

**Araştırma Makalesi– Research Paper**

**COVID-19 PANDEMİ DÖNEMİNDE ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE SOSYAL DESTEĞİN STRES DÜZEYİNE ETKİSİ**

**THE EFFECT OF SOCIAL SUPPORT ON STRESS LEVEL OF UNIVERSITY STUDENTS DURING THE COVID-19 PANDEMIC PERIOD**

**Selda POLAT<sup>1</sup>, Şadiye DUR<sup>2</sup>**

**Özet**

Bu çalışmada COVID-19 pandemi döneminde üniversite öğrencilerinde sosyal desteğin stres düzeyine etkisinin değerlendirilmesi amaçlanmaktadır. Çalışmanın evrenini İstanbul ve İzmir'deki bir vakıf üniversitesi ve devlet üniversitesi Hemşirelik Bölümü öğrencileri oluşturmuştur. Araştırma, 307 öğrenci ile internet ortamında anket yoluyla veri toplanarak gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın verileri, Kişisel Bilgi Formu, Stres Belirtileri Ölçeği (SBÖ) ve Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği (ÇBASDÖ) kullanılarak toplanmıştır. Verilerin analizi için bağımsız örneklem t testi, varyans analizi, Kruskal wallis testi ve korelasyon analizi uygulanmıştır. Araştırmaya katılan öğrencilerin stres belirtileri toplam puanı 70.97±16.71 bilişsel duygusal belirtiler 31.52±8.42, fiziksel belirtiler 16.49±4.09, ağrı belirtileri ise 15.75±4.68'dir. Öğrencilerin algılanan sosyal destek ölçeği toplam puanı 58.24±16.65, aile desteği 20.36±5.67, özel insan desteği 19.61±6.18, arkadaş desteği ise 18.26±6.48'dir. Katılımcıların algılanan sosyal destek ile stres belirtileri arasındaki negatif yönde anlamlı ilişki olduğu belirlenmiştir (p<0.01). Çalışmamız COVID-19 nedeniyle sosyal izolasyonda olan üniversite öğrencilerinin algıladıkları sosyal desteğin, stres belirtileri göstermelerini etkilediğini göstermiştir.

**Anahtar Kelimeler:** COVID-19, sosyal destek, üniversite öğrencisi, stres

**Abstract**

This study aimed to evaluate the effect of social support on the stress level of university students during the COVID-19 pandemic period. The universe of this study was formed by the students of a foundation university and state university Nursing Department in İstanbul and İzmir. The research was carried out with 307 students by collecting data via online questionnaire. The data of the study were collected using the Personal Information Form, the Stres Self-Assessment Checklist (SSAC) and the Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS). Independent samples t-test, analysis of variance, Kruskal-Wallis test and correlation analysis were used to analyze the data. The total score of stress symptoms of the students participating in the study was 70.97±16.71 cognitive-emotional symptoms 31.52±8.42, physical symptoms 16.49±4.09, and pain symptoms 15.75±4.68. The total score of the students' perceived social support scale was 58.24±16.65, family support was 20.36±5.67, special human support was 19.61±6.18, and friend support was 18.26±6.48. It was determined that there was a negative significant relationship between the participants' perceived social support and stress symptoms (p<0.01). Our study has shown that the perceived social support of university students who are in social isolation due to COVID-19 affects their stress symptoms.

**Keywords:** COVID-19, social support, university student, stress

## 1. GİRİŞ

Wuhan (Çin) şehrinde ilk kez ortaya çıkan COVID-19, tüm dünyada hızla yayılması sonucu DSÖ tarafından pandemi olarak ilan edilmiştir. COVID-19 bireylerin hayatlarını psikolojik, sosyal ve ekonomik açıdan da etkilemekte olup çok sayıda kişinin ölümüne neden olmuştur (Bilge & Bilge, 2020i ss.38-51; Rodríguez-Hidalgo ve ark.2020). Pandeminin süresinin belirsizliği, rutin hayatın değişmesi, sosyal mesafe, ailesel ve ekonomik sorunlar strese neden olabilir ve bireylerin, ailelerin ve toplulukların yaşamını, sağlığını ve refahını etkiler. Virüs bulaşı ile hasta olan bireylerin fiziksel ve ruhsal sağlığının yanı sıra enfekte olmamış bireylerin de ruhsal sağlığını etkilemektedir (Wang ve ark., 2020, ss.1729).

COVID-19 enfeksiyonunun damlacık yolu ile bulaşması ve asemptomatik olan bireylerde semptomlar görülmesi de bulaşma riski olması nedeniyle virüsün azaltılması amacıyla birçok ülke bulaşı önlemek için katı yasalar çıkarmak zorunda kalmıştır. Özellikle enfekte olmuş hastaların ve ölüm oranının fazla olduğu ülkelerde, bireyler uzun süreli evde kalmak, kendi kendine izolasyon ve karantina kararı alınmak durumunda kalmıştır. Bu uygulamalar hasta bireylere karantina, sağlıklı bireylere ise hastalıktan korunabilmeleri adına sosyal izolasyon olarak uygulanmaktadır (Adhikari ve ark., 2020, ss.1-12; Parmet & Sinha, 2020, ss. e28; Rodríguez-Hidalgo ve ark., 2020). Türkiye’de virüsün yayılmasını engellemek adına kafe, restoranlar, spor salonu gibi kapalı alanların kapatılması, okulların fiziki olarak birarada yapılmayıp uzaktan eğitim ile devam edilmesi ve hafta sonları uygulanan sokağa çıkma yasakları önlemleri alınmaktadır (S.Bakanlığı., 2021)

İnsan sosyal varlıktır ve yaşamının her alanında, sosyal çevresi ile birlikte hayatını devam ettirmektedir. İnsanlar, sosyal çevreyi ve desteği, bir başa çıkma kaynağı ve önleyici özelliği olarak da kullanmaktadır. Aile, arkadaş ve yakın çevrenin sunduğu doğal destekten faydalanmak psikolojik sorunların çözüme kavuşmasını kolaylaştırmada önemli rol üstlenmektedir (Eker, 2001, ss.45-55).

