

Elit Basketbolcularda Egzersize Yönelik Sağlık İnançları ve Metabolik Sendrom Farkındalığının İncelenmesi

Exploring Health Beliefs Toward Exercise Behaviors and Awareness of Metabolic Syndrome in Elite Basketball Players

*Ülfe ERBAŞ¹, Filiz Fatma ÇOLAKOĞLU², Merve KARAMAN³, Seyfi SAVAŞ⁴

¹ Sırnak Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Sırnak, TÜRKİYE / ulfeterbas@gmail.com / 0000-0002-6507-3046

² Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara, TÜRKİYE / ffiliz@gazi.edu.tr / 0000-0002-0635-7583

³ Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara, TÜRKİYE / mervekaraman@gazi.edu.tr / 0000-0002-4728-6160

⁴ Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara, TÜRKİYE / seyfi@gazi.edu.tr / 0000-0002-0780-7697

* Corresponding author

Özet: Bu araştırma, elit basketbolcularda egzersize yönelik sağlık inançları ve metabolik sendrom farkındalık düzeylerini belirlemek amacıyla yapıldı. Araştırmaya 18-30 (yaş=21,23±3,17 yıl) yaş arası kadın (n=82) ve erkek (n=78) toplam 160 basketbolcu dahil edildi. Katılımcılara araştırmacılar tarafından hazırlanan “Kişisel Bilgi Formu”, “Egzersize Yönelik Sağlık İnançları Tutum Ölçeği (EYSİT)” ve “Metabolik Sendrom Bilgi ve Farkındalık Ölçeği (MSBFÖ)” uygulandı. Araştırma sonucunda, cinsiyet, yaş, spor yıl ve millilik durumu değişkenlerine göre metabolik sendrom bilgi farkındalığı ve egzersize yönelik sağlık inançları tutum düzeyleri arasında anlamlı fark olmadığı görüldü (p>0,05). Basketbolcuların metabolik sendrom bilgi ve farkındalığı ile egzersize yönelik sağlık inançları tutum ve alt boyutlarından bilişsel sağlık arasında orta düzeyde pozitif yönlü ilişki, sağlığın gelişimi ve devamlılık alt boyutları ile zayıf düzeyde pozitif yönlü ilişki tespit edildi. MSBF alt boyutlarından tanımlama, genel sağlık ve farkındalık arasında zayıf düzeyde pozitif yönlü ilişki bulunurken, MSBF alt boyutlarından korunma ile devamlılık alt boyutu hariç (düşük düzeyde pozitif) tüm EYSİT alt boyutlarında orta düzeyde pozitif yönlü ilişki olduğu görüldü. Sonuç olarak; elit basketbol oyuncularının metabolik sendrom bilgi ve farkındalık düzeyi arttıkça egzersize yönelik sağlık inancı tutumlarının daha olumlu olacağı söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Metabolik sendrom, farkındalık, egzersiz, sağlık ve inanç.

Abstract: The present study explores the health beliefs toward exercise and awareness of metabolic syndrome among elite basketball players. We recruited 160 basketball players, 82 females and 78 males, for the study (Mage = 21.23 ± 3.17 years). We collected the data using a demographic information form, the Health Belief Model Scale for Exercises (HBMS-E), and the Metabolic Syndrome Knowledge and Awareness Scale (MSKAS). The findings uncovered no significant differences in participants' knowledge and awareness of the metabolic syndrome and health beliefs toward exercise by gender, age, seniority, and status of being a national athlete (p > 0.05). Participants' MSKAS scores had moderate positive correlations with their total HBMS-E and cognitive health scores and a weak positive correlation with their health development and continuity scores. Moreover, we found participants' MSKAS identification, overall health, and awareness scores to be weakly correlated, while there were moderate positive correlations between participants' MSKAS protection scores and their scores on all HBMS-E subscales (except for continuity). To sum up, we may claim that improved knowledge and awareness of metabolic syndrome among elite basketball players will contribute to their health beliefs toward exercise.

Keywords: Metabolic syndrome, awareness, exercise, health, and faith.

Received: 21.02.2025 / Accepted: 03.09.2025 / Published: 03.02.2026

<https://doi.org/10.22282/tojras.1644160>

Citation: Erbaş, Ü., Çolakoğlu, F. F., Karaman, M., & Savaş, S. (2026). Elit basketbolcularda egzersize yönelik sağlık inançları ve metabolik sendrom farkındalığının incelenmesi. The Online Journal of Recreation and Sports (TOJRAS), 15 (1), 25-32.

GİRİŞ

Metabolik sendrom (MetS); karın obezitesi (büyük bel çevresi veya bel-kalça oranı veya vücut kitle indeksi olarak tanımlanan merkezi obezite), insülin direnci, dislipidemi (yüksek trigliseritler ve düşük HDL kolesterol) ve yüksek kan basıncının aynı anda bulunmasıyla birlikte (Alipour ve diğ., 2024; Katsimardou ve diğ., 2020; Nilsson ve diğ., 2019) kardiyovasküler hastalık riskinin artmasına yol açar. MetS bileşenlerinin gelişiminde ve kontrolünde çeşitli faktörler rol oynar (Alipour ve diğ., 2024). Metabolik sendromun tüm bileşenleri, sağlıklı beslenme, fiziksel hareketsizlik ve düşük fiziksel uygunluk düzeyleri gibi bazı yaşam tarzı sorunlarıyla ilişkilidir. Aşırı doymuş yağlardan, tuzdan ve basit şekerlerden kaçınan ve yeterli miktarda fiziksel aktiviteye vurgu yapan yaşam tarzı müdahale programlarının, metabolik sendromu olan kişiler için yararlı olduğu ve sendromun tüm bileşenlerini iyileştirebileceğini göstermiştir (Nilsson ve diğ., 2019). Metabolik sendromun yaygınlığına bakıldığında; dünyanın farklı bölgelerinde erkeklerde % 7,9- % 43 arasında, kadınlarda ise % 7- % 56 oranları arasında değişmektedir. Bir meta-analize göre MetS yaygınlığı Türkiye'de genel olarak %32,9, kadınlarda %38,3 ve erkeklerde %26,8 oranında olduğu görülmektedir (Emiral ve Öztürk; 2021). Metabolik sendromun önlenmesi ve tedavisi, hem diyet hemde egzersiz dahil olmak üzere uygun davranışsal müdahaleler gerektirir (Kaur, 2014; Babaei & Hoseini, 2022). Düzenli egzersizin düşük yoğunluklu protein, kan basıncının azalması, HDL'nin artması ve insülin duyarlılığının iyileşmesi olmak üzere birçok faydasından söz edilmektedir (Babaei & Hoseini, 2022). Dinamik dayanıklılık egzersizinin hipertansif bireylerde kan basıncını

