

Erciyes Üniversitesi Tıp Fakültesi Öğrencilerinde Akıllı Telefon Bağımlılığı ile Akademik Erteleme ve Akademik Başarı Arasındaki İlişki

The Relationship Between Smart Phone Addiction and Academic Procrastination and Academic Success in Erciyes University Medical Faculty Students

Zeynep BAYKAN* (ORCID: 0000-0001-9450-985X)

Hasan GÜNEŞ* (ORCID: 0000-0001-7990-8326)

Mevlûde Yasemin AKŞEHİRLİ SEYFELİ* (ORCID: 0000-0002-7492-7891)

*Erciyes Üniversitesi Tıp Fakültesi Kayseri, TÜRKİYE

Sorumlu Yazar: Zeynep BAYKAN, E-Posta: zbaykan@erciyes.edu.tr

Özet

Amaç: İnternet ve akıllı telefonların günlük hayata getirdikleri kolaylıklar yanında bilinçsiz kullanımları birtakım sorunları da beraberinde getirmektedir. Bu çalışmada Erciyes Üniversitesi Tıp Fakültesi öğrencilerinde akıllı telefon bağımlılık oranlarını, akademik erteleme düzeylerini, akıllı telefon kullanım özelliklerini belirlemek ve nomofobi ile akademik erteleme ve akademik başarı arasındaki ilişkiyi incelemek amaçlanmıştır.

Yöntem: Çalışma da her bir sınıf için en az 75 öğrencinin örneklem grubuna alınması gerektiği hesaplanmış; toplam 450 öğrenciye ulaşılmış hedeflenmiş ve 511 öğrenciye ulaşılmıştır. Çalışma için gerekli etik kurul izni ve dekanlık izni alınmıştır. Tarama yöntemi kullanılmıştır. Veri toplama araçları anket, öğrencilerin sosyodemografik ve akıllı telefon kullanım özelliklerini soran sorularla akıllı telefon

bağımlılığı (nomofobi) ölçeği ve akademik erteleme ölçeğinden oluşmuştur. Ki kare, Kruskal Wallis varyans analizi, Mann Whitney U testi, pearson korelasyon analizi yapılmıştır. Nomofobi, akademik erteleme ve Genel Akademik Not Ortalaması arasındaki ilişkiler yapısal eşitlik modellemesi ile test edilmiştir.

Bulgular: Öğrencilerin %99,8'i akıllı telefona sahipti. Öğrenciler akıllı telefonlarını en çok aileleri ile konuşmak ve sosyal ağlara girmek için kullanmaktadır. Nomofobi ölçeğinden alınan puan ortalamaları 70.1 ± 25.1 (min:20-max:140) olarak hesaplanmıştır. İki öğrenci bağımlılık yok; 170 öğrenci (%33,7) hafif düzeyde, 273 öğrenci (%54,1) orta düzeyde ve 60 öğrenci (%11,9) ciddi düzeyde bağımlı olarak değerlendirilmiştir. Öğrencilerin cinsiyetleri ile nomofobi düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark saptanmıştır. Kadınlarda ciddi düzeyde bağımlılık erkeklerden daha yüksek düzeyde tespit edilmiştir. Öğrencilerin akademik

erteleme ölçeğinden aldıkları puan ortalaması 55.8 ± 12.0 'dır. Nomofobinin akademik erteleme üzerinde pozitif yönlü; akademik erteleminin de GANO üzerinde negatif yönlü etkisi olduğu görülmüştür.

Anahtar sözcükler:

Tıp, Öğrenci, Akıllı Telefon Bağımlılığı, Başarı, Erteleme

Keywords: Medicine, Student, Smartphone Addiction, Success, Procrastination

Gönderilme Tarihi
Submitted: 29.12.2020
Kabul Tarihi
Accepted: 17.06.2021

Künye: Baykan Z, Güneş H, Akşehirli Seyfeli MY. Erciyes Üniversitesi Tıp Fakültesi Öğrencilerinde Akıllı Telefon Bağımlılığı ile Akademik Erteleme ve Akademik Başarı Arasındaki İlişki Tıp Eğitimi Dnyası. 2021;20(61):119-134

Nomofobinin genel akademik not ortalaması üzerinde negatif yönlü etkisi görüldü. Yapılan analizler birlikte incelendiğinde akademik ertelemenin genel akademik not ortalamasını düşürdüğü; nomofobinin doğrudan akademik ertelemeyi arttıran dolaylı olarak da genel akademik not ortalamasını düşürdüğü belirlenmiştir.

Sonuç: Akıllı telefon kullanımı fakültemiz öğrencilerinde yaygındır ve akademik ertelemeye sebep olarak öğrenci başarısını da düşürmektedir.

Abstract

Aim: *In addition to the convenience that the internet and smart phones bring to daily life, their unconscious use also brings some problems. It was aimed to determine the rates of smartphone addiction, academic procrastination, smartphone usage characteristics in Erciyes University Faculty of Medicine students and also to examine the relationship between nomophobia and academic procrastination and academic achievement.*

Methods: *75 students from each class, 450 students were targeted, and 511 students were reached. The necessary ethics committee permission and dean's permission were obtained for the study. The survey method was used. The questionnaire consists of a smartphone addiction (nomophobia) scale and an academic procrastination scale with questions asking sociodemographic and smartphone usage characteristics. Chi square, Kruskal Wallis variance analysis, Mann Whitney U test, Pearson correlation analysis were performed. Relationships between nomophobia, academic procrastination and grade point average were tested by structural equation modeling.*

Results: *99.8% of the students had a smartphone. Students mostly used their smartphones to talk to their families and to access social networks. Mean score for the nomophobia scale was calculated as 70.1 ± 25.1 (min: 20-max: 140). Two students have no addiction; 170 students (33.7%) were evaluated as mild, 273 students (54.1%) as moderate and 60 students (11.9%) as severely dependent. A statistically significant difference was found between the gender and nomophobia levels of the students. Severe addiction was found higher in women than men. The average score the students got from the academic procrastination scale was 55.8 ± 12.0 . Nomophobia has positive effect on academic procrastination and academic procrastination has negative effect on grade point average. A negative effect of nomophobia on grade point average was also observed. When the analyzes are examined together, it is seen that academic postponement decreases the grade point average and nomophobia directly increases academic procrastination and indirectly decreases grade point average.*

Conclusions: *The use of smart phones is also common among the students of our faculty, and it reduces student success by causing academic procrastination.*

GİRİŞ

21. yüzyıl bilgi ve iletişim teknolojilerinin yüzyılıdır. Yeni nesil kablosuz iletişim araçlarının zaman içindeki gelişimi mobil telefonları en hızlı gelişen sektörlerden biri haline getirmiştir. İnternet kullanımı da başladığı andan itibaren teknolojinin gelişmesiyle birlikte tüm dünyada hızla yayılım göstermiş ve kısa sürede herkesin ilgi odağı olmuştur. Özellikle bilgisayar ağı işlevi sağlayan iletişim sistemlerinin bulunduğu akıllı telefonlarla internetin birleşimi akıllı telefonları hayatın vazgeçilmezi haline getirmiş ve insan hayatını önemli derecede etkilemiştir. Akıllı Tıp Eğitimi Dünyası / Mayıs-Ağustos 2021 / Sayı 61

telefonlar artık sadece “cep telefonu” olarak değil gerçek zamanlı bilgi sağlayıcıları ve güçlü birer taşınabilir bilgisayarlar olarak kabul edilmektedir. Günümüzde akıllı telefonlar çok çeşitli özelliklere sahiptir. Bu özellikleri nedeniyle de dünya çapında geniş bir pazara sahip olmuştur (1,2). Türkiye’de yıllar içinde akıllı telefon satışının giderek arttığı ve üniversite öğrencilerinin önemli bir kullanıcı grubu olduğu görülmektedir (3).

