



## Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Sermaye Algıları ile Fiziksel Aktivite Motivasyonları Arasındaki İlişki

Özlem Kardelen SIRMA<sup>1</sup>, Günay YILDIZER<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Eskişehir Teknik Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi. <https://orcid.org/0000-0002-0613-7396>

<sup>2</sup>Eskişehir Teknik Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi. <https://orcid.org/0000-0002-4292-2156>

### To cite this article/ Atf için:

Sırma Ö. K, ve Yıldız G. (2023). Üniversite öğrencilerinin sosyal sermaye algıları ile fiziksel aktivite motivasyonları arasındaki ilişki. *Uluslararası Bozok Spor Bilimleri Dergisi*, 4(3), 82-98.

### Özet

Bu araştırmada; üniversite öğrencilerinin sosyal sermaye algıları ile fiziksel aktivite motivasyonları arasındaki ilişkiyi çeşitli değişkenler açısından incelemek amaçlanmıştır. Araştırmaya Eskişehir Teknik Üniversitesi'nde eğitimine devam eden 267'si kadın 167'si erkek olmak üzere 18 yaş üstü toplam 434 öğrenci gönüllü olarak katılmıştır. Araştırmada Demografik Bilgi Formu ile Demir & Cicioğlu (2018) tarafından geliştirilen Fiziksel Aktiviteye Katılım Motivasyonu Ölçeği (FAKMÖ) ve Yıldız (2018) tarafından geliştirilen Sosyal Sermaye Algısı Ölçeği kullanılmış, verilerin analizinde çoklu regresyon modelinden yararlanılmıştır. Araştırmada elde edilen bulgulara göre, sosyal sermaye algısı, Yakın Aile ve Dikey Okul alt boyutları, fiziksel aktivite motivasyonunun Bireysel Nedenler alt boyutu ile pozitif ilişkilidir. Sosyal sermaye algısı, Dikey Okul ve Komşuluk alt boyutları da Çevresel Nedenler alt boyutu ile pozitif şekilde ilişkilidir. Sosyal sermaye algısı, Yakın Aile ve Dikey Okul alt boyutları Nedensizlik alt boyutu ile pozitif şekilde ilişkilidir. Öte yandan, Uzak Aile sosyal sermaye algısının Nedensizlik algısı ile negatif şekilde ilişkili olduğu tespit edilmiştir. Bu bulgular; üniversite öğrencilerinin fiziksel aktivite katılımında sosyal etkileşiminin oldukça önemli olduğunu ortaya koymaktadır. Bu sonuçlar; bu özel grup için oldukça ihtiyaç duyulan fiziksel aktivite müdahale planlarının hazırlanmasında sosyal etkileşim ve bu etkileşimin niteliği hususlarına özel önem verilmesi gerektiğini göstermektedir.

**Anahtar Kelimeler:** Fiziksel aktivite, sosyal sermaye, motivasyon, üniversite öğrencileri

# **The Association between Social Capital Perception and Physical Activity Motivation among University Students**

## **ABSTRACT**

The aim of this study was to examine the relationship between university students' social capital perceptions and physical activity motivations in terms of various variables. A total of 434 students over the age of 18, 267 female and 167 male, continuing their education at Eskişehir Teknik University voluntarily participated in the research. In this study; In addition to the Demographic Information Form, the Motivation Scale for Participating in Physical Activity developed by Demir and Cicioğlu (2018) and the Social Capital Perception Scale developed by Yıldizer (2018) were used. Multiple regression model was used for analyzing the data. Social Capital Perception Close Family and Vertical School sub-dimensions positively predicted Individual Reasons sub-dimension of Physical Activity Motivation. While Social Capital Perception Vertical School and Neighborhood sub-dimensions positively predicts the Environmental Reasons sub-dimension; Social Capital Perception Close Family and Vertical School sub-dimensions positively predicts the Non-Cause sub-dimension. It was also determined that the Distant Relatives sub-dimension predicted the Non-Cause sub-dimension negatively. These findings reveal that the social interaction of university students is very important in physical activity participation. These results; show that special attention should be paid to social interaction and the nature of this interaction in the preparation of much-needed physical activity intervention plans for this particular group.

**Keywords:** Physical activity, social capital, motivation, university students

## GİRİŞ

Sosyal sermaye, ilişkilere dayalı olması yönüyle sosyal, üretime yardım sağlayan bir faktör olması ve ekonomik kalkınmayı etkilemesi yönüyle ise sermaye olarak incelenebilmektedir (Tüysüz, 2011). Sosyal sermaye en basit haliyle iş birliği, insanların birbirine duyduğu güven ve birbirleriyle kurdukları iletişimlerin niceliğini gösteren ilişkiler olarak ifade edilebilir (Field, 2006). Özellikle Bourdieu, Lin, Coleman ve Putnam sosyal sermayeyi çeşitli yönlerden inceleyerek sosyal sermayenin kuramsal yapısını oluşturmuşlar ve bu bağlamda sosyal ağlar, sosyal uyum, sosyal destek, sosyal bütünleşme gibi kavramlarla ilişkilendirmişlerdir (Song, Son ve Lin, 2010). Buna göre sosyal sermayenin ana fikri, sosyal iletişim ağlarının önemli olduğudur. İletişim ağları ise sosyal bağlılığın temelini oluşturmaktadır ve kişilerin birbiriyle ortak çalışma ortamına girmesini beraberinde getirmektedir. Dolayısıyla, insanlar iletişim kurarak ve iletişimlerinin devamlılığını sağlayarak hedeflerine ulaşmada beraber hareket edebilmektedirler (Field, 2006). Alanyazında, sosyal sermaye potansiyeli ile “fastfood” yemek tarzının yaygınlaşmasını ve sağlığa zararını engellemek amacıyla ortak hareketler geliştirilebileceği üzerinde durulmuştur (Kawachi, 2010). Bu durum sosyal sermaye sağlık davranışları üzerinde de sahip olduğu birtakım mekanizmalar ile pozitif yönde davranış değişimlerini etkileme potansiyelini barındırdığını göstermektedir.

Rocco ve Sührcke (2012), sosyal sermayenin üst düzeyde görüldüğü toplumlarda yaşayan bireyler için bireysel sosyal sermayenin insanların sağlık durumuna katkı sağlamada önemli olduğunu ve sağlık durumunun başlıca belirleyicilerinden birisi olarak kabul edildiğini belirtmiştir. Sosyal sermayenin sağlık durumu üzerine oluşturabileceği etkileri dört ana mekanizma ile açıklanmaktadır. Bunlar sırasıyla, normlar aracılığıyla sağlık davranışına ilişkin tutumları artırmak; kişilik saygısı, güven, sosyal kontrol gibi psikososyal sistemleri artırmak; imkânları ve sağlık hizmetlerine ulaşım seviyesini artırmak ve son olarak da suç oranlarını azaltarak bireylerin toplumsal faaliyetlere daha aktif yollarla katılmalarının önünü açmak şeklindedir (Lindström, 2008). Ayrıca sosyal sermaye açısından sosyal ağlar, sosyal destek ve sosyal ağlarda oluşan destek ile oluşturulan normlar özel bir yer taşımaktadır. Bu bağlamda sağlık durumunun birincil belirleyicisi olan sağlık davranışlarının sosyal ağlardaki etkileşim ve özellikle de sosyal destekle ortaya çıkması sosyal sermayenin sağlık üzerindeki etkisini açıklar niteliktedir (McNeill, Kreuter ve Subramanian, 2006). Putnam (2000), sosyal sermayenin getirilerinden hiçbirinin sağlık ve iyilik hali üzerinde, sosyal bağlılık kadar belirgin etkisinin olmadığını söylemiştir. Bir grup insan arasındaki bütünleşmeyi temsil eden sosyal destek kavramı, bireylerin algıladıkları desteğin artması ile karşılıklı olarak yardımlaşmalarının da artmasını sağlamaktadır (Cohen, Gottlieb ve Underwood, 2000). Bu bağlamda karşılıklı yardımlaşma mental sağlık sorunlarının ortaya çıkma sıklığını azaltmakla kalmayıp (Cockerham ve Ritchey, 1997), aynı zamanda sağlıkla ilişkili normların uygulanmasına da olanak tanır (Kawachi, 2010). Kawachi (2010) bu durumu sosyal sermayenin yüksek olduğu toplumlarda açık alanlarda sigara içme davranışının toplumsal olarak kabul görmeyen norm olarak açıklamıştır.

