



**SOSYAL MEDYA BAĞIMLILIĞI VE
REKREASYONEL KATILIM: ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN
MOTİVASYONEL DİNAMİKLERİ***

SOCIAL MEDIA ADDICTION AND RECREATIONAL PARTICIPATION:
MOTIVATIONAL DYNAMICS OF UNIVERSITY STUDENTS

Ceren COŞKUN

İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa,
Spor Yönetim Bilimleri Anabilim Dalı,
İstanbul/Türkiye.

Istanbul University-Cerrahpaşa,
Department of Sports Management
Sciences, Istanbul/Türkiye.
coskun.ceren@outlook.com

ORCID ID: 0009-0002-8428-8875

Cemal GÜLER

Dr., İstanbul Üniversitesi-
Cerrahpaşa, Spor Yönetim Bilimleri
Anabilim Dalı, İstanbul/Türkiye.

Dr., Istanbul University-Cerrahpaşa,
Department of Sports Management
Sciences, Istanbul/Türkiye.
cemal.guler95@gmail.com

ORCID ID: 0000-0002-0912-7732

Makale bilgisi | Article Information

DOI: 10.47994/usbad.1583247

Makale Türü / Article Type: Araştırma Makalesi / Research Article

Geliş Tarihi / Date Received: 12.11.2024

Kabul Tarihi / Date Accepted: 24.12.2024

Yayın Tarihi / Date Published: 20.12.2024

Yayın Sezonu / Pub Date Season: Aralık / December

Bu Makaleye Atıf İçin / To Cite This Article: Coşkun, C., & Güler, C. (2024).

Sosyal Medya Bağımlılığı ve Rekreatif Katılım: Üniversite Öğrencilerinin
Motivasyonel Dinamikleri. *USBAD Uluslararası Sosyal Bilimler Akademi Dergisi* 6(16),
524-541.

İntihal: Bu makale intihal.net yazılımınca taranmıştır. İntihal tespit edilmemiştir.

Plagiarism: This article has been scanned by intihal.net. No plagiarism detected.



İletişim: Web: <https://dergipark.org.tr/tr/pub/usbad>
mail: usbaddergi@gmail.com

* Bu araştırma TÜBİTAK 2209-A 2023 1. dönem proje kapsamında desteklenmiştir.

Öz: Bu araştırmanın amacı, üniversite öğrencilerinin sosyal medya bağımlılık düzeyleri ile rekreasyonel aktivitelerine katılım motivasyonlarının incelenmesidir. Çalışma betimsel tarama modeli kullanılarak tasarlanmıştır. Araştırmada örneklem seçiminde olasılıksız örneklem yöntemlerinden amaçlı örneklem yönetimi kullanılmış ve katılımcıların %57,4'ü (116) kadın, %42,6'sı (86) erkek toplam 202 üniversite öğrencisinden oluşmaktadır. Araştırmada kişisel bilgi formuna ek olarak katılımcıların rekreasyon aktivitelerine katılım motivasyon düzeylerini ölçmek için Gözen (2020) tarafından geliştirilen Rekreasyon Aktivitelerine Katılım Motivasyon Ölçeği ve sosyal medya bağımlılık düzeylerini ölçmek için Tutgun-Ünal (2015) tarafından geliştirilen "Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği" kullanılmıştır. Araştırmada katılımcıların sosyo demografik özelliklerini belirlemek için yüzde ve frekans dağılımları kullanılmıştır. Verilerin normal dağılım gösterdiği tespit edilerek bu bağlamda normallik testlerden bağımsız örneklem t-testi ve one-way anova testleri uygulanmıştır. Araştırma sonuçlarına göre sosyal medya bağımlılık düzeyleri ile rekreasyonel aktivitelere katılım motivasyonları alt boyutları ile cinsiyet, yaş, sınıf, serbest zaman yeterliliği, günlük sosyal medya kullanımı ve haftalık serbest zaman sürelerine göre anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Sonuç olarak bireylerin sosyal medya bağımlılığı ve rekreasyonel aktivitelere katılım motivasyonları cinsiyet, sınıf, serbest zaman yeterlilik, günlük sosyal medya kullanımı ve haftalık serbest zaman süresine göre farklılık göstermektedir.

Anahtar Kelimeler: Sosyal Medya, Rekreasyonel Aktivite, Üniversite Öğrencileri

Abstract: Our aim is to delve into the fascinating world of social media addiction among university students and uncover the driving forces behind their participation in recreational activities. We are thrilled to present our study, which was designed using a descriptive survey model. We used a purposive sampling method, one of the non-probability sampling methods, to select our sample. We were delighted to work with 202 university students, 57.4% (116) of whom were female and 42.6% (86) of whom were male. We also used the fantastic Motivation Scale for Participation in Recreation Activities, developed by Gözen (2020), to measure the motivation levels of the participants to take part in recreation activities. And we used the brilliant 'Social Media Addiction Scale', developed by Tutgun-Ünal (2015), to measure their social media addiction levels. In this study, we used two fantastic methods to determine the socio-demographic characteristics of our participants: the percentage method and the frequency method. We are pleased to report that the data showed normal distribution, which meant that we could apply the independent sample t-test and one-way ANOVA tests. The results of the research were fascinating! They revealed significant differences between the sub-dimensions of social media addiction levels and motivations to participate in recreational activities according to gender, age, class, free time sufficiency, daily social media use and weekly free time duration. This shows that socio-demographic characteristics of individuals can influence social media addiction and motivation to participate in recreational activities.

Key Words: Social Media, Recreational Activity, University Student

1. GİRİŞ

Sosyal medya, esas olarak sosyal etkileşimlere, topluluk tabanlı girdilere ve kullanıcı topluluğu arasında içerik paylaşımına odaklanan, yalnızca kullanıcıları tarafından oluşturulan ve üçüncü taraflardan lisanslanmamış içerikleri öne çıkaran üçüncü taraf internet tabanlı platformları ifade etmektedir (Asur ve Huberman, 2010). Facebook, Instagram ve TikTok gibi sosyal ağ siteleri, insanların coğrafi mesafe veya diğer engellerden bağımsız olarak çevrimiçi bir dünyada bağlantıda

