



HEMŞİRELİK ÖĞRENCİLERİNİN NOMOFOBİ DÜZEYLERİ İLE AKADEMİK ÖZ YETERLİKLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Büşra GÜRÇAY^{1*}, Fatma TANRIKULU¹, Berra BAŞ¹, Nurseza CEYLAN¹, Hilal NALBANT¹

¹Sakarya University of Applied Sciences, Faculty of Health Science, Department of Nursing, 54405, Sakarya, Türkiye

Özet: Bu çalışma cep telefonuna erişilemediğinde veya cep telefonu ile iletişim kurulamadığında yaşanan istemsiz korku olarak tanımlanan nomofobinin, hemşirelik öğrencilerinin akademik öz yeterlikleri ile ilişkisinin belirlenmesi amacıyla yapılmıştır. Tanımlayıcı ve ilişkisel tipte gerçekleştirilen çalışmaya bir üniversitede öğrenim gören 139 hemşirelik öğrencisi dahil edilmiştir. Veriler sosyodemografik veri formu, Nomofobi Ölçeği ve Akademik Öz Yeterlik Ölçeği kullanılarak toplanmıştır. Veriler yüzdelik, ortalama, bağımsız gruplarda t testi, ANOVA analizi ve Pearson korelasyon analizi kullanılarak değerlendirilmiştir. Çalışmada öğrencilerin yaş ortalaması 20,00±1,63 olup, %73,4'ünün kadın olduğu ve %59,0'unun günde beş saatten fazla mobil telefonda zaman geçirdiği belirlenmiştir. Öğrencilerin mobil telefon yoksunluğu düzeylerinin orta ($x=62,53\pm 14,49$), akademik öz yeterlik toplam puanlarının ise orta düzeyin üzerinde ($x=17,87\pm 3,93$) olduğu saptanarak aralarında ilişki olmadığı sonucuna ulaşılmıştır ($r=0,144$, $P=0,91$). Cinsiyet, yaş, sınıf, ne zamandır akıllı telefon kullandığı, genel akademik not ortalaması ile nomofobi düzeyleri arasında ilişki olmadığı saptanmıştır. Öğrencilerin mobil telefonlarıyla fazla vakit geçirdiği sonucundan yola çıkarak teknolojinin doğru kullanımı ve bağımlılığın önüne geçilmesi konusunda eğitimcilerin önlem alması, akıllı telefon kullanımının akademik başarıya etkisini belirlemeye yönelik daha geniş örneklem grubuyla çalışmalar yapılması önerilmektedir.

Anahtar kelimeler: Hemşirelik öğrencisi, Nomofobi, Akademik öz yeterlik

Investigation of the Relationship between Nomophobia Levels and Academic Self-Efficiencies of Nursing Students

Abstract: The aim of the study is to determine the effect of nomophobia, which is defined as the involuntary fear experienced when the person cannot access or communicate with their mobile phone, on the academic self-efficacy of nursing students. 139 nursing students studying at a university were included in the descriptive and relational study. Data were collected using the sociodemographic data form, the Nomophobia Scale (NMPQ), and the Academic Self Efficacy Scale. Percentage, mean, independent-samples t test, ANOVA analysis, Pearson correlation analysis were used in the analysis of the data. In the study, the mean age of the students was 20.007±1.63 and 73.4% of them were female, 59.0% of the students spent more than five hours a day on their mobile phones. It was determined that the students' mobile phone deprivation levels were moderate ($x=62.53\pm 14.49$), and their academic self-efficacy total scores were above the moderate level ($x=17.87\pm 3.93$), and it was concluded that there was no relationship between them ($r=0.144$, $P=0.91$). It was determined that there was no relationship between gender, age, class, how long he had used a smartphone, general academic grade point average and nomophobia levels. Based on the conclusion that students spend a lot of time with their mobile phones, it is recommended that educators take precautions in the correct use of technology and prevent addiction, and studies with a larger sample group to determine the effect of smart phone use on academic success.

Keywords: Nursing student, Nomophobia, Academic self-efficacy

*Sorumlu yazar (Corresponding author): Sakarya University of Applied Sciences, Faculty of Health Science, Department of Nursing, 54405, Sakarya, Türkiye

E mail: busra37gurcay@gmail.com (B. GÜRÇAY)

Büşra GÜRÇAY <https://orcid.org/0000-0001-5443-2691>

Fatma TANRIKULU <https://orcid.org/0000-0003-1203-5852>

Berra BAŞ <https://orcid.org/0000-0003-3461-4505>

Nurseza CEYLAN <https://orcid.org/0000-0002-6998-1973>

Hilal NALBANT <https://orcid.org/0000-0001-9282-7029>

Gönderi: 18 Eylül 2023

Kabul: 13 Kasım 2023

Yayınlanma: 15 Ocak 2024

Received: September 18, 2023

Accepted: November 13, 2023

Published: January 15, 2024

Cite as: Gürçay B, Tanrikulu F, Baş B, Ceylan N, Nalbant H. 2024. Investigation of the relationship between nomophobia levels and academic self-efficiencies of nursing students. BSH Health Sci, 7(1): 17-24.

