



## Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı Düzeyleri ile Beslenme Alışkanlıkları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Harun KOÇ<sup>1</sup>, Merve Ceren KILIÇPARLAR<sup>1</sup>, Zerya Yeşil<sup>1</sup>, Umut TOKTAŞ<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Muş Alparslan Üniversitesi, Muş, Türkiye  
[https://orcid.org/\\_0000-0002-0821-8237](https://orcid.org/_0000-0002-0821-8237)

<sup>1</sup> Muş Alparslan Üniversitesi, Muş, Türkiye  
<https://orcid.org/0000-0001-7961-3050>

<sup>1</sup> Muş Alparslan Üniversitesi, Muş, Türkiye  
<https://orcid.org/0000-0003-1638-7054>

<sup>1</sup> Muş Alparslan Üniversitesi, Muş, Türkiye  
<https://orcid.org/0000-0002-9311-3674>

Email: [harun.koc@alparslan.edu.tr](mailto:harun.koc@alparslan.edu.tr), [merveceren635@gmail.com](mailto:merveceren635@gmail.com), [zerya.yesil@gmail.com](mailto:zerya.yesil@gmail.com),  
[patron.umut.49@gmail.com](mailto:patron.umut.49@gmail.com)

*Türü: Araştırma Makalesi (Alındı: 20.02.2023 – Kabul: 18.09.2023)*

### Öz

Dijital çağımızın en önemli araçlarından biri olan internetin bilinçsiz kullanımı, hareketsizliği ve sağlıksız beslenmeyi arttıran bir unsur olarak dikkat çekmektedir. Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeyleri ile beslenme alışkanlıkları arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla yapılan bu çalışmada katılımcıların cinsiyet, sınıf, bölüm, anne-baba eğitim durumu, aktif spor yapma durumu ve spor branş türü değişkenleri durumları dikkate alınarak incelenmiştir. Genel tarama yöntemi ile yapılan çalışmada Hahn ve Jerusalem tarafından geliştirilen, Şahin ve Korkmaz tarafından Türkçeye uyarlanan “İnternet Bağımlılığı Ölçeği” ve Tekkurşun Demir ve Cicioğlu tarafından geliştirilen “Sağlıklı Beslenmeye İlişkin Tutum Ölçeği” kullanılmıştır. Araştırmaya Muş Alparslan Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi’nde öğrenimine devam eden 231 erkek, 93 kadın olmak üzere toplamda 324 katılımcı gönüllü olarak iştirak etmiştir. Verilerin tanımlayıcı istatistiği ile iki ve ikiden fazla grupların karşılaştırılmasında sırasıyla t-Testi ve One Way ANOVA testleri SPSS 22.0 paket programı aracılığı ile yapılmış ve anlamlılık düzeyi  $p<0.05$  olarak kabul edilmiştir. Katılımcıların cinsiyet değişkenine göre internet bağımlılığı ve sağlıklı beslenmeye ilişkin tutumlarında anlamlı bir farklılık bulunmazken, sınıf düzeyine göre anlamlı düzeyde farklılıklar tespit edilmiştir ( $p<0,05$ ). 4. Sınıf öğrencilerinin beslenme hakkındaki bilgilerinin diğer sınıflara kıyasla daha fazla olduğu görülmüştür. Ayrıca 1. sınıftaki öğrencilerin kötü beslenme alışkanlıklarının diğer sınıflara kıyasla daha yüksek olduğu görülmüştür. Kişilerin beslenmeye yönelik bilgi düzeylerinin ve aktif spor yapma durumlarının olumlu etkiler oluşturduğu görülmektedir. İnternet bağımlılığı ve sağlıklı beslenme ilişkin yapılan korelasyon testi sonuçları da daha fazla online kalan bireylerin kötü beslenme alışkanlığı ve sosyal ilişkilerinin olumsuzluk düzeyinin arttığı görülmüştür. Bu bağlamda kişilere aktif spor yapmanın faydalarının anlatılması, spora teşvik edici projeler düzenlenmesinin ve benzer araştırmaların arttırılmasının önemli olduğu düşünülmektedir.

**Anahtar Sözcükler:** İnternet bağımlılığı, Sağlıklı beslenme, Tutum, Sınıf



## Giriş

İnternet kavramının ortaya çıkması ile birlikte bilgi paylaşımı kolaylaşmış, her türlü bilgiye sınırsız erişim sağlanmış ve araştırma olanakları artmıştır. Fakat internetin bu hızlı gelişimi beraberinde bazı olumsuz sonuçları da doğurmuştur. Bu sonuçların en başında da aşırı internet kullanımı gelmektedir. Dünya üzerinde internet kullanan milyonlarca kişi internet bağımlısı olarak tanımlanmıştır (Öztürk vd., 2007: 36-41). İnsanların birçoğu günlük yaşam için büyük önem arz eden interneti, iletişim, satın alma, bilgi edinme ve daha birçok amaç için kullanmaktadır. Son yıllarda yeni bir kavram olarak ortaya çıkan internet bağımlılığı, psikoloji iletişim, sosyoloji ve farklı disiplinlerin ilgi odağı olarak önemli bir çalışma alanı haline gelmiştir (Balcı ve Gülnar, 2009; 5-22). Dünyada sosyal, teknolojik ve ekonomik gelişim ve değişmelerin hızla şekillenmesi internet erişiminin ucuzlamasına ve geniş kitlelere ulaşmasına neden olmuştur. Günlük yaşamda her yaştan ve her meslek grubundan bireylerin farklı amaçlarla internet kullanımlarının arttığı bilinmektedir. Türk İstatistik Kurumu verilerine göre internet kullanımı on beş yılda % 55,9'dan % 75,3'e ve evlerde internet erişimi ise % 69,5'den % 88,3'e yükselmiştir (TÜİK, 2019). İnternet erişimi ve kullanımı genç nüfusun sıklıkla başvurduğu bir yoldur, dijital çağ ve bilgi çağı olarak adlandırılan 21. yüzyılda internet aracılığıyla gerçekleşen faaliyetlerden faydalanamamak ya da uzak kalmak söz konusu olamamaktadır. Eğitim, ticaret, sağlık gibi hayatın her alanında internet kullanılarak gerçekleşen faaliyetlerin önemi hızla artmaktadır. Bu durum gereksiz internet kullanımı ve zararlı internet kullanımı ile birlikte gençleri ve çocukları etkilemektedir (Arisoy, 2009; Wang vd., 2011). Ayrıca genç bireylerin ve çocukların sosyal ruhsal ve fiziksel problemlerle de karşı karşıya kalmalarına neden olabilmektedir (Dinç, 2015; Çakır ve Sıngın, 2019). Gençlerin karşı karşıya kaldıkları diğer problemde sağlıklı beslenme durumudur. Beslenme alanındaki gelişmeler 20. yüzyıldan günümüze kadar artarak devam etmiştir (Gabra, 2001: 15). İnsanların kaliteli bir yaşam stiline sahip olmaları için fiziksel aktivite ve beslenme ile ilgili önemli detayları bilmesi gerekmektedir (Bayrakdar ve Zorba, 2020). Bireylerin hem fizyolojik hem anatomik olarak sağlıklı bir şekilde yaşamlarını devam ettirebilmeleri için sağlıklı ve doğru beslenme ihtiyacı bulunmaktadır. Bu aşamada insanların yaşamsal temel fonksiyonları gerçekleştirmek ideal kiloya ulaşma, kronik rahatsızlıklar riskini azaltma ve gün içinde kaybedilen enerjinin tedarik edilmesi noktasında beslenme önem arz etmektedir (Baysal, 2009). Beslenmenin zaman içinde alışkanlık haline dönüşmesi kaçınılmaz bir durumdur, kişinin cinsiyeti, gelir durumları, kültürel birikimleri, spor yapma durumu gibi unsurlar bu alışkanlıkların oluşmasında önem arz eder (Topuzoğlu vd., 2007: 253-258). Kötü beslenme alışkanlığı toplumdaki bütün bireylerin zindeliği olumsuz bir biçimde etkiler (Kinyua, 2013). Yeme davranışlarında ortaya çıkan bozulmalar nedeniyle kişilerin beden memnuniyeti düşmektedir. Bireylerin beslenme alışkanlıklarının bozulması ile birlikte mutsuzluk, düzensiz kilo alma ve denge kaybı gibi durumlar ortaya çıkabilmektedir. Bununla beraber psikolojik olarak sürekli yemek yeme durumu kişilerin hayatlarını tamamıyla negatif yönlü etkiler (Kaya, 2011). Bu bağlamda bireylerin internet bağımlılığı düzeyleri ile beslenme alışkanlıkları belirlenmesi önem arz etmektedir.

Bu bağlamda araştırmanın amacı Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeyleri ile beslenme alışkanlıkları arasındaki ilişkinin farklı demografik değişkenlere göre incelenmesidir.



