

ARAŞTIRMA MAKALESİ

Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin sosyal medya bağımlılıkları ve akademik başarı arasındaki ilişki

¹Berzan Şimşek^{ID}, ²Yalçın Dalay^{ID}, ³Kübra Eflatun^{ID}, ⁴Alpaslan Kartal^{ID}

¹Batman Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Batman, Türkiye.

²Batman Belediyesi, Batman, Türkiye.

³Yozgat Bozok Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Yozgat, Türkiye.

⁴Yozgat Bozok Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Yozgat, Türkiye.

Özet. Bu araştırmanın amacı; Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin sosyal medya bağımlılıkları ve akademik başarı arasındaki ilişkiyi incelemektir. Araştırmanın evrenini Yozgat Bozok Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi'nde eğitim-öğretim hayatına devam eden öğrenciler oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini ise Yozgat Bozok Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi'nde eğitim-öğretim hayatına devam eden ve Google Forms yoluyla oluşturulan çevrimiçi anket formuna gönüllü olarak katılım sağlayan 301 öğrenci oluşturmaktadır. Spor bilimleri öğrencilerinin özelliklerine ilişkin bilgiler "Kişisel Bilgi Formu" ile elde edilmiştir. Spor bilimleri öğrencilerinin sosyal medya bağımlılıklarının akademik başarıya etkisini belirlemeye yönelik "Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği" kullanılmıştır. Demografik özelliklere ilişkin frekans ve yüzde analizi kullanılmıştır. Yapılan analizler neticesinde; veriler normal dağılım gösterdiği tespit edilmiştir. Bu nedenle veri analizlerinde parametrik testlerin kullanılmasına karar verilmiştir. Spor bilimleri öğrencilerinin sosyal medya bağımlılıklarının akademik başarıya etkisine bakıldığında; cinsiyet, sınıf, sosyal medyayı günde ortalama ne kadar kullanıyorsunuz ve not ortalamanız değişkenlerine göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur ($p<0,05$). Bölüm değişkeninde ise istatistiksel olarak anlamlı bir fark yoktur ($p>0,05$). Sonuç olarak; Spor bilimleri öğrencilerinin sosyal medya bağımlılık düzeylerinin orta seviyede olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Sosyal medyada harcanan vakit arttıkça hem sosyal medya bağımlılığı artmakta hem de akademik başarıyı olumsuz yönde etkilediği düşünülmektedir. Bu nedenle öğrencileri sosyal medyadan uzak tutabilecek sosyal aktivitelerin yapılması ve sosyal medya kullanımı ile ilgili öğrencilerin bilinçlendirilmesi önerilmektedir.

The relationship between social media addiction and academic achievement of faculty of sport sciences students

Abstract. The aim of this study is to examine the relationship between social media addiction and academic achievement of the students of the Faculty of Sport Sciences. The population of the study consists of students continuing their education at Yozgat Bozok University, Faculty of Sport Sciences. The sample of the study consists of 301 students who continue their education at Yozgat Bozok University, Faculty of Sport Sciences and who voluntarily participated in the online survey form created through Google Forms. Information about the characteristics of sport sciences students was obtained with the "Personal Information Form". "Social Media Addiction Scale" was used to determine the effect of social media addiction of sport sciences students on academic achievement. As a result of the analyzes; it was determined that the data showed normal distribution. Therefore, it was decided to use parametric tests in data analysis. When the effect of social media addictions of sport sciences students on academic achievement was examined; a statistically significant difference was found according to gender, class, how much you use social media on average per day and grade point average variables ($p<0,05$). There is no statistically significant difference in the department variable ($p>0,05$). As a result, it was concluded that the social media addiction levels of sport sciences students were at a medium level. As the time spent on social media increases, both social media addiction increases and it is thought to negatively affect academic achievement. For this reason, it is recommended to organize social activities that can keep students away from social media and to raise awareness of students about social media use.

Geliş Tarihi:

Ekim 7, 2024

Kabul Tarihi:

Temmuz 10, 2025

Yayınlanma Tarihi:

Ağustos 19, 2025

Anahtar**Kelimeler:**

Akademik Başarı, Bağımlılık, Sosyal Medya, Öğrenci.

Keywords:

Academic success, addiction, social media, student.

