Üçüncü Sektör Sosyal Ekonomi Dergisi
Third Sector Social Economic Review
55(3) 2020 1631-1644
doi: 10.15659/3.sektor-sosyal-ekonomi.20.07.1391

Araştırma Makalesi

Evde Yaşayan Yaşlılarda Yalnızlık Algısı ile Sosyal Medya Kullanımı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Analysis of the Relationship between Loneliness Perceptions and Social Media Usage among Elderly Living at Home

Hanife GÖKER	**Hakan TEKEDERE**	**Fatma ARPACI**
Dr. Gazi Üniversitesi	Doç. Dr. Gazi Üniversitesi	Prof. Dr. Gazi Üniversitesi
Milli Eğitim Bakanlığı,	Sağlık Hizmetleri MYO	Sağlık Bilimleri Fakültesi
hanife.goker1@gazi.edu.tr	tekedere@gazi.edu.tr	arpacif@gazi.edu.tr
https://orcid.org/0000-0002-4732-7751	https://orcid.org/0000-0002-7856-9921	https://orcid.org/0000-0001-6619-6358

Makale Gönderme Tarihi	**Revizyon Tarihi**	**Kabul Tarihi**
09.06.2020	17.07.2020	22.07.2020

Öz

Bu çalışmada toplumda birçok yönden dezavantajlı görülen 65 yaş ve üstü bireylerin yalnızlık algılarının ve sosyal medya kullanımlarının hangi düzeyde olduğunun değerlendirilmesi ve yalnızlık algıları ile sosyal medya kullanımları arasındaki ilişkinin belirlenmesi amaçlanmıştır. Araştırmaya Ankara'nın Çankaya içesinde yaşayan ve sosyal medyayı kullanan 65 yaş ve üstü 293 birey katılmıştır. Veriler, "Yalnızlık Ölçeği" ve "Sosyal Medya Kullanım Ölçeği" kullanılarak toplanmıştır. Araştırmada nicel araştırma yöntemlerinden ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Veriler, betimsel istatistikler ve Pearson Korelasyon Analizi kullanılarak analiz edilmiştir. Yapılan analizler sonucunda, ölçeklerden alınabilecek orta puanlar dikkate alındığında, yaşlı bireylerin ortalamalarının her iki ölçekte de orta puanın üzerinde ve orta puana yakın olduğu görülmüştür. Buna göre 65 yaş ve üstü bireylerin hem yalnızlık algısı hem de sosyal medya kullanımı değişkenlerine ilişkin puanlarının orta düzeyde olduğu söylenebilir. Ayrıca, bu örneklemde korelasyon analizi sonucunda, bulunan yaşlı bireylerin yalnızlık algıları ile sosyal medya kullanımları arasında anlamlı bir ilişki bulunmadığı görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: *Yaşlılık, Yalnızlık, Sosyal medya, Yaşlılarda yalnızlık, Yalnızlığı azaltma*

Abstract

The purpose of this study was to determine the relationship between the loneliness perceptions and social media usage and to investigate the perception of loneliness and social media usage among individuals aged 65 and over, who are considered to be disadvantaged in many ways. The research data were collected from 293 elderly who use social media and live in Çankaya/Ankara. The data were collected using the "Loneliness Scale" and "Social Media Usage Scale". The relational model was used in the study. The data were analyzed using descriptive statistics and Pearson Correlation Analysis. According to the results, perceptions of loneliness and social media usage levels of the elderly were at a middle level. As a result of the Pearson Correlation Analysis in this sample, it was observed that there was no significant relationship between the perception of loneliness of the elderly and their usage of social media.

Keywords: *Elderly, Loneliness, Social media, Loneliness in the elderly, Reduce loneliness*

Önerilen Atıf /Suggested Citation
Göker, H., Tekedere, H., Arpacı, F. 2020 Evde Yaşayan Yaşlılarda Yalnızlık Algısı ile Sosyal Medya Kullanımı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, *Üçüncü Sektör Sosyal Ekonomi Dergisi,* 55(3), 1631-1644

1. Giriş

Yaşam koşullarındaki kalitenin artması, tıp alanındaki gelişmeler, tıbbi bakıma ulaşımın kolaylaşması, sağlık bakımında ve beslenmedeki iyileşmeler sayesinde insanlar daha uzun yaşama şansını elde etmişlerdir. Özellikle dünyadaki gelişmiş ekonomilerde ve ülkemizde nüfus hızlı bir şekilde artmakta, buna karşılık çocukların ve gençlerin nüfus içindeki oranı azalırken yaşlı nüfusun toplam nüfus içerisinde oranı giderek artmaktadır (Arpacı ve Gürbüz, 2012, s.48; Arpacı ve Ersoy, 2009, s.88). Dünya nüfusu içerisinde, 65 yaş ve üstü insanların 2050 yılına kadar yüzde 6'dan yüzde 16'ya çıkacağı tahmin edilmektedir. Küresel olarak, şu anda 703 milyon olan yaşlı insan sayısının önümüzdeki 30 yıl içinde iki katından fazla olması ve 2050 yılında 1,5 milyar kişiye, ülkemizde ise 21 milyona ulaşması beklenmektedir (UNDESA, 2019, s.47). Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK) "İstatistiklerle Yaşlılar" çalışması verilerine göre ülkemizde yaşlı nüfus, son 5 yılda %21,9 oranında artış göstererek 7 milyon 551 bin kişiye yükselmiştir. Yaşlı nüfusun toplam nüfus içinde oranı 2014'de %8 iken 2019 yılında %9,1 e çıkmıştır. Bu artış hızı dikkate alındığında, otuz yıl içerisinde ülkemizde yaklaşık her dört kişiden biri 65 yaşın üzerinde olacaktır. Türkiye'de yaşlı nüfusu yoğun olan ülkelere göre oransal olarak genç nüfusa sahip olsa da sayısal olarak yaşlı nüfusu oldukça fazla olan ülkeler arasındadır. Nüfus tahminlerine göre ülkemiz yaşlı nüfus oranına göre dünyada 66. sıradadır (TÜİK, 2020, s.1). Yaşlı nüfusun çocuk ve genç nüfusa göre daha yüksek bir hızla artış göstermesi yaşlılığı önemli bir çalışma alanına dönüştürmektedir.

