

Hemşirelik Öğrencilerinde Akıllı Telefon Bağımlılığının Psikolojik İyi Oluş ve Ruhsal Sağlık ile İlişkisi

Relationship of Smartphone Addiction with Psychological Well-Being and Mental Health in Nursing Students

Nihal Bostancı Daştan¹  Berna Aktaş¹ 

¹Kafkas Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü Psikiyatri Hemşireliği Anabilim Dalı, Kars, TÜRKİYE

Geliş tarihi/ Date of receipt: 19/05/2021

Kabul tarihi/ Date of acceptance: 07/02/2022

© Ordu University Faculty of Health Sciences, Department of Nursing, Türkiye, Published online: 05/12/2022

ÖZ

Amaç: Bu çalışma hemşirelik öğrencilerinde akıllı telefon bağımlılığının psikolojik iyi oluş ve ruhsal sağlık ile ilişkisini belirlemek amacıyla yapılmıştır.

Yöntem: Kesitsel bir çalışma olan bu araştırmanın verileri bir devlet üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik bölümünde araştırmaya katılmayı kabul eden 481 öğrenciden toplandı. Veri toplama aracı olarak; Bilgi Formu, Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği (Kısa Formu), Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ve Genel Sağlık Anketi-12 kullanıldı. Verilerin değerlendirilmesinde tanımlayıcı analizler, Mann Whitney U, Kruskal-Wallis testi ve Spearman Korelasyon analizi kullanıldı.

Bulgular: Öğrencilerin yaş ortalaması 20.76±1.65 ve %69'u kızdı. Ölçek puan ortalamalarına bakıldığında; Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği (Kısa Formu) 29.98±10.06, Psikolojik İyi Oluş Ölçeği 38.46±8.74 ve Genel Sağlık Anketi-12 ise 2.84±1.86 bulundu. Cinsiyet ile toplam akıllı telefon kullanım süresi, günlük akıllı telefon kullanım süresi ile Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği (Kısa Formu) arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulundu (p<0.05). Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği (Kısa Formu) ortalama puanı ile Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ortalama puanı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunamazken (p>0.05), Genel Sağlık Anketi-12 ortalama puanı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu bulundu (p<0.05).

Sonuç: Hemşirelik öğrencilerinde akıllı telefon bağımlılığı puan ortalamasının orta düzeyde ve ruhsal sağlık ile anlamlı ilişki içerisinde olduğu bulundu. Bu sonuçlar doğrultusunda akıllı telefonun gereksiz kullanımının azaltılması ve ruhsal sağlığı iyileştirmek için müdahale çalışmalarının yapılması önerilebilir.

Anahtar Kelimeler: Hemşirelik öğrencisi, akıllı telefon bağımlılığı, psikolojik iyi oluş, ruhsal sağlık.

ABSTRACT

Objective: This study was conducted to reveal the relationship of smartphone addiction with psychological well-being and mental health in nursing students.

Methods: The data of this cross-sectional study were collected from 481 students who agreed to participate in the study at a state university, Faculty of Health Sciences, Department of Nursing. Introductory Information Form, Smartphone Addiction Scale-Short Form, Psychological Well-Being Scale and General Health Questionnaire-12 were used for data collection. In the analysis of the data; Mann Whitney U, Kruskal Wallis test and Spearman correlation analysis were used besides descriptive analyses.

Results: The average age of the students was 20.76±1.65 and 69 % was female. Looking at the scale averages, the Smartphone Addiction Scale-SF score was 29.98±10.06, the Psychological Well-Being Scale score was 38.46±8.74, and the General Health Questionnaire-12 score was 2.84±1.86. A statistically significant difference was found between gender, total smartphone usage time, daily smartphone usage time and the Smartphone Addiction Scale-SF (p<0.05). While there was not found statistically significant correlation between the Smartphone Addiction Scale-SF and the Psychological Well-Being Scale (p>0.05), there was found a statistically significant correlation with the General Health Questionnaire-12 (p<0.05).

Conclusion: The average smartphone addiction score in nursing students was moderate and had a significant correlation with mental health. In line with these results, it can be suggested that intervention studies be carried out to reduce unnecessary use of the smartphone and improve mental health.

Keywords: Nursing student, smartphone, addiction, psychological well-being, mental health.

ORCID IDs of the authors: NBD: 0000-0001-5580-4960; BA: 0000-0002-8722-8299

Sorumlu yazar/Corresponding author: Arş. Gör. Berna Aktaş

Kafkas Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü Psikiyatri Hemşireliği Anabilim Dalı, Kars, TÜRKİYE

*Bu çalışma, 26-29 Kasım 2020 tarihinde çevrimiçi olarak gerçekleştirilen 1. Lisansüstü Hemşirelik Sempozyumu'nda sözel bildiri olarak sunulmuştur.

e-posta/e-mail: brnaktas57@gmail.com/berna.aktas@kafkas.edu.tr

Atf/Citation: Bostancı Daştan NB, Aktaş B. (2022). Hemşirelik öğrencilerinde akıllı telefon bağımlılığının psikolojik iyi oluş ve ruhsal sağlık ile ilişkisi. Ordu Üniversitesi Hemşirelik Çalışmaları Dergisi, 5(3), 365-372. DOI:10.38108/ouhcd.939175



Content of this journal is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License.

