

Sporcularda Kaslı Olma Dürtüsü ve Yeme Tutumu ile İlişkinin Değerlendirilmesi

Hakan YARAR^{1†}, Murat FİDAN², Sevil Karahan YILMAZ³, Osman Emir SARAÇ⁴,
Günay ESKİCİ⁴

¹Yozgat Bozok Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Yozgat.

²Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Mühendislik Fakültesi, Bolu.

³Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Erzincan.

⁴Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Çanakkale.

Araştırma Makalesi

Gönderi Tarihi: 26/01/2023

Kabul Tarihi: 09/04/2023

Online Yayın Tarihi: 30/06/2023

Öz

Yapılan bu çalışmanın amacı; kaslı olma dürtüsü (KOD) ve yeme tutumu ilişkisinin incelenmesidir. Çalışmaya çeşitli spor branşlarında aktif olarak spor yapan gönüllü 397 erkek sporcu katılmıştır. Çalışmada kapsamında verileri elde etmek amacıyla “Kaslı Olma Dürtüsü Ölçeği” ve “Yeme Tutumu Testi (YTT-40)” kullanılmıştır. Sporcuların KOD toplam ve alt boyutlarından (Kaslı Olmaya Yönelik Tutumlar (KOYT), Kaslı Olmaya Yönelik Antrenman Davranışları (KOYAD), Kaslı Olmaya Yönelik Yeme ve Takviye Kullanımı, KOYYTK) elde edilen puanların ortalaması sırasıyla 41,9±12,6, 22,1±7,7, 11,3±4,3, 8,5±3,9 ve YTT-40 puan ortalaması ise 16,5±10,4 bulunmuştur. KOD toplam puanının KOYAD (0.382) ve KOYYTK (0.336) ile orta düzeyde; YTT-40 (0.162) ile zayıf düzeyde ve spor yapılan süre (0.347) ile negatif zayıf yönde ilişkiye sahip olduğu, YTT-40 puanının KOYAD (0.356) ile orta düzeyde; KOYT (0.267), KOD (0.162) ve KOYYTK (0.148) ile zayıf düzeyde istatistiksel olarak anlamlı ilişkiye sahip olduğu belirlenmiştir. Sporcuların eğitim düzeyi ile KOYT, KOD toplam ve YTT-40 toplam puan ortalamaları arasında anlamlı ilişki olduğu (p<0.05) ve farklılığı lise ve öncesi eğitim düzeyine sahip sporcuların oluşturduğu tespit edilmiştir. İlgilenilen spor branşı açısından KOYAD, KOYYTK ve YTT-40 toplam puan ortalamaları arasında anlamlı ilişki olduğu ve farklılığı kuvvet-güç sporcularının oluşturduğu belirlenmiştir. Sonuç olarak, sporcularda kaslı olma dürtüsünün orta düzeyde olduğu, bu farklılığın en çok kuvvet-güç sporcuları ile lise ve öncesi eğitim düzeyine sahip sporcularda olduğu belirlenmiştir. Kaslı olma dürtüsünün artması yeme bozukluğunu artırmaktadır.

Anahtar Kelimeler: Sporcu, Kaslı olma dürtüsü, Yeme tutumu.

Evaluation of the Derive to be Muscular and Its Relationship with Eating Attitude in Athletes

Abstract

The aim of this study; is to examine the relationship between the drive to be muscular (DM) and the eating attitude. 397 male athletes, actively engaged in sports in various branches, participated in the study. In order to obtain data within the scope of the study, the “Drive to Be Muscular Scale” and the “Eating Attitude Test (EAT-40)” were used. The average of the scores obtained from the athletes' total and sub-dimensions of DM (Attitudes Towards Being Muscular (ATBM), Training Behaviors Towards Being Muscular (TBTBM), Eating and Supplement Use To Be Muscular, ESUTBM) are respectively 41.9±12.6, 22.1, ±7.7, 11.3±4.3, 8.5±3.9, and the mean EAT-40 score was 16.5±10.4. The DM total score was moderate, with TBTBM (0.382) and ESUTBM (0.336); It was weakly correlated with EAT-40 (0.162) and negatively weakly correlated with the duration of sports (0.347). ATBM (0.267), DM (0.162), and ESUTBM (0.148) were found to have a weak statistically significant relationship. It was determined that there was a significant relationship (p<0.05) between the education level of the athletes and their ATBM, DM total and EAT-40 total score averages, and the difference was formed by the athletes with high school and preschool education levels. It was determined that there was a significant relationship between the total score averages of TBTBM, ESUTBM, and EAT-40 in terms of the sports branch of interest, and the difference was created by strength-strength athletes. As a result, it was determined that the urge to be muscular in the athletes was at a moderate level, and this difference was mostly in the strength-strength athletes and the athletes with high school and pre-school education levels. The increase in the derive to be muscular increases the eating disorder.

Keywords: Athletes, Derive to be muscular, Eating attitude.