kalmalarını sağlayan sosyal medyanın önde gelen örnekleridir (Kaye, 2021; Boyd ve Ellison, 2008). Sosyal medya, sanal topluluklarda ve ağlarda (mesaj panoları, sosyal ağlar, hasta forumları, Twitter, bloglar ve Facebook gibi) bilgi, fikir, resim veya videoları birlikte oluşturmak, paylaşmak veya değiştirmek için kullanılan Web tabanlı bilgisayar aracılı araçlardır (Obar ve Wildman, 2015). Sosyal medyanın kullanılabilirliği, araştırmacıların özellikle daha önce erişilmesi zor olabilecek kaynaklardan kolayca veri toplamaları için yeni yollar açmaktadır. Sosyal medya platformları, dünya çapında yüz milyonlarca internet kullanıcısının günlük yaşamlarının bileşenlerinden biri haline gelmiştir (Kim ve vd., 2010). Geçmişten günümüze insanlar arasında bulunan bağlantılar, internet üzerinde oluşturulan ortamda daha görünür hale gelmiştir. Sosyal medya internetin yaygınlaşmasıyla birlikte gelişerek değişmiş ve bugün sayıları yüz milyonlarla ifade edilen kullanıcı sayılarına ulaşmıştır (Taşçı ve Ekiz, 2018). Sosyal medya ve paylaşım teknolojileri gibi yeni platformların insan ilişkilerini ve iletişimi kolaylaştırdığı ve genişlettiği düşünülürken, teknolojinin ve internetin aşırı kullanımı, özellikle aileler içindeki kişiler arası ilişkileri olumsuz etkileyebilmektedir. Bireyler giderek daha az yüz yüze etkileşimde bulunabilir ve bunun yerine dijital ortamlarda sanal ilişkilere katılmayı tercih edebilir. Sosyal medyanın ve internetin aşırı kullanımı, bağımlılığa benzeyen davranışlara yol açabilir (Ayğar ve Uzun, 2018). Bireyin sık sık sosyal medya kullanımı mutlaka sosyal medya bağımlılığını göstermez (Griffiths, 2010) ve bu nedenle bireylerin ruh sağlığı veya akademik performansı üzerinde her zaman olumsuz etkileri olmaz. Birçok kişi tarafından ara sıra deneyimlenebilen sosyal medyada normal aşırı etkileşim ile sosyal medya bağımlılığı arasındaki temel fark, ikincisinin çevrimiçi sosyal ağlar kontrol edilemez ve zorlayıcı hale geldiğinde olumsuz sonuçlarla ilişkili olmasıdır (Andreassen, 2015). Teknolojinin aktivite amaçlı ve eğlence amaçlı kullanımı, bireylerin günlük boş zamanlarının değerlendirilmesini temsil eder. Zaman sınırlı olduğundan, boş zaman daha da kısıtlanmıştır. Bu sınırlı zaman diliminde, bireyler fırsata sahipse, mümkün olan en kısa sürede faydaları en üst düzeye çıkarma ilkesine dayalı olarak aktivite seçimleri yapma olasılıkları yüksektir (Eryılmaz ve Bal, 2019). Sosyal medya üniversite öğrencilerinin günlük yaşamında önemli bir yer tutmaktadır. Öğrencilerin sosyal ilişkilerini, kimlik gelişimlerini ve duygusal tatmin düzeylerini etkilemektedir.

Sosyal medya bağımlılığına bağlı olarak öğrenciler rekreasyonel aktivitelere yönelim konusunda motivasyonları azalabilmektedir. Üniversite öğrencilerinin boş zamanlarını etkin bir şekilde kullanmaları, yaşamlarını etkileyen bazı sorunların önlenmesi ve kendilerini fiziksel ve ruhsal olarak sağlıklı hissetmeleri açısından önemlidir (Akkaya, 2008). Stebbins (2012) rekreasyonu, kişinin kendi beceri ve yeteneklerini kullanabileceği, serbest zamanlarında gönüllü olarak ve hiçbir zorunluluk olmadan katılabileceği, kişisel tatmin sağlayan etkinlikler olarak tanımlanmaktadır. Bu nedenle; spor, sosyal ve kültürel faaliyetler geliştirilmeli ve öğrencilerin boş zamanlarını etkin bir şekilde değerlendirebilmeleri için üniversitedeki rekreasyon tesislerine yönlendirilmelidir (Kabadayı vd., 2017). Genç bireyler tüm toplumların geleceği ve vaadidir. Gençlerin eğitimi ve olgunlaşma süreci, öğretmenler, spor koçları ve yakın çevrelerindeki aileler de dahil olmak

üzere birçok insanın endişesidir. Rekreatyon, bu sürecin en iyi destekleyici unsurudur, çünkü rekreatyonel aktiviteler insanların eğitim ve olgunlaşma sürecinde mükemmel bir şekilde gelişmelerine yardımcı olmaktadır (Yiğiter vd., 2011). Literatürde, üniversite öğrencilerinin serbest zaman aktivitelerine katılımının yetişkin yaşam tarzlarını etkilediği ileri sürülmektedir (Sivan, 2003). Bu bağlamda, sağlıklı nesillerin büyümesi için bir dönüm noktası oluşturan üniversite öğrencilerinin rekreatyonel aktivitelerini yeterli bir şekilde kullanmaları son derece sosyal öneme sahiptir.

Gençlerin sağlıklı yaşam tarzını benimsemeleri, fiziksel aktivite katılımlarını arttırmaya ve fiziksel olarak kendilerini geliştirmeye katkı sağlamaktadır. Serbest zaman bireylerin ihtiyaçlarını karşılayan serbest zaman faaliyetlerinin uygulanmasında bilgi, beceri ve yetenek düzeylerini arttırmaya yardımcı olan gençlerin serbest zamanlarında aktif olarak boş zaman geçirme sürecidir. Fizyolojik, fiziksel potansiyelin geri kazanılmasını, öğrencilerin zevk için aktif dinlenme arzusunu ve kişiliğin yaratıcı kendini ifade etmesini amaçlamaktadır (Otravenko vd., 2021). Üniversite öğrencilerinin sosyal medya bağımlılık ile rekreatyonel katılım düzeylerini incelemek, günümüzün dijitalleşen dünyasında önemli bir araştırma alanıdır. Sosyal medya kullanımı öğrencilerin serbest zamanlarını nasıl değerlendirdikleri ve motivasyonel dinamikleri üzerinde etkili olacak hale gelmiştir. Bu araştırma ile öğrencilerin sosyal medya bağımlılık düzeylerinin rekreatyonel aktivitelerine katılırken katılma motivasyonları üzerindeki etkilerini anlamak için önemli olacağı düşünülmektedir. Araştırma kapsamında elde edilen bulgular, öğrencilerin sağlıklı yaşam tarzlarını benimsemeleri, sosyal etkileşimlerini güçlü hale getirmeleri ve dijital bağımlılık ile mücadele etmeleri için üniversitelere rehberlik edecek öneriler sunmaktadır. Literatürde yapılan araştırmalar sosyal medya kullanan bireylerin rekreatyon aktivitelerine katılım göstermede etkili olduğu belirtilmektedir (Turkak ve Çuhadar, 2022; Şirin, 2023).

2. YÖNTEM VE GEREÇ

Çalışma betimsel tarama modeli kullanılarak tasarlanmıştır. Geniş gruplar üzerinde yürütülen, grupta yer alan bireylerin bir olay hakkındaki görüş ve tutumlarının alındığı ve betimlenmeye çalışıldığı araştırmalardır (Karakaya, 2012). Araştırmada örneklem seçiminde olasılıksız örneklem yöntemlerinden amaçlı örneklem yönetimi kullanılmıştır. Tablo 1’de yer alan verilere göre katılımcıların %57,4’ü (116) kadın, %42,6’sı (86) erkek toplam 202 üniversite öğrencisinden oluşmaktadır. Katılımcılar İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa Spor Bilimleri Fakültesi’nde öğrenim gören bireylerden oluşmaktadır.

Araştırmaya dahil olma kriterleri; spor bilimleri fakültesi öğrencisi olmak, rekreatyon aktivitelerine katılmak ve sosyal medya platformunda bir hesabı olmasıdır. Çalışmaya katılmadan önce katılımcılara konu ile ilgili bilgi aktarılmış ve katılımcılar tarafından onam formu doldurulmuştur.

Veri Toplama Araçları

Kişisel Bilgi Formu

Araştırmanın ilk bölümünde araştırmacılar tarafından katılımcıların sosyo demografik özelliklerini tespit etmek amacıyla cinsiyet, yaş, sınıf, haftalık serbest zaman süresi, serbest zaman yeterliliği ve günlük sosyal medya kullanımını içeren sorular yer almaktadır.

