

# Sağlık Bilimleri Fakültesinde Eğitim Gören Öğrencilerin Dijital Oyun Bağımlılığı Farkındalıklarının İncelenmesi

Egemen MANCI

İzmir Demokrasi Üniversitesi Egzersiz ve Spor Bilimleri Bölümü

egemen.manci@idu.edu.tr

<https://orcid.org/0000-0001-8965-4884>

Onur Mutlu YAŞAR

İzmir Demokrasi Üniversitesi Egzersiz ve Spor Bilimleri Bölümü

onurmutlu.yasar@idu.edu.tr

<https://orcid.org/0000-0001-7598-3927>

Hazal YAKUT OZDEMIR

İzmir Demokrasi Üniversitesi Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon Bilimleri Bölümü

hazal.yakutozdemir@idu.edu.tr

<https://orcid.org/0000-0003-4918-9249>

Buse ULUCAN

İzmir Demokrasi Üniversitesi Egzersiz ve Spor Bilimleri Bölümü

buseulu99@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0003-7490-5013>

## Özet

Dijital oyunlar, internet kullanımının yaygınlaşması ve bağlantı hızının artmasıyla birlikte insanların zamanlarını geçirdikleri önemli bir platform ve boş zaman aktivitesi haline gelmiştir. Dijital oyunların her zaman ve her yerde erişilebilir olması ve kişilerin fiziksel olarak bir arada olmasını gerektirmemesi ve pandemi gibi faktörler nedeniyle özellikle günümüz gençleri arasında popülaritesinin önemli ölçüde arttığı ve bağımlılık düzeyine ulaştığı savunulmaktadır. Bu çalışmanın amacı, sağlık bilimleri fakültesi öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı farkındalığını belirlemektir. Çalışma nicel araştırma modellerinden biri olan ilişki modeli kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Çalışmaya Sağlık Bilimleri Fakültesi'nde Spor Bilimleri, Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon, Beslenme ve Diyetetik ve Hemşirelik Bölümlerinde öğrenim gören 344 üniversite öğrencisi katılmıştır. Veri toplama aracı olarak "Dijital Oyun Bağımlılığına İlişkin Farkındalık Ölçeği (DOBİFÖ)" kullanılmıştır. Verilerin analizinde parametrik testler kullanılmıştır. Çalışmamızın bulgularına dayanarak, sağlık bilimleri alanında öğrenim gören öğrencilerin dijital oyun bağımlılığı farkındalıklarının yüksek olduğu görülmektedir ( $X=3,85$ ). Beslenme bölümü diğer bölümlere kıyasla en yüksek farkındalık düzeyine sahiptir. Ayrıca kadın öğrencilerin erkeklere göre farkındalık düzeylerinin daha yüksek olduğu görülmüştür. Ayrıca, dijital oyun oynamayanların farkındalığının daha yüksek olduğu da belirlenmiştir.

**Anahtar Kelimeler:** Dijital oyun, dijital spor, oyun bağımlılığı, farkındalık

## Investigation Digital Game Addiction Awareness of Faculty of Health Sciences Students

### Abstract

Digital games have become an important platform and leisure activities where people spend their time with the widespread use of the internet and the increase in connection speed. Since digital games are accessible anytime and anywhere and do not require people to be physically together, it is argued that their popularity has increased significantly and reached the level of addiction, especially among today's youth and with the effect of factors such as the pandemic. The aim of this study is to determine the digital game addiction awareness of health sciences faculty students. The study was done using the relationship model, which is one of the quantitative research methodologies. This study included 344 university students studying in the Sports Sciences, Physical Therapy and Rehabilitation, Nutrition and Dietetics, and Nursing Departments at the Faculty of Health Sciences. The Awareness of Digital Game Addiction Scale (DOBİFÖ)" was used to collect data. The parametric tests were used in data analysis. Based on the findings of our study, it is seen that students studying in the field of health sciences have a high awareness of digital game addiction ( $\bar{X}= 3.85$ ). The nutrition department shows the highest level of awareness compared to other departments. In addition, it was observed that female students had higher levels of awareness than males. It was also observed that the awareness of those who do not play digital games was higher.

**Keywords:** Digital game, digital sports, gaming addiction, awareness

## SUMMARY

### Introduction and Aim

Digital games have become an important platform and leisure activities where people spend their time with the widespread use of the Internet and the increase in connection speed (Rahmawati et al., 2019). Given their anytime, anywhere accessibility and absence of physical presence requirements, digital games have experienced an enormous rise in popularity, leading to worries of addiction, particularly among today's young, worsened by factors such as the pandemic. (Marta et al., 2021). Since factors that may negatively affect this health are related to these games, studies in this field are increasing and gaining importance. The aim of this study is to determine the awareness of health sciences faculty students, who will take part in the field of health in the future, about digital games and digital game addiction, which are becoming increasingly popular today, and to make plans to further increase their awareness in this field. Thus, it is aimed to provide students who will work in this field in the future to raise awareness about digital game addiction and to enable them to better struggle with this issue in the future.

### Material & Method

The study was done using the relationship model, which is one of the quantitative research methodologies. A study demonstrates that the survey method is suitable for measuring the correlation between two variables. In this model, the researcher assesses the variables in their intrinsic condition and determines if there exists a correlation between them. This study included 344 university students studying in the Sports Sciences, Physical Therapy and Rehabilitation (PTR), Nutrition and Dietetics, and Nursing Departments at the Faculty of Health Sciences and fulfilling the inclusion/exclusion criteria (between the ages of 18-35, studying at the faculty of health sciences and participating in the study voluntarily). The students who agreed to participate in the study were evaluated in accordance with the study plan after reading and signing the informed consent form. Within the scope of the socio-demographic characteristics of the students, age, gender, the department, and classes they study, whether they play digital games, and how many years they have been playing digital games were asked and recorded with google forms. Then, "Awareness of Digital Game Addiction Scale (ADGAS)" was applied to the students.

