



Araştırma

2024; 33(1): 83-89

LİSE ÖĞRENCİLERİNDE BİREYSEL FAKTÖRLERİN İNTERNET BAĞIMLILIKLARI ÜZERİNE ETKİSİ THE EFFECT OF INDIVIDUAL FACTORS ON INTERNET ADDICTIONS IN HIGH SCHOOL STUDENTS

Ahmet TİMUR¹, Salih METİN¹¹Bursa İl Sağlık Müdürlüğü Kamu Hastaneleri Hizmetleri Başkanlığı, Bursa**ÖZ**

Bu çalışmada adolesanlarda internet bağımlılığı düzeylerinin ve ilişkili faktörlerin belirlenmesi amaçlanmıştır. Araştırma 2018-2019 eğitim öğretim döneminde Bursa Osmangazi ilçesinde eğitim gören lise birinci sınıf öğrencilerinde gerçekleştirilmiştir. Araştırmada 10639 öğrenciye anket uygulanmıştır. Anketler sağlık personelleri tarafından okullarda yüz yüze görüşme tekniği kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Yapılan logistik regresyon analizine göre internet bağımlılığı; kızlarda erkeklerden 1.27 kat, günlük ortalama üç saat ve üzerinde internet kullananlarda üç saatten az kullananlara göre 2.71 kat, üç saat ve üzerinde online oyun oynayanlarda üç saatten az oynayanlara göre 1.86 kat, üç saat ve üzeri sosyal medyada vakit geçirenlerde üç saatten az vakit geçirenlere göre 2.31 kat, düzenli kitap okuma alışkanlığı olmayanlarda olanlardan 1.40 kat ve düzenli spor yapmayanlarda yapanlardan 1.21 kat daha yüksek bulunmuştur. Yaşadığımız yüzyılda hayatımızın her aşamasında söz sahibi olan internet bankacılık işlemlerinden alışverişe kurs eğitim gibi faaliyetlerden günlük arkadaş görüşmelerimize kadar birçok aktivitemizin içine yerleşmiştir. Güzel yanlarının yanında insanı insan yapan birçok özellikten bireyi uzaklaştırması da söz konusu olduğunda aslında fazla kullanılan her şey gibi internet de bağımlılık yapabilmekte ve biyolojik, psikolojik ve sosyal hayatımızı etkilemektedir.

Anahtar kelimeler: Halk sağlığı, internet bağımlılığı, koruyucu hekimlik, sağlık eğitimi

ABSTRACT

This study aimed to determine the levels of internet addiction and associated factors among adolescents. The research was conducted on first-grade high school students studying in the Bursa Osmangazi district during the 2018-2019 academic year. A total of 10,639 students were surveyed. The surveys were administered by healthcare personnel using face-to-face interviews in schools. According to the logistic regression analysis conducted, internet addiction was found to be 1.27 times higher in girls compared to boys, 2.71 times higher in those who use the internet for an average of three hours or more daily compared to those who use it for less than three hours, 1.86 times higher in those who play online games for three hours or more compared to those who play for less than three hours, 2.31 times higher in those who spend time on social media for three hours or more compared to those who spend less than three hours, 1.40 times higher in those who do not have a regular habit of reading books, and 1.21 times higher in those who do not engage in regular sports activities. In the century we live in, the internet, which has a say in every aspect of our lives, from online banking transactions to activities such as shopping, taking courses, and daily social interactions, has become integrated into many of our activities. However, just like any other excessively used entity, the internet can lead to addiction and affect our biological, psychological, and social lives when it distances individuals from many qualities that make us human.

Keywords: Public health, internet addiction, preventive medicine, health education.

Sorumlu Yazar: Dr. Öğretim Üyesi Salih METİN, slhmtn@hotmail.com, 0000-0003-1582-7900, Aile Hekimliği A.B.D, T.C. Sağlık Bakanlığı Bursa İl Sağlık Müdürlüğü Kamu Hastaneleri Hizmetleri Başkanlığı, Alaadin Mahallesi, 16000 Osmangazi/Bursa.

Yazarlar: Halk Sağlığı Uzman Hekimi Ahmet TİMUR, dratimur@gmail.com, 0000-0002-6284-4677

