

Masa Tenisi Sporcularında Sporcu Öz Yeterliliğin Spora Bağlılık Düzeyine Etkisi

The Effect of Athlete Self-Efficiency on The Level of Sports Engagement in Table Tennis Athletes

Muhammet KUSAN¹, Sevgi TOKLU¹, Mehmet DERELİOĞLU², Soner ÇANKAYA¹

¹Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi, Samsun, Türkiye.

²Avrasya Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Trabzon, Türkiye.

ÖZ: Bu çalışmanın amacı, masa tenisi sporcularında sporcu öz yeterliliğin spora bağlılık düzeyine etkisi ile bazı demografik bilgiler açısından sporcu öz yeterlilik ve spora bağlılık düzeylerini incelemektir. Araştırmada, ilişki tarama modeli kullanılmıştır. Araştırmanın evrenini masa tenisi sporcuları, örneklem grubunu ise bu sporcular arasından tesadüfi örneklem yöntemi ile seçilen 157 sporcu oluşturmaktadır. Araştırmada, Sporcu Öz Yeterlilik Ölçeği ve Spora Bağlılık Ölçeği kullanılmıştır. Ölçek toplam puanlarının cinsiyet, milli sporcu olma durumu ve istediği ekipman ile oynama durumuna göre farklılık gösterip göstermediği Bağımsız Örneklem T-Testi ile, gelir düzeyine durumuna göre farklılık gösterip göstermediği ise Tek Yönlü Varyans Analizi ile belirlenmiştir. Sporcuların sporcu öz yeterliliği ve spora bağlılık düzeyleri arasındaki ilişkinin derecesi ve yönü Pearson korelasyon katsayısı ile ilişkinin denklemi ise basit doğrusal regresyon analizi ile belirlenmiştir. Araştırma bulguları, masa tenisi sporunu istediği ekipman ile oynama fırsatı bulan ve milli sporcularının profesyonel düşünce yeterliğinin daha yüksek olduğunu, sporcu öz yeterliğindeki artışın spora bağlılığını pozitif yönde etkileyeceğini göstermiştir. Sporda öz yeterlilik, insanların olaylar karşısında düşünce ve davranışlarını önemli ölçüde etkileyen bir unsurdur. Sportif başarının, aile, antrenör veya arkadaşları tarafından sağlanan sosyal desteğin, mental dayanıklılığın artırılması ve ulaşılabilir hedeflerin konulması sporcuların öz yeterlilik düzeyini arttıracak, buna bağlı olarak spora bağlılığın artması mümkün olacaktır. Dolayısıyla, uygun ekipman kullanımı, sporcuya rahat bir oyun ortamı sağlayarak daha fazla hareket özgürlüğü, daha iyi denge, daha az yaralanma riski ve daha fazla konfor oluşturabilmesi ve sportif performansı artırmak açısından önem arz etmektedir.

AÇIK ERİŞİM

Editör:

Deniz BEDİR
Erzurum Teknik Üniversitesi, Spor
Bilimleri Fakültesi, Erzurum, Türkiye.

Hakemler:

Didem Yavuz SÖYLER
Fırat Üniversitesi, Sosyal Bilimleri
Fakültesi, Elâzığ, Türkiye.

Anıl TÜRKELİ

Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi,
Eğitim Fakültesi, Erzincan, Türkiye.

İletişim:

Muhammet KUSAN
muhammetkusan0055@gmail.com

Tarihler:

Geliş: 28.08.2023
Kabul: 30.01.2024
Yayınlanma: 30.06.2024

Künye:

Kusan, M., Toklu, S., Derelioğlu, M., & Çankaya, S. (2024). Masa tenisi sporcularında sporcu öz yeterliliğin spora bağlılık düzeyine etkisi. *IntJourExerPsyc*, 6(1), 9-17. <https://doi.org/10.51538/intjourexerpsyc.1351205>

Anahtar Kelimeler: masa tenisi, sporcu, spora bağlılık, öz yeterlilik.

ABSTRACT: The aim of this study is to examine the effect of athlete self-efficacy on sports commitment levels in table tennis athletes and the levels of athlete self-efficacy and sports engagement in terms of some demographic information. A relational screening model was used in the study. The population of the research consists of table tennis athletes, and the sample group consists of 157 athletes selected by random sampling method among these athletes. In the study, the Athlete Self-Efficacy Scale and Sports Commitment Scale were used. Whether the total scores of the scale differ according to gender, national athlete status, and playing with the desired equipment was determined by an Independent Sample T-Test, and whether they differ according to income level was determined by a One-Way Analysis of Variance. The degree and direction of the relationship between athlete self-efficacy and sport commitment levels of athletes were determined by the Pearson correlation coefficient, and the equation of the relationship was determined by simple linear regression analysis. The findings of the research showed that the professional thinking competence of national athletes who have the opportunity to play table tennis with the equipment they want is higher, and the increase in athlete self-efficacy will positively affect sports commitment. Self-efficacy in sports is a factor that significantly affects people's thoughts and behaviors in the face of events. Increasing sportive success, social support provided by family, coaches, or friends, increasing mental endurance, and setting achievable goals will increase the self-efficacy level of athletes, and accordingly, it will be possible to increase commitment to sports. Therefore, appropriate equipment is important in providing a comfortable playing environment for the athlete, creating more freedom of movement, better balance, less risk of injury and more comfort and increasing sportive performance.

Keywords: table tennis, athlete, engagement to sport, self-efficacy.

1. GİRİŞ

Bu çalışma, masa tenisi sporcularının psikolojik ve motivasyonel dinamiklerini anlamaya yönelik önemli bilgiler sağlayarak, sporcuların eğitim ve antrenman programlarının daha etkili bir şekilde tasarlanmasına katkı sağlamayı amaçlanmaktadır.

