



## Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Boş Zamanda Sıkılma Algısı ve Spora Yönelik Tutum Düzeyleri Arasındaki İlişki

Fatih YAŞARTÜRK<sup>1</sup>, Ayça GENÇ<sup>2</sup>, Harun PEKER<sup>3</sup>, Melisa BAKAR<sup>4</sup>, M. Batın BAYBURTLU<sup>5</sup>

<sup>1</sup>Bartın Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Bartın, TÜRKİYE  
<https://orcid.org/0000-0003-4934-101X>

<sup>2</sup>Bartın Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Bartın, TÜRKİYE  
<https://orcid.org/0000-0003-2498-7092>

<sup>3</sup>Bartın Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Bartın, TÜRKİYE  
<https://orcid.org/0000-0001-7860-315X>

<sup>4</sup>Bartın Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Bartın, TÜRKİYE  
<https://orcid.org/0000-0003-3512-4903>

<sup>5</sup>Bartın Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Bartın, TÜRKİYE  
<https://orcid.org/0000-0003-4523-2377>

**Email:** [fatihyasarturk@gmail.com](mailto:fatihyasarturk@gmail.com), [genç.ayca88@gmail.com](mailto:genç.ayca88@gmail.com), [harunpeker7@gmail.com](mailto:harunpeker7@gmail.com),  
[melisabakar06@gmail.com](mailto:melisabakar06@gmail.com), [batinbayburtlu.25@gmail.com](mailto:batinbayburtlu.25@gmail.com)

*Türü: Araştırma Makalesi (Alındı: 21.11.2022 - Kabul: 05.12.2022)*

### Öz

Bu araştırmanın amacı spor bilimlerinde öğrenim gören öğrencilerin spora yönelik tutum ve boş zamanda sıkılma algısı düzeyleri arasındaki ilişkinin bazı değişkenlere göre incelenmesidir. Araştırma grubunu, 2022-2023 güz yarıyılında Bartın Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören 180 (75 kadın ve 105 erkek) gönüllü öğrenci oluşturmaktadır. Veri toplama aracı olarak araştırmacılar tarafından hazırlanan kişisel bilgi formu, “Boş Zamanda Sıkılma Algısı Ölçeği (BZSAÖ)” ve “Spor Yönelik Tutum Ölçeği (SYTÖ)” kullanılmıştır. Verilerin analizinde; betimsel istatistik, t-Testi, tek yönlü varyans ANOVA ve Pearson korelasyon testleri kullanılmıştır. Araştırmanın bulgularında cinsiyet değişkenine göre BZSAÖ toplam puan ortalamaları ve alt boyutları ile SYTÖ toplam puan ortalamaları ve alt boyutları arasında anlamlı farklılık tespit edilmemiştir. Yaş değişkenine göre BZSAÖ toplam puan ortalamaları ve alt boyutları ile “sporla yaşama” ve “aktif spor yapma” arasında anlamlı ilişki tespit edilmezken, SYTÖ ve “spora ilgi duyma” alt boyutunda düşük düzeyde ve pozitif yönde anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Ayrıca korelasyon analizi sonuçlarına göre BZSAÖ ve SYTÖ arasında düşük düzeyde ve pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Dolayısıyla Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin boş zaman faaliyetleri sonucunda elde edilen doyum ve sıkılma algısı düzeyi yükseldikçe spora yönelik tutumlarının artacağı söylenebilir.

**Anahtar Sözcükler:** Spor bilimleri fakültesi öğrencileri, boş zamanda sıkılma algısı, spora yönelik tutum



## **The Relationship Between The Perception of Students of The Faculty of Sports Sciences and The Levels of Attitude to Sports**

### **Abstract**

The aim of this research is to examine the relationship between the attitudes to sports and the perception of boredom in leisure according to some variables of students studying in sports sciences. The population consists of 1176 students studying at the Faculty of Sport Sciences at Bartın University in the fall semester of 2022-2023, while the sample group consists of 180 (75 female and 105 male) volunteer students studying at the Faculty of Sports Sciences. Personal information form, “The Leisure Boredom Scale (LBS)” and “Sport-Oriented Attitude Scale (SOAS)” was used as the data collection tool. Frequency, percentage distribution, arithmetic mean and standard deviation, t-Test, ANOVA and Pearson correlation tests were used in the analysis of the data. In the findings of the study, no significant difference was found between LBS and its sub-dimensions, and SOAS and its sub-dimensions according to the gender variable. According to the age variable, there was no significant relationship between the sub-dimensions of LBS total score averages and "living with sports" and "active sports", while a low and positive significant relationship was found in SOAS and "interest in sports" sub-dimensions. In addition, a low and positive significant relationship was found between the leisure boredom scale and Sport-Oriented Attitude Scale. Ergo, it can be said that as the content and boredom perception of the students of the faculty of sports sciences increases, their level of sport-oriented attitudes will also increase.

**Keywords:** Students of the faculty of sports sciences, Leisure boredom, Attitude to sports



## Giriş

Üniversiteler, toplumun akademik, sosyal, ekonomik, teknolojik ve kültürel süreçlerinde önemli bir rol oynamaktadır. Yükseköğrenim, öğrencilerin bilimsel ve mesleki becerilerine katkıda bulunarak bireysel ve toplumsal yönden yaşam kalitesini yükseltmektedir. Spor Bilimleri Fakültesi ise öğrencilerin bilimsel nitelikli başarılarını destekleyen bununla birlikte fiziksel ve fizyolojik becerilerini geliştirmektedir.