Giriş

Bağımlılık, anlamına bakıldığında oldukça kapsamlı bir kavramdır. Genel olarak bağımlılık bir varlığa, hissedilen engellenemeyen arzu ya da başka bir gücün iradesi altına girme durumu olarak tanımlanmaktadır. Bağımlılık denildiğinde akla ilk olarak ilaç tanımına da benzeyen bitkisel veya bazı kimyasal maddelere hissedilen bağımlılık gelir. Bununla birlikte, günümüzde “internet bağımlılığı”, “yeme-içme bağımlılığı”, “kumar bağımlılığı” ve “alveriş bağımlılığı” gibi tıbbi yardım isteyen birçok bağımlılık türü de vardır (Uzbay, 2010). İnternet bağımlılığı genel anlamda, interneti kullanırken çok fazla vakit geçirme ve interneti kullanımını kendi iradenin altına alamama şeklinde belirtilmektedir (Leung, 2004). İnternet bağımlılığıyla bağlantılı olduğu düşünülen bir diğer önemli kavramlardan biri de kişilerin sosyalleşmeye ihtiyaç duyması olarak söylenebilir (Bayraktutan, 2005). Bahsedilen ihtiyaç, normal hayatta kazanılamayan ya da yeterince sahip olunamayan sosyalleşmenin, internet ortamında yok edilmek istenmesi olarak da düşünülebilmektedir. Fakat sosyal medyada uzun zaman geçirmek bazı sorunlara da neden olabilmektedir. Bu sorunların en başında sosyal medya bağımlılığı gelmektedir. Bireylerin, sosyal medyayı kontrol altına alamadığı kadar çok kullanması, her zaman ona ihtiyaç duyması ve bununla birlikte bu durumun günlük hayatlarını, akademik başarılarını, aile ve arkadaş ortamlarını negatif yönde etkilemesi, sosyal medya bağımlılığı olarak tanımlanmaktadır (Zorbaz, 2013).

Her geçen gün etkileri daha fazla ortaya çıkan sosyal medya bağımlılığı bireylerin hayatında önemli bir yer kaplamaktadır. TÜİK 2022 yılı raporunda Türkiye’de en yüksek sosyal medya kullanımının, 16-73 yaş arasındaki kişilerde 2021 yılında %82,6 iken 2022’de ise %85,0 olduğu belirtilmektedir (TÜİK, 2022). Dolayısıyla sosyal medya bağımlılığı en fazla gençleri tehdit altına almaktadır (Echeburua ve Corral, 2010). Sosyal medya bağımlılığı az ve düzensiz uyku, aşırı zihinsel meşguliyet, insanın

Araştırma Modeli

Bu çalışmada, spor bilimleri öğrencilerinin sosyal medya bağımlılıkları ve akademik başarı arasındaki ilişkiyi incelemek amaçlanmıştır. Bu doğrultuda çalışma ilişkisel tarama modeli niteliğindedir. İlişkisel tarama modelinde birden fazla değişken arasındaki düzeyleri ve beraber değişimin varlığını belirlemek amaçlanmaktadır (Karasar, 2008).

Araştırmanın Evreni ve Örneklemi

Bu çalışmanın evrenini 2023–2024 yılında Yozgat Bozok Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi’nde eğitim-öğretim hayatına devam eden öğrenciler oluşturmaktadır. Örneklemi ise Yozgat Bozok

kullanımı kontrol edememe ve kendisine limit koyamaması, erişim isteğini önlemede başarısızlık, internette her seferinde gereğinden fazla vakit geçirmek, erişimde değişken arzulamak gibi sosyal medya kullanımından kaynaklanan günlük yaşamı doğrudan etkileyen olumsuzluklar oluşturmaktadır (Andreassen, 2012; Çam ve İşbulan, 2012; Dewald ve ark., 2010). Yapılan çalışmalarda elektronik medya kullanımının günlük yaşamı ve yapılan aktiviteleri olumsuz yönde etkilediğini ortaya koymaktadır (Andreassen, 2012).

İnternette harcanan süre öğrencilerin ders başarılarını da etkilemektedir (Borak ve Beki, 2021). Hawi ve Samaha, (2017) üniversitesindeki öğrencilerin sosyal medya bağımlılığını araştırdıkları bir çalışmalarında sosyal medya bağımlılığının akademik başarılarına çok büyük problem halini almaya devam ettiğini, bununla birlikte bağımlılığın düzeyine göre öğrencinin özgüven sorunları, hayat doyumu yetersizliği gibi problemlerle karşılaşabildiğini vurgulamışlardır. Diğer yandan sosyal medya platformları öğrencilerin kullanım biçimine göre beraberinde getirdiği dikkat eksikliği ve zaman kaybı sebebiyle akademik başarısızlığa neden olabilmektedir (Creighton ve ark., 2013). Öte yandan sosyal medya, öğrencilerin bilimsel bilgilerini artırmaları, güncel bilgileri takip etmeleri, iletişim sağlayabilmeleri, kendi faaliyetlerini, etkinliklerini duyurmaları ve geniş bir izleyici kitleyle etkileşime girmeleri için yeni yollar açarak öğrencilerin hayatlarında etkisi gibi olumlu yönleri de bulunmaktadır (Carrigan, 2019). Duman, (2008); Tanrıverdi ve Sağır, (2014) çalışmalarında internet bağımlılığı ile akademik başarı arasında ilişkinin olduğu sonuçlar bulunmuştur. Buna bağlı olarak bu çalışma; Spor bilimleri öğrencilerinin, sosyal medya bağımlılığı ile akademik başarı arasındaki ilişkiyi amaçlamaktadır.

Gereç ve Yöntem

Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi’nde eğitim-öğretim hayatına devam eden 301 gönüllü öğrenci katılım sağlamıştır. Araştırma kapsamında yeterli örneklem büyüklüğünü belirlemek için, G*Power ile yapılan hesaplamada güç %95, alfa = 0.05 ve Cohen d = 0.50 etki büyüklüğü kullanılarak 210 katılımcıya ulaşmanın yeterli olduğu belirlenmiştir.