Giriş

Teknolojideki ilerlemelerin etkisiyle hızlı bir gelişim gösteren (Kumcağız ve ark., 2020) kamera, iletişim, internet, navigasyon sistemi ve e-posta hizmeti gibi çeşitli işlevler sunmasının yanı sıra sosyal ağ oluşturma ve oyun oynama özelliğine sahip akıllı telefonlar (Chen ve ark., 2017) günümüzde kullanıcılarına sağladığı kolaylıklarla günlük yaşam için bir gereksinim haline gelmiştir (Lee ve ark., 2018). Almanya merkezli online istatistik portalı Statista şirketinin verilerine göre dünya çapında 2016 yılında %33.5 olan akıllı telefon kullanım oranı, 2019 yılında %41.5, 2020 yılında ise %46.45'e ulaşmıştır ve bu oran dünya çapında tahmini 3.6 milyar akıllı telefon kullanıcılarına ve 7.8 milyar küresel nüfusa dayanmaktadır (Statista, 2020). İngiltere merkezli sosyal medya depolama aracı Hootsuit ve global sosyal medya ajansı We Are Social'ın yayınladıkları rapora göre Türkiye'de 16-64 yaş aralığındaki bireylerin kullandığı telefonların %97.2'si akıllı telefon ve bu yaş grubunda telefonu bulunmayan %2.3'lük bir kesim kalmıştır (We Are Social ve Hootsuite, 2021). Akıllı telefonların günlük yaşamda sağladıkları avantajların yanı sıra aşırı kullanımları akıllı telefon bağımlılığına neden olabilir (Ithnain ve ark., 2018). Günümüzde akıllı telefonların özellikle genç popülasyonda (Kumcağız ve ark., 2020) yoğun kullanılması dünya çapında aşırı kullanım ve bağımlılıkla ilgili endişelere neden olmuştur (Panova ve Carbonell, 2018). Akıllı telefon bağımlılığı, akıllı telefonun üretkenlik, sosyal ilişkiler, fiziksel sağlık veya duygusal refah açısından günlük işleyişin bozulmasına neden olacak oranda (Horwood ve Anglim, 2019), aşırı ve kontrolsüz kullanımı (Ithnain ve ark., 2018) anlamına gelir. Akıllı telefon bağımlılığı; kompulsif telefon kullanımı (mesajları veya güncellemeleri tekrar tekrar kontrol etme gibi davranışlar); tolerans (daha uzun ve daha yoğun telefon kullanım dönemleri); geri çekilme (telefon olmadan ajitasyon veya sıkıntı duyguları) ve (fonksiyonel bozukluk) diğer günlük yaşam aktiviteleri ve yüz yüze sosyal ilişkilerin olumsuz etkilenmesi olmak üzere dört ana bileşenden oluşur (Chen ve ark., 2017). Akıllı telefonların aşırı kullanımı veya akıllı telefon bağımlılığı olumsuz sağlık sonuçlarına neden olabilir (Enez Darcin ve ark., 2016). Bu olumsuz etkilerin görülebileceği kavramlardan önemli iki tanesi psikolojik iyi oluş ve ruhsal sağlıktır. Günümüzde bağımlılık seviyelerine ulaşan akıllı telefon kullanımının özellikle riskli grup olan üniversite öğrencilerinin psikolojik iyi oluşu ve

ruhsal sağlığı üzerine etkisi araştırılması gereken önemli bir konudur. Bu çalışma hemşirelik öğrencilerinde akıllı telefon bağımlılığı düzeyini ve akıllı telefon bağımlılığı ile psikolojik iyi oluş ve ruhsal sağlık arasındaki ilişkiyi belirleme amaçlı gerçekleştirilmiştir.

Araştırma Soruları;

Hemşirelik öğrencilerinin akıllı telefon bağımlılık düzeyleri nedir?

Hemşirelik öğrencilerinde akıllı telefon bağımlılığını etkileyen faktörler nelerdir?

Hemşirelik öğrencilerinin psikolojik iyi oluş düzeyi nedir?

Hemşirelik öğrencilerinin ruhsal sağlık durumu nedir?

Hemşirelik öğrencilerinde akıllı telefon ve psikolojik iyi oluş arasında ilişki var mıdır?

Hemşirelik öğrencilerinde akıllı telefon ve ruhsal sağlık arasında ilişki var mıdır?