Fiziksel aktiviteye katılımın giderek azaldığı (Demir ve Cicioğlu, 2018) ve fiziksel aktivite katılımını belirleyen faktörler arasında sosyal etkileşimin olduğu (Zorba ve Saygın, 2017) düşünüldüğünde, sosyal sermaye kavramının fiziksel aktivite çalışmalarında önemli yeri olduğu düşünülebilir. Sağlık davranışları arasında yer alan fiziksel aktivitenin sağlık ve hasta olma durumları ile ilişkisi olduğu gibi sosyal sermaye ile de yakın ilişkisi bulunmaktadır (Hyypä, 2010; Cohen vd., 2000). Bir başka ifade ile sosyal sermaye fiziksel aktivite davranışını etkileyerek bireysel ve toplumsal açıdan sağlıklı olma durumuna da katkı sunabilir (Ho, Hawkey, Dale, Waite ve Huisingh-Scheetz, 2018). Sosyal sermaye özellikle normlar yoluyla bireylerin fiziksel olarak daha aktif olmasına katkı sunmaktadır. Örneğin, fiziksel

aktivitenin önemli bir norm olarak kabul edildiği toplumlarda hem çevresel şartların fiziksel aktiviteye olanak tanıyacak şekilde düzenlenmesi (Samsudin, Yok ve Chua, 2022) hem de bireyler arasında fiziksel aktivite bilgisinin dolaşımının artması (Kim, Schneider, Faß ve Lochbaum, 2021) toplumsal sağlık durumunun da gelişmesine olanak tanır. Sosyal sermayenin yüksek olduğu toplumlarda ve bir toplum içindeki daha küçük alt topluluklarda güvenlik hissinin artmasında fiziksel aktivite davranışının ortaya çıkmasında önemli bir etken olarak değerlendirilmektedir (Ball vd., 2010). Ueshima vd. (2010) sosyal sermaye algısının düşük olduğu yaşam alanlarında toplumsal güvenliğe ilişkin normların da düşük olmasının, gençler arasında suç oranlarının artmasına ve bu nedenle bu alanlarda yaşayan bireylerin fiziksel aktivitenin bir ulaşım biçimi olmamasına vurgu yapmışlardır. Öte yandan, İran'da güvenlik algısının yüksek olduğu yaşam alanlarında bireylerin fiziksel olarak daha aktif oldukları belirtilmiştir (Aliyas, 2020). Türkiye'de yürütülen araştırmalarda ise ergen ve genç yetişkinlerin sosyal çevrelerinde algıladıkları sosyal sermaye ve fiziksel aktivite davranışı arasındaki ilişki ele alınmıştır (Yıldizer, 2018; Yıldizer vd., 2020). Bu araştırmalar aile ve eğitim kurumlarının sosyal sermaye kaynağı olarak fiziksel aktivite davranışlarına yön verme önemine ışık tutar niteliktedir. Bu bağlamda sosyal sermayenin farklı sosyal çevrelerde sosyal normlar ve karşılıklı güven mekanizmaları ile sağlık davranışlarından olan fiziksel aktivite ile ilişkisi olduğu ve bu yolla toplum sağlığı üzerinde önemli etkiler uyandırma potansiyeline sahip olduğu söylenebilir.

Fiziksel aktivite katılımında sosyal ilişkilerin ve bu ilişkilerin sürdüğü sosyal ağların önemi kadar bireysel faktörlerinde önemi vardır. Sağlıklı yaşam, beğenilme arzusu, kilo kontrolü, mutlu olma, daha iyi bir fiziğe sahip olma ve sosyalleşme ile farklı insanlar tanıma isteği, fiziksel aktiviteye katılımı artırmada etkili olan sebeplerdir (Zorba ve Saygın, 2017). Fiziksel olarak daha sağlıklı görünme, stresle başa çıkma, sosyalleşme gibi fiziksel aktiviteye katılımı artıran sebepler bireyi motivasyonel anlamda pozitif yönde etkilemektedir. Fiziksel aktiviteyi bırakmama ve fiziksel aktiviteye katılım sağlama gibi faktörlerin temelinde bireyin motivasyonel yaklaşımı etkilidir (İlhan, 2010). Dolayısıyla, bireyin fiziksel aktiviteye katılımını sağlayan ya da fiziksel aktivitenin devamlılığı için en önemli bireysel unsur motivasyondur. Birey, amacına ulaşmada fiziksel aktiviteyi bir araç olarak benimsiyor ise daha etkin bir şekilde fiziksel aktiviteye katılım sağlamaktadır (Kaynar, 2018; Frederick ve Ryan, 1993).

Davranışa yönelik motivasyon her ne kadar bireysel bir olgu olsa da bu yapıyı şekillendiren unsurlar sosyal olabilir ve fiziksel aktivite davranışına yönelik olarak sosyal ağlar motivasyonun oluşmasında önemli bir yere sahiptir (Lindström, Hanson ve Östergen, 2001). Özellikle ergenlerde fiziksel aktivite motivasyonunu sağlayan temel unsurlardan bir tanesi sosyal destektir ve bu sosyal desteğin kaynağı farklılık gösterebilmektedir (Beets, Carninal ve Alderman, 2010). Bu bağlamda sosyal sermayenin bir bileşeni olarak sosyal destek değerlendirildiğinde, sosyal sermaye algısının da geç adölesan ya da erken yetişkinlik döneminde olan bireylerin fiziksel aktivite motivasyonu ve dolaylı olarak fiziksel aktivite davranışı ile ilişki olabileceği düşünülebilir. Ayrıca, üniversite öğrenim sürecinin yeni sosyal ağlarla tanışma ve mevcut sosyal ağları ile yeni girdikleri ağları karşılaştırma süreci yaşamaları, bu ağlarda oluşan normlar ile yeni davranış kalıpları benimsemelerine neden olabilir (Rios-Augilar ve Deil-Amen, 2012). Bu durumda, potansiyel olarak, yeni ağlarda toplumsal norm ya da toplumsal bir hareket olarak fiziksel aktiviteye katılımın, fiziksel aktiviteye yönelik motivasyon üzerinde etkili olabileceği düşünülebilir. Bir diğer ifade ile sosyal sermayenin fiziksel aktivite davranışını etkilemedeki gücü, fiziksel aktivite motivasyonunu artırmak ile ilişkili olabilir ve bu ilişkinin araştırılması üniversite öğrencilerinden oluşan bir grupta güncel literatür açısından özgün bir değere sahiptir. Bu

bakımdan, algılanan sosyal sermaye hissi ile fiziksel aktivite motivasyonu ilişkisinin yeni sosyal ağlarla tanışan ve bu ağlarda belirli bir süre geçiren üniversite öğrencilerinden oluşan bir grup ile incelenmesi ve sosyal sermaye algısının fiziksel aktiviteye yönelik motivasyonla ilişkisinin ve bu ilişkinin tahmin edici yönünün araştırılması bu çalışmanın amacıdır.

## **YÖNTEM**

### **Araştırma Modeli**

Bu araştırma kapsamında, araştırma modeli kullanılarak üniversite öğrencilerinin fiziksel aktivitelere katılım motivasyonları ve farklı kaynaklardan algıladıkları sosyal sermaye arasındaki nedensel ilişki araştırılmaya çalışılmıştır. Bu bağlamda iki ya da daha fazla değişkenin varlığını ve/veya derecesini belirlemeyi amaçlayan ilişkisel tarama modeli kullanılarak (Karasar, 2012), “Fiziksel Aktivite Katılım Motivasyonu Ölçeği” ile “Sosyal Sermaye Algısı Ölçeği” alt boyutları arasındaki nedensel ilişkilerin tespit edilmesi amaçlanmıştır. Araştırmanın bağımsız değişkenlerini “Sosyal Sermaye Algısı Ölçeği” alt boyutları oluştururken, bağımlı değişken olarak “Fiziksel Aktivite Katılım Motivasyonu Ölçeği” alt boyutları ele alınmıştır. Bu araştırmanın yürütülmesinde Eskişehir Teknik Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu’ndan 13/03/2020 tarihli ve 8778 sayılı yazı ile izin alınmıştır. Araştırmaya katılım gönüllülük esasına dayalı olarak yürütülmüş ve tüm katılımcılar onam formunu onayladıktan sonra araştırmaya katılım göstermişlerdir.