Öz yeterlik, bir kişinin kendisine güven duyma ve hedeflerini başarma konusunda kendisine güvenme yeteneğiyle ilgilidir. Bandura (1977)'nin da öne sürdüğü gibi, öz yeterlik, kişinin çaba gösterme ve planlama yeteneğine bağlıdır. Sporcular üzerinde yapılan araştırmalar, öz yeterliliğin performansı belirlemede önemli olduğunu göstermektedir (Altıntaş & Akalan, 2008). Feltz ve Lirgg (2001)'in araştırması, öz yeterliliğin performans arasındaki farkları açıklamada yardımcı olduğunu ortaya koymaktadır. Öz yeterlik inancı, kişinin kendisine yönelik beceri yargılarına dayanmaktadır. Pastorelli ve ark., (2001) tarafından yapılan bir araştırma, öz yeterliliğin, bir kişinin kendisini ne kadar iyi bir şekilde değerlendirdiği ile ilgili olduğunu ve bu inancın, kişinin hedeflerine ulaşma konusunda ne kadar başarılı olacağını belirlediğini göstermektedir. Öz yeterlik, kişinin kendisine güvenini artırabilir ve bu da hedeflerine ulaşma konusunda daha motive olmasına yardımcı olabilir. Bandura'ya göre, bireylerin gerçekleştirdikleri davranışlarda etkili olan en önemli yapı, kendini yetkin görme anlamına da gelen, öz yeterliktir. Öz yeterlik, bireyin kendi sorumluluğuna verilen işlerini düzenleyebilme ve başarılı olabilme becerisiyle ilgili öz değerlendirmeleridir. Bireylerin gerçekleştirebilecek durumlarla en iyi şekilde baş edebilmek için gerekenleri ne kadar başarılı yapabildikleri ile ilgili yargılarını barındırır (Eyüboğlu, 2012).

Öz yeterlik kuramına göre birey, kendini bir eylem için yetkin hissederse gerçekleştirme ihtimalinin yüksek; yetkin hissetmezse bu ihtimalin düşük olduğu kabul edilir (Pastorelli ve ark., 2001). Bireylerin görevlerinde başarılı olması, kendilerini yetkin görme inançlarının yüksek olmasının etkisiyle sağlanır. Öz yeterliği yüksek olan bireyler yeteneklerine fazlasıyla güvenir, karşısına çıkabilecek zor görevlerle başa çıkabilmek için daha fazla çaba gösterirler. Herhangi bir olumsuzluk, başarısızlık karşısında kendilerini daha çabuk toparlamaya çalışırlar ve bu sayede bireysel başarı oluşurken depresyon, stres gibi olumsuz faktörlere karşı da savunma mekanizmasını geliştirirler. Bunların aksine, öz yeterlik inancı düşük olan bireyler, zorlu görevlerden kaçınırlar, herhangi bir engelle karşılaştığında başarılı olmak için çabalamak yerine olumsuz düşüncelere kapılarak az çaba gösterip pes

ederler. Bunun sonucunda öz yeterlik duygularını tekrar kazanmak yerine başarısız performanslarını yetenek eksikliği olarak düşündükleri için yeteneklerine olan inançlarını kaybedip stres ve depresyona yenik düşerler (Bandura, 1994).

Bağlılık kavramı, iş ortamı gibi sporda da önemli bir yere sahiptir. Tutar (2016) tarafından ifade edildiği gibi, bağlılık, bireylerin işlerine yönelik duygu, davranış ve tutumları açısından önemlidir. Spor ortamında da sporcuların tutarlı ve sürdürülebilir deneyimler yaşayarak bağlılık geliştirmesi önemlidir. Lonsdale ve ark. (2007) tarafından yapılan araştırmalara göre, sporcu bağlılığı, haz, inanç, çaba ve enerji gibi kavramları içermektedir. Kelecek ve Kuruç (2018) sporcunun özgüven, özveri ve canlılık gibi özellikleri katkısıyla sporcu bağlılığının, sporda kalıcı, olumlu, bilişsel ve duyuşsal deneyimi yaşaması olarak tanımlanmaktadır. Sporcu bağlılığıyla ilgili yapılan araştırmalar, psikolojik ihtiyaçlar, başarı durumu ve güdülenme gibi kavramların bağlılıkla ilişkili olduğunu ortaya koymaktadır. Lonsdale ve ark. (2007) tarafından yapılan bir araştırmada, sporcunun ihtiyaçlarına duyarlı bir antrenörün, sporcu bağlılığını artırdığı bulunmuştur. Kristensen (2013) ise, sporcunun başarı durumunun, yani başarılı performansların sporcu bağlılığına olumlu etkisinin olduğunu ortaya koymuştur. Ayrıca, güdülenme de sporcu bağlılığı ile ilişkilidir. Sporcunun kendi iç motivasyonunun artması, sporcu bağlılığını olumlu yönde etkiler (Daban, 2019).

Masa tenisi sporunda bağlılık, sporcuların başarılarını ve hedeflerini gerçekleştirmeleri için oldukça önemlidir. Masa tenisi sporunda, düzenli olarak antrenman yapmak, teknikleri geliştirmek, taktikler üzerinde çalışmak ve yarışmalara katılmak, başarı için gereklidir. Bağlılık, sporcuların disiplinli bir şekilde antrenman yapmalarını ve spora düzenli olarak zaman ayırmalarını sağlar. Aynı zamanda, spora olan bağlılık, sporcuların motivasyonunu artırır ve hedeflerine ulaşmalarını sağlar. Başarısızlık ve zorluklarla karşılaştıklarında bile, sporcuların bağlılığı sayesinde motivasyonlarını korumaları ve hedeflerine odaklanmaları daha kolay olur.

Öz yeterlik algısı, sporcu performansı, motivasyon ve zihinsel sağlık gibi faktörlerle doğrudan ilişkilidir. Bu nedenle, masa tenisi sporunda bu faktörler arasındaki etkileşim oldukça önemlidir. Dolayısıyla bu araştırma, masa tenisi sporuyla ilgilenen sporcuların öz yeterlik algılarının, spora bağlılıkları üzerindeki etkisini incelemeyi amaçlamaktadır.

2. METOT

2.1. Araştırma Modeli

Araştırmada, genellikle bir konu veya popülasyon hakkında mevcut durumu anlamak için kullanılan ilişkiyel tarama araştırma modeli kullanılmıştır. Tarama modelleri, bir konu hakkında daha kapsamlı bir araştırma yapmadan önce mevcut durum hakkında genel bir fikir edinmek için kullanılabilir (Karasar, 1999).

