

## Akademik erteleme ile internet bağımlılığının boş zaman yönetimine etkisi: Spor yöneticiliği ve kamu yönetimi öğrencilerinin karşılaştırılması

*The effect of academic procrastination and internet addiction on leisure time management: Comparison of sports management and public administration students*

\*Alptuğ Soyer<sup>1</sup>, Oktay Yiğit<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, alptug.soyer1@gmail.com, 0000-0002-7149-6897

<sup>2</sup> Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, oktay.yigit83@gmail.com, 0000-0002-3302-0345

### ÖZET

Araştırmanın amacı spor yöneticiliği ve kamu yönetimi öğrencilerinin akademik erteleme, internet bağımlılığı ve boş zaman yönetimi davranışlarını karşılaştırmanın yanı sıra bu araştırma grubunun akademik erteleme ile internet bağımlılığı davranışlarının boş zaman yönetimine etkisini tespit etmektir. Araştırmanın çalışma grubunu 147'si kadın (%52,3) 134'ü erkek (%47,7) toplam 281 öğrenciden oluşmaktadır. Araştırmada veri toplama aracı olarak kişisel bilgi formu, Akademik Erteleme Ölçeği, İnternet Bağımlılığı Ölçeği ve Boş Zaman Yönetimi ölçeği kullanılmıştır. Spor yöneticiliği ve kamu yönetimi öğrencileri arasında akademik erteleme, internet bağımlılığı ve boş zaman yönetimi değişkenleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılaşma olmadığı ( $p>0,05$ ) tespit edilmiştir. Akademik erteleme ile internet bağımlılığı, akademik erteleme ile boş zaman yönetimi ve boş zaman yönetimi ve internet bağımlılığı değişkenleri arasında orta düzeyde pozitif anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Araştırmada elde edilen farklı bir sonuç ise akademik erteleme ile internet bağımlılığının boş zaman yönetimini %35 oranında yordadığıdır. Akademik erteleme ve internet bağımlılığı, davranışlarının boş zaman yönetimi üzerinde anlamlı ve pozitif bir etkiye sahip oldukları belirlenmiştir.

**Anahtar Kelimeler:** Akademik erteleme, internet bağımlılığı, boş zaman yönetimi.

### ABSTRACT

The aim of the research is to compare the academic procrastination, internet addiction and leisure time management behaviors of sports management and public administration students, as well as to determine the effect of this research group's academic procrastination and internet addiction behaviors on leisure time management. The study group of the research consists of a total of 281 students, 147 of whom are female (52.3%) and 134 of whom are male (47.7%). Personal information form, Academic Procrastination Scale, Internet Addiction Scale and Leisure Time Management scale were used as data collection tools in the study. It was determined that there was no statistically significant difference ( $p>0.05$ ) between the academic procrastination, internet addiction and leisure time management variables among sports management and public administration students. A moderate positive significant relationship was detected between academic procrastination and internet addiction, academic procrastination and leisure time management, and leisure time management and internet addiction variables. Another result obtained in the research is that academic procrastination and internet addiction predict leisure time management by 35%. Academic procrastination and internet addiction are determined to have a significant and positive value on the leisure exchange of exchange.

**Keywords:** Academic procrastination, internet addiction, free time management

**Citation:** Soyer, A., & Yiğit, O. (2024). Akademik erteleme ile internet bağımlılığının boş zaman yönetimine etkisi: Spor yöneticiliği ve kamu yönetimi öğrencilerinin karşılaştırılması. *Herkes için Spor ve Rekreasyon Dergisi*, 6(4), 467-473.

*Gönderme Tarihi/Received Date:*  
06.10.2024

*Kabul Tarihi/Accepted Date:*  
08.12.2024

*Yayımlanma Tarihi/Published Online:*  
30.12.2024

<https://doi.org/10.56639/jsar.1562431>

\*Corresponding author:  
alptug.soyer1@gmail.com

## GİRİŞ

Ertelene kavramı bir iş hakkında karar alma sürecini veya bu işin tamamlanmasını geciktirme kişisel bir özellik olarak tanımlamak mümkündür (Milgram, Tal & Levison, 1998). Ertelenen işler genellikle bireyler tarafından farklı mazeretlerle anlamsız bulunmakta olup işin bitmesi gereken zaman diliminde yapılmaktadır ya da bu işler yerine getirilmemektedir (Baltacı, 2017). Bireylerin yaşantıları boyunca yerine getirmeleri gereken görevleri zaman zaman geciktirmektedir. Bu geciktirme insanların hem eğitim hem de eğitim dışında kalan yaşam alanlarında aynı özelliklere sahiptir (Gülebağlan, 2003).