### **Çalışma Grubu**

Araştırma, Eskişehir Teknik Üniversitesi’nde öğrenim gören, 18 yaş üstü kadın ve erkek üniversite öğrencileri ile gerçekleştirilmiştir. Araştırmaya katılımda gönüllülük esas olmuştur. Katılımcıların 267’sinin (%61,5) kadın, 167’sinin (%38,5) ise erkek olduğu görülmüştür. Katılımcıların yaş ortalaması 20.36, yaşlarının standart sapması ise 0.89 olarak tespit edilmiştir. Araştırmadan dışlanma kriteri olarak yalnızca Spor Bilimleri Fakültesi öğrencisi olmak belirlenmiştir. Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören öğrencilerin önemli bir bölümünün aktif lisanslı sporcu olması ve ders içeriklerinin fiziksel aktivite içeriyor olmasından dolayı bu özel grup araştırma dışında tutulmuştur. Araştırmaya katılan öğrencilerin tamamı bekar olduklarını beyan etmişlerdir.

### **Veri Toplama Aracı**

Bu çalışmada demografik bilgi formu, Fiziksel Aktiviteye Katılım Motivasyonu Ölçeği (FAKMÖ) ve Sosyal Sermaye Algısı Ölçeği veri toplama aracı olarak kullanılmıştır.

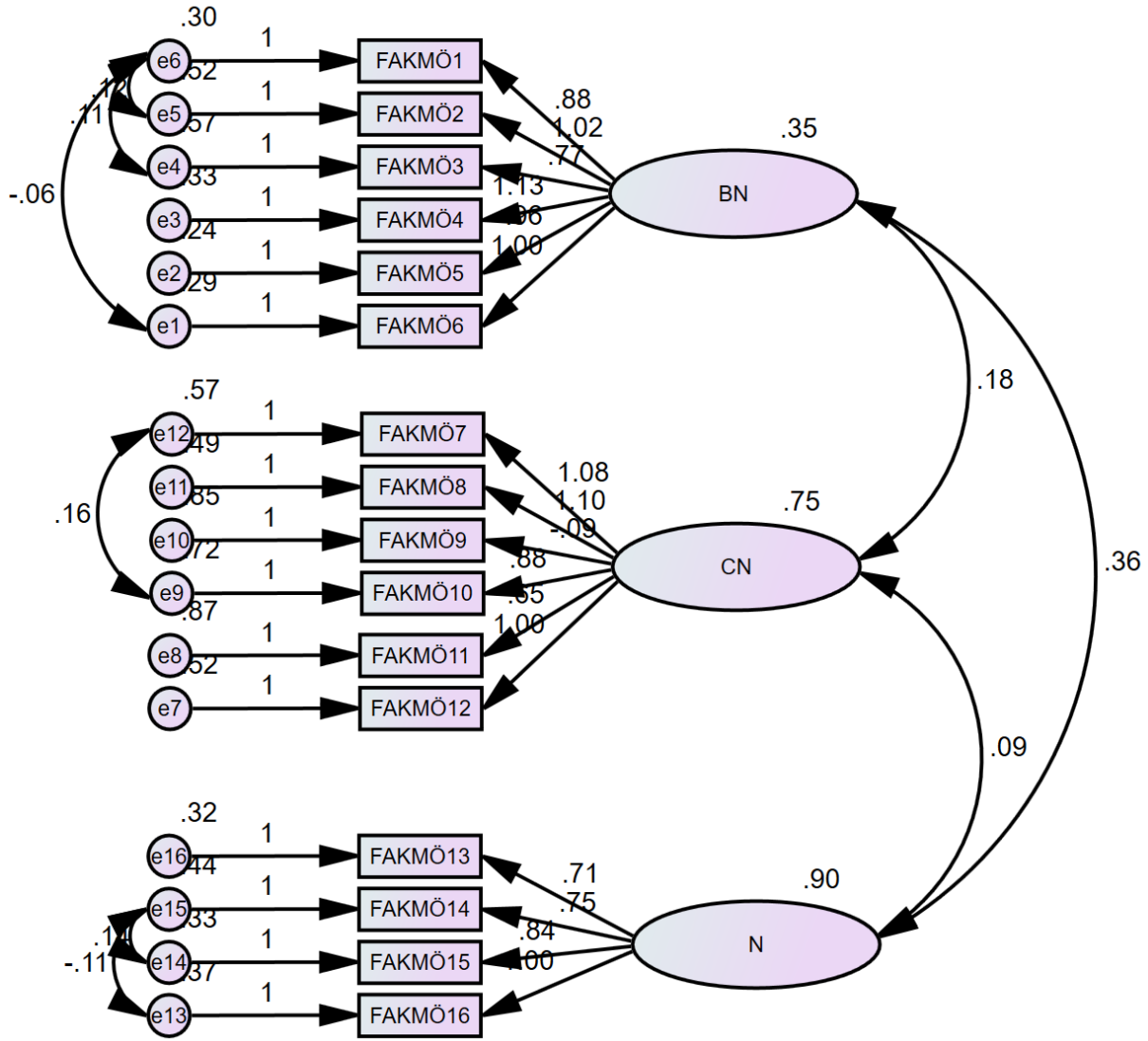
#### ***Kişisel Bilgi Formu***

Demografik bilgi formu kapsamında, çalışmaya katılan üniversite öğrencilerinin yaş, cinsiyet, sınıf düzeyi, fiziksel aktiviteye katılma durumları gibi bilgileri yer almaktadır.

#### ***Fiziksel Aktiviteye Katılım Motivasyonu Ölçeği (FAKMÖ)***

Geçerlik ve güvenilirlik çalışması Tekkurşun-Demir ve Cicioğlu (2018) tarafından Lise öğrencilerinden oluşan bir grupta yapılan envanter, 6 madde bireysel nedenler, 6 madde

