

## HALK SAĞLIĞI ARAŞTIRMA VE UYGULAMALARI DERGİSİ

www.hasaud.com

## ARAŞTIRMA MAKALESİ

## Tıp Fakültesi Öğrencilerinin Akıllı Telefon Bağımlılığının Değerlendirilmesi

### Evaluation of Smartphone Addiction of Students in a Medical School

Gözde Öztürk<sup>1</sup>, Neriman Aydın<sup>2</sup>, Elif Okşan Çalıkoğlu<sup>3</sup><sup>1</sup> Araş. Gör. Dr., Gaziantep Üniversitesi Tıp Fakültesi Halk Sağlığı Anabilim Dalı, Gaziantep, Türkiye, ORCID: 0009-0004-2168-4357<sup>2</sup> Doç. Dr., Gaziantep Üniversitesi Tıp Fakültesi Halk Sağlığı Anabilim Dalı, Gaziantep, Türkiye, ORCID: 0000-0003-4676-1780<sup>3</sup> Doç. Dr., Gaziantep Üniversitesi Tıp Fakültesi Halk Sağlığı Anabilim Dalı, Gaziantep, Türkiye, ORCID: 0000-0001-8959-5001

#### ÖZET

Gençler arasında akıllı telefon kullanımı oldukça yaygındır. Akıllı telefonların aşırı kullanımı fiziksel ve psikolojik birtakım problemleri beraberinde getirmektedir. Bu çalışmamızda Gaziantep Üniversitesi Tıp Fakültesi öğrencilerinde akıllı telefon bağımlılık düzeylerinin irdelenmesi amaçlanmaktadır. Araştırma kesitsel özelliktedir. Araştırmanın evrenini 2023-2024 Eğitim-Öğretim yılı Gaziantep Üniversitesi Tıp Fakültesi 1. ve 6. sınıfta öğrenim gören 505 öğrenci oluşturmaktadır. Çalışmaya katılan öğrencilere gönüllülük esasına göre anket uygulanarak 420(%83,17) öğrenciye ulaşılmıştır. Oluşturulan anket formu iki bölümdür. Birinci bölümde öğrencilerin sosyodemografik özellikleri sorgulanmış, ikinci bölümde 2014 yılında Demirci K. ve arkadaşları tarafından Türkçe geçerlilik ve güvenilirlik çalışmaları yapılan Akıllı Telefon Bağımlılık Ölçeği (ATBÖ) uygulanmıştır. Tanımlayıcı istatistikleri belirtmek için ortalama, standart sapma, minimum-maximum değerler kullanılmıştır. Analizlerde ise Student-t testi, Pearson Korelasyon Analizi kullanılmıştır. p değeri 0,05'in altında olduğunda istatistiksel olarak anlamlı kabul edilmiştir. Çalışmaya 420 kişi katılmıştır. Çalışmaya katılan öğrencilerin ATBÖ'den aldığı ortalama puan 88,93±24,09 olmuştur (min:33 max:191). Yaş ve akıllı telefona sahip olunan süre(yıl) ile ölçekten alınan puan arasında pozitif yönlü, zayıf bir korelasyon olduğu saptanmıştır. Boş vakitlerini internette gezinti yaparak ve bilgisayar oyunu oynayarak değerlendirenlerin bağımlılık puanı daha yüksek, kitap okuyarak geçirenlerin bağımlılık puanı ise daha düşük olarak hesaplanmıştır. Herhangi bir sosyal paylaşım sitesine üye olmak akıllı telefon bağımlılık ölçeğinden daha yüksek puan alınmasına sebep olmuştur. Akıllı telefonların günlük hayatımızı kolaylaştırdığı gerçeği yanı sıra bağımlılık yapıcı etkisi olduğu unutulmamalı, akıllı telefon bağımlılığının önüne geçebilmek için toplumumuz akıllı telefon kullanımı konusunda bilinçlendirilmelidir.

**Anahtar Kelimeler:** Akıllı telefon bağımlılığı, Halk sağlığı, Tıp fakültesi öğrencileri

#### ABSTRACT

The use of smartphones by young people is a significant issue. Long-term use of smartphones can cause physical and psychological problems. In this study, we aimed to examine the level of smartphone addiction in Gaziantep University Faculty of Medicine students. This research is cross-sectional. The population of the study consists of 505 students studying in the 1st grade and 6th grade of Gaziantep University Faculty of Medicine in the 2023-2024 academic year. A questionnaire was applied to students. The questionnaire has two sections. In the first part, the sociodemographic characteristics of the students were questioned, and in the second part of the study, the Smartphone Addiction Scale (SAS) was administered. The Turkish validity and reliability studies of the SAS were conducted by Demirci K. et al. in 2014. Student-t test and Pearson Correlation Analysis were used in the analyses. p value below 0.05 was considered statistically significant. A total of 420 students participated in the study. The mean score of the students who participated in the study from the SAS was 88.93±24.09(min:33 max:191). A weak positive correlation was detected between the score obtained from the SAS and age and the duration of smartphone ownership. The addiction score of those who spent their free time surfing the internet and playing computer games was higher, while the addiction score of those who spent their free time reading books was lower. Social media users also scored higher on the smartphone addiction scale. In addition to the fact that smartphones facilitate our daily lives, it should not be forgotten that they have an addictive effect and to prevent smartphone addiction, the public must be aware of how smartphones are used.

