



(ISSN: 2602-4047)

Turhan, M. Ö. & Karayol, M. (2022). Examination of the Relationship Between Music and Success Motivation in Sports, *International Journal of Eurasian Education and Culture* , 7(17), 1171-1201.

DOI: <http://dx.doi.org/10.35826/ijoecc.577>

Article Type (Makale Türü): Research Article

---

## EXAMINATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN MUSIC AND SUCCESS MOTIVATION IN SPORTS

**Muhammed Özkan TURHAN**

Res. Asst., Mus Alparslan University, Mus, Türkiye, [muhammed.turhan@alparslan.edu.tr](mailto:muhammed.turhan@alparslan.edu.tr)

ORCID: 0000-0002-1671-0029

**Metin KARAYOL**

Assist. Prof. Dr, Mus Alparslan University, Mus, Türkiye, [m.karayol@alparslan.edu.tr](mailto:m.karayol@alparslan.edu.tr)

ORCID: 0000-0003-0809-0410

Received: 26.02.2022

Accepted: 20.05.2022

Published: 15.06.2022

### ABSTRACT

The aim of this research is to examine the effect of sports practices on sport-specific motivation. The research group consists of 315 team athletes in total, 71 of them Basketball, 81 Football, 99 Handball and 64 Volleyball, who actively participated in sports before the pandemic in the southeastern Anatolia region. The demographic information form and was conducted which by the researcher is the impact of Music in Sport applications Scale and it was directed to the applicants by Karayol and Turhan (2020). Also, the study of adaptation in Turkey which was conducted by Willis (1982) was directed to the applicants by Tiryaki and Gödelek (1997) as Sports Specific Achievement Motivation Scale. In the analysis of the data, the skewness and kurtosis values were examined for the sub-scale point distribution of the scale and it was found that the distribution was normal. In this context, the T-Test was used to determine whether there was a difference in the comparisons of the two groups, and the one-way ANOVA test was used for more than two groups. Pearson-Correlation analysis was used to determine the relationship between scale lower dimensions. While no significant difference was found in the lower dimensions of the effect of music in sports practices, according to the variables of gender , age, sports branch, sports year and music genre, a significant difference was found according to the variables of sportsmanship level, frequency of listening to music and music intensity. Whereas no significant difference was observed in the lower dimensions of the sport-specific achievement motivation scale according to the variables of gender and sports branch, a significant difference was observed according to the variables of sportsmanship level, age and sports year. There was a low level positive relationship between the two scales lower dimensions.

**Keywords:** Music, Sport, Sportive practices, Sport-specific (sport-Based), Success motivation.

**INTRODUCTION**

Sport is the whole of physical activities that people do in order to stay mentally, spiritually and physically healthy and well in daily life, aiming at unity, togetherness and cohesion (Eroğlu & Ersoy 2019; Murathan, 2018). As it is known, physical activity, sports and fitness are mobility that affect people's psychological and physiological resistance (Vural, 2010). As a matter of fact, in the light of the relevant literature, it is seen that there are many studies focusing on psychological factors in the field of physical activity, sports and fitness (Arı et al., 2020; Yetim & Argan, 2019; Yarayan et al., 2018; Yetim & Argan, 2018). Sport is in important position in terms of individuals adapting to the society and sense of belonging (Eroğlu & Acet, 2017). There are many studies in the literature examining sports with music (Karageorghis & Terry, 1997; Karageorghis & Priest, 2008). Music is a phenomenon that surrounds people in every part of life. We are together with music at work, at home, on the street, in the mother's arms, at work or in the cradle, on radio and television, in entertainment and recreation places, in meetings and ceremonies. The fetus in the womb is affected by its mother's heart rhythm. Since the baby is affected by the mother's heartbeat rhythm, she calms down and stops crying when the mother hears the rhythm she hears in the womb after the birth. In the future, the child's being influenced by music turns into a direct relationship and gradually diversifies, becomes richer and continues throughout life (Uçan, 1996). When people interact with the music around them, they begin to acquire musical attitudes over time and these behaviors; common aspects of behaviors such as whistling, humming, criticizing, playing an instrument, listening, keeping tempo, analogy, strumming, liking, singing, playing, composing are their agreement with music. Music gives people the chance to know, realize, express, and transcend themselves (Say, 2008). Primitive people, who believe that jinn and evil spirits cause diseases, attribute these beings as bad; Under the leadership of physicians, magicians and shamans, the indispensable elements of these ceremonies are music, dance, rhythm and songs. Music also affects individuals mentally. Listening to music helps people to social cohesion, cooperation in society, group coordination and communication etc. consists of evolutionary connections. However, in the brain; memory, emotion, learning, perception and teaching etc. It is a versatile reality that activates all cerebral connections (Yazıcı, 2017). Music is also used as a treatment method, providing benefits to people. It is one of the methods used to determine the psychological state of adults and children with psychological and physical problems. It is known that the history of music therapy, which has an important place in people's treatment processes and lives, reaches as far as America, Africa, Asia, Europe, and Turkish civilizations more (Koç, 2011). Success is on the other hand "to achieve the desired goal". Achievement motivation is the desire to overcome difficulties, progress and develop. The origin of motivation consists of the Latin word "movere", which means to act or to encourage in Turkish. The Turkish meaning of the word motivating is used in the sense of driving or activating (Soyer et al., 2010). If we define the word motivation, while it is known and defined as the mechanisms that create this working order with certain internal-external factors that direct the person to move, determine the continuity and order of the movements, specify, and determine the direction of the movement (Aydın, 2001); it can also be defined as to motivate and encourage people (Koçel, 2003; Önen & Kanayran, 2015). Music has become an undeniable concept to study since it plays an active role in every field from past to present. In recent years, the juxtaposition of the concepts of music and sports has revealed different fields of study. Especially, the

existence of experimental studies in foreign literature (Eliakim et al., 2012; Hutchinson et al., 2011; Köse, 2017; Mavi, 2012) deals with the effects of music on exercise parameters. The reason for the research is that no research has been found examining the music and success motivations of team athletes before the sportive practice. Therefore, the aim of the research is to compare the music that the team athletes listen to before the sportive practice with the psychological and demographic parameters. In addition, with a different perspective, in this study, it has been tried to examine the psychological effects of the concept of music. The hypotheses of the research are as follows:

**H1:** There is a significant difference between the effect of music in sportive practices and the sub-dimensions of sport-specific achievement motivation scale and demographic variables.

**H2:** There is a significant relationship between the sub-dimensions of the scale of the effect of music in sports practices and the sub-dimensions of success motivation specific to sports.

## METHOD

### Research Model

This research was designed in relational screening model. In this model, it is aimed to determine the existence and/or degree of co-variance between two or more variables (Fraenkel et al., 2012; Creswell & Creswell, 2017).

### Research Group

The population of the research consists of athletes who actively do sports before the pandemic process in the provinces of the Southeastern Anatolia region and listen to music before sports practices. The research sample consists of a total of 315 team athletes, 71 of whom are Basketball, 81 are Football, 99 are Handball and 64 are Volleyball.

**Table 1.** Distribution of Demographic Characteristics of the Participants

Variables	Groups	Frequency(n)	Percentage (%)
Gender	Female	140	44,4
	Male	175	55,6
Age	14-17	90	28,6
	18-21	83	26,3
	22-25	71	22,5
	26 and above	71	22,5
Sportsmanship Level	Amateur	175	55,6
	Professional	140	44,4
Sports Branch	Basketball	71	22,5
	Football	81	25,7
	Handball	99	31,4
	Volleyball	64	20,3
Sports Year	6 Months- 1 Year	24	7,6
	2-3 Years	31	9,8
	4-5 Years	66	21,0
	6 Years and above	194	61,6
How Often Do You Listen to Music?	Always	208	66,0
	Rarely	107	34,0
What is the intensity of the music that you listen to?	High Intensity	204	64,8
	Low Intensity	111	35,2

What type of music do you listen to?	Arabesque	74	23,5
	Jazz-Blues	71	22,5
	Classic Music	45	14,3
	Pop	78	24,8
	Rock	29	9,2
	Rap	18	5,7

According to the gender status variable, 140 (44.4%) of the participants are female and 175 (55.6%) are male. According to the age status variable, 90 (28.6%) of the participants were 14-17 years old, 83 (26.3%) were 18-21 years old, 71 (22.5%) were 22-25 years old, 71 (22.5%) is distributed as 26 and above. According to the variable of the level of doing sports, 175 (55.6%) of the participants are distributed as amateurs and 140 (44.4%) as professionals. According to the variable of sports branch status, 71 (22.5%) of the participants were basketball, 81 (25.7%) football, 99 (31.4%) handball and 64 (20.3%) volleyball. disperse. According to the active sports status variable, 24 (7.6%) of the participants were 6 months-1 year, 31 (9.8%) 2-3 years, 66 (21.0%) 4-5 years and 194 (61.6%) of them are distributed as 6 years and above. According to how often the participants are listening to music, 208 (66.0%) always, 107 (34.0%) rarely disperse. According to the variable of musical intensity, 204 (64.8%) of the participants are distributed as high intensity and 111 (35.2%) as low intensity. According to the type of music they listen to, 74 (23.5%) arabesque, 71 (22.5%) jazz, blues and electronic, 45 (14.3%) classical, 78 (24.8%) ) pop, 29 (9.2%) rock and 18 (5.7%) rap.

**Data Collection Tools**

The demographic information form created by the researcher was used to obtain information such as the gender, age, level of sportsmanship, sports branch, active sports year, the difference in the type of music listened to in daily life and sports practices, the frequency of listening to music, the type of music and the intensity of the music. The validity and reliability study of the "Effect of Music in Sportive Practices Scale", which was conducted by Karayol and Turhan (2020) was used in order to measure the effect of music before, during or after sportive applications. The scale, which is a 5-point Likert type, consists of 3 sub-dimensions and 18 questions. Sub-dimensions of the scale are motivation, physical strength and performance, and psychological resilience. The "Sport-Specific Achievement Motivation Scale" developed by Willis (1982) and the validity and reliability study in Turkey conducted by Tiryaki and Gödelek (1997) were used. The scale, which is a 5-point Likert type, consists of 3 sub-dimensions and 40 questions. Sub-dimensions of the scale are The Motive to Show Strength, the Motive to Approach Success and the Motive to Avoid Failure.

**Statistical Analysis of Data**

SPSS 22.0 package program was used in the analysis of the data and the margin of error was accepted as 0.05. In the evaluation of the data; number, percentage, mean and standard deviation were applied as descriptive statistical methods. For the normality assumptions, the -2, +7 skewness kurtosis values suggested by Hong, Malik and Lee (2003) were taken into account and the distribution was found to be normal. The t-test was used to compare quantitative continuous data between two independent groups, and the One-Way Anova test was used to compare quantitative continuous data between more than two independent groups. Tukey test was used as

a complementary post-hoc analysis to determine the differences after Anova test. Pearson product-moment correlation analysis was used to determine the relationship between the continuous variables of the study.

**FINDINGS**

In this section, the results obtained from the study and the statistical analyses of these results are presented in the tables below.

**Table 2.** Mean, Standard Deviation, Skewness and Kurtosis Values of the Scale Sub-Dimensions Used in the Scope of the Research

Scales	Sub-Dimensions	N	$\bar{X}$	Ss	Skewness	Kurtosis
EMSPS	Motivation	315	20,9683	3,61511	-1,193	2,255
	Physical Strength and Performance	315	23,6444	4,81974	-,598	,060
	Psychological Resilience	315	28,1111	5,13484	-,718	,794
SSAMS	Motive to Show Strength	315	40,4159	6,69455	,297	,749
	Motive to Approach Success	315	64,5937	7,73938	-,264	1,305
	Motive to Avoid Failure	315	35,8889	7,62687	,294	-,403

EMSPS= Effect of Music in Sporting Practices Scale/ SSAMS= Sports-Specific Achievement Motivation Scale

When Table 2 was examined, it was found out that the skewness and kurtosis values of the scales taken within the scope of the research were between -2, +7 as stated by Hong, Malik and Lee (2003) and the distribution was normal.

**Table 3.** T-Test Results Regarding the Effects of Music on Sportive Practices and the Scores Obtained from the Sport-Specific Achievement Motivation Scale by Gender of the Participants

Sub-Dimensions	Gender	N	$\bar{X}$	Ss	t	P
Motivation	Female	140	20,7857	3,84742	-801	,42
	Male	175	21,1143	3,42213		
Physical Strength and Performance	Female	140	23,3643	4,87574	-923	,35
	Male	175	23,8686	4,77661		
Psychological Resilience	Female	140	28,1071	4,87940	-0,12	,99
	Male	175	28,1143	5,34430		
Motive to Show Strength	Female	140	40,6857	6,59964	,639	,52
	Male	175	40,2000	6,78064		
Motive to Approach Success	Female	140	64,3714	7,59623	-,455	,64
	Male	175	64,7714	7,86921		
Motive to Avoid Failure	Female	140	35,4000	7,85553	-1,01	,31
	Male	175	36,2800	7,43836		

\*P<0,05; N (315)

When Table 3 was examined, no significant difference was observed in the sub-dimensions of motivation, physical strength and performance, psychological resilience, the motive to showing strength, the motive to approaching success, and the motive to avoiding failure according to the gender variable of the participants (p>0.05).

