

Araştırma Makalesi – Research Paper

**COVID-19 PANDEMİSİNDE SOSYAL MEDYADA GELİŞMELERİ KAÇIRMA
KORKUSU İLE YAŞAM KALİTESİ ARASINDAKİ İLİŞKİ: EBELİK
ÖĞRENCİLERİ ÖRNEĞİ**

**THE RELATIONSHIP BETWEEN FEAR OF MISSING OUT (FOMO) AND
QUALITY OF LIFE IN THE COVID-19 PANDEMIC: THE CASE OF MIDWIFERY
STUDENTS**

Cansu IŞIK¹, Esra SARI², Neslihan BARAN³

Özet

Bu çalışmada, COVID-19 pandemisinde ebelik öğrencilerinin sosyal medyada gelişmeleri kaçırma korkusu ile yaşam kalitesi arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Tanımlayıcı ve korelasyonel türde olan araştırmanın örneklemini 08.02.2021-08.03.2021 tarihleri arasında bir kamu üniversitesinin Sağlık Bilimleri Fakültesi Ebelik Bölümünde öğrenim gören ve araştırmaya katılmayı kabul eden 315 öğrenci oluşturmuştur (Katılım oranı: %96,92). Veriler araştırmacılar tarafından oluşturulan "Anket Formu", "Gelişmeleri Kaçırma Korkusu Ölçeği" ve "Yaşam Kalitesi Ölçeği (YKÖ) Kısa Formu" kullanılarak toplanmıştır. Verilerin değerlendirilmesinde sayı, yüzde, ortalama ve standart sapma, Mann-Whitney U, Kruskal Wallis H ve Spearman's rho testleri kullanılmıştır. Ebelik öğrencilerinin GKKÖ toplam puan ortalaması 22,81±7,42 ve YKÖ'nin alan puanları incelendiğinde genel sağlık; 6,26±1,40, psikolojik sağlık; 19,57±3,66 ve sosyal ilişkiler; 9,74±2,50 bulunmuştur. Öğrencilerin gelişmeleri kaçırma korkusu ile genel sağlık (r:-,118 p: ,036), psikolojik sağlık (r:-,179 p: ,001) ve çevre (r:-,143 p: ,011) alan toplam puanı arasında negatif yönde çok zayıf ilişki saptanmıştır. Aralarında negatif yönde çok zayıf ilişki saptanan gelişmeleri kaçırma korkusu ile yaşam kalitesinin önemli parametreleri olan genel sağlık, sosyal ilişkiler ve psikolojik sağlığın öğrencilerin akademik başarılarına etki edeceği unutulmamalıdır. Bu sonuçlar doğrultusunda özellikle pandemi sürecinde öğrencilere biyopsikososyal yaklaşımın yaşam kalitesini artırmada etkili olacağı düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: COVID-19 Pandemisi, Ebelik Öğrencileri, Gelişmeleri Kaçırma Korkusu, Yaşam Kalitesi

Abstract

In this study, it was aimed to examine the relationship between the fear of missing out on social media and the quality of life in the COVID-19 pandemic in midwifery students. The sample of the descriptive and correlational study consisted of 315 students studying at the Department of Midwifery in the Faculty of Health Sciences of a public university between 08.02.2021-08.03.2021 who agreed to participate in the research (Participation rate: 96.92%). Data were collected using the "Survey Form" which was created by researchers, "FoMo" and "WHOQOL-BREF". Number, percentage, mean and standard deviation, Mann-Whitney U, Kruskal Wallis H and Spearman's rho tests were used to evaluate the data. When the midwifery students' total score on FoMo was 22.81±7.42, and when the field scores of WHOQOL-BREF were examined, they were found to be for general health; 6.26±1.40, psychological health; 19.57±3.66 and social relations; 9.74±2.50. There's a negative correlation between students' fear of missing out on progress and general health (r:-.118 p: .036), psychological health (r:-.179 p: .001), and environment (r:-.143 p: .011) field total score. A very weak relationship was found in direction. It shouldn't be forgotten that fear of missing out on developments, among which there's a very weak negative relationship, and general health, social relations and psychological health, which are important parameters of quality of life, will affect the academic success of students. In line with these results, it's thought that biopsychosocial approach to students'll be effective in increasing the quality of life, especially during pandemic process.

Keywords: COVID-19 Pandemic, Midwifery Students, Fear of Missing Out (FoMo), Quality Of Life

Geliş Tarihi (Received Date): 26.07.2022, Kabul Tarihi (Accepted Date): 23.11.2022, Basım Tarihi (Published Date): 26.12.2022, ¹ Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Hamidiye Sağlık Bilimleri Fakültesi, Ebelik Bölümü, İstanbul, Türkiye. **E-mail:** cansu.isik@sbu.edu.tr, ² Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Ebelik Bölümü, Van, Türkiye. ³ Zeynep Kâmil Kadın ve Çocuk Hastalıkları Eğitim ve Araştırma Hastanesi, İstanbul, Türkiye. **ORCID ID's:** C.I.; <https://orcid.org/0000-0002-3789-9051>, E.S.; <https://orcid.org/0000-0002-7990-9844>, N.B.; <https://orcid.org/0000-0003-1596-6150>.

*Araştırma 4. Uluslararası Sağlık Bilimleri ve Yaşam Kongresinde, 08-10 Nisan 2021, Burdur'da online sözel bildiri olarak sunulmuştur.

1. GİRİŞ

Sosyal ağların kullanım sıklığı günümüzde teknolojinin gelişimiyle birlikte artış göstermiştir. Özellikle tüm dünyayı etkileyen COVID-19 pandemisi sürecinde enfeksiyon bulaş riskini engellemek için yüz yüze iletişimin kesilmesi ve insanların kendini izole etmesi sebebiyle sosyal ağlar üzerinden etkileşimde bulunma oranı hız kazanmıştır. Dijital teknolojinin en üst tabakasına işaret eden Toplum 5,0 felsefesi diğer adıyla Süper Akıllı Toplum felsefesi, teknolojinin yeniliklerini insanı merkez alıp onun refah düzeyini artırmayı hedefleyen bir felsefedir. Bu felsefe insan yaşamında refahı artırma amacıyla sağladığı kolaylıkların yanında birtakım sorunların yaşanmasına zemin hazırlamıştır (Saracel ve Aksoy, 2020, ss.26-34).

