

E-Sporcuların Çevrimiçi Oyunlarında Harcadıkları Zaman ile Obezite Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Berzan Şimşek^{1}, M. Yavuz Taşkıran², Tayfun İŞLEN³*

¹ İstanbul Gedik Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü,

² İstanbul Gedik Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

³ Beden Eğitimi Öğretmeni

*Sorumlu Yazar: besyo.berzan.simsek@gmail.com

Gönderilme Tarihi: 05.02.2020 – Kabul Tarihi: 23.03.2020

Öz

Teknoloji alanında yaşanan hızlı gelişmeler her alanda olduğu gibi spor alanını da etkileyerek yeni gelişmelerin ortaya çıkmasına neden olmuştur. Her geçen gün artan seyirci ve izleyici kitlesiyle çok hızlı bir gelişim gösteren ve büyük kitleye sahip olan E-spor, rekabete dayalı video ve bilgisayar oyunlarının hem oynanması hem de izlenmesinin elektronik spor (e-Spor) kavramının doğmasına neden olmuştur. E-Spor, hem fiziksel hem de zihinsel bir takım özellikleri içerisinde barındırmaktadır. Bu çalışma, yeni bir kariyer fırsatı olarak görülen e-spor, çevrimiçi oyunlarını oynayan e-sporcular ile obezite arasındaki ilişkiyi anlamlandırmak ve bu konuda gelişmekte olan literatüre katkı sağlamak amacıyla yapılmıştır. Çalışmada teknolojinin gelişirken e-sporcuların çevrimiçi oyun bağımlılığı, gün geçtikçe artan e-spor hayranlığı kuşakların gelişen teknoloji karşısındaki değişimi, çevrimiçi oyunların ve e-sporun tarihçesi, e-sporcuların çevrimiçi oyunlarında harcadıkları zaman ile obezite arasındaki ilişki ele alınmıştır. Türkiye’de her gün milyonların e-spor çevrimiçi oyun oynadığı bilinmektedir. E-spor oyunlarını oynayan e-spor oyuncularından seçilen 100 kişilik örnekleme oluşturulan çevrimiçi oyuna bağımlılığı ölçeği, yoklama tekniğiyle uygulanmıştır.

Anahtar kelimeler: E spor, oyun, bağımlılık, obezite, oyun bağımlılığı, çevrimiçi

Investigation of the Relationship between the Time E-Athletes Spend in Online Games and Obesity

Abstract

The quick advancements in technology have affected sports, as well as every other field, and made way for new developments. Esports, having an audience growing day by day, caused competitive video games to be widely played and seen and gave birth to the term “Electronic Sports.” Esports include both physical and mental team features. This study’s purpose was to contribute to the developing literature of it, and to make a connection between esports and its players, which is seen as a new career chance, and obesity. This study dealt with gamers’ online game addictions as the technology advances, the esports enthusiasm that grows day by day and generations’ changes according to it, online games’ and esports history, and the relation between the play time and obesity. It is known that millions of people play esports every day in Turkey. The chosen 100 esports gamers’ addiction levels are survey based.

Keywords: Burnout, JobSatisfaction, Life Satisfaction, Physical Education Teacher

1. Giriş

Teknoloji dünyasında yaşanan hızlı değişimler sonucu birçok kategoride olduğu gibi spor dünyasını da kapsayarak yeni düzenlemelerin ve gelişmelerin meydana gelmesine neden olmuştur. Mücadeleye dayalı görüntülü video ve bilgisayar oyunlarının hem oynanması hem de izlenmesinin elektronik spor (e-Spor) kavramının doğmasına neden olmuştur. e-Spor, hem bedensel hem de düşüncesele bir takım becerileri kapsamaktadır. Bu nedenle, elektronik veya sanal ortamda gerçekleşmesi, mekan veya malzeme bakımından çağdaş sporlara göre önemli ekonomik kaynak oluşturamaması, dünyanın birçok ülkesinde bu sporu yapılabilmek durumu, kişisel ve çoklu şekilde oynanabilmesi ve özüne özgü malzemeleri gerektirmesi en önemli etkenlerindedir. Evren’de en az 400 milyon birey e-Spor izleyicisi, 100 milyondan çok birey e-Spor oyunu oynayan ve Türkiye’de en az 7 milyon birey e-Spor oyununu oynayan ve seyreden olarak bilinmektedir. e-Spor ülkemizde yeni yeni gündeme gelen ve gelişim gösteren bir spor dalıdır. Türkiye’de 30 milyondan çok birey değişik elektronik platformlar üzerinden elektronik oyun müsabakaları oynanabilmektedir. Milli oyun sanayisinin büyüklüğü senede yaklaşık olarak 700 milyon dolardır. Elektronik oyun sanayisi senelik genele bakıldığında %16 ila %18 arasında gelişmektedir. E-Sporun 2017 senesinde finansal gelir olarak elde ettiği kazanç 696 milyon dolar olmuştur. Kaynaklara bakıldığında e-Spor’un bir spor dalı olduğunu dile getiren bakış açılarıyla beraber spor dalı olmadığını dile getiren görüş ayrılıkları da görülmektedir.