Bireylerin geleceğine hazırlanmasında önem arz eden bir yer olan üniversitede öğrenciler eğitim-öğretimin getirmiş olduğu görev ve sorumluluklar neticesinde de erteleme eğilimine girmektedir. Bu durum akademik erteleme olarak nitelendirilmektedir (Özer & Altun, 2011). Ertelene eğiliminin alt boyutu olarak nitelendirilen akademik erteleme tutumu öğrencilerin kendilerine üniversitenin verdiği görev ve sorumlulukların çeşitli sebeplerden ötürü geciktirilmesi olarak açıklanmaktadır (Akbay & Gizir, 2010). Bireylerin akademik işleri ertelene eğiliminde olmasının birçok unsuru olabilir Bunlar:

- Öğrencilerin ekonomik, okul ya da sosyal yaşantısında karşılaşmış olduğu problemler (Kutlu, Gökdere & Çakır, 2015).
- Öğrencilerin akademik anlamda yüklenen görevlerden daha cazip etkilere yönelmesi (Sarıkaya-Aydın & Koçak, 2016).
- Öğrencilerin kendilerine verilen görevleri yerine getirme arzusunun olmaması, kendilerini zorlaması veya sıkıcı hissetmesi (Steel, 2007).
- Öğrencilerin özgüven düzeylerinin düşük olması sebebiyle kendilerine verilen ödevler veya girecekleri sınavlarda başarısız olma korkusunun yanı sıra diğer bireyler tarafından negatif bir şekilde değerlendirilme korkusu (Aydoğan & Özbay, 2012; Çelik & Odacı, 2015).
- Öğrencilere yüklenen görev ve sorumluluklar neticesinde kişilerin kendilerinin başarı düzeylerinin düşük düzeyde olacağını düşünmesi, kendilerine yüklenen misyona anlam yüklememesi ve üniversite hayatındaki edinimlerinin uzun vadede ortaya çıkacak olması (Steel, 2010).
- Öğrencilerin teknoloji bağımlılık düzeylerinin yüksek olması (Engin & Genç, 2020).
- Öğrencilerin zaman yönetimini yapamaması (Balkıs, 2006).

Bireyler uzun vadede elde edecekleri edinimler yerine kısa vadede kendilerine keyif verecek aktivitelere tercihi daha fazladır (Pychyl ve ark. 2000). Öğrencilerin günümüzdeki imkanlar dahilinde bilgisayar ve bilgisayarın sağlamış olduğu (internet, online oyunlar, sosyal medya vb.) uygulamalar neticesinde kişilerde oluşan bağımlılık düzeyleri de akademik erteleme nedenlerindedir (Kutlu & Demir, 2017). Bu bağlamda öğrencilerin anlık keyif alabilmek adına internet ortamında zaman geçirmesi kendine kalan zaman dilimini yönetememesi bireylerin akademik anlamda iş/işleri ertelemesine neden olduğu ifade edilebilir.

Bireyler kendileri için önemli olan sosyal yaşantısından, mesleki işlerinden veya dinlenmeyle alakalı etkinliklere katılımı internet sebebiyle vazgeçmektedir. Ayrıca internet kullanıcıları kendilerinin internet kullanımının sıklığından kaynaklanan bedensel, sosyo-kültürel ve meslek yaşantılarında problemlerin varolacağını bilerek interneti kullanmaya devam etmektedirler (Chen, ve ark. 2004). Bireylerin internete bağımlı olması kişilerin hayatlarında akademik, sosyal ve iş hayatlarında sıkıntıya sebep vermesi nedeniyle alkol ve madde bağımlılığına benzetilmektedir (Young, 2004). İnternet bağımlılığı, kişiler tarafından internet kullanım süresinin olması gerekenden daha fazla süre kullanılması veya internete erişme arzusunu olması gerektiği gibi kontrol edememesi ile bireylerde görülen davranışsal bozukluklar olarak açıklamak mümkündür (Söyler & Yıldırım-Kaptanoğlu, 2018). Bireylerin sürekli bir şekilde internete ulaşma arzusu ve bu arzunun kısıtlanamamasının yanı sıra zaman içerisinde internette yararlanma süresini fazlalaştırma gayesi, internetin kullanılmadığı zaman dilimlerinin de bireylere önemsiz hissettirmesi ve bu zaman dilimlerinde bireylerin kendini huzursuz/mutsuz hissetmesi ve bireylerin sosyal, meslek ve aile yaşantısı yapısının gün geçtikçe bozulması internet bağımlılığı olarak tanımlanmaktadır (Young & Case, 2004). İnternet kullanımı herkes tarafından kolay ulaşılabilir olması, kişilerin günlük hayatlarında sosyalleşememesi ve bu sosyalleşme isteğini internet aracılığıyla gerçekleştirmesi, alışveriş yapması, oyun oynaması gibi unsurlar internet aracılığıyla kolay bir şekilde yapılması hem bireylerin bağımlılık düzeyini arttırmakta hem de kişilerin zaman unsurunu yitirmesine sebep olabilecektir (Gökçearslan & Günbatır, 2012). Bu sebeple öğrencilerin kendilerine kalan zamanı iyi yönetmesi onların gelecek hayatlarındaki başarılarını etkilemesinin yanı sıra ekran başında uzun zaman geçirmek kişileri hareketsiz yaşam tarzına yönlendirecek ve bu durum onların sağlığını etkileyecektir (Mokhtari, ve ark. 2009; Köse, ve ark. 2012).

Boş zaman yönetimini, boş zaman diliminde yapılacak etkinliklerin planlamak, organize etmek ve bu faaliyetleri uygulamak olarak açıklamak mümkündür (Akgül & Karaküçük, 2015). Bireylerin sosyal yaşantılarında canları sıkıldığında çeşitli boş zaman faaliyetlerine yönelim göstermektedir. İnsanların boş zaman faaliyetlerini etkin ve verimli bir şekilde gerçekleştirebilmesi adına boş zaman yönetimi unsurlarını yararlı olacak biçimde tasarlamalıdır (Er, ve ark. 2020). Boş zaman yönetimi kavramı kişilerin boş zamanını nasıl değerlendirdiğini, etkinlikleri ne düzeyde gerçekleştirdiği ve planlama süreçlerini kapsamaktadır. İyi bir şekilde boş zaman yönetim uygulaması kişilerin kendileriyle ve yaşantılarındaki amaçlarıyla eşgüdüm sağlamaktadır (Torkildsen, 2005).