**Table 4.** T-Test Results Regarding the Effects of Music in Sportive Practices and the Scores Obtained from the Sport-Specific Achievement Motivation Scale according to the Variable of Participants' Athletic Level

Sub-Dimensions	Sportsmanship Level	N	$\bar{X}$	Ss	t	P
Motivation	Amateur	175	20,8171	3,28016	-829	,40
	Professional	140	21,1571	3,99869		
Physical Strength and Performance	Amateur	175	23,2514	4,34631	-1,62	,10
	Professional	140	24,1357	5,32837		
Psychological Resilience	Amateur	175	27,5314	4,91396	-2,25	<b>,02*</b>
	Professional	140	<b>28,8357</b>	5,32756		
Motive to Show Strength	Amateur	175	40,2743	5,86380	-,407	,67
	Professional	140	40,5929	7,62512		
Motive to Approach Success	Amateur	175	63,1486	7,49718	-,378	<b>,00*</b>
	Professional	140	<b>66,4000</b>	7,68330		
Motive to Avoid Failure	Amateur	175	34,9429	7,53438	-,248	<b>,01*</b>
	Professional	140	<b>37,0714</b>	7,60314		

\*P<0,05; N (315)

When Table 4 was examined, while no significant difference was found in the sub-dimensions of motivation and physical strength and performance and motive to show strength according to the variable of the sportsmanship level of the participants ( $p>0.05$ ); a significant difference was found out in the sub-dimensions of psychological resilience ( $\bar{X}=28.83$ ,  $p<0.05$ ), motive to approach success ( $\bar{X}=66,40$ ,  $p<0,05$ ) and motive to avoid failure ( $\bar{X}=37,07$ ,  $p<0,05$ ) in favor of professional athletes.

**Table 5.** T-Test Results Regarding the Effect of Music in Sports Practices and the Scores Obtained from the Sports-Specific Achievement Motivation Scale according to the Variable of Frequency of Listening to Music of the Participants

Sub-Dimensions	FLS	N	$\bar{X}$	Ss	t	P
Motivation	Always	207	<b>21,6957</b>	3,43018	5,14	<b>,00*</b>
	Rarely	108	19,5741	3,56568		
Physical Strength and Performance	Always	207	<b>24,4928</b>	4,72534	4,45	<b>,01*</b>
	Rarely	108	22,0185	4,59578		
Psychological Resilience	Always	207	<b>29,0531</b>	4,87435	4,65	<b>,00*</b>
	Rarely	108	26,3056	5,15998		
Motive to Show Strength	Always	207	40,8647	6,50250	1,65	,10
	Rarely	108	39,5556	6,99844		
Motive to Approach Success	Always	207	64,8213	8,39451	0,72	,47
	Rarely	108	64,1574	6,31000		
Motive to Avoid Failure	Always	207	35,7971	7,87877	-0,29	,76
	Rarely	108	36,0648	7,15159		

\*P<0,05; N (315) FLS= Frequency of listening to music

When Table 5 was examined, motivation ( $\bar{X}=21.69$ ,  $p<0.05$ ), physical strength and performance ( $\bar{X}=24.49$ ,  $p<0.05$ ) and psychological resilience ( $\bar{X}=29$ ),  $p<0.05$ ) sub-dimensions showed a significant difference in favor of the 'always' response according to the variable of frequency of listening to music. There was no significant difference in the sub-dimensions of the motive to show strength, the motive to approach success and the motive to avoid failure ( $p>0.05$ ).

**Table 6.** T-Test Results Regarding the Effects of Music in Sports Practices and the Scores Obtained from the Sports-Specific Achievement Motivation Scale according to the Variable of the Intensity of Listening to Music of the Participants

Sub-Dimensions	Music Intensity	N	$\bar{X}$	Ss	t	P
Motivation	High Intensity	204	<b>21,6765</b>	3,44746	4,88	<b>,00*</b>
	Low Intensity	111	19,6667	3,56838		
Physical Strength and Performance	High Intensity	204	<b>24,5098</b>	4,73587	4,44	<b>,01*</b>
	Low Intensity	111	22,0541	4,58027		
Psychological Resilience	High Intensity	204	<b>29,0735</b>	4,87878	4,65	<b>,00*</b>
	Low Intensity	111	26,3423	5,14427		
Motive to Show Strength	High Intensity	204	40,8824	6,52135	1,68	,09
	Low Intensity	111	39,5586	6,95006		
Motive to Approach Success	High Intensity	204	64,7451	8,43426	0,47	,63
	Low Intensity	111	64,3153	6,29138		
Motive to Avoid Failure	High Intensity	204	35,7255	7,88421	-0,51	,60
	Low Intensity	111	36,1892	7,15480		

\*P<0,05; N (315)

When Table 6 was examined, there was a significant difference in favor of the 'high-intensity' response in the sub-dimensions of the motivation ( $\bar{X}$ =21,67,  $p$ <0,05), physical strength and performance ( $\bar{X}$ =24,50,  $p$ <0,05) and psychological resilience ( $\bar{X}$ =29,07) according to the musical intensity variable of the participants,  $p$ <0,05). There was no significant difference in the sub-dimensions of the motive to show strength, the motive to approach success and the motive to avoid failure ( $p$ >0,05).

**Table 7.** ANOVA Results Regarding the Effects of Music on Sportive Practices and the Scores Obtained from the Sport-Specific Achievement Motivation Scale by Age Variable of the Participants

Sub-Dimensions	Age	N	$\bar{X}$	Ss	df	F	p	Tukey
Motivation	14-17	90	20,755	4,0925	3 311 314	,428	,73	
	18-21	83	21,313	2,9793				
	22-25	71	20,774	3,4607				
	26 and Above	71	21,028	3,8358				
Physical Strength and Performance	14-17	90	23,044	5,1948	3 311 314	,755	,52	
	18-21	83	24,120	4,0012				
	22-25	71	23,760	4,7282				
	26 and Above	71	23,732	5,2940				
Psychological Resilience	14-17	90	27,900	5,2532	3 311 314	,135	,93	
	18-21	83	28,180	3,9636				
	22-25	71	28,394	5,3890				
	26 and Above	71	28,014	5,9653				
Motive to Show Strength	14-17	90	39,544	5,6532	3 311 314	,979	,40	
	18-21	83	40,253	6,0904				
	22-25	71	40,957	7,8274				
	26 and Above	71	41,169	7,3348				
Motive to Approach Success	14-17	90	63,355	6,2572	3 311 314	1,91	,12	
	18-21	83	64,048	8,4042				
	22-25	71	65,507	8,8267				
	26 and Above	71	65,887	7,3066				
Motive to Avoid Failure	14-17	90	34,933	6,8015	3 311 314	4,29	<b>,00*</b>	<b>1-3 2-3</b>
	18-21	83	34,722	7,4446				
	22-25	71	38,619	8,1772				
	26 and Above	71	35,732	7,6268				

1=14-17 years 2=18-21 years 3=22-25 years 4= 26 and Above

\*P<0,05; N (315)

When Table 7 was examined, it was determined that there was no statistically significant difference in the sub-dimensions of motivation ( $F_{(3-314)}=,428$ ;  $P>0,05$ ), physical strength and performance ( $F_{(3-314)}=,755$ ;  $P>0,05$ ) and psychological resilience ( $F_{(3-314)}=,135$ ;  $P>0,05$ ) according to the age variable of the participants. It was found out that there was no significant difference in the sub-dimensions of the motive to show strength ( $F_{(3-314)}=,403$ ;  $P>0,05$ ) and the motive to approach success ( $F_{(3-314)}=1,91$ ;  $P>0,05$ ). In addition, a significant difference was observed in the sub-dimension of avoidance of failure ( $F_{(3-314)}=4,29$ ;  $P<0,05$ ). As a result of the 'Tukey' test, which is one of the post-hoc analyzes to determine which group the difference originates from, it was determined that the 22-25 age group had a higher avoidance motivation than the 18-21 age group and the 14-17 age group.

**Table 8.** ANOVA Results Regarding the Effects of Music in Sports Practices and the Scores Received from the Sports-Specific Achievement Motivation Scale according to the Sports Branch Variable of the Participants

Sub-Dimensions	Sports Branch	N	$\bar{X}$	Ss	df	F	P
Motivation	Basketball	71	20,619	4,5367	3 311 314	,840	,47
	Football	81	20,728	3,9781			
	Handball	99	21,414	3,1816			
	Volleyball	64	20,968	2,4297			
Physical Strength and Performance	Basketball	71	23,366	5,5064	3 311 314	1,09	,35
	Football	81	23,074	5,1082			
	Handball	99	24,313	4,7694			
	Volleyball	64	23,640	3,5158			
Psychological Resilience	Basketball	71	28,014	5,6681	3 311 314	1,71	,16
	Football	81	27,209	5,9952			
	Handball	99	28,939	4,6528			
	Volleyball	64	28,078	3,7767			
Motive to Show Strength	Basketball	71	42,084	6,7501	3 311 314	2,33	,07
	Football	81	40,506	6,2312			
	Handball	99	39,888	7,6796			
	Volleyball	64	39,265	5,1739			
Motive to Approach Success	Basketball	71	64,732	7,4276	3 311 314	,824	,48
	Football	81	65,148	8,8404			
	Handball	99	64,899	7,6950			
	Volleyball	64	63,265	6,5978			
Motive to Avoid Failure	Basketball	71	35,887	8,4912	3 311 314	,923	,43
	Football	81	35,308	7,6250			
	Handball	99	36,868	7,8501			
	Volleyball	64	35,109	6,1285			

\* $P<0,05$ ; N (315)

When Table 8 was examined, according to the sports branch variable of the participants, motivation ( $F_{(3-314)}=,428$ ;  $P>0,05$ ), physical strength and performance ( $F_{(3-314)}=,755$ ;  $P>0,05$ ) and psychological resilience ( $F_{(3-314)}=,135$ ;  $P>0,05$ ), motive to show strength ( $F_{(3-314)}=2,33$ ;  $P>0,05$ ), motive to approach success ( $F_{(3-314)}=,824$ ;  $P>0,05$ ) and the motive to avoid failure ( $F_{(3-314)}=,923$ ;  $P>0,05$ ) sub-dimensions did not show a statistically significant difference.



**Table 9.** ANOVA Results Regarding the Effects of Music on Sportive Practices and the Scores Received from the Sport-Specific Achievement Motivation Scale according to the Variable of Years of Active Sport of the Participants

Sub-Dimensions	Sports Year	N	$\bar{X}$	Ss	df	F	p	Tukey
<b>Motivation</b>	6 months-1 Year	24	21,041	2,4223	3 311 314	,598	,61	
	2-3 Years	31	21,774	3,1907				
	4-5 Years	66	20,787	2,4275				
	6 Years and Above	194	20,891	4,1078				
<b>Physical Strength and Performance</b>	6 months-1 Year	24	24,791	3,3489	3 311 314	,839	,47	
	2-3 Years	31	24,387	4,6236				
	4-5 Years	66	23,424	4,2246				
	6 Years and Above	194	23,458	5,1787				
<b>Psychological Resilience</b>	6 months-1 Year	24	29,166	5,2142	3 311 314	,696	,55	
	2-3 Years	31	28,161	5,0865				
	4-5 Years	66	28,545	3,9736				
	6 Years and Above	194	27,824	5,4800				
<b>Motive to Show Strength</b>	6 months-1 Year	24	37,041	7,8490	3 311 314	3,62	<b>,01*</b>	<b>1-4</b>
	2-3 Years	31	39,064	6,0988				
	4-5 Years	66	39,893	6,6751				
	6 Years and Above	194	41,226	6,5054				
<b>Motive to Approach Success</b>	6 months-1 Year	24	64,458	7,3246	3 311 314	,278	,84	
	2-3 Years	31	64,322	7,0445				
	4-5 Years	66	63,909	7,0922				
	6 Years and Above	194	64,886	8,1328				
<b>Motive to Avoid Failure</b>	6 months-1 Year	90	34,500	7,5814	3 311 314	1,06	,36	
	2-3 Years	83	36,903	7,5646				
	4-5 Years	71	37,000	7,7121				
	6 Years and Above	71	35,520	7,6091				

1=6 months-1 Year 2=2-3 Years 3=4-5 Years 4= 6 Years and Above

\*P<0,05; N (315)

When Table 9 was examined, the participants' motivation ( $F_{(3-314)}=,598$ ;  $P>0,05$ ), physical strength and performance ( $F_{(3-314)}=,839$ ;  $P>0,05$ ) and psychological resilience ( $F_{(3-314)}=,696$ ;  $P>0,05$ ) sub-dimensions were not statistically significant according to the variable of years of active sports. While there was no significant difference in the sub-dimensions of motivate to approach success ( $F_{(3-314)}=,278$ ;  $P>0,05$ ) and motive to avoid failure ( $F_{(3-314)}=1,06$ ;  $P>0,05$ ), a significant difference was observed in the sub-dimension of the motive to show strength ( $F_{(3-314)}=,839$ ;  $P<0,05$ ). As a result of the 'Tukey' test, which is one of the post-hoc analyzes to determine which group the difference originates from, it was seen that the 6 years and over group had a higher motive to show strength than the 6 months-1 year group.