Bilindiği üzere beslenme; anne rahminde başlayıp hayatın bittiği sürece kadar devam eden hayatın vazgeçilmez bir gereksinimidir. Bireyin gelişmesi, büyümesi, sağlıklı ve girişken olarak ömürlü bir hayat için gerekli olan yemek ihtiyacını düzenli ve kontrollü seviyede alıp bedende kullanabilmesidir. Mideyi doyurmak, açlığı yatıştırmak, canının istediklerini yemek veya içmek değildir. Normal hayatta insanların yaşa, cinsiyete, yaptığı işe, genetik ve fizyolojik becerilere ve hastalık durumuna göre farklılık gösteren günlük besin gereksinimine ihtiyaç vardır.

Sağlıklı bir hayata devam edebilmek için, alınan besin ile harcanan besin orantılı tutulabilmesi gerekmektedir. Olgun erkeklerde beden yükünün %15-18’i, kadınlarda ise %20-25’ini lipit dokusu oluşturmaktadır. Bu oranın erkeklerde %25, kadınlarda ise %30’un üzerinde olması obeziteye neden olmaktadır. Günlük yaşamda vücuda alınan besin harcanan besinden çok olması durumunda, harcanamayan besin bedende lipit olarak kalmakta ve obezite oluşumunda etken olmaktadır.

Buna bağlı olarak, dönemimizin teknoloji alanındaki gelişmeler, hayatı daha kolay hale getirebilmekle birlikte, günlük hareket alanını büyük ölçüde daraltmıştır. Bilindiği üzere obezite; enerjilerle alınan besinlerin (kalori) harcanan besinlerden yüksek olması ve yüksek besinin bedende lipit olarak kalması (%20 veya daha yüksek) durumunda meydana gelen, hayat seviyesini ve zamanını kötü etkileyen bir rahatsızlık olarak görülmektedir. Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) yönünden de obezite, yaşamı etkileyecek ölçüde bedende yüksek seviyede lipit toplaması olarak tanımlanmıştır. Bunun nedeni ise en büyük etken olarak sedanter bir hayat olarak ön görülmektedir.

Sedanter yaşam tarzı; hareketin hiç olmadığı, üşengeç yaşam tarzına verilen isimdir. Bu yaşam tarzı ömrü kısaltırken, yüksek tansiyon ve şeker gibi hastalılara davetiye çıkarmaktadır. Dünya Sağlık Örgütü’ne göre dünya genelinde 3,2 milyon kişi bu yaşam tarzı sebebiyle hayatını kaybediyor ve her 3 yetişkinden biri hareketsiz bir yaşam sürüyor. Sedanter yaşamla ilişkili en önemli sorunlardan biri olan obezite, enerji ile alınan besin miktarı, harcanan besin miktarını geçtiği durumda bedende yüksek seviyede lipit toplaması ile oluşan bir hastalıktır (Kopelman, 2000).

Bu durumda, bu araştırmanın amacı e- Spor’un tanımlamalarından, gelişim zamanından, dünyada ve Türkiye’deki süreci anlatmak ve sanal ortamda oynanmayan çağdaş sporlarla aynı ve değişik taraflarını, bedensel aktivite, sedanter ve obezite ile ilişkisini ortaya koymaktır.

2. Materyal ve Metod

2.1. Araştırmanın Amacı

Bu araştırma ile E-Sporcuların çevrimiçi oyunlarda harcadıkları zaman ile obezite arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır.

2.2. Araştırmanın Modeli

E-spor oyuncularının çevrimiçi oyunlarında harcadıkları zaman ile obezite arasındaki ilişkinin incelenmesinde Batman e-spor oyuncularının örneklemini değerlendirmek adına aşağıda ayrıntılı biçimde verilecek olan ölçeklerle nicel araştırma modeli ile çalışma gerçekleştirilmiştir.

2.3. Evren Örnekleme

Bu çalışmanın evreni Batman ilinde 250 e-spor oyuncusu belirtilmiş çalışmada minimum 100 e-spor oyuncusuna ulaşılmış çevrimiçi oyun bağımlılığı ölçeği yüz yüze anket çalışması olarak yapılmıştır. Bu çalışmanın örneklemini ise çevrimiçi oyun bağımlılığı ölçeğini 100 e-spor oyuncusu örneklemine uygulanmıştır. Çalışma örneklemini oluştururken Uygun (Konvansiyonel) Örnekleme yöntemi kullanılmış, çalışmaya katılım gönüllülük esasında sağlanmış, katılımcılar ile yüz yüze görüşülerek anket formları doldurulmuştur.

