

PAPER DETAILS

TITLE: Üniversite Öğrencilerinin Spora Yönelik Tutumlarının Yaşam Kalitesi, Düzeylerine Etkisinin
İncelenmesi: Doğu Marmara Bölgesi Üniversiteleri Örneği

AUTHORS: Ülkü ÇOBAN,Betül BAYAZIT,Merve UCA

PAGES: 4362-4385

ORIGINAL PDF URL: <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/1133809>

Üniversite Öğrencilerinin Spora Yönelik Tutumlarının Yaşam Kalitesi, Düzeylerine Etkisinin İncelenmesi: Doğu Marmara Bölgesi Üniversiteleri Örneği

DOI: 10.26466/opus.665339

*

Ülkü Çoban*- Betül Bayazıt** - Merve Uca ***

*Dr. Öğr. Üyesi. Yalova Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Yalova / Türkiye

E-Posta: ulku.coban@yalova.edu.tr ORCID: [0000-0001-8308-7655](https://orcid.org/0000-0001-8308-7655)

**Doç.Dr. Kocaeli Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, İzmit /Kocaeli/Türkiye

E-Posta: betul.bayazit@kocaeli.edu.tr ORCID: [0000-0003-3547-2035](https://orcid.org/0000-0003-3547-2035)

***Dr. Öğr. Üyesi. İstanbul Aydın Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, İstanbul/Türkiye

E-Posta: merveuca@aydin.edu.tr ORCID: [0000-0003-3325-8828](https://orcid.org/0000-0003-3325-8828)

Öz

Bu araştırmada; Doğu Marmara Bölgesi Üniversitelerinde (Kocaeli Üniversitesi, Düzce Üniversitesi, Sakarya Üniversitesi, Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Yalova Üniversitesi) farklı programlarda öğrenim gören öğrencilerin spora yönelik tutumlarının yaşam kalitesi düzeyine etkisinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırma, Doğu Marmara bölgesinde yer alan 5 Devlet üniversitesinin farklı bölümlerinde öğrenim görmekte olan toplam 933 lisans ve ön lisans öğrencileri üzerinde gerçekleştirilmiştir. Araştırma örneklemin de, çalışma grubunu oluşturan üniversite öğrencilerinin spora yönelik tutumlarının yaşam kalitesine etkisi incelenmiştir. Çalışma verileri değerlendirilirken tanımlayıcı istatistiksel metodları (Sayı, Yüzde, Aritmetik Ortalama, Standart sapma) kullanılmıştır. “t-testi”, ANOVA, “Post-Hoc” “Tukey” ve “Dunnett T3” testi uygulanmıştır. Verilerin çözümlemesi SPSS 20.0 paket programında yapılmıştır. Verilerin analizi %95 güven aralığında, $p<0.05$ anlamlılık düzeyinde değerlendirilmiştir. Çalışma grubunun eğitim aldığı üniversite, eğitim düzeyi, cinsiyet, yaş, sportif tutum, yaşam kalitesi, puan ortalamaları, her ne kadar istatistiksel açıdan anlamlı bir fark olmasa da, hemen hemen tüm parametrelerde ($p<0,05$) düzeyde pozitif yönde ve anlamlı bir ilişkiye sahip olduğu bulunmuştur. Sportif tutumun yaşam kalitesini pozitif yönde anlamlı düzeyde ($p<0,05$) açıkladığını göstermektedir.

Anahtar Kelimeler: Üniversite öğrencisi, Spora Yönelik Tutum, Yaşam Kalitesi

Analyzing the Effect of University Students' Attitudes towards Sports on Quality of Life:Eastern Marmara Region Universities Sample

*

Abstract

In this study; The aim of this study is to determine the effects of attitudes of students studying in different programs in East Marmara Region Universities (Kocaeli University, Düzce University, Sakarya University, Abant İzzet Baysal University, Yalova University) on their quality of life . This research was carried out on 933 undergraduate and associate students studying in different departments of 5 foundation universities in East Marmara region. The effect of attitudes of the university students, who constitute sportive attitude the study group, on the quality of life, were investigated. In the research sample, the effect of the attitudes of the university students, who form the study group, on their quality of life and their levels were examined. Descriptive statistical methods (Number, Percentage, Arithmetic Mean, Standard deviation) were used in the evaluation of the study data. "T-test", ANOVA, "Post- Hoc" and Tukey "and" Dunnett T3 "test were applied. Data analysis was performed in SPSS 20.0 package program. Data analysis was evaluated at 95% confidence interval and $p < 0.05$ significance level. First of all the sample group, education level, gender, age, sportive attitude, quality of life were not statistically significant. It was found that it had a positive and significant relationship in all mostall parameters ($p < 0.05$). It shows that sportive attitude explains the quality of life positively and significantly ($p < 0.05$).

Keywords: University Student , Attitude Towards Sports, Quality Of Life

Giriş

Spor fert ve toplum ilişkilerini geliştirdiği gibi, toplumun yüceltilmesinde önemli bir araçtır. Gelişmiş toplumlar, sporu en önemli propaganda aracı olarak kabul etmişler ve dış ülkelerde kendilerini temsil edecek gençlerin en iyi şekilde yetiştirilmesi gereğine inanmışlardır (Yetim. 2016). Tutum (attitude) kavramı ise psikolojinin önemli bir kavramıdır. Kelime anlamı olarak tutumun, iyi-kötü, zararlı-faydalı, hoş-nahoş ve olağan-olağandışı gibi öz-nitelik boyutlarında psikolojik bir nesnenin değerlendirmesini temsil ettiği konusunda genel bir fikir birliği vardır (Ajzen 2001).

Bir başka deyişle tutum, bireyin karşılaştığı çıkan bir uyaran (nesne, durum, olay) karşısında onunla ilgili olumlu veya olumsuz değerlendirme yapmasıdır. Tutumlar, bilişsel, etkiyel ve davranışsal olmak üzere üç grupta incelenir. Bilişsel tutum düşünceleri, etkiyel tutum duyguları ve davranışsal tutumlar davranışları kapsamaktadır (Gerrig ve diğ. 2013) Üniversite öğrencilerinin kültürel ve sosyal normların oluşumundaki rolleri göz önüne alındığında bu öğrencilerin sahip oldukları sportif aktivite alışkanlıklarının önemi artmaktadır. Düzenli olarak yapılan spor aktivitelerinin sağlık üzerindeki etkileri kabul edilmekle birlikte yaşam kalitesi ile arasındaki ilişki net bir şekilde açıklanamamıştır. Genel olarak spora yönelik tutum ile yaşam kalitesi, düzeylerine ilişkin yeteri kadar araştırma yapılmadığı görülmüştür. Sportif aktivitelerin çocuk ve genç bireylerin iletişim becerilerinin güçlenmesinde ve sosyalleşmesinde en önemli araçlardan biri olduğu açıktır. Sporun bireyin kişilik gelişiminde ve topluma adaptasyon sürecinde etkili olduğunu ortaya koyan bulgular elde edildiği gibi olumsuz bazı etkiler yarattığı da araştırmalarda ortaya konulmuştur.

Üniversite öğrencilerinin spora yönelik tutumlarının yaşam kalitesi ile arasında bir ilişki olduğu ve spora yönelik tutumun öz yeterlilik duygularını arttırarak yaşam kalitesinde de pozitif yönde bir etki yarattığı düşünülmektedir. Bununla beraber, sporla uğraşan birey sayısını arttırarak spor toplumu oluşturmak için yapılan tüm çalışmaların temel hedeflerine bakmak gerekmektedir. Bu şekilde cinsiyet farkı olup olmadığı, spor etkinliklerine ne kadar eğilimli oldukları, sportif bakış açıları, sporsal alışkanlıkları, spor etkinlikleri ile kişiliklerini nasıl terbiye edebildikleri gibi temel konuların, geleceğimize ışık tutacak üniversite öğrencileri üzerinde çalışılması ihtiyacını doğurmaktadır.