Yöntem

Kesitsel olarak yapılan çalışmada, araştırmanın evrenini 2019-2020 akademik yılında bir devlet üniversitesinin Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Bölümü'nde öğrenim gören 892 öğrenci oluşturmuştur. Araştırmada örneklem seçimine gidilmemiş olup çalışma araştırma süresince ulaşılabilen 481 öğrenci ile tamamlanmıştır. Evreni oluşturan öğrencilerin %53.9'u çalışmaya katılmıştır.

Verilerin Toplanması

Veriler Ekim- Kasım 2019 arasında öz bildirimde dayalı, tek seferde yüz yüze görüşme yöntemi ile Bilgi Formu, Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği-Kısa Formu (ATBÖ-KF) Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ve Genel Sağlık Anketi-12 (GSA-12) kullanılarak 15-20 dakikalık bir sürede toplanmıştır.

Bilgi Formu: İlgili literatür taraması sonucunda hazırlanan form katılımcıların demografik bilgileri ve akıllı telefon kullanımı ile ilgili 8 sorudan oluşmaktadır (Chen ve ark., 2017; Çelik, 2018; Elhai ve ark., 2017; Enez Darcin ve ark., 2016; Kumcağız ve Gündüz, 2016).

Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği- Kısa Formu (ATBÖ-KF): Ölçek ergenlerin akıllı telefon bağımlılığının ölçülmesi amacıyla Kwon ve arkadaşları (2013) tarafından geliştirilmiş olup geçerlilik ve güvenilirlik çalışmasını Noyan ve arkadaşları yapmıştır. Ölçekte 6'lı likert tipinde olan 10 madde bulunmaktadır. Ölçekten 10 ila 60 puan arasında alınabilmektedir. Alınan yüksek puanlar bağımlılık için riskin arttığını göstermektedir. Ölçeğin iç tutarlılık kat sayısı 0.91, güvenilirlik kat

sayısı 0.92 bulunmuştur (Noyan ve ark., 2015). Mevcut araştırmada Cronbach alfa değeri 0.86 olarak bulunmuştur.

Psikolojik İyi Oluş Ölçeği: Diener ve arkadaşları tarafından (2010) iyi oluş ölçümlerini tanımlayan, psikolojik ve sosyal iyi oluşu ölçmek ve araştırmak için oluşturulmuştur. Ölçeğin Türkçe diline kazandırılma ve uyarlaştırılmasını Telef (2013) yapmıştır. Ölçekteki maddeler kesinlikle katılmıyorum (1) ile kesinlikle katılıyorum (7) şeklinde yanıtlanmaktadır. Ölçeğin tüm soruları olumlu biçimdedir. Ölçekten toplamda 8 ila 56 arasında puanlar alınmaktadır. Alınan puanın yüksek olması bireyin birçok psikolojik kaynak ve güce sahip olduğunun göstergesidir. Ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı 0.87 olarak belirlenmiştir. Mevcut araştırmada Cronbach alfa değeri 0.88 olarak bulunmuştur.

Genel Sağlık Anketi-12 (GSA-12): Goldberg tarafından (1972) son haftalarda meydana gelmiş ruhsal problemlerin taranması veya araştırılması amacıyla 60 maddelik olarak oluşturulmuştur. Psikotik düzeyde olmayan bunaltı ve depresyon belirtilerinin belirlenmesinde işlev görebileceği belirtilmektedir. Türkçe geçerlik güvenilirlik çalışması Kılıç (1996) tarafından yapılmış ve iç tutarlılığı 0.84, tekrar test korelasyonu 0.67 olarak bulunmuştur. GSA-12’de, 4 seçenekten (hiçbir zaman, her zamanki kadar, her zamankinden sık, çok sık) oluşan 12 soru bulunmaktadır. Araştırmada kullanılan puan (0-0-1-1 GSA tipi) türüne göre katılımcılar 0 ila 12 puan alabilmektedir. Çalışmamızda iki ve üzeri puan alınması ruhsal problemler açısından riskli durum olarak kabul edilmiştir. Alınan puanın artmasıyla ruh sağlığının kötüleştiği ve ruhsal problem görülme olasılığının arttığı kabul edilmektedir. Ölçekten ikiden az puan alınması düşük, iki-üç arası puan alınması orta ve dört ve üzerinde puan alınması ruhsal problem riski olarak gruplanmaktadır. Mevcut araştırmada Cronbach alfa değeri 0.83 olarak bulunmuştur.

Verilerin Analizi

Araştırmanın verileri SPSS 20.0’de değerlendirilmiş ve analizlerde; tanımlayıcı istatistiksel yöntemler (sayı, yüzde, ortalama), Kolmogorov Smirnov normallik analizine göre veriler normal dağılım göstermediği için Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği’ni etkileyen faktörleri değerlendirmede iki grup ortalamalarını karşılaştırmada Mann Whitney U, üç ve daha fazla bağımsız ortalama arasındaki farkın hesaplanmasında Kruskal-Wallis testi, ölçekler arası ilişkileri değerlendirmede Spearman Korelasyon

kullanılmıştır. İstatistiksel olarak $p < 0.05$ değeri anlamlı kabul edilmiştir.