† Sorumlu Yazar: Hakan Yazar, E-posta: hakan.yazar@bozok.edu.tr

GİRİŞ

Beden imajı algısı, geçmişten günümüze kadar insanlar için önemini hep korumuştur (Cash, 2004). Beden imajı algısı insanlarda çok farklı kavramlardan etkilenebilmektedir. Bu kavramlar dürtüsellik, toplum baskısı (Selvi ve Bozo, 2019), sağlık (Öngören, 2015), sosyal fobiler (Haspolat ve Kağan, 2017), sosyal medya algısı (Bayköse ve Esin, 2019), ergenlik (Talu, 2020), eğitim (Aktaş ve ark., 2010), spor (Durmaz ve Özcan, 2021) şeklinde ortaya çıkabilmektedir. Beden görünümüne ilişkin algılar cinsiyetlere göre de farklılıklar gösterebilmektedir. Kadın bedenindeki görünüm için daha çok incelik ön plana çıkmakta iken (Selvi ve Bozo, 2019) erkek bedenindeki görünüm için daha fazla kaslı olma (Pope ve ark., 2000) durumu öne çıkmaktadır. İnsanların dış görünümüne ilişkin memnuniyetsizlikleri, beden imajı algılarını etkileyebilmektedir. Bu memnuniyetsizlikler sahip olunması arzulanan beden şekline kavuşmak için insanları farklı davranışlara sevk edebilmektedir. Diyet yapma (Erdoğan ve Tütüncü, 2015), yeme bozuklukları (Murray ve ark., 2017), ergojenik destek alımı (Yarar ve ark., 2022), psikolojik bozukluklar (Longobardi ve ark., 2017; Maier ve ark., 2019), aşırı spor yapma (Devrim ve ark., 2018), ilaç kullanımı (Söyler ve ark., 2022) vb. bu davranışlardan bazılarıdır. Her iki cinsiyetinde arzuladığı beden imajına kavuşma yollarını irdeleyen çok sayıda çalışma literatüre kazandırılmıştır. Özellikle kadınlar açısından beden algısına yönelik yapılan çalışmalar literatürde daha fazla orandadır. Diğer taraftan erkekler açısından beden imajı algısını etkileyen faktörleri inceleyen çalışmaların kadınlar üzerinde yapılanlara oranla daha kısıtlı olduğu söylenebilir. Erkeklerin kadınlardan farklı olarak daha kaslı yapıya sahip olma arzuları kimi zaman besin tüketim alışkanlıklarını da değiştirmektedir. Araştırmalar daha kaslı bedene sahip olma dürtüsünün, ergojenik besin takviyesi kullanımını artırabildiği yönünde sonuçlar ortaya koymaktadır (Katra ve ark., 2022; Yarar ve ark., 2022). Bu tüketim alışkanlıkları sportif başarı için daha ileri seviye kas kütlesine sahip olabilmek adına yasaklı olan doping (Yıldız ve Yıldız, 2019) kapsamında yer alan steroid vb., (Parent ve Moradi, 2011) maddelerin kullanımı şeklinde de ortaya çıkabilmektedir. Ergojenik destek ürünlerine yönelme ve doping kullanımı gibi tutumların yanı sıra, daha fazla kas kütlesi için farklı yeme davranışlarının geliştiğine de şahit olunmaktadır. Yeme davranışlarındaki değişimler fazla besin tüketimi şeklinde olabileceği gibi gereksinimin altında tüketim şeklinde de olabilir. Bu bağlamda kaslı olma dürtülerinin yeme tutumları ile olan ilişkilerinin ortaya çıkartılmasının, literatüre önemli katkılar sağlayacağı açıktır. Mevcut çalışma kapsamında erkeklerdeki kaslı olma dürtüsünün yeme tutumlarını nasıl etkilediğini araştırmak için “Kaslı Olma Dürtüsü Ölçeği” (KODÖ) (Selvi ve Bozo, 2019) ve “Yeme Tutum Ölçeği” birlikte uygulanmıştır. Kaslı olma dürtüsünün yeme bozukluğu riskini azaltmaya/önlemeye sağlayacağı katkı, çalışmanın toplumsal faydaları arasındadır.

METHOD

Araştırma Modeli

Kaslı olma dürtüsü ve yeme tutumu arasındaki ilişkisinin belirlenmesi amacıyla gerçekleştirilen bu çalışmada anlık tarama yaklaşımı ve ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Anlık tarama yaklaşımında amaç belirli bir zaman aralığında var olan durumu betimlemektir. İlişkisel tarama modelinde ise, iki ve üzerindeki sayıda değişken bulunması durumunda değişkenler arasındaki ilişki veya ilişkininin derecesini tespit etmek için kullanılmıştır (Karasar, 2002).

Evren-Örneklem (Çalışma Grubu)

Yapılan bu çalışmaya; kuvvet/güç, takım, dayanıklılık branşları ile ilgilenen yaş ortalaması $22,9 \pm 7,7$ yıl, boy uzunluğu ortalaması $176,6 \pm 8,5$ cm, vücut ağırlığı ortalaması $74,8 \pm 13,7$ kg ve Beden Kütle İndeksi (BKİ) ortalaması $23,9 \pm 3,7$ kg /m² olan 397 gönüllü erkek sporcu katılmıştır.

Veri Toplama Araçları

Katılımcıların kaslı olma durumunu “Drive for Muscularity Scale (Kaslı Olma Dürtüsü Ölçeği-KODÖ) kullanılarak belirlenmiştir. Ölçek 2000 yılında McCreary ve Sasse tarafından kaslı olmaya yönelik davranış ve tutumların ölçülmesi amacıyla geliştirilmiş Selvi ve Bozo tarafından 2019 yılında Türkçe geçerlik ve güvenilirliği yapılmıştır. KODÖ, kas geliştirici davranışlar ve kaslılık odaklı tutumlar olmak üzere iki faktörlü yapısı olan ve 15 maddeden oluşmaktadır. Maddeler 6’lı Likert tipi bir ölçek (1= Asla, 2= Nadiren, 3= Bazen, 4= Sık sık, 5= Çok sık, 6 = her zaman) üzerinden değerlendirilmektedir. Ölçekten ve alt faktörlerinden alınan yüksek puanlar, yüksek düzeyde kaslı olma arzusunu işaret etmektedir.