**Table 10.** ANOVA Results Regarding the Effects of Music in Sports Practices and the Scores Received from the Sports-Specific Achievement Motivation Scale according to the Music Type Variable of the Participants

Sub-Dimensions	Music Type	N	$\bar{X}$	Ss	df	f	P
Motivation	Arabesque	74	20,189	4,1236	3 311 314	1,94	,08
	Jazz-Blues	71	21,154	3,7858			
	Classical Music	45	21,044	3,3707			
	Pop	78	21,500	2,9310			
	Rock	29	20,103	4,1087			
	Rap	18	22,333	2,4253			
Physical Strength and Performance	Arabesque	74	22,756	5,0172	3 311 314	1,56	,16
	Jazz-Blues	71	23,746	5,1178			
	Classical Music	45	24,355	4,5083			
	Pop	78	24,243	4,6575			
	Rock	29	22,310	4,9215			
	Rap	18	24,666	3,4299			
Psychological Resilience	Arabesque	74	27,378	5,1276	3 311 314	,792	,55
	Jazz-Blues	71	28,183	5,6978			
	Classical Music	45	28,688	4,5318			
	Pop	78	28,205	5,0922			
	Rock	29	27,689	5,6764			
	Rap	18	29,666	3,2539			
Motive to Show Strength	Arabesque	74	40,135	7,6808	3 311 314	,848	,516
	Jazz-Blues	71	40,323	5,6411			
	Classical Music	45	42,111	6,9649			
	Pop	78	40,243	6,7654			
	Rock	29	40,241	6,8746			
	Rap	18	38,722	4,6375			
Motive to Approach Success	Arabesque	74	64,756	8,6385	3 311 314	,337	,890
	Jazz-Blues	71	64,746	7,0482			
	Classical Music	45	64,622	9,1360			
	Pop	78	64,987	6,2011			
	Rock	29	63,965	7,6086			
	Rap	18	62,555	9,4758			
Motive to Avoid Failure	Arabesque	74	35,973	7,4741	3 311 314	,167	,975
	Jazz-Blues	71	35,394	8,2557			
	Classical Music	45	36,577	9,0641			
	Pop	78	36,089	6,6823			
	Rock	29	35,551	7,5099			
	Rap	18	35,444	6,5728			

\*P<0,05; N (315)

When Table 10 was examined, motivation ( $F_{(3-314)}=1,94; P>0,05$ ), physical strength and performance ( $F_{(3-314)}=1,56; P>0,05$ ), physiological resilience ( $F_{(3-314)}=,792; P>0,05$ ), motive to show strength ( $F_{(3-314)}=,848; P>0,05$ ), motive to approach success ( $F_{(3-314)}=,337; P>0,05$ ) and the motive to avoid failure ( $F_{(3-314)}=,167; P>0,05$ ) sub-dimensions were not statistically significant according to the variable of the type of music that the participants listen to.

**Table 11.** Results of the Correlation Test between the Sub-Dimensions of the Scale of the Effect of Music on Sportive Practices and the Sub-Dimensions of the Sport-Specific Achievement Motivation Scale of the Participants

Sub- Dimensions(n=315)	Motive to Show Strength	Motive to Approach Success	Motive to Avoid Failure
Motivation	r	,096	,212**
	p	,090	,000
Physical Strength and Performance	r	,222**	,255**
	p	,000	,000
Psychological Resilience	r	,220**	,291**
	p	,000	,000

When Table 11 was examined, as a result of the Pearson correlation test conducted to check whether there is a significant relationship between the sub-dimensions of the scale of the effect of music in sportive practices and the sub-dimensions of success motivation specific to sports; motivation and motive to approach success sub-dimension ( $r=.212$ ;  $p<0.05$ ) were found to have a low level of positive and significant relationship. After considering these results, it can be interpreted that as motivation increases, the motive to approach success will increase. With physical strength and performance sub-dimensions, the motivation to show strength ( $r=.222$ ;  $p<0.05$ ), the motive to approach success ( $r=.255$ ;  $p<0.05$ ) and the motive to avoid failure ( $r=.164$ ;  $p<0.05$ ), a low level of positive and significant correlation was found between the sub-dimensions. While considering this result, it can be said that as physical strength and performance increase, the motive to show strength, the motive to approach success and the motive to avoid failure will increase. With the psychological resilience sub-dimension, the motive to show strength ( $r=.220$ ;  $p<0.05$ ), the motive to approach success ( $r=.291$ ;  $p<0.05$ ) and the motive to avoid failure ( $r=.202$ ;  $p<0, 05$ ) sub-dimensions, a low level of positive and significant correlation was observed. While considering about this result, it can be said that as psychological resilience increases, the motive to show power, the motive to approach success and the motive to avoid failure will increase.

#### **CONCLUSION and DISCUSSION**

In the study, there was no significant difference between the gender variable of the participants and the sub-dimensions of motivation, physical strength and performance, psychological resilience, motive to showing strength, motive to approach success and motive to avoid failure. Similarly, Şık et al. (2019) in the study of the article titled "Influence of Music and Academic Self-Efficacy of Karate Athletes According to Some Demographic Variables", no significant difference was found in the score of the scale of influence from music according to the gender variable. It is thought that this situation arises from the concept of universality of music, as the phenomenon of music is listened to in sportive practices regardless of gender. While there was no significant difference in the sub-dimensions of the participants' level of athleticism and motivation and physical strength and the motivation to perform and show strength, a significant difference was found in favor of professional athletes in the sub-dimensions of psychological resilience, motive to approach success and motive to avoid failure. Aslan (2000), in his master's thesis named "Success Motivation Differences and Distribution of Sportive Experience of Turkish Professional 1st, 2nd and 3rd League and Amateur Teams", concluded that professional football players had a higher motive to approach success than amateur football players. This situation is similar to the study, and the recent investments of professional teams in athletes, the increasing transfer fees and the use of incentives due to high premiums, and the fact that amateur teams are deprived of these encouraging factors economically, are the reasons why professional athletes are more motive to approach success than amateur athletes. At this point, it can be concluded that professional athletes are more successful in concepts such as focus and concentration than amateur athletes. In addition, it is thought that the psychological resilience of professional athletes is high, since the amount of time that professional athletes spend on sports practices compared to amateur athletes also affects the time allocated to music. There was a significant difference in favor of the 'always' response in the sub-dimensions of motivation, physical strength and performance, and

psychological resilience according to the frequency of listening to music variable of the participants. There was no significant difference in the sub-dimensions of the motive to show strength, the motive to approach success and the motive to avoid failure. It has been concluded that music is frequently listened by team athletes before the sportive practice, and it increases physical and psychological performance. A significant difference was found in favor of high-intensity response in motivation, physical strength and performance and psychological resilience sub-dimensions according to the variable of the music intensity that the participants listened to. There was no significant difference in the sub-dimensions of the motive to show strength, the motive to approach success and the motive to avoid failure. In his study Vatansever et al. (2018), it was revealed that fast and slow tempo music positively affects exercise performance, and it shows parallelism in terms of music intensity variable. In this context, it was seen that the effect of the music intensity factor in sports practices was undeniable. Although the participants in this study were engaged in team sports, in other studies, the differences between them can be revealed by including individual sports. There was no significant difference between the age variable of the participants and the sub-dimensions of motivation, physical strength and performance, and psychological resilience. On the contrary, Şık et al. (2019) found a difference in the state of being affected by music according to the age variable of karate athletes in their study and revealed that the 14-15 age group was more affected by music than the athletes in the 10-11 and 12-13 age groups. Considering that this result is related to the childhood and early adolescence periods, it can be thought that this study produced different results because it only covers the young adult period of 18-30 years. While there was no significant difference between the sub-dimensions of the motive to show strength and the motive to approach success, a significant difference was found in the sub-dimension of the motive to avoid failure. This difference was found to be higher in the 22-25 age group than in the 18-21 and 14-17 age group. Özgün et al. (2017) found a low-level negative relationship between the age variable and the motive to avoid failure in the study named "Examination of the Relationship Between Sports-Specific Achievement Motivation and Happiness Levels of Handball Players". It was concluded that as the age of the handball players increases, their motive to avoid failure decreases, or as the age decreases, their motive to avoid failure also increases. In this study, on the other hand, the score of the age variable on the motive to avoid failure in team sports shows a contrast by decreasing. In future studies, studies on different team sports can be conducted to reveal the reasons for the differences. There was no significant difference between the sports branch variable of the participants and the sub-dimensions of motivation, physical strength and performance, psychological resilience, motive to show strength, motive to approach success and motive to avoid failure. In Çakmakçı's (2021) master's thesis study titled "Success Motivation in Athletes Interested in Defense Sports", no significant difference was found in individual branches (Judo, Karate and Taekwondo) and the sub-dimensions of the motive to show strength, the motive to approach success and the motive to avoid failure. Each team sport contains different dynamics within itself. Athlete, coach, club management, financial difference, facility, brand value, social media usage and fan power etc. can be listed as factors affecting the motive to avoid failure. There was no significant difference between the participants' years of active sports and the sub-dimensions of motivation, physical strength and performance, and psychological resilience. It was seen that this situation showed parallelism with the variable of active sports years of the participants. The fact that the participants' age

and years of active sports are close to each other explains this situation. While there was no significant difference between the motive to approach success and the motive to avoid failure, a significant difference was observed between the motive to show strength sub-dimension. The motive to show strength of team athletes who have been doing sports for 6 years or more was found to be higher than team athletes who have been doing sports for 6 months - 1 year. Turhan (2009) in his master's thesis study named "Examination of the Relationship between Depression Level, Anxiety Level and Personality Traits in Professional Football Players and Success Motivation in Sports" concluded that the motive to show strength increases as the duration of playing football increases. This can be explained by the fact that the athletes are directly affected by their personal self-confidence, harmony with their teammates and their level of experience. There was no significant difference between the variables of the type of music that the participants listened to and the sub-dimensions of motivation, physical strength and performance, and psychological resilience. There was no significant difference between the variables of the type of music that the participants listened to and the sub-dimensions of motivation, physical strength and performance, psychological resilience, motive to show strength, motive to approach success and motive to avoid failure. Kartal and Ergin (2018), on the other hand, examined the effect of music listened at different tempos on aerobic and anaerobic performance in their study, and although there was no statistical effect, it was seen that aerobic and anaerobic performances increased. Looking at the literature studies, it is thought that listening to the music of their choice is of great importance in terms of physical and psychological performance. In this study, although the participants prefer the types of music they listen to, it is thought that in the future studies, the differences between the music genres and the differences between them will be revealed. When the relationship between the sub-dimensions of the effect of music in sports practices and the sub-dimensions of the success motivation scale specific to sports is examined, the motive to approach success will increase as the motivation increases, the motive to show power, the motive to approach success and the motive to avoid failure will increase as the physical strength and performance increase, and the same way, the motive to show strength increases as the psychological resilience increases. It has been concluded that the motive to approach success, the motive to avoid failure will increase. As a result, when the relationships between the sub-dimensions of the scales are examined, it is seen that they are directly related to each other, decreases in the scores of any dimension affect other dimensions negatively, and positive relationships emerge in increasing scores.

## **RECOMMENDATIONS**

-It is thought that studies in this field will become stronger and more effective in the long run, by revealing the psychosocial effects of music as well as the obvious performance and physiological effects of music on sports in future studies. Thus, it is thought that it will offer a different perspective to researchers who want to work in the psychosocial field in the context of music and sports.

- In addition to team athletes, research can be conducted on athletes interested in individual sports.

- It is possible to work with different research groups based on the sportive practice during or after.

#### ETHICAL TEXT

In this article, journal writing rules, publication principles, research and publication ethics rules, journal ethics rules were followed. Responsibility for any violations that may arise regarding the article belongs to the authors. This article is produced from a master's thesis. In addition, approval was obtained from the Ethics Committee of Mus Alparslan University Faculty of Sports Sciences with the document numbered 30.06.2020-E.7336 and the letter no.

**Author(s) Contribution Rate:** In this study, the contribution rate of the first author was 60% and the contribution rate of the second author was 40%.