Makale Geliş Tarihi : 09.04.2023
Makale Kabul Tarihi: 08.12.2023

GİRİŞ

Son yıllarda teknoloji alanında yaşanan hızlı gelişmeler teknolojiyi insan hayatının vazgeçilmez parçalarından biri haline getirmiştir. Teknolojide yaşanan gelişmelere paralel olarak internet, cep telefonu ve bilgisayar gibi ürünlerin kullanımı ve yaygınlığı artış göstermektedir.¹ Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK) 2013 yılı verilerine göre Türkiye’de bilgisayar kullanma yaşı ortalama sekiz, cep telefonu kullanma yaşı 10 olarak belirtilmekte ayrıca Türkiye’de 6-15 yaş arası çocukların yüzde 60.5’i bilgisayar, yüzde 50.8’i internet, yüzde 24.3’ü cep telefonu kullanmakta olduğu TÜİK raporlarında yer almaktadır.² TÜİK’in 2018’de yayınlamış olduğu raporda ise 16-74 yaş aralığında bilgisayar ve internet kullanım oranının %72.9 olduğu (erkek %80.4, kadın %65.5) belirtilmektedir. Hane halkı bilişim teknolojileri kullanım araştırması sonuçlarına göre 2018 yılında hanelerin %83.8’i evden internete erişim imkanına sahip olduğu belirtilmektedir. 16-74 yaş aralığındaki bireylerin 2004 yılında %53.7’si cep telefonuna sahipken bu oran 2018 yılında 98.7’ye yükselmiştir.³ Teknoloji ve en önemli ürünlerinden biri olan internetin hayatımıza pek çok kolaylık getirmesiyle birlikte aşırı ve bilinçsiz kullanımıyla da problemli internet kullanımı, internet bağımlılığı gibi kavramlar ortaya çıkmıştır. İnternetin ücretsiz, kolay erişilebilir, ebeveynler tarafından müdahalesinin kısıtlı olması, bireyin gerçek hayatta olduğu kişilikten farklı bir kişiliğe bürünüp yaptıklarını gizleyebilmesi gibi nedenlerle gençlerde internetin kötüye kullanımı söz konusu olabilmektedir.^{4,5} İnternetin kullanım amacı, süresi ve psikososyal nedenler internet bağımlılığı ile ilişkili olabilmektedir.^{6,7} Adölesanların bilişsel, duygusal ve sosyal gelişiminin devam ediyor olması internet bağımlılığı açısından bu bireyleri potansiyel bir risk grubu haline getirmektedir.⁷

Bu çalışmanın amacı adölesanlarda internet bağımlılığı düzeylerinin ve ilişkili faktörlerin belirlenmesidir.

GEREÇ VE YÖNTEM

Araştırma 2018-2019 eğitim öğretim döneminde Bursa Osmangazi ilçesinde eğitim gören lise birinci sınıf öğrencilerinde gerçekleştirilmiştir. Araştırmada 10639 öğrenciye anket uygulanmıştır. Anketler sağlık personelleri tarafından okullarda yüz yüze görüşme tekniği kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Çalışmada veri toplama aracı olarak 2 bölümden oluşan anket formu kullanılmıştır. Birinci bölüm sosyo-demografik değişkenlerden, ikinci bölüm geçerlilik ve güvenilirlik çalışması Kayrı ve ark. tarafından yapılan “İnternet Bağımlılık Ölçeği” kullanılmıştır.⁸ Ölçeğin Türkçe uyarlaması 30 sorudan oluşmakta olup likert formundaki tutumlar “1- Asla 2- Nadiren 3-Bazen 4-Sıklıkla ve 5- Her zaman” şeklinde derecelendirilmiştir. Ölçekteki maddelerin toplam puanı 30-

150 arasındadır. Hesaplama yapılırken ölçekten 90 puan ve üzeri alanlar internet bağımlısı olarak kabul edilmektedir.

Araştırmaya katılan adölesanların kilo durumları değerlendirilirken yaşa ve cinsiyete özgü persentil tabloları kullanılmış; 3 persentil-97 persentil arası “normal kilolu”, 3 persentil altı “düşük kilolu”, 97 persentil üstü “fazla kilolu” olarak değerlendirilmiştir. Karşılaştırma yapılırken persentil değeri 3-97 arasında olanlar “normal”, 3 persentil altı ve 97 persentil üzerinde olanlar ise “beslenme bozukluğu” olarak gruplandırılmıştır. Karşılaştırma yapılırken katılımcıların düzenli spor yapma ve düzenli kitap okuma durumlarına verdikleri “Asla, Nadiren, Bazen, Sıklıkla, Her zaman” cevaplarından “Asla, nadiren ve bazen” cevabını verenler “düzenli spor yapmıyor/düzenli kitap okumuyor”, “Sıklıkla ve her zaman” cevabını verenler “düzenli spor yapıyor/düzenli kitap okuyor” olarak kabul edilmişlerdir. Analizlerde tanımlayıcı ölçütlerde frekans ve yüzde kullanılmıştır. Kategorik verilerin karşılaştırılmasında Ki-kare testi kullanılmış p<0.05 değeri istatistiksel olarak anlamlı kabul edilmiştir. Logistik regresyon analizinde; cinsiyet, persentil, günlük ortalama inertent kullanım süresi, günlük ortalama online oyunda geçirilen süre, günlük ortalama sosyal medyada kullanımı, haftalık harçlık miktarı, kitap okuma alışkanlığı ve düzenli spor yapma alışkanlıkları modellemeye dahil edilmişlerdir. Veriler SPSS 20.0 programı ile değerlendirilmiştir. Araştırma için Sağlık Bilimleri Üniversitesi Bursa Yüksek İhtisas Eğitim ve Araştırma Hastanesi Klinik Araştırmalar Etik Kurulu’ndan etik onay alınmıştır(2011-KAEK-25 2018/03-15).