İnternet ve akıllı telefonların günlük hayata getirdikleri kolaylıklar yanında bilinçsiz kullanımları birtakım sorunları da beraberinde

getirmiştir. Baş-boyun ağrısı, göz ve uyku bozukluğu gibi sağlık problemleri oluşmaktadır. Sosyal medyanın takibi ve haberleşme için mesajların kullanılması nedeniyle yüz yüze iletişim azalmakta; sürekli telefonu kontrol etme isteği nedeniyle konsantrasyon bozukluğu gelişmektedir. Dikkat dağınıcı olmasından dolayı evde, işyerinde, trafikte kazalara sebep olduğu gösterilmiştir (1). Bununla birlikte akıllı telefonun aşırı kullanımı, okula veya işe yönelik tutumda değişikliklere, psikolojik veya davranışsal sorunlara da yol açabilmektedir. Bağımlılık bilinçsiz kullanımın getirdiği sorunlardan biridir. Kişi bağımlısı olduğu etkinlikten haz almakta, günlük yaşamını da buna göre düzenlediği için eksikliğinde yaşamı olumsuz yönde etkilenmektedir. Akıllı telefon ve mobil internetten yoksun kalma korkusu “Nomofobi (no mobile phone phobia)” olarak adlandırılmaktadır. Kişi telefonu olmadığı rahatsızlık hissetmekte, endişe duymakta ve gergin olmaktadır. Bu terim ilk kez 2008 yılında ortaya atılmış ve yarattığı stres, kaygı ve endişenin boyutları ve hızla yayılmasına bakılarak Bragazzi ve Del Puente tarafından DSM-V Tanı Ölçütleri Başvuru El Kitabı'na (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders-V) dâhil edilmesi teklif edilmiştir (4). Son yıllarda dünyada ve ülkemizde yapılan çalışmalar nomofobinin üniversite öğrencileri arasında yaygın olduğunu göstermektedir. (5-9).

Üniversite yaşamı gençlerin birçok farklı sorumluluğu üstlendiği mesleki ve sosyal alana hazırlanma sürecinde önemli bir yer tutmaktadır. Eğitim süreçlerinde öğrencilerin akademik olarak yerine getirmeleri gereken birçok farklı görev olmakta; ancak çoğu öğrenci bu görevleri çeşitli nedenlerle ertelemekte ve öğrenciler arasında akademik erteleme davranışı giderek de artmaktadır (10,11). Akademik erteleme ders bırakma, düşük akademik ortalamaya ya da okuldan atılma gibi olumsuz sonuçlara yol açabilmektedir (12,13). Ülkemizde üniversite öğrencilerinde akademik

erteleme nedenlerine yönelik yapılan araştırma sayısı sınırlıdır (14-17).

Bu çalışmada Erciyes Üniversitesi Tıp Fakültesi (EÜTF) öğrencilerinde akıllı telefon bağımlılık oranlarını, akademik erteleme düzeylerini, akıllı telefon kullanım özelliklerini belirlemek ve nomofobi ile akademik erteleme ve akademik başarı arasındaki ilişkiyi incelemek amaçlanmıştır.

GEREÇ VE YÖNTEM

Çalışmada Demir ve Kutlu'nun “İnternet Bağımlılığı, Akademik Erteleme ve Akademik Başarı Arasındaki İlişkiler” adlı çalışmasında ölçekler arasında saptanan korelasyon ($\rho=0.40$) değeri referans alınmış; her bir sınıf için etki büyüklüğü 0.05, alfa hatası 0.05, çalışmanın gücü 0.95 olması koşulunda en az 75 er öğrencinin örneklem gruplarına alınması gerektiği hesaplanmıştır (18). Toplam 450 öğrenciye ulaşılmış hedeflenmiş ve sonuçta 511 öğrenciye ulaşılmıştır. Çalışma için Erciyes Üniversitesi klinik araştırmalar etik kurulundan (Karar No:2018/140, Karar Tarihi:21.03.2018) ve Tıp Fakültesi Dekanlığından izin alınmıştır. Çalışmada tarama yöntemi kullanılmıştır. Veri toplama araçları; anket, öğrencilerin kişisel özellikleri, akıllı telefon kullanım özellikleri ve mobil telefon kullanımına bağlı subjektif semptomları belirleyen 42 soru ile akıllı telefon bağımlılığı (nomofobi) ve akademik erteleme ölçeklerinden oluşmuştur.

Akıllı Telefon Bağımlılığı (Nomofobi) Ölçeği:

Bireylerin akıllı telefon bağımlılığını ölçmek için Yıldırım ve Correia tarafından geliştirilmiştir (19). Ölçek Türkçe'ye uyarlanmıştır (9). Ölçek yedili Likert tipinde 20 maddeden oluşmaktadır. Ölçekten alınabilecek puanlar 20-140 arasındadır. Ölçekten alınan puan 20 ise bağımlılık olmadığı, 21-59 arasında ise düşük seviyede, 60-99 arasında ise orta düzeyde, 100 puan ve üstünde ise ciddi düzeyde bağımlılığın bulunduğu şeklinde yorumlanmaktadır. Türkçe'ye uyarlanmış ölçeğin güvenirlik katsayısı 92'dir. Ölçeğin,

“bilgiye erişememe” (4 madde), “bağlantıyı kaybetme” (5 madde), “iletişime geçememe” (6 madde) ve “rahat hissedememe” (5 madde) olmak üzere dört alt boyutu bulunmaktadır. Alt boyutların güvenilirlik katsayıları ise sırasıyla .90, .74, .94 ve .91’dir. Yapılan bu araştırmada ölçeğin güvenilirlik katsayısı .935, alt boyutların güvenilirlik katsayıları sırasıyla .86, .82, .94 ve .91 olarak bulunmuştur.

Akademik Erteleme Ölçeği: Öğrencilerin öğrenim yaşantılarında yapmaları gereken görevleri içeren (ders çalışma, sınavlara hazırlanma, proje hazırlama gibi) on iki olumsuz, yedi olumlu olmak üzere toplam 19 maddeden oluşmaktadır. Bu ölçekte yer alan maddelere verilen tepkiler beş basamaklı Likert tipinde derecelendirilmektedir (beni hiç yansıtmıyor 1 puan, beni tamamen yansıtıyor 5 puan olacak şekilde). Alınabilecek en düşük puan 19, en yüksek puan 95’tir. Ölçekten alınan yüksek puan, öğrencilerin akademik erteleme olduklarını göstermektedir. Ölçeğin Cronbach alpha güvenilirlik katsayısı .92 olarak bulunmuştur (20). Yapılan bu araştırmada ölçeğin güvenilirlik katsayısı ise .86’dır. Çalışmada 87 öğrenci okul numaralarını

BULGULAR

Araştırmada 511 tıp fakültesi öğrencisine ulaşılmıştır. Öğrencilerin yaş ortalaması 21.8±2.5 (min:18-max:38) yıldır. %98,2’si bekarlıdır. Araştırmaya katılan öğrencilerin sosyodemografik özellikleri Tablo 1’de gösterilmiştir.

