



T.C.  
KARAMANOĞLU MEHMETBEY ÜNİVERSİTESİ  
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ  
..... ANA BİLİM DALI  
BİLİM DALI YA DA PROGRAMI (yoksa bu satırı siliniz)

TEZ BAŞLIĞINIZI BURAYA GİRİNİZ

ADINIZI SOYADINIZI GİRİNİZ

BİR ÖĞE SEÇİN. TEZİ

DANIŞMAN  
ÜNVANI ADI SOYADI

MART 2026 – KARAMAN

**Açıklamalı [A1]:** Logonun boyutu veya konumu ile ilgili değişiklik yapılmamalıdır.

**Açıklamalı [A2]:** İkinci danışman olduğu durumlarda üst satır DANIŞMANLAR olarak güncellenmelidir. İkinci danışmanın ünvanı adı soyadı, birinci danışmanın hemen altına eklenmelidir (satırı aralığı 1 ve 0 nk boşluk).

**Açıklamalı [A3]:** Bu bölüm sayfanın en alt satırında kalmalıdır.





T.C.  
KARAMANOĞLU MEHMETBEY ÜNİVERSİTESİ  
SAĞLIK BİLİMLER ENSTİTÜSÜ  
..... ANA BİLİM DALI  
BİLİM DALI YA DA PROGRAMI (yoksa bu satırı siliniz)

**TEZ BAŞLIĞINIZI BURAYA GİRİNİZ**

Bir öge seçin. **TEZİ**

**TEZ YAZARININ ADI SOYADI**  
(ORCID NO: XXXX-XXXX-XXXX-XXXX)

**DANIŞMAN**  
**ÜNVANI ADI VE SOYADI**

**Bu araştırma Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi Bilimsel Araştırma Projeleri Koordinatörlüğü tarafından ..... proje numarası ile desteklenmiştir.**

**MART 2026 – KARAMAN**

**Açıklamalı [A4]:** Logonun boyutu veya konumu ile ilgili değişiklik yapılmamalıdır.

**Açıklamalı [A5]:** İkinci danışman olduğu durumlarda üst satır DANIŞMANLAR olarak güncellenmelidir. İkinci danışmanın ünvanı adı soyadı, birinci danışmanın hemen altına eklenmelidir (satırı aralığı 1 ve 0 nk boşluk).

**Açıklamalı [A6]:** Tez çalışması BAP tarafından destekleniyse eklenmelidir. Aksi takdirde bu ifade silinmelidir. Bu ifadenin silindiği durumda, hemen alttaki "Tarih-Şehir" bölümü "enter" komutu ile bir alt satıra kaydırılarak sayfa düzeni sağlanmalıdır.

**Açıklamalı [A7]:** Bu bölüm sayfanın en alt satırında kalmalıdır. Ay ve tarih bilgisi, ilgili teze göre düzenlenmelidir.



## ENSTİTÜ TEZ ONAY FORMU

Doküman No	FR-285
İlk Yayın Tarihi	05.02.2018
Revizyon Tarihi	26.07.2024
Revizyon No	03
Sayfa No	1/1

..... tarafından savunulan  
..... başlıklı tez çalışması,  
jürimiz tarafından ..... Ana Bilim Dalında Yüksek Lisans / Doktora  
Tezi olarak oy birliği / oy çokluğu ile kabul edilmiştir.

Jüri Başkanı: Ünvanı Adı SOYADI  
..... Üniversitesi

Danışman: Ünvanı Adı SOYADI  
..... Üniversitesi

Üye: Ünvanı Adı SOYADI  
..... Üniversitesi

Üye: Ünvanı Adı SOYADI  
..... Üniversitesi

Üye: Ünvanı Adı SOYADI  
..... Üniversitesi

**Açıklamalı [A8]:** Yüksek Lisans için en alttaki iki jüri üyesinin olduğu satırlar silinmelidir.

Tez Savunma Tarihi: .../.../202.

Bu tez, Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Yönetim Kurulunun ...../...../..... tarih ve ..... sayılı oturumunda belirlenen jüri tarafından kabul edilmiştir.

