

Hemşirelik Bölümü Öğrencilerinde Nomofobi ile Akademik Başarı İlişkisi

Makale Bilgileri	ÖZET
Makale Geçmişi Geliş: 26.03.2025 Kabul: 28.03.2025 Yayınlanma: 21.04.2025	Amaç: Bu çalışma, hemşirelik bölümünde öğrenim gören hemşirelik öğrencilerinde nomofobinin akademik başarıları ile ilişkisini incelemek amacıyla planlanmıştır. Yöntem: Tanımlayıcı ve kesitsel tipte yapılan bu çalışmamıza toplam 289 hemşirelik bölümü öğrencisi dâhil edildi. Öğrencilere soru formu ve Nomofobi Ölçeği (NMP-Q) uygulandı. Nomofobi Ölçeği skorları ile akademik başarıları arasındaki ilişki değerlendirildi. Veriler; hemşirelik öğrencilerinin nomofobi ile akademik başarı ilişkisini tespit etmek amacıyla Google form üzerinden araştırmacılar tarafından hazırlanan soru formu ve nomofobi ölçeği kullanılarak toplandı. Araştırmadan elde edilen veriler SPSS 22 paket programıyla değerlendirildi. Bulgular: Çalışmamıza katılan katılımcıların 240'i (%83) kız, 49'u (%17) erkek öğrenciydi. Katılımcıların NMP-Q skorları değerlendirildiğinde %22,8 (66)'i hafif düzeyde, %58,1(168)'i orta düzeyde, %18,3 (53)'sı aşırı düzeyde olarak tespit edilmiştir. Akıllı telefon günlük kullanım süresi, telefon uygulamalarına yapılan aylık ortalama harcama, uyanınca ilk iş olarak telefona bakmak, sosyal medyanın günlük kullanım süresi, telefon kontrol etme sıklığı ve yanında şarj aleti taşıma durumu ile nomofobi ölçeği arasında istatistiksel olarak anlamlı, ilişki bulunmuştur. İki ölçek arasındaki ilişkiyi değerlendirmek amacıyla Pearson korelasyon analizi uygulanmıştır NMP-Q skorları ile öğrencilerin akademik başarılarının etkilenip etkilenmediği değerlendirildiğinde istatistiksel açıdan anlamlı ilişki bulunmamıştır (p=0,575). Sonuç ve Öneriler: Bulgular sonucunda hemşirelik bölümü öğrencilerinin genel olarak orta düzeyde ve aşırı düzeyde nomofobik eğilim gösterdiği tespit edilmiştir. Bu sonuçlar, gelecekteki çalışmalara, eğitim stratejilerinin geliştirilmesine, akademik başarının artırılmasına katkı sağlayabilir.
Yazarlar: Tuba Geçdi Zeynep Kekeç	
Anahtar Kelimeler: Hemşirelik, Nomofobi, Akademik Başarı.	

The Relationship Between Nomophobia and Academic Achievement in Nursing Students

Article Info	ABSTRACT
Article History Received: 26.03.2025 Accepted: 28.03.2025 Published: 21.04.2025	Purpose: This study was planned to examine the relationship between nomophobia and academic achievement in nursing students studying in the department of nursing. Methods: A total of 289 nursing students were included in this descriptive and cross-sectional study. Questionnaire and Nomophobia Scale (NMP-Q) were applied to the students. The relationship between Nomophobia Scale scores and academic achievement was evaluated. Data were collected using the questionnaire and nomophobia scale prepared by the researchers through Google form in order to determine the relationship between nomophobia and academic achievement of nursing students. The data obtained from the study were evaluated with SPSS 22 package programme. Results: Of the participants in our study, 240 (83%) were female and 49 (17%) were male students. When the NMP-Q scores of the participants were evaluated, 22.8% (66) were mild, 58.1% (168) were moderate, and 18.3% (53) were extreme. A statistically significant correlation was found between the nomophobia scale and daily smartphone usage time, average monthly expenditure on phone applications, looking at the phone first thing after waking up, daily usage time of social media, frequency of checking the phone and carrying a charger. Pearson correlation analysis was applied to evaluate the relationship between the two scales. When it was evaluated whether the academic achievement of the students was affected by the NMP-Q scores, no statistically significant relationship was found (p=0.575). Conclusions and Suggestions: As a result of the findings, it was determined that nursing students generally showed moderate and extreme nomophobic tendency. These results may contribute to future studies, development of educational strategies and increasing academic success.
Authors: Tuba Geçdi Zeynep Kekeç	
Keywords: Nursing, Nomophobia, Academic Success	