### Result and Discussion

The study included 344 participants (female: 249, male: 95; mean age: 21.17± .44) from four different departments [Sports Sciences (n=80), Physical Therapy and Rehabilitation (PTR; n=89), Nutrition and Dietetics (n=95), and Nursing Departments (n=80)] under the Faculty of Health Sciences. In addition, 102 of the participants stated that they play digital games and 242 stated that they do not play games. Based on the findings of our study, it is seen that students studying in the field of health sciences have a high awareness of digital game addiction ( $\bar{X}=3.85$ ). The nutrition department shows the highest level of awareness compared to other departments. In addition, it was observed that female students had higher levels of awareness than males. It was also observed that the awareness of those who do not play digital games was higher. The most important aim of this study was to determine the awareness of students studying in the field of health sciences about situations that may be among the health problems of the future (i.e., gaming addiction). Therefore, in this study, the awareness of digital game addiction, which is one of the popular topics among young people nowadays, was examined. Based on the findings of our study, it is seen that students studying in the field of health sciences have a high awareness of digital game addiction (ADGAS Mean: 3.85) and the nutrition department shows the highest level of awareness compared to other departments. In addition, in our study, it was observed that female students had higher levels of awareness. It was also observed that the awareness of those who do not play digital games was higher. The result of this study shows that students studying in the field of health sciences have a high awareness of digital game addiction and female students had higher levels

of awareness. Also, it was noted that the level of awareness among individuals who weren't participating in digital gaming was higher than that of the group that did play games. These findings indicate that persons who play gaming or exhibit addiction to games experience a reduction in their level of awareness.

## 1. GİRİŞ

Dijital oyunlar, internet kullanımının yaygınlaşması ve hızın artmasıyla birlikte insanların zamanlarını geçirdikleri önemli bir platform ve boş zaman aktivitesi haline gelmiştir (Rahmawati ve ark., 2019). Her zaman, her yerden erişilebilir olmaları ve fiziksel varlık gerekliliklerinin olmaması nedeniyle dijital oyunların popüleritesinde muazzam bir artış yaşanmış, bu da özellikle günümüz gençleri arasında pandemi gibi faktörlerle daha da kötüleşen bağımlılık endişelerine yol açmıştır (Marta ve ark., 2019). Bu sağlığı olumsuz etkileyebilecek faktörlerin bu oyunlarla ilişkili olması nedeniyle, bu alandaki çalışmalar artmakta ve önem kazanmaktadır.

Bağımlılık, kişinin dürtülerini kontrol edemediğinde bir nesneye veya olguya aşırı bağımlı hale gelmesidir (Irmak ve Erdoğan, 2016). Bağımlılık teorisi içerisinde farklı fenomenleri barındırmakla birlikte karmaşık bir yapıya sahip olması sebebiyle farklı bakış açıları kapsamında değerlendirilen bir kavram olarak ifade edilebilir (West ve Brown, 2013). Dijital oyunlar, madde kullanımında olduğu gibi beyinde değişiklikleri tetikleyerek ödül ve mutluluk duygularına yol açar (Irmak ve Erdoğan, 2016). Tekrarlama dürtüsü uyandırır. Bilgisayar ortamı insanlara gerçekte yapamayacakları şeyleri yapma, sınırsız hayal gücüne ve kontrole sahip olma fırsatı sunar. Oyun içeriklerinde yaş sınırlamasının olmaması çocukların ileride bağımlı hale gelmesinin önünü açmaktadır. Bunun yanı sıra, dijital oyun bağımlılığını psikososyal açıdan araştırmak son zamanlarda büyük ilgi görmekte ve dijital oyun bağımlılığı halk sağlığıyla ilgili ciddi bir sosyal bilişim sorunu olarak tanımlanmaktadır (Jeong ve ark., 2017). Son zamanlarda birçok araştırmacı saldırganlık, depresyon ve yalnızlık gibi psikososyal faktörlerin bireyleri çevrimiçi oyunlara bağımlı hale getirebileceğini ileri sürmüştür (Seay ve Kraut, 2007; Mehroof ve Griffiths, 2010; Mentzoni ve ark., 2011). Yapılan araştırmalar genel olarak dijital oyun bağımlılığını psikolojik faktörler kapsamında değerlendirirken, bazı bilim insanları ise dijital oyun bağımlılığının fiziksel etkileri kapsamında incelemişlerdir (Joo, 2007; Männikkö ve ark., 2015; Aziz ve ark., 2021; Purwaningsih ve Nurmala, 2021; Shabih ve ark., 2021).

Dijital oyunlar ekran karşısında uzun süreler geçirme, oyunu bırakamama, fiziksel sosyallikten uzaklaşma gibi sorunlara yol açtığı için literatürde dijital oyun bağımlılığının bireye zarar verebileceğini bildiren çalışmalar rapor edilmektedir (Batmaz, 2022; Demir ve Cicioğlu, 2020; Griffiths ve ark., 2004; Ögel, 2012; Young, 2009). Dijital oyunlara bağımlılığın artmasıyla birlikte fiziksel aktivitenin azaldığı ve mavi ekran süresinin artmasıyla birlikte bazı sağlık sorunlarının ortaya çıkabileceği de bildirilmektedir (Ketelhut, 2021). Bunların aksine, literatürde dijital oyunların fiziksel aktivite düzeyini olumsuz etkilemediğini bildiren çalışmalar da bulunmaktadır (20). 2011 yılında yapılan bir incelemede 12 çalışma analiz edilmiş ve dijital oyun oynamanın gençlerde fiziksel aktivite ile ilgili karmaşık bir konu olduğu ve her bireyin farklı tepki verebileceği bildirilmiştir. Bazı çalışmalar dijital oyun oynamanın fiziksel aktivite eksikliği ile ilişkili olduğunu bulurken, diğerleri herhangi bir ilişki bulamamış, hatta oyun oynamanın fiziksel aktiviteyi artırabileceğini bildirmiştir (Barnett ve ark., 2011). Bu konudaki çelişkiler ve bu konunun sağlık üzerindeki etkisinin önemi nedeniyle, özellikle sağlık bilimleri fakültesinde okuyan ve gelecekte sağlık alanında görev alacak üniversite öğrencilerinin günümüzde giderek artan dijital oyun bağımlılığı konusundaki farkındalıklarının belirlenmesi önemlidir.

Bu çalışmanın amacı, gelecekte sağlık alanında görev alacak olan sağlık bilimleri fakültesi öğrencilerinin günümüzde giderek popüler hale gelen dijital oyunlar ve dijital oyun bağımlılığı hakkındaki

farkındalıklarını belirlemek ve bu alandaki farkındalıklarını daha da arttırmak için planlamalar yapmaktır. Böylece gelecekte bu alanda çalışacak öğrencilerin dijital oyun bağımlılığı konusunda farkındalık kazanmaları ve ileride bu konuyla daha iyi mücadele edebilmelerinin sağlanması amaçlanmaktadır.