BULGULAR

Araştırmaya katılan 10639 öğrencinin %52.3’ü erkek, %47.7’si kızlardan oluşmakta olup yaş ortalamaları 14.36 ± 0.56’dır. Araştırmaya katılan erkeklerin %4’ü düşük kilolu, %7.7’si fazla kiloludur. Kızların ise %6’sı düşük kiloya sahip iken, %10.4’ünün fazla kilolu olduğu tespit edilmiştir. Katılımcıların kilolarının yaş ve cinsiyete göre persentil aralıkları Tablo 1’de gösterilmiştir. Katılımcıların %47’si’i Anadolu Lisesi’nde, %0.8’i de Spor Lisesi’nde eğitim görmektedir. Katılımcıların eğitim gördüğü okullara ait bilgiler Tablo 2’de gösterilmiştir.

Araştırmaya katılan adölesanlardan %90.1’inin kendine ait cep telefonu, %62.8’inin kişisel bilgisayarı bulunmaktadır. Katılımcıların kişisel sahip oldukları ürünler Tablo 3’de gösterilmiştir.

Araştırma grubundaki erkek öğrencilerin %45.8’i, kız öğrencilerin %48.2’si günlük ortalama 1-3 saat arasında internette vakit geçirdiklerini belirtmişlerdir. Katılımcıların günlük ortalama internet kullanımları Tablo 4’de

Tablo1. Katılımcıların kilolarının yaş ve cinsiyete göre persentil aralıkları

Cinsiyet	Persentil aralıkları					
	<3 persentil		3-97 persentil		>97 persentil	
	Sayı	Yüzde	Sayı	Yüzde	Sayı	Yüzde
Erkek	221	4.0	4919	88.4	427	7.7
Kız	304	6.0	4238	83.6	530	10.4
Toplam	525	4.9	9157	86.1	957	9.0

Tablo 2. Eğitim görülen okullara göre katılımcıların dağılımı

Okul	Sayı	Yüzde
Anadolu Lisesi	5006	47.0
Meslek Lisesi	4107	38.6
İmam Hatip Lisesi	1235	11.6
Temel Lise	125	1.2
Spor Lisesi	85	0.8
Fen Lisesi	81	0.8

Tablo 3. Katılımcıların sahip oldukları kişisel ürünler ve çalışma odası

	Var		Yok	
	Sayı	Yüzde	Sayı	Yüzde
Cep telefonu	9890	90.1	1049	9.9
Sabit internet	9148	86.0	1491	14.0
Çalışma odası	8093	76.1	2546	23.9
Kişisel bilgisayar	6685	62.8	3954	37.2

gösterilmiştir. Araştırma grubundaki erkek öğrencilerin %38.3'ü günde ortalama 1-3 saat online oyun oynadıklarını, kız öğrencilerin %81.2'si günlük ortalama 1 saatten az online oyun oynadıklarını belirtmişlerdir. Katılımcıların günlük ortalama online oyun süreleri Tablo 4'de gösterilmiştir. Araştırma grubundaki erkek öğrencilerin %47.4'ü son bir yıl içerisinde günde ortalama 1 saatten az, kız öğrencilerin %45.2'si günlük ortalama 1-3 saat sosyal medyada vakit geçirdiklerini belirtmişlerdir. Katılımcıların günlük ortalama sosyal medya kullanım süreleri Tablo 4'de gösterilmiştir. Araştırma grubunda internet bağımlılığı %15.5 olarak bulunmuş olup kızlardaki internet bağımlılık oranı er-

keklerden daha yüksektir ($p<0.05$) (Tablo 5). Çalışmaya kapsamında internet bağımlılığı Anadolu Lisesi öğrencilerinde %18.8, spor lisesi öğrencilerinde %5.5 olarak bulunmuştur. Katılımcıların eğitim gördükleri okullara göre internet bağımlılık oranları Tablo 5'de gösterilmiştir. Araştırmaya katılan öğrencilerin persentil değerlerine göre internet bağımlılığı durumları incelendiğinde normal persentil değerlerine sahip olan bireylerde internet bağımlılığı oranı %15.4 olarak, beslenme bozukluğu olanlarda ise %16.3 olarak bulunmuştur ($p>0.05$). (Tablo 5) Araştırma grubundaki adolesanların son bir yılda günlük ortalama internet kullanım süreleri ile internet bağımlılığı durumu karşılaştırıldığında günde 1