Yaşlı nüfusun artması, toplumun sağlık durumundaki gelişmenin dolaylı bir göstergesi olmasına rağmen, yeni problemleri de beraberinde getirmektedir. Sağlık bakımı, kişisel bakım, konut bakımı ve sosyal iletişim yaşlılığın dört ana gereksinimi olarak sıralanmaktadır (Durgun ve Tümerdem, 1999, s.119). Bu dört ana gereksinimden sosyal iletişim bağlamında, yaşlılar için yalnızlık ve terk edilmişlik çok önemli bir duygudur. Yaşlanma sürecinde görülen fiziksel, ruhsal ve zihinsel değişimler yalnızlık duygusuna yol açmakta ve bireyin ilişkisinin kendini mutlu etmediği durumda da yalnızlık görülebilmektedir (Şentürk, 2018, s.217-240). Yaşlanma sürecinde; psikolojik ve psiko-sosyal değişiklikler, fiziksel ve psikolojik kötüleşmeye etki etmektedir. Bu süreçte, yaşlılarda en çok görülen psikolojik sorunun yalnızlık olduğu belirtilmektedir (Lestar ve Irianto, 2019, s.89). Yalnızlık; temelde yaşlı bireyler tarafından sosyal izolasyon olarak algılanmakta ve olumsuz duyguların ortaya çıkmasına neden olmaktadır (van Winkel vd., 2017, s.105). Yaşlılarda yalnızlık ve sosyal izolasyonun etkileri ciddi boyutta olup, bunama (Fratiglioni vd., 2000, s.1317), depresyon (Silveira ve Allenbeck, 2001, s.319) ve intihar riski olasılığını (Rapagnani, 2002, s.91) artırmaktadır. Yalnızlık ayrıca kaygıya yatkınlık ve bilişsel işlevlerde zayıflamaya neden olmaktadır (Lee ve Ko, 2018, s.1351). İnsanlar hayatlarının bazı dönemlerinde çeşitli sebeplerle yalnızlık duygusuna kapılsalar da, alanyazın incelendiğinde özellikle yaşlılarda daha fazla bu durumun hissedildiği görülmektedir (Dykstra, 2009, s.96; Dykstra, Van Tilburg ve Gierveld, 2005, s.725). Yalnızlık duygusunun 65 yaş ve üstünde olanlarda, özellikle 75 yaş üstünde ciddi düzeyde hissedildiği ve yalnızlık oranının arttığı belirtilmektedir (Eshbaugh, 2009, s.13; Stone, Evandrou ve Falkingham, 2013, s.368). Yaşlanmanın, sadece bireysel değil aynı zamanda sosyal bir olgu olduğu belirtilmekte ve yaşlılık yalnızlığı sosyal sorun olarak tanımlanmakta ve bazı yaşlı yetişkinlerin izole olma eğilimi nedeniyle, bu grup arasındaki yalnızlığın toplumsal bir sorun (Tufan vd., 2019, s.2) olduğu vurgulanmaktadır.

Yalnızlık düzeyinin artması sonucunda bireylerin teknolojiye yöneldikleri, akıllı telefonların, mesajlaşmaların ve sosyal medya ortamların yaygın olarak kullanıldığı görülmektedir. Hanehalkı bilişim teknolojileri kullanım araştırması sonuçlarına göre, İnternet kullanan 65-74 yaş grubundaki bireylerin oranı 2014 yılında %5,0 iken bu oran 2019 yılında 4 kat artarak %19,8'e yükselmiştir (TÜİK, 2020, s.1). Ayrıca TÜİK (2019, s.1) verilerine göre; sosyal medya üzerinde profil oluşturma, mesaj gönderme veya fotoğraf vb. içerik paylaşma amaçlı interneti kullanma oranının %81,4 olduğu düşünüldüğünde yaşlıların büyük çoğunluğunun interneti sosyal medya amaçlı kullandığı söylenebilir. Sosyal medya aracılığıyla diğer kişiler ile iletişim kurulabilmekte, iletişim listeleri yoluyla iletişimde olunan kişi veya kurumların paylaşımları izlenebilmektedir (Ellison, Steinfield ve Lampe, 2007, s.1143). İnternet ve sosyal medya; uğraş alanları kısıtlı olan

yaşlıların sosyalleşmesi, mutluluk kaynağı olan aileleriyle görüşmeleri ve bu sayede daha kaliteli ve mutlu bir yaşlılık geçirmelerinde önemli bir potansiyele sahiptir. Bu potansiyel doğru değerlendirildiği takdirde sosyal olarak izole olmuş, yalnızlık duygusunu daha güçlü hisseden yaşlı bireylerin hem sosyalleşmeleri, hem de daha eğlenceli ve kaliteli yaşam sürmelerinde önemli faydalar sağlayabilir (Tekedere ve Arpacı, 2016, s.391). Sosyal medya sayesinde kendini ifade etme, grup içi etkileşim, fikir ve yorumlar yoluyla katkıda bulunma fırsatları ortaya çıkmaktadır (Köksal ve Özdemir, 2013, s.326). Yaşlı bireyler, sosyal medyayı kullanarak ailelerinin, torunlarının fotoğraflarını gördükçe ve bu resimleri beğendikçe kendisini sosyal olarak oldukça tatmin hissetmektedirler ve böylece yaşlıların sosyal izolasyonu azalmaktadır (Ekici ve Gümüş, 2016, s.29).

Yaşlılarda hem sosyal medya kullanımlarına hem de yalnızlık algılarına yönelik alanyazında mevcut çalışmalar incelendiğinde; sosyal paylaşım ağlarının, internet ve diğer iletişim araçlarının yaşlılarda yalnızlığı azaltabileceği belirtilmektedir (Leist, 2013, s.378). Depp ve Jeste (2006, s.6-20), yaşlılarda başarılı yaşlanmayı tanımlarken, sosyal etkileşimin fiziksel sağlığı desteklediğini bildirmiştir. Yalnızlık duygusunun ve sosyal ağların sağlık üzerinde etkileri olduğu yaygın olarak kabul edilmektedir (Rico-Uribe vd., 2016, s.1). Sosyal ilişkilerin geliştirici etkileri üzerinde açık kanıtlar vardır ve sosyal iletişimin eksikliği fiziksel sağlığın olumsuz etkilenmesi, depresyon, kendine zarar verme gibi çeşitli olumsuz sonuçlarla ilişkilendirilmiştir (Fratiglioniet, Paillard-Borg ve Winblad 2004, s.343; Uchino, 2006, s.377-380). Yaşlılarda sosyal ağ kullanımları ile yalnızlık arasındaki ilişkiyi inceleyen Golden ve diğerleri (2009, s.694) çalışmalarında sosyal izolasyonu zihinsel ve fiziksel sağlık sorunları için risk faktörü olarak tanımlamışlardır. Sosyal medya sitelerinin kullanımının yalnızlıkla ilişkili olduğunu savunan çalışmaların (Kalınkara ve Sarı, 2019, s.16) yanı sıra sosyal medya sitelerinin kullanımının yalnızlıktan bağımsız olduğu, özellikle de duygusal ve sosyal yalnızlıkla ilişkili olmadığı ortaya konmuş (Aarts, Peek ve Wouters, 2015, s.942) çalışmalarda bulunmaktadır. Alanyazındaki bu çalışmalar ışığında görülmektedir ki yaşlıların yalnızlıkları ile sosyal medya kullanımları arasındaki ilişki tartışmalı bir olgudur. Bu nedenle yaşlıların yalnızlık algılarının, sosyal medya kullanım düzeylerinin alt boyutları ile birlikte bilinmesinin ve yalnızlığın azaltılmasında sosyal medya kullanımının etkisinin araştırılmasının başarılı yaşlanmada yaşam kalitesinin artırılmasında ve toplum sağlığının iyileştirilmesinde önemli olduğu düşünülmektedir.

Bu çalışmada 65 yaş ve üstü bireylerin yalnızlık algıları ile sosyal medya kullanımlarının arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmaktadır. Bu amaç doğrultusunda; 65 yaş ve üstü bireylerin yalnızlık algıları ve sosyal medya kullanım düzeylerinin durumu ve bu bireylerin yalnızlık algıları ile sosyal medya kullanımları arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığı sorularına yanıt aranmıştır.