#### REFERENCES

- Aslan, A. (2000). *Türkiye Profesyonel 1. 2. 3. Ligi ve Amatör Takımların Başarı Motivasyonu Farklılıkları ve Sportif Tecrübe Dağılımları*. [Yüksek Lisans tezi]. Gazi Üniversitesi.
- Arı, Ç., Ulun, C., Yarayan, Y. E., Dursun, M., Mutlu, T. & Üstün, Ü. D. (2020). Mindfulness, healthy life skills and life satisfaction in varsity athletes and university students. *Progress in Nutrition*, 22(2), 1-8.
- Aydın, A. (2001). *İstanbul*, Alfa Yayınları.
- Creswell, J. W., & J. D. Creswell (2017). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches*. Sage Publications.
- Çakmakçı, G. (2021). *Savunma Sporları ile İlgilenen Sporcularda Başarı Motivasyonu*. [Yüksek Lisans tezi]. Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi.
- Eliakim, M., Meckel, Y., Gotlieb, R., Nemet, D., & Eliakim, A. (2012). Motivational music and repeated sprint ability in junior basketball players. *Acta Kinesiologiae Universitatis Tartuensis*, 18, 29-38.
- Eroğlu, E. & Ersoy, A. (2019). Beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin bazı değişkenlere göre öğrenilmiş güçlülük düzeylerinin incelenmesi. *Uluslararası Multidisipliner Akademik Araştırmalar Dergisi*, 6(2), 68-75.
- Eroğlu, S. Y., & Acet, M. (2017). İşitme Engelli Öğrencilerin Spor Yapma Değişkenine Göre Sosyal Görünüş Kaygısı ile Yaşam Kalitesi Düzeylerinin İncelenmesi. *Türkiye Klinikleri Spor Bilimleri*, 9(2).
- Fraenkel, J. R., N. E. Wallen ve Hyun, H. H. (2012). *How to Design and Evaluate Research in Education*. New York: McGraw-Hill.
- Hong, S., Malik, M. L., & Lee, M. K. (2003). Testing configural, metric, scalar, and latent mean invariance across genders in sociotropy and autonomy using a non-Western sample. *Educational and Psychological Measurement*, 63(4), 636-654.
- Hutchinson, C., Sherman, T., Davis, L., Cawthon D., Reeder. B. L., & Tenenbaum, G. (2011). The influence of asynchronous motivational music on asupramaximal exercise bout. *International Journal of Sport Psychology*. 42(2), 135-148.
- Karayol, M., & Turhan, M. O. (2020). Impact of Music in Sportive Activities Scale (IMSAS): Validity and reliability assessment. *African Educational Research Journal*, 8(2), 297-304.

<https://doi.org/10.30918/AERJ.82.20.071>

- Kartal, A. & Ergin, E. (2018).Dinlenen Farklı Tempo Müziklerin Futbolcularda Aerobik ve Anaerobik Performansa Etkisinin İncelenmesi. *Spormetre Dergisi*, 16(3), 149-157. DOI: 10.1501/Sporm\_0000000383
- Karageorghis, C. I., & Terry, P. C. (1997). The psychophysical effects of music in sport and exercise: A review. *Journal of Sport Behavior*, 20(1), 54.
- Karageorghis, C., & Priest, D. L. (2008). Music in sport and exercise: An update on research and application. *The Sport Journal*, 11(3).
- Koç, H., T. Curtseit & H. Mamak, (2011). Submaksimal Efor Sırasında Farklı Tip Müziğin Bazı Fizyolojik Parametreler Üzerine Etkisi. *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 13(2), 211-215.
- Koçel, T. (2003). *İşletme yöneticiliği*. Beta Yayınları.
- Köse, B. (2017). *Müziğin aerobik ve anaerobik performansa etkisinin incelenmesi*. [Doktora Tezi]. Ankara Üniversitesi.
- Mavi S. (2012). *Hızlı tempo müziğin taekwondocular üzerindeki etkileri*. [Yüksek lisans tezi]. Ankara Üniversitesi.
- Murathan, T. (2018). Spor sektöründe bilişim teknolojilerinin kullanımı. 3. Uluslararası Mesleki ve Teknik Bilimler Kongresi, (s.1547-1551). Gaziantep: Haziran.
- Önen, S. M., & H. G. Kanayran (2015). Liderlik ve motivasyon: kuramsal bir değerlendirme. *Birey ve Toplum Sosyal Bilimler Dergisi*, 5(2),43-64.
- Özgün, A., Yaşartürk, F., Ayhan, B., & Bozkuş, T. (2017). Hentbolcuların spora özgü başarı motivasyonu ve mutluluk düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Uluslararası Kültürel ve Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 3(2), 83-94.
- Say, A. (2008). *Müzik Nedir, Nasıl Bir Sanattır*. Evrensel Basın Yayın.
- Soyer, F., Y. Can., Güven H., Hergüner G., Bayansalduz M. & Tetik B. (2010). Sporculardaki Başarı Motivasyonu ile Takım Birlikteliği Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 7 (1), 225-239.
- Şık, A., Özdemir, A. & Vural, M. (2019). Karate Sporcularının Müzikten Etkilenme ve Akademik Öz Yeterliklerinin Bazı Demografik Değişkenlere Göre İncelenmesi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 21(3), 79-84.
- Tiryaki, Ş. & E. Gödelek (1997). Spora Özgü Başarı Motivasyonu Ölçeğinin Türk Sporcuları için Uyarlanması Çalışması. *I. Uluslararası Spor Psikolojisi Sempozyumu Bildiri Kitapçığı*, Ankara: Bağırhan Yayınevi.
- Turhan, M. (2009). *Profesyonel Futbolcularda Depresyon Düzeyi, Anksiyete Düzeyi ve Kişilik Özellikleri ile Sporda Başarı Motivasyonu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Maltepe Üniversitesi.
- Uçan, A. (1996). *İnsan ve Müzik, İnsan ve Sanat Eğitimi*. Müzik Ansiklopedisi Yayınları.
- Vatansever, Ş., Şahin Ş., Akalp K. & Şentürk, F.C. (2018). Müziğin Maksimal Koşu Performansına ve Egzersiz Sonrası Toparlanma Hızına Etkisi. *Türkiye Spor Bilimleri Dergisi*, 2(2), 61-66. DOI: 10.32706/tusbid.486188
- Willis, D.J. (1982). Three Scales to Measure Sport Related Motives in Sports. *Journal of Sport Psychology*, (4);

338-353.

Yetim, G. & Argan, M. (2018). Boş zaman ilgilenim faktörleri ile fitness merkezine yönelik tatmin ve sadakat arasındaki ilişki. *Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 18 (1), 49-62.

Yetim, G. & Argan, M. (2019). *Boş Zaman İlgileniminin Boş Zaman Tatmini ve Sadakati Üzerine Etkisi: Eskişehir'deki Fitnes Merkezleri Üzerine Araştırma*. Gazi Kitabevi.

Yarayan, E., Yıldız, A. B., & Gülşen, D. B. A. (2018). Examination of Mental Toughness Levels of Individual and Team Sports Players at Elite Level According to Various Variables. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi / The Journal of International Social Research*, 11(57),992-999.

Yazıcı, D. (2017). Müziğin İnsan Beyni Üzerindeki Etkisi. *International Journal of Cultural and Social Studies (IntJCSS)*, 3(1), 2458-9381.



## SPORDA MÜZİK İLE BAŞARI MOTİVASYONU ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

### öz

Bu araştırmanın amacı sportif uygulamalarda müziğin, spora özgü başarı motivasyonu üzerindeki etkisinin incelenmesidir. Araştırma grubunu Güneydoğu Anadolu bölgesinde pandemi öncesinde aktif olarak spor yapan 71'i Basketbol, 81'i Futbol, 99'u Hentbol ve 64'ü Voleybol olmak üzere toplamda 315 takım sporcusundan oluşmaktadır. Katılımcılara araştırmacı tarafından hazırlanan demografik bilgi formu, Karayol ve Turhan (2020) tarafından geliştirilen "Sportif Uygulamalarda Müziğin Etkisi Ölçeği" ve Willis (1982) tarafından geliştirilen Türkiye'deki uyarlama çalışması da Tiryaki ve Gödelek tarafından yapılan (1997) "Spora Özgü Başarı Motivasyonu Ölçeği" yöneltmiştir. Verilerin analizinde ölçeğe ait alt boyut puan dağılımı için çarpıklık ve basıklık değerlerine bakılmış ve dağılımın normal olduğu görülmüştür. Bu bağlamda iki grup karşılaştırmalarında fark olup olmadığını belirlemek amacıyla T-Testi, ikiden fazla gruplar için ise tek yönlü ANOVA testi kullanılmıştır. Ölçek alt boyutları arasındaki ilişkiyi belirlemek için ise Pearson- Korelasyon analizi kullanılmıştır. Sportif uygulamalarda müziğin etkisi ölçeği alt boyutlarında cinsiyet, yaş, aktif spor yapma yılı, spor branşı ve müzik türü değişkenlerine göre anlamlı bir farklılık görülmemişken; sporculuk düzeyi, müzik dinleme sıklığı ve müzik şiddeti değişkenlerine göre anlamlı bir farklılık görülmüştür. Spora özgü başarı motivasyonu ölçeği alt boyutlarında cinsiyet ve spor branşı değişkenlerine göre anlamlı bir farklılık görülmemişken; aktif spor yapma yılı, sporculuk düzeyi ve yaş değişkenlerine göre anlamlı bir farklılık görülmüştür. Sonuç olarak; iki ölçek alt boyutları arasında düşük düzeyde pozitif yönlü ilişki görülmüştür.

**Anahtar kelimeler:** Müzik, Spor, Spora Özgü Başarı Motivasyonu, Sportif Uygulamalar.

## GİRİŞ

Spor, günlük yaşam içerisinde kişilerin zihinsel, ruhsal ve bedensel olarak sağlıklı kalabilmeleri ve iyi olmaları için yaptıkları, birlik, beraberlik ve kaynaşmanın hedeflendiği fiziksel etkinliklerin bütünüdür (Eroğlu ve Ersoy 2019; Murathan, 2018). Bilindiği üzere fiziksel aktivite, spor ve fitness insanların psikolojik ve fizyolojik direncini etkileyen hareketliliklerdir (Vural, 2010). Nitekim ilgili literatür ışığında fiziksel aktivite, spor ve fitness alanında psikolojik faktörlere odaklanan birçok araştırmanın olduğu görülmektedir (Arı ve ark., 2020; Yetim & Argan, 2019; Yarayan, Yıldız ve Gülşen 2018; Yetim ve Argan, 2018). Spor, bireylerin topluma uyum sağlaması ve aidiyet duygusu açısından önemli bir konumdur (Eroğlu ve Acet, 2017). Literatürde sporu müzikle inceleyen birçok çalışma bulunmaktadır (Karageorghis ve Terry, 1997; Karageorghis ve Priest, 2008). Müzik hayatın her tarafında kişilerle olan ve kişileri saran bir olgudur. Müzikle işyerinde, evde, sokakta, anne kucağında, işyerinde veya beşikte, radyo ve televizyonlarda, eğlence ve dinlenme mekânlarında, toplantılarda ve törenlerde beraber oluruz. Ana rahminde bulunan fetüs, annesinin kalp ritminden etkilenmektedir. Bebeğin annenin kalp atım ritminden etkilendiğinden dolayı doğumdan sonra anne kucağında rahimde duyduğu ritmi duyunca sakinleşir ve ağlamayı durdurur. Çocuğun müzikten etkilenmesi ileriki zamanlarda doğrudan bir ilişki şekline dönüşür ve giderek çeşitlenir, zenginleşir ve hayat boyu sürüp devam eder (Uçan, 1996). Kişiler etraflarındaki müzikle etkileşime geçtiklerinde zamanla müzikal tavırlar kazanmaya başlar ve bu davranışlar; ıslık çalma, mırıldanma, eleştirme, çalgı çalma, dinleme, tempo tutma, benzetme, tıngırdatma, beğenme, şarkı söyleme, oynama, besteleme gibi davranışların ortak yönleri müzikle anlaşmalarıdır. Müzik kişilere kendilerini tanımalarını, gerçekleştirmelerini, ifade edebilmelerini ve aşma şansını vermektedir (Say, 2008). Cinlerin ve yahut kötü ruhların hastalıklara neden olduğuna inanan ilkel insanlar kötü diye atfettikleri bu varlıkları; hekim, sihirbaz ve şamanlar liderliğinde tedavi törenleriyle düzeltmelere giderlerken bu törenlerin vazgeçilmez elementleri müzik, dans, ritim ve şarkılardır. Müzik bireyleri beyinsel olarak da etkilemektedir. Müzik dinlemek kişileri sosyal bütünlük, toplum içinde işbirliği, grup koordinasyonu ve iletişim vb. evrimsel bağlantılardan meydana gelir. Bununla birlikte beyinde; hafıza, duygu, öğrenme algılama ve öğretme vb. bütün beyinsel bağlantıları aktive eden çok yönlü bir gerçekliktir (Yazıcı, 2017). Müzik tedavi yöntemi olarak da kullanılarak kişilere yarar sağlamaktadır. Psikolojik ve fiziksel olarak sorunları bulunan yetişkinler ve çocukların psikolojik hallerini tespit etmek amacıyla kullanılan yöntemlerdendir. Kişilerin tedavi süreçlerinde ve yaşamlarında önemli yeri olan müzikle tedavinin tarihi Amerika, Afrika, Asya, Avrupa ve daha çok Türk uygarlıklarına kadar ulaştığı bilinmektedir (Koç, 2011). Başarı ise; “istenilen hedefi gerçekleştirebilmektir”. Başarı güdüsü günlük durumlarının üstesinden gelebilme, ilerleme ve gelişim isteğidir. Motivasyonun kökeni Latince bir kelime olan “movere” Türkçe karşılığı harekete geçmek veya teşvik etmek anlamında olan kelimedenden oluşmaktadır. Motive kelimesinin Türkçe manasının karşılığı ise güdüleyen veya harekete geçiren anlamında kullanılmaktadır (Soyer ve ark., 2010). Motivasyon kelimesini tanımlayacak olursak kişiyi hareket ettirmeye yönlendiren yapılan hareketlerin sürekliliğini ve düzenini belirleyen, yapılan hareketin yönelimini belirten ve belirleyen belirli olan iç-dış etmenlerle bu çalışma düzenini oluşturmakta olan mekanizmalar olarak bilinmekte ve tanımlanırken (Aydın, 2001) kişileri harekete geçmeleri için güdülemek, isteklendirmek biçiminde de tanımlanabilir (Koçel, 2003; Önen ve Kanayran, 2015). Müzik, geçmişten günümüze kadar her alanda aktif bir rol oynaması sebebi ile incelenmesi yadsınamaz bir kavram haline gelmiştir. Son yıllarda

müzik ve spor kavramlarının yan yana gelmesi farklı çalışma alanlarını ortaya çıkarmıştır. Özellikle yabancı literatürde deneysel çalışmaların varlığı (Eliakim vd., 2012; Hutchinson vd.,2011; Köse, 2017; Mavi,2012) müziğin, egzersiz parametreleri üzerindeki etkilerini konu almaktadır. Takım sporcularının sportif uygulama öncesi müzik ve başarı motivasyonları inceleyen bir araştırmaya rastlanmamış olması araştırmanın gerekçelerindedir. Bu yüzden araştırmacının amacı takım sporcularının sportif uygulama öncesinde dinledikleri müziğin psikolojik ve demografik parametrelerle karşılaştırılmasıdır. Ayrıca farklı bir perspektif ile bu araştırmada müzik kavramının psikolojik etkileri ile ilgili durumları incelenmeye çalışılmıştır. Araştırmanın hipotezleri şu şekildedir:

**H1:** Sportif uygulamalarda müziğin etkisi ve spora özgü başarı motivasyonu ölçeği alt boyutları ile demografik değişkenler arasında anlamlı bir fark vardır.