Sosyal destek, olumsuz etkilere karşı fiziksel ve ruhsal sağlığı korumada önemli rol oynamaktadır (Szkody & McKinney, 2019, ss.2209-2219; Yavuzer ve ark., 2018, ss.242-245). COVID-19 salgını, korku ve endişeyle ilişkilendirilmiştir (Mertens ve ark., 2020, ss.1-8). Korku ve endişenin yüksek düzeyde olmasına rağmen sosyal desteğin yaşanan stresli bir yaşam sırasında ruh sağlığı açısından koruyucu etkisi olabilmektedir. HIV/AIDS, H1N1 influenza, SARS ve Ebola gibi geçmiş pandemiler sırasında sosyal desteğin daha düşük ruh sağlığı sorunları oranları ile ilişkili olduğu öne sürülmüştür (Asante, 2012; ss.340,35; Chew ve ark., 2020, ss.350-356). COVID-19 salgını ile sosyal mesafe ve kendi kendine izolasyon, sosyal sınırların varlığı sosyal desteğin alınmasını sınırlandırır. Bu da bireylerin psikolojik belirtiler ile birlikte stres düzeyini de etkilemektedir.

Stres fiziksel, bilişsel veya duygusal dengeyi bozan gerçek veya algılanan bir tehdit olarak tanımlanabilir (Bilge & Bilge, 2020, 38-51) Hastalığın hızla yayılması, bir çok



insanın salgından etkilenmesi, artan ölüm sayıları, bilgisizlik üniversite öğrencilerinin COVID-19 korkusu yaşamasına önemli ölçüde katkıda bulunabilir (Rodríguez-Hidalgo ve ark., 2020) Üniversite öğrencileri kampüslerde olmamaları, arkadaşları ve sosyal çevrelerinden uzakta olmaları nedeniyle yalnızlık ve diğer bireylerden kopukluk hissedebilirler. Arkadaşları ile fiziksel olarak bir araya gelemedikleri için sosyal olarak uzaklaşma ve sosyal destekten yoksun kalabilirler (Szkody ve ark., 2020, ss.1002-1015). Ayrıca enfeksiyon korkusu, can sıkıntısı, bilgi yetersizliği, arkadaşlar, sosyal çevre ve öğretmenler ile yüz yüze temasın olmayışı, ailenin mali kayıpları ve ev ortamında kişisel alan eksikliği gibi stres etkenlerine maruz kalma süresinin uzaması psikolojik açıdan kalıcı problemlere yol açabilmektedir (Akoğlu & Karaaslan, 2020, ss.99-103).

Yaşamı tehdit eden bu durumun sosyal destek ile bireylerin stres düzeylerini nasıl etkilediğinin bilinmesi, alınabilecek önlemler açısından önemlidir. Salgın süresince ortaya çıkabilecek stres düzeyi salgının yayılımı ve kontrol edilebilmesi açısından da önem teşkil etmektedir. Bu çalışmada COVID-19 pandemi döneminde üniversite öğrencilerinde sosyal desteğin stres düzeyine etkisinin değerlendirilmesi amacıyla tasarlanmıştır.

### **Araştırma soruları**

Araştırma sorusu 1: Öğrencilerin stres belirti düzeyleri nedir?

Araştırma sorusu 2: Öğrencilerin algılanan sosyal destek düzeyi nasıldır?

Araştırma sorusu 3: Öğrencilerin algılanan sosyal destek düzeyleri ve stres belirtileri arasında bir ilişki var mıdır?

## **2. YÖNTEM**

**Araştırmanın Türü:** Bu araştırma, tanımlayıcı bir çalışmadır.

### **2.1. Araştırmanın evren ve örnekleme**

Bu çalışma; İstanbul ve İzmir’de bir vakıf üniversitesi ve devlet üniversitesinin Hemşirelik Bölümünde yapılmıştır. Pandeminin en aktif döneminde yapıldığı için ulaşılabilirliğin kolay olması nedeniyle bu iki üniversite alındı.

Araştırmanın evrenini 2020-2021 eğitim-öğretim yılı güz döneminde eğitim gören 434 öğrenci oluşturmuştur. Örneklem seçimine gidilmemiş evrenin tamamı araştırma kapsamına alınmış ve araştırmaya gönüllü 307 (%71) öğrenci katılmıştır.

### **2.2. Araştırmaya alınma kriterleri**

Örnekleme dahil edilme kriterleri; araştırmaya katılmaya gönüllü olan, 18 yaşından büyük, çalışma sırasında ve öncesinde COVID-19 pozitif öyküsü olmayan, bu süreçte



psikolojik destek (psikiyatrist, psikolog, psikolojik danışman ya da psikoterapist tarafından) almayan ve psikotrop ilaç kullanmayan öğrenciler çalışmaya dahil edilmemişlerdir.

### **2.3. Veri toplama araçları**

Araştırma verileri, Kişisel Bilgi formu, Stres Belirtileri Ölçeği (SBÖ) ve Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği (ÇBASDÖ) ile toplandı.