Veri Toplama Araçları

Araştırma verilerinin elde edilebilmesi için oluşturulan anket formu iki bölümden oluşmaktadır. Araştırmanın birinci bölümü katılımcılara ait “Kişisel Bilgi Formu”, ikinci bölümde ise öğrencilerin sosyal medya bağımlılık düzeyiyle ilişkili “Sosyal Medya

Bağımlılığı Ölçeği” yer almaktadır. Kişisel Bilgi Formunda; cinsiyet, okunulan bölüm, sınıf düzeyi, günlük sosyal medya kullanım süresi, not ortalaması değişkenlerine cevap aranmıştır. Araştırma verileri **Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği**

Sosyal medya bağımlılığı ölçeği Deniz ve Ünal, (2019) tarafından geliştirilmiştir. Sosyal medya bağımlılığı ölçeği Süreklilik 1, 2, 3, 4., ve Yetkinlik 5, 6, 7, 8., alt boyutlarından ve sorularından oluşmaktadır. Ölçek 5’li Likert tipindedir ve “1. Bana Hiç Uygun Değil, 2. Bana Az Uygun, 3. Bana Orta Seviyede Uygun, 4. Bana Çok Uygun, 5. Bana Tamamen Uygun” şeklinde ifade edilmiştir.

Yapılan çalışmada Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği’nin güvenirlik toplam puanının 0,94 olduğu Süreklilik alt boyutu toplam puanının 0,90, Yeterlilik alt boyutunun ise 0,90 olduğu tespit edilerek ölçeğin yüksek güvenirliğinin olduğu belirlenmiştir.

Verilerin Analizi

Çalışmada elde edilen veriler IBM Statistic 22.0 paket programına aktarılmıştır. Çalışmada elde edilen verilerin analiz işlemleri yapılmadan önce verilerin hazırlanması ve analiz işlemlerine uygun hale getirilmesi oldukça önemlidir. Araştırmada

Google Forms yolu ile oluşturulan anket formunun Yozgat Bozok Üniversite Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerine gönderilerek elde edilmiştir.

bulunan tüm ölçek ve alt boyutların çarpıklık (skewness) ve basıklık (kurtosis) değerlerinin +1,5 ve -1,5 aralığında olduğu verilerin normal dağılım sergilediği görülmektedir. Çalışma kapsamı alanındaki değişkenlerin çarpıklık ve basıklık katsayıları +1,5 ve -1,5 aralığında görüldüğünden dolayı değişkenlerin normal dağılım varsayımını karşılamaktadır (Tabachnick ve Fidell, 2013).

Araştırmada erişilen verilerin çarpıklık değerlerinin -0.343 / -0.181 aralığında, basıklık değerlerinin ise -0.984 / -0.664 aralığında olduğu görülmektedir. Araştırma verilerinin normal dağılım sergilediği belirlenmiştir. Yapılan bu çalışmada frekans ve yüzde analizi, bağımsız değişken t testi, ANOVA analizi ve Post Hoc testlerinden Scheffe ve Gabriel testleri kullanılmıştır. İstatistiki anlam düzeyi 0.05 olarak belirlenmiştir.

Bulgular

Tablo 1. Öğrencilerin kişisel özelliklerine ait bulgular.

	Değişken	n	%
Cinsiyet	Kadın	141	46,8
	Erkek	160	53,2
Hangi bölümde okuyorsunuz	Öğretmenlik	69	22,9
	Antrenörlük	105	34,9
	Spor Yöneticiliği	127	42,2
Sınıf	1. Sınıf	85	28,2
	2. Sınıf	60	19,9
	3. Sınıf	88	29,2
	4. Sınıf	68	22,6
Sosyal Medyayı Günde Ortalama Ne Kadar Kullanıyorsunuz	1 - 2 saat	66	21,9
	3 - 4 saat	130	43,2
	5 saat ve üzeri	105	34,9
Not Ortalaması	AA - AB	72	23,9
	BB - BC	184	61,1
	CC - CD	45	15,0
	Toplam	301	100,0

Tablo 2. Öğrencilerin Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeğinin alt boyutları ve toplam puanlarına ait bulgular

	n	Min.	Max.	Ort.	Ss.	Çarpıklık	Basıklık
Süreklilik	301	1.00	5.00	3.36	1.11	-0.181	-0.984
Yeterlilik	301	1.00	5.00	3.55	1.04	-0.343	-0.664
Sosyal Medya Bağımlılık Ölçeği	301	1.00	5.00	3.45	1.04	-0.188	-0.951

Tablo 3. Cinsiyet değişkenine ait t testi bulgular

	Cinsiyet	n	Ort.	Ss.	t	p
Süreklilik	Kadın	141	3.18	1.07	-2.687	0.008
	Erkek	160	3.52	1.12		
Yeterlilik	Kadın	141	3.35	1.06	-3.213	0.001
	Erkek	160	3.73	1.00		