2.4. Veri Toplama Analizi

Bu çalışmada nicel bir çalışma metodu olarak anket (yoklama) yöntemi kullanılmıştır Geray(2014:120). Anket (yoklama) yöntemin özelliklerini bu şekilde sınıflandırır:

- ✓ Toplumsal, finansal, psikolojik, teknolojik, kültürel, siyasal ve diğer veri tiplerinin toplanması ve çözümlenmesi,
- ✓ Cevaplayacak bireylerle (denekler) irtibat halinde geçilip konu hakkında bilgi edinmek üzerine kuruludur,
- ✓ Çalışma yapılan bireyleri simgeleyen bir örnekleme üzerinden yapılmaktadır,
- ✓ Örneklemden sahip olunan bilginin yapılan çalışma sonucu bireylerin genelinde geçerli olduğu sayılmaktadır. Bu nedenle beraber birden fazla kontrol çeşitliliğinde bir tek cevaplayan denekler için

de çalışmanın hepsini kapsamaya gidilmesi mümkündür.

Bu halde üzerinde araştırma yapılan nüfusun örnekleme aynı bireyleri kapsar.

Çalışmaya ait veri toplama yapmak için Abdullah Bedir Kaya tarafından Gaziosmanpaşa Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı Ölçme Değerlendirme Bilim Dalı alanında “Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Ölçeğinin Geliştirilmesi: Geçerlik ve Güvenilirlik Çalışması” yüksek lisans tezinin meydana getirmiş olduğu ölçek baz alınmıştır. Ölçeğin e-spor unsurlarını ölçme değişkenleri içermemesi sebebiyle e-spor konusuyla ilgili anlatımlar da eklenerek, 20 kişilik pilot araştırma ekibine takdim edilmiş, geri bildirimler alınmıştır. Yapılan geri dönütler neticesi araştırmaya ait anlatım sayısının çokluğunun araştırmaya katılacak bireylerin yanıtlaması tarafından eksik/kayıp bilgilere sebep olabilmesi durumu da baz alınarak, araştırmanın kavramsal sürecinde söylenen davranışsal bağımlılık, interneti bilinçsiz kullanma ve internet bağımlılığı ile esas maddeleri ve bunun yanında e-spora özgü anlatımları barındıran yenilenmiş bir ölçek hazırlanmıştır. Hazırlanan yenilenmiş, düzeltilmiş ölçek, iki kısımdan oluşmaktadır. Birinci kısım katılımcıların yaş, cinsiyet, eğitim düzeyi, anne baba eğitim düzeyi, boy, kilo, kardeş sayısı, kardeş sıralaması gibi demografik anlatımlar, katılımcıların benliklerine ait başarı ve hoşnutluk seviyeleri, araştırmanın örneklemini belirleyen e-spor oyuncularının e-spor oyunlarını kaç yıldır oynadığı, günlük ortalama oyun oynama süresi, temel ihtiyaçlar dışında ara vermeden ulaştığı rekor oyun süresi ve turnuvalara katılım hallerine yanıtlayacak sorular yer almaktadır. İkinci kısım, katılımcıların e-spor ve oyun bağımlılığının üzerine hareket ve davranışlarını ölçen veri seti, beşli likert tipinde hazırlanmıştır. Anlatımlarda (1) “Kesinlikle katılmıyorum” (2) “Katılmıyorum” (3) “Kararsızım” (4) “Katılıyorum” (5) “Tamamen Katılıyorum” şeklinde puanlanmıştır. Ters madde olarak belirlenen 44. ve 47. Maddeler ters kodlanmıştır. Hazırlanan ölçek, danışman Burcu Kaya Erdem onayından sonra Google Forms üzerinden katılımcılara açık hale getirilmiştir.

Değişkenlerin uygun duruma tabi olup olmadığını Shapiro-Wilk testi ile test edilmiştir. Uygun dağılıma uymayan değişkenler medyan (minimum-maximum) değerleri ile verilmiş olup üö ve üçten çok ekip karşılaştırmasında Kruskal Wallis testi kullanılmıştır. Değişkenler içerisinde ki bağlantılar Pearson Korelasyon katsayısı ile incelenmiştir. İstatistiksel analizler IBM SPSS statistics 20.0 programında yapılmıştır. Anlamlılık düzeyi 0,05 alınmıştır.

2.5. Veri analizi

Araştırmadan edinilen bilgiler SPSS (Statistical Package for Social Sciences) 20.0 programı ile analiz edilmiştir.

2.5.1. Ölçeğin Güvenilirlik Çalışması

Ölçeğin güvenilirliği için Alfa (α) modeli (Cronbach Alpha Coefficient) kullanılmıştır. Bu yöntem faktör analizi sonucu ankette bulunan 24 maddenin bağdaşık bir yapı gösteren bir bütünü gösterip göstermediğini değerlendirir. 0 ile 1 arasında değer alan bu katsayı (Cronbach) alfa katsayısı olarak isimlendirilir. Cronbach

alfa iç tutarlılık katsayısı 0 sayısına yakın olduğunda güvenilirlik düzeyi azalmakta, 1 sayısına yakın oldukça güvenilirlik düzeyi fazlalaşmaktadır. Aşağıda gösterildiği gibi sayılara yaklaştıkça değerlendirilir.