2.2. Araştırma Grubu

Araştırmanın evrenini Samsun, Adana, Ankara, Yalova, İstanbul, Sinop ve Konya illerinde aktif olarak masa tenisi oynayan sporcular, örneklemini ise, bu sporcular içerisinde basit rastgele örneklem yöntemi ile seçilmiş 157 sporcu oluşturmaktadır.

Tablo 1

Katılımcıların Demografik Özelliklerine İlişkin Frekans ve Yüzde Dağılımları

Cinsiyet	n	%
Kadın	55	35,0
Erkek	102	65,0
Toplam	157	100,0
İstediği Ekipman ile Oynama Durumu	n	%
Evet	109	69,4
Hayır	48	30,6
Toplam	157	100,0
Millilik Durumu	n	%
Evet	36	22,9
Hayır	121	77,1
Toplam	157	100,0
Gelir Düzeyi	n	%
(Gelir<Gider) Düşük	27	17,2
(Gelir=Gider) Orta	107	68,2
(Gelir>Gider) Yüksek	23	14,6
Toplam	157	100,0

Araştırmaya katılan masa tenisi sporcularının %35'i kadın, %17,2'si düşük gelire sahip, %22,9'u milli sporcu, %87,9'u lisanslı sporcu, %69,4'ü istediği ekipman ile oynayabilmektedir (Tablo 1).

2.3. Veri Toplama Araçları

Çalışmada, araştırmacılar tarafından oluşturulan demografik soru formu, Sporcu Öz Yeterlik Ölçeği ile Spora Bağlılık Ölçeği kullanılmıştır. Demografik soru formu, araştırmaya katılan sporcuların cinsiyet, yaş, gelir durumu, millilik durumu ve istediği ekipmanla oynama durumunu içeren sorulardan oluşmaktadır.

Koçak (2020) tarafından geliştirilen **Sporcu Öz Yeterlik Ölçeği**, sporcuların öz yeterlik algılarını ölçmek için kullanılan bir araçtır. Ölçek, 16 maddeden oluşmakta ve sporcu öz yeterliğini dört boyutta değerlendirmektedir; spor dalı yeterliği, psikolojik yeterlik, profesyonel düşünce yeterliği ve kişilik

yeterliği. Sporcular, ölçekte yer alan her bir maddeyi 1 ile 5 arasında bir skala üzerinde değerlendirirler. Skalanın 1 numarası "Katılmıyorum" ve 5 numarası "Tamamen katılıyorum" şeklindedir. Ölçek, sporcuların kendi öz yeterlik algılarını değerlendirmelerine yardımcı olmak ve antrenman programlarının hazırlanmasında kullanılmak üzere tasarlanmıştır. Ölçek için Cronbach Alpha güvenirlik katsayısı değeri 0,88'dir. Yapılan çalışmada ölçeklere ait Cronbach α katsayısı sporcu öz yeterlik ölçeği toplam puan için 0,865 spor dalı yeterliği için 0,781 psikolojik yeterlik için 0,679 profesyonel düşünce yeterliği için 0,829 ve kişilik yeterliği için 0,589 şeklinde bulunmuştur.

Guillen ve Martinez-Alvarado (2014) tarafından geliştirilip Kayhan ve ark. (2020) tarafından Türkçeye uyarlaması yapılan **Spore Bağlılık Ölçeği** 10 maddeden oluşmaktadır. Ölçek 7' li likert tipi derecelendirmeye (1.Hiçbir zaman,..., 7. Her zaman) sahip olup sporcu bağlılığı kavramını değerlendirmek için kullanılan bir araçtır. Ölçek, sporcuların spora karşı dinç olma ve odaklanma boyutlarını ölçmektedir. Dinç olma boyutu, sporcuların antrenmanlara ve maçlara katılım sıklıklarını ve zamanlarını, spora harcadıkları zamanı ve enerjiyi ölçer. Odaklanma boyutu ise sporcuların antrenman ve maçlarda dikkatlerini verimli bir şekilde kullanıp kullanmadıklarını, spor sırasında kendilerine odaklanıp odaklanmadıklarını ölçmektedir. Her iki boyut da sporcuların spora bağlılıklarını yansıtır ve yüksek skorlar, daha yüksek bir spora bağlılık düzeyini gösterir. Ölçeğin tamamının Cronbach α katsayısı 0,918 olarak belirtilmiştir. Yapılan çalışmada ölçeklere ait Cronbach α katsayısı spora bağlılık ölçeği toplam puan için 0,908, dinç olma alt boyutu için 0,899 ve odaklanma alt boyutu için 0,707 şeklinde bulunmuştur.

2.4. Verilerin Analizi

Araştırma grubunu oluşturan masa tenisi sporcularına anket soruları uygulanmadan önce araştırma amacı açıklanarak dikkat edilecek unsunlar hakkında bilgi verilerek gerekli uyarılar yapılmıştır. Araştırma anketleri Ocak-Şubat 2023 tarihleri arasında Google formlar üzerinden ve yüz yüze anket yöntemi ile gönüllü katılım esas alınarak masa tenisi sporcularına uygulanmıştır.

2.5. Verilerin Kodlanması ve Ayıklanması

Araştırmada masa tenisi sporcularında sporcu öz yeterliği ve spora bağlılık düzeylerini belirlemek amacıyla uygulanan ölçek maddelerine verilen cevapların iç tutarlılığına ilişkin güvenirlik katsayıları Tablo 1'de verilmiştir.

Verilerin istatistiksel değerlendirilmesinde ilk olarak normallik varsayımı Kolmogorov-Smirnov ve Shapiro-Wilk testi ile incelenmiştir ($p>0,05$). Veriler normallik varsayımı sağladığı için çalışmada, ölçek toplam puanlarının cinsiyet, millilik, istediği ekipman ile oynama durumuna göre farklılık gösterip göstermediği Bağımsız Örneklem T-Testi, gelir düzeyine göre farklılık gösterip göstermediği ise Tek Yönlü Varyans Analizi

testi ile belirlenmiştir. Sporcuların yaşı, sporcu öz yeterliliği ve spora bağlılık düzeyleri arasındaki ilişkinin derecesi ve yönü Pearson korelasyon katsayısı ile ilişkinin denklemi ise Basit Doğrusal Regresyon Analizi ile belirlenmiştir.