**p<0.01

Tablo 4. Bölüm değişkeni ANOVA analizine ait bulguları

	Bölüm	n	Ort.	Ss.	F	p	Fark
Süreklilik	Öğretmenlik ⁽¹⁾	69	3.46	1.06	1.405	0.247	
	Antrenörlük ⁽²⁾	105	3.21	1.12			
	Spor Yöneticiliği ⁽³⁾	127	3.42	1.13			
Yeterlilik	Öğretmenlik ⁽¹⁾	69	3.63	1.03	1.930	0.147	
	Antrenörlük ⁽²⁾	105	3.39	1.09			
	Spor Yöneticiliği ⁽³⁾	127	3.64	1.00			

Tablo 5. Sınıf değişkeni ANOVA analizine ait bulguları

	Sınıf	n	Ort.	Ss.	F	p	Scheffe Fark
Süreklilik	1. Sınıf ⁽¹⁾	85	3.04	1.06	5.201	0.002	2>1
	2. Sınıf ⁽²⁾	60	3.76	1.06			
	3. Sınıf ⁽³⁾	88	3.40	0.85			
	4. Sınıf ⁽⁴⁾	68	3.34	1.21			
Yeterlilik	1. Sınıf ⁽¹⁾	85	3.25	1.02	5.147	0.002	2>1
	2. Sınıf ⁽²⁾	60	3.92	0.98			
	3. Sınıf ⁽³⁾	88	3.57	0.97			
	4. Sınıf ⁽⁴⁾	68	3.56	1.11			

**p<0.01

Tablo 6. Sosyal medyayı günde ortalama ne kadar kullanıyorsunuz değişkeni ANOVA analizine ait bulguları

	Sosyal medyayı günde ortalama ne kadar kullanıyorsunuz	n	Ort.	Ss.	F	p	Scheffe Fark
Süreklilik	1 - 2 saat ⁽¹⁾	66	2.27	0.82	108.106	0.000	2>1 3>2.1
	3 - 4 saat ⁽²⁾	130	3.23	0.91			
	5 saat ve üzeri ⁽³⁾	105	4.20	0.77			
Yeterlilik	1 - 2 saat ⁽¹⁾	66	2.69	0.89	71.532	0.000	2>1 3>2.1
	3 - 4 saat ⁽²⁾	130	3.40	0.90			
	5 saat ve üzeri ⁽³⁾	105	4.27	0.78			

***p<0.001

Tablo 7. Not ortalamanız değişkeni ANOVA analizine ait bulguları

	Not ortalaması	n	Ort.	Ss.	F	p	Gabriel Fark
Süreklilik	AA – AB ⁽¹⁾	72	2.71	1.09	25.095	0.000	2>1 3>2.1
	BB – BC ⁽²⁾	184	3.44	0.98			
	CC – CD ⁽³⁾	45	4.06	1.13			
Yeterlilik	AA – AB ⁽¹⁾	72	2.94	1.07	26.713	0.000	2>1 3>2.1
	BB – BC ⁽²⁾	184	3.61	0.92			
	CC – CD ⁽³⁾	45	4.25	0.93			

***p<0.001

Tablo 8. Spor bilimleri öğrencilerinin sosyal medya bağımlılıkları toplam puanı, süreklilik alt boyutu, yeterlilik alt boyutu ve not ortalamaları puanlarına ait pearson korelasyon değerleri

Değişkenler		Not Ortalaması Puanı	Süreklilik Puanı	Yeterlilik Puanı
Süreklilik Alt Boyutu	r	0.397**	-	-
	p	0.000	-	-
	n	301	301	-
Yeterlilik Alt Boyutu	r	0.379**	0.969**	-
	p	0.000	0.000	-
	n	301	301	301
Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği Toplam Puan	r	0.390**	0.965**	0.871**
	p	0.000	0.000	0.000
	n	301	301	301

***p<0.001

Tablo 1’de araştırmaya katılım sağlayan öğrencilerin 141’i (%46,8) kadın, 160’ı (%53,2) erkektir. 69’u (%22,9) öğretmenlik, 105’i (%34,9) antrenörlük ve 127’si (%42,2) spor yöneticiliği bölümünde okumaktadır. Öğrencilerin 85’i (%28,2) 1. sınıfta, 60’ı (%19,9) 2. sınıfta, 88’i (%29,2) 3. sınıfta ve 86’i (%22,6) 4. sınıftadır. Öğrencilerin 66’sı (%21,9) 1 – 2 saat sosyal medyayı kullanmakta, 130’u (%43,2) 3 – 4 saat sosyal medyayı kullanmakta, 105’i (%34,9) 5 saat ve üzeri sosyal medyayı kullanmaktadır. 72’si (%23,9) AA – AB not ortalamasına sahip, 184’ü (%61,1) BB – BC not ortalamasına sahip, 45’i (%15) CC – CD not ortalamasına sahiptir. DD – FF (şartlı geçiş ve başarısız) not ortalamasına sahip öğrenci bulunmamaktadır.

Tablo 2 incelendiğinde sosyal medya bağımlılığı ölçeği alt boyutlarından en önemlisinin 3.55 ± 1.04 puan ortalaması ile yeterlilik alt boyutu olduğu bulunmuştur. Sosyal medya bağımlılığı ölçeği toplam puan ortalaması ise 3.45 ± 1.04 olduğu belirlenmiştir. Spor bilimleri öğrencilerinin sosyal medya bağımlılık düzeylerinin orta seviyede olduğu söylenebilir.