Araştırmaya dâhil olma kriterleri

- Akıllı telefon kullanmak,
- Hemşirelik bölümü öğrencisi olmak,
- Tanı konulmuş bir ruhsal hastalığı olmamak,
- Araştırmaya katılmaya istekli olmak.

Araştırmadan dışlama kriterleri

- Araştırmaya dâhil olma kriterlerini karşılamayan bireyler örneklem dışı tutulmuştur.

Bulgular

Öğrencilerin tanıtıcı özellikleri incelendiğinde yaş ortalamasının 20.76 ± 1.65 (Min:18, Max:30), %69’unun kız, %27.9’unun dördüncü sınıf, %64.2’sinin akademik ortalamasının orta, %75.7’sinin aile gelirinin orta düzey olduğu belirlenmiştir. Öğrencilerin akademik not ortalamasının 2.78 ± 0.48 (Min:0.50, Max:3.84), akıllı telefon kullanma süresinin (yıl) 4.41 ± 2.27 (Min:0.10, Max:11.00), günlük akıllı telefon kullanma süresinin (saat) 5.28 ± 3.51 (Min:1.00, Max:20.00) olduğu belirlenmiştir (Tablo 1).

Tablo 1. Öğrencilerinin Tanıtıcı Özellikleri (n=481)

Tanıtıcı Özellikler	n	%
Yaş	20.76 ± 1.65 (Min:18, Max: 30)	
Cinsiyet		
Kız	332	69.0
Erkek	149	31.0
Sınıf		
Birinci sınıf	116	24.1
İkinci sınıf	103	21.4
Üçüncü sınıf	128	26.6
Dördüncü sınıf	134	27.9
Akademik Ortalama		
Algısı		
Düşük	100	26.0
Orta	247	64.2
Yüksek	38	9.9
Aile Geliri Algısı		
Düşük	102	21.2
Orta	364	75.7
Yüksek	15	3.1
Akademik Not Ortalaması	2.78 ± 0.48 (Min:0.50, Max:3.84)	
Akıllı Telefon Kullanım Süresi (yıl)	4.41 ± 2.27 (Min:0.10, Max:11.00)	
Günlük Akıllı Telefon Kullanım Süresi (saat)	5.28 ± 3.51 (Min:1.00, Max:20.00)	

Öğrencilerin ölçek puan ortalamaları incelendiğinde ATBÖ-KF 29.98±10.06, Psikolojik

İyi Oluş Ölçeği 38.46±8.74, GSA-12 ise 2.84±1.86 olduğu belirlenmiştir (Tablo 2).

Tablo 2. Öğrencilerin Ölçek Puan Ortalamaları (n=481)

Ölçekler	Alınabilecek Minimum-Maksimum Puan	Alınan Minimum -Maksimum Puan	X ± S.S
ATBÖ-KF	10-60	10-59	29.98±10.06
Psikolojik İyi Oluş Ölçeği	8-56	8-56	38.46±8.74
GSA-12	0-12	0-12	2.84±1.86

X= Ortalama, SS=Standart Sapma

Öğrencilerin tanıtıcı özellikleri ile ATBÖ-KF puan ortalamalarının karşılaştırılmasına bakıldığında; yaş, sınıf, akademik ortalama algısı ve aile geliri algısına göre anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($p>0.05$). Öğrencilerin ATBÖ-KF puan ortalamalarını etkileyen tanıtıcı özelliklere bakıldığında; kız öğrencilerin erkek öğrencilere ($U=-2.081$; $p=0.037$) göre istatistiksel olarak anlamlı

derecede daha yüksek olduğu görülmüştür. Ayrıca akıllı telefon kullanım süresiyle akıllı telefon bağımlılığı arasında yüksek düzeyde anlamlı bir ilişki ($r=0.098^*$; $p=0.032$) olduğu belirlenmiştir. Günlük akıllı telefon kullanım süresiyle akıllı telefon bağımlılığı arasında zayıf düzeyde anlamlı bir ilişki ($r=0.227^{**}$; $p=0.000$) olduğu belirlenmiştir (Tablo 3).

