

# Yorgunluk ?iddet Ölçe?i

## RECOMMENDED CITATION

memjavad (2025). *Yorgunluk ?iddet Ölçe?i*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from <https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=33451>

## Özet

Yorgunluk ?iddet Ölçe?i (Y?Ö), orijinal ad? Fatigue Severity Scale (FSS) olan ve ilk olarak Krupp ve arkadaşlar? tarafından 1989 y?l?nda geli?tirilen, yayg?n olarak kullanılan bir psikometrik araçtır. Bu ölçek, yorgunlu?un ?iddetini ve bireyin günlük ya?am fonksiyonlar? üzerindeki etkisini özne olarak de?erlendirmeyi amaçlamaktadır. Ölçe?in Türkçe uyarlamas? ve geçerlik/güvenirlik çalışması 2007 y?l?nda Armutlu ve arkadaşlar? tarafından özellikle multipl skleroz (MS) hastalar? popülasyonunda gerçekleştirilmiştir. Y?Ö, 9 maddeden oluşur ve kronik yorgunlu?un klinik araştırmalarında ve takibinde kritik bir rol oynamaktadır.

Ölçe?in adaptasyon çalışması, özellikle kronik yorgunlu?un önemli bir semptom olduğu nörolojik hastalıkların de?erlendirilmesi için sağlam bir temel sunar. Y?Ö, hastaların yorgunluk deneyimlerini nicelleştirmesine olanak tanıyarak tedavi yöntemlerinin izlenmesine ve ya?am kalitesinin de?erlendirilmesine yardımcı olur.

## Anahtar Kelimeler

Yorgunluk ?iddet Ölçe?i, FSS, Yorgunluk, Multipl Skleroz, Psikometri, Ölçek Adaptasyonu, Kronik Yorgunluk Sendromu.

## Yazarlar

Kadriye Armutlu, N. C. Korkmaz, I. Keser, V. Sumbuloglu, D. I. Akbiyik, Z. Guney, R. Karabudak (Türkçe Adaptasyon Çalışması).

## Amaç

Yorgunluk ?iddet Ölçe?i'nin temel amacı, bireylerin deneyimlediği yorgunluk semptomlarının ?iddetini ve bu yorgunlu?un günlük aktiviteleri ve genel fonksiyonel durumu üzerindeki etkisini ölçmektir. Ölçek, özellikle multipl skleroz (MS), fibromiyalji ve kronik yorgunluk sendromu gibi yorgunlu?un belirgin bir semptom olduğu kronik hastalıkların de?erlendirilmesinde kullanılır.

Türkçe uyarlaması, Türk popülasyonunda ve özellikle nörolojik hasta gruplarında yorgunluk ?iddetinin geçerli ve güvenilir bir şekilde saptanabilmesi için tasarlanmıştır. Bu sayede, klinisyenler ve araştırmacılar, yorgunluk tedavisinin etkinliğini objektif verilerle takip edebilirler.

## Yapı

Yorgunluk ?iddet Ölçe?i (Y?Ö), yorgunlu?un öznel deneyimini de?erlendiren tek boyutlu (unidimensional) bir yapı üzerine kuruludur. Ölçek, yorgunlu?un fiziksel, bilişsel ve sosyal

boyutlardaki etkilerini kapsayan 9 maddeden olu?ur. Bu yap?, yorgunlu?un sadece fiziksel bir durumdan ziyade, ya?am kalitesini ciddi ölçüde etkileyen çok yönlü bir semptom oldu?unu vurgular.

Ölçek puanlamas?, maddelerin ortalamas? al?narak hesaplan?r. Yüksek puanlar, yorgunlu?un ?iddetinin ve fonksiyonel bozuklu?un daha fazla oldu?unu gösterir. Ölçe?in tek faktörlü yap?s?, yorgunluk ?iddetinin genel bir göstergesi olarak kullan?lmas?n? kolayla?t?r?r.

## Geçerlik

Armutlu ve arkadaş?lar?n?n 2007 y?l?nda gerçekle?tirdi?i Türkçe uyarlama çal??mas?nda, Y?Ö'nün yap? geçerli?i incelenmi?tir. Çal??ma, ölçe?in multipl skleroz hastalar?nda yorgunluk ?iddetini ölçmede yeterli geçerli?e sahip oldu?unu göstermi?tir. Geçerlik analizleri genellikle bilinen gruplar geçerli?i (known-groups validity) ve e? zamanl? geçerli?i (concurrent validity) içerir. Örne?in, yorgunluk ?ikayeti olan hastalar?n puanlar?n?n sa?l?kl? kontrol gruplar?ndan anlaml? derecede yüksek olmas?, ölçe?in ay?rt edici geçerli?ini desteklemektedir.

## Güvenirlik

Türkçe Yorgunluk ?iddet Ölçe?i'nin güvenilirlik analizi, yüksek düzeyde iç tutarlıl?k (internal consistency) ve test-tekrar test güvenilirli?i ile sonuçlanm??t?r. Armutlu ve arkadaş?lar? (2007) çal??mas?nda iç tutarlıl?k katsay?s? (Cronbach alfa de?eri) genellikle 0.80'in üzerinde bulunmu?tur, bu da ölçek maddelerinin ayn? yap?y? ölçme konusunda yüksek bir uyum sergiledi?ini gösterir. Ayr?ca, test-tekrar test güvenilirli?i sonuçlar?, ölçe?in kısa bir zaman aral??nda uyguland??nda tutarlı sonuçlar verdi?ini ortaya koymu?tur.