Alan yazın incelendiğinde üniversite öğrencilerinin spora yönelik tutumları ile ilgili çalışma bulmakta güçlük çekilirken; ilkökul, ortaokul ve lise öğrencilerinin beden eğitimi ve spor dersine ilişkin tutumlarını incelemiş olan çalışmalar bulunabilmektedir (Güllü 2009, Çetin 2007, Taşğın ve Tekin 2009, Şişko ve Demirhan 2002). Literatürdeki bu eksikliğin giderebilmesi adına; bu araştırmada, spor dışındaki alanlarda eğitim gören üniversite öğrencilerinin spora yönelik tutumlarının, Yaşam Kalitesi düzeylerine etkisinin belirlenmesi amaçlanmıştır.

Yöntem

Araştırmanın Modeli

Bu araştırma “tarama modeli” olarak tasarlanmıştır. “Tarama modelleri, geçmişte ya da halen var olan bir durumu var olduğu şekilde betimlemeyi amaçlayan araştırma yaklaşımlarıdır. Araştırmaya konu olan olay, birey ya da nesne, kendi koşulları içinde ve olduğu gibi tanımlanmaya çalışılır. Onları herhangi bir şekilde değiştirme, etkileme çabası gösterilmez” (Karasar, 2009,). Araştırmada öğrencilerin spora yönelik tutumlarının yaşam kalitesi, düzeylerine belirleyici etkileri ortaya konulacaktır. Araştırmanın bağımsız değişkenini spora yönelik tutum; bağımlı değişkeni ise yaşam kalitesi, oluşturmaktadır. Bu çalışma Kocaeli Üniversitesi Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik kurulunun 19.07.2017 tarihli kararı ve KÜ GOKAEK 2017/10.15 no’lu raporu ile araştırmanın amacı, hedefleri ve yöntemi gönüllüler açısından beklenen yarar ve riskler dikkate alınarak değerlendirilerek ve araştırmanın ilgili protokol doğrultusunda belirtilen merkezlerde yürütülmesi etik açısından uygun bulunmuştur.

Evren ve Örneklem

Çalışmanın evrenini Doğu Marmara bölgesindeki beş devlet üniversitesin de öğrenim gören öğrenciler oluşturmaktadır. Doğu Marmara bölgesinde devlet üniversitesi olarak Kocaeli Üniversitesi toplam öğrenci sayısı 81.000 üzeri; Düzce Üniversitesi toplam öğrenci sayısı 29.477; Sakarya Üniversitesi toplam öğrenci sayısı 93.464; Yalova Üniversitesi toplam öğrenci sayısı 14.816; Abant

İzzet Baysal Üniversitesi toplam öğrenci sayısı 32.906; dır. Örnekleme Doğu Marmara bölgesinde yer alan beş üniversiteden 933 öğrenci oluşturmaktadır.

Veri Toplama Araçları

Araştırmada veri toplama aracı olarak kişisel bilgi formu, spora yönelik tutum ölçeği, yaşam kalitesi ölçeği, uygulanmıştır. Araştırmada kullanılan "Spora Yönelik Tutum Ölçeği (SYTÖ)" Şentürk (2014) tarafından geliştirilmiştir. Toplam 25 madde ve 3 alt boyuttan (spora ilgi duyma, sporla yaşama ve aktif spor yapma) oluşmaktadır. SYTÖ 5'li likert tipi "Tamamen Katılıyorum (5), Katılıyorum (4), Kararsızım (3), Katılmıyorum (2), Kesinlikle Katılmıyorum (1)" şeklinde derecelendirilmektedir. Ölçekten alınabilecek minimum puan 25 ve maksimum puan 125'tir. Puanın yüksekliği, spora yönelik tutumun yüksekliğine işaret etmektedir.

Çalışmada yaşam kalitesini belirlemek için Dünya Sağlık Örgütü tarafından, 15 işbirliği merkezinin katılımıyla hazırladığı 27 soruluk WHOQOL-BREF (dünya sağlık örgütü yaşam kalitesi ölçeği kısa form) ölçeğinin Türkçe versiyonu uygulanmıştır. Anket, kişinin kendi yaşam kalitesini puanlaması mantığına dayanmaktadır. WHOQOL (100 soru) ve WHOQOL-BREF (26 soru) olmak üzere, tam ve kısaltılmış şekilde iki formu vardır (Başaran, Güzel ve Sapel 2005). WHOQOL-BREF ölçeği; bedensel alan, psikolojik alan, sosyal ilişkiler ve çevre olmak üzere dört alt alandan oluşmaktadır. Likert tipi bir ölçektir. Farklı kültürlerde saha çalışmaları yapılmış olan ölçek, erişkin yaş grubuna uygulanabilmekte ve yaşam kalitesinin güvenilir ve geçerli bir ölçüm aracı olarak kabul edilmektedir (Fidaner ve diğ. 1999). Orijinal versiyonu 26 maddeden oluşan ölçeğin, Türkçe versiyonu 27 maddeden oluşmaktadır. Fidaner ve diğ. tarafından Türkçeye uyarlanmıştır.

Verilerin İstatistiksel Analizi

Çalışmada elde edilen bulgular değerlendirilirken, istatistiksel analizler için SPSS (Statistical Pack age for Social Sciences) for Windows 20.0 programı kullanılmıştır. Çalışma verileri değerlendirilirken tanımlayıcı istatistiksel metotları (Sayı, Yüzde, Aritmetik Ortalama, Standart sapma) kullanılmıştır. Hipotez testleri olarak; iki bağımsız örneklem grubu ortalamaları açısından farklı

olup olmadığını anlamak için “t-testi”, grup sayısının ikiden fazla olduğu durumlarda ise “ANOVA” kullanılmıştır. ANOVA testinde farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu ortaya koymak üzere “Post-Hoc” testlerinden varyans eşitliği durumuna göre “Tukey” veya “Dunnett T3” testleri uygulanmıştır. Bağımlı değişkenin bağımsız değişken ile arasındaki ilişkiyi, ilişkinin şiddeti ve yönü açısından analizlemek için bu çalışmada “Regresyon Analizi” yapılmıştır. Sonuçlar % 95 güven aralığında, anlamlılık $p < 0,05$ düzeyinde değerlendirilmiştir. Bu amaç doğrultusunda şu sorulara yanıt aranmaya çalışılmıştır; Doğu Marmara Bölgesi Üniversitelerinin farklı programlarında öğrenim gören öğrencilerde; Spora yönelik tutum yaşam kalitesine nasıl bir etki yaratmıştır. Araştırma 2017-2018 eğitim-öğretim yılında farklı programlarda öğrenim gören 386’sı erkek 547’si kadın olmak üzere toplam 933 gönüllü öğrenci ile sınırlandırılmıştır.

Bulgular

Tanımlayıcı İstatistiklere (Ölçütlere) İlişkin Bulgular

Tablo 1. Örneklem Grubunun Yaşlarına İlişkin Bulgular

Yaş Grubu	Frekans	Yüzde (%)
18 yaş ve altı	55	5,9
19 yaş	145	15,5
20 yaş	200	21,4
21 yaş	190	20,4
22 yaş	150	16,1
23 yaş ve üzeri	193	20,7
Toplam	933	100,0

Örneklem grubunun yaşlarına göre dağılımı tablo.1’de incelenmiştir. Buna göre araştırmaya katılan öğrencilerin 4’nün (%0,4) 17,49’unun (%5,3) 18,145’inin (%15,5) 19,200’ünün (%21,4) 20, 190’ının (%20,4) 21, 150’sinin (%16,1) 22, 83’ünün (%8,9) 23, 56’sının (% 6) 24, 31’inin (%3,3) 25 yaşında ve 23’ünün (%2,5) 26 yaş ve üzeri olduğu görülmektedir.