0.80 – 1.00 Yüksek Güvenilirlik

0.60 – 0.79 Güvenilir

0.40 – 0.59 Düşük Güvenilirlik

0.00 – 0.39 Güvenilir Değil

Bu çalışma grubu için kullanılan ölçeğin iç tutarlılık katsayısı $Cra = 0,884$ olarak hesaplanmıştır. Bu değer kullanılan ölçeğin oldukça güvenilir olduğunu göstermektedir. Başka bir madde çıkarıldığında elde edilen alfa katsayılarının genel güvenilirlik katsayısı Alfa ile karşılaştırdığımızda hesaplanan değerlerin genel Alfa değeri olan 0.884'e çok yakın veya daha düşük olduğu gözlemlenmiştir. Bundan dolayı tüm ifadelerin ankette bulunması gerektiğini göstermektedir. Çünkü bu maddeler ankette çıkartıldığında çıkan sonuç alfa değeri genel alfadan fazla çıkıyor ise o soru güvenilirliği azaltan bir maddedir ve ölçekten çıkartılması gerekebilir. Aksi durum söz konusu ise yani hesaplanan alfa, genel alfa değerinin altına düşüyor ise o soru ölçekte yer alması gereken önemli bir sorudur.

2.5.2. Ölçeğin Geçerlik Çalışması

Ölçme aracında bulunulması ve ihtiyaç duyulan en önemli özellik geçerliliğidir. Bundan dolayı geçerliği olmayan bir ölçümün güvenilir olup olmadığına bakmak ifadesiz olur. Geçerlik ölçme aracının ölçmeyi amaçladığı özelliği başka faktörlerle karıştırmadan ölçme derecesidir (Başol, 2013).

2.5.3. Faktör Analizi

Faktör analizi, birbirleri ile bağlantılı fazla sayıdaki değişkeni az sayıda, anlamlı ve birbirinden bağımsız faktörler haline getiren ve yaygın olarak kullanılan çok değişkenli istatistiksel tekniklerden biridir. Faktör analizi yöntemlerinden, faktörlerin sonuçlandırılmasında çok görülen olarak kullanılan Temel Bileşenler Analizi'dir. Bu yöntemde, değişkenler arasındaki en fazla varyansı açıklayan birinci faktör hesaplanır. Kalan en az ölçüdeki varyansı tanımlamak için ikinci faktör kullanılır. Böylece devam etmektedir. Bu durumda asıl olan nokta analiz sonucu çıkan sonuçun faktörlerin arasında korelasyon olmaması, başka bir ifadeyle çıkan sonuçun faktörlerin orthogonal olmasıdır.

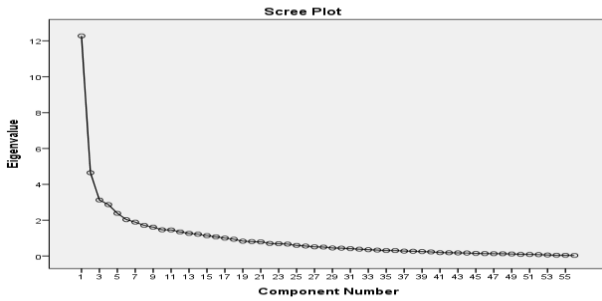
Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) örneklem yeterliliği ölçütü gözlenen korelasyon katsayıları büyüklüğü ile kısmi korelasyon katsayılarının tümünü karşılaştıran bir indekstir. KMO oranının 0,5'in üzerinde olması gerekir. Oran ne kadar yüksek olursa veri seti faktör analizi yapmak için o kadar iyidir denilebilir. KMO değerleri ve açıklamaları aşağıdaki gibidir.

KMO Değeri	Yorum
0,9	Mükemmel
0,8	Çok İyi
0,7	İyi
0,6	Orta
0,5	Zayıf
0,5'in altı	Kabul Edilemez

KMO testi "Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Ölçeği" için %66 (0,665) 'dır. $0,665 > 0,50$ olduğundan ölçek faktör analizi için uygundur. İkinci bakacağımız test Bartlett testidir. Bartlett testi ölçek için anlamlıdır. ($p < 0,001$) Bu demektir ki değişkenler arasında yüksek korelasyonlar mevcuttur ve kullanılan ölçek içinde veri seti faktör analizi için uygundur.

Faktör sayısını belirlemede değişik yöntemler söz konusu olsa da bu çalışmada öz değer istatistiği (Eigenvalue) 1'den büyük olan faktörler anlamlı olarak alınmıştır.