1. Giriş

Teknolojinin sürekli ve hızlı değişim göstermesine bağlı olarak iletişim alanları önemli ölçüde etkilenmiş, başta genç erişkinler olmak üzere farklı yaş grubundan bireyler günlük hayatta vakitlerinin büyük bir kısmını internette, sosyal medyada ve çeşitli teknolojik cihazlarda geçirmektedir. Bu cihazların kullanım sıklığına

bakıldığında, akıllı cep telefonları başta gelmektedir. Özellikle mobil akıllı telefonlar iletişim kurma aracı olmasının yanı sıra internet, e-mail, sosyal ağlara erişim, çevrimiçi alışveriş yapma, müzik dinleme, fotoğraf ve video çekme, oyun oynama gibi imkânlar sunmaktadır (Ayar ve ark., 2018, Farooqui ve ark., 2018). Küreselleşmenin de etkisiyle bilgi akışının mobil akıllı



telefonlar aracılığıyla gerçekleşmesi, bunun yanı sıra çeşitli uygulamalar kullanılarak günlük hayatta yapılan işlerin mobil telefonlar ile daha işlevsel duruma getirilmesi de bu cihazların kullanım oranını arttırmaktadır (Erdem ve ark., 2016). Bu durumun ortaya çıkmasındaki en önemli etkenin ise akıllı telefonların internete bağlanarak küçük cep bilgisayarlarına dönüşebilme özelliği olduğu belirtilmektedir (Kuyucu, 2017). Türkiye’de yapılan Hane Halkı Bilişim Teknolojileri Kullanım Araştırması (2021) verilerine göre; ülke nüfusunun %95,8’inin cep telefonu kullandığı tespit edilmiştir. Cep telefonu kullanan bireylerin ise, büyük çoğunluğunun (%98,3) 25-34 yaş arasındaki genç yetişkinler olduğu bildirilmiştir (TÜİK, 2022).

Günlük hayatın bir parçası olan akıllı cep telefonlarının kullanımının yaygınlaşması bazı problemlerin doğmasına neden olmuştur. Son yıllarda önemli bir tartışma ve araştırma konusu olan akıllı telefon bağımlılığı bu sorunların başında gelmektedir. Literatürde teknoloji bağımlılığı kapsamında ele alınan ve mobil telefon yoksunluğu olarak tanımlanan nomofobi, akıllı telefon kullanım sıklığına bağlı olarak gelişmektedir (Minaz ve Çetinkaya Bozkurt, 2017). “No Mobile Phone Phobia” kelimelerinin birleşiminden meydana gelen nomofobi, mobil telefondan ve internette uzak kalma korkusu olarak tanımlanan modern çağ fobisidir. Klinik psikolojide ise nomofobi; kişinin cep telefonuna ulaşamadığında veya cep telefonu üzerinden iletişim kuramadığında yaşadığı istemsiz korku duygusu olarak tanımlanmıştır. Kişinin cep telefonundan mahrum kaldığı durumlarda anksiyete ve stres yaşaması nomofobi varlığına işarettir (Bragazzi ve Del Puente, 2014; Bhattacharya ve ark., 2019). Yapılan araştırma sonuçları nomofobinin, özellikle akıllı cep telefonu kullanımının yaygın olduğu üniversite öğrencilerinde daha sık görüldüğünü ve bu durumun başta akademik başarı olmak üzere öğrencilerin akademik öz yeterliklerini de etkilediği yönündedir (Erdem ve ark., 2016; Essel ve ark., 2021; Akyol Güner ve ark., 2022).

Üniversite öğrencileri arasında hemşirelik bölümünde öğrenim gören öğrencilerin profesyonel mesleki yaşantısında rol ve sorumluluklarını yerine getirebilmesi için öz yeterlik inançlarının yüksek olması önemlidir. Bu durum hemşirelik öğrencilerinin akademik öz yeterliklerini etkileyen faktörlerin belirlenmesi gereğini ortaya koymaktadır. Son yıllarda hemşirelik öğrencileri ile yapılan sınırlı sayıda araştırmada mobil telefon bağımlılığının ve sosyal medya kullanımının öğrencilerin akademik başarıları ile öz yeterliklerini olumsuz yönde etkilediği belirtilmektedir (Akyol Güner ve ark., 2022; Küçükçaya ve ark., 2022). Ayrıca son yıllarda gençlerde daha sık görülen nomofobinin hemşirelik öğrencileri arasında yaygınlığının belirlenmesinin ve akademik öz yeterlikleri üzerine etkisinin değerlendirilmesinin gelecekte yapılacak çalışmalara ve hemşirelik eğitimcilerine yol göstereceği düşünülmektedir. Bu noktadan hareketle planlanan araştırmanın amacı; bir devlet üniversitesinde öğrenim gören hemşirelik

öğrencilerinde nomofobinin ne düzeyde olduğunu saptamak, nomofobi görülmesine neden olan faktörleri belirlemek ve akademik öz yeterlikleri ile ilişkisini incelemektir. Çalışma kapsamında oluşturulan araştırma soruları şunlardır:

1. Hemşirelik öğrencilerinin nomofobi düzeyleri nedir?
2. Hemşirelik öğrencilerinin akademik öz yeterlik düzeyleri nedir?
3. Hemşirelik öğrencilerinin nomofobi düzeyleri ile akademik öz yeterlik düzeyleri arasında ilişki var mıdır?
4. Öğrencilerin nomofobi düzeyleri ve akademik öz yeterlik düzeylerini etkileyen faktörler (yaş, cinsiyet, akıllı telefon kullanma süresi, okuduğu sınıf, akademik not ortalaması vb.) nelerdir?

2. Materyal ve Yöntem

2.1. Araştırmanın Tipi

Bu çalışma hemşirelik bölümünde öğrenim gören öğrencilerin nomofobi düzeyleri ile akademik öz yeterlikleri arasındaki ilişkinin belirlenmesi amacıyla tanımlayıcı, kesitsel ve ilişki arayıcı tipte yapılmıştır.

2.2. Araştırmanın Evreni ve Örneklemi

Araştırmanın evrenini, Türkiye’nin kuzeybatısındaki bir devlet üniversitesinin Sağlık Bilimleri Fakültesinde 2022-2023 yılı güz döneminde öğrenim gören 150 birinci ve ikinci sınıf hemşirelik öğrencileri oluşturmuştur. Çalışmada herhangi bir örneklem belirleme yöntemi kullanılmamış olup, araştırmaya katılmayı kabul eden, hemşirelik bölümünde öğrenim gören ve aktif olarak akıllı cep telefonu kullanan 139 öğrenci araştırmaya dahil edilmiştir. Araştırmaya katılım oranı %92,6 olarak belirlenmiştir.