**H2:** Sportif uygulamalarda müziğin etkisi ölçeği alt boyutları ile spora özgü başarı motivasyonu alt boyutları arasında anlamlı bir ilişki vardır.

## YÖNTEM

### Araştırma Modeli

Bu araştırma ilişki tarama modelinde tasarlanmıştır. Bu modelde, iki ya da daha fazla sayıdaki değişken arasındaki birlikte değişimin varlığının ve/veya derecesinin belirlenmesi amaçlanır (Fraenkel vd., 2012; Creswell ve Creswell, 2017).

### Araştırma Grubu

Araştırma evrenini Güneydoğu Anadolu bölgesi illerinde pandemi sürecinden önce aktif olarak spor yapan ve sportif uygulamalar öncesinde müzik dinleyen sporculardan oluşmaktadır. Araştırma örneklemini ise 71'i Basketbol, 81'i Futbol, 99'u Hentbol ve 64'ü Voleybol olmak üzere toplamda 315 takım sporcusundan oluşturmaktadır.

**Tablo 1.** Katılımcıların Demografik Özelliklerinin Dağılımı

Değişkenler	Gruplar	Frekans(n)	Yüzde(%)
Cinsiyet	Kadın	140	44,4
	Erkek	175	55,6
Yaş	14-17	90	28,6
	18-21	83	26,3
	22-25	71	22,5
	26 ve Üzeri	71	22,5
	Amatör	175	55,6
Sporculuk Düzeyi	Profesyonel	140	44,4
	Basketbol	71	22,5
Spor Branşı	Futbol	81	25,7
	Hentbol	99	31,4
	Voleybol	64	20,3
	6 Ay- 1 Yıl	24	7,6
Aktif Spor Yapma Durumu	2-3 Yıl	31	9,8
	4-5 Yıl	66	21,0
	6 Yıl ve Üzeri	194	61,6
Hangi Sıklıkla Müzik Dinlersiniz?	Her Zaman	208	66,0
	Nadiren	107	34,0

<b>Dinlediğiniz Müziğin Şiddeti Nedir?</b>	Yüksek Şiddette	204	64,8
	Düşük Şiddette	111	35,2
<b>Dinlediğiniz Müzik Türü?</b>	Arabesk	74	23,5
	Caz-Blues	71	22,5
	Klasik	45	14,3
	Pop	78	24,8
	Rock	29	9,2
	Rap	18	5,7

Katılımcılar cinsiyet durumu değişkenine göre 140'ı (%44,4) kadın, 175'i (%55,6) erkek olarak dağılmaktadır. Katılımcılar yaş durumu değişkenine göre 90'ı (%28,6) 14-17 yaş, 83'ü (%26,3) 18-21 yaş, 71'i (%22,5) 22-25 yaş, 71'i (%22,5) 26 ve üzeri olarak dağılmaktadır. Katılımcılar hangi düzeyde spor yapma durumu değişkenine göre 175'i (%55,6) amatör, 140'ı (%44,4) profesyonel olarak dağılmaktadır. Katılımcılar spor branşı durumu değişkenine göre 71'i (%22,5) basketbol, 81'i (%25,7) futbol, 99'u (%31,4) hentbol ve 64'ü (%20,3) voleybol olarak dağılmaktadır. Katılımcılar aktif spor yapma durumu değişkenine göre 24'ü (%7,6) 6 ay- 1 yıl, 31'i (%9,8) 2-3 yıl, 66'sı (%21,0) 4-5 yıl ve 194'ü (%61,6) 6 yıl ve üzeri olarak dağılmaktadır. Katılımcılar hangi sıklıkla müzik dinleme durumu değişkenine göre 208'i (%66,0) her zaman, 107'si (%34,0) nadiren olarak dağılmaktadır. Katılımcılar müzik şiddeti durumu değişkenine göre 204'ü (%64,8) yüksek şiddette, 111'i (%35,2) düşük şiddette olarak dağılmaktadır. Katılımcılar dinledikleri müzik türüne göre 74'ü (%23,5) arabesk, 71'i (%22,5) caz, blues ve elektronik, 45'i (%14,3) klasik, 78'i (%24,8) pop, 29'u (%9,2) rock ve 18'i (%5,7) rap olarak dağılım göstermektedir.

### Veri Toplama Araçları

Katılımcıların cinsiyet, yaş, sporculuk düzeyi, spor branşı, aktif spor yapma yılı, gündelik yaşam ile sportif uygulamalarda dinlenen müzik türü farklılığı, müzik dinleme sıklığı, müzik türü ve müziğin şiddeti gibi bilgileri edinmek için araştırmacı tarafından oluşturulan demografik bilgi formu kullanılmıştır. Sportif uygulamalar öncesi, esnası veya sonrasında müziğin etkisini ölçmek amacıyla geçerlilik ve güvenilirlik çalışması Karayol ve Turhan (2020) tarafından yapılan "Sportif Uygulamalarda Müziğin Etkisi Ölçeği" kullanılmıştır. 5'li likert tipi olan ölçek 3 alt boyut ve 18 sorudan oluşmaktadır. Ölçeğin alt boyutları; motivasyon, fiziksel güç ve performans ve psikolojik sağlık şeklidir. Willis (1982) tarafından geliştirilen Türkiye'deki geçerlilik ve güvenilirlik çalışması da Tiryaki ve Gödelek tarafından yapılan (1997) "Spora Özgü Başarı Motivasyonu Ölçeği" kullanılmıştır. 5'li likert tipi olan ölçek 3 alt boyut ve 40 sorudan oluşmaktadır. Ölçeğin alt boyutları; Güç Gösterme Güdüsü, Başarıya Yaklaşma Güdüsü ve Başarısızlıktan Kaçma Güdüsü şeklindedir.

### Verilerin İstatistiksel Analizi

Verilerin analizinde SPSS 22.0 paket programı kullanılmış olup hata payı 0.05 olarak kabul edilmiştir. Verilerin değerlendirilmesinde tanımlayıcı istatistiksel yöntemleri olarak sayı, yüzde, ortalama ve standart sapma uygulanmıştır. Normallik varsayımları için Hong, Malik ve Lee (2003) önerdiği -2,+7 çarpıklık basıklık değerleri dikkate alınmış ve dağılımın normal olduğu tespit edilmiştir. İki bağımsız grup arasında niceliksel sürekli verilerin karşılaştırılmasında t-testi, ikiden fazla bağımsız grup arasında niceliksel sürekli verilerin karşılaştırılmasında Tek yönlü (One Way) Anova testi kullanılmıştır. Anova testi sonrasında farklılıkları belirlemek üzere tamamlayıcı post-

hoc analizi olarak Tukey testi kullanılmıştır. Araştırmanın sürekli değişkenleri arasındaki ilişkiyi belirlemek için ise pearson momentler çarpımı korelasyon analizi kullanılmıştır.

## BULGULAR

Bu bölümde, çalışmadan elde edilen sonuçlar ve bu sonuçların istatistiksel analizleri aşağıdaki tablolarda sunulmaktadır.

**Tablo 2.** Araştırma Kapsamında Kullanılan Ölçek Alt Boyutlarına İlişkin Ortalama, Standart Sapma, Çarpıklık ve Basıklık Değerleri

Ölçekler	Alt Boyutlar	N	$\bar{X}$	Ss	Çarpıklık	Basıklık
SUMEÖ	Motivasyon	315	20,9683	3,61511	-1,193	2,255
	Fiziksel Güç ve Performans	315	23,6444	4,81974	-,598	,060
	Psikolojik Sağlamlık	315	28,1111	5,13484	-,718	,794
SÖBMÖ	Güç Gösterme Güdüsü	315	40,4159	6,69455	,297	,749
	Başarıya Yaklaşma Güdüsü	315	64,5937	7,73938	-,264	1,305
	Başarısızlıktan Kaçma Güdüsü	315	35,8889	7,62687	,294	-,403

SUMEÖ= Sportif Uygulamalarda Müziğin Etkisi Ölçeği / SÖBMÖ= Spora Özgü Başarı Motivasyonu Ölçeği

Tablo 2. incelendiğinde araştırma kapsamında alınan ölçeklere ilişkin çarpıklık basıklık değerlerinin Hong, Malik ve Lee (2003) belirttiği -2, +7 arasında olduğu ve dağılımın normal olduğu görülmüştür.

**Tablo 3.** Katılımcıların Cinsiyet Değişkenine Göre Sportif Uygulamalarda Müziğin Etkisi ve Spora Özgü Başarı Motivasyonu Ölçeğinden Alınan Puanlara İlişkin T-Testi Sonuçları

Alt Boyutlar	Cinsiyet	N	$\bar{X}$	Ss	t	p
Motivasyon	Kadın	140	20,7857	3,84742	-801	,42
	Erkek	175	21,1143	3,42213		
Fiziksel Güç Ve Performans	Kadın	140	23,3643	4,87574	-923	,35
	Erkek	175	23,8686	4,77661		
Psikolojik Sağlamlık	Kadın	140	28,1071	4,87940	-0,12	,99
	Erkek	175	28,1143	5,34430		
Güç Gösterme Güdüsü	Kadın	140	40,6857	6,59964	,639	,52
	Erkek	175	40,2000	6,78064		
Başarıya Yaklaşma Güdüsü	Kadın	140	64,3714	7,59623	-,455	,64
	Erkek	175	64,7714	7,86921		
Başarısızlıktan Kaçma Güdüsü	Kadın	140	35,4000	7,85553	-1,01	,31
	Erkek	175	36,2800	7,43836		

\*P<0,05; N (315)

Tablo 3 incelendiğinde katılımcıların cinsiyet değişkenine göre motivasyon, fiziksel güç ve performans, psikolojik sağlamlık, güç gösterme, başarıya yaklaşma güdüsü ve başarısızlıktan kaçma güdüsü alt boyutlarında anlamlı bir farklılık görülmemiştir ( $p>0,05$ ).

**Tablo 4.** Katılımcıların Sporculuk Düzeyi Değişkenine Göre Sportif Uygulamalarda Müziğin Etkisi ve Spora Özgü Başarı Motivasyonu Ölçeğinden Alınan Puanlara İlişkin T-Testi Sonuçları

Alt Boyutlar	Sporculuk Düzeyi	N	$\bar{X}$	Ss	t	p
Motivasyon	Amatör	175	20,8171	3,28016	-829	,40
	Profesyonel	140	21,1571	3,99869		
Fiziksel Güç ve Performans	Amatör	175	23,2514	4,34631	-1,62	,10
	Profesyonel	140	24,1357	5,32837		
Psikolojik Sağlamlık	Amatör	175	27,5314	4,91396	-2,25	,02*
	Profesyonel	140	<b>28,8357</b>	5,32756		
Güç Gösterme Güdüsü	Amatör	175	40,2743	5,86380	-,407	,67
	Profesyonel	140	40,5929	7,62512		
Başarıya Yaklaşma Güdüsü	Amatör	175	63,1486	7,49718	-,378	,00*
	Profesyonel	140	<b>66,4000</b>	7,68330		
Başarısızlıktan Kaçma Güdüsü	Amatör	175	34,9429	7,53438	-,248	,01*
	Profesyonel	140	<b>37,0714</b>	7,60314		

\*P<0,05; N (315)

Tablo-4 incelendiğinde katılımcıların sporculuk düzeyi değişkenine göre motivasyon ve fiziksel güç ve performans ve güç gösterme güdüsü alt boyutlarında anlamlı farklılık saptanmamışken (p>0,05), psikolojik sağlamlık ( $\bar{X}$ =28,83, p<0,05), başarıya yaklaşma güdüsü ( $\bar{X}$ =66,40, p<0,05) ve başarısızlıktan kaçma güdüsü ( $\bar{X}$ =37,07, p<0,05) alt boyutlarında profesyonel sporcular lehine anlamlı bir farklılık saptanmıştır.

