

# 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*