Tablo 2. Örneklem Grubunun Spor Yaptığı Sürelere İlişkin Bulgular

Spor Yaptıkları Yıl	Frekans	Yüzde
Hiç	313	33,5
1 yıl	240	25,7
2 yıl	90	9,6
3 yıl	50	5,4
4 yıl	44	4,7
5 yıl ve üzeri	196	21,0
Toplam	933	100,0

Örneklem grubunun spor yaptığı süreler göre dağılımı tablo 2'de incelenmiştir. Buna göre araştırmaya katılan öğrencilerin 313'ü (%33,5) hiç spor yapmamıştır. Örneklem grubunun 240'ı (%25,7) 1 yıl, 90'ı (%9,6) 2 yıl, 50'si (%5,4) 3 yıl, 44'ü (%4,7) 4 yıl, 47'si (%5) 5 yıl, 29'u (%3,1) 6 yıl, 18'i (%1,9) 7 yıl, 20'si (%2,1) 8 yıl, 14'ü (%1,5) 9 yıl, 40'ı (%4,3) 10 yıl, 29'u (%3,0) ise 11 yıl ve 11 yıldan daha uzun süre ile spor yapmıştır. Örneklemimizde en uzun spor yapan 20 yıl ise 1 kişidir, onu takip eden 17 ve 16 yıl ile yine 1'er kişidir.

Tablo 3. Örneklem Grubunun Cinsiyetlerine İlişkin Bulgular

Cinsiyet	Frekans	Yüzde (%)
Erkek	386	41,4
Kadın	547	58,6
Toplam	933	100,0

Örneklem grubunun cinsiyetlerine göre dağılımı tablo 3'te incelenmiştir. Buna göre araştırmaya katılan öğrencilerin 386'sı (% 41,4) erkek, 547'si (% 58,6) kadındır.

Tablo 4. Örneklem Grubunun Medeni Durumlarına İlişkin Bulgular

Medeni Durum	Frekans	Yüzde (%)
Evli	22	2,4
Bekâr	910	97,6
Toplam	932	100,0

Örneklem grubunun medeni durumlarına göre dağılımı tablo 4'de incelenmiştir. Buna göre araştırmaya katılan öğrencilerin 22'si (% 2,4) evli, 910'u ise (% 97,6) bekârdır.

Tablo 5. Örneklem Grubunun Okuduğu Üniversiteye İlişkin Bulgular

Üniversite	Frekans	Yüzde (%)
Bolu	201	21,5
Düzce	140	15,0
Kocaeli	182	19,5
Sakarya	118	12,6
Yalova	292	31,3
Toplam	933	100,0

Örneklem grubunun okumakta olduğu üniversitelere göre dağılımı tablo 5'te incelenmiştir. Buna göre araştırmaya katılan öğrencilerin 201'i (% 21,5) Bolu Üniversitesi'nde, 140'ı (%15) Düzce Üniversitesi'nde, 182'si (% 19,5) Kocaeli Üniversitesi'nde, 118'i (% 12,6) Sakarya Üniversitesi'nde, 292'si (% 31,3) Yalova Üniversitesi'nde eğitim yaşantılarına devam etmektedir.

Tablo 6.Örneklem Grubunun Eğitim Düzeyine İlişkin Bulgular

Eğitim Düzeyi	Frekans	Yüzde (%)
Önlisans	34	3,7
Lisans	887	95,4
Yüksek Lisans	9	1,0
Toplam	930	100,0

Örneklem grubunun öğrenim görmekte olduğu eğitim düzeylerine göre dağılımı tablo.6'da incelenmiştir. Buna göre araştırmaya katılan öğrencilerin 34'ü (% 3,7) ön lisans düzeyinde, 887'si (%95,4) lisans düzeyinde, 9'u (% 1) yüksek lisans düzeyinde öğrenim görmektedir.

Tablo 7. Örneklem Grubunun Kendilerinin ve Ailelerinin Ekonomik Gelir Düzeylerine İlişkin Bulgular

Gelir Düzeyi	Frekans	Yüzde (%)
0-500 TL (en düşük)	36	3,9
501-1500 TL(düşük)	185	19,9
1501-2500 TL(orta)	360	38,7
2501-5000 TL(yüksek)	277	29,8
5001 TL ve üstü(en yüksek)	73	7,8
Toplam	931	100,0

Örneklem grubunun kendilerinin ve ailelerinin ekonomik gelir düzeylerine göre dağılımı tablo 7.'de incelenmiştir. Buna göre araştırmaya katılan öğrencilerin 3'ünün (% 3,9) ekonomik düzeylerinin 0-500 TL (en düşük),

185'inin (% 19,9) 501-1500 TL (düşük), 360'ının (% 38,7) 1501-2500 TL (orta), 277'sinin (% 29,8) 2501-5000 TL (yüksek), 73'ünün (% 7,8) 5001 TL ve üstü ekonomik düzeye sahip oldukları görülmektedir.

Örneklem grubunun genel olarak kendi ekonomik gelir düzeyinden memnun olma durumlarına göre dağılımı tablo 8'de incelenmiştir. Buna göre araştırmaya katılan öğrencilerin 61'inin (% 6,6) hiç memnun olmadığı, 115'inin (% 12,4) memnun olmadığı, 326'sının (% 35) kısmen memnun olduğu, 386'sının (% 41,5) memnun olduğu, 43'ünün (% 4,6) çok memnun olduğu görülmektedir.

Tablo 8. Örneklem Grubunun Genel Olarak Kendi Ekonomik Gelir Düzeyinden Memnun Olma Durumlarına İlişkin Bulgular

Memnuniyet	Frekans	Yüzde (%)
Hiç değil	61	6,6
Değil	115	12,4
Kısmen memnun	326	35,0
Memnun	386	41,5
Çok memnun	43	4,6
Toplam	931	100,0

Tablo 9. Örneklem Grubunun Gelir Getirici Bir İş Olarak Sporu Yeterli Görme Durumlarına İlişkin Bulgular

	Frekans	Yüzde (%)
Hiç değil	122	13,1
Değil	270	29,0
Kısmen yeterli	353	37,9
Yeterli	156	16,7
Çok Yeterli	31	3,3
Toplam	932	100,0

Örneklem grubunun gelir getirici bir iş olarak sporu yeterli görme durumlarına göre dağılımı tablo 9 da incelenmiştir. Buna göre araştırmaya katılan öğrencilerin 112'sinin (% 13,1) hiç yeterli görmediği, 270'inin (% 29) yeterli görmediği, 353'ünün (% 37,9) kısmen yeterli gördüğü, 156'sının (% 16,7) yeterli gördüğü, 31'inin çok yeterli gördüğü görülmektedir.

Örneklem grubunun başarı düzeylerine göre dağılımı tablo 10'da incelenmiştir. Buna göre araştırmaya katılan öğrencilerin 65'inin (% 7) Başarısız Öğrenci, 547'sinin (% 58,6) Başarılı Öğrenci, 216'sının (% 23,2) Onur Öğrencisi, 105'inin (% 11,3) Yüksek Onur Öğrencisi olduğu görülmektedir.