düşürdüğünü, hiperlipidemik hastalarda kan lipitlerinde ve lipoproteinlerde azalmaya neden olduğunu diyabet hastalarında, glikozlu hemoglobini azalttığını ve obez bireylerde ise vücut kompozisyonunda iyileşme ile ilişkili olduğunu bildirmişlerdir (Pattyn ve diğ., 2013). Uzun yıllar boyunca ağırlık antrenman yükleriyle egzersiz yapan ve spor kariyerleri boyunca düzenli olarak müsabakalara katılan sporcuların daha düşük kardiyovasküler hastalık, diyabet ve hipertansiyon prevalansına sahip oldukları bildirilmiştir. Bunun yanı sıra yapılan çalışmalar, rekabetçi seviyeye bakılmaksızın eski sporcuların sedanterlere göre kondisyon avantajlarının orta yaşta da sürdürme eğiliminde oldukları ve bunun sendrom yaygınlığı ile ters ilişkili olduğu bildirilmektedir (Batista & Soares, 2013). Bu bağlamda elit basketbolcuların egzersize yönelik sağlık inanç tutumları ile metabolik sendrom bilgi farkındalığının artırılmasının, performans hedefleri ve uzun vadeli sağlık üzerindeki olumlu etkilerine dikkat çekmektedir.

Sağlığı ve fiziksel zindeliği geliştirmek için bir eğlence biçimi olmanın ötesinde, modern toplumlarda, basketbol önemli bir araç olarak hizmet etmektedir. Bu sadece profesyoneller tarafından değil amatörler ve öğrenciler tarafından da sevilmektedir (RongRong, 2024). Basketbol dünyanın en popüler sporlarından sahada oynanan ve hücum ile savunma arasındaki geçiş nedeniyle sık sık hareket değişiklikleri ile karakterize edilir (Militello ve diğ., 2022). Oyun seviyesine bağlı olarak 32-48 dakika süren ve hareket kalıplarında, hızlanmalarda ve yavaşlamalarda hızlı değişiklikler gerektiren, yüksek yoğunluklu, aralıklı saha tabanlı bir takım spordur (Mukta ve diğ., 2024). Basketbol,

zıplama, dönüşler, top sürmeler sprintler gibi yüksek yoğunluklu aktiviteler ve yürüme, durma ve koşu gibi düşük yoğunluklu aktiviteler gerektiren bir oyun olmasından dolayı bir oyuncunun maç koşullarında iyi performans gösterebilmesi için, kardiyovasküler dayanıklılık ve oyuna özgü becerilerin bir kombinasyonuna ihtiyacı vardır. Aerobik ve anaerobik olmak üzere iki tür kardiorespiratuar dayanıklılık sistemi bulunmaktadır (Kumari ve diğ., 2023). Anaerobik ve aerobik metabolizma için metabolit yollar, oyuncuların sahada ihtiyaç duyduğu enerjiye katkıda bulunur (Mukta ve diğ., 2024). Basketbolda oyuncular oyun sırasında enerji sağlamak için en sık anaerobik mekanizmayı kullanırlar (Kumari ve diğ., 2023). Ancak anaerobik yol, yüksek yoğunluklu eylemler sırasında hızlanmalar yavaşlamalar, yön değiştirmeler, sıçramalar, sprinterler temasla baskın hale gelmektedir (Narazaki ve diğ., 2009). Bunun yanı sıra profesyonel sporculara baktığımızda, kan metabolik profillerinde, aşırı antrenman yükü büyük ölçüde antrenmanın türüne ve süresine bağlı olarak değişikliklere sebep olmaktadır (Al-Khelaifi ve diğ., 2018). Bu gelişmeyle birlikte, vücut kompozisyonunun ve sporcuların performansı üzerindeki etkisinin anlaşılması giderek daha önemli hale gelmiştir. (RongRong, 2024). Ortalama %70-85 yoğunlukta uzun süreli egzersiz programlarının toplam kolesterolü, trigliseritler ve düşük yoğunluklu lipoprotein kolesterol (LDL-K) seviyelerini düşürdüğü, kan serumunda ise yüksek yoğunluklu lipoprotein kolesterol (HDL-K) seviyelerinde artış gözlemlendiğini vurgulamışlardır (Apostolidis ve diğ., 2014). Vücut kitle indeksi sporcuların lipid profiliyle ilişkili olup kronik kalp hastalık riskiyle ilişkili olduğu düşünülmektedir (Steinberger ve diğ., 2005).

Literatürde, bireysel ve takım sporlarında profesyonel ve amatör olarak oynayan öğrenciler üzerinde yapılmış olan çalışmalarda metabolik sendrom bilgi farkındalık düzeylerinin anlamlı olmadığı görülmüştür (Erdoğan ve diğ., 2024). Yapılmış olan araştırmaların yanı sıra, sporcuların saha içerisindeki performanslarını arttırmak için ve sağlık davranışı değişikliğini inceleyen ve açıklayan birçok psikososyal model bulunmaktadır. Bu model ve teoriler, bireylerin kendi sağlıkları üzerindeki kontrollerini artırarak sağlık davranışlarının geliştirilmesinde rol oynamaktadır. Egzersiz sağlık inancı modeline göre, bir bireyin egzersizi kabul etmesi ve düzenli egzersize başlaması egzersizin algılanan faydasıdır (Şahan, 2024). Ayrıca sağlığın gelişimi, bilişsel sağlık ve sağlıkta devamlılığı tespit etmeye çalışan bir yöntemdir. Yapılan çalışmalarda basketbolcuların metabolik sendrom bilgi düzeylerinin düşük düzeyde olduğu görülmekte ve yapılan fiziksel aktiviteler ile yaşam kalitesinin artması ve bunun yanında sporcuların sportif branşlarında performanslarının artması beklenmektedir. Buna bağlı olarak sağlık inanç modelinin metabolik hastalıklar için kullanımına yönelik birçok çalışma yapılmasına rağmen elit sporcularda metabolik sendrom bilgi farkındalıkları ve egzersize yönelik sağlık inançları doğrultusunda birlikte yapılan bir çalışmaya rastlanılmamıştır. Bu bilgiler ışığında basketbolcuların egzersize yönelik tutumları ile metabolik sendrom bilgi farkındalık düzeyleri arasındaki ilişkiyi anlamak, sağlıklı yaşam tarzlarını teşvik etmek ve sportif performanslarını geliştirmek adına temel bir araştırma alanı oluşturmaktadır. Bu çalışma kapsamında elit basketbolcularda egzersize yönelik

sağlık inançları ve metabolik sendrom bilgi ve farkındalık düzeylerinin incelenmesi amaçlanmıştır