“We Are Social” ve “Hootsuite” ortaklığı ile sunulan Digital in 2021 Global Overview raporu insanların teknolojiyi kullanma sıklığını ortaya koymaktadır. Bu raporun Nisan ayı verileri incelendiğinde, 7,85 milyar nüfusa sahip dünya genelinde 4,72 milyar (nüfusun %60,1’i) internet ve 4,33 milyonunun (nüfusun %55,1’i) aktif sosyal medya kullanıcısı olduğu bildirilmiştir. Herhangi bir cihazla ortalama internette geçirilen zamanın 6 saat/56 dakika ve sosyal medyada geçirilen ortalama zaman 2 saat/22 dakika olarak rapor edilmiştir (Digital in 2021 Global Overview, 2021). Aynı raporun Türkiye verileri incelendiğinde, 84,69 milyon nüfusun 65,80 milyonu (nüfusun %77,7’si) internet kullanıcısı ve 60,00 milyonun (nüfusun %70,8’si) aktif olarak sosyal medya kullandığı rapor edilmiştir. Ocak 2021 verilerinde kişilerin herhangi bir cihazla ortalama internette geçirilen zamanın 7 saat/57 dakika ve sosyal medyada geçirilen ortalama zaman 2 saat/57 dakika olarak rapor edilmiştir (Digital in 2021: Turkey, 2021).

Çeşitli faaliyetler, konuşmalar, hadiseler ve gerçek zamanlı aktivitelere çok hızlı ve kolay erişim olanağı sunan sosyal ağlar, özellikle gençlerin günlerinin büyük bir kısmını bu platformda geçirmesine neden olmaktadır. Durum güncelleme, bilgi paylaşımı ve gündemi izlemekle devam eden bu döngü “Fear of Missing Out (FoMO)” Türkçe karşılığı “Gelişmeleri Kaçırma Korkusu (GKK)” olarak yeni bir bağımlılık türü şeklinde literatüre girmiştir. Bu durum sosyal ağlarda gelişmeleri kaçırma, gelişmelerden haberdar olamamanın vermiş olduğu korkuyla sosyal ağlarda uzun süreler geçirilmesine yol açmaktadır. Ayrıca GKK’si yüksek düzeyde yaşayan bireyler daha fazla kaygı hissetmekte ve yaşamları olumsuz etkilenmektedir (Przybylski ve ark., 2013, ss.1841-1848; Dossey 2014, ss. 69-73).

Yaşam kalitesi kavramı Dünya Sağlık Örgütü tarafından “kişinin yaşadığı değer ve kültür sistemleri içerisinde, amaçları, standartları, ilgileri ve beklentileriyle yaşamdaki pozisyonunu algılaması” şeklinde tanımlanmaktadır. Yaşam kalitesinin fiziksel, psikolojik, sosyal ve ruhsal iyilik hali olmak üzere dört temel bileşeni vardır ve bu bileşenlerden birinin etkilenmesi, genel iyilik halinin etkilenmesine neden olarak, bireyin kişisel doyumunu etkileyebilmektedir. (World Health Organization (WHO), 1997). Yaşam kalitesi, yaşamın tüm alanlarını kapsamakta ve yaşamın her alanından etkilenmektedir. Dolayısıyla olumsuz yaşam tarzı değişiklikleri yaşam kalitesini etkileyerek kişinin yetersizlik yaşamamasına neden olabilmektedir (Boylu, 2016, ss. 137-150).



COVID-19 pandemisinde sosyal medyada gelişmeleri kaçırma korkusu ile yaşam kalitesi

arasındaki ilişki: Ebelik öğrencileri örneği

Işık ve ark.

Literatür incelemesinde GKK'nin farklı değişkenlerle ilişkisini gösteren çalışmalara rastlanmıştır. Erdoğan ve Şanlı (2019), üniversite öğrencilerinde genel özyeterliliğin GKK'sine etkisini inceledikleri bir araştırmada; GKK ile genel öz yeterlilik arasında negatif bir ilişki olduğunu saptamışlardır (Erdoğan ve Şanlı, 2019, ss.596-620). Yapılan diğer çalışmalarda GKK'nin; nomofobi (Yaman ve Kavuncu, 2019, ss. 555-570; Arslan ve ark., 2019, ss.237-256; Yıldız ve ark., 2020, ss.321-338), anksiyete (Blackwell ve ark, 2017, ss. 69-72; Kartol ve Peker, 2020, ss. 456-474) ve sosyal ağ kullanım amacı (Yaman ve Kavuncu, 2019, ss. 555-570) ile pozitif yönlü bir ilişki olduğu sonucuna varılmıştır. Bu çalışmaların yanı sıra GKK'nin depresyon ve fiziksel belirtiler ile ilişkili olduğu (Baker ve ark., 2016, ss. 275-282; Elhai ve ark, 2016, ss. 509-516), yalnızlık duygusu (Dossey, 2014, ss. 69-73) yaşanması gibi olumsuzluklara yol açtığını bildiren çalışmalar da vardır. Literatürde yer alan çalışmalar göstermektedir ki; GKK bireylerin hayatında önemli bir etkiye sahip olup, yaşamı tehdit edici ciddi sorunlara yol açabilmektedir.

Literatürdeki bu bilgilerden yola çıkarak bu araştırmada, COVID-19 pandemisi nedeniyle uzun süreli yaşanan sosyal izolasyon göz önüne alınarak, ebelik öğrencilerinin sosyal medyada gelişmeleri kaçırma korkusu ile yaşam kalitesi arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır.