Rekreasyon Aktivitelerine Katılım Motivasyon Ölçeği

Araştırmanın ikinci bölümünde katılımcıların rekreasyon aktivitelerine katılım motivasyon düzeylerini ölçmek için Gözen (2020) tarafından geliştirilen Rekreasyon Aktivitelerine Katılım Motivasyon Ölçeği kullanılmıştır. Ölçek 36 madde, 5 alt boyut ve 5 likertli bir ölçektir. Alt boyutlar sırasıyla, "Başarı odaklılık", "Zorluklara meydan okuma", "Risk alma", "Bireysellik" ve "Yenilik"tir. İç tutarlılık kat sayısı .93 olarak bulunmuştur.

Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği

Araştırmanın üçüncü bölümünde katılımcıların sosyal medya bağımlılık düzeylerini ölçmek için Tutgun-Ünal (2015) tarafından geliştirilmiş "Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği" kullanılmıştır. Ölçek 41 madde, 4 alt boyut ve 5 likertli bir ölçektir. Alt boyutlar sırasıyla, "Meşguliyet", "Duygu Durum Düzenleme", "Tekrarlama" ve "Çatışma"dır. Ölçeğin iç tutarlılık kat sayısı ise .92 olarak bulunmuştur.

Verilerin Analizi

Verilerin analizleri SPSS 25 (Statistical Package for the Social Sciences) programı kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Araştırmada katılımcıların sosyo demografik özelliklerini belirlemek için yüzde ve frekans yöntemleri kullanılmıştır. Verilerin skewness (-.207) ve kurtosis (1.493) değerlerine bakılarak araştırmanın parametrik dağılıma sahip olduğu tespit edilmiştir. Jondeau ve Rockinger (2003)'e göre alt boyutların çarpıklık ve basıklık katsayılarının +3 ile -3 arasında normal dağılım parametrelerine uygun şartlar taşıdığını ifade etmiştir. Bu bağlamda verilerin normallik testlerden bağımsız örneklem t-testi ve one-way anova testleri uygulanmıştır.

Araştırmanın Etik İzni

Bu araştırma, Helsinki Deklarasyonu prensiplerine uygun şekilde tamamen etik kurallar çerçevesinde gerçekleşmiştir. İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Etik Kurulu Başkanlığının 13.09.2024 tarihinde gerçekleştirilen toplantısında değerlendirilen araştırmanın 2024/394 nolu karar ile etik açıdan uygun olduğuna karar verilmiştir.

3. BULGULAR

Tablo 1. RAKMÖ ve SMBÖ puanlarının dağılımı

ÖLÇEK	Madde Sayısı	Min.	Maks.	Standart Sapma	Ort.	Çarpıklık	Basıklık
REKREASYONEL AKTİVİTELERE KATILIM MOTİVASYON ÖLÇEĞİ (RAKMÖ)							
Başarı odaklılık	10	2.60	5.00	.42	3.98	.263	.440
Zorluklara meydan okuma	9	2.00	5.00	.78	3.61	-.575	-.232
Risk alma	6	1.67	5.00	.77	3.49	-.207	-.602
Bireysellik	5	1.80	5.00	.55	3.47	.075	.119
Yenilik	6	3.00	5.00	4.9	3.93	.518	-.326
SOSYAL MEDYA BAĞIMLILIĞI ÖLÇEĞİ (SMBÖ)							
Meşguliyet	12	1.00	5.00	.62	2.74	.738	1.11
Duygu Durum Düzenleme	5	1.00	5.00	.72	2.67	.486	1.493
Tekrarlama	5	1.00	4.60	.86	2.16	.199	-.788
Çatışma	19	1.00	4.05	.67	2.18	-.155	-.699

Sayfa | 528

Tablo 1’de araştırmada kullanılan ölçeklerin alt boyut puan dağılımları yer almaktadır. RAKMÖ’ye ait en yüksek ortalama $3.98 \pm .44$ Başarı odaklılık alt boyutu, en düşük ortalama ise $3.47 \pm .55$ Bireysellik alt boyutunda tespit edilmiştir. SMBÖ’ye ait en yüksek ortalama $2.74 \pm .62$ Meşguliyet alt boyutunda iken, en düşük ortalama ise $2.16 \pm .86$ Tekrarlama alt boyutunda tespit edilmiştir.

Tablo 2. Katılımcıların demografik dağılımları

Demografik Özellikler	Değişkenler	n	%
Cinsiyet	Kadın	116	57.4
	Erkek	86	42.6
Yaş	18-20	92	45.5
	21-23	85	42.1
	24 ve üzeri	25	12.4
Sınıf	1.sınıf	58	28.7
	2.sınıf	42	20.8
	3.sınıf	49	24.3
	4.sınıf	53	26.2

Haftalık serbest zaman	1-5 saat	20	9.9
	6-10 saat	29	14.4
	11-15 saat	12	5.9
	16 saat ve üzeri	141	69.8
Serbest zaman yeterli mi?	Yetersiz	55	27.2
	Kısmen yeterli	77	38.1
	Yeterli	70	34.7
Günlük sosyal medya kullanım sıklığı	1-2 saat	38	18.8
	3-4 saat	106	52.5
	5 saat ve üzeri	58	28.7
Toplam		202	100,0

Tablo 2’de katılımcıların demografik bilgilerine ait dağılımları yer almaktadır. Katılımcıların %57,4’ü “Kadın”, %45,5’i “18-20 yaş”, %28,7’si “1.sınıf”, %69,8’i “16 saat ve üzeri” serbest zamana sahip, “%38,1’i “Kısmen yeterli”, %52,5’i “3-4 saat” günlük sosyal medya sıklığına sahiptir.

Tablo 3. Cinsiyete göre ölçek alt boyutlarına ait dağılım

ÖLÇEK BOYUTLARI	Cinsiyet	N	Ort.	SS	T	p
RAKMÖ						
Başarı odaklılık	Kadın	116	3.97	.40	-.279	.561
	Erkek	86	3.99	.45		
Zorluklara meydan okuma	Kadın	116	3.38	.86	-5.070	.001
	Erkek	86	3.92	.53		
Risk alma	Kadın	116	3.2	.82	-4.344	.001
	Erkek	86	3.75	.61		
Bireysellik	Kadın	116	3.41	.52	-1.886	.064
	Erkek	86	3.55	.58		
Yenilik	Kadın	116	3.89	.49	-1.191	.403
	Erkek	86	3.98	.49		
SMBÖ						
Meşguliyet	Kadın	116	2.81	.57	1.771	.029
	Erkek	86	2.65	.68		
Duygu Durum Düzenleme	Kadın	116	2.74	.78	1.544	.741
	Erkek	86	2.58	.63		
Tekrarlama	Kadın	116	2.25	.95	1.620	.001
	Erkek	86	2.05	.72		
Çatışma	Kadın	116	2.21	.69	.775	.779
	Erkek	86	2.14	.65		

Tablo 3’de katılımcıların cinsiyete göre rekreasyon aktivitelerine katılım motivasyonu ile sosyal medya bağımlılığı arasında anlamlı farklılık olup olmadığını tespit etmek için bağımsız örneklem t-testi yapılmıştır. Analiz sonuçlarına göre; “zorluklara meydan okuma”, “risk alma”, “meşguliyet” ve “tekrarlama” alt boyutları arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. ($p < 0.05$)