Bireylerin erteleme davranışı geçirdikleri zaman diliminin boşa geçirmesi olarak açıklanabilir (Chun-Chu & Choi, 2005). Bireyler gün içerisinde yapacağı faaliyetleri planlayıp ve yapmayı istediği etkinlikleri uygulayıp zamanı elverişli bir şekilde yönetebilirse, kişiler sosyal hayatlarının yanı sıra akademik anlamda da başarılı olacaktır (Eranıl & Özcan, 2018). Seki, Hamazaki, Natori ve Inadera (2019), Pestana, Codina ve Valenzuela (2020), Häfner, Oberst ve Stock (2014) ve Sağın, Üstün ve Mergan (2023) gibi yazarlar alan yazında üniversite öğrencilerine yönelik akademik erteleme, internet bağımlılığı ve boş zaman yönetimi değişkenleri ile ilgili çalışmalar yapmışlardır. Fakat bu üç değişkenin birlikte değerlendirildiği ve akademik ertelemenin internet bağımlılığı ve boş zaman yönetimine etkisinin araştırıldığı bir modele rastlanmamıştır. Bu nedenle araştırmanın amacı spor yöneticiliği ve kamu yönetimi öğrencilerinin akademik erteleme, internet bağımlılığı ve boş zaman yönetimi davranışlarını karşılaştırmanın yanı sıra bu araştırma grubunun akademik erteleme ile internet bağımlılığı davranışlarının boş zaman yönetimine etkisinin araştırılmasıdır. Araştırmanın spor yöneticiliği ve kamu yönetimi öğrencilerinde akademik erteleme ile internet bağımlılığı davranışlarının boş zaman yönetimine etkisini gösteren literatür açısından yeni model oluşturması nedeniyle önemli olduğu düşünülmektedir.

#### Hipotezler

1. Spor yöneticiliği öğrencilerinin akademik erteleme davranışları kamu yönetimi öğrencilerine göre daha fazladır.
2. Spor yöneticiliği öğrencilerinin internet bağımlılığı kamu yönetimi öğrencilerine göre daha düşüktür.
3. Spor yöneticiliği öğrencilerinin boş zaman yönetimleri kamu yönetimi öğrencilerine göre daha iyidir.
4. Spor yöneticiliği ve kamu yönetimi öğrencilerinde akademik erteleme davranışı ile internet bağımlılığının boş zaman yönetimine negatif etkisi vardır.

#### YÖNTEM

**Araştırma Modeli:** Araştırma da nicel araştırma yöntemlerinden nedensel karşılaştırma ve ilişkisel (etkileşimsel) analiz modelleri kullanılmıştır. Nedensel karşılaştırma araştırmaya konu olan değişkenler arasındaki farklılıkları katılımcılara herhangi bir müdahalede bulunmaksızın belirlemeyi amaçlayan neden sonuç ilişkilerini ortaya çıkaran çalışmalardır. İlişkisel araştırmalar değişkenler arasındaki ilişkilerin varlığını, yönünü ve derecesini ortaya koyan çalışmalardır (Büyüköztürk, Kılıç Çakmak, Akgün, Karadeniz ve Demirel, 2020).

**Araştırma Grubu:** Araştırmanın evrenini bir kamu üniversitesi bünyesindeki Spor Yöneticiliği ve Kamu Yönetimi bölümlerinde öğrenim gören 500 birey oluşturmaktadır. Evren hacmi ilgili üniversitenin öğrenci işleri biriminden spor ve kamu yönetimi bölümlerinde kayıtlı olan öğrencilerin listesi istenerek oluşturulmuştur. Örneklem grubunu ise bu evrenden seçkisiz örnekleme yöntemi kullanılarak seçilmiş 281 birey oluşturmaktadır. Roasoft (2024) örneklem belirleme programına göre %5 hata payı ile 500 bireylik evren kitlesi için 218 bireyin yeterli olduğu tespit edilmiştir.

**Verilerin Elde Edilmesi:** Araştırmada 4 bölümden oluşan bir anket veri toplama aracı olarak kullanılmıştır. Birinci bölüm demografik sorulardan oluşmuştur. İkinci bölümde "Akademik Erteleme", üçüncü bölümde "İnternet Bağımlılığı", dördüncü bölümde de "Boş Zaman Yönetimi" ölçekleri yer almıştır. Araştırma kapsamında oluşturulan demografik sorularda cinsiyet, medeni durum ve bölüm değişkenlerine yer verilmiştir.

**Akademik Erteleme Ölçeği:** Çakıcı (2003) tarafından geliştirilmiş olan "Akademik Erteleme Ölçeği" 19 madde ve 2 alt boyuttan ("erteleme" ve "düzenli ders çalışma") oluşmaktadır. Ölçek 5'li likert yapıya sahiptir. Ölçeğin Cronbach Alpha değeri birinci alt boyut için 0,89, ikinci alt boyut için 0,84 ve ölçeğin tamamı için 0,92 olduğu tespit edilmiştir. Bu değerler ölçeğin kullanılabilir olduğunu göstermektedir. İki boyuta sahip olan ölçeğin toplam puan hesaplaması yapılarak da kullanılabilceği belirtilmiştir. Ölçekten alınan puanların yüksekliği akademik erteleme davranışının yüksekliğini göstermektedir.