2. MATERYAL VE METOT

Tanımlayıcı ve korelasyonel türde olan araştırmanın örneklemini 08.02.2021-08.03.2021 tarihleri arasında bir kamu üniversitesinin Sağlık Bilimleri Fakültesi Ebelik Bölümünde 2020-21 Eğitim-Öğretim yılında öğrenim görmekte olan 325 öğrenciden gönüllü olarak araştırmaya katılan 315 öğrenci oluşturmuştur (Katılım oranı: %96,92). Literatür doğrultusunda hazırlanan "Anket Formu" (20 madde), "Gelişmeleri Kaçırma Korkusu Ölçeği" (10 soru) ve "Yaşam Kalitesi Ölçeği (YKÖ) Kısa Formu" (27 soru) ile veriler toplanmıştır. Sağlık Bilimleri Üniversitesi Hamidiye Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu'ndan etik izin (Sayı: 6527 Tarih:29/01/2021), araştırmanın yapıldığı Sağlık Bilimleri Fakültesinden yazılı izinler alınmıştır. Araştırmaya katılacak öğrencilere, Google Formlarda açıklama kısmında bireysel bilgilerin gizli kalacağı hususunda bilgi verilip "gizlilik ilkesine" ve Helsinki bildirgesi kapsamındaki kurallara uyulmuştur.

Anket Formu: Literatür doğrultusunda araştırmacılar tarafından oluşturulan form; yaş, sınıf, ekonomik durum, kalınan yer, sosyal medya kullanım amacı, süresi gibi faktörleri değerlendiren 20 sorudan oluşmaktadır.

Gelişmeleri Kaçırma Korkusu Ölçeği: Przybylski ve ark. tarafından geliştirilen ve 10 sorudan oluşan ve kişilerin sosyal ortamlarda gelişmeleri kaçırma korkusunu değerlendiren bir ölçektir (Przybylski ve ark., 2013, ss. 1841-1848). Her madde 1-5 puan arasında puanlanır. Ölçekten alınan puan 10-50 arasında değişmektedir. Yüksek puan gelişmeleri kaçırma korkusunun olma olasılığını artırmaktadır. Ölçeğin Türkçe geçerliği Gökler ve ark. tarafından üniversite öğrencisi örnekleme kullanılarak yapılmış ve Cronbach α 0,81 olarak belirlenmiştir (Gökler ve ark, 2016, ss.53-59). Bu çalışmada ise 0,86 olarak bulunmuştur.



COVID-19 pandemisinde sosyal medyada gelişmeleri kaçırma korkusu ile yaşam kalitesi

arasındaki ilişki: Ebelik öğrencileri örneği

Işık ve ark.

Dünya Sağlık Örgütü Yaşam Kalitesi Ölçeği (YKÖ) Kısa Formu (World Health Organization Quality of Life (WHOQOL)-BREF-TR): Ölçeğin amacı, kültürler arası kıyaslamalar yapmak ve kişinin son iki hafta içindeki iyilik halini ölçmektir. DSÖ tarafından geliştirilmiş WHOQOL-100 ölçeğinin kısa halidir. 24 bölümden oluşan WHOQOL-100'den her bölüm için birer soru alınarak ve genel sağlık ile yaşam kalitesine yönelik iki soru eklenerek oluşturulmuştur (Oliver, 1997, ss. 5-31). 1 soru daha Türk Toplumuna uyarlanması adına eklenmiştir. Ölçeğin 27. sorusu ulusal bir sorudur. Fidaner ve ark. ölçeğin Türkçe geçerlik çalışmalarını yapmışlardır (Fidaner ve ark, 1999a, ss. 23-40; Fidaner ve ark, 1997b, ss. 5-13). Ölçek 4 farklı alanda yaşam kalitesini incelemeyi hedeflemektedir. Faktörlerin her biri bağımsız olarak yaşam kalitesini değerlendirdiği düşünüldüğü için sınıflandırılmıştır. Bunlar; fiziksel sağlık, psikolojik sağlık, sosyal ilişkiler, çevresel sağlık alanıdır. Ölçeğin toplam puanı bulunmamakla birlikte her bir bölüm veya alan 20 veya 100 puan üzerinde skor alır. Puanın artması yaşam kalitesinin artması şeklinde yorumlanmaktadır (Oliver, 1997, ss. 5-31). Eser ve ark.nın çalışmasında, YKÖ'nün dört alanının Cronbach α değerleri; fiziksel sağlık 0,82, psikolojik sağlık 0,66, sosyal ilişkiler 0,53 ve çevresel sağlık 0,73 olarak saptanmıştır (Eser ve ark, 1999, ss. 23-40). Bu çalışmada ise dört alan için Cronbach α değerleri; fiziksel sağlık 0,66, psikolojik sağlık 0,78, sosyal ilişkiler 0,68 ve çevresel sağlık 0,82 olarak belirlenmiştir.

Çalışma anketi <https://www.google.com/forms/about/> üzerinden çeşitli sosyal medya platformları, e-mail veya mesajlaşma uygulamaları ile öğrencilere iletilmiştir. Yönergede açıklamalar belirtilerek, her bir maddeyi doldurmaları istenmiştir. Öğrenciler formda yer alan “Çalışmaya katılmayı kabul ediyor musunuz?” sorusuna “evet” cevabını işaretleyip onay verdikten sonra anket sorularına geçmiştir.

Veri analizi SPSS 22 paket programı ile gerçekleştirilmiştir. Verilerin normal dağılıp dağılmadığı Kolmogorov Smirnov testi kullanılarak değerlendirildi. Veriler sayı, yüzde, ortalama, standart sapma, Mann-Whitney U, Kruskal Wallis H ve Spearman's rho testleri ile analiz edilmiştir. $p < 0,05$ anlamlı kabul edilmiştir.