Tablo 10. Örneklem Grubunun Başarı Düzeylerine İlişkin Bulgular

Başarı Düzeyi	Frekans	Yüzde (%)
Başarısız Öğrenci	65	7,0
Başarılı Öğrenci	547	58,6
Onur Öğrencisi	216	23,2
Yüksek Onur Öğrencisi	105	11,3
Toplam	933	100

Tablo 11. Örneklem Grubunun Sportif Tutumları, Yaşam Kaliteleri ve Alt Boyutları, Puanlarına İlişkin Bulgular

	N	Minimum	Maksimum	Ortalama	Std. Sapma
Sportif Tutum	933	1,84	4,96	3,076	0,543
Yaşam Kalitesi	933	1,54	5,00	3,512	0,533
Algılanan Yaşam Kalitesi	933	1,00	5,00	3,284	1,133
Algılanan Sağlık Kalitesi	933	1,00	5,00	3,394	1,160
Çevresel Sağlık Boyutu	933	1,25	5,00	3,553	0,589
Ruhsal Sağlık Boyutu	933	1,00	5,00	3,324	0,750
Bedensel Sağlık Boyutu	933	1,20	5,00	3,652	0,693
Sosyal İlişkiler Boyutu	933	1,00	5,00	3,658	0,787

Tablo 11’de görüldüğü gibi öğrencilerin sportif tutum puanları 1,84 ile 4,96 arasında değişmektedir. Sportif tutum puan ortalaması ise 3,076’dır. Yaşam Kalitesi 1,54 ile 5,00 arası değişmekte olup ortalaması ise 3,512’dir. Algılanan yaşam kalitesi puanı ise 1-5 arası değişmekte ve 3,284 ortalamaya sahiptir. Algılanan sağlık kalitesi 1-5 arasında değer almış ve ortalaması 3,394’tür. Yaşam kalitesinin alt boyutları çevresel sağlık, ruhsal sağlık, bedensel sağlık ve sosyal ilişkiler boyutu sırası ile 1,25 ile 5 arası, 1 ile 5 arası, 1,20 ile 5 arası ve 1 ile 5 arasında değişmektedir ve ortalamaları ise sırası ile 3,553, 3,324, 3,652 ve 3,658’dir.

Farklılıkların Analizine İlişkin Bulgular

Öğrencilerinin spora dair tutumlarının puan ortalamalarının, spor yaptıkları yıl miktarına göre anlamlı düzeyde farklılaşma durumunu ortaya koymak amacıyla tek yönlü varyans analizi (f testi) ile yapılmıştır. Yapılan ANOVA testi sonucu tablo 12’de ifade edilmektedir. F değeri 14,588 bulunmuştur. Bu sonuç 0,05 düzeyinde anlamlı bir farkın olduğunu ortaya koymuş bulunuyor. Farklılığın kaynağını anlamak test yapmadan önce, varyans eşitliği hipotezi test edilmiştir. Levene testi sonucunda ($p < 0,05$) varyansların eşit olma-

dığı sonucu çıkmıştır. Bu nedenle Post-hoc testlerinden Dunnett T3 testi uygulanmıştır. Bu testin sonucunda, 05 anlamlılık düzeyinde; hiç spor yapmamış olmak ile 1 yıl yapmanın ve de 5 yıl ve üzeri yıl spor yapmanın sportif tutumu farklılaştırdığını görmekteyiz. Aynı şekilde 1 yıl spor yapmış olmak ile 2 yıl ve de 5 yıl ve üzeri spor yapmış olmak sportif tutumu farklılaştırmaktadır. 4 yıl yapmak ile 5 yıl ve üzerinde spor yapmış olmak da, 05 anlamlılık düzeyinde sportif tutumu farklılaştırmaktadır.

Tablo 12. Araştırmaya Katılan Üniversite Öğrencilerinin Sportif Tutumlarının Spor Yaptığı Süre Değişkenine Göre Farklılaşması

Spor Yaptıkları Yıl		N	Ortalama	Std. Sapma			
Hiç		313	3,04	0,45			
1 yıl		240	2,91	0,46			
2 yıl		90	3,19	0,60			
3 yıl		50	3,13	0,58			
4 yıl		44	2,92	0,52			
5 yıl ve üzeri		196	3,31	0,65			
Toplam		933	3,08	0,54			
	(I) Spor Yapılan Yıl	(J) Spor Yapılan Yıl	(i-j)	Std. Hata	p		
Sportif Tutum	Hiç	1 yıl	0,130	0,039	,013		
		2 yıl	-0,150	0,068	,349		
		3 yıl	-0,094	0,086	,989		
		4 yıl	0,119	0,083	,900		
		5 yıl ve üzeri	-0,269	0,053	,000		
	1 yıl	2 yıl	-0,280	0,070	,001		
		3 yıl	-0,225	0,087	,161		
		4 yıl	-0,011	0,084	1,000		
		5 yıl ve üzeri	-0,399	0,055	,000		
	2 yıl	3 yıl	0,056	0,103	1,000		
		4 yıl	0,269	0,101	,121		
		5 yıl ve üzeri	-0,119	0,078	,869		
	3 yıl	4 yıl	0,214	0,113	,604		
		5 yıl ve üzeri	-0,174	0,094	,629		
	4 yıl	5 yıl ve üzeri	-0,388	0,091	,001		
		Kareler Toplamı	Serbestlik Derecesi	Kareler Ortalaması	f	p	
	Sportif Tutum	Gruplar arası	20,078	5	4,016	14,588	,000*
		Gruplar içi	255,180	927	,275		
		Toplam	275,259	932			

* $p < 0,05$

Tablo 13. Araştırmaya Katılan Üniversite Öğrencilerinin Sportif Tutumlarının Cinsiyet Değişkenine Göre Farklılaşmasına İlişkin t Testi Bulguları

	Cinsiyet	n	Ortalama	Std. Sapma	t	p
Sportif Tutum	Erkek	386	3,02	0,57	-2,666	0,008*
	Bayan	547	3,12	0,52		

* $p<0,05$

Üniversite öğrencilerinin sportif tutum puan ortalamalarının, cinsiyetlerine göre farklılaşma durumunu ortaya koymak amacıyla bağımsız gruplar için t testi kullanılmıştır. Yapılan t testine ilişkin bulgular tablo 13'te verilmiştir. Yapılan Levene testi sonucunda varyansların eşit olduğu sonucu elde edilmiştir ($p>0,05$). Eşit varyans kabulüne göre baktığımız t-testi sonucu ise bize iki grubun birbirinden anlamlı düzeyde farklılaştığını göstermektedir ($p<0,05$). Yani cinsiyetler arasında sportif tutum açısından istatistiksel açıdan anlamlı farklılık bulunmuştur.

Tablo 14. Araştırmaya Katılan Üniversite Öğrencilerin Sportif Tutumlarının Medeni Durumu Değişkenine Göre Farklılaşmasına İlişkin T Testi Bulguları

	Medeni Durum	n	Ortalama	Std. Sapma	t	p
Sportif Tutum	1	22	3,44	0,64	0,398	0,001*
	2	910	3,07	0,54		

* $p<0,05$

Üniversite öğrencilerinin sportif tutum puan ortalamalarının, medeni durumlarına göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini ortaya koymak amacıyla bağımsız gruplar için t testi kullanılmıştır. Yapılan t testine ilişkin bulgular tablo 14'te verilmiştir. Yapılan testte, Levene testi sonucunda varyansların eşit olduğu sonucu elde edilmiştir ($p>0,05$). Eşit varyans kabulüne göre baktığımız t-testi sonucu ise bize iki grubun birbirinden anlamlı düzeyde farklılaştığını göstermektedir ($p<0,05$). Yani medeni durumun farklı olması sportif tutum açısından farklılık oluşturmuştur.