## **Materyal ve Metod**

### **Araştırma Modeli**

Bu araştırmada ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. İlişkisel tarama modeli, farklı değişkenler veya parametreler arasındaki var olabileceği düşünülen ilişkilerin incelenmesine dayanan bir araştırma yöntemidir (Büyüköztürk vd., 2019).

### **Araştırma Grubu**

Araştırmanın evrenini 2022-2023 eğitim öğretim yılında Muş Alparslan Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi'nde öğrenimine devam eden öğrenciler oluşturmaktadır. Çalışmanın örneklemini ise çalışmamızda gönüllü olarak yer alan 231 erkek, 93 kadın olmak üzere toplamda 324 katılımcı oluşturmuştur.

### **Veri Toplama Araçları**

Kişisel Bilgi Formu: Araştırmacılar tarafından geliştirilen 'Kişisel Bilgi Formu'; cinsiyet, sınıf, bölüm, anne-baba eğitim durumu, aile gelir durumu, aktif spor yapma durumu, spor branş türü gibi bağımsız değişkenler ile ilgili sorulardan oluşmaktadır. Çalışma, sınıf ortamında katılımcılara gerekli açıklamalar yapıldıktan sonra uygulanmıştır. Veriler katılımcıların ölçek sorularını cevaplamasının ardından toplanmıştır.

### **İnternet Bağımlılığı Ölçeği**

Araştırmada kullanılan İnternet Bağımlılığı Ölçeği, Hahn ve Jerusalem (2001) tarafından geliştirilmiştir. Ölçeğin Türk kültürüne uyarlama çalışması ise Şahin ve Korkmaz (2011) tarafından yapılmıştır. Ölçek 19 madde ve 3 faktörlüdür. Ölçeğin 1. Faktörü "Kontrol Kaybı" 7 madde ( 1.2.3.4.5.6.7), ikincisi "Daha Fazla Online Kalma İsteği" 4 madde (8.9.10 ve 11) ve üçüncüsü ise "Sosyal İlişkilerde Olumsuzluk" 8 madde (12.13.14.15.16.17.18 ve 19)'dir. Ölçekten en yüksek 95 en düşük ise 19 puan alınmaktadır. Ölçeğin genel Cronbach alfa güvenilirlik katsayısı 0.85'tir. Faktörlerin Cronbach alfa güvenilirlik katsayısı ise sırasıyla, 0.90, 0.88 ve 0.92'dir.Yürütülen bu çalışmada ise ölçeğin genelinin güvenilirlik katsayısı0.94,faktörler için ise sırasıyla 0.87; 0.88 ve 0.93 olarak hesaplanmıştır.

### **Sağlıklı Beslenmeye İlişkin Tutum Ölçeği**

Araştırmaya katılan öğrencilerin sağlıklı beslenmeye ilişkin tutumlarını tespit etmek amacıyla Tekkurşun Demir ve Cicioğlu (2019) tarafından geliştirilen "Sağlıklı Beslenmeye İlişkin Tutum Ölçeği" kullanılmıştır. Ölçek 21 madde ve 4 faktörlü bir yapıya sahiptir. Ölçeğin faktörleri sırası ile "Beslenme Hakkında Bilgi" 5 madde (1.2.3.4 ve 5), "Beslenmeye Yönelik Duygu" 6 madde (6.7.8.9.10 ve 11), "Olumlu Beslenme 5 madde (12.13.14.15 ve 16 )" ve "Kötü Beslenme" 5 madde (17.18.19.20 ve 21) yer almaktadır. Ölçeğin Cronbach alfa güvenilirlik katsayıları ise faktörler için sırasıyla,0,90;0,84; 0,75 ve 0,83'tir. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 21 ve en yüksek puan ise 105'dir.

### **Verilerin Analizi**

Verilerin analizinde SPSS 22.0 paket programı kullanılmış olup hata payı 0,05 olarak kabul edilmiştir. Verilerin değerlendirilmesinde tanımlayıcı istatistiksel yöntemleri olarak sayı, yüzde, ortalama ve standart sapma uygulanmıştır. Normallik varsayımı için çarpıklık (skewness) ve basıklık (kurtosis) değerlerinin -2, +7 referans aralığında olduğu tespit edilmiş (Hong, Malik ve Lee, 2003) ve bu doğrultuda iki ölçekten de elde edilen verilerin normal dağıldığı varsayılmıştır. İki bağımsız grup arasında niceliksel sürekli verilerin



karşılaştırılmasında t-testi, ikiden fazla bağımsız grup arasında niceliksel sürekli verilerin karşılaştırılmasında One Way Anova (varyans) testi kullanılmıştır. Anova testi sonrasında farkın kaynağını belirlemek üzere tamamlayıcı post-hoc analizi olarak Tukey testi kullanılmıştır. Ölçek alt boyutları arasındaki ilişkiyi belirlemek için ise Pearson-Korelasyon analizi kullanılmıştır

**Tablo 1.** Katılımcıların Demografik Özelliklerine Göre İstatistiksel Dağılımları

Faktör	Değişken	N	Yüzde (%)
Cinsiyet	Erkek	231	71.2
	Kadın	93	28.8
	<b>Toplam</b>	<b>324</b>	<b>100</b>
Sınıf	1.sınıf	97	30
	2.sınıf	75	23.1
	3.sınıf	82	25.3
	4.sınıf	70	21.6
	<b>Toplam</b>	<b>324</b>	<b>100</b>
Bölüm	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği	144	44.4
	Antrenörlük	98	30.3
	Spor Yöneticiliği	82	25.3
	<b>Toplam</b>	<b>324</b>	<b>100</b>
Anne Eğitim Durumu	Lise ve Öncesi	228	70.3
	Üniversite ve Üzeri	96	29.7
	<b>Toplam</b>	<b>324</b>	<b>100</b>
Baba Eğitim Durumu	Lise ve Öncesi	194	59.9
	Üniversite ve Üzeri	130	40.1
	<b>Toplam</b>	<b>324</b>	<b>100</b>
Aktif spor yapıyor musunuz?	Evet	201	62
	Hayır	123	38
	<b>Toplam</b>	<b>324</b>	<b>100</b>
Spor Branş Türü	Bireysel Sporlar	126	38.9



Takım Sporları	198	61.1
<b>Toplam</b>	<b>324</b>	<b>100</b>

Araştırmanın örnekleme ilişkin tanımlayıcı istatistikler Tablo1’de sunulmuştur. Tablo 1 incelendiğinde, araştırmaya katılan bireylerin cinsiyet değişkenine ilişkin bulgularına göre, 231’inin (%71,2) erkek, 93’ünün (%28,8) kadın olduğu görülmektedir. Katılımcıların 97’sinin (%30) 1.sınıf, 75’inin (%23,1) 2. sınıf, 82’sinin (%25,3) 3. sınıf ve 70’inin (%21,6) 4. sınıfta eğitimine devam ettiği görülmektedir. Katılımcıların öğrenim gördükleri bölüme baktığımızda 144 (%44.4) Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği, 98 kişinin (%30.3) Antrenörlük ve 82 kişinin (%25.3) Spor Yöneticiliği bölümünde olduğu görülmüştür. Anne eğitim durumuna bakıldığında lise ve öncesi 228 kişi (%70.3) ve üniversite ve üzeri 96 kişi (%29.7), Baba eğitim durumunda ise lise ve öncesi 194 kişi (%59.9) ve üniversite ve üzeri 130 kişi (%40.1) yanıtı verilmiştir. Aktif olarak spor yapma durumları incelendiğinde 201 (%62) katılımcı evet yanıtını, 123 (%38) katılımcı ise hayır yanıtını vermiştir. Katılımcıların aile gelir durumlarına bakıldığında geliri düşük 103 (%31,8), geliri orta 184 (%56,7) geliri yüksek 37 (%11,5) katılımcı bulunmaktadır, Spor branş türüne bakıldığında 126 katılımcı (%38,9) bireysel sporlar branşına, 198 (%61,1) takım sporları branşına sahiptir.