YÖNTEM

Araştırma Modeli: Bu araştırma, nicel araştırma yöntemlerinden ilişkisel tarama modeli kullanılarak yapılandırılmıştır. İlişkisel tarama modeli, iki veya daha fazla değişken arasındaki ilişkiyi belirlemeye yönelik bir yaklaşımdır (Karasar, 2017, s. 114). Çalışma kapsamında, değişkenler arasındaki ilişki tek bir zaman diliminde ölçüldüğünden, araştırma aynı zamanda kesitsel bir desen özelliği taşımaktadır (Büyükoztürk ve diğ., 2017, s. 23; Cohen ve diğ., 2007, s. 212).

Araştırmanın Amacı: Bu çalışma kapsamında elit basketbolcularda egzersize yönelik sağlık inançları ve metabolik sendrom bilgi ve farkındalık düzeylerinin incelenmesi amaçlanmıştır.

Araştırma Grubu: Bu araştırma, 2024-2025 sezonunda aktif olan elit basketbolcular üzerinde, tesadüfi örnekleme yöntemiyle seçilmiş, gönüllü olarak çalışmaya katılmayı kabul eden ve yaş ortalaması $21,23 \pm 3,17$ yıl olan 77 erkek ve 83 kadın olmak üzere toplam 160 profesyonel basketbolcu oluşturmaktadır.

Verilerin Toplanması: Araştırma verilerinin toplanmasında basketbolcuların kişisel bilgileri için kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Metabolik sendrom bilgi ve farkındalık ölçeği (MSBFÖ) Karaman ve Akbulut (2023) tarafından geçerlik ve güvenilirliği yapılmıştır (Karaman ve Akbulut, 2023). MSBFÖ; 14 madde, 4 alt boyuttan oluşmakta ve 5’li likert tipinde hazırlanmıştır. İç tutarlılık (Cronbach Alpha) değeri ,918’dir ve bu araştırma için iç tutarlılık değeri ,87 olarak hesaplanmıştır. Ölçekten en düşük 14, en yüksek 70 puan alınmaktadır. Ölçekten alınan puanın yükselmesi hem alt boyutların değerlendirilmesinde hem de toplam puanın değerlendirilmesinde metabolik sendrom bilgi ve farkındalık düzeyinin yüksek olması olarak yorumlanmaktadır. Ölçekte ters kodlanması gereken madde(ler) yoktur Ölçekteki 1-5. sorular “Tanımlama”, 6-8. sorular “Genel Sağlık”, 9-11. sorular “Farkındalık”, 12-14. sorular “Korunma” alt boyutlarına aittir. Egzersize Yönelik Sağlık İnançları Tutum Ölçeği (EYSİT); Caz, Paktaş ve Yazıcı (2023) tarafından geliştirilmiş, 20 madde ve 3 alt boyuttan oluşmakta ve 7’li likert tipinde hazırlanmıştır. İç tutarlılık (Cronbach Alpha) değeri ,70’in üzerindedir ve bu araştırma için iç tutarlılık katsayısı,93 olarak hesaplanmıştır. Ölçekten alınabilecek toplam puan 20 ile 140 arasında (minimum 20, maksimum 140 puan) değişmektedir. Ölçekten alınabilecek puan, alt boyutlarda yer alan madde sayısına göre farklılaşmakta olup, ölçek değerlendirilirken hem alt boyut puanları hem de ölçeğin toplam puanı baz alınabilir. Alt boyutlar ve ölçeğin toplamından alınan puan ortalamasının yüksek olması bireylerin egzersize yönelik sağlık inançlarının yüksek olduğunu, puan ortalamasının düşük olması ise egzersize yönelik sağlık inançlarının düşük olduğunu göstermektedir. Ölçekte ters kodlanması gereken madde(ler) yoktur. Ölçek alt boyut ve maddeleri; sağlığın gelişimi alt boyutu: 1-9 maddeler, bilişsel sağlık alt boyutu: 10-15 maddeler, devamlılık alt boyutu: 16-20 maddelerdir (Karaman ve Akbulut, 2023).

Verilerin Analizi: Araştırma grubundan toplanan kişisel değişkenler için frekans ve yüzde hesaplamaları yapılmıştır. Değişkenlerin gruplara göre dağılımları incelenmiş, dağılımların normalliği ve varyansların homojenliği değerlendirilerek dağılımların parametrik özellik sergilediği

görülmüştür. Ayrıca ölçme araçlarının bu çalışma için iç tutarlılıklarına Cronbach's alpha testi ile bakılmıştır. Bağımsız değişkenlere göre Metabolik sendrom bilgi ve farkındalığı (MSBF) ve egzersize yönelik sağlık inançları tutum (EYSİT) düzeylerinin farklılaşıp farklılaşmadığını

incelemek için bağımsız tek örneklem testi (t-test) kullanılmıştır. Metabolik sendrom bilgi ve farkındalığı (MSBF) ile egzersize yönelik sağlık inançları tutum (EYSİT) arasındaki ilişkiyi ortaya koyabilmek için korelasyon analizi yapılmıştır.