Spor bilimleri fakültelerinin akademik başarı, performans ve fiziksel aktivite arasında kayda değer düzeyde olumlu şekilde bir ilişki vardır (Trudeau & Shephard, 2008). Sportif aktivitelere katılım bilişsel fonksiyonları artırarak eğitim sürecini de olumlu yönde etkilemektedir (Keays & Allison, 1995; Caterino & Polak 1999; Kwak at al., 2009; Akandere, Özyalvaç ve Duman, 2010; Ayhan vd., 2022) Ayrıca sportif aktivitelere katılım bireyin psikolojik ve toplumsal gelişimini olumlu yönde etkilemektedir (Weinberg & Gould, 2007; Yaşartürk vd., 2021). Diğer yandan olumsuz yönde etkilediğine dair çalışmalar da görülmektedir (Tremblay, Inman & Willms, 2000; Rasberry at al., 2011). Spor, kişilerin fizyolojik ve psikolojik açıdan iyi olmasını destekleyen sosyalleşmesini sağlayan, zihinsel ve motor faaliyetlerinin gelişimine destek sağlayan fizyolojik, psikolojik ve sosyal bir faaliyettir (Yılmaz, Şentürk ve Ramazanoğlu, 2014). Bu yüzden spor faaliyetlerine katılım sağlayan öğrenciler fiziksel ve sosyal açıdan tutum sergileyebilmektedir.

Tutum, bireyin herhangi bir grup şeye, bireylere, olaylara ve çok çeşitli durumlara karşı bireysel etkinliklerindeki seçimini etkileyen kazanılmış içsel bir durumdur (Senemoğlu, 2004). Tutumlar, bireyi eyleme yönlendiren bir niteliğe sahip olduğu gibi yeterli düzeyde deneyimin sonunda tutumlar rehberlik edebilecek duruma gelebilir (Ayhan ve Özel, 2020). Bir başka deyişle tutumlar zaman içinde birikirler, etkileşirler, birbirlerine bağlanarak ve birbirlerini değiştirerek daha genel yapılar oluştururlar. Bu genel yapılar zamanla bireyde yerleşerek alışkanlık karakteri kazanırlar (Ünal, 1981). Bireyin spor yapmaya ne denli yatkın olduğu, spora bakış açısı, spor alışkanlıkları, spor ile karakterini nasıl eğitebildiği gibi temel konular spora yönelik tutum kavramını yansıtmaktadır (Şentürk, 2015). Günümüzde sağlıklı ve huzurlu bir yaşam, fiziksel olarak zinde bir görünüm, yeni bir sosyal çevre ve rahatlama arayan, duygusal doyum arzusuyla kötü alışkanlıklardan ve yoğun iş temposundan uzaklaşmaya çalışan insan, kaçınılmaz olarak spor yapmaya yönelmektedir. Bu bağlamda “tutum” kavramı, üniversite öğrencilerinin spor yapmaya yatkın olabilmesinin temelini oluşturmaktadır (Kaya, Cicioğlu ve Demir, 2018). Üniversite öğrencilerinin beden eğitimi ve spora karşı tutumlarının olumlu yönde olduğu, akademik başarı ve okul dışı fiziksel aktiviteye katılma ile beden eğitimine yönelik tutumlarının gelişimini etkilediği bilinmektedir (Li, Chen & Baker, 2012). Ancak bireylerin yapmış oldukları bu fiziksel aktivitelerin monotonluk haline gelerek kendini tekrar etmeleri durumunda isteksizlik yani diğer şekilde sıkılma algısı ile karşı karşıya kalabilecekleri söylenebilir.



Iso-Ahola ve Crowley (1991) sıkılma kavramını uzun süre aynı düzey uyarana tabi tutularak oluşan psiko-fizyolojik bir durum olarak açıklamıştır (Oh, Caldwell & Oh, 2001). Sıkılma algısının ise genellikle olumsuz duygularla ilişkilendirilen bir kavram olduğu, nedenleri ve bireyler üzerindeki etkilerini ortaya koymak amacıyla farklı şekillerde açıklanmaya çalışıldığı görülmektedir (Martin, Sadlo & Stew, 2006). Sıkılma algısı, sürekli olarak uyarana karşı aynı aktivitelerin tekrarı ve olumsuz duyguların ön planda olduğu tanım olarak karşımıza çıkmaktadır (Yaşartürk, 2016). Üniversite öğrencilerinin sürekli olarak fiziksel veya zihinsel içerikli aktiviteleri tekrar etmesi doyum düzeyini arttığı gibi belirli dönemlerde sıkılma algısının ortaya çıkmasına sebep olabilmektedir.

Doyum kavramı; beklentilerin, gereksinimlerin, istek ve dileklerin karşılanması durumu olarak tanımlanmaktadır (Özer ve Karabulut, 2003). Bireylerin boş zamanlarına yönelik oluşan beklentilerinde doyum fazlalığına ulaşıldığında, yani istek ve dileklerin gereğinden fazla gerçekleşmesi durumunda tatminsizlik ve boş zamanda sıkılma durumu gözlemlenebilir.

Bu yüzden Iso-Ahola ve Weissinger (1990) boş zamanlardaki algılanan sıkılmayı, mevcut boş zaman deneyimlerine yönelik yetersiz motivasyon veya düşük öznel algı olarak tanımlamışlardır. Bu bağlamda, boş zaman sıkılma algısının genellikle bireylerin çok fazla boş zaman süresinin olması ya da tam tersi katılacakları anlamlı ve kaliteli boş zaman aktivitelerine sahip olmamalarından kaynak olduğu görülmektedir (Iso-Ahola & Weissinger, 1987). Boş zamanda sıkılma algısı, faaliyetler içerisinde bulunmama istediğinden dolayı motivasyon düşüklük ve haz alamama durumlarında ortaya çıkmaktadır (Yaşartürk, 2016). Başka bir ifadeyle, kişinin beklentisini karşılayacak bir aktivite bulamama sonucunda yaşadığı huzursuzluk veya doyumsuzluk durumudur. Boş zamanda sıkılma algısının sebebi, aktivitelerin az veya fazla olması olup, zaman içerisinde monoton haline gelmesinin sonucu olarak tanımlanmaktadır (Shaw, Caldwell & Kleiber, 1996). Boş zamanda sıkılma algısı genel psikolojik doyum ve farkındalık ile de yakından ilişkilidir (Işık, Karakullukçu ve Güngörmüş, 2020). Ayrıca bireyin, yaşayamadığı bir olgu veya ulaşamadığı hedeften oluşabilecek sıkılma hissi gibi hedefine ulaştığı durumlarda da fazla doyuma eriştiği için sıkılma algısı ortaya çıkabilir (Mert, 2012).