Tablo 4. Yaşa göre ölçek alt boyutlarına ait dağılım

ÖLÇEK BOYUTLARI	Yaş	N	Ort.	SS	F	p
RAKMÖ						
Başarı odaklılık	18-20	92	3.99	.40	.201	.811
	21-23	85	3.96	.42		
	24 ve üzeri	25	4.01	.50		
Zorluklara meydan okuma	18-20	92	3.81	.47	11.404	.000
	21-23	85	3.32	.96		
	24 ve üzeri	25	3.88	.71		
Risk alma	18-20	92	3.71	.56	8.807	.000
	21-23	85	3.24	.89		
	24 ve üzeri	25	3.52	.77		
Bireysellik	18-20	92	3.56	.48	2.557	.080
	21-23	85	3.41	.56		
	24 ve üzeri	25	3.33	.70		
Yenilik	18-20	92	3.86	.50	1.955	.144
	21-23	85	3.98	.45		
	24 ve üzeri	25	4.03	.53		
SMBÖ						
Meşguliyet	18-20	85	2.66	.51	2.575	.079
	21-23	25	2.86	.74		
	24 ve üzeri	92	2.64	.52		
Duygu Durum Düzenleme	18-20	92	2.65	.62	1.803	.168
	21-23	85	2.76	.81		
	24 ve üzeri	25	2.46	.71		
Tekrarlama	18-20	92	1.85	.80	13.287	.000
	21-23	85	2.48	.82		
	24 ve üzeri	25	2.25	.84		
Çatışma	18-20	92	2.17	.64	2.270	.106
	21-23	85	2.26	.73		

	24 ve üzeri	25	1.93	.56		
--	-------------	----	------	-----	--	--

Tablo 4'te katılımcıların yaşa göre rekreasyon aktivitelerine katılım motivasyonu ile sosyal medya bağımlılığı arasında anlamlı farklılık olup olmadığını tespit etmek için one-way anova testi yapılmıştır. Analiz sonuçlarına göre; "zorluklara meydan okuma", "risk alma", "bireysellik" ve "tekrarlama" alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. ($p < 0.05$)

Tablo 5. Sınıfa göre ölçek alt boyutlarına ait dağılım

ÖLÇEK BOYUTLARI	Sınıf	N	Ort.	SS	F	p
RAKMÖ						
Başarı odaklılık	1.sınıf	58	4.02	.36	3.406	.019
	2.sınıf	42	3.85	.42		
	3.sınıf	49	3.90	.38		
	4.sınıf	53	4.09	.48		
Zorluklara meydan okuma	1.sınıf	58	3.84	.46	24.393	.001
	2.sınıf	42	3.75	.51		
	3.sınıf	49	2.90	1.02		
	4.sınıf	53	3.90	.57		
Risk alma	1.sınıf	58	3.67	.57	11.494	.001
	2.sınıf	42	3.62	.53		
	3.sınıf	49	2.96	.96		
	4.sınıf	53	3.67	.71		
Bireysellik	1.sınıf	58	3.62	.54	3.160	.026
	2.sınıf	42	3.36	.44		
	3.sınıf	49	3.34	.39		
	4.sınıf	53	3.51	.70		
Yenilik	1.sınıf	58	3.89	.45	3.523	.016
	2.sınıf	42	3.83	.53		
	3.sınıf	49	3.87	.42		
	4.sınıf	53	4.11	.51		
SMBÖ						
Meşguliyet	1.sınıf	58	2.69	.61	1.732	.162
	2.sınıf	42	2.70	.69		
	3.sınıf	49	2.67	.40		
	4.sınıf	53	2.91	.74		
Duygu Durum Düzenleme	1.sınıf	58	2.73	.71	2.731	.045
	2.sınıf	42	2.47	.72		
	3.sınıf	49	2.58	.50		
	4.sınıf	53	2.86	.86		
Tekrarlama	1.sınıf	58	1.91	.76	8.915	.001
	2.sınıf	42	1.80	.95		
	3.sınıf	49	2.50	.63		

	4.sınıf	53	2.41	.90		
Çatışma	1.sınıf	58	2.23	.66	1.808	.147
	2.sınıf	42	2.01	.65		
	3.sınıf	49	2.32	.64		
	4.sınıf	53	2.12	.72		

Tablo 5'te katılımcıların sınıfa göre rekreasyon aktivitelerine katılım motivasyonu ile sosyal medya bağımlılığı arasında anlamlı farklılık olup olmadığını tespit etmek için one-way anova testi yapılmıştır. Analiz sonuçlarına göre; "başarı odaklılık", "zorluklara meydan okuma", "risk alma", "bireysellik", "yenilik", "duygu durum düzenleme" ve "tekrarlama" alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. ($p < 0.05$)

Tablo 6. Serbest zaman yeterliliğine göre ölçek alt boyutlarına ait dağılım

ÖLÇEK BOYUTLARI	SB Yeterlilik	N	Ort.	SS	F	p
RAKMÖ						
Başarı odaklılık	Yetersiz	55	4.02	.40	1.762	.174
	Kısmen yeterli	77	4.02	.48		
	Yeterli	70	3.90	.36		
Zorluklara meydan okuma	Yetersiz	55	3.93	.52	22.442	.001
	Kısmen yeterli	77	3.79	.62		
	Yeterli	70	3.15	.90		
Risk alma	Yetersiz	55	3.76	.58	22.128	.001
	Kısmen yeterli	77	3.70	.69		
	Yeterli	70	3.04	.78		
Bireysellik	Yetersiz	55	3.60	.58	3.143	.045
	Kısmen yeterli	77	3.48	.52		
	Yeterli	70	3.36	.54		
Yenilik	Yetersiz	55	3.99	.46	2.546	.081
	Kısmen yeterli	77	3.98	.55		
	Yeterli	70	3.82	.42		
SMBÖ						
Meşguliyet	Yetersiz	55	2.60	.69	2.240	.109
	Kısmen yeterli	77	2.76	.60		
	Yeterli	70	2.84	.57		
Duygu Durum Düzenleme	Yetersiz	55	2.78	.71	2.224	.111
	Kısmen yeterli	77	2.54	.74		
	Yeterli	70	2.74	.70		

Tekrarlama	Yetersiz	55	1.81	.69	17.054	.001
	Kısmen yeterli	77	2.01	.91		
	Yeterli	70	2.60	.75		
Çatışma	Yetersiz	55	2.24	.68	2.144	.120
	Kısmen yeterli	77	2.05	.69		
	Yeterli	70	2.27	.65		

Tablo 6’da katılımcıların serbest zaman yeterliliğine göre rekreasyon aktivitelerine katılım motivasyonu ile sosyal medya bağımlılığı arasında anlamlı farklılık olup olmadığını tespit etmek için one-way anova testi yapılmıştır. Analiz sonuçlarına göre; “zorluklara meydan okuma”, “risk alma”, “bireysellik” ve “tekrarlama” alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. ($p < 0.05$)

Tablo 7. Günlük sosyal medya kullanım süresine göre ölçek alt boyutlarına ait dağılım

ÖLÇEK BOYUTLARI	Günlük sosyal medya kullanımı	N	Ort.	SS	F	p
RAKMÖ						
Başarı odaklılık	1-2 saat	38	4.10	.50	1.797	.149
	3-4 saat	106	3.92	.40		
	5 saat ve üzeri	58	4.00	.38		
Zorluklara meydan okuma	1-2 saat	38	4.02	.63	9.371	.001
	3-4 saat	106	3.36	.88		
	5 saat ve üzeri	58	3.81	.45		
Risk alma	1-2 saat	38	3.84	.74	6.187	.001
	3-4 saat	106	3.29	.77		
	5 saat ve üzeri	58	3.62	.69		
Bireysellik	1-2 saat	38	3.48	.77	5.293	.002
	3-4 saat	106	3.34	.46		
	5 saat ve üzeri	58	3.69	.46		
Yenilik	1-2 saat	38	4.03	.56	3.235	.023
	3-4 saat	106	3.84	.47		
	5 saat ve üzeri	58	4.03	.43		
SMBÖ						
Meşguliyet	1-2 saat	38	2.32	.58	11.247	.001
	3-4 saat	106	2.86	.56		
	5 saat ve üzeri	58	2.82	.65		