Veri seti Temel Bileşenler Faktör Analizi ile analiz edildiğinde öz değeri birden yüksek 17 faktör elde edilmiştir. Aşağıda verilen yamaç eğrisi grafiği (scree plot) öz değeri birden yüksek 17 faktörün olduğunu göstermektedir. Bununla birlikte belirgin iki faktörün olduğu söylenebilir.



Şekil 1: Yamaç Eğrisi Grafiği (Scree Plot) Sonuçları

Faktör analizinde aynı yapıyı ölçmeyen maddelerin ayıklanmasında belirtilen ölçütler uygulanır. Bunlar;

- Maddelerin yer aldıkları faktördeki yük değerlerinin yüksek olması gerekir. Faktör yük değerinin 0,45 ya da daha yüksek olması seçim için iyi bir ölçüdür.
- Maddelerin tek bir faktörde yüksek yük değerine, diğer faktörlerde ise düşük yük değerine sahip olması istenir. Yüksek iki yük değeri arasındaki farkın ise en az 10 olması önerilir.
- Maddelerin ortak faktör varyanslarının 1'e yakın ya da 0,66'nın üzerinde olması çok iyi bir çözümdür. Ancak uygulamada bunu karşılamak genellikle zordur (Büyüköztürk, 2010). Faktör analizinde düşük ortak varyansa sahip olan değişkenler (Örneğin; 0,50'nin altında) analizden çıkarılarak, faktör analizi yeniden yapılabilir (Kalaycı, 2010).
- Literatüre göre içeriğinde üç ve daha az madde olan faktörler genelde zayıf ve değişkendir (Costella ve Osborne, 2005).

Veri seti bu ölçütler göz önünde bulundurularak Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı

Ölçeği Dik (Varimax) Döndürme sonuçları incelenmiş, sorunlu maddelerin ölçekten çıkarılmasına karar verilmiştir. Bu şartlar altında ölçekten çıkarılan maddeler şunlardır:

- Soru 24 faktör altında tek madde olduğu için,
- Soru 17 faktör altında tek madde olduğu için,
- Soru 14, soru 42 ve soru 8 faktör altında yeterli madde sayısını sağlayamadığı için,
- Soru 27 ve soru 37 faktör altında yeterli madde sayısını sağlayamadığı için,
- Soru 35 ve soru 25 faktör altında yeterli madde sayısını sağlayamadığı için,
- Soru 12 ve soru 13 faktör altında yeterli madde sayısını sağlayamadığı için,
- Soru 16 ve soru 21 faktör altında yeterli madde sayısını sağlayamadığı için,
- Soru 44 ve soru 51 faktör altında yeterli madde sayısını sağlayamadığı için,
- Soru 18 ve soru 53 faktör altında yeterli madde sayısını sağlayamadığı için,
- Soru 41 ve soru 40 faktör altında yeterli madde sayısını sağlayamadığı için,
- Soru 10 ve soru 11 faktör altında yeterli madde sayısını sağlayamadığı için,
- Soru 2 faktör altında yeterli madde sayısını sağlayamadığı için,
- Soru 47, soru 22, soru 29 ve soru 52, hiçbir faktör altında 0,40 faktör yükü eşliğini aşamadığı için,
- Soru 39, soru 33, soru 55, soru 7, soru 4 ve soru 26 için faktör yükleri arası fark 0,10'un altında kaldığı için ölçekten çıkarılmıştır.

Böylece ölçekten 23 madde çıkarılmıştır. İkinci adımda geriye kalan 24 maddenin faktör analizine uygun olup olmadığını anlamak için testler tekrar edilmiştir.

Kalan 24 madde için KMO testi değeri %80 (0,801) 'dır. $0,801 > 0,50$ olduğundan ölçek faktör analizi için uygundur. İkinci bakacağımız test Bartlett testidir. Bartlett testi ölçek için anlamlıdır. ($p < 0,001$) Değişkenler arasında yüksek korelasyonlar mevcuttur ve kullanılan ölçek içinde veri seti faktör analizi için uygundur.

3. Bulgular

Tablo 1: Örneklemin Özellikleri

		Frekans	Yüzde	Birikimli Yüzde
Cinsiyet	Kadın			
	Erkek	99	99	99
	Cevap Vermeyen	1	1	100
Eğitim Durumu	İlkokul			
	Ortaokul	6	6	6
	Lise	45	45	51
	Üniversite	41	41	92
	Yüksek lisans	8	8	100
Yaş	18-22	46	46	46
	22-25	22	22	68
	25-28	20	20	88
	30-35	10	10	98
	35+	2	2	100
Kaçınıcı Çocuk	1			
	2	18	18	18
	3	26	26	44
	4 ve üzeri	56	56	100
	Kardeş Sayısı (siz hariç)	1	3	3
2		10	10	13
3		12	12	25
4		12	12	37
5		15	15	52
6		15	15	67
7		11	11	78
8		10	10	88
9		3	3	91
10		8	8	99
11		1	1	100
Vücut Kitle İndeksi	18,5'in altında	5	5	5,2
	18,5-24,9	61	61	68
	25-29,9	29	29	97,9
	30-34,9	2	2	100
	35-39,9			
Babanın Eğitim Durumu	40 ve üzerinde			
	Okuryazar değil	18	18	18
	İlkokul	16	16	34
	Ortaokul	17	17	51
	Lise	30	30	81
Üniversite	18	18	99	