Tablo 3 incelendiğinde cinsiyet değişkenine göre sosyal medya bağımlılık ölçeği süreklilik alt boyutu ve yeterlilik alt boyutu puan ortalaması arasında istatistiki bakımdan anlamsal farklılaşmaya rastlanılmıştır ($p < 0.05$). Erkek öğrencilerin sosyal medya bağımlılıklarının süreklilik ve yeterlilik düzeyleri kadın öğrencilere göre daha yüksek seviyede olduğu belirlenmiştir.

Tablo 4 incelendiğinde bölüm değişkenine göre sosyal medya bağımlılık ölçeği süreklilik ve yeterlilik alt boyutları arasında istatistik bakımından anlamsal bir farklılık bulunmamaktadır ($p > 0.05$).

Tablo 5 incelendiğinde sınıf değişkenine göre sosyal medya bağımlılık ölçeği süreklilik ve yeterlilik alt boyutları puan ortalamaları arasında istatistik açısından anlamsal farklılaşma bulunmaktadır

($p < 0.05$). 2. sınıf öğrencilerin sosyal medya bağımlılıklarının süreklilik ve yeterlilik düzeyleri 1. sınıf öğrencilerine göre daha yüksek seviyededir.

Tablo 6 incelendiğinde sosyal medyayı günde ortalama ne kadar kullanıyorsunuz değişkenine göre sosyal medya ölçeği süreklilik ve yeterlilik alt boyutları puan ortalamaları arasında istatistiki açıdan anlamsal farklılıklar bulunmaktadır ($p < 0.05$). Günde ortalama 5 saat ve üzeri sosyal medyayı kullanan öğrencilerin sosyal medya bağımlılıklarının süreklilik ve yeterlilik düzeyleri günde ortalama 3 – 4 saat ve 1 – 2 saat sosyal medya kullanımlarına göre daha yüksek düzeyde olduğu belirlenmiştir. Günde ortalama 3 – 4 saat sosyal medyayı kullanan öğrencilerin sosyal medya bağımlılıklarının süreklilik ve yeterlilik düzeyleri günde ortalama 1 – 2 saat sosyal medyayı kullanan öğrencilere göre daha yüksek düzeydedir.

Tablo 7 incelendiğinde not ortalaması değişkenine göre sosyal medya ölçeği süreklilik ve yeterlilik alt boyutları puan ortalamaları arasında istatistiki açıdan anlamsal farklılıklar bulunmaktadır ($p < 0.05$). Not ortalaması CC – CD olan öğrencilerin sosyal medya bağımlılıklarının süreklilik ve yeterlilik düzeyleri AA – AB ve BB – BC not ortalamasına sahip olan öğrencilere göre daha yüksek düzeydedir. Not ortalaması BB – BC olan öğrencilerin sosyal medya bağımlılıklarının süreklilik ve yeterlilik düzeyleri AA – AB not ortalamasına sahip olan öğrencilere göre daha yüksek düzeyde olduğu belirlenmiştir.

Tablo 8 incelendiğinde öğrencilerin not ortalaması puanı ile süreklilik puanı arasında ($r = 0.397$, $p = 0.00$), not ortalaması puanı ile yeterlilik puanı arasında ($r = 0.379$, $p = 0.00$), not ortalaması puanı ile sosyal medya bağımlılığı toplam puanı arasında ($r = 0.390$, $p = 0.00$), olumlu yönde ve orta düzeyde istatistiksel açıdan anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir ($p < 0.05$).

Tartışma ve Sonuç

Bu araştırma Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören sporcuların, sosyal medya bağımlılıklarının akademik başarıya etkisini incelemek üzere yapılmıştır. Araştırmanın ilk bulgusu incelendiğinde; Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeğinin toplam puanıyla süreklilik alt boyutu ve yeterlilik alt boyutu cinsiyet faktörüne göre karşılaştırıldığında; Erkek katılımcıların süreklilik ve yeterlilik düzeyi kadın katılımcılara göre daha yüksek düzeyde olduğu sonucuna varılmıştır. Erkeklerin sosyal medyayı daha fazla kullanmalarındaki temel amaç yeni arkadaşlıklar edinmek, var olan ilişkilerin devamlılığından daha ön planda olduğu düşünülmektedir. Literatür incelendiğinde, Türkiye’de yapılan araştırmada, Balta ve Horzum, (2008) Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Fakültesi’nde altı farklı bölümünden toplamda 292 öğrenciyle görüşme gerçekleştirmişlerdir. Çalışmada cinsiyet faktörü bakımından erkeklerin, kadın katılımcılara oranla internet bağımlılığı seviyeleri daha yüksek düzeyde olduğu tespit edilmiştir. Kır ve Sulak, (2014) üniversite öğrencilerini kapsayan yaptıkları araştırmada erkeklerin internet bağımlılığı seviyelerinin kızların seviyelerinden daha yüksek olduğunu bulmuştur. Çalışmamızdan farklılık göstererek, Tutgun-Ünal (2015), yaptığı araştırmaların sonucunda sosyal medya kullanımının kızlarda daha fazla olduğunu tespit etmiştir. Alkan ve Doğan, (2018) gerçekleştirdikleri çalışmada sosyal medya bağımlılığı ile cinsiyet değişkeni arasında anlamsal farklılığın olmadığı tespit edilmiştir.