GİRİŞ

İnsanların davranışları birçok psikolojik sorunlar oluşturmaktadır. Günümüzde hızlıca yaygınlaşan internet hayatımızın vazgeçilmez bir unsuru haline gelmiş ve modern teknolojiler sayesinde internetin sıklıkla kullanıldığı platformlardan biri ise akıllı telefonlardır. Teknolojinin hızlı bir şekilde gelişmesi insanlığın günlük yaşamındaki aktivite ve davranışlarına büyük ölçüde etkilemektedir. İletişimde ve bilgi amaçlı kullanılan cep telefonları bireylerin günlük yaşamın vazgeçilmez bir unsuru olmuştur. Kullanıcılarına, istedikleri zaman arama yapma, mesajlaşma, sosyal ağlara girme, video/fotoğraf çekimi, oyun oynama, internette gezinme gibi birçok olanak sunmakta (1,2) olan akıllı telefonlarının; insanlar, gruplar ve toplumlar üzerinde davranışları, alışkanlıkları, sosyal bilişi, kişiliği ve ilişkileri değiştiren sosyal ve psikolojik etkileri de bulunmaktadır (3).

Bu psikolojik etkilerden sıklıkla karşımıza çıkan ve çıkacak olan akıllı telefon veya mobil internetten mahrum kalma korkusu olarak tanımlanan nomofobidir (2,4). Nomofobi, İngilizce NO Mobile PHOBIA kelimelerinden türetilmiş ve klinik psikolojide ise kavram, bireyin akıllı telefonuna erişim sağlayamadığında ya da bu cihaz aracılığıyla iletişim kurma olanağı olmadığında yaşadığı istemsiz korku olarak tanımlanmaktadır (5). Yeni bir kavram olan Nomofobi, Amerikan Psikiyatri Birliği tarafından hazırlanan ve psikiyatrik problemleri sınıflandırmak amacı ile kullanılan DSM-5'te ya da Dünya Sağlık Örgütü tarafından hastalıkların tanımlanmasında kullanılan ICD-11'de henüz yer almamaktadır (6). Nomofobi, bağımlılık/müptelalık problemlerine yakın bir kavram olsa da fobiler kapsamında ele alınmakta ve yersiz korkular ve bu korkuların yarattığı olumsuz zihinsel ve fiziksel durumlar ile ilişkilendirilmektedir. Nomofobik bireylerin özellikleri; sürekli mesaj veya çağrı olup olmadığını kontrol etme, kapsama alanı dışı veya kullanımın kısıtlı olduğu yerlerde kaygı duyma, telefonu neredeyse 24 saat açık tutma, uyuma saati geldiğinde bile odaya ya da yatağa akıllı telefon ile girme davranışları görülebilmektedir (6). Bunun yanı sıra nomofobi ile oldukça yakın bir kavram olarak tanımlanan akıllı telefon bağımlılığında bazı fiziksel ve psikolojik rahatsızlıklar görülebilmektedir. Akıllı telefon bağımlılarında genel itibariyle; boyun ağrısı, kazalara maruz kalma ihtimalinde artış (1), yalnızlık (7,8,9,10), depresif durumlar ve ileriki zamanlarda depresyon (8,11), yaşam beklentisinde, fiziksel ve sosyal aktivitelerde azalma, benlik saygısında düşme (1,7) gibi olumsuz durumların gözlendiği bildirilmektedir (12).

Bilgisayar laboratuvarlarına erişimin daha kolay olduğu üniversite kampüslerinde nomofobi yaygınlığının daha yüksek olduğunu; hatta ortaokul ve lise öğrencilerinde de görüldüğünü vurgulayan Wallace (13)'nin görüşlerinden yola çıkarak, nomofobinin ders performansı ve akademik başarı üzerindeki etkilerine odaklanmak önemli olabilir. Özellikle sınıf ortamında cep telefonu kullanımının toplumda kabul edilemez bir durum olduğu, aynı ortamı paylaşan diğer bireylerin dikkatini dağıttığı ve şikâyetlere sebep olduğu bilinmektedir. Çünkü Türkiye gibi, öğrencilerin akademik başarıları veya başarısızlığının kişi, aile ve toplum tarafından değerli olduğu ülkelerde, toplumsal gelişim için başarılı ve kalifiye insan kaynağının varlığı en temel güç (14) olarak değerlendirilmektedir.

Toplum sağlığına katkıda bulunan, sağlıklı bireyleri hastalıktan koruma ve önlemede liderlik eden, hastalıkların tedavi ve bakımında önemli sorumluluğu olan geleceğin sağlık profesyonellerinden biri olan hemşirelik öğrencilerinin akademik başarıları, sadece bilgi ve beceriye değil, aynı zamanda psikolojik durumlarına da bağlıdır. Nomofobi gibi bağımlılık yapıcı davranışların etkisi, öğrencilerin hem akademik hem de mesleki başarıları üzerinde olumsuz bir etki yaratabilir. Bu nedenle, hemşirelik öğrencilerinde akademik başarı ve nomofobi arasındaki ilişkiyi incelemek, öğrencilerin eğitim süreçlerini daha verimli hale getirebilmek ve profesyonel gelişimleri için kritik öneme sahiptir. Bu ilişkiyi anlamak, hemşirelik öğrencilerinin kaygılarını yönetmelerine yardımcı olacak stratejiler geliştirilmesine olanak tanıyacaktır. Bu araştırma hemşirelik öğrencilerinde nomofobinin akademik başarıları ile ilişkisini incelemek amacıyla planlanmıştır.