## Bulgular

**Tablo 2.** Araştırma Kapsamında Kullanılan Ölçek Alt Boyutlarına İlişkin Ortalama, Standart Sapma, Çarpıklık ve Basıklık Değerleri

Alt Boyutlar	N	$\bar{X}$	Ss.	Çarpıklık	Basıklık	Cronbach Alpha
<b>İBÖ Ölçeği</b>						
Kontrol Kaybı	324	19,37	4,13	-,088	-,317	.78
Daha Fazla Online Kalma İsteği	324	18,39	3,65	-,264	-,426	.81
Sosyal İlişkilerde Olumsuzluk	324	16,22	3,67	,349	,386	.77
<b>SBITÖ Ölçeği</b>						
Beslenme Hakkında Bilgi	324	16,73	3,65	-,181	,242	.82
Beslenmeye Yönelik Duygu	324	17,60	3,71	-,219	-,179	.72
Olumlu Beslenme Alışkanlığı	324	16,67	2,59	,323	,133	.83
Kötü Beslenme Alışkanlığı	324	16,81	3,07	-,221	,132	.76

*SBITÖ= Sağlıklı Beslenmeye İlişkin Tutum Ölçeği*

*İBÖ: İnternet Bağımlılığı Ölçeği*

İnternet bağımlılığı düzeyleri ve sağlıklı beslenmeye ilişkin tutum ölçek alt boyutlarına ilişkin çarpıklık basıklık değerlerinin Hong, Malik ve Lee (2003) belirttiği -2, +7 arasında olduğu ve dağılımın normal olduğu görülmüştür. Bu değerlere göre verilerin dağılımının normal olduğu bulunmuştur.



**Tablo 3.** İnternet Bağımlılığı Düzeyleri ve Sağlıklı Beslenmeye İlişkin Tutum Alt Boyut Puanlarının Cinsiyet Değişkenine Göre t-Testi Sonuçları

Alt Boyutlar	Cinsiyet	n	$\bar{X}$	S	t	p
Kontrol Kaybı	Erkek	231	14,02	2,13	,775	,256
	Kadın	93	14,11	2,68		
Daha Fazla Online Kalma İsteği	Erkek	231	14,25	2,38	,781	,349
	Kadın	93	14,23	2,95		
Sosyal İlişkilerde Olumsuzluk	Erkek	231	14,15	2,76	,684	,854
	Kadın	93	14,01	2,50		
Beslenme Hakkında Bilgi	Erkek	231	15,12	3,81	2,735	,321
	Kadın	93	15,42	3,81		
Beslenmeye Yönelik Duygu	Erkek	231	14,56	3,88	8,394	,338
	Kadın	93	14,21	3,86		
Olumlu Beslenme Alışkanlığı	Erkek	231	14,56	3,45	5,893	,754
	Kadın	93	14,54	3,69		
Kötü Beslenme Alışkanlığı	Erkek	231	14,28	3,76	2,211	,991
	Kadın	93	14,63	3,93		

Tablo 3 incelendiğinde cinsiyet değişkenine göre internet bağımlılığı ölçeği ve sağlıklı beslenmeye ilişkin tutum ölçeği alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunamamıştır ( $p>0.05$ ).

**Tablo 4.** İnternet Bağımlılığı Düzeyleri ve Sağlıklı Beslenmeye İlişkin Tutum Alt Boyut Puanlarının Sınıf Değişkenine Göre ANOVA Testi Sonuçları

Alt Boyutlar	Sınıf	n	$\bar{X}$	S	df	F	p	Tukey
Kontrol Kaybı	1.Sınıf <sup>A</sup>	97	18,08	4,75	3	8,363	,721	
	2.Sınıf <sup>B</sup>	75	18,70	4,24	186			
	3.Sınıf <sup>C</sup>	82	15,20	3,24	184			
	4.Sınıf <sup>D</sup>	70	15,57	4,24	184			
Daha Fazla Online Kalma İsteği	1.Sınıf <sup>A</sup>	97	17,08	4,07	3	,443	,866	
	2.Sınıf <sup>B</sup>	75	16,22	3,35	186			
	3.Sınıf <sup>C</sup>	82	10,17	3,65	184			
	4.Sınıf <sup>D</sup>	70	10,21	3,25	184			
Sosyal İlişkilerde Olumsuzluk	1.Sınıf <sup>A</sup>	97	11,19	3,43	3	2,523	,036*	B-A
	2.Sınıf <sup>B</sup>	75	11,31	3,17	186			
	3.Sınıf <sup>C</sup>	82	11,15	3,23	184			
	4.Sınıf <sup>D</sup>	70	11,16	3,78	184			
Beslenme Hakkında Bilgi	1.Sınıf <sup>A</sup>	97	11,12	2,23	3	3,384	,044*	D-A
	2.Sınıf <sup>B</sup>	75	12,19	2,72	186			
	3.Sınıf <sup>C</sup>	82	11,27	2,21	184			
	4.Sınıf <sup>D</sup>	70	12,77	2,35	184			
Beslenmeye Yönelik Duygu	1.Sınıf <sup>A</sup>	97	8,90	3,53	3	17,147	,339	
	2.Sınıf <sup>B</sup>	75	9,60	3,27	186			
	3.Sınıf <sup>C</sup>	82	9,65	3,15	184			
	4.Sınıf <sup>D</sup>	70	19,29	4,39	184			
Olumlu Beslenme Alışkanlığı	1.Sınıf <sup>A</sup>	97	16,33	4,88	3	17,670	,664	
	2.Sınıf <sup>B</sup>	75	14,97	3,86	177			





Kötü Beslenme Alışkanlığı	3.Sınıf <sup>C</sup>	82	13,92	3,73	180	3	177	3,633	<b>,015*</b>	A-B
	4.Sınıf <sup>D</sup>	70	16,21	4,37						
	1.Sınıf <sup>A</sup>	97	18,50	3,77						
	2.Sınıf <sup>B</sup>	75	16,93	3,75						
	3.Sınıf <sup>C</sup>	82	14,55	3,35						
	4.Sınıf <sup>D</sup>	70	14,39	3,81						

\*p<0,05

Tablo 4’de katılımcıların sınıf değişkeni incelendiğinde, İBÖ ANOVA testi sonuçlarına göre kontrol kaybı ve daha fazla online kalma alt boyutlarında anlamlı düzeyde farklılık bulunmazken ( $p>0.05$ ), sosyal ilişkilerde olumsuzluk alt boyutunda anlamlı düzeyde farklılık bulunmuştur ( $p<0.05$ ). Ortaya çıkan farklılığın kaynağını tespit etmek amacıyla post-hoc analizlerinden Tukey testi incelendiğinde 2.sınıfta bulunan öğrencilerin sosyal ilişkilerde olumsuzluk yönünün diğer sınıflara kıyasla daha baskın olduğu görülmektedir. SBİTÖ’nin ANOVA testi sonuçlarına göre ise beslenmeye yönelik duygu ve olumlu beslenme alışkanlığı alt boyutlarında anlamlı düzeyde farklılık bulunmazken ( $p>0.05$ ), beslenme hakkında bilgi ve kötü beslenme alışkanlığı alt boyutlarında anlamlı düzeyde farklılık bulunmuştur ( $p<0.05$ ). Ortaya çıkan farklılığın kaynağını tespit etmek amacıyla post-hoc analizlerinden Tukey testi incelendiğinde 4. Sınıf öğrencilerinin beslenme hakkındaki bilgilerinin diğer sınıflara kıyasla daha fazla olduğu görülmektedir. Ayrıca 1. sınıftaki öğrencilerin kötü beslenme alışkanlıklarının diğer sınıflara kıyasla daha yüksek olduğu görülmüştür.

**Tablo 5.** İnternet Bağımlılığı Düzeyleri ve Sağlıklı Beslenmeye İlişkin Tutum Alt Boyut Puanlarının Bölüm Değişkenine Göre ANOVA Testi Sonuçları

Alt Boyutlar	Bölüm	n	$\bar{X}$	S	df	F	p	Tukey
Kontrol Kaybı	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği <sup>A</sup>	144	15,55	3,88	3	2,471	,232	
	Antrenörlük <sup>B</sup>	98	15,43	3,75	186			
	Spor Yöneticiliği <sup>C</sup>	82	15,35	3,68	184			
Daha Fazla Online Kalma İsteği	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği <sup>A</sup>	144	15,48	3,77	3	2,336	,293	
	Antrenörlük <sup>B</sup>	98	15,28	3,13	186			
	Spor Yöneticiliği <sup>C</sup>	82	15,26	3,35	184			
Sosyal İlişkilerde Olumsuzluk	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği <sup>A</sup>	144	14,58	3,64	3	2,245	,258	
	Antrenörlük <sup>B</sup>	98	14,36	3,47	186			
	Spor Yöneticiliği <sup>C</sup>	82	14,39	3,36	184			
Beslenme Hakkında Bilgi	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği <sup>A</sup>	144	13,48	3,26	3	11,443	<b>,028*</b>	B-A
	Antrenörlük <sup>B</sup>	98	13,98	3,17	186			
	Spor Yöneticiliği <sup>C</sup>	82	13,39	3,46	184			
Beslenmeye Yönelik Duygu	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği <sup>A</sup>	144	13,17	3,14	3	9,635	,279	
	Antrenörlük <sup>B</sup>	98	13,17	3,13	186			
	Spor Yöneticiliği <sup>C</sup>	82	13,45	3,15	184			
Olumlu Beslenme Alışkanlığı	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği <sup>A</sup>	144	14,43	3,62	3	9,358	,365	
	Antrenörlük <sup>B</sup>	98	15,51	3,63	186			
	Spor Yöneticiliği <sup>C</sup>	82	15,48	3,47	184			
Kötü Beslenme Alışkanlığı	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği <sup>A</sup>	144	15,21	3,38	3	9,180	,515	