3. BULGULAR

Öğrencilerin yaş ortalaması $20,90 \pm 2,35$ (min:17, max: 38) olarak saptanmıştır. Öğrencilerin %27,6'sı 3. sınıf, %68,3'ü Anadolu Lisesi mezunu, %66,7'sinin gelirinin giderine denk, %57,1'inin yaşamının büyük çoğunluğunu büyükşehirde geçirdiği ve %89,5'inin aile/akrabası ile yaşadığı bulunmuştur (Tablo 1).

Tablo 1. Öğrencilerin Sosyo-demografik Bulguları (N=315)

Sınıf	n	%
1. Sınıf	82	26,0
2. Sınıf	78	24,8
3. Sınıf	87	27,6
4. Sınıf	68	21,6
Mezun Olunan Lise	n	%
Düz Lise	13	4,1
Anadolu Lisesi	215	68,3
Sağlık Lisesi	39	12,4
Teknik Lise	1	0,3
Diğer (özel lise vb)	47	14,9
Ekonomik Durum	n	%
Gelirim giderimden az	87	27,6
Gelirim giderime denk	210	66,7
Gelirim giderimden fazla	18	5,7
Yaşamın büyük çoğunluğunun geçirildiği yer	n	%
Köy	20	6,3
Kasaba	5	1,6
İlçe	68	21,6
İl	42	13,3
Büyükşehir	180	57,1
Şu an Kimle ve Nerede Yaşıyor	n	%
Aile/akraba	282	89,5
Evde yalnız	5	1,6
Evde arkadaşlarla	17	5,4
Yurtta	9	2,9
Diğer	2	0,6
Toplam	315	100

Öğrencilerin GKKÖ toplam puan ortalaması $22,81 \pm 7,42$ ve Yaşam Kalitesi Ölçeği alt boyut puan ortalamalarından olan genel sağlık $6,26 \pm 1,40$, fiziksel sağlık $23,62 \pm 3,98$, psikolojik sağlık $19,57 \pm 3,66$, sosyal ilişkiler $9,74 \pm 2,50$ ve çevre alt boyut puan ortalamaları $26,20 \pm 5,04$ olarak saptanmıştır (Tablo 2).



COVID-19 pandemisinde sosyal medyada gelişmeleri kaçırma korkusu ile yaşam kalitesi arasındaki ilişki: Ebelik öğrencileri örneği

Işık ve ark.

Tablo 2. Öğrencilerin GKKÖ Toplam Puan Ortalaması ve Yaşam Kalitesi Ölçeği Alt Boyut Puan Ortalamalarına İlişkin Bulguları (N=315)

	X±SS	Min.-Max
GKKÖ Toplam Ölçek Puanı	22,81±7,42	10-50
Genel Sağlık	6,26±1,40	2-10
Fiziksel Sağlık	23,62±3,98	11-34
Psikolojik Sağlık	19,57±3,66	6-29
Sosyal İlişkiler	9,74±2,50	3-15
Çevre	26,20±5,04	8-40

Aile ilişkileri sürekli sorunlu olan öğrencilerin GKKÖ toplam ölçek puan ortalamasının anlamlı olarak (p: ,030) yüksek olduğu, aile ilişkilerinde sorun olmayan öğrencilerin Yaşam Kalitesi Ölçeği alt boyutları olan genel sağlık (p: ,000), fiziksel sağlık (p: ,000), psikolojik sağlık (p: ,000), sosyal ilişkiler (p: ,011) ve çevre alan (p: ,000) toplam puan ortalamasının anlamlı olarak yüksek olduğu saptanmıştır (Tablo 3).

Arkadaş ilişkileri sürekli sorunlu olan öğrencilerin GKKÖ toplam ölçek puan ortalamasının anlamlı (p: ,030) olarak yüksek olduğu, aile ilişkilerinde sorun olmayan öğrencilerin Yaşam Kalitesi Ölçeği alt boyutları olan genel sağlık (p: ,000), fiziksel sağlık (p: ,000), sosyal ilişkiler (p: ,000), psikolojik sağlık (p: ,000) ve çevre alan (p: ,000) toplam puan ortalamasının anlamlı olarak yüksek olduğu saptanmıştır (Tablo 3).

9 saat ve üstü sosyal medya hesabında zaman geçiren öğrencilerin GKKÖ toplam puan ortalaması anlamlı olarak (p: ,001) yüksek bulunurken, 0-2 saat sosyal medya hesabında zaman geçiren öğrencilerin genel sağlık (p: ,011) ve fiziksel sağlık (p: ,010) alan puan ortalamaları anlamlı olarak yüksek bulunmuştur (Tablo 3).

COVID-19'la ilgili güncel haberleri kaçırmaktan korkan öğrencilerin GKKÖ toplam puan ortalamasının anlamlı olarak (p: ,014) yüksek olduğu saptanırken, genel, fiziksel, psikolojik sağlık, sosyal ilişkiler ve çevre alan toplam puan ortalamaları arasında anlamlı farklılık saptanmamıştır (p≥0,05) (Tablo 3).

Pandemi öncesine kıyasla sosyal medyada geçirilen sürenin arttığı öğrenci grubunda GKKÖ toplam puan ortalaması anlamlı olarak (p: ,001) yüksek bulunurken, pandemi öncesine kıyasla sosyal medyada geçirilen sürenin artmayan öğrenci grubunda genel sağlık (p: ,013), fiziksel sağlık (p: ,045), psikolojik sağlık (p: ,012) ve çevre alan (p: ,044) toplam puan ortalamaları anlamlı olarak yüksek belirlenmiştir (Tablo 3).