YÖNTEM

Araştırmanın Tipi

Bu araştırma, analitik gözlemsel (kesitsel analitik) arayıcı türde yapılmıştır.

Araştırmanın Yeri ve Tarihi

Araştırma, Türkiye'deki bir üniversitenin Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Bölümü'nde yapılmıştır.

Araştırmanın Evreni ve Örneklemi

Araştırmanın evrenini, Kasım 2024- Ocak 2025 tarihleri arasında SBF hemşirelik bölümünde öğrenim gören öğrenciler oluşturmuştur (464 öğrenci). Veriler 10.11.2024-10.01.2025 tarihleri arasında öğrenim gören öğrencilerden toplanmıştır. Örneklem, araştırmaya dâhil edilme kriterlerini taşıyan öğrencilerden gönüllü olanlar alınmıştır. Araştırmada herhangi bir

örnekleme yöntemine gidilmemiş olup evreni bilinen örnekleme yöntemi ile hesaplanmıştır. Örneklem büyüklüğü, evrendeki eleman sayısının bilindiği durumlardaki örneklem seçme formülüne göre %95 güven aralığı, 0,05 yanılğı düzeyi %80 (0,8) Beta parametreleri baz alınarak; (N: 464; p: 0,50; q: 0,50; d: 0,05; t: $1,96+0,8=2,76$) 288 olarak bulunmuştur. Öğrencilere soru formu ve nomofobi ölçeği kullanılmıştır. Her iki veri toplama aracı araştırmacılar tarafından Google form üzerinden hazırlanan formlarla toplanmış, formların doldurulma süresi yaklaşık olarak 10-15 dakika sürmüştür.

Veri Toplama Araçları

Soru Formu: Literatür doğrultusunda hazırlanan soru formu 12 sorudan oluşmaktadır. Soru formu öğrencilerin sosyodemografik ve akademik başarılarına ilişkin bilgileri sorgulamaktadır.

Nomofobi Ölçeği (NMP-Q): Yıldırım ve Correia tarafından 2015 yılında geliştirilmiş ve Yıldırım ve ark. tarafından yine 2015 yılında Türkçeye uyarlanmıştır. 20 maddeden oluşan ölçek 7’li likert tipindedir ve Bilgiye Erişememe (4 madde), Bağlantıyı Kaybetme (5 madde), İletişime Geçememe (6 madde), Rahat Hissedememe (5 madde) olmak üzere 4 alt boyutu vardır. Cronbach Alpha güvenirlik katsayısı orijinal ölçek için 0.95, Türkçeye uyarlanmış hali için ise 0.92 bulunmuştur. Ölçeğin orijinalinde dört alt boyutun güvenirlik katsayıları sırasıyla 0,94; 0,87; 0,83 ve 0,81 olarak verilmiştir. Ölçeğin toplam puanı 20 ise nomofobi yok, 20’den yüksek ama 60’dan küçükse hafif düzeyde nomofobi, 60 ve üzeri ama 100’den küçükse orta düzeyde nomofobi, 100 ve üzeri ama 140 ve aşağısındaysa aşırı düzeyde nomofobi olarak derecelendirilir (5,15).

Verilerin Toplanması

Çalışmanın verileri araştırmacılar tarafından hazırlanan soru formu ve nomofobi ölçeği kullanılarak 10-15 dakikada toplandı. Katılımcılara, araştırmanın amacı detaylı bir şekilde açıklanmış, çalışmanın kurum izni ve etik kurul onayıyla gerçekleştirildiği belirtilmiştir. Ayrıca veriler, katılımcılardan bilgilendirilmiş gönüllü olur formu ve sözlü onay alındıktan sonra toplanmıştır.

Verilerin Değerlendirilmesi

Verilerin analizi Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) version 22.0 paket programı ile yapıldı. Araştırmanın verileri değerlendirilirken kategorik değişkenler için sayı, yüzde, sayısal değişkenler için ortalama, standart sapma verildi. Normal dağılan iki grup arasında fark olup olmadığına bağımsız örneklem t testi ile ikiden fazla grup arasında fark olup olmadığına