Katılımcıların yeme tutumlarını değerlendirmek için “Eating Attitude Test-EAT (Yeme Tutum Testi-YTT)” kullanılmıştır. Ölçek, 1979 yılında Garner ve Garfinkel tarafından anoreksiya nervoza ve bulimiya nervoza belirtilerini ölçmek amacıyla geliştirilmiştir. Savaşır ve Erol tarafından 1989 yılında Türkçe geçerlik ve güvenilirliği yapılmıştır. YTT-40, 40 maddeden oluşan, 6 dereceli (daima, çok sık, sık sık, bazen, nadiren, hiçbir zaman), likert tipi yanıtlanan ve öz bildirim esaslı kendini değerlendirme ölçeğidir. Ölçeğin istatistiksel olarak kesme noktası 30 puandır ve 30 üzeri alınan puan yeme bozukluğu riskindeki artışı işaret etmektedir.

Araştırma Yayın Etiği

Yapılan bu araştırma için etik kurul onayı, Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi Klinik Araştırmaları Etik Kurulu tarafından (Tarih:10.11.2020, Karar No: 2020/264) verilmiştir. Araştırmada tüm etik kurallara uyularak, katılımcılara araştırmanın adı, konusu, amacı ve elde edilen kişisel bilgilerinin bilimsel amaçlar doğrultusunda kullanılmasıyla ilgili bilgiler verilmiştir. Ayrıca araştırmanın herhangi bir aşamasında kendi istekleri doğrultusunda çalışmadan ayrılma hakkı olduğu da ifade edilmiştir.

Verilerin Toplanması

Çalışma kapsamında veriler; web tabanlı anket formu oluşturulmuş ve çeşitli sosyal medya gurupları, e-mail veya yüz yüze katılımcılara ulaştırılmıştır. İçtenlikle doldurmaları istenmiştir. Toplanan formların uygunlukları kontrol edilmiş, doğru doldurulmayan eksik veya hatalı olanlar çalışmaya dâhil edilmemiştir.

Verilerin Analizi

Çalışmada tüm istatistiksel analizler SPSS 20.0 (Statistical Package for the Social Sciences) programı kullanılarak yapılmış olup, anlamlılık düzeyi $p < 0.05$ değeri olarak kabul edilmiştir. Elde edilen verilerde katılımcıların tanımlayıcı özelliklerini belirlemek amacıyla; aritmetik ortalama, standart sapma, minimum ve maksimum değerleri hesaplanmıştır. Bağımlı ve bağımsız değişkenler arası karşılaştırmada; Kruskal Wallis-H testi ve One-Way Anova testi kullanılmıştır. Gruplar arası fark çıkması durumunda oluşan farklar Bonferroni testi belirlenmiştir. Verilerin normal dağılımının kontrolü için Kolmogorov-Smirnov testi kullanılmıştır. Kullanılan ölçekler ve alt boyutları arasındaki ilişki Pearson Korelasyon katsayısı hesaplanarak tespit edilmiştir.

BULGULAR

Katılımcıların tanımlayıcı özellikleri Tablo 1’de yer almaktadır.

Tablo 1. Bireylerin genel demografik özelliklerine yönelik bulgular (n:397)

| Değişkenler | $\bar{X} \pm ss$ |
|--|------------------|
| Yaş (yıl) | 22,9±7,7 |
| Vücut ağırlığı (kg) | 74,8±13,7 |
| Boy uzunluğu (cm) | 176,6±8,5 |
| Beden Kütle İndeksi (kg/m ²) | 23,9±3,7 |
| Meslek (n, %) | |
| Öğrenci | 256 (%64,5) |
| Antrenör | 25 (%6,3) |
| Memur | 60 (%15,1) |
| Serbest meslek | 30 (%7,6) |
| Sporcu | 26 (%6,5) |
| Eğitim düzeyi (n, %) | |
| Lise ve öncesi | 72(%18,1) |
| Ön lisans | 24 (%6,0) |
| Lisans | 270 (%68,0) |
| Lisansüstü | 31 (%7,9) |
| Spor Branşı (n, %) | |
| Kuvvet-güç sporları | 177 (%44,6) |
| Takım sporları | 140 (%35,3) |
| Dayanıklılık sporları | 80 (%20,1) |
| Spor yapılan süre (yıl) | 9,3±7,7 |
| Antrenman günü (hafta) | 3,6±1,6 |

Araştırmaya yaş ortalaması $22,9 \pm 7,7$ yıl, vücut ağırlığı $74,8 \pm 13,7$ kg, boy ortalaması $74,8 \pm 13,7$ cm, Beden Kütle İndeksi $23,9 \pm 3,7$ kg /m² olan 397 erkek sporcu katılmıştır. Katılımcıların % 64,5'i öğrenci, % 6,3'ü antrenör, % 15,1'i memur, % 7,6'sı serbest meslek, % 6,5' i sporcudur. Katılımcıların %18,1'i lise ve öncesi, % 6'sı ön lisans, % 68'i lisans ve % 7,9'i lisansüstü mezundur. Katılımcıların % 44,6'sı kuvvet-güç sporları, % 35,3'ü takım sporları ve % 20,1'1 dayanıklılık sporları ile ilgilenirken; ortalama $9,3 \pm 7,7$ yıldır spor yaptıkları belirlenmiştir.