Araştırma bulguları incelenirken öğrenim görülen bölüm değişkenine göre Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği süreklilik ve yeterlilik alt boyutlarında istatistiki açıdan anlamsal bir farklılık bulunmamaktadır. Literatüre bakıldığında, Göksel (2018), spor yöneticiliği, beden eğitimi ve spor öğretmenliği, antrenörlük eğitimi ve rekreasyon bölümü öğrencilerinin aralarında anlamlı farka rastlanılamamıştır. Fakat sosyal medya kullanım amacı alt boyutunda spor yöneticiliği bölümünde okuyan öğrenciler ile antrenörlük eğitimi bölümünde okuyan öğrenciler arasında istatistiki olarak anlamsal farklılık olduğuna rastlanmıştır. Tespit edilen farkın antrenörlük eğitiminde okuyan öğrencilerin sosyal medyayı ilgilendikleri alanlar ile ilgili güncel olayları araştırmak ve bilgi toplamak amacıyla kullandıklarından dolayı olduğu düşünülmektedir.

Araştırmanın üçüncü bulgusu olarak sınıf değişkenine göre Sosyal Medya Bağımlılık Ölçeği süreklilik ve yeterlilik alt boyutları puan ortalamaları arasında istatistik bakımından anlamlı bir farklılaşma bulunmaktadır. 2. sınıf öğrencilerin sosyal medya bağımlılıklarının süreklilik ve yeterlilik düzeyleri 1.

sınıf öğrencilerine göre daha yüksek seviyededir. 1. sınıf öğrencilerinin üniversiteye adaptasyon sürecinin devam etmesi ve bununla birlikte sosyal bağ kurmaya ihtiyaç duymalarından dolayı, 2. sınıf öğrencilerine göre bağımlılık düzeylerinin bu sebepten dolayı daha düşük olduğu düşünülmektedir. Literatürde; Atalay (2014); Hazar (2011), yapmış oldukları çalışmada sınıf seviyelerine göre anlamlı farklılık olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Fakat çalışma sonunda 11. sınıftaki ergen öğrencilerin farklı sınıf düzeylerindeki eğitim alan ergen öğrenciler ile karşılaştırıldığında sosyal medyaya erişemediklerinde veya ulaşım sağlayamadıklarında daha çok sosyal anksiyete sorunu hissettikleri sonucuna varılmıştır.

Araştırmanın dördüncü bulgusunda sosyal medyayı günde ortalama ne kadar kullanıyorsunuz değişkenine göre Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği süreklilik ve yeterlilik alt boyutları puan ortalamaları arasında istatistiksel açıdan anlamsal farklılaşma tespit edilmiştir. Günde ortalama 3 – 4 saat sosyal medyayı kullanan öğrencilerin sosyal medya bağımlılıklarının süreklilik ve yeterlilik düzeyleri günde ortalama 1- 2 saat sosyal medyayı kullanan öğrencilere oranla daha yüksek düzeyde olduğu tespit edilmiştir. Birçok kişi, sosyal medya platformunda paylaştıkları içeriklere gelen beğeniler ve olumlu yorumlarla kendilerini daha iyi hissederler. Her zaman bunun daha fazlasını isteyip, daha fazla sosyal medya platformlarında zaman geçirdikleri düşünülmektedir. Literatüre bakıldığında; Hazar (2011), çalışmasında 1 saat kullanım sağlayanların %39,9, 2-4 saat kullanım sağlayanların %50,4 olduğunun sonucuna ulaşılmıştır. Tektaş (2014), çalışmasında ortalama bir saat kullananların %17,6 olduğu, 2-3 saat kullanım sağlayanların %20,4 olduğu sonucu elde edilmiştir. Diker ve Uçar, (2016) araştırmalarında 3 saat ve altı kullanım sağlayanların %37, 4-7 saat arasında kullanım sağlayanların %34,5, 8-11 saat arasında kullanım sağlayanların %15,12 saat ve üstü kullananların ise %13,4 olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu konudaki araştırmacılar, üniversitede öğrenim gören öğrencilerle yapmış oldukları bir araştırmada sosyal medyayı daha çok vakit geçirenlerin daha az vakit geçiren öğrencilere kıyasla bağımlılık seviyelerinin daha yüksek olduğunu tespit etmişlerdir. Sosyal medya kullanımının bağımlılık derecesine varmasının sebeplerinden biri de çok fazla internet kullanımı olduğu belirtilmektedir (Savcı ve ark., 2018).