Tablo 3. Öğrencilerin bazı özelliklerinin GKKÖ Toplam Puan Ortalaması ve Yaşam Kalitesi Ölçeği Alt Boyut Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması (N=315)

	GKKÖ Toplam Puanı $\bar{x}\pm SS$	Genel Sağlık $\bar{x}\pm SS$	Fiziksel Sağlık $\bar{x}\pm SS$	Psikolojik Sağlık $\bar{x}\pm SS$	Sosyal İlişkiler $\bar{x}\pm SS$	Çevre $\bar{x}\pm SS$
Aile İlişkileri						
Sorun yok (n=169)	21,66±6,37	6,74±1,35	24,88±3,69	20,70±3,24	10,04±2,35	27,81±4,76
Bazen sorunlu (n=126)	24,10±8,08	5,80±1,22	22,36±3,72	18,61±3,57	9,51±2,51	24,52±4,46
Sürekli sorunlu (n=20)	24,35±9,79	5,00±1,21	20,90±4,19	16,10±3,80	8,65±3,23	23,30±6,12
	KW:7,00	KW: 53,81	KW: 38,69	KW: 41,66	KW: 9,05	KW: 41,53
	p: ,030	p:,000	p: ,000	p:,000	p: ,011	p: ,000
Arkadaş İlişkileri						
Sorun yok (n=199)	21,93±6,74	6,55±1,32	24,38±3,75	20,34±3,18	10,19±2,21	27,10±4,84
Bazen sorunlu (n=114)	24,27±8,33	5,77±1,40	22,35±4,06	18,32±4,04	9,00±2,78	24,81±4,95
Sürekli sorunlu (n=2)	27,00±0,00	5,00±0,00	19,50±2,12	15,00±4,24	7,00±1,41	16,50±0,70
	KW:7,03	KW:7,03	KW:20,66	KW:26,88	KW:21,35	KW: 20,01
	p: ,030	p: ,000	p: ,000	p: ,000	p: ,000	p: ,000
Sosyal medya hesabında geçirilen ortalama süre						
0-2 saat (n=149)	21,78±6,94	6,43±1,23	24,10±3,56	19,80±3,33	9,82±2,47	26,91±4,93
3-5 saat (n=93)	22,19±7,44	6,32±1,55	23,87±4,22	19,84±3,56	9,84±2,43	25,89±5,47
6-8 saat (n=50)	24,44±6,46	5,78±1,34	22,64±3,97	18,78±3,71	9,54±2,61	24,50±4,58
9 ve üstü saat (n=23)	28,43±9,41	5,91±1,72	21,60±4,76	18,73±5,51	9,21±2,82	26,65±4,06
	KW: 16,78	KW: 11,21	KW: 11,44	KW: 7,02	KW:2,36	KW:7,37
	p: ,001	p: ,011	p: ,010	p: ,071	p: ,499	P: ,061
COVID-19'la ilgili güncel haberleri kaçırmaktan korkma						
Evet (n=90)	24,38±8,01	6,18±1,54	23,73±3,84	19,81±3,78	9,70±2,58	25,96±5,26
Hayır (n=225)	22,18±7,08	6,28±1,34	23,57±4,04	19,48±3,62	9,76±2,47	26,30±4,96
	MWU: 8341,50	MWU: 9877,50	MWU: 10026,50	MWU: 9820,50	MWU: 10019,50	MWU: 1012,40
	p: ,014	p: ,728	p: ,892	p: ,675	p: ,884	p: ,990
Pandemi öncesine kıyasla sosyal medyada geçirilen sürenin artma durumu						
Evet (n=245)	23,64±7,54	6,21±1,31	23,58±3,94	19,52±3,64	9,71±2,5	26,10±4,83
Hayır (n=50)	19,28±6,29	6,76±1,59	24,66±3,65	20,68±3,29	10,24±2,05	27,74±5,24
Kararsızım (n=20)	21,50±5,67	5,60±1,69	21,45±4,53	17,45±3,97	8,85±2,68	23,65±6,02
	KW: 1,41	KW: 8,70	KW: 6,18	KW: 8,87	KW:3,73	KW: 6,25
	p: ,001	p: ,013	p: ,045	p:,012	p: ,15	p: ,044

KW: Kruskal Wallis

MWU: Mann Whitney U

Öğrencilerin gelişmeleri kaçırma korkusu ile genel sağlık ($r:-,118$ p: ,036), psikolojik sağlık ($r:-,179$ p: ,001) ve çevre ($r:-,143$ p: ,011) alan toplam puanı arasında negatif yönde çok zayıf ilişki saptanmıştır (Tablo 4).

Tablo 4. Ebelik Öğrencilerinin Yaşam Kalitesi Alt Boyut Puan Ortalamaları ile GKKÖ Puan Ortalaması Arasındaki İlişki (N=315)

GKKÖ	Genel Sağlık	Fiziksel Sağlık	Psikolojik Sağlık	Sosyal İlişkiler	Çevre
Toplam Puanı	*r -,118	-,094	-,179	-,031	-,143
	P ,036	,095	,001	,579	,011

*Spearman's rho

4. TARTIŞMA

Modern çağda teknoloji vazgeçilmez bir unsurdur. Teknolojiyi kullanırken faydayı en üst seviyede sağlayacak şekilde kullanmak, zararlarından korunmak için önemli olabilmektedir. İnternet ve akıllı telefonların kullanımının yaygınlaşması sosyal medya kullanım sıklığını ve iletişimin kolaylaşmasını sağlasa da beraberinde kişilerde “gelişmeleri kaçırma korkusu” adı altında yeni bir teknolojik hastalık kavramını ortaya koymuştur (Yıldırım ve Kışioğlu, 2018, ss. 473-480). Bu çalışmada, COVID-19 pandemisinde ebelik öğrencilerinin sosyal medyada gelişmeleri kaçırma korkusu ile yaşam kalitesi arasındaki ilişki araştırılmıştır. Literatürde araştırma örneğine uyan ve benzer ölçeklerin ilişkisinin incelendiği çalışmalara rastlanmamıştır. Bu nedenle, bulgular farklı örneklem grubunda ve benzer ölçekler kullanılarak yapılan çalışmalarla tartışılmıştır.