ise tek yönlü varyans analizi ile bakıldı. Veriler normal dağılım gösterip göstermediklerini belirlemek amacıyla sürekli değişkenlerin normal dağılım uyumluluk analizine göre yapılan kolmogorov-Simironov Testi ve Shapiro Wilk testi sonucu literatürde Büyüköztürk (2007) çarpıklık ve basıklık skorlarının -1, +1 aralığında olması normallik açısından uygun olarak ifade etmiştir (16). Bu perspektifle, veriler arasındaki ilişkilerin tespitinde Pearson korelasyon analizi uygulanmıştır. Basıklık ve çarpıklık değerleri tabloda sunulmuştur. Ayrıca nomofobi ölçeği ortalamaları ile bazı verilerin karşılaştırılmasında parametrik testlerden Student T Testi ve One Way ANOVA testleri analizinden yararlanılmıştır. Anlamlılık için $p < 0,05$ kabul edilmiştir. Ayrıca öğrencilerin soru formunda yeralan akademik başarılarına ilişkin bilgileri ile nomofobi ölçeğinin iki sayısal değişken arasındaki ilişkinin incelenmesinde Pearson korelasyon analizi yapılmıştır.

BULGULAR

Tablo 1. Katılımcıların Tanımlayıcı Bilgileri

	Min-Max	Ortalama±Standart Sapma
Yaş	17-27	20,77±1,62
	n	%
Cinsiyet		
Kız	240	83
Erkek	49	17
Yaş		
20 yaş ve altı	143	49,5
21-24 yaş arası	139	48,1
25 yaş ve üzeri	7	2,4
Ekonomik düzey		
Gelir giderden az	89	30,8
Gelir gidere eşit	164	56,7
Gelir giderden fazla	36	12,5
Genel not ortalaması (4'lük sistemde)		
0-2,5	30	10,4
2,5-3	87	30,1
3-3,5	124	42,9
3,5-4	48	16,6
Günlük ders çalışma süresi		
0-1 saat	147	50,9
1-2 saat	102	35,3
2-3 saat	29	10
3 saatten fazla	11	3,8
Ne kadar süredir akıllı telefon kullanıyor		
0-4 yıl	54	18,7
4-8 yıl	144	49,8
8-12 yıl	82	28,4
12 yıl ve üzeri	9	3,1
Akıllı telefonu günlük kullanım süresi		
0-1 saat	7	2,4
1-3 saat	93	32,2
3-5 saat	112	38,8
5 saatten fazla	77	26,6
Telefon uygulamalarına yapılan aylık ortalama harcama		

0-50 TL	155	53,6
50-75 TL	25	8,7
75-100 TL	13	4,5
100 TL ve üzeri	96	33,2
Uyanınca ilk iş olarak telefona bakmak		
Evet	210	72,7
Hayır	79	27,3
Sosyal medyanın günlük kullanım süresi		
0-1 saat	53	18,3
1-3 saat	128	44,3
3-5 saat	69	23,9
5 saatten fazla	39	13,5
Telefon kontrol etme sıklığı		
0-5dk'da bir kontrol ederim.	26	9
5-30dk'da bir kontrol ederim.	153	52,9
30dk-1saatte bir kontrol ederim.	81	28
1 saatten fazla sürede bir kontrol ederim.	29	10
Yanında şarj cihazı taşıma durumu		
Evet	62	21,5
Hayır	227	78,5

Tablo 1 incelendiğinde; araştırmaya katılan öğrencilerin %83'ü kız %17'si erkektir. Öğrencilerin yaşları 17 ile 27 arasında değişmekte olup, çoğunluğu 20 yaş altında (%49,5), %48,1'i 21-24 yaş arasında ve %2,4'ü ise 25 yaş üzerindedir. Katılımcıların %56,7 ekonomik durumunu gelir gidere eşit şeklinde belirtmiştir. Öğrencilerin %50,9'u günlük ders çalışma süresini 0-1 saat, %35,3'ü 1-2 saat, %10'u 3 saatten fazla olarak belirtmiştir. 4-8 yıldır telefon kullananlar tüm kullanıcıların %49,8'ini oluşturmaktadır. Katılımcıların %38,8'i akıllı telefonu günlük 3-5 saat kullandıklarını, %32,2'i 1-3 saat kullandıklarını ve %26,6'sı 5 saatten fazla kullandıklarını bildirmiştir. Günlük sosyal medya kullanım süresi katılımcıların %44,3'ünde 1-3 saattir. Telefon uygulamalarına yapılan aylık ortalama harcama %53,6 oranında 0-50 TL arasındadır, %33,2'i 100 TL ve üzeri harcama yaptığını bildirmiştir. Katılımcıların %72,7'si uyanınca ilk iş olarak telefona baktıklarını bildirirken %52,9'i 5-30 dakikada bir telefonu kontrol ettiklerini bildirmiştir. Katılımcıların %78,5'si yanında şarj cihazı taşımadığını belirtmiştir (Tablo-1).