Araştırmaya katılan öğrencilerden sadece biri akıllı telefona sahip değildir (n=510). Sahip olan öğrencilerin tamamı akıllı telefonlarından internete bağlanmaktadır. Öğrencilerin %68,0’ının akıllı telefonu 1000-3000 TL arasındadır. Akıllı telefon kullanımlarına ilişkin bulgular Tablo 2’de gösterilmiştir.

Öğrencilerin %58,8’i akıllı telefonlarında medikal aplikasyonların yüklü olduğunu söylemiştir. Tablo 3’te öğrencilerin akıllı telefon kullanımlarına yönelik verilen

belirtmedikleri için GANO’larına (Genel Akademik Not Ortalaması- öğrencilerin içinde buldukları lisans dönemine kadar olan notlarının ortalaması) ulaşılammıştır. Elde edilen veriler bilgisayara girilmiş, tanımlayıcı istatistikler verilmiştir. Analizlerde SPSS 22.0 istatistik paket programı kullanılmıştır. Akademik erteleme ve nomofobi ölçek puanlarının normal dağılıma uygunluğu Kolmogrov Smirnov testi ve grafiklerle değerlendirilmiştir. Kategorik değişkenler arasındaki farkı belirlemek için ki kare analizi kullanılmıştır. Ölçek puanlarının normallik dağılımına göre ortalamalar arası farklar için Kruskal Wallis Varyans analizi ve Mann Whitney U testi yapılmıştır. Öğrencilerde nomofobi, akademik erteleme ve akademik başarı arasında ilişkileri incelenirken pearson korelasyon analizi yapılmıştır. Nomofobi, akademik erteleme ve GANO arasındaki ilişkiler yapısal eşitlik modellemesi ile test edilmiştir. Değişkenlerin etkileşimine dayalı ilişki tarama modeli, ileriye dönük olası araştırmalara bir bakış açısı sağlayarak bilime katkı sağlamaktadır (21). Bu analizler için STATA istatistik programı kullanılmıştır.

önermelere katılma durumlarının yüzde dağılımı verilmiştir.

Öğrenciler akıllı telefonlarını en çok aileleri ile konuşmak (%28,1) ve sosyal ağlara girmek (%28,0) için kullanmaktadırlar. Geceleri cep telefonlarını 380 öğrenci kapatmadığını ifade etmiş ve bu öğrencilerin %7,4’ü telefonunu yastığının altında, %70,3’ü kolay ulaşabileceği yatağına yakın bir yerde, %17,1’i kendine uzak ancak aynı odada bulundurduğunu söylemiştir. Öğrencilerin %95,3’ü uyumadan önce akıllı telefonları ile zaman geçirdiklerini, %87,8’i ise uyanır uyanmaz akıllı telefonlarını kontrol ettiklerini ifade etmiştir. 114 öğrenci günde birden fazla, 348 öğrenci ise her gün telefonunu şarj etmektedir. 160 (%31,4) “akıllı telefonunuz olmadan kaç gün geçirebileceğinizi

düşünüyorsunuz?” sorusunda “geçiremem” şeklinde cevap vermiştir.

Öğrencilerin %64,3’ü yemek masasında, %95,5’i otobüste, %82,7’si derste, %73,5’i yürürken, %60,6’sı biri ile sohbet ederken, %81,6’sı sosyal ortamlarda arkadaşlarının yanında iken bile akıllı telefonlarını kullanma/kontrol etme ihtiyacı hissetmektedir.

Katılımcıların %28,2’si karşıdan karşıya geçerken ve arabası olanların %33,4’ü araba kullanırken de akıllı telefonlarını kullanma/kontrol etme ihtiyacı hissetmektedir. 23 öğrenci evde, okulda veya trafikte akıllı telefon yüzünden dikkati dağılıp kaza geçirdiğini ifade etmiştir.

Tablo 1. Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Sosyodemografik Özellikleri

	Sayı	%
Cinsiyet (n=509)		
Erkek	215	42.2
Kadın	294	57.8
Sınıf (n=511)		
1	78	15.3
2	87	17.0
3	99	19.4
4	78	15.3
5	86	16.8
6	83	16.2
Kalınan Yer (n=509)		
Ailenin Yanı	250	49.1
Akrabalarının Yanı	3	0.6
Yurt	121	23.7
Arkadaşları ile Evde	93	18.3
Evde tek	35	6.9
Diğer	7	1.4
Ailenin Ortalama Aylık Geliri (n=501)		
1600 TL altı	42	8.4
1600-5100 TL arası	296	59.1
5100 TL üzeri	163	32.5
Öğrencinin Ortalama Aylık Harcaması (n=505)		
1600TL altı	459	90.9
1600-5100 TL arası	41	8.1
5100 TL üzeri	5	1.0

Tablo 2. Araştırmaya Katılan Akıllı Telefon Kullanan Öğrencilerin Kullanımlarıyla İlgili Özellikleri

	Sayı	%
Akıllı Telefona Sahip Olma Süresi (n=508)		
<1 yıl	6	1.2
1-3 yıl	89	17.5
4-6 yıl	265	52.2
>6 yıl	148	29.1
Akıllı Telefon Seçimindeki İlk Kriter (n=507)		
Fonksiyon	295	58.2
Marka	117	23.1
Fiyat	45	8.9
Görünüş	31	6.1
Diğer	19	3.7
Günlük Ortalama Akıllı Telefon Kullanma Süresi (n=510)		
<1 saat	64	12.5
1-4 saat	324	63.5
>4 saat	122	24.0
Akıllı Telefon Kontrol Etme Sıklığı (n=506)		
Her 5-20 dakikada bir	130	25.7
21-40 dakikada bir	190	37.5
41-60 dakikada bir	121	23.9
60 dakika üzerinde	65	12.9

Tablo 3: Öğrencilerin Verilen Önermelere Katılım Durumları (%)

	Evet, her zaman	Evet, Sıklıkla	Evet, bazen	Evet, nadiren	Hayır
Ders çalışırken mobil telefonunu yanında bulundurma (n=509)	29.3	42.4	18.9	4.9	4.5
Ders çalışırken sosyal medyayı kontrol etme (n=510)	12.7	21.4	33.1	17.1	15.7
Teorik dersler sırasında telefonunu kapatma (uçak modu dahil) (n=510)	4.3	4.3	6.9	9.8	74.7
Pratik dersler sırasında telefonunu kapatma (uçak modu dahil) (n=507)	4.3	7.9	6.7	9.9	71.2
Teorik dersler sırasında telefonunu kontrol etme (n=510)	9.8	21.6	35.7	20.4	12.5
Bildirimlere cevap verme (n=510)	9.2	23.3	31.8	19.2	16.5
Pratik dersler sırasında cep telefonunu kontrol etme (n=507)	4.5	14.6	29.6	27.6	23.7
Bildirimlere cevap verme (n=507)	5.7	15.0	27.8	20.5	31.0
Dersler sırasında oyun oynama (n=509)	2.9	5.9	18.7	16.3	56.2
Teorik ders sırasında çalan telefonu cevaplama (n=510)	1.3	0.8	6.3	10.4	81.2
Pratik ders sırasında çalan telefonu cevaplama (n=506)	1.4	2.2	5.5	9.1	81.8
Ders çalışırken çalan telefonu cevaplama (n=508)	23.0	35.2	18.1	10.4	13.3

Öğrencilerin akıllı telefon kullanımının kendilerinde yarattığını etkilere ilişkin düşünceleri Tablo 4'te gösterilmiştir.