2.3. Verilerin Toplanması

Araştırma verileri, Ocak-Mart 2022 tarihleri arasında demografik veriler formu ile Nomofobi Ölçeği ve Akademik Öz yeterlik Ölçeği kullanılarak toplanmıştır. Veriler araştırmacılar tarafından öğrencilere araştırmanın konusu ve amacı hakkında bilgi verildikten sonra sözlü onam alınarak sınıf ortamında toplanmıştır. Veri toplama formlarının doldurulması yaklaşık 10 dakika sürmüştür.

2.3.1. Demografik veriler formu

Literatüre dayalı olarak hazırlanan bu form, öğrencilerin nomofobi düzeylerini ve akademik öz yeterliklerini etkileyebilecek yaş, cinsiyet, akıllı telefon kullanma süresi vb. sorulardan oluşmaktadır (Li ve ark., 2020; Cengiz ve ark., 2021; Akyol Güner ve ark., 2022; Küçükçaya ve ark., 2022).

2.3.2. Nomofobi ölçeği

Yıldırım ve Correia (2015) tarafından bireylerin nomofobi düzeylerini ölçmek amacıyla geliştirilen 4 alt boyutlu bir ölçektir. Türkiye’de Yıldırım ve ark. (2016) tarafından Türkçe’ye uyarlanan ölçek 20 maddeden oluşmaktadır. Ölçekte bilgiye erişememe ile ilgili dört madde (1, 2, 3, 4), rahatlıktan feragat etme beş madde (5, 6, 7, 8, 9), iletişim kuramamaya yönelik altı madde (10,

11, 12, 13, 14, 15) ve çevrimiçi bağlantıyı kaybetme konusunda dört madde (16, 17, 18, 19, 20) bulunmaktadır. 7'li likert tipte olan ölçek bireylerin işaretlemesi için derecelendirilmiştir. Ölçekten alınabilecek puanlar 0-140 arasında değişmektedir. Ölçek 0-20 puan aralığında nomofobi yok, 21-59 puan aralığında hafif nomofobi, 60-99 puan aralığında orta derecede nomofobi ve 100-140 puan aralığında ise şiddetli nomofobi olarak değerlendirilmektedir (Yıldırım ve ark., 2016). Ölçeğin iç tutarlılık katsayısı (Cronbach Alpha) 0,92 olarak hesaplanmış olup, bu çalışmada 0,93 bulunmuştur.

2.3.3. Akademik özyeterlik ölçeği

Öğrencilerin akademik öz yeterlik düzeylerini incelemek amacıyla Jerusalem ve Schwarzer (1981) tarafından geliştirilmiştir. Yılmaz ve arkadaşları (2007) tarafından Türkçe'ye uyarlanmış, geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları yapılmıştır. Ölçek 7 maddeden oluşmaktadır. Ölçek maddeleri; 1-Bana hiç uymuyor, 2-Bana çok az uyuyor, 3-Bana uyuyor, 4-Bana tamamen uyuyor biçiminde 4'lü derecelendirmeden oluşmaktadır. Ölçekten alınabilecek minimum puan 7 maksimum puan 28'dir. Elde edilen puanın yüksekliği, öz-yeterliğin yüksekliğine işaret etmektedir. Ölçeğin iç tutarlılık katsayısı (Cronbach Alpha) 0,79'dur (Yılmaz ve ark., 2007). Bu çalışmada Cronbach Alpha değeri 0,69 olarak hesaplanmıştır.

4. İstatistik Analiz

Araştırmadan elde edilen verilerin istatistiksel analizinin yapılabilmesi için SPSS 25.0 paket programı kullanılmıştır. Verilerin normal dağılımını doğrulamak için Kolmogorov-Smirnov testi, gruplar arasındaki farkları karşılaştırmak için One Way ANOVA, farkın anlamlılığını belirlemek için Bonferroni Post Hoc t testi kullanılarak değerlendirilmiştir (Genç ve Soysal, 2018). İki grup arasındaki farkı karşılaştırmak için Bağımsız Örneklem t-testi ve iki ölçekten elde edilen puanlar arasındaki ilişkiyi araştırmak için Pearson Korelasyon testi kullanılmıştır. İstatistiksel anlamlılık düzeyi P<0,05 olarak kabul edilmiştir.

3. Bulgular

Araştırmaya dahil edilen öğrencilerin yaş ortalamasının 20,00±1,63 olduğu, %73,4'ünün kadın öğrenciler olduğu, %59'unun birinci sınıfta öğrenim gördüğü, büyük çoğunluğunun yurtda kaldığı (%80,6) ve yaşamının büyük bölümünü ilde geçirdiği (%55,4) belirlenmiştir (Tablo 1). Ayrıca öğrencilerin %72,4'ünün 5 yıldan uzun süredir akıllı cep telefonu kullandığı, %59'unun telefonda günlük 5 saatten daha fazla zaman geçirdiği, büyük çoğunluğunun sabah uyanır uyanmaz (%85,6) ve uyumadan önce (%77,0) telefonunu kontrol ettiği saptanmıştır.

Tablo 1. Öğrencilerin demografik özellikleri (n=139)

Değişkenler		n	%
Yaş		20,00±1,63	
Cinsiyet	Kadın	102	73,4
	Erkek	37	26,6
Sınıf	1. sınıf	82	59,0
	2. sınıf	57	41,0
Kalınan Yer	Yurt	112	80,6
	Öğrenci Evi	11	7,9
	Aile ile birlikte	16	11,5
	İl Merkezi	77	55,4
Yaşamının büyük bölümünü geçirdiği yer	İlçe Merkezi	53	38,1
	Köy/Kasaba	9	6,5
Akıllı telefon kullanma süresi	1-4 yıl	38	27,3
	5 yıl ve üzeri	101	72,7
Telefonda günlük zaman geçirme süresi	5 saat veya daha az	57	41,0
	5 saatten fazla	82	59,0
Yanında şarj aleti veya deposu taşıma	Evet	49	35,3
	Hayır	90	64,7
Sabah uyanır uyanmaz telefon kontrolü	Evet	119	85,6
	Hayır	20	14,4
Uyumadan önce telefon kontrolü	Evet	107	77,0
	Hayır	32	23,0
Genel akademik not ortalaması	1,00-2,50	28	20,1
	2,51-3,00	49	35,3
	3,01-3,50	47	33,8
	3,51-4,00	15	10,8
Dersi dinleme düzeyi	Düşük	35	25,2
(1:Düşük düzey, 5:orta düzey, 10:yüksek düzey)	Orta	82	59,0
	Yüksek	22	15,8

Öğrencilerin %35,3'ünün not ortalamasının 2,51-3,00 arasında olduğu ve %59'unun ders dinleme düzeylerini orta olarak değerlendirdiği belirlenmiştir (Tablo 1).