Antrenörlük <sup>B</sup>	98	15,43	3,43	186
Spor Yöneticiliği <sup>C</sup>	82	15,05	3,53	184

\*p<0,05

Tablo 5 katılımcıların bölüm değişkeni incelendiğinde, İBÖ ANOVA testi sonuçlarına göre kontrol kaybı daha fazla online kalma isteği ve sosyal ilişkilerde olumsuzluk alt boyutlarında anlamlı farklılık bulunamamıştır ( $p>0.05$ ), SBİTÖ'nin ANOVA testi sonuçlarına göre ise beslenmeye yönelik duygu, olumlu beslenme alışkanlığı ve kötü beslenme alışkanlığı alt boyutlarında anlamlı farklılık bulunamazken ( $p>0.05$ ), beslenme hakkında bilgi alt boyutunda anlamlı düzeyde farklılıklar tespit edilmiştir ( $p<0.05$ ). Ortaya çıkan farklılığın kaynağını tespit etmek amacıyla post-hoc analizlerinden Tukey testi incelendiğinde Antrenörlük bölümünde öğrenim gören öğrencilerin beslenme hakkındaki bilgilerinin diğer bölümlere kıyasla daha yüksek olduğu görülmüştür.

**Tablo 6.** İnternet Bağımlılığı Düzeyleri ve Sağlıklı Beslenmeye İlişkin Tutum Alt Boyut Puanlarının Anne Eğitim Durumu Değişkenine Göre t Testi Sonuçları

Alt Boyutlar	Anne Eğitim Durumu	n	$\bar{X}$	S	t	p
Kontrol Kaybı	Lise ve Öncesi	228	13,53	3,55	1,265	,325
	Üniversite ve Üzeri	96	13,19	3,65		
Daha Fazla Online Kalma İsteği	Lise ve Öncesi	228	13,19	3,82	1,320	,585
	Üniversite ve Üzeri	96	13,41	3,74		
Sosyal İlişkilerde Olumsuzluk	Lise ve Öncesi	228	14,68	3,59	,670	,712
	Üniversite ve Üzeri	96	14,53	3,42		
Beslenme Hakkında Bilgi	Lise ve Öncesi	228	13,13	3,22	,517	,907
	Üniversite ve Üzeri	96	16,20	3,35		
Beslenmeye Yönelik Duygu	Lise ve Öncesi	228	16,59	5,46	,726	,336
	Üniversite ve Üzeri	96	16,83	5,55		
Olumlu Beslenme Alışkanlığı	Lise ve Öncesi	228	14,55	5,50	2,451	,448
	Üniversite ve Üzeri	96	14,44	5,42		
Kötü Beslenme Alışkanlığı	Lise ve Öncesi	228	14,40	5,29	,768	,789
	Üniversite ve Üzeri	96	14,14	5,25		

Tablo 6 incelendiğinde anne eğitim durumuna göre internet bağımlılığı ölçeği ve sağlıklı beslenmeye ilişkin tutum ölçeği alt boyutlarında anlamlı düzeyde farklılık bulunamamıştır ( $p>0.05$ ).

**Tablo 7.** İnternet Bağımlılığı Düzeyleri ve Sağlıklı Beslenmeye İlişkin Tutum Alt Boyut Puanlarının Baba Eğitim Durumu Değişkenine Göre t Testi Sonuçları

Alt Boyutlar	Baba Eğitim Durumu	n	$\bar{X}$	S	t	p
Kontrol Kaybı	Lise ve Öncesi	194	14,48	4,55	3,224	,395
	Üniversite ve Üzeri	130	14,32	3,45		
Daha Fazla Online Kalma İsteği	Lise ve Öncesi	194	14,13	4,82	2,336	,795
	Üniversite ve Üzeri	130	13,31	4,74		
Sosyal İlişkilerde Olumsuzluk	Lise ve Öncesi	194	14,55	3,79	1,330	,592
	Üniversite ve Üzeri	130	14,56	4,42		
Beslenme Hakkında Bilgi	Lise ve Öncesi	194	14,23	3,42	,718	,857





	Üniversite ve Üzeri	130	15,25	4,35		
Beslenmeye Yönelik Duygu	Lise ve Öncesi	194	16,54	5,53	,886	,378
	Üniversite ve Üzeri	130	16,43	5,65		
Olumlu Beslenme Alışkanlığı	Lise ve Öncesi	194	15,65	4,50	1,451	,556
	Üniversite ve Üzeri	130	15,64	5,47		
Kötü Beslenme Alışkanlığı	Lise ve Öncesi	194	16,46	5,25	,698	,722
	Üniversite ve Üzeri	130	16,16	4,53		

Tablo 7 incelendiğinde baba eğitim durumuna göre internet bağımlılığı ölçeği ve sağlıklı beslenmeye ilişkin tutum ölçeği alt boyutlarında anlamlı düzeyde farklılık bulunamamıştır ( $p>0,05$ ).

**Tablo 8.** İnternet Bağımlılığı Düzeyleri ve Sağlıklı Beslenmeye İlişkin Tutum Alt Boyut Puanlarının Aktif Spor Yapma Durumu Değişkenine Göre t Testi Sonuçları

Alt Boyutlar	Aktif Spor Yapma Durumu	n	$\bar{X}$	S	t	p
Kontrol Kaybı	Evet	201	14,11	3,43	1,118	<b>,002*</b>
	Hayır	123	<b>15,75</b>	3,48		
Daha Fazla Online Kalma İsteği	Evet	201	16,13	3,56	1,525	<b>,005*</b>
	Hayır	123	<b>16,76</b>	3,16		
Sosyal İlişkilerde Olumsuzluk	Evet	201	16,28	4,42	1,520	,235
	Hayır	123	16,68	4,35		
Beslenme Hakkında Bilgi	Evet	201	<b>16,14</b>	4,48	1,333	<b>,001*</b>
	Hayır	123	15,44	4,13		
Beslenmeye Yönelik Duygu	Evet	201	18,45	3,25	3,086	,445
	Hayır	123	18,24	3,27		
Olumlu Beslenme Alışkanlığı	<b>Evet</b>	201	<b>18,69</b>	3,54	3,256	<b>,005*</b>
	Hayır	123	18,13	3,39		
Kötü Beslenme Alışkanlığı	Evet	201	19,33	3,80	,574	,286
	Hayır	123	19,13	3,86		

\* $p<0,05$

Tablo 8 incelendiğinde internet bağımlılığı ölçeği alt boyutlarında yer alan sosyal ilişkilerde olumsuzluk alt boyutunda anlamlı düzeyde farklılık bulunamazken ( $p>0,05$ ), kontrol kaybı ( $\bar{x}=15,75$ ;  $p<0,05$ ) ve daha fazla online kalma isteği ( $\bar{x}=16,76$ ;  $p<0,05$ ) alt boyutlarında hayır yanıtı lehine anlamlı düzeyde farklılıklar bulunmuştur. SBİTÖ incelendiğinde ise beslenmeye yönelik duygu ve kötü beslenme alışkanlığı alt boyutunda anlamlı düzeyde farklılık bulunamazken ( $p>0,05$ ), beslenme hakkında bilgi ( $\bar{x}=16,14$ ;  $p<0,05$ ) ve olumlu beslenme alışkanlığı ( $\bar{x}=18,69$ ;  $p<0,05$ ) alt boyutlarında evet yanıtı lehine anlamlı düzeyde farklılıklar bulunmuştur.



**Tablo 9.** İnternet Bağımlılığı Düzeyleri ve Sağlıklı Beslenmeye İlişkin Tutum Alt Boyut Puanlarının Aktif Spor Yapma Durumu Değişkenine Göre t Testi Sonuçları

Alt Boyutlar	Spor Branş Türü	n	$\bar{X}$	S	t	p
Kontrol Kaybı	Bireysel Sporlar	126	15,36	2,77	3,128	,332
	Takım Sporları	198	15,24	2,43		
Daha Fazla Online Kalma İsteği	Bireysel Sporlar	126	15,56	2,99	2,081	,538
	Takım Sporları	198	15,72	2,43		
Sosyal İlişkilerde Olumsuzluk	Bireysel Sporlar	126	14,72	2,55	1,707	,290
	Takım Sporları	198	14,03	2,47		
Beslenme Hakkında Bilgi	Bireysel Sporlar	126	16,65	2,54	1,158	,248
	Takım Sporları	198	16,96	3,46		
Beslenmeye Yönelik Duygu	Bireysel Sporlar	126	17,06	3,87	7,083	,324
	Takım Sporları	198	17,17	3,64		
Olumlu Beslenme Alışkanlığı	Bireysel Sporlar	126	<b>17,85</b>	3,65	6,263	<b>,000*</b>
	Takım Sporları	198	17,15	3,11		
Kötü Beslenme Alışkanlığı	Bireysel Sporlar	126	17,31	3,79	-,873	,454
	Takım Sporları	198	17,38	3,38		

Tablo 9 incelendiğinde spor branş türü değişkenine göre internet bağımlılığı ölçeği alt boyutlarında anlamlı düzeyde farklılık bulunmamıştır ( $p>0,05$ ). Sağlıklı beslenmeye ilişkin tutum ölçeği alt boyutunda ise beslenme hakkında bilgi, beslenmeye yönelik duygu ve kötü beslenme alışkanlığı anlamlı bir fark bulunmazken ( $p>0,05$ ), olumlu beslenme alışkanlığı ( $\bar{x}=17,85$ ;  $p<0,05$ ) alt boyutlarında bireysel spor branşları lehine istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılık tespit edilmiştir.