3. BULGULAR

Tablo 2

Cinsiyete Göre Masa Tenisi Sporcularında Sporcu Öz Yeterliliği ve Spora Bağlılık Düzeyi

Ölçekler ve Alt Boyutlar	Cinsiyet	n	\bar{x}	ss	p
Sporcu Öz Yeterlik Ölçeği	Kadın	55	60,87	9,54	0,937
	Erkek	102	60,75	9,60	
Spor Dalı Yeterliliği	Kadın	55	15,69	2,81	0,693
	Erkek	102	15,50	2,92	
Psikolojik Yeterlik	Kadın	55	14,87	2,82	0,651
	Erkek	102	15,11	3,24	
Profesyonel Düşünce Yeterliliği	Kadın	55	13,84	3,89	0,834
	Erkek	102	13,97	3,79	
Kişilik Yeterliliği	Kadın	55	16,47	2,47	0,473
	Erkek	102	16,17	2,58	
Spora Bağlılık Ölçeği	Kadın	55	56,22	10,03	0,759
	Erkek	102	55,69	10,51	
Dinç Olma	Kadın	55	41,25	7,11	0,505
	Erkek	102	40,42	7,63	
Odaklanma	Kadın	55	11,65	2,23	0,634
	Erkek	102	11,47	2,35	

Araştırmada, cinsiyete göre masa tenisi sporcularında sporcu öz yeterliliği ve spora bağlılık toplam puan ve alt boyut toplam puanları açısından

istatistiki olarak anlamlı bir farklılık bulunamamıştır ($p>0,05$; Tablo 2).

Tablo 3

Milli Sporcu Olma Durumuna Göre Masa Tenisi Sporcularında Sporcu Öz Yeterliliği ve Spora Bağlılık Düzeyi

Ölçekler ve Alt Boyutlar	Millilik	n	\bar{x}	ss	p
Sporcu Öz Yeterlik Ölçeği	Evet	36	62,31	10,37	0,279
	Hayır	121	60,34	9,29	
Spor Dalı Yeterliliği	Evet	36	15,50	3,20	0,874
	Hayır	121	15,59	2,78	
Psikolojik Yeterlik	Evet	36	15,22	3,26	0,665
	Hayır	121	14,97	3,05	
Profesyonel Düşünce Yeterliliği	Evet	36	15,14	3,71	0,029
	Hayır	121	13,56	3,78	
Kişilik Yeterliliği	Evet	36	16,44	2,49	0,648
	Hayır	121	16,22	2,56	
Spora Bağlılık Ölçeği	Evet	36	54,14	11,63	0,252
	Hayır	121	56,39	9,89	
Dinç Olma	Evet	36	39,00	8,33	0,116
	Hayır	121	41,22	7,10	
Odaklanma	Evet	36	11,42	2,57	0,729
	Hayır	121	11,57	2,22	

Araştırmada, milli sporcu olma durumuna göre masa tenisi sporcularında sporcu öz yeterliliği ve spora bağlılık toplam puan ve alt boyut toplam puanları (profesyonel düşünce yeterliliği hariç) açısından istatistiki

olarak anlamlı bir farklılık bulunamamıştır ($p>0,05$; Tablo 3). Profesyonel düşünce yeterliliği alt boyutunda milli sporcuların toplam puanları milli olmayan sporculara göre daha yüksek çıkmıştır.

Tablo 4

İstediği Ekipman ile Oynama Durumuna Göre Masa Tenisi Sporcularında Sporcu Öz Yeterliği ve Spora Bağlılık Düzeyi

Ölçekler ve Alt Boyutlar	İstediği Ekipman ile Oynama Durumu	n	\bar{x}	ss	p
Sporcu Öz Yeterlik Ölçeği	Evet	109	61,90	9,36	0,028
	Hayır	48	58,27	9,58	
<i>Spor Dalı Yeterliği</i>	Evet	109	15,86	2,86	0,052
	Hayır	48	14,90	2,82	
<i>Psikolojik Yeterlik</i>	Evet	109	15,05	3,02	0,901
	Hayır	48	14,98	3,29	
<i>Profesyonel Düşünce Yeterliği</i>	Evet	109	14,48	3,74	0,006
	Hayır	48	12,67	3,72	
<i>Kişilik Yeterliği</i>	Evet	109	16,51	2,49	0,075
	Hayır	48	15,73	2,59	
Spora Bağlılık Ölçeği	Evet	109	56,79	10,01	0,094
	Hayır	48	53,79	10,80	
<i>Dinç Olma</i>	Evet	109	41,34	7,11	0,112
	Hayır	48	39,29	8,02	
<i>Odaklanma</i>	Evet	109	11,64	2,32	0,381
	Hayır	48	11,29	2,25	

Araştırmada, istediği ekipman ile oynama durumuna göre masa tenisi sporcularında sporcu öz yeterliği toplam puan ve profesyonel düşünce yeterliği alt boyut toplam puanları açısından istatistiki olarak

anamlı bir farklılık tespit edilmiştir ($p < 0,05$; Tablo 4). İstediği ekipman ile oynayabilen sporcuların toplam puanı istediği ekipman ile oynayamayan sporculara göre daha yüksek çıkmıştır.