## 2. MATERYAL METOT

### Araştırma Modeli

Çalışma, nicel araştırma metodolojilerinden biri olan ilişki modeli kullanılarak yapılmıştır. Çalışma, iki değişken arasındaki korelasyonu ölçmek için anket yönteminin uygun olduğunu göstermektedir. Bu modelde araştırmacı değişkenleri kendi içsel durumlarında değerlendirir ve aralarında bir korelasyon olup olmadığını belirler.

### Katılımcılar

Bu çalışmaya Sağlık Bilimleri Fakültesi'nde Spor Bilimleri, Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon (FTR), Beslenme ve Diyetetik ve Hemşirelik Bölümlerinde okuyan ve çalışmaya dahil olma/dışlanma kriterlerini karşılayan (18-35 yaş aralığında, sağlık bilimleri fakültesinde okuyan ve çalışmaya gönüllü olarak katılan) 344 üniversite öğrencisi dahil edilmiştir. Çalışmanın örneklem büyüklüğü G\*Power 3.1.9.7 programı kullanılarak hesaplanmıştır. Etki büyüklüğü 0,25 ( $d = 0,25$ ), %5 hata payı ( $\alpha = 0,05$ ) ve %95 güç ( $1-\beta = 0,95$ ) varsayımıyla, her grupta en az 70 katılımcı olmak üzere 280 katılımcıdan oluşan bir örneklem büyüklüğü hesaplanmıştır (Faul ve ark., 2007).

### Etik Olur

Çalışma İzmir Demokrasi Üniversitesi Yerel Etik Kurulu tarafından onaylanmıştır (2024/01-14). Çalışma ayrıca Helsinki Bildirgesi'nde belirtilen standartlara da uygundur.

### Veri Toplama Araçları

Çalışmaya katılmayı kabul eden öğrenciler bilgilendirilmiş onam formunu okuyup imzaladıktan sonra çalışma planına uygun olarak değerlendirilmiştir. Öğrencilerin sosyo-demografik özellikleri kapsamında yaş, cinsiyet, okudukları bölüm ve sınıfları, dijital oyun oynayıp oynamadıkları, kaç yıldır dijital oyun oynadıkları sorulmuş ve Google formları ile kayıt altına alınmıştır. Daha sonra öğrencilere "Dijital Oyun Bağımlılığına İlişkin Farkındalık Ölçeği (DOBİFÖ)" uygulanmıştır.

### Dijital Oyun Bağımlılığına İlişkin Farkındalık Ölçeği (DOBİFÖ)

Türkçe geçerlilik ve güvenilirlik analizleri Demir ve Cicioğlu (2020) tarafından yapılan ölçek toplam 12 maddeden oluşmaktadır. Ölçekte "İçsel Farkındalık" ve "Dışsal Farkındalık" olmak üzere toplam iki alt boyut bulunmaktadır. Ölçek maddeleri "1- kesinlikle katılmıyorum", "2 - katılmıyorum", "3 - kararsızım", "4 - katılıyorum" ve "5 - kesinlikle katılıyorum" şeklinde 5'li Likert ölçeğine göre derecelendirilmiştir. Ölçek, içsel farkındalıkla ilgili 1. ve 5. sorular ile dışsal farkındalıkla ilgili 6. ve 12. sorular olmak üzere iki alt ölçekten oluşmaktadır. Ayrıca ölçeğin 11. sorusu ters kodlanmıştır.

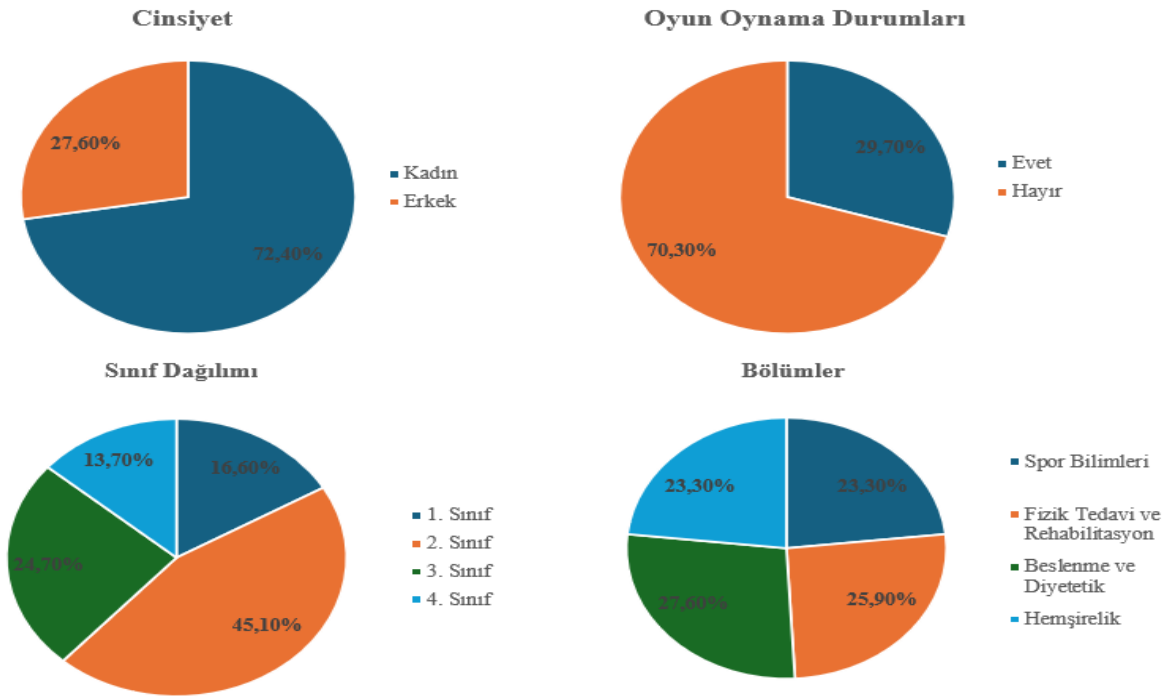
### Veri Analizi

Çalışmanın istatistiksel analizi SPSS 27 paket programı (IBM Corp., Armonk, NY, ABD) ve JASP 0.18 kullanılarak yapılmıştır. Veriler çevrimiçi olarak (Google Forms) ve gönüllülük esasına göre toplanmıştır. 5'li Likert ölçeğinden toplanan verilerin ortalaması (standart sapma) hesaplanmış ve analiz edilmiştir. Parametrik test koşullarının sağlanıp sağlanmadığını belirlemek için basıklık ve çarpıklık değerleri incelenmiştir. Basıklık ve çarpıklık değerlerine göre verilerimiz normal dağılım göstermektedir (-2, +2 arasında). İkili karşılaştırmalar (cinsiyet farklılıkları ve oyun oynayıp oynamama) için Bağımsız T-testi ve dört farklı bölümün (Spor Bilimleri, Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon, Beslenme