Araştırmanın son bulgusu incelendiğinde öğrencilerin not ortalaması puanı ile süreklilik puanı arasında ($r=0.397$, $p=0.00$), not ortalaması puanı ile yeterlilik puanı arasında ($r=0.379$, $p=0.00$), not ortalaması puanı ile sosyal medya bağımlılığı toplam

puanı arasında ($r=0.390$, $p=0.00$), olumlu yönde ve istatistiki açıdan anlamlılık olduğu tespit edilmiştir. Literatür incelendiğinde; sosyal medya kullanımının üniversitede öğrenim gören öğrencilerin akademik kariyerlerini etkileyen faktörleri olumsuz yönde etkilediği ve haliyle akademik başarıyı da etkilediğini vurgulamaktadır (Giunchiglia ve ark., 2018). Buna ilave olarak da çok fazla sosyal medya kullanımı ile akademik başarı arasında direkt güçlü bir ilişkinin olduğu ve sosyal medyayı fazla kullanmanın akademik başarıya olumsuz yönde etkisi olduğu yapılan nicel çalışmada tespit edilmiştir (Asemah ve ark., 2013).

Sonuç olarak; spor bilimleri öğrencilerinin sosyal medya bağımlılık düzeyleri orta düzeyde olduğu sonucuna varılmıştır. Spor bilimleri erkek katılımcıların sosyal medya bağımlılıklarının kadınlara göre daha fazla olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Spor bilimleri 2. sınıf öğrencilerinin sosyal medya platformlarında diğer sınıflara göre çok daha fazla zaman geçirdikleri ve sosyal medya bağımlılıklarının yüksek olduğu sonucuna varılmıştır. Yine gün içerisinde sosyal medya platformlarında geçirilen süre arttıkça sosyal medya bağımlılığının da fazla olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Sosyal medya bağımlılığı fazla oldukça öğrencilerin başarı düzeylerinde düşüş yaşanmaktadır. Spor bilimleri öğrencilerinin sosyal medyada geçirdikleri süre akademik başarılarını önemli düzeyde etkilemektedir. Sosyal medya bağımlılık düzeyi düşük olan öğrencilerin akademik başarı düzeyleri sosyal medyada daha fazla zaman geçiren bireylere göre daha yüksek düzeyde olduğu saptanmıştır. Yapılan çalışmada sosyal medya bağımlılığı ile akademik başarı arasında pozitif yönde orta düzeyde ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Araştırma ile ilgili önerilere aşağıda yer verilmiştir.

✓ Kişilerin sosyal medyada geçirdikleri sürenin artması, buna bağlı olarak da bağımlılık düzeylerinin artmasına yol açmasının engelleyebilmek adına gençlerin sosyal medyayı kullanım düzeylerinin kontrol edilmesi ve belli ölçüde sınırlandırılması,

✓ Üniversitelerde öğrencileri sosyal medyadan uzak tutabilecek farklı sosyal aktivite alanları oluşturulması,

✓ Sosyal medya kullanımının çok fazla olması sonucu itibarı ile bireylerin yaşayabileceği problemler hakkında önemli bilgilendirmelerin, bilgi sahibi kişiler tarafından yapılması,

✓ İleride yapılacak olan çalışmalara yön göstermesi açısından bu tür araştırmalar oldukça gereklidir. Bu nedenle benzer bilimsel çalışmaların daha çok üniversite öğrencisi katılımına teşvik

edilerek, olabildiği kadar geniş düzeyde bir çalışma yapılması önerilir.

Finansal Kaynak

Bu araştırma herhangi bir finansal destek almamıştır.

Çıkar Çatışması

Yazarlar bu makale ile ilgili herhangi bir çıkar çatışması olmadığını beyan etmektedir.

Etik Kurul Raporu

Yozgat Bozok Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik Kurul'u tarafından 189491 sayılı, 26.12.2023 tarihli yazısı ve karar 12/19 ile onaylanmıştır.

Yazarların Katkısı

Çalışma Tasarımı: BŞ

Veri Toplama: KE, YD

İstatistiksel Analiz: BŞ

Makale Hazırlama: BŞ, KE, AK

Finansman Edinimi: AK, KE, BŞ

Kaynaklar

- Alkan, H. ve Doğan, B. (2018). A research of the relationship between high school students' social media usage and their well-being. *International Journal of Educational Research Review*, 3(4), 97-102. <https://doi.org/10.24331/ijere.453889>
- Andreassen, C. S., Torsheim, T., Brunborg, G. S. ve Paetler, T. (2012). Development of a Facebook Addiction Scale. *Psychological Reports*, 110(2), 501-517. <https://doi.org/10.2466/02.09.18.PR0.110.2.501-517>
- Asemah, E. S., Okpanachi, R. A. ve Edegoh, L. O. (2013). Influence of social media on the academic performance of the undergraduate students of Kogi State University, Anyigba, Nigeria. *Research on Humanities and Social Science*, 3(12), 90-96.
- Atalay, R. (2014). *Lise öğrencilerinin sosyal medyaya ilişkin tutumları ile algıladıkları sosyal destek düzeyleri arasındaki ilişki (Bahçelievler ilçesi örneği)*. Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Balta, Ö. Ç. ve Horzum, M. B. (2008). Web Tabanlı Öğretim Ortamındaki Öğrencilerin İnternet Bağımlılığını Etkileyen Faktörler. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 41(1), 187-205. https://doi.org/10.1501/Egifak_0000000214
- Bayraktutan, F. (2005). *Aile içi ilişkiler açısından internet kullanımı*. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Borak, N. ve Beki, A. (2021). Sosyal Medya Bağımlılığının Lise Öğrencilerinin Akademik Başarıları Üzerindeki Etkisi. *Toplumsal Politika Dergisi*, 2(1), 61-76.