**Keywords:** Smartphone addiction, Public health, Medical school students

**Sorumlu Yazar:** Gözde Öztürk, Gaziantep Üniversitesi Tıp Fakültesi Halk Sağlığı Anabilim Dalı, Gaziantep, Türkiye

**E-posta:** gozde.ozturk94@hotmail.com

#### GİRİŞ

Toplumsal iletişim tarihi insanlık tarihi kadar eskidir. Mağara duvarındaki çizimlerle başlayan iletişim; telefonun icat edilmesi ile farklı bir boyut kazanmıştır. İlk başlarda sadece sözlü iletişim kurmak için kullanılan

Geliş tarihi: 09.12.2024; Kabul tarihi: 06.01.2025

© Halk Sağlığı Araştırma ve Uygulamaları Dergisi, HASUDER tarafından yayınlanmaktadır. Telif Hakları HASUDER'e aittir.

telefonlar teknolojinin hızla gelişmesi ile her geçen gün yeni özellikler kazanarak hayatımızın her alanında var olmaktadır (1).

Cep telefonlarına bilgisayarlara ait özelliklerin eklenmesiyle akıllı telefonlar üretilmiştir (2). Akıllı telefon

temel telefon yetenekleri ile kısıtlı telefonlara oranla daha ileri seviyede işlem yapma kapasitesi bulunan, gelişmiş bağlantı seçenekleri sunan ve üzerinde mobil uygulamaları çalıştırabildiğiniz iletişim cihazlarıdır (3). Birçok fonksiyonu bir arada sunan akıllı telefonlar; internet, mobil uygulamalar ve sosyal medya araçlarını birlikte sunması, kullanım ve taşıma kolaylığı nedeniyle diğer teknolojik araçlara göre daha çok tercih edilmektedir (4).

Günümüzde akıllı telefonlar bireylerin günlük hayatını kolaylaştırarak, hayatın vazgeçilmez bir parçası haline gelmiştir. Teknoloji çağının ve gündelik yaşamın gerektirdiği tüm ihtiyaçları neredeyse tek başına çözebilen akıllı telefonlar, özellikle de gençler arasında ileri yaş gruplarına göre daha popüler ve aşırı kullanılmaktadır. Gençler arasında akıllı telefonların aşırı kullanılmasının fizyolojik ve psikolojik açıdan bazı sorunlara da yol açtığı görülmektedir. Fizyolojik sorunlar arasında el ve boyun fonksiyon bozuklukları, baş ağrısı ve uyku kalitesinde yaşanan olumsuz durumlar yer alırken; psikolojik sorunlar arasında ise stres, kaygı, depresyon, akademik başarının olumsuz etkilenmesi ve akıllı telefon bağımlılığı gibi durumlar yer alır (4,5).

Bağımlılık, çoğu zaman bir maddenin bırakma isteğine karşılık bırakılamaması ve maddeyi alma isteğinin durdurulamaması olarak tanımlansa da fiziksel bir maddeye dayanmayan, davranış tabanlı bağımlılıklar olabileceği de unutulmamalıdır (6). DSM-5'te Maddeyle ilişkili olmayan bozukluklar olarak adlandırılan bu grubun içinde henüz sadece kumar oynama bozukluğu yer almasına rağmen güncel literatürde internet, alışveriş, telefon gibi davranış tabanlı bağımlılıklar da tartışılmaktadır (7).

Çalışmamızda Gaziantep Üniversitesi Tıp Fakültesi Dönem 1 ve Dönem 6 öğrencileri arasında akıllı telefonların sebep olabileceği akıllı telefon bağımlılığını ve etkileyebilecek olan üniversite süreci ve diğer faktörleri değerlendirmek amaçlanmıştır.

## GEREÇ VE YÖNTEM

Bu araştırma kesitsel özellikte olup çalışma için Gaziantep Üniversitesi İlaç Dışı Klinik Araştırmalar Etik Kurulu'ndan 04.10.2023 tarihinde 2023/293 karar numarası ile onay alınmıştır. Araştırmanın evrenini 2023-2024 Eğitim-Öğretim yılı Gaziantep Üniversitesi Tıp Fakültesinin 1. sınıfta ve 6. sınıfta öğrenim gören 505 öğrenci oluşturmaktadır. Çalışmaya katılan tüm öğrencilere gönüllülük esasına göre anket uygulanarak 420(%83,17) öğrenciye ulaşılmıştır. Literatür taranarak oluşturulan anket formu iki bölümdür. Birinci bölümde öğrencilerin sosyodemografik özellikleri sorgulanmış, ikinci bölümde ise Kwon M. ve arkadaşları tarafından geliştirilen, 2014 yılında Demirci K. ve arkadaşları tarafından Türkçe geçerlilik ve güvenilirlik çalışmaları yapılan likert tipi Akıllı Telefon Bağımlılık Ölçeği (ATBÖ) uygulanmıştır (8,9). Bu ölçekte 33 soru bulunmaktadır. Ölçekten alınacak maksimum puan 198, minimum puan HASAUD 2024; 2(3): 118-124

ise 33' tür. Ölçeğin herhangi bir kesme noktası yoktur ancak testten alınan puanın yüksekliği bağımlılık lehine yorumlanmaktadır.

Elde edilen veriler SPSS 26.0 paket programı kullanılarak analiz edilmiştir. Normal dağılıma uygunluk testleri ile değişkenler incelenmiş olup tanımlayıcı istatistikleri belirtmek için ortalama, standart sapma, minimum-maximum değerler kullanılmıştır. Analizlerde ise Student-t testi ve Pearson Korelasyon Analizi kullanılmıştır. p değeri 0,05'in altında olduğunda istatistiksel olarak anlamlı kabul edilmiştir.