Tablo 1. Metabolik sendrom bilgi ve farkındalığı (MSBF) ve egzersize yönelik sağlık inançları tutumu (EYSİT) ve alt boyutlarının ortalama, standart sapmaları ve normallik değerleri

N=(160)						
	$\bar{x}$	ss	Min	Max.	Skewness	Kurtosis
Metabolik sendrom bilgi ve farkındalığı	51,80	6,83	14,00	70,00	-1,267	2,720
Tanımlama	18,38	2,90	5,00	25,00	-1,273	2,448
Genel sağlık	10,22	1,82	3,00	15,00	-1,145	2,305
Farkındalık	10,96	1,66	3,00	15,00	,792	0,410
Korunma	12,24	2,19	3,00	15,00	-,548	0,251
Egzersize yönelik sağlık inançları tutumu	116,63	15,77	20,00	140,00	-1,270	2,539
Sağlığın gelişimi	52,72	7,81	9,00	63,00	-1,238	2,436
Bilişsel sağlık	36,72	5,09	6,00	42,00	-1,123	0,973
Devamlılık	27,19	5,38	5,00	35,00	-1,381	2,827

BULGULAR

Araştırmada elde edilen bulgular; çalışmanın amacını ve problemini destekler nitelikte olmalıdır. Bulgular kısmında sadece bulgular Katılımcıların Metabolik sendrom bilgi ve

farkındalığına (MSBF) ve egzersize yönelik sağlık inançları tutumlarına (EYSİT) ilişkin ortalama ve standart sapma değerleri Tablo 2’de verilmiştir.

Tablo 2. Metabolik sendrom bilgi ve farkındalığı (MSBF) ve egzersize yönelik sağlık inançları tutumu (EYSİT) ve alt boyutlarının ortalama ve standart sapmaları

N=(160)				
	$\bar{x}$	ss	Min	Max.
Metabolik sendrom bilgi ve farkındalığı (MSBF)	51,80	6,83	14,00	70,00
Tanımlama	18,38	2,90	5,00	25,00
Genel sağlık	10,22	1,82	3,00	15,00
Farkındalık	10,96	1,66	3,00	15,00
Korunma	12,24	2,19	3,00	15,00
Egzersize yönelik sağlık inançları tutumu (EYSİT)	116,63	15,77	20,00	140,00
Sağlığın gelişimi	52,72	7,81	9,00	63,00
Bilişsel sağlık	36,72	5,09	6,00	42,00
Devamlılık	27,19	5,38	5,00	35,00

Tablo 2’ye bakıldığında basketbolcuların metabolik sendrom bilgi ve farkındalığı seviyelerinin orta düzeyin üstünde olduğu, en yüksek korunma alt boyutunda puan aldıkları görülmektedir. Bununla birlikte egzersize yönelik sağlık inançları tutumu açısından incelediğimizde

egzersize yönelik sağlık inançlarına yönelik tutumlarının yüksek düzeyde olumlu olduğu görülmektedir. EYSİT ölçeğinde en yüksek puanı bilişsel sağlık alt boyutunda aldıkları ortaya çıkmıştır.

Tablo 3. Metabolik sendrom bilgi ve farkındalığı (MSBF) ve egzersize yönelik sağlık inançları tutumu (EYSİT) puanlarının cinsiyete göre karşılaştırılması

	Cinsiyet	N	$\bar{x}$	ss	t	p
MSBF	Erkek	77	52,12	6,16	,564	,574
	Kadın	83	51,51	7,42		
Tanımlama	Erkek	77	18,36	2,83	-,074	,941
	Kadın	83	18,40	2,98		
Genel sağlık	Erkek	77	10,38	1,68	1,059	,291
	Kadın	83	10,07	1,94		
Farkındalık	Erkek	77	11,03	1,58	,511	,610
	Kadın	83	10,89	1,73		
Korunma	Erkek	77	12,35	2,05	,592	,554
	Kadın	83	12,14	2,33		
EYSİT	Erkek	77	115,61	16,47	-,788	,432
	Kadın	83	117,58	15,14		
Sağlığın gelişimi	Erkek	77	52,05	8,27	-1,040	,300
	Kadın	83	53,34	7,36		
Bilişsel sağlık	Erkek	77	36,69	4,85	-,073	,942
	Kadın	83	36,75	5,33		
Devamlılık	Erkek	77	26,87	5,76	-,732	,465
	Kadın	83	27,49	5,01		

Basketbolcuların metabolik sendrom bilgi ve farkındalığı (MSBF) ve egzersize yönelik sağlık inançları tutumu (EYSİT) puanlarının cinsiyete göre karşılaştırılması sonucunda istatistiksel olarak toplam puanlarda ve alt boyutlarda anlamlı farklılık bulunamamıştır. (Tablo 3).

Buna göre araştırmaya katılan basketbolcuların metabolik sendrom bilgi ve farkındalık düzeyleri ile egzersize yönelik sağlık inançları tutumu cinsiyete göre değişmemektedir.

Tablo 4. Metabolik sendrom bilgi ve farkındalığı (MSBF) ve egzersize yönelik sağlık inançları tutumu (EYSİT) puanlarının yaşa göre karşılaştırılması

	Yaş	N	$\bar{X}$	ss	t	p
MSBF	18-21 yaş	97	51,81	7,12	,033	,974
	22 yaş ve üzeri	63	51,78	6,41		
Tanımlama	18-21 yaş	97	18,44	2,79	,335	,738
	22 yaş ve üzeri	63	18,29	3,08		
Genel sağlık	18-21 yaş	97	10,19	1,86	-,286	,775
	22 yaş ve üzeri	63	10,27	1,77		
Farkındalık	18-21 yaş	97	10,89	1,80	-,658	,511
	22 yaş ve üzeri	63	11,06	1,42		
Korunma	18-21 yaş	97	12,30	2,25	,394	,694
	22 yaş ve üzeri	63	12,16	2,13		
EYSİT	18-21 yaş	97	116,73	13,87	,100	,921
	22 yaş ve üzeri	63	116,48	18,45		
Sağlığın gelişimi	18-21 yaş	97	52,62	7,14	-,201	,841
	22 yaş ve üzeri	63	52,87	8,81		
Bilişsel sağlık	18-21 yaş	97	36,66	4,47	-,181	,856
	22 yaş ve üzeri	63	36,81	5,95		
Devamlılık	18-21 yaş	97	27,45	4,56	,757	,450
	22 yaş ve üzeri	63	26,79	6,47		

p>0.05

Katılımcıların metabolik sendrom bilgi ve farkındalığı (MSBF) ve egzersize yönelik sağlık inançları tutumu (EYSİT) puanlarının yaş gruplarına göre karşılaştırılması sonucunda istatistiksel olarak toplam puanlarda ve alt

boyutlarda anlamlı farklılık bulunamamıştır. (Tablo 4). Buna göre basketbolcuların metabolik sendrom bilgi ve farkındalık düzeyleri ile egzersize yönelik sağlık inançları tutumu yaşa göre değişmemektedir.