**Young İnternet Bağımlılığı Testi Kısa Formu:** Young (1998) tarafından geliştirilmiş, Pawlikowski ve ark. (2013) tarafından da kısa form şekline çevrilmiş, Kutlu, Savcı, Demir ve Aysan (2016) tarafından Türkçe uyarlaması yapılmış olan YİBT-KF 12 madde ve tek boyuttan oluşan bir ölçektir. Ölçek 5 likert tipi olup, ölçek maddeleri 1= hiçbir zaman ifadesi ile başlayıp 5= Çok sık ifadesi sonlanmaktadır. Ölçeğin iç tutarlılık güvenilirlik kat sayısının  $\alpha = 0,85$  olduğu tespit edilmiştir. Geçerlilik ve güvenilirlik çalışmaları sonucunda ölçeğin bilimsel çalışmalarda kullanılabilir olduğu görülmüştür. Ölçekten alınmış olan yüksek puanlar internet bağımlılığının yüksek düzeylerde olduğunu göstermektedir.

**Boş Zaman Yönetimi Ölçeği:** Wang, Kao, Huan ve Wu (2011) tarafından geliştirilen Akgül ve Karaküçük (2015) tarafından Türkçe uyarlaması yapılan "Boş Zaman Yönetimi" ölçeği 15 madde ve 4 alt boyuttan ("Amaç belirleme ve değerlendirme", "Boş zaman tutumu", "Yöntem", "Programlama") oluşmaktadır. Ölçek 5'li likert tipi olup maddeler 1- Kesinlikle katılıyorum ve 5- Kesinlikle katılmıyorum arasında derecelendirilmektedir. Ölçekte programlama alt boyutunda yer alan maddeler tersten puanlanmaktadır. Ölçekteki her madde için 1 ile 5 arasında puanlama yapılmaktadır. Ölçeğin Cronbach Alpha değerinin 0,83 olduğu tespit edildiği için çalışmada kullanılabilir olduğuna karar verilmiştir.

**Verilerin Analizi:** Araştırmada istatistiki analizlerin yapılabilmesi için SPSS 24 programı kullanılmıştır. Değişkenlerden elde edilen skewness ve kurtosis değerlerinin +1,5 ile -1,5 arasında olması nedeniyle verilerin normal dağılım gösterdiği tespit edilmiştir. Tabachnick ve Fidell (2013) skewness ve kurtosis değerlerinin +1,5 ile -1,5 arasında olması durumunda verilerin normal dağılım gösterdiğini belirtmişlerdir. Demografik verilerin analizinde tanımlayıcı istatistiklerden faydalanılmıştır. Karşılaştırmalı analizlerde ise Independent Sample T Testi kullanılmıştır. Bağımsız değişkenlerin bağımlı değişken üzerindeki etkilerini tespit edebilmek için verilerin normal dağılması ve çoklu bağlantı sorunlarının (VIF değerinin 10 ve üzeri olması) olmaması nedeniyle çoklu regresyon analiz yapılmıştır.

**Araştırmanın Etiği:** Bu çalışma gerekçesi, amacı, yaklaşımı ve yöntemi açısından incelenmiş, kapsam ve uygulama açısından etik ilkelere ve insan haklarına uygun olarak değerlendirilmiştir. Çalışma için Niğde Ömer Halis Demir Üniversitesi Etik Kurulu onayı alınmıştır (No 2024/11-06).

## BULGULAR

**Tablo 1.** Araştırmadaki bağımlı ve bağımsız değişkenlerin skewness, kurtosis ve VIF değerlerinin dağılımları.

Değişkenler	Skewness	s	Kurtosis	s	VIF
Akademik erteleme	0,20	0,14	0,84	0,29	1,18
İnternet bağımlılığı	0,08	0,14	-0,02	0,29	1,18
Boş zaman yönetimi	0,14	0,14	-0,06	0,29	1,18

**Tablo 2.** Araştırmadaki demografik verilerin dağılımları

Demografik değişkenler	f	%	
Cinsiyet	Kadın	147	52,3
	Erkek	134	47,7
	Toplam	281	100,0
Bölüm	Spor Yöneticiliği	141	50,2
	Kam Yönetimi	140	49,8
	Toplam	281	100,0

Tablo 2 incelendiğinde araştırmaya katılanların %52,3 (n=147)'nin kadın, %47,7 (n=134)'sinin erkek olduğu gözlemlenmiştir. Bölüm değişkeni incelendiğinde araştırmaya katılanların %50,2 (n=141)'sinin Spor Yöneticiliği, %49,8 (n=140)'nin Kamu Yönetimi bölümü öğrencisi olduğu tespit edilmiştir.

**Tablo 3.** Araştırmaya konu olan akademik erteleme, internet bağımlılığı ve boş zaman yönetimi değişkenlerinin tanımlayıcı istatistikleri

Değişkenler	n	Min.	Max.	$\bar{x}$	s
Akademi Erteleme	281	1,00	5,00	2,97	0,71
İnternet Bağımlılığı	281	1,00	5,00	2,66	0,83
Boş Zaman Yönetimi	281	1,00	5,00	2,65	0,84

Tablo 3 incelendiğinde spor yöneticiliği ve kamu yönetimi öğrencilerinin akademik erteleme ( $\bar{x}=2,97\pm 0,71$ ), internet bağımlılığı ( $\bar{x}=2,66\pm 0,83$ ) ve boş zaman yönetimi ( $\bar{x}=2,65\pm 0,84$ ) düzeylerinin düşük olduğu gözlemlenmiştir.

