



RESEARCH ARTICLE / ARAŞTIRMA MAKALESİ

Hemşirelik Öğrencilerinin Sağlık Algıları İle Fiziksel Aktivite Düzeyleri

The Relationship Between Nursing Students' Health Perceptions And Physical Activity Levels

Merve ÇAYIR YILMAZ

Amasya Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, İç Hastalıkları Hemşireliği Anabilim Dalı, Amasya

ORCID: <http://orcid.org/0000-0002-8576-4127>

Email: [mervehemsiire@hotmail.com](mailto:mervehemsiire@hotmail.com)

Telefon Numarası: 0542 804 22 63

Fax Numarası: 0358 218 47 60

İletişim Adresi: Amasya Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, İç Hastalıkları Hemşireliği Anabilim Dalı, Amasya

ORCID

Merve ÇAYIR YILMAZ <https://orcid.org/0000-0002-8576-4127>

Geliş Tarihi / Received: 23.07.2019

Kabul Tarihi / Accepted: 23.12.2019

ÖZ

**Amaç:** Bu araştırma, hemşirelik bölümü öğrencilerinin sağlık algıları ile fiziksel aktivite düzeylerinin belirlenmesi amacıyla yapılmıştır.

**Gereç ve Yöntem:** Tanımlayıcı tipte olan bu araştırmanın örneklemini 2017-2018 Bahar Yarıyılı'nda bir devlet üniversitesinin hemşirelik bölümünde öğrenim gören ve araştırmaya katılmayı kabul eden öğrenciler (n=117) (evrenin %69.6'sı) oluşturmuştur. Araştırma verileri Kişisel Bilgi Formu, Sağlık Algısı Ölçeği ve Uluslararası

Fiziksel Aktivite Ölçeği ile toplanmıştır. Verilerin değerlendirilmesinde tanımlayıcı istatistikler (frekans, medyan, minimum ve maksimum değerler), Spearman korelasyon analizi, Mann Whitney- U testi ve Kruskal Wallis analizleri kullanılmıştır.

**Bulgular:** Öğrencilerin %30.8'i 3. sınıf düzeyinde, %62.4'ü 21 yaş ve üstünde ve %53.8'i erkektir. Öğrencilerin sağlık algısı puan ortalaması 50.04±6.21, fiziksel aktivite puan ortalaması 2903.57±2922.00 olarak bulunmuştur. Fiziksel



aktivite düzeyinin erkeklerde ( $p=0.000$ ) ve sigara ( $p=0.019$ ) kullananlarda istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu saptanmıştır. Sağlık algısı ile fiziksel aktivite metabolik eşdeğer skoru arasında anlamlı bir ilişki olmadığı belirlenmiştir ( $p=0.398$ ).

#### ABSTRACT

**Purpose:** This study aims to identify the relationship between nursing department students' health perceptions and physical activity levels.

**Materials and Methods:** Target population of this descriptive study was all the students who were enrolled in nursing department of a state university ( $n=168$ ) in the 2017-2018 spring term, and the sample was the students who accepted to participate in the study ( $n=117$ ) (69.6% of the population). Data were collected through the Personal Information Form, the Health Perception Scale and the International Physical Activity Questionnaire. Data were analyzed using descriptive statistics (frequency, median, minimum and maximum values), Kolmogorov Smirnov normal distribution test, Spearman correlation analysis, Mann Whitney-U test, and Kruskal Wallis analyses.

**Sonuç:** Öğrencilerin sağlık algısı düzeylerinin iyi olduğu fakat fiziksel aktivite düzeylerinin yetersiz olduğu ve sağlık algısı ile fiziksel aktivite düzeyi arasında anlamlı ilişki olmadığı belirlenmiştir.

**Anahtar kelimeler:** Fiziksel aktivite, Hemşirelik öğrencileri, Sağlık algısı

**Results:** Of all the students, 30.8% were enrolled in 3<sup>rd</sup> year, 62.4% were aged 21 and over, and 53.8% were male. Students' health perception mean score was  $50.04\pm 6.21$  and the physical activity mean score was  $2903.57\pm 2922.00$ . The physical activity was higher in men ( $p=0.000$ ) and in those who smoked ( $p=0.019$ ). No significant relationship was found between the health perception and physical activity metabolic equivalent score ( $p=0.398$ ).

**Conclusion:** The students were found to have good health perception but insufficient physical activity levels, and no significant relationship was found between health perception and the physical activity level.