ve Diyetetik ve Hemşirelik) karşılaştırmaları için post-hoc testi ile Tek Yönlü ANOVA testi kullanılmıştır. Ayrıca, oyun deneyimi ile oyun bağımlılığı farkındalığı arasındaki ilişkiyi incelemek için Pearson Korelasyonu kullanılmıştır. Tüm istatistiksel testler için anlamlılık düzeyi  $\alpha < 0,05$  olarak belirlenmiş ve etki büyüklükleri kısmi  $\eta^2$  (ANOVA için) olarak raporlanmış veya Cohen's d (bağımsız t-testi karşılaştırmaları için) ile hesaplanmıştır. Cohen's d şu şekilde derecelendirilmiştir (%95 güven aralıklarıyla): küçük etki  $<0,2$ , orta etki  $\geq 0,2$  ila  $\leq 0,8$  ve büyük etki  $>0,8$ .

### 3. BULGULAR

Çalışmaya Sağlık Bilimleri Fakültesi'ne bağlı dört farklı bölümden [Spor Bilimleri (n=80), Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon (FTR; n=89), Beslenme ve Diyetetik (n=95) ve Hemşirelik Bölümleri (n=80)] 344 katılımcı (kadın: 249, erkek: 95; yaş ortalaması:  $21.17 \pm .44$ ) dahil edilmiştir. Ayrıca katılımcıların 102'si dijital oyun oynadığını, 242'si ise oyun oynamadığını belirtmiştir. Katılımcıların tüm demografik bilgileri Şekil 1'de verilmiştir.



Şekil 1. Katılımcıların demografik bilgileri

Katılımcıların DOBİFÖ verileri tüm boyutlarda (içsel farkındalık, dışsal farkındalık ve toplam farkındalık puanı) cinsiyetler arasında karşılaştırılmış ve kadın katılımcıların farkındalık düzeylerinin anlamlı şekilde daha yüksek olduğu görülmüştür (Tablo 1).

**Tablo 1.** Katılımcıların demografik bilgileri ve Dijital Oyun Bağımlılığı Farkındalık Ölçeğinin cinsiyetler arası ikili karşılaştırması

	Erkek (n=95)		Kadın (n=249)		Cinsiyet Karşılaştırmaları			Toplam (n=344)	
	X	±	X	±	t	p	Cohens'd	X	±
Yaş (yıl)	21.19	2.36	21.16	3.11	t(342)=-1.18	= .64	-.219	21.17	2.82
Oyun Deneyimi (yıl)	7.31	4.34	3.66	2.96	t(342)=.29	= .77	.207	5.88 <sup>#</sup>	4.21
DOBİFÖ İç Farkındalık	3.38	1.09	3.89	.85	t(342)=4.56	<.001*	.550	3.75	.95
DOBİFÖ Dış Farkındalık	3.65	.92	4.07	.72	t(342)=4.38	<.001*	.529	3.95	.80
DOBİFÖ Toplam	3.51	.95	3.98	.72	t(342)=4.82	<.001*	.582	3.85	.82

#: Sadece oyun oynadığını söyleyen katılımcıların ortalaması, DOBİFÖ: Dijital Oyun Bağımlılığına İlişkin Farkındalık Ölçeği, \* p< .001 Cinsiyetler arası karşılaştırmanın anlamlılık değeri

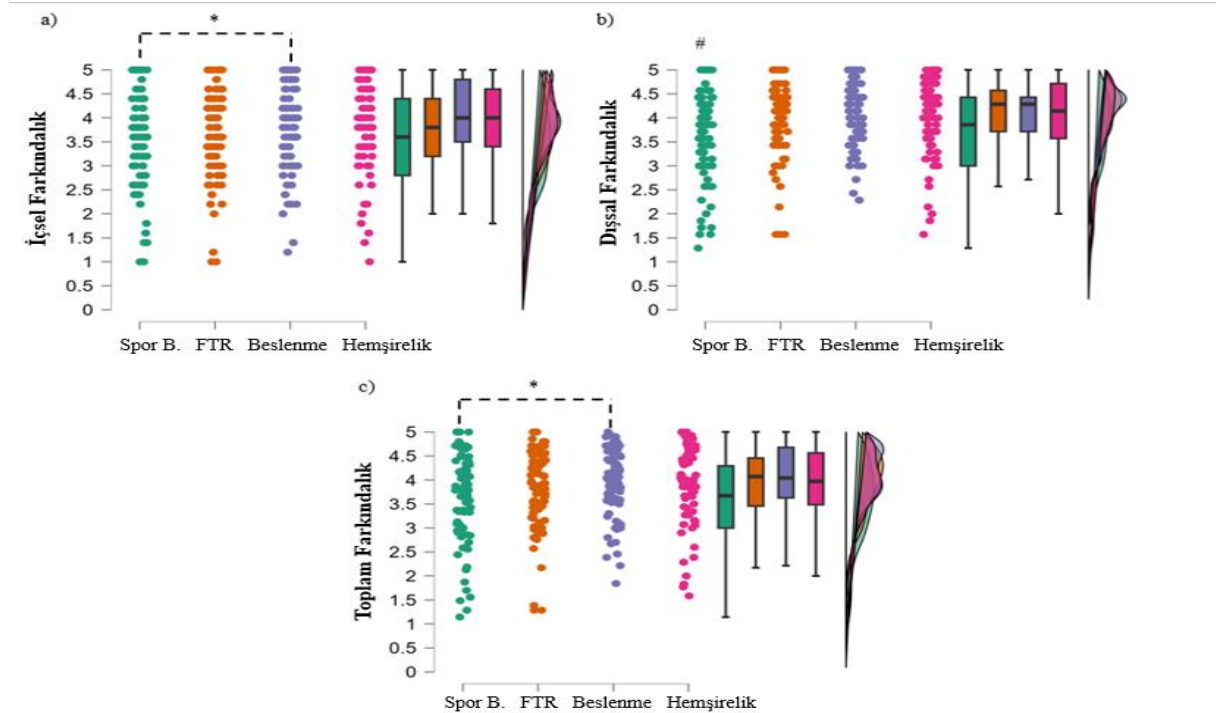
Katılımcıların farkındalık düzeyleri oyun oynayıp oynamamalarına göre değerlendirilmiş ve oyun oynamayan grubun DOBİFÖ farkındalık düzeyleri tüm faktörlerde anlamlı olarak daha yüksek bulunmuştur (Tablo 2).