2. Yöntem

Bu çalışmada nicel araştırma yöntemlerinden ilişkisel araştırma modeli kullanılmıştır. Bu model c ve ne düzeyde bir ilişki olduğuna dair karar verebilmek için kullanılan bir araştırma modelidir (Büyüköztürk vd., 2009, s.24). Yaşlı bireylerin yalnızlık algılarının ve sosyal medya kullanımlarının belirlenmesi ve bu iki algı arasındaki ilişki düzeyinin ve yönünün ortaya konması amaçlanan bu çalışmada aşağıdaki sorulara yanıt aranmıştır:

i) Yaşlı bireylerin yalnızlık ve alt boyutlarına yönelik algı düzeyleri nasıldır?
ii) Yaşlı bireylerin sosyal medya kullanımı ve alt boyutlarına yönelik algı düzeyleri nasıldır?
iii) Yaşlı bireylerin yalnızlık algıları ile sosyal medya kullanımları ve alt boyutları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

2.1. Örneklem

Bu çalışma Ankara Çankaya ilçesinde yürütülmüştür. Çankaya ilçesinde 65 ve daha yukarı yaş grubunda toplam 120.142 kişi ikamet etmektedir (Endeksa, 2020). Çalışmada %95 güvenirlik ve %5 hata payı ile evrenden alınması gereken örneklem büyüklüğü 240 olarak belirlenmiştir. Çalışmanın örneklemini uygun örnekleme yöntemiyle seçilen, Çankaya ilçesinde kendi ev ortamlarında ikamet eden, sosyal medya kullanan ve gönüllü olarak katılan 65 yaş ve üstü 300

yaşlı birey oluşturmaktadır. Veri setinde eksik veri olmadığı tespit edilmiş ve uç değer olarak hesaplanan 7 katılımcının kayıtları veri setinden çıkarılmıştır. Veri önişleme sonucunda geriye kalan 293 kayıt üzerinde korelasyon analizi gerçekleştirilmiştir. Çalışmaya katılan bireylere ait demografik bilgiler Tablo 1'de verilmiştir.

Tablo 1. Katılımcılara ait demografik bilgiler (n=293)

Değişkenler	Gruplar	f	%
Cinsiyet	Kadın	114	38,9
	Erkek	179	61,1
Yaş	65-70 yaş aralığı	60	20,5
	71-75 yaş aralığı	146	49,8
	76-80 yaş aralığı	57	19,5
	81-85 yaş aralığı	21	7,2
	86 yaş ve üstü	9	3,1
Medeni durumu	Evli	229	78,2
	Bekar	8	2,7
	Boşanmış	16	5,5
	Eşi ölmüş	40	13,7
Çocuk sahibi olma durumu	Çocuk var	266	90,8
	Çocuk yok	27	9,2

Tablo 1'de katılımcılara ait demografik bilgiler yer almaktadır. Katılımcıların 114'ü (%38,9) kadın, 179'u (%61,1) erkektir. Katılımcıların yaş dağılımlarının, 60'ı (%20,5) 65-70 yaş aralığında, 146'sı (%49,8) 71-75 yaş aralığında, 57'si (%19,5) 76-80 yaş aralığında, 21'i (%7,2) 81-85 yaş aralığında ve 9'u (%3,1) 86 yaş ve üstü yaş aralığında yer almaktadır. Medeni durumları incelendiğinde 229'unun (%78,2) evli, 8'inin (%2,7) bekar, 16'sının (%5,5) boşanmış ve 40'ının (%13,7) eşinin ölmüş olduğu; çocuk sahibi olma durumundaki dağılımda ise çoğunluk olarak çocuk sahibi oldukları (%90,8) görülmektedir.

2.2. Veri Toplama Araçları

Çalışmada, kişisel bilgi formu , "Yalnızlık Ölçeği" ve "Sosyal Medya Kullanım Ölçeği" olmak üzere üç farklı veri toplama aracı kullanılmıştır. Kişisel bilgi formu, katılımcıların cinsiyet, yaş, medeni durum, çocuk sahibi olma durumu ve ailevi bilgilerini içeren sorulardan oluşmaktadır.

Yalnızlık ölçeği De Jong Gierveld ve Kamphuis (1985) tarafından geliştirilmiş, Van Tilburg ve De Jong Gierveld (1999) tarafından revize edilmiş, Akgül ve Yeşilyaprak (2015) tarafından Türkçe'ye uyarlanmıştır. Yalnızlık duygusunu ölçmek amacıyla geliştirilen ölçek üçlü likert yapısında, 11 maddeden ve "duygusal yalnızlık" ve "sosyal yalnızlık" olmak üzere 2 alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçeğin altı maddesi (2, 3, 5, 6, 9, 10) duygusal yalnızlığı ölçen olumsuz maddeler; beş maddesi ise (1, 4, 7, 8, 11) sosyal yalnızlığı ölçen olumlu maddelerdir. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 0, en yüksek puan 22'dir. Uyarlama çalışmasında yalnızlık ölçeğinin Cronbach alfa güvenirlik katsayısı duygusal yalnızlık alt boyutu için 0.79, sosyal yalnızlık alt boyutu için 0.81 ve toplamda 0.85 bulunmuştur. Bu çalışmada Cronbach alfa güvenirlik katsayısı duygusal yalnızlık alt boyutu için 0.76, sosyal yalnızlık alt boyutu için 0.76 ve toplamda 0.83 olarak hesaplanmıştır.

Sosyal medya kullanımı ölçeği Jenkins-Guarnieri, Wright ve Johnson (2013) tarafından geliştirilmiş, Türkçe'ye uyarlanması Akın, Özbay ve Baykut (2015) tarafından gerçekleştirilmiştir. Ölçek altılı likert yapısındadır, 10 maddeden oluşmaktadır ve 8. madde ters madde olarak değerlendirilmektedir. Ölçek duygusal bağlantı ile sosyal bütünleşme (1, 2, 3, 4, 5, 6) ve sosyal rutinlerle bütünleşme (7, 8, 9, 10) alanlarında olmak üzere iki alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 1, en yüksek puan 60'dır. Uyarlama çalışmasında sosyal medya kullanımı ölçeğinin Cronbach alfa güvenirlik katsayısı duygusal

bağlantı ile sosyal bütünleşme alt boyutu için 0.87, sosyal rutinlerle bütünleşme alt boyutu için 0.71 ve toplamda 0.87 bulunmuştur. Bu çalışmada Cronbach alfa güvenirlik katsayısı duygusal bağlantı ile sosyal bütünleşme alt boyutu için 0.88, sosyal rutinlerle bütünleşme alt boyutu için 0.70 ve toplamda 0.87 olarak hesaplanmıştır.

2.3. Veri Toplama Süreci

Verilerin toplanması aşamasında Gazi Üniversitesi Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksek Okulu Yaşlı Bakım Programı öğrencileri, çevresinde bulunan ve sosyal medya kullanan yaşlılara veri toplama araçları kısmında belirtilen söz konusu ölçekleri sözlü olarak sormuş ve alınan cevaplara göre işaretleme yine öğrenciler tarafından yapılmıştır. Çalışmanın yapılabilmesi için Gazi Üniversitesi Etik Komisyonu'ndan 01.06.2020 tarih ve E.57252 sayılı etik kurul izni alınmıştır.

2.4. Verilerin Analizi

Veriler, betimsel istatistikler ve Pearson Korelasyon katsayıları kullanılarak analiz edilmiştir. Kendi ev ortamlarında ikamet eden 65 yaş ve üstü yaşlı bireylerin yalnızlık düzeyleri, sosyal medya kullanımları ve alt boyutlarına ilişkin algıları aritmetik ortalamaları hesaplanarak belirlenmiştir. Verilerin normallik dağılımını incelemek amacıyla çarpıklık ve basıklık değerleri hesaplanmıştır. Değişkenlere ve alt boyutlarına ait normallik analizleri sonucunda, çarpıklık katsayıları -.794 ile .263 aralığında ve basıklık katsayıları -.959 ile -.208 aralığında hesaplanmıştır. Çarpıklık ve basıklık değerlerinin +1 ile -1 arasında olması durumunda normal dağılım koşulunun sağlandığını belirtilmektedir (Hair vd., 2014, s.197-200). Verilerin normallik analizinde, ayrıca Kolmogorov-Smirnov ve Shapiro-Wilk testleri kullanılmıştır. Kolmogorov-Smirnov ve Shapiro-Wilk test sonuçlarına göre anlamlılık değerlerinin 0.05 anlamlılık düzeyinden büyük olması verilerin normale yakın dağıldığını göstermektedir. Bu nedenle tüm değişkenlere ait verilerin normallik varsayımını karşıladığı görülmüştür. Yaşlı bireylerin yalnızlık algıları, sosyal medya kullanımları ve bu değişkenlere ait alt boyutları arasında anlamlı bir ilişkinin olup olmadığını belirlemek amacıyla Pearson Korelasyon katsayıları hesaplanmıştır.

3. Bulgular

Katılımcıların yalnızlık algıları ve sosyal medya kullanımlarını ölçmek için betimsel istatistikler (ortalama, standart sapma) ve normallik dağılımlarını belirlemek için Kolmogorov-Smirnov, Shapiro-Wilk testleri, çarpıklık ve basıklık değerleri kullanılmıştır. Çalışmada öncelikle normallik testleri yapılmış, elde edilen bulgular Tablo 2' de verilmiştir:

Tablo 2. Yalnızlık, sosyal medya kullanımı ölçeklerine ait Kolmogorov-Smirnov ve Shapiro-Wilk test sonuçları

Değişkenler ve alt boyutları	Kolmogorov-Smirnov testi			Shapiro-Wilk testi		
	İstatistik (statistic)	sd (df)	p (sig.)	İstatistik (statistic)	sd (df)	p (sig.)
Yalnızlık	.179	293	.060	.939	293	.080
Sosyal Medya Kullanımı	.052	293	.200	.989	293	.055

*p < .05

Yalnızlık ölçeğine ait %95 güven aralığında Kolmogorov-Smirnov test sonuçlarına göre anlamlılık değeri p= .060 ve Shapiro-Wilk test sonuçlarına göre p=.080 bulunmuştur. Bulunan değerlerin p>.05 olması verilerin normale yakın dağıldığını göstermektedir. Sosyal medya kullanımı ölçeğine ait %95 güven aralığında Kolmogorov-Smirnov test sonuçlarına göre anlamlılık değeri p= .200 ve Shapiro-Wilk test sonuçlarına göre p=.055 bulunmuştur. Bulunan değerlerin p>.05 olması verilerin normale yakın dağıldığını göstermektedir. Çalışmanın birinci alt problemi doğrultusunda, yaşlı bireylerin yalnızlık ve alt boyutlarına ilişkin puanları analiz edilmiş ve elde edilen bulgular Tablo 3'de verilmiştir.

Tablo 3. Yaşlı bireylerin yalnızlık ve alt boyutlarına ait betimsel istatistik değerleri

Değişkenler ve alt boyutları	x̄	ss	Çarpıklık	Basıklık
Yalnızlık	14,795	5,069	-,566	-,423
Duygusal Yalnızlık (6 madde)	7,474	3,226	-,344	-,959
Sosyal Yalnızlık (5 madde)	7,320	2,560	-,794	-,258

65 yaş ve üstü bireylerin yalnızlık algılarının ve sosyal medya kullanımlarının hangi düzeyde olduğunun belirlenmesinde her bir ölçeğe ve ölçeklerin alt boyutlarına ait ortalama değerler hesaplanmıştır. Yalnızlık ölçeğinde orta puan 11 ve sosyal medya kullanımı ölçeğinde orta puan 30'dur. Tablo 3 incelendiğinde yalnızlık ölçeğine ait toplam puanın aritmetik ortalaması 14,795, duygusal yalnızlık alt boyutuna ait aritmetik ortalama 7,474 (orta puan = 6) ve sosyal yalnızlık alt boyutuna ait aritmetik ortalama 7,320 (orta puan = 5) olarak hesaplanmıştır. Katılımcıların yalnızlık algılarına ait aritmetik ortalamaları (14,795) incelendiğinde yaklaşık olarak orta puanın (11) üzerinde olduğu görülmektedir. Başka bir deyişle katılımcıların yalnızlık algıları ortalamanın biraz üzerindedir. Çarpıklık ve basıklık değerlerine ait bulgular incelendiğinde; çarpıklık katsayıları -.794 ile -.344 aralığında ve basıklık katsayıları -.959 ile -.258 aralığında hesaplanmış ve bu değerlerin -1 ile +1 aralığında yani kabul edilebilir sınırlar (Hair vd, 2014, s.197-200) içinde olduğu belirlenmiştir.

Çalışmanın ikinci alt problemi doğrultusunda, yaşlı bireylerin sosyal medya kullanımları ve alt boyutlarına ilişkin puanları analiz edilmiş ve elde edilen bulgular Tablo 4'te verilmiştir.

Tablo 4. Yaşlı bireylerin sosyal medya kullanımları ve alt boyutlarına ait betimsel istatistik değerleri

Değişkenler ve alt boyutları	x̄	ss	Çarpıklık	Basıklık
Sosyal Medya Kullanımı	32,621	10,485	-,071	-,275
Duygusal Bağlantı ile Sosyal Bütünleşme (6 madde)	16,829	7,103	,263	-,244
Sosyal Rutinlerle Bütünleşme (4 madde)	15,791	4,516	-,303	-,208

Katılımcıların sosyal medya kullanımlarına ait aritmetik ortalamalarının (x̄ =32,621, ss=10,485) orta puana (30) yakın olduğu tespit edilmiştir. Sosyal medya kullanımının alt boyutları incelendiğinde; duygusal bağlantı ile sosyal bütünleşme alt boyutunda orta puanın (18) altında olduğu (x̄ =16,829, ss=7,103) ve sosyal rutinlerle bütünleşme alt boyutunda ise orta puanın (12) üzerinde olduğu (x̄ =15,79, ss=4,516) görülmektedir. Çarpıklık ve basıklık değerlerine ait bulgular incelendiğinde; çarpıklık katsayıları -.303 ile .263 aralığında ve basıklık katsayıları -.275 ile -.208 aralığında hesaplanmıştır.

Değişkenler arasındaki ilişkinin varlığını tespit etmek amacıyla Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon katsayıları hesaplanmıştır. Tablo 5'te yalnızlık ve sosyal medya kullanımı değişkenlere ait korelasyon katsayıları verilmiştir.

Tablo 5. Değişkenler Arasındaki İlişkilere Ait Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayıları

Değişkenler	Yalnızlık Algısı	Sosyal Medya Kullanımı	p
Yalnızlık Algısı	1		.189
Sosyal Medya Kullanımı	.077	1	

*p < .05

Çalışmanın üçüncü alt problemi doğrultusunda, yaşlıların yalnızlık algısı ile sosyal medya kullanımı arasındaki ilişki ve ilişkinin düzeyi karşılaştırılmıştır. Tablo 5 incelendiğinde katılımcıların yalnızlık algıları ile sosyal medya kullanımları arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığı görülmektedir. Yalnızlık algısı değişkeninin alt boyutları ile sosyal medya kullanımı değişkeninin alt boyutları arasındaki ilişkinin olup olmadığının incelenmesine ait bulgular Tablo 6 ve Tablo 7'de verilmiştir.

Tablo 6. Duygusal yalnızlık alt boyutu ile sosyal medya kullanımının alt boyutlarına ait korelasyon katsayıları

Sosyal medya kullanımı değişkenine ait alt boyutlar	Duygusal Yalnızlık	p
Duygusal Bağlantı ile Sosyal Bütünleşme	.077	.186
Sosyal Rutinlerle Bütünleşme	-.009	.882

*p < .05

Duygusal yalnızlık alt boyutu ile sosyal medya kullanımı değişkeninin alt boyutları arasındaki ilişki ve ilişkinin düzeyi karşılaştırılmıştır. Tablo 6 incelendiğinde 65 yaş ve üstü katılımcıların yalnızlık değişkeninin "duygusal yalnızlık" alt boyutu ile sosyal medya kullanımı değişkenin alt boyutları arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığı görülmektedir. Duygusal yalnızlık alt boyutu ile sosyal rutinlerle bütünleşme alt boyutu arasında negatif yönlü bir ilişki gözlenmiş olsa da bu ilişkinin anlamlı olmadığı tespit edilmiştir. Yalnızlık algısının sosyal yalnızlık alt boyutu ile sosyal medya kullanımı alt boyutlarına ait korelasyon katsayıları Tablo 7'de sunulmuştur.

Tablo 7. Sosyal yalnızlık alt boyutu ile sosyal medya kullanımının alt boyutlarına ait korelasyon katsayıları

Sosyal medya kullanımı değişkenine ait alt boyutlar	Sosyal Yalnızlık	p
Duygusal Bağlantı ile Sosyal Bütünleşme	.120*	.041
Sosyal Rutinlerle Bütünleşme	.041	.482

*p < .05

Tablo 7 incelendiğinde "sosyal yalnızlık" alt boyutu ile "duygusal bağlantı ile sosyal bütünleşme" arasında (r=,120; p<.05) arasında pozitif yönlü ve düşük düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Yaşlılarda yalnızlık değişkeninin "duygusal yalnızlık" alt boyutu ile sosyal medya kullanımı değişkenin alt boyutları arasında ve "sosyal yalnızlık" alt boyutu ile sosyal medya kullanımı değişkeninin "sosyal rutinlerle bütünleşme" ile arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığı görülmektedir. Bu bulgulardan yola çıkılarak; sadece "sosyal yalnızlık" alt boyutu ile "duygusal bağlantı ile sosyal bütünleşme" arasında görülen düşük düzeyde bulunan ilişki haricinde, yaşlılarda yalnızlık algısı ile sosyal medya kullanımları arasında ilişkinin bulunmadığı söylenebilir.

4. Sonuç ve Tartışma

Bu çalışmada, 65 yaş ve üstü yaşlı bireylerin yalnızlık algılarının ve sosyal medya kullanımlarının belirlenmesi ve bu değişkenler ve alt boyutları arasındaki ilişki düzeyinin ve yönünün ortaya konması amaçlanmıştır. Çalışmada öncelikle yaşlı bireylerin bu ölçeklerden aldıkları ortalama puanlar ve alınan puanlara göre bu bireylerin yalnızlık algılarının ve sosyal medya kullanımlarının hangi düzeyde oldukları araştırılmıştır.

Çalışma sonucunda elde edilen bulgulara göre, 65 yaş ve üstü bireylerin yalnızlık algısı ve sosyal medya kullanımları ölçeklerinden aldıkları ortalama puanlar sırasıyla 14,795 ve 32.621 olarak bulunmuştur. Yalnızlık algısı ölçeği 3'lü ve sosyal medya kullanımı ölçeği 6'lı likert yapısındadır. Ölçeklerden alınabilecek orta puanlar yalnızlık algısı ölçeğinde 11 ve sosyal medya kullanımı

ölçeğinde ise 30 olduğu dikkate alındığında, yaşlı bireylerin ortalamalarının her iki ölçekte de orta puanın üzerinde olduğu tespit edilmiştir. Bununla birlikte bu değişkenlerden elde edilen ortalama puanların orta puana yakın olduğu da görülmektedir, yani yaşlı bireylerin hem yalnızlık algısı hem de sosyal medya kullanımı değişkenlere yönelik puanlarının orta düzeyde olduğu söylenebilir. Bu değerler yapılan diğer çalışmalar ile benzerlik göstermektedir. Kalınkara ve Sarı (2019, s.12) tarafından yapılan çalışmada yaşlıların yalnızlık düzeylerini orta puanın (11) üzerinde 11,55 olduğunu tespit etmişlerdir. Tel, Tel ve Sabancıoğulları (2006, s.37) tarafından evde ve kurumda yaşayan yaşlı bireylerin yalnızlık düzeyleri ölçülmüştür. Alınabilecek en yüksek puan 80 olan ölçekte kurumda yaşayan yaşlıların ortalama puanı 45.36, evde yaşayan yaşlıların ortalama puanı 40.43 bulunmuştur. Evde yaşayan yaşlı bireylerin ortalama puanlarının (40.43) orta puana (40) çok yakın olduğu tespit edilmiştir. Bireylerde yalnızlık duygusuna neden olabilecek çok sayıda faktör bulunmaktadır. Bu faktörlere, bir de yaşlıların ve yaşlılık döneminin özellikleri eklendiğinde, durum daha da karmaşıklaşmakta ve yaşlıların kendilerini yalnız hissetmelerine neden olmaktadır (Ryan ve Paterson, 1987, s.6-11). Mevcut çalışmada yaşlıların sosyal medya kullanım puanları ortalamalarının ($\bar{x}$=32,621, ss=10,485) orta puanın (30) üzerinde olduğu belirlenmiştir. Yaşlıların sosyal medya kullanım düzeylerinin belirlenmesine yönelik alanyazın incelendiğinde; Kalınkara ve Sarı (2019) yaşlıların sosyal medya kullanım düzeylerini orta puanı 65 olan bir ölçekte benzer şekilde orta puanın üzerinde ($\bar{x}$=80,346) bulmuşlardır. Benzer şekilde Aarts, Peek ve Wouters (2015) yaşlıların yarısından fazlasının (%56,2) sosyal ağ sitelerini haftada en az bir kere kullandıklarını belirtmişlerdir. Yaşlılarda sosyal medya kullanımının aileleri ile iletişim kuralarını yüz yüze ve telefonla olduğu gibi artırdığı ve tamamladığı vurgulanmaktadır (Cornejo, Tentori ve Favela, 2013, s.889).

Yaşlılarda yalnızlık ile sosyal medya kullanımı arasındaki ilişkiyi rapor eden çalışmalarda fikir birliği görülmemektedir. Bazı çalışmalar bu iki değişken arasında ilişki bulunduğunu (Lee, Noh ve Koo, 2013, s.413-418; Fokkema ve Knipscheer, 2007, s.496) rapor ederken, bazı çalışmalar bu iki değişken arasında ilişkinin bulunmadığını (Aarts, Peek ve Wouters, 2015, s.942) rapor etmişlerdir. Kalınkara ve Sarı (2019) evde tek başına bulunan bireylerin daha fazla yalnızlık sorunu yaşadığını ve sosyal ağları kullananların da daha çok yalnız yaşayanlar olduğunu belirtmektedir. Yaşlı bireylerde sosyal medyanın yalnızlığa karşı mücadelede araç olma potansiyeline sahip olabileceği söylenmektedir (Fokkema ve Knipscheer, 2007, s.501). Buna karşın, Aarts, Peek ve Wouters (2015, s.942) tarafından yapılan çalışmada sosyal ağ siteleri kullanımının yalnızlıktan bağımsız olduğu, özellikle de duygusal ve sosyal yalnızlıkla ilişkili olmadığı ortaya konmuştur. Bu çalışmada da benzer şekilde sosyal medya kullanımının yalnızlıkla ilişkili olmadığı belirlenmiştir. Çalışmada örneklemin evde yaşayan yaşlılar olması sosyal medya ile yalnızlık arasında ilişki bulunmamasını etkilemiş olabilir. Ayrıca sosyal medya kullanan bireylerin kendini yalnız hissetmemesinden kaynaklı bir ilişkisizlikte göz ardı edilmemelidir. Bununla ilgili olarak Pittman, ve Reich (2016, s.159-160); sosyal medyanın sunmuş olduğu iletişim ve birbirine bağlılığın yalnızlığı azalttığını belirtmektedir. Bu noktada sosyal medyanın salt yalnızlık için kullanılması yerine gençlerde olduğu gibi bilgiye erişim, iletişim, eğlence gibi diğer amaçların yaşlılar için de geçerli olduğu söylenebilir. TÜİK (2020, s.1) verilerine göre yaşlı bireylerin mutluluk kaynağının %71,4 ile aileleri, %14,7 ile çocukları, %6,4 ile eşleri olduğu belirtilmektedir. Kendi ev ortamlarında yaşayan yaşlıların sosyal medya kullanımı ile yalnızlık ilişkisinin bulunmaması evlerinde yaşamaları ve büyük çoğunluğunun eşlerinin hayatta ve birlikte olmaları ve aileleriyle görüştükleri için kendilerini daha mutlu hissetmesinden kaynaklı olabilir.

Çalışmanın verileri örnekleme ulaşım zorluğu ve zaman kısıtı nedenleriyle uygun örnekleme yöntemiyle seçilen sosyal medya kullanan ve gönüllü olarak katılan 65 yaş ve üstü 293 yaşlı bireyden toplanmıştır. Bu doğrultuda çalışmanın genellenebilirliğinin sınırlı olduğu söylenebilir. Gelecek çalışmalarda, daha geniş bir gruba ulaşılarak çalışmanın tekrarlanması, sonuçların yaygınlığının değerlendirilmesinde katkı sağlayabilir. Çalışmanın diğer bir kısıtı da çalışmanın sadece Çankaya ilçesinde kendi ev ortamında ikamet eden yaşlı bireyler üzerinde gerçekleştirilmiş olmasıdır. Gelecek çalışmalar için örneklem olarak huzurevinde yaşayan bireylerin seçilerek, evde ve huzurevinde yaşayan yaşlı bireylerin yalnızlık algıları ve sosyal medya kullanım puanlarının karşılaştırılması önerilmektedir. Yaşlıların yalnızlık duygularını

azaltıcı sosyal medya ortamlarının geliştirilmesine yönelik çalışmalar yapılması onların daha mutlu ve daha iyi hissetmesine katkıda bulunabilir. Bu amaçla sosyal açıdan yalnızlaşmış yaşlı bireylerin yalnızlık düzeylerini ve sosyal izolasyonlarını azaltmayı amaçlayan ulusal politika ve stratejilerinin geliştirilmesi ve sivil toplum kuruluşlarının katkı ve desteğini alarak toplumsal farkındalık çalışmalarının yapılması önemlidir.

Kaynakça

Aarts, S., Peek, S. T. M., Wouters, E. J. M. (2015). The relation between social network site usage and loneliness and mental health in community-dwelling older adults. *International Journal of Geriatric Psychiatry*, *30*(9), 942-949.

Akgül, H., Yeşilyaprak, B. (2015). Yaşlılar için yalnızlık ölçeğinin Türk kültürüne uyarlaması: Geçerlilik ve Güvenirlik Çalışması. *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi*, *8*(1). 34-45.

Akın, A., Özbay, A., Baykut, İ. (2015). Sosyal medya kullanımı ölçeğinin Türkçe formunun geçerliği ve güvenirliği. *Journal of International Social Research*, *8*(38). 628-633.

Arpacı, F., Gürbüz, S. (2012). Yaşlı bireylerin yaşadıkları şehre göre yaşam kalitesi değerlendirmeleri. *Üçüncü Sektör Sosyal Ekonomi Dergisi, 47*(2), 47-64.

Arpacı, F., Ersoy, A. F.. (2009). Evde yaşayan yaşlıların huzurevinde yaşamaya ilişkin görüşleri. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi, 18* (18) , 87-98

Büyüköztürk, Ş., Çakmak, E.K., Akgün, Ö.E., Karadeniz, Ş., Demirel, F. (2009). Bilimsel araştırma yöntemleri (4. baskı). Ankara: Pegem Akademi Yayıncılık.

Cornejo, R., Tentori, M., Favela, J. (2013). Enriching in-person encounters through social media: A study on family connectedness for the elderly. *International Journal of Human-Computer Studies*, *71*(9), 889-899.

Dykstra, P. A. (2009). Older adult loneliness: myths and realities. *European journal of ageing*, *6*(2), 91-100.

Dykstra, P. A., Van Tilburg, T. G., & Gierveld, J. D. J. (2005). Changes in older adult loneliness: Results from a seven-year longitudinal study. *Research on aging*, *27*(6), 725-747.

De Jong, G. J., Kamphuis, F. (1985). The development of a Rasch-type loneliness scale. *Applied Psychological Measurement*, *9*, 289-299.

Depp, C. A., Jeste, D. V. (2006). Definitions and predictors of successful aging: a comprehensive review of larger quantitative studies. *The American Journal of Geriatric Psychiatry*, *14*(1), 6-20.

Durgun, B., Tümerdem, Y. (1999). Kentleşme ve yaşlılara sunulan hizmetler. *Geriatri Dergisi*, *2*(3), 115-120.

Ellison, N. B., Steinfield, C., Lampe, C. (2007). The benefits of Facebook "friends:" Social capital and college students' use of online social network sites. *Journal of Computer-Mediated Communication*, *12*(4), 1143-1168.

Endeksa (2020). https://www.endeksa.com/tr/analiz/ankara/cankaya/demografi adresinden erişilmiştir.

Ekici, S. K., Gümüş, Ö. (2016). Yaşlılıkta teknolojinin kullanımı. *Ege Tıp Dergisi*, *55*. 26-30.

Eshbaugh, E. M. (2009). The role of friends in predicting loneliness among older women living alone. *Journal of Gerontological Nursing*, *35*(5), 13-16.

Fratiglioni L, Paillard-Borg S, Winblad B. 2004. An active and socially integrated lifestyle in late life might protect against dementia. *Lancet Neurol 3*(6). 343–353.

Fokkema T, Knipscheer K. 2007. Escape loneliness by going digital: a quantitative and qualitative evaluation of a Dutch experiment in using ECT to overcome loneliness among older adults. *Aging & Mental Health. 11*(5). 496–504.

Fratiglioni, L., Paillard-Borg, S., Winblad, B. (2004). An active and socially integrated lifestyle in late life might protect against dementia. *The Lancet Neurology*, *3*(6), 343-353.