**Keywords:** Physical activity, Nursing students, Health perception



## GİRİŞ

Sağlık, bireylerin iç ve dış çevredeki değişimlere adaptasyon sağlayarak iyi olma halini sürdürdükleri dinamik bir süreçtir (1,2). Bireylerin sağlık durumu sağlık davranışlarından etkilenmekte olup, bu davranışların gelişiminde inançlar, tutumlar ve algılar rol oynamaktadır (3). Sağlık algısı, bireylerin sağlık durumlarının belirlenmesinde dikkate alınan önemli parametrelerden biridir. Sağlık algısı, bireyin kendi sağlığına ilişkin kişisel duygu, düşünce, önyargı ve beklentilerinin bir bileşimi olup, bireyin kendi sağlığını değerlendirmesine olanak sağlayan basit ama güçlü bir göstergedir (4,5).

Sağlık algısı, sağlıklı yaşam davranışlarının kazandırılması, sürdürülmesi ve sağlığın geliştirilmesi süreci ile doğrudan ilişkilidir (6,7). Sağlıklı yaşam davranışları; kişisel sağlık sorumluluğunu, fiziksel aktiviteyi, iyi beslenme alışkanlıklarını, manevi gelişimi, kişilerarası ilişkileri ve stres yönetimini içermektedir (8). Önemli sağlıklı yaşam davranışlarından biri olan fiziksel aktivite, bazal seviyenin üstünde enerji harcamasını artıran, iskelet kaslarının kontraksiyonu ile oluşan vücut hareketleri olarak tanımlanmaktadır (9). Fiziksel aktivite; ev işleri, yürüme, egzersiz, spor, dans ve serbest zaman aktiviteleri gibi günlük yaşam aktivitelerinden çeşitli spor faaliyetlerine kadar geniş bir alanı kapsamaktadır (10). Fiziksel olarak aktif olmanın; fizyolojik, metabolik, psikolojik parametreleri iyileştirdiği, hipertansiyon ve diyabet gibi birçok kronik hastalık riskini ve erken mortaliteyi azalttığı bilinmektedir (11). Bu doğrultuda; bireylerin fiziksel olarak aktif bir yaşam sürecine sahip olmaları ile yaşam kalitelerinin arttırılabileceği ve sağlık düzeylerinin yükseltilebileceği söylenebilir.

Sağlık algısı düzeyi, sağlıklı yaşam davranışlarının benimsenmesi ve sergilenmesinde önemli bir yere sahiptir. Literatürde, sağlıklı yaşam davranışları sergilemenin ve dolayısıyla



fiziksel olarak aktif olmanın, sağlık durumunu iyi olarak algılamayla yakından ilişkili olduğu belirtilmektedir (6,7).

Sağlıklı ya da hasta bireylere bakım, eğitim, danışmanlık ve destek hizmetleri vermek üzere yetiştirilen hemşirelik öğrencilerinin olumlu sağlık algısına ve fiziksel anlamda aktif bir yaşam sürecine sahip olmaları beklenmektedir. Böylece kendi sağlığına gereken önemi veren hemşireler, hizmet sundukları bireylerin sağlığına daha fazla katkı sağlayacaktır (12). Bu araştırma, Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi Sağlık Yüksekokulu hemşirelik bölümü öğrencilerinin sağlık algıları ve fiziksel aktivite düzeylerinin belirlenmesi amacıyla yapılmıştır. Bu genel amaç çerçevesinde aşağıdaki üç soruya yanıt aranmıştır:

1. Öğrencilerin sağlık algıları ile fiziksel aktivite düzeyleri nasıldır?
2. Öğrencilerin sağlık algılarına ve fiziksel aktivite düzeylerine etki eden faktörler nelerdir?
3. Öğrencilerin sağlık algıları ile fiziksel aktivite düzeyleri arasında ilişki var mıdır?

## **METOT**

Tanımlayıcı olarak yapılan bu araştırmanın evrenini, 2017-2018 Bahar Yarıyılı'nda bir üniversitesinin hemşirelik bölümünde öğrenim gören tüm öğrenciler(n=168) oluşturmuştur. Araştırmada örneklem seçimine gidilmeyerek tüm evrene ulaşmak hedeflenmiştir. Araştırmanın örneklemi ise verilerin toplandığı tarihte çalışmaya katılmayı kabul eden öğrenciler (n=117) (evrenin %69.6'sı) oluşturmuştur. Çalışmanın örneklem yeterliliğine yönelik yapılan güç analizinde %95 güven aralığında, 0.05 anlamlılık düzeyinde gücün 0.87 olduğu (n=117, r=-0.079) belirlenmiştir (13). Bu değer örneklemin yeterli olduğuna işaret etmektedir.



