



Geliş Tarihi/Received: 12.10.2021

Kabul Tarihi/Accepted: 21.12.2021

DOI: 10.29228/roljournal.57582

SPORA BAĞLILIĞIN ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE ETKİLERİ

 Doç. Dr. Faruk ALBAY

Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Spor Bilimleri
Fakültesi- E-Posta: farbay605501@gmail.com

 Ali İhsan ÇEBİ

Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Yaşar Doğu Spor Bilimleri
Fakültesi E-Posta: 19600083@stu.omu.edu.tr

 Veysel GÜL

Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Yaşar Doğu Spor Bilimleri
Fakültesi E-Posta: gulveysel55@gmail.com

ÖZET

Çalışmada Üniversite eğitimi alan öğrencilerin spora bağlılığa etkilerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Üniversite okuyan toplam 80 öğrencinin spora bağlılık ölçeği sonuçları değerlendirilmiştir. İstatistiksel işlemlerde yüzde, frekans, ortalama ve standart sapma olarak sunulmuştur. Gruplar arası karşılaştırma yapmak için bağımsız t testi ve tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanılmıştır. İstatistiksel sonuçlar $p<0,05$ anlamlılık düzeyinde değerlendirilmiştir. Cinsiyete göre katılımcıların spora bağlılık puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür ($p<0,05$). Katılımcıların yaş gruplarına göre yapılan analizler sonucunda fark elde edilmemiştir ($p>0,05$). Tüm alt boyutlarda ve bağlılık toplam puanında en yüksek değerler 24-26 yaş grubundadır. Katılımcıların yaşam yerlerine göre spora bağlılık puanlarının analizinde anlamlı sonuç bulunmamıştır ($p>0,05$). Katılımcının en yoğun olduğu yaşam yeri il merkezi olanlar daha yüksek puanlara sahip olduğu görülmüştür. Öğrenim gördüğü sınıf ile ilgili bulgulara göre istatistiksel olarak farklılık ortaya çıkmamıştır ($p>0,05$). Sonuç olarak erkeklerin kadınlara göre; spor branşlarında daha fazla alternatifli spor aktiviteleri, sosyal ve kültürel açıdan daha çok sportif aktivitelere katılımı erkeklerin kadınlara göre spora bağlılığının daha yüksek olduğunu göstermiştir.

Anahtar Kelimeler: Üniversite öğrencileri, spora bağlılık, spor.

EFFECTS OF SPORTS COMMITMENT ON UNIVERSITY STUDENTS

ABSTRACT

The study is aimed to examine the effects of university education students on sports commitment. The results of the sports commitment scale of a total of 80 university students were evaluated. It was presented as percentage, frequency, mean and standard deviation in statistical operations. Independent t-test and one-way analysis of variance (ANOVA) were made comparisons between groups. Statistical results were evaluated at $p<0.05$ significance level. It was observed that there was a statistically significant difference between the sports commitment scores of the participants according to gender ($p<0.05$). There was no difference in the analysis results according to the age groups of the participants ($p>0.05$). The highest values in all sub-dimensions and total loyalty score are in the 24-26 age group. No significant results were found in the analysis of the participants' sports commitment scores according to their living places ($p>0.05$). It is seen that the most densely populated city center is higher scores. There was no statistical difference according to the findings related to the class in which they studied ($p>0.05$). As a result, men compared to women; sports activities with more alternatives in sports branches and participation in sports activities in terms of social and cultural aspects showed that men are more committed to sports than women.

Keywords: University Students, commitment to sports, sports.

GİRİŞ

Spor ve insan yaşamı birbirinden ayrılmaz ve ayrılamaz bir bütündür. Spor, insanın tüm yaşamı boyunca sağlıklı, uyumlu ve başarılı olmasında rol oynayan en önemli etmenlerden biridir. Evrensel bir terim olan spor, toplumları ve insanları birbirlerine yakınlaştırmaya çalışır. (Talimciler, 2008).

