



**HUBUNGAN KELELAHAN KERJA DENGAN TINGKAT
KONSENTRASI PADA PEKERJA TAMBANG DI
PT. X TAHUN 2025**

SKRIPSI

ALYA NUR HANIFAH

2110713021

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL "VETERAN" JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT PROGRAM SARJANA
2025**



**HUBUNGAN KELELAHAN KERJA DENGAN TINGKAT
KONSENTRASI PADA PEKERJA TAMBANG DI
PT. X TAHUN 2025**

SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana
Kesehatan Masyarakat**

ALYA NUR HANIFAH

2110713021

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT PROGRAM SARJANA
2025**

PERNYATAAN ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya sendiri dan semua sumber yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengari benar.

Nama : Alya Nur Hanifah

NRP : 2110713021

Tanggal : 24 Juni 2025

Bilamana di kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 24 Juni 2025

Yang menyatakan,



(Alya Nur Hanifah)

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Alya Nur Hanifah
NRP : 2110713021
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Program Studi : Kesehatan Masyarakat Program Sarjana

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta Hak Bebas Royalti Non eksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul: **Hubungan Kelelahan Kerja dengan Tingkat Konsentrasi pada Pekerja di PT.X Tahun 2025.**

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta berhak menyimpan, mengalih/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan Skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta

Pada Tanggal : 24 Juni 2025

Yang menyatakan,



(Alya Nur Hanifah)

PENGESAHAN

Skripsi ini diajukan oleh:

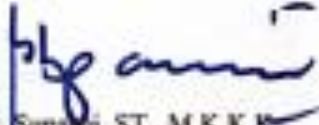
Nama : Alya Nur Hanifah

NIM : 2110713021

Program Studi : Kesehatan Masyarakat Program Sarjana

Judul : Hubungan Kelelahan Kerja dengan Tingkat Konsentrasi pada
Pekerja Tambang di PT.X Tahun 2025

Telah berhasil dipertahankan dihadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Kesehatan Masyarakat pada Program studi Kesehatan Masyarakat Program Sarjana, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta.


Dr. Supatni, ST., M.K.K.R.

Ketua Penguji


Dr. Nuzuliyah Umar, S.Kep., M.K.K.K.

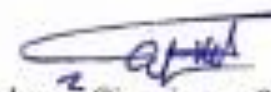
Penguji I


Dr. Desmanawati, S.Kep., M.Kes., Sp.Kep.Mat., PhD.

Dekan FKES UPN "Veteran" Jakarta


Dr. Lusya Puri Ardhianti, S.ST., M.Kes.

Penguji II


Dr. Chandrawati Simanjorang, S.K.M., M.Epid.

Koordinator Program Studi Kesehatan
Masyarakat Perogram Sarjana

Ditetapkan : Jakarta

Tanggal Ujian : 24 Juni 2025

HUBUNGAN KELELAHAN KERJA DENGAN TINGKAT KONSENTRASI PADA PEKERJA TAMBANG DI PT.X TAHUN 2025

Alya Nur Hanifah

Abstrak

Konsentrasi merupakan elemen penting untuk mempertahankan kinerja, produktivitas, dan keselamatan di tempat kerja. Ketika konsentrasi menurun, risiko kesalahan dan kecelakaan kerja bisa meningkat, salah satu faktornya adalah kelelahan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kelelahan kerja dan tingkat konsentrasi pada pekerja tambang di PT. X dengan mempertimbangkan usia, jenis kelamin, indeks massa tubuh (IMT), durasi tidur, dan waktu kerja. Metodologi yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif dengan desain cross-sectional. Pengumpulan data dilakukan pada bulan Mei dan Juni 2025 dengan melibatkan 156 peserta yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Analisis data dilaksanakan dengan metode uji univariat dan uji *chi-square*. Temuan penelitian menunjukkan adanya hubungan signifikan antara kelelahan kerja dan tingkat konsentrasi. Berdasarkan hasil penelitian ini, perusahaan disarankan untuk mengutamakan konsentrasi pekerja dan menyusun program yang mendukung peningkatan konsentrasi kerja, terutama pada lingkungan kerja yang penuh tekanan.

Kata Kunci : Kelelahan Kerja, Pekerja ,Tingkat Konsentrasi.

THE RELATIONSHIP BETWEEN WORK FATIGUE AND LEVEL OF CONCENTRATION AMONG MINING WORKERS AT PT.X IN 2025

Alya Nur Hanifah

Abstract

Concentration is an essential element in maintaining performance, productivity, and safety in the workplace. When concentration decreases, the risk of mistakes and work accidents can increase, one of the factors being fatigue. This study aims to determine the relationship between work fatigue and concentration levels among workers at PT. X, considering age, gender, body mass index (BMI), sleep duration, and working hours. The methodology used in this research is a quantitative approach with a cross-sectional design. Data collection Data gathering occurred in May and June 2025, involving 156 participants selected using purposive sampling techniques. Data analysis was carried out using univariate testing and chi-square tests. The study's findings indicate a significant relationship between work fatigue and concentration levels. Based on the results of this study, the company is encouraged to prioritize worker concentration and develop programs that support the improvement of work concentration, especially in high-pressure work environments.