Akıllı telefonu olan 510 öğrenciden 505 öğrenci nomofobi ölçeğini eksiksiz olarak doldurmuştur. Bu öğrencilerin ölçek puan ortalamaları 70.1 ± 25.1 'dir (min:20-max:140). Akıllı telefonu olan öğrencilerin ikisinin puanı (%0,4) 20'dir ve bağımlılık yok olarak değerlendirilmiştir. %33,7'si (n=170) hafif düzeyde, %54,1'i (n=273) orta düzeyde ve %11,9'u (n=60) ciddi düzeyde bağımlılık göstermektedir. Öğrencilerin alt boyutlardan aldıkları puan ortalamaları bilgiye erişememe için 15.6 ± 6.1 ; bağlantıyı kaybetme için 17.9 ± 7.5 ; iletişime geçememe

için 23.8 ± 9.9 ; rahat hissedememe için 12.7 ± 7.8 olarak hesaplanmıştır. Kendisini akıllı telefon bağımlısı olarak nitelendirmeyen 331 öğrencinin %41,4'ü hafif, %52,3'ü orta ve %5,7'si ciddi düzeyde bağımlı olarak tespit edilmiştir.

Öğrencilerin cinsiyetleri ile nomofobi düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark saptanmıştır (ki kare=8.042; p=0.045). Fark ciddi bağımlılık düzeyinde olmuştur. Kadınların %14,8'i ciddi düzeyde bağımlı iken erkeklerin %8,0'i ciddi düzeyde bağımlı olarak tespit edilmiştir. Öğrencilerin sınıfları ile nomofobi düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır (ki kare=20.288 p=0.161).

Tablo 4. Öğrencilerin Akıllı Telefon Kullanımının Kendilerinde Yarattığı Etkilere İlişkin Düşüncelerinin Dağılımı (%)

Etkiler	Evet	Hayır
Göz yorgunluğu /bozukluğu (n=507)	75.7	24.3
Konsantrasyon bozukluğu (n=504)	53.4	46.6
Uyku bozukluğu (n=508)	49.2	50.8
Yorgunluk/ uyuşukluk (n=507)	48.7	51.3
Baş ağrısı (n=504)	43.8	56.2
Parmaklarda uyuşma (n=507)	39.3	60.7
Bileklerde ya da boyunda ağrı (n=507)	39.1	60.9
Akademik başarıda düşme (n=503)	35.4	64.6
Sabırsızlık (n=505)	33.0	67.0
Sosyal etkileşimde azalma (n=503)	33.0	67.0
Kulak ağrısı (n=503)	14.9	85.1
Duymada zorluk (n=504)	11.7	88.3

Öğrencilerin akademik erteleme ölçeğinden aldıkları puan ortalaması 55.8 ± 12.0 'dir (ortanca= 56.0). Bazı özelliklere göre akademik erteleme puanlarının dağılımı Tablo 5'te gösterilmiştir.

Sınıf, nomofobi durumu, öğrencinin okuldaki akademik başarısını değerlendirme durumu ile akademik erteleme puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur.

Öğrencilerde nomofobi, akademik erteleme ve akademik başarı arasında ilişki Tablo 6'da gösterilmiştir.

Akademik erteleme ile GANO arasında negatif yönlü orta düzey bir korelasyon ve nomofobi ile akademik erteleme arasında pozitif yönlü düşük bir korelasyon saptanmıştır.

Tablo 5. Bazı Özelliklere Göre Akademik Erteleme Puanlarının Dağılımı

Özellikler	Akademik erteleme puan Ortanca (min-max)	p
Cinsiyet		
Erkek	56.0 (31.0-93.0)	
Kadın	56.0 (23.0-91.0)	<i>p=0.635</i>
Sınıf		
1	57.0 (23.0-82.0) ^{ab}	
2	55.0 (34.0-91.0) ^{ab}	
3	55.0 (29.0-81.0) ^{ab}	
4	52.0 (27.0-92.0) ^a	
5	59.0 (33.0-93.0) ^b	
6	55.0 (31.0-81.0) ^{ab}	<i>p=0.046</i>
Nomofobi durumu		
Yok	46.5 (46.0-47.0) ^{abc}	
Hafif	53.05 (29.0-93.0) ^a	
Orta	57.0 (23.0-91.0) ^{bc}	
Ciddi	58.0 (34.0-92.0) ^c	<i>p=0.023</i>
Okuldaki akademik başarı durumunu nasıl değerlendirdiği		
Çok iyi	23.0 (23.0-67.0) ^{ade}	
İyi	49.0 (27.0-82.0) ^d	
Orta	57.0 (31.0-90.0) ^e	
Kötü	64.0 (37.0-83.0) ^b	
Çok kötü	76.0 (54.0-93.0) ^{bc}	<i>p<0.001</i>

Aynı harfleri içerenler benzer gruplardır.

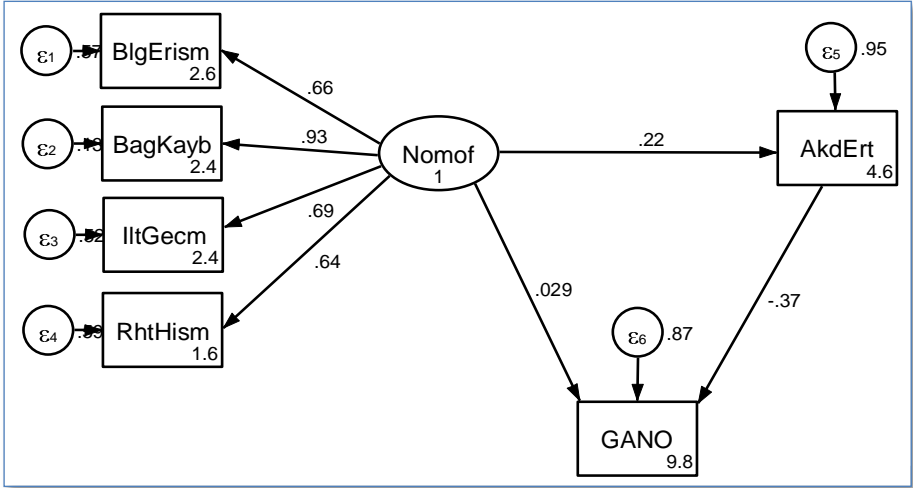
Tablo 6: Nomofobi, Akademik Erteleme ve Akademik Başarı Arasında İlişki

	Nomofobi	Akademik erteleme	GANO
Nomofobi	1		
Akademik erteleme	0,178*	1	
GANO	0,16	-0,314*	1

**p*<.05

Nomofobi, akademik erteleme ve GANO arasındaki ilişkilerin yapısal eşitlik modellemesi;

Nomofobi, akademik erteleme ve GANO'ya ilişkin hipotetik model path analizi sonuçları Şekil 1'de gösterilmiştir.