Duygu Durum Düzenleme	1-2 saat	38	2.41	.70	9.415	.001
	3-4 saat	106	2.67	.63		
5 saat ve üzeri	58	2.86	.83			
Tekrarlama	1-2 saat	38	2.02	.82	5.027	.002
	3-4 saat	106	2.31	.85		
	5 saat ve üzeri	58	1.98	.87		
Çatışma	1-2 saat	38	1.89	.71	3.452	.018
	3-4 saat	106	2.20	.65		
	5 saat ve üzeri	58	2.34	.65		

Tablo 7’de katılımcıların günlük sosyal medya kullanım sürelerine göre rekreasyon aktivitelerine katılım motivasyonu ile sosyal medya bağımlılığı arasında anlamlı farklılık olup olmadığını tespit etmek için one-way anova testi yapılmıştır. Analiz sonuçlarına göre; “zorluklara meydan okuma”, “risk alma”, “bireysellik”, “yenilik”, “meşguliyet”, “duygu durum düzenleme”, “tekrarlama” ve “çatışma” alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. ($p < 0.05$)

Tablo 8. Haftalık serbest zaman süresine göre ölçek alt boyutlarına ait dağılım

ÖLÇEK	Haftalık serbest zaman	N	Ort.	SS	F	p
RAKMÖ						
Başarı odaklılık	1-5 saat	20	4.15	.47	4.596	.004
	6-10 saat	29	4.14	.44		
	11-15 saat	12	4.15	.49		
	16 saat ve üzeri	141	3.91	.38		
Zorluklara meydan okuma	1-5 saat	20	4.06	.41	5.717	.001
	6-10 saat	29	3.85	.52		
	11-15 saat	12	3.95	.60		
	16 saat ve üzeri	141	3.47	.84		
Risk alma	1-5 saat	20	3.84	.78	3.280	.022
	6-10 saat	29	3.61	.74		
	11-15 saat	12	3.83	.47		
	16 saat ve üzeri	141	3.39	.77		
Bireysellik	1-5 saat	20	3.61	.65	1.133	.337
	6-10 saat	29	3.36	.57		
	11-15 saat	12	3.31	.60		
	16 saat ve üzeri	141	3.48	.53		

Yenilik	1-5 saat	20	4.12	.67	3.038	.030
	6-10 saat	29	3.94	.40		
	11-15 saat	12	4.22	.44		
	16 saat ve üzeri	141	3.88	.46		
SMBÖ						
Meşguliyet	1-5 saat	20	2.89	.98	2.857	.038
	6-10 saat	29	2.94	.67		
	11-15 saat	12	3.00	.62		
	16 saat ve üzeri	141	2.66	.53		
Duygu Durum Düzenleme	1-5 saat	20	2.77	.98	1.496	.217
	6-10 saat	29	2.75	.84		
	11-15 saat	12	3.03	.87		
	16 saat ve üzeri	141	2.61	.63		
Tekrarlama	1-5 saat	20	2.30	.73	1.984	.118
	6-10 saat	29	2.40	.91		
	11-15 saat	12	2.46	.98		
	16 saat ve üzeri	141	2.07	.85		
Çatışma	1-5 saat	20	1.96	.63	1.213	.306
	6-10 saat	29	2.2232	.91449		
	11-15 saat	12	2.0000	.73957		
	16 saat ve üzeri	141	2.2240	.62110		

Tablo 8’de katılımcıların haftalık serbest zaman süresine göre rekreasyon aktivitelerine katılım motivasyonu ile sosyal medya bağımlılığı arasında anlamlı farklılık olup olmadığını tespit etmek için one-way anova testi yapılmıştır. Analiz sonuçlarına göre; “başarı odaklılık”, “zorluklara meydan okuma”, “risk alma”, “yenilik” ve “meşguliyet” alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. ($p < 0.05$)

4. TARTIŞMA VE SONUÇ

Araştırmada, üniversite öğrencileri arasında sosyal medya bağımlılığı ile eğlence amaçlı katılım arasındaki kritik ilişkiyi vurgulayarak, eğlence amaçlı faaliyetlere katılımlarını şekillendiren temel motivasyonel dinamikleri aydınlatmaktadır. Dijital platformlar günlük yaşama nüfuz etmeye devam ettikçe, aşırı sosyal medya kullanımının öğrencilerin fiziksel, sosyal ve serbest zaman faaliyetlerine katılım motivasyonlarını nasıl etkilediğini anlamak giderek daha önemli hale gelmektedir. Bu araştırmadan elde edilen iç görüşler, üniversite öğrencilerinin ruh sağlığı, akademik performansı ve genel refahı hakkındaki daha geniş söyleme katkıda bulunarak, yaşam kalitelerini artırmayı amaçlayan müdahale stratejileri için çıkarımlar sunmaktadır. Sosyal medya bağımlılığını ele almak ve dengeli eğlence amaçlı katılımı teşvik etmek, üniversite toplulukları içinde

daha sağlıklı yaşam tarzlarını ve daha üretken akademik deneyimleri teşvik etmek için hayati adımlar olarak hizmet edebilir. Bu kapsamda çalışmaya %57,4'ü "Kadın", %42,6'sı "Erkek" olmak üzere toplam 202 üniversite öğrencisi katılmıştır.

Tablo 3'te katılımcıların cinsiyetlerine göre sosyal medya bağımlılık ve rekreasyonel aktivitelerine katılım düzeylerini ölçmek için yapılan analiz sonucunda "zorluklara meydan okuma", "risk alma", "meşguliyet" ve "tekrarlama" alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Literatürde yer alan araştırma sonuçları incelendiğinde benzerlik göstermektedir (İnce ve Koçak, 2017; Özdemir, 2019; Önaç vd., 2018). Cinsiyete dayalı farklılıkların alınması, sosyal medya bağımlılığı ile ilgili önleyecek faaliyetlerde hem de rekreasyonel katılımı arttıracak müdahalelerde önemli rol oynamaktadır. Cinsiyete özgü yaklaşımların geliştirilmesi dengeli ve motive olma yönünde katkı sağlayabilir.

Katılımcıların yaşlarına göre Tablo 4'te sosyal medya bağımlılık ve rekreasyonel aktivitelerine katılım düzeylerini belirlemek için yapılan analiz sonucunda "zorluklara meydan okuma", "risk alma", "bireysellik" ve "tekrarlama" alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Literatürde yer alan araştırma sonuçları karşılaştırıldığında, Karagün ve Tapşın (2024) yapılan araştırmada yaş ile sosyal medya bağımlılığı arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Literatürde yer alan araştırma sonucu ile çalışma sonucu benzerlik göstermektedir.

Tablo 5'te katılımcı üniversite öğrencilerinin sınıflarına göre sosyal medya bağımlılığı ile rekreasyonel aktivitelere katılım motivasyon düzeyleri arasında anlamlı farklılık bulunmuştur. Literatürde benzer çalışmalara bakıldığında araştırmaya paralel sonuçlar elde edilmiştir (Çiftçi, 2018; Güler vd., 2019). Ayrıca benzer diğer çalışmalarda ise farklı sonuçlar bulunmuştur (Özdemir, 2019; Demircan vd., 2022).