**Tablo 4.** Spor yöneticiliği ve kamu yönetimi öğrencilerinde akademik erteleme, internet bağımlılığı ve boş zaman yönetimi davranışlarının bölüm değişkenine göre karşılaştırılması (Independent Sample T Testi)

Değişkenler	Bölüm	n	$\bar{x}$	ss	t	sd	p
Akademik Erteleme	Spor Yöneticiliği	141	2,97	0,55	-0,91	279	0,92
	Kamu Yönetimi	140	2,97	0,83			
İnternet Bağımlılığı	Spor Yöneticiliği	141	2,73	0,69	1,35	279	0,34
	Kamu Yönetimi	140	2,59	0,95			
Boş Zaman Yönetimi	Spor Yöneticiliği	141	2,69	0,70	0,94	279	0,23
	Kamu Yönetimi	140	2,60	0,96			

Tablo 4 incelendiğinde spor yöneticiliği ve kamu yönetimi öğrencileri arasında akademik erteleme, internet bağımlılığı ve boş zaman yönetimi değişkenleri arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılaşma olmadığı ( $p>0,05$ ) tespit edilmiştir.

**Tablo 5.** Spor yöneticiliği ve kamu yönetimi öğrencilerinde akademik erteleme, internet bağımlılığı ve boş zaman yönetimi davranışları arasındaki ilişkinin analizi (Pearson Correlation)

Değişkenler	Akademik Erteleme	İnternet Bağımlılığı	Boş Zaman Yönetimi
Akademik Erteleme	1		
İnternet Bağımlılığı	0,394**	1	
Boş Zaman Yönetimi	0,398**	0,571**	1

Tablo 5 incelendiğinde akademik erteleme ile internet bağımlılığı (0,394\*\*) ve boş zaman yönetimi (0,398\*\*) arasında orta dereceli pozitif ilişki tespit edilmiştir. Boş zaman yönetimi ve internet bağımlılığı (0,571\*\*) arasında da orta dereceli pozitif ilişki olduğu gözlemlenmiştir.

**Tablo 6.** Spor yöneticiliği ve kamu yönetimi öğrencilerinde akademik erteleme ve internet bağımlılığının boş zaman yönetimine etkisinin analizi (Çoklu Regresyon Analizi)

Değişkenler	B	S.H	b	t	p
Bağımlı değişken	0,59	0,18		3,17	0,00
Akademik Erteleme	0,24	0,06	0,20	3,92	0,00
İnternet Bağımlılığı	0,49	0,05	0,49	9,42	0,00

R= 0.60, R<sup>2</sup>= 0.36, Adjusted R<sup>2</sup>= 0.35, F<sub>(2,278)</sub>=78,22, p=0,00

Tablo 6 incelendiğinde spor yöneticiliği ve kamu yönetimi öğrencilerinin akademik erteleme ve internet bağımlılığı davranışlarının boş zaman yönetimine etkisinin araştırılmasında anlamlı bir regresyon modelinin [ $F(2,278)=78,22$ ,  $p=0,00<0,05$ ] olduğu ve bağımlı değişkendeki varyansın % 35'nin (Adjusted R<sup>2</sup>= 0,35) bağımsız değişkenlerce açıklanabildiği tespit edilmiştir. Bu model özelinde spor yöneticiliği ve kamu yönetimi öğrencilerinde akademik erteleme (B=0,24,  $p<0,05$ ) ve internet bağımlılığı (B=0,49,  $p<0,05$ ), davranışlarının boş zaman yönetimi üzerinde anlamlı ve pozitif bir etkiye sahip oldukları belirlenmiştir.

## TARTIŞMA ve SONUÇ

Araştırmanın karşılaştırmalı analizleri sonucunda spor yöneticiliği ve kamu yönetimi öğrencilerinde akademik erteleme, internet bağımlılığı ve boş zaman yönetimi davranışlarında bölüm değişkeni açısından anlamlı bir farklılaşma olmadığı gözlemlenmiştir. Öğrencilerin aynı üniversiteden olması nedeniyle eşit sosyal ve sportif faaliyet imkanlarına sahip oldukları bu nedenle de bölüm değişkeni açısından araştırmaya konu olan değişkenlere göre anlamlı bir farklılaşma olmadığı düşünülmektedir. Şeker ve Saygı (2013) çalışmalarında anabilim dalı değişkenine göre akademik erteleme davranışlarında anlamlı farklılıklar olduğunu tespit etmişlerdir. Gün, Turabik ve Atanur Baskan (2020) aday öğretmenler üzerinde yapmış olduğu çalışmada bölüm değişkenine göre akademik erteleme davranışında istatistiki olarak anlamlı farklılıklar olduğunu belirtmişlerdir. Öztürk Başpınar (2020) üniversite öğrencilerine yönelik olarak yapmış olduğu çalışmasında akademik erteleme davranışının bölüm değişkenine göre farklılaştığını tespit etmiştir. Seki, Hamazaki, Natori ve Inadera (2019) üniversite öğrencileri üzerindeki çalışmalarında internet bağımlılığının akademik bölüm değişkenine göre farklılık gösterdiğini gözlemlemiştir. Salehi, Khalili, Hojjat, Salehi ve Danesh (2014) çalışmalarında tıp öğrencilerinin bölüm değişkenine göre internet bağımlılıklarında istatistiki olarak anlamlı farklılıklar olduğunu tespit etmişlerdir. Alpulu ve Yılgin (2019) yapmış oldukları çalışmada Marmara ve Kilis 7 Aralık üniversitesi öğrencilerinin boş zaman yönetimlerinde program değişkenine göre anlamlı farklılığın olduğunu belirtmişlerdir. Toz ve Gümüş (2024) çalışmalarında üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı ve boş zaman yönetimi davranışlarında bölüm değişkenine göre anlamlı farklılık olduğunu tespit etmişlerdir. Bu çalışmalar bizim çalışmamızın sonuçlarıyla benzerlik göstermemektedir. Farklılığın araştırma grubundan kaynaklandığı düşünülmektedir.