Şekil 1. Nomofobi, Akademik Erteleme ve GANO'ya İlişkin Hipotetik Model Path Analizi

Hipotetik modele ilişkin uyum indeksleri incelenmiş ve modelin χ^2/sd si 1,31 olarak hesaplanmıştır. Modelde RMSEA: 0.027, GFI: 0.98, TLI: 0.99, IFI: 0.99 ve CFI değeri ise 0.99'dur. Modelde yer alan yolların tamamı 0.001 düzeyinde anlamlıdır. SRMR değeri ise 0.022'dir. RMSEA değerinin .80'in altında olması, χ^2/sd 'nin 5'ten küçük olması ve GFI, TLI, IFI, AGFI ve CFI değerlerinin ise .90'ın üzerinde olması modelin iyi uyumunu göstermiştir. Bu bulgular birlikte değerlendirildiğinde, değerlerin oluşturulan hipotetik modeli doğruladığı söylenir. Kabul ettiğimiz hipotetik modelin regresyon

katsayıları Tablo 7'de gösterilmiştir. Hipotetik modelin regresyon katsayıları incelendiğinde; nomofobinin akademik erteleme üzerinde pozitif yönlü, akademik ertelemenin de GANO üzerinde negatif yönlü etkisi olduğu görülmüştür. Nomofobinin GANO üzerinde negatif yönlü etkisi de görülmektedir.

Yapılan tüm analizler birlikte incelendiğinde akademik erteleminin GANO'yu düşürdüğü; nomofobinin doğrudan akademik ertelemeyi artırırken dolaylı olarak da GANO'yu düşürdüğü gösterilmiştir.

Tablo 7. Hipotetik Modelin Regresyon Katsayıları

		Katsayı/ standartize katsayı	Standart hata	z	p
Doğrudan etkiler	Nomofobi akademik →erteleme	0.666/ 0.216	0.160	4.14	<0.001
	Akademik erteleme→ GANO	-0.011/-0.372	0.001	-7.98	<0.001
	Nomofobi → GANO	0.003/0.03	0.005	0.60	0.551
Dolaylı etki	Nomofobi →GANO	-0.007/-0.08	0.002	-3.67	<0.001

TARTIŞMA

Çalışmamızda sadece bir öğrencinin akıllı telefona sahip olmadığı ve diğer öğrencilerin tamamının akıllı telefonlarından internete bağlandığı görülmüştür. Akıllı telefona sahip olma oranı ülkemizde ve yurtdışında üniversite öğrencilerinde yapılan çalışmalarda %90'ların üzerinde bulunmuştur (22-25). Bu durum akıllı telefonların üniversite öğrencilerinin hayatlarında vazgeçilmezler arasında yerini aldığını göstermektedir. Bunu destekleyen diğer bulgularımız da öğrencilerin üçte birinin telefonsuz gün geçiremeyeceğini söylemesi ve günlük işleri sırasında dahi akıllı telefonlarını kullanma/kontrol etme ihtiyacı hissetmeleridir. Diğer çalışmalarda da artık insanlar cep telefonsuz kalamayacaklarını söylemektedirler (5,6). Öğrencilerin akıllı telefon seçimlerini etkileyen en önemli özellik bu çalışmada da diğer çalışmalardaki gibi akıllı telefonun fonksiyonu olmuştur (7,26). Öğrencilerin yarısından fazlasının akıllı telefonlarında medikal uygulamalar yüküdür. Bu fonksiyonu ile telefonlarını eğitimleri için de kullandıklarını göstermektedir. Araştırmamızda öğrenciler akıllı telefonlarını en sık aileleri ile konuşmak ve sosyal ağlara girmek için kullanmaktadırlar. Ülkemizde ve yurtdışında yapılan çalışmalarda benzer sonuçlar elde edilmiştir (6,21,25-27). Öğrencilerimizin yarısından fazlası akıllı telefonlarını günlük ortalama 1-4 saat arasında kullanmaktadır. Tıp öğrencilerinde öğrencilerin çoğunlukla günlük ortalama 1-4 saat aralığında akıllı telefonlarını kullandıklarını gösteren çalışmalar olduğu gibi (25,28) bundan daha fazla saat telefonla zaman geçirdiklerini gösteren çalışmalar da bulunmaktadır (22,24,29). Çalışmamızda dört öğrenciden birinin telefonunu her 5-20 dakikada bir kontrol etmesi; büyük kısmının telefonlarını ders çalışırken yanlarında bulundurması; sosyal medyayı kontrol etmesi, çalan telefonlara cevap vermesi hem teorik hem de pratik derslerde telefon bildirimlerine cevap vermesi diğer önemli bulgular olarak değerlendirilmiştir. Tıp öğrencilerinde yapılan başka çalışmalarda da

benzer bulgular elde edilmiştir (24,30). Öğrencilerin derslerde telefonları kapatma yerine sessiz moda aldıkları ve bildirimlerden dolayı sınıfta yapılması gereken işler yerine başka işlere yöneldikleri gösterilmiştir. Sınıf içinde mobil teknolojilerin eğitim amaçlı kullanımında bile, öğrencilerin yaklaşık her beş dakikada bir öğrenmelerini verimli kılacak etkinliklerden; SMS, sohbet uygulamaları, ya da sosyal ağlarda gezinme gibi verimsiz işlere yöneldikleri ve bazı öğrencilerin bu görev geçişlerini yapmadan iki dakika bile duramadıkları tespit edilmiştir (31). Öğrencilerin ders sırasında veya ders çalışırken akıllı telefonlarını kullanmalarının dikkatlerini dersten uzaklaştıracağı açıktır. Bizim çalışmamızda bunu destekleyen bir diğer bulgu öğrencilerimizin yaklaşık yarısının akıllı telefon kullanımının kendilerinde konsantrasyon bozukluğu yarattığını düşünmesidir. Yaklaşık üçte birinde de telefon kullanımının akademik başarılarında düşmeye neden olduğunu düşünmektedir. Aman'ın çalışmasında da tıp öğrencilerinin yarısı akademik performanslarının telefondan etkilendiğini belirtmiştir (30). Baghianimoghadam'ın çalışmasında da sağlık bilimleri öğrencilerin yaklaşık dörtte biri aynı şekilde cep telefonunun çalışmaları ve akademik başarıları üzerinde ciddi olumsuz etkileri olduğunu belirtmiştir (23). Dikkatin dersten uzaklaşması öğrencilerin bilişsel performanslarında düşüşe yol açmakta, öğrenmenin verim ve kalitesini düşürmekte ve hatırlamayı zorlaştırmaktadır (32,33). Çalışmamızda öğrencilerin çok büyük bir bölümünün uyumadan önce akıllı telefonları ile zaman geçirdikleri belirlenmiştir. Üniversite öğrencilerinde yatmadan önce telefonla vakit geçirmek oldukça yaygındır. Bu oranın çalışmalarda %90'ların üzerinde olduğu gösterilmiştir (25,34). Cep telefonlarına bakarken mavi ışığa maruz kaldıkları için uykusuzluk problemi çekmektedirler (1). Öğrencilerimizin yarısı telefon kullanımına bağlı uyku bozukluğu yaşadığını söylemektedir. Benzer şekilde birinci sınıf tıp öğrencilerinde

yapılan çalışmada %49,7'si cep telefonu nedeniyle uyku düzeninin bozulduğunu belirtmiştir (29). Uykusuzluk öğrencilerin eğitim hayatını etkileyen günlük işlerine konsantre olamamalarına hatta akademik erteleme davranışına yol açan bir faktör olabilir. Öğrencilerin yarısından fazlası cep telefonu kullanım etkileri olarak göz yorgunluğu; yaklaşık yarısı yorgunluk/uyuşukluk ve baş ağrısını belirtmiştir. Bir başka çalışmada da baş ağrısı ve yorgunluk/uyuşukluk en sık yaşanan yan etkiler olarak belirtilmiştir (8).