Spor toplumdaki en yaygın kuruluşlardan biridir. Şüphesiz ki spor en dar ve geniş anlamıyla insan yaşamında ve toplum sağlığında önemli yer tutan olaylar kümesidir (Özbaydar, 1983). Sporun sosyal yaşantı ile iç içe olması onu yaşantımızın önemli bir parçası haline getirmiştir. Günümüzde sosyal yaşantılar ve ilgi alanları bakımından bazı sporlara eğilimin daha fazla olduğu görülmekle birlikte kişiyi herhangi bir spor branşına yönlendiren en temel etkenler ilgi, merak ve tercih ettiği spor dalını yapabilme yeteneğidir (Tükenmez, 2009).

Sporda başarı elde edebilmek için kişinin teknik, taktik, fiziksel ve zihinsel becerilere sahip olması gerekmektedir. Sportif karşılaşmalarda başarıya ulaşabilmek için fiziksel özelliklerin yanında psikolojik özelliklerin seviyesinin de önemli olduğu ifade edilmektedir (Jackson ve ark., 2001; Sheard, 2013). İnsanların yer aldıkları müsabakalar ve bu müsabakalarda oluşan yakınlaşmalar her zaman kişinin hayal ettiği ve istediği şekilde sonuçlanmayabilir. Galibiyet arzusu ve başarı elde etme isteği sportif değerlerin önüne geçebilir (Talimciler, 2008).

Literatürde “Bağlılık” ve “Tükenmişlik” olarak ifade edilen kavramlara bakıldığında bağlılık tükenmişliğin tersi olarak ifade edilmektedir (Lonsdale ve ark., 2007b). Bu düşünceye paralel olarak bağlılık kavramından “tükenmişliğin olumlu karşılığı” olarak bahsedilmiştir (Schaufeli ve Bakker, 2004). Günümüzde yaşam kalitesini arttırarak yaşamak, uzun yaşamak kadar önemli bir konu haline gelmiştir. Sağlıklı yaşlanmak ve yaşa bağlı oluşabilecek sağlık risklerini çeşitli yöntemlerle en aza indirebilmek için temel etkenler beslenme ve fiziksel aktivitedir (Akyol ve ark., 2008).

Bu çalışmanın amacı spora bağlılığının üniversite öğrencilerinde cinsiyet, yaş, sınıf, yaşadığı yer, yaptığı spor ve haftada ne kadar spor yapma durumuna göre incelenmesidir.

YÖNTEM

Araştırma grubu (evren-örneklem)

Çalışmanın araştırma grubunu; 2021-2022 eğitim-öğretim döneminde, Ondokuz Mayıs Üniversitesi’nde lisans öğrenimi görmekte olan 40 kadın ve 40 erkek toplamda 80 kişi oluşturmaktadır.

Veri toplama araçları

Çalışmada veri toplama aracı olarak; Guillen ve Martinez Alvarado (2014) tarafından geliştirilen, Sırgancı, Ilgar ve Cihan (2019) tarafından Türkçeye uyarlanan “Spora Bağlılık Ölçeği” ve araştırmacı tarafından hazırlanan kişisel bilgi formu kullanılmıştır. 15 maddeden oluşan Spor Bağlılık Ölçeğinde; Zinde Olma (1.-2.-6.-7.-8. Sorular), Adanma (3.-4.-5.-9.-12. Sorular), İçselleştirme (10.-11.-13.-14.-15. Sorular) üç alt boyut yer almaktadır. Ölçekte olumsuz madde yer almamaktadır. Ölçek “Hemen Hemen Hiç” (1), “Nadiren” (2), “Ara Sıra” (3), “Sık Sık” (4), “Hemen Hemen Her Zaman” (5) şeklinde sıralanan beşli likert tipinde bir ölçektir.