çevresel nedenler ve 4 madde nedensizlik olmak üzere 16 maddeden oluşmakta olup, 5’li Likert ile cevaplanan (1=kesinlikle katılmıyorum 5=kesinlikle katılıyorum) bir öz değerlendirme aracıdır. Araştırmanın örnekleminin üniversite öğrencilerinden oluşmasından dolayı bu çalışmada geçerlik ve güvenilirlik analizleri tekrar edilmiştir. Bu bağlamda öncelikli olarak Tekkurşun-Demir ve Cicioğlu (2018) tarafından oluşturulan modelin doğrulayıcı faktör analizi ile doğrulanması yoluna gidilmiştir. DFA’da, genel uyumluluğun ki-kare değerinin serbestlik derecesine oranından ( $\chi^2/sd$ ) faydalanılmıştır. Normlaştırılmış Uyum İndeksi (NFI), Normlaştırılmamış Uyum İndeksi (NNFI), Standartlaştırılmış Hata Kareler Ortalamasının Karekökü (SRMR) Yaklaşık Hataların Ortalama Karekökü (RMSEA), Artırmalı Uyum İndeksi (IFI) ve Karşılaştırmalı Uyum İndeksi (CFI) karşılaştırmalı uyum indeksleri olarak kullanılmıştır. Ek olarak, mutlak uyum indeksleri arasında, Uyum İyiliği İndeksi (GFI) raporlanmıştır. Üniversite öğrencilerinden oluşan örneklemin sağladığı veri seti ile oluşturulan model Şekil 1’de görülmektedir. Orijinal modelin bu veri setinde sağladığı değerler ise şu şekildedir;  $\chi^2/sd = 3.015$ ,  $p < 0.05$ ; NFI=0.912 NNFI= 0.923, SRMR=0.094, IFI=0.939, CFI= 0.939, RMSEA=0.068, GFI= 0.927 olarak bulunmuştur. Şekil 1’de hata terimleri arasında 6 adet kovaryans AMOS programının önerileri doğrultusunda yapılmıştır. Meydan ve Şeşen (2015), aynı alt boyutta yer alan maddeler için programın önerileri doğrultusunda uyum indekslerinin uygun seviyeye taşınması için kovaryans oluşturulabileceğini vurgulamışlardır. Ki-kare değerinin serbestlik derecesine oranının 3’ün altında olması mükemmel uyumu gösterirken, 5’in altında olması kabul edilebilir uyum olarak değerlendirilmektedir (Tabachnick ve Fidel, 2001). Bu çalışmada oluşturulan modelin ki-kare değerinin serbestlik derecesine oranı neredeyse 3’ün altındadır. Doğrulayıcı faktör analizi ile incelenen NFI, NNFI, CFI, IFI ve GFI uyum indekslerinin 0,90’dan büyük olması, oluşturulan modelle gözlemlenen değerler arasındaki iyi uyuma işaret etmektedir (Hu ve Bentler, 1999; Raykov ve Marcoulides, 2000; Hooper, 2008). İyi uyumu gösteren bir diğer indeks ise RMSEA değerinin 0,7’den küçük olmasıdır (Steiger, 2007). Son olarak, üniversite öğrencilerinden elde edilen veri setinde olduğu gibi SRMR değerlerinin 0-0,10 arasında olması da modelin kabul edilebilir bir uyum gösterdiğini belirtir niteliktedir (Kline, 2005). Elde edilen bu bulgular neticesinde Fiziksel Aktiviteye Katılım Motivasyonu Ölçeği’nin bu araştırmanın örneklemini oluşturan üniversite öğrencilerinde geçerli olduğu bulunmuştur.



Şekil 1. Fiziksel Aktiviteye Katılım Motivasyonu Ölçeği Doğrulayıcı Faktör Analizi Modeli (BN: Bireysel Nedenler, CN: Çevresel Nedenler, N: Nedensizlik)

Bu araştırmanın veri seti ile yürütülen güvenilirlik analizlerinde ise Cronbach alfa değerleri bireysel nedenler alt boyutu için 0.841, çevresel nedenler için alt boyutu için 0.759 ve nedensizlik alt boyutu için 0.868 olarak hesaplanmıştır.

### Sosyal Sermaye Algısı Ölçeği

Yıldız'ın (2018) lise öğrencileri ile geliştirme çalışması yaptığı, 5'li likert tipi ölçek geliştirme süreci izlenen Sosyal Sermaye Algısı Ölçeği; Yatay Okul Sosyal Sermayesi (7 madde), Yakın Aile Sosyal Sermayesi (4 madde), Komşuluk Sosyal Sermayesi (6 madde) Dikey Okul Sosyal Sermayesi (6 madde), Uzak Aile Sosyal Sermayesi (4 madde) olmak üzere 5 (beş) alt boyuttan ve 27 maddeden oluşmaktadır. Aynı ölçek daha sonra üniversite öğrencilerinde de uygulanmış ve doğrulayıcı faktör analizi sonucunda geçerliği tespit edilmiştir (Yıldız, 2021). Ölçek 5'li Likert tipindedir (1:Tamamen Katılmıyorum, 2:Katılmıyorum, 3:Kararsızım, 4:Katılıyorum, 5:Tamamen Katılıyorum). Bu araştırmanın veri seti ile yürütülen güvenilirlik analizlerinde Yatay Okul Sermayesi'nin Cronbach Alpha

güvenirliği 0.890, Dikey Okul Sosyal Sermayesi'nin Cronbach Alpha değeri 0.902, Yakın Aile Sosyal Sermayesi'nin Cronbach Alpha değeri 0.743, Uzak Aile Sosyal Sermayesi'nin Cronbach Alpha değeri 0.821 ve Mahalle Sosyal Sermayesi'nin ise Cronbach Alpha değeri 0.896'dır.

### Verilerin Analizi

Bu araştırmanın analizleri SPSS 21 paket programı aracılığıyla yapılan Pearson Korelasyonu ve Çoklu Regresyon Modeli ile gerçekleştirilmiştir. Regresyon analizi, çoklu regresyon modelinin temelini oluşturmakta, bağımlı ve bağımsız değişkenlerin aralarında tahmin edici ilişkisi bularak, aralarındaki ilişkinin modelini saptamakta ve gelecekle ilgili tahminler yapılmasını sağlamaktadır. Analizin yürütülmesi için veri setindeki artık değerlerin dağılımının normal olması ve çoklu doğrusallığın söz konusu olmaması gerekmektedir. Çoklu doğrusallığın tespitinde Pearson korelasyon testi yürütülmüş ve en büyük korelasyon kat sayısı 0.349 olarak tespit edilmiştir. Bu durum veri setinde çoklu doğrusallığın olmadığını göstermektedir. Ek olarak, histogram eğrileri ve P-P grafikleri incelenerek artık değerlerin standardize değerlerinin dağılımlarının normal olduğu tespit edilmiştir. Bu bağlamda veri setinin çoklu doğrusal regresyon analizi ile çözümlenmesi uygundur (Laerd Statistics, 2023).

### BULGULAR

Sosyal Sermaye Algısı ölçeği alt boyutları ile Fiziksel Aktiviteye Katılımın Motivasyonları ölçeği alt boyutları arasındaki korelasyon Tablo 1'de gösterilmiştir. Elde edilen bulgular Yakın Aile Sosyal Sermayesi ve fiziksel aktivite katılım motivasyonlarından Çevresel Nedenler arasında olan ve Uzak Aile Sosyal Sermayesi ile fiziksel aktivite katılım motivasyonlarından Bireysel Nedenler arasındaki korelasyon anlamlı bulunmamıştır ( $p>0.05$ ). Bunun dışında kalan tüm korelasyonlar pozitif yönde anlamlı bulunmuştur.

**Tablo 1.** Sosyal sermaye ölçeği ve fiziksel aktiviteye katılımın motivasyonları ölçeği alt boyutları arasındaki korelasyon ve alt boyutlara ilişkin ortalama ve standart sapma değerleri

		Bireysel Nedenler	Çevresel Nedenler	Nedensizlik	$\bar{x} \pm ss$
Yatay Okul SS	Korelasyon Katsayısı	0.119	0.153	0.099	23.836±5.922
	p	0.013	0.001	0.040	
Dikey Okul SS	Korelasyon Katsayısı	0.173	0.349	0.132	17.278±5.587
	p	0.000	0.000	0.006	
Yakın Aile SS	Korelasyon Katsayısı	0.268	0.087	0.243	15.440±3.249
	p	0.000	0.070	0.000	
Uzak Aile SS	Korelasyon Katsayısı	0.086	0.184	0.014	11.071±4.081
	p	0.074	0.000	0.772	
Komşuluk SS	Korelasyon Katsayısı	0.150	0.260	0.088	17.755±6.090
	p	0.002	0.000	0.068	



$\bar{x} \pm ss$	24.592 $\pm$ 3.741	19.645 $\pm$ 4.510	15.933 $\pm$ 3.374
------------------	--------------------	--------------------	--------------------

Tablo 1' Sosyal Sermaye Algısı ölçeği alt boyutları ile fiziksel aktiviteye katılımın bireysel nedenlerini inceleyen çoklu regresyon modeli anlamlı bulunmuştur,  $F_{(5,428)}= 9.819$ ,  $p=0.000$ ,  $R=0.321$ . Etkileşim tablosu incelendiğinde (Tablo 2) ise sosyal sermaye algısı ölçeğinin dikey okul sermaye alt boyutu [ $\beta =0.081$ , GA (0.016-0.146),  $p=0.015$ ] ve yakın aile sosyal sermaye alt boyutu [ $\beta =0.290$ , GA (0.181-0.398),  $p=0.000$ ] fiziksel aktiviteye katılım motivasyonlarının bireysel nedenleri ile pozitif ilişki içerisindedir.