Tablo 15. Araştırmaya Katılan Üniversite Öğrencilerinin Sportif Tutumlarının Okudukları Üniversite Değişkenine Göre Farklılaşmasına İlişkin ANOVA Bulguları

		Kareler Toplamı	Serbestlik Derecesi	Kareler Ortalaması	f	p
Sportif Tutum	Gruplar arası	39,785	4	9,946	39,199	0,000*
	Gruplar içi	235,473	928	0,254		
	Toplam	275,259	932			

Tablo 16. Araştırmaya Katılan Üniversite Öğrencilerinin Sportif Tutumlarının Okudukları Üniversite Değişkenine Göre Farklılaşmanın Anlamlılığına İlişkin Çoklu Karşılaştırma Testi (Post Hoc - Dunnett T3 Testi)

	(I) Ün	(J) Ün	(i-j)	Std. Hata	p
Sportif Tutum	Bolu	Düzce	0,573	0,045	0,000*
		Kocaeli	0,178	0,050	0,004*
		Sakarya	-0,142	0,067	0,302
		Yalova	0,154	0,048	0,014*
	Düzce	Kocaeli	-0,395	0,044	0,000*
		Sakarya	-0,715	0,063	0,000*
		Yalova	-0,420	0,042	0,000*
	Kocaeli	Sakarya	-0,320	0,067	0,000*
		Yalova	-0,025	0,047	1,000
	Sakarya	Yalova	0,295	0,065	0,000*

* $p < 0,05$

Öğrencilerinin spora dair tutumlarının puan ortalamalarının, okudukları üniversiteye göre anlamlı düzeyde farklılaşma durumunu ortaya koymak amacıyla tek yönlü varyans analizi (f testi) ile yapılmıştır. Yapılan ANOVA testi sonucu tablo 16'da ifade edilmektedir. f değeri 39,199 bulunmuştur. Bu sonuç 0,05 düzeyinde anlamlı bir farkın olduğunu ortaya koymuş bulunuyor. Farklılığın kaynağını anlamak için test yapmadan önce, varyans eşitliği hipotezi test edilmiştir. Levene testi sonucunda ($p < 0,05$) varyansların eşit olmadığı sonucu çıkmıştır. Bu nedenle Post-hoc testlerinden Dunnett T3 testi uygulanmıştır. Tablo 16 bu testin sonucunda, 05 anlamlılık düzeyinde; Bolu Üniversitesi'nin Sakarya Üniversitesi dışında tüm üniversitelerden farklılaştığını, Düzce Üniversitesinin tüm üniversitelerle farklılık gösterdiği, Kocaeli Üniversitesi'nin Yalova Üniversitesi dışında Yalova Üniversitesinin de Kocaeli Üniversitesi dışında tüm üniversitelerden farklılaştığını, Sakarya Üniversitesinin de Bolu dışında benzerlik gösterdiği başka üniversite olmadığı görülmektedir.

Araştırma Modeline İlişkin Bulgular

Tablo 17. Üniversite Öğrencilerinin Sportif Tutumları, Yaşam Kalitelerini Açıklama Gücü

Model	r	r ²	r ²	f	p	Std. Hata	ß	t	p
Sportif Tutum	,232 ^a	0,054	0,053	0,518697	,000 ^b	0,031	0,232	7,266	0,000*

* $p < 0,05$

Üniversite öğrencilerinin sportif tutumlarının, yaşam kalitelerini açıklama gücünü ortaya koymak amacıyla basit doğrusal regresyon analizi tekniği kullanılmıştır. Analize ilişkin bulgular tablo 17’de verilmiştir. Sportif tutumun yaşam kalitesini açıklamada bağımsız değişken olarak analize sokulması ile hesaplanan regresyon katsayısı 0,232 (R) bulunmuştur. Hesaplanan bu değere göre yaşam kalitesi varyansın yani değişkenliğin %5,4 ü sportif tutumdan kaynaklanmaktadır. Hesaplanan f değeri ($f=52,800$) sportif tutumun yaşam kalitesini anlamlı düzeyde açıkladığını göstermektedir ($p<0,01$; $p<0,05$).

Üniversite öğrencilerinin sportif tutumlarının, yaşam kalitelerini açıklama gücü tablo 11’de verilmiştir. Tablo 11 incelendiğinde hesaplanan t değeri, sportif tutumun yaşam kalitelerini anlamlı düzeyde açıkladığı göstermektedir. Kısmi korelasyon katsayısına (β) bakıldığında sportif tutumun yaşam kalitesi ile 0,232 düzeyinde pozitif yönde ve anlamlı bir ilişkiye sahip olduğu bulunmuştur ($p<0,01$; $p<0,05$).

Tartışma ve Sonuç

Bu çalışma farklı bölümlerde öğrenim gören üniversite öğrencilerinin spora yönelik tutumları ile yaşam kalitesi arasında bir ilişki olup olmadığını belirlemeye yönelik yapılmıştır. Üniversite öğrencilerinin sportif tutumlarının, yaşam kalitelerini açıklama gücünü ortaya koymak amacıyla yapılmış olan basit doğrusal regresyon analizi sonuçlarına göre sportif tutumun yaşam kalitesi düzeyinde pozitif yönde ve anlamlı bir ilişkiye sahip olduğu bulunmuştur ($p<0,01$; $p<0,05$). Bu sonuç yapılmış olan bazı araştırmadaki sonuçlar ile paralellik göstermektedir.

Konu ile ilgili yapılmış olan benzer çalışmalarda Önal ve diğ. (2017) araştırmaya katılan bireylerin yaşam kalitesi ve spora yönelik tutum toplam puanları ve alt boyut puanları cinsiyet açısından incelendiğinde anlamlı farklılıklar saptanmıştır. Cinsiyet açısından yaşam kalitesi toplam puanı ve alt boyutları incelendiğinde bedensel alan alt boyutunda anlamlı bir farklılık ortaya çıkmazken; ruhsal alan, sosyal alan ve evrensel alan alt boyutlarında erkeklerin lehine anlamlı farklılıklar ortaya çıkmıştır. (Okyay ve diğ.2012) yaptıkları çalışmalarında toplumda yaşam kalitesi düzeyinin yükseltilmesinde kadınların ruhsal bozukluk belirtilerinin fark edilmesi ve sosyal destek sağlanması kadınlarda yaşam kalitesinde artışa etki edebilecek etmenler olarak

ifade etmişlerdir. Vural ve diğ. (2010) tarafından masa başı işlerde çalışan bireyler üzerinde yapılan bir çalışmada yaşam kalitesi puanlarının erkeklerde kadınlara göre daha yüksek olduğu belirtilmiştir. Çakıroğlu (2007) yaptığı çalışmada farklı toplumlarda yaşam kalitesine etki eden sosyo-demografik özelliklerden eğitim durumunun yaşam kalitesine çok fazla etki etmediğini Türk toplumunda cinsiyetin yaşam kalitesiyle olan ilişkisinde kadınların erkeklere oranla daha fazla mutlu olduklarını belirtmiştir. Tekkanat (2008) öğretmenlik bölümünde okuyan öğrenciler üzerine yaptığı çalışmasında erkeklerin yaşam kalitesi puanlarının kadınların puanından yüksek olduğunu ortaya koymuştur. Başka bir çalışmada Acree ve diğ. (2006) yaşlı bireyler üzerinde yaptıkları çalışmada yine erkeklerin kadınlara göre yaşam kalitesi puanlarının daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Bu farklılıkların örneklem grubundan ve çevresel faktörlerin her bölgede değişiklik göstermesinden kaynaklandığı düşünülebilir. Ercan (2010) yaptığı tez çalışmasında bireylerin yaşları ilerledikçe yaşam kalitelerinde de düşüş olduğunu tespit etmiştir. Önal ve diğ. (2017) spora yönelik tutum toplam puanı ve alt boyut puanları cinsiyet değişkeni açısından incelendiğinde anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Fiziksel gelişme alt boyutunda anlamlı bir farklılık saptanmazken; psikososyal gelişme ve zihinsel gelişme alt boyutlarında anlamlı farklılıklar ortaya çıkmıştır.

