

ABSTRAK

. Penggunaan *smartphone* meningkat seiring banyaknya fungsi khusus yang disediakan, salah satunya adalah akses fitur sosial media, *game*. Siswa yang menggunakan *smartphone* sampai larut malam dapat memberikan dampak kurang fokus dan mengantuk pada saat pembelajaran, Kurangnya kemampuan individu mengontrol waktu penggunaan *smartphone* mengakibatkan buruknya kualitas tidur. Rekomendasi *The American Academi of Pediatrics*, waktu maksimum 2 jam / sehari untuk anak melakukan *screen based activity* atau bermain *smartphone*. anak sekolah membutuhkan tidur selama 10 jam/hari.jumlah waktu tidur yang tidak tercukupi dapat menimbulkan gangguan konsentrasi, berhalusinasi, mudah marah, gangguan kesehatan dll.

Metode penelitian ini adalah kuantitatif (analitik kolerasi) dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah semua siswa kelas 5 SDN Wedi Sidoarjo dengan jumlah total 52 siswa dan sampel yang diambil berjumlah 46 responden. Alat ukur yang di gunakan dalam penelitian ini adalah kuisisioner PSQI (*Pitsburg Quality Index*) dan kuisisioner intensitas penggunaan *smartphone*, dengan teknik *Statified random sampling* dan analisis data yang digunakan adalah Uji *Rank Spearman*.

Hasil penelitian adalah 46 responden, responden yang memiliki intensitas penggunaan *smartphone* yang rendah adalah 31 responden atau setara dengan (68%) dan yang memiliki kualitas tidur buruk sebanyak 44 responden atau setara dengan 96%. Hasil Analisa data diperoleh nilai $P = 0,001 < 0,05$ yang berarti ada hubungan antara Intensitas Penggunaan Smartphone dengan Kualitas tidur siswa SDN Wedi Sidoarjo.

Dapat disimpulkan bahwa intensitas penggunaan *smartphone* berpengaruh terhadap Kualitas tidur. Apabila tingkat intensitas penggunaan *smartphone* yang dimiliki individu semakin tinggi maka akan mempengaruhi Kualitas tidur yang dimiliki.

Tujuan dilakukan penelitian ini adalah mengetahui adanya hubungan antara Intensitas penggunaan *smartphone* dengan Kualitas tidur pada siswa SDN Wedi Sidoarjo. Diharapkan pada para orangtua bisa membatasi pemakaian *smartphone* pada anak – anak nya serta lebih memperhatikan pola tidur anak sehingga kualitas tidur dapat meningkat menjadi lebih baik.

Kata Kunci : Intensitas Penggunaan *Smartphone*, Kualitas Tidur, Siswa Kelas 5 SD