Tablo 4. Günlük ortalama internet, oyun ve sosyal medya kullanımı

Günlük ortalama internet kullanım süresi	Erkek		Kız	
	Sayı	Yüzde	Sayı	Yüzde
1 saatten az	695	12.5	693	13.7
1 saatten fazla. 3 saatten az	2552	45.8	2444	48.2
3 saatten fazla. 6 saatten az	1669	30	1440	28.4
6 saatten fazla. 9 saatten az	409	7.4	355	7.0
9 saatten fazla	242	4.3	140	2.7
Toplam	5567	100.0	5072	100.0
Günlük ortalama online oyun süresi				
1 saatten az	2124	38.2	4121	81.2
1 saatten fazla. 3 saatten az	2134	38.3	736	14.5
3 saatten fazla. 6 saatten az	927	16.7	175	3.5
6 saatten fazla. 9 saatten az	219	3.9	29	0.6
9 saatten fazla	163	2.9	11	0.2
Toplam	5567	100.0	5072	100.0
Günlük ortalama sosyal medya kullanım süresi				
1 saatten az	2637	47.4	1389	27.4
1 saatten fazla. 3 saatten az	1995	35.8	2292	45.2
3 saatten fazla. 6 saatten az	664	11.9	996	19.6
6 saatten fazla. 9 saatten az	174	3.1	282	5.6
9 saatten fazla	97	1.8	113	2.2
Toplam	5567	100.0	5072	100.0

saatten az internet kullananlarda (n=1388) internet bağımlılığı %3.5 iken bu oran günlük 9 saatten fazla internet kullananlarda (n=382) %53.7'ye yükselmektedir.

Günde 3 saatten az internet kullananlarda internet bağımlılığı %7.5 iken, 3 saatten fazla internet kullananlarda %27.6 olarak bulunmuştur (p<0.05). (Tablo 5) Araştırma kapsamında öğrencilerin son bir yıl içerisinde günlük ortalama online oyun oynama süreleri ile internet bağımlılığı durumu karşılaştırıldığında günlük 1 saatten az online oyun oynayanlarda (n=6245) internet bağımlılığı %11.8 iken bu oran günlük 9 saatten fazla online oyun oynayanlarda (n=174) %54.0'e çıkmaktadır. 3 saatten az online oyun oynayanlarda internet bağımlılığı oranı %13.0 iken bu oran 3 saatten fazla online oyun oynayanlarda %30.4 olarak bulunmuştur (p<0.05). (Tablo 5) Çalışma kapsamındaki öğrencilerin son bir yıl içerisinde günlük ortalama sosyal medya kullanım süreleri ile internet bağımlılığı durumu karşılaştırıldığında günlük 1 saatten az sosyal medyada vakit geçirenlerde (n=4026) internet bağımlılığı %7.5 iken bu oran günlük 9 saatten fazla online oyun oynayanlarda (n=210) %56.7'ye çıkmaktadır. 3 saatten az sosyal med-

yada vakit geçirenlerde internet bağımlılığı oranı %10.6 iken bu oran 3 saatten fazla sosyal medyada vakit geçirenlerde %33.3'e çıkmaktadır (p<0.05). (Tablo 5) Kişisel bilgisayarı olan adolesanlarda internet bağımlılığı oranı %16.2; kişisel bilgisayarı olmayanlarda bu oran %14.4 olarak bulunmuştur (p<0.05). (Tablo 5) Çalışma grubundaki öğrencilerden cep telefonu olanlarda internet bağımlılığı oranı %16.0; cep telefonu olmayanlarda %11.6'dır (p<0.05). (Tablo 5) Çalışma kapsamında öğrencilerin spor yapma durumları ile internet bağımlılığı karşılaştırıldığında spor yaptıklarını belirtenlerde bağımlılık oranı %13.9 iken bu oran spor yapmayanlarda %16.4 olarak bulunmuştur (p<0.05). (Tablo 5) Çalışma grubundaki öğrencilerden haftalık ortalama 50₺ ve altında harçlık alanlarda internet bağımlılığı %14.5 görülmekte olup, 50 ₺ üzeri haftalık harçlık alanlarda %18.4 oranında bulunmuştur (p<0.05). (Tablo 5) Düzenli olarak ders kitabı haricinde de kitap okuduğunu belirten öğrencilerde internet bağımlılığı %12.2 bulunmuş olup bu oran düzenli kitap okumayanlarda %17.1 bulunmuştur (p<0.05). (Tablo 5)

Araştırma kapsamında ölçek uygulanan 10639 öğrencide internet bağımlılığı %15.5 olarak bulunmuştur. Ki

Tablo 5. İnternet bağımlılığı ile ilişkili faktörler

Cinsiyet	İnternet bağımlılığı						X ²	p
	Var		Yok		Toplam			
	Sayı	Yüzde	Sayı	Yüzde	Sayı	Yüzde		
Erkek	823	14.8	4744	85.2	5567	100.0	4.931	0.028
Kız	829	16.3	4243	83.7	5072	100.0		
Okul								
Fen Lisesi	16	19.8	65	80.2	81	100.0		
Meslek Lisesi	696	16.9	3411	83.1	4107	100.0		
Temel Lise	21	16.8	104	83.2	125	100.0		
İmam Hatip Lisesi	194	15.7	1041	84.3	1235	100.0		
Anadolu Lisesi	714	14.3	4292	85.7	5006	100.0		
Spor Lisesi	11	12.9	74	87.1	85	100.0		
Persentil grup								
Normal	1411	15.4	7746	84.6	9157	100.0	0.707	0.396
Beslenme bozukluğu	241	16.3	1241	83.7	1482	100.0		
Günlük internet kullanım süresi								
3 saate kadar	476	7.5	5908	92.5	6384	100.0	792.855	0.001
3 saatten fazla	1176	27.6	3079	72.4	4255	100.0		
Günlük online oyun oynama süresi								
3 saate kadar	1189	13	7926	87	9115	100.0	299.173	0.001
3 saatten fazla	463	30.4	1061	69.6	1524	100.0		
Günlük sosyal medya kullanım süresi								
3 saate kadar	878	10.6	7435	89.4	8313	100.0	714.891	0.001
3 saatten fazla	774	33.3	1552	66.7	2326	100.0		
Kişisel bilgisayar								
Var	1083	16.2	5602	83.8	6685	100.0		
Yok	569	14.4	3385	85.6	3954	100.0		
Cep telefonu								
Var	1530	16	8060	84	9590	100.0	13.478	0.001
Yok	122	11.6	927	88.4	1049	100.0		
Spor yapma								
Evet	516	13.9	3208	86.1	3724	100.0	12.207	0.001
Hayır	1136	16.4	5779	83.6	6915	100.0		
Haftalık ortalama harçlık								
50₺ ve altı	1149	14.5	6757	85.5	7906	100.0	23.207	0.001
50₺ üzeri	503	18.4	2230	81.6	2733	100.0		
Düzenli kitap okuma								
Evet	430	12.2	3083	87.8	3513	100.0	43.216	0.001
Hayır	1222	17.1	5904	82.9	7126	100.0		

kare testi sonucunda internet bağımlılığı açısından normal persentil değerlerine sahip olanlar ile beslenme bozukluğu olanlar arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Bununla birlikte kızlarda, günlük 3 saatten fazla; internet kullanan, online oyun oynayan ve sosyal medyada vakit geçirenlerde, kişisel bilgisayara ya da cep telefonuna sahip olanlarda, düzenli spor yapmayanlarda, düzenli kitap okumayanlarda ve haftalık 50 ₺ üzeri harçlık alanlarda internet bağımlılığı daha yüksek oranlarda bulunmuştur. Yapılan logistik regresyon analizine göre internet bağımlılığı; kızlarda erkeklerden 1.27 kat, günlük ortalama 3 saat ve üzerinde internet kullananlarda 3 saatten az kullananlara göre 2.71 kat, 3 saat ve üzerinde online oyun oynayanlarda 3 saatten az oynayanlara göre 1.86 kat, 3 saat ve üzeri sosyal medyada vakit geçirenlerde 3 saatten az vakit geçirenlere göre 2.31 kat, düzenli kitap okuma alışkanlığı olmayanlarda olanlardan 1.40 kat ve düzenli spor yapmayanlarda yapanlardan 1.21 kat daha yüksek bulunmuştur. Ki kare testinde anlamlı bulunan haftalık harçlık miktarı ile internet bağımlılığı ilişkisi logistik regresyon analizinde anlamsız bulunmuştur. İnternet bağımlılığı durumunu etkilediği düşünülen bazı faktörler çoklu analize alınmış ve yapılan binarylogistik regresyon analizi sonuçları Tablo 6'da gösterilmiştir.

TARTIŞMA

Rönesansı takiben başlayan Sanayi devrimi ile yükselen ve son yüzyılda zirveye ulaşan bilimsel ve teknolojik gelişmeler iletişim ağının küresel çapta yayılması ve hızlı iletişimin sağlanması ile ülkeleri aşmıştır. Hayatı-

mızın her alanında kullandığımız teknolojik gelişmeler her geçen gün bizi kendine daha da bağımlı kılmıştır. Sigara, alkol, uyuşturucu gibi dışarıdan madde alımı söz konusu olmasa bile internet ve teknolojinin kişinin ihtiyacından fazla kullandığı ve onu kullanmadığında hayatını idamede zorlandığı diğer maddeler gibi bağımlılığı mümkündür.

Çalışmamızda internet bağımlılığı adolesanlarda %15.5 bulunmuştur. Daha önce 2013 yılında internet bağımlılığının yaygınlığının tespiti için ülkemizde yapılan bir çalışmada internet bağımlılığı %12.6 olarak bildirilmiştir.⁹ Geçen on yıllık sürede değişen teknolojik imkanlar neticesinde bu oranın yükselmesini doğal karşıyoruz. İtalya da lise öğrencileri üzerinde yapılan çalışma da % 5.4, Amerika'dan bildirilen lise öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeyi %8.1, Tayvan da yapılan bir diğer çalışma da internet bağımlılığı %17.9 olarak bildirilmiştir.¹⁰⁻¹² Dünya literatürünün geniş aralıkta değişim göstermesi kullanılan ölçeklerin standart olmaması, çalışma yapılan toplumun sosyokültürel ve ekonomik olarak farklı özellikler göstermeleri gibi nedenlerden kaynaklanıyor olabilir.

