

mehtap

By mehtap

WORD COUNT

1067

TIME SUBMITTED

18-MAY-2018 11:00AM

PAPER ID

37438652

İntihal raporu

Giriş

Sağlığın geliştirilmesi, kişinin sağlığı üzerindeki denetimini yükseltme gücünü başarma süreci ve sağlığını sürekli geliştirmesi olarak tanımlanmaktadır (World Health Organization, [Who], 1986). Bireylerin sağlıklı olabilmeleri için sağlıklı yaşam biçimini hayat tarzı olarak benimsemeleri ve davranışa dönüştürmeleri gerekmektedir. Sağlıklı yaşam biçimi davranışları yeterli ve dengeli beslenme, verimli uyku, düzenli egzersiz yapma, güvenli cinsel davranışlar, sigara içme, alkol ve madde kullanma gibi riskli davranışları benimsememe olarak sayılabilir (Çapık ve Gözüm, 2014; Sağlığın Geliştirilmesi Eğitimi Rehberi 2011). Adolesan dönemi fiziksel ve ruhsal değişimlerin yoğun olarak yaşandığı bir evredir. Sağlıklı yaşam biçimi davranışları çoğunlukla ergenlik dönemde kazanılır ve bu dönemde kazanılan olumlu ya da olumsuz davranış kişiyi hayatı boyunca etkilemektedir (Geçkil ve Yıldız, 2006a). Bu amaçla, geleceğimizin temelini oluşturan ve riskli davranışlara kayma olasılığı olan adolesanların sağlıklı yaşam biçimi davranışlarını belirlemek ve geliştirmek üzere çalışma planlanmıştır.

Gereç Yöntem

Bu araştırma lisede öğrenim gören öğrencilerin davranışlarının, sağlıklı yaşam biçimi tarzına uygun olup olmadığını tespit etmek amacıyla tanımlayıcı olarak gerçekleştirilmiştir. 2015-2016 eğitim öğretim yılında Rize merkezde bulunan orta öğretim kurumları araştırmanın evrenini oluşturmuştur (N: 9926). Evrende birey sayısı bilinen örneklem genişliği formülüne göre örneklem sayısı 370 olarak belirlenmiş, Rize il merkezindeki okullar türlerine göre gruplandırılmış ve her gruptaki birer liseden basit rastgele örneklem yöntemiyle toplam 449 gönüllü öğrenci ile çalışma tamamlanmıştır. Verilerin toplanmasında literatür taraması sonucu cinsiyet, yaş, sınıf ve okul olmak üzere toplam 4 maddeden oluşan soru formu ile **Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları Ölçeği II (SYBDÖ II)** kullanılmıştır.

1987 yılında Walker tarafından geliştirilen **SYBDÖ II**, 1996 yılında altı faktör ve 52 madde olarak revize edilmiştir. Ölçeğin alt faktörleri; **'Manevi Gelişim, Kişilerarası İlişkiler, Beslenme, Fiziksel Aktivite, Sağlık Sorumluluğu ve Stres Yönetimi'**dir. Tüm ölçekten alınan en az puan 52, en fazla puan 208 olup, Bahar ve arkadaşları (2008) tarafından türkçe geçerlilik güvenilirliği yapılmıştır. Cronbach alpha değeri toplam ölçek için .94 olup bu çalışmada toplam ölçek için cronbach Alpha değeri 0.90 bulunmuştur.

Veriler bilgisayarda SPSS 22.0 sürümünde frekans, yüzde, ANOVA ve t testleri kullanılarak değerlendirilmiştir. Çalışma rize il merkezindeki orta okullarda yürütüldüğü için sadece bu bölge ile sınırlıdır, genellenemez. Araştırma için Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi etik

kurulundan ve Rize İl Milli Eğitim Müdürlüğünden yazılı izin alınmıştır. Öğrencilere araştırmanın amacı ifade edildikten sonra araştırmaya katılmayı onaylayan öğrenciler çalışmaya alınmıştır.

Bulgular

Öğrencilerin %65.7'si kız, %29.0'ı 16 yaşındadır. %29.8'i birinci sınıf ve %42.8'i Mesleki ve Teknik Anadolu lisesi öğrencisidir (Tablo1).

Öğrencilerin sağlık sorumluluğu puan ortalamasının 17.47±5.05 ile en düşük, manevi gelişim puan ortalamasının 26.23±4.87 ile en yüksek olduğu bulunmuştur. Öğrencilerin toplam puan ortalamasının 128.06±20.19 ile orta düzeyde olduğu belirlenmiştir (Tablo2).