**Tablo 5.** Katılımcıların Müzik Dinleme Sıklığı Değişkenine Göre Sportif Uygulamalarda Müziğin Etkisi ve Spora Özgü Başarı Motivasyonu Ölçeğinden Alınan Puanlara İlişkin T-Testi Sonuçları

Alt Boyutlar	MDS	N	$\bar{X}$	Ss	t	p
Motivasyon	Her Zaman	207	<b>21,6957</b>	3,43018	5,14	,00*
	Nadiren	108	19,5741	3,56568		
Fiziksel Güç ve Performans	Her Zaman	207	<b>24,4928</b>	4,72534	4,45	,01*
	Nadiren	108	22,0185	4,59578		
Psikolojik Sağlamlık	Her Zaman	207	<b>29,0531</b>	4,87435	4,65	,00*
	Nadiren	108	26,3056	5,15998		
Güç Gösterme Güdüsü	Her Zaman	207	40,8647	6,50250	1,65	,10
	Nadiren	108	39,5556	6,99844		
Başarıya Yaklaşma Güdüsü	Her Zaman	207	64,8213	8,39451	0,72	,47
	Nadiren	108	64,1574	6,31000		
Başarısızlıktan Kaçma Güdüsü	Her Zaman	207	35,7971	7,87877	-0,29	,76
	Nadiren	108	36,0648	7,15159		

\*P<0,05; N (315) MDS= Müzik dinleme sıklığı

Tablo-5 incelendiğinde katılımcıların müzik dinleme sıklığı durumu değişkenine göre motivasyon ( $\bar{X}$ =21,69, p<0,05), fiziksel güç ve performans ( $\bar{X}$ =24,49, p<0,05) ve psikolojik sağlamlık ( $\bar{X}$ =29,05, p<0,05) alt boyutlarında 'her zaman' yanıtı lehine anlamlı farklılık görülmüştür. Güç gösterme güdüsü, başarıya yaklaşma güdüsü ve başarısızlıktan kaçma güdüsü alt boyutlarında anlamlı bir fark görülmemiştir (p>0,05).

**Tablo 6.** Katılımcıların Müzik Dinleme Şiddeti Değişkenine Göre Sportif Uygulamalarda Müziğin Etkisi ve Spora Özgü Başarı Motivasyonu Ölçeğinden Alınan Puanlara İlişkin T-Testi Sonuçları

Alt Boyutlar	Müzik Şiddeti	N	$\bar{X}$	Ss	t	p
Motivasyon	Yüksek Şiddette	204	<b>21,6765</b>	3,44746	4,88	<b>,00*</b>
	Düşük Şiddette	111	19,6667	3,56838		
Fiziksel Güç ve Performans	Yüksek Şiddette	204	<b>24,5098</b>	4,73587	4,44	<b>,01*</b>
	Düşük Şiddette	111	22,0541	4,58027		
Psikolojik Sağlamlık	Yüksek Şiddette	204	<b>29,0735</b>	4,87878	4,65	<b>,00*</b>
	Düşük Şiddette	111	26,3423	5,14427		
Güç Gösterme Güdüsü	Yüksek Şiddette	204	40,8824	6,52135	1,68	,09
	Düşük Şiddette	111	39,5586	6,95006		
Başarıya Yaklaşma Güdüsü	Yüksek Şiddette	204	64,7451	8,43426	0,47	,63
	Düşük Şiddette	111	64,3153	6,29138		
Başarısızlıktan Kaçma Güdüsü	Yüksek Şiddette	204	35,7255	7,88421	-0,51	,60
	Düşük Şiddette	111	36,1892	7,15480		

\*P<0,05; N (315)

Tablo-6 incelendiğinde katılımcıların müzik şiddeti değişkenine göre motivasyon ( $\bar{X}$ =21,67, p<0,05), fiziksel güç ve performans ( $\bar{X}$ =24,50, p<0,05) ve psikolojik sağlamlık ( $\bar{X}$ =29,07, p<0,05) alt boyutlarında ‘yüksek şiddette’ yanıtı lehine anlamlı farklılık görülmüştür. Güç gösterme güdüsü, başarıya yaklaşma güdüsü ve başarısızlıktan kaçma güdüsü alt boyutlarında anlamlı bir fark görülmemiştir (p>0,05).

**Tablo 7.** Katılımcıların Yaş Değişkenine Göre Sportif Uygulamalarda Müziğin Etkisi ve Spora Özgü Başarı Motivasyonu Ölçeğinden Alınan Puanlara İlişkin ANOVA Sonuçları

Alt Boyutlar	Yaş	N	$\bar{X}$	Ss	df	F	p	Tukey
Motivasyon	14-17	90	20,755	4,0925	3 311 314	,428	,73	
	18-21	83	21,313	2,9793				
	22-25	71	20,774	3,4607				
	26 ve Üzeri	71	21,028	3,8358				
Fiziksel Güç ve Performans	14-17	90	23,044	5,1948	3 311 314	,755	,52	
	18-21	83	24,120	4,0012				
	22-25	71	23,760	4,7282				
	26 ve Üzeri	71	23,732	5,2940				
Psikolojik Sağlamlık	14-17	90	27,900	5,2532	3 311 314	,135	,93	
	18-21	83	28,180	3,9636				
	22-25	71	28,394	5,3890				
	26 ve Üzeri	71	28,014	5,9653				
Güç Gösterme Güdüsü	14-17	90	39,544	5,6532	3 311 314	,979	,40	
	18-21	83	40,253	6,0904				
	22-25	71	40,957	7,8274				
	26 ve Üzeri	71	41,169	7,3348				
Başarıya Yaklaşma Güdüsü	14-17	90	63,355	6,2572	3 311 314	1,91	,12	
	18-21	83	64,048	8,4042				
	22-25	71	65,507	8,8267				
	26 ve Üzeri	71	65,887	7,3066				
Başarısızlıktan Kaçma Güdüsü	14-17	90	34,933	6,8015	3 311 314	4,29	<b>,00*</b>	<b>1-3 2-3</b>
	18-21	83	34,722	7,4446				
	22-25	71	38,619	8,1772				
	26 ve Üzeri	71	35,732	7,6268				

1=14-17 yaş 2=18-21 yaş 3=22-25 yaş 4= 26 ve üzeri

\*P<0,05; N (315)

Tablo-7 incelendiğinde katılımcıların yaş değişkenine göre motivasyon ( $F_{(3-314)}=,428$ ;  $P>0,05$ ), fiziksel güç ve performans ( $F_{(3-314)}=,755$ ;  $P>0,05$ ) ve psikolojik sağlamlık ( $F_{(3-314)}=,135$ ;  $P>0,05$ ) alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği tespit edilmiştir. Güç gösterme güdüsü ( $F_{(3-314)}=,403$ ;  $P>0,05$ ), ve başarıya yaklaşma güdüsü ( $F_{(3-314)}=1,91$ ;  $P>0,05$ ), alt boyutlarında anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Bunlarla birlikte başarısızlıktan kaçma güdüsü alt boyutunda anlamlı bir farklılık görülmüştür ( $F_{(3-314)}=4,29$ ;  $P<0,05$ ). Farkın hangi gruptan kaynaklandığını tespit etmek için post-hoc analizlerinden ‘tukey’ testi sonucunda, 22-25 yaş grubunun 18-21 yaş grubu ve 14-17 yaş grubuna oranla başarısızlıktan kaçma güdülerinin daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

**Tablo 8.** Katılımcıların Spor Branşı Değişkenine Göre Sportif Uygulamalarda Müziğin Etkisi ve Spora Özgü Başarı Motivasyonu Ölçeğinden Alınan Puanlara İlişkin ANOVA Sonuçları

Alt Boyutlar	Branş	N	$\bar{X}$	Ss	df	F	p
Motivasyon	Basketbol	71	20,619	4,5367	3 311 314	,840	,47
	Futbol	81	20,728	3,9781			
	Hentbol	99	21,414	3,1816			
	Voleybol	64	20,968	2,4297			
Fiziksel Güç ve Performans	Basketbol	71	23,366	5,5064	3 311 314	1,09	,35
	Futbol	81	23,074	5,1082			
	Hentbol	99	24,313	4,7694			
	Voleybol	64	23,640	3,5158			
Psikolojik Sağlamlık	Basketbol	71	28,014	5,6681	3 311 314	1,71	,16
	Futbol	81	27,209	5,9952			
	Hentbol	99	28,939	4,6528			
	Voleybol	64	28,078	3,7767			
Güç Gösterme Güdüsü	Basketbol	71	42,084	6,7501	3 311 314	2,33	,07
	Futbol	81	40,506	6,2312			
	Hentbol	99	39,888	7,6796			
	Voleybol	64	39,265	5,1739			
Başarıya Yaklaşma Güdüsü	Basketbol	71	64,732	7,4276	3 311 314	,824	,48
	Futbol	81	65,148	8,8404			
	Hentbol	99	64,899	7,6950			
	Voleybol	64	63,265	6,5978			
Başarısızlıktan Kaçma Güdüsü	Basketbol	71	35,887	8,4912	3 311 314	,923	,43
	Futbol	81	35,308	7,6250			
	Hentbol	99	36,868	7,8501			
	Voleybol	64	35,109	6,1285			

\* $P<0,05$ ; N (315)

Tablo-8 incelendiğinde katılımcıların spor branşı değişkenine göre motivasyon ( $F_{(3-314)}=,428$ ;  $P>0,05$ ), fiziksel güç ve performans ( $F_{(3-314)}=,755$ ;  $P>0,05$ ) ve psikolojik sağlamlık ( $F_{(3-314)}=,135$ ;  $P>0,05$ ), güç gösterme güdüsü ( $F_{(3-314)}=2,33$ ;  $P>0,05$ ), başarıya yaklaşma güdüsü ( $F_{(3-314)}=,824$ ;  $P>0,05$ ) ve başarısızlıktan kaçma güdüsü ( $F_{(3-314)}=,923$ ;  $P>0,05$ ) alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği tespit edilmiştir.



**Tablo 9.** Katılımcıların Aktif Spor Yapma Yılı Değişkenine Göre Sportif Uygulamalarda Müziğin Etkisi ve Spora Özgü Başarı Motivasyonu Ölçeğinden Alınan Puanlara İlişkin ANOVA Sonuçları

Alt Boyutlar	Aktif Spor Yapma Yılı	N	$\bar{X}$	Ss	df	F	p	Tukey
Motivasyon	6 ay-1 Yıl	24	21,041	2,4223	3 311 314	,598	,61	
	2-3 Yıl	31	21,774	3,1907				
	4-5 Yıl	66	20,787	2,4275				
	6 Yıl ve Üzeri	194	20,891	4,1078				
Fiziksel Güç ve Performans	6 Ay-1 Yıl	24	24,791	3,3489	3 311 314	,839	,47	
	2-3 Yıl	31	24,387	4,6236				
	4-5 Yıl	66	23,424	4,2246				
	6 Yıl ve Üzeri	194	23,458	5,1787				
Psikolojik Sağlık	6 Ay-1 Yıl	24	29,166	5,2142	3 311 314	,696	,55	
	2-3 Yıl	31	28,161	5,0865				
	4-5 Yıl	66	28,545	3,9736				
	6 Yıl ve Üzeri	194	27,824	5,4800				
Güç Gösterme Güdüsü	6 ay-1 Yıl	24	37,041	7,8490	3 311 314	3,62	,01*	1-4
	2-3 Yıl	31	39,064	6,0988				
	4-5 Yıl	66	39,893	6,6751				
	6 Yıl ve Üzeri	194	41,226	6,5054				
Başarıya Yaklaşma Güdüsü	6 ay-1 Yıl	24	64,458	7,3246	3 311 314	,278	,84	
	2-3 Yıl	31	64,322	7,0445				
	4-5 Yıl	66	63,909	7,0922				
	6 Yıl ve Üzeri	194	64,886	8,1328				
Başarısızlıktan Kaçma Güdüsü	6 ay-1 Yıl	90	34,500	7,5814	3 311 314	1,06	,36	
	2-3 Yıl	83	36,903	7,5646				
	4-5 Yıl	71	37,000	7,7121				
	6 Yıl ve Üzeri	71	35,520	7,6091				

1=6 Ay-1 Yıl 2=2-3 Yıl 3=4-5 Yıl 4= 6 Yıl ve Üzeri

\*P<0,05; N (315)

Tablo-9 incelendiğinde katılımcıların aktif spor yapma yılı değişkenine göre motivasyon ( $F_{(3-314)}=,598$ ;  $P>0,05$ ), fiziksel güç ve performans ( $F_{(3-314)}=,839$ ;  $P>0,05$ ) ve psikolojik sağlık ( $F_{(3-314)}=,696$ ;  $P>0,05$ ) alt boyutlarında istatistiksel olarak bir anlam bulunmamıştır. Başarıya yaklaşma güdüsü ( $F_{(3-314)}=,278$ ;  $P>0,05$ ) ve başarısızlıktan kaçma güdüsü ( $F_{(3-314)}=1,06$ ;  $P>0,05$ ) alt boyutlarında anlamlı bir fark görülmemişken, güç gösterme güdüsü ( $F_{(3-314)}=,839$ ;  $P<0,05$ ) alt boyutunda anlamlı bir fark görülmüştür. Farkın hangi gruptan kaynaklandığını tespit etmek için post-hoc analizlerinden ‘tukey’ testi sonucunda, 6 yıl ve üzeri grubunun 6 ay-1 yıl grubuna oranla güç gösterme güdülerinin daha yüksek olduğu görülmüştür.