Tablo 2'de hemşirelik öğrencilerinin Nomofobi Ölçeği ile Akademik Özyeterlik Ölçeği toplam puanlarının dağılımı yer almaktadır. Öğrencilerin Nomofobi Ölçeği'nden aldıkları toplam puan 62,53±14,49 olarak belirlenmiş olup, en yüksek puanı ise iletişim kuramama alt boyutundan (820,21±5,42) aldıkları saptanmıştır. Katılımcıların Akademik Öz yeterlik Ölçeği toplam puanları ise 17,84±3,93'tür.

Öğrencilerin sosyodemografik özelliklerine göre Nomofobi Ölçeği ve Akademik Öz yeterlik Ölçeği puanları karşılaştırıldığında; öğrencilerin mobil telefon yoksunluğu korkusu (nomofobi) ve akademik öz yeterlik düzeyleri ile cinsiyet, sınıf düzeyi, kalınan yer, akıllı telefon kullanma süresi gibi özellikler arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır (P>0,05). Ancak öğrencilerin yaşı ile nomofobi toplam puanları arasında negatif yönde çok zayıf ilişki olduğu saptanmıştır. Ayrıca öğrencilerin akademik öz yeterlik

toplam puanları ile gece uyumadan önce telefon kontrol etme arasında istatistiksel açıdan anlamlı farklılık olduğu belirlenmiştir (P<0,05) (Tablo 3).

Tablo 2. Öğrencilerin Nomofobi Ölçeği ile Akademik Özyeterlik Ölçeği toplam puanlarının dağılımı

Ölçekler ve Alt Boyutları	Min	Max	Ort±SS
Nomofobi Ölçeği	20,00	97,00	62,53±14,49
Bilgiye erişememe	4,00	20,00	13,05±3,45
Rahatlıktan feragat etme	5,00	25,00	15,32±4,14
İletişim kuramama	6,00	30,00	20,21±5,42
Çevrimiçi bağlantıyı kaybetme	5,00	25,00	13,93±4,58
Akademik Öz Yeterlik Ölçeği	7,00	28,00	17,84±3,93

Ort= ortalama, SS= standart sapma, Min= minimum, Max= maksimum.

Tablo 3. Öğrencilerin sosyodemografik özelliklerine göre Nomofobi Ölçeği ve Akademik Öz Yeterlik Ölçeği puanlarının karşılaştırılması

Değişkenler		Nomofobi Ölçeği	Akademik Öz yeterlik Ölçeği
Yaş		r:-0,21 P:0,01 X±SS	r: -0,014 P: 0,86 X±SS
Cinsiyet	Kadın Erkek	63,81±13,90 59,0±16,02 t = 1,73 P = 0,30	17,84±3,80 17,86±4,32 t = -0,29 P = 0,58
Sınıf	1. Sınıf 2. Sınıf	63,78±15,65 60,73±12,84 t= 1,21 P =0,15	17,92±3,82 17,73±4,12 t=0,27 P = 0,36
Kalınan yer	Yurt Öğrenci Evi Aile ile birlikte	62,81±14,2 53,63±19,04 66,68±12,19 F= 2,78 P = 0,65	18,10±3,86 17,0±4,02 17,84±3,93 F = 1,27 P = 0,2
Yaşamının büyük bölümünü geçirdiği yer	İl İlçe Köy/Kasaba	62,10±15,48 62,50±13,08 66,33±16,27 F = 0,33 P = 0,7	17,24±4,16 18,52±3,56 19,0±3,42 F = 2,10 P = 0,12
Akıllı telefon kullanma süresi	1-4 yıl 5 yıl ve üzeri	60,55±13,57 63,27±14,95 t= -0,98 P = 0,7	17,44±4,06 18,0±3,89 t= -0,73 P = 0,5
Günlük telefonda zaman geçirme süresi	5 saat veya daha az 5 saatten fazla	58,73±12,91 65,17±15,18 t = -2,61 P = 0,28	17,78±3,91 17,89±3,97 t= -0,14 P = 0,91
Yanında şarj aleti veya deposu taşıma	Hayır Evet	61,62±14,83 64,20±14,14 t=-0,99 P = 0,73	17,83±4,05 17,87±3,75 t= -0,63 P = 0,90

Tablo 3. Öğrencilerin sosyodemografik özelliklerine göre Nomofobi Ölçeği ve Akademik Öz Yeterlik Ölçeği puanlarının karşılaştırılması (devam ediyor)

Değişkenler		Nomofobi Ölçeği	Akademik Öz yeterlik Ölçeği
Sabah uyanır uyanmaz telefon kontrolü	Hayır	49,25±14,67	17,7±3,94
	Evet	64,76±13,39	17,87±3,95
		t = -4,7	t = -0,18
		p = 0,53	P = 0,93
Uyumadan önce telefon kontrolü	Hayır	57,68±15,38	18,37±3,09
	Evet	63,98±14,10	17,69±4,15
		t = -2,16	t = 0,86
		p = 0,37	P = 0,02
Genel akademik not ortalaması	1,00-2,50	59,32±16,97	17,96±3,49
	2,51-3,00	65,81±14,5	17,44±4,36
	3,01-3,50	61,27±12,19	17,93±3,68
	3,51-4,00	61,73±16,40	18,66±4,25
		F = 1,42	F = 0,39
		p = 0,23	P = 0,75
Dersi dinleme düzeyi	Düşük	65,14±14,38	17,40±4,20
	Orta	62,79±13,75	17,86±3,60
	Yüksek	57,40±17,20	18,50±4,71
		F = 1,95	F = 0,52
		P = 0,14	P = 0,59

t= independent sample t-Test, F= One Way Anova.