Tablo 2. Katılımcıların kaslı olma dürtüsü (KOD) ve alt boyutları ile yeme tutum testi (YTT-40) ölçeğinden aldıkları puanların ortalamaları

| Değişkenler | $\bar{X} \pm ss$ | Min. - Maks. |
|-------------------|------------------|--------------|
| KOYT | $22,1 \pm 7,7$ | 7-42 |
| KOYAD | $11,3 \pm 4,3$ | 4-23 |
| KOYYTK | $8,5 \pm 3,9$ | 4-24 |
| KOD Toplam | $41,9 \pm 12,6$ | 15-89 |
| YTT-40 | $16,5 \pm 10,4$ | 2-64 |

KOD: Kaslı Olma Dürtüsü, KOYT: Kaslı Olmaya Yönelik Tutumlar, KOYAD: Kaslı Olmaya Yönelik Antrenman Davranışları, KOYYTK: Kaslı Olmaya Yönelik Yeme ve Takviye Kullanımı, YTT-40: Yeme Tutum Testi

Tablo 2'de katılımcıların KOD ve alt boyutları toplam puanı aritmetik ortalama, standart sapma, minimum ve maksimum değerleri yer almaktadır. KOD toplam puanı; $(41,9 \pm 12,6)$, alt boyutlarından elde edilen puan ortalamaları ise sırasıyla; KOYT ($22,1 \pm 7,7$), KOYAD ($11,3 \pm 4,3$), KOYYTK($8,5 \pm 3,9$) dur. YTT-40 puan ortalaması $16,5 \pm 10,4$ 'dir.

Tablo 3. Katılımcıların eğitim düzeyi, spor branşı, kaslı olma dürtüsü (KOD) ve yeme tutum test ölçeğinin karşılaştırılması

| Değişkenler | Eğitim düzeyi | | | | Spor Branşı | | |
|-------------------|------------------------|---|------------------------------|------------------------|-----------------------|--|-----------------------|
| | Lise ve öncesi | Önlisans | Lisans | Lisansüstü | Takım sporları | Kuvvet-Güç sporları | Dayanıklılık sporları |
| KOYT | 23,7±8,1 ^a | 19,6±9,4 ^b x ² =15,894, p=0,001*, a>d, | 22,2±7,3 ^c c>d | 18,0±7,1 ^d | 21,6 ±7,3 | 21,6±8,1 F=1,845, p=0,159 | 23,5±7,3 |
| KOYAD | 11,6±3,7 | 11,6±5,3 x ² =3,964, p=0,265 | 11,4±4,3 | 9,9±3,7 | 10,6±4,1 ^e | 12,4±4,4 ^f F=12,011, p<0,001**, f>e, f>g | 10,1±3,7 ^g |
| KOYYTK | 7,8±2,9 ^a | 9,3±4,7 ^b x ² =8,943, p=0,030* b>d | 8,8±4,0 ^c | 6,9±3,1 ^d | 8,1±3,8 ^e | 9,1±4,0 ^f F=3,400, p=0,034**, f>e, f>g | 8,0±3,5 ^g |
| KOD Toplam | 43,2±11,6 ^a | 40,7±16,3 ^b x ² =12,503, p=0,006* a>d, b>d,c>d | 42,4±12,3 ^c | 34,9±11,9 ^d | 40,4±11,8 | 43,2±13,6 F=01,988, p=0,138 | 41,7±11,2 |
| YTT-40 | 19,1±11,9 ^a | 15,0±6,5 ^b x ² =8,922, p=0,030* a>b, a>c | 15,9±10,5 ^c | 17,3±6,8 ^d | 9,8±0,8 ^e | 11,3±0,8 ^f F=9,064, p=0,000** f>e, f>g | 7,7±0,8 ^g |

*Kruskal Wallis-H test, **One-Way Anova test, a; lise ve öncesi, b; önlisans, c; lisans, d; lisansüstü, e; takım sporları, f; kuvvet-güç sporları, g; dayanıklılık sporları

Katılımcıların eğitim düzeyi ve spor branşı; KOD toplam ve alt boyutları puanı ile YTT-40 puanlarına göre karşılaştırılması Tablo 3'te gösterilmektedir. Eğitim düzeyi lise ve öncesi olanlar lisans ve lisansüstüne göre KOYT, ön lisanların lisansüstüne göre KOYYTK, lise ve öncesi, önlisans ve lisansın lisansüstüne göre KOD toplam, lise ve öncesinin ön lisans ve lisansa göre YTT-40; spor branşlarında ise kuvvet-gücün takım ve dayanıklılık spor branşına göre KOYAD, kuvvet-gücün takım ve dayanıklılık spor branşına göre KOYYTK ile kuvvet-gücün takım ve dayanıklılık branşlarına göre YTT-40 puan ortalamalarında istatistiksel olarak anlamlı fark tespit edilmiştir (p<0.05).