**Tablo 2:** Oyun oynayan ve oynamayan gruplar arasında Dijital Oyun Bağımlılığı Farkındalığının ikili karşılaştırması

	Evet (n=102)		Hayır (n=242)		Oyun Oynama Karşılaştırması (Evet/Hayır)			Toplam (n=344)	
	X	±	X	±	t	p	Cohens'd	X	±
DOBİFÖ İç Farkındalık	3.24	1.09	3.96	.80	t(342)=-6.78	<.001*	-.801	3.75	.95
DOBİFÖ Dış Farkındalık	3.65	.92	4.07	.72	t(342)=-6.88	<.001*	-.813	3.95	.80
DOBİFÖ Toplam	3.51	.95	3.98	.72	t(342)=-7.39	<.001*	-.873	3.85	.82

DOBİFÖ: Dijital Oyun Bağımlılığına İlişkin Farkındalık Ölçeği, \* p< .001 Oyun oynayan ve oynamayan gruplar arasındaki anlamlılık değeri

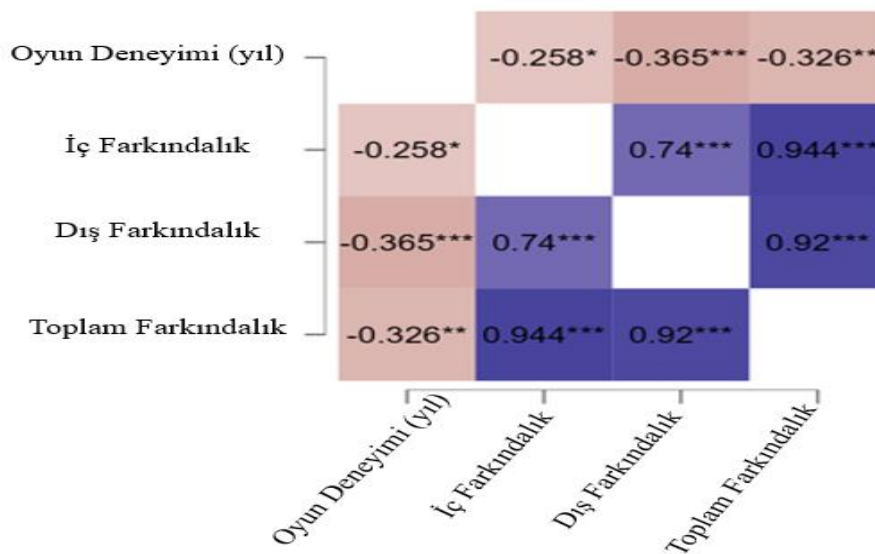
Katılımcıların DOBİFÖ farkındalık verileri sağlık bilimleri fakültesi bölümleri arasında karşılaştırılmıştır (Ortalama Toplam Farkındalık Puanları; Spor Bilimleri: 3,58±,93; PTR: 3,88±,80; Beslenme: 4.00±.69 ve Hemşirelik: 3.85±.80) ve dört bölüm arasında iç farkındalık [F(3, 340) = 3.09, p = .030, n = .026], dış farkındalık [F(3, 340) = 4.93, p = .002, n = .042] ve toplam farkındalık [F(3, 340) = 4.30, p = .005, n = .037] açısından anlamlı bir fark olduğu görülmüştür. İç farkındalık ve toplam farkındalık boyutlarında yapılan ikili post-hoc karşılaştırma sonuçlarına göre, sadece spor bilimleri ve beslenme bölümlerindeki öğrenciler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur (p< .05; Şekil 2a ve 2c). Yapılan ikili karşılaştırmalar sonucunda dış farkındalık kapsamında spor bilimleri bölümünde eğitim alan öğrencilerin farkındalıklarının tüm bölümlerden anlamlı derecede düşük olduğunu göstermiştir (p< .05; Şekil 2b).



a) İç Farkındalık, b) Dış Farkındalık ve c) Toplam Farkındalık, \*  $p < .05$  Bölümler arası ikili karşılaştırmanın anlamlılık değeri, #  $p < .05$  Tüm gruplardan anlamlı derecede düşük değer

**Şekil 2.** Sağlık Bilimleri Bölümlerinde (Spor Bilimleri, FTR: Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon, Beslenme ve Diyetetik ve Hemşirelik) dijital oyun bağımlılığı farkındalık karşılaştırması

Araştırmaya katılan ve dijital oyun oynadığını belirten katılımcuların oyun deneyimleri (Yıl) ile farkındalık (DOBİFÖ) düzeyleri arasındaki korelasyon sonucunda, oyun oynama yılı ile içsel ( $r = -.258$ ,  $p < .05$ , Fisher's Z:  $-.264$ ), dışsal ( $r = -.365$ ,  $p < .001$ , Fisher's Z:  $-.383$ ) ve toplam farkındalık düzeyi ( $r = -.326$ ,  $p < .001$ , Fisher's Z:  $-.338$ ) arasında negatif ve orta düzeyde anlamlı bir ilişki gözlenmiştir (Şekil 3).