Literatürde yer alan bu bilgiler doğrultusunda çalışmanın amacı, spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin boş zamanda sıkılma algısı ve spora yönelik tutum düzeyleri arasındaki ilişkinin bazı demografik değişkenlere göre incelenmesidir.



## **Materyal ve Metod**

### ***Araştırma Modeli***

Araştırma, ilişkisel tarama modelinde yürütülmüştür. İlişkisel tarama modeli, iki ya da daha fazla değişken arasındaki ilişkileri belirlemek ve neden-sonuç ile ilgili ipuçları elde etmek amacıyla yapılan korelasyonel araştırmalardır (Büyüköztürk vd., 2021).

### ***Evren ve Örneklem***

Araştırma grubunu, 2022-2023 güz yarıyılında Bartın Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören 180 (75 kadın ve 105 erkek, yaş ortalaması 20,89) gönüllü öğrenci oluşturmaktadır.

### ***Veri Toplama Araçları***

Çalışmada veri toplama aracı olarak araştırmacılar tarafından hazırlanan kişisel bilgi formunda cinsiyet, yaş, sınıf, boş zamanı değerlendirilmede güçlük çekme sorularından oluşmaktadır.

*Boş Zamanda Sıkılma Algısı Ölçeği (BZSAÖ):* Bireylerin boş zamanda sıkılma algısı düzeylerini belirlemek için Iso-Ahola ve Weissinger (1990) tarafından geliştirilen ve Türkçe uyarlaması Kara, Gürbüz ve Öncü (2014) tarafından yapılan “Boş Zamanda Sıkılma Algısı Ölçeği (BZSAÖ)” Türkçe formu 10 madde ve 2 alt boyuttan (Sıkılma ve Doyumsuzluk) oluşmaktadır. Kara vd., (2014) ölçeğinin geçerlik ve güvenilirlik çalışmasında iç tutarlık katsayıları sıkılma alt boyutu .72, doyumumsuzluk alt boyutu .72 ve toplamda ise .77 olarak hesaplanan 5’li likert tipi ölçme aracıdır. Kara vd., (2014) yaptığı araştırmada iç güvenilirlik kat sayısını sıkılma alt boyutu için .72, doyum alt boyutu için .77 olarak tespit edilmiştir.

*Spora Yönelik Tutum Ölçeği (SYTÖ):* Bireylerin spora yönelik tutumlarını saptayabilmek için Şentürk (2015) tarafından geliştirilen “Spora Yönelik Tutum Ölçeği (SYTÖ)” kullanılmıştır. Spora Yönelik Tutum Ölçeği “Spora İlgi Duyma” faktörü, “Sporla Yaşama” Faktörü ve “Aktif Spor Yapma” faktörü olmak üzere 3 alt boyuttan ve 25 maddeden oluşan 5’li likert tipi ölçme aracıdır. SYTÖ’den alınabilecek minimum puan 25 ve maksimum puan 125 olarak hesaplanmaktadır. Şentürk (2015) yaptığı araştırmada iç güvenilirlik kat sayısını spora ilgi duyma alt boyutu için .98, sporla yaşam alt boyutu için .98 ve aktif spor yapma alt boyutu için .95 olarak tespit edilmiştir (Tezbaşaran, 1997; Büyüköztürk, 2002).

### ***Verilerin Analizi***

Verilerin analizinde SPSS 26.0 paket programı kullanılmıştır. Verilerin normal dağılım gösterip göstermediğine yönelik yapılan çarpıklık basıklık testleri sonrası verilerin normal dağılım gösterdiği belirlendiği için parametrik testler kullanılmıştır. Verilerin analizinde frekans, yüzde dağılımı, ortalama değerleri, bağımsız örneklem t-Testi, tek faktörlü varyans analizi ANOVA ve Pearson Korelasyon analizleri kullanılmıştır. Varyansların eşitliği için hesaplanan anlamlılık değeri ( $p<0,05$ ) olarak kabul edilmiştir (Büyüköztürk vd., 2021).



**Tablo 1.** Ölçeklerin puan ortalaması ve normallik dağılımı sonuçları

Ölçekler	Madde Sayısı	n	$\bar{X}$	sd	Çarpıklık	Basıklık	Cronbach's Alpha
BZSAÖ	10	180	3.15	0.60	0.171	0.655	0.73
SYTÖ	25	180	3.48	0.61	0.302	-0.131	0.93

Ölçeklerin değer tablosu incelendiğinde BZSAÖ puan ortalamasının 3.15, standart sapmasının 0.60; SYTÖ puan ortalamasının 3.48, standart sapmasının 0.61 olduğu görülmektedir. BZSAÖ çarpıklık (0.171) ve basıklık (0.655) değerleri ile SYTÖ çarpıklık (0.302) ve basıklık (-0.131) değerleri incelendiğinde normallik varsayımını sağladığı görülmektedir. BZSAÖ (10 madde) iç tutarlığı 0.73; SYTÖ (25 madde) iç tutarlığı ise .93 olarak hesaplanmıştır.

### Bulgular

Araştırmanın bu bölümünde istatistiksel analizler neticesinde elde edilen analiz sonuçlarına ve yorumlarına yer verilmiştir.