Araştırmanın ilişki analizi kısmında akademik erteleme ile internet bağımlılığı davranışlarının boş zaman yönetimi üzerinde anlamlı bir pozitif etkiye sahip olduğu tespit edilmiştir. Bu sonuçlara göre akademik erteleme ve internet bağımlılığı davranışları

artığında boş zaman yönetimi davranışı da artmakta, azaldığında boş zaman yönetimi davranışı da azalmaktadır. Pestana, Codina ve Valenzuela (2020) çalışmalarında üniversite öğrencilerinde boş zaman aktivitelerinin erteleme davranışı engellediği yönünde bir sonuca ulaşmışlardır. Aznar-Díaz, Romero-Rodríguez, García-González ve Ramírez-Montoya (2020) Meksika ve İspanyol üniversite öğrencilerinde akademik erteleme ile internet bağımlılığı arasında yüksek düzeyde pozitif ilişki olduğunu tespit etmişlerdir. Shih (2016) çalışmasında ergenlerde zaman yönetiminin akademik ertelemeye negatif etkisi olduğunu belirtmiştir. Häfner, Oberst ve Stock (2014) deneysel çalışmalarında öğrencilere yönelik zaman yönetiminin akademik ertelemeyi önlediğini gözlemlemişlerdir. Sarıkaya Aydın ve Koçak (2016) üniversite öğrencilerinin zaman yönetimi becerileri ile akademik erteleme davranışları arasında negatif orta düzeyli bir ilişki olduğunu tespit etmişlerdir. Akay, Ayhan, Orhan ve Öçalan (2023) üniversite öğrencilerinin teknoloji bağımlılığı ile serbest zaman yönetimi davranışları arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki olduğunu belirtmişlerdir. Sağın, Üstün ve Mergan (2023) üniversite öğrencilerinde dijital oyun bağımlılığının boş zaman yönetimi üzerinde anlamlı negatif bir etkiye sahip olduğunu tespit etmişlerdir. Wang (2019) makalesinde lisans öğrencilerinin boş zamanlarının etkili bir şekilde yönetmelerinin boş zaman sıkıntısı gibi araçlar vasıtasıyla internet bağımlılığını düşürdüğünü gözlemlemiştir. Toz ve Gümüş (2024) çalışmalarında üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığının boş zaman yönetimi üzerinde anlamlı ve negatif bir etkisi olduğunu belirtmişlerdir. Bu çalışmaların sonuçları bizim çalışmamızdaki sonuçlar ile farklılık göstermektedir. Farklılığın araştırma grubu, kullanılan ölçekler, ölçüm koşulları farklılıkları gibi faktörlerden kaynaklandığı düşünülmektedir.

Araştırma sonucunda spor yöneticiliği ve kamu yönetimi öğrencilerinin bölüm değişkenine göre akademik erteleme, internet bağımlılığı ve boş zaman yönetimi davranışlarında farklılık olmadığı fakat akademik erteleme ve internet bağımlılığı davranışlarının boş zaman yönetimi davranışı üzerinde pozitif etkisi olduğu tespit edilmiştir. Buradan yola çıkarak üniversite öğrencilerinin boş zaman yönetimleri açısından akademik erteleme ve internet bağımlılığı davranışlarına dikkat etmeleri önerilmektedir. Ayrıca akademik olarak daha önce bu tarz bir modelleme yapılmadığı için oluşturulan bu model üzerinden daha fazla çalışma yapılması önerilmektedir.

**Finansal Destek:** Bu çalışmanın hazırlanması ve yazımı sırasında kurum ve/veya kuruluşlardan herhangi bir finansal destek alınmamıştır.

**Çıkar Çatışması:** Bu makalenin yayımlanmasıyla ilgili olarak yazarlar arasında herhangi bir çıkar çatışması bulunmamaktadır.