## BULGULAR

Çalışmaya Dönem 1 öğrencilerinden 240 (%57.1) kişi ve Dönem 6 öğrencilerinden 180 (%42,9) kişi olmak üzere toplam 420 kişi katılmıştır. Çalışmaya katılan öğrencilerin %44'ü (n=185) erkek, %56'sı (n=235) kadındır, yaş ortalaması 21,08±3,19(min:17 max:31)'dur ve %98,6'sı (n=414) bekarıdır. Katılımcıların cep telefonuna ilk kez sahip olduğu yaş ortalaması 13,94±2,21'dir(min:7, max:20). Boş zamanlarında öğrencilerin; %71,9'u (n=302) internette gezinti yaptığını, %62,1'i(n=261) müzik dinlediğini, %41.0'i (n=172) kitap okuduğunu, %35,7'si(n=150) spor yaptığını, %23,3'ü(n=98) bilgisayar oyunu oynadığını ve %11,9'u (n=50) resim yaptığını ifade etmiştir. Çalışmaya katılan öğrencilerin sosyal paylaşım sitesine üye olma durumları sorgulandığında; %1,2'si(n=5) herhangi bir sosyal paylaşım sitesine üye değil iken %98,8'i(n=415)en az bir sosyal paylaşım sitesine üye olduğunu belirtmiştir. Katılımcılar tarafından en çok tercih edilen sosyal paylaşım siteleri ise sırasıyla Instagram (%87,9 n=369), Youtube (%85,0 n=357), X(%58,6 n=246), Snapchat (%43,3 n=182), Facebook(%22,1 n=93) ve Tiktok (%15,5 n=65) olmuştur. Öğrenciler cep telefonlarını sırasıyla en çok sosyal medyaya erişmek (%63,1 n=265), konuşmak (%41,2 n=173), müzik dinlemek(%28,3 n=119),ders çalışmak(%18,6 n=78), fotoğraf çekmek(%16,2 n=68), sms göndermek(%8,3 n=35), e-mail göndermek(%6 n=25) için kullandıklarını belirtmişlerdir. Çalışmaya katılan öğrencilerin %25,2'si (n=106) kendisini akıllı telefona bağımlı, %48,6'sı (n=204) akıllı telefona bağımlı değil, %26,2'si (n=110) ise akıllı telefona bağımlı olup olmadığından emin değil olarak ifade etmiştir. Öğrencilerin Vücut Kitle İndeksi (VKİ) değerlendirildiğinde %12,6'sı(n=53) zayıf, %63,1'i(n=265) normal kilolu ve %24,3'ü(n=102) fazla kiloludur. Katılımcıların %38.3'ü(n=161) yurttan kalırken %61,7'si(n=259) evde kalmaktadır. Çalışmaya katılan dönem 6 öğrencilerinin %43,3'ü(n=78), dönem 1 öğrencilerinin ise %1,3'ü(n=3) dönem veya staj tekrarı yapmıştır. Öğrencilerin %22,4'ü(n=94) sigara içtiğini söylerken yine %22,4'ü (n=94) alkol kullandığını ifade etmiştir (Tablo 1).

**Tablo 1.** Katılımcıların bazı tanıtıcı özelliklerinin dağılımı(n=420)

	Ort±SS (Min-Maks)	N	%
<b>Yaş(yıl)</b>	21,08±3,19 (17-31)		
<b>Cinsiyet</b>			
Kadın		235	56
Erkek		185	44
<b>Sınıf</b>			
1.Sınıf		240	57,1
6.Sınıf		180	42,9
<b>Boş zaman değerlendirme aktivitesi*</b>			
İnternette gezinti yapmak		302	71,9
Müzik dinlemek		261	62,1
Kitap okumak		172	41,0
Spor yapmak		150	35,7
Bilgisayar oyunu oynamak		98	23,3
Resim yapmak		50	11,9
<b>Sosyal Paylaşım Sitesine Üye Olma Durumu</b>			
Üye		415	98,8
Üye Değil		5	1,2
<b>Tercih edilen sosyal paylaşım sitesi*</b>			
Instagram		369	87,9
Youtube		357	85,0
X		246	58,6
Snapcaht		182	43,3
Facebook		93	22,1
Tiktok		65	15,5
<b>Akıllı telefonun en çok kullanım amacı*</b>			
Sosyal medyaya erişmek		265	63,1
Konuşmak		173	41,2
Müzik dinlemek		119	28,3
Ders çalışmak		78	18,6
Fotoğraf çekmek		68	16,2
SMS göndermek		35	8,3
E-mail göndermek		25	6,0
<b>Akıllı Telefon Bağımlısı Olduğunu Düşünme</b>			
Evet		106	25,2
Hayır		204	48,6
Emin deęilim		110	26,2
<b>Barınma yeri</b>			
Yurt		161	38,3
Ev		259	61,7

Ort: Ortalama, SS: Standart Sapma, Min: Minimum, Maks: Maksimum

\*Birden fazla seçenek işaretlenmiştir.