**Tablo 2.** Katılımcıların demografik bilgilerine yönelik betimleyici istatistik sonuçları

Değişkenler	n	%	
Cinsiyet	Erkek	105	58.3
	Kadın	75	41.7
Sınıf	1. Sınıf	46	26.1
	2. Sınıf	41	22.8
	3. Sınıf	44	24.4
	4. Sınıf	48	26.7
Boş zamanı değerlendirmede güçlük yaşama	Evet	26	14.4
	Bazen	105	58.3
	Hayır	49	27.3

Tablo 2 incelendiğinde, katılımcıların %58.3'ünün erkek, %41.7'sinin kadınlardan oluştuğu görülmektedir. Katılımcıların %26.1'i 1.sınıf, %22.8'i 2.sınıf, %24.4'ü 3. sınıf, %26.7'si 4. sınıflardan oluştuğu belirlenmiştir. Katılımcıların %14.4'ü boş zamanı değerlendirmede güçlük yaşadığı, %58.3'ünün bazen güçlük yaşadığı, %27.3'ünün ise güçlük yaşamadığı tespit edilmiştir. Katılımcıların yaş ortalamalarının 20,89 olduğu belirlenmiştir.

**Tablo 3.** Katılımcıların cinsiyet değişkenine göre BZSAÖ ve SYTÖ yönelik t-Testi sonuçları

Alt Boyutlar	Cinsiyet	n	$\bar{X}$	S	sd	t	p
Sıkılma	Erkek	105	2.97	.79	178	-,286	,775
	Kadın	75	3.00	.75			
Doyum	Erkek	105	3.31	.76	178	-,072	,952
	Kadın	75	3.32	.76			
BZSAÖ (Toplam)	Erkek	105	3.14	.63	178	-,230	,818
	Kadın	75	3.16	.57			
Spora İlgi Duyma	Erkek	105	3.40	.64	178	-1,191	,235



Sporla Yaşama	Kadın	75	3.51	.63	178	-,696	,487
	Erkek	105	3.41	.66			
Aktif Spor Yapma	Kadın	75	3.48	.70	178	,073	,942
	Erkek	105	3.55	.61			
SYTÖ (Toplam)	Kadın	75	3.55	.64	178	-,790	,430
	Erkek	105	3.44	.60			
	Kadın	75	3.51	.62			

Tablo 3’de katılımcıların cinsiyet değişkenine göre BZSAÖ ve SYTÖ toplam puan ortalamalarında ve alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilmemiştir ( $p>0,05$ ).

**Tablo 4.** Katılımcıların sınıf değişkenine göre BZSAÖ ve SYTÖ yönelik ANOVA sonuçları

Alt Boyutlar	Sınıf	$\bar{X}$	n	F	p	Anlamlı Fark
Sıkılma	1. sınıf	3.03	46	.091	.965	
	2. sınıf	3.01	41			
	3. sınıf	2.97	44			
	4. sınıf	2.95	48			
Doyum	1. sınıf	3.32	46	1.268	.287	
	2. sınıf	3.18	41			
	3. sınıf	3.26	44			
	4. sınıf	3.48	48			
BZSAÖ (Toplam)	1. sınıf	3.17	46	.380	.768	
	2. sınıf	3,10	41			
	3. sınıf	3.12	44			
	4. sınıf	3.22	48			
Spora İlgi Duyma	1. sınıf	3.71	46	3.306	.022*	2, 3, 4<1
	2. sınıf	3.40	41			
	3. sınıf	3.35	44			
	4. sınıf	3.38	48			
Sporla Yaşama	1. sınıf	3.63	46	1.515	.212	
	2. sınıf	3.39	41			
	3. sınıf	3.39	44			
	4. sınıf	3.38	48			
Aktif Spor Yapma	1. sınıf	3.86	46	5.844	.001*	2, 3, 4<1
	2. sınıf	3.51	41			
	3. sınıf	3.43	44			
	4. sınıf	3.39	48			
SYTÖ (Toplam)	1. sınıf	3.72	46	3.499	.017*	2, 3, 4<1
	2. sınıf	3.42	41			
	3. sınıf	3.38	44			
	4. sınıf	3.38	48			

\* $p<0.05$

Tablo 4’de katılımcıların sınıf değişkeni göre BZSAÖ toplam puan ortalamaları ve alt boyutları arasında anlamlı farklılık tespit edilmemiştir. Ayrıca sınıf değişkeni ile SYTÖ ve “spora ilgi duyma”, “aktif spor yapma” alt boyutları arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. 1. sınıfta öğrenim gören üniversite öğrencilerinin spora yönelik tutum düzeyleri 2, 3, ve 4. sınıfta öğrenim gören öğrencilerden daha yüksek olduğu bulunmuştur.





**Tablo 5.** Katılımcıların boş zaman değerlendirme güçlük yaşama değişkenine göre BZSAÖ ve SYTÖ yönelik ANOVA sonuçları

Alt Boyutlar	Güçlük Yaşama	$\bar{X}$	n	F	p	Anlamlı Fark
Sıkılma	Evet (1)	2.95	26	.754	.472	
	Bazen (2)	3.05	105			
	Hayır (3)	2.89	49			
Doyum	Evet (1)	3.20	26	.738	.480	
	Bazen (2)	3.37	105			
	Hayır (3)	3.26	49			
BZSAÖ (Toplam)	Evet (1)	3.08	26	1.150	.319	
	Bazen (2)	3,21	105			
	Hayır (3)	3.07	49			
Spora İlgi Duyma	Evet (1)	3.38	26	3.513	.032*	1, 2<3
	Bazen (2)	3.48	105			
	Hayır (3)	3.75	49			
Sporla Yaşama	Evet (1)	3.38	26	3.152	.045*	1, 2<3
	Bazen (2)	3.41	105			
	Hayır (3)	3.76	49			
Aktif Spor Yapma	Evet (1)	3.50	26	2.499	.085	
	Bazen (2)	3.51	105			
	Hayır (3)	3.80	49			
SYTÖ (Toplam)	Evet (1)	3.42	26	3.374	.036*	1, 2<3
	Bazen (2)	3.46	105			
	Hayır (3)	3.76	49			

\*p<0.05

Katılımcıların boş zaman sıkılma algıları ile spora yönelik tutumlarının boş zamanı değerlendirme güçlük yaşama değişkenine göre ANOVA testi sonucunda BZSAÖ arasında anlamlı farklılık tespit edilmezken, SYTÖ ve “Spora İlgi Duyma”, “Sporla Yaşama” alt boyutları arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. SYTÖ toplam puan ortalamaları, “Spora ilgi duyma” ve “Sporla yaşama” alt boyutlarında boş zaman değerlendirmede güçlük yaşamayanlar lehine “güçlük yaşayan ve bazen güçlük yaşayanlara” göre anlamlı düzeyde farklılık tespit edilmiştir.