Tablo 3. Öğrencilerinin Tanıtıcı Özelliklerine Göre ATBÖ-KF Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması (n=481)

Tanıtıcı Özellikler	MeanRanks± S.S	(U/ χ^2 /r;p)
Yaş		$r=-0.006$; $p=0.889$
Cinsiyet		
Kız	249.83	U= -2.081
Erkek	221.32	p=0.037
Sınıf		
Birinci sınıf	215.06	$\chi^2=6.655$
İkinci sınıf	250.98	$p=0.084$
Üçüncü sınıf	258.58	
Dördüncü sınıf	238.99	
Akademik Ortalama Algısı		
Düşük	188.88	
Orta	191.23	$\chi^2=1.733$
Yüksek	215.34	$p=0.420$
Aile Geliri Algısı		
Düşük	208.81	$\chi^2=6.311$
Orta	246.74	$p=0.057$
Yüksek	253.47	
Toplam Akıllı Telefon Kullanım Süresi (Yıl)		$r=0.098^*$; p=0.032
Günlük Akıllı Telefon Kullanım Süresi (Saat)		$r=0.227^{**}$; p=0.000

MeanRanks= Sıra Ortalamaları, U=Mann Whitney U, χ^2 =Kruskal-Wallis, r= Spearman Korelasyon

ATBÖ-KF, Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ve GSA-12 arasındaki ilişkiler incelendiğinde; ATBÖ-KF ile Psikolojik İyi Oluş Ölçeği arasında anlamlı bir ilişki ($r=-0.088$; $p=0.054$) bulunmazken, ATBÖ-KF ile

GSA-12 arasında zayıf düzeyde anlamlı bir ilişki ($r=0.201^{**}$; $p=0.000$) olduğu belirlenmiştir (Tablo 4).

Tablo 4. ATBÖ-KF, Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ve GSA-12 Arasındaki İlişkiler (n=481)

Ölçekler	Psikolojik İyi Oluş Ölçeği	Genel Sağlık Anketi (GSA-12)
Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği	$r=-0.088$; $p=0.054$	$r=0.201^{**}$; $p=0.000$

r= Spearman Korelasyon

Tartışma

Hemşirelik öğrencilerinde akıllı telefon bağımlılığının psikolojik iyi oluş ve ruhsal sağlık ile ilişkisini belirlemek amacıyla yapılan bu çalışmada öğrencilerin ATBÖ-KF puan ortalamasının orta düzeyde (29.98 ± 10.06) olduğu belirlenmiştir. Yapılan çalışmalar incelendiğinde Kırca ve Kutlutürkan (2019) (30.43 ± 11.08) ile Özdemir ve arkadaşlarının (2019) (28.32 ± 10.20) çalışmalarında öğrencilerin akıllı telefon bağımlılığı düzeylerinin orta düzey, Yılmaz ve arkadaşlarının (2017) çalışmasında ise düşük düzey (23.31 ± 10.20) olduğu belirlenmiştir.

Çalışmamızda yaş, sınıf düzeyi, akademik ortalama algısı ve aile geliri algısının istatistiksel olarak anlamlı derecede akıllı telefon bağımlılığını etkilemediği belirlenmiştir. Kunt ve arkadaşlarının (2020) çalışmasında akıllı telefon bağımlılığının yaşa bağlı olarak azaldığı, Zencirci ve arkadaşlarının (2018) çalışmasında 18-20 yaş arası bireylerin bağımlılık puanlarının 21-24 yaş arası bireylere göre daha yüksek olduğu, Kim ve arkadaşlarının (2019) çalışmasında ise bulgumuzla benzer şekilde yaşın akıllı telefon bağımlılığını etkilemediği belirlenmiştir. Bu bulgu akıllı telefonların günümüzde her yaş grubundan bireyler tarafından yoğun bir şekilde kullanılması ile açıklanabilir. Kumcağız ve Gündüz (2016)'ün çalışmasında sınıf seviyesi yükseldikçe bağımlılık seviyesinin azaldığı, Yılmaz ve arkadaşlarının (2017) hemşirelik öğrencileriyle yaptıkları bir çalışmada ikinci sınıfların, Matar Boumosleh ve Jaalouk (2017)'un çalışmasında ise 2. ve 3. sınıfların akıllı telefon bağımlılık düzeylerinin diğer sınıflara göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Bu bulgu sınıf seviyesi fark etmeksizin tüm öğrencilerin akıllı telefonları başta okul dersleri olmak üzere araştırma ve ödev yapmak, uzakta olan aile-arkadaş-akrabalarıyla iletişim kurmak amacıyla yaygın şekilde kullandığını göstermektedir. Bulgularımızla

uyumlu olarak Kumcağız ve Gündüz (2016)'ün ve Matar Boumosleh ve Jaalouk (2017)'un çalışmasında akademik ortalama algısının, Kumcağız ve Gündüz (2016), Kim ve arkadaşlarının (2019) ve Kunt ve arkadaşlarının (2020)'nin çalışmalarında ise aile geliri algısının akıllı telefon bağımlılığını etkilemediği belirlenmiştir. Zencirci ve arkadaşları (2018) ise sosyoekonomik durumu yüksek olanların bağımlılık puanlarının daha yüksek olduğunu belirlemiştir. Bu bulgu öğrencilerin akıllı telefonla ilgili yaptıkları harcamalarda aile gelirinden ziyade kendilerine ait burs/kredi ücretlerini kullanmalarıyla açıklanabilir.