**Tablo 2.** Sosyal Sermaye Algısı Ölçeği Alt Boyutları İle Fiziksel Aktiviteye Katılımın Bireysel Nedenleri Arasındaki İlişki

Sosyal Sermaye Algısı	Standardize $\beta$	t	p	GA (%95)	
				Yüksek	Düşük
<b>Sabit Katsayı</b>	17.548	16.128	0.000	15.409	19.686
<b>Yatay Okul</b>	.032	1.060	0.290	0.093	-0.028
<b>Dikey Okul</b>	.081	2.451	0.015	0.146	0.016
<b>Yakın Aile</b>	.290	5.246	0.000	0.398	0.181
<b>Uzak Aile</b>	-.052	-1.103	0.271	0.040	-0.144
<b>Komşuluk</b>	.054	1.787	0.075	0.114	-0.005

Tablo 2' Sosyal Sermaye Algısı Ölçeği alt boyutları ile fiziksel aktiviteye katılımın çevresel nedenlerini inceleyen çoklu regresyon modeli anlamlı bulunmuştur,  $F_{(5,428)}=15.726$ ,  $p=0.000$ ,  $R=0.394$ . Etkileşim tablosu incelendiğinde (Tablo 3) ise sosyal sermaye algısı ölçeğinin dikey okul sermaye alt boyutu [ $\beta=0.228$ , GA (0.151-0.304),  $p=0.000$ ] ve komşuluk sosyal sermaye alt boyutu [ $\beta=0.116$ , GA (0.046-0.186),  $p=0.001$ ] fiziksel aktiviteye katılım motivasyonlarının çevresel nedenleri ile pozitif ilişki içerisindedir.

**Tablo 3.** Sosyal Sermaye Algısı Ölçeği Alt Boyutları İle Fiziksel Aktiviteye Katılımın Çevresel Nedenleri Arasındaki İlişki

Sosyal Sermaye Algısı	Standardize $\beta$	t	p	GA (%95)	
				Yüksek	Düşük
<b>Sabit Katsayı</b>	12.081	9.492	0.000	9.579	14.582
<b>Yatay Okul</b>	0.027	0.741	0.459	0.097	-0.044
<b>Dikey Okul</b>	0.228	5.878	0.000	0.304	0.151
<b>Yakın Aile</b>	0.020	0.305	0.760	0.147	-0.107
<b>Uzak Aile</b>	0.058	1.058	0.291	0.166	-0.050
<b>Komşuluk</b>	0.116	3.243	0.001	0.186	0.046

Tablo 3' Sosyal Sermaye Algısı ölçeği alt boyutları ile fiziksel aktiviteye katılımın nedensizlik nedenlerini inceleyen çoklu regresyon modeli anlamlı bulunmuştur,  $F_{(5,428)}=7.726$ ,  $p=0.000$ ,  $R=0.288$ . Etkileşim tablosu incelendiğinde (Tablo 4) ise sosyal sermaye algısı ölçeğinin dikey okul sermaye alt boyutu [ $\beta=0.063$ , GA (0.004-0.122),  $p=0.038$ ] ve yakın aile sosyal sermaye alt boyutu [ $\beta=0.260$ , GA (0.161-0.359),  $p=0.000$ ] fiziksel aktiviteye katılım motivasyonlarının nedensizlik alt boyutu ile pozitif ilişki içerisindedir. Buna karşın uzak aile sosyal sermayesi alt boyutu ( $\beta=-0.093$ , GA (-0.177- -0.009),  $p=0.030$ ) fiziksel aktiviteye katılım motivasyonlarının nedensizlik alt boyutu ile negatif olarak ilişkilidir.

**Tablo 4.** Sosyal Sermaye Algısı Ölçeği Alt Boyutları İle Fiziksel Aktiviteye Katılıma Yönelik Nedensizlik Algısı Arasındaki İlişki

Sosyal Sermaye Algısı	Standardize $\beta$	t	p	GA (%95)	
				Yüksek	Düşük
Sabit Katsayı	10.626	10.708	0.000	8.676	12.576
Yatay Okul	0.032	1.146	0.253	0.087	-0.023
Dikey Okul	0.063	2.084	0.038	0.122	0.004
Yakın Aile	0.260	5.154	0.000	0.359	0.161
Uzak Aile	-0.093	-2.179	0.030	-0.009	-0.177
Komşuluk	0.027	0.972	0.332	0.082	-0.028

## TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu araştırmada, üniversite öğrencilerinin sosyal sermaye algıları ile fiziksel aktivite motivasyonları arasındaki ilişki incelenmiştir. Literatürde yer alan araştırmalar üniversite öğrencilerinin fiziksel aktivite katılımlarında sosyal sermaye algısının önemli bir yere sahip olduğunu ve bu durumun temel nedenleri arasında ise hem fiziksel aktivitenin sosyalleşme imkânı barındırması hem de sosyal sermayenin sağlıkla ilişkili normlar kurması ile fiziksel olarak aktif sosyal ağların içerisinde bulunmak bu genç insanlardan oluşan grubun fiziksel aktivite katılımı üzerinde de etki oluşturmaktadır (Pugliese ve Okun, 2014; Bartshe, Coughenour ve Pharr, 2018; Bartshe, Coughenour ve Stephen, 2021). Bu anlamda fiziksel aktiviteye katılım motivasyonu ve sosyal sermaye arasında da bir ilişkinin olması söz konusudur. Bu bağlamda bu araştırmanın bulguları, sosyal sermaye algısı ve fiziksel aktivite motivasyonu arasındaki ilişki çoklu regresyon modeli ile belirlenmiştir. Fiziksel aktivite motivasyonunun bireysel nedenler alt boyutunu, sosyal sermaye algısı yakın aile ve dikey okul sosyal sermayesi alt boyutları pozitif şekilde; çevresel nedenler alt boyutunu, sosyal sermaye algısı dikey okul ve komşuluk alt boyutları pozitif şekilde; nedensizlik alt boyutunu ise sosyal sermaye algısı yakın aile ve dikey okul alt boyutları pozitif şekilde ilişkilidir. Ancak nedensizlik alt boyutu aynı zamanda uzak aile sosyal sermayesi negatif şekilde ilişkilidir.

Araştırmada elde edilen bulgular fiziksel aktiviteye katılımında bireysel motivasyonun yakın aile sosyal sermayesi ile pozitif yönlü ilişkiyi göstermektedir. Çekirdek aile hem ergenler hem de ergenlikten yetişkinliğe geçen genç yetişkinler için sosyal çevrelerindeki en önemli sosyal etkileycilerdendir ve bu rollerini sağlık davranışlarından olan fiziksel aktivite için de kullanma potansiyelini barındırmaktadırlar (Belanger ve Patrick, 2018; Grimes vd., 2022). Özellikle geç ergenlik ve erken yetişkinlik döneminde bulunabilen üniversite öğrencilerinin benlik saygılarının inşasında ailelerin desteğinin önemli olduğu ve bu saygının gelişmesinde ailelerin fiziksel aktivite ve egzersiz davranışı üzerinden verdiği geri dönütlerin değer taşıdığı vurgulanmıştır (Belanger ve Patrick, 2018). Bu bağlamda bu araştırmanın örneklemini oluşturan üniversite öğrencilerinin de yakın aile bireylerinin oluşturduğu sosyal ağ içerisinde fiziksel aktivite katılımı ile benzer bir sosyal desteği gördükleri düşünülebilir. Üniversite öğrencilerinin algıladıkları aile sosyal sermayesinin yanında, çekirdek aileyi oluşturan bireylerin sosyal sermaye algıları ve bunun ailedeki sağlık davranışları arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmalarda oldukça önemlidir. Örneğin Quick vd. (2021) ailede algılanan sosyal sermayenin artmasının ebeveynler tarafından fiziksel aktivite de dahil olmak üzere sağlıklı beslenme ve zararlı madde kullanımı gibi sağlık davranışları üzerinde olumlu etkiler