Tablo 5

Gelir Durumuna Göre Masa Tenisi Sporcularında Sporcu Öz Yeterliği ve Spora Bağlılık Düzeyi

Ölçekler ve Alt Boyutlar	Gelir Durumu*	n	\bar{x}	ss	p
Sporcu Öz Yeterlik Ölçeği	Düşük	27	59,89	10,84	0,260
	Orta	107	60,37	9,31	
	Yüksek	23	63,78	8,85	
<i>Spor Dalı Yeterliği</i>	Düşük	27	15,63	2,69	0,521
	Orta	107	15,42	2,96	
	Yüksek	23	16,17	2,69	
<i>Psikolojik Yeterlik</i>	Düşük	27	14,85	3,78	0,740
	Orta	107	14,97	3,00	
	Yüksek	23	15,48	2,71	
<i>Profesyonel Düşünce Yeterliği</i>	Düşük	27	13,59	4,30	0,281
	Orta	107	13,76	3,57	
	Yüksek	23	15,09	4,27	
<i>Kişilik Yeterliği</i>	Düşük	27	15,81	2,94	0,221
	Orta	107	16,22	2,44	
	Yüksek	23	17,04	2,44	
Spora Bağlılık Ölçeği	Düşük	27	53,70	12,48	0,453
	Orta	107	56,16	9,91	
	Yüksek	23	57,09	9,47	
<i>Dinç Olma</i>	Düşük	27	39,93	8,91	0,741
	Orta	107	40,73	7,20	
	Yüksek	23	41,57	6,85	
<i>Odaklanma</i>	Düşük	27	11,56	2,15	0,622
	Orta	107	11,44	2,34	
	Yüksek	23	11,96	2,33	

*Gelir düzeyi sütununda, Düşük: Gelir<Gider; Orta: Gelir=Gider; Yüksek: Gelir>Gider durumunu ifade etmektedir.

Araştırmada, gelir durumuna göre masa tenisi

sporcularında sporcu öz yeterliği ve spora bağlılık

toplam puan ve alt boyut toplam puanları açısından istatistiki olarak anlamlı bir farklılık bulunamamıştır ($p>0,05$; Tablo 5).

Tablo 6

Katılımcıların yaşları ile öz yeterlik ve spora bağlılık düzeyleri arasındaki ilişkiye ait korelasyon tablosu

		SÖY	SDY	PY	PDY	KY	SB	DO	Odaklanma
Yaşı	r	0,014	-0,041	0,003	0,038	0,037	-0,010	0,004	-0,033
	p	0,865	0,613	0,973	0,637	0,643	0,900	0,965	0,681
Spora Bağlılık	r	0,528	0,284	0,408	0,469	0,461			
	p	<0,001	<0,001	<0,001	<0,001	<0,001			
Dinç Olma	r	0,486	0,279	0,400	0,381	0,450			
	p	<0,001	<0,001	<0,001	<0,001	<0,001			
Odaklanma	r	0,713	0,971	0,399	0,354	0,564			
	p	<0,001	<0,001	<0,001	<0,001	<0,001			

(SÖY: Sporcu Öz Yeterlik; SDY: Spor Dalı Yeterliği; PY: Psikolojik Yeterlik; PDY: Profesyonel Düşünce Yeterliği; KY: Kişilik Yeterliği; SB: Spora Bağlılık; DO: Dinç Olma)

Araştırmaya katılan bireylerin spora bağlılık toplam puanları ile öz yeterlik toplam puanları arasında anlamlı pozitif ilişki belirlenmiştir ($p<0,001$; Tablo 6).

Spora bağlılık düzeyi arttıkça öz yeterlik düzeyinin de arttığı görülmektedir.

Tablo 7

Katılımcılara Ait Sporcu Öz Yeterliliğin Spora Bağlılık Düzeyine İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

Değişkenler	b_i	S_{b_i}	R^2	t	P
Sabit	21,204	4,536		4,675	<0,001
Sporcu Öz Yeterlik	0,570	0,074	0,279	7,736	<0,001

Yapılan regresyon analizi sporcu öz yeterlik ile spora bağlılık ölçeği arasında anlamlı bir regresyon modeli vermiştir. Sporcu öz yeterliği durumunda meydana gelen değişim, spora bağlılık durumundaki değişimin %27,9'unu ($R^2=0,279$) açıklamaktadır. Yapılan araştırmada sporcu öz yeterlik durumundaki 1 birimlik artış spora bağlılık durumunda 0,570'lik artışa neden olacaktır (Tablo 7).

4. TARTIŞMA

Bu çalışma, Türkiye genelinde 2023 yılı içerisinde aktif olarak spor yapan masa tenisi sporcularında, sporcu öz yeterliğinin spora bağlılık düzeyine etkisini belirlemek amacıyla yapılmıştır. Araştırmada cinsiyet, millilik durumu, gelir düzeyi, lisans durumu bakımından sporcu öz yeterliği ve spora bağlılık düzeyleri arasında fark görülmezken, istediği ekipman ile oynama değişkenine göre sporcu öz yeterliği alt boyutu olan profesyonel düşünce yeterliği alt boyutunda anlamlı farklılık görülmüştür.

Araştırmada; cinsiyete göre masa tenisi sporcularında sporcu öz yeterliği ve spora bağlılık düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. Kadın ve erkek, yaratılış gereği biyolojik olarak eşit değildir. Ancak masa tenisi branşı da dahil bazı branşlarda kadın ve erkeğin rakip olmaması ve aynı eğitimi aldıklarında aralarında belirgin bir fark olmaması bu etkenin cinsiyet açısından öz yeterlikte ve spora bağlılıkta bir etkisinin olmadığını göstermektedir.

Bandura (1977) da öz yeterlik teorisinde, kendilerini yeterli hissetme düzeyleri konusunda, erkek ve kadınlar arasında bir farklılık olmaması gerektiğini belirtmiştir (Özdemir, 2019). Literatüre bakıldığında Kocaekşi ve Özbay Yıldırım (2020) güreşçiler üzerine yaptıkları çalışmada, öz yeterlik açısından cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir fark olmadığını ortaya koymuştur. Yine Özen ve ark. (2014) yaptıkları çalışmada 86 üniversite öğrencisi ile çalışıp öz yeterlik açısında cinsiyet değişkeninde anlamlı bir farklılık elde edememişlerdir. İleri (2019) ise akademik öz yeterlik düzeyine baktığında aynı sonuca ulaşmıştır. Dolayısıyla literatürdeki bu tespitlerde olduğu gibi bu çalışmada da masa tenisi sporcularında öz yeterliğinin cinsiyet değişkenine göre farklılık göstermediği sonucuna varılmıştır. Bunların yanında Peke (2020) oryantiring katılımcıları üzerinde yaptığı çalışmada, spora bağlılık düzeyinde, cinsiyet değişkeni açısından anlamlı bir farklılık tespit edememiştir. Ancak, Aykora ve Dinçer (2020)'in lisans öğrencilerinin spora bağlılık düzeyleri ile akademik başarı düzeylerini incelemek amacıyla yaptıkları çalışmada kadın öğrencilerin spora bağlılık düzeylerinin erkek öğrencilere kıyasla daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmışlardır.