Tablo 4. Öğrencilerin Nomofobi Ölçeği toplam puanı ile Akademik Özyeterlik puan ortalamalarının korelasyonu

Değişkenler		Akademik Özyeterlik Ölçeği
Nomofobi Ölçeği	r	0,144
	*P	0,091
Bilgiye Erişememe	r	0,091
	*P	0,288
Rahatlıktan Feragat Etme	r	0,117
	*P	0,17
İletişim Kuramama	r	0,156
	*P	0,66
Çevrimiçi Bağlantıyı Kaybetme	r	0,100
	*P	0,24

Tablo 4. incelendiğinde araştırmaya katılan öğrencilerin nomofobi düzeyleri ve alt boyutları ile akademik öz yeterlikleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişkinin olmadığı saptanmıştır. (P>0,05).

4. Tartışma

Hemşirelik öğrencilerinin nomofobi düzeyleri ile akademik öz yeterlikleri arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla yapılan bu çalışmada; öğrencilerin çoğunun beş yıldan uzun süredir akıllı telefon kullandığı, telefonda günlük 5 saatten fazla vakit geçirdiği, sabah uyanır uyanmaz ve uyamadan önce telefonunu kontrol ettiği bulunmuştur. Anand ve arkadaşlarının (2023) hemşirelik öğrencileri arasında nomofobinin yaygınlığını değerlendirdiği çalışmada öğrencilerin yarısından fazlasının günlük 5 saatten fazla telefonla vakit geçirdiği belirlenmiştir. Çelik İnce'nin (2021) hemşirelik öğrencilerinin nomofobi düzeyleri ile obezite ve benlik saygısı arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmada öğrencilerin %67,4'ünün uyanır uyanmaz, %85,8'inin ise uyumadan önce telefon kontrolü yaptığı belirlenmiştir. Literatürde farklı ülkelerde hemşirelik öğrencileriyle

yapılmış çalışmalarda öğrencilerin çoğunluğunun akıllı telefonlarıyla günde 5 saatten fazla vakit geçirdiği bulunmuştur (Boumosleh ve Jaalouk, 2018; Birimoğlu Okuyan ve ark., 2019; Tunç Aksan ve Akbay, 2019; Yang ve ark., 2020). Çalışma bulgularımız ulusal ve uluslararası literatürle benzerlik göstermekte ve literatür bulgularını desteklemektedir.

Çalışmamızda öğrencilerin yaş ortalaması ile nomofobi düzeyleri arasında negatif yönde ilişki bulunmuş olup, yaş azaldıkça nomofobi düzeyinin arttığı belirlenmiştir. Konuya ilişkin yapılan araştırmalarda çalışmamızla benzer şekilde nomofobi görülme sıklığının yaş değişkenine bağlı olarak farklılık gösterdiği ve yaş küçüldükçe nomofobi düzeyinin yükseldiği belirlenmiştir (Gezgin ve ark., 2017; Yıldız Durak, 2019; Birimoğlu Okuyan ve ark., 2019; Copaja-Corzo ve ark., 2022). Bununla birlikte literatürde yaş ile nomofobi düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişkinin bulunmadığı çalışmalar da mevcuttur (Yıldırım ve ark., 2016; Anand ve ark., 2022). Bu durum, araştırmaların farklı örneklem gruplarında ve farklı demografik yapıda öğrenciler üzerinde yapılmış olmasından kaynaklanabilir.

Akıllı telefon bağımlılığı 21.yüzyılın en büyük ve insan yaşamını olumsuz etkileyen bağımlılıklardan biridir (Farooqui ve ark., 2018). Yapılan bu çalışmada hemşirelik öğrencilerinin Nomofobi Ölçeği puan ortalamaları incelendiğinde; öğrencilerin orta düzeyde nomofobik olduğu belirlenmiştir. Ayrıca öğrenciler en yüksek ölçek alt boyut puanını iletişim kuramama alt boyutundan almıştır. Çelik İnce'nin (2021) yaptığı çalışmada bu çalışmaya benzer şekilde öğrenciler orta düzeyde nomofobik bulunmuş ve iletişim kuramama alt boyutundan en yüksek puanı (25,86±9,35) almıştır. Copaja-Corzo ve arkadaşlarının (2022) üniversite öğrencileri ile yaptıkları çalışmada öğrencilerin %25,7'sinin orta düzeyde nomofobik olduğu; Nomofobi Ölçeği'nin iletişim kuramama alt boyutundan en yüksek puanı aldıkları belirlenmiştir. Bu bağlamda çalışmamız literatürde farklı ülkelerde yapılmış çalışmalarla benzerlik göstermektedir (Gutiérrez Puertas ve ark., 2019; Essel ve ark., 2021; Copaja-Corzo ve ark., 2022). Kosova'da öğrenim gören üniversite öğrenciler ile yapılan bir diğer çalışmada ise öğrencilerin orta düzeyde (72,54±30,80) mobil telefon yoksunluğu korkusu yaşadığı ve en yüksek puanı bilgiye erişememe ve iletişim kuramama alt boyutlarından aldığı bulunmuştur (Gezgin ve Parlak, 2018). Söz konusu araştırmalarda öğrencilerin iletişim kuramama korkularının yüksek olma nedeninin, öğrencilerin ailelerinden uzakta yaşamaları ve günlük yaşamlarında çoğunlukla mobil telefon ve sosyal medya üzerinden yakınları ile iletişim kurmalarına bağlı olabilir. Çalışmaya katılan öğrencilerin akademik öz yeterlik puanları değerlendirildiğinde yüksek düzeyde akademik öz yeterliğe sahip oldukları belirlenmiştir. Küçükçaya ve arkadaşlarının (2022) 493 hemşirelik öğrencisini dahil ederek yaptığı çalışmada öğrencilerin yüksek düzeyde (24,27±7,18) akademik öz yeterliğe sahip olduğu bulunmuştur. Sarıkoç ve Öksüz'ün (2017) hemşirelik öğrencilerinin akademik öz yeterlik ve akademik motivasyonlarını incelediği çalışmada, öğrencilerin yüksek akademik öz yeterliğe (19,54±2,73) sahip olduğu, motivasyon yüksekliğinin akademik öz yeterliği arttırdığı belirlenmiştir. Çıtlık Sarıtaş ve arkadaşlarının (2021) 342 hemşirelik öğrencisi ile yaptığı çalışmada öğrencilerin akademik öz etkililik-yeterlik düzeyleri arttıkça not ortalamalarının ve akademik başarılarının arttığı bulunmuştur. Zhang ve arkadaşlarının (2018) hemşirelik öğrencilerinin akademik öz yeterlik, hazır bulunuşluk ile problem çözme becerileri arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla yapılan bir diğer çalışmada da öğrencilerin akademik öz yeterliklerin yüksek olduğu belirlenmiştir. Çalışmamızdan ve diğer çalışmalardan elde edilen bu sonucun öğrencilerin hemşirelik mesleğinin öneminin farkında olması nedeniyle akademik başarıya önem vermesi, bu nedenle akademik öz yeterliklerinin de yüksek olduğu yönünde yorumlanabilir.