Kendini Başarılı Bulma	Yükseklisans	1	1	100
	Az	10	10	10
	Orta	53	53	63
Kendinden Hoşnutluk	Çok	37	37	100
	Evet	59	59	59
	Hayır	10	10	69
Çevrimiçi Oynanan Oyun	Kısmen	31	31	100
	League of Legends	42	42	42
	Pubg	38	38	80
	World of Warcraft	1	1	81
	Fortnite			
Günde Ortalama Kaç Saat Oynuyorsunuz	CS GO	4	4	85
	Call of Duty			
	Diğer	15	15	100
Kaç Yıdır Online Oyun Oynuyorsunuz	0-1 saat	14	14	14
	1-2 saat	16	16	30
	2-4 saat	33	33	63
	4-6 saat	27	27	90
	6-8 saat	5	5	95
Ara Vermeden Oynanılan En Uzun Süre	8-10 saat	4	4	99
	10 saatten fazla	1	1	100
	1 yıldan az	7	7	7
Turnuvaya Katılma durumu	1-3 yıl	20	20	27
	3-5 yıl	26	26	53
	5-7 yıl	47	47	100
	3 saatten az	35	35	35
	3-7 saat	28	28	63
Turnuvaya Katılma durumu	7-10 saat	18	18	81
	10-12 saat	11	11	92
	12-15 saat	5	5	97
Turnuvaya Katılma durumu	15 saatten fazla	3	3	100
	Ulusal	17	17	17
	Uluslararası	1	1	18
Turnuvaya Katılma durumu	Katılmadım	82	82	100

Tablo 1'e göre incelendiğinde katılımcıların tamamının erkek olduğu görülmektedir. Bu sonuç çevrimiçi oyun oynayan katılımcıların tamamının erkeklerden oluştuğunu göstermektedir.

Araştırmaya katılan katılımcıların büyük çoğunluğu lise ve üniversite eğitim düzeyine sahiptir. Katılımcıların % 45'i

lise, % 41'i üniversite, % 8'i yüksek lisans ve % 6'sı ise ortaokul eğitim düzeyine sahiptir.

Katılımcıların % 46'sı 18-22 yaş aralığında, % 22'si 22-25 yaş aralığında, % 20'si 25-28 yaş aralığında, % 10'u 30-35 yaş aralığındadır. Katılımcıların yüzde ikisi ise 35 yaşından büyüktür.

Verilen bilgilere göre çevrimiçi oyun oynayan katılımcılardan % 56'sı ailenin en az dördüncü çocuğu, % 26'sı ailenin üçüncü çocuğu, % 18'i ise ailenin ikinci çocuğudur.

Verilen bilgilere göre katılımcıların %3'ü tek kardeşe sahiptir. İki kardeşe sahip olan katılımcıların oranı %10, üç kardeşe sahip olanların oranı %12, dört kardeşe sahip olanların oranı %12, beş kardeşe sahip olanların oranı %15, altı kardeşe sahip olanların oranı %15, yedi kardeşe sahip olanların oranı %11, sekiz kardeşe sahip olanların oranı %10, dokuz kardeşe sahip olanların oranı %3, on kardeşe sahip olanların oranı %8, on bir kardeşe sahip olanların oranı ise %1'dir.

Katılımcıların %5'inin vücut kitle indeksi değeri 18,5'in altında (zayıf) olduğu, %61'inin 18,5-24,9 vücut kitle indeksi değerleri ile normal kiloda olduğu, %29'unun 25-29,9 vücut kitle indeksi değerleri ile fazla kilolu olduğu, %2'sinin 30-34,9 vücut kitle indeksi değerleri ile obez olduğu görülmektedir. Katılımcılar arasında vücut kitle indeksi değeri 35-39,9 ve 40'ın üzerinde olan ikinci derece ve üçüncü derece obez bireylere rastlanmamıştır.

Katılımcılardan %18'inin babası okur-yazar değildir. Katılımcıların %30'unun babası lise mezunu, %18'inin babası üniversite mezunu, %17'sinin babası ortaokul mezunu, %16'sının babası ilkokul mezunu, 51'inin babası ise lisansüstü eğitim düzeyine sahiptir.

Katılımcıların sadece %10'u kendini az başarılı bulmaktadır. %53'ü kendini orta başarılı olarak tanımlarken, katılımcıların %37'si ise çok başarılı olarak tanımlanmaktadır.