**Kişisel Bilgi Formu:** Anket formu yaş, cinsiyet, sınıfı, yaşadığı yer, kiminle birlikte yaşadığı, anne ve babaya ait bilgiler, kardeş durumu, sosyal çevresi ile görüşme durumu, izolasyon durumuna yönelik bilgilerini içeren toplam 11 sorudan oluşmaktaydı.

**Stres Belirtileri Ölçeği (SBÖ)** (Stres Self-Assessment Checklist): Ölçek stresli durumlarda ortaya çıkan belirtilerin saptanması amacıyla Das Gupta (1992) tarafından geliştirilmiştir (DasGupta, 1992, ss.31-34). Ölçeğin Türkçe uyarlaması Hovardaoğlu (1997) tarafından yapılmıştır. (Hovardaoğlu, 1997, ss.127-134). Ölçek 38 maddeden oluşan likert tipi bir ölçektir. 1-4 arası puanlanmaktadır ve her madde için “Hiç”, “Ara sıra”, “Sık sık”, “Sürekli” seçeneklerinden birinin seçilmesi beklenir. Puanların artması, belirtilerin sıklığındaki artışı göstermektedir. Ölçeğin yapı geçerliğini incelemek amacıyla yapılan faktör analizi sonucunda, stresin bilişsel-duyuşsal, fizyolojik ve ağrı yakınma olmak üzere üç bileşeni bulunmuştur. Bilişsel-duyuşsal (madde numaraları 2, 8, 9, 14, 15, 16, 20, 23, 28, 33, 34, 35, 36, 37, 38), fizyolojik (madde numaraları 3, 7, 10, 11, 12, 13, 17, 19, 24, 26, 27) ve ağrı-yakınma (madde numaraları 1, 6, 18, 21, 25, 29, 30, 32) maddelerinden oluşmaktadır. Ölçeğin iki yarı test güvenilirliğinin bütün faktörler için .62 ile .73 arasında değişmektedir (Bilal & Dağ, 2005, ss.56-68). Bu çalışma için Cronbach alfa 0.86 bulunmuştur.

**Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği (ÇBASDÖ)** (Multidimensional Scale of Perceived Social Support): Ölçek, Zimet ve arkadaşları (1988) tarafından geliştirilmiştir (Zimet ve ark.1988, ss.30-41). Ölçeğin Türkiye’de geçerlilik ve güvenilirlik çalışması Eker ve Arkar (1995) tarafından yapılarak yapı geçerliliği değerlendirilmiştir (Eker & Arkar, 1995, ss.45-55). 2001 yılında “Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği’nin Gözden Geçirilmiş Formu’nun Faktör Yapısı, Geçerlik ve Güvenirliği” aynı yazarlar tarafından incelenmiş ve ÇBASDÖ ve alt ölçek puanlarının iç tutarlılığı Cronbach alfa katsayıları = 0.80-0.95 bulunmuştur (Eker, 2001, ss.17-25). Bu çalışma için Cronbach alfa 0.84 olarak bulunmuştur.

Ölçek üç farklı kaynaktan alınan sosyal desteğin yeterliliğini öznel olarak değerlendirmekte ve toplam 12 maddeden oluşmaktadır. Likert tipi bir ölçektir. Her biri dört maddeden oluşan desteğin kaynağına ilişkin üç grup vardır: Aile (3, 4, 8, 11. maddeler), arkadaşlar (6, 7, 9, 12. maddeler) ve özel bir insandır (öğretmen, sevgili, akraba, vb) (1, 2, 5,10. maddeler). Ölçek, yedili Likert tipinde olup, 'tamamen katılıyorum' (7 puan), 'çoğunlukla katılıyorum' (6 puan), 'katılıyorum' (5 puan), 'kararsızım' (4 puan), 'katılmıyorum' (3 puan), 'çoğunlukla katılmıyorum' (2 puan) ve 'hiç katılmıyorum' (1 puan) seçeneklerinden oluşmaktadır. Her alt ölçekteki dört



maddenin puanlarının toplanması ile alt ölçek puanı ve bütün alt ölçek puanlarının toplanması ile de ölçeğin toplam puanı elde edilmektedir. Ölçeğin tamamından elde edilecek en düşük puan 12, en yüksek puan 84'tür. Elde edilen puanın yüksek olması, algılanan sosyal desteğin yüksek olduğunu gösterir (Eker & Arkar, 1995, ss.45-55).

#### **2.4. Verilerin toplanması**

Tüm katılımcılarla yüz yüze etkileşimleri ortadan kaldırmak amacıyla “Google Formlar” üzerinden oluşturulan soru formu ile internet tabanlı anket kullanılmıştır. 15 Mart 2021-15 Nisan 2021 tarihleri arasında Google formu üzerinden oluşturulan form Facebook, Instagram, ve WhatsApp’ dan paylaşılarak katılımcılara ulaşıldı.

#### **2.5. Verilerin analizi**

Araştırmadan elde edilen veriler google form aracılığı ile excellden SPSS 20 programına aktarılmıştır. Tüm sonuçlar için anlamlılık seviyeleri  $\alpha=0.05$  olarak alınmış ve verilerin normallik varsayımı (Kolmogorov–Smirnov vs. Shapiro–Wilk) kullanılarak değerlendirilmiş ve veriler %95 güvenle normal dağılım göstermiştir. Katılımcıların sosyodemografik özellikleri tanımlayıcı istatistikler (sayı, yüzde, ortalama, standart sapma) kullanılarak belirlendi. Sosyodemografik özellikler ile ölçek toplam puanları arasındaki farklar bağımsız gruplarda t testi ve varyans analizi kullanılarak incelenmiştir. 30'un altındaki değişkenleri değerlendirmek için Kruskal Wallis testi kullanıldı. Verilerin değerlendirilmesinde belirlenen anlamlılık düzeyi  $p \leq 0.05$ 'tir.

#### **2.6. Araştırmanın etik boyutu**

Çalışmanın etik kurul izni (20021704-604.01.02-9126 numarası ile) Bahçeşehir Üniversitesi Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulundan 25.03.2021 tarihinde alınmıştır. Çalışma, Helsinki Deklarasyonu Prensipleri'ne uygun olarak yapılmıştır. Öğrenciler Helsinki Deklarasyonu'na göre bilgilendirildi ve internet ortamında yazılı onamları alındı.

### **3. BULGULAR**

Araştırmaya katılan öğrencilerin yaş ortalamaları  $20.24 \pm 5.28$ 'dir. %83,1'i kadın, %29'u 4 ve daha fazla kardeşe sahip, %75,2'si çekirdek aile yapısına sahip, %92,5'i ailesi ile birlikte yaşamaktadır. %68,4'ünün annesi ve %57,4'ünün babası ilköğretim mezunudur. Öğrencilerin %62,5'i üniversite eğitimi için şehir dışında yaşamaktadır. %83,1'i zorunlu yasaklar dışında kendilerini izole etmiş olup, %25,1'i aile ziyareti için izolasyon kurallarına uymamışlardır ve %61,2'si sosyal ortamı ile görüntülü ve sesli görüşmeler ile iletişime geçmiştir (Tablo 1).

**Tablo 1.** Hemşirelik öğrencilerinin tanıtıcı özellikleri

Özellikler		n(%)
Cinsiyet	Kadın	255(83.1)
	Erkek	52(16.9)
Yaşadığı şehir	Okulu ile aynı şehir	115(37.5)
	Okuldan farklı şehir	192(62.5)
Yaşadığı kişiler	Yalnız	15(4.9)
	Aile ile	284(92.5)
	Arkadaş ile	8(2.6)
Aile yapısı	Çekirdek aile	231(75.2)
	Geniş aile	54(17.6)
	Anne baba ayrı	22(7.2)
Kardeş sayısı	Tek çocuk	26(8.5)
	1	78(25.49)
	2	59(19.2)
	3	55(17.9)
	4 ve üzeri	89(29)
Anne Eğitimi	İlköğretim	210(68.4)
	Lise	63(20.5)
	Üniversite ve üstü	34(11.1)
Baba eğitimi	İlköğretim	176(57.4)
	Lise	79(25.4)
	Üniversite ve üstü	52(16.9)
Gelir Durumu (Aylık)	Gelir giderden az	56(18.2)
	Gelir ve gider eşit	173(56.4)
	Gelir giderden fazla	78(25.4)
Zorunlu yasaklar dışında izolasyon	Evet	255(83.1)
	Hayır	52(16.9)
Sosyal anlamda izole olmama durumu	Çalışıyorum	53(17.3)
	Aile ziyareti	77(25.1)
	Tıbbi nedenler	55(17.9)
	COVID 19 ciddiye almıyorum	11(3.6)
	Sosyalleşmek	16(5.2)
	Kimse ile görüşmüyorum	67(21.8)
	Günlük ihtiyaçlar	20(6.5)
	Diğer	8(2.6)
Sosyal çevre ile etkileşim	Hiç etkileşim yok	10(3.3)
	Telefon ile	36(11.7)
	Görüntü ve ses ile	188(61.2)
	Fiziksel ortamda bir araya gelerek	73(23.8)

Öğrencilerin stres belirtileri toplam puanı  $70.97 \pm 16.71$ , bilişsel duygusal  $31.52 \pm 8.42$ , fiziksel  $16.49 \pm$ , ağrı  $15.75 \pm$ 'dir. Alt ölçek puan ortancaları arasında öğrencilerin bilişsel duygusal stres belirtileri puanları diğer alt boyutlara göre daha yüksek olduğu görülmektedir (Tablo 2).

Öğrencilerin algılanan sosyal destek ölçeği toplam puanı  $58.24 \pm 16.65$ 'dir. Öğrencilerin aynı ölçeğin alt boyutlarına ilişkin puanları ise şöyledir. Aile desteği için  $20.36 \pm 5.67$ , özel insan



desteği için  $19.61 \pm 6.18$ , arkadaş desteği için ise  $18.26 \pm 6.48$ 'dir. Öğrencilerin en yüksek puanı aile desteği alt ölçeğinden aldığı görülmektedir (Tablo 2).

**Tablo 2.** Hemşirelik öğrencilerinin stres belirtileri ve algılanan sosyal destek puanları

Ölçekler	Min-Max	Ort±SS
SBÖ Toplam	38-124	70.97±16.71
SBÖ Bilişsel Duyusal Yakınma	15-54	31.52±8.42
SBÖ Fizyolojik Yakınma	11-31	16.49±4.09
SBÖ Ağrı Yakınma	8-29	15.75±4.68
Toplam algılanan sosyal destek	13-84	58.24±16.65
Algılanan sosyal destek- Aile	5-28	20.36±5.67
Algılanan sosyal destek - Arkadaş	4-28	18.26±6.48
Algılanan sosyal destek- Özel biri	4-28	19.61±6.18

Öğrencilerin cinsiyeti ile SBÖ arasında anlamlı ilişki bulunmuştur ( $p < 0.001$ ). Kadınların SBÖ puanları erkeklere göre daha yüksek bulunmuştur ( $72.64 \pm 17.2$ ). Diğer bireyler ile etkileşimde bulunma durumları ile stres belirtileri arasında anlamlı ilişki bulunmuştur ( $p < 0.05$ ). Kimse ile görüşmediğini söyleyen katılımcıların stres belirtileri puanı diğerlerinden yüksek ( $75.60 \pm 18.39$ ) iken fiziksel olarak diğer bireyler ile aynı ortamlarda bulunan katılımcıların stres puanları en düşük bulunmuştur ( $66.72 \pm 14.46$ ) (Tablo 3).