### Veri Toplama Araçları

**Kişisel Bilgi Formu:** Araştırmacı tarafından literatür doğrultusunda hazırlanan yaş, cinsiyet, beden kitle indeksi gibi tanıtıcı bilgileri içeren 8 sorudan oluşmaktadır (6,14,15).

**Sağlık Algısı Ölçeği (SAÖ):** Diamond ve ark.ları (3) tarafından geliştirilen, Kadioğlu ve Yıldız (16) tarafından Türkçe'ye uyarlanan Sağlık Algısı Ölçeği, toplam 15 maddeden oluşan, beşli likert tipi bir ölçektir. Ölçek toplam puanları 15 ile 75 arasında değişmekte ve toplam puanın yüksekliği kişinin sağlık algısı düzeyinin yüksek olduğunu, düşük puanlar ise sağlık algısı düzeyinin düşük olduğunu göstermektedir. 1. , 5. , 9. , 10. , 11. ve 14. sorular olumlu ve 2. , 3. , 4. , 6. , 7. , 8. , 12. , 13. ve 15. sorular olumsuz ifadelerdir. Ölçeğin kontrol merkezi, kesinlik, sağlığın önemi ve öz farkındalık olmak üzere 4 alt boyutu vardır. Orijinal çalışmasında ölçek toplam puanı için Cronbach Alpha katsayı .77 olarak bildirilmiştir (16). Bu araştırmada ise Cronbach Alpha katsayı .62 olarak bulunmuştur.

**Uluslararası Fiziksel Aktivite Anketi (UFAA):** Ölçek, 15-65 yaş aralığındaki katılımcıların fiziksel aktivite düzeylerini belirlemek amacıyla Craig ve ark. (17) tarafından geliştirilmiştir. UFAA'nın Türkiye'de geçerlilik ve güvenilirlik çalışması Öztürk (18) tarafından yapılmıştır. Bütün aktivitelerin değerlendirilmesinde her bir aktivitenin tek seferde en az 10 dk yapılıyor olması ölçüt alınmaktadır. Dakika, gün ve metabolik eşdeğer (MET) değeri çarpılarak "METdakika/hafta" olarak bir skor elde edilmektedir. Fiziksel aktivite düzeyleri, fiziksel olarak aktif olmayan (<600 MET- dk/hafta), fiziksel aktivite düzeyi düşük (600 – 3000 METdk/hafta) ve fiziksel aktivite düzeyi yeterli olan (sağlık açısından yararlı olan) (>3000 METdk/hafta) şeklinde sınıflandırılmıştır (17).

### Verilerin Toplanması

Veri toplama araçları, araştırmacı tarafından öğrencilere ders başlamadan önce dağıtılmış ve öğrenciler tarafından ortalama 15 dakikalık bir sürede doldurulmuştur.



### **Verilerin Değerlendirilmesi**

Veriler, SPSS for Windows 17 paket programı ile değerlendirilmiştir. Verilerin değerlendirilmesinde tanımlayıcı istatistikler (frekans, medyan, minimum ve maksimum değerler), Kolmogorov Smirnov normal dağılım testi, Spearman korelasyon analizi, Mann Whitney- U testi ve Kruskal Wallis analizleri kullanılmıştır. İstatistiksel önemlilik düzeyi  $p<0.05$  olarak kabul edilmiştir.

### **Araştırmanın Etik Yönü**

Araştırma için Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu'ndan yazılı izin (Sayı: 95531838-050.99) ve öğrencilerden gönüllülük ilkesi doğrultusunda yazılı aydınlatılmış onam alınmıştır.

### **BULGULAR**

Öğrencilerin, %30.8'i 3. sınıfta öğrenim görmekte, %62.4'ü 21 yaş ve üzerinde ve %53.8'i erkektir. Öğrencilerin %95.7'si bekâr olup, %89.7'sinin BKİ değeri 25'in altındadır. Öğrencilerin %72.6'sı sigara, %94.9'u alkol kullanmamaktadır ve %95.7'sinin kronik hastalığı yoktur (Tablo 1).