#### Kaynaklar

- Akay, A., Ayhan, R., Orhan, R. & Öçalan, M. (2023). Üniversite öğrencilerinin serbest zaman yönetimi ile teknoloji bağımlılık düzeylerinin incelenmesi. *Uluslararası Kültürel ve Sosyal Araştırmalar Dergisi (UKSAD)*, 9(1), 71-84. <https://doi.org/10.46442/intjcss.1168021>.
- Akay, S., & Gizir, C. (2010). Cinsiyete göre üniversite öğrencilerinde akademik erteleme davranışı: akademik güdülenme, akademik özyeterlilik ve akademik yüklenme stillerinin rolü. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 6(1), 60-78.
- Akgül, B. M., & Karaküçük, S. (2015). Free time management scale: Validity and reliability analysis Boş zaman yönetimi ölçeği: Geçerlilik-güvenirlilik çalışması. *Journal of Human Sciences*, 12(2), 1867-1880.
- Alpullu, A. & Yılmaz, A. (2019). Leisure time management in Marmara university and Kilis 7 aralık university students training in sports sciences. *Turkish Journal of Sport and Exercise*, 21(1), 122-128. <https://doi.org/10.15314/tsed.532245>
- Aydoğan, D. & Özbay, Y. (2012). Akademik erteleme davranışının benlik saygısı, durumluluk kaygı, öz-yeterlilik açısından açıklanabilirliğinin incelenmesi. *Pegem Eğitim ve Öğretim Dergisi*, 2(3).
- Aznar-Díaz I, Romero-Rodríguez J-M, García-González A, Ramírez-Montoya M-S (2020) Mexican and Spanish university students' Internet addiction and academic procrastination: Correlation and potential factors. *PLoS ONE*, 15(5): e0233655. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0233655>.
- Balkıs, M., Duru E., Buluş M., & Duru S. (2006). üniversite öğrencilerinde akademik erteleme eğiliminin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Ege Eğitim Dergisi* 7(2):57-73.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, E., Karadeniz, Ş. & Demirel, F. (2020). *Eğitimde Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. Pegem Akademi: Ankara.
- Chen, K., Tarn, J. M., & Han, B. T. (2004). Internet dependency: Its impact on online behavioral patterns in E-commerce. *Human Systems Management*, 23(1), 49-58.
- Chun Chu, A. H., ve Choi, J. N. (2005). Rethinking procrastination: positive effects of "active" procrastination behavior on attitudes and performance. *The Journal of Social Psychology*, 145(3), 245-264.
- Çakıcı, D. Ç. (2003). *Lise ve üniversite öğrencilerinde genel erteleme ve akademik erteleme davranışının incelenmesi*. Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Fakültesi, Ankara.
- Çelik, Ç. & Odacı, H. (2015). Akademik erteleme davranışının bazı kişisel ve psikolojik değişkenlere göre açıklanması. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 30(3), 31-47.
- Engin, G., & Genç, S. Z. (2020). Öğretmen adaylarının akıllı telefon ekran kullanım süreleri ile akademik erteleme davranışları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Manisa Celal Bayar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 18(1), 314-325. <https://doi.org/10.18026/cbayarsos.678739>
- Er, Y., Demirel, M., & Çuhadar, A. (2020). Investigation of leisure management skills and leisure boredom in university students in terms of different variables. *International Journal of Applied Exercise Physiology*, 9(6), 49-54.
- Eranıl, A. K., & Özcan, M. (2018). Lise öğrencilerinin boş zaman yönetimi becerisinin incelenmesi. *Anemon Muş Alparslan Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 6(6), 779-785.