Çalışmamızda cinsiyet, akıllı telefon kullanım süresi ve günlük akıllı telefon kullanım süresinin akıllı telefon bağımlılığını istatistiksel olarak anlamlı derecede etkilemediği belirlenmiştir. Bulgularımıza göre kızların akıllı telefon bağımlılıkları erkeklere göre daha fazladır. Bu bulgu Demirci ve arkadaşları (2015), Altundağ ve Bulut (2017), Zencirci ve arkadaşları (2018), Kim ve arkadaşları (2019) ve Kunt ve arkadaşlarının (2020) sonuçlarıyla uyumludur. Literatür incelendiğinde akıllı telefon bağımlılığının cinsiyete göre anlamlı olmadığını (Chen ve ark., 2017; Kumcağız ve Gündüz, 2016; Matar Boumosleh ve Jaalouk, 2017; Özdemir ark., 2019; Yılmaz ve ark., 2017) belirleyen çalışmalar da mevcuttur. Alhazmi ve arkadaşlarının (2018) çalışmasında erkek öğrencilerin akıllı telefon bağımlılığının daha yüksek olduğu, Chen ve arkadaşlarının (2017) Çin'de tıp fakültesi öğrencileriyle yaptıkları bir çalışmada ise erkek öğrenciler için oyun oynamanın, kız öğrenciler için multimedya ve sosyal ağ uygulamalarının akıllı telefon bağımlılığını yordadığı belirlenmiştir. Bu bulgumuz kız öğrencilerin daha duygusal yapıda olmaları, ailelerine erkeklere oranla daha bağlı olmaları ve uzakta olan aile-arkadaş-akrabalarıyla iletişim

kurmak amacıyla akıllı telefonları erkeklere göre daha fazla kullanmalarıyla açıklanabilir.

Çalışmamızda günlük akıllı telefon kullanım süresiyle akıllı telefon bağımlılığı arasında zayıf düzeyde ve akıllı telefon kullanım süresiyle (yıl) akıllı telefon bağımlılığı arasında yüksek düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Noyan ve arkadaşları (2015), Kunt ve arkadaşları (2020) ve Alhazmi ve arkadaşlarının (2018) çalışmasında da benzer şekilde günlük akıllı telefonu kullanım süresinin artması akıllı telefon bağımlılığını da arttırmaktadır. Matar Boumosleh ve Jaalouk (2017)'un çalışmasında ise hafta içi beş saatten uzun akıllı telefon kullanan bireylerin akıllı telefon bağımlılıkları daha yüksek bulunmuştur. Bu bulgu bağımlılık kriterlerinden belirginlik maddesi (bağımlı olunan faaliyete uzun zaman ayrılması) ile açıklanabilir. Özdemir ve arkadaşlarının (2019) çalışmasında akıllı telefon kullanım süresiyle akıllı telefon bağımlılığı arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Bu bulgu akıllı telefonların günümüzde her türlü kolaylığı sağlaması nedeniyle kişiyi rahat ve konforlu bir yaşama alıştırmaması ve bu nedenle de uzun süredir akıllı telefon kullananların bu konforu sürdürme isteğinden kaynaklanıyor olabilir. Ayrıca akıllı telefonu yeni kullanmaya başlayan bireylerin akıllı telefonun özelliklerini ve sağladığı imkânları uzun süredir kullanan bireylere göre daha az bilmesi akıllı telefonlara daha az bağımlı olmalarını sağlar.

Çalışmamızda akıllı telefon bağımlılığı ile psikolojik iyi oluş arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunamazken akıllı telefon bağımlılığı ile ruhsal sağlık arasında zayıf düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Literatür incelendiğinde akıllı telefon bağımlılığı ile psikolojik iyi oluş arasında anlamlı ilişki olduğunu belirleyen çalışmalar olduğu görülmektedir (Çelik, 2018; Horwood ve Anglim, 2019; Kumcağız ve Gündüz, 2016). Akıllı telefon bağımlılığı ile psikolojik iyi oluş arasında anlamlı bir ilişki bulunamaması ortalamanın üzerinde olan psikolojik iyi oluş düzeyinin orta seviyede olan akıllı telefon bağımlılığından etkilenmediğini gösterir niteliktedir. Bulgularımıza dayanarak akıllı telefon bağımlılığı ile ruh sağlığının kötüleştiği ve ruhsal bozukluk görülme olasılığının arttığı söylenebilir. Literatürde akıllı telefon bağımlılığının depresyon (Chen ve ark., 2017; Demirci ve ark., 2015; Elhai ve ark., 2017; Ithnain ve ark., 2018; Kil ve ark., 2021; Kocamaz ve ark., 2020; Kunt ve ark., 2020), anksiyete (Chen ve ark., 2017; Demirci ve ark., 2015; Elhai ve ark., 2017; Hawi ve Samaha, 2017;

Ithnain ve ark., 2018; Kil ve ark., 2021; Kocamaz ve ark., 2020), sosyal ve duygusal distres (Volungis ve ark., 2019), düşük uyku kalitesi (Chen ve ark., 2017; Demirci ve ark., 2015; Kocamaz ve ark., 2020), şiddetli davranışsal ve duygusal problemler (Lee ve ark., 2018), düşük öz saygı, ebeveynle düşük kaliteli iletişim (Lee ve ark., 2018) ve stres (Elhai ve ark., 2017; Kil ve ark., 2021; Kocamaz ve ark., 2020) ile ilişkili olduğunu belirleyen çalışmalar mevcuttur.