Aile yapısı ile ÇBASDÖ arasında anlamlı ilişki bulunmuştur ( $p < 0.001$ ). Anne, baba ve çocuklardan oluşan çekirdek ailesi olan katılımcıların ÇBASDÖ puanı diğer katılımcılardan yüksek bulunmuştur ( $60.70 \pm 16.25$ ).

Kardeş sayısı ile ÇBASDÖ arasında anlamlı ilişki bulunmuştur ( $p < 0.001$ ). Kardeşe sahip olma durumlarına bakıldığında kardeşi olmayan katılımcıların ÇBASDÖ puanı diğer bireylerden daha yüksek bulunmuştur. 4 ve üzeri kardeşi olan katılımcıların ÇBASDÖ ise en düşük bulunmuştur.

Katılımcıların gelir gider durumları ile çok boyutlu algılanan sosyal destek arasında anlamlı ilişki bulunmuştur. Gelir durumları gider durumlarından iyi olan öğrencilerin ÇBASDÖ puanı daha yüksek bulunmuştur. Gelirin giderden az olan katılımcıların ÇBASDÖ puanı ise en düşük bulunmuştur.

Diğer bireyler ile etkileşimde bulunma durumları ile ÇBASDÖ arasında anlamlı ilişki bulunmuştur ( $p<0.001$ ). Fiziksel olarak diğer bireyler ile aynı ortamlarda bulunan katılımcıların çok boyutlu algılanan sosyal destek puanı diğer bireylerden yüksek bulunmuştur ( $64.16\pm 15.33$ ). Kimse ile görüşmediğini belirten katılımcılar ise en düşük puanı almıştır ( $43.30\pm 19.23$ ).

**Tablo 3.** Hemşirelik öğrencilerinin tanıtıcı özelliklerine göre algılanan sosyal destek ve stres belirtileri

Özellikler	SBÖ Ort. (SS)	ÇBASDÖ Ort. (SS)
Cinsiyet		
Kadın	72.64(17.2)	57.98(16.83)
Erkek	62.78(10.86)	59.48(15.83)
	t=3.966	t=-5.888
	p<0.001	p=0.542
Aile yapısı		
Çekirdek	69.88(16.07)	60.70(16.25)
Geniş	74.75(18.15)	51.07(16.34)
Anne baba ayrı	73.13(18.83)	50.00(14.34)
	KW=3.352	KW=20.571
	p=0.187	p<0.001
Kardeş sayısı		
Tek çocuk	72.73(14.80)	68.07(9.78)
1	68.84(15.71)	63.56(16.95)
2	69.83(13.66)	57.49(14.94)
3	71.01(18.94)	55.56(15.76)
4 ve üzeri	73.05(18.44)	52.85(17.26)
	KW=2.596	KW=27.690
	p=0.628	p<0.001
Anne eğitimi		
İlköğretim	71.10(16.98)	56.83(16.68)
Lise	70.74(13.31)	59.47(17.02)
Üniversite ve üstü	70.58(20.76)	64.64(14.38)
	F=0.021	F=3.494
	p=0.979	p=0.032
Baba eğitimi		
İlköğretim	70.65(17.21)	55,27(16,86)
Lise	71.91(15.72)	63,050(5,16)
Üniversite ve üstü	70.61(16.72)	60,96(16,23)
	F=0.166	F=7.038
	p=0.847	p=0.001
Gelir gider		
Gelir giderden az	73.08(19.32)	50.55(19.01)
Gelir gider eşit	71.72(15.64)	58.39(15.63)
Gelir giderden fazla	67.78(16.81)	63.42(15.09)
	F=2.060	F=10.373



	p=0.129	p<0.001
Diğer bireylerle etkileşim		
Kimse ile görüşmedim	75.60(18.39)	43.30(19.23)
Telefon ile	67.80(20.39)	55.88(15.75)
Görüntülü ve sesli	72.98(16.38)	57.18(16.47)
Fiziksel aynı ortamda	66.72(14.46)	64.16(15.33)
	KW=10.500	KW=17.250
	p=0.015	p=0.001

Algılanan sosyal destek ile stres belirtileri arasındaki ilişki incelendiğinde negatif yönde anlamlı ilişkiler olduğu belirlenmiştir ( $p<0.01$ ). Buna göre, toplam algılanan sosyal destek ve alt boyutları arttıkça stres belirtileri toplam ve stres belirtileri alt boyutları azalmaktadır (Tablo 4). Aile, arkadaş ve özel birinin desteği arttıkça bilişsel-kognitif, fiziksel ve ağrı stres belirtileri azalmaktadır.