oluşturarak, ailenin sosyal ikliminin sağlık davranışlarını destekleyecek bir yapıya büründüğünü belirtmişlerdir. Bir diğer ifade ile aileye ait sağlıkla ilişkili normlar yüksek sosyal sermaye algısı ile ilişkilidir. Junior vd. (2006) ise gençlerde fiziksel aktiviteye katılımın, kalıcı bir alışkanlık haline gelmesinin ergenlik döneminde şekillenip, kazandırılabilceğini belirtmişlerdir. Ayrıca Gustafson ve Rhodes (2006), çocukların ergenlik döneminde, fiziksel aktiviteye katılım alışkanlığını etkilemede aile bireylerinin etkili bir rol aldığını belirtmiştir. Bu anlamda yakın aile sosyal sermayesinde oluşan algı üniversite öğrencilerinin sağlıkla ilişkili davranışlara daha fazla değer vermesi ile sonuçlanmış olabilir ve bu durum da fiziksel aktivite katılımı için bireysel motivasyonel nedenlerle ilişkilendirilebilir. Öte yandan, Türkiye’de yapılan bir başka araştırma ise sosyal sermaye algısı ile fiziksel aktivite düzeyi arasındaki ilişkiyi ele almış ve yüksek düzeyde fiziksel aktivite seviyesi ile yakın aile sosyal sermaye algısı arasında negatif ilişki olduğunu belirtmiştir (Yıldız, 2018). Mevcut araştırma ile Türkiye’de daha önce yürütülen bu araştırma arasındaki temel farklılık yöntemsel yaklaşımlar ve bağımlı değişkenin farklı olması ile açıklanabilir. Yıldız (2018), araştırmasının örneklemini üniversite öğrenimine başlamak için farklı bir şehirden gelmek şartına bağlı tutmuştur, ancak yürüttüğümüz bu çalışmada örnekleme bu kısıtlamanın olmaması, her ne kadar araştırmaların bağımlı değişkeni farklı olsa da fiziksel aktivite davranışı ile ilgili ortaya çıkan farklılığı açıklar niteliktedir.

Fiziksel aktiviteye katılımında hissedilen bireysel motivasyonu pozitif şekilde ilişkili olan bir diğer değişken ise üniversite öğrencilerinin öğrenim gördükleri kurumlarda birlikte zaman geçirdikleri öğretim elemanlarından algıladıkları sosyal sermaye algısıdır. Bu anlamda hissedilen sosyal sermaye aynı zamanda çevresel fiziksel aktivite motivasyonunu da pozitif şekilde ilişkilidir. Elde edilen bulgulara benzer olarak, yapılan bir çalışmada da kadın ergenlerin öğretmen desteğinin fiziksel aktiviteye katılımı pozitif şekilde ilişkili olduğu bulunmuştur (Novak, Doubova ve Kawachi, 2016). Üniversite öğrencileri açısından ise ergenlerden farklı olarak, üniversite kampüslerinde öğretim elemanları ile bu ortamı paylaşmaları özel bir değere sahip olabilir. Çünkü üniversite öğrencilerinden oluşan özel gruplarda sosyal sermayenin fiziksel aktivite davranışına transfer edilmesinde fiziksel çevre büyük önem taşımaktadır ve üniversite kampüsleri şehirden farklı olarak trafiğin az olması ve güvenli ortam hissinin fazla olması nedenleriyle fiziksel aktivite imkanına olanak tanır (Bartshe, Coughenour ve Pharr, 2018; Bartshe, Coughenour ve Stephen, 2021). Bu bağlamda üniversitede rol model olarak kabul edilebilecek öğretim elemanlarının kampüs içerisindeki aktif ulaşımına ilişkin davranışları da öğrencilerin fiziksel aktivite davranışına karşı motivasyon sağlamalarında etkili olabilir.

Yakın aile sosyal sermaye algısı bireysel nedenler ile pozitif ilişki halindeyken nedensizlik hissi ile de aynı yönde ilişkilidir. Başka bir ifade ile üniversite öğrencilerinin çekirdek ailelerinde ve üniversitelerindeki öğretilerine karşı algıladıkları sosyal sermaye hissinin artması, onların fiziksel aktivitelere katılımında neden bulamama hislerini de artırmaktadır. Sosyal sermaye algısının pozitif olduğu kişilerle daha fazla zaman geçirildiği düşünüldüğünde üniversite öğrencilerinin çevrelerindeki aile ve öğretmenlerin yeterince fiziksel aktiviteye katılmadığı düşünülebilir. Her ne kadar bulunan pozitif ilişkiler, ailenin sosyal desteği ve üniversitedeki fiziksel koşulların kampüs olanaklarından dolayı fiziksel aktivite katılımını artıracak imkânlar sunması ile açıklanmış olsa da, Yıldız (2018)’in üniversite öğrencilerinin yüksek yoğunluklu fiziksel aktivite düzeyi ile yakın aile sosyal sermaye algısı arasında

bulduğu negatif ilişkiyi dayandırdığı gibi Türk toplumunda fiziksel aktiviteye katılımın düşük düzeyde olması, ailelerin yönlendiricisi olan anne ve babalar ile kardeşlerin fiziksel aktivite katılımının düşük olduğunun bir işareti olarak değerlendirilebilir (Dünya Sağlık Örgütü, 2014). Benzer şekilde aynı değerlendirme üniversitedeki öğretmenler için de yapılabilir. Bu bağlamda üniversite öğrencilerinin bu iki temel kaynaktan algıladıkları sosyal destek bireysel ve çevresel birtakım nedenlere transfer edilebilse de doğrudan bu bireyler ile birlikte fiziksel aktivite katılımına işaret etmediği için nedensizlik alt boyutu ile de ilişki olabilir. Bir başka ifade ile aile ve öğretim elemanları gibi güvenilir kaynaklar fiziksel aktiviteye yönlendirmek konusunda etkili olmakla beraber, rol model ya da lider olma konusunda yetersiz kalabilir ve bu nedenle bireylerin motivasyonlarını düşürebilirler. Bu bağlamda Memiş ve Yıldırım (2007) öğretim elemanlarının tüm eğitim yıllarına bakılarak yapılan bir araştırmada, planlanmış fiziksel aktivitelere ve spor branşı kurslarına katılma oranlarının düşük çıktığı ancak hoşlanma oranlarının katılma oranına göre daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Fiziksel aktivite motivasyonu alt boyutu olan nedensizlik sosyal sermaye algısı uzak aile alt boyutunun negatif şekilde ilişkili olduğu bulunmuştur. Benzer bir çalışmada, aile bireylerinin ve uzak ailenin (kuzen vb.) fiziksel aktivite davranışlarını etkilemesi tartışılmıştır ve kuzenler tarafından desteğin Yeni Zelanda'daki fiziksel aktiviteye yeni başlamış bireyler için etkili olduğunu belirtmiştir (Hohepa vd., 2007). Sağlıklı bir yaşam stilini benimsemeye yakın aile ve uzak ailelerin etkin bir rolü olduğu görülmüştür (Galdas vd., 2011; King vd., 2008). Buna örnek olarak, kolon kanseri olan hastaların fiziksel aktiviteye katılım sağlamayan akrabalarının, bu davranışı değiştirmesini amaçlayan bir çalışmada çıkan bulgulara göre ise hasta yakınları için bu durumun fiziksel aktiviteye katılımda motivasyon sağladığı görülmüştür (McGowan ve Prapavessis, 2010). Türk toplumundaki birçok aile yapısında çekirdek aile dışındaki akrabalarla da yakın ilişki kurulması bu kişilerin kaynak olduğu sosyal sermaye algısının artması ile ilişki olabilir; ancak elde edilen bulgular neticesinde bu çalışmadaki katılımcıların çekirdek aileleri dışındaki aile bireyleri ile sahip oldukları ağlarda fiziksel aktivitenin önemli bir etkinlik olmadığı değerlendirilebilir. Bu durum daha önce açıklandığı üzere Dünya Sağlık Örgütü'nün (2014) uluslararası raporunda da belirttiği üzere Türkiye'de her yaşta bireyin fiziksel aktivite katılımının kısıtlı olması ile bağlantı göstermektedir.