Çalışmanın amaçlarından biri olan yaşam kalitesi ve spora yönelik tutum arasındaki ilişkiye bakıldığında, elde edilen veriler neticesinde yaşam kalitesi ve spora yönelik tutum arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Bireylerin spora karşı bilişsel, duyuşsal ve davranışsal olarak bakış açıları, mevcut yaşantılarını kaliteli ve tatminkâr bir şekilde sürdürmeleri açısından önemli olduğu söylenebilir.

Bu çalışma farklı bölümlerde öğrenim gören üniversite öğrencilerinin spora yönelik tutumları ile yaşam kalitesi arasında bir ilişki olup olmadığını belirlemeye yönelik yapılmıştır. Çalışmada Doğu Marmara bölgesinde yer alan beş devlet Üniversitesinde (Kocaeli Üniversitesi, Sakarya Üniversitesi, Düzce Üniversitesi, Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi ve Yalova Üniversitesi) öğrenim görmekte olan 933 öğrencinin spora yönelik tutumlarının cinsiyet, spor yaptıkları yıl miktarı, medeni durumları, eğitim aldıkları üniversiteler, ailenin ekonomik gelir düzeyleri, yaşam kalitesi, değişkenleri açısından incelenmiş olup spora yönelik tutum düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık olduğu tespit edilmiştir ($p<0,05$).

Araştırmaya katılan öğrencilerin cinsiyet değişkenine göre ölçeklerin genelinden alınan toplam puanların ortalamalarına bakıldığında kadın öğrencilerin spora yönelik tutum puanlarının erkek öğrencilerin spora yönelik tutum puanlarından daha yüksek olduğu gözlenmiştir ($p>0.05$). Alan yazında yapılan bazı çalışmalar da bu analiz sonucunu destekler şekildedir.

Yazıcı ve diğ.(2016) ile Hazar ve diğ.(2018) üniversite öğrencilerinin spora yönelik tutumları üzerine yapmış oldukları çalışmada kadın öğrencilerin erkek öğrencilere kıyasla spora yönelik daha fazla eğilimlerinin olduğu ancak bu eğilimin istatistiksel olarak anlamlı olmadığı belirtilmektedir. Atalı ve diğ.(2018) farklı fakültelerden spor ile ilgili ders alan öğrencilerin spora yönelik tutumları üzerine yapılmış olan çalışmaların da ise öğrencilerin spora yönelik tutumlarının psikososyal ve fiziksel gelişme alt boyutlarında kadın öğrencilerin puanlarının erkek öğrencilerin puanlarından zihinsel gelişme alt boyutunda ve ölçek toplam puanlarında ise erkek öğrencilerin kadın öğrencilerden daha yüksek puan aldıkları belirlenmiştir.

Bu bulgular, mevcut çalışmanın sonucu ile örtüşmemektedir. Öğrenciler arasında anlamlı farkın çıkması, kadın ve erkek öğrencilerin spora yönelik benzer eğilim göstermemesinden kaynaklanmaktadır diyebiliriz. Ayrıca, benzer çalışmalarda anlamlı farkın çıkması, yapılan çalışmaların farklı gruplar üzerinde gerçekleştirilmesinden kaynaklanmaktadır. Farklı gruplardaki bireylerin spora bakış açısının farklı olması etkilidir. Sonuç olarak yapılan birçok çalışma incelendiğinde spora yönelik tutum puanlarının erkeklerin lehine daha yüksek bulunduğu söylenilebilir ve bu bulgular yapılan bu çalışmadaki spora yönelik tutum sonuçlarını destekler niteliktedir. Fakat araştırmamızın aksine Büyükdemira, Soyer ve Türkoğlu (2018) tarafından yapılmış olan çalışmada ortaöğretim öğrencilerinin cinsiyetlerine göre beden eğitimi ve spor dersine ilişkin tutumları arasındaki farklılıklar incelendiğinde, erkek öğrencilerin kadın öğrencilere göre daha olumlu tutum gösterdikleri bulunmuştur.

Üniversite öğrencilerinin kendilerinin ve ailelerinin ekonomik gelir düzeyi değişkenine göre spora yönelik tutumlarına bakıldığında, öğrencilerin kendilerinin ve ailelerinin ekonomik gelir durumlarına göre spora yönelik tutumları arasında yapılan test sonucunda f değeri 13,998 bulunmuştur. Bu sonuç 0,05 düzeyinde anlamlı bir farkın olduğunu ortaya koymuş bulunmaktadır. Farklılığın kaynağını anlamak için test yapmadan önce, varyans eşitliği

hipotezi test edilmiştir. Levene testi sonucunda ($p>0,05$) varyansların eşit olduğu sonucu çıkmıştır. Bu nedenle Post-hoc testlerinden Tukey testi uygulanmıştır. Bu testin sonucunda, 05 anlamlılık düzeyinde; en düşük, düşük ve orta gelir düzeyine sahip öğrenciler arasında anlamlı bir fark olmadığı görülmüştür ($p>0,05$). Fakat yüksek ve en yüksek gelir düzeyine sahip öğrencilerin arasında da anlamlı bir fark görülmemiştir. Buna karşın orta ve altı gelir düzeyine sahip öğrencilerin yüksek ve üzeri gelire sahip öğrencilerden sportif tutum açısından farklılaştığı görülmektedir. Yanık ve Çamlıyer, (2015) yapmış oldukları araştırmada öğrencilerin aile gelir düzeyine göre beden eğitimi dersine ilişkin tutum ölçeği puan ortalamaları incelendiğinde gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark görülmemiştir. Ancak gelir düzeyi azaldıkça öğrencilerin beden eğitimi dersine yönelik tutum puanı ortalamasının yükseldiği belirlenmiştir. Bu sonuç mevcut araştırmadaki sonuç ile paralellik göstermektedir. Diğer yandan üniversite öğrencileri üzerine yapılan bir araştırmada aylık aile gelir düzeyi orta seviyede olanların düşük ve yüksek olanlara göre beden eğitimi ve spora yönelik tutumlarının daha iyi düzeyde olduğu saptanmıştır (Yıldız ve ark, 2017).

Aynı çalışmada Yıldız ve ark, (2017) spor yapmayan üniversite öğrencilerinin spora yönelik tutumlarının spor yapanlardan daha yüksek olduğunu saptamıştır. Bu çalışmanın aksine Güllü ve ark, (2016) aktif spor yapanların aktif spor yapmayanlara göre spora yönelik tutumlarının anlamlı şekilde daha yüksek olduğunu tespit etmiştir. Ortaokul öğrencileri üzerine yapılan bir araştırmada raket sporu yapan öğrencilerin spora yönelik tutumları takım sporu ve diğer sporları yapanlara göre daha yüksek olduğu görülmüştür (Güllü ve ark, 2016). Doğu Marmara bölgesinde yer alan beş devlet üniversitesinde (Kocaeli Üniversitesi, Sakarya Üniversitesi, Düzce Üniversitesi, Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi ve Yalova Üniversitesi) öğrenim görmekte olan 933 üniversite öğrencisinin spora dair tutumlarının yaş, eğitim düzeyi, gelir düzeyi ve gelir düzeyi memnuniyeti, sporu tek başına yeterli bir gelir olarak görme durumu, değişkenleri açısından farklılaşıp farklılaşmadığı incelenmiştir fakat değişkenler arasında anlamlı bir farklılık bulunamamıştır ($p>0,05$). Spora yönelik tutum yaşam kalitesini pozitif yönde anlamlı düzeyde, etkilemiştir. Yapılan araştırmada öğrencilerinin yaş değişkenine göre spora yönelik tutum puanlarına bakıldığında öğrencilerin yaşlarına göre spor yönelik tutumları arasında anlamlı bir farklılığın olmadığı görülmüştür.