Verilerin analizi

Verilerin istatistiksel analizi SPSS 22,0 (SPSS Inc., Chicago, IL) istatistik programı kullanılarak yapılmıştır. Veriler yüzde, frekans, ortalama ve standart sapma olarak sunulmuştur. Gruplar arası karşılaştırma yapmak için bağımsız t testi ve tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanılmıştır. İstatistiksel sonuçlar $p<0,05$ anlamlılık düzeyinde değerlendirilmiştir.

BULGULAR

Tablo 1. Katılımcıların Tanımlayıcı Özelliklerinin Yüzde ve Frekans Dağılımı

Değişkenler	Grup	f	%
Cinsiyet	Erkek	40	50,00
	Kadın	40	50,00
Yaş	18-20	18	22,50
	21-23	45	56,25
	24-26	10	12,50
	27 ve üzeri	7	8,75
Yaşam Yeri	İl	45	56,25
	İlçe	29	36,25
	Köy	6	7,50
Sınıf	1	5	6,25
	2	4	5,00
	3	23	28,75
	4	48	60,00
Toplam		80	100

Katılımcıların cinsiyet, yaş, yaşam yeri ve sınıf değişkenleri Tablo 1’de sunulmuştur.

Tablo 2. Cinsiyet Değişkenine Göre Spora Bağlılık Puanlarının Karşılaştırılması

	Cinsiyet	N	Ort.	S.S.	p
Zinde Olma	Erkek	40	19,08	3,80	0,022*
	Kadın	40	16,45	5,98	
Adanma	Erkek	40	20,25	3,86	0,049*
	Kadın	40	18,05	5,79	
İçselleştirme	Erkek	40	19,38	3,76	0,060*
	Kadın	40	17,23	6,04	
Bağlılık	Erkek	40	58,70	10,58	0,032*
	Kadın	40	51,73	17,08	

Ort. = Ortalama; S.S. = Standart Sapma

Cinsiyet değişkeni incelendiğinde katılımcıların spora bağlılık puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür ($p < 0,05$).

Tablo 3. Yaş Değişkenine Göre Spora Bağlılık Puanlarının Analizi

	Yaş	N	Ort.	S.S.	%95 Güven Aralığı		p
					Alt	Üst	
Zinde Olma	18-20	18	17,17	3,84	15,26	19,08	0,565
	21-23	45	18,13	5,75	16,40	19,86	
	24-26	10	18,70	3,23	16,39	21,01	
	27 +	7	15,57	6,29	9,75	21,39	
	Toplam	80	17,76	5,15	16,62	18,91	
Adanma	18-20	18	18,33	4,09	16,30	20,37	0,306
	21-23	45	19,44	5,43	17,81	21,08	
	24-26	10	21,00	2,71	19,06	22,94	
	27 +	7	16,71	6,42	10,78	22,65	
	Toplam	80	19,15	5,01	18,03	20,27	
İçselleştirme	18-20	18	17,22	3,32	15,57	18,87	0,722
	21-23	45	18,73	5,88	16,97	20,50	
	24-26	10	18,80	2,86	16,75	20,85	
	27 +	7	17,57	6,45	11,60	23,54	
	Toplam	80	18,30	5,11	17,16	19,44	
Bağlılık	18-20	18	52,72	10,41	47,55	57,90	0,531
	21-23	45	56,31	16,41	51,38	61,24	
	24-26	10	58,50	7,21	53,34	63,66	
	27 +	7	49,86	18,64	32,62	67,10	
	Toplam	80	55,21	14,55	51,97	58,45	

Ort. = Ortalama; S.S. = Standart Sapma

Katılımcıların yaş gruplarına göre yapılan analizler sonucunda fark elde edilmemiştir ($p > 0,05$).