Öğrencilerin %33,9'u kendisini, %14,1'i annesini, %11,9'u babasını akıllı telefon bağımlısı olarak nitelendirmektedir. Ülkemizde tıp fakültesi birinci sınıf öğrencilerinde yapılan çalışmada kendisini telefon bağımlısı olarak niteleyen öğrencilerin oranı %27,4 olarak bulunmuştur (29). Kardeşi/kardeşleri olanların %46,5'i kardeşi/kardeşlerini akıllı telefon bağımlısı olarak nitelendirmektedir. Bu da her geçen nesilde telefon bağımlılığın arttığı bir göstergesi olarak düşünülebilir. Diğer ilginç bir bulgu da kendisini bağımlı olarak sınıflamayan öğrencilerin bağımlı olması yani durumlarını farkında olmamaları ve öğrencilerin kendilerinin bağımlı görmemelerine rağmen toplumumuzda akıllı telefon kullanımının bağımlılık düzeyinde olduğunu (%94,7) düşünmesidir. Teknolojinin gün geçtikçe yaygınlaşması ve kontrolsüz ve bilinçsiz bir şekilde kullanılması sonucu akıllı telefon bağımlılığında artış beklenen bir durumdur. Ancak öğrencilerin nomofobinin tehlikelerinin ne kadar farkında olduklarının değerlendirilmesi ve yapılacak bilgilendirmelerle ciddi bağımlılık oluşmadan akılcı kullanımın sağlanması önemli görünmektedir.

2018 yılında yürüttüğümüz çalışmamızda EÜTF öğrencilerinin %33,7'si hafif düzeyde, %54,1'i orta düzeyde ve %11,9'u ciddi düzeyde telefon bağımlısı olarak saptanmıştır. Tıp öğrencilerinde yapılan araştırmalarda bağımlılığı tespit etmek için kullanılan testlere de bağlı olarak bağımlılık oranlarının

değişkenlik gösterdiği görülmektedir. Oranlar %14,6 ile %75 arasında değişmektedir. (5,8,27,35-37). Çalışmamızda kullanılan ölçekle yapılan çalışmalarda ciddi bağımlılık %3'ün altından %7,5' e kadar bildirilmiştir (27,28,38). Bizim çalışmamızda ciddi düzeyde bağımlılık bu çalışmalardan daha yüksek (%11,9) düzeyde bulunmuştur. Birinci sınıf tıp öğrencilerinde yapılan bir başka çalışmada ise ciddi bağımlılık %22,1, orta düzeyde bağımlılık %60,0 oranında tespit edilmiştir (34). Kültürel faktörler ve çalışmanın yürütüldüğü yıllar bunda etken olmuş olabilir.

Ülkemizde Sezer ve ark. ile Okuyan ve ark.'nın aynı ölçekle tıp fakültesi öğrencilerinde yaptıkları çalışmalarında ölçek puan ortalamaları sırasıyla 75.58 ±23.70 ve 77.2±22,4 olarak hesaplanmıştır (39,40). Çalışmamızda 70.1±25,1 olarak bulunmuştur. Nomofobi ölçeğinin kullanıldığı diğer çalışmalarda olduğu gibi bizim çalışmamızda da iletişime geçilememe ve bilgiye erişememe faktörlerinin daha yüksek puanlar aldığı görülmektedir (37,39,40).

Çalışmamızda öğrencilerin cinsiyetleri ile nomofobi düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark saptanmış ve kadınlarda ciddi düzeyde bağımlılık erkeklerden fazla tespit edilmiştir. Tıp öğrencilerinde yapılan bazı çalışmalarda bizim çalışmamıza benzer şekilde kadınların erkeklerden daha fazla nomofobik oldukları bulunmuştur (28,35,37). Kadınların erkeklerden daha fazla akıllı telefon bağımlısı olduğunu gösteren çalışmaların (2,5,41) yanında erkeklerde fazla olduğunu gösteren çalışmalar olduğu gibi cinsiyet ile akıllı telefon bağımlılığı arasında fark olmadığını gösteren çalışmalar da mevcuttur (7,8,25,27,34,36,39,42,43).

Öğrencilerin sınıflarına göre akıllı telefon bağımlılık düzeyleri arasında farklı sonuçlar elde eden çalışmalar bulunmaktadır. Bizim çalışmamızda olduğu gibi öğrencilerin sınıfları ile akıllı telefon bağımlılık düzeyleri arasında fark saptanmamış çalışmalar (36,39) olduğu gibi öğrencilerin sınıfları ile akıllı telefon

bağımlılığı arasında anlamlı fark bulmuş çalışmalar da mevcuttur (5,37,35).

Çalışmamızda akademik erteleme puan ortalaması 55.8 ± 12.0 'dır. Aynı ölçeği kullanarak tıp fakültesi öğrencilerinde yapılan çalışmada ($55,79 \pm 13,21$) ve öğretmen adaylarıyla yapılan çalışmadakine (51.43 ± 12.43) benzer puan ortalamaları bulunmuştur (44,45). Akademik erteleme ölçeğinin en yüksek puanın 95, en düşük puanının 19 olabileceği düşünüldüğünde lisans öğrencilerimizin orta düzeyde ertelemeci oldukları söylenebilir. Çalışmamızda cinsiyete göre akademik erteleme puanları arasında fark yoktur. Bazı çalışmalarda benzer şekilde bulunmuştur (18,48,49). Ancak farklı sonuçlar içeren çalışmalarda mevcuttur (44-47). Bu çalışmada öğrencilerin akademik erteleme puanları okudukları sınıf seviyelerine göre anlamlı farklılık göstermektedir. Beşinci sınıf öğrencilerinin dördüncü sınıf öğrencilerine göre daha ertelemeci oldukları görülmüştür. Seyhun'un çalışmasında tıp fakültesinde 1. ve 5. sınıflar arasında anlamlı bir fark bulmuş ve en düşük erteleme puanın birinci en yüksek erteleme puanı beşinci sınıflarda olduğu gösterilmiştir (44). Çeri'nin çalışmasında birinci sınıfta okuyan öğrencilerin ikinci ve üçüncü sınıfta okuyan öğrencilere oranla daha fazla akademik erteleme davranışı gösterdikleri tespit edilmiştir (48). Aynı zamanda, dördüncü sınıfta okuyan öğrencilerin üçüncü sınıfta okuyan öğrencilere kıyasla daha fazla akademik erteleme davranışı göstermeye eğilimli oldukları gösterilmiştir. Kınık'ın çalışmasında ise fark saptanmamıştır (49).

Öğrencilerin nomofobi durumlarına göre de akademik erteleme puanları arasında fark tespit edilmiştir. Fark hafif nomofobik olanların akademik erteleme puanlarının orta ve ciddi düzeyde nomofobik olanlardan daha düşük olmasından kaynaklanmaktadır. Nomofobik olma durumu ilerledikçe öğrenciler akademik erteleme davranışı sergilemektedirler.