Milli sporcu olma durumuna göre masa tenisi sporcularında sporcu öz yeterliği ve spora bağlılık (profesyonel düşünce yeterliği hariç) arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. Profesyonel düşünce yeterliği milli sporcularda, milli olmayan sporculara göre

daha yüksek çıkmıştır. Buna göre, milli sporcuların milli olmayan sporculara göre, doğal olarak, daha profesyonel düşünebildiği sonucuna varılabilir. Çünkü sporcu, yaptığı branşın gerektirdiği yeterlilik düzeyine sahip olduğu için antrenörler tarafından seçilip milli sporcu olur ve bunun sonucunda da sporcunun profesyonel düşünebilme yeteneği de gelişir. Ancak Şimşek (2022) bununla çelişir nitelikte, üst düzey voleybolcularla ilgili yaptığı çalışmada profesyonel düşünce yeterliği alt boyutunda millilik durumuna göre anlamlı bir farklılık tespit edememiştir. Bu bulgular Kocaekşi ve Özbay Yıldırım (2020)'in yaptıkları araştırma sonuçlarıyla paralellik göstermektedir. Bu sonuçlara karşın Şimşek (2022) ve Özkan (2019) çalışmalarında, milli sporcuların öz yeterliğinin milli olmayan sporculara göre yüksek olduğunu belirtmiştir. Yetenekleri ve başarıları sayesinde antrenörleri tarafından seçilerek belirli bir seviyeye ve saygınlığa ulaşmış milli sporcuların kendilerini yeterli hissetmeleri beklenen bir durumdur. Bunların yanında Aykora ve Dinçer (2020) yaptıkları çalışmada, milli sporcu olma durumuna göre spora bağlılık dinç olma alt boyutunda anlamlı farklılık tespit etmişlerdir. Çalışmalarında, milli olmayan sporcuların spora bağlılık düzeyi, milli olan sporculara göre daha yüksek çıkmıştır. Buna, milli sporcuların uzun süren antrenman programları, müsabaka takvimleri ve kamp dönemlerindeki yoğunluk sebep olarak gösterilebilir.

İsteddiği ekipman ile oynama durumuna göre masa tenisi sporcularında sporcu öz yeterliği ve profesyonel düşünce yeterliği arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. İsteddiği ekipman ile oynayabilen sporcuların sporcu öz yeterlikleri daha yüksektir. Sporcu, yaptığı spor dalının ekipmanlarının en iyisi olmasını ister. Çünkü kendi yeteneklerinin yanında kullandığı ekipmanın da etkisinin büyük olduğunu düşünür. Bu yüzden istediği ekipmanla oynayabildiğinde kendine olan güveni de artacaktır ve bunun da etkisiyle kendini daha yeterli hissedecektir. Literatüre bakıldığında bu sonucu destekler nitelikte veya bu sonuçla çelişir nitelikte herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır.

Araştırmada; yaş değişkeni ile öz yeterlik ve spora bağlılık düzeyine bakıldığında anlamlı bir ilişki olmadığı görülmüştür. Şimşek (2022) voleybolcular ile yaptığı çalışmada, sporcu öz yeterlik alt boyutlarından spor dalı yeterliği ve psikolojik yeterlikte üst düzey voleybolcuların yaş değişkenine göre anlamlı farklılık gösterdiğini tespit etmiştir. Buna karşın Özkan (2019) üniversite öğrencisi kadın futbolcular üzerine yaptığı çalışmada, sporcu öz yeterliğin yaş faktörüne göre değişiklik göstermediğini belirtmiştir. Bunların yanında Uzgur ve ark. (2021)'nin rekreasyonel koşucular üzerine

yaptıkları çalışmada, yaş faktörüne göre spora bağlılık düzeyleri incelendiğinde anlamlı bir farklılığa ulaşamamışlardır. Peke (2020) oryantiring sporcuları üzerine yaptığı çalışmada spora bağlılık, zinde olma boyutlarında yaş değişkenine göre farklılık olmadığını görmüştür. Uluç ve Akçakoyun (2021) bocce sporcuları üzerine yaptıkları çalışmada spora bağlılık ve zinde olma alt boyutunda yaş faktörüne göre anlamlı farklılığa rastlanmamışlardır. Tüm bunlara bakıldığında, yaş ilerledikçe sporcunun psikolojik yetkinliği de arttığı için kendilerini yeterli hissetme konusunda, yaşa göre farklılıklar görülebilir. Aynı zamanda, yaş ilerledikçe kendini o branşa ait hisseden sporcular o spor dalının gerektirdiği yetkinliğe sahip oldukları için bunu meslek olarak devam ettirirler. Bu yüzden spora bağlılık düzeyleri de daha yüksek olabilir.