Tablo 4. Yaşam Yeri Değişkenine Göre Spora Bağlılık Puanlarının Analizi

	Yaşam Yeri	N	Ort.	S.S.	%95 Güven Aralığı		p
					Alt	Üst	
Zinde Olma	İl	45	18,42	4,70	17,01	19,83	0,473
	İlçe	29	17,28	5,80	15,07	19,48	
	Köy	6	15,00	5,34	8,37	21,63	
	Toplam	80	17,76	5,15	16,62	18,91	
Adanma	İl	45	19,73	4,56	18,36	21,10	0,660
	İlçe	29	18,55	5,75	16,37	20,74	
	Köy	6	17,40	5,08	11,09	23,71	
	Toplam	80	19,15	5,01	18,03	20,27	
İçselleştirme	İl	45	18,98	4,97	17,48	20,47	0,501
	İlçe	29	17,69	5,16	15,73	19,65	
	Köy	6	15,80	6,50	7,73	23,87	
	Toplam	80	18,30	5,11	17,16	19,44	
Bağlılık	İl	45	57,13	13,35	53,12	61,14	0,508
	İlçe	29	53,52	16,15	47,37	59,66	
	Köy	6	48,20	16,45	27,77	68,63	
	Toplam	80	55,21	14,55	51,97	58,45	

Ort. = Ortalama; S.S. = Standart Sapma

Katılımcıların yaşam yerlerine göre spora bağlılık puanlarının analizinde anlamlı sonuç bulunmamıştır ($p>0,05$)

Tablo 5. Öğrenim Gördüğü Sınıfa Göre Spora Bağlılık Puanlarının Analizi

	Sınıf	N	Ort.	S.S.	%95 Güven Aralığı		p
					Alt	Üst	
Zinde Olma	1	5	15,20	4,32	9,83	20,57	0,622
	2	4	19,25	4,11	12,71	25,79	
	3	23	18,26	4,65	16,25	20,27	
	4	48	17,67	5,54	16,06	19,28	
	Toplam	80	17,76	5,15	16,62	18,91	
Adanma	1	5	18,40	2,88	14,82	21,98	0,988
	2	4	19,50	4,20	12,81	26,19	
	3	23	19,22	5,03	17,04	21,39	
	4	48	19,17	5,34	17,62	20,72	
	Toplam	80	19,15	5,01	18,03	20,27	

Ort. = Ortalama; S.S. = Standart Sapma

“Tablo 5’in devamı”

	Sınıf	N	Ort.	S.S.	%95 Güven Aralığı		p
					Alt	Üst	
İçselleştirme	1	5	15,60	3,05	11,81	19,39	0,528
	2	4	17,00	2,94	12,32	21,68	
	3	23	19,13	4,29	17,28	20,98	
	4	48	18,29	5,72	16,63	19,95	
	Toplam	80	18,30	5,11	17,16	19,44	
Bağlılık	1	5	49,20	9,88	36,93	61,47	0.790
	2	4	55,75	10,87	38,45	73,05	
	3	23	56,61	13,28	50,87	62,35	
	4	48	55,13	15,89	50,51	59,74	
	Toplam	80	55,21	14,55	51,97	58,45	

Ort. = Ortalama; S.S. = Standart Sapma

Öğrenim gördüğü sınıf ile ilgili bulgulara göre istatistiksel olarak farklılık ortaya çıkmamıştır ($p>0,05$).

TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

Araştırma, Ondokuz Mayıs Üniversitesi’nde öğrenim gören öğrencilerin spora bağlılığının incelenmesi ve katılımcıların yaş, cinsiyet, yaşam yerleri ve öğrenim gördükleri sınıf açısından spora bağlılığın düzeylerinin ortaya konulması amacıyla yapılmıştır.

Cinsiyet değişkeninde katılımcıların spora bağlılık puanları arasında anlamlı bir farklılık olduğu tespit edilmiştir ($p<0,05$) (Tablo 2). Erkeklerin tüm alt boyutlarda ve bağlılık toplam puanında kadınlara göre daha yüksek ortalama değerlere sahip olduğu ortaya çıkmıştır. Birçok branşta ve spor aktivitelerinde katılımın erkeklerin kadınlara göre daha fazla olması bunu etkileyen sebeplerden biridir.