Çalışmada Tablo 6'da yer alan sonuçlar incelendiğinde, serbest zaman yeterlilik düzeylerine göre sosyal medya bağımlılığı ile rekreasyonel aktivitelere katılım motivasyon düzeyleri arasında alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Literatürde Karakuş ve vd. (2022) ile Demirel vd. (2023) tarafından yapılan çalışmalarda tespit edilen sonuçlar araştırma sonucuyla benzerlik göstermektedir. Serbest zaman faaliyetlerine yeterli düzeyde katılan bireyler sosyal medya bağımlılığını daha az yaşayabilir. Yeterlilik düzeylerinin artması rekreasyon aktivitelerinden daha fazla tatmin elde edeceği yorumu yapılabilir.

Tablo 7'de günlük sosyal medya kullanım süresine göre yapılan analiz sonuçlarına göre sosyal medya bağımlılığı ile rekreasyonel aktivitelere katılım motivasyon düzeyleri arasında anlamlı farklılık bulunmuştur. Şirin (2023), Kılıçman (2020) ve Aktan (2018) çalışmalarında yer alan sonuçlar araştırma sonucunu destekler niteliktedir. Sosyal medyada daha fazla vakit geçirmek bağımlılığı teşvik edecek bir alışkanlık haline gelebilir. Diğer yandan sosyal medyada zaman geçirdikçe rekreasyon etkinliklerine motive olmakta zorlanabilir.

Haftalık serbest zaman süresine göre sosyal medya bağımlılığı ile rekreasyonel aktivitelere katılım motivasyon düzeyleri arasında Tablo 8'de yapılan analiz

sonuçlarında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Literatürde Kaya Altun (2024) ve Önen (2023) tarafından yapılan araştırma sonuçları ile çalışma sonucu arasında benzerlik bulunmaktadır.

Araştırma sonuçları, sosyal medya kullanımının üniversite öğrencilerinin bağımlılık seviyelerini ve rekreasyonel faaliyetlere katılım motivasyonlarını nasıl şekillendirdiğini göstermesi açısından önemlidir. Gençlerin dijital araçlara karşı davranışları rekreasyon aktivitelerine katılım motivasyonları hakkında önemli bilgiler verebilir. Aynı zamanda bireylerin sağlıklı yaşam biçimleri oluşturmaları rekreasyon aktivitelerine katılımları teşvik edilmelidir. Sosyal medya bağımlılığını yönetebilmeleri için gerekli destek programları sunulabilir. Sosyal medya kullanım süresi öğrencilerin bağımlılık düzeyleri ile ilişkili olabileceği gibi onların fiziksel ve sosyal aktivitelere katılım motivasyonlarını da etkileyebilir. Yapılacak bir sonraki çalışmada bölüm ve akademik başarı gibi değişkenler de dikkate alınarak incelenebilir. Öğrencilerin sosyal medya kullanım amaçları ve rekreasyon aktivitelerine katılım motivasyonlarını daha derin incelemek için nitel araştırmalar yapılabilir. Farklı yaş grupları da incelenerek yaş geçtikçe sosyal medya bağımlılık düzeyi ile rekreasyon aktivitelerine katılım motivasyonlarının değişikliği değerlendirilebilir. Bu öneriler ışığında araştırma konusu literatürde daha geniş bir araştırma geliştirme açısından önemli olacağı düşünülmektedir.

KAYNAKÇA

- Akkaya, S. (2008). *Üniversite öğrencilerinin popüler kültür etkinlikleri ve boş zaman alışkanlıkları*. Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Eskişehir.
- Aktan, E. (2018). Üniversite öğrencilerinin sosyal medya bağımlılık düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. *Erciyes İletişim Dergisi*, 5(4), 405-421.
- Andreassen, C. S. (2015). Online social network site addiction: A comprehensive review. *Current Addiction Reports*, 2, 175-184.
- Asur, S. & Huberman, A. (2010). Predicting the Future with Social Media. arXiv preprint arXiv:1003.5699.
- Ayğar, B. B., & Uzun, B. (2018). Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği'nin geliştirilmesi: Geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 5(3), 1-19.
- Boyd, D. M., & Ellison, N. B. (2008). Social network sites: definition, history, and scholarship. *J Computer-Med Commun*, 13, 210-30. doi: 10.1111/j.1083-6101.2007.00393.x
- Çiftçi, H. (2018). Üniversite öğrencilerinde sosyal medya bağımlılığı. *MANAS Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 7(4), 418-434.
- Demircan, Ü., Işık, M., & Gürhan, N. (2022). Üniversite öğrencilerinde sosyal medya bağımlılığı ve siber zorbalık. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 11(2), 596-609.
- Demirel, M., Kaya, A., Aksu, H. S., & Harmandar-Demirel, D. (2023). Genç Yetişkinlerde Sosyal Medya Bağımlılığı ve Serbest Zaman Tutumu: Algılanan Gelir Düzeyinin Rolü. *NEU GASTRO*, 2(2), 74-85. <https://doi.org/10.54497/Gastromedia.2023.13>
- Eryılmaz, S., & Bal, H. T. (2019). Teknoloji Bağımlılığı ile Rekreasyonel Eğilimler Arasındaki İlişki: Üniversite Öğrencileri Üzerinde Bir İnceleme, *Türk Turizm Araştırmaları Dergisi*, 3(4), 902-919.

- Gözen, E. (2020). Açık alan rekreasyon aktivitelerine katılmayı motive eden faktörlere yönelik ölçek geliştirme çalışması. *Türk Turizm Araştırmaları Dergisi*, 4(3), 2197-2209. doi:10.26677/TR1010.2020.475
- Griffiths, M. D. (2010). The role of context in online gaming excess and addiction: Some case study evidence. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 8, 119-125.
- Güler, E. Ö., Veysikarani, D., & Keskin, D. (2019). Üniversite öğrencilerinin sosyal medya bağımlılığı üzerine bir araştırma. *Çağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 16(1), 1-13.
- İnce, M., & Koçak, M. C. (2017). Üniversite öğrencilerinin sosyal medya kullanım alışkanlıkları: Necmettin Erbakan Üniversitesi örneği. *Karabük Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 7(2), 736-749.
- Jondeau, E., & Rockinger, M. (2003). Conditional volatility, skewness, and kurtosis: existence, persistence, and comovements. *Journal of Economic dynamics and Control*, 27(10), 1699-1737.
- Kabadayı, M., Eski, T., Bayram, L., Yılmaz, A. K., & Mayda, M. H. (2017). Analysis of the factors which influence participation of university students in recreational activities. *European Journal of Education Studies*, 3(12), 161-171.
- Karagün, E., & Tapşın, F. O. (2024). Spor Yapan Bireylerin Sosyal Medya Bağımlılık Düzeylerinin Cinsiyet Açısından İncelenmesi. *Spor ve Rekreasyon Araştırmaları Dergisi*, 6(1), 36-45.
- Karakaya, İ. (2012). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. A. Tanrıoğen (Ed.). Bilimsel araştırma yöntemleri. Ankara: Anı Yayıncılık.
- Karakuş, K., Demirel, M., & Kaya, A. (2022). *Dijital Oyun Bağımlılığı ve Sosyal Medya Bağımlılığının Rekreasyonel Faaliyetlere Katılım ve Serbest Zaman Değerlendirme Değişkenleri Açısından İncelenmesi*. ERPA 2022, 40.
- Kaya Altun, Y. (2024). *Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Fiziksel Aktivitelere Katılım Motivasyonları ile Sosyal Medya Bağımlılığı Arasındaki İlişki*. Aydın Adnan Menderes Üniversitesi, Yüksek Lisans Tezi, Aydın.
- Kaye, L. K. (2021). Exploring the "socialness" of social media. *Computers in Human Behavior Reports*, 3, 100083.
- Kılıçman, İ. (2020). *Rekreasyon farkındalığı ve sosyal medya bağımlılığının yaşam doyumu üzerine etkilerinin incelenmesi: Üniversite öğrencileri üzerine bir araştırma*. Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi, Yüksek Lisans Tezi, Karaman.
- Kim, W, O. Jeong, & S, Lee. (2010). On social Web sites. *Information Systems* 35, 215-236.
- Obar, J. A., & Wildman, S. (2015). Social media definition and the governance challenge: An introduction to the special issue. *Telecommunications policy*, 39(9), 745-750.
- Otravenko, O., Pelypas, D., Zhamardiy, V., Shynkarova, O., & Shkola, O. (2021). Leisure and recreational activities of student youth in the context of health-preservation, *Journal for Educators, Teachers and Trainers*, 12(3), 146 - 154
- Önaç, A. K., Birişçi, T., Gündel, H., Işikel, N., & Çalışkan, E. (2018). Üniversite öğrencilerinin rekreasyonel eğilimleri üzerine bir araştırma. *Ege Üniversitesi Ziraat Fakültesi Dergisi*, 55(1), 1-9.
- Önen, L. (2023). *Üniversite öğrencilerinin serbest zaman motivasyonları ile rekreasyonel etkinliklere katılımına engel olan faktörlerin incelenmesi*. Necmettin Erbakan Üniversitesi, Yüksek Lisans Tezi, Konya.
- Özdemir, Z. (2019). Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Medya Bağımlılığı. *Beykoz Akademi Dergisi*, 7(2), 91-105.
- Sivan, A. (2003). Has leisure got anything to do with learning? An exploratory study of the lifestyles of young people in Hong Kong universities. *Leisure studies*, 22(2), 129-146.