Tablo 2. Ölçek Puanlarının Çarpıklık-basıklık ve Kolmogorov-Smirnov Testi Anlamlılık Düzeyi

	Alt Boyutlar	n	Basıklık	Çarpıklık	p
Akademik Başarı (Genel Not Ortalaması)	-	289	-0,420	-0,345	0,016
	Bilgiye Erişememe	289	0,180	-0,295	0,000
Nomofobi Ölçeği	Bağlantıyı Kaybetme	289	0,173	-0,485	0,002
	İletişime Geçememe	289	-0,182	-0,337	0,000
	Rahat Hissedememe	289	0,503	-0,499	0,000

Tablo 2’ye göre; veriler normal dağılım gösterip göstermediklerini belirlemek amacıyla sürekli değişkenlerin normal dağılım uyumluluk analizine göre yapılan Kolmogorov-Simirnov Testi ve Shapiro Wilk test sonucu p değeri, basıklık ve çarpıklık değerleri Tablo 2’de sunulmuştur. Nomofobi ölçek ortalamaları ile bazı verilerin karşılaştırılmasında parametrik testlerden Student T Testi ve One Way ANOVA testleri kullanılmıştır.

Tablo 3. Nomofobi Ölçek Sınıflandırması

Puanlama	
0-20 puan	Nomofobi yok
21-60 puan	Hafif düzeyde nomofobi mevcut
61-100 puan	Orta düzeyde nomofobi mevcut
101-140 puan	Aşırı düzeyde nomofobi mevcut
Toplam	

*Student T Test **One Way ANOVA, $p<0.05$

Tablo 4. Nomofobi Ölçeği İle Katılımcıların Özellikleri Arasındaki İlişki

Veriler	Nomofobi Ölçeği Ortalama±Standart Sapma	Test	p
Cinsiyet			
Kadın	79,13±24,81	1,284*	0,200
Erkek	73,93±30,25		
Yaş			
20 yaş ve altı	80,98±25,86	2,153**	0,118
21-24 yaş arası	76,07±25,63		
25 yaş ve üzeri	65,57±24,85		
Ekonomik düzey			
Gelir giderden az	77,67±26,40	0,203**	0,816
Gelir gidere eşit	79,01±25,19		
Gelir giderden fazla	76,22±27,83		
Genel not ortalaması (4'lük sistemde)			
0-2,5	76,23±20,95	0,551**	0,648
2,5-3	81,05±27,39		
3-3,5	76,72±27,12		
3,5-4	78,33±22,26		
Günlük ders çalışma süresi			
0-1 saat	82,35±27,59	3,606**	0,014
1-2 saat	74,19±22,25		
2-3 saat	77,86±27,18		
3 saatten fazla	62,09±18,13		
Ne kadar süredir akıllı telefon kullanıyor			
0-4 yıl	74,53±26,11	0,537**	0,657
4-8 yıl	78,45±27,19		
8-12 yıl	80,03±23,34		
12 yıl ve üzeri	81±25,10		
Akıllı telefonu günlük kullanım süresi			
0-1 saat	62,71±24,99	8,656**	0,000
1-3 saat	71,17±23,28		
3-5 saat	77,41±24,51		
5 saatten fazla	89,42±27,09		
Telefon uygulamalarına yapılan aylık ortalama harcama			
0-50 TL	72,80±22,76	7,287**	0,000
50-75 TL	77,08±24,50		
75-100 TL	98,07±27,89		
100 TL ve üzeri	84,66±28,08		
Uyanınca ilk iş olarak telefona bakmak			
Evet	82,99±24,57	5,319*	0,000
Hayır	65,65±24,98		
Sosyal medyanın günlük kullanım süresi			
0-1 saat	67,01±21,93	8,669**	0,000
1-3 saat	75,92±24,31		
3-5 saat	83,89±26,12		
5 saatten fazla	91,15±27,90		
Telefon kontrol etme sıklığı			
0-5dk'da bir kontrol ederim.	105,46±25,03	17,688**	0,000
5-30dk'da bir kontrol ederim.	80,30±22,67		
30dk-1saatte bir kontrol ederim.	70,55±23,91		
1 saatten fazla sürede bir kontrol ederim.	64,51±28,31		
Yanında şarj cihazı taşıma durumu			
Evet	91,88±25,21	4,871*	0,000
Hayır	74,52±24,77		

Tablo 3'te araştırmaya katılanlar Nomofobi Ölçeğinden minimum 20 puan, maksimum 140 puan almıştır. Katılımcıların ölçekten aldıkları puan ortalaması 78,25±25,83 olarak

hesaplanmıştır. Nomofobi ölçek sınıflandırmasına göre katılımcıların %58,1'i orta düzeyde nomofobiye sahiptir. Ayrıca katılımcıların %18,3'ünde aşırı düzeyde nomofobinin var olduğu tespit edilmiştir (Tablo 3).