Keleş ve Göktürk (2017) Genç kadın futbolcularda sporcu bağlılığı üzerine yapmış oldukları çalışmada, genç kadın futbolcuların sporcu bağlılıklarının yüksek olduğunu alt boyutlara ilişkin elde ettikleri veriler de en yüksek ortalamayı adanmışlık ve coşku boyutlarında aldıklarını göstermiştir. Reaktif koşucuların spora bağlılık düzeylerinin belirlenmesi yönelik yaptığı çalışmada spora bağlılık düzeylerinin cinsiyete göre içselleştirme alt boyutunun kadın sporcularda erkeklere göre daha yüksek olduğunu belirtmiştir (Uzgur, 2020).

Fawver ve arkadaşları (2020) 169 alpin kayakçısı üzerinde yapmış oldukları çalışmada cinsiyet faktörü açısından anlamlı farklılık olmadığını ortaya koymuşlardır. İlkokul çocukları ve ailelerinin spor aktivitelerine katılımları üzerine yapmış oldukları çalışmada, cinsiyet açısından incelendiğinde ise erkek katılımcıların daha yüksek katılım gösterdiklerini ortaya koymuşlardır (Cvetkovi ve arkadaşları 2014).

ivkovi ve arkadaşları (2013) 1279 çocuk üzerinde yapmış oldukları çalışmada cinsiyet değişkenine göre anlamlı fark tespit edilmiş ve erkek çocuklar lehine sonuçlanmıştır. Sporcuların cinsiyetlerine göre spora bağlılık durumu arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamıştır (Kangotan 2020).

Katılımcıların yaş gruplarına göre yapılan analizler sonucunda fark elde edilmemiştir ($p>0,05$) (Tablo 3). Tüm alt boyutlarda ve bağlılık toplam puanında en yüksek değerler 24-26 yaş grubundadır.

Uzgun (2020) yaptığı çalışmada yaş gruplarını 19-24 yaş, 25-29 yaş, 30-34 yaş, 35-39 yaş, 40-44 yaş, 45-49 yaş, 50-54 yaş ve 55 yaş ve üzeri şeklinde gruplamış, elde edilen bulgularda rekreatif koşucuların spora bağlılıkları ile yaş grupları arasında anlamlı bir sonuç tespit edememiştir.

Katılımcıların yaşam yerlerine göre spora bağlılık puanlarında anlamlı sonuç bulunmamıştır ($p>0,05$) (Tablo 4). Katılımcının en yoğun olduğu yaşam yeri il merkezi olanlar daha yüksek puanlara sahip olduğu görülmüştür.

Öğrenim gördüğü sınıf ile ilgili bulgulara göre istatistiksel olarak farklılık ortaya çıkmamıştır ($p>0,05$) (Tablo 5). Zinde olma ve adanma alt boyutlarında 2. sınıfların spora bağlılık puanları yüksek çıkmıştır. İçselleştirme alt boyutu ve bağlılık toplam puanında ise 3. sınıfların puanları daha yüksektir.

Peke (2020) oryantiring sporcuları üzerinde yaptığı çalışmada eğitim durumu değişkenine göre spora bağlılık arasında anlamlı farklılık olduğu sonucuna ulaşmıştır. Uzgun (2020) koşu gruplarının spora bağlılıklarının incelendiği çalışmada eğitim durum değişkenine göre sporcuların spora bağlılıkları arasında anlamlı bir farklılığın olmadığı sonucuna ulaşmıştır.