Araştırmadan elde edilen bir diğer bulgu ise yaşanan mahallede hissedilen sosyal sermaye algısının fiziksel aktiviteye katılım konusunda çevresel motivasyonu pozitif olarak anlamlı şekilde ilişkili olmasıdır. Sosyal sermayenin fiziksel aktivite davranışı üzerindeki en temel etkilerinden bir tanesi yaşanan alanda güvenlik hissini oluşmasını sağlayarak insanların rahatlıkla yaşam alanlarındaki sosyalleşme ortamları olan parkları kullanabilmeleri ve diğer işleri için de yürüyüş ve bisiklet gibi aktif ulaşımın tercih edilmesidir (Ueshima vd., 2010). Özellikle bu araştırmanın örnekleminin %61'ni kadın katılımcıların oluşturduğu düşünüldüğünde güvenlik hissini fiziksel aktivite davranış niyetine dönüşmesinin önemi daha da artmaktadır. Çünkü Ball vd. (2010) Avustralya gibi kalkınma düzeyi yüksek bir toplumda kadınların yaşadıkları mahallelerde fiziksel aktiviteye katılmalarında sosyal sermaye algılarının başat bir faktör olduğunu ve hissedilen sosyal sermayenin artması ile kadınların fiziksel aktivite niyetlerinin de yükseldiğini belirtmiştir. Araştırmanın örneklemini oluşturan ve Eskişehir'de yaşayan üniversite öğrencilerinin yaşam alanları düşünüldüğünde, öğrencilerin büyük çoğunluğunun aynı yaşam alanlarında yaşadığı ve bu yaşam alanlarında

kullanımlarına uygun yeşil alan düzenlemelerinin olduğu görülmektedir. Bu bağlamda Yıldizer'in (2018) geliştirdiği ölçeğin komşuluk sosyal sermayesi alt boyutu incelendiğinde maddelerin yaşam alanlarındaki güvenlik ve yardımlaşmayı ön plana çıkardığı görülmekte ve üniversite öğrencilerinin kendileri gibi bireylerden oluşan yaşam alanlarından hissettikleri sosyal sermaye algısının güvenlik hissini sağlayarak onları yaşam alanlarında fiziksel olarak aktif olmaya motive ettiği düşünülebilir.

Bu araştırma birtakım sınırlılıklara sahiptir. Bunlardan ilki örneklem sayısının ve örnekleme tekniğinin elde edilen bulguların genellemesine ilişkin oluşturduğu sınırlılıktır. Bu bağlamda araştırmanın büyüklüğü hesaplanan ve seçkisiz yöntemlerle veri toplanmasına olanak veren örneklem teknikleri ile tekrar yürütülmesi önerilir. Fiziksel aktivite katılımı motivasyonuna ilişkin kullanılan ve üniversite öğrencilerinde geçerliği bu çalışmada tespit edilen ölçme aracı yer alan maddelerin lise düzeyindeki adölesanlar için geliştirilmiş olması da bir sınırlılık olarak değerlendirilmektedir. Bu çalışmadaki bir diğer önemli sınırlılık ise fiziksel aktivite düzeyinin veri olarak toplanmamış olmasıdır. Araştırmanın değişkenleri arasında tespit edilen ilişkiler ağında, fiziksel aktivite düzeyinin de olması yapısal eşitlik modeli gibi daha ileri düzeyli analizler yürütmeye olanak tanıyarak, fiziksel aktivite motivasyonunun bu ilişki ağlarındaki aracı rolüne de ışık tutabilir.

Bu araştırma sonucunda, üniversite öğrencilerinin farklı sosyal ağlardan algıladıkları güven, karşılıklı dayanışma ve normların bir bütünü olan sosyal sermaye algılarının fiziksel aktivite katılımı için önemli olan motivasyon ile ilişki olma durumları incelenmiştir. Araştırma sonucunda yakın aile sosyal sermayesinin fiziksel aktivite katılımında bireysel nedenler ile pozitif, fiziksel aktivite katılım nedensizliği ise negatif yönlü ilişkili olduğu bulunmuştur. Dikey okul sosyal sermayesinin, komşuluk sosyal sermayesi ile birlikte fiziksel aktivite katılımının çevresel nedenleri ile pozitif ilişkili olduğu bulunmuştur. Son olarak, uzak aile sosyal sermayesi ile fiziksel aktivite katılım nedensizliğinin negatif yönlü ilişki olduğu sonucuna erişilmiştir. Bu sonuçlar doğrultusunda;

Fiziksel aktivite katılımının düşük olduğu üniversite öğrencilerinden oluşan gruplarda, öğrencilerin sosyal etkileşimlerinin yoğun olduğu ağlar tespit edilerek, bu sosyal ağların fiziksel aktivite motivasyonu artırmadaki gücü kullanılabilir. Örneğin; yaşadığı mahallede fiziksel aktivite imkânı bulunan gençler için güven, yardımlaşma ve dayanışma hissini temsil eden komşuluk sosyal sermayesini artıran uygulamalar ile imkânların değerlendirilmesinin önü açılabilir.

Kampüslerin sağladığı özel fiziksel aktivite ve rekreasyon imkanlarının özellikle öğretim elemanlarının önderliğinde fiziksel aktivite davranışına dönüştürülmesi değer taşımaktadır. Bu bağlamda fiziksel aktivite, spor ve egzersiz konularına önderlik edebilecek öğretim elemanlarının çeşitli etkinlikler ile fiziksel aktivite müdahalesi gelişmesi uygun olabilir.

Üniversite öğrenimine geçen gençlerin ailelerinden aldıkları sosyal desteğin fiziksel aktiviteye dönüştürülmesi sürecinde, toplum temelli yaygın uygulamalar hissedilen nedensizliğin azaltılmasında etkili olabilir.

## **KAYNAKLAR**

Aliyas, Z. (2020). Social capital and physical activity level in an Urban adult population. *American Journal of Health Education*, 51(1), 40-49.

- Ball, K., Cleland, V. J., Timperio, A. F., Salmon, J., Giles-Corti, B., ve Crawford, D. A. (2010). Love thy neighbour? Associations of social capital and crime with physical activity amongst women. *Social science & medicine*, 71(4), 807-814.
- Bartshe, M., Coughenour, C., ve Pharr, J. (2018). Perceived walkability, social capital, and self-reported physical activity in Las Vegas college students. *Sustainability*, 10(9), 3023.
- Bartshe, M., Coughenour, C., ve Stephen, H. (2021). The relationship between tree canopy and social capital on physical activity in college students. *Journal of American College Health*, 1-10.
- Beets, M. W., Cardinal, B. J., ve Alderman, B. L. (2010). Parental social support and the physical activity-related behaviors of youth: a review. *Health Education & Behavior*, 37(5), 621-644.
- Belanger, N. M., ve Patrick, J. H. (2018). The influence of source and type of support on college students' physical activity behavior. *Journal of Physical Activity and Health*, 15(3), 183-190.
- Cockerham, W. C., ve Ritchey, F. J. (1997). *Dictionary of medical sociology*. Greenwood Publishing Group.
- Cohen, S., Gottlieb, B. H., ve Underwood, L. G. (2000). Social relationships and Health in Social support measurement and intervention. *In A Guide for Health and Social Scientists*. Oxford University Press New York.
- Demir Tekkurşun, G., ve Cicioğlu, H. İ. (2018). Motivation Scale For Participation In Physical Activity (MSPPA): A study of validity and reliability Fiziksel Aktiviteye Katılım Motivasyonu Ölçeği (FAKMÖ): Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Journal of Human Sciences*, 15(4), 2479-2492.
- Field, J. (2008). Sosyal Sermaye (Bahar Bilgen ve Bayram Şen Çev.). *Basım, İstanbul Bilgi Üniversitesi Yayınları, İstanbul*.
- Frederick, C. M., ve Ryan, R. M. (1993). Differences in motivation for sport and exercise and their relations with participation and mental health. *Journal of sport behavior*, 16(3), 124-147.
- Galdas, P.M., Oliffe, J.L., Wong, S.T., Ratner, P.A., Johnson, J.L., ve Kelly, M.T. (2011). Canadian Punjabi Sikh men's experiences of lifestyle changes following myocardial infarction: cultural connections. *Ethn. Health*.
- Grimes, A., Lightner, J. S., Pina, K., de Miranda, E. S. D., Meissen-Sebelius, E., Shook, R. P., ve Hurley, E. A. (2022). Designing an adaptive adolescent physical activity and nutrition intervention for COVID-19 related health challenges: Formative research study. *JMIR Formative Research*, 6(1), e33322.