Tablo 4. Kaslı olma dürtüsü ölçeği ve yeme tutum testi-40 ölçeği puanları arasındaki ilişki

| Değişkenler | KOYT | KOD | KOYAD | KOYYTK | YTT-40 | Spor yapılan süre | Haftalık antrenman günü |
|--------------------------------|----------|----------|----------|----------|---------|-------------------|-------------------------|
| KOYT | 1 | | | | | | |
| KOD | 0,849** | 1 | | | | | |
| KOYAD | 0,754** | 0,382** | 1 | | | | |
| KOYYTK | 0,712** | 0,336** | 0,570** | 1 | | | |
| YTT-40 | 0,267** | 0,162** | 0,356** | 0,148** | 1 | | |
| Spor yapılan süre | -0,332** | -0,347** | -0,171** | -0,196** | -0,042 | 1 | |
| Haftalık antrenman günü | 0,169** | -0,070 | 0,357** | 0,289** | 0,166** | 0,018 | 1 |

*p<0.05 ** p<0.01; KOD: Kaslı Olma Dürtüsü, KOYT: Kaslı Olmaya Yönelik Tutumlar, KOYAD: Kaslı Olmaya Yönelik Antrenman Davranışları, KOYYTK: Kaslı Olmaya Yönelik Yeme ve Takviye Kullanımı, YTT-40: Yeme Tutum Testi

Tablo 4'te bireylerin ölçek puanları arasındaki korelasyonlar verilmiştir. KOYT'ün KOD (0.849), KOYAD (0.754) ve KOYYTK (0.712) ile yüksek düzeyde, YTT-40 ölçeği (0.267) ve haftalık antrenman günü (0.169) ile zayıf düzeyde ve spor yapılan süre (0.332) ile negatif zayıf yönde istatistiksel olarak anlamlı ilişki tespit edilmiştir. KOD puanları KOYAD (0.382) ve KOYYTK (0.336) ile orta düzeyde; YTT-40 (0.162) ile zayıf düzeyde ve spor yapılan süre (0.347) ile negatif zayıf yönde istatistiksel olarak anlamlı ilişki tespit edilmiştir. KOYAD puanları KOYYTK (0.570) ile orta düzeyde, YTT-40 (0.356) ve haftalık antrenman günü (0.357) ile zayıf düzeyde, spor yapılan süre (0.171) ile negatif zayıf yönde istatistiksel olarak anlamlıdır. KOYYTK'nin YTT-40 (0.148) ve haftalık antrenman günü (0.289) ile zayıf düzeyde, spor yapılan süre (0.196) ile negatif zayıf yönde ilişkili olduğu belirlenmiştir. YTT-40 (0.166) ile haftalık antrenman günü zayıf yönde istatistiksel olarak anlamlı ilişki göstermektedir.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Yapılan bu çalışmada; kuvvet/güç, dayanıklılık ve takım sporlarında aktif spor yapan 397 erkek sporcunun kaslı olma dürtüsü ve yeme tutumu arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırmaya katılan sporcuların kaslı olma dürtüsünü belirlemek için kullanılan KOD'ün toplam puanı 15 ila 90 arasında değişmekte ve puan ne kadar yüksek ise kaslı olma dürtüsü de o kadar yüksek olmaktadır. Araştırmamızdaki bulgulara göre KOD toplam puan ortalaması 41,9±12,6 olarak belirlenmiştir. Literatürdeki erkek sporcularla yapılan benzer çalışmalar incelendiğinde, Steinfeld ve ark., (2011) üniversiteli sporcuların KOD toplam puan ortalamasını 47,6±47,7 olarak tespit etmiştir. Bir diğer çalışmada Bratland-Sanda ve Sundgot-Borgen (2011), genç erkek sporcuların KOD toplam puan ortalamasını 44,1±13,8 olarak belirlemiştir. Araştırmamızda kaslı olmaya yönelik tutumları içeren KOYT alt boyut ortalamasının 22,1±7,7 ile en yüksek puana sahip olduğu belirlenmiştir. Benzer şekilde

üniversite öğrencileri ile yapılan bir çalışmada en yüksek puanlı KOD alt boyutunun KOYT olduğu ve ortalama puanın 20.61 ± 7.71 olduğu gözlenmiştir (Çalışkan, 2020). Araştırmamızda kaslı olmaya yönelik antrenman davranışlarını içeren KOYAD alt boyut ortalamasının $11,3 \pm 4,3$ olduğu belirlenmiştir. Erkek sporcularla yapılan bir çalışmada da KOYAD alt boyutu benzer şekilde $12,2 \pm 4,0$ olarak belirlenmiştir (Yarar ve ark., 2022). Araştırmamızda kaslı olmaya yönelik yeme ve takviye kullanımını içeren KOYYTK alt boyutu ortalamasının ise $8,5 \pm 3,9$ olduğu tespit edilmiştir. Erkek öğrencilerle yapılan bir çalışmada da KOYYTK alt boyut ortalaması $7,38 \pm 3,63$ olarak belirlenmiştir (Çalışkan, 2020). Genel olarak literatürdeki çalışmalara bakıldığında, araştırmamızla benzer şekilde sporcuların kaslı olma dürtüsünün orta düzeyde olduğu, sporcuların antrenman tutum ve davranışlarını değiştirme ve takviye ürün kullanma eğiliminde oldukları görülmektedir (Chaba ve ark., 2019; Çağlayan ve Koz, 2020; Katra ve ark., 2022).