**Tablo 10.** Katılımcıların İnternet Bağımlılığı Düzeyleri ve Sağlıklı Beslenmeye İlişkin Tutum Ölçeği Alt Boyutları Arasındaki Korelasyon Sonuçları

Alt Boyutlar (n=324)	Beslenme Hakkında Bilgi	Beslenmeye Yönelik Duygu	Olumlu Beslenme Alışkanlığı	Kötü Beslenme Alışkanlığı	
Kontrol Kaybı	r	,459	-,216	-,325	,258
	p	,551	,541	,236	,322
Daha Fazla Online Kalma İsteği	r	-,364	,252	-,458	,462**
	p	,597	,494	0,76	<b>0,00</b>
Sosyal İlişkilerde Olumsuzluk	r	-,127	0,32	-,159	,441**
	p	,256	,519	,333	<b>0,00</b>

\*\*  $p<0.01$  (N 324)

Korelasyon katsayısı etki büyüklükleri Cohen, Manion ve Morrison (2007) tarafından sınıflandırılmıştır. Bu sınıflandırmaya göre 0.00 ile  $\pm 0.10$  arası zayıf, 0.10 ile  $\pm 0.30$  arası



düşük, 0.30 ile  $\pm 0.49$  arası orta, 0.50 ile  $\pm 0.79$  arası güçlü, 0.80 üzeri çok güçlü korelasyonu ifade etmektedir

Tablo 10 incelendiğinde İnternet bağımlılığı ölçeği alt boyutları ile sağlıklı beslenmeye ilişkin tutum alt boyutları arasında anlamlı ilişki olup olmadığını test etmek amacıyla yapılan pearson korelasyon testi sonucunda, daha fazla online kalma isteği ve kötü beslenme alışkanlığı alt boyutu ( $r=,441$ ;  $p<0.05$ ) ve kötü beslenme alışkanlığı ile sosyal ilişkilerde olumsuzluk ( $r=,462$ ;  $p<0.05$ ) alt boyutu arasında, orta düzeyde pozitif yönlü anlamlı ilişki tespit edilmiştir.

## **Tartışma ve Sonuçlar**

Çalışmamızda internet bağımlılığı ölçeği ve sağlıklı beslenmeye ilişkin tutum ölçeği alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunamamıştır. Literatürü incelediğimizde lise öğrencilerinin internet bağımlılığının farklı değişkenler açısından incelendiği bir çalışmada cinsiyete göre bir anlam bulunamamıştır (Can vd., 2018: 154-163), benzer şekilde ergenlik problemleri ile baş etme yöntemleri ve internet bağımlılığı arasındaki ilişkinin incelendiği bir çalışmada cinsiyet değişkeni bakımından bir anlam bulunamamıştır (Şahin, 2014). İnternet ve oyun bağımlılığı düzeylerinin ve sosyal medya bağımlılığı düzeylerinin incelenmesi üzerine yapılan farklı araştırmalarda bulgularımızı destekler nitelikte olup, cinsiyetin internet bağımlılığı üzerinde anlamlı bir sonucuna ulaşamamıştır (Taş vd., 2014; Deniz ve Gürültü, 2018; Fariz ve Sarıcı Bulut, 2019; Ağırtaş ve Güler, 2020). Yapılan diğer çalışmalarda ise; erkeklerin internet bağımlılığı düzeylerinin kadınlara kıyasla daha yüksek olduğu bulunmuştur (Selim, 2009). Ergen bireyler ile yapılan farklı bir çalışmada da internet bağımlılık düzeyinin erkeklerde daha fazla olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Willoughby, 2008: 195-204). Yine internet bağımlılık düzeylerinin incelendiği farklı araştırmalarda cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılıklar oluşmuştur (Çetinkaya, 2013; Yılmaz vd., 2014). Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin sağlıklı beslenmeye ilişkin tutumlarının incelendiği çalışmada cinsiyet değişkenine göre bir anlam bulunamamıştır (Göral ve Yıldırım, 2022; Sandıkçı vd., 2022). Sporcuların beslenme alışkanlıklarının incelendiği başka bir çalışmada cinsiyet değişkeni ve ölçek alt boyutlarında anlamlı düzeyde farklılık olmadığı bulunmuştur (Altunhan ve Bayer, 2021: 30-44). Beslenme bilgi düzeyleri üzerine yapılan diğer çalışmalarda da, cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir fark tespit edilmemiştir (Bıdı ve Kaya, 2021; Dinç, 2021; Ergin vd., 2021; Gülen vd.,2021; Yılmaz vd., 2022). Farklı çalışmalarda bakıldığında; Sağlık Yüksekokulu öğrencilerinin yeme tutumları üzerine yapılan çalışmada kadın öğrencilerin erkeklere kıyasla daha anlamlı sonuçlara sahip olduğu görülmüştür (Ünalın vd., 2009: 75-81). Benzer şekilde beslenmeye ilişkin tutumun cinsiyet değişkeni üzerinde anlamlı sonuç oluşturduğunu bulan (Azizi vd., 2010; Akpolat, 2021; Taşdelen, 2021; Sargın ve Güleşce, 2022) çalışmalar mevcuttur. Bu bağlamda bazı bulgular çalışmalarımızı destekler nitelikte iken, bazıları ise bulgularımız ile farklılık göstermektedir. Çalışma gruplarının farklı olmasının ortaya çıkan farkın oluşmasında etken olduğu düşünülmektedir.

Çalışmada internet bağımlılığı alt boyut puanlarının sınıf değişkenine göre incelendiğinde kontrol kaybı ve daha fazla online kalma alt boyutlarında anlamlı düzeyde farklılık bulunmazken, sosyal ilişkilerde olumsuzluk alt boyutunda anlamlı düzeyde farklılık bulunmuştur. Literatüre bakıldığında spor lisesi öğrencilerinin internet bağımlılıklarının incelendiği çalışmada internet bağımlılığının sınıf düzeyine göre farklılık göstermediği



belirtilmiştir (Hekimoğlu, 2021). İnternet bağımlılığının sınıf değişkeni üzerindeki etkisinin incelendiği farklı bir çalışmada yine anlamlı sonuçlar olmadığı görülmüştür (Taş vd., 2014). İlgili alinyazında araştırmanın sonucuna benzer sonuçlar yer almaktadır (Saruhan, 2019; Arslankara ve Usta, 2020; Yüksel vd., 2020). İnternet kullanımının erken yaşta başlaması nedeniyle ve yaygınlaşması bu durumda etken olabileceği düşünülmektedir. Farklı çalışmalarda ise internet bağımlılığının sınıf değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılık oluşturduğu belirtilmiştir (Günüç, 2009; Ayas ve Horzum, 2013; Çetinkaya, 2013). Ortaya çıkan sonuçlarda bazı veriler bulgularımız ile paralellik gösterirken bazıları farklılık göstermektedir.

Sağlıklı beslenmeye yönelik tutum alt boyutunda beslenmeye yönelik duygu ve olumlu beslenme alışkanlığı alt boyutlarında anlamlı düzeyde farklılık bulunmazken, beslenme hakkında bilgi ve kötü beslenme alışkanlığı alt boyutlarında anlamlı düzeyde farklılık bulunmuştur. Yapılan çalışmalar incelendiğinde Spor Bilimleri Fakültesinde okuyan öğrencilerin sağlıklı beslenme tutumlarının incelendiği çalışmada, beslenme hakkında bilgi alt boyutunda anlamlı düzeyde farklılıklar tespit edilmiştir. Ortaya çıkan farklılıkta 3. Sınıf öğrencilerinin 1. Sınıftaki öğrencilere kıyasla daha fazla bilgi sahibi oldukları görülmektedir (Yılmaz vd., 2022: 64-70). Yine benzer bir çalışmada sınıf değişkeninin sağlıklı beslenme üzerinde anlamlı farklılık oluşturduğu belirtilmiştir (Hastaoğlu, 2021). Bu sonuçların bulgularımızla benzer özellikte olduğu söylenebilir ortaya çıkan bu farkın sınıf düzeyi ilerledikçe beslenme hakkında bilginin artmasından kaynaklı olduğu düşünülmektedir.