- Stebbins, R. A. (2012). *The Idea of Leisure First Principles*. New Jersey: Transaction Publishers.
- Şirin, E. (2023). Rekreatif Olarak Sportif Faaliyetlere İlk Kez Katılan Gençlerin Sosyal Medya ve Dijital Oyun Bağımlılığının İncelenmesi. *Uluslararası Spor Bilimleri Öğrenci Çalışmaları*, 5(2), 95-105.
- Taşçı B., & Ekiz, S. (2018). Serbest Zaman Aktivitesi Olarak Sosyal Medya Bağımlılığı, 2. *Uluslararası İletişimde Yeni Yönelimler Konferansı: Eğlence ve Ürün Yerleştirme*, İstanbul Ticaret Üniversitesi, 224-235, İstanbul.
- Turkak, V., & Çuhadar, A. (2022). Rekreasyonel Aktivite Tercihinde Sosyal Medya Etkisi. *Rekreatif Etkinlikler*, Efe Akademi.
- Tutgun-Ünal, A. (2015). *Sosyal medya bağımlılığı: Üniversite öğrencileri üzerine bir araştırma*. Doktora Tezi, Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Yiğiter, K., Sarı, İ., Ulusoy, Y. Ö., & Soyer, F. (2011). Examining The Effect of Recreational Activities on University Students' self-Esteem. *Sport Scientific and Practical Aspects*, 8(2), 15-19.

GENİŞLETİLMİŞ ÖZET: Sosyal medya, esas olarak sosyal etkileşimlere, topluluk tabanlı girdilere ve kullanıcı topluluğu arasında içerik paylaşımına odaklanan, yalnızca kullanıcıları tarafından oluşturulan ve üçüncü taraflardan lisanslanmamış içerikleri öne çıkaran üçüncü taraf internet tabanlı platformları ifade etmektedir (Asur ve Huberman, 2010). Facebook, Instagram ve TikTok gibi sosyal ağ siteleri, insanların coğrafi mesafe veya diğer engellerden bağımsız olarak çevrimiçi bir dünyada bağlantıda kalmalarını sağlayan sosyal medyanın önde gelen örnekleridir (Kaye, 2021; Boyd ve Ellison, 2008). Sosyal medya, sanal topluluklarda ve ağlarda (mesaj panoları, sosyal ağlar, hasta forumları, Twitter, bloglar ve Facebook gibi) bilgi, fikir, resim veya videoları birlikte oluşturmak, paylaşmak veya değiştirmek için kullanılan Web tabanlı bilgisayar aracılı araçlardır (Obar ve Wildman, 2015). Sosyal medya bağımlılığına bağlı olarak öğrenciler rekreasyonel aktivitelere yönelim konusunda motivasyonları azalabilmektedir. Üniversite öğrencilerinin boş zamanlarını etkin bir şekilde kullanmaları, yaşamlarını etkileyen bazı sorunların önlenmesi ve kendilerini fiziksel ve ruhsal olarak sağlıklı hissetmeleri açısından önemlidir (Akkaya, 2008). Stebbins (2012) rekreasyonu, kişinin kendi beceri ve yeteneklerini kullanabileceği, serbest zamanlarında gönüllü olarak ve hiçbir zorunluluk olmadan katılabileceği, kişisel tatmin sağlayan etkinlikler olarak tanımlanmaktadır. Bu nedenle; spor, sosyal ve kültürel faaliyetler geliştirilmeli ve öğrencilerin boş zamanlarını etkin bir şekilde değerlendirebilmeleri için üniversitedeki rekreasyon tesislerine yönlendirilmelidir (Kabadayı vd., 2017). Genç bireyler tüm toplumların geleceği ve vaadidir. Gençlerin eğitimi ve olgunlaşma süreci, öğretmenler, spor koçları ve yakın çevrelerindeki aileler de dahil olmak üzere birçok insanın endişesidir. Rekreasyon, bu sürecin en iyi destekleyici unsurudur, çünkü rekreasyonel aktiviteler insanların eğitim ve olgunlaşma sürecinde mükemmel bir şekilde gelişmelerine yardımcı olmaktadır (Yiğiter vd., 2011). Araştırma kapsamında elde edilen bulgular, öğrencilerin sağlıklı yaşam tarzlarını benimsemeleri, sosyal etkileşimlerini güçlü hale getirmeleri ve dijital bağımlılık ile mücadele etmeleri için üniversitelere rehberlik edecek öneriler sunmaktadır. Literatürde yapılan araştırmalar sosyal medya kullanan bireylerin rekreasyon aktivitelerine katılım göstermede etkili olduğu belirtilmektedir (Turkak ve Çuhadar, 2022; Şirin, 2023). Çalışma betimsel tarama modeli kullanılarak tasarlanmıştır. Geniş gruplar üzerinde yürütülen, grupta yer alan bireylerin bir olay hakkındaki görüş ve tutumlarının alındığı ve betimlenmeye çalışıldığı araştırmalardır (Karakaya, 2012). Araştırmada örneklem seçiminde olasılıksız örneklem yöntemlerinden amaçlı örneklem yönetimi kullanılmıştır. Tablo 1'de yer alan verilere göre katılımcıların %57,4'ü (116) kadın, %42,6'sı (86) erkek toplam 202 üniversite öğrencisinden oluşmaktadır. Katılımcılar İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa Spor Bilimleri Fakültesi'nde öğrenim gören bireylerden oluşmaktadır. Araştırmanın ilk bölümünde araştırmacılar tarafından katılımcıların sosyo demografik özelliklerini tespit etmek amacıyla cinsiyet, yaş, sınıf, haftalık serbest zaman süresi, serbest zaman yeterliliği ve günlük sosyal medya kullanımını içeren sorular yer almaktadır. Araştırmanın ikinci bölümünde katılımcıların

