

## ABSTRAK

*Aplikasi Handphone* sangat berpengaruh dalam kehidupan sehari-hari, khususnya pada remaja. Sebagian besar remaja menggunakan *handphone* untuk keperluan yang tidak terlalu penting seperti *chatting*, game, dan aplikasi yang lain tanpa mengenal batas waktu, sehingga beberapa remaja mengalami gangguan pola tidur. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh aplikasi *handphone* terhadap pola tidur pada remaja.

Desain penelitian ini merupakan metode analitik dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*, populasi yang digunakan adalah siswa kelas 1 SMK KAL-2 Surabaya sebanyak 214 remaja, sampel yang digunakan adalah 85 yang diambil secara *Simple Random Sampling*. Variabel yang digunakan adalah Variabel Independen Aplikasi *Handphone* dan variabel dependen pola tidur. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner dan status pasien. Data yang diperoleh kemudian dianalisa menggunakan *Uji Chi Square* dengan  $\alpha = 0,05$ .

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 85 responden, diperoleh hasil sebanyak 58 (74,1%) responden memiliki pola tidur terganggu dengan aplikasi *handphone* yang canggih sedangkan 27 (59,3%) responden memiliki pola tidur tidak terganggu dengan aplikasi *handphone* yang biasa.

Hasil *Uji Chi Square* diperoleh  $p = 0,000 < \alpha = (0,05)$   $H_0$  ditolak yang artinya ada pengaruh aplikasi *handphone* terhadap pola tidur di tingkat remaja kelas 1 SMK KAL-2 Surabaya. Semakin banyak remaja yang menggunakan aplikasi *handphone* untuk keperluan tidak penting maka semakin banyak remaja yang memiliki pola tidur terganggu.

Kata kunci : aplikasi *handphone*, pola tidur, remaja.