Katılımcıların %59'u kendinden hoşnut, %10'u kendinden hoşnut değil, %31'i ise kendinden kısmen hoşnuttur.

League of Legends oyununu oynayan katılımcıların oranı %42, Pubg oyununu oynayan katılımcıların oranı ise %38'dir. Katılımcıların %1'i World of Warcraft oyununu, %4'ü CS GO oyunu, %15'i ise bu oyunlar dışında başka çevrimiçi oyunları oynamaktadır.

Yukarıdaki tablo incelendiğinde bireylerin günlük oyun oynama saatlerinin özellikle 2-4 ve 4-6 saat arasında olduğu gözlenmektedir. Katılımcıların %14'ü günde en fazla 1 saat, %16'sı 1-2 saat, %33'ü 2-4 saat, %27'si 4-6

saat, %5'i 6-8 saat, %4'ü 8-10 saat, %1'i ise günde 10 saatten fazla oyun oynamaktadır.

Katılımcıların %7'si 1 yıldan az süredir, %20'si 1-3 yıldır, %26'sı 3-5 yıldır, %47'si ise 5-7 yıldır çevrimiçi oyun oynamaktadır.

Katılımcıların hiç ara vermeden oyun süreleri %35'inde 3 saatten az, %28'inde 3-7 saat, %18'inde 7-10 saat, %11'inde 7-10 saat, %5'inde 12-15 saat, %3'ünde ise 15 saatten fazladır.

Katılımcıların %17'si ulusal turnuvalara, %1'i uluslararası turnuvalara katılmıştır. Katılımcıların %82'si ise herhangi bir turnuvaya katılmamıştır.

4. Tartışma ve Sonuç

E-Sporcuların çevrimiçi oyunlara bağımlılık davranışları ile obezite ve çeşitli sosyodemografik değişkenler arasındaki ilişkinin ortaya konulmasını amaçlandığı bu çalışmada elde edilen sonuçlara göre araştırmaya katılan 100 kişinin tamamının erkek olduğu ve örneklemin tamamını oluşturduğu görülmektedir. Araştırmaya katılan katılımcıların büyük çoğunluğunu lise ve üniversite eğitim düzeyine sahip bireyler oluşturmaktadır. Lise eğitim düzeyine sahip bireyler örneklemin %45'lik kısmını, lisans eğitim düzeyine sahip bireyler ise örneklemin %41'lik kısmını oluşturmaktadırlar. Katılımcıların hemen hemen yarısı 18-22 yaş aralığındadır. 35 yaşından büyük katılımcıların oranı ise çok düşük olmakla birlikte sadece %2'dir. % 22'si 22-25 yaş aralığında, % 20'si 25-28 yaş aralığında, % 10'u 30-35 yaş aralığındadır. Alınan bilgilere göre çevrimiçi oyun oynayan katılımcılardan % 56'sı ailenin en az dördüncü çocuğu, % 26'sı ailenin üçüncü çocuğu, % 18'i ise ailenin ikinci çocuğudur. Alınan bilgilere göre katılımcıların %3'ü tek kardeşe sahiptir. İki kardeşe sahip olan katılımcıların oranı %10, üç kardeşe sahip olanların oranı %12, dört kardeşe sahip olanların oranı %12, beş kardeşe sahip olanların oranı %15, altı kardeşe sahip olanların oranı %15, yedi kardeşe sahip olanların oranı %11, sekiz kardeşe sahip olanların oranı %10, dokuz kardeşe sahip olanların oranı %3, on kardeşe sahip olanların oranı %8, on bir kardeşe sahip olanların oranı ise %1'dir. Katılımcılardan %18'inin babası okur-yazar değildir. Katılımcıların %30'unun babası lise mezunu, %18'inin babası üniversite mezunu, %17'sinin babası ortaokul mezunu, %16'sının babası ilkokul mezunu, %1'inin babası ise lisansüstü eğitim düzeyine sahiptir. Katılımcıların sadece %10'u kendini az başarılı bulmaktadır. %53'ü kendini orta başarılı olarak tanımlarken, katılımcıların %37'si ise çok başarılı olarak tanımlanmaktadır. Katılımcıların %59'u kendinden hoşnut, %10'u kendinden hoşnut değil, %31'i ise kendinden kısmen hoşnuttur. League of Legends oyununu oynayan katılımcıların oranı %42, Pubg oyununu oynayan katılımcıların oranı ise %38'dir. Katılımcıların %15'i ise bu oyunlar dışında başka çevrimiçi oyunları oynamaktadır. Bireylerin günlük oyun oynama saatlerinin özellikle 2-4 ve 4-6 saat arasında olduğu gözlenmektedir. Katılımcıların