Üniversite öğrencilerinin günümüzde kullanımı giderek artan akıllı telefonlar ile vakit geçirme süresi arttıkça akademik performanslarının olumsuz yönde etkilendiği bilinmektedir (Küçükçaya ve ark., 2022). Çalışmamızda

öğrencilerin akademik öz yeterlikleri ile uyumadan önce telefonlarını kontrol etme durumları arasında anlamlı farklılık bulunmuş, uyumadan önce telefonlarını kontrol eden öğrencilerin akademik öz yeterlikleri daha düşük bulunmuştur. Literatürde çalışma bulgusunu destekleyecek bir çalışma olmamakla birlikte Hoşgör ve arkadaşlarının (2017) yaptığı çalışmada üniversite öğrencilerinin sosyal medyadaki değişimleri kaçırma korkusu ile gece yatmadan önce telefon kontrolü yaptıkları bulunmuştur. Yapılan bu çalışmada çıkan sonuç doğrultusunda, öğrencilerin gece yatmadan telefonları ile fazla vakit geçirmesinin öğrencilerin uyku düzenlerini olumsuz etkileyerek akademik performanslarını ve ders çalışmaya ayırdıkları vakti de etkileyebileceği düşünülmektedir.

Araştırmaya katılan öğrencilerin nomofobi düzeyleri ile akademik öz yeterlikleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Literatürde sağlık bilimleri alanında öğrenim gören öğrencilerin sosyal medya ve akıllı mobil telefon bağımlılığı düzeylerinin akademik başarı ve öz yeterlik bağlamında belirlenmesinin önemli olduğu belirtilmektedir. Yapılan bir araştırmada teknoloji bağımlılığının dikkat dağınıklığına neden olabileceği, hasta bakım kalitesini olumsuz yönde etkileyebileceği ve hasta güvenliğini riske atabileceği ifade edilmektedir (Gutiérrez-Puertas ve ark., 2019). Boumosleh ve Jaalouk'un (2018) 688 öğrenciyi dahil ederek yaptığı araştırmada öğrencilerin akıllı telefona bağımlılık düzeyleri ile akademik başarıları arasında çalışma bulgumuza benzer şekilde anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Ancak ülkemizde öğrencilerin nomofobi düzeyleri ile akademik öz yeterlikleri arasında anlamlı ilişkinin bulunduğu çalışmalar da mevcuttur (Hoşgör ve ark., 2017; Yıldız ve Durak, 2019; Çelik İnce, 2021). Benzer şekilde Essel ve arkadaşları (2021) akıllı telefon yoksunluğu yaşayan üniversite öğrencilerinin akademik başarılarının olumsuz yönde etkilendiğini, Thomas (2021) nomofobik olan tıp öğrencilerinin akademik öz yeterliklerinin düşük olduğunu belirtmiştir. Hemşirelik öğrencileri ile yapılan bir diğer çalışmada (n=1445) ise, öğrencilerin akıllı telefon bağımlılığının akademik tükenmeyi arttırdığı bulunmuştur (Zhou ve ark., 2022). Araştırma sonucumuz Boumosleh ve Jaalouk'un (2018) çalışma sonucuyla paralellik göstermektedir. Yapılan diğer araştırmalara bakıldığında ise, mobil telefon yoksunluğunun yüksek olduğu üniversite öğrencilerinde akademik başarının olumsuz etkilendiği görülmektedir (Hoşgör ve ark., 2017; Essel ve ark., 2021; Thomas, 2021; Küçükçaya ve ark., 2022). Bu durumun özellikle odak noktası insan olan hemşirelik mesleği açısından önemli bir sorun oluşturabileceği varsayılmaktadır.