- Carrigan M. (2019). *Social media for academics*: Sage Publications Limited.
- Creighton, J. L., Foster, J. W., Klingsmith, L. ve Withey, D. K. (2013). I just look it up: Under graduate student perception of social media use in their academic success. *The Journal of Social Media in Society*, 2(2).
- Çam, E. ve Isbulan, O. (2012). A New Addiction for Teacher Candidates: Social Networks. *The Turkish Online Journal of Educational Technology*, 11(3), 14-19.
- Deniz, A. ve Ünal, A. T. (2019). Sosyal Medya Çağında Kuşakların Sosyal Medya Kullanımı ve Değerlerine Yönelik Bir Dizi Ölçek Geliştirme Çalışması. *Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 11(18). <https://doi.org/10.26466/opus.557240>
- Dewald, M. Oort, K. ve Bögers, (2010). The Influence of Sleep Quality, Sleep Duration and Sleepiness on School Performance in Children and Adolescents: A Meta Analytic Review. *Sleep medicine reviews*, 14(3), 179-189. <https://doi.org/10.1016/j.smrv.2009.10.004>
- Diker, Z. ve Uçar, M. (2016). Üniversite öğrencilerinin sosyal ağları kullanım amaçlarına yönelik bir araştırma: Safranbolu Meslek Yüksekokulu örneği. *Journal of Research in Education and Teaching*, 5(1), 376-386.
- Duman, M. Z. (2008). İnternet kullanımının öğrencilerin sosyal ilişkileri ve okul başarıları üzerindeki etkisi. *Toplum ve Demokrasi*, 2(3), 93-112.
- Echeburua, E. ve Corral, P. (2010). Addiction to new technologies and to online social networking in young people: A new challenge. *Adicciones*, 22(2), 91-96.
- Giunchiglia, F., Zeni, M., Gobbi, E., Bignotti, E. ve Bison, I. (2018). Mobile social media usage and academic performance. *Computers in Human Behavior*, 82, 177-185. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2017.12.041>.
- Göksel, A. G. (2018). Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin iletişim aracı olarak sosyal medya kullanımlarının bazı değişkenlere göre incelenmesi. *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 16(1), 39-48. https://doi.org/10.1501/Sporm_0000000340
- Hawi, N. S. ve Samaha, M. (2017). There lation samong social media addiction, self-esteem, and life satisfaction in university students. *Social Science Computer Review*, 35(5), 576 - 586. <https://doi.org/10.1177/0894439316660340>
- Hazar, Ç. M. (2011). Sosyal medya bağımlılığı-bir alan çalışması. *İletişim Kuram ve Araştırma Dergisi*, 0(32), 151-175.
- Karasar, N. (2008). *Bilimsel araştırma yöntemi: kavramlar ilkeler teknikler*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Kır, İ. ve Sulak, Ş. (2014). Eğitim fakültesi öğrencilerinin internet bağımlılık düzeylerinin incelenmesi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 13(51), 150-167. <https://doi.org/10.17755/esosder.96255>
- Leung, L. (2004). Net-Generation Attributes and Seductive Properties of the Internet as Predictors of Online Activities and Internet Addiction. *Cyberpsychology & Behavior*, 7(3). <https://doi.org/10.1089/1094931041291303>
- Savcı, M., Ercengiz, M. ve Aysan, F. (2018). Turkish adaptation of the social media disorder scale in adolescents. *Archives of Neuropsychiatry*, 55(3), 248. <https://doi.org/10.5152/npa.2017.19285>
- Tabachnick, B. G. ve Fidell, L. S. (2013). *Using Multivariate Statistics* (6th ed.). Boston: Pearson.
- Tanrıverdi, H. ve Sağır, S. (2014). Lise öğrencilerinin sosyal ağ kullanım amaçlarının ve sosyal ağları benimseme düzeylerinin öğrenci başarısına etkisi. *Adıyaman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 7(18), 776-821. <https://doi.org/10.14520/adyusbd.849>
- Tektaş, N. (2014). Üniversite öğrencilerinin sosyal ağları kullanımlarına yönelik bir araştırma. *Journal of History School*, 17, 851-870. <https://doi.org/10.14225/Joh474>
- Tutgun-Ünal, A. (2015). *Sosyal medya bağımlılığı: Üniversite öğrencileri üzerine bir araştırma*. Doktora Tezi. Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- TÜİK. (2022). Hane halkı bilişim teknolojileri kullanım araştırması. 20022. <http://tuik.gov.tr/PreHaberBultenleri.do?id=21779>. Erişim Tarihi: 01.12.2023
- Uzbay, T. İ. (2010). Madde bağımlılığının tarihçesi, tanımı, genel bilgiler ve bağımlılık yapan maddeler. Gülhane Askeri Tıp Akademisi. *Psikofarmakoloji Araştırma Ünitesi Meslek İçi Sürekli Eğitim Dergisi*, 1, 5-15.
- Zorbaz, O. (2013). *Lise öğrencilerinin problemleri internet kullanımının sosyal kaygı ve akran ilişkileri açısından incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.