Sonuç ve Öneriler

Çalışmanın sonucunda hemşirelik öğrencilerinde akıllı telefon bağımlılığı puan ortalamasının orta düzeyde ve ruhsal sağlık ile pozitif ilişki içerisinde olduğu belirlenmiştir. Bu sonuçlara dayanarak akıllı telefonun gereksiz kullanımını azaltmak, medya okuryazarlığının düzenlenmesi ayrıca hemşirelik öğrencilerinde ruhsal sağlığı yükseltmek ve iyileştirmek için eğitim ve müdahale çalışmalarının uygulanması önerilebilir.

Teşekkür

Araştırmaya katılan öğrencilere teşekkür ederiz.

Araştırmanın Etik Yönü/ Ethics Committee

Approval: Araştırma için bir devlet üniversitesinin Sağlık Bilimleri Fakültesi Girişimsel Olmayan Araştırmalar Etik Kurul Başkanlığı'ndan (02/07/2019 tarih ve 81829502.903/77sayılı) etik izin ve uygulamanın yapıldığı kurumdaki (03/10/2019 tarih ve E.30683 sayılı) kurum izni alınmıştır. Araştırmada gereken izinler alındıktan sonra araştırmaya katılan bireylere araştırmanın amacı anlatılarak yazılı onamları alınmıştır.

Hakem/Peer-review: Dış hakem değerlendirmesi.

Yazar Katkısı/Author Contributions: Fikir/kavram: NBD, BA; Tasarım: NBD, BA; Veri toplama ve/veya Veri İşleme: NBD, BA; Analiz ve/veya Yorum: NBD, BA; Kaynak tarama: NBD, BA; Makalenin Yazımı: NBD, BA; Eleştirel inceleme: NBD, BA.

Çıkar çatışması/Conflict of interest: Araştırmacılar herhangi bir çıkar çatışması belirtmemişlerdir.

Finansal Destek/Financial Disclosure: Bu araştırma için finansal destek alınmamıştır.

Çalışma Literatüre Ne Kattı?

- Öğrencilerin akıllı telefon bağımlılık puan ortalamasının orta düzeydedir.
- Akıllı telefon kullanma süresi arttıkça, ruh sağlığının kötüleşmekte ve ruhsal bozukluk görülme olasılığı artmaktadır.