Enstitü Müdürü

## TEZ BİLDİRİMİ

Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Tez Yazım Kılavuzu kurallarına uygun olarak hazırlanan bu tez çalışmasının tüm aşamalarında bilimsel ahlak ile araştırma ve yayın etiği ilkelerine titizlikle uyulduğunu; Yükseköğretim Kurumları Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Yönergesi'nin ikinci bölüm dördüncü maddesinde belirtilen ilkelere aykırı herhangi bir davranışta bulunulmadığını; 5846 sayılı Fikir ve Sanat Eserleri Kanunu ile Tez/Bitirme Projesi Yazım Kılavuzları'nda belirtilen atıf ve alıntı esaslarına riayet edildiğini; araştırmanın niteliği gereği etik kurul izninin alındığını; etik kurul izni gerektirmeyen hallerde ise ilgili mevzuat ve etik ilkelere uygun hareket edildiğini kabul, taahhüt ve beyan ederim.

Ayrıca, bu tezin hazırlanması sürecinde ..... (ChatGPT, Gemini vb.) gibi üretken yapay zekâ araçlarından destek alındığını; tezin ..... bölümlerinin hazırlanmasında ..... (çeviri, dil kontrolü, veri analizi vb.) konularında bu araçlardan yararlandığını; söz konusu araçlardan elde edilen bilgi ve çıktıların bilimsel ölçütler çerçevesinde doğrulandığını ve çalışmanın tüm bilimsel, etik ve hukuki sorumluluğunun tarafıma ait olduğunu kabul, taahhüt ve beyan ederim. Herhangi bir zamanda bu beyanıma aykırı bir durumun tespit edilmesi halinde doğabilecek tüm etik ve hukuki sorumlulukları kabul ettiğimi beyan ederim.

.../.../202.

Öğrencinin Adı SOYADI

## TEZ ÇALIŞMASI ÖZGÜNLÜK RAPORU BEYANI

**Tez Başlığı:** .....

Yukarıda başlığı belirtilen tez çalışmasının son hali esas alınarak, şahsım tarafından .../.../202. tarihinde intihal tespit programından (Turnitin, Ithenticate) alınmış olan özgünlük raporu sonucunda;

Benzerlik oranı: ..... olarak belirlenmiştir.

.../.../202.

Ünvanı Adı SOYADI

Tez Danışmanı

**Açıklamalı [A9]:** Aşağıda boş bırakılan yerler uygun şekilde doldurularak metnin son hali oluşturulmalıdır. İlgili yerler doldurulduktan sonra parantez içindeki ifadeler silinmelidir. Bu bölümler dışında dışında metinde bir değişiklik yapılmamalıdır.

**Açıklamalı [A10]:** Üretken yapay zekâ programlarından destek alınmadığı durumlarda bu paragraf aşağıdaki gibi devam etmelidir. "Ayrıca, bu tezin hazırlanması sürecinde üretken yapay zekâ programlarından destek alınmadığını taahhüt ve beyan ederim. Herhangi bir zamanda bu beyanıma aykırı bir durumun tespit edilmesi halinde doğabilecek tüm etik ve hukuki sorumlulukları kabul ettiğimi beyan ederim.

**Açıklamalı [A11]:** Bu bölümün tez danışmanı kontrolünde tamamlanması gerekir.

## ÖN SÖZ VE TEŞEKKÜR

**Açıklamalı [A12]:** Bir sayfayı aşmamalıdır. Tez çalışmasında katkı sağlayan kişi, kurum ve kuruluşlara teşekkür edilebilir. Eğer tez çalışması, üniversitesi BAP birimi tarafından desteklenmişse, Ön söz ve Teşekkür bölümünü takiben aşağıdaki ifade "ortalı" olarak eklenmelidir.  
**Bu araştırma Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi Bilimsel Araştırma Projeleri Koordinatörlüğü tarafından ..... proje numarası ile desteklenmiştir.**