\*  $p < .05$ , \*\*  $p < .01$ , \*\*\*  $p < .001$

**Şekil 3.** Oyun deneyimi (yıl) ile DOBİFÖ düzeyleri arasındaki korelasyon



#### 4. TARTIŞMA

Bu çalışmanın amacı, sağlık bilimleri alanında öğrenim gören öğrencilerin geleceğin sağlık sorunları arasında yer alabilecek durumlardan biri olan Dijital Oyun Bağımlılığı hakkındaki farkındalıklarını belirlemektir. Dolayısıyla bu çalışmada, günümüzde gençler arasında popüler konulardan biri olan dijital oyun bağımlılığına ilişkin farkındalık incelenmiştir. Çalışmamızın bulgularına dayanarak, sağlık bilimleri alanında öğrenim gören öğrencilerin dijital oyun bağımlılığına ilişkin farkındalıklarının yüksek olduğu (DOBİFÖ Ortalama: 3,85) ve beslenme bölümünün diğer bölümlere kıyasla en yüksek farkındalık düzeyini gösterdiği görülmektedir. Ayrıca çalışmamızda kız öğrencilerin erkek öğrencilere kıyasla dijital oyun bağımlılığı farkındalık düzeylerinin daha yüksek olduğu görülmüştür. Bunun yanı sıra araştırmaya dahil olan katılımcılardan dijital oyun oynamayanların, dijital oyun onayanlara göre dijital oyun farkındalıklarının daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Çar ve Ahraz (2022) tarafından ortaokul öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı farkındalıklarını belirlemek amacıyla yapılan araştırma sonuçlarına göre katılımcıların dijital oyun bağımlılığı farkındalıklarının orta düzeyde olduğu tespit edilmiştir. Bu bağlamda Çar ve Ahraz (2022) tarafından yapılan araştırmanın sonuçları ile bu araştırmanın sonuçları arasında katılımcıların ölçme aracından aldıkları toplam puanlar açısından farklılık olduğu görülmektedir. Bu farklılığı iki çalışmada verileri toplanan bireylerin yaş farklılıkları bağlamında değerlendirmek mümkündür. Başka bir deyişle, katılımcıların yaşları arttıkça dijital oyun bağımlılığına ilişkin farkındalıklarının da arttığı ifade edilebilir. Turgut ve Yaşar (2019) tarafından yapılan ve üniversite öğrencilerinin dijital oyun oynama motivasyonlarını ölçmeyi amaçlayan çalışmanın bulgularına göre, üniversite öğrencilerinin dijital oyun motivasyonları düzeylerinin orta seviyede olduğu tespit edilmiştir. Bu bağlamda bireylerin yaşları ilerledikçe dijital oyun bağımlılık düzeylerinin azaldığı ve buna paralel olarak dijital oyun bağımlılığına ilişkin farkındalıklarının arttığı ifade edilebilir. Ayrıca, dijital oyun motivasyonu düzeyi yüksek olan bireylerin farkındalık düzeyleri daha düşük olduğundan, bu iki parametre arasında ters yönlü bir ilişki olduğu varsayılabilir.

Ayrıca çalışmamızda kız öğrencilerin farkındalık düzeylerinin daha yüksek olduğu görülmüştür. Kanat (2019) tarafından yapılan ve üniversite öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı, iletişim becerileri ve yalnızlık düzeylerinin incelendiği araştırma sonuçlarına göre katılımcılar cinsiyet değişkeni kapsamında değerlendirilmiştir. Araştırma sonuçlarına göre kadın katılımcıların dijital oyun bağımlılık düzeylerinin erkek katılımcılara göre daha düşük olduğu belirlenmiştir. Bu araştırmanın sonuçları ile Kanat (2019) tarafından yapılan araştırmanın sonuçları cinsiyet değişkeni kapsamında incelendiğinde, iki çalışma arasında benzerlik olduğu görülmektedir. Bu benzerliği iki çalışma arasındaki katılımcı gruplarının benzerliği ile ilişkilendirmenin mümkün olduğu düşünülmektedir. Ayrıca Hebebcı ve ark. (2022) sağlık bilimleri dışında bir alanda öğrenim gören öğrenciler üzerinde yaptıkları çalışmada cinsiyet farklılıklarını incelemiş ve kız öğrencilerin farkındalıklarının daha yüksek olduğunu rapor etmişlerdir. Bu çalışmada da kız öğrencilerin farkındalık düzeyleri daha yüksek bulunmuştur. Bu sonuçlar, kadınların daha az oyun oynamasıyla ilişkili olabilir. Hsu ve ark. (2009) tarafından yapılan çalışmada katılımcıların çevrimiçi oyun oynama durumları farklı değişkenlere göre incelenmiştir. Hsu ve ark. (2009) tarafından yapılan araştırmanın sonuçlarına göre katılımcıların cinsiyet değişkeni ile dijital çevrimiçi oyun oynama bağımlılıkları arasında bir farklılık tespit edilmemiştir. Bu bağlamda, Hsu ve arkadaşlarının çalışmasının bulguları ile bu araştırmanın bulguları arasında cinsiyet değişkeni açısından farklılık olduğu tespit edilmiştir. Bu farklılığın hem iki çalışmanın yapıldığı zamanın farklılığından hem de farklı kültürel yapılardan kaynaklandığı düşünülmektedir. Ayrıca Ko ve ark. (2005) tarafından yapılan çalışmada Tayvanlı ergenlerin çevrimiçi oyun bağımlılıkları incelenmiştir. Ko ve ark. (2005) tarafından yapılan araştırmanın sonuçlarına göre erkek katılımcıların çevrimiçi oyun alışkanlıklarının kadın katılımcılara göre daha yüksek düzeyde olduğu belirlenmiştir. Bu bağlamda Ko

ve ark. (2005) tarafından yapılan araştırmanın sonuçları ile bu araştırmanın sonuçları arasında cinsiyet değişkenine göre benzerlik olduğu görülmektedir.

Araştırmada elde edilen bir diğer sonuçta ise, dijital oyun oynamayanların dijital oyun bağımlılığı farkındalıklarının oyun oynayan gruba göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Bu sonuçlar, bireylerin farkındalıkları azaldıkça daha fazla oyun oynadıklarını ya da bağımlı hale geldiklerini göstermektedir. Hazar ve ark. (2017) ortaokul öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı ve fiziksel aktivite düzeylerini incelemiştir. Hazar ve ark. (2017) tarafından yapılan araştırmanın sonuçlarına göre gün içinde daha fazla dijital oyun oynayan katılımcıların dijital oyun bağımlılığı düzeylerinin daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bu araştırmada dijital oyun oynamayan katılımcıların dijital oyun bağımlılığı farkındalık düzeylerinin daha yüksek olması nedeniyle iki çalışma arasında dijital oyun oynama değişkeni açısından benzerlik olduğu görülmektedir. Gökçearslan ve Durakoğlu (2014) tarafından yapılan ve ortaokul öğrencilerinin bilgisayar oyunu bağımlılık düzeylerinin incelendiği çalışmada ise daha fazla bilgisayar oyunu oynayan katılımcıların bağımlılık düzeylerinin daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bu bağlamda bu araştırmanın sonuçları ile Gökçearslan ve Durakoğlu (2014) tarafından yapılan araştırmanın sonuçları arasında dijital oyun oynama değişkenine göre bir benzerlik olduğu ifade edilebilir. Nitekim bizim çalışmamızdaki korelasyon analizlerinin sonuçları da oyun oynama süresi arttıkça farkındalığın azaldığını ve buna paralel bağımlılığın arttığını göstermektedir.