**Tablo 10.** Katılımcıların Müzik Türü Değişkenine Göre Sportif Uygulamalarda Müziğin Etkisi ve Spora Özgü Başarı Motivasyonu Ölçeğinden Alınan Puanlara İlişkin ANOVA Sonuçları

Alt Boyutlar	Müzik Türü	N	$\bar{X}$	Ss	df	f	p
Motivasyon	Arabesk	74	20,189	4,1236	3 311 314	1,94	,08
	Caz-Blues	71	21,154	3,7858			
	Klasik	45	21,044	3,3707			
	Pop	78	21,500	2,9310			
	Rock	29	20,103	4,1087			
	Rap	18	22,333	2,4253			
Fiziksel Güç ve Performans	Arabesk	74	22,756	5,0172	3	1,56	,16
	Caz-Blues	71	23,746	5,1178	311		

	Klasik	45	24,355	4,5083	314		
	Pop	78	24,243	4,6575			
	Rock	29	22,310	4,9215			
	Rap	18	24,666	3,4299			
	Arabesk	74	27,378	5,1276			
	Caz-Blues	71	28,183	5,6978	3		
<b>Psikolojik Sağlamlık</b>	Klasik	45	28,688	4,5318	311	,792	,55
	Pop	78	28,205	5,0922	314		
	Rock	29	27,689	5,6764			
	Rap	18	29,666	3,2539			
	Arabesk	74	40,135	7,6808			
	Caz-Blues	71	40,323	5,6411	3		
<b>Güç Gösterme Güdüsü</b>	Klasik	45	42,111	6,9649	311	,848	,516
	Pop	78	40,243	6,7654	314		
	Rock	29	40,241	6,8746			
	Rap	18	38,722	4,6375			
	Arabesk	74	64,756	8,6385			
	Caz-Blues	71	64,746	7,0482	3		
<b>Başarıya Yaklaşma Güdüsü</b>	Klasik	45	64,622	9,1360	311	,337	,890
	Pop	78	64,987	6,2011	314		
	Rock	29	63,965	7,6086			
	Rap	18	62,555	9,4758			
	Arabesk	74	35,973	7,4741			
	Caz-Blues	71	35,394	8,2557	3		
<b>Başarısızlıktan Kaçma Güdüsü</b>	Klasik	45	36,577	9,0641	311	,167	,975
	Pop	78	36,089	6,6823	314		
	Rock	29	35,551	7,5099			
	Rap	18	35,444	6,5728			

\*P<0,05; N (315)

Tablo-10 incelendiğinde katılımcıların dinledikleri müzik türü değişkenine göre motivasyon ( $F_{(3-314)}=1,94$ ;  $P>0,05$ ), fiziksel güç ve performans ( $F_{(3-314)}=1,56$ ;  $P>0,05$ ), psikolojik sağlamlık ( $F_{(3-314)}=,792$ ;  $P>0,05$ ), güç gösterme güdüsü ( $F_{(3-314)}=,848$ ;  $P>0,05$ ), başarıya yaklaşma güdüsü ( $F_{(3-314)}=,337$ ;  $P>0,05$ ) ve başarısızlıktan kaçma güdüsü ( $F_{(3-314)}=,167$ ;  $P>0,05$ ) alt boyutlarında istatistiksel olarak bir anlam bulunmamıştır.

**Tablo-11** Katılımcıların Sportif Uygulamalarda Müziğin Etkisi Ölçeği Alt Boyutları ile Spora Özgü Başarı Motivasyonu Ölçeği Alt Boyutları Arasındaki Korelasyon Testi Sonuçları

Alt Boyutlar (n=315)		Güç Gösterme Güdüsü	Başarıya Yaklaşma Güdüsü	Başarısızlıktan Kaçma Güdüsü
<b>Motivasyon</b>	r	,096	,212**	,107
	p	,090	,000	,057
<b>Fiziksel Güç ve Performans</b>	r	,222**	,255**	,164**
	p	,000	,000	,003
<b>Psikolojik Sağlamlık</b>	r	,220**	,291**	,202**
	p	,000	,000	,000

Tablo-11 incelendiğinde sportif uygulamalarda müziğin etkisi ölçeği alt boyutları ile spora özgü başarı motivasyonu alt boyutları arasında anlamlı ilişki olup olmadığını test etmek amacıyla yapılan pearson korelasyon testi sonucunda, motivasyon ve başarıya yaklaşma güdüsü alt boyutu ( $r=,212$ ;  $p<0,05$ ) arasında, düşük düzeyde pozitif yönlü anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Elde edilen bu sonuçlara bakıldığında motivasyon arttıkça başarıya yaklaşma güdüsünün artacağı şeklinde yorumlanabilir. Fiziksel güç ve performans alt boyutu ile güç gösterme güdüsü ( $r=,222$ ;  $p<0,05$ ), başarıya yaklaşma güdüsü ( $r=,255$ ;  $p<0,05$ ) ve başarısızlıktan kaçma güdüsü ( $r=,164$ ;

$p < 0,05$ ) alt boyutları arasında, düşük düzeyde pozitif yönlü anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Bu sonuca bakıldığında fiziksel güç ve performans arttıkça güç gösterme güdüsü, başarıya yaklaşma güdüsü ve başarısızlıktan kaçma güdüsünün artacağı söylenebilir. Psikolojik sağlık alt boyutu ile güç gösterme güdüsü ( $r = ,220$ ;  $p < 0,05$ ), başarıya yaklaşma güdüsü ( $r = ,291$ ;  $p < 0,05$ ) ve başarısızlıktan kaçma güdüsü ( $r = ,202$ ;  $p < 0,05$ ) alt boyutları arasında, düşük düzeyde pozitif yönlü anlamlı ilişki görülmüştür. Bu sonuca bakıldığında psikolojik sağlık arttıkça güç gösterme güdüsü, başarıya yaklaşma güdüsü ve başarısızlıktan kaçma güdüsünün artacağı söylenebilir.

## **TARTIŞMA ve SONUÇ**

Araştırmada katılımcıların cinsiyet değişkeni ile motivasyon, fiziksel güç ve performans, psikolojik sağlık, güç gösterme, başarıya yaklaşma güdüsü ve başarısızlıktan kaçma güdüsü alt boyutlarında anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Benzer şekilde Şık vd. (2019) 'Karate Sporcularının Müzikten Etkilenme ve Akademik Öz Yeterliliklerinin Bazı Demografik Değişkenlere Göre İncelenmesi' adlı makale çalışmalarında cinsiyet değişkenine göre müzikten etkilenim ölçeği puanında anlamlı bir farka rastlamamıştır. Bu durumun sportif uygulamalarda müzik olgusunun cinsiyet fark etmeksizin dinlendiğine müziğin evrensellik kavramından kaynaklandığı düşünülmektedir. Katılımcıların sporculuk düzeyi değişkeni ile motivasyon ve fiziksel güç ve performans ve güç gösterme güdüsü alt boyutlarında anlamlı farklılık saptanmamışken, psikolojik sağlık, başarıya yaklaşma güdüsü ve başarısızlıktan kaçma güdüsü alt boyutlarında profesyonel sporcular lehine anlamlı bir farklılık saptanmıştır. Aslan (2000), 'Türkiye Profesyonel 1. 2. 3. Ligi ve Amatör Takımların Başarı Motivasyonu Farklılıkları ve Sportif Tecrübe Dağılımları' adlı yüksek lisans tezinde profesyonel futbolcuların amatör futbolculara oranla başarıya yaklaşma güdülerinin daha yüksek olduğu sonucuna varılmıştır. Bu durum çalışmayla benzerlik göstererek profesyonel takımların son dönemlerde sporculara yaptıkları yatırımlar, gittikçe artan transfer ücretleri ve yüksek primlerden dolayı teşvik edici faktör olarak kullanılması ve amatör takımların ekonomik olarak bu teşvik edici faktörlerden mahrum kalması, başarıya yaklaşma güdüsünün profesyonel sporcuların amatör sporculara göre yüksek olmasının nedeni olarak düşünülebilir. Bu noktada profesyonel sporcuların amatör sporculara göre odaklanma, konsantrasyon gibi kavramlarda daha başarılı olduğu sonucuna varılabilir. Ayrıca profesyonel sporcuların, amatör sporculara göre sportif uygulamalara ayırdığı zaman diliminin fazla olması müziğe ayrılan zamanı da etkilediğinden profesyonel sporcuların psikolojik sağlıklarının yüksek olduğu düşünülmektedir. Katılımcıların müzik dinleme sıklığı değişkenine göre motivasyon, fiziksel güç ve performans ve psikolojik sağlık alt boyutlarında 'her zaman' yanıtı lehine anlamlı farklılık görülmüştür. Güç gösterme güdüsü, başarıya yaklaşma güdüsü ve başarısızlıktan kaçma güdüsü alt boyutlarında anlamlı bir fark görülmemiştir. Müziğin, sportif uygulama öncesinde takım sporcuları tarafından sık sık dinlendiği ve fiziksel ve psikolojik performansı arttırdığı sonucuna ulaşılmıştır. Katılımcıların dinledikleri müzik şiddeti değişkenine göre motivasyon, fiziksel güç ve performans ve psikolojik sağlık alt boyutlarında yüksek şiddette yanıtı lehine anlamlı bir fark saptanmıştır. Güç gösterme güdüsü, başarıya yaklaşma güdüsü ve başarısızlıktan kaçma güdüsü alt boyutlarında anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Vatanserver vd. (2018) tarafından yapılmış olan çalışmada da hızlı ve yavaş tempolu müzik egzersiz performansını pozitif etkilediği ortaya atılmış ve müzik şiddeti değişkeni

açısından paralellik göstermektedir. Bu bağlamda müzik şiddeti faktörünün sportif uygulamalarda ki etkisinin yadsınamaz olduğu görülmektedir. Her ne kadar bu çalışmada katılımcıların takım sporu ile uğraşiyor olsa da yapılacak diğer çalışmalarda bireysel sporlarda dâhil edilerek arasındaki farklılıklar ortaya koyulabilir. Katılımcıların yaş değişkeni ile motivasyon, fiziksel güç ve performans ve psikolojik sağlık alt boyutları arasında anlamlı bir fark görülmemiştir. Zit olarak Şık vd. (2019) çalışmalarında karate sporcularının yaş değişkenine göre müzikten etkilenme durumlarında bir fark bulmuş ve 14-15 yaş grubunun, 10-11 ve 12-13 yaş grubundaki sporculara oranla müzikten daha yüksek düzeyde etkilendiklerini ortaya atmışlardır. Ortaya çıkan bu sonucun çocukluk ve ilk ergenlik dönemleri ile ilişkili olduğu düşünülerek yapılan bu çalışmada ise sadece 18-30 yaş genç yetişkin dönemi kapsamı sebebiyle farklı sonuçlar ortaya koyduğu düşünülebilir. Güç gösterme güdüsü ve başarıya yaklaşma güdüsü alt boyutları arasında anlamlı bir farklılık saptanmamışken, başarısızlıktan kaçma güdüsü alt boyutunda anlamlı farklılık saptanmıştır. Bu farklılığın 22-25 yaş grubunun başarısızlıktan kaçma güdüsü, 18-21 ve 14-17 yaş grubuna oranla daha yüksek olduğu görülmüştür. Özgün vd. (2017), 'Hentbolcuların Spora Özgü Başarı Motivasyonu ve Mutluluk Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi' adlı çalışmada yaş değişkeni ile başarısızlıktan kaçma güdüsü arasında düşük düzeyde negatif ilişki saptamıştır. Hentbol sporcularının yaşı arttıkça başarısızlıktan kaçma güdülerini azalmakta veya yaş azaldıkça başarısızlıktan kaçma güdülerinin de arttığı sonucuna ulaşılmıştır. Yapılan bu çalışmada ise yaş değişkeninin takım sporlarında başarısızlıktan kaçma güdülerini puanı azalarak zıtlık göstermektedir. Sonraki yapılacak çalışmalarda farklı takım sporları ile ilgili çalışmalar yapılarak aradaki farklılıkların sebepleri ortaya konabilir. Katılımcıların spor branşı değişkeni ile motivasyon, fiziksel güç ve performans, psikolojik sağlık, güç gösterme güdüsü, başarıya yaklaşma güdüsü ve başarısızlıktan kaçma güdüsü alt boyutları arasında anlamlı bir fark görülmemiştir. Çakmakçı (2021) 'Savunma Sporları ile İlgilenen Sporcularda Başarı Motivasyonu' adlı yüksek lisans tez çalışmasında bireysel branşlar (Judo, Karate ve Taekwondo) ile güç gösterme güdüsü, başarıya yaklaşma güdüsü ve başarısızlıktan kaçma güdüsü alt boyutlarında anlamlı bir fark rastlanmamıştır. Her takım sporu kendi içinde farklı dinamikleri içermektedir. Sporcu, antrenör, klüp yönetimi, finansal farklılık, tesis, marka değeri, sosyal medya kullanımı ve taraftar gücü vb. başarısızlıktan kaçma güdüsünü etkileyen faktörler olarak sıralanabilir. Katılımcıların aktif spor yapma yılı değişkeni ile motivasyon, fiziksel güç ve performans ve psikolojik dayanıklılık alt boyutları arasında anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Bu durum katılımcıların aktif spor yapma yılı değişkeni ile de paralellik gösterdiği görülmüştür. Katılımcıların yaş ve aktif spor yapma yılı verilerinin birbirine yakın sınırlılıklarda bulunması bu durumu açıklar niteliktedir. Başarıya yaklaşma güdüsü ve başarısızlıktan kaçmagüdüsü alt boyutları arasında anlamlı bir fark görülmemişken, güç gösterme güdüsü alt boyutu ile arasında anlamlı bir fark görülmüştür. 6 yıl ve üzeri spor yapan takım sporcularının güç gösterme güdüsü, 6 ay- 1 yıl spor yapan takım sporcularına göre daha yüksek bulunmuştur. Turhan (2009) 'Profesyonel Futbolcularda Depresyon Düzeyi, Anksiyete Düzeyi ve Kişilik Özellikleri ile Sporda Başarı Motivasyonu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi' isimli yüksek lisans tez çalışmasında futbol oynama süresi arttıkça güç gösterme güdüsü de artmaktadır sonucuna ulaşmıştır. Bu durum sporcuların kişisel özgüven, takım arkadaşları ile uyum ve tecrübe düzeyleri ile doğrudan etkili olması ile açıklanabilir. Katılımcıların dinledikleri müzik türü değişkeni ile motivasyon, fiziksel güç ve performans ve psikolojik dayanıklılık alt boyutları arasında anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Katılımcıların dinledikleri müzik