Masa tenisi sporcularında gelir durumuna göre anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. Bunu destekler nitelikte, Çankaya ve ark. (2021) ve Uzgur ve ark. (2021) çalışmalarında benzer sonuçlara ulaşmıştır. Böke ve ark. (2019) yaptıkları çalışmada ailenin gelir durumunun öz yeterlik düzeyine etki etmediği sonucuna varmıştır. Cvetković ve ark. (2014) ilkökul çocukları ve ailelerini inceledikleri bir çalışmada, ebeveynlerin gelir düzeyinin artmasının spora katılımı teşvik ettiği sonucuna varmışlardır. Özkan (2019) ise üniversite öğrencisi kadın futbolcular üzerine yaptığı çalışmada, ekonomik durumun genel öz yeterlik algılarına etki ettiği, orta gelir düzeyi ile düşük gelir düzeyi olan bireyler arasındaki farklılığın düşük gelir düzeyine sahip bireyler lehine olduğu sonucuna varmıştır. Polat ve Kaynak (2022) ise kadın voleybolcular ile yaptıkları çalışmada gelir durumu yüksek olan sporcuların spora bağlılık düzeylerinin daha yüksek olduğu kanısına varmıştır. Yine Sıyahtaş ve ark. (2020) yaptıkları çalışmada, spora bağlılığın tüm alt boyutlarının gelir düzeyinden etkilendiği sonucuna varmışlardır. Gelir durumu yüksek olan bireyin, yaptığı spor branşı için gerekli olan ekipmana daha kolay ulaşabileceği için spora katılımı artacaktır ve bu da öz yeterlik ve spora bağlılığı olumlu yönde etkileyecektir. Ancak, gelir durumu düşük bireylerde de öz yeterlik ve spora bağlılık düzeyinin yüksek olduğu görülebilir. Çünkü bu bireyler, yaptıkları branşı gelir kaynağı olarak görüp meslek olarak yapmak isteyeceklerdir ve başarılı olmak için de ellerinden geleni yapacaklardır. Buna bağlı olarak gelir seviyesi düşük olan sporcuları, aileleri başarılı bir sporcu olmaları ve maddi olarak spordan gelir elde etmeleri hususunda teşvik etmeleri sporcuların bu duruma yoğunlaşmasını sağlayabilir.

5. SONUÇ

Sonuç olarak cinsiyet gelir durumu ve yaşa göre sporcu öz yeterliliği ve spora bağlılıkta farklılık görülmemiştir. Millilik ve istediği ekipman ile oynama durumuna göre masa tenisi sporcularında sporcu öz yeterliliği ve profesyonel düşünce yeterliliği arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Profesyonel düşünce yeterliliği milli sporcularda, milli olmayan sporculara göre daha yüksek olduğu ve istediği ekipman ile oynayabilen sporcuların sporcu öz yeterlikleri istediği ekipman ile oynamayan sporculara göre daha yüksek çıktığı görülmüştür.

6. ÖNERİLER

Çalışma bulguları istediği ekipmanla oynayabilmenin sporcu öz yeterliliğini arttırdığı göstermektedir. Dolayısı ile sporcunun istediği ekipmanla oynayabilmesi hem fiziksel hem de psikolojik olarak daha iyi hissetmesini sağladığı için masa tenisi sporcularının istediği ekipmana erişiminin sağlanması önem arz etmektedir. Uygun ekipman kullanımı, sporcuya daha rahat bir oyun ortamı sağlayabilir. Bu durum sporcu için daha fazla hareket özgürlüğü, daha iyi denge, daha az yaralanma riski ve daha fazla konfor anlamına gelir. Psikolojik olarak, sporcu istediği ekipmanı kullanarak kendine olan güvenini artırabilir. Bu da sporcu için daha fazla motivasyon ve odaklanma sağlayabilir. Kendine güvenen bir sporcu, sahada daha fazla risk alabilir ve daha başarılı sonuçlar elde edebilir.

7. ETİK BEYANI

Bu makalede araştırma sürecinde, dergi yazım kurallarına, yayın ilkelerine, araştırma ve yayın etiği kurallarına, dergi etik kurallarına uyulmuştur. Makale ile ilgili doğabilecek her türlü ihlallerde sorumluluk yazara aittir. Araştırmada ölçeklerin uygulanabilmesi ve verilerin toplanabilmesi için Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Sosyal ve Beşerî Bilimler Etik Kurulu'ndan 2022-1072 sayılı kararı ile onay alınmıştır.

8. YAZAR KATKILARI

Bu çalışmada birinci yazarın katkı oranı %50 iken ikinci, üçüncü ve dördüncü yazarın katkı oranı %50'dir. Araştırma dizaynı, verilerin toplanması ve makalenin hazırlanması M. K; Verilerin toplanması S. T; Makalenin hazırlanması M. D; Araştırma dizaynı ve istatistik analiz S. Ç tarafından gerçekleştirilmiştir.

9. KAYNAKLAR

- Altıntaş, A., & Akalan, C. (2008). Zihinsel antrenman ve yüksek performans. *Spor metre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 6(1), 39-43. https://doi.org/10.1501/Sporm_0000000131
- Aykora, A. F., & Dinçer, U. (2022). Spor bilimlerinde öğrenim gören lisans öğrencilerinin spora bağlılık düzeyleri ve akademik başarılarının incelenmesi. *Uluslararası Dağcılık ve Tırmanış Dergisi*, 5(1), 1-8. <https://doi.org/10.36415/dagcilik.1132538>
- Aytaç, K. Y., Yetiş, Ü., & Öz, K. A. (2022). Spor lisesi öğrencilerinin bazı değişkenlere göre öz yeterlilik düzeylerinin incelenmesi. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 5(Özel Sayı 2), 953-965. <https://doi.org/10.38021/asbid.1209485>
- Bandura A. (1977). *Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change*. Psychological, 191- 215.
- Böke, H., Doğan, A. & Kartal, M. (2019). Gençlik merkezine devam eden bireylerin öz yeterlilik düzeylerinin araştırılması. *Journal of Global Sport and Education Research*, 2(1), 45-56. <https://dergipark.org.tr/en/pub/jogser/issue/46564/570771>
- Çankaya, S., Kusan, M., Erim, V., Çakıcı, H.A. & Cebe, M. (2021). Üniversite öğrencilerinin genel aidiyet durumu ve spora bağlılık düzeyleri. *Hagia Sophia 3. International Conference on Multidisciplinary Scientific Studies Sözel Sunulmuş Bildiri*, İstanbul.
- Cvetkovic, N., Nikolic, D., Pavlovic, L., Djordjevic, N., Golubovic, M., Stamenkovic, S. & Velickovic, M. (2014). Soci o-economic status of parents and their children sports engagement. *Facta universitatis, series: Physical Education and Sport*, 179-190. <https://doi.org/10.38021/asbid.1209485>
- Daban, M. (2019). *Spor liderlerinin sporcu motivasyonlarına ve takım başarılarına etkileri [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]*. Pamukkale Üniversitesi.
- Eyüboğlu, E. (2012). *Spor yapan ve yapmayan 12-14 yaş arası ergenlerin öz yeterlilik düzeylerinin karşılaştırılması [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]*. Haliç Üniversitesi.
- Feltz, D. L., & Lirgg, C. D. (2001). *Self-efficacy beliefs of athletes, teams, and coaches*. *Handbook of Sport Psychology*, 2(2001), 340-61.
- Guillén, F., & Martínez-Alvarado, J. R. (2014). The sport engagement scale: An adaptation of the Utrecht Work Engagement Scale (UWES) for the sports environment. *Universitas Psychologica*, 13(3), 975-984. <https://www.proquest.com/docview/1771625242?pq-origsite=gscholar&fromopenview=true&sourcetype=Scholarly%20Journals>
- Karasar, N. (1999). *Bilimsel araştırma yöntemi: Kavramlar, ilkeler, teknikler*. Nobel Yayınevi.
- Kayhan, R. F., Bardakçı, S., & Caz, Ç. (2020). Spora Bağlılık Ölçeği'ni Türkçe'ye uyarlama çalışması. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 9(3), 2905-2922. <https://doi.org/10.15869/itobiad.676854>
- Keleş, S., & Kuruç, Z. (2018). Futbolcuların güdusel yönelim ve spora bağlılık düzeylerinin sporcu tükenmişliğini