5. Sonuç

Araştırmamızda hemşirelik öğrencilerinin orta düzeyde nomofobik olduğu, yaş değişkeninin öğrencilerin nomofobi düzeyi ile negatif yönde ilişkili olduğu saptanmıştır. Ayrıca araştırmaya katılan öğrencilerin akademik öz yeterliklerinin yüksek olduğu belirlenmiş

olup, nomofobi düzeyleri ile akademik öz yeterlikleri arasında bir ilişki bulunmamıştır. Mobil akıllı telefon bağımlılığının üniversite öğrencileri arasında yaygınlaştığı düşünüldüğünde; hemşirelik bölümü öğrencilerinde bu cihazların kontrolsüz olarak kullanımı önemli bir soruna dönüşerek toplum sağlığı üzerinde etkin role sahip olan hemşirelik mesleğini de olumsuz etkileyebileceği düşünülmektedir. Dolayısıyla hemşirelik eğitim süreçlerinde teknolojinin etkin kullanımı konusunda eğitimler düzenlenmesi, öğrencilerin en çok ne amaçla akıllı telefonda zaman geçirdiklerinin belirlenmesi, öğrencilerin akıllı telefonlarını doğru amaçlara (derslere yönelik geliştirilen uygulamalar, mesleki eğitim videolarının izlenmesi, uzaktan derslerin takibi vs.) yönelik kullanması teşvik edilmelidir. Akıllı telefon bağımlılığının öğrenci düzeyinde ele alınmasının yanı sıra hemşirelerde nomofobinin güvenli hasta bakımına, ilaç uygulama ve tıbbi hatalara olan etkisinin incelendiği çalışmaların yapılması önerilmektedir. Bununla birlikte nomofobinin önlenmesine yönelik daha ileri girişimsel çalışmalara da ihtiyaç bulunmaktadır.

Araştırmanın Sınırlılıkları

Araştırmanın yürütüldüğü fakültede henüz 3. ve 4. sınıfta öğrenim gören öğrenci olmaması nedeniyle araştırmaya sadece 1. ve 2. sınıfta öğrenim gören öğrenciler dahil edilmiştir. Bu durum araştırmanın sınırlılığı olarak kabul edilmiştir. Ayrıca araştırma sonuçları araştırmanın yapıldığı örneklem büyüklüğü ile sınırlıdır.

Katkı Oranı Beyanı

Yazar(lar)ın katkı yüzdesi aşağıda verilmiştir. Tüm yazarlar makaleyi incelemiş ve onaylamıştır.

	B.G.	F.T.	B.B.	N.C.	H.N.
K	40	30	30		
T	20	20	20	20	20
Y	50	50			
VTI		25	25	25	25
VAY		100			
KT	20	20	20	20	20
YZ	50	50			
KI		100			
GR	100				

K= kavram, T= tasarım, Y= yönetim, VTI= veri toplama ve/veya işleme, VAY= veri analizi ve/veya yorumlama, KT= kaynak tarama, YZ= Yazım, KI= kritik inceleme, GR= gönderim ve revizyon.

Çatışma Beyanı

Yazarlar bu çalışmada hiçbir çıkar ilişkisi olmadığını beyan etmektedirler.

Etik Onay/Hasta Onamı

Bu araştırmanın yapılabilmesi için Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi Etik Kurulu'ndan (onay tarihi: 29 Nisan 2022, onay numarası: E-26428519-044-45825) kurum izni alınmıştır. Örnekleme oluşturan öğrencilere, çalışmanın amacı ve yöntemi hakkında açıklama

yapılarak sözel onamları alınmıştır. Aynı zamanda araştırmacılar tarafından araştırmaya katılan öğrencilere çalışmaya katılma veya istedikleri zaman araştırmadan çekilme haklarının olduğu bildirilmiştir. Araştırma Helsinki Deklerasyonu Prensipleri'ne uygun olarak yürütülmüştür.

Kaynaklar

- Akyol Güner T, Demir İ, Erdem S. 2022. Üniversite öğrencilerinde sosyal medya bağımlılığı ile akademik öz yeterlik ve yalnızlık arasındaki ilişki ve etkileyen faktörler. *J Higher Educ Sci*, 12(3): 508-518. <https://doi.org/10.5961/higheredusci.1139247>.
- Anand S, Anooop KR, Joseph PG, Raju S. 2022. A study to assess the prevalence of nomophobia among nursing students in Kollam. *Indian J Psy Nsg*, 19: 147-151. https://doi.org/10.4103/iopn.iopn_94_21.
- Ayar D, Özalp Gerçek G, Özdemir EZ, Bektaş M. 2018. The Effect of problem-atic internet use, social appearance anxiety, and social media use on nursing students' nomophobia levels. *CIN—Comput Inform Nurs*, 36(12): 589-595. <https://doi.org/10.1097/CIN.0000000000000458>.
- Bhattacharya S, Bashar M, Srivastava A, Singh A. 2019. Nomophobia: No Mobile Phone Phobia. *J Family Med Prim Care*, 8(4): 1297-1300. https://doi.org/10.4103/jfmpc.jfmpc_71_19.
- Birimoğlu Okuyan C, Döner Güner P, Uslusoy Güneş S. 2019. Hemşirelik ve tıp fakültesi öğrencilerinin nomofobi düzeylerinin belirlenmesi. *Gümüşhane Üniv Sağlık Bil Derg*, 8(4): 372-382.
- Boumosleh J, Jaalouk D. 2018. Smartphone addiction among university students and its relationship with academic performance. *Global J Health Sci*, 10(1): 48-59. <https://doi.org/10.5539/gjhs.v10n1p48>.
- Bragazzi NL, Del Puente GA. 2014. A proposal for including nomophobia in the new DSM-V. *Psychol Res Behav Manag*, 7: 155-160. <http://dx.doi.org/10.2147/PRBM.S41386>.
- Cengiz Z, Gürdap Z, Karaca E, Acun M. 2021. Hemşirelik öğrencilerinin öz yeterlilikleri ile mesleki güdülenmeleri arasındaki ilişki. *Sağlık Hemş Yön Derg*, 8(1): 12-20. <https://doi.org/10.5222/SHYD.2021.24855>.
- Copaja Corzo C, Aragón Ayala CJ, Taype Rondan A, Nomotest Group. 2022. Nomophobia and its associated factors in peruvian medical students. *Int J Environ Res Pub Health*, 19(9): 5006. <https://doi.org/10.3390/ijerph19095006>.
- Çelik İnce S. 2021. Relationship between nomophobia of nursing students and their obesity and self-esteem. *Perspect Psychiatr Care*, 57(2): 753-760. <https://doi.org/10.1111/ppc.12610>.
- Çıtlık Sarıtaş S, Büyükbayram Z, Anuş Topdemir E. 2020. Hemşirelik öğrencilerinin öz-etkililik-yeterlik düzeyleri ile akademik başarıları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *İnönü Üniv Sağlık Hizm MYO Derg*, 8(3): 839-849. <https://doi.org/10.33715/inonusaglik.754113>.
- Erdem H, Kalkın G, Türen U, Deniz M. 2016. Üniversite öğrencilerinde mobil telefon yoksunluğu korkusunun (nomofobi) akademik başarıya etkisi. *Süleyman Demirel Üniv IIBF Derg*, 21(3): 923-936.
- Essel HB, Vlachopoulos D, Tachie-Menson A. 2021. The relationship between the nomophobic levels of higher education students in Ghana and academic achievement. *PLoS One*, 16(6): 1-17. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0252880>.
- Farooqui IA, Pore P, Gothankar J. 2018. Nomophobia: an emerging issue in medical institutions? *J Ment Health*, 27(5):