Ayrıca araştırmamızda sporcuların yeme tutumlarını değerlendirmek için kullanılan YTT-40'ın istatistiksel olarak kesme noktası 30 puandır ve 30 üzeri alınan puan yeme bozukluğu riskindeki artışı işaret etmektedir. Araştırmamızdaki bulgulara göre YTT-40 toplam puan ortalaması $16,5 \pm 10,4$ olarak belirlenmiştir. YTT-40 ölçeğini kullanan diğer çalışmalar incelendiğinde, Devrim ve ark., (2018) vücut geliştirme sporcularının toplam puan ortalamasını $17,53 \pm 5,81$ olarak belirlemiştir. Yapılan bir diğer çalışmada, Çakaroğlu ve ark., (2020) erkek üniversite öğrencilerinin toplam puan ortalamasını $17,23 \pm 9,55$ olarak tespit etmiştir. Bir başka çalışmada ise Oğur ve ark. (2016), kız öğrencilerin toplam puan ortalamasını $18,35 \pm 8,78$, erkek öğrencilerin toplam puan ortalamasını $17,83 \pm 11,48$ olarak tespit etmiştir. Dolayısıyla literatürdeki araştırmaların sonuçları araştırma bulgularımızla paralellik göstermektedir.

Sporcuların eğitim düzeylerinin ve uğraştıkları spor branşının kaslı olma dürtüsünü ve yeme tutumlarını etkilediği literatürde belirtilmiştir (Ross ve Shiness, 2008). Araştırmamızda da eğitim düzeyinin KOD toplam ve alt boyutları puanı ile YTT-40 puanlarına göre karşılaştırılması yapılmıştır. Eğitim düzeyine göre analizler incelendiğinde, özellikle lise ve öncesi düzeydeki sporcuların diğer eğitim düzeyindeki sporculara kıyasla KOD toplam, KOYT ve YTT-40 arasında anlamlı bir ilişkiye sahip olduğu gözlenmiştir. Ayrıca ön lisans düzeyindeki sporcuların lisansüstü düzeydeki sporculara kıyasla KOYYTK alt boyutunda anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Bu sonuçlar, eğitim düzeyi düşük sporcuların kaslı olma dürtüsüyle antrenman ve yeme tutumlarının daha fazla etkilendiğini göstermektedir. Sporcuların uğraştıkları spor branşının KOD toplam ve alt boyutları ile YTT-40 puanları arasındaki ilişkiye bakıldığında ise, kuvvet-güç branşının KOYAD, KOYYTK ve YTT-40 toplam puan ortalamalarında istatistiki olarak anlam ifade eden fark olduğu belirlenmiştir. Bulgularımıza benzer şekilde Hale ve ark., (2010) vücut geliştirme sporcularının daha yüksek oranda kaslı olma dürtüsüne sahip olduklarını ve yeme tutumlarının da bu doğrultuda etkilendiğini belirtmiştir.

Araştırmamızda ayrıca Kaslı Olma Dürtüsü Ölçeği ve Yeme Tutum Testi-40 Ölçeği puanları arasındaki ilişki incelenmiştir. KOD toplam puanının KOYAD (0.382) ve KOYYTK (0.336) ile orta düzeyde; YTT-40 (0.162) ile zayıf düzeyde ve spor yapılan süre (0.347) ile negatif zayıf yönde ilişkiye sahip olduğu, YTT-40 puanının KOYAD (0.356) ile orta düzeyde;

KOYT (0.267), KOD (0.162) ve KOYYTK (0.148) ile zayıf düzeyde istatistiksel olarak anlamlı ilişkiye sahip olduğu belirlenmiştir. Bu bulgular sporcularda kaslı olma dürtüsünün artmasıyla, antrenman tutum ve davranışları ile yeme tutumları arasındaki ilişkinin arttığını göstermektedir. Literatürdeki çalışmalara bakıldığında; Çalışkan (2020) erkek öğrencilerle yaptığı çalışmada, KOD toplam puanının KOYT ve KOYAD ile yüksek düzeyde, KOYYTK ile orta düzeyde ve YTT-40 ile zayıf düzeyde ilişkiye sahip olduğunu, ayrıca YTT-40 puanının KOD, KOYT, KOYAD ve KOYYTK alt boyutlarıyla zayıf yönde ilişkiye sahip olduğunu tespit etmiştir. Bratland-Sanda ve Sundgot-Borgen (2011) genç erkeklerle yaptıkları çalışmada, KOD toplam puanı ile haftalık kuvvet antrenman günü ve vücut tatminsizliği arasında orta düzeyde ilişki olduğunu tespit etmiştir. Hale ve ark., (2010) vücut geliştirme sporcuları ile yaptıkları çalışmada KOD toplam puanı ile egzersiz bağımlılığı arasında negatif yönde orta düzeyde bir ilişki olduğunu belirtmiştir. Devrim ve ark., (2018) erkek vücut geliştirme sporcularıyla yaptıkları çalışmada, YTT-40 ile Kas Dismorfik Bozukluğu Envanteri toplam puanı arasında yüksek düzeyde ve envanterin alt boyutları arasında orta düzeyde ilişki olduğunu tespit etmiştir. Yapılan bu çalışmalar araştırma bulgularımızla benzerlik göstermektedir.