- belirlemedeki rolü. *Başkent Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 3(2), 103-116. <https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/3653694>
- Kocaekşi, S., & Özbay Yıldırım, I. (2020). Güreşçilerde zihinsel dayanıklılık, öz yeterlik inancı ve sportif kendine güven düzeylerinin incelenmesi. *Uluslararası Güncel Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 6(2), 392-406. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/intjces/issue/59193/820150>
- Koçak, Ç. V. (2020). Athlete Self-Efficacy Scale: Development and psychometric properties. *Baltic Journal of Health and Physical Activity*, 12 (4), 41-54. <https://doi.org/10.29359/BJHPA.2020.Suppl.1.05>
- Koçak, O. U. (2021). *Taekwondo sporcularının öz yeterlilik ve duygusal zekâ düzeylerinin incelenmesi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Aydın Adnan Menderes Üniversitesi.
- Kristensen, J. A. (2013). *Motivation and athlete engagement. A cross-sectional study in youth ice hockey players* [Unpublished master dissertation]. Norwegian School of Sport Sciences,
- Lonsdale, C., Hodge, K., & Jackson, S. A. (2007). Athlete engagement: II. developmental and initial validation of The Athlete Engagement Questionnaire. *International Journal of Sport Psychology*. <https://psycnet.apa.org/record/2008-02698-008>
- Özdemir, İ. (2019). *Oyun eğitiminin üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluş ve öz yeterlilik inançlarına etkisi* [Yayımlanmamış doktora tezi]. Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi.
- Özen G., (2014). *8-10 yaş çocuklarda doğum ağırlığının bazı fiziksel uygunluk parametreleri üzerine etkisi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. İnönü Üniversitesi.
- Özkan, G. (2019). *Üniversite öğrencisi kadın futbolcuların toplumsal cinsiyet algıları ile sporcu öz yeterlilik algıları arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Aydın Adnan Menderes Üniversitesi.
- Pastorelli, C., Caprara, G. V., Barbaranelli, C., Rola, J., Rozsa, S., & Bandura, A. (2001). The structure of children's perceived self-efficacy: A cross-national study. *European Journal of Psychological Assessment*, 17(2), 87. <https://doi.org/10.1027/1015-5759.17.2.87>
- Peke, K. (2020). *Oryantiring katılımcılarının spora bağlılıkları ve zihinsel dayanıklılıklarının incelenmesi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. İstanbul Gelişim Üniversitesi.
- Polat, A., & Kaynak, K. (2022). Kadın voleybolcuların spora bağlılıkları ile prososyal ve antisosyal davranışları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Ulusal Kinesyoloji Dergisi*, 3(2), 38-47. <https://doi.org/10.5281/zenodo.7481761>
- Şimşek, S. (2022). *Üst düzey voleybolcularda öz yeterlik psikolojik iyi oluş tükenmişlik ve başarı ilişkisi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Aksaray Üniversitesi.
- Siyahaş, A., Tükenmez, A. G. A., Avcı, Ö. G. S., Yalçınkaya, Ö. G. B., & Çavuşoğlu, S. B. (2020). Bireysel ve takım sporu yapan sporcuların spor bağlılık düzeylerinin incelenmesi. *Social Mentality and Researcher Thinkers Journal*. <https://doi.org/10.31576/smryj.581>
- Toklu, O., ve Kaplan, T. (2010). *Tenis antrenörlerinde liderlik özellikleri ve öz yeterlilik arasındaki ilişkinin belirlenmesi*. [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Selçuk Üniversitesi.
- Tutar, H. (2016). *Örgütsel davranış (Örgüt teorileri ve çağdaş yaklaşımlar açısından)*. Detay Yayıncılık, 224-232
- Uluç, E. A., & Akçakoyun, F. (2021). Bocce sporcularının hedef yönelimlerinin spora bağlılıkları üzerindeki rolü: Çanakkale İli Örneği. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 4(3), 424-437. <https://doi.org/10.38021/asbid.1034025>
- Uzgun, K., Pekel, H. A., & Aydos, L. (2021). Rekreatif koşucuların spora bağlılık düzeylerinin incelenmesi. *Aksaray University Journal of Sport and Health Researches*, 2(1), 62-82.
- Yamaner, F., Uzunlar, H., & Efdal, A. (2019). Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin spora bağlılık düzeyi ile sporun yaşam becerilerine olan etkileri arasındaki ilişki düzeyinin belirlenmesi. *11. Uluslararası Spor Camiası Sempozyumu*, 23.
- Yerlikaya, G. (2019). *Bisikletçilerin sporcu bağlılıklarının incelenmesi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi.