



Investigation of individual anxiety levels of sedentary and athletes in the novel coronavirus

Sedanter ve sporcuların yeni tip koronavirüse yakalanmada bireysel kaygı düzeylerinin incelenmesi

Hasan Güler¹
Halil İbrahim Cicioğlu²

Abstract

This study aims to examine the anxiety of getting COVID-19 according to different variables in terms of sedentary and athletes. In the study designed with a quantitative model, the Athlete's Anxiety Scale for the Novel Coronavirus (COVID-19) was used and Pearson Correlation analysis was used with the t-test. 86 active sports athletes and 84 sedentary athletes with licenses in different branches participated in the study. In the study, it was determined that the individual anxiety levels of women were significantly higher in getting COVID-19 compared to men, and sedentary people compared to athletes. It has been determined that the level of anxiety of those who have caught COVID-19 before, in catching COVID-19, is significantly higher than those who have caught this disease. In addition, no significant relationship was found between the age of the participants and individual anxiety. As a result of the research, it can be said that the level of individual anxiety in catching COVID-19 is negatively affected by the state of doing sports.

Keywords: Sedentary, Athlete, Sports, Novel Coronavirus (COVID-19), Anxiety.


[\(Extended English summary is at the end of this document\)](#)

Özet

Bu çalışma COVID-19 yakalanma kaygısını sedanter ve sporcular açısından farklı değişkenlere göre incelemeyi amaçlamaktadır. Nicel modelle tasarlanan araştırmada Sporçunun Yeni Koronavirüse (COVID-19) Yakalanma Kaygısı Ölçeği kullanılmış ve t-testi ile Pearson Korelasyon analizinden yararlanılmıştır. Çalışmaya, farklı branşlarda lisansa sahip aktif spor yapan 86 sporcu ve 84 sedanter katıldı. Araştırmada kadınların erkeklere göre, sedanterlerin ise sporculara göre COVID-19'a yakalanmada bireysel kaygı düzeylerinin anlamlı düzeyde yüksek olduğu saptanmıştır. Daha önce COVID-19'a yakalanmayaların, COVID-19'a yakalanmada bireysel kaygı düzeyinin bu hastalığa yakalananlara göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca katılımcıların yaşı ile bireysel kaygı arasında anlamlı bir ilişki saptanmamıştır. Araştırma sonucunda COVID-19'a yakalanmada bireysel kaygı düzeyinin spor yapma durumundan olumsuz etkilendiği söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Sedanter, Sporcu, Spor, Yeni Tip Korona Virüs (COVID-19), Kaygı

¹ Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı, hasanguler1988@gmail.com  Orcid ID: [0000-0003-2565-7271](https://orcid.org/0000-0003-2565-7271)

² Prof. Dr., Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı, cicioglu@gazi.edu.tr  Orcid ID: <https://orcid.org/0000-0003-3905-6944>



1. Giriş

İnsanlığın karşılaştığı afetlerden birisi de hiç kuşkusuz salgın hastalıklardır ve tarih boyunca imparatorlukları, toplumları, insanları derinden etkisine almış, ticari faaliyetlerin işleyişine darbe vurmuş ve sosyal hayatı durma nokrasına getirmiştir (Yiğit ve Gümüşçü, 2016; Yolun, 2012; Yıldız, 2014). Salgın hastalıklar dünya popülasyonunu en eski çağlardan bu yana etkili olmuş ve birçok milletin yok olmasına sebebiyet vermiştir (Yolun ve Kopar, 2015). Tarihe not düşen kaynaklara bakıldığında, belli zaman aralıklarında veba, çiçek hastalığı, cüzzam, sıtma, kolera gibi pandemiler eski çağlardan günümüze kadar aralıklı olarak ortaya çıktığına insanlar şahit olmuştur (Qiu ve ark., 2016). 2019 Aralık ayında, Çin'in Hubei eyaletinde nedeni henüz bulunamayan yerel bir akciğer iltihaplanması salgını tespit edilmiş ve Çinli bilim insanları tarafından uygulanan ilk testlerde semptomların şiddetli akut solunum sendromuna (SARS) benzermekle birlikte yeni tip bir korona virüsün (COVID-19) ölümcül bir hastalığa sebep olduğu belirlenmiştir (WHO, 2020). COVID-19, bildirilen ölüm oranı % 2-4 olan bir solunum hastalığıdır (Lee ve Hsueh, 2020). Koronavirüs büyük bir virüs ailesi olarak tanımlanmaktadır ve soğuk algınlığından Orta Doğu Solunum Sendromu (MERS-CoV) ve Ağır Akut Solunum Sendromu (Severe Acute Respiratory Syndrome, SARS-CoV) farklı hastalıklara sebep olan türlerinin olduğu bilinmektedir (Kıroğlu, 2020). Virüs (COVID-19) öncelikle alt solunum yollarını etkiler ve enfekte kişiye grip benzeri semptomlar, hafif ateş ve hafif öksürükten pnömoniye ve Akut Solunum Sıkıntısı Sendromuna kadar değişen semptomlar verir (Huang ve ark., 2020). İnsandan insana, direk temas yoluyla veya enfekte olmuş bir kişinin öksürmesi veya hapşırması ile yayılan damlacıklar yoluyla bulaşmaktadır. Ayrıca COVID-19 hastalarından yayılan damlacıkların yüzeylerde kalması ve bu damlacıklara sağlıklı bireylerin temas ederek yüzüne, gözüne, burun veya ağızına elini götürmesi de bulaş riskinin en önemli sebeplerinden biridir (Chen ve ark., 2020). Güncel istatistiklere göre, enfekte bireylerin % 20'sinin hastaneye kaldırılması gerektiği tespit edilmiştir (Wu ve McGoogan, 2020). Salgının büyüklüğü göz önüne alındığında, çoğu ülke tecrit stratejisini bir kontrol stratejisi olarak benimsemiştir (Webb ve ark., 2020). COVID-19, insanların bir dizi tedbirler almasına, sosyal izolasyona yönelmesine, belirli bir mesafe aralıklarında durmalarına ve temizlik ve hijyen kurallarına uymasına, hastalık ölümcül olduğu için kaygılı ve endişeli bir duruma geçmelerine sebep oldu. Bu sebeple, insanların COVID-19'a yakalanma konusundaki kaygıları ile ilgili araştırmalara olan ilgi son dönemlerde yükselmiştir. Bilimsel literatür, insanların kaygı düzeylerinin COVID-19 ile arttığını göstermektedir. Pek çok insanı bir araya getiren spor endüstrisinin karmaşık doğası göz önüne alındığında, virüsün küresel olarak yayılmasının potansiyel tehdidi, kısıtlama politikaları uygulanmasını arttırmıştır (WHO, 2020). Küresel olarak, spor faaliyetleri bu durumdan fazlasıyla etkilenmiştir. Spesifik olarak, her türlü spor faaliyeti (yani küçük ölçekli, toplu katılımcı, büyük ölçekli ve mega ölçekli) iptal edilmiş veya yeni bir duyuruya kadar ertelenmiştir (örneğin, IOC, 2020; NBA, 2020; UEFA, 2020). Günlük hayatımızın ve geleceğimizin yararına benimsenen bu karar ve uygulamaların hem sporcuların (Demir, Cicioğlu ve İlhan, 2020) hem de sedanterlerin COVID-19'a yakalanma kaygı düzeyini arttırabileceği ifade edilmektedir (Tekkurşun-Demir ve ark., 2020).

Kaygı bireyin duygu ve düşüncelerine dayalı olarak tehlikeli bir durum karşısında hissedilen korku duygusu olarak ifade edilmektedir. Yaygınlığı ve bazı zihinsel sağlık sorunlarına eğimli olma durumu nedeniyle ciddi ruh sağlığı sorunlarından biri olarak kabul görmektedir (Ocaktan ve ark., 2002). Kaygı, çoğunlukla insanı gelecek kaygısına sürükleyen ve sıkıntılı bir ruh haline bürünmeye sebep olan bir durum olarak tanımlanır. Titreme, terleme, kalpte çarpıntı ve nabız artışında yükseliş gibi fiziksel semptomlarla belirti gösteren güvenmeme duygusu ile karmaşık bir heyecan halidir (Beck and Emery, 2006). Kaygı, tedirginlik, endişe, yanlısma ve korkuyu içeren art arda gelen kişisel duygudur (Elliott ve Smith, 2010). Genel anlamda incelendiğinde kaygının iki farklı tarafı vardır. Bunlardan birincisi evhamdır ve kaygının bilişsel tarafını oluşturur. Kişinin genellikle kendisi ile ilgili başarısızlığına, beceriksizliği ile alakalı negative düşüncelerini, değerlendirmelerini ve iç sesini kapsar (Zeidner ve Mathews 2005). İkinci yönü ise otonom sinir sistemi tetiklenmesi ve kaygının bilişsel yönü ile alakalı olarak meydana çıkar (Liebert ve Morris, 1970). Mathews ve MacLeod (2005), kaygının, korku, endişe, endişe gibi olumsuz duygulara sıklıkla odaklanma, yaşama ve bunlara işaret

etme eğilimini ifade ettiğini ve bunun nevrotik kişilik özelliğinin bir parçası haline geldiğini belirtmişlerdir.

Tüm bunlar ışığında COVID-19 pandemisinden korunmak için sosyal mesafenin korunması şartı sonucunda, bireylerin izole olması, asosyalleşmesi, bedensel ve ruhsal açıdan negatif yönde etkilenmesi beklenir (Demir, Cicioğlu ve İlhan, 2020). Buna göre COVID-19'a yakalanma kaygısının tespit edilmesi bireylerin beden sağlığına ve sağlıklı ruh haline ne kadar yakın veya uzak olduğuna işaret edebileceği düşünüldüğü için, araştırmada sedanter ve sporcu bireylerin COVID-19'a yakalanmada bireysel kaygı düzeyinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi amaçlanmıştır.

2. Yöntem

2.1. Araştırmanın Modeli

Araştırmada nicel araştırma modellerinden tarama yöntemi kullanılmıştır. Nicel araştırmada vaka ve durum farklı kişilerin, üzerinde görüş birliğine vararak anlaşabilecekleri şekilde, duyulara açık duruma getirerek ölçülür (Cohen ve Manion, 2007). Araştırmada kullanılan tarama modeli, genel tarama modelidir. Genel tarama modelleri, çok sayıda elemandan meydana gelen bir evrende, evren hakkında genel bir yargıya varmak amacıyla evrenin tamamı veya ondan alınacak bir grup örnek ya da örneklem üzerinde yapılan tarama düzenlemeleridir (Karasar, 2009).

2.2. Araştırma Grubu

Araştırmaya, Ankara ilinde yaşayan 81 sedanter ve farklı branşlarda aktif olarak spor yapan 86 sporcu katılmıştır. Katılımcıların yaşları 16 ile 49 arasında değişmektedir. Katılımcılar "kolayda örnekleme yöntemi" kullanılarak araştırmaya alınmıştır. Kolayda örnekleme, ana kitle içerisinde seçilecek örnek kesimin yargıları ile belirlediği tesadüfi olmayan örnekleme yöntemidir. Kolayda örneklemede veriler ana kitleden en kolay, çabuk ve ekonomik biçimde toplanır (Malhotra, 2004; Aaker ve ark., 2007; Zikmund, 1997).

2.3. Veri Toplama Araçları

Bu çalışmada, Demir, Cicioğlu ve İlhan (2020) tarafından geliştirilen "Sporcuların Yeni Tip Koronavirüse (COVID-19) Yakalama Kaygısı Ölçeği (SYTKYKÖ)"nin Bireysel Kaygı alt boyutu kullanılmıştır. Bu araştırmanın örneklem grubuna sporcu ve sedanterlerin dahil edilmesi nedeniyle ölçeğin Bireysel Kaygı alt boyutu kullanılmıştır. Bu bağlamda sporculara ve sedanterlere uygulanmaya uygun olan Bireysel Kaygı alt boyutu (Demir, Cicioğlu ve İlhan, 2020) 11 maddeden oluşmaktadır. 2. maddesi alt boyut ters kodlanmıştır. Katılımcılarından elde edilen veriler doğrultusunda SYTKYKÖ'nün Bireysel Kaygı alt boyutunun Cronbach Alfa güvenirlik düzeyinin .89 olduğu saptanmıştır. SYTKYKÖ 5'li likert ölçeği olarak yapılandırılmıştır.

2.4. Verilerin Toplanması

Veriler, dünyada ve Türkiye'de devam etmekte olan COVID-19 pandemisi sebebiyle sosyal izolasyon, sosyal uzaklaşma ve virüsün yayılımını önlemek için yasal gereklilikler dikkate alınarak uygulanmıştır. Bu koşullar altında, veriler yalnızca teknolojik araçlar kullanılarak internet üzerinden toplanabileceği için araştırmanın verileri, araştırmacı tarafından Google Formlar aracılığıyla elde edilmiştir. Katılımcılara Kişisel Bilgi Formunun yanı sıra çalışmanın amacı hakkında detaylı olarak bilgilendirildi, bilimsel bir çalışma olduğu için cevap verirken objektif olmaları beklendiği ve doğru bilginin çalışma sonuçları açısından önem arz ettiği bildirildi.

2.5. Verilerin Analizi

Ölçekten elde edilen verilerin analizi SPSS 25.0 kullanılarak yapılmıştır. Cevapları geçersiz olan 30 katılımcının verileri çıkarılmış ve kalan 170 katılımcının verileri üzerinde analizler yapılmıştır. Katılımcılardan elde edilen verilerde hangi analizlerin kullanılacağı planlanmadan önce, verilerin dağılımlarının ne yönde olduğu incelenmiştir. Buna göre, katılımcılardan elde edilen verilere normallik testleri uygulanmıştır. Yapılan analiz sonucunda her bir demografik değişkene göre çarpıklık ve

basıklık değerleri referans alınmıştır. Elde edilen çarpıklık ve basıklık değerlerinin +1 ile -1 arasında olduğu tespit edildiği için verilerin analizinde parametrik testlerden yararlanılmıştır. Bağımsız iki grup arasındaki karşılaştırmalarda bağımsız t-testi uygulanmıştır. Yaş ile Bireysel Kaygı ilişkisi Pearson Korelasyon analizi ile incelenmiştir.

3. Bulgular

Tablo 1. Cinsiyet Değişkenine Yapılan Bağımsız Grup t Testi Sonuçları

	Cinsiyet	N	\bar{x}	ss	df	t	p
COVID-19'a Yakalanmada Bireysel Kaygı	Kadın	63	37.02	10.19	168	-.333	.04
	Erkek	107	36.46	11.61			

p<.05

Tablo 1'de araştırmaya katılan sedanter ve sporcu bireylerin cinsiyetine göre COVID-19'a Yakalanmada Bireysel Kaygı düzeyinin incelendiği t testi bulunmaktadır. Yapılan analiz sonucunda kadınların COVID-19'a Yakalanmada Bireysel Kaygı puanlarının (\bar{x} =37.02±10.19) erkeklerin puanına (\bar{x} =36.46±11.61) göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu tespit edilmemiştir (p<.05).

Tablo 2. Sporcu Olma Durumuna Göre Yapılan Bağımsız Grup t Testi Sonuçları

		N	\bar{x}	ss	df	t	p
COVID-19'a Yakalanmada Bireysel Kaygı	Sporcu	86	33.96	12.92	168	-3.639	.00
	Sedanter	84	39.73	6.74			

p<.05

Tablo 2'te görüldüğü üzere araştırmaya katılan bireylerin sporcu ve sedanter olma durumu ile COVID-19'a Yakalanmada Bireysel Kaygı puanları t testi ile incelenmiştir. Yapılan t testine göre sedanterlerin COVID-19'a Yakalanmada Bireysel Kaygı puanının (\bar{x} =39.73±6.74), sporcuların puanından (\bar{x} =33.96±12.92) anlamlı düzeyde yüksek olduğu tespit edilmiştir (p<.05).

Tablo 3. COVID-19'a Yakalanma Durumuna Göre Yapılan Bağımsız Grup t Testi Sonuçları

		N	\bar{x}	ss	df	t	p
COVID-19'a Yakalanmada Bireysel Kaygı	Evet	61	32.40	13.41	168	-4.200	.00
	Hayır	109	39.28	7.89			

p<.05

Tablo 3'te araştırmaya katılan bireylerin COVID-19 hastalığına yakalanma durumu ile COVID-19'a Yakalanmada Bireysel Kaygı puanları arasında yapılan t testi yer almaktadır. Buna göre araştırmaya katılan COVID-19 hastalığına yakalanmayan bireylerin COVID-19'a Yakalanmada Bireysel Kaygı puanlarının (\bar{x} =39.28±7.89), COVID-19 hastalığına yakalanan bireylerin puanlarından (\bar{x} =32.40±7.89) anlamlı düzeyde yüksek olduğu saptanmıştır (p<.05).

Tablo 4. Yaş ile COVID-19'a Yakalanmada Bireysel Kaygı İlişkisi

		Bireysel Kaygı	Yaş
Bireysel Kaygı	r	1	.141
	p		.066
	n	170	170
Yaş	r	.141	1
	p	.066	
	n	170	170

p<.05

Tablo 4'te araştırmaya katılan bireylerin yaşları ile COVID-19'a yakalanmada Bireysel Kaygı ilişkisine ait Pearson Korelasyon analizi yer almaktadır. Yapılan analiz sonucunda katılımcıların yaşı ile Bireysel Kaygı arasında anlamlı bir ilişki tespit edilmemiştir (p>.05).

4. Tartışma ve Sonuç

Bu çalışmada, Türkiye'de çeşitli kulüplerde oynayan sporcu ve sedanterlerin COVID-19'a yakalanmaya yönelik bireysel kaygı düzeyleri cinsiyet, sporcu olma veya sedanter olma, COVID-19'a yakalanma durumu ve yaş değişkenlerine göre incelenmiştir. Bu çalışmanın bulguları cinsiyet değişkenine göre incelendiğinde, kadın katılımcıların erkek katılımcılara göre COVID-19'a yakalanma konusunda anlamlı olarak daha yüksek bireysel kaygı puanlarına sahip oldukları saptanmıştır. COVID-19 sürecinde kadınların endişelerinin artması ve korku ve çekinme gibi kaygı uyandıran psikolojik halleri deneyimleme eğiliminde olmalarına bağlanıyor. İlgili literatür incelendiğinde cinsiyet değişkenine göre, elit sporcular ile sedanterler arasındaki kaygı düzeyleri başlıklı çalışmada, kadın katılımcıların erkek katılımcılara göre COVID-19'a yakalanma konusunda anlamlı olarak yüksek bireysel kaygı puanlarına sahip oldukları belirtilmiştir (Demir ve ark., 2021). Üniversite öğrencilerinde COVID-19 korkusu ve belirsizliğe tahammülsüzlük adlı çalışmasında cinsiyete göre COVID-19 korku düzeyi anlamlı farklılaşma olmadığını ifade edilmiştir (Duman, 2020). Yüzme sporcularının COVID-19'a yakalanma kaygısının incelenmesi adlı çalışmada kadın sporcuların daha fazla bireysel kaygı yaşadıkları ve genel toplam düşünüldüğünde de COVID-19'a yakalanma kaygılarının daha yüksek olduğu şeklinde belirtilmiştir (Batu ve Aydın, 2020). Cao ve ark., (2020), 7143 üniversite öğrencisiyle yaptıkları araştırmalarında pandeminin sonucu olarak yaşanan stres ve negatif duygulanımlarda cinsiyete göre anlamlı farklılaşma tespit etmemiştir. Sakaoğlu ve ark. (2020), COVID-19 salgını esnasında kaygı düzeyi üzerine yaptığı çalışmada, cinsiyete göre kaygı puanı ortalamasında, kadınlarda erkeklere göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunduğunu belirtmiştir. Literatür incelendiğinde çalışmamızla diğer çalışmalar arasında paralellik olduğu saptanmıştır. Farklı sonuçlara sahip olan çalışmalar ise örneklem gruplarındaki farklılıklar ve başka ölçeklerin kullanılmasıyla ilgili olduğu söylenebilir. Bu çalışmada elde edilen bulgulara göre, sedanterlerin sporculara göre COVID-19'a yakalanmada konusunda daha yüksek bireysel kaygı düzeylerine sahip olduğu tespit edilmiştir. Bu bulgu sedanterlerin hareketsiz yaşam tarzlarına, beslenmelerine ve psikolojik olarak daha kötü bir ruh haline bürünmelerine bağlanmaktadır. İlgili literatür incelendiğinde elit sporcuların sedanterlere göre COVID-19'a yakalanma konusunda daha düşük bireysel kaygı düzeylerine sahip oldukları belirtilmiştir (Demir ve ark., 2021). Orta ve şiddetli fiziksel aktivite katılan bireyler ile hareketsizlik bireylerin COVID-19 salgını sırasında kendi kendini izole eden kişilerde depresif ve anksiyete semptomlarının hareketsiz bireylerde daha yüksek olduğu vurgulanmıştır (Schuch ve ark., 2020). COVID-19 ile ilgili halk sağlığı kılavuzlarının fiziksel aktivite, hareketsiz davranış, akıl sağlığı ve bunların karşılıklı ilişkileri incelendiğinde katılımcılara bildirilen fiziksel aktivite programına uyan bireylerde depresyon, yalnızlık, stres seviyesi düşerken fiziksel aktiviteye uymayan hareketsiz bireylerde ise depresyon, yalnızlık, stres seviyesinde çok bir değişim olmadığı kaldığını ve kendi kendine izolasyon / karantina, daha yüksek depresif ve sosyal mesafeye göre anksiyete belirtileri gösterdiği belirtilmiştir (Meyer ve ark., 2020). Bazı uzmanların görüşlerine göre, COVID-19

hastalığının dünya nüfusunun yarısından fazlasının potansiyel olarak hem tıbbi hem de psikolojik olarak tedaviye ihtiyaç duyabileceğini gösteriyor (Axelrod, 2020). Sporcular tarafından COVID-19 salgını ile ilgili yaşanabilecek potansiyel sorunlara rağmen, izolasyonun bazı olumlu etkilerinin olduğu da söylenebilir. Örneğin önceki bir çalışmada, sporcuların normal antrenman programları yeniden başlayana kadar güç toplamak ve kendilerini yenilemek için bir fırsat penceresi olarak bu süreçten yararlanabilecekleri ortaya çıkmıştır (Silva ve ark., 2016). İzolasyon sürecinde sedanterlerin sürekli evde vakit geçirmeleri, hareketsiz yaşam biçimleri sürmeleri, kilo artışının olması, uyku düzenlerinde ki değişiklikler nedeniyle yaşam kalitelerinin düşeceği düşünülmektedir. Bu durum sedanterlerin sporculara göre daha yüksek anksiyete seviyelerine sahip oldukları bulgusuna işaret eden bir durumdur. Bu sebeple sedanter ve sporcular için kaygı ve endişe yaratabilecek konularda bazı farklılıklar olduğu söylenebilir. Bu çalışmanın bulguları COVID-19'a yakalanma değişkenine göre incelendiğinde, COVID-19 hastalığına yakalanmayan bireylerin COVID-19'a yakalanmada bireysel kaygı puanlarının, COVID-19 hastalığına yakalanan bireylerin puanlarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu saptanmıştır. Bu durum hastalığa yakalanan bireylerin hastalığı atlatmış olmanın verdiği rahatlıkla bireysel kaygılarının azalmasından, hastalığa yakalanmayan bireylerin ise hastalığın ne gibi sonuçlar ortaya çıkaracağı hakkında fikirleri olmamasından kaynaklandığı söylenebilir. İlgili literatürde COVID-19'a yakalanma ve yakalanmamaya yönelik bireysel kaygı değişkeni arasındaki ilişkiyi inceleyen herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu çalışmanın bulguları yaş değişkenine göre incelendiğinde, katılımcıların yaşı ile bireysel kaygı arasında anlamlı bir ilişki tespit edilmemiştir. İlgili literatür incelendiğinde katılımcıların COVID-19'a yakalanma kaygı düzeyleri yaş değişkenine göre incelendiğinde, 19 yaş ve altı elit sporcuların diğer gruplara göre daha düşük bireysel kaygı düzeylerine sahip olduğu belirtilmiştir (Demir ve ark., 2021). COVID-19 Pandemisinde Türk profesyonel futbolcuların COVID-19 korkusu ve kaygı düzeylerinin incelenmesi isimli araştırmasında, COVID-19 korkusu puanları ve algıladıkları stres puanlarının yaşlarına bağlı olarak farklılık göstermediği vurgulanmıştır (Çiftçi ve Demir, 2020). Literatür incelendiğinde, bireysel kaygı ile yaş arasındaki az sayıda çalışmaya rastlanmıştır. Çalışmanın bu anlamda literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Sonuç olarak, bireysel kaygı düzeyleri açısından sedanterler ile sporcular arasında anlamlı yüksek fark olarak gözlemlendi. Sedanterlerin sporculara kıyasla COVID-19'a yakalanma kaygısının daha yüksek olduğu bulundu. Bu sedanterlerin hareketsiz yaşam tarzlarına, beslenmelerine, uyku düzenlerine, psikolojik olarak daha kötü bir ruh haline bürünmelerine ve yaşam kalitelerinin düşmesine bağlanabilir. Bu çalışmada cinsiyet değişkenine göre de önemli farklılıklar tespit edilmiştir. Kadın katılımcıların erkek katılımcılara göre daha yüksek kaygı düzeyine sahip olduğu görülmüştür. Yaş gruplarına göre COVID-19'a yakalanma kaygısı incelendiğinde, bireysel kaygı düzeyleri arasında anlamlı fark tespit edilemedi. COVID-19'a yakalanma değişkenine göre, COVID-19 hastalığına yakalanmayan bireylerin COVID-19'a yakalanmada bireysel kaygı puanlarının, COVID-19 hastalığına yakalanan bireylerin puanlarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu saptandı. Bu durum hastalığa yakalanan bireylerin hastalığı atlatmış olmanın verdiği rahatlıkla bireysel kaygılarının azalmasına, hastalığa yakalanmayan bireylerin ise hastalığın ne gibi sonuçlar ortaya çıkaracağı hakkında fikirleri olmamasından kaynaklı bireysel kaygı düzeylerinin yüksek olduğu söylenebilir. Özetle, sedanterlerin sporculara göre daha kırılgan bir zihinsel yapıya sahip oldukları, karşılaştıkları zorluklar karşısında mücadele etme ve kararlılıkları sporculara göre daha az olduğu söylenebilir. Bu nedenle, COVID-19 pandemisi sürecinde kaygı faktörlerini kontrol etmekte zorlandıkları söylenebilir.

Kaynakça

- Axelrod, J. (2020). Coronavirus may infect up to 70% of world's population, expert warns. Retrieved from [https:// www.cbsnews.com/news/coronavirus-infection-outbreakworldwide- virus-expert-warning-today-02.02.2021](https://www.cbsnews.com/news/coronavirus-infection-outbreakworldwide-virus-expert-warning-today-02.02.2021) tarihinde erişilmiştir.
- Aaker, D.A., Kumar, V. & Day, G.S., (2007). Marketing Research, 9. Edition, John Wiley & Sons, Danvers.
- Bao, Y., Sun, Y., Meng, S., Shi, J., & Lu, L. (2020). 2019-nCoV epidemic: address mental health care to empower society. *The Lancet*, 395(10224), e37-e38.

- Batu, B., & Aydın, A. D. (2020). Yüzme Sporcularının Yeni Tip Korona Virüse (COVID-19) Yakalanma Kaygısının İncelenmesi, *Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi*, 3
- Beck, A. T., Emery, G., Özakkaş, T., & Öztürk, V. (2006). Anksiyete bozuklukları ve fobiler: Bilişsel bir bakış açısı. *Litera yayıncılık*, 6, 12-31
- Cao, W., Fang, Z., Hou, G., Han, M., Xu, X., Dong, J., & Zheng, J. (2020). The psychological impact of the COVID-19 epidemic on college students in China. *Psychiatry research*, 287, 112934.
- Chen, H., Guo, J., Wang, C., Luo, F., Yu, X., Zhang, W. & Zhang, Y. (2020). Clinical characteristics and intrauterine vertical transmission potential of COVID-19 infection in nine pregnant women: a retrospective review of medical records. *The lancet*, 395(10226), 809-815.
- Çifçi, F., & Demir, A. (2020). COVID-19 Pandemisinde Türk Profesyonel Futbolcuların COVID-19 Korkusu Ve Kaygı Düzeylerinin İncelenmesi. *Spor Ve Rekreasyon Araştırmaları Dergisi*, 2(Özel Sayı 1), 26-38.
- Cohen, L., Manion, D., & Morrison, K. (2007). *Research methods in Education*. New York: Rutledge.
- Demir, G. T., Bulğay, C., Çakır, O. V., Bayraktar, I., & Çetin, E. (2021). Examination of the Anxiety of Catching the Novel Coronavirus (COVID-19) in Elite Athletes and Sedentaries: Examination of the Anxiety of Catching the Novel Coronavirus (COVID-19) in Elite Athletes and Sedentaries. *IJERI: International Journal of Educational Research and Innovation*, (15), 360-372.
- Demir, G. T., Cicioğlu, H. İ., & İlhan, E. L. (2020). Athlete's Anxiety to Catch the Novel Coronavirus (COVID-19) Scale (AACNCS): Validity and reliability study. *Journal of Human Sciences*, 17(2), 458-468.
- Duman, N. (2020). Üniversite öğrencilerinde COVID-19 korkusu ve belirsizliğe tahammülsüzlük. *The Journal of Social Science*, 4(8), 426-437.
- Elliott, C. H., & Smith, L. L. (2010). *Overcoming anxiety for dummies*. John Wiley & Sons.
- Hooper, M. W., Nápoles, A. M., & Pérez-Stable, E. J. (2020). COVID-19 and racial/ethnic disparities. *Jama*, 323(24), 2466-2467.
- Kıroğlu, F. (2020). COVID-19 pandemi ortamında çalışma koşulları ve genel sorunlar. *Meyad Akademi Dergisi*, 1(1), 9-90.
- Morris, L. W., & Liebert, R. M. (1970). Relationship of cognitive and emotional components of test anxiety to physiological arousal and academic performance. *Journal of consulting and clinical psychology*, 35(3), 332.
- Malhotra, N. K. (2004). *Marketing Research an Applied Orientation*, 4. Edition, Pearson Prentice Hall, New Jersey.
- Mathews, A., & MacLeod, C. (2005). Cognitive vulnerability to emotional disorders. *Annu. Rev. Clin. Psychol.*, 1, 167-195.
- Meyer, J., McDowell, C., Lansing, J., Brower, C., Smith, L., Tully, M., & Herring, M. (2020). Changes in physical activity and sedentary behavior in response to COVID-19 and their associations with mental health in 3052 US adults. *International journal of environmental research and public health*, 17(18).
- Ocaktan, M. E., Keklik, A., & Çöl, M. (2020). Abidinpaşa Sağlık Grup Başkanlığı'nda Bağlı Sağlık Ocaklarında Çalışan Sağlık Personelinde Spielberger Durumluk ve Sürekli Kaygı Düzeyi. *Ankara Üniversitesi Tıp Fakültesi Mecmuası*; 55:21-28
- Qiu, W., Rutherford, S., Mao, A., Chu, C. (2016). The pandemic and its impacts. *Health, Culture and Society*.2016-2017;9-10:1-11.
- Sakaoğlu, H. H., Orbatu, D., Emiroglu, M., & Çakır, Ö. (2020). COVID-19 Salgını Sırasında Sağlık Çalışanlarında Spielberger Durumluk ve Sürekli Kaygı Düzeyi: Tepecik Hastanesi Örneği. *Tepecik Eğitim. Ve Araştır. Hast. Dergisi*, 30, 1-9.

- Schuch, F. B., Bulzing, R. A., Meyer, J., Vancampfort, D., Firth, J., Stubbs, B., & Smith, L. (2020). Associations of moderate to vigorous physical activity and sedentary behavior with depressive and anxiety symptoms in self-isolating people during the COVID-19 pandemic: A cross-sectional survey in Brazil. *Psychiatry research*, 292, 113339.
- Silva, J. R., Brito, J., Akenhead, R., & Nassis, G. P. (2016). The transition period in soccer: a window of opportunity. *Sports Medicine*, 46(3), 305-313.
- WHO (2020a). WHO statement regarding cluster of pneumonia cases in Wuhan, China. Terriwed from <https://www.who.int/china/news/detail/09-01-2020-who-statement-regarding-cluster-of-pneumonia-cases-in-wuhan-china-02.01.2021> tarihinde erişilmiştir.
- World Health Organization. (2020). Coronavirus disease 2019 (COVID-19). Situation Report. Retrieved from <https://www.who.int/docs/default-source/coronavirus/situation-reports/2020-05-19-covid-19-sitrep-120.pdf>. Pdf. 02.01.2021 tarihinde erişilmiştir.
- Wu, Z., & McGoogan, J. M. (2020). Characteristics of and important lessons from the coronavirus disease 2019 (COVID-19) outbreak in China: Summary of a report of 72314 cases from the chinese center for disease control and prevention. *JAMA - Journal of the American Medical Association*, 323(13), 1239-1242.
- Yiğit, İ., Gümüşçü, O. (2016). Manisa ve çevresinde salgın hastalıkların iskana etkisi (XVI-XX. yy). TÜCAUM Uluslararası Coğrafya Sempozyumu. 13-14 Ekim 2016, Ankara.
- Yıldız, F. (2014). 19. yüzyıl'da Anadolu'da salgın hastalıklar (Veba, Kolera, Çiçek, Sıtma) ve salgın hastalıklarla mücadele yöntemleri (Master's thesis).
- Yolun, M., Kopar, M. (2015). The impact of Spanish influenza on the world and the Ottoman State. *Belleten*; 79:1099-120.
- Yolun, M. (2012). İspanyol gribinin dünya ve Osmanlı Devleti üzerindeki etkileri (Master's thesis, Adıyaman Üniversitesi).
- Zeidner, M., Mathews, G. (2005). Evaluation anxiety. In A.J. Elliot & CS. Dweck (Eds.), *Handbook of competence and motivation* (pp. 141-163). London: Guildford Press.
- Zikmund, W. G. (1997). *Business Research Methods*, 5. Edition, The Dryden Press, Orlando.