Fratiglioni, L., Wang, H.X., Ericsson, K., Maytan, M., Winblad, B. (2000). Influence of social network on occurrence of dementia: A community-based longitudinal study. The Lancet, 355, 1315-1320.

Golden, J., Conroy, R. M., Bruce, I., Denihan, A., Greene, E., Kirby, M., Lawlor, B. A. (2009). Loneliness, social support networks, mood and wellbeing in community-dwelling elderly. *International Journal of Geriatric Psychiatry: A journal of the psychiatry of late life and allied sciences*, *24*(7), 694-700.

Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., Anderson, R. E., Tatham, R. L. (2014). Multivariate Data Analysis: Pearson Education Limited. 197-200.

Jenkins-Guarnieri, M. A., Wright, S. L., Johnson, B. (2013). Development and validation of a social media use integration scale. *Psychology of Popular Media Culture*, *2*(1), 38.

Kalınkara, V., Sarı, İ. (2019). Yaşlılarda sosyal ağ kullanımı ve yalnızlık ilişkisinin belirlenmesi. *Yaşlı Sorunları Araştırma Dergisi*, *12*(1), 8-19.

Köksal, Y., Özdemir, Ş. (2013). Bir İletişim Aracı Olarak Sosyal Medya'nın Tutundurma Karması İçerisindeki Yeri Üzerine Bir İnceleme. *Süleyman Demirel Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, *18*(1), 323-337.

Lee, Y., Ko, Y. G. (2018). Feeling lonely when not socially isolated: social isolation moderates the association between loneliness and daily social interaction. *Journal of Social and Personal Relationships*, 35(10), 1340-1355.

Lee, K. T., Noh, M. J., Koo, D. M. (2013). Lonely people are no longer lonely on social networking sites: The mediating role of self-disclosure and social support. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, *16*(6), 413-418.

Leist, A. K. (2013). Social media use of older adults: A mini-review. *Gerontology*, 59, 378-384

Lestar, A., Irianto, G. (2019). An overview of elderly loneliness in Lampung province, Indonesıa. International Student Congress. 88-89.

Pittman, M., Reich, B. (2016). Social media and loneliness: Why an Instagram picture may be worth more than a thousand Twitter words. *Computers in Human Behavior*, *62*, 155-167.

Rapagnani, G. (2002). Suicide in the elderly. Revue Medicale de Liege, 57, 91-96.

Ryan, M., Patterson, J., (1987). Loneliness in the elderly. *Journal of Gerontological Nursing*, *13*(5), 6–11.

Rico-Uribe, L. A., Caballero, F. F., Olaya, B., Tobiasz-Adamczyk, B., Koskinen, S., Leonardi, M., Haro, J. M., Chatterji, S., Ayuso-Mateos, J. L., Miret, M. (2016). Loneliness, social networks, and health: a cross-sectional study in three countries. *PloS one*, *11*(1), e0145264.

Sayın, A., Koğar, H., Çakan, M. (2012). Aşamalı Dersler Arasındaki İlişkilerin Kanonik Korelasyon Tekniğiyle İncelenmesi: Sınıf Öğretmenliği Örneği. *Eğitimde ve Psikolojide Ölçme ve Değerlendirme Dergisi*, *3*(1), 210-220.

Silveira, E., Allenbeck, P. (2001). Migration, ageing and mental health: An ethnographic study on perception of life satisfaction, anxiety and depression in older Somali men in East London. *International Journal of Social Welfare*, *10*(4), 309-320

Stangor, C. (2014). *Research methods for the behavioral sciences*. Nelson Education.

Stone, J., Evandrou, M., Falkingham, J. (2013). The transition to living alone and psychological distress in later life. *Age and Ageing*, *42*(3), 366-372.

Şentürk, Ü. (2018). *Yaşlılık Sosyolojisi: Yaşlılığın Toplumsal Yörüngeleri.* Bursa: Dora Yayıncılık, 217-245.

Tekedere, H., Arpacı, F. (2016). Orta yaş ve yaşlı bireylerin internet ve sosyal medyaya yönelik görüşleri. *Türkiye Sosyal Araştırmalar Dergisi*, *20*(2), 377-392.

Tel, H., Tel, H., Sabancıoğulları, S. (2006). Evde ve kurumda yaşayan 60 yaş ve üzeri bireylerin günlük yaşam aktivitelerini sürdürme ve yalnızlık yaşama durumu. T*urkish Journal of Geriatrics*, *9*(1), 34-40.

Tufan, İ., Kılavuz, A., Özgür, Ö., Ayan, F. S., Gürdal, F. Y., Engin, B. (2019). Türkiye'de Gerontoloji Atlası: Yaşlı Yoksulluğu ve Yalnızlık Üzerine Bulgular. *Geriatrik Bilimler Dergisi*, *2*(1), 1-7.

Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK) (2019). Hanehalkı Bilişim Teknolojileri (BT) Kullanım Araştırması, http://www.tuik.gov.tr/PreTablo.do?alt_id=1028 adresinden erişilmiştir.

Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK). (2020). İstatistiklerle Yaşlılar. Sayı:33712 http://www.tuik.gov.tr/PreHaberBultenleri.do?id=33712 adresinden erişilmiştir.

Uchino, B. N. (2006). Social support and health: a review of physiological processes potentially underlying links to disease outcomes. *Journal of behavioral medicine*, *29*(4), 377-387.

United Nations Department of Economic and Social Affairs (UNDESA). (2019). World Population Ageing 2019 (ST/ESA/ SER.A/444). New York: United Nations. https://www.un.org/en/development/desa/population/publications/pdf/ageing/WorldPopulationAgeing2019-Report.pdf

Van Tilburg, T. G., De Jong-Gierveld, J. (1999). Cesuurbepaling van de eenzaamheidsschaal (Cutting scores on the De Jong Gierveld Loneliness Scale). *Tijdschrift voor Gerontologie en Geriatrie*, *30*, 158-163.

van Winkel, M., Wichers, M., Collip, D., Jacobs, N., Derom, C., Thiery, E., Myin-Germeys, I., Peeters, F. (2017). Unraveling the role of loneliness in depression: The relationship between daily life experience and behavior. *Psychiatry*, *80*(2), 104-117.

Research Article

Evde Yaşayan Yaşlılarda Yalnızlık Algısı ile Sosyal Medya Kullanımı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Analysis of the Relationship between Loneliness Perceptions and Social Media Usage among Elderly Living at Home

Hanife GÖKER	Hakan TEKEDERE	Fatma ARPACI
Dr. Gazi Üniversitesi	Doç. Dr. Gazi Üniversitesi	Prof. Dr. Gazi Üniversitesi
Milli Eğitim Bakanlığı,	Sağlık Hizmetleri MYO	Sağlık Bilimleri Fakültesi
hanife.goker1@gazi.edu.tr	tekedere@gazi.edu.tr	arpacif@gazi.edu.tr
https://orcid.org/0000-0002-4732-7751	https://orcid.org/0000-0002-7856-9921	https://orcid.org/0000-0001-6619-6358

Extensive Summary

1. Introduction

People have had the opportunity to live longer, thanks to the increase in the quality of life, advances in medicine, easier access to medical care, and improvements in health care and nutrition. The number of elderly people, currently 703 million, is expected to more than double in the next 30 years and reach 1.5 billion in 2050 (UNDESA, 2019, p.47).