**Tablo 4.** Öğrencilerin sosyal destek algıları ile stres belirtileri arasındaki ilişkiye ait pearson korelasyon analizi

	1	2	3	4	5	6	7	8
<b>1. SBÖ Toplam</b>	-	.943**	.863**	.880**	-	-.212**	-	-.258**
					.237**		.176**	
<b>2.SBÖ Bilişsel Duyusal Yakınma</b>	.943**	-	.726**	.747**	-	-.241**	-	-.327**
					.292**		.228**	
<b>3.SBÖ Fizyolojik Yakınma</b>	.863**	.726**	-	.704**	-.145*	-.139*	-.106	-.153**
<b>4. SBÖ Ağrı Yakınma</b>	.880**	.747**	.704**	-	-	-.187**	-.125*	-.187**
					.182**			
<b>5. Toplam algılanan sosyal destek</b>	-	-.292**	-.145*	-.182**	-	.889**	.947**	.885**
	.237**							
<b>6. Algılanan sosyal destek-Aile</b>	-	-.241**	-.139*	-.187**	.889**	-	.803**	.634**
	.212**							
<b>7. Algılanan sosyal destek - Arkadaş</b>	-	-.228**	-.106	-.125*	.947**	.803**	-	.765**
	.176**							
<b>8. Algılanan sosyal destek-Özel biri</b>	-	-.327**	-.153**	-.187**	.885**	.634**	.765**	-
	.258**							

\*\* $p<0.01$ , \* $p<0.05$



#### 4. TARTIŞMA

COVID-19 pandemisi üniversite öğrencileri arasında ruh sağlığı sorunları ve stres belirtilerinin görülmesi riskini oluşturmaktadır. Bu çalışma üniversite öğrencilerinin, pandemi nedeniyle okullarının uzaktan eğitime geçtiği ve sosyal çevresinden uzak kaldığı karantina altında olduğu dönemde gerçekleştirilmiştir.

Araştırmamızın bulguları incelendiğinde, aile yapısı ile ÇBASDÖ arasında anlamlı ilişki bulunmuştur ( $p<0.001$ ). Anne, baba ve çocuklardan oluşan çekirdek ailesi olan katılımcıların ÇBASDÖ puanı diğer katılımcılardan yüksek bulunmuştur ( $60.70\pm 16.25$ ). Bu durum çekirdek aile yapısına sahip bireylerin birbirlerine daha fazla vakit ayırabildiklerini ve destek olabildiklerini göstermektedir. Ayrıca ebeveynlerin yaşadıkları ev ortamında çocukları dışında sorumluluk sahibi olmak durumunda oldukları bireylerin olmaması nedeniyle çocukları ile daha fazla zaman geçirme fırsatına sahip olmaları ile açıklanabilir. Türk kültüründe anne, baba, çocuklar ile birlikte büyük anne ve büyük babanın birarada olduğu geniş aile yapısında anne ve babanın çocuğu ile vakit geçirme zamanı daha az olmaktadır. Bu durum aile büyüklerinin sorumluluğunun daha ön planda tutulmasından kaynaklanabilir. Ayrıca anne babanın ayrı olduğu durumda ebeveynlerden biri ile daha az vakit geçirmek de algılanan sosyal desteği azaltabilir.

Katılımcıların gelir gider durumları ile çok boyutlu algılanan sosyal destek arasında anlamlı ilişki bulunmuştur. Gelir durumları gider durumlarından iyi olan öğrencilerin ÇBASDÖ puanı daha yüksek bulunmuştur. Gelirin giderden az olan katılımcıların ÇBASDÖ puanı ise en düşük bulunmuştur. Literatür incelendiğinde, gelir düzeyinin yüksek olmasının sosyal destek üzerinde olumlu etkileri olduğu belirtilmiştir (Bayram, 1999; Yamaç, 2009). Bu durum COVID 19 pandemisinde yaşanan ekonomik sorunlar, yaşam koşullarının ekonomi ile iyileştirilmesi, ekonominin ailedeki strese neden olabilecek kaynaklardan biri olabileceği ile açıklanabilir.

Katılımcıların SBÖ ölçeğinden 38-152 puan aralığı aralığında bir değer alınabilirken, çalışmamızda SBÖ total  $70.97\pm 16.71$  puan olarak bulunmuştur. Bu da orta düzeyde stres belirtileri gösterdiklerini göstermiştir. Stres belirtileri alt boyutlarından stres bilişsel duyusal alt boyutu puanı diğer alt boyutlardan daha yüksek bulunmuştur. Bu durum öğrencilerin en çok bilişsel-duyusal alanda stres belirtileri yaşadıklarını göstermektedir. Bilişsel stres belirtileri konsantrasyon sorunları, unutkanlık, karar vermede güçlük, zihin karışıklığı, hafızada zayıflık, tek bir fikir veya düşünceyle meşgul olma, hatalarda artış, muhakemede zayıflama olarak görülebilirken duyusal stres belirtileri ise; kaygı, depresyon, çabuk ağlama, ruhsal durumun hızlı ve sürekli değişmesi, sinirlilik, gerginlik, öfke, özgüven azalması veya güvensizlik hissi, aşırı hassasiyet veya kolay kırılabilirlik, öfke patlamaları, saldırganlık veya düşmanlık, duygusal olarak tükendiğini hissetme görülmektedir (Yamaç, 2009). Huremovic (2019), izolasyon ve karantina uygulaması ile karşılaşan bireylerde korku, kaygı, umutsuzluk, huzursuzluk, öfke, tahammülsüzlük, tükenmişlik görülen belirtiler arasında olduğunu belirtmiştir. Sonuçlar çalışmamız ile benzerlik göstermektedir (Huremović, 2019).