Öğrencilerin sağlık algısı puan ortalamaları  $50.04\pm 6.21$ , fiziksel aktivite puan ortalamaları  $2903.57\pm 2922.00$ 'dir (Tablo 2).

Tablo 3'de öğrencilerin sınıf, yaş, cinsiyet, medeni durum, beden kitle indeksi(BKI), sigara kullanma, alkol kullanma ve kronik hastalık bulundurma durumlarına göre sağlık algısı puan ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı değildir ( $p>0.05$ ).

Öğrencilerin sınıf, yaş, medeni durum, BKI, alkol kullanma ve kronik hastalık durumları ile fiziksel aktivite puan ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı değil iken ( $p>0.05$ ), cinsiyet ve sigara kullanma durumları ile fiziksel aktivite puan



ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ( $p < 0.05$ ). Erkeklerin ve sigara kullananların fiziksel aktivite puan ortalamalarının daha yüksek olduğu saptanmıştır.

sağlık algısı toplam puan ve alt boyutları puan ortalamaları ile fiziksel aktivite MET skoru puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olmadığı saptanmıştır. (Tablo 4).

## TARTIŞMA

Araştırmada, hemşirelik bölümü öğrencilerinin sağlık algıları ile fiziksel aktivite düzeylerinin belirlenmesi amaçlanmıştır.

Bireylerin olumlu sağlık algısına sahip olmaları, onların sağlık algısı ölçeğinden aldıkları puan ortalamalarının yüksek olması ile ilişkilidir. Bu araştırmada; öğrencilerin sağlık algısı puan ortalamalarının ( $50.04 \pm 6.21$ ) yüksek olduğu bulunmuştur. Literatürde hemşirelik öğrencilerinin sağlık algısı düzeylerinin iyi olduğunu gösteren birçok araştırmanın yanı sıra (4,6,8,19-22), sağlık algısı düzeylerinin orta ve düşük olduğunu gösteren araştırmalar da mevcuttur (2,23). Eser ve ark.'nın (24) eczacılık fakültesi öğrencileri ile gerçekleştirdiği araştırmada öğrencilerin sağlık algısı düzeylerinin iyi olduğu görülürken, Şimşek ve ark.'nın (25) tıp fakültesi öğrencileri ile gerçekleştirdiği araştırmada öğrencilerin %40'ının sağlık algısı düzeyinin iyi, %20'sinin ise çok iyi olduğu görülmüştür. Marzieh ve ark.'nın (26), Tuğut ve Bekar'ın (27), Ahn ve ark.'nın (28) üniversite öğrencileri ile gerçekleştirdikleri araştırmalarda da öğrencilerin sağlık algısı düzeylerinin iyi olduğu belirtilirken, Klm ve Jung'ın (29) araştırması sonucunda öğrencilerin sağlık algılarının orta düzeyde olduğu belirtilmiştir. Öğrencilerin olumlu sağlık algısına sahip olmaları, sağlık davranışları kazanmaları ve sağlık düzeylerini yükseltmeleri açısından önemlidir. Sağlık davranışları kazanmış ve sağlık düzeyi yüksek olan hemşirelik öğrencileri, hizmet sundukları bireylerin sağlığına daha fazla katkı sağlayacaktır (30).



