

ABSTRAK

Penggunaan *gadget* saat ini lagi trend, apalagi disaat musim pandemi seperti ini, semua serba modern. Pembelajaran mulai *daring* dan harus menggunakan *gadget*. Selain untuk belajar, *gadget* juga untuk bermain. Akan tetapi *gadget* juga sangat berdampak pada pola tidur anak apabila anak terlalu sering menggunakan *gadget*. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui adanya hubungan lama penggunaan *gadget* terhadap pola tidur pada anak usia 7-10 tahun di desa joho kalidawir tulungagung tahun 2021. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian analitik dengan rancangan *Cross Sectional*. Sampel penelitian adalah Orangtua yang mempunyai anak umur 7 – 10 tahun dan bertempat tinggal di Desa Joho, Kecamatan Kalidawir, Kabupaten Tulungagung yang berjumlah 70 orang. Teknik pengambilan sampel ini adalah Total Sampling. Instrumen pengumpulan data berupa lembar observasi untuk mengobservasi lama penggunaan gadget dan pola tidur pada anak usia 7 – 10 tahun di Desa Joho, Kalidawir, Tulungagung. Data analisis dengan uji *Spearman Rho* dengan program SPSS. Hasil penelitian di dapatkan lama penggunaan gadget terdapat 53 responden dengan persentase 75,7% dengan kategori tinggi, dan pola tidur terdapat 53 responden dengan persentase 75,7% termasuk kategori tidak cukup. Berdasarkan uji *Spearman Rho' Test* diperoleh P value = 0,00

Kata Kunci : Lama Penggunaan Gadget, Pola Tidur

ABSTRACT

The use of gadgets is currently a trend, especially during this pandemic season, everything is modern. Learning starts online and must use gadgets. In addition to learning, gadgets are also for playing. However, gadgets also have an impact on children's sleep patterns if they use gadgets too often. The purpose of this study was to determine the relationship between the length of use of gadgets on sleep patterns in children aged 7-10 years in the village of Joho Kalidawir, Tulungagung in 2021. The type of research used is analytic research with a cross sectional design. The research sample is parents who have children aged 7-10 years and live in Joho Village, Kalidawir District, Tulungagung Regency, amounting to 70 people. This sampling technique is Total Sampling. The data collection instrument was an observation sheet to observe the duration of gadget use and sleep patterns in children aged 7-10 years in Joho Village, Kalidawir, Tulungagung. Data analysis by Spearman Rho test with SPSS program. The results of the study found that the length of use of gadgets was 53 respondents with a percentage of 75.7% in the high category, and sleep patterns there were 53 respondents with a percentage of 75.7% including the insufficient category. Based on the Spearman Rho Test, P value = 0.00.

Keywords : Long use of gadgets,. Sleep Patterns.