**Tablo 6.** Katılımcıların yaş değişkenine göre BZSAÖ ve SYTÖ yönelik korelasyon sonuçları

	Sıkılma	Doyum	BZSAÖ (Toplam)	Spora İlgi Duyma	Sporla Yaşama	Aktif Spor Yapma	SYTÖ (Toplam)
Yaş r	.030	-.083	-.033	.174*	.122	.135	.158*
p	.694	.271	.655	.019	.103	.071	.034

\*p<0.05

Yaş değişkenine göre BZSAÖ toplam puan ortalamaları alt boyutları ile “sporla yaşama” ve “aktif spor yapma” arasında anlamlı ilişki tespit edilmezken, SYTÖ ve “spora ilgi duyma” alt boyutunda düşük düzeyde ve pozitif yönde anlamlı ilişki tespit edilmiştir.





**Tablo 7.** Katılımcıların BZSAÖ ile SYTÖ arasındaki ilişkiye yönelik korelasyon sonuçları

Alt Boyutlar		Spora İlgili	Sporla	Aktif Spor	SYTÖ
		Duyuma	Yaşama	Yapma	(Toplam)
Sıkılma	r	-.136	-.144	-.124	-.143
	p	.068	.054	.097	.055
Doyum	r	-.109	-.057	-.066	-.088
	p	.146	.451	.375	.239
BZSAÖ (Toplam)	r	.157*	.128	.122	.148*
	p	.035	.086	.103	.047

\*(p<0.05)

Tablo 7’de katılımcıların BZSAÖ ile SYTÖ arasındaki ilişkiyi belirlemeye yönelik yapılan korelasyon analizi sonuçları yer almaktadır. Analiz sonucuna göre BZSAÖ ile SYTÖ arasında düşük düzeyde ve pozitif yönde anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir.

### Tartışma ve Sonuçlar

Bu bölümde spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin boş zamanda sıkılma algısı ve spora yönelik tutum düzeyleri arasındaki ilişkinin analiz sonuçlarına göre ortaya çıkan bulgular ve literatürde yer alan bilgilerle karşılaştırılarak yordanmaya çalışılmıştır.

Katılımcıların boş zaman sıkılma algılarının cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemeye yönelik yapılan t-Testi sonucunda BZSAÖ toplam puan ortalamalarında ve alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilmemiştir. Biolcati, Passini ve Mancini (2016), Yaşartürk, Akyüz ve Karataş (2017), Yıldırım (2019) ve Köse ve Bayköse (2019) üniversite öğrencileri üzerinde yaptığı araştırmada cinsiyet değişkenine göre, boş zamanda sıkılma algısı alt boyutları arasında anlamlı farklılık tespit etmemiştir. Bunun nedeni ise katılımcıların sıkılma ve doyum düzeyleri arasında belirgin bir şekilde tatmin düzeyine ulaşmadıkları için cinsiyet açısından bir farklılık oluşturmadığı söylenebilir. Öğrencilerin cinsiyet farkı gözetmeksizin, henüz kısıtlı bir dünya içinde ve benzer beklenti ve sorunları yaşamaları nedeniyle yaşam doyumlarında herhangi bir farklılık yaşamadıklarını söylemek mümkündür (Kara, Gürbüz ve Sarol, 2018). Gürbüz vd., (2018) yetişkinler üzerine yapmış olduğu araştırmada cinsiyet değişkeninin BZSAÖ tüm alt boyutlarındaki (sıkılma ve doyumuzluk) temel etkisinin anlamlı olmadığı saptanmıştır. Ayrıca Leung (2008) ve Akyüz ve Türkmen (2016) çalışmasında ise cinsiyet değişkenine göre boş zamanda sıkılma alt boyutları arasında anlamlı farklılık tespit etmişlerdir. Bu farklılığın nedeni, değişen ve gelişen çevre koşulları, yaşam alanlarındaki yapısal değişiklikler ve bireylerin farklı uğraşlara yönelmesi şeklinde açıklanabilir.



Katılımcıların spora yönelik tutumlarının cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemeye yönelik yapılan t-Testi sonucunda, SYTÖ toplam puan ortalamalarında ve alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilmemiştir. Çalışmamız ile paralel bir sonuç ortaya koyan Turhan vd., (2021) yapmış olduğu çalışmada da cinsiyet değişkenine göre SYTÖ toplam puan ortalamalarında ve alt boyutlarında anlamlı bir farklılık tespit etmemişlerdir. Abakay, Cengiz ve Şahin (2013) ve Başkonuş (2020)'un yapmış olduğu çalışmada öğrencilerin spora ilişkin tutumları cinsiyet değişkenine göre anlamlı olarak farklı olmadığı belirlenmiştir. Araştırma sonuçları ile benzer şekilde Göksel ve Caz (2016) çalışmalarında spora ilişkin tutum üzerinde cinsiyetin anlamlı farklılık göstermediği sonucuna ulaşmışlardır. Fakat Varol, Varol ve Türkmen (2017) çalışmaları sonucunda ise erkek öğrencilerin spora yönelik tutumlarının kadınlardan daha yüksek ve anlamlı bir farklılığın olduğunu tespit etmişlerdir. Bunun sebebi örneklem grubunun farklı fakültelerde öğrenim gören öğrencilerden oluşması, erkeklerin kadınlara oranla spora yönelik tutumda farklı bakış açılarına sahip olması şeklinde açıklanabilir.