Çalışmada bölüm değişkenine göre internet bağımlılığı ölçeğinde yer alan alt boyutlarda anlamlı düzeyde farklılık oluşmadığı görülmüştür. Literatüre bakıldığında 18-25 yaş arası üniversite öğrencileri üzerine yapılan bir çalışmada da katılımcıların okuduğu bölümle internet bağımlılığı arasında anlamlı bir fark olmadığı belirtilmiştir (Alamehmet, 2021). Benzer şekilde Spor Bilimleri Fakültesi öğrencileri üzerine yapılan farklı bir çalışmada da sonuçlarımız ile benzer olarak bölüm değişkeninin internet bağımlılığı ile arasında anlamlı bir fark oluşturmadığı belirtilmiştir (Tutar vd., 2020: 3197-3206). Ortaya çıkan sonuçların bulgularımız ile benzerlik gösterdiği söylenebilir. Ayrıca bölüm değişkenine yönelik çalışmaların artırılmasının bu konuda literatüre zenginlik katacağı düşünülmektedir.

Yine bölüm değişkenine göre sağlıklı beslenmeye yönelik alt boyutlarda, beslenmeye yönelik bilgi alt boyutunda anlamlı düzeyde farklılıklar bulunmuş ve antrenörlük bölümündeki öğrencilerin bu alanda bilgisinin diğer bölümlere oranla daha yüksek olduğu görülmüştür, beslenmeye yönelik duygu, olumlu beslenme alışkanlığı ve kötü beslenme alışkanlığı alt boyutlarında ise anlamlı düzeyde farklılık bulunamamıştır. Alanyazın incelendiğinde Spor Bilimleri Fakültesi öğrencileri üzerine yapılan bir çalışmada beslenmeye yönelik duygu, olumlu beslenme alışkanlığı ve kötü beslenme alışkanlığı alt boyutlarında anlamlı düzeyde farklılık bulunurken, beslenme hakkında bilgi alt boyutunda anlamlı düzeyde farklılık bulunamamıştır (Göral ve Yıldırım, 2022: 58-69). Farklı çalışmalarda yine beden eğitimi bölümünde öğrenimine devam eden öğrencilerin beslenme bilgi ve tutum puanlarının diğer bölümlerde öğrenim gören öğrencilerden daha yüksek olduğu bulunmuştur (Azizi vd., 2010; Gönen ve Ceyhan, 2022). Ortaya çıkan sonuçların bazıları bulgularımız ile paralellik gösterirken bazıları da farklılık göstermektedir, katılımcıların öğrenim gördükleri bölüm gereği, aldıkları derslerin ya da katıldıkları seminerlerin bu ortalama üzerinde etkili olmuş olabileceği düşünülmektedir.

Araştırma sonuçlarına göre anne-baba eğitim durumunun internet bağımlılığı ve sağlıklı beslenmeye tutumuna yönelik tutum üzerinde anlamlı sonuçlar ortaya koymadığı görülmektedir, yapılan bazı çalışmalarda benzer sonuçlar bulunmuştur (Gökçearslan ve



Günbatar, 2012; Kolan, 2020; Fariz ve Sarıcı Bulut, 2020; Yüksel vd., 2020; Hekimoğlu, 2021; Üneri ve Tanıdır, 2021). Ortaya çıkan sonuçların bulgularımız ile benzer olduğu görülmektedir. İnternetin kişilerin, resmi işlem, iletişim, eğitim materyallerine ulaşma gibi birçok alanda kullanılmasının internet kullanımını eğitim durumundan bağımsızlaştırması bu durumun oluşmasında etkili olabileceği düşünülmektedir. Ayrıca bundan sonra yapılacak çalışmalarda katılımcıların aile yanında mı yoksa farklı bir yerde (yurt, öğrenci evi vd.) yaşama durumu değişkeninin eklenmesinin belirleyici bir unsur olarak önem arz edeceği düşünülmektedir.

Çalışmamızda aktif spor yapma durumu değişkenine göre İnternet bağımlılığı ölçeği alt boyutlarında yer alan sosyal ilişkilerde olumsuzluk alt boyutunda anlamlı düzeyde farklılık bulunamazken, kontrol kaybı ve daha fazla online kalma isteği alt boyutlarında hayır yanıtı lehine anlamlı düzeyde farklılıklar bulunmuştur. Yapılan farklı çalışmalara bakıldığında; bulgularımız ile uyumlu olarak düzenli spor yapan bireylerin internet bağımlılığının daha düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Ergin vd., 2013: 134-142). Yine 17-25 yaş aralığındaki öğrencileri kapsayan başka bir çalışma da spor etkinliğinin düzenli bir biçimde yapılmasının internet bağımlılığını azalttığını belirtmiştir (Yaraşır, 2018). Başka bir çalışmada lisanslı olarak spor yapan kişilerin internet bağımlılığı düzeylerinin düşük olduğu belirtilmiştir (Yeic, 2018). Sağlıklı Beslenmeye ilişkin tutum ölçeğinin alt boyutunda ise beslenmeye yönelik duygu ve kötü beslenme alışkanlığı alt boyutunda anlamlı düzeyde farklılık bulunamazken, beslenme hakkında bilgi ve olumlu beslenme alışkanlığı alt boyutlarında evet yanıtı lehine anlamlı düzeyde farklılıklar bulunmuştur. Alanyazın incelendiğinde sağlıklı beslenme bilgi düzeylerinin ölçüldüğü çalışmalarda spor yapan bireylerin sağlıklı beslenmeye yönelik tutumdan aldıkları puanların yüksek olduğu belirtilmiştir (Akıl ve Gürbüz, 2010; Ayhan, 2017; Kar, 2018; Tekkurşun-Demir vd., 2021; Alkafaween ve Erzeybek, 2022). Bu bağlamda bulgularımızın literatür ile örtüştüğü söylenebilir.

Spor branş türü değişkenine göre internet bağımlılığı ölçeği alt boyutlarında anlamlı düzeyde farklılık bulunmamıştır, sağlıklı beslenmeye ilişkin tutum ölçeği alt boyutunda ise beslenme hakkında bilgi, beslenmeye yönelik duygu ve kötü beslenme alışkanlığı anlamlı bir fark bulunmazken, olumlu beslenme alışkanlığı alt boyutlarında bireysel spor branşları lehine istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılık tespit edilmiştir. Yapılan çalışmalar incelendiğinde; Sedarer ve spor yapan öğrencilerin internet bağımlılık düzeylerinin incelendiği bir çalışmada spor branş durumunun internet bağımlılığını etkilemediği belirtilmiştir (Kayhan ve Savaş, 2022: 111-120). Ayrıca bu alanda yapılan çalışmaların kısıtlı olduğu dikkat çekmektedir. Yapılacak çalışmalarda spor branş türü değişkenine odaklanılmasının literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Sağlıklı beslenmeye yönelik tutum üzerine yapılan çalışmalar incelendiğinde aktif olarak spor yapan öğrencilerin sağlıklı beslenme bilgi düzeylerini ölçmek amacıyla yapılan çalışmada bireysel spor branşına sahip sporcuların bilgi düzeylerinin daha yüksek olduğu bulunmuştur (Uzlu vd., 2021; 227-240). Benzer bir şekilde bireysel sporlarla uğraşan erkek sporcularda beslenme bilgi düzeyi yüksek olarak bulunmuştur (Tekkurşun-Demir, 2021: 124-134). Takım ve bireysel sporcular üzerine yapılan bir çalışmada da takım sporcularının beslenmeye ilişkin puanlarının bireysel sporculara kıyasla düşük olduğu belirtilmiştir (İmamoğlu vd., 2010: 1-12). Literatürde benzer şekilde sonuçlar bulan başka çalışmalarda mevcuttur (Sarioğlu vd., 2012; Hepyükselen ve Taşkıran, 2020; Bozkurt, 2022). Ortaya çıkan sonuçların bulgularımız ile benzerlik gösterdiği görülmektedir. Özellikle bireysel spor branşında kilo kontrolünün ve beslenme programının takım sporlarına kıyasla biraz daha hassasiyet gerektirmesi bu farkın oluşmasında etken olabilir.