($p>0,05$). Bu sonucu destekler nitelikte Türkmen ve ark (2016) tarafından Bartın Üniversitesi İslami İlimler Fakültesi öğrencilerine yönelik yapılan spor tutumu çalışmasında öğrencilerin yaş ile spora yönelik tutumları arasında anlamlı farklılık görülmemektedir. Tatar ve Kuru (2009) 20-40 yaş arası çalışan ve çalışmayan kadınların spor yapmalarını etkileyen bazı faktörlerin incelenmesi (Sivas il merkezi örneği) çalışmasında araştırmaya katılan kadınların spor yapmalarında yaş önemli bir faktör değildir şeklindedir. Bu çalışmalar mevcut çalışmanın sonucu ile benzerlik göstermektedir. Fakat Kangalgil ve diğ. (2006) tarafından yapılan çalışmada ise öğrencilerin yaşları büyüdükçe beden eğitimi ve spora karşı tutum puanlarının arttığı gözlenmiştir.

Sporun belirlenen hedeflerine ulaşabilmesi için öğrenciler tarafından sporun sevilmesi ve öneminin anlaşılması oldukça önemlidir. Sporun istenen hedeflerine ulaşabilmesi gençlerin spora yönelik tutumları ile yakından ilişkilidir (Başer, 2009). Spora yönelik tutumu olumlu olan birey, daha istek ve arzu ile spora yönelmekteyken, tersi durumda birey spordan uzaklaşabilmektedir. Gençlerin sahip oldukları kişisel yetenekleri ve sportif etkinlikler dâhilinde ortaya koydukları hareketler gençlerin spora karşı tutumlarını belirlemektedir. Öğrenin; daha önce jimnastik hareketi yapmamış olan bir birey bu hareketi sistemli ve hedefine uyacak bir biçimde yapamayabilecektir. Buna ek olarak gencin söz konusu hareketi ortaya koyarken sakatlanma ihtimali de mevcuttur. Bu durum bireyin diğer spor hareketlerinde jimnastik sporuna özgü hareketlerden çekinmesine, jimnastik sporuna özgü hareketleri sırasında karşılaştığı olumsuz durumları hatırlamasına ve spora karşı olumsuz tutumlar geliştirmesine sebep olmaktadır. Bu olumsuz durumlar karşısında bireyin jimnastik sporuna özgü hareketlerine ve spora karşı olumsuz tutumlar ortaya koyması olası bir neticedir (Aras, 2013). Her birey yaşadığı olumsuzluklar karşısında kendince bir savunma mekanizması geliştirir. Yaptığı sportif hareketler ile yaşayacağı bir veya birden fazla olumsuzluk da bireyin spordan uzaklaşmasına sebep olacak bir tutum geliştirmesine neden olacaktır. Spora karşı olumsuz tutumu olan öğrencinin derse karşı olan ilgisi azalmakta ve öğrenci derse girmeme yoluna bile gidebilmektedir. Öğrencilerin derse verdikleri önemin azalması da dersin işlenişini ve etkinliğini düşürmektedir. Bu açıdan bakıldığında spora karşı olan tutumun öğrenim etkinliklerinin başarılı olması konusunda önemli bir unsur olduğunu söylemek mümkündür (Çelik ve Pulur, 2011).

Sonuç olarak, mesleki olgunlaşma ve sosyal hayata hazırlanma dönemi olarak anılan üniversite hayatı, yalnızca akademik başarıya odaklı bir yaşam süreci olarak görülmemelidir. Üniversitelerde seçmeli olan beden eğitimi dersi saatlerinin artırılarak her bölüm ve programda zorunlu ders olarak eklenmeli böylece öğrencilerin ders ve yaşam stresinden uzaklaşmaları, deşarj olabilmeleri ve aynı zamanda yaşam kalitelerinin yükseltilerek akademik başarı düzeylerinin iyileştirilmesi amaçlanmalıdır.

EXTENDED ABSTRACT

**Analyzing the Effect of University Students'
Attitudes towards Sports on Quality of Life:Eastern
Marmara Region Universities Sample**

*

Ülkü Çoban - Betül Bayazıt - Merve Uca
Yalova University, Kocaeli University, Aydın University

In this study, it was aimed to analyse the effect of sports-oriented attitudes of students in different programs in Eastern Marmara region universities (Kocaeli University, Düzce University, Sakarya University, Bolu Abant İzzet Baysal University, Yalova University) on quality of life level. The research was conducted on a total of 933 under graduate and associate degree students who are studying in different departments of 5 state universities in the Eastern Marmara region. In the research sample, the effect of the attitudes of the university students who made up the study group towards sport on their quality of life was analysed.

Physical education and sports are often perceived as the equivalent of physical activity habits. However, sports provide the individual's body and mental health, the formation of personality and the development of character traits, as well as the individual's knowledge, skills and ability to improve harmony with the environment.

The attitude is an important Notion of psychology. There is a general consensus that attitude as a word meaning represents the assessment of a psychological object in dimensions of self-nature, such as good-bad, harmful-beneficial, pleasant-unpleasant, and ordinary- unusual.

In view the role of university students in the formation of cultural and social norms, the importance of these students ' sporting activity habits increases. Although the effects of regular sports activities on health have been acknowledged, the relationship between attitude towards sport and quality of life has not been clearly explained. Not enough research has been done on attitudes towards sport and levels of quality of life in general. It is clear that sports activities are one of the most important tools for strengthening the communication skills and socialization of children and young people. The

findings that reveal that sports are effective in the individual's personality development and adaptation process to society have been procured, as well as some positive effects have been revealed in the research. It is thought that the attitudes of university students towards sports have a positive effect on their quality of life and academic achievement by increasing their sense of quality of life.

It is thought that the attitudes of the university students towards sports have a relationship with the quality of life and that the attitude towards sports has a positive effect on the quality of life by increasing their sense of self-efficacy. Nevertheless, it is necessary to look at the main goals of all the studies done to create a sports society by increasing the number of individuals engaged in sports. In this way, there is a need to work on university students who will shed light on our future, such as whether there is a gender difference, how prone to sports activities, sports perspectives, sports habits, sports events and how they can nurture their personalities

Many definitions of the Notion, self, quality of life, body image have been made in the studies. Although there are little differences in the definitions, in the most general sense, the Notion of self can be defined as the person's descriptions of himself or herself. Quality of life, on the other hand, is defined as the evaluations that the person makes for these descriptions. In other words, the notion of self includes the thoughts and perceptions one has about one self, while quality of life involves one's feelings towards one's self. Self-acceptance is a term for whether or to what extent an individual accepts the characteristics that he or she adopts as part of his or her personality as a result of realizing the aspects that he or she can not achieve to his or her ideal self. In other words, self-acceptance is whether the individual is satisfied with his or her characteristics or to what degree he or she is satisfied (Videbeck 2001). In our study, the findings of the analysis carried out to demonstrate the power of university students to express their quality of life indicate that sporting attitude explains quality of life at a significant level. ($p<0,01$; $p<0,05$).

Consequently, university life, which is referred to as the period of professional maturation and preparation for social life, should not be seen as a life process focused solely on academic success. It is aimed to increase the academic success levels of the students by increasing hours of elective physical education lessons in universities and adding them as compulsory lessons in each department and program, thereby increasing the quality of life of students.