Çalışmaya katılan öğrencilerin akıllı telefon bağımlılık ölçeğinden aldığı ortalama puan 88,93±24,09 olmuştur (min:33 max:191). Akıllı telefon bağımlılık ölçeğinden erkek öğrencilerin aldıkları ortalama puan (90,71±24,21) kadın öğrencilerin aldıkları ortalama puan(87,52±23,98)'dan daha yüksektir ancak bu fark istatistiksel olarak anlamlı değildir(p=0,179). 6.sınıfların ölçekten aldıkları ortalama puan (94,69±26,27) 1.sınıfların ölçekten aldıkları ortalama puandan ( 84,60±21,38) daha yüksektir ve bu fark istatistiksel olarak anlamlıdır(p<0.001). Hiçbir sosyal paylaşım sitesine üye olmadığını söyleyenlerin akıllı telefon bağımlılık ölçeğinden aldıkları ortalama puan 62,80±15,97 iken, en az bir sosyal paylaşım sitesine üye olanların ölçekten aldıkları ortalama puan 89,24±24,12' dir ve aradaki bu fark istatistiksel olarak anlamlıdır(p=0.015). Bağımlı olduğunu düşünenlerin

ölçekten aldıkları ortalama puan 107,00±25,36 olup bağımlı olduğunu düşünmeyenlerin ölçekten aldıkları ortalama puan olan 79,95±20,58' den yüksektir ve bu fark istatistiksel olarak anlamlıdır (p<0.001). Evde kalan öğrencilerin (90,97±24,23) yurttan kalan öğrencilere (85,65±23,59) göre, sigara kullanan öğrencilerin (97,31±27,57) kullanmayan öğrencilere (86,51±22,47) göre ve alkol tüketen öğrencilerin (94,76±28,84) tüketmeyen öğrencilere (87,25±22,31) göre akıllı telefon bağımlılık ölçeğinden aldıkları puanlar daha yüksek olarak ölçülmüştür (sırasıyla p=0.028, p=0.001, p=0,021). Staj tekrarı yapan öğrencilerin ortalama puanı (96,81±28,17) staj tekrarı yapmayanların ortalama puanından (92,64±24,35) daha yüksektir ancak bu fark istatistiksel olarak anlamlı değildir(p=0.284) (Tablo 2).

**Tablo 2.** Akıllı telefon bağımlılık ölçeğinden alınan puanla bazı değişkenler arasındaki ilişki

	Akıllı Telefon Bağımlılık Ölçeği Ortalama Puanı±SS	p
<b>Cinsiyet</b>		
Erkek	90,71±24,21	0,179
Kadın	87,52±23,98	
Toplam	88,93±24,09	
<b>Sınıf</b>		
6.sınıf	94,69±26,27	<0,001
1.sınıf	84,60±21,38	
<b>Herhangi bir sosyal platforma;</b>		
Üye olan	89,24±24,12	
Üye olmayan	62,80±15,97	0,015
<b>Akıllı telefon bağımlılık durumu değerlendirme;</b>		
Bağımlı olduğunu düşünenler	107,00±25,36	
Bağımlı olduğunu düşünmeyenler	79,95±20,58	<0,001
<b>Barınma Yeri</b>		
Ev	90,97±24,23	
Yurt	85,65±23,59	0,028
<b>Alışkanlık;</b>		
Sigara içenler	97,31±27,57	
Sigara içmeyenler	86,51±22,47	0,001
Alkol kullananlar	94,76±28,84	
Alkol kullananmayanlar	87,25±22,31	0,021
<b>Ders başarısı;</b>		
Staj tekrarı yapanlar	96,81±28,17	
Staj tekrarı yapmayanlar	92,64±24,35	0,284

SS:Standart Sapma, p&lt; 0,05 istatistiksel olarak anlamlı

Yaş ile akıllı telefon bağımlılık ölçeğinden alınan puan arasında ve akıllı telefona sahip olunan süre(yıl) ile ölçekten alınan puan arasında zayıf da olsa pozitif yönlü bir korelasyon olduğu saptanmıştır (sırasıyla; r=0.229, p<0.001 ve r=0,229 p<0,001). İstatistiksel olarak anlamlı olmamakla birlikte; cep telefonuna sahip olunan ilk yaş azaldıkça ölçekten alınan puanda artış gözlenmiştir (r=-0,057 p=0.243).

Boş vakitlerini internette gezinti yaparak ve bilgisayar oyunu oynayarak değerlendirenlerin bağımlılık puanı daha yüksek (p=002, p=0.045), kitap okuyarak geçirenlerin ise daha düşük (p=0.001) olarak hesaplanmıştır. Boş zamanları müzik dinleyerek, spor yaparak veya resim yaparak değerlendirmek ile akıllı telefon bağımlılık düzeyi ile arasında anlamlı bir ilişki saptanmamıştır (Tablo 3).

Çalışmamızda akıllı telefonu en çok sosyal medya için kullananların bağımlılık puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür (p<0.001). Diğer kullanım amaçları olan konuşmak, müzik dinlemek, ders çalışmak, fotoğraf çekmek, SMS ve e-mail ile bağımlılık düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır (Tablo 4).

**Tablo 3.** Boş zamanlarda yapılan aktiviteye göre ölçek puanlarının karşılaştırılması

Boş zamanlarınızda hangi aktiviteleri yaparsınız? *	Evet	Hayır	p değeri
	Ölçek Puanı±SS	Ölçek Puanı±SS	
İnternette gezinti yapmak	91,15±24,30	83,23±22,69	0,002*
Müzik Dinlemek	87,26±24,15	91,67±23,82	0,069
Kitap Okumak	84,34±23,87	92,11±23,78	0,001*
Spor Yapmak	86,15±23,52	90,47±24,31	0,078
Bilgisayar Oyunu Oynamak	93,19±27,14	87,63±22,98	0,045*
Resim Yapmak	86,40±23,77	89,27±24,15	0,430

SS:Standart Sapma, p&lt; 0,05 istatistiksel olarak anlamlı

\*Birden fazla seçenek işaretlenmiştir.