Öğrencilerin algılanan sosyal destek ölçeği toplam puanı  $58.24 \pm 16.65$ 'dir. Bu durum orta düzeyde sosyal destek aldıklarını göstermektedir. Öğrencilerin algılanan sosyal destek alt boyutlarından aile desteğinin özel insan ve arkadaş desteğinden daha yüksek olduğu görülmüştür. Literatürde, öğrencilerin aileden aldıkları sosyal desteğin diğer desteklerden daha yüksek olduğu bulunmuştur (Baran ve ark., 2014, ss.9-15; Topkaya, 2015, ss.40-47; Yılmaz ve ark., 2008,71-79; Yılmazel, 2013, ss.151-157). Bu bulgu üniversite öğrencilerinin, okulda olmadıkları, diğer öğrenciler ve sosyal ortamlarından uzak oldukları ve fiziksel bağlantı kuramadıkları için arkadaş, özel birinin desteğinden uzak kalma ile açıklanabilir. Bu dönemde ailelerinin yanında oldukları için en fazla aileden destek almış olabilirler. Türk Tabipler Birliği COVID-19 pandemi sürecinde ruh sağlığına yönelik hazırladığı raporda bu süreçte sosyal çevre ile iletişimin sürdürülmesini, arkadaşlar, aile ile iletişim halinde olmanın stres azaltıcı etkenlerden biri olduğunu belirtmiştir (Tükel, 2020, ss.617-628).

Algılanan sosyal destek ile stres belirtileri arasındaki ilişki incelendiğinde negatif yönde anlamlı ilişkiler olduğu belirlenmiştir ( $p < 0.01$ ). Buna göre, toplam algılanan sosyal destek ve alt boyutları arttıkça stres belirtileri ve alt boyutları azalmaktadır. Bu sonuçlar; üniversite öğrencilerinin ailelerinden, özel bir insandan ve arkadaşlarından gördükleri sosyal destek arttıkça stres düzeylerinin azalacağını göstermektedir. Çetinkaya ve Korkmaz (2019), üniversite öğrencilerinde algılanan sosyal destek ile stres düzeyleri arasındaki ilişkiyi inceledikleri çalışmalarında, sosyal destek algıları ile stres düzeyleri arasında negatif yönde ilişki olduğunu belirtmişlerdir (Çetinkaya & Korkmaz, 2019, ss.91-103). Bu durum çalışmamız ile benzerlik göstermektedir.

Sosyal desteğin, stres üzerindeki etkisine yönelik yapılan çalışmalarda, stres yaratan durumların ve bu durumla baş etmede sosyal desteğin olumlu yönde etkisi olduğu bulunmuştur. Baltaş&Baltaş (1998), sosyal desteğin stresin fiziksel ve psikolojik etkisini önlemede önemli etkisi olduğunu belirtmiştir (Baltaş & Baltaş, 1998) Çalışmamızda COVID-19 nedeniyle sosyal izolasyonda olan üniversite öğrencilerinin algıladıkları sosyal desteğin, stres belirtileri göstermelerini etkilediğini göstermiştir. Üniversite öğrencilerinin sosyal destek çevresini oluşturan okul hayatı ve arkadaş çevrelerinden uzak kalmaları stres belirtileri göstermelerine neden olmaktadır. Bu durum öğrencilerin ruh sağlığını olumsuz etkilemektedir. Bu nedenle bulaş riski nedeniyle çevresiyle fiziksel temasta bulunamayan öğrencilerin diğer iletişim yöntemlerini kullanarak sosyal çevre desteğini devam ettirmeleri ve stres belirtileri ile başa çıkma yöntemlerine yönelik bilgilendirici eğitimler yapılması yararlı olabilir.

## 5. ÇALIŞMANIN SINIRLILIKLARI

Bu çalışma COVID-19'un aktif olduğu bir dönemde çevrimiçi (online) anket yöntemi ile toplandığı için evrenin %71 ine ulaşmıştır, bu araştırmanın sınırlılıklarındandır. Ayrıca Çalışmamız hemşirelik öğrencileri ile yapılması nedeniyle sonuçlar tüm üniversite öğrencileri için genellenemez.

## 6. SONUÇ

Bu çalışmada pandemi döneminde üniversite öğrencilerinde sosyal desteğin stres düzeyine etkisi araştırılmıştır. Öğrencilerin orta düzeyde stres belirtileri gösterdiği ve stres bilişsel duyuşsal alt boyutu puanı diğer alt boyutlardan daha yüksek bulunmuştur. Algıladıkları sosyal desteğe bakıldığında; orta düzeyde olup, aile desteğinin, özel insan ve arkadaş desteğinden daha yüksek olduğu görülmüştür. Katılımcıların algılanan sosyal destekleri ile stres belirtileri arasında negatif yönde ilişki olduğu saptanmıştır. Öğrencilerin algılanan sosyal destekleri arttıkça stres belirtileri de azalmaktadır.

Yetişkin rolüne geçiş dönemi olan üniversite öğrencilerinin ruh sağlığı üzerinde sosyal destek, önemli bir yer tutmaktadır. COVID-19 bulaşma ve hastalanma korkusu, pandeminin zor durumuyla yüzleşmede yetersizlik duygusu, sosyal destek yetersizliği, potansiyel bir hastalık durumunun üstesinden gelme, ekonomik sorunlar ve özellikle aile evinden uzakta yaşayan üniversite öğrencileri için ciddi sorunlar oluşturmaktadır. Bu nedenle üniversite gençliğinde algılanan sosyal destek ve stres önemli yer tutmaktadır. Gelecekteki çalışmaların izolasyon sonrasında bu süreçte yaşananların uzun dönem etkilerine yönelik çalışmalar yapılması önerilebilir.