Kız öğrencilerin sağlık sorumluluğu (17.94±5.02) ve kişilerarası ilişkiler (25.38±4.32) puan ortalaması (125.21±19.81) erkek öğrencilerin sağlık sorumluluğu (16.56±5.00) ve kişilerarası ilişkiler (24.42±4.30) puan ortalamasından (124.78±20.96) **yüksek bulunmuştur ve bu fark istatistiksel olarak anlamlıdır (p<0.05)**. Erkek öğrencilerin **fiziksel** aktivite puan ortalaması (19.05±5.94), kız öğrencilerin fiziksel aktivite puan ortalamasından (16.77±5.00) **yüksek bulunmuştur ve bu fark anlamlıdır (p<0.05)**. 4. sınıf öğrencilerin sağlık sorumluluğu (18.27±5.00), beslenme (20.05±3.99) ve toplam (128.39±19.44) puan ortalaması diğer öğrencilerin sağlık sorumluluğu, beslenme ve toplam puan ortalamalarından (16.56±5.00) **yüksektir ve gruplar arasındaki fark anlamlıdır (p<0.05)**. 3. sınıf öğrencilerin kişilerarası ilişkiler puan ortalaması (26.16±3.47), 1., 2. ve 4. sınıf öğrencilerinin puan ortalamasından **yüksektir ve bu fark anlamlı istatistiksel olarak bulunmuştur (p<0.05)**. Fen lisesi öğrencilerinin toplam puan ortalaması (134.24±17.80), diğer tüm öğrencilerin toplam puan ortalamasından (16.77±5.00) **yüksek bulunmuştur**. Öğrencilerin okul çeşitlerine göre tüm alt boyut **ve toplam puan ortalamaları açısından gruplar arasındaki fark anlamlıdır (p<0.05)** (Tablo3). Yaş **ve sınıf ile 'kişilerarası ilişkiler' ve toplam puan arasındaki ilişki pozitif yönde anlamlı olarak bulunmuştur (p<0.05)** (Tablo4).

Tartışma

Öğrencilerin SYBD toplam puan ortalamasının genel anlamda orta düzeyde olduğu belirlenmiştir. Literatürde çeşitli ölçeklerle sağlıklı yaşam biçimi davranışlarını ölçen benzer sonuçlara rastlanmaktadır (Geçkil ve Yıldız, 2006a; Dil, Şentürk ve Girgin, 2015; Dağdeviren ve Şimşek, 2013; Geçkil ve Yıldız, 2006b; Karadamar, Yiğit ve Sungur, 2014; Özakgöl, Aştı, Ataç ve Mercan 2016; Bebiş, Akpunar, Özdemir ve Kılıç, 2015; Musavian, Pasha, Rahebi, Roushan ve Ghanbari, 2014). Bu durum öğrencilerin yeterli düzeyde sağlık eğitimi almadığını ya da alınan eğitimi davranışlarına yansıtamadığını düşündürmektedir.

Öğrencilerin ölçek alt boyutlarından aldıkları puanlara bakıldığında; en fazla puanın manevi gelişim alt boyutundan, en az puanın ise sağlık sorumluluğu alt boyutundan alındığı görülmüştür. Bu çalışmada elde edilen bulgulara paralel olarak Özakgöl, ve arkadaşlarının (10) yaptığı çalışmada da manevi gelişim alt boyutu yüksek bulunmuştur. Ayrıca SYBDÖ II'de manevi gelişim boyutu SYBDÖ ve adölesan sağlığı geliştirme ölçeğinde kendini gerçekleştirme alt boyutu olarak adlandırılmakta ve çalışmamızı desteklemektedir (Geçkil ve Yıldız, 2006a; Dil vd, 2015; Dağdeviren ve Şimşek, 2013; Geçkil ve Yıldız, 2006b; Karadamar vd, 2014; Bebiş vd, 2015; Musavian vd, 2014).

Cinsiyete göre ölçek alt boyutları incelendiğinde, kız öğrencilerin sağlık sorumluluğu ve kişilerarası ilişkiler puan ortalaması erkek öğrencilerin puan ortalamalarından yüksek ve fark anlamlı bulunmuştur ($p<0.05$). Bu sonuç Bebiş ve arkadaşlarının (2015) çalışması ile aynıdır. Erkek öğrencilerin fiziksel aktivite puan ortalaması ise kız öğrencilerin puan ortalamasından yüksektir ve fark anlamlı bulunmuştur ($p<0.05$). Literatürde bu sonucu destekleyen çalışmalara rastlanmıştır (Geçkil ve Yıldız, 2006b; Karadamar vd, 2014; Yıldız ve Yıldırım, 2012; Ardıç ve Esin, 2016; Costa-Tutusaus ve Guerra- Balic, 2016). Bu durum erkeklerin toplumsal cinsiyet algısından etkilendiklerini ve daha aktif bir yaşam sürdürdüklerini ve sporun yaşamlarının önemli bir parçası olduğunu düşündürmektedir.