Katılımcıların boş zaman sıklık algılarının sınıf değişkenine göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemeye yönelik yapılan ANOVA testi sonucunda, BZSAÖ toplam puan ortalamaları ve alt boyutları arasında anlamlı farklılık tespit edilmemiştir. Kara vd., (2018) ve Korkutata (2018) yaptığı çalışmada sınıf değişkenine göre sıklık ve doyum alt boyutlarında anlamlı farklılık bulunmamıştır. Aydın vd., (2019) yapmış oldukları çalışmada sınıf değişkeni ile BZSAÖ'den alınan puan ortalamalarının anlamlı bir şekilde farklılaştığını tespit etmiştir. İkinci sınıfta öğrenim gören katılımcıların üçüncü ve dördüncü sınıfta öğrenim gören katılımcılara göre daha yüksek sıklık algısına sahip olduğu tespit edilmiştir.

Katılımcıların sınıf değişkeni ile SYTÖ. “spora ilgi duyma” ve “aktif spor yapma” alt boyutları arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Katılımcılar arasında 1. sınıfta öğrenim görenlerin spora yönelik tutum düzeyleri ile 2, 3, ve 4. sınıfta öğrenim gören öğrencilerden daha yüksek olduğu bulunmuştur. Bunun nedeni 1. sınıf öğrencilerinin yeni yaşam alanı, arkadaş ortamları ve serbest zaman değerlendirilmede keşfetme sürecinde olmalarından kaynaklandığı söylenebilir. Çalışmamıza paralel olarak Göksel vd., (2017) yapmış oldukları çalışmada sporla yaşama alt boyutunda 2. sınıfta eğitim gören öğrenciler lehine fark tespit edilmiştir. Kızılyalı (2014), Varol vd., (2017) ve Yavuz ve Yücel (2019) üniversite öğrencilerinde yapmış oldukları çalışmada ise SYTÖ ve alt boyutlarında anlamlı bir ilişki tespit etmedikleri görülmüştür. Çalışmamıza göre sonucun 2. sınıfta öğrenim gören öğrenciler lehine çıkmasında, ilk senenin karmaşasını atlatalmaları, öğrenim gördüğü ve yaşadığı çevreye, ortama uyum sağlamaya başlamaları etkili olacağı söylenebilir.

Katılımcıların boş zaman sıklık algıları ile spora yönelik tutumlarının boş zaman değerlendirme günlük yaşama değişkenine göre ANOVA testi sonucunda BZSAÖ arasında anlamlı farklılık tespit edilmezken, SYTÖ ve “Spora İlgi Duyma”, “Sporla Yaşama” alt boyutları arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin boş zaman değerlendirme de günlük yaşama durumunun spora yönelik tutumunu doğrudan



etkilememektedir. Dolayısıyla öğrencilerinin spora yönelik tutum, ilgi duyma ve yaşam tarzı olarak spora yönelik faaliyetler yapması boş zaman değerlendirmede etkili olmaktadır.

Katılımcıların yaş değişkenine göre BZSAÖ toplam puan ortalamaları alt boyutları ile “sporla yaşama” ve “aktif spor yapma” arasında anlamlı ilişki tespit edilmezken, SYTÖ ve “spora ilgi duyma” alt boyutunda düşük düzeyde ve pozitif yönde anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Yaşartürk, Akyüz ve Karataş (2021) araştırmasında BZSAÖ ile yaş değişkeni arasında anlamlı ilişki tespit etmiştir. Bu sonuç benzerlik göstermesede örneklem grubundaki öğrencilerinin yaşı artmasıyla boş zaman faaliyetlerine yönelik sergilediği tutumun ve sıkılma algısı düzeyinin paralel şekilde yükselmediğini göstermektedir.

Katılımcıların BZSAÖ ile SYTÖ arasındaki ilişkiyi belirlemeye yönelik yapılan korelasyon analizi sonuçları yer almaktadır. Analiz sonucuna göre BZSAÖ ile SYTÖ arasında düşük düzeyde pozitif yönlü anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin boş zamanda sıkılma ve doyum düzeyinin artması spora yönelik tutumunu da doğrudan etkilemektedir. Bu durum öğrencilerin çeşitli faaliyetlerde tutum geliştirmesiyle sportif etkinliklerden de benzer duyguyu yaşamalarına sebep olmaktadır. Sonuç olarak Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin boş zamanda tekrar eden faaliyetleri uygulaması sıkılma algısını tetikleyeceği gibi doyum ve spora yönelik tutumunu da olumlu yönde etkileyeceği söylenebilir.

## **Öneriler**

- Üniversitelerin kampüsteki rekreasyonel alanlarını öğrencilerin ihtiyaçlarına yönelik olup olmadığı tespit edilip, yenilenerek düzenlenmesi yapılabilir.
- Üniversitelerde yer alan sportif alanların artırılarak öğrencilerin yüksek düzeyde tutum sergilemeleri sağlanabilir.
- Araştırma grupları üniversitelerdeki farklı fakülte öğrencilerin içinden seçilerek sıkılma algısı ve spora yönelik tutum düzeyleri incelenebilir.