türü değişkeni ile motivasyon, fiziksel güç ve performans, psikolojik dayanıklılık, güç gösterme güdüsü, başarıya yaklaşma güdüsü ve başarısızlıktan kaçma güdüsü alt boyutları arasında anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Kartal ve Ergin (2018) ise yaptıkları çalışmada farklı tempoda dinlenen müziklerin aerobik ve anaerobik performansa etkisini incelemişler ve istatistiksel olarak bir etki görülmemesine rağmen, aerobik ve anaerobik performanslarının arttığı görülmüştür. Literatür çalışmalarına bakıldığında sporcuların kendi tercih ettikleri müzikleri dinlemelerinin fiziksel ve psikolojik performans açısından büyük öneme sahip olduğu düşünülmektedir. Yapılan bu çalışmada ise katılımcıların dinledikleri müzik türlerini her ne kadar kendileri tercih etse de bundan sonra yapılacak çalışmalarda müzik türü yönlendirmeleri ile birlikte aradaki farklılıkların nelerden kaynaklandığının ortaya çıkacağı düşünülmektedir. Sportif uygulamalarda müziğin etkisi ölçeği alt boyutları ile spora özgü başarı motivasyonu ölçeği alt boyutları arasındaki ilişkiye bakıldığında motivasyon arttıkça başarıya yaklaşma güdüsünün artacağı, fiziksel güç ve performans arttıkça güç gösterme güdüsü, başarıya yaklaşma güdüsü ve başarısızlıktan kaçma güdüsünün artacağı, aynı şekilde psikolojik sağlık arttıkça güç gösterme güdüsü, başarıya yaklaşma güdüsü ve başarısızlıktan kaçma güdüsünün artacağı sonuçlarına ulaşılmıştır. Sonuç olarak ölçeklerin alt boyutları arasındaki ilişkilere bakıldığında birbiriyle direkt bağlantılı oldukları, herhangi bir boyutun puanında meydana gelen azalmalar diğer boyutlara negatif yönde etkilediği, arttan puanlarda ise pozitif ilişkiler ortaya çıktığı görülmektedir.

#### **ÖNERİLER**

-Sonraki yapılacak çalışmalarda müziğin spor üzerinde açıkça görülen performans ve fizyolojik etkilerinin yanı sıra psikososyal etki durumlarının da ortaya konulması ile bu alandaki çalışmaların uzun vadede daha çok güçleneceğini ve etkili olacağı düşünülmektedir. Böylelikle müzik ve spor bağlamında psikososyal alanda çalışmak isteyen araştırmacılara farklı bir perspektiften bakış açısı sunacağı düşünülmektedir.

- Takım sporcularının yanı sıra bireysel sporlarla ilgilenen sporcular üzerine araştırmalar yapılabilir.

- Sportif uygulama esnası veya sonrasında baz alarak farklı araştırma grupları ile çalışılabilir.

#### **ETİK METNİ**

Bu makalede dergi yazım kurallarına, yayın ilkelerine, araştırma ve yayın etiği kurallarına, dergi etik kurallarına uyulmuştur. Makale ile ilgili doğabilecek her türlü ihlallerde sorumluluk yazarlara aittir. Bu makale yüksek lisans tezinden üretilmiştir. Ayrıca çalışma için Muş Alparslan Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Dekanlığının 30.06.2020-E.7336 numaralı evrak tarih ve sayılı yazısı ile Etik Kurulundan onay alınmıştır.

**Yazar(lar)ın katkı oranı:** Bu çalışmada, birinci yazarın katkı oranı %60, ikinci yazarın katkı oranı %40' tır.

**KAYNAKÇA**

- Arı, Ç., Ulun, C., Yarayan, Y. E., Dursun, M., Mutlu, T. & Üstün, Ü. D. (2020). Mindfulness, healthy life skills and life satisfaction in varsity athletes and university students. *Progress in Nutrition*, 22(2), 1-8.
- Aslan, A. (2000). *Türkiye Profesyonel 1. 2. 3. Ligi ve Amatör Takımların Başarı Motivasyonu Farklılıkları ve Sportif Tecrübe Dağılımları*. [Yüksek Lisans tezi]. Gazi Üniversitesi.
- Aydın, A. (2001). *İstanbul*, Alfa Yayınları.
- Creswell, J. W., & J. D. Creswell (2017). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches*. Sage Publications.
- Çakmakçı, G. (2021). *Savunma Sporları ile İlgilenen Sporcularda Başarı Motivasyonu*. [Yüksek Lisans tezi]. Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi.
- Eliakim, M., Meckel, Y., Gotlieb, R., Nemet, D., & Eliakim, A. (2012). Motivational music and repeated sprint ability in junior basketball players. *Acta Kinesiologiae Universitatis Tartuensis*, 18, 29-38.
- Eroğlu, E. & Ersoy, A. (2019). Beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin bazı değişkenlere göre öğrenilmiş güçlülük düzeylerinin incelenmesi. *Uluslararası Multidisipliner Akademik Araştırmalar Dergisi*, 6(2), 68-75.
- Eroğlu, S. Y., & Acet, M. (2017). İşitme Engelli Öğrencilerin Spor Yapma Değişkenine Göre Sosyal Görünüş Kaygısı ile Yaşam Kalitesi Düzeylerinin İncelenmesi. *Türkiye Klinikleri Spor Bilimleri*, 9(2).
- Fraenkel, J. R., N. E. Wallen ve Hyun, H. H. (2012). *How to Design and Evaluate Research in Education*. New York: McGraw-Hill.
- Hong, S., Malik, M. L., & Lee, M. K. (2003). Testing configural, metric, scalar, and latent mean invariance across genders in sociotropy and autonomy using a non-Western sample. *Educational and Psychological Measurement*, 63(4), 636-654.
- Hutchinson, C., Sherman, T., Davis, L., Cawthon D., Reeder. B. L., & Tenenbaum, G. (2011). The influence of asynchronous motivational music on asupramaximal exercise bout. *International Journal of Sport Psychology*. 42(2), 135-148.
- Karageorghis, C. I., & Terry, P. C. (1997). The psychophysical effects of music in sport and exercise: A review. *Journal of Sport Behavior*, 20(1), 54.
- Karageorghis, C., & Priest, D. L. (2008). Music in sport and exercise: An update on research and application. *The Sport Journal*, 11(3).
- Karayol, M., & Turhan, M. O. (2020). Impact of Music in Sportive Activities Scale (IMSAS): Validity and reliability assessment. *African Educational Research Journal*, 8(2), 297-304. <https://doi.org/10.30918/AERJ.82.20.071>
- Kartal, A. & Ergin, E. (2018). Dinlenen Farklı Tempo Müziklerin Futbolcularda Aerobik ve Anaerobik Performansa Etkisinin İncelenmesi. *Spormetre Dergisi*, 16(3), 149-157. DOI: 10.1501/Sporm\_0000000383
- Koç, H., T. Curtseit & H. Mamak, (2011). Submaksimal Efor Sırasında Farklı Tip Müziğin Bazı Fizyolojik Parametreler Üzerine Etkisi. *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 13(2), 211-215.

- Koçel, T. (2003). *İşletme yöneticiliği*. Beta Yayınları.
- Köse, B. (2017). *Müziğin aerobik ve anaerobik performansa etkisinin incelenmesi*. [Doktora Tezi]. Ankara Üniversitesi.
- Mavi S. (2012). *Hızlı tempo müziğin taekwondocular üzerindeki etkileri*. [Yüksek lisans tezi]. Ankara Üniversitesi.
- Murathan, T. (2018). Spor sektöründe bilişim teknolojilerinin kullanımı. 3. Uluslararası Mesleki ve Teknik Bilimler Kongresi, (s.1547-1551). Gaziantep: Haziran.
- Önen, S. M., & H. G. Kanayran (2015). Liderlik ve motivasyon: kuramsal bir değerlendirme. *Birey ve Toplum Sosyal Bilimler Dergisi*, 5(2),43-64.
- Özgün, A., Yaşartürk, F., Ayhan, B., & Bozkuş, T. (2017). Hentbolcuların spora özgü başarı motivasyonu ve mutluluk düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Uluslararası Kültürel ve Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 3(2), 83-94.
- Say, A. (2008). *Müzik Nedir, Nasıl Bir Sanattır*. Evrensel Basın Yayın.
- Soyer, F., Y. Can., Güven H., Hergüner G., Bayansalduz M. & Tetik B. (2010). Sporculardaki Başarı Motivasyonu ile Takım Birlikteliği Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 7 (1), 225-239.
- Şık, A., Özdemir, A. & Vural, M. (2019). Karate Sporcularının Müzikten Etkilenme ve Akademik Öz Yeterliklerinin Bazı Demografik Değişkenlere Göre İncelenmesi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 21(3), 79-84.
- Tiryaki, Ş. & E. Gödelek (1997). Spora Özgü Başarı Motivasyonu Ölçeğinin Türk Sporcuları İçin Uyarlanması Çalışması. *I. Uluslararası Spor Psikolojisi Sempozyumu Bildiri Kitapçığı*, Ankara: Bağırhan Yayınevi.
- Turhan, M. (2009). *Profesyonel Futbolcularda Depresyon Düzeyi, Anksiyete Düzeyi ve Kişilik Özellikleri ile Sporda Başarı Motivasyonu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Maltepe Üniversitesi.
- Uçan, A. (1996). *İnsan ve Müzik, İnsan ve Sanat Eğitimi*. Müzik Ansiklopedisi Yayınları.
- Vatansever, Ş., Şahin Ş., Akalp K. & Şentürk, F.C. (2018). Müziğin Maksimal Koşu Performansına ve Egzersiz Sonrası Toparlanma Hızına Etkisi. *Türkiye Spor Bilimleri Dergisi*, 2(2), 61-66. DOI: 10.32706/tusbid.486188
- Willis, D.J. (1982). Three Scales to Measure Sport Related Motives in Sports. *Journal of Sport Psychology*, (4); 338-353.
- Yetim, G. & Argan, M. (2018). Boş zaman ilgilenim faktörleri ile fitness merkezine yönelik tatmin ve sadakat arasındaki ilişki. *Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 18 (1), 49-62.
- Yetim, G. & Argan, M. (2019). *Boş Zaman İlgileniminin Boş Zaman Tatmini ve Sadakati Üzerine Etkisi: Eskişehir'deki Fitnes Merkezleri Üzerine Araştırma*. Gazi Kitabevi.
- Yarayan, E., Yıldız, A. B., & Gülşen, D. B. A. (2018). Examination of Mental Toughness Levels of Individual and Team Sports Players at Elite Level According to Various Variables. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi / The Journal of International Social Research*, 11(57),992-999.
- Yazıcı, D. (2017). "Müziğin İnsan Beyni Üzerindeki Etkisi". *International Journal of Cultural and Social Studies (IntJCSS)*, 3(1), 2458-9381.