rekreasyon aktivitelerine katılım motivasyon düzeylerini ölçmek için Gözen (2020) tarafından geliştirilen Rekreasyon Aktivitelerine Katılım Motivasyon Ölçeği kullanılmıştır. Araştırmanın üçüncü bölümünde katılımcıların sosyal medya bağımlılık düzeylerini ölçmek için Tutgun-Ünal (2015) tarafından geliştirilmiş "Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği" kullanılmıştır. Verilerin analizleri SPSS 25 (Statistical Package for the Social Sciences) programı kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Araştırmada katılımcıların sosyo demografik özelliklerini belirlemek için yüzde ve frekans yöntemleri kullanılmıştır. Verilerin skewness (-.207) ve kurtosis (1.493) değerlerine bakılarak araştırmanın parametrik dağılıma sahip olduğu tespit edilmiştir. Bu bağlamda verilerin normallik testlerden bağımsız örneklem t-testi ve one-way anova testleri uygulanmıştır. Bu araştırmadan elde edilen iç görüler, üniversite öğrencilerinin ruh sağlığı, akademik performansı ve genel refahı hakkındaki daha geniş söyleme katkıda bulunarak, yaşam kalitelerini artırmayı amaçlayan müdahale stratejileri için çıkarımlar sunmaktadır. Tablo 3'te katılımcıların cinsiyetlerine göre sosyal medya bağımlılık ve rekreasyonel aktivitelerine katılım düzeylerini ölçek için yapılan analiz sonucunda "zorluklara meydan okuma", "risk alma", "meşguliyet" ve "tekrarlama" alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Katılımcıların yaşlarına göre Tablo 4'te sosyal medya bağımlılık ve rekreasyonel aktivitelerine katılım düzeylerini belirlemek için yapılan analiz sonucunda "zorluklara meydan okuma", "risk alma", "bireysellik" ve "tekrarlama" alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Tablo 5'te katılımcı üniversite öğrencilerinin sınıflarına göre sosyal medya bağımlılığı ile rekreasyonel aktivitelere katılım motivasyon düzeyleri arasında anlamlı farklılık bulunmuştur. Literatürde benzer çalışmalara bakıldığında araştırmaya paralel sonuçlar elde edilmiştir. Çalışmada Tablo 6'da yer alan sonuçlar incelendiğinde, serbest zaman yeterlilik düzeylerine göre sosyal medya bağımlılığı ile rekreasyonel aktivitelere katılım motivasyon düzeyleri arasında alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Tablo 7'de günlük sosyal medya kullanım süresine göre yapılan analiz sonuçlarına göre sosyal medya bağımlılığı ile rekreasyonel aktivitelere katılım motivasyon düzeyleri arasında anlamlı farklılık bulunmuştur. Şirin (2023), Kılıçman (2020) ve Aktan (2018) çalışmalarında yer alan sonuçlar araştırma sonucunu destekler niteliktedir. Haftalık serbest zaman süresine göre sosyal medya bağımlılığı ile rekreasyonel aktivitelere katılım motivasyon düzeyleri arasında Tablo 8'de yapılan analiz sonuçlarında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Araştırma sonuçları, sosyal medya kullanımının üniversite öğrencilerinin bağımlılık seviyelerini ve rekreasyonel faaliyetlere katılım motivasyonlarını nasıl şekillendirdiğini göstermesi açısından önemlidir.

EXTENDED ABSTRACT: Social media refers to third-party internet-based platforms that primarily focus on social interactions, community-based inputs, and content sharing among users, highlighting user-generated content that is not licensed by third parties (Asur & Huberman, 2010). Social networking sites like Facebook, Instagram, and TikTok are leading examples of social media that enable individuals to stay connected in an online world regardless of geographical distance or other barriers (Kaye, 2021; Boyd & Ellison, 2008). Social media consists of web-based computer-mediated tools used to collaboratively create, share, or modify information, ideas, images, or videos in virtual communities and networks such as message boards, social networks, patient forums, Twitter, blogs, and Facebook (Obar & Wildman, 2015). As a result of social media addiction, students may experience a decrease in motivation to engage in recreational activities. It is crucial for university students to use their leisure time effectively in order to prevent certain issues affecting their lives and to feel physically and mentally healthy (Akkaya, 2008). Stebbins (2012) defines recreation as activities that allow individuals to use their skills and abilities voluntarily, without obligation, during their free time, providing personal satisfaction. Therefore, sports, social, and cultural activities should be developed, and students should be directed to university recreation facilities to help them make the most of their free time (Kabadayı et al., 2017). Young individuals are the future and promise of every society. The education and maturation process of young people is a concern for many people, including teachers, sports coaches, and their families. Recreation is an essential supportive element in this process, as recreational activities help individuals develop effectively during their educational and maturation stages (Yiğiter et al., 2011). The

findings of the research provide recommendations to guide universities in helping students adopt healthy lifestyles, strengthen their social interactions, and combat digital addiction. Studies in the literature indicate that social media usage influences individuals' participation in recreational activities (Turkak & Çuhadar, 2022; Şirin, 2023). The study is designed using a descriptive survey model. These studies are conducted on large groups, aiming to capture the views and attitudes of individuals within the group regarding a specific event and to describe these perspectives (Karakaya, 2012). In the selection of the sample, a non-probability sampling method called purposive sampling was employed. According to the data in Table 1, 57.4% (116) of the participants are female, and 42.6% (86) are male, comprising a total of 202 university students. The participants are from the Faculty of Sport Sciences at Istanbul University-Cerrahpaşa. In the first part of the study, questions about participants' socio-demographic characteristics were asked, including gender, age, class, weekly leisure time, leisure time sufficiency, and daily social media usage. In the second section, the Recreation Activities Participation Motivation Scale developed by Gözen (2020) was used to measure participants' levels of motivation to engage in recreational activities. In the third section, the Social Media Addiction Scale developed by Tutgun-Ünal (2015) was used to measure the level of social media addiction among participants. The data analysis was conducted using SPSS 25 (Statistical Package for the Social Sciences) software. Percentage and frequency methods were used to determine the socio-demographic characteristics of the participants. The skewness (-.207) and kurtosis (1.493) values indicated that the data followed a parametric distribution. Therefore, independent sample t-tests and one-way ANOVA tests were applied to the data. The insights gained from this research contribute to broader discussions about the mental health, academic performance, and general well-being of university students, providing implications for intervention strategies aimed at improving their quality of life. According to the analysis presented in Table 3, significant differences were found between the participants' levels of social media addiction and participation in recreational activities across the sub-dimensions of "challenging difficulties," "risk-taking," "engagement," and "repetition." In Table 4, based on participants' ages, significant differences were found in the sub-dimensions of "challenging difficulties," "risk-taking," "individualism," and "repetition." Table 5 reveals that significant differences were observed between university students' class levels and their social media addiction and participation motivation levels in recreational activities. When comparing these findings with similar studies in the literature, parallel results were obtained. In Table 6, the analysis of participants' leisure time sufficiency levels revealed significant differences between social media addiction and recreational activity participation motivation across various sub-dimensions. Table 7 shows that based on daily social media usage, significant differences were found between social media addiction and participation motivation in recreational activities. The results of studies by Şirin (2023), Kılıçman (2020), and Aktan (2018) support the findings of this research. In Table 8, significant differences were detected in social media addiction and recreational activity participation motivation based on weekly leisure time. The results of this study are significant in terms of demonstrating how social media usage influences university students' addiction levels and motivation to engage in recreational activities.