İnternet kullanımı ile ilişkili bulduğumuz faktörlerden biri kadın cinsiyet sahibi olmadır. Literatür tarandığında aksini söyleyen çalışmalar da bildirilmiştir.^{13,14} Cinsiyetin internet bağımlılığı üzerinde etkisi olmadığını söyleyen çalışmalarda mevcuttur.^{15,16} Çalışmamız ile benzer bulguyu bildiren çalışmalar mevcuttur.^{17,18} Literatür tarandığında ilişki bulunmayan, erkekte fazla olan, kızlarda fazla olan yani üç seçeneğin de değişik toplumlarda farklı çalışmalar da bulunabilmesi, toplum-

Tablo 6. Araştırma grubunda katılımcılarda internet bağımlılığı durumunu etkilediği düşünülen faktörlerin logistik regresyon analizi

Faktörler	Odds Oranı	%95 CI	p
Cinsiyet			
Erkek	1	1.11-1.45	0.001
Kız	1.27		
Persentil			
Normal	1	0.91-1.25	0.409
Beslenme bozukluğu	1.06		
Günlük ortalama internet kullanımı			
3 saate kadar	1	2.36-3.11	0.001
3 saat ve üzeri	2.71		
Günlük ortalama online oyun süresi			
3 saate kadar	1	1.60-2.16	0.001
3 saat ve üzeri	1.86		
Günlük ortalama sosyal medya kullanımı			
3 saate kadar	1	2.02-2.63	0.001
3 saat ve üzeri	2.31		
Haftalık harçlık miktarı			
50 TL ve altı	1	0.97-1.25	0.114
50 TL üzeri	1.1		
Kitap okuma alışkanlığı			
Var	1	1.23-1.60	0.004
Yok	1.4		
Düzenli spor yapma			
Yapıyor	1	1.07-1.37	0.002
Yapmıyor	1.21		

sal farklılığın ait olduğu toplumda cinsiyete yüklenen anlamın ve cinsiyetler arasında farklı imkana sahip olmanın etkili olabileceğini düşündürmüştür.

Günlük ortalama 3 saat ve üzerinde internet kullananlarda 3 saatten az kullananlara göre 2.71 kat, 3 saat üzerinde online oyun oynayanlarda 3 saatten az online oyun oynayanlara göre 1.86 kat, 3 saat ve üzeri sosyal medyada vakit geçirenlerde 3 saatten az vakit geçirenlere göre 2.31 kat internet bağımlılığı yüksek bulunmuştur. İster sosyal medya amaçlı ister online oyun oynama amaçlı isterse de amaçsız internet gezisi amacıyla olsun geçen vakit internet bağımlılığının artışı ile ilişkili olduğu bildirilmiştir.^{12,19-23} Bu yönüyle çalışmamız literatür ile benzerlik göstermektedir. Eğitim öğretim faaliyetlerinde, alışverişte, devlet dairelerine başvuruda, fatura ödeme dahil günlük hayatımızdaki birçok ödevimizin yerine getirilmesinde rutininin yerini alan teknoloji ve internet kullanımı teknolojik gelişmelerin hız kesmeden ilerlemesi teknolojik cihazların taşınabilir, hızlı oluşu gibi birçok faktör nedeniyle rutinin yerini almıştır. Birçok alanda hayatımızın tam olarak içine girmiş internet kullanımının gittikçe artacağı düşünüldüğünde bağımlılığında artacağını beklemek tesadüf olmayacaktır. Doğru internet kullanımı ve bağımlılık arasındaki ince çizginin daralacağı beklendiğinde halk sağlığı aile hekimliği gibi koruyucu tıbbi temel alan branşlara internetin kolaylıktan çıkıp bağımlılığının halk sağlığı sorunu haline gelmeden önlem alması, bu sorun üzerine düşünmesi ve daha büyük popülasyonlarda daha geniş çaplı çalışmalar yapıp sonuçlarıyla politika uygulayıcılarına yön vermesi gerekmektedir.

Düzenli kitap okuma alışkanlığı olmayanlarda olanlardan 1.40 kat fazla internet bağımlılığı bulduk. Literatürde benzer şekilde kitap okuma alışkanlığı, hobi, el işleri gibi faaliyetlerin internet bağımlılığına engel olduğu yönündedir.^{24,25} Bu haliyle çalışmamız literatür ile benzerlik göstermektedir. İnternet ile ne kadar süre vakit geçirildiği, internet dışındaki faaliyetlerimizin ne kadarının yerini aldığı ile alakalı olan bu durum en basit sıradan bir el örneği örnek müzik aleti çalmak kitap okumak gibi faaliyetlerle önüne geçilebilir olması sevindirici ve yol göstericidir.

