

ABSTRAK

Smartphone merupakan perangkat seluler yang digunakan tidak hanya untuk melakukan telepon ataupun bertukar pesan singkat. Namun juga untuk mengambil gambar atau foto, menonton video, memutar musik dll. *Smartphone addiction* tidak terkontrol akan menimbulkan gangguan tidur. Sehingga mengalami kualitas tidur yang buruk. Tujuan dilakukannya penelitian ini untuk menganalisis hubungan *smartphone addiction* dengan kualitas tidur pada remaja di SMK Plus NU Sidoarjo.

Desain penelitian analitik observasional dengan pendekatan *Cross Sectional*. Populasi sebanyak 53 orang siswa-siswi kelas X dan XI Keperawatan. Pengambilan sampel menggunakan teknik *Total Sampling*. Pengumpulan data menggunakan *questioner smartphone addiction* dan *PSQI*. Analisa data yang digunakan yaitu Uji *Chi-Square* yang menunjukkan ada hubungan *smartphone addiction* dengan kualitas tidur pada remaja di SMK Plus NU Sidoarjo.

Hasil penelitian menunjukkan dari 53 responden hampir setengahnya (43,4%) mempunyai tingkat *smartphone addiction* yang tinggi dan lebih dari setengahnya (36,8%) termasuk kategori Kualitas tidur yang buruk. Hasil uji *Chi-Square* $p = 0,002$ berarti $p < \alpha$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima, artinya ada hubungan *smartphone addiction* dengan kualitas tidur pada remaja di SMK Plus NU Sidoarjo.

Smartphone addiction yang tidak terkontrol akan semakin memperbesar peluang memiliki kualitas tidur yang buruk maupun dampak negatif lainnya. Maka dari itu remaja sebaiknya mulai membiasakan diri dengan manajemen *smartphone addiction* dengan baik agar tidak berdampak buruk bagi diri sendiri.

Kata Kunci : Smartphone, Smartphone Addiction, Kualitas Tidur, Tidur