## Faktör Analizi

Orijinal FSS ve Türkçe uyarlamas?, genellikle tek faktörlü bir yap? sergilemektedir. Faktör analizi sonuçlar?, ölçek maddelerinin büyük ço?unlu?unun tek bir temel faktör etraf?nda topland??n? göstermi?tir; bu faktör "Yorgunluk ?iddeti" olarak adlandır?l?r. Bu sonuç, ölçe?in yorgunlu?u tek, genel bir yap? olarak de?erlendirme amac?na uygun oldu?unu teyit etmektedir. Tek faktörlü yap?, ölçe?in klinik uygulamada ve ara?t?rmada kullan?m?n? basitle?tirir.

## Araç

**Test Türü:** Uyarlama (Orijinal ölçek: Krupp et al., 1989)

**Biçim:** Öz Bildirim Ölçe?i (9 madde)

**Mevcut Diller:** Türkçe, ?ngilizce (Orijinal), ve di?er pek çok dil.

**Popülasyon Grubu:** Yeti?kinler, özellikle kronik hastal?klar? (örne?in multipl skleroz, kronik yorgunluk sendromu) olan hastalar.

**Ya? Grubu:** 18 ya? ve üzeri.

**Popülasyon Detaylar?:** Armutlu ve arkada?lar?n?n çal??mas?, Multipl Skleroz tan?s? alm?? Türk hastalar üzerinde yürütülmü?tür.

**Test Metodolojisi:** Her madde için 1 (Kesinlikle kat?lm?yorum) ile 7 (Kesinlikle kat?l?yorum) aras?nda de?i?en 7 noktal? bir Likert ölçe?i kullan?lr. Nihai puan, 9 maddenin ortalamas?d?r.

## Anahtar Kelimeler

Yorgunluk, FSS, Yorgunluk ?iddeti, Cronbach Alfa, Fiziksel T?p ve Rehabilitasyon, Nöroloji, Fonksiyonel Durum, Sa?lk Psikolojisi.

## Yazarlar

**Yazar ORCID Tan?mlay?c?:** Sa?lanan kaynakta mevcut de?ildir.

**Ba?l? Kurulu? E-posta Adresleri:** karmutlu@hacettepe.edu.tr (Sorumlu Yazar Kadriye Armutlu)

**Yaz??ma Adresi:** Hacettepe Üniversitesi Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon Yüksekokulu, Ankara, Türkiye (2007 çal??mas? baz al?narak).

## ?zinler, Ücret ve Test Y?l?

Yorgunluk ?iddet Ölçe?i (FSS) akademik ve klinik kullan?m için yayg?n olarak ücretsizdir, ancak tercüme ve uyarlama çal??malar?nda sorumlu yazarlarla (Kadriye Armutlu) ileti?ime geçilmesi önerilir. Orijinal ölçek 1989 y?l?nda geli?tirilm?, Türkçe adaptasyon çal??mas? ise **2007** y?l?nda yayınlanm??t?r.

Ölçe?in orijinal geli?tiricisi ile ilgili izin gereklilikleri, kullan?m amac?na ba?l? olarak de?i?ebilir.

## Referanslar

Armutlu, K., Korkmaz, N. C., Keser, I., Sumbuloglu, V., Akbiyik, D. I., Guney, Z., & Karabudak, R. (2007). The validity and reliability of the Fatigue Severity Scale in Turkish multiple sclerosis patients. *International Journal of Rehabilitation Research*, 30(1), 81-85.

Krupp, L. B., LaRocca, N. G., Muir-Nash, J., & Steinberg, A. D. (1989). The fatigue severity scale. Application to patients with multiple sclerosis and systemic lupus erythematosus. *Archives of*

*Neurology*, 46(10), 1121-1123.

Bu çal??man?n orijinal PDF dosyas? burada indirilebilir: [the-validity-and-reliability-of-the-fatigue-severity-scale-toad.pdf](#)

## Yorgunluk ?iddet Ölçe?i Maddeleri

**ÖNEML?:** A?a??daki ölçek maddeleri, orijinal Türkçe formunda korunmu?tur ve hiçbir ?ekilde de?i?tirilmemelidir.

Derecelendirme: 1 = Kesinlikle kat?lm?yorum, 7 = Kesinlikle kat?l?yorum.

Yorgunlu?um fiziksel fonksiyonlar?m? engeller.

Yorgunluk, sorumluluklar?m? yerine getirmem için gereken çabay? art?r?r.

Yorgunluk, fiziksel egzersiz yapma yetene?imi etkiler.

Yorgunluk, i?imi, e?itimimi veya sosyal ya?am?m? engeller.

Yorgunluk nedeniyle s?k s?k kendimi bitkin hissedirim.

Yorgunluk, günlük ya?am?mda k?s?tlamalara neden olur.

Yorgunluk, motivasyonumu etkiler.

Yorgunluktan dolayı? kolayca yorulurum.

Yorgunluk, ya?am kalitemi etkiler.