Sonuç olarak; sporcuların ilgilendikleri spor branşları (kuvvet-güç, dayanıklılık, takım) ve eğitim düzeyleri kaslı olma dürtüsünü etkileyen faktörler arasındadır. Bu çalışmada sporcuların kaslı olma dürtüsü puan ortalamasının $41,9 \pm 12,6$ olduğu tespit edilirken, lise ve öncesi eğitim düzeyine sahip olanlarda ve kuvvet/güç sporcularında puanın daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Sporcuların yeme tutumlarını değerlendirmek için kullanılan YTT-40 toplam puan ortalaması $16,5 \pm 10,4$ olarak belirlenmiştir. Sporcuların eğitim düzeyi ile KOYT, KOD toplam ve YTT-40 toplam puan ortalamaları arasında anlamlı ilişki olduğu ve farklılığın lise ve öncesi eğitim düzeyine sahip sporcuların oluşturduğu tespit edilmiştir. Ayrıca sporcuların ilgilendikleri spor branşı ile KOYAD, KOYYTK ve YTT-40 toplam puan ortalamaları arasında anlamlı ilişki olduğu ve farklılığı kuvvet-güç sporcularının oluşturduğu belirlenmiştir. Sonuç olarak özellikle kuvvet-güç sporcuları ile lise ve öncesi eğitim düzeyine sahip sporcularda kaslı olma dürtüsünün daha yüksek oranda olduğu tespit edilmiştir.

Çıkar Çatışması: Çalışma kapsamında herhangi bir kişisel ve finansal çıkar çatışması bulunmamaktadır.

Araştırmacıların Katkı Oranı Beyanı: Araştırma Dizaynı HY, MF, GE; İstatistik analiz SKY; Makalenin hazırlanması, HY, MF, GE, OES; Verilerin Toplanması HY, MF, GE, OES tarafından gerçekleştirilmiştir.

Etik Kurul İzni ile ilgili Bilgiler

Kurul Adı: Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi Klinik Araştırmalar Etik Kurulu

Tarih: 10.11.2020

Sayı/Karar No: 2020/264

KAYNAKÇA

- Aktaş, A., Atabek-Aştı, T., Bakanoğlu, E., & Çelebioğlu, M. (2010). Bir hemşirelik yüksekokulu öğrencilerinin beden imgesi algısının belirlenmesi. *Florence Nightingale Journal of Nursing*, 18(2), 63–71. <https://dergipark.org.tr/en/pub/fnjn/issue/9001/112157>
- Bayköse, N., ve Esin, I. (2019). Sporda beden imajı ve sosyal medya etkisi: sosyal karşılaştırma kuramı çerçevesinde Facebook kullanımının beden imajına etkileri üzerine bir derleme. *Mediterranean Journal of Sports Science*, 2(1), 67–80. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/asbid/issue/48686/612116>
- Bratland-Sanda, S., & Sundgot-Borgen, J. (2012). Symptoms of eating disorders, drive for muscularity and physical activity among Norwegian adolescents. *European Eating Disorders Review: The Journal of the Eating Disorders Association*, 20(4), 287–293. <https://doi.org/10.1002/erv.1156>
- Cash, T. F. (2004). Body image: Past, present and future. *Body Image* 1, 1(1), 1–5. [https://doi.org/10.1016/S1740-1445\(03\)00011-1](https://doi.org/10.1016/S1740-1445(03)00011-1)
- Chaba, L., d'Arripe-Longueville, F., Lentillon-Kaestner, V., & Scoffier-Mériaux, S. (2019). Drive for muscularity behaviors in male bodybuilders: a trans-contextual model of motivation. *Journal of Eating Disorders*, 7(44), 1-11. <https://doi.org/10.1186/s40337-019-0274-y>
- Çağlayan, D., ve Koz, M. (2020). Vücut geliştirme sporu ile ilgilenen kişilerde kas yoksunluğu belirtilerinin incelenmesi: Samsun ili örneği. *SPORMETRE. Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 18(4), 180-192. <https://doi.org/10.33689/spormetre.734424>
- Çakaroğlu, D., Ömür, E. H., & Arslan, C. (2020). Üniversite öğrencilerinin yeme tutumu, yeme farkındalığı ve sosyal görünüş kaygısının değerlendirilmesi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 14(1), 1-12. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/bsd/issue/53161/681266>
- Çalışkan, G. (2020). *Üniversite öğrencilerinde kaslılık odaklı yeme testi (MOET) ile beslenme durumları ve antropometrik ölçümleri arasındaki ilişkinin değerlendirilmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Devrim, A., Bilgic, P., & Hongu, N. (2018). Is there any relationship between body image perception, eating disorders, and muscle dysmorphic disorders in male bodybuilders? *American Journal of Men's Health*, 12(5), 1746–1758. <https://doi.org/10.1177/1557988318786868>
- Durmaz, M., ve Özcan, A. K. (2021). Sosyolojik bağlamda fitness sporunun beden algısı üzerine etkisi: Bursa örneği. *Munzur Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 10(2), 56–79. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/tr/pub/tusbd/issue/67547/936451>
- Erdoğan, Ö., ve Tütüncü, İ. (2015). Üniversite öğrencilerinin beden algısı, yeme tutumu ve yakın ilişki kurma düzeyleri arasındaki ilişki. *Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi*, 17(1), 89–115. <https://doi.org/10.17363/SSTB.20151714052>
- Garner, D. M., & Garfinkel, P. E. (1979). The eating attitudes test: An index of the symptoms of anorexia nervosa. *Psychological Medicine*, 9(2), 273-279. <https://doi.org/10.1017/s0033291700030762>
- Hale, B. D., Roth, A. D., DeLong, R. E., & Briggs, M. S. (2010). Exercise dependence and the drive for muscularity in male bodybuilders, powerlifters, and fitness lifters. *Body Image*, 7(3), 234-239. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2010.02.001>
- Haspolat, N. K., ve Kağan, M. (2017). Sosyal fobinin yordayıcıları olarak beden imajı ve benlik saygısı. *Erzincan Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 19(2), 139–152. <https://doi.org/10.17556/erziefd.322327>
- Karasar, N. (2002). *Bilimsel araştırma yöntemi. (16. Basım)*. Nobel Yayıncılık.
- Katra, H., Günar, B. B., Korkmaz, N., ve Özçelik, O. (2022). Vücut geliştirme egzersizi yapan erkeklerin ergojenik yardımcı kullanma durumlarına göre kaslı olma dürtüsü düzeylerinin incelenmesi. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 27(1), 57–68. <https://doi.org/10.53434/gbesbd.1008883>
- Longobardi, C., Prino, L. E., Fabris, M. A., & Settanni, M. (2017). Muscle dysmorphia and psychopathology: findings from an Italian sample of male bodybuilders. *Psychiatry Research*, 256(March), 231–236. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2017.06.065>