## 7. KAYNAKLAR

- Adhikari, S. P., Meng, S., Wu, Y.-J., Mao, Y.-P., Ye, R.-X., Wang, Q.-Z., . . . Raat, H. (2020). Epidemiology, causes, clinical manifestation and diagnosis, prevention and control of coronavirus disease (COVID-19) during the early outbreak period: a scoping review. *Infectious diseases of poverty*, 9(1), 1-12.
- Akoğlu, G., & Karaaslan, B. T. (2020). Covid-19 ve izolasyon sürecinin çocuklar üzerindeki olası psikososyal etkileri. *İzmir Katip Çelebi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 5(2), 99-103.
- Asante, K. O. (2012). Social support and the psychological wellbeing of people living with HIV/AIDS in Ghana. *African journal of psychiatry*, 15(5), 340-345.
- Sağlık Bakanlığı. (2021). Yeni Corona Virüs Hastalığı.
- Baltaş, A., & Baltas, Z. (1998). Stres ve başa çıkma yolları. *İstanbul: Remzi Yayınları*.
- Baran, M., Küçükakça, G., & Ayran, G. (2014). Effect of perceived social support level among school of healthy students on smoking. *Meandros Medical and Dental Journal*, 15(1), 9-15.
- Bayram, D. (1999). Bir grup gençte ruhsal belirti ile sosyal destek ilişkisi. *Unpublished doctoral dissertation, Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir*.



Bilal, E., & Dağ, İ. (2005). Eğitilebilir zihinsel engelli olan ve olmayan çocukların annelerinde stres, stresle başa çıkma ve kontrol odağının karşılaştırılması. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 12(2), 56-68.

Bilge, Y., & Bilge, Y. (2020). Koronavirüs salgını ve sosyal izolasyonun psikolojik semptomlar üzerindeki etkilerinin psikolojik sağlamlık ve stresle baş etme tarzları açısından incelenmesi. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 23, 38-51.

Chew, Q. H., Wei, K. C., Vasoo, S., Chua, H. C., & Sim, K. (2020). Narrative synthesis of psychological and coping responses towards emerging infectious disease outbreaks in the general population: practical considerations for the COVID-19 pandemic. *Singapore medical journal*, 61(7), 350.

Çetinkaya, F. F., & Korkmaz, F. (2019). Algılanan sosyal destek ile stres düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi: üniversite öğrencileri üzerine bir araştırma. *Cumhuriyet Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*, 20(1), 91-103.

DasGupta, B. (1992). Perceived control and examination stress. *Psychology: A Journal of Human Behavior*, 29(1), 31-34.

Eker, D. (2001). Çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeğinin gözden geçirilmiş formunun faktör yapısı, geçerlik ve güvenilirliği. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 12, 17-25.

Eker, D., & Arkar, H. (1995). Factorial structure, validity, and reliability of the multidimensional scale of perceived social support. *Türk Psikoloji Dergisi*, 10(34), 45-55.

Hovardaoğlu, S. (1997). Stres Belirtileri İle Durumsal Ve Sürekli Kaygının Yordanması. *Kriz dergisi*, 5(2), 127-134.

Huremović, D. (2019). *Psychiatry of pandemics: a mental health response to infection outbreak*: Springer.

Mertens, G., Gerritsen, L., Duijndam, S., Salemink, E., & Engelhard, I. M. (2020). Fear of the coronavirus (COVID-19): Predictors in an online study conducted in March 2020. *Journal of anxiety disorders*, 74, 102258.

Parmet, W. E., & Sinha, M. S. (2020). Covid-19—the law and limits of quarantine. *New England Journal of Medicine*, 382(15), e28.

Rodríguez-Hidalgo, A. J., Pantaleón, Y., Dios, I., & Falla, D. (2020). Fear of COVID-19, stress, and anxiety in university undergraduate students: a predictive model for depression. *Frontiers in psychology*, 11, 3041.



Szkody, E., & McKinney, C. (2019). Stress-buffering effects of social support on depressive problems: Perceived vs. received support and moderation by parental depression. *Journal of Child and Family Studies*, 28(8), 2209-2219.

Szkody, E., Stearns, M., Stanhope, L., & McKinney, C. (2020). Stress- buffering role of social support during COVID-19. *Family process*, 60(3), 1002–1015.

Topkaya N, K. A. (2015). *Perceived social support, life satisfaction, Attitudes towards psychological help and Intention to seek help: a model study.* .

Tükel, R. (2020). Covid-19 pandemi sürecinde ruh sağlığı. *Türk Tabipler Birliği Covid-19 Pandemisi Altıncı Ay Değerlendirme Raporu*, 30, 2020.

Wang, C., Pan, R., Wan, X., Tan, Y., Xu, L., Ho, C. S., & Ho, R. C. (2020). Immediate psychological responses and associated factors during the initial stage of the 2019 coronavirus disease (COVID-19) epidemic among the general population in China. *International journal of environmental research and public health*, 17(5), 1729.

Yamaç, Ö. (2009). *Üniversite öğrencilerinin algıladıkları sosyal destek ile stresle başa çıkma stilleri arasındaki ilişki.* Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü,

Yavuzer, Y., Albayrak, G., & Keldal, G. (2018). Üniversite öğrencilerinin algıladıkları sosyal destek ile depresyon düzeyleri arasındaki ilişki: Problem çözme becerilerinin aracılık etkisi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi (HU Journal of Education)*, 33(1), 242-255.

Yılmaz, E., Yılmaz, E., & Karaca, F. (2008). Üniversite öğrencilerinin sosyal destek ve yalnızlık düzeylerinin incelenmesi. *Genel Tıp Dergisi*, 18(2).

Yılmazel, G. (2013). Perceived social support and health related behaviors at the school of health students. *Yeni Sempozyum Dergisi*, 51, 151–157.

Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1988). The multidimensional scale of perceived social support. *Journal of personality assessment*, 52(1), 30-41.