**Tablo 4.** Telefonun kullanım amacına göre ölçekten alınan puanların değerlendirilmesi

Telefonu en çok ne amaçla kullanırsınız? *	Evet	Hayır	p değeri
	Ölçek Puanı±SS	Ölçek Puanı±SS	
Sosyal Medya	92,60±23,41	82,64±24,02	<0,001*
Konuşmak	88,00±26,64	89,57±22,17	0,510
Müzik Dinlemek	88,82±24,47	88,97±23,98	0,953
Ders Çalışmak	85,32±22,28	89,75±24,45	0,143
Fotoğraf Çekmek	89,44±27,73	88,83±23,37	0,848
SMS	88,57±24,02	88,96±24,13	0,928
E-mail	85,04±25,28	89,17±24,03	0,406

SS:Standart Sapma, p&lt; 0,05 istatistiksel olarak anlamlı

\*Birden fazla seçenek işaretlenmiştir.

## TARTIŞMA

Çalışmamızda tüm katılımcıların akıllı telefon bağımlılık ölçeğinden aldığı ortalama puan  $88,93 \pm 24,09$  'dur. Çalışmamızda kullandığımız ölçekle Süleyman Demirel Üniversitesi tıp fakültesi 1.sınıf öğrencileriyle yapılan başka bir çalışmada katılımcıların ölçekten aldıkları ortalama puan  $73,6 \pm 23,7$  olmuştur (10). Yine aynı ölçekle Orta Karadeniz Bölgesi'ndeki bir üniversitede yapılan bir başka çalışmada ise tüm katılımcıların akıllı telefon bağımlılığı puan ortalamasının  $90,5 \pm 31,5$  olarak hesaplanmıştır (1). Aynı ölçekle Güney Kore'de gerçekleştirilen benzer bir çalışmada da tüm katılımcılar için ortalama değer  $110,02$  olarak bulunmuştur (9). Akıllı telefon bağımlılık ölçeğinden alınan puanlar cinsiyetlere göre karşılaştırıldığında ise; çalışmamızda istatistiksel olarak anlamlı olmamakla birlikte erkek öğrenciler kadın öğrencilerden daha yüksek bağımlılık puanı almışlardır. Çin'deki Harbin Tıp Fakültesinde yapılan bir çalışmada da çalışmamıza benzer şekilde akıllı telefon bağımlılığı ile cinsiyetler arasında anlamlı bir ilişki saptanmamıştır (11). Yine literatür incelendiğinde akıllı telefon bağımlılığının araştırıldığı birçok çalışmada benzer şekilde cinsiyetler arasında anlamlı bir farka rastlanmamıştır (1,2,9,12-17). Bir devlet üniversitesinin Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Bölümü'nde öğrenim gören öğrencilerinde yapılan çalışmada ise kız öğrencilerin akıllı telefon bağımlılık puanlarının erkek öğrencilere göre istatistiksel olarak anlamlı derecede daha yüksek olduğu görülmüştür (18). Her yaştan ve her cinsiyetten insan akıllı telefon kullanmaktadır. Akıllı telefon bağımlılığı her iki cinsiyet için de tehdit oluşturmaktadır. Ancak araştırmalar arasındaki bu farklılık örneklem seçiminden ve sosyokültürel farklılıklardan kaynaklanıyor olabilir.

Çalışmamıza katılan 6.sınıf öğrencileri 1.sınıf öğrencilerinden kıyasla daha yüksek bağımlılık puanı almıştır ve yaş arttıkça bağımlılık puanlarında da artış olmuştur. Chen ve arkadaşlarının Çin'de bir tıp fakültesinde yapmış olduğu çalışmada çalışmamızı destekler biçimde ileri yaş ile akıllı telefon bağımlılığı arasında ilişki olabileceği sonucuna varılmıştır (19). Yalçın ve arkadaşlarının yaptığı araştırmada ise akıllı telefon bağımlısı olan öğrencilerin yaş ortalamasının bağımlı olmayanlara göre daha düşük olduğu ve öğrencilerin sınıflarına göre inceleme yapıldığında; dönem 3 ve 4'lerin dönem 5 ve 6'lara göre daha fazla akıllı telefon bağımlılığına sahip olduğu saptanmıştır (13). Literatür incelendiğinde yaşla akıllı telefon bağımlılığı arasında ilişki olmadığını söyleyen çalışmalar da mevcuttur (12,13,16,18). Bizim çalışmamızda 1.sınıf öğrencilerinin 6.sınıf öğrencilerine göre daha düşük bağımlılık puanları almalarının sebebi çalışmamızın eğitim-öğretim döneminin başında yapılmış olması ve 1.sınıf öğrencilerinin yoğun bir sınav maratonundan henüz çıkmış olmaları nedeni ile

telefonda değil de ders çalışarak zaman geçirmeleri olabilir.