Çalışmamızda öğrencilerin fiziksel aktivite ölçeğinden aldıkları puan ortalamalarının ( $2903.57 \pm 2922.00$ ); düşük olduğu belirlenmiştir. Ayrıca öğrencilerin fiziksel aktivite düzeylerinin cinsiyete ve sigara kullanma durumuna göre farklılık gösterdiği, erkeklerde ve sigara kullananlarda fiziksel aktivite düzeyinin anlamlı derecede yüksek olduğu bulunmuştur. Üniversite öğrencileri, sağlık bilimleri öğrencileri ve yetişkinlerde gerçekleştirilmiş araştırmaların sonucunda da benzer şekilde bireylerin fiziksel aktivite düzeylerinin düşük olduğu ve fiziksel aktivite düzeyinin erkeklerde daha yüksek olduğu görülmüştür (9,10,15,31-33). Üçok ve ark.'nın (34) tıp fakültesi öğrencileri ile gerçekleştirdiği araştırmada öğrencilerin fiziksel aktivite düzeylerinin yetersiz olduğu ve fiziksel aktiviteye cinsiyetin etki etmediği görülürken, Bozkuş ve ark.'nın (35) beden eğitimi ve spor yüksekokulunda öğrenim gören öğrencilerde gerçekleştirdikleri araştırmada öğrencilerin fiziksel aktivite düzeylerinin yeterli olduğu görülmüştür. Demir ve Baydar'ın (36) tıp ve hemşirelik öğrencilerinin sağlıklı yaşam biçimi davranışlarını değerlendirdiği araştırmada ise öğrencilerin en düşük puanı fiziksel aktivite alt ölçeğinden aldıkları bildirilmiştir. Bu araştırmanın bulgusu ile benzer şekilde; Savcı ve ark.'nın (15) araştırmasında sigara kullanan öğrencilerin fiziksel aktivite düzeylerinin daha yüksek olduğu görülürken, Kızar ve ark.'nın (37) araştırmasında fiziksel aktivite düzeyinin sigara içmeyenlerde daha yüksek olduğu görülmüş olup sigaranın fiziksel aktivite düzeyine etki etmediğini gösteren araştırmalar da mevcuttur (9,32). Bu araştırmadaki hemşirelik öğrencilerinin fiziksel aktivite düzeyi yetersizliklerinin iklim ve fiziksel aktiviteyi arttıracak sahaların yetersizliği ile ilgili olduğu düşünülmektedir. Ayrıca kadınların fiziksel aktivite düzeylerinin daha düşük olması, toplumun kadına yüklediği sosyal rollerle ilişkilendirilebilir.

Bu araştırmanın sonucunda, öğrencilerin sağlık algısı ile fiziksel aktivite düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki saptanmamıştır. Ahn ve ark.'nın (28) araştırmasında öğrencilerin





sağlık algıları ile fiziksel aktivite düzeyleri arasında, Ayaz ve Akıncı'nın (38) araştırmasında ise öğrencilerin beden sağlığı algısı ile fiziksel aktiviteleri arasında pozitif ilişki bulunmuştur. Öğrencilerin sağlık algıları ile sağlığı geliştirme davranışları arasında pozitif ilişkinin saptandığı araştırmalar da mevcuttur (6,21,26,29).

## **SONUÇ VE ÖNERİLER**

Araştırma sonucunda; öğrencilerin sağlık algısı düzeylerinin iyi, fiziksel aktivite düzeylerinin yetersiz olduğu ve fiziksel aktivite düzeyinin erkeklerde ve sigara kullananlarda daha yüksek olduğu bulunmuş olup sağlık algısı ile fiziksel aktivite düzeyi arasında anlamlı ilişki olmadığı görülmüştür. Sağlık davranışlarında toplum için örnek olması beklenen hemşire adaylarının sağlık davranışları geliştirmeleri ve bu davranışlarını tüm yaşamlarına entegre etmeleri önemlidir. Fiziksel aktivite düzeyi düşük olan bu öğrencilerin, fiziksel aktivitelerine engel olan faktörlerin belirlenmesine yönelik araştırmaların yapılması ve öğrenciler için fiziksel aktiviteye imkan sağlayacak sosyal-sportif faaliyet alan sayısının artırılarak bu alanlara ulaşımın kolaylaştırılması önerilmektedir.