%14'ü günde en fazla 1 saat, %16'sı 1-2 saat, %33'ü 2-4 saat, %27'si 4-6 saat, %5'i 6-8 saat, %4'ü 8-10 saat, %1'i ise günde 10 saatten fazla oyun oynamaktadır. Katılımcıların %7'si 1 yıldan az süredir, %20'si 1-3 yıldır, %26'sı 3-5 yıldır, %47'si ise 5-7 yıldır çevrimiçi oyun oynamaktadır. Katılımcıların hiç ara vermeden oyun süreleri %35'inde 3 saatten az, %28'inde 3-7 saat, %18'inde 7-10 saat, %11'inde 7-10 saat, %5'inde 12-15 saat, %3'ünde ise 15 saatten fazladır. Katılımcıların %7'si 1 yıldan az süredir, %20'si 1-3 yıldır, %26'sı 3-5 yıldır, %47'si ise 5-7 yıldır çevrimiçi oyun oynamaktadır. Katılımcıların hiç ara vermeden oyun süreleri %35'inde 3 saatten az, %28'inde 3-7 saat, %18'inde 7-10 saat, %11'inde 7-10 saat, %5'inde 12-15 saat, %3'ünde ise 15 saatten fazladır. Katılımcıların %17'si ulusal turnuvalara, %1'i uluslararası turnuvalara katılmıştır. Katılımcıların %82'si ise herhangi bir turnuvaya katılmamıştır.

Motivasyon alt ölçek puanı katılımcıların eğitim durumuna ve ara vermeden oyun oynanan en uzun süreye göre farklılık göstermektedir. Lisansüstü eğitim düzeyine sahip olan katılımcıların etki ve motivasyon alt ölçeğinden aldığı puanlar lisans eğitim düzeyine daha yüksektir. Hiç ara vermeden 3 saatten daha az süre çevrimiçi oyun oynayan katılımcıların etki ve motivasyon alt ölçeğinden aldığı puanlar hiç ara vermeden 7-10 saat oyun oynayan katılımcılardan daha yüksektir.

Kazanç ve başarı alt ölçek puanı katılımcıların çevrimiçi oynadıkları oyuna, ara vermeden oyun oynanan en uzun süreye ve turnuvaya katılma durumuna göre ise farklılık göstermektedir. League of Legends oynayan katılımcıların kazanç ve başarı alt ölçeğinden aldığı puanlar Pubg oynayan katılımcıların ölçek puanlarından daha yüksektir. Ara vermeden 3 saatten daha az süre oyun oynayan katılımcıların kazanç ve başarı ölçek puanları 15 saatten daha fazla ara vermeden oyun oynayan katılımcılardan daha düşüktür. Ulusal turnuvalara katılan katılımcıların kazanç ve başarı ölçek puanları turnuvalara katılmayan katılımcılardan daha yüksektir.

Çevrimiçi oyun bağımlılığı ölçek puanı katılımcıların eğitim düzeyine göre farklılık göstermektedir. Lisansüstü eğitim düzeyine sahip olan katılımcıların çevrimiçi oyunlara bağımlılık ölçeğinden aldığı puanlar lisans eğitim düzeyine sahip katılımcılara göre daha yüksektir.

Katılımcıların vücut kitle indeks değerleri incelenmiş ve vücut kitle indeks değerleri bakımından Çevrimiçi Oyunlara Bağımlılık Ölçeği ve Alt Ölçek Puanları arasındaki doğrusal ilişki araştırılmıştır. Hesaplamalara göre katılımcıların %5'inin zayıf (vücut kitle indeksi 18,5'in altında), %61'inin normal kiloda (vücut kitle indeksi 18,5-24,9), %29'unun fazla kilolu (vücut kitle indeksi 25-29,9) ve %2'sinin (vücut kitle indeksi 30-34,9) ise birinci derece obez olduğu görülmekte ve ikinci ve üçüncü derece obez olan bireyler görülmemektedir. Elde edilen bulgulara göre Çevrimiçi Oyunlara Bağımlılık Ölçeği ve Alt Ölçek Puanları ile vücut kitle indeksi değerleri arasında ilişki olmadığı saptanmıştır.

Kaynaklar

- Büyüköztürk, Ş. (2010). Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı. (11. Baskı). Ankara: PegemA Yayıncılık.
- Costello, A. B., & Osborne, J. W. (2005). Best practices in exploratory factor analysis: Four recommendations for getting the most from your analysis. *Practical Assessment, Research, & Evaluation*, 10, 1-9
- Geray, C . (2014). Mülkiye'nin Dört Hal Yasası. *Mülkiye Dergisi*, 26 (237) , 217-224 . Retrieved from <https://dergipark.org.tr/pub/mulkiye/issue/237/564>
- Kalaycı, T. E. (2010). Gezin Satıcı Probleminin İkili Kodlanmış Genetik Algoritmalarla Çözümünde Yeni Bir Yaklaşım. *Muğla Üniversitesi Akademik Bilişim Konferansı*, 10-12.
- Kopelman, PG (2000) Tıbbi Bir Sorun Olarak Obezite. *Nature*, 404, 635-643.