Öğrencinin Adı SOYADI

Karaman-2026

## İÇİNDEKİLER

	Sayfa
TEZ BİLDİRİMİ .....	iv
ÖN SÖZ VE TEŞEKKÜR .....	v
SİMGELER VE KISALTMALAR .....	viii
TABLolar LİSTESİ.....	ix
ŞEKİLLER LİSTESİ.....	x
ÖZET.....	xi
ABSTRACT .....	xii
1. GİRİŞ .....	1
2. GENEL BİLGİLER.....	2
2.1. İkinci bölümün birinci alt başlığı.....	2
2.2. İkinci bölümün ikinci alt başlığı .....	2
2.2.1. İkinci bölümün ikinci alt başlığının birinci alt başlığı .....	2
3. YÖNTEM.....	4
3.1. Üçüncü bölümün birinci alt başlığı.....	4
3.2. Üçüncü bölümün ikinci alt başlığı .....	4
3.2.1. Üçüncü bölümün ikinci alt başlığının birinci alt başlığı .....	4
4. BULGULAR.....	5
4.1. Dördüncü bölümün birinci alt başlığı .....	5
4.2. Dördüncü bölümün ikinci alt başlığı.....	5
5. TARTIŞMA.....	6
5.1. Beşinci bölümün birinci alt başlığı .....	6
5.2. Beşinci bölümün ikinci alt başlığı.....	6
5. SONUÇ VE ÖNERİLER .....	7
5.1. Sonuç.....	7

**Açıklamalı [A13]:** İçindekiler bölümünde 3. Dereceye kadar olan başlıklar yer almalıdır. Ana başlıklar "Başlık 1" seçilerek listeye eklenmiştir. 2.,3. Derece başlıklar "Başlık 2" seçilerek listeye eklenmelidir. Bu bölümün, tez tamamlandıktan sonra "alanı güncelleştir" komutu ile tamamlanması önerilir.

İlgili başlık ve sayfa numarası arasında "nokta" ile gösterim yapılmalıdır. Bu işlem "paragraf" menüsü kullanılarak yapılabilir.

5.2. Öneriler.....	7
<b>7. KAYNAKLAR.....</b>	<b>8</b>
<b>8. EKLER.....</b>	<b>9</b>
EK-1: Etik Kurul Onay Belgesi.....	9
EK-2: Benzerlik Raporu.....	10
EK-3: Kurum İzin Belgesi .....	11
<b>9. ÖZ GEÇMİŞ .....</b>	<b>12</b>

## SİMGELER VE KISALTMALAR

Simge/Kısaltma	Açıklama
%	Yüzde
°	Derece
µg	Mikrogram
DSÖ	Dünya Sağlık Örgütü
G.A.	Güven Aralığı
<i>p</i>	İstatistiki Anlamlık Değeri
SPSS	Statistical Package For The Social Sciences
S.S.	Standart Sapma
$\bar{X}$	Aritmetik Ortalama

**Açıklamalı [A14]:** Aşağıdaki tabloda bazı örnekler belirtilmiştir. Tezde kullanılan tüm simge ve kısaltmalar alfabetik olarak sıralanmalıdır. İhtiyaca göre satır eklenebilir.

## TABLolar LİSTESİ

<b>Tablo 2.1.</b> Katılımcıların demografik özellikleri .....	36
---	----

**Açıklamalı [A15]:** Tezde yer alan tüm tablolar, ilgili bölümdeki numarasına sırasına göre listelenmelidir. Belirtilen örnek temsildir. Tezde bu formatta görünmesi gerekir. "Başvurular" sekmesinden resim yazısı ekle komutu ile bu işlem yapılabilir.

## ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 1.1. Kemik çeşitleri.....7

**Açıklamalı [A16]:** Tezde yer alan tüm şekiller, ilgili bölümdeki numarasına sırasına göre listelenmelidir. Belirtilen örnek temsildir. Tezde bu formatta görünmesi gerekir. "Başvurular" sekmesinden resim yazısı ekle komutu ile bu işlem yapılabilir.



















## 7. KAYNAKLAR

- Altungül, O. (2006). *Futbol aktivitelerine katılanların kişilik özellikleri ışığında stres düzeylerinin belirlenmesi* (Yüksek lisans tezi). Fırat Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Bollini, A. M., Walker, E. F., Hamann, S., & Kestler, L. (2004). The influence of perceived control and locus of control on the cortisol and subjective responses to stress. *Biological Psychology*, 67(3), 245–260. <https://doi.org/10.1016/j.biopsycho.2003.11.002>
- Capranica, L., Condello, G., Tornello, F., Iona, T., Chiodo, S., Valenzano, A., De Rosas, M., Messina, G., Tessitore, A., & Cibelli, G. (2017). Salivary alpha-amylase, salivary cortisol, and anxiety during a youth taekwondo championship: An observational study. *Medicine*, 96(28), e7272. <https://doi.org/10.1097/MD.00000000000007272>
- Süzen, L. B. (2021). *Hareket sistemi anatomisi ve kinesiyojoloji* (3. baskı). Nobel Tıp Kitabevleri.
- Netter, F. H. (2020). *Netter insan anatomisi atlası* (M. Cumhuri, Çev. ed.). Güneş Tıp Kitabevleri.