## **Yazarın Makaleye Katkısı**

Fikir, Tasarım, Veri Toplama, Analiz ve Yorum, Makale yazımı: MÇY

**Etik Kurul Onayı:** 95531838-050.99

**Hasta Onamı:** Araştırma öğrenciler üzerinde gerçekleştirildiğinden öğrenci onamı alınmıştır.



#### KAYNAKLAR

1. WHO [Internet]. WHO definition of Health. [Cited: 2019 June 25]. Available from: <https://www.who.int/about/who-we-are/frequently-asked-questions>
2. Ağaçdiken Alkan S, Özdelikara A, Mumcu Boğa N. Hemşirelik öğrencilerinin sağlık algılarının belirlenmesi. Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi. 2017; 6(2): 11-21.
3. Diamond JJ, Becker JA, Arenson CA, Chambers CV, Rosenthal MP. Development of a scale to measure adults' perceptions of health: preliminary findings. Journal of Community Psychology. 2007; 35(5): 557-61.
4. Yalnızoğlu Çaka S, Topla S, Karakaya Suzan Ö, Çınar N, Altınkaynak S. Hemşirelik öğrencilerin sağlık algısı ile özgüvenleri arasındaki ilişki. J hum rhythm. 2017; 3(4): 199-203.
5. Altay B, Çavuşoğlu F, Çal A. Yaşlıların sağlık algısı, yaşam kalitesi ve sağlıkla ilgili yaşam kalitesini etkileyen faktörler. TAF Prev Med Bull. 2016; 15(3): 181-9.
6. Açıksöz S, Uzun Ş, Arslan F. Hemşirelik öğrencilerinin sağlık algısı ile sağlığı geliştirme davranışları arasındaki ilişkinin incelenmesi. Gülhane Tıp Dergisi. 2013; 55(3): 181-7.
7. Zaybak A, Fadıloğlu Ç. Üniversite öğrencilerinin sağlığı geliştirme davranışı ve bu davranışı etkileyen etmenlerin belirlenmesi. Ege Üniversitesi Hemşirelik Yüksek Okulu Dergisi. 2004; 20(1): 77-95.
8. Yılmazel G, Çetinkaya F, Naçar M. Hemşirelik öğrencilerinde sağlığı geliştirme davranışları. TAF Prev Med Bull. 2013; 12(3): 261-70.
9. Işık Ö, Özarslan A, Bekler F. Üniversite öğrencilerinde fiziksel aktivite uyku kalitesi ve depresyon ilişkisi. Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi. 2015; 9(Özel Sayı): 65-73.
10. Yıldırım İ, Özşevik K, Özer S, Canyurt E, Tortop Y. Üniversite öğrencilerinde fiziksel aktivite ile depresyon ilişkisi. Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi. 2015 9(Özel Sayı): 32-9.
11. Alpözgen AZ, Özdiñler AR. Fiziksel aktivite ve koruyucu etkileri: Derleme. Sağlık Bilimleri ve Meslekleri Dergisi. 2016; 3(1): 66-72.
12. Staib S, Fusner S, Consolo, K. How healthy are your nursing students? Teaching and Learning in Nursing. 2006; 1(2): 55-60.
13. Çapık C. İstatistiksel güç analizi ve hemşirelik araştırmalarında kullanımı: temel bilgiler. Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi. 2014; 17(4): 268-74.
14. Can G, Özdiñli K, Erol O, Ünsar S, Tülek Z, Savaşer S and et al. Comparison of the health-promoting lifestyles of nursing and non-nursing students in Istanbul, Turkey. Nursing & Health Sciences. 2008; 10(4): 273-80.
15. Savcı S, Öztürk M, Arıkan H, İnal İnce D, Tokgözoğlu L. Üniversite öğrencilerinin fiziksel aktivite düzeyleri. Türk Kardiyol Dern Arş. 2006; 34(3): 166-72.
16. Kadioğlu H, Yıldız A. Sağlık Algısı Ölçeği'nin Türkçe çevriminin geçerlilik ve güvenilirliği. Türkiye Klinikleri. 2012; 32(1): 47-53.
17. Craig CL, Marshall A, Sjöström M, Bauman AE, Booth ML, Ainsworth BE and et al. International physical activity questionnaire: 12-country reliability and validity. Med Sci Sports Exerc. 2003; 35: 1381-95.
18. Öztürk M. Üniversitede eğitim-öğretim gören öğrencilerde Uluslararası Fiziksel Aktivite Anketinin geçerliliği ve güvenilirliği ve fiziksel aktivite