Katılımcıların internet bağımlılığı ile sağlıklı beslenmeye ilişkin tutum alt boyutları arasındaki korelasyon testi sonuçları incelendiğinde daha fazla online kalma isteği ve kötü beslenme alışkanlığı alt boyutu ve kötü beslenme alışkanlığı ile sosyal ilişkilerde olumsuzluk alt boyutu arasında, orta düzeyde pozitif yönlü anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Ortaya çıkan sonuçlara göre kişilerin daha fazla online kalma isteği ve sosyal ilişkilerde olumsuzluk durumları arttıkça kötü beslenme alışkanlıklarının artacağı söylenebilir. Yapılan çalışmalar incelendiğinde uzun süre medya kullanımının kötü beslenme alışkanlığını arttırdığını bulan çalışmalar mevcuttur (Falbe vd., 2014; Borgogna vd., 2015; Kartal, 2017).

### **Öneriler**

Araştırmanın amacı 2022-2023 eğitim öğretim yılında Muş Alparslan Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenimine devam eden öğrencilerin internet bağımlılığı düzeyleri ile beslenme alışkanlıkları arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Ortaya çıkan sonuçlar neticesinde; sınıf düzeyi yükseldikçe beslenmeye yönelik tutumun arttığı görülmüştür kişilerin beslenme ile ilgili bilgilerinin daha erken bir zamanda kazanmaları adına konferans, panel, seminer vb. eğitimlerinin arttırılmasının katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Çalışmamızda aktif olarak spor yapan bireylerin beslenme hakkında bilgi düzeylerini olumlu anlamda etkilediği görülürken, aktif olarak spor yapmayan bireylerde de hareketsiz bir yaşam tarzının oluşmasına neden olduğu görülmektedir. Bu bağlamda kişilere aktif spor yapmanın faydalarının anlatılması, spora teşvik edici projeler düzenlenmesinin ve benzer araştırmaların arttırılmasının önemli olduğu düşünülmektedir.

*\*\* Bu çalışma TÜBİTAK Bilim İnsanı Destek Programları Başkanlığı tarafından yürütülen “2209-A Üniversite Öğrencileri Araştırma Projeleri Destekleme Programı” 2022/1 dönemi kapsamında yapılan başvuruda destek almaya hak kazanmıştır*





## KAYNAKLAR

Ağırtaş, A., Güler, Ç. (2020). Sosyal medya kullanan üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı ve sosyal kaygı durumlarının değerlendirilmesi. *Çağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 17(1), 76-89.

Akıl, M., Gürbüz, Ü. (2010). Atletizm atma branşlarıyla uğraşan sporcuların beslenme bilgi düzeylerinin incelenmesi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 7(1).

Akpolat, İ. (2021). Elit genç atletlerin beslenme durumu, vücut bileşimi ve kuvvet ölçümleri arasındaki ilişkinin değerlendirilmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans tezi, Biruni Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.

Alamehmet, M. N. (2021). 18-25 Yaş arası üniversite öğrencilerindeki internet bağımlılığının sağlıklı beslenmeye ilişkin tutum üzerine etkisi, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Haliç Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

Alkafaween, S., Erzeybek, M.S. (2022). Kütahya Dumlupınar Üniversitesi'nin farklı bölümlerinde öğrenim gören öğrencilerin spor yapma durumuna göre beslenme alışkanlıklarının araştırılması. *International Sport Science Student Studies*, 4(1), 15-21.

Altunhan, A., Bayer, R. (2021). Bireysel ve takım sporcularının uyku kalitesi ile beslenme alışkanlıkları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Iğdır Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 4(1), 30-44.

Arısoy, Ö. (2009). İnternet bağımlılığı ve tedavisi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 1(1), 55-67.

Aslankara, V. B., Usta, E. (2020). Lise öğrencilerinde sanal risk algısı: problemlili internet kullanımı ve eleştirel düşünme bağlamında bir araştırma, *Ahmet Keleşoğlu Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2(1), 134-153.

Ayas, T., Horzum, M.B. (2013). İlköğretim öğrencilerinin internet bağımlılığı ve aile internet tutumu, *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(39), 46-57.

Ayhan C. (2017). Aktif sporcuların rekreatif etkinliklere katılımlarına engel oluşturabilecek faktörlerin yaşam tatmini ve yaşam kalitesi üzerine etkisi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.

Azizi, M., Rahmani-Nia, F., Malaee, M., Malaee, M., Khosravi, N. (2010). A study of nutritional knowledge and attitudes of elite college Athletes In Iran. *Brazilian Journal of Biomotricity*, 4(2), 105–112.

Balcı, Ş., Gülnar, B. (2009). Üniversite öğrencileri arasında internet bağımlılığı ve internet bağımlılarının profili. *Selçuk Üniversitesi İletişim Fakültesi Akademik Dergisi*, 6(1), 5-22.

Bayrakdar, A., Zorba, E. (2020). Egzersiz ve Beslenme. Ankara: Akademisyen Kitabevi.

Baysal, A. (2009). Beslenme, Ankara: Hatipoğlu Yayınları.

Bıdıl, S., Kaya, M. (2021). Analysis of the attitude of badminton athletes about healthy nutrition. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 15 (2), 201-213.

Bozkurt, U. (2022). Düzenli olarak fitness yapan bireylerin beslenme bilgi düzeyi, ergojenik desteğe yönelik tutumları ve ilişkili faktörler. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Aydın Adnan Menderes Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Aydın.



- Borgogna, N., Lockhart, G., Grenard, J.L., Barrett, T., Shiffman, S., Reynolds, K.D. (2015). Ecological momentary assessment of urban adolescents' technology use and cravings for unhealthy snacks and drinks: differences by ethnicity and sex. *J Acad Nutr Diet*. 115 (5): 759-766.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş., Demirel, F. (2019) Eğitimde Bilimsel Araştırma Yöntemleri. Ankara: Pegem Akademi.
- Can, Ö., Demir, C., Yirci, R. (2018). Lise öğrencilerinin internet bağımlılık düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi, *Akademik Bakış Dergisi*, 66, 145-163.
- Çakır, F., Sıngın, R. H. Ö. (2019). Üniversite öğrencilerinde spora yönelik tutum ve internet bağımlılığı ilişkisinin incelenmesi. *Sportif Bakış: Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi*, 6(2), 163-178.
- Çetinkaya, M. (2013). İlköğretim öğrencilerinde internet bağımlılığının incelenmesi, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Cohen, L., Manion, L., Morrison, K. (2007). *Research Methods in Education*. London and New York, NY: Routledge Falmer.
- Deniz, L., Gürültü, E. (2018). Lise öğrencilerinin sosyal medya bağımlılıkları, *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 26(2), 355-367.
- Dinç, A. (2021). Spor bilimleri öğrencilerinin sosyal medya bağımlılığı ve sağlıklı beslenme tutumlarının incelenmesi (İğdir ili örneği). *Iğdir University Journal of Social Sciences*, (1).
- Dinç, M. (2015). Teknoloji bağımlılığı ve gençlik. *Gençlik Araştırmaları Dergisi*, 3(3), 31-65.
- Ergin, A., Uzun, S. U., Bozkurt, A. İ. (2013). Tıp fakültesi öğrencilerinde internet bağımlılığı sıklığı ve etkileyen etmenler. *Pamukkale Tıp Dergisi*, (3), 134-142.
- Ergin, E., Lök, N., Lök, S. (2021). Relationship between physical activity level and healthy nutritional attitude of high school students. *GYMNASIUM*, 22(1), 49-60.
- Fariz, S., Sarıcı Bulut, S. (2019). Lise Öğrencilerinde internet bağımlılığının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi, *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 27(5), 1977-1990.
- Falbe, J, Willett, W.C., Rosner, B., Gortmaker, S.L., Sonneville, K.R., Field, A.E. (2014). Longitudinal relations of television, electronic games, and digital versatile discs with changes in diet in adolescents. *Am J Clin Nutr*. 100 (4): 1173-1181.
- Gabra, M. (2001). IUNS in Twenty first century on the shoulders of the 20th century giant of nutrition. Elmadfa, I., Anklam, E. and Konig, J.(Eds). *Modern Aspects of Nutrition: Present Knowledge and Future Perspectives*, 15.
- Gökçearslan, Ş., Günbatar, M. (2012). Ortaöğretim öğrencilerinde internet bağımlılığı, *Eğitim Teknolojisi Kuram ve Uygulama*, 2(2), 10-24.
- Gönen, M., Ceyhan, M. A. (2022). Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin sağlıklı beslenmeye yönelik tutumları ile benlik saygıları arasındaki ilişki. *Sciences (IJOESS)*, 13(48), 625-637.
- Göral, K., Yıldırım, D. (2022). Spor Bilimleri Fakültesi'nin Sağlıklı beslenmeye ilişkin tutumlarının branş farklılıklarına göre araştırılması. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 17 (1) , 58-69.



Gülen, Ö., Kumartaşlı, M., Madak, E., Sönmez, H.O., Pepe, O. (2021). An investigation of the nutrition attitude of Taekwondo athletes in terms of various variables. *The Online Journal of Recreation and Sports*, 10(3), 31-45.