Gustafson, S. L., ve Rhodes, R. E. (2006). Parental correlates of physical activity in children and early adolescents. *Sports Medicine*, 36(1), 79-97.

Ho EC, Hawkey L, Dale W, Waite L, ve Huisinsh-Scheetz M. (2018). Social capital predicts accelerometer-measured physical activity among older adults in the US: a cross-sectional study in the national social life, health, and aging project. *BMC Public Health*, 8(1):804

Hohepa, M., Scragg, R., Schofield, G., Kolt, G.S., ve Schaaf, D. (2007). Social support for youth physical activity: Importance of siblings, parents, friends and school support across a segmented school day. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 4(1), 1-9.

Hooper, D., Coughlan, J., ve Mullen, M. R. (2008). Structural equation modelling: Guidelines for determining model fit. *Electronic journal of business research methods*, 6(1), 53-60.

Hu, L. T., ve Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural equation modeling: a multidisciplinary journal*, 6(1), 1-55.

Hyypä, M. T. (2010). Social capital, population health and survival. *Healthy ties. Springer Science & Business Media*. <https://doi.org/10.1007/978-90-481-9606-7>

İlhan, L. (2010). Hareketsiz yaşamlar kültürü ve beraberinde getirdikleri. *Verimlilik Dergisi*, (3), 195-210.

Junior, M. R. D. A., Araújo, C. L. P., ve Pereira, F. M. (2006). Atividades físicas e esportivas na adolescência: mudanças de preferências ao longo das últimas décadas. *Revista Brasileira De Educação Física E Esporte*, 20(1), 51-58.

Karasar, N. (2012). *Bilimsel araştırma yöntemi (24. bs.)*. Nobel Yayıncılık.

Kawachi, I. (2010). "Social Capital and Health", *Handbook of Medical Sociology*, Ed. C. E. Bird, P. Conrad, A. M. Fremont, S. Timmermans, Tennessee: Vanderbilt University Press. Sixth Edition.

Kaynar, Ö., Seyhan, S., ve Bilici, M. F. (2018). Güreşçilerde sportif başarıyı olumsuz etkileyen faktörlerin incelenmesi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 20(1), 54-59.

Kim, Y., Schneider, T., Faß, E., ve Lochbaum, M. (2021). Personal social capital and self-rated health among middle-aged and older adults: A cross-sectional study exploring the roles of leisure-time physical activity and socioeconomic status. *BMC Public Health*, 21(1), 1-11.

King, K. A., Tergerson, J. L., ve Wilson, B. R. (2008). Effect of social support on adolescents' perceptions of and engagement in physical activity. *Journal of Physical Activity and Health*, 5(3), 374-384.

Kline, R. B. (2005). *Principles and practice of structural equation modeling*. Guilford, 3.

Laerd Statistics (2023, Ocak). *Multiple regression using SPSS Statistics. Statistical tutorials and software guides*. Retrieved from <https://statistics.laerd.com/premium/spss/mr/multiple-regression-in-spss.php>

Lindström, M. (2008). Social capital and health-related behaviors. *In Social capital and health*. Springer.

Lindström, M., Hanson, B. S., ve Östergren, P. O. (2001). Socioeconomic differences in leisure-time physical activity: the role of social participation and social capital in shaping health related behaviour. *Social science & medicine*, 52(3), 441-451.

McGowan, E. L., ve Prapavessis, H. (2010). Colon cancer information as a source of exercise motivation for relatives of patients with colon cancer. *Psychology, health & medicine*, 15(6), 729-741.

McNeill, L. H., Kreuter, M. W., ve Subramanian, S. V. (2006). Social environment and physical activity: a review of concepts and evidence. *Social Science & Medicine*, 63(4), 1011-1022.

Memiş, U. A., ve Yildiran, İ. (2007). Çocukluk ve ergenlikteki fiziksel aktivite deneyimleri ile yetişkinlikteki fiziksel aktivite düzeyleri arasındaki ilişki. *Gazi beden eğitimi ve spor bilimleri dergisi*, 13(1), 13-32.

Meydan, C. H., ve Şeşen, H. (2015). *Yapısal Eşitlik Modellemesi: AMOS Uygulamaları, (2. Baskı)*. Detay Yayıncılık.

Novak, D., Doubova, S. V., ve Kawachi, I. (2016). Social capital and physical activity among Croatian high school students. *Public Health*, 135, 48-55.

Pugliese JA, ve Okun MA. (2014). Social control and strenuous exercise among late adolescent college students: Parents versus peers as influence agents. *Journal of Adolescents*, 37(5):543- 554.

Putnam, R. D. (2000). Bowling alone: America's declining social capital. *In Culture and politics*. Palgrave Macmillan.

Quick, V., Delaney, C., Eck, K., ve Byrd-Bredbenner, C. (2021). Family social capital. *Links to weight-related and parenting behaviors of mothers with young children. Nutrients*, 13(5), 1428.

Raykov, T., ve Marcoulides, G. A. (2000). *Latent Change Analysis. A first course in structural equation modeling*, Mahwah, New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates.

Rios-Aguilar, C., ve Deil-Amen, R. (2012). Beyond getting in and fitting in: An examination of social networks and professionally relevant social capital among Latina/o university students. *Journal of Hispanic Higher Education*, 11(2), 179-196.

Rocco, L., ve Suhrcke, M. (2012). Is social capital good for health? A European perspective. World Health Organization. *Regional Office for Europe*.



Samsudin, R., Yok, T. P., ve Chua, V. (2022). Social capital formation in high density urban environments: Perceived attributes of neighborhood green space shape social capital more directly than physical ones. *Landscape and Urban Planning*, 227, 104527.

Song, L., Son J., ve Lin N. (2010). "Social Capital and Health", *Medical Sociology*. West Sussex: Blackwell Publishing.

Steiger, J. H. (2007). Understanding the limitations of global fit assessment in structural equation modeling. *Personality and Individual differences*, 42(5), 893-898.

Tabachnick, B. G., ve Fidel, L. S. (2001). Using multivariate statistics. *Needham Heights, MA: Allyn & Bacon*.

Tüysüz, N. (2011). *Sosyal sermayenin ekonomik gelişme açısından önemi ve sosyal sermaye endeksinin hesaplanması*. Uzmanlık tezi, Kalkınma Bakanlığı, Ankara.

Ueshima, K., Fujiwara, T., Takao, S., Suzuki, E., Iwase, T., Doi, H., ... ve Kawachi, I. (2010). Does social capital promote physical activity? A population-based study in Japan. *PloS One*, 5(8), e12135.

World Health Organization, (2014). *Global status report on noncommunicable diseases 2014*. Geneva.

Yıldız, G. (2020). *The association between physical activity participation and social capital, physical self perceptions among adolescents case of Eskişehir*. Yayınlanmış Doktora tezi, Anadolu Üniversitesi, Eskişehir.

Yıldız, G. (2021). Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Sermaye Algısı ve Fiziksel Aktivite Düzeyi Arasındaki İlişki. *Türkiye Klinikleri Spor Bilimleri*, 13(2).

Yıldız, G., Bilgin, E., Korur, E. N., Novak, D., ve Demirhan, G. (2018). The association of various social capital indicators and physical activity participation among Turkish adolescents. *Journal of Sport and Health Science*, 7(1), 27-33.

Zorba, E., ve Saygın, Ö. (2017). Fiziksel Aktivite ve Fiziksel Uygunluk. (4. Baskı). Ankara: Perspektif. Güvenirlilik çalışması. *Journal of Human Sciences*, 15(4), 2479-2492.