- düzeylerinin belirlenmesi [Yüksek Lisans Tezi]. Ankara: Hacettepe Üniversitesi; 2005.
19. Skär L, Söderberg S. Swedish nursing students' perceptions of the concept of health: A phenomenographic study. *Health Education Journal*. 2016; 75(4): 385-95.
20. Özdelikara A, Ağaçdiken Alkan S, Mumcu N. Hemşirelik öğrencilerinde sağlık algısı, sağlık anksiyetesi ve etkileyen faktörlerin belirlenmesi. *Bakırköy Tıp Dergisi*. 2018; 14: 275-82.
21. Hong SH. The relationship between perceived health status and health promoting behaviors among nursing students. *The Journal of Korean academic society of nursing education*. 2013; 19(1): 78-86.
22. Doğu Ö, Atasoy I. Hemşirelik lisans öğrencilerinde sağlık algısına cinsiyet ve diğer faktörlerin etkisi. *Türkiye Klinikleri J Nurs Sci*. 2017; 9(2): 107-13.
23. Çilingir D, Aydın A. Hemşirelik bölümünde öğrenim gören öğrencilerin sağlık algısı. *Florence Nightingale Hemşirelik Dergisi*. 2017; 25(3): 167-76.
24. Eser S, İkinci S, Ocaktan ME, Çalışkan D, Piyal B, Akdur R. Eczacılık fakültesi öğrencilerinde sağlık algısının değerlendirilmesi. 15.Ulusal Halk Sağlığı Kongresi/HASUDER; 2-6 Ekim 2012; Bursa.
25. Şimşek H, Öztoprak D, İkizoğlu E, Safalı F, Yavuz Ö, Onur Ö ve ark. Tıp fakültesi öğrencilerinde sağlıklı yaşam biçimi davranışları ve ilişkili etmenler. *DEÜ Tıp Fakültesi Dergisi*. 2012; 26(3): 151-7.
26. Shaban M, Mehran A, Taghlili F. Relationship between perception of health concept and health promoting behaviors: A comparative study among Tehran university medical and non-medical Students. *HAYAT*. 2007; 13(3): 27-36.
27. Tuğut N, Bekar M. Üniversite öğrencilerinin sağlığı algılama durumları ile sağlıklı yaşam biçimi davranışları arasındaki ilişki. *Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi*. 2008; 11(3): 17-26.
28. Ahn Y, Park HS, Ra, GW. Perceived health status and health promoting behaviors among university students. *Journal of Korean Medicine*. 2014; 35(4): 52-64.
29. Klm SJ, Jung EY. A relevance on health perception, health knowledge and health promotion behavior of the university students. *Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society*. 2015; 16(8): 5394-403.
30. Shriver CB, Scott-Stiles A. Health habits of nursing versus non-nursing students: A longitudinal study. *Journal of Nursing Education*. 2000; 39(7): 308-14.
31. Ölçücü B, Vatansever Ş, Özcan G, Çelik A, Paktaş Y. Üniversite öğrencilerinde fiziksel aktivite düzeyi ile depresyon ve anksiyete ilişkisi. *Uluslararası Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*. 2015; 2015(4): 294-303.
32. Demirtürk F, Günal A, Alparlan Ö. Sağlık bilimleri öğrencilerinin fiziksel aktivite düzeyinin tanımlanması. *Ergoterapi ve Rehabilitasyon Dergisi*. 2017; 5(3): 169-78.
33. Aktaş H, Şaşmaz CT, Kılınçer A, Mert E, Gülbol S, Külekçioğlu, D ve ark. Yetişkinlerde fiziksel aktivite düzeyi ve uyku kalitesi ile ilişkili faktörlerin araştırılması. *Mersin Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*. 2015; 8(2): 60-70.
34. Üçok K, Genç A, Şener Ü, Akkaya M, Mollaoğlu H. Investigation of physical activity level of medical school students. *Eur J Basic Med Sci*. 2011; 1(1): 33-8.
35. Bozkuş T, Türkmen M, Kul M, Özkan A, Öz Ü, Cengiz C. Beden eğitimi ve spor yüksekokulu'nda öğrenim gören öğrencilerin fiziksel aktivite düzeyleri ile sağlıklı yaşam biçimi davranışlarının belirlenmesi



- ve ilişkilendirilmesi. *International Journal of Science Culture and Sport*. 2013; 1(3): 49-65.
36. Demir E, Artantaş AB. Tıp ve hemşirelik öğrencilerinde sağlıklı yaşam biçimi davranışlarının değerlendirilmesi: kesitsel bir çalışma. *Ankara Medical Journal*. 2018; 18(2): 186-97.
37. Kızar O, Kargün M, Togo OT, Biner M, Pala A. Üniversite öğrencilerinin fiziksel aktivite düzeylerinin incelenmesi. *Marmara Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*. 2016; 1(1): 63-74.
38. Ayaz S, Tazcan S, Akıncı F. Hemşirelik yüksekokulu öğrencilerinin sağlığı geliştirme davranışları. *Cumhuriyet Üniversitesi Hemşirelik Yüksek Okulu Dergisi*. 2005; 9(2): 26-34.