Çalışmamız gösterdi ki; akıllı telefona sahip olunan süre(yıl) arttıkça bağımlılık puanlarında da artış olmaktadır. Kumcağız ve arkadaşlarının 2018-2019 öğrenim yılında Orta Karadeniz Bölgesi'ndeki bir üniversitenin öğrencileriyle yaptıkları çalışmada araştırmamızı destekler şekilde akıllı telefona sahip olma süresi(yıl) ile akıllı telefon bağımlılığı puanı arasında pozitif yönde doğrusal ve istatistiksel düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır (1). Daştan ve arkadaşlarının yapmış olduğu bir diğer çalışmada yine akıllı telefona sahip olma süresiyle(yıl) akıllı telefon bağımlılığı arasında yüksek düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir (18). Burdan akıllı telefon bağımlılığının da diğer bağımlılıklar gibi etkene maruziyet süresinin artmasıyla bağımlılığın arttığı çıkarımında bulunmak yanlış olmayacaktır.

Çalışmamıza katılanların büyük çoğunluğu (%71) boş zamanlarını internette gezinti yaparak değerlendirmekte ve bu durum bağımlılık puanlarında artışa sebep olmaktadır. Literatür incelendiğinde birçok araştırmada da çalışmamıza paralel olarak katılımcıların boş zaman aktivitesi olarak en çok internette gezinti yapmayı tercih ettikleri görülmektedir (1,12,16). Akıllı telefon bağımlılığını artıran bu durumdan kaçınmak için öğrencilere boş zamanlarını daha kaliteli bir şekilde değerlendirebilecekleri kolay ulaşılabilir ve uygun fiyatlı fırsatlar sunulmalıdır.

Çalışmamızda herhangi bir sosyal paylaşım sitesine üye olmanın daha yüksek bağımlılık puanlarına neden olduğu sonucuna varılmıştır. Katılımcılarımız tarafından en çok tercih edilen sosyal paylaşım sitesi ise Instagram (%87,9) olmuştur. Uslu ve arkadaşları tarafından yapılan Türkiye'de sosyal medya bağımlılığının incelendiği çalışmada da bizim çalışmamızda olduğu gibi en fazla kullanılan sosyal medya uygulaması Instagram olmuştur (20). Sosyal paylaşım sitelerinden en çok Instagramın tercih edilmesinin sebebi görselliğin ön planda olması ve gençlere hitap edecek algoritmalara sahip olması olabilir.

Çalışmamızda akıllı telefonların en çok sosyal medyaya erişim sağlamak (%63,1) amacıyla kullanılıyor olduğu gözlemlenmiştir ve telefonu sosyal medyaya erişim için kullananların bağımlılık puanı daha yüksek ölçülmüştür. Suudi Arabistan'ın Bişa ve Riyad kentlerinde bulunan farklı iki üniversitede akıllı telefon bağımlılığı üzerine yapılan iki ayrı çalışmada bizim çalışmamıza benzer şekilde öğrencilerin akıllı telefon kullanım amaçlarının başında sosyal medyaya erişmek geldiği görülmüştür (17,21). Yine ülkemizde farklı üniversitelerde yapılan birçok araştırmada da çalışmamıza paralel olarak öğrencilerin cep telefonlarını en çok sosyal medyaya erişim amacıyla kullandıkları görülmektedir (1,14-16,22). Türkiye'de üniversite öğrenimine devam eden 18-26 yaş aralığındaki öğrencilerle yapılan çalışmada akıllı telefonu daha çok sosyal ağlar için kullanan

öğrencilerin, daha çok ders çalışma ve haberleşme için kullanan öğrencilere oranla akıllı telefon bağımlılık puanlarının daha yüksek olduğu görülmüş olup diğer kullanım amaçları ile anlamlı bir farklılık bulunamamıştır (15). Bu bilgiler doğrultusunda akıllı telefonun bağımlılık yapıcı özelliğinin bir telefonun temel fonksiyonlarından ziyade içeriğindeki uygulamalarla yakından ilişkisi vardır yorumunda bulunulabilir.

Çalışmamızda kendisini akıllı telefon bağımlısı olarak tanımlayanların bağımlılık puanlarının diğerlerinden yüksek olduğu görülmüştür. Güney Kore'de yapılan bir araştırmada da benzer şekilde kendisini akıllı telefon bağımlısı olarak tanımlayanların diğerlerinden daha yüksek bağımlılık puanları aldıkları görülmüştür (9). Ülkemizde yapılan akıllı telefon bağımlılığının incelendiği çeşitli çalışmalarda da kendini bağımlı olarak tanımlayan öğrencilerin bağımlılık puanları daha yüksek olarak ölçülmüştür (13-15). Çalışmalar göstermiştir ki kişiler akıllı telefon bağımlılıkları hakkında iç görüye sahiptir. Bağımlılıklarının farkında olan bu kişilerin akıllı telefon bağımlılıklarından kurtulmak için ne tür çabalar sarf ettiği ya da ne tür önerilerde bulunduğu ile ilgili yeni çalışmalar yapılarak akıllı telefon bağımlılığıyla mücadele etmek için yol haritası oluşturulabilir.

Çalışmamızda yurttan kalan öğrenciler evde kalan öğrencilere kıyasla daha düşük bağımlılık puanları almışlardır. Kumcağız ve arkadaşlarının yapmış olduğu çalışmada ise öğrencilerin ikamet ettikleri yer ile akıllı telefon kullanma arasında istatistiksel olarak anlamlı fark olmadığı, ancak yalnız yaşayan öğrencilerin akıllı telefon kullanma sürelerinin daha fazla olduğu görülmüştür (1). Yurttan kalan öğrencilerin akranlarıyla bir arada bulunması, yurtlarda öğrencilerin sosyalleşebileceği, fiziksel aktivite yapabileceği alanların olması akıllı telefona olan bağımlılığın azalmasına sebep olabileceği düşünülebilir.