Düzenli spor yapmayanlarda yapanlardan 1.21 kat internet bağımlılığı daha yüksek bulunmuştur. Literatüre bakıldığında benzer şekilde spor aktivitelerini düzenli yapanlarda internet bağımlılığının daha az olduğuna dairdir.^{24,26} İnternet bağımlılığını etkileyen her faktörde olduğu gibi sporun internet bağımlılığına etkisi hayatımızın ne kadarlık bölümünü kapsadığı ile alakalıdır. İnternetin yerine yaptığımız her düzenli aktivite bağımlılıktan bir adım daha insanlığı uzaklaştırmaktadır.

SONUÇ

Yaşadığımız yüzyılda hayatımızın her aşamasında söz sahibi olan internet bankacılık işlemlerinden alışveriş kurs eğitim gibi faaliyetlerden günlük arkadaş görüşmelerimize kadar birçok aktivitemizin içine yerleşmiştir. Güzel yanlarının yanında insanı insan yapan birçok özelliğinden bireyi uzaklaştırması da söz konusu olduğunda aslında fazla kullanılan her şey gibi internet de bağımlılık yapabilmekte ve biyolojik, psikolojik ve sosyal hayatımızı etkilemektedir. İnternetin doğru kullanımı aileden başlasa da birinci basamak hekimleri olan aile hekimlerine ve halk sağlığı hekimlerine çok büyük gö-

rev düşmektedir. İnternet kullanımının gittikçe artacağı düşünüldüğünde politika uygulayıcılarına sağlık hizmet sunumlarına ve küçük yaşta eğitime önem vermeleri yönünde bizlere ışık tutacak bu ve benzeri çalışmaları dikkate alması önem arz etmektedir.

Etik Komite Onayı: Bu çalışma için Sağlık Bilimleri Üniversitesi Bursa Yüksek İhtisas Eğitim ve Araştırma Hastanesi Klinik Araştırmalar Etik Kurulu'ndan 03.15.2018 tarih ve 2011-KAEK -25 sayılı kurul onayı ve çalışma izni alınmıştır.

Bilgilendirilmiş Onam: Katılımcılardan bilgilendirilmiş onam alınmıştır.

Hakem Değerlendirmesi: Dış bağımsız

Yazar Katkıları: Fikir- AT; Tasarım-AT; Denetleme-SM, AT; Kaynaklar-SM, AT; Malzemeler-AT; Veri Toplanması ve/veya işlenmesi-AT; Analiz ve/veya yorum-AT, SM; Literatür taraması-SM, AT; Yazıyı yazan- AT, SM; Eleştirel inceleme-SM, AT.

Çıkar Çatışması: Bu çalışmada yazarlar arasında herhangi bir çıkar çatışması bulunmamaktadır.

Finansal Destek: Bu makalede yer alan çalışmayla ilgili Yazarlar fon olmadığını bildirdi.

Teşekkür: Yazarlar Doç. Dr.İbrahim TAYMUR'a teşekkür eder.

Ethics Committee Approval: Ethics committee approval (date 15.03.2018 and number 2011-KAEK -25) and study permission were obtained from the Health Sciences University Bursa High Specialization Training and Research Hospital Clinical Research Ethics Committee.

Informed Consent: Informed consent was obtained from the participants.

Peer-review: Externally peer-reviewed.

Author Contributions: Concept-AT; Design-AT; Supervision-SM, AT; Resources-SM, AT; Materials-AT; Data Collection and/or Processing-AT; Analysis and/or Interpretation- AT, SM; Literature Search- SM, AT; Writing Manuscript- AT, SM; Critical Review- SM, AT.

Declaration of Interest: No potential conflict of interest was reported by the author(s).

Funding: The authors reported that there is no funding associated with the work featured in this article.

Acknowledgements: The authors are grateful to Doç. Dr. İbrahim TAYMUR.

KAYNAKLAR

1. Alaca E, Yılmaz B. Bilgi ve iletişim teknolojilerinin kullanımı ve bilgi toplumuna dönüşüm: Türkiye'de durum. Türk Kütüphaneciliği. 2016;30(3):507-523.
2. 06-15 Yaş Grubu Çocuklarda Bilişim Teknolojileri Kullanımı. TUİK (2013). Available from: URL:https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Use-of-Information-and-Communication-Technology-and-Media-by-Children-Aged-06-15-2013-15866. Erişim tarihi: 09.04.2022 (2013).
3. Hane halkı Bilişim Teknolojileri (BT) Kullanım Araştırması. TUİK (2018). Available from: URL:https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Hanehalki-Bilisim-Teknolojileri-(BT)-Kullanim-Arastirmasi-2018-27819. Erişim tarihi: 09.04.2022 (2018).