**Açıklamalı [A26]:** Tez yazımında yararlanılan ve metin içinde geçen tüm kaynaklar bu başlık altında APA 7th Sürüm kullanılarak listelenmelidir. Tez yazımı sonlandığında, metin içi ve Kaynaklar bölümü çapraz kontrol sistemi kullanılarak eksik ve fazla kaynaklar tespit edilmelidir. Makalelerdeki DOI numaralarına aşağıdaki link kullanılarak ulaşılabilir. <https://apps.crossref.org/SimpleTextQuery>

## 8. EKLER

**EK-1:** Etik Kurul Onay Belgesi

**Açıklamalı [A27]:** Etik kurul onayı belgesi, kurum izinleri, tezden üretilmiş yayın, sözlü veya poster bildiri gibi akademik çalışma beyanlarına, kullanılan ölçek, anket formu ve tez intihal raporu (iThenticate ya da Turnitin)'na ait özet sayfası vb evraklara yer verilir. EK sayısı gerektiği kadar artırılabilir.

## EK-2: Benzerlik Raporu

**Açıklama [A28]:** Benzerlik raporundaki yüzdelik oranı gösteren sayfa eklenmelidir.

ORJİNALLİK RAPORU					
%	<b>14</b>	%	<b>13</b>		
BENZERLİK ENDEKSİ		İNTERNET KAYNAKLARI	YAYINLAR		
			%	<b>8</b>	
			ÖĞRENCİ ÖDEVLERİ		
				%	<b>5</b>
BİRİNCİL KAYNAKLAR					
<b>1</b>	Submitted to The Scientific & Technological Research Council of Turkey (TUBITAK) Öğrenci Ödevi		%	<b>2</b>	
<b>2</b>	dergipark.org.tr İnternet Kaynağı		%	<b>1</b>	
<b>3</b>	acikbilim.yok.gov.tr İnternet Kaynağı		%	<b>1</b>	
<b>4</b>	docplayer.biz.tr İnternet Kaynağı		%	<b>1</b>	
<b>5</b>	www.jshsr.org İnternet Kaynağı		%	<b>1</b>	
<b>6</b>	sadab.org İnternet Kaynağı		%	<b>1</b>	
<b>7</b>	citeseerx.ist.psu.edu İnternet Kaynağı		%	<b>1</b>	
<b>8</b>	dspace.atilim.edu.tr İnternet Kaynağı		<%	<b>1</b>	
Submitted to Bahcesehir University					

**EK-3: Kurum İzin Belgesi**

**Açıklamalı [A29]:** Yoksa bu başlığı siliniz.

## 9. ÖZ GEÇMİŞ

**Açıklamalı [A30]:** Aşağıdaki tablo dikkate alınarak oluşturulmalıdır.

KİŞİSEL BİLGİLER		
Adı Soyadı		
ORCID ID	0000-000X-0958-58XX	
EĞİTİM BİLGİLERİ		
Derece	Üniversite/Fakülte/Enstitü/Bölüm/Ana Bilim Dalı	Mezuniyet Yılı
Lisans	(Gerekli durumda satır eklenebilir.)	
Yüksek Lisans	(Gerekli durumda hücre genişletilebilir.)	
İŞ DENEYİMLERİ (yoksa boş bırakılmalıdır)		
Görevi	Kurumu	Süresi
	(Gerekli durumda satır eklenebilir.)	..... ay/yıl
	(Gerekli durumda hücre genişletilebilir.)	..... ay/yıl
YAYINLAR (Kitap, Kitap Bölümü, Makale ve Bildiriler)		
1. (Tez metninde kullanılan APA 7 stiline göre yeniden eskiye doğru sıralanmalıdır.		

