswa magang yang bukan merupakan mahasiswa tingkat akhir sehingga mahasiswa tetap harus menjalani kegiatan perkuliahan ketika magang. Melalui penelitian pendahuluan pada mahasiswa magang Teknik Industri Universitas Diponegoro, ditemukan bahwa 53% merasa sangat lelah dan 47% merasa tidak termotivasi. Untuk meneliti lebih lanjut, digunakan Occupational Fatigue Exhaustion Recovery untuk mengukur tingkat kelelahan kerja dan Motivated Strategies for Learning Questionnaire untuk mengukur tingkat motivasi akademik. Diketahui bahwa kelelahan kerja yang dirasakan mahasiswa magang didominasi pada tingkat sedang-tinggi, sedangkan untuk motivasi kerja didominasi pada tingkat rendah. Melalui uji korelasi, diketahui bahwa kelelahan kerja memiliki hubungan signifikan dengan motivasi kerja dengan bentuk hubungan negatif (correlation coefficient = -0,715). Dengan uji chi-square diketahui bahwa terdapat perbedaan bermakna pada tingkat kelelahan kerja dan motivasi akademik berdasarkan usia (sig = 0; sig = 0,031), tingkat kelelahan kerja berdasarkan skema magang (sig = 0,044), dan motivasi akademik berdasarkan semester (sig = 0,001). Strategi disusun berdasarkan hasil penelitian menggunakan 5 Whys, didapatkan strategi time management mencakup penetapan tujuan, pengaturan area kerja, pendelegasian pekerjaan, dan pemulihan tenaga, fatigue management mencakup rutinitas tidur yang baik, penggunaan alat bantu tidur, terapi dan meditasi, serta fatigue risk management, dan self-motivation yang mencakup self-dicipline, berorientasi pada tujuan, manajemen waktu, dan lingkungan belajar suportif.

Kata kunci: kelelahan kerja, mahasiswa magang, motivasi akademik