Tablo 5. Metabolik sendrom bilgi ve farkındalığı (MSBF) ve egzersize yönelik sağlık inançları tutumu (EYSİT) puanlarının spor yılına göre karşılaştırılması

	Spor yılı	N	$\bar{X}$	ss	t	p
MSBF	5-9 yıl	59	51,83	7,77	,043	,966
	10 yıl ve üzeri	101	51,78	6,26		
Tanımlama	5-9 yıl	59	18,27	3,28	-,366	,715
	10 yıl ve üzeri	101	18,45	2,67		
Genel sağlık	5-9 yıl	59	10,58	1,96	1,917	,057
	10 yıl ve üzeri	101	10,01	1,71		
Farkındalık	5-9 yıl	59	10,90	1,72	-,337	,737
	10 yıl ve üzeri	101	10,99	1,63		
Korunma	5-9 yıl	59	12,08	2,34	-,699	,485
	10 yıl ve üzeri	101	12,34	2,11		
EYSİT	5-9 yıl	59	116,66	13,91	,018	,986
	10 yıl ve üzeri	101	116,61	16,83		
Sağlığın gelişimi	5-9 yıl	59	52,51	7,53	-,259	,796
	10 yıl ve üzeri	101	52,84	8,01		
Bilişsel sağlık	5-9 yıl	59	37,03	4,44	,598	,551
	10 yıl ve üzeri	101	36,53	5,44		
Devamlılık	5-9 yıl	59	27,12	5,39	158	,893
	10 yıl ve üzeri	101	27,24	5,40		

p>0.05

Araştırmaya katılan basketbolcuların metabolik sendrom bilgi ve farkındalığı (MSBF) ve egzersize yönelik sağlık inançları tutumu (EYSİT) puanlarının basketbol oynadıkları spor yılına göre karşılaştırılması sonucunda istatistiksel olarak toplam puanlarda ve alt boyutlarda

anlamlı farklılık bulunamamıştır. (Tablo 5). Buna göre basketbolcuların metabolik sendrom bilgi ve farkındalık düzeyleri ile egzersize yönelik sağlık inançları tutumu oynadıkları spor yılına göre değişmemektedir.

Tablo 6. Metabolik sendrom bilgi ve farkındalığı (MSBF) ve egzersize yönelik sağlık inançları tutumu (EYSİT) puanlarının millilik durumuna göre karşılaştırılması

	Millilik Durumu	N	$\bar{x}$	ss	t	p
MSBF	Evet	31	51,61	6,50	-,169	,866
	Hayır	129	51,84	6,93		
Tanımlama	Evet	31	18,23	2,89	-,332	,741
	Hayır	129	18,42	2,91		
Genel sağlık	Evet	31	10,39	1,93	,573	,567
	Hayır	129	10,18	1,80		
Farkındalık	Evet	31	11,00	1,34	,163	,871
	Hayır	129	10,95	1,73		
Korunma	Evet	31	12,00	2,31	-,688	,493
	Hayır	129	12,30	2,17		
EYSİT	Evet	31	114,39	20,55	-,882	,379
	Hayır	129	117,17	14,44		
Sağlığın gelişimi	Evet	31	51,55	10,43	-,928	,355
	Hayır	129	53,00	7,07		
Bilişsel sağlık	Evet	31	36,55	6,48	-,207	,836
	Hayır	129	36,76	4,72		
Devamlılık	Evet	31	26,29	6,28	-1,042	,299
	Hayır	129	27,41	5,14		

p>0.05

Basketbolcuların metabolik sendrom bilgi ve farkındalığı (MSBF) ve egzersize yönelik sağlık inançları tutumu (EYSİT) puanlarının millilik durumuna göre karşılaştırılması sonucunda istatistiksel olarak toplam puanlarda ve alt boyutlarda anlamlı farklılık

bulunmamıştır. (Tablo 6). Buna göre araştırmaya katılan basketbolcuların metabolik sendrom bilgi ve farkındalık düzeyleri ile egzersize yönelik sağlık inançları tutumu milli olup olmama durumlarına göre değişmemektedir.

Tablo 7. Metabolik sendrom bilgi ve farkındalığı (MSBF) ve egzersize yönelik sağlık inançları tutumu (EYSİT) arasındaki ilişki

N=160		EYSİT	Sağlığın gelişimi	Bilişsel sağlık	Devamlılık
MSBF	r	,409**	,388**	,411**	,248**
	p	,000	,000	,000	,002
Tanımlama	r	,341**	,309**	,331**	,237**
	p	,000	,000	,000	,003
Genel sağlık	r	,195*	,201*	,213**	,080
	p	,013	,011	,007	,315
Farkındalık	r	,260**	,238**	,257**	,175*
	p	,001	,002	,001	,027
Korunma	r	,466**	,453**	,473**	,261**
	p	,000	,000	,000	,001

**p<0.01 *p<0.05

Basketbol oyuncularının metabolik sendrom bilgi ve farkındalığı (MSBF) ve egzersize yönelik sağlık inançları tutumu (EYSİT) arasındaki ilişkiyi belirlemeye yönelik yapılan korelasyon testi sonucuna göre, metabolik sendrom bilgi ve farkındalığı (MSBF) ile egzersize yönelik sağlık inançları tutumu (EYSİT) ve alt boyutlarından bilişsel sağlık arasında orta düzeyde pozitif yönlü ilişki, sağlığın gelişimi ve devamlılık alt boyutları ile ise zayıf düzeyde pozitif yönlü ilişki bulunmuştur. MSBF alt boyutlarından tanımlama, genel sağlık ve farkındalık ile arasında (EYSİT devamlılık alt boyutu hariç-farkındalık ile arasında önemsenmeyecek düzeyde düşük ilişki) zayıf düzeyde pozitif yönlü ilişki bulunurken, MSBF alt boyutlarından korunma ile devamlılık alt boyutu hariç (düşük düzeyde pozitif) tüm EYSİT alt boyutlarında

orta düzeyde pozitif yönlü ilişki olduğu görülmektedir (Tablo 7). Buna göre basketbol oyuncularının metabolik sendrom bilgi ve farkındalık düzeyi arttıkça egzersize yönelik sağlık inancı tutumlarının daha olumlu olacağı söylenebilir.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Literatüre bakıldığında mevcut araştırmaya benzer yöntemlerin kullanıldığı fakat Türkiye’de daha önce sporculara yönelik bu kapsamda bir çalışmaya rastlanmamış olup çalışmalar, üniversite öğrencileri ve sağlık çalışanlarını kapsamakta olduğu görülmüştür. Yapmış olduğumuz bu çalışmada, 2024-2025 basketbol sezonunda aktif olan elit basketbolcuların egzersize yönelik sağlık inançları ve metabolik sendrom bilgi ve