Extended English Summary

One of the disasters faced by humanity is undoubtedly epidemic diseases, and it deeply affected empires, societies and people throughout history, hit the operation of commercial activities and brought social life to a halt (Yiğit & Gümüşçü, 2016; Yolun, 2012; Yıldız, 2014). Epidemics have affected the world population since the earliest ages and caused the extinction of many nations (Yolun and Kopar, 2015). In December 2019, a local pneumonia epidemic of unknown cause was detected in Hubei province of China, and in the first tests performed by Chinese scientists, symptoms were similar to severe acute respiratory syndrome (SARS), but a new type of coronavirus (COVID-19) was a deadly. It has been determined to cause disease (WHO, 2020). COVID-19 is a respiratory disease with a reported mortality rate of 2-4 % (Lee and Hsueh, 2020). The virus (COVID-19) primarily affects the lower respiratory tract and gives the infected person symptoms ranging from flu-like symptoms, mild fever and mild cough to pneumonia and Acute Respiratory Distress Syndrome (Huang et al., 2020). It is transmitted from person to person, through direct contact or through droplets spread by an infected person coughing or sneezing. In addition, droplets emitted from COVID-19-19 patients remain on the surface and healthy individuals contact these droplets and touch their face, eyes, nose or mouth, which is one of the most important reasons for the risk of contamination (Chen et al., 2020). COVID-19 has caused people to take a series of precautions, turn to social isolation, stay within a certain distance and follow the rules of hygiene and hygiene, and become anxious and anxious because the disease is fatal. For this reason, interest in research on people's concerns about catching COVID-19 has increased recently. Scientific literature shows that people's anxiety levels increase with COVID-19. Given the complex nature of the sports industry that unites many people, the potential threat of the global spread of

the virus has increased the enforcement of containment policies (WHO, 2020). Globally, sports activities have been greatly affected by this situation. Specifically, all types of sporting activity (i.e. small scale, collective participatory, large scale and mega scale) have been canceled or postponed until a new announcement (e.g. IOC, 2020; NBA, 2020; UEFA, 2020). It is stated that these decisions and practices adopted for the benefit of our daily life and future can increase the anxiety level of both athletes (Demir, Cicioğlu, & İlhan, 2020) and sedentary people (Tekkurşun-Demir et al., 2020). Anxiety is expressed as a feeling of fear in the face of a dangerous situation subjectively. It is accepted as one of the serious mental health problems due to its prevalence and its inclination to some mental health problems (Ocaktan et al. 2002). Anxiety is often defined as a situation that causes people to worry about the future and to have a troubled mood. It is a complex state of excitement with a feeling of distrust, which is manifested by physical symptoms such as tremors, sweating, palpitations, and increased heart rate (Beck and Emery, 2006). In the light of all these, as a result of the condition of maintaining social distance in order to be protected from the COVID-19 pandemic, individuals are expected to be isolated, asocialized and to be negatively affected physically and mentally (Demir, Cicioğlu, & İlhan, 2020).

Accordingly, since it is thought that determining the anxiety of catching COVID-19 can indicate how close or distant individuals are to their physical health and healthy mood, it was aimed to examine the individual anxiety level of sedentary and athlete individuals in catching COVID-19 according to various variables. The study was designed with a quantitative model, and the Athlete's Anxiety Scale for the Novel Coronavirus (COVID-19) was used and Pearson Correlation analysis was used with the t-test. 86 active sports athletes and 84 sedentary athletes with licenses in different branches participated in the study. In the study, it was determined that the individual anxiety levels of women were significantly higher in getting COVID-19 compared to the sedentary people and the athletes. It has been determined that the level of anxiety of those who have caught COVID-19 before, in catching COVID-19, is significantly higher than those who have caught this disease. In addition, no significant relationship was found between the age of the participants and individual anxiety. When the relevant literature was examined, in the study titled anxiety levels between elite athletes and sedentary athletes according to gender variable, it was stated that female participants had significantly higher individual anxiety scores about getting COVID-19 than male participants (Demir et al., 2021). In the study called examining the anxiety of swimming athletes to catch COVID-19, it was stated that female athletes experience more individual anxiety and when the overall total is considered, they have higher anxiety of getting COVID-19 (Batu & Aydın, 2020). According to the status of being an athlete, it is attributed to the sedentary lifestyle of the sedentary lifestyle, their diet and their psychologically worse mood. When the relevant literature was examined, it was stated that elite athletes had lower levels of individual anxiety about contracting COVID-19 than sedentary athletes (Demir et al., 2021). It has been emphasized that individuals participating in moderate and severe physical activity and inactivity individuals have higher levels of depressive and anxiety symptoms in individuals who are self-isolating during the COVID-19 outbreak (Schuch et al, 2020). According to the situation of catching COVID-19, there is no study in literature. According to the age variable, it has been stated that elite athletes aged 19 and under have lower individual anxiety levels compared to other groups (Demir et al., 2021). In his research titled "Examining the fear of COVID-19 and anxiety of Turkish professional football players in the COVID-19 Pandemic", he emphasized that the COVID-19 fear scores and the perceived stress scores do not differ depending on their age (Çiftçi & Demir, 2020).

As a result, a significantly higher difference was observed between sedentary and athletes in terms of individual anxiety levels. It was found that sedentary people were more anxious about getting COVID-19 compared to athletes. This can be attributed to sedentary lifestyles, diet, sleep patterns, psychologically worse moods, and reduced quality of life. In summary, it can be said that sedentary people have a more fragile mental structure compared to athletes, and their determination and struggle against the difficulties they face are less than athletes. Therefore, it can be said that they have difficulty controlling anxiety factors during the COVID-19 pandemic process.