- Gökçearslan, Ş., & Günbatır, M. S. (2012). Ortaöğrenim Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı. *Eğitim Teknolojisi Kuram ve Uygulama*, 2(2), 10-24.
- Gülebağlan, C., 2003. *Öğretmenlerin İşleri Son Ana Erteleleme Eğilimlerinin, Mesleki Yeterlilik Alguları, Mesleki Deneyimleri ve Branşları Bakımından Karşılaştırılmasına Yönelik Bir Araştırma*. Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara.
- Gün, F., Turabik, T., & Atanur Başkan, G. (2020). Akademik özyeterlik ile akademik erteleme eğilimi ilişkisi: Aday öğretmenler üzerine bir çalışma. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 35(4), 815-826. <https://doi.org/10.16986/HUJE.2019051688>
- Häfner, A., Oberst, V., & Stock, A. (2014). Avoiding procrastination through time management: an experimental intervention study. *Educational Studies*, 40(3), 352–360. <https://doi.org/10.1080/03055698.2014.899487>.
- Köse, D., Çınar, N., & Akduran, F. (2012). Hemşirelik öğrencilerinde internet bağımlılığının kişilik özellikleri ve zaman yönetimi ile ilişkisi. *Sakarya University Journal of Science*, 16(3), 227-233.
- Kutlu, M. & Demir, Y. (2017). İnternet bağımlılığı, akademik erteleme ve akademik başarı arasındaki ilişkiler, *International Journal of Social Science* 3(61), 91-105. <http://dx.doi.org/10.9761/JASSS7296>
- Kutlu, N., Gökdere, M. ve Çakır, R. (2015). Öğretmen adaylarının akademik erteleme davranışı ile öğretmenlik mesleğine ilişkin tutumlarının karşılaştırmalı incelemesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 23(3), 1311-1330.
- Kutlu, M., Savcı M., Demir, Y. & Aysan, F. (2016). Young İnternet Bağımlılığı Testi Kısa Formunun Türkçe uyarlaması: Üniversite öğrencileri ve ergenlerde geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 17(Ek1), 69-76.
- Milgram, N., Mey-Tal, G. ve Levison, Y. (1998). Procrastination, generalized or specific, in college students and their parents. *Personality and Individual Differences*, 25(2), 297-316.
- Mokhtari, K., Reichard, C. A., & Gardner, A. (2009). The impact of internet and television use on the reading habits and practices of college students. *Journal of Adolescent & Adult Literacy*, 52(7), 609-619.
- Özer, A., & Altun, E. (2011). Üniversite öğrencilerinin akademik erteleme nedenleri. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(21), 45-72.
- Öztürk Başpınar, N. (2020). Üniversite öğrencilerinin genel erteleme davranışları ile akademik erteleme davranışları arasındaki ilişki, *Turkish Studies*, 15(2), 1197-1219. <https://dx.doi.org/10.29228/TurkishStudies>.
- Pawlikowski, M., Altstötter-Gleich, C. & Brand, M. (2013). Validation and psychometric properties of a short version of Young's İnternet Addiction Test. *Comput Human Behav*, 29(3), 1212-1223.
- Pestana JV, Codina N and Valenzuela R (2020) Leisure and Procrastination, a Quest for Autonomy in Free Time Investments: Task Avoidance or Accomplishment? *Front Psychol*. 10(2918), 1-10. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.02918>
- Pychyl, T. A., Lee, J. M., Thibodeau, R., & Blunt, A. (2000). Five days of emotion: an experience sampling study of undergraduate student procrastination. *Journal of Social Behavior & Personality*, 15(5).
- Roasoft. (2024). Örneklem boyutu hesaplayıcı. <http://www.roasoft.com/sampleize.html>.
- Sağın, A.E., Üstün, Ü.D. & Mergan, B. (2023). Egzersiz ve dijital bağımlılığın boş zaman yönetimi üzerindeki yordayıcılık düzeyinin incelenmesi. *ROL Spor Bilimleri Dergisi*, Özel Sayı(1), 200-215. <https://doi.org/10.5281/zenodo.10024367>.
- Salehi, M., Khalili, M.N., Hojjat, S.K., Salehi, M. & Danesh, A. (2014). Prevalence of internet addiction and associated factors among medical students from Mashhad, Iran in 2013. *Iran Red Crescent Med J*. 16(5), 1-7. <https://doi.org/10.5812/iremj.17256>
- Sarıkaya Aydın, K. & Koçak, S. (2016). Üniversite öğrencilerinin zaman yönetimi becerileri ile akademik erteleme düzeylerinin incelenmesi. *Uşak Üniversitesi Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 2(3), 17- 38. <https://doi.org/10.29065/usakead.256378>.
- Sarıkaya Aydın, K. ve Koçak, S. (2016). Üniversite Öğrencilerinin Zaman Yönetimi Becerileri ile Akademik Erteleme Düzeylerinin İncelenmesi. *Uşak Üniversitesi Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 2(3), 17-38.
- Seki, T., Hamazaki, K., Natori, T. & Inadera, H. (2019). Relationship between internet addiction and depression among Japanese university students. *Journal of Affective Disorders*, 256 (2019), 668–67. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2019.06.055>.
- Shih, S. S. (2016). Factors related to Taiwanese adolescents' academic procrastination, time management, and perfectionism. *The Journal of Educational Research*, 110(4), 415–424. <https://doi.org/10.1080/00220671.2015.1108278>.
- Söyler, S., & Kaptanoğlu, A. Y. (2018). Sanal uyuşturucu: internet. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 7(2), 37-46.
- Steel, P. (2007). The nature of procrastination: A meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. *Psychological Bulletin*, 133(1), 65-94.
- Steel, P. (2010). Arousal, avoidant and decisional procrastinators: Do they exist? *Personality and Individual Differences*, 48(8), 926-934.
- Şeker, S.S. & Saygı, C. (2013). Eğitim fakültesi güzel sanatlar eğitimi bölümü resim –iş eğitimi ve müzik eğitimi anabilim dallarında okumakta olan öğretmen adaylarının akademik erteleme eğilimlerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *International Periodical For The Languages, Literature and History of Turkish or Turkic*, 8(12), 1219-1227.
- Tabachnick, B. G. & Fidell, L. S. (2013). *Using multivariate statistics* (6th ed.). Boston, MA: Allyn & Bacon/Pearson.
- Torkildsen, G. (2005). *Leisure and Recreation Management*. London: Routledge.
- Wang, W.C., Kao C.H., Huan, T. C & Wu, C.C. (2011). Free time management contributes to better quality of life: a study of undergraduate students in taiwan. *Journal of Happiness Studies*, 12(4), 561-573.
- Wang, W. C. (2019). Exploring the relationship among free-time management, leisure boredom, and internet addiction in undergraduates in Taiwan. *Psychological Reports*, 122(5). 1651-1665. <https://doi.org/10.1177/0033294118789034>.

- Yağmur Toz, Z. & Gümüş, R. (2024). The impact of free time management skills and socio-demographic factors on internet addiction among university students. *Academic Journal of Health Sciences*, 39 (5), 50-58  
<https://doi.org/10.3306/AJHS.2024.39.05.50>
- Young, K. S. (1998). *Caught in the net: how to recognize the signs of internet addiction and a winning strategy for recovery*. John Wiley & Sons: New York.
- Young, K. S. (2004). Internet addiction: A new clinical phenomenon and its consequences. *American behavioral scientist*, 48(4), 402-415.
- Young, K. S., & Case, C. J. (2004). Internet abuse in the workplace: new trends in risk management. *CyberPsychology & Behavior*, 7(1), 105-111.



Except where otherwise noted, this paper is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International license](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).