Kaynaklar

- Alhazmi AA, Alzahrani SH, Baig M, Salawati EM (2018). Prevalence and factors associated with smartphone addiction among medical students at King Abdulaziz University, Jeddah. *Pakistan Journal of Medical Sciences*, 34(4), 984-988.
- Altundağ Y, Bulut S (2017). Aday sınıf öğretmenlerinde problemli akıllı telefon kullanımının incelenmesi. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 17(4), 1670-1682.
- Çelik CB (2018). Akıllı telefon bağımlılığı eğilimi, sosyal güvende olma ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Akdeniz Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 12(24), 195-206.
- Chen B, Liu F, Ding S, Ying X, Wang L, Wen Y (2017). Gender differences in factors associated with smartphone addiction: a cross-sectional study among medical college students. *BMC Psychiatry*, 17(1), 1-9.
- Demirci K, Akgönül M, Akpınar A (2015). Relationship of smartphone use severity with sleep quality, depression, and anxiety in university students. *Journal of Behavioral Addictions*, 4(2), 85-92.
- Diener E, Wirtz D, Tov W, Kim-Prieto C, Choi D, Oishi S ve ark. (2010). New well-being measures: Short scales to assess flourishing and positive and negative feelings. *Soc Indic Res*, 97(2), 143-156.
- Elhai JD, Dvorak RD, Levine JC, Hall BJ (2017). Problematic smartphone use: a conceptual overview and systematic review of relations with anxiety and depression psychopathology. *Journal of Affective Disorders*, 207, 251-259.
- Enez Darcin A, Kose S, Noyan CO, Nurmedov S, Yılmaz O, Dilbaz N (2016). Smartphone addiction and its relationship with social anxiety and loneliness. *Behaviour&Information Technology*, 35(7), 520-525.
- Goldberg DP(1972) *The Detection of Psychiatric Illness by Questionnaire*. London, Oxford University Press. 252-257.
- Hawi NS, Samaha M (2017). Relationships among smartphone addiction, anxiety, and family relations. *Behaviour& Information Technology*, 36(10), 1046-1052.
- Horwood S, Anglim J (2019). Problematic smartphone usage and subjective and psychological well-being. *Computers in Human Behavior*, 97, 44-50.
- Ithnain N, Ghazali SE, Jaafar N (2018). Relationship between smartphone addiction with anxiety and depression among undergraduate students in Malaysia. *International Journal of Health Science Research*, 8(1), 163-171.
- Kılıç C (1996). Genel Sağlık Anketi: Güvenirlilik ve geçerlilik çalışması. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 7(1), 3-10.
- Kırca K, Kutlutürkan S (2019). Hemşirelik öğrencilerinin akıllı telefon bağımlılık düzeylerinin iletişim becerilerine etkisi. *Kocaeli Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 5(2), 81-85.
- Kil N, Kim J, McDaniel JT, Kim J, Kensinger K (2021). Examining associations between smartphone use, smartphone addiction, and mental health outcomes: a cross-sectional study of college students. *Health Promotion Perspectives*, 11(1), 36-44.
- Kim SG, Park J, Kim HT, Pan Z, Lee Y, McIntyre RS (2019). The relationship between smartphone addiction and symptoms of depression, anxiety, and attention-deficit/hyperactivity in South Korean adolescents. *Annals of General Psychiatry*, 18(1), 1-8.
- Kocamaz D, Badat T, Maden T, Tuncer A (2020). Üniversite öğrencilerinde akıllı telefon kullanımının, uyku kalitesi ve depresyon ile ilişkisi. *Journal of Exercise Therapy and Rehabilitation*, 7(3), 253-259.
- Kunt M, Demir LS, Tuncez İH, Şahin TK (2020). Smartphone addiction and its relationship with depression in university students: a cross-sectional study. *Eurasian Journal of Family Medicine*, 9(1),15-26.
- Kumcağız H, Gündüz Y (2016). Relationship between psychological well-being and smartphone addiction of university students. *International Journal of Higher Education*, 5(4), 144-156.
- Kumcağız H, Terzi Ö, Koç B, Terzi M (2020). Üniversite öğrencilerinde akıllı telefon bağımlılığı. *Itobiad: Journal of the Human &Social Science Researches*, 9(1), 13-39.
- Kwon M, Kim DJ, Cho H, Yang S(2013). The smart phone addiction scale: development and validation of a short version for adolescents. *PLoS One*, 8(12), e83558.
- Lee J, Sung MJ, Song SH, Lee YM, Lee JJ, Cho SM ve ark. (2018). Psychological factors associated with smartphone addiction in South Korean adolescents. *The Journal of Early Adolescence*, 38(3), 288-302.
- Matar Boumosleh J, Jaalouk D (2017). Depression, anxiety, and smartphone addiction in university students- A cross-sectional study. *PLoS ONE*, 12(8), e0182239.
- Noyan CO, Darçın AE, Nurmedov S, Yılmaz O, Dilbaz N (2015). Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeğinin Kısa Formu'nun üniversite öğrencilerinde Türkçe geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 16 (Özel sayı 1), 73-81.
- Özdemir A, Çiftçi H, Dağılğan S, Ünal E (2019). Bursa Uludağ Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi hemşirelik öğrencilerinin akıllı telefon kullanım durumu ve bağımlılık düzeylerinin belirlenmesi. *Uludağ Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*, 45(3), 281-290.
- Panova T, Carbonell X (2018). Is smartphone addiction really an addiction?. *Journal of Behavioral Addictions*, 7(2), 252-259.
- Statista küresel nüfusun dünya çapında akıllı telefon penetrasyonu 2016-2020. Erişim Tarihi: 25.03.2021, <https://www.statista.com/statistics/203734/global-smartphone-penetration-per-capita-since-2005/>.

- Telef BB (2013). Psikolojik İyi Oluş Ölçeği (PİOO): Türkçeye uyarlama, geçerlik ve güvenirlik çalışması. Hacettepe Eğitim Fakültesi Dergisi, 28(3), 374- 384.
- Volungis AM, Kalpidou M, Popores C, Joyce M (2019). Smartphone addiction and its relationship with indices of social-emotional distress and personality. International Journal of Mental Health and Addiction, 8, 1209-1225.
- We Are Social ve Hootsuite, 2021. Dijital Türkiye Raporu. Erişim tarihi: 25.03.2021, <https://www.webolizma.com/hootsuite-ve-we-are-social-2021-dijital-turkiye-raporu/>.
- Yılmaz D, Çınar Gökdere H, Özyazıcıoğlu N (2017). Hemşirelik öğrencilerinde akıllı telefon ve internet bağımlılığı ile üst ekstremiter fonksiyonel aktivite düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. Süleyman Demirel Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi, 8(3), 34-39.
- Zencirci SA, Aygar H, Göktaş S, Önsüz MF, Alaiye M, Metintaş S (2018). Evaluation of smartphone addiction and related factors among university students. International Journal of Research in Medical Sciences, 6(7), 2210-2216.