Bizim çalışmamızda nomofobinin akademik erteleme üzerinde pozitif yönlü; akademik Tıp Eğitimi Dünyası / Mayıs-Ağustos 2021 / Sayı 61

ertelemenin de GANO üzerinde negatif yönlü etkisi olduğu görülmüştür. Nomofobinin GANO üzerinde negatif yönlü etkisi de görülmektedir. Yapılan tüm analizler birlikte incelendiğinde akademik ertelemenin GANO'yu düşürdüğü; nomofobinin doğrudan akademik ertelemeyi arttırırken dolaylı olarak da GANO'yu düşürdüğü gösterilmiştir. Sezer B. çalışmasında nomofobinin akademik başarı ile ilişkili olduğunu bulmuş ve akademik başarısı 50-60 olan öğrencilerin nomofobi puanlarının 81-90 ve 91-100 olan öğrencilerden farklı olduğunu göstermiştir (39). Arvind'in çalışmasında nomofobi puanlarının öğrencilerin akademik performanslarıyla ters ilişkili olduğu, yani artan nomofobi puanlarının akademik performansları düşürdüğü görülmüştür. Ahmed ile Anju'nun çalışması da nomofobinin devamsızlık, bozulmuş çalışma alışkanlığı, konsantrasyon olamama, sık sık ders kaçırma ve derse geç gelme gibi nedenlerle akademik performans üzerinde ciddi bir etkiye sahip olduğunu ortaya konmuştur (50,51).

SONUÇ

Akıllı telefon kullanımı gittikçe artan bir durumdur. Doğru kontrol edilmediği takdirde akıllı telefon kullanımı çok kritik bir sorun haline gelebilir. Öğrencilerimizin akıllı telefon kullanımının akılcı olmadığı çalışmanın sonuçlarından anlaşılmaktadır. Bu durumun önüne geçebilmek için öğrencilerimiz bilinçlendirilmeli ve farkındalık sağlanmalıdır. Tıp eğitimi müfredatı içine akıllı telefon kullanımının etkileri ve akılcı kullanıma ilişkin konular eklenebilir.

KAYNAKLAR

1. Yanık A, Batu M. Sorunlu Akıllı Telefon Kullanımı ve Öne Çıkan Psikopatolojilerin Sistematik Gözden Geçirilmesi. In: Mercan Y (Ed.). Multidisipliner Perspektiften Psikoloji. İksad yayınevi;2019.
2. Erdem H, Türen U, Kalkın G. Mobil

- Telefon Yoksunluğu Korkusu (Nomofobi) Yayılımı: Türkiye’den Üniversite Öğrencileri ve Kamu Çalışanları Örnekleme. *Bilişim Teknolojileri Dergisi* 2017;10(1):1-12.
3. Gökaliiler E, Aybar A, Göker G. Bir Statü Tüketimi Göstergesi Olarak Iphone Markalı Akıllı Telefon Algısı: Üniversite Öğrencileri Üzerine Bir Araştırma. *Selçuk Üniversitesi İletişim Fakültesi Akademik Dergisi* 2011;7(1):36-48.
4. Bragazzi NL, Del Puente G. A Proposal for Including Nomophobia in The New DSM-V. *Psychology Research And Behavior Management* 2014; 7:155-160.
5. Prasad M, Patthi B, Singla A, Gupta R, Saha S, Kumar JK, Malhi R, Pandita V. Nomophobia: A Cross-sectional Study to Assess Mobile Phone Usage Among Dental Students. *Journal of Clinical and Diagnostic Research* 2017;11(2): ZC34-ZC39.
6. Akanferri AA, Aziale LK, Asampana I. An Empirical Study on Mobile Phone Usage Among Young Adults in Ghana: From the Viewpoint of University Students. *Int J Comput Appl.* 2014;98(5):15-21.
7. Minaz A, Çetinkaya Bozkurt Ö. Üniversite Öğrencilerinin Akıllı Telefon Bağımlılık Düzeylerinin ve Kullanım Amaçlarının Farklı Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi* 2017; 9(21):268-286.
8. Sharma N, Advani U, Sharma L, Jain M, Sharma K, Dixit AM. Pattern of Mobile Phone Usage Among Medical Students. *Int J Acad Med.* 2019; 5:118–23.
9. Yıldırım C, Şumuer E, Adnan M, Yıldırım S. A Growing Fear Prevalence of Nomophobia Among Turkish College Students. *Information Development* 2016;32(5):1322- 1331.
10. Steel P. The Nature of Procrastination: A Meta-Analytic and Theoretical Review of Quintessential Self-Regulatory Failure. *Psychological Bulletin* 2007;133(1):65-94.
11. Klassen RM, Krawchuk LL, Rajani S. Academic Procrastination of Undergraduates: Low Self-Efficacy to Self-Regulate Predicts Higher Levels of Procrastination. *Contemporary Educational Psychology* 2007; 33:915-931.
12. Lay CH. At Last, My Research Article on Procrastination, *Journal Of Research in Personality* 1986; z20(4):474-495.
13. Guzey M. Akademik Erteleme: Bir Öğrenci Klasîği. *Türk Psikoloji Bülteni* 2007;13 (41): 84-86.
14. Balkıs M, Duru E. Akademik Erteleme Davranışının Öğretmen Adayları Arasındaki Yaygınlığı, Demografik Özellikler ve Bireysel Tercihlerle İlişkisi. *Eğitimde Kuram ve Uygulama* 2009;5(1):18-32.
15. Uzun Özer B, Demir A, Ferrari JR. Exploring Academic Procrastination Among Turkish Students: Possible Gender Differences in Prevalence and Reasons. *The Journal of Social Psychology* 2009;149(2):241-257.
16. Bekleyen N. Understanding the Academic Procrastination Attitude of Language Learners in Turkish Universities. *Educational Research and Reviews* 2017;12(3):108-115.
17. Özer A, Altun E. Üniversite Öğrencilerinin Akademik Erteleme Nedenleri. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi* 2011;11(21):45-72.
18. Demir Y, Kutlu M. İnternet Bağımlılığı, Akademik Erteleme ve Akademik Başarı Arasındaki İlişkiler. *International Journal of Social Science* 2017; 61:91-105.