farkındalık düzeylerinin belirlenmesi amaçlanmıştır. Elde edilen bulgulara göre metabolik sendrom bilgi farkındalık seviyelerinin orta düzeyin üstünde olduğu, en yüksek koruma alt boyutunda puan aldıkları görülmüştür. Bunun yanı sıra egzersize yönelik sağlık inançları tutumlarının yüksek düzeyde ve en yüksek puanı bilişsel sağlık boyutunda aldıkları tespit edilmiştir. Çalışmada elit basketbolcuların metabolik sendrom bilgi ve farkındalık düzeylerinin orta düzeyin üzerinde olması ile metabolik hastalıklardan korumak için egzersiz ve düzenli yapılan fiziksel aktivitenin ve beslenmenin etkisinin farkında oldukları bunun yanı sıra yapılan düzenli egzersizler, dengeli ve düzenli beslenmenin fiziksel, fizyolojik ve mental yararlarının farkında oldukları söylenilebilir.

Mevcut çalışmada basketbolcuların metabolik sendrom bilgi farkındalığı ve egzersize yönelik sağlık inançları tutumları cinsiyete göre değişmemektedir. Bu bulgu cinsiyetin egzersize yönelik sağlık inançları ve metabolik sendrom bilgi farkındalığında anlamlı etkiye sahip olmadığını göstermektedir. Literatür incelendiğinde, beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencileri üzerinde yapılmış bir çalışmada, metabolik sendrom bilgi ve farkındalık ölçeği ve alt boyutlarında cinsiyet değişkeni üzerinde istatistiksel olarak bir farklılığın bulunmadığı belirtilmiştir (Erdoğan ve diğ., 2024). Caz ve Yazıcı (2024) 262 kişi üzerinde yapmış olduğu çalışmada, cinsiyet değişkenine göre egzersize yönelik sağlık inançları tutumlarında bir farklılık olmadığını tespit etmişlerdir. Bu bulgular, cinsiyetin elit basketbolcularda metabolik sendrom bilgi farkındalıkları egzersize yönelik sağlık inançlarında anlamlı etkiye sahip olmadığını desteklemektedir.

Basketbolcuların, metabolik sendrom bilgi farkındalığı ve egzersize yönelik sağlık inançları tutumlarının yaş değişkenine göre değişmediği tespit edilmiştir. Erdoğan ve arkadaşlarının yapmış olduğu çalışmada 18-21,22-25 ve 26 yaş ve üzeri katılımcılarda metabolik sendrom bilgi ve farkındalık ölçeği ve alt boyutlarında anlamlı bir farklılık olmadığını bildirmişlerdir.

Katılımcıların basketbol oynadıkları spor yılına göre, metabolik sendrom bilgi farkındalığı ve egzersize yönelik sağlık inançları tutum düzeylerinin değişmediği görülmüştür. Beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencileri üzerinde yapılmış olan çalışmada; 1-4 yıl spor yapan öğrencilerin, 5 ve üzeri yıl spor yapanlara göre toplam ölçek puanında anlamlı farklılık olduğunu tespit etmişlerdir (Erdoğan ve diğ., 2024). Sezer ve diğerlerinin (2024), sedanter ve antrene üniversite öğrencileri üzerinde yapılmış oldukları bir çalışmada düzenli spor yapan katılımcılar ile düzenli spor yapmayanlar arasında metabolik sendrom farkındalık düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık görülmezken, spor yapan katılımcıların daha yüksek düzeyde farkındalık ve bilgi düzeyine sahip olduklarını bildirmişlerdir.

Basketbolcuların millilik durumuna göre metabolik sendrom bilgi farkındalığı ve egzersize yönelik sağlık inançları tutum düzeylerinde bir farklılık olmadığı tespit edilmiştir. Çalışmamızı destekler nitelikte yapılmış olan, profesyonel ve amatör olarak spor yapan üniversite öğrencileri üzerinde yapılmış olan çalışmada istatistiksel

olarak bir farklılığın bulunmadığı vurgulanmıştır (Erdoğan ve diğ., 2024).

Basketbol oyuncularının, metabolik sendrom bilgi ve farkındalığı (MSBF) ve egzersize yönelik sağlık inançları tutumu (EYSİT) arasındaki ilişkiyi belirlemeye yönelik yapılan korelasyon testi sonucuna göre, metabolik sendrom bilgi ve farkındalığı (MSBF) ile egzersize yönelik sağlık inançları tutumu (EYSİT) ve alt boyutlarından bilişsel sağlık arasında orta düzeyde pozitif yönlü ilişki, sağlığın gelişimi ve devamlılık alt boyutları ile ise zayıf düzeyde pozitif yönlü ilişki bulunmuştur. MSBF alt boyutlarından tanımlama, genel sağlık ve farkındalık arasında (EYSİT devamlılık alt boyutu hariç-farkındalık ile arasında önemsenmeyecek düzeyde düşük ilişki) zayıf düzeyde pozitif yönlü ilişki bulunurken MSBF alt boyutlarından korunma ile devamlılık alt boyutu hariç (düşük düzeyde pozitif) tüm EYSİT alt boyutlarında orta düzeyde pozitif yönlü ilişki olduğu görülmektedir. Buna göre basketbolcuların metabolik sendrom bilgi ve farkındalık düzeyi arttıkça egzersize yönelik sağlık inancı tutumlarının daha olumlu olacağı söylenebilir. Metabolik sendrom için risk faktörlerini önleme davranışlarını geliştirmek için kişinin güçlü sağlık inançlarına sahip olması yani başka bir deyişle, sağlık risklerine karşı duyarlı olması ve maruz kalınan risk faktörlerinin ciddiyetini anlaması gerekmektedir (Li ve diğ., 2021).

Egzersize yönelik olumlu sağlık inançları, sporcuların metabolik sendrom ve bu sendromun risk faktörleri konusunda daha fazla bilgi sahibi olmalarına ve bu konudaki farkındalıklarını artırmalarına yardımcı olabilir. Sporcular, egzersizin sağlık üzerindeki olumlu etkilerini düşündüklerinde, metabolik sendrom gibi sağlık sorunlarını önleme veya yönetme konusunda daha dikkatli ve bilinçli hareket etme eğiliminde olabilirler.