İstatistiksel olarak anlamlı olmamakla birlikte çalışmamızda staj veya dönem tekrarı yapan öğrencilerin bağımlılık puanları daha yüksek bulunmuştur. Hemşirelik öğrencilerinde akıllı telefon bağımlılığının psikolojik iyi oluş ve ruhsal sağlık ile ilişkisinin incelendiği bir çalışmada bizim çalışmamıza benzer şekilde akademik ortalama algısının istatistiksel olarak anlamlı derecede akıllı telefon bağımlılığını etkilemediğini göstermişlerdir (18). Mersin Üniversitesi Tıp Fakültesi'nde yapılan çalışma sonucunda ise telefon bağımlısı olanların okul başarı puanının daha düşük olduğu saptanmıştır (13). Güngör ve arkadaşlarının bir üniversitede öğrenim gören öğrencilerde yaptıkları akıllı telefon bağımlılığı ve akademik erteleme davranışı arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalarında, akıllı telefon bağımlılık düzeyi arttıkça üniversite öğrencilerinin akademik erteleme düzeylerinin de artmakta olduğunu belirtmişlerdir (15). Çalışmamızda sigara veya alkol kullanımı olan öğrencilerin kullanmayan öğrencilere göre daha yüksek HASAUD 2024; 2(3): 118-124

bağımlılık puanları aldığı görülmüştür. Kim ve arkadaşlarının Güney Kore'de ergenler üzerinde yaptığı çalışmada da akıllı telefon bağımlılığı olan bireylerde sigara içmenin daha fazla görüldüğü saptanmıştır (23). Çalışmamızla benzer şekilde bir tıp fakültesinde yapılan Akıllı telefon bağımlılığının irdelendiği çalışmada sigara veya alkol tüketenlerin istatistiksel olarak anlamlı olmamakla birlikte bağımlılık testlerinden daha yüksek puan aldıkları bulunmuştur (12). Bu sonuçlardan hareketle herhangi bir bağımlılığa sahip olmanın diğer bağımlılıkları kolaylaştırdığı yönünde yorumda bulunulabilir ancak literatürde bağımlılıkların birbirleriyle etkileşimini araştırarak çalışmalara ihtiyaç vardır.

## SONUÇ

Çalışmamızda boş zamanlarını değerlendirmek için internette gezinti yapanların ya da bilgisayar oyunu oynayanların bağımlılık puanlarının daha yüksek olduğu saptanmıştır. Öğrencileri boş zamanlarında fiziksel aktivitelere yönlendirmek, akranlarıyla vakit geçirmeye teşvik etmek ve onlara gerekli imkanlar sunmak akıllı telefona bağımlı olan birey sayısını azaltmaya yardımcı olabilir.

Sosyal medya günümüzün neredeyse olmazsa olmazlarından ancak cep telefonunu sosyal medyaya erişim için kullananların akıllı telefona bağımlı olma potansiyeli daha yüksektir. Akıllı telefonların doğru kullanımı konusu, okul öncesi dönemden başlayarak eğitim müfredatının bir parçası haline getirilebilir.

Çalışmamızda akıllı telefonların bağımlılık yapıcı etkisinden söz ettik ancak bunun yanında ciddi postür sorunlarına, eklem ağrılarına ve sosyal izolasyona neden olduğu gerçeği de unutulmamalıdır. Tüm bunlar göz önüne alındığında akıllı telefon bağımlılığının önüne geçebilmek için toplumda akıllı telefon bağımlılığı farkındalığı oluşturulmalı ve toplum akıllı telefon kullanımı konusunda bilinçlendirilmelidir.

## Çıkar Çatışması

Çalışmamızda çıkar çatışması bulunmamaktadır.

## Finansal Destek

Herhangi bir kurumdan finansal destek alınmamıştır.

## Etik Kurul Onayı

Çalışma için Gaziantep Üniversitesi İlaç Dışı Klinik Araştırmalar Etik Kurulu'ndan 04.10.2023 tarihinde 2023/293 karar numarası ile onay alınmıştır.

Çalışma 7. Uluslararası 25.Ulusal Halk Sağlığı Kongresinde 16 Aralık 2023 tarihinde Antalya'da sözlü bildiri olarak sunulmuştur.

## KAYNAKLAR

1. Kumcağız, H., Terzi, Ö., Koç, B., & Terzi, M. Üniversite öğrencilerinde akıllı telefon bağımlılığı. İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi. 2020;9(1), 13-39.
2. Kuyucu, M. Gençlerde akıllı telefon kullanımı ve akıllı telefon bağımlılığı sorunsalı: "Akıllı telefon (kolik)"

