

# **UPAYA PENCEGAHAN NOMOPHOBIA PADA REMAJA MELALUI OLAHRAGA PANAHAN**

Oleh: Sumaryanto, Sumarjo, Yudik Prasetyo, Heru Prasetyo

## **ABSTRAK**

Nomophobia merupakan ketakutan jika berada jauh dari mobile-phone. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh nomophobia terhadap akurasi atlet panahan di Kabupaten Sleman.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif komparatif. Populasi dalam penelitian ini adalah atlet panahan di Kabupaten Sleman yang berjumlah 50 orang. Teknik sampling yang digunakan total sampling. Selanjutnya dari 50 atlet panahan dikategorikan nomophobia tinggi dan rendah.

Instrumen yang digunakan untuk mengukur tingkat nomophobia yaitu angket sedangkan akurasi memanah menggunakan tes memanah sebanyak 6 kali, selama 6 seri/rambahan dan dengan jumlah total 36 anak panah

*Kata kunci:* nomophobia, atlet panahan, Kabupaten Sleman