Keywords: *Concentration Level ,Work Fatigue, Workers.*

KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT atas segala karunia-Nya yang telah memungkinkan penulis untuk menyelesaikan penelitian skripsi ini. Penelitian ini berjudul “ Hubungan Kelelahan Kerja Dengan Tingkat Konsentrasi Pada Pekerja Tambang di PT. X Tahun 2025”, yang dilaksanakan sejak bulan Mei - Juni tahun 2025. Penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada seluruh partisipan yang telah berkontribusi dalam penelitian ini, kepada pimpinan PT. X, serta kepada Ibu Dr. Lusya Puri Ardhiyanti selaku dosen pembimbing yang telah memberikan ilmu dan saran yang sangat bermanfaat selama proses penyusunan ini. Selain itu, penulis juga ingin mengucapkan terima kasih kepada keluarga yang selalu memberikan doa dan dukungan tanpa henti, serta kepada teman-teman seperjuangan yang senantiasa memberikan semangat dan dukungan moral. Dengan penuh harapan, penulis berharap penelitian skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi para pembaca dan menjadi kontribusi positif dalam bidang penelitian yang relevan.

Jakarta, 24 Juni 2025

Penulis

Alya Nur Hanifah

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	ii
PERNYATAAN ORISINALITAS.....	iii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI	iv
PENGESAHAN.....	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
I.1 Latar Belakang	1
I.2 Rumusan Masalah	3
I.3 Tujuan Penelitian	4
I.4 Manfaat Penelitian	4
I.5 Ruang Lingkup Penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
II.1 Konsentrasi	7
II.2 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Konsentrasi	11
II.3 Penelitian Terdahulu	30
II.4 Kerangka Teori	33
BAB III METODE PENELITIAN	35
III.1 Kerangka Konsep	35
III.2 Hipotesis Penelitian.....	35
III.3 Definisi Operasional.....	37
III.4 Desain Penelitian.....	39
III.5 Populasi dan Sampel Penelitian	39
III.6 Lokasi dan Waktu Penelitian	40
III.7 Metode Pengumpulan Data.....	41
III.8 Instrumen Pengumpulan Data.....	41
III.9 Pengolahan Data	45
III.10 Analisis Data.....	47
III.11 Etika Penelitian	47
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	48
IV.1 Gambaran Umum Perusahaan	48
IV.2 Gambaran Pekerjaan	49
IV.3 Hasil Analisis	50
IV.4 Pembahasan	55
IV.5 Keterbatasan Penelitian	67

BAB V PENUTUP	68
V.1 Kesimpulan	68
V.2 Saran.....	69
 DAFTAR PUSTAKA	 71
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Kategori Beban Kerja Berdasarkan Metabolisme, Respirasi, Suhu Tubuh dan Denyut Jantung	15
Tabel 2	Nilai Ambang Batas Iklim Lingkungan Kerja	19
Tabel 3	Kategori Laju Metabolik dan Contoh Aktivitas.....	20
Tabel 4	NAB Kebisingan	21
Tabel 5	Standar Pencahayaan	23
Tabel 6	Kriteria Penilaian Konsentrasi.....	27
Tabel 7	Kriteria Penilaian Reaction Timer.....	28
Tabel 8	Kode Variabel	46
Tabel 9	Distribusi Frekuensi Tingkat Konsentrasi Pekerja.....	50
Tabel 10	Distribusi Frekuensi Variabel Independen	51
Tabel 11	Hasil Analisis Bivariat.....	52

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Grid Concentration Test.....	27
Gambar 2	Reaction Timer	28
Gambar 3	Kerangka Teori.....	34
Gambar 4	Kerangka Konsep Penelitian	35
Gambar 5	Digital Reaction Timer	42
Gambar 6	Grid Concentration Test.....	43
Gambar 7	Contoh Pengisian Grid Concentration Test Dengan Garis	44
Gambar 8	Contoh Pengisian Grid Concentration Test Dengan Coretan.....	44
Gambar 9	Contoh Pengisian Grid Concentration Test Dengan Lingkaran	45

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	<i>Time Schedule</i>
Lampiran 2	Lembar Monitoring Bimbingan
Lampiran 3	Surat Izin Pengambilan Data
Lampiran 4	Surat Persetujuan Ethical Clearance
Lampiran 5	Persetujuan Sebelum Penelitian
Lampiran 6	Informed Consent
Lampiran 7	Kuesioner
Lampiran 8	Lembar Tes Konsentrasi
Lampiran 9	Lembar Penilaian Kelelahan Kerja
Lampiran 10	Hasil Uji Normalitas
Lampiran 11	Hasil Uji ROC Konsentrasi
Lampiran 12	Hasil Uji Univariat
Lampiran 13	Hasil Uji Bivariat
Lampiran 14	Dokumentasi Penelitian
Lampiran 15	Surat Pernyataan Plagiarisme
Lampiran 16	Hasil Turnitin