- üniversite gençliği. *Global Media Journal TR Edition*. 2017;7(14), 328-359.
3. Büyükgöze, S. Mobil uygulama marketlerinin güvenlik modeli incelemeleri. *Türkiye Bilişim Vakfı Bilgisayar Bilimleri ve Mühendisliği Dergisi*. 2019;12(1), 9-18.
  4. Çelik, Ç. B. Akıllı telefon bağımlılığı: kişilik özellikleri açısından bir değerlendirme. *Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*. 2023; 57, 187-200.
  5. Gezgin, D. M., HAMUTOĞLU, N. B., Samur, Y., Yıldırım, S. Genç nesil arasında yaygınlaşan bir bağımlılık: akıllı telefon bağımlılığının cinsiyet, akademik başarı ve mobil oyun oynama değişkenleri açısından incelenmesi. *Eğitim Teknolojisi Kuram Ve Uygulama Dergisi*. 2018; 8(2), 212-23
  6. Günüş, S., & Kayri, M. Türkiye'de internet bağımlılık profili ve internet bağımlılık ölçeğinin geliştirilmesi: Geçerlik-güvenirlilik çalışması. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*. 2010; 39(39), 220-232.
  7. Karahan, A. S. Davranışsal Bağımlılıklara Yönelik Müdahalelere İlişkin Bir Derleme. *AYNA Klinik Psikoloji Dergisi*. 2023;10(3), 356-375.
  8. Demirci, K., Orhan, H., Demirdas, A., Akpınar, A., & Sert, H. Validity and reliability of the Turkish version of the smartphone addiction scale in a younger population. *Klinik Psikofarmakoloji Bülteni-Bulletin of Clinical Psychopharmacology*. 2014;24(3), 226-234.
  9. Kwon, M., Lee, J. Y., Won, W. Y., Park, J. W., Min, J. A., Hahn, C., et. al. Development and validation of a smartphone addiction scale (SAS). *PloS One*. 2013;8(2), e56936.
  10. Yıldırım, S., Kolcu, G., Başaran, Ö., & Tamam, İ. Bir üniversitenin tıp fakültesi birinci sınıf öğrencilerinde akıllı telefon bağımlılığı ve ilişkili faktörler. *Medical Journal of Süleyman Demirel University*. 2019; 26(4), 396-407.
  11. Wang, W., Mehmood, A., Li, P., Yang, Z., Niu, J., Chu, H., et al. Perceived stress and smartphone addiction in medical college students: the mediating role of negative emotions and the moderating role of psychological capital. *Frontiers in Psychology*. 2021; 12, 660234.
  12. Ünal, M. H. (2015). Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Tıp Fakültesi öğrencilerinin akıllı telefon bağımlılık düzeylerinin belirlenmesi. *Uzmanlık Tezi, Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Aile Hekimliği Anabilim Dalı, Ankara*.
  13. Yalçın, B. N. B., Kale, D., Ekici, B., Polat, S., Dolatabadi, M., Çevik, İ. M., & Şaşmaz, C. T. Mersin Üniversitesi tıp fakültesi öğrencilerinde akıllı telefon bağımlılığı prevalansı ve ilişkili faktörlerin araştırılması. *Dokuz Eylül Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*. 2023;36(3), 211-224.
  14. Çiçek, B., Şahin, H., & Erkal, S. Covid-19 salgın döneminde üniversite öğrencilerinin akıllı telefon bağımlılığının incelenmesi. *Gençlik Araştırmaları Dergisi*. 2021;9(Özel Sayı), 52-80.
  15. Güngör, A. B., & Koçak, O. Üniversite öğrencilerinin akıllı telefon bağımlılığı ve akademik erteleme davranışı arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Eğitim ve Toplum Araştırmaları Dergisi*. 2020;7(2), 397-419.
  16. Minaz, A., & Bozkurt, Ö. Ç. Üniversite öğrencilerinin akıllı telefon bağımlılık düzeylerinin ve kullanım amaçlarının farklı değişkenler açısından incelenmesi-*Investigation of university students smartphone addiction levels and usage purposes in terms of different variables*. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*. 2017; 9(21), 268-286.
  17. Alosaimi, F. D., Alyahya, H., Alshahwan, H., Al Mahyijari, N., & Shaik, S. A. Smartphone addiction among university students in Riyadh, Saudi Arabia. *Saudi Medical Journal*. 2016; 37(6), 675
  18. Bostancı, N., & Aktaş, B. Hemşirelik öğrencilerinde akıllı telefon bağımlılığının psikolojik iyi oluş ve ruhsal sağlık ile ilişkisi. *Ordu Üniversitesi Hemşirelik Çalışmaları Dergisi*. 2022;5(3), 365-372.
  19. Chen, B., Liu, F., Ding, S., Ying, X., Wang, L., & Wen, Y. Gender differences in factors associated with smartphone addiction: a cross-sectional study among medical college students. *BMC Psychiatry*. 2017; 17, 1-9.
  20. Uslu, M. Türkiye'de sosyal medya bağımlılığı ve kullanımı araştırması. *Turkish Academic Research Review*. 2021;6(2), 370-396.
  21. Al-Shahrani, M. S. Smartphone addiction among medical students in Bisha, Saudi Arabia. *Journal of Family Medicine and Primary Care*. 2020; 9(12), 5916-5920.
  22. Özen, S., & Topcu, M. Tıp fakültesi öğrencilerinde akıllı telefon bağımlılığı ile depresyon, obsesyon-kompulsiyon, dürtüsellik, aleksitimi arasındaki ilişki. *Bağımlılık Dergisi*. 2017;18(1), 16-24.
  23. Kim, S. G., Park, J., Kim, H. T., Pan, Z., Lee, Y., & McIntyre, R. S. The relationship between smartphone addiction and symptoms of depression, anxiety, and attention-deficit/hyperactivity in South Korean adolescents. *Annals of General Psychiatry*. 2019; 18, 1-8.