Fen lisesi öğrencilerinin toplam puan ortalaması, diğer tüm öğrencilerin toplam puan ortalamasından yüksek bulunmuştur. Öğrencilerin okul çeşitlerine göre tüm alt boyut ve toplam puan ortalamaları açısından fark anlamlı bulunmuştur ($p<0.05$). Dağdeviren ve Şimşek (2013) Anadolu ve Fen liselerinde öğrenim gören öğrencilerin diğer okul türlerine göre fazla puan aldığını saptamıştır. Bu durum liselere yerleştirme sınavında daha yüksek puan öğrencilerin, alınan eğitimi davranışa dönüştürme becerilerinin daha iyi olduğunu düşündürmektedir.

Öğrencilerin sınıflarına göre toplam puan ortalaması açısından farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu, bu farkın lise 3. ile lise 4. Sınıf öğrencilerinden kaynaklandığı belirlenmiştir ($p<0.05$). Ayrıca yaş ve sınıf ile ölçek puan ortalamaları arasındaki ilişki incelendiğinde yaş ve sınıf yükseldikçe öğrencilerin puan ortalamalarının da arttığı belirlenmiştir. Bu durum yaşın sağlıklı davranış biçimlerini olumlu etkilediğini ve gençlerin kendi sorumluluklarını üstlenme adına gelişme gösterdiklerini düşündürmektedir. Ancak bu çalışmanın aksi yönünde sonuçlara da rastlanmaktadır. Bebiş ve ark. (2015) ile Musavian ve ark. (2014) lise 1 sınıf öğrencilerinin diğer öğrencilere göre daha olumlu davranışlar sergilediklerini bulmuşlardır. Bu farkın lise 2,3 ve 4. sınıf öğrencilerinin riskli adölesan döneminde olmasından kaynaklandığı düşünülmektedir.

Sonuç

Adölesan döneminde olumlu sağlık davranışlarının kazanılması bireyin ileriki yaşamında sağlıklı davranışlar gerçekleştirilmesi açısından önem taşımaktadır. Çalışmaya katılan öğrencilerin SYBD orta düzeyde bulunmuştur. Bu çalışma sonucunda öğrencilerin sağlığını koruyucu ve geliştirici eğitim programları oluşturulması ve eğitimin özellikle öz- etkililiği geliştirici olması, daha çok düşük puan alınan alanlara ve okullara göre yapılması, eğitimlerin ders müfredatı dahilinde uygulanması önerilebilir.

10%

SIMILARITY INDEX

PRIMARY SOURCES

- 1** library.neu.edu.tr
Internet 21 words — 2%
- 2** uhsk.org
Internet 12 words — 1%
- 3** İlhan, Nesrin, Serap Bahadırli, and Nadire Toptaner. "Determination of The Relationships Between Mental Status and Health Behaviours of University Students", *Journal of Marmara University Institute of Health Sciences*, 2014.
Crossref 12 words — 1%
- 4** Dagdeviren, Zeynep, and Zeynep Simsek. "Health Promotion Behaviors and Related Factors of High School Students in Sanliurfa", *TAF Preventive Medicine Bulletin*, 2013.
Crossref 11 words — 1%
- 5** ZENGİN, Neriman. "Sağlık yüksekokulu öğrencilerinde öz-etkililik yeterlilik algısı ve klinik uygulamada yaşanan stresle ilişkisinin incelenmesi", *Atatürk Üniversitesi*, 2007.
Publications 11 words — 1%
- 6** www.journalagent.com
Internet 11 words — 1%
- 7** KARATAY, Gülnaz, BAŞ GÜRARSLAN, Nazan, ALDEMİR, Hamza, AKAY, Miyase, BAYIR, Münevver and ONAYLI, Erol. "Hemşirelik Bölümü Öğrencilerinin Uyku Alışkanları ve Etkileyen Etmenlerin İncelenmesi", *İstanbul Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi*, 2016.
Publications 10 words — 1%

8

www.hemargedergi.org

Internet

8 words — 1%

9

www.nuveforum.net

Internet

8 words — 1%

10

KIRBAŞ, Zila Özlem and ÖZKAN, Hava. "Down sendromlu çocukların annelerinin aile işlevlerini algılama ve sosyal destek düzeylerinin değerlendirilmesi", Logos Yayıncılık, 2013.

Publications

7 words — 1%

EXCLUDE QUOTES OFF

EXCLUDE MATCHES OFF

EXCLUDE BIBLIOGRAPHY OFF