Gökler ve ark.nın üniversite öğrencilerinde GKKÖ'nin Türkçe geçerlilik ve güvenilirliğini değerlendirdikleri çalışmada GKKÖ'den alınan puanıyla genel yaşam memnuniyet düzeyi arasında negatif yönlü ilişki saptamışlardır. (Gökler ve ark, 2016, ss. 53-59). Przybylski ve ark.nın genç yetişkinlerde GKK ile motivasyonel, duygusal ve davranışsal bağıntıları inceledikleri bir çalışmada negatif yönlü bir ilişki saptamışlardır (Przybylski ve ark., 2013, ss. 1841-1848). Orhan Göksün üniversite öğrencilerinde GKK ile problemlerle internet kullanımı arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmada problemlerle internet kullanımının tüm alt boyutları ile GKK arasında anlamlı ve pozitif yönlü ilişkili olduğunu saptamıştır (Orhan Göksün, 2019, ss. 511-525). Ergün ve Meriç'in örneklem grubunu üniversite öğrencilerinin oluşturduğu internet kullanımının mutluluk ve yaşam doyumuyla ilişkisini inceledikleri bir diğer çalışmada internet bağımlılığı riski durumu yükseldikçe öğrencilerin yaşam doyumunu ve mutluluk düzeylerini negatif yönde etkilediği bildirilmiştir (Ergün ve Meriç, 2020, ss. 233-240). Morsünbül üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığının yalnızlık, kişilik özellikleri bağlanma stilleri ve yaşam doyumunu ile ilişkisini incelediği çalışmada, internet bağımlısı olan öğrencilerin yalnızlık hissini fazla yaşadıklarını ve yaşam doyumlarının düşük olduğunu (Morsünbül, 2014, ss. 357-371), Kutlu ve ark. ise üniversite öğrencileri ile yaptıkları başka bir çalışmada internet bağımlılığının, mutluluk ve yaşam doyumunu negatif yönde etkilediğini



COVID-19 pandemisinde sosyal medyada gelişmeleri kaçırma korkusu ile yaşam kalitesi

arasındaki ilişki: Ebelik öğrencileri örneği

Işık ve ark.

bildirmişlerdir (Kutlu ve ark, 2016, ss. 69-76). Araştırmada ebelik öğrencilerinin gelişmeleri kaçırma korkusu ile yaşam kalitesi alt faktörlerinden genel sağlık, psikolojik sağlık ve çevre alan toplam puanı ile negatif yönde çok zayıf ilişki olduğu sonucuna varılmıştır. Çalışma sonucu literatürü destekler niteliktedir.

Ebelik öğrencilerinin bazı özelliklerinin GKK ve YKÖ alt boyutları arasındaki ilişki incelendiğinde; aile ve arkadaş ilişkileri değişkenlerine göre farklılaştığı görülmüştür. Aile ilişkileri ve arkadaş ilişkileri sürekli sorunlu olan öğrencilerin GKK'nin daha yüksek ve yaşam kalitesinin alt faktörleri olan genel, fiziksel, psikolojik sağlık, sosyal ilişkiler ve çevre alan puanlarının düşük olduğu belirlenmiştir. GKK, bireylerde psikolojik ihtiyaçları giderebilmek için bir araç olarak görev görür (Przybylski ve ark., 2013, ss. 1841- 1848). Çalışma sonucu bu doğrultuda değerlendirildiğinde aile ve arkadaş ilişkilerinde sorun yaşayan öğrencilerin GKK'si aile ve arkadaş ilişkilerinde sorun yaşamayanlara kıyasla daha fazla hissetmeleri, bu durumun yaşam kalitesinin tüm alt boyutlarını olumsuz etkilemesi beklenen bir durumdur.

Sosyal medya önemli bir iletişim aracı olup, bireylerin kriz dönemlerinde kullanım sıklığı arttığı bildirilmektedir (Everts, 2013, ss. 809-825; Househ, 2015, ss. 470-478). Bireyler sosyal medya kullanımında olumsuz duygular yaşasa bile GKK'den dolayı hissettikleri zorunluluktan sıklıkla sosyal medyaya girmek için kendilerini baskı altında hissetmektedir (Fox ve Moreland, 2015, ss. 168-176). “We Are Social” ve “Hootsuite” iş birliği kapsamında oluşturulan Digital in 2020 Global Overview raporunda sosyal medya kullanıcılarının yaklaşık olarak yarısının pandemi dönemi öncesine göre daha fazla kullandıkları bildirilmiştir (Kemp, 2020). Stead ve Bibby yaptıkları bir araştırmada bireylerde GKK arttıkça sosyal medyada geçirilen zamanın arttığını, sosyal medya bağımlılığı özelliklerinde anlamlı bir artış olduğunu saptamışlardır (Stead ve Bibby, 2017, ss. 534-540). Çalışma sonucunda pandemi öncesine kıyasla sosyal medyada geçirilen sürenin arttığı ve COVID-19'la ilgili güncel haberleri kaçırmaktan korkan öğrenci grubunda GGKÖ toplam puan ortalaması anlamlı olarak yüksek olduğu bulunmuştur. Ayrıca 9 saat ve üstü sosyal medya hesabında zaman geçiren öğrencilerin GGKÖ toplam puan ortalaması anlamlı olarak yüksek saptanmıştır. Bu sonuçlar literatür bilgileri ve araştırmaları destekler niteliktedir (Everts, 2013, ss. 809-825; Househ, 2015, ss. 470-478; Fox ve Moreland, 2015, ss. 168-176; Kemp, 2020; Stead ve Bibby, 2017, ss. 534-540).

Çalışma sonucunda sosyal medyada geçirilen ortalama süre ile genel ve fiziksel sağlık toplam puan ortalamaları arasından anlamlı farklılık saptanmıştır. Sosyal medyada geçirilen süre arttıkça genel ve fiziksel sağlık puan ortalamalarındaki düşüş dikkat çekicidir. Bu sonuç öğrencilerin sosyal medyada geçirdikleri süre boyunca hareketsiz kalmaları ve sağlıklı yaşam biçimi davranışlarından uzak kalmaları ile ilişkilendirilebilir.