*\*Bu çalışma 6. Uluslararası Avrasya Spor, Eğitim ve Toplum kongresinde (24-26 Ekim 2022, Diyarbakır) sözel bildiri olarak sunulmuştur.*



## KAYNAKLAR

- Abakay, U., Cengiz, R., Şahin, M. (2013). Investigation of university students attitudes about physical education and sports course. *Journal of Education and Sociology*, 4(2): 103-108. <https://doi.org/10.7813/jes.2013/4-2/15>
- Akandere, M., Özyalvaç, N. T., Duman, S. (2010). Ortaöğretim öğrencilerinin beden eğitimi dersine yönelik tutumları ile akademik başarı motivasyonlarının incelenmesi: Konya Anadolu Lisesi örneği. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 24: 1-10.
- Akyüz, H., Türkmen, M. (2016). Üniversite öğrencilerinin boş zaman faaliyetlerine yönelik tutumlarının incelenmesi: Bartın Üniversitesi örneği. *International Journal of Sport Culture and Science*, 4(1): 340-357. <https://doi.org/10.14486/IntJSCS562>
- Aydın, İ., Öncü, E., Akbulut, V., Kılıç, S. K. (2019). Öğretmen adaylarında boş zaman sıkılma algısı ve psikolojik sağlık ilişkisi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 21(1): 39-53.
- Ayhan, B., Özel, B. (2020). Examining the relationship between leisure attitude and life satisfaction levels of university students. *International Journal of Sport Culture and Science*. 8(3): 154-166.
- Ayhan, R., Akay, B., Öçalan, M., Orhan, R. (2022). Üniversite öğrencilerinin rekreasyon fayda düzeyleri ile akademik öz-yeterlikleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 7(3): 258-276. <https://doi.org/10.31680/gaunjss.1146884>
- Başkonuş, T. (2020). Ortaöğretim öğrencilerinin spora yönelik tutumlarının bazı değişkenlere göre incelenmesi (Kırşehir ili örneği). *Ahi Evran Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 6(2): 365-376. <https://doi.org/10.31592/aeusbed.730674>
- Biolcati, R., Passini, S., Mancini, G. (2016). I cannot stand the boredom. Binge drinking expectancies in adolescence. *Addictive Behaviors Addictive Behaviors Reports*, 3: 70-76. <https://doi.org/10.1016/j.abrep.2016.05.001>
- Büyüköztürk, Ş. (2002). Faktör analizi: Temel kavramlar ve ölçek geliştirmede kullanımı. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi Dergisi*, 8(4): 470-483.
- Büyüköztürk, Ş., Çakmak, E. K., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş., Demirel, F. (2021). Bilimsel araştırma yöntemleri (31. Baskı). Ankara: Pegem Akademi Yayınları.
- Caterino, M. C., Polak, E. D. (1999). Effects of two types of activity on the performance of secondthird-, and fourth-grade students on a test of concentration. *Perceptual and Motor Skills*, 89: 245-248. <https://doi.org/10.2466/pms.1999.89.1.245>
- Göksel, A. G., Caz, Ç. (2016). Anadolu Lisesi öğrencilerinin beden eğitimi dersine yönelik tutumlarının incelenmesi. *Marmara Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 1(1): 1-9. <https://doi.org/10.22396/sbd.2016.0>



Göksel, A. G., Caz, Ç., Yazıcı, Ö. F., İkizler, H. C. (2017). Farklı bölümlerdeki öğrencilerin spora yönelik tutumlarının karşılaştırılması: Marmara Üniversitesi örneği. *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi*, 8(2): 123-134. <https://doi.org/10.17155/omuspd.322783>

Iso-Ahola, S. E., Weissinger, E. (1987). Leisure and boredom. *Journal of social and clinical psychology*, 5(3): 356-364. <https://doi.org/10.1521/jscp.1987.5.3.356>

Iso-Ahola, S. E., Weissinger, E. (1990). Perceptions of boredom in leisure: Conceptualization, reliability and validity of the leisure boredom scale. *Journal of Leisure Research*, 22(1): 1-17. <https://doi.org/10.1080/00222216.1990.11969811>

Iso-Ahola, S. E., Crowley E. D. (1991) Adolescent substance abuse and leisure boredom. *Journal of Leisure Research*, 23(3): 260-271. <https://doi.org/10.1080/00222216.1991.11969857>

Işık, U., Karakullukçu, Ö. F., Güngörmüş, H. A. (2020). Bilinçli Farkındalığın Psikolojik İyi Oluş Üzerindeki Etkisi: Boş Zamanda Can Sıkıntısının Aracılık Rolü. *Sportif Bakış: Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi*, 7(SI1): 49-61. <https://doi.org/10.33468/sbsebd.134>

Kara, F. M., Gürbüz, B., Öncü, E. (2014). Leisure Boredom Scale: The factor structure and the demographic differences. *Turkish Journal of Sport and Exercise*, 16(2): 28-35. <https://doi.org/10.15314/TJSE.201428102>

Kara, F. M., Gürbüz, B., Sarol, H. (2018). Yetişkinlerde serbest zamanda sıkılma algısı, algılanan sosyal yetkinlik ve benlik saygısı düzeyinin incelenmesi. *International Journal of Sport Exercise & Training Sciences*, 4(4): 113-121. <https://doi.org/10.18826/useeabd.473994>

Kara, F. M., Gürbüz, B., Kılıç, S. K., Öncü, E. (2018). Beden eğitimi öğretmeni adaylarının serbest zaman sıkılma algısı, yaşam doyumu ve sosyal bağlılık düzeylerinin incelenmesi. *Journal of Computer and Education Research*, 6(12): 342-357. <https://doi.org/10.18009/jcer.466740>

Kaya, Ö., Cicioğlu, H. İ., Demir, G. T. (2018). The attitudes of university students towards sports: attitude and metaphorical perception. *European Journal of Physical Education and Sport Science*, 5(1): 115-128. <https://doi.org/10.5281/zenodo.1593401>

Keays, J. J., Allison, K. R. (1995). The effects of regular moderate to vigorous physical activity on student outcomes: a review. *Canadian Journal of Public Health*, 86(1): 62-65.

Kızılyallı, M. (2014). Ankara üniversitesi öğrencilerinin kadınların spor etkinliklerine Katılımlarına İlişkin Görüşleri. Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Korkutata, A. (2018). Leisure boredom scale: A research on university Students. *Journal of Education and Training Studies*, 6(12): 148-157. <https://doi.org/0.11114/jets.v6i12.3648>

Köse, E., Bayköse, N. (2019). Serbest zamanda sıkılma algısı ve egzersiz bağımlılığı arasındaki ilişki. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 2(1): 1-14.