19. Yıldırım C, Correia AP. Exploring the Dimensions of Nomophobia: Development, Validation of A Self-Reported Questionnaire. *Computers in Human Behavior* 2015; 49: 130-137.
20. Çakıcı DÇ. Lise ve Üniversite Öğrencilerinde Genel Erteleme ve Akademik Erteleme Davranışının İncelenmesi. (Yüksek lisans tezi). Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü 2003, Ankara.
21. Toraman Ç, Özdemir HF, Koşan Aytuğ AM, Orakçı Ş. Relationships between Cognitive Flexibility, Perceived Quality of Faculty Life, Learning Approaches, and Academic Achievement. *International Journal of Instruction* 2020;13(1):85-100.
22. Sut Kahyaoğlu H, Kurt S, Uzal Ö, Özdiş S. Sağlık Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Akıllı Telefon Bağımlılık Düzeylerinin Sosyal ve Eğitim Hayatına Etkisi. *Euras J Fam Med* 2016;5(1):13-19.
23. Baghianimoghdam MH, Shahbazi H, Masoodi Borojeni D, Baghianimoghdam B. Attitude and Usage of Mobile Phone among Students in Yazd University of Medical Science. *Iran Red Crescent Med J*. 2013;15(8):752-4.
24. Siddiqi N, Jahan F, Moin F, Al-Shehhi F, Albalushi F. Excessive use of Mobile Phones by Medical Students: Should Precautions be Taken? *Biomedical and Pharmacology Journal* 2017;10(4):1631-1638.
25. Pavithra MB, Suwarna M, Mahadeva Murthy TS. A Study on Nomophobia- Mobile Phone Dependence, Among Students of a Medical College in Bangalore. *Ntl J of Community Med* 2015;6(3):340-344.
26. Ünal MH. Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Tıp Fakültesi Öğrencilerinin Akıllı Tıp Eğitimi Dünyası / Mayıs-Ağustos 2021 / Sayı 61
- Telefon Bağımlılık Düzeylerinin Belirlenmesi. *Uzmanlık Tezi* 2015. T.C. Sağlık Bakanlığı Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Tıp Fakültesi Aile Hekimliği Anabilim Dalı.
27. Madhusudan M, Sudarshan P, Tv S, Gopi A, Fernandes S. Nomophobia and Its Determinants Among The Students of A Medical College in Kerala. *International Journal of Medical Science and Public Health* 2017; 6:1046-1049.
28. Sethia S, Melwani V, Melwani S, Priya A, Gupta M, Khan A. A Study to Assess The Degree of Nomophobia Among The Undergraduate Students of A Medical College in Bhopal. *International Journal Of Community Medicine And Public Health* 2018; 5(6): 2442-2445.
29. Yıldırım S, Kolcu G, Başaran Ö, Tamam İ. Smart Phone Addiction And Related Factors in First Class Students of A University Faculty of Medicine. *Med J SDU* 2019;26(4): 396-407.
30. Aman T. Shah N, Hussain A, Khan A, Asif S, Qazi IA. Effects Of Mobile Phone Use On The Social And Academic Performance Of Students Of A Public Sector Medical College In Khyber Pakhtunkhwa Pakistan. *KJMS* 2015;8(1):99-103.
31. Rosen LD, Carrier LM, Cheever NA. Facebook and Texting Made Me Do It: Media-Induced Task-Switching While Studying. *Computers in Human Behavior* 2013;29(3): 948-958.
32. Pellowe EL, Cooper A, Mattingly BA. Are Smart Phones Inhibiting Smartness? Smart Phone Presence, Mobile Phone Anxiety, and Cognitive Performance. *Undergraduate Journal of Psychology* 2015;28(1): 20-25.
33. Nikhita CS, Jadhav PR, Ajinkya SA. Prevalence of Mobile Phone Dependence in

Secondary School Adolescents. *Journal of Clinical and Diagnostic Research* 2015;9(11): 6-9.

34. Farooqui IA, Pore P, Gothankar J. Nomophobia: an Emerging Issue in Medical Institutions? *J Ment Health*. 2018;27(5):438-441.

35. Mengi A Abhishek, S, Gupta V. An Institution-Based Study to Assess The Prevalence Of Nomophobia and Its Related Impact Among Medical Students in Southern Haryana,India. *J Family Med Prim Care* 2020;9(5):2303–2308.

36. Basu S, Garg S, Singh MM, Kohli C. Addiction-like Behavior Associated with Mobile Phone Usage among Medical Students in Delhi. *Indian J Psychol Med*. 2018; 40:446–51.

37. Dasgupta P, Bhattacharjee S, Dasgupta S, Roy JK, Mukherjee A, Biswas R. Nomophobic Behaviors Among Smartphone Using Medical and Engineering Students in Two Colleges Of West Bengal. *Indian J Public Health* 2017; 61:199-204.

38. Davie N, Hilber T. Nomophobia: Is Smartphone Addiction a Genuine Risk For Mobile Learning? 13th International Conference Mobile Learning 2017. p:100-104.

39. Sezer B, Atılgan Çiftçi SB. Akıllı Telefon Kullanımının Karanlık Tarafı (Nomofobi): Endişelenmemize Gerek Var Mı? *Tıp Eğitimi Dünyası* 2019;18(54): 30-43.

40. Okuyan Birimoğlu C, Güner Döner P, Güneş Uslusoy S. Hemşirelik ve Tıp Fakültesi Öğrencilerinin Nomofobi Düzeylerinin Belirlenmesi. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi* 2019;8(4):372-382.

41. Hoşgör H, Tandoğan Ö, Gündüz Hoşgör D. Nomofobinin Günlük Akıllı Telefon Kullanım *Tıp Eğitimi Dünyası / Mayıs-Ağustos 2021 / Sayı 61*

Süresi Ve Okul Başarısı Üzerindeki Etkisi: Sağlık Personeli Adayları Örneği. *The Journal of Academic Social Science* 2017; 5(46):573-595.

42. Özdemir B, Cakir O, Hussain Irshad. Prevalence of Nomophobia among University Students: A Comparative Study of Pakistani and Turkish Undergraduate Students. *EURASIA Journal of Mathematics, Science and Technology Education* 2018; 14(4):1519-1532.

43. Gürbüz IB, Ozkan G. What is Your Level of Nomophobia? An Investigation of Prevalence and Level of Nomophobia Among Young People in Turkey. *Community Mental Health Journal* 2020; 56:814–822.

44. Seyhun S, Özçelik S, Yabacı A, Bezmialem Vakıf Üniversitesi Öğrencilerinin Akademik Erteleme Davranışlarının İncelenmesi, XI. Ulusal Tıp Eğitimi Çevrimiçi Kongresi, İstanbul, Türkiye, 12 -14 Ekim 2020, ss.1-2.

45. Gültekin S, Gürer GT. Formasyon Öğretmen Adaylarının Akademik Erteleme Davranışları ile Akademik Özyeterlik Düzeyleri İlişkisi. *International Journal of Computers in Education (IJCE)* 2018;1(1):49-64.

46. Balkıs M, Erdinç D. Gender Differences in The Relationship Between Academic Procrastination, Satisfaction with Academic Life and Academic Performance. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology* 2017;15(1):105-125.

47. Bulut R, Ocak G. Öğretmen Adaylarının Akademik Erteleme Davranışlarını Etkileyen Etmenler. *E-Uluslar arası Eğitim Araştırmaları Dergisi* 2017;8(2):75-90.

48. Çeri B, Çavuşoğlu C, Gürol M. Üniversite Öğrencilerinin Akademik Erteleme Düzeylerinin İncelenmesi. *International Journal of Social Science* 2015; 34:385-394.

49. Kınık Ö, Odacı H. Üniversite Öğrencilerinde Akademik Erteleme Davranışı: Bazı Bireysel ve Çevresel Değişkenler Bir Etken Olabilir mi? Yükseköğretim ve Bilim Dergisi 2020; 10(1): 183-192.

50. Ahmed S, Pokhrel N, Roy S, Samuel AJ. Impact of Nomophobia: A Nondrug Addiction Among Students of Physiotherapy Course Using an Online Cross-Sectional Survey. Indian J Psychiatry 2019; 61:77-80.

51. Anju PT, Aswathy KS, Athira S, Athulya N. Mobile Phone Dependence and Sleep Quality Among Undergraduate Students. Indian J Forensic Med Toxicol. 2019; 13:11-5.