Araştırma kapsamında bölümler arası karşılaştırmalar incelendiğinde spor bilimleri bölümünde eğitim alan öğrencilerin en düşük dijital oyun bağımlılığı farkındalık düzeyine sahip olan grup olduğu görülmüştür. Ekinci ve ark. (2017) tarafından tamamlanan çalışmada üniversite öğrencilerinin dijital oyun bağımlılıkları incelenmiştir. Araştırma sonuçlarına göre spor yapan katılımcıların dijital oyun bağımlılık düzeylerinin spor yapmayanlara göre daha düşük olduğu tespit edilmiştir. Bu araştırmanın sonuçlarına göre spor bilimleri öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı farkındalıklarının diğer bölüm katılımcılarına göre daha düşük düzeyde olduğu tespit edilmiştir. Ekinci ve ark. (2017) araştırmasının bulguları ile bu bağlamda ele alınan araştırma arasında bir farklılık olduğu görülmektedir. Bu farklılığın son dönemde dijital oyunlara erişimin daha kolay ve ekonomik hale gelmesiyle ilişkili olduğu düşünülmektedir. Sporla ilgilenen öğrencilerin geçmişten gelen bir branşa ya da duruma ait olma eğilimlerinin yüksek olmasının yanı sıra spor bilimleri öğrencilerinin bağımlılık ve bağımlılık farkındalığı ile ilgili kavramlara bakış açılarının farklı olmasının da sonuçları etkilemiş olabileceğini düşünüyoruz.

#### *Sınırlılıklar*

Çalışmanın tek bir merkezle sınırlı olması ve kadın katılımcı sayısının yüksek olması bu çalışmanın en önemli sınırlılıkları arasında yer almaktadır. Bu durum aynı zamanda daha az sayıda katılımcının dijital oyun oynamayan gruba dahil olmasına yol açmıştır. Dolayısıyla gelecekte daha geniş bir popülasyonla ve farklı kültürlerden katılımcılarla yapılacak çalışmalar bu konunun açıklığa kavuşması açısından oldukça önemlidir. Ayrıca, sağlık alanında ve üniversite çağında oyun bağımlılığı farkındalığına ilişkin çalışmaların sınırlı sayıda olması da tartışmamızı sınırlandırmıştır.

#### **5. SONUÇ**

Bu çalışmanın sonucu, sağlık bilimleri alanında öğrenim gören öğrencilerin dijital oyun bağımlılığı konusunda yüksek farkındalığa sahip olduğunu ve kız öğrencilerin farkındalık düzeylerinin daha yüksek olduğunu göstermektedir. Ayrıca, dijital oyun oynama alışkanlığı olmayan bireyler arasındaki farkındalık düzeyinin oyun oynayan gruba göre daha yüksek olduğu kaydedilmiştir. Bu bulgular, dijital oyun oynayan veya dijital oyun bağımlılığı alışkanlığı gösteren kişilerin farkındalık düzeylerinde bir azalma olduğunu göstermektedir. Ayrıca, oyun oynayarak geçirilen süre ile dijital oyun bağımlılığına ilişkin farkındalık düzeyi arasında negatif bir korelasyon vardır. Bölümler arasında

yapılan karşılaştırmalarda, spor bilimleri bölümünde okuyan öğrencilerin en düşük farkındalık düzeyine sahip olduğu ortaya çıkmıştır. Bu sonuçlara dayanarak, spor bilimleri alanında öğrenim gören öğrencilerin dijital oyun bağımlılığına karşı farkındalıklarının artırılmasının ve gelecekte egzersizle birlikte bu bağımlılıkla baş etme konusunda bilgilendirilmelerinin önemli olduğu düşünülmektedir.

### Teşekkür

Ceyda Sevim, Lütfiye Doğmaz ve Rabia N. Temiz'e veri toplama sürecindeki katkılarından dolayı teşekkür ederiz.

### Yazar Katkıları

Araştırma Tasarımı EM, OMY, Veri Toplama EM, BU, HYÖ, İstatistiksel Analiz EG tarafından; Makale hazırlama EM, OMY, HYÖ ve BU tarafından tamamlanmıştır.

### Destek

Bu çalışma TÜBİTAK 2209-A Üniversite Öğrencileri Araştırma Projeleri Destekleme Programı (Proje Numarası: 1919B012323500; Karar Numarası: B.14.2.TBT.0.06.01.00-221-570430) tarafından desteklenmiştir.

### Etik Beyan

"Sağlık Bilimleri Fakültesinde Eğitim Gören Öğrencilerin Dijital Oyun Bağımlılığı Farkındalıklarının İncelenmesi" başlıklı çalışmanın yazım sürecinde etik ve alıntı kurallarına titizlikle uyulmuştur. Çalışma İzmir Demokrasi Üniversitesi Yerel Etik Kurulu tarafından onaylanmıştır (2024/01-14). Çalışma ayrıca Helsinki Bildirgesi'nde belirtilen standartlara da uygundur.

### Çıkar Çatışması

Yazarların bu makalenin içeriğiyle doğrudan ilgili herhangi bir çıkar çatışması veya kişisel ilişkisi yoktur.