Yaşam kalitesi kavramını irdelediğimizde sağlıkla ilgili doğrudan veya dolaylı olan birçok faktörü kapsayan bir kavram olarak karşımıza çıkmaktadır. Bireylerin fiziksel, psikolojik, sosyal ve çevre sağlığı genel sağlığını etkileyerek, yaşam kalitesi üzerinde anlamlı bir etkiye sahip olmaktadır (Boylu, 2016, ss. 137-150; Aghaei ve ark., 2013, ss. 569-573). COVID-19 pandemisinin yol açtığı psikolojik ve sosyal etkiler üzerine yapılan çalışmalarda



COVID-19 pandemisinde sosyal medyada gelişmeleri kaçırma korkusu ile yaşam kalitesi arasındaki ilişki: Ebelik öğrencileri örneği

Işık ve ark.

etkiler olumsuz psikolojik çıktılarla ilişkilendirilmiştir (Wang ve ark, 2020, ss. 1729; Erdoğan ve ark., 2020, ss. 24-37). Öğrencilerin pandemi öncesine kıyasla sosyal medyada geçirdikleri sürenin artması ile genel, fiziksel, psikolojik ve çevre sağlığı arasında anlamlı bir fark bulunmuştur. Yaşam kalitesi göstergeleri olan genel, fiziksel, psikolojik ve çevre sağlığı puan ortalamaları pandemi öncesine kıyasla sosyal medyada geçirilen sürenin arttığı öğrenci grubunda düşük bulunmuştur. COVID-19'la ilgili haberlerin, artan vaka sayılarının ve alınan izolasyon önlemlerinin, öğrencilerin yaşadıkları stres ve kaygıyı artırdığı, bu durumun da daha çok sosyal medya kullanımını tetiklediği ve sonucunda yaşam kalitesini olumsuz etkilediği söylenebilir. Pandemi öncesine kıyasla sosyal medyada geçirilen sürenin artma durumu değişkenine göre sosyal sağlık arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Sosyal izolasyonun olduğu süreçte öğrencilerin sosyal platformlarda geçirdikleri sürenin artması, yakınları veya arkadaşlarıyla etkileşimde kalmalarını sağlamaktadır. Bu durumun öğrencilerin sosyal sağlıklarına olumlu etki sağladığı düşünülmektedir.

4.1. Araştırmanın Sınırlılıkları

Araştırmanın sadece yapıldığı kurumdaki öğrencilere genellenecek olması, literatürde araştırma örneğine uyan ve benzer ölçeklerin ilişkisinin incelendiği çalışmaların bulunmaması da tartışmanın yazımını zorlaştırması araştırmanın sınırlılıklarındandır.

5. SONUÇ VE ÖNERİLER

Çalışma sonucunda örnekleme dahil edilen ebelik öğrencilerinin orta düzeye yakın sosyal ortamlarda gelişmeleri kaçırma korkusu olduğu ve düşük yaşam kalitesine sahip olduğu söylenebilir. Ayrıca çalışma öğrencilerin GKK ile genel, psikolojik ve çevre sağlığı arasında negatif yönde çok zayıf ilişki olduğunu ortaya koymaktadır. GKK'ni azaltma ve yaşam kalitesini artırma noktasında hem ailelere hem de eğitimcilere önemli görevler düşmektedir. Bu doğrultuda öğrencileri kontrollü internet kullanımı ve pandemi koşulları göz önüne alınarak sosyal mesafeli etkinliklere yönlendirme önerilebilir. Yaşam kalitesinin öğrencilerin akademik yaşamlarına da etkisinin olacağı unutulmayarak, eğitimcilerin öğrencilere biyopsikososyal yaklaşımlarının yaşam kalitesini artırmada etkili olacağı düşünülmektedir.

6. KAYNAKLAR

Aghaei, A., Khayyamnekouei, Z., Yousefy, A. (2013). General health prediction based on life orientation, quality of life, life satisfaction and age. *Procedia- Social and Behavioral Sciences*, 84: 569-573.

Arslan, H., Tozkoparan, S.B., Kurt, A.A. (2019). Öğretmenlerde mobil telefon yoksunluğu korkusunun ve gelişmeleri kaçırma korkusunun incelenmesi. *Erzincan Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 21(3): 237-256.

Baker, Z.G., Krieger, H., Leroy, A.S. (2016) Fear of missing out: relationships with depression, mindfulness, and physical symptoms. *Translational Issues In Psychological Science*, 2(3): 275-282.



COVID-19 pandemisinde sosyal medyada gelişmeleri kaçırma korkusu ile yaşam kalitesi arasındaki ilişki: Ebelik öğrencileri örneği

Işık ve ark.

Blackwell, D., Leaman, C., Tramposch, R., Osborne, C., Liss, M. (2017). Extraversion, neuroticism, attachment style and fear of missing out as predictors of social media use and addiction. *Personality And Individual Differences*, 116: 69-72.

Boylu, A.A. (2016). Paçacıoğlu, B. Yaşam kalitesi ve göstergeleri. *Akademik Araştırmalar ve Çalışmalar Dergisi*, 8(15): 137-150.

Dossey, L. (2014). FOMO, digital dementia, and our dangerous experiment. *Explore: The Journal of Science and Healing*, 2(10):69-73.

Erdoğan, Y., Koçoğlu, F., & Sevim, C. (2020). COVID-19 pandemisi sürecinde anksiyete ile umutsuzluk düzeylerinin psikososyal ve demografik değişkenlere göre incelenmesi. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 23 (Ek 1): 24-37. DOI: 10.5505/kpd.2020.35403

Erdoğan, P., Şanlı, Y. (2019). Sağlık bilimleri fakültesi öğrencilerinde genel özyeterliliğin gelişmeleri kaçırma korkusu üzerine etkisi. *Opus Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 14(20): 596-620.

Elhai, J.D., Levine, J.C., Dvorak, R.D., Hall, B.J. (2016). Fear of missing out, need for touch, anxiety and depression are related to problematic smartphone use. *Computers In Human Behavior*, 63: 509–516.