Health care, personal care, residential care, and social communication are listed as the four main requirements of old age (Durgun and Tümerdem, 1999). In the context of social communication among these four main needs, loneliness and abandonment is a very important feeling for the elderly. Lestar and Irianto (2019, p.89) stated that the most common psychological problem in the elderly is loneliness. As a result of the increase in loneliness, it is seen that individuals tend to technology, and smartphones, messaging and social media are widely used. According to the results of information technology usage research, the proportion of individuals in the 65-74 age group using the Internet increased from 5.0% in 2014 to 4 times in 2019, reaching 19.8%. Also according to TUIK (2019, p.1) data; considering that the rate of using the internet for content sharing is 81.4%, it can be said that the majority of the elderly use the internet for social media purposes. Internet and social media environments can play an important role both in socializing as well as in a more enjoyable and perhaps higher quality daily life (Tekedere and Arpacı, 2016, p.391). With social media, individuals have the opportunity to express themselves in online environments, to communicate, to join groups, and to contribute to these environments with their opinions, comments, and publications (Köksal and Özdemir, 2013, p.326). Using social media, elderly individuals feel socially satisfied as they see and like the photos of their families and grandchildren, and thus the social isolation of the elderly decreases (Ekici and Gümüş, 2016, s.29).

When the current studies in the literature are examined; it is stated that social networks, internet, and other communication tools can reduce loneliness in the elderly (Leist, 2013, p.378). Also, lack of social communication has been associated with negative effects of physical health such as depression and self-harm (Fratiglioniet, Paillard-Borg and Winblad, 2004, p.343; Uchino, 2006, p.377-380). Golden et al. (2009, p.694) defined social isolation in the elderly as a risk factor for mental and physical health problems. Some studies suggest that the use of social media sites is related to loneliness (Kalınkara and Sarı, 2019, p.16), as well as some studies suggest that the use

of social media sites is independent of loneliness (Aarts, Peek, and Wouters, 2015, p.942). In light of these studies in the literature, the relationship between the loneliness of the elderly and their use of social media is a controversial phenomenon. For this reason, it is important to know the perception of loneliness of the elderly together with the sub-factors of their social media usage levels and to demonstrate the effectiveness of social media use in reducing loneliness, to improve the quality of life and to improve public health.

In this study, it is aimed to investigate the relationship between perception of loneliness of individuals aged 65 and over and their usage of social media. For this purpose, it is examined in this study: (i) how the perception of loneliness and social media use levels of individuals aged 65 and over is distributed, and (ii) whether there is a significant relationship between their perception of loneliness and their usage of social media.

2. Method

The relational model was used in the study. In this study, which aims to determine the perceptions of loneliness and social media usage of elderly and to reveal the level and direction of the relationship between these two perceptions, answers to the following questions were sought:

i) What are the perception levels of elderly individuals towards loneliness and its sub-factors?
ii) What are the perception levels of elderly individuals towards social media usage and sub-factors?
iii) Is there a significant relationship between the perception of loneliness of elderly individuals and their social media use and sub-factors?

The sample of the study consists of a total of 293 elderly individuals living in their home environment in Ankara/Çankaya. 114 participants (%38.9) were female and 179 (%61.1) were male. In the study, three different data collection tools were used: "Personal Information Form", “Loneliness Scale” and “Social Media Use Scale”. The personal information form consists of questions with some demographic features. The loneliness scale was developed by De Jong Gierveld and Kamphuis (1985). The scale consists of 11 items, 3-point Likert-type, and the following 2 sub-factors (emotional loneliness and social loneliness). Cronbach's alpha internal consistency coefficient value was 0.85.

The social media usage scale was developed by Jenkins-Guarnieri, Wright and Johnson (2013). The scale consists of 10 items, 6-point Likert-type, and the following 2 sub-factors (social integration with emotional connection and integration with social routines). Cronbach's alpha internal consistency coefficient value was 0.87. Firstly, the normality distribution of the data was tested. Later, using descriptive statistics, the loneliness perceptions of elderly people and their social media usage were determined. Finally, Pearson Correlation coefficients were calculated to determine the relationship between the sub-factors of these variables.

3. Results

In determining the level of loneliness perceptions and social media usage of elderly individuals, the average values of each scale and its sub-factors were calculated. The average score was 11 on the loneliness scale and 30 on social media usage scale.

In line with the first sub-problem of the study, the arithmetic mean of the total score of loneliness scale was calculated as 14.795, the arithmetic mean of the emotional loneliness sub-factor was 7.474 and the arithmetic mean of the social loneliness sub-factor was 7.320. When the arithmetic mean of the participants' perception of loneliness ($\bar{x}$ = 14.795) was examined, it was found that it was approximately above the middle score (11).

In line with the second sub-problem of the study, it was determined that the arithmetic averages ($\bar{x}$ = 32.621, sd = 10.485) of the social media usage of the participants were close to the middle score (30). When the sub-factors of social media usage were examined; it was observed that the social integration with emotional connection sub-factor was below the middle score (18) ($\bar{x}$ =

16.829, sd = 7.103), and the social routine integration sub-factor was above the middle score (12) ($\bar{x}$ = 15.79, sd = 4.516).

In line with the third sub-problem of the study, the relationship between the perception of loneliness of the elderly and their usage of social media was compared. Accordingly, it was determined that there was no significant relationship between participants' perception of loneliness and their usage of social media (r = .077, p> .05). Accordingly, it was determined that there was no significant relationship between participants' perception of loneliness and their usage of social media (r = .077, p> .05).

The relationship between the emotional loneliness sub-factor and the sub-factors of social media usage were compared. It was determined that there was no significant relationship between the "emotional loneliness", which is the sub-factor of loneliness variable, and social media usage variable's sub-factors ("social integration with emotional connection" (r=.077, p>.05) and "integration with social routines" (r=-.009, p>.05)).

There was a positive and low-level relationship between the "social loneliness" sub-factor and "social integration with emotional connection" (r = .120; p <.05). However, there was no significant relationship between the sub-factor of "social loneliness" and "integration with social routines" (r = .041, p> .05). Based on these findings; except for the low-level relationship between "social loneliness" sub-factor and "social integration with emotional connection", it can be said that there was no relationship between perception of loneliness and social media usage in the elderly.

4. Discussion, Conclusion, and Suggestions

According to the findings obtained as a result of the study, it can be said that the level of perception of loneliness and social media usage of elderly individuals was at a middle level. There is no consensus in the studies reporting the relationship between loneliness and social media usage in the elderly. While some studies have reported that there is a relationship between these two variables (Lee, Noh and Koo, 2013, p.413-418; Fokkema and Knipscheer, 2007, p.496), some studies have reported that there is no relationship between these two variables (Aarts, Peek, and Wouters, 2015, p.942). In this study, it was determined that the use of social media in the elderly was not related to their loneliness. The fact that the sample included the elderly living in their home environment may have affected the lack of relationship between social media usage and loneliness. In addition, individuals using social media didn't feel alone. In this regard, Pittman, and Reich (2016, p.159-160) stated that the communication and interconnectedness offered by social media reduce loneliness. At this point, instead of using social media for solitude alone, it should also be used for other purposes such as access to information, communication, and entertainment. According to TUIK (2020) data, it is stated that the source of happiness of elderly individuals is their families with 71.4%, their children with 14.7%, and their spouses with 6.4%. In this study, it was determined that there was no relationship between the usage of social media and the loneliness of the elderly living in their home environments. This may be due to: living in their home environment, meeting with their families, the vast majority of their spouses are alive and together. In future studies, it may be suggested to select individuals living in a nursing home as a sample and to repeat the study by reaching a larger sample.