### KAYNAKÇA

- Aziz, N., Nordin, M. J., Abdulkadir, S. J., & Salih, M. M. M. (2021). Digital addiction: systematic review of computer game addiction impact on adolescent physical health. *Electronics*, 10(9), 996.
- Barnett, A., Cerin, E., & Baranowski, T. (2011). Gençler için aktif video oyunları: sistematik bir inceleme. *Journal of Physical Activity and Health*, 8(5), 724-737.
- Batmaz, H. (2022). Espor ve çevrim içi oyun bağımlılığı. Egemen Mancı, Seyan Bekir, Yasin Nuri Çakır (Eds.), *Espora multidisipliner yaklaşımlar* (ss. 113-120). Ankara: Nobel Bilimsel Eserler.
- Çar, B., & Ahraz, A. O. (2022). Ortaokul öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı farkındalığı ile fiziksel aktiviteye katılım motivasyonu arasındaki ilişki üzerine bir araştırma. *International Journal of Progressive Education*, 18(4), 175-190.
- Demir, G. T., & Cicioğlu, H. İ. (2020). Dijital oyun bağımlılığına ilişkin farkındalık ölçeği (DOBİFÖ): geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Avrasya Spor Bilimleri ve Eğitim Dergisi*, 2(1), 1-17.
- Ekinci, N. E., Yalçın, İ., & Soyer, F. (2017). Türkiye'deki lise öğrencilerinin dijital oyun bağımlılık düzeyi. *Acta Kinesiologica*, 11(2), 98-103.
- Faul, F., Erdfelder, E., Lang, A.-G., & Buchner, A. (2007). G\* Power 3: Sosyal, davranışsal ve biyomedikal bilimler için esnek bir istatistiksel güç analizi programı. *Behavior Research Methods*, 39(2), 175-191.
- Gökçearslan, Ş., & Durakoğlu, A. (2014). Ortaokul öğrencilerinin bilgisayar oyunu bağımlılık düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. *Dicle Üniversitesi Ziya Gökalp Eğitim Fakültesi Dergisi*, 23, 419-435.
- Griffiths, M. D., Davies, M. N., & Chappell, D. (2004). Çevrimiçi bilgisayar oyunları: ergen ve yetişkin oyuncuların karşılaştırılması. *Journal of Adolescence*, 27(1), 87-96
- Hazar, Z., Tekkurşun Demir, G., & Dalkıran, H. (2017). Ortaokul öğrencilerinin geleneksel oyun ve dijital oyun algılarının incelenmesi: karşılaştırmalı metafor çalışması. *Sportmetre*, 15(4), 179-190.
- Hebecci, M. T., Bertiz, Y., & Alan, S. (2022). Üniversite öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı konusundaki farkındalıklarının incelenmesi. *Uluslararası Teknoloji, Eğitim ve Bilim Derneği*.

- Hsu, S. H., Wen, M.-H., & Wu, M.-C. (2009). MMORPG bağımlılığının belirleyicileri olarak kullanıcı deneyimlerinin araştırılması. *Computers & Education*, 53(3), 990-999.
- Irmak, A. Y., & Erdoğan, S. (2016). Ergen ve genç erişkinlerde dijital oyun bağımlılığı: güncel bir bakış. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 27(2), 128-137.
- Jeong, E. J., Kim, D. J., & Lee, D. M. (2017). Why do some people become addicted to digital games more easily? a study of digital game addiction from a psychosocial health perspective. *International Journal of Human-Computer Interaction*, 33(3), 199-214.
- Joo, A. R. (2007). Correlations among internet games addiction, self-esteem and physical health in middle school students. *Journal of Korean Academy of Community Health Nursing*, 18(2), 331-339.
- Kanat, S. (2019). Üniversite öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı, iletişim becerileri ve yalnızlık algı düzeyleri arasındaki ilişki. *Uluslararası Eğitim Çalışmaları*, 12(11).
- Ketelhut, S., Martin-Niedecken, A. L., Zimmermann, P., & Nigg, C. R. (2021). E-spor ve oyunlarda fiziksel aktivite ve sağlığın teşviki - benzeri görülmemiş bir kültürel fenomen için benzersiz fırsatları tartışmak. *Frontiers in Sports and Active Living*, 3, 693700.
- Ko, C.-H., Yen, J.-Y., Chen, C.-C., Chen, S.-H., & Yen, C.-F. (2005). Tayvanlı ergenler arasında çevrimiçi oyun bağımlılığını etkileyen cinsiyet farklılıkları ve ilgili faktörler. *Sinir ve Ruh Hastalıkları Dergisi*, 193(4), 273-277.
- Männikkö, N., Billieux, J., & Käariäinen, M. (2015). Problematic digital gaming behavior and its relation to the psychological, social and physical health of Finnish adolescents and young adults. *Journal of Behavioral Addictions*, 4(4), 281-288.
- Marta, R. F., Syarnubi, K. L., Wang, C., Cahyanto, I. P., Briandana, R., & Isnaini, M. (2021). Kamuoyu desteği kazanmak: COVID-19 pandemisinde espor haber içeriğinin çerçevesi. *SEARCH Journal of Media and Communication Research*, 13(2), 71-86.
- Mehroof, M., & Griffiths, M. D. (2010). Online gaming addiction: The role of sensation seeking, self-control, neuroticism, aggression, state anxiety, and trait anxiety. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 13(3), 313-316.
- Mentzoni, R. A., Brunborg, G. S., Molde, H., Myrseth, H., Skouverøe, K. J. M., Hetland, J., & Pallesen, S. (2011). Problematic video game use: estimated prevalence and associations with mental and physical health. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 14(10), 591-596.
- Ögel, K. (2012). *İnternet bağımlılığı: internetin psikolojisini anlamak ve bağımlılıkla başa çıkmak*. İstanbul: İş Bankası Kültür Yayınları.
- Purwaningsih, E., & Nurmala, I. (2021). The impact of online game addiction on adolescent mental health: a systematic review and meta-analysis. *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences (OAMJMS)*, 9(F), 260-274.
- Rahmawati, D., Mulyana, D., & Safitri, D. (2019). Endonezya'daki internet kafelerde Dota 2 çevrimiçi oyuncularında bilgi paylaşımı dinamikleri. *SEARCH (Malezya)*, 11(3), 41-53
- Seay, A. F., & Kraut, R. E. (2007). *Project massive: self-regulation and problematic use of online gaming*. SIGCHI Conference on Human Factors in Computing Systems. San Jose, CA.
- Shabih, F., Gohar, A., Ahmed, F., & Danish, H. (2021). Effect of video game addiction on the physical and mental wellbeing of adolescents of Karachi. *Journal of Fatima Jinnah Medical University*, 15(3), 106-111
- Turgut, M., & Yasar, O. M. (2019). Üniversite öğrencilerinin dijital oyun oynama motivasyonları. *Asya Eğitim ve Öğretim Dergisi*, 5(4), 603-608.
- West, R., & Brown, J. (2013). *Theory of addiction*.
- Young, K. (2009). Ergenler için çevrimiçi oyun bağımlılığını ve tedavi sorunlarını anlamak. *The American Journal of Family Therapy*, 37(5), 355-372.

**Makale Geliş** : 28.06.2024

**Makale Kabul** : 08.09.2024

#### **Açık Erişim Politikası**

Bu eser Creative Commons Atıf-GayriTicari 4.0 Uluslararası Lisansı ile lisanslanmıştır.  
<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/deed.tr>