Kaynakça / References

- Aras, Ö. (2013). *İlköğretim kurumları ikinci kademedeki öğrenim gören öğrenci ve görev yapan beden eğitimi öğretmenlerinin beden eğitimi dersine yönelik görüş ve tutumlarının incelenmesi:Kars İli örneği*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi/Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Acree, L.S., Longfors, J., Fjeldstad, A., Fjeldstad, C., Schank, B., Nickel, K.J. et al. (2006). Physical ctivity is related to quality of life in older adults. *Health And Quality Of Life Outcomes*, 2006;4:37
- Ajzen, I. (2001). Nature and operation of attitudes. *Annual Review Of Psychology*, 52(1), 27-58.
- Atalı,L., Uzuner, M. L. (2018). Farklı fakültelerden spor ile ilgili ders alan öğrencilerin spora yönelik tutumlarının incelenmesi:Kocaeli Üniversitesi örneği. *Examination Of The Attitudes Of The Students Who Ar Related To Sports From Different Faculties Towards Sport (Kocaeli University Example)*
- Başer,S. A. (2009). *Öğretmen niteliklerinin beden eğitimi dersi alan öğrencilerin bu derse karşı olan tutumlarına etkisi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Abant İzzet Baysal Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bolu.
- Başaran, S., Güzel, R., Sarpel, T., (2005). Yaşam kalitesi ve sağlık sonuçlarını değerlendirme ölçütleri. *Romatizma*. 20,1:55-63s
- Büyükdemir, D., Soyer,F., ve Türkoğlu,Ç. (2008). Farklı ortaöğretim programlarında öğrenim gören öğrencilerin beden eğitimi ve spor dersine ilişkin tutumları. *E R P A International Congresses on Education*,28 Haziran-1 Temmuz İstanbul, 417.
- Çakıroğlu, A. (2007). *Relationship between quality of life and happiness in Turkey*. Yüksek Lisans Tezi. Orta Doğu Teknik Üniversitesi. Ankara.
- Çelik, Z., ve Pulur, A. (2011).Ortaöğretim öğrencilerinin beden eğitimi ve spora ilişkin tutumları.*VAN/YYÜ Eğitim Fakültesi Dergisi*, Özel Sayısı, 115-121.
- Çetin, M. (2007).*Ortaöğretim öğrencilerinin beden eğitimi ve spora ilişkin tutumlarının karşılaştırılması: Kırşehir İl Örneği*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bilim Dalı, Ankara.
- Ercan, N. (2010).*Huzurevinde yaşayan yaşlıların yaşam kalitesi ve yaşam kalitesini etkileyen faktörler*. *Halk Sağlığı Hemşireliği programı*. Yüksek Lisans Tezi. Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Hacettepe Üniversitesi. Ankara.
- Fidaner, H., Fidaner, C., Elbi, H., Eser, E., Eser , S.Y , Göker, E.(1999). Yaşam kalitesinin ölçülmesi. *Whoqol- 100 ve Whoqol- Bref. 3p Dergisi*, Yaşam Kalitesi Özel Sayısı 7, 5-13.

- Gerrig, R. J., Zimbardo, P. G. ve Sart, G. (2013). *Psikoloji ve yaşam: Psikolojiye giriş*. Nobel Yayıncılık.
- Güllü, M., Güçlü, M. ve Arslan, C. (2009). Ortaöğretim öğrencilerinin beden eğitimi dersine ilişkin tutumlarının incelenmesi. *E-Journal of New World Sciences Academy*, 4(4), 273-278.
- Güllü, M., Cengiz, Ş.Ş., Öztaşyonar, Y. (2016). Ortaokul öğrencilerin beden eğitimi ve spor dersine ilişkin tutumlarının bazı değişkenlere göre incelenmesi: Şanlıurfa İli örneği. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*. 1(2). 49-61.
- Hazar, K., Kaya, M., Çelikkilek, S., ve Afyon, Y. A. (2018). Seçmeli beden eğitimi ve spor derslerini tercih eden üniversite öğrencilerinde beden algısı ve spor derslerine katılım nedenlerinin araştırılması. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 12(1), 65-72
- Karasar, N. (2009). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankara: Nobel Yayınları.
- Kangalgil, M., Hünük, D., Demirhan, G. (2006). İlköğretim, lise ve üniversite öğrencilerinin beden eğitimi ve spora ilişkin tutumlarının karşılaştırılması. *Hacettepe Spor Bilimleri Dergisi*, 17(2), 48-57.
- Okyay, P. Atasoylu, G. Önde, M. Dereboy, Ç. Beşer, E. (2012). Kadınlarda yaşam kalitesi anksiyete ve depresyon belirtilerinin varlığında nasıl etkileniyor kesitsel bir alan çalışması. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 23(3), 178-188.
- Önal, L., Yılmaz, H., Kaldırımçı, M., ve Ağduman, F. (2017). Atatürk Üniversitesi öğrencilerinin spora karşı tutumları ile yaşam kaliteleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Muş Alparslan Üniversitesi Uluslararası Spor Bilimleri Dergisi*, cilt.1, ss.26-34, 2017
- Şentürk, E. Ş. (2002). Spora yönelik tutum ölçeği: Geliştirilmesi, geçerliliği ve güvenirliği. *CBÜ Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Dergisi*, 7(2), 8-18.
- Şişko, M., Demirhan, G. (2014). İlköğretim okulları ve liselerde öğrenim gören kız ve erkek öğrencilerin beden eğitimi spor dersine ilişkin tutumları, *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 23, 205-210.
- Taşgın, Ö. ve Tekin, M. (2009). Çeşitli değişkenlere göre ilköğretim ve orta öğretim kurumlarında öğrenim gören öğrencilerin beden eğitimi ve spor dersine ilişkin tutum ve görüşleri. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 17(2), 457-466.
- Tatar, N. Ve Kuru, M. (2009). Açıklamalı yöntemlere karşı araştırmaya dayalı öğrenme yaklaşımı: İlköğretim öğrencilerinin fen bilgisi dersine yönelik tutumlarına etkileri. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 25(25), 153-165.

- Tekkanat, Ç. (2008).Öğretmenlik bölümünde okuyan öğrencilerde yaşam kalitesi ve fiziksel aktivite düzeyleri. Pamukkale Üniversitesi. Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Yüksek Lisans Tezi. Denizli.
- Türkmen, M., Abdurahimoğlu, Y., Varol, S., Gökdağ, M.(2016). İslami İlimler Fakültesi öğrencilerinin spora yönelik tutumlarının incelenmesi: Bartın Üniversitesi Örneği. *International Journal Of Contemporary Educational Studies (Intjces)*,2(1), 48-59
- Vural, Ö. Eler, S. Atalay Güzel, N. (2010).Masa başı çalışanlarda fiziksel aktivite düzeyi ve yaşam kalitesi ilişkisi. *Spormetre Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Dergisi*. VIII(2), 69- 75.
- Yanık, M., Çamlıyer, H. (2015). Ortaöğretim 9. sınıf öğrencilerinin beden eğitimi ve spora ilişkin tutumları ile okula yabancılaşma düzeyleri arasındaki ilişkinin belirlenmesi.*Uluslararası Spor, Egzersiz Ve Antrenman Bilimi Dergisi*, 1(1), 9-19.
- Yazıcı, N. A., Kalkavan, A., ve Özdilek, Ç. (2016). Üniversite öğrencilerinin beden eğitimi ve spor öğretimi dersine ilişkin tutumlarının bazı değişkenler açısından incelenmesi.*International Journal Of Science Culture And Sport (Intjcs)*, 4(2), 404-411.
- Yetim, A. (2016). *Sporun tanımı, alanı, amaç ve fonksiyonları. Sporda etkili iletişim*. Ankara:Spor Kitabevi.
- Yıldız, A. B., Yılmaz, B., ve Arı, Ç. (2017).Üniversite öğrencilerinin spora yönelik tutumlarının incelenmesi. Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Örneği.*Muş Alparslan Üniversitesi Uluslararası Spor Bilimleri Dergisi*, 1(1), 35-45.

Kaynakça Bilgisi / Citation Information

Çoban, Ü., Bayazıt, B. ve Uca, M. (2020).Üniversite öğrencilerinin spora yönelik tutumlarının yaşam kalitesi, düzeylerine etkisinin incelenmesi:Doğu Marmara Bölgesi üniversiteleri örneği. *OPUS–Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 15(26),4362-4385. DOI: 10.26466-/opus.665339