Ergün, G., & Meriç, M. (2020). Üniversite öğrencilerinin internet kullanımı ile mutluluk ve yaşam doyumu düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi*, 23(2):233-240. DOI: 10.17049/ataunihem.524124

Eser, E., Fidaner, H., Eser, S.Y., Elbi, H., Göker, E. (1999) WHOQOL-100 ve WHOQOL-BREF'in psikometrik özellikleri. *Psikiyatri Psikoloji Psikofarmakoloji (3P) Dergisi*, 7(1 2): 23-40.

Everts, J. (2013). Announcing swine flu and the interpretation of pandemic anxiety. *Antipode*, 45(4): 809-825. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8330.2012.01021.x>

Fidaner, H., Elbi, H., Fidaner, C., Eser, S.Y., Eser, E., Göker, E. (1999a). Psychometric properties of WHOQOL-100 and WHOQOL-BREF. *3P Dergisi*, 7(Ek 2): 23-40.

Fidaner, H., Elbi, H., Fidaner, C., Eser, S.Y., Eser, E., Göker, E. (1997b). Measure of quality of life WHOQOL-100 and WHOQOL-Bref. *3P Dergisi*, 7(Ek 2): 5-13.

Fox, J., Moreland, J. J. (2015). The dark side of social networking sites: an exploration of the relational and psychological stressors associated with Facebook use and affordances. *Computers in Human Behavior*, 45: 168-176. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2014.11.083>

Gökler, M. E., Aydın, R., Ünal, E., & Metintaş, S. (2016). Sosyal ortamlarda gelişmeleri kaçırma korkusu ölçeğinin türkçe sürümünün geçerlilik ve güvenilirliğinin değerlendirilmesi. *Anatolian Journal of Psychiatry/Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 17: 53-59.



COVID-19 pandemisinde sosyal medyada gelişmeleri kaçırma korkusu ile yaşam kalitesi

arasındaki ilişki: Ebelik öğrencileri örneği

Işık ve ark.

Househ, M. (2015). Communicating Ebola through social media and electronic news media outlets: A cross-sectional study. *Health Informatics Journal*, 22(3): 470-478.

<https://doi.org/10.1177/1460458214568037>

Kartol, A., Peker, A. (2020). Ergenlerde sosyal ortamlarda gelişmeleri kaçırma korkusu (Fomo) yordayıcılarının incelenmesi. *Opus Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 15(21): 456-474.

Kemp, S. We are social: Digital around the world in April 2020. Erişim Tarihi: 11.06.2021

<https://wearesocial.com/blog/2020/04/digital-around-the-world-in-april-2020>

Kutlu, M., Savci, M., Demir, Y., Aysan, F. (2016). Young internet bağımlılığı testi kısa formunun türkçe uyarlaması: üniversite öğrencileri ve ergenlerde geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 17(1):69-76.

Morsünbül, Ü. (2014). İnternet bağımlılığının bağlanma stilleri, kişilik özellikleri, yalnızlık ve yaşam doyumu ile ilişkisi. *Journal of Human Sciences*, 11(1):357-371.

Oliver, M. (1997). WHOQOL-Bref. University of Washington Seattle, United States of America, United States Version, 5-31.

Orhan Göksün, D. (2019). Gelişmeleri kaçırma korkusu ve problemleri internet kullanımı arasındaki ilişki. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 15 (2): 511-525 DOI: 10.17860/mersinefd.517796

Przybylski, A.K., Murayama, K., DeHaan, C.R. (2013) Motivational, emotional, and behavioral correlates of Fear of Missing Out. *Comput Human Behav*, 29(4):1841-1848.

Saracel, N., Aksoy, İ. (2020). Toplum 5.0: Süper akıllı toplum. *Sosyal Bilimler Araştırma Dergisi*, 9(2): 26-34.

Stead, H., & Bibby, P.A. (2017). Personality, fear of missing out and problematic internet use and their relationship to subjective well-being. *Computers in Human Behavior*, 76: 534-540.

Wang, C., Pan, R., Wan, X., Tan, Y., Xu, L., Ho, C.S. et al. (2020). Immediate psychological responses and associated factors during the initial stage of the 2019 Coronavirus Disease (COVID-19) epidemic among the general population in China. *Int J Environ Res Public Health*, 17: 1729. <https://doi.org/10.3390/ijerph17051729>

We Are Social. Digital in 2021 Global Overview, (2021), Erişim Tarihi: 08.06.2021.

<https://wearesocial.com/blog/2021/04/60-percent-of-the-worlds-population-is-now-online>

We Are Social. Digital in 2021: Turkey (2021), Erişim Tarihi: 08.06.2021.

<https://datareportal.com/reports/digital-2021-turkey>



COVID-19 pandemisinde sosyal medyada gelişmeleri kaçırma korkusu ile yaşam kalitesi arasındaki ilişki: Ebelik öğrencileri örneği

Işık ve ark.

World Health Organization (WHO) (1997) The world health organization quality of life instruments (The whoqol-100 and the whoqol-bref). Whoqol measuring quality of life, programme on mental health division of mental health and prevention of substance abuse, 1-13.

Yaman, Z., Kavuncu, B. (2019). Üniversite öğrencilerinin sosyal gelişmeleri kaçırma korkusunun ve sosyal ağ kullanım amacının nomofobi düzeyine etkisi. Sosyal Bilimler Araştırmaları Dergisi, 14(2): 555- 570.

Yıldırım, S. & Kişioğlu, A.N. (2018). Teknolojinin Getirdiği Yeni Hastalıklar: Nomofobi, Netlessfobi, Fomo. Sdü Tıp Fakültesi Dergisi, 25(4): 473-480. Doı: 10.17343/Sdutfd.380640.

Yıldız, K., Kurnaz, D., Kırık, A.M. (2020). Nomofobi, netlessfobi ve gelişmeleri kaçırma korkusu: sporcu genç yetişkinler üzerine bir araştırma. Celal Bayar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 18 (Özel Sayı): 321-338.