Nomofobi ölçeği ile katılımcıların bazı özellikleri tablo 4' te karşılaştırılmıştır. Tablo 4' e göre; katılımcıların tanımlayıcı özelliklerinden cinsiyet, yaş, ekonomik durum, genel not ortalaması ve ne kadar süredir telefon kullanıyor olduğuyla nomofobi ölçeği arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmamıştır.

Akıllı telefon günlük kullanım süresi ile nomofobi ölçeği arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulunmuştur. Telefon uygulamalarına yapılan aylık ortalama harcama ile nomofobi ölçeği arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulunmuştur. Uyanınca ilk iş olarak telefona bakmak ile nomofobi ölçeği arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulunmuştur. Sosyal medyanın günlük kullanım süresi ile nomofobi ölçeği arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulunmuştur. Telefon kontrol etme sıklığı ile nomofobi ölçeği arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulunmuştur. Yanında şarj aleti taşıma durumu ile nomofobi ölçeği arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulunmuştur (Tablo 4).

Tablo 5. Katılımcıların Akademik Başarıları ile Nomofobi Düzeyleri Arasındaki İlişki

Ölçekler		Nomofobi ölçeği				
AkademikBaşarı		Bilgiye Erişememe	Bağlantıyı Kaybetme	İletişime Geçememe	Rahat Hissedememe	NMP-Q
	r	,039	,013	,075	-,016	0.033
	p	,508	,830	,204	,789	0.575
	n	289	289	289	289	289

**p<0.05

Tablo 5 incelendiğinde; katılımcıların akademik başarı düzeyleri ile nomofobi ölçeğine ait; rahat hissedememe ($r=-.016$, $p=.789$), bağlantıyı kaybetme ($r=-.013$, $p=.830$) bilgiye erişememe ($r=-.039$, $p=.508$) ve iletişime geçememe ($r=-.075$, $p=.204$) alt boyutlarında herhangi bir ilişkinin olmadığı görülmüştür. (Tablo 5).

TARTIŞMA

İlerleyen çağlarda ve dönemimizde özellikle iletişim ve bilgi teknolojisinde meydana gelen gelişmeler küresel dönüşümlere neden olmuştur. Günümüzde hayatın vazgeçilmezlerinden birisi olan akıllı telefonlar taşıma ve kullanım yönünden kolay olduğu bilgisayarlara tabletlere kıyasla daha fazla tercih edilmektedir. Akıllı telefon kullanımının en temel amaçlarından sosyal medyaya erişim, elektronik iletişim, internette ulaşım, oyun oynamak gibi birçok aktiviteler karşımıza çıkmaktadır (17,18). Akıllı telefon kullanımının artmasıyla birlikte sosyal medyanın, oyunların, internetin ve kontrolsüz kullanımını beraberinde getirmesi telefon bağımlılığı kavramını ortaya çıkarmıştır (19).

Hemşirelik bölümü öğrencilerinin akademik başarılarının ve akıllı telefon bağımlılığı düzeylerinin (nomofobi) orta düzeyde olduğu tespit edilmiştir. Bizim çalışmamızı destekler nitelikte Erdem ve arkadaşlarının (2016) yapmış oldukları araştırma sonuçlarına göre lisans öğrencilerinin %55'inin nomofobik olduğunu tespit etmiştir (1). Akademik başarı ile nomofobi ölçeğinin alt boyutları arasındaki ilişki incelendiğinde; öğrencilerin akademik başarıları ile nomofobi ölçeği ve alt boyutları arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Dirik (2016) lise öğrencileriyle yapmış olduğu bir çalışmada akademik başarı ve akıllı telefon bağımlılığı arasında herhangi bir anlamlı ilişki tespit edilmemiştir (20). Çalışmamızı destekleyen ve çalışmamızla çelişen bazı araştırmalar literatürde mevcuttur. Bunlardan Yen'in (2009) arkadaşları ile lise öğrencileri ile yapmış olduğu çalışmada cep telefonu ile çok fazla vakit geçiren öğrencilerin akademik başarılarının düşük olduğu belirlenmiştir (21). Akıllı telefon öğrencilerde ve yetişkin bireyler birçok alanda dikkat dağınıklığına sebep olurken bu durumun dikkat dağınıklığı nedeniyle düzenli ders çalışan öğrencilerin ders çalışmaya ayırmış oldukları sürede azalma olmaktadır (22). Teknoloji çağında yaşamamız ve gün geçtikçe teknolojinin hızla değişmesi ilerleyen süreçlerde bu değişimin artacağını düşündürmekte ve akıllı telefonların daha yüksek düzeyde ve üst boyutlarda karşımıza çıkacağı düşünülmektedir (23). Çalışmamızda akıllı telefon günlük kullanım süresi telefon uygulamalarına yapılan aylık ortalama harcama, uyanınca ilk iş olarak telefona bakmak sosyal medyanın günlük kullanım süresi, telefon kontrol etme sıklığı ve yanında şarj aleti taşıma durumunun nomofobi ölçeği arasında istatistiksel olarak anlamlı, ilişkinin bulunması bağımlılığın var olduğunun ve daha da artacağının göstergesidir. Literatür incelendiğine çalışmamızı destekleyen; Gezgini ve Erdem'in ayrı ayrı yapmış oldukları araştırmalarda öğrencilerin günlük olarak toplam telefon kullanma süreleri ile gün içerisinde telefonu kontrol etme sıklıklarının nomofobik davranışlar sergilemeleri üzerinde anlamlı etkisi olduğu sonucuna ulaşılmıştır (24,25).