Sonuç

Sonuç olarak; basketbol oyuncularının metabolik sendrom bilgi ve farkındalık düzeyi arttıkça egzersize yönelik sağlık inancı tutumlarının daha olumlu olacağı söylenebilir. Elit sporcular, düzenli fiziksel aktivitenin faydalarını mesleki gereklilikleri sebebiyle deneyimleyen bireylerdir. Ancak fiziksel performansın yanı sıra sağlık bilinci ve farkındalığı da uzun vadeli sağlık ve kariyer başarıları için kritik öneme sahiptir. Egzersize yönelik sağlık inançları, bireylerin egzersiz alışkanlıklarını sürdürme motivasyonlarını şekillendiren önemli bir faktördür.

Bu çalışma, elit basketbolcularda egzersize yönelik sağlık inançlarının geliştirilmesi ve metabolik sendrom farkındalığının artırılmasının, uzun vadeli sağlık ve performans üzerindeki olumlu etkilerine dikkat çekmektedir. Profesyonel sporcuların egzersizin sağlık üzerindeki olumlu etkilerinin farkında olması hem bireysel sağlıkları hem de performans hedefleri için önemlidir. Sporcular genellikle MetS risk faktörlerinden uzak olsalar da dengesiz beslenme, yoğun antrenman stresi ve genetik yatkınlık gibi faktörler nedeniyle MetS riski altında olabilirler. Egzersiz, bu sendromun önlenmesinde ve yönetiminde temel bir rol oynar. Ancak, sporcuların bu hastalığa dair bilgi eksikliği, koruyucu davranışlar sergilemelerini engelleyebilir. Çoğu basketbolcu,

kardiyovasküler dayanıklılık, kas gücü ve esneklik gibi bileşenlerin yalnızca sportif başarıyı değil, genel sağlığı da artırdığını bilir. Bununla birlikte, bu farkındalık düzeyi bireysel farklılıklar gösterebilir ve elit sporcular genellikle metabolik sendrom risk faktörlerine karşı korunaklı gibi görünselerde, özellikle dengesiz diyetler, genetik faktörler veya yoğun antrenman ve dinlenme dengesizliği nedeniyle risk altında olabilirler. Ancak, farkındalık düzeyi genelde sağlık personeli ve takım doktorlarının verdiği bilgilere bağlıdır. Bu konuda eğitim alan veya sağlık taramalarından geçen sporcularda farkındalık daha yüksek olabileceği söylenebilir.

Öneriler

1.Eğitim Programları: Basketbolculara metabolik sendrom ve sağlık riskleri hakkında bilgi sağlayacak eğitim programları düzenlenmelidir.

Kaynaklar

- Alipour, P., Azizi, Z., Raparelli, V., Norris, C. M., Kautzky-Willer, A., Kublickiene, K., & Pilote, L. (2024). The role of sex and gender-related variables in the development of metabolic syndrome: A prospective cohort study. *European Journal of Internal Medicine*, 121, 63–75.
- Al-Khelaifi, F., Diboun, I., Donati, F., Botrè, F., Alsayrafi, M., Georgakopoulos, C., & Elrayess, M. A. (2018). A pilot study comparing the metabolic profiles of elite-level athletes from different sporting disciplines. *Sports Medicine – Open*, 4, 1–15.
- Apostolidis, N., Bogdanis, G. C., Kostopoulos, N., Souglis, A., & Papadopoulos, C. (2014). Changes in the lipid profile of elite basketball and soccer players after a match. *Research in Sports Medicine*, 22(1), 100–110.
- Babaei, P., & Hoseini, R. (2022). Exercise training modulates adipokine dysregulations in metabolic syndrome. *Sports Medicine and Health Science*, 4(1), 18–28.
- Batista, C., & Soares, J. M. (2013). Are former elite athletes more protected against metabolic syndrome? *Journal of Cardiology*, 61(6), 440–445.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş., & Demirel, F. (2017). *Bilimsel araştırma yöntemleri* (23. baskı). Pegem Akademi.
- Caz, Ç., & Yazıcı, Ö. F. (2024). Algılanan stres ile egzersize yönelik sağlık inançları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Uluslararası Bozok Spor Bilimleri Dergisi*, 5(3), 247–257.
- Caz, Ç., Paktaş, Y., & Yazıcı, Ö. F. (2023). Egzersize yönelik sağlık inançları tutum ölçeğinin geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Ege Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi*, 39(1), 115–124. <https://doi.org/10.53490/cegehemsire.1147705>
- Cohen, L., Manion, L., & Morrison, K. (2007). *Research methods in education* (6th ed.). Routledge.
- Emiral, G., Öztürk, O., et al. (2021). Assessment of knowledge of metabolic syndrome and health literacy level among adults in Western Turkey. *Nigerian Journal of Clinical Practice*, 24(1), 28–37.
- Encarnação, S. G. A., Rezende, V. H. S., Gonçalves, I. M., Prata, P. D. O. R., Mansur, H. N., Sampaio, T., & Guttierrez, A. P. M. (2024). Comparison of physical activity level, body composition, strength, and flexibility of teen basketball players and adolescents non-practitioners of sport: An observational study with machine learning analysis. *International Journal of Kinesiology and Sports Science*, 12(2), 11–20.
- 2.Sağlık Taramaları: Düzenli sağlık taramalarıyla sporcuların metabolik sağlık durumları izlenmelidir.
- 3.Bilinçlendirme Kampanyaları: Egzersizin yalnızca performans değil, sağlık için de önemli olduğu vurgulanmalıdır.
4. Yapılmış olan çalışma elit basketbolcular üzerinde yapıldığı için diğer spor branşlarında aktif olarak sahaya çıkan sporcular üzerinde uygulanıp karşılaştırılabilir.
- Etik Metni:** Bu makalede araştırma sürecinde, dergi yazım kurallarına, yayın ilkelerine, araştırma ve yayın etiği kurallarına, dergi etik kurallarına uyulmuştur. Makale ile ilgili doğabilecek her türlü ihlallerde sorumluluk yazara aittir. Söz konusu araştırma için 14.08.2024 tarihli ve 2024/105369 sayılı Şırnak Üniversitesi Etik Kurulu'ndan onay alınmıştır.
- Çıkar Çatışması:** Çalışma kapsamında herhangi bir kişisel ve finansal çıkar çatışması bulunmamaktadır.
- Yazar Katkı Oranı:** Bu çalışmada bütün yazarların katkı oranları eşittir.
- Erdoğan, R., Tizar, G. R., Tizar, E., Şahnar, G., & İyisoylu, Ş. (2024). Beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin metabolik sendrom bilgi düzeylerinin belirlenmesi. *Spor, Sağlık ve Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 3(1), 87–101.
- Karaman, M. E., & Akbulut, T. (2023). Metabolik sendrom bilgi ve farkındalık ölçeği (MSBFÖ): Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 6(2), 497–506. <https://doi.org/10.38021/asbid.1244624>
- Karasar, N. (2003). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Nobel Yayın Dağıtım.
- Karasar, N. (2017). *Bilimsel araştırma yöntemi: Kavramlar, ilkeler, teknikler*. Nobel Yayın Dağıtım.
- Katsimardou, A., Imprialos, K., Stavropoulos, K., Sachinidis, A., Doumas, M., & Athyros, V. (2020). Hypertension in metabolic syndrome: Novel insights. *Current Hypertension Reviews*, 16(1), 12–18.
- Kılınç, F. N., Çakır, B., Daşgün, H., & Temizhan, A. (2018). Metabolik sendromlu hastaların obezitede sağlık inanç modeli ölçeği'ne göre değerlendirilmesi. *Bakırköy Tıp Dergisi*, 14(1), 76–84.
- Kumari, A., Singh, P., & Varghese, V. (2023). Effects of high-intensity interval training on aerobic capacity and sports-specific skills in basketball players. *Journal of Bodywork and Movement Therapies*, 34, 46–52.
- Lakka, T. A., & Laaksonen, D. E. (2007). Physical activity in prevention and treatment of the metabolic syndrome. *Applied Physiology, Nutrition, and Metabolism*, 32(1), 76–88.
- Li, E., Silverio, A., Cunningham, A., LaNoue, M. D., & Mills, G. (2021). Association of prediabetes status awareness with behaviors and perception of health. *The Journal of the American Board of Family Medicine*, 34(1), 224–230.
- Militello, R., Pinto, G., Illiano, A., Luti, S., Magherini, F., Amoresano, A., & Modesti, A. (2022). Modulation of plasma proteomic profile by regular training in male and female basketball players: A pilot study. *Frontiers in Physiology*, 13, 813447.
- Mukta, F. T. J., Arafat, Y., Rickta, J. F., & Islam, R. (2024). Comparing recovery capacities in football and basketball players. *Journal of Community Medicine and Public Health Reports*, 5(1).