**TABLO**

**Tablo 1: Öğrencilerin Sosyodemografik Özellikleri**

		<b>n</b>	<b>%</b>
<b>Sınıf düzeyi</b>	1. Sınıf	32	27.3
	2. Sınıf	22	18.8
	3. Sınıf	36	30.8
	4. Sınıf	27	23.1
<b>Yaş</b>	20 yaş ve altı	44	37.6
	21 yaş ve üzeri	73	62.4
<b>Cinsiyet</b>	Kadın	54	46.2
	Erkek	63	53.8
<b>Medeni Durum</b>	Evli	5	4.3
	Bekâr	112	95.7
<b>BKI</b>	25 altı	105	89.7
	25 ve üzeri	12	10.3
<b>Sigara Kullanma Durumu</b>	Evet	32	27.4
	Hayır	85	72.6
<b>Alkol Kullanma Durumu</b>	Evet	6	5.1
	Hayır	111	94.9
<b>Kronik Hastalık Varlığı</b>	Evet	5	4.3
	Hayır	112	95.7

**Tablo 2:** Öğrencilerin Sağlık Algısı ve Fiziksel Aktivite Ölçeklerinden Aldıkları Puanların Dağılımları

	n	Min	Max	Ort.	SS.	
Sağlık Algısı Ölçeği	117	26	75	50.04	6.21	
Sağlık Algısı Ölçeği Alt	Kontrol Merkezi	117	9	23	17.15	3.1
	Öz farkındalık	117	6	15	9.98	1.7
	Kesinlik	117	6	16	11.1	2.1
	Sağlığı Önemi	117	4	15	10.8	2.1
Uluslararası Fiziksel Aktivite Ölçeği	117	0	16104.00	2903.57	2922.00	

**Tablo 3:** Öğrencilerin Sosyodemografik Özelliklerine Göre Sağlık Algısı ve Fiziksel Aktivitelerinin Karşılaştırılması

		n	Sağlık Algısı		Fiziksel Aktivite	
			Median (Min-Max)	Önemlili k	Median (Min-Max)	Önemlili k
<b>Sınıf</b>	1. Sınıf	32	49.00 (29-59)	$\chi^2_{kw}=3.4$ 20 p=0.331	1371.00 (0-14532)	$\chi^2_{kw}=2.5$ 06 p=0.474
	2. Sınıf	22	49.50 (37-56)		2283.00 (0-9870)	
	3. Sınıf	36	49.00 (39-60)		1548.00 (0-7248)	
	4. Sınıf	27	50.00 (38-61)		2730.00 (198-14532)	
<b>Yaş</b>	20 yaş ve altı	44	48.50 (29-59)	U=1572.50 p=0.850	1386.00 (330-14532)	U=1460.50 p=0.323
	21 yaş ve üzeri	73	50.00 (37-61)		2445.00 (0-14532)	
<b>Cinsiyet</b>	Kadın	54	49.00 (42-59)	U=1675.00 p=0.887	1314.00 (0-8718)	U=901.00 p=0.000
	Erkek	63	50.00 (29-61)		2826.00 (0-14532)	
<b>Medeni Durum</b>	Evli	5	50.00 (44-53)	U=249.50 p=0.680	1386.00 (198-4416)	U=235.50 p=0.549
	Bekâr	11	49.00 (29-61)		2274.00 (0-14532)	
<b>BKI</b>	25 altı	10	50.00 (29-61)	U=542.50 p=0.431	1707.00 (0-14532)	U=464.00 p=0.136
	25 ve üzeri	12	47.50 (44-54)		3159.00 (357-7518)	
<b>Sigara Kullan</b>	Evet	32	48.50 (37-58)	U=1203.50 00	2772.00 (891-14532)	U=977.00 0

<b>ma</b>	Hayır	85	49.50 (29-61)	p=0.337	1476.00 (0-14532)	p= <b>0.019</b>
<b>Alkol Kullanma</b>	Evet	6	50.00 (46-54)	U=299.000	2919.00 (123-5838)	U=248.500
	Hayır	111	49.00 (29-61)	p=0.674	2166.00 (0-14532)	p=0.296
<b>Kronik Hastalık</b>	Evet	5	52.00 (50-58)	U=163.000	1470.00 (594-5946)	U=256.000
	Hayır	112	49.00 (29-61)	p=0.114	2274.00 (0-14532)	p=0.746

\*Kruskal Wallis, \*\*Mann Whitney U

**Tablo 4:** Sağlık Algısı ve Alt Boyutları ile Fiziksel Aktivite Arasındaki İlişki

		Fiziksel Aktivite	
Sağlık Algısı	r		-0.079
	p		0.398
Sağlık Algısı Alt Boyutları	Kontrol	r	-0.144
	Merkezi	p	0.120
	Öz farkındalık	r	0.124
		p	0.180
Kesinlik	r	-0.087	
	p	0.351	
Sağlığı Önemi	r	0.024	
	p	0.794	

\* Spearman korelasyon