Günüç, S. (2009). İnternet bağımlılık ölçeğinin geliştirilmesi ve bazı demografik değişkenler ile internet bağımlılığı arasındaki ilişkilerin incelenmesi, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Van.

Hahn, A., Jerusalem, M. (2001). Internetsucht—reliabilität und validität in der online-forschung. *In Online-Marktforschung*, 213-233.

Hastaoğlu, E. (2021). Covid-19 salgını sürecinde turizm öğrencilerinin stres düzeyleri ve sağlıklı beslenme davranışları üzerine bir araştırma. *Journal of Tourism And Gastronomy Studies*, 9(3), 1610-1621.

Hekimoğlu, E. (2021). Spor lisesi öğrencilerinin internet bağımlılıklarının ve öğrenme sorumluluklarının incelenmesi, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi, Sosyal Bilimleri Enstitüsü, Kahramanmaraş.

Hepyükşelen, M., Taşkıran, A. (2020). Bireysel spor dallarında Türk Milli Takımında yer alan sporcular ile Türkiye şampiyonalarına katılan sporcuların Covid-19 salgın sürecindeki beslenme bilgi düzeylerinin karşılaştırılması. *Journal of Health and Sport Sciences*, 3(3), 58-65.

Hong, S., Malik, M. L., Lee, M. K. (2003). Testing Configural, Metric, Scalar, and Latent Mean Invariance Across Genders in Sociotropy and Autonomy Using A Non-Western Sample. *Educational and Psychological Measurement*, 63(4), 636-654.

İmamoğlu, O. Y., Ağaoglu, S., Eker, H. (2010). Değişik illerde beden eğitimi ve spor bölümünde okuyan öğrencilerin beslenme alışkanlıklarının incelenmesi. *Atatürk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 12(4), 1–12.

Kar Z. (2018). Alt ekstremitte amputasyonu olan hastaların beden imajı ve yaşam kaliteleri ile yaşadıkları sorunların incelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Celal Bayar Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Manisa.

Kaya, Y. (2011). Lise öğrencilerinde görülen yeme bozuklukları ile özsaygı, beden imajı, benlik saygısı, beden memnuniyetsizliği ve kaygı arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Başkent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Kayhan, O., Sabah, S. (2022). Sedarer ve spor yapan öğrencilerin dijital oyun bağımlılık düzeylerinin incelenmesi. *Amasya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 11(1), 111-120.

Kartal, F. (2017). Adölesanlarda televizyon, bilgisayar/video oyunu gibi medya kaynaklarının kullanımı ile besin tüketim durumu arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Ankara.

Kinyua, L. W. (2013). Association of nutrition knowledge and attitude with dietary practices and nutritional status of female undergraduate students at tending university colleges within Nairobi metropolis, Doctoral Dissertation, University of Nairobi, Kenya.

Kolan, H.İ. (2020). Lise öğrencilerinin problemleri internet kullanımının öğrenme sorumluluğunu yordama gücü. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Adnan Menderes Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Aydın.



- Öztürk, Ö., Odabaşoğlu, G., Eraslan, D., Genç, Y., Kalyoncu, Ö. A. (2007). İnternet bağımlılığı: Kliniği ve tedavisi. *Bağımlılık Dergisi*, 8(1), 36-41.
- Sandıkçı, M. B., Bilgin, S., Koç, H., Turhan, M.Ö. (2022). Examination of the relationship of exercise addictions and orthorexia ner-vosa (obsession with healthy eating) of sports center members, *International Journal of Education Technology and Scientific Researches*, 7(20), 2287-2312.
- Sargın, K., Güleşce, M. (2022). Öğretmenlerin sağlıklı beslenmeye ilişkin tutumlarının değerlendirilmesi (Van ili örneği) . *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 7(1), 1-11.
- Sarioğlu, Ö., İmamoğlu, O., Atan, T., Türkmen, M., Akyol, P. (2012). Beden eğitimi bölümünde okuyan farklı branşlardaki öğrencilerin beslenme alışkanlıklarının incelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi*, 14(1), 88.
- Saruhan, Y. (2019). Lise öğrencilerinin problemleri internet kullanımı ile karakter güçleri ve akademik başarı arasındaki ilişki. Yayımlanmamış Yüksek Lisans tezi, Atatürk Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Erzurum.
- Selim G. (2009). İnternet bağımlılık ölçeğinin geliştirilmesi ve bazı demografik değişkenler ile internet bağımlılığı arasındaki ilişkilerin incelenmesi. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Van.
- Şahin, C., Korkmaz, Ö. (2011). İnternet bağımlılığı ölçeğinin Türkçeye uyarlanması. *Selçuk Üniversitesi Ahmet Keleşoğlu Eğitim Fakültesi Dergisi*, 32(1), 101-115.
- Şahin, N. (2014). Ergenlik problemleri ve baş etme yöntemleri ile internet bağımlılığı arasındaki ilişki, Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Taş, İ., Eker, H., Anlı, G. (2014). Orta öğretim öğrencilerinin internet ve oyun bağımlılık düzeylerinin incelenmesi, *Online Journal of Technology Addiction and Cyberbullying*, 1(2), 37-57.
- Taşdelen, V. (2021). Farklı branşlardaki genç sporcuların beslenme alışkanlıklarının incelenmesi. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Sinop Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sinop.
- Tekkurşun Demir, G., Cicioğlu, H.İ. (2019). Sağlıklı beslenmeye ilişkin tutum ölçeği (SBİTÖ): geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 4(2), 256-274.
- Tekkurşun Demir, G., Namlı, S., Cicioğlu, H. İ. (2021). Takım ve bireysel sporlarda sosyal görünüş kaygısı sağlıklı beslenmeye ilişkin tutumun belirleyicisi midir? . *Sportmetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 19 (4) , 124-134.
- Topuzoğlu, A., Hıdıroğlu, S., Ay, P., Önsüz, F., İkışık, H. (2007). Tüketicilerin gıda ürünleri ile ilgili bilgi düzeyleri ve sağlık risklerine karşı tutumları. *TSK Koruyucu Hekimlik Bülteni*, 6(4), 253-258.
- Tutar, Ö.F., Kırtape, A., Nacar, E. (2020). Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin bilgisayar oyun bağımlılığı düzeylerinin incelenmesi. *Turkish Studies Social*, 15(6), 3197-3206.
- Uzlu, G., Koç, M., Akgöz, H. F., Yalçın, S., Çöl, B. G. (2021). Sporcu üniversite öğrencilerinin beslenme bilgi düzeylerinin ölçülmesi. *Istanbul Gelisim University Journal of Health Sciences*, 14(14), 227-240.



Ünalın, D., Öztop, D. B., Elmalı, F., Öztürk, A., Konak, D., Pırlak, B., Güneş, D. (2009). Bir grup sağlık yüksekokulu öğrencisinin yeme tutumları ile sağlıklı yaşam biçimi davranışları arasındaki ilişki. *İnönü Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*, 16(2), 75-81.

Üneri, Ö.Ş., Tanıdır, C. (2011). Bir grup lise öğrencisinde internet bağımlılığı değerlendirmesi: Kesitsel bir çalışma, *Düşünen Adam Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Dergisi*, 24, 265-272.

Wang, H., Zhou, X., Lu, C., Wu, J., Deng, X., Hong, L. (2011). Problematic internet use in high school students in Guangdong province, China. *PloS One*, 6(5), e19660.

Willoughby, T.A. (2008) Short-term longitudinal study of internet and computer game use by adolescent boys and girls: Prevalence, frequency of use, and psychosocial predictors. *Developmental Psychology*, 44(1):195-204.

Yaraşır, E. (2018). Fırat Üniversitesi sağlık hizmetleri meslek yüksekokulu öğrencilerinde internet hizmeti ve fiziksel aktivite yoğunluğunun artması. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Fırat Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Elazığ.

Yeiç, E. (2018). 9-14 Yaş grubu çocuklarda çeşitli değişkenlere göre internet bağımlılığı ve fiziksel aktivite katılım düzeylerinin incelenmesi. Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi, Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Burdur.

Yılmaz, E., şahin, Y., Haseski, H., Erol, O. (2014). Lise Öğrencilerinin internet bağımlılık düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi: Balıkesir ili örneği, *Eğitim Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 4(1) ,133-144.

Yılmaz, G., şengür, E., Turasan, İ. (2022). Spor Bilimleri Fakültesinde okuyan öğrencilerin sağlıklı beslenme tutum puanlarının incelenmesi. *Türk Spor Bilimleri Dergisi*, 5(2) , 64-70.

Yüksel, R., Kocairi, C., Arslantaş, H., Söylemez, B. (2020). Ergenlerde internet bağımlılığını etkileyen faktörler, *Balıkesir Sağlık Bilimleri Dergisi*, 9, 19-28.