- Narazaki, K., Berg, K., Stergiou, N., & Chen, B. (2009). Physiological demands of competitive basketball. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 19, 425–432.
- Nilsson, P. M., Tuomilehto, J., & Rydén, L. (2019). The metabolic syndrome: What is it and how should it be managed? *European Journal of Preventive Cardiology*, 26(2_suppl), 33–46.
- Pattyn, N., Cornelissen, V. A., Eshghi, S. R. T., & Vanhees, L. (2013). The effect of exercise on the cardiovascular risk factors constituting the metabolic syndrome: A meta-analysis of controlled trials. *Sports Medicine*, 43, 121–133.
- RongRong, G. (2024). Comparative analysis of body composition before and after periodic special training of basketball players. *International Journal of Education and Humanities*, 4(3), 218–226.
- Sezer, B. S., Hepsert, S., Akel, D., & Kılıç, Y. (2024). Sedanter ve antrene üniversite öğrencilerinde obezite ve metabolik sendrom farkındalık düzeylerinin incelenmesi. *Türk Spor Bilimleri Dergisi*, 7(2), 21–29. <https://doi.org/10.46385/tsbd.1498034>
- Steinberger, J., Jacobs, D. R., Raatz, S., Moran, A., Hong, C. P., & Sinaiko, A. R. (2005). Comparison of body fatness measurements by BMI and skinfolds vs. dual-energy X-ray absorptiometry and their relation to cardiovascular risk factors in adolescents. *International Journal of Obesity*, 29, 1346–1352.
- Şahan, N. (2024). The effect of exercise health belief and mental well-being level on physical activity level: A cross-sectional study. *Türkiye Klinikleri Journal of Sports Sciences*, 16(2).

EXTENDED ABSTRACT

Research Problems: Despite the plethora of research on the use of health belief model for metabolic disorders, there is a conspicuous absence of research addressing the knowledge and awareness of metabolic syndrome and health beliefs toward exercise among elite athletes. Delving into the relations between elite basketball players' attitudes toward exercise and their knowledge and awareness of metabolic syndrome may encourage a healthy lifestyle and improve athletic performance among these athletes. Ultimately, the present study explores the health beliefs toward exercise and tests knowledge and awareness of metabolic syndrome among elite basketball players.

Methods: The sample of this descriptive correlational study comprised 160 professional basketball players, 83 females and 77 males, in the 2024-2025 basketball season. We collected the data using a demographic information form, the Health Belief Model Scale for Exercises (HBMS-E), and the Metabolic Syndrome Knowledge and Awareness Scale (MSKAS). The data were analyzed using the SPSS program. Participants' descriptives are presented as number (*n*) and percentage (%), and Cronbach's alpha coefficients were calculated to reveal the internal consistency of the measurement tools. We employed one-sample *t*-test to explore differences between participant scores on the

research variables and used Pearson's correlation analysis to test the relations between these variables.

Results and Conclusions: Despite the existence of studies exploring these variables on the samples of undergraduate students or healthcare professionals through methodologies analogous to those employed in this study, to the best of our knowledge, no prior Türkiye-based research has recruited a sample of athletes for the scope of this examination. Our findings uncovered no significant differences in participants' knowledge and awareness of the metabolic syndrome and health beliefs toward exercise by gender, age, seniority, and status of being a national athlete ($p > 0.05$). Participants' MSKAS scores had moderate positive correlations with their total HBMS-E and cognitive health scores and a weak positive correlation with their health development and continuity scores. Moreover, we found participants' MSKAS identification, overall health, and awareness scores to be weakly correlated, while there were moderate positive correlations between participants' MSKAS protection scores and their scores on all HBMS-E subscales (except for protection and continuity). To sum up, we may claim that improved knowledge and awareness of metabolic syndrome among elite basketball players will contribute to their health beliefs toward exercise.