SONUÇ VE ÖNERİLER

Bulgular sonucunda hemşirelik bölümü öğrencilerinin genel olarak orta düzeyde ve aşırı düzeyde nomofobik eğilim gösterdiği tespit edilmiştir. Eğitim kalitesinin artırılmasında teknolojik cihazlar işimizi kolaylaştırabilmektedir. Ancak bütün öğrencilere akıllı telefonların sınırlı ve düzenli kullanımının olması gerektiği anlatılmalıdır. Bu durum zamanında önlem alınmazsa gerek ilerleyen süreçte gerekse eğitim sürecinde bir halk sağlığı sorunu olarak karşımıza çıkabilir. Teknolojide bu gelişim ve değişimler genç, yetişkin ve yaşlı bireylerin akıllı telefonlara olan bağımlılığını artmasında etkili olmaktadır. İlerleyen süreçlerde nomobi rahatsızlığının tartışılması ve bu alanda daha fazla araştırmalar yapılması önerilmektedir. Uyku bozuklukları, nörolojik tümör risklerini artırması, bedensel rahatsızlıklar, dinlenememe gibi sorunlar yol açabilmektedir. Bireylerin sosyal ve eğitim hayatını etkilemesi bakımından önemlilik arz eden bir konudur. Akıllı telefonlara ayrılan sürenin azaltılması, farkındalıkların artırılması, etkin, faydalı ve bilinçli kullanılması için teşvik etmek aile ve kurumların sorumluluklarıdır. Bu sonuçlar, gelecekteki çalışmalara, eğitim stratejilerinin geliştirilmesine, akademik başarının artırılmasına katkı sağlayabilir.

Etik Onay

Çalışmanın yürütülmesi için Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Tıbbi Araştırmalar Etik Kurulu'ndan onay alınmıştır. Öncelikle Etik Kurul onayı (Oturma Sayısı: 2024/28 Karar Sayısı: 02 Protokol no:219) ve Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Bölümünden izin alınmıştır. Hemşirelik bölümü öğrencilerine çalışmanın amacı, bilgilerinin gizli tutulacağı ve istedikleri zaman çalışmadan çekilebilecekleri konusunda bilgilendirilmiştir. Ayrıca, bu çalışma Helsinki Deklarasyonu İlkeleri dikkate alınarak ve hastalardan 'Bilgilendirilmiş Gönüllü Olur Formu' ile yazılı onay alınarak gerçekleştirilmiştir.

Çıkar Çatışması

Bu bilimsel çalışmada herhangi bir çıkar çatışması bulunmamaktadır.

Finansal Destek

Bu çalışmada herhangi bir maddi destek sağlayan kurum ya da kişi bulunmamaktadır.

Yazar Katkısı

Plan, tasarım: TG, ZK; materyal, yöntem ve veri toplama: TG, ZK; veri analizi ve yorumlar: TG, ZK; yazım ve düzeltmeler: TG.

KAYNAKLAR

1. Erdem, H., Kalkın, G., Türen, U., ve ark. (2016). Üniversite öğrencilerinde mobil telefon yoksunluğu korkusunun (nomofobi) akademik başarıya etkisi. Süleyman Demirel Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi. 21(3), 923-936.
2. King, A.L.S., Valença, A.M., Silva, A.C., et al. (2014). "Nomophobia": Impact of cell phone use interfering with symptoms and emotions of individuals with panic disorder compared with a control group. Clinical Practice & Epidemiology in Mental Health, 10, 28-35.
3. King, A.L.S., Valença, A.M., Silva, A.C.O., et al. (2013). Nomophobia: Dependency on virtual environments or social phobia? Computer in Human Behavior, 29, 140- 144.
4. Drouin, M., Kaiser, D. Miller, D.A. (2015). New Directions: Recognition and treatment of problematic mobile phone use. The Wiley Handbook of Psychology, Technology and Society, Rosen LD, Cheever NA & Carrier LM, ed. United Kingdom, UK: John Wiley & Sons, Ltd.
5. Yıldırım, C., Correia, A.P. (2015). Exploring the dimensions of nomophobia: Development and validation of a self-reported questionnaire. Computers in Human Behavior, 49, 130-137. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.02.059>
6. Bragazzi, N.L., Puente, G.D. (2014). A proposal for including nomophobia in the new DSM-V. Psychology Research and Behavior Management, 7, 155-160. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S41386>
7. Takao, M., Takahashi, S., Kitamura, M. (2009). Addictive personality and problematic mobile phone use. CyberPsychology & Behavior, 12(5), 501-507. <https://doi.org/10.1089/cpb.2009.0022>
8. Güzeller, C.O. Coşguner, T. (2012). Development of a problematic mobile phone use scale for Turkish adolescents. Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking, 15(4), 205-211. <http://dx.doi.org/10.1089/cyber.2011.0210>
9. Tan, Ç., Pamuk, M., Dönder, A. (2013). Loneliness and Mobile Phone. Procedia - Social and Behavioral Sciences, 103, 606-611.
10. Şar, A.H. (2013). Examination of loneliness and mobil phone addiction problem observed in teenagers from the some variables. The Journal of Academic Social Science Studies, 6(2), 1207-1220. http://dx.doi.org/10.9761/jasss_709
11. Thomée, S., Härenstam, A., Hagberg, M. (2011). Mobile phone use and stress, sleep disturbances and symptoms of depression among young adults: a prospective cohort study, BMC Public Health, 11(66), 66–76.