4. Söyler S, Kaptanoğlu AY. Sanal uyuşturucu: internet. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*. 2018;7(2):37-46.
5. Taş İ. Ergenlerde internet bağımlılığı ve psikolojik belirtilerin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Anemon Muş Alparslan Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*. 2018;6(1):31-41. doi:10.18506/anemon.310973
6. Esen A. Lise çağı ergenlerde internet kullanımı ile yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü; 2014.
7. Koca EB, Tunca MZ. İnternet ve sosyal medya bağımlılığının öğrenciler üzerindeki etkilerine dair bir araştırma. *Alanya Akademik Bakış*. 2020;4(1):77-103. doi:10.29023/alanyaakademik.597820
8. Kayri M, Günüc S. The adaptation of internet addiction scale into Turkish: The study of validity and reliability. *Ankara University Journal of Faculty of Educational Sciences (JFES)*. 2009;42(1):157-176.
9. Doğan A. İnternet bağımlılığı yaygınlığı. DEÜ Eğitim Bilimleri Enstitüsü; 2013.
10. Morahan-Martin J, Schumacher P. Incidence and correlates of pathological Internet use among college students. *Computers in human behavior*. 2000;16(1):13-29. doi:10.1016/S0747-5632(99)00049-7
11. Pallanti S, Bernardi S, Quercioli L. The Shorter PROMIS Questionnaire and the Internet Addiction Scale in the assessment of multiple addictions in a high-school population: prevalence and related disability. *CNS spectrums*. 2006;11(12):966-974. doi: 10.1017/s1092852900015157
12. Tsai HF, Cheng SH, Yeh TL, et al. The risk factors of Internet addiction—a survey of university freshmen. *Psychiatry research*. 2009;167(3):294-299. doi:10.1016/j.psychres.2008.01.015
13. Černja I, Vejmelka L, Rajter M. Internet addiction test: Croatian preliminary study. *BMC psychiatry*. 2019;19:1-11. doi:10.1186/s12888-019-2366-2
14. Teng Z, Pontes HM, Nie Q, Xiang G, Griffiths MD, Guo C. Internet gaming disorder and psychosocial well-being: A longitudinal study of older-aged adolescents and emerging adults. *Addictive Behaviors*. 2020;110:106530. doi:10.1016/j.addbeh.2020.106530
15. Ayas T, Horzum MB. İlköğretim Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı ve Aile İnternet Tutumu. *Turkish Psychological Counseling&Guidance Journal*. 2013;4(39):46-57.
16. Wang H, Zhou X, Lu C, Wu J, Deng X, Hong L. Problematic Internet use in high school students in Guangdong Province, China. *PloS one*. 2011;6(5):e19660. doi:10.1371/journal.pone.0019660
17. Andreassen CS, Torsheim T, Brunborg GS, Pallesen S. Development of a Facebook addiction scale. *Psychological reports*. 2012;110(2):501-517. doi: 10.2466/02.09.18.PR0.110.2.501-517
18. Kuss DJ, Griffiths MD, Binder JF. Internet addiction in students: Prevalence and risk factors. *Computers in Human Behavior*. 2013;29(3):959-966.
19. Flisher C. Getting plugged in: an overview of internet addiction. *Journal of paediatrics and child health*. 2010;46(10):557-559. doi:10.1111/j.1440-1754.2010.01879.x
20. Jang KS, Hwang SY, Choi JY. Internet addiction and psychiatric symptoms among Korean adolescents. *Journal of School Health*. 2008;78(3):165-171. doi: 10.1111/j.1746-1561.2007.00279.x
21. Korkeila J, Kaarlas S, Jääskeläinen M, Vahlberg T, Taiminen T. Attached to the web—harmful use of the Internet and its correlates. *European Psychiatry*. 2010;25(4):236-241. doi:10.1016/j.eurpsy.2009.02.008
22. Nalwa K, Anand AP. Internet addiction in students: A cause of concern. *Cyberpsychology & behavior*. 2003;6(6):653-656. doi:10.1089/109493103322725441
23. Van Rooij AJ, Schoenmakers TM, Van de Eijnden RJ, Van de Mheen D. Compulsive internet use: the role of online gaming and other internet applications. *Journal of Adolescent Health*. 2010;47(1):51-57. doi:10.1016/j.jadohealth.2009.12.021
24. Kwon MR. The Impact of Emotional Intelligence and Self-Esteem on Internet and Smart Phone Addiction, Sports Activities, and Reading of Youth. *International Journal of Internet, Broadcasting and Communication*. 2017;9(1):35-41. doi:10.7236/IJIBC.2017.9.1.35
25. Sasmaz T, Oner S, Kurt AO, Yapıcı G, Yazıcı AE, Bugdaycı R, et al. Prevalence and risk factors of Internet addiction in high school students. *The European Journal of Public Health*. 2014;24(1):15-20. doi:10.1093/eurpub/ckt051
26. Kwon M-R. Emotional Intelligence of Youth Impacted by the Used Time of Smart Devices and Sports Activities. *The Journal of the Institute of Internet, Broadcasting and Communication*. 2014;14(1):211-217. doi:10.7236/IJIBC.2014.14.1.211