Kwak, L., Kremers, S. P., Bergman, P., Ruiz, J. R., Rizzo, N. S., Sjöström, M. (2009). Associations between physical activity, fitness, and academic achievement. *The Journal of Pediatrics*, 155(6): 914-918. <https://doi.org/10.1016/j.jpeds.2009.06.019>

Leung, L. (2008). Leisure boredom, sensation seeking, self-esteem, and addiction: Symptoms and patterns of cell phone use. *Mediated interpersonal communication*, Lawrence Erlbaum Associates, Mahwah, 18. 359-381.

Li, F. J., Chen, J. J., Baker, M. (2012). University students' attitudes toward physical education teaching. *Journal of Teaching in Physical Education*, 33(2): 186-212. <https://doi.org/10.1123/jtpe.2012-0187>

Martin, M., Sadlo, G., Stew, G. (2006). The phenomenon of boredom. *Qualitative Research in Psychology*, 3(3): 193-211. <https://doi.org/10.1191/1478088706qrp0660a>

Mert, G. (2012). İnternet üzerindeki alışverişlerde, alıcının duygu ve beklentilerinin satış üzerine etkileri. *Organizasyon ve Yönetim Bilimleri Dergisi*, 4(2): 81-94.

Oh, S., Caldwell, L. L., Oh, S. (2001). The relationship between leisure constraints and leisure boredom in creative activities and hobbies of a sample of Korean adults. *World Leisure Journal*. 2(43): 30-38. <https://doi.org/10.1080/04419057.2001.9674228>

Özer, M., Karabulut, Ö. (2003). Yaşlılarda yaşam doyumu. *Turkish Journal of Geriatrics*, 6(2): 72-74.

Raspberry, C. N., Lee, S. M., Robin, L., Laris, B. A., Russell, L. A., Coyle, K. K., Nihiser, A. J. (2011). The association between school-based physical activity, including physical education, and academic performance: A Systematic Review of the Literature. *Preventive Medicine*, 52. 10-20. <https://doi.org/10.1016/j.ypmed.2011.01.027>

Senemoğlu, N. (2004). Gelişim, öğrenme ve öğretim: kuramdan uygulamaya. Ankara: Gazi Kitabevi.

Shaw, S. M., Caldwell, L. L., Kleiber, D. A. (1996). Boredom, stress and social control in the daily activities of adolescents. *Journal of Leisure Research*, 28(4): 274-292. <https://doi.org/10.1080/00222216.1996.11949776>

Şentürk, H. E. (2015). Spora yönelik tutum ölçeği: geliştirilmesi, geçerliliği ve güvenilirliği. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 7(2): 8-18.

Tezbaşaran, A. (1997). Likert tipi ölçek geliştirme kılavuzu. Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları.

Tremblay, M. S., Inman J. W., Willms, J. D. (2000). The relationship between physical activity, self-esteem, and academic achievement in 12-year-old children. *Pediatric Exercise Science*, 12. 312–323. <https://doi.org/10.1123/pes.12.3.312>





Trudeau, F., Shephard, R. J. (2008). Physical education, school physical activity, school sports and academic achievement. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 5(10): 1-12. <https://doi.org/10.1186/1479-5868-5-10>

Turhan, F. H., Uğur, İ., Aydoğmuş, M., Yalçın, İ. (2021). Spor yöneticiliği bölümü öğrencilerinin spora yönelik tutumları. *İnönü Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 8(2): 19-32.

Ünal, C. (1981). Genel tutumların veya değerlerin psikolojisi üzerine bir araştırma. Eğitim psikolojisi dizisi-1. Ankara: Ankara Üniversitesi Dil ve Tarih Coğrafya Fakültesi Yayınları.

Varol, R., Varol, S., Türkmen, M. (2017). Bartın üniversitesinde öğrenim gören öğrencilerin spora yönelik tutumlarının belirlenmesi. *Uluslararası Kültürel ve Sosyal Araştırmalar Dergisi (UKSAD)*, 3(2): 316-329.

Weinberg, S. R., Gould, D. (2007). *Foundation of sportand exercise psychology*, Champaign: Human Kinetics Publishers.

Yaşartürk, F. (2016). Elit düzeydeki sporcuların rekreatif etkinlik tercihlerinde tutum, sıkılma algısı ile yaşam doyumlarının incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.

Yaşartürk, F., Akyüz, H., Karataş, İ. (2017). Rekreatif etkinliklere katılan üniversite öğrencilerinin serbest zamanda sıkılma algısı ile yaşam doyum düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Uluslararası Kültürel ve Sosyal Araştırmalar Dergisi (UKSAD)*, 3(2): 239-252.

Yaşartürk, F., Akay, B., Ayhan, B. (2021). The relationship between leisure management and exam anxiety levels of university students. *Pakistan Journal of Medical and Health Sciences*, 15(10): 2915-2921. <https://doi.org/10.53350/pjmhs2115102915>

Yaşartürk, F., Akyüz, H., Karataş, İ. (2021). Beden eğitimi ve spor öğretmeni adaylarının serbest zamanda sıkılma algısı ve motivasyon düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Uluslararası Güncel Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 7(2): 469-479.

Yavuz, C., Yücel, A. S. (2019). Spor yöneticiliği bölümü öğrencilerinin spora yönelik tutumlarının bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 18(72): 2050-2058. <https://doi.org/10.17755/esosder.584081>

Yıldıran, M. K. (2019). Üniversite öğrencilerinin boş zaman tutum düzeylerinin boş zamanda sıkılma algısını belirlemedeki rolünün incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Kırıkkale Üniversitesi. Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kırıkkale.

Yılmaz, A., Şentürk, U., Ramazanoğlu, F. (2015). Bedensel Engellilerde Spor Konulu Araştırmaların İçerik Analizi. *Spor Yönetimi ve Bilgi Teknolojileri*, 9 (1-2): 28-43.