12. Toda, M., Ezoe, S. (2013). Multifactorial study of mobile phone dependence in medical students: relationship to health-related lifestyle, type a behavior, and depressive state. *Open Journal of Preventive Medicine*, 3(1), 99-103. <http://dx.doi.org/10.4236/ojpm.2013.31012>
13. Wallace, P. (2014). Internet addiction disorder and youth: there are growing concerns about compulsive online activity and that this could impede students' performance and social lives. *EMBO reports*, 15(1), 12-16. <https://doi.org/10.1002/embr.201338222>
14. Dikmen, Y. (2016). Evaluation of the relationship between social level perceived as the predictor of academic achievement and solitude in nursing students. *Journal of Human Sciences*, 13(2), 3033-3043.
15. Yıldırım, C., Sumuer, E., Adnan, M. (2016). A growing fear: Prevalence of nomophobia among Turkish college students. *Information Development*, 32(5), 1322-1331. <http://doi.org/10.1177/0266666915599025>
16. Yıldırım, Ç. (2014). Exploring the dimensions of nomophobia: developing and validating a questionnaire using mixed methods research. (Lisans Bitirme Tezi) Iowa State University. Erişim Linki: <https://www.proquest.com/docview/1620712596?pq-origsite=gscholar&fromopenview=true&sourcetype=Dissertations%20&%20Theses>
17. Kahyaoglu Sut, H., Kurt, S., Uzal, Ö. ve ark (2016). Sağlık bilimleri fakültesi öğrencilerinin akıllı telefon bağımlılık düzeylerinin sosyal ve eğitim hayatına etkisi. *Eurasian Journal of Family Medicine*, 5(1), 13-19.
18. Özgür Güler, E., Veysikarani, D. (2019) Nomofobi üzerine bir araştırma: üniversite öğrencileri örneği. *Beykoz Akademi Dergisi*, 7(1), 75-88. <https://doi.org/10.14514/BYK.m.26515393.2019.7/1.75-88>
19. Dirik, K. (2016). Ergenlerde akıllı telefon bağımlılığı ile öz-güven arasındaki ilişkilerin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. (Danışman: Mustafa Sait Seraslan), Antrenman Eğitimi Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi. Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul Gelişim Üniversitesi.
20. Yen, C.F., Tang, T.C., Yen, J.Y., et al. (2009). Symptoms of problematic cellular phone use, functional impairment and its association with depression among adolescents in Southern Taiwan. *Journal of Adolescence*, 32(4), 863-873. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2008.10.006>
21. Lepp, A., Barkley, J.E., Karpinski, A.C. (2014). The relationship between cell phone use, academic performance, anxiety, and satisfaction with life in college students.

Computers in Human Behavior, 31(1), 343-350.
<https://doi.org/10.1016/j.chb.2013.10.049>

22. Burucuoğlu, M. (2017). Meslek yüksekokulu öğrencilerinin nomofobi düzeyleri üzerinde bir araştırma. Karabük Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 7(2), 482-489.
23. Türen, U., Erdem, H., Kalkın, G. (2017). Mobil telefon yoksunluğu korkusu (nomofobi) yayılımı: Türkiye’den üniversite öğrencileri ve kamu çalışanları örnekleme. Bilişim Teknolojileri Dergisi, 10(1), 1-12. <http://doi.org/10.17671/btd.30223>
24. Gezgin, D.M., Şahin, Y.L., Yıldırım, S. (2017). Sosyal ağ kullanıcıları arasında nomofobi yaygınlığının çeşitli faktörler açısından incelenmesi. Eğitim Teknolojisi Kuram ve Uygulama, 7(1), 1-15. <https://doi.org/10.17943/ETKU.66826>