- 438-441. <https://doi.org/10.1080/09638237.2017.1417564>.
- Genç S, Soysal Mİ. 2018. Parametric and nonparametric post hoc tests. *BSJ Eng Sci*, 1(1): 18-27.
- Gezgin DM, Parlak C. 2018. Nomophobia prevalence among university students in Kosovo. 13th International Balkan Education and Science Congress, BES 2018, 6-8 September, Trakya University Faculty of Education, Edirne, Türkiye, pp: 155-161.
- Gezgin DM, Şumuer E, Arslan O, Yıldırım S. 2017. Nomophobia prevalence among pre-service teachers: A case of Trakya University. *Trakya Üniv Eğit Fak Derg*, 7(1): 86-95.
- Gutiérrez Puertas L, Márquez Hernández VV, São Romão Preto L, Granados Gámez G, Gutiérrez Puertas V, Aguilera Manrique G. 2019. Comparative study of nomophobia among Spanish and Portuguese nursing students. *Nurse Educ Pract*, 34: 79-84. <https://doi.org/10.1016/j.nepr.2018.11.010>.
- Hoşgör H, Tandoğan Ö, Gündüz Hoşgör D. 2017. Effect of nomophobia on duration of daily smartphone usage and school success: the example of health personnel candidates. *J Acad Soc Sci*, 5(46): 573-595. <https://doi.org/10.16992/asos.12266>.
- Kuyucu M. 2017. Gençlerde akıllı telefon kullanımı ve akıllı telefon bağımlılığı sorunsalı: "Akıllı telefon (kolik)" üniversite gençliği. *Global Media J TR Edit*, 7(14): 328-359.
- Küçükaya B, Özdemir B, Kahyaoglu Süt H. 2022. Hemşirelik öğrencilerinde sosyal medya kullanımı ile akademik başarı ve akademik öz yeterlik arasındaki ilişki. *Sağlık Akad Derg*, 9(1): 31-41.
- Li L, Gao H, Xu Y. 2020. The mediating and buffering effect of academic self-efficacy on the relationship between smartphone addiction and academic procrastination. *Comput Educ*, 159(3): 104001. <https://doi.org/10.1016/j.compedu.2020.104001>.
- Minaz A, Bozkurt ÖÇ. 2017. Üniversite öğrencilerinin akıllı telefon bağımlılık düzeylerinin ve kullanım amaçlarının farklı değişkenler açısından incelenmesi. *Mehmet Akif Ersoy Üniv Sos Bil Enst Derg*, 9(21): 268-286. <https://doi.org/10.20875/makusobed.306903>.
- Sarıkoç G, Öksüz E. 2017. Academic motivations and academic self-efficacy of nursing students. *J Clin Analyt Medic*, 8(1): 47-51. <https://doi.org/10.4328/JCAM.4654>.
- Thomas S. 2021. Nomophobia and self efficacy among medical students. *Rivista Neurol*, (1): 1-6.
- Tunç Aksan A, Akbay SE. 2019. Smartphone addiction, fear of missing out and perceived competence as predictors of social media addiction of adolescents. *European J Educ Res*, 8(2): 559-566. <https://doi.org/10.12973/eu-jer.8.2.559>.
- Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK). Hanehalkı Bilişim Teknolojileri Kullanım Araştırması, URL: [https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Hanehalki-Bilisim-Teknolojileri-\(BT\)-Kullanim-Arastirmasi-2022-45587](https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Hanehalki-Bilisim-Teknolojileri-(BT)-Kullanim-Arastirmasi-2022-45587) (erişim tarihi: 25.01.2023).
- Yang H, Wang JJ, Tng GY, Yang S. 2020. Effects of social media and smartphone use on body esteem in female adolescents: testing a cognitive and affective model. *Children*, 7(9): 148. <https://doi.org/10.3390/children7090148>.
- Yıldırım C, Sumuer E, Adnan M, Yıldırım S. 2016. A growing fear: prevalence of nomophobia among Turkish college students. *Info Devel*, 32(5): 1322-1331. <https://doi.org/10.1177/0266666915599025>.
- Yıldız Durak H. 2019. Investigation of nomophobia and smartphone addiction predictors among adolescents in Turkey: Demographic variables and academic performance. *Soc Sci J*, 56(4): 492-517. <https://doi.org/10.1016/j.soscij.2018.09.003>.
- Yılmaz M Gürçay D Ekici G. 2007. Akademik Öz-Yeterlik Ölçeği'nin Türkçe'ye uyarlanması. *Hacettepe Üniv Eğit Fak Derg*, 33: 253-259.
- Zhang X, Meng L, Liu H, Luo R, Zhang C, Zhang P, Liu Y. 2018. Role of academic self-efficacy in the relationship between self-directed learning readiness and problem-solving ability among nursing students. *Front Nurs*, 5(1): 75-81. <https://doi.org/10.1515/fon-2018-0011>.
- Zhou Z, Liu H, Zhang D, Wei H, Zhang M, Huang A. 2022. Mediating effects of academic self-efficacy and smartphone addiction on the relationship between professional attitude and academic burnout in nursing students: A cross-sectional study. *Nurse Educ Today*, 116: 105471. <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2022.105471>.