- Maier, M. J., Haeussinger, F. B., Hautzinger, M., Fallgatter, A. J., Ehlis, A., Julian, M., Haeussinger, F. B., & Hautzinger, M. (2019). Excessive bodybuilding as pathology? a first neurophysiological classification. *The World Journal of Biological Psychiatry*, 20(8), 626–636. <https://doi.org/10.1080/15622975.2017.1395070>
- Murray, S. B., Nagata, J. M., Gri, S., Calzo, J. P., Mitchison, D., Blashill, A. J., Mond, J. M., & Brown, A. (2017). The Enigma of male eating disorders: A Critical review and synthesis. *Clinical Psychology Review* 57(August), 1–11. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2017.08.001>
- Oğur, S., Aksoy, A., & Selen, H. (2016). Üniversite öğrencilerinin yeme davranışı bozukluğuna yatkınlıkları: Bitlis Eren Üniversitesi örneği. *Bitlis Eren Üniversitesi Fen Bilimleri Dergisi*, 5(1), 14-26. <https://doi.org/10.17798/beufen.60370>
- Öngören, B. (2015). Sosyolojik açıdan sağlıklı beden imgesi. *Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Dergisi*, 16(34), 25–45. <https://dergipark.org.tr/en/pub/sobbiad/issue/36373/412313>
- Parent, M. C., & Moradi, B. (2011). His biceps become him: A Test of objectification theory's application to drive for muscularity and propensity for steroid use in college men. *Journal of Counseling Psychology*, 58(2), 246–256. <https://doi.org/10.1037/a0021398>
- Pope, H. G., Gruber, A. J., Mangweth, B., Bureau, B., Jouvent, R., & Hudson, J. I. (2000). Body image perception among men in three countries. *The American Journal of Psychiatry*, 157(8), 1297–1301. <https://doi.org/10.1176/appi.ajp.157.8.1297>
- Ross, S. R., & Shiner, K. J. (2008). Perspectives of women college athletes on sport and gender. *Sex Roles*, 58(1), 40-57. <https://doi.org/10.1007/s11199-007-9275-4>
- Savaşır, I., ve Erol, N. (1989). Yeme tutum testi: Anoreksiya nervoza belirtileri indeksi. *Psikoloji Dergisi*, 7(23), 19-25. Erişim adresi: <https://toad.halileksi.net/wp-content/uploads/2022/07/yeme-tutum-testi-anoreksiya-nervoza-beltileri-indeksi-toad.pdf>
- Selvi, K., ve Bozo, O. (2019). Turkish adaptation of the drive for muscularity scale: A Validity and reliability study. *Nesne Psikoloji Dergisi*, 7(14), 68–82. <https://doi.org/10.7816/nesne-07-14-05>
- Söyler, D. Y., Karahüseyinoğlu, F., & Nacar, E. (2022). Fitness merkezlerine giden bireylerin zayıflama haplarına yönelik tutumlarının incelenmesi. *İnönü Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 9(2), 25–39. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/tr/pub/inubesyo/issue/71327/1141278>
- Steinfeldt, J. A., Carter, H., Benton, E., & Steinfeldt, M. C. (2011). Muscularity beliefs of female college student athletes. *Sex Roles*, 64(7), 543-554. <https://doi.org/10.1007/s11199-011-993>
- Şenyürek, E. (2018). Erinlik ve beden imajı. *International Journal of Social Inquiry*, 11(1), 97–137. Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/en/pub/ijssi/issue/37938/438338>
- Talu, E. (2020). Ergenlerde beden imajı algısının kimlik gelişimi sürecine etkisi. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 21(2020), 1116–1135. <https://doi.org/10.17679/inuefd.766776>
- Yarar, H., Fidan, M., Karahan Yılmaz, S., Eskici, G., & Saraç, O. E. (2022). Sporcularda kaslı olma dürtüsü ve besinsel ergojenik destek ürünleri kullanımının değerlendirilmesi. *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 7(1), 162-173. <https://doi.org/10.25307/jssr.1097200>
- Yildiz, M., & Yıldız, O. (2019). Comparison of the opinions of bodybuilding sportsmen regarding the use of doping and values education of sportsmen in Turkey. *European Journal of Educational Research*, 8(2), 527–534. <https://doi.org/10.12973/eu-jer.8.2.527>