Sonuç olarak erkeklerin kadınlara göre; spor branşlarında daha fazla alternatifli spor aktiviteleri, sosyal ve kültürel açıdan daha çok sportif aktivitelere katılımı erkeklerin kadınlara göre spora bağlılığının daha yüksek olduğunu göstermiştir. Kadınların spora katılımlarının erkeklere göre daha fazla özendirme için kadınların daha fazla branşlara katılmasını sağlamak ve ortaöğretim ve lise çağlarından spora teşvik etmek için eğitim gördüğü okullarda beden eğitimi öğretmenlerinin bu katılımlarını sağlamada etkili olabileceği önerilebilir. Ayrıca kırsal bölgelerde kadınların spora daha bağlı olması için çalışmalara yapılması ve üniversitedeki kadın öğrencilerin spor faaliyetlere katılması için çeşitli organizasyonlar düzenlenebilir.

KAYNAKLAR

Akyol, A. G. A, Bilgiç, A. G. P. & Ersoy, G. (2008). *Fiziksel Aktivite, Beslenme ve Sağlıklı Yaşam*. Ankara: Klasmat Matbaacılık.

- Cihan, B. B. , Ilgar, E. A. & Sırgancı, G. (2019). “Spora bağlılık ölçeği”nin geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Gençlik Araştırmaları Dergisi* , 7 (17) , 171-191 .
- Cvetkovic, N., Nikolic, D., Pavlovic, L., Djordjevic, N., Golubovic, M., Stamenkovic, S. & Velickovic, M. (2014). Socio-economic status of parents and their children sports engagement. *Facta Universitatis, Series: Physical Education and Sport*, 179-190.
- Fawver, B., Cowan, R., Decouto, B., Lohse, K., Podlog, L. & Williams, A. (2020). Psychological Characteristics, Sport Engagement, And Performance In Alpine Skiers. *Psychology Of Sport And Exercise*, 47, 101616.
- Jackson, S., Thomas, P., Marsh, H. & Smethurst, C. (2001). Relationships Between Flow, Self-Concept Psychological Skills, and Performance. *Journal of Applied Sport Psychology*. 13, 129-153.
- Kangotan, S. (2020). *Dövüş Sporcularının Mükemmeliyetçilik Ve Spora Bağlılık Düzeylerinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Başkent Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Kelecek, S. ve Göktürk, E. (2017). Kadın futbolcularda sporcu bağlılığının sporcu tükenmişliğini belirlemedeki rolü. *Başkent Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi-BÜSBİD*, 2(2).
- Lonsdale, C., Hodge, K. & Raedeke T.D. (2007b). Athlete engagement: I. A qualitative investigation of relevance and dimentions. *Int J Sport Psychol*, 38, 451-470.
- Özbaydar, S. (1983). *İnsan Davranışının Sınırları ve Spor Psikolojisi*. Altın Kitaplar Yayınevi. I. Baskı.
- Peke, K. (2020). *Oryantiring Katılımcılarının Spora Bağlılıkları Ve Zihinsel Dayanıklılıklarının İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Schaufeli, W. B. and Bakker, A.B. (2004). Job demands, job resources, and their relationship with burnout and engagement: a multi-sample study. *J Organiz Behav*, 25, 293-315.
- Sheard, M. (2013). *Mental toughness: the mindset behind sporting achievement. 2.nd Edition. East Sussex: Routledge*.
- Talimciler, A. (2008), Futbol Değil İş: Endüstriyel Futbol, *İletişim Kuram Ve Araştırma Dergisi*, Sayı 26, Kış-Bahar, s.89-114
- Tükenmez, M. (2009). *Toplum Bilim ve Spor*. İstanbul: Kaynak Yayınları.
- Uzgur, K. (2020). *Koşu Gruplarında Rekreatif Koşucuların Spora Bağlılık Düzeylerinin Belirlenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Zivkovi, M., Markovi , M. & Stamenkovi , M. (2013). Angažovanost dece u sportu na teritoriji Beograda. *Glasnik Antropološkog društva Srbije/Journal of the Antropological Society of Serbia*, 1(48), 129-13