

Araştırma Makalesi/ Research Article

Kemoterapi Alan Kanser Hastalarında Sağlıklı Yaşam Tarzı Bilinci Ölçeği'nin Türkçeye Uyarlanması ve Psikometrik Özelliklerinin İncelenmesi

Adapting the Healthy Lifestyle Consciousness Index into Turkish and Examining its Psychometric Properties in Cancer Patients Receiving Chemotherapy

Ruveyde Aydın¹  Gizem Akıncı² 

¹ Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü, Doğum ve Kadın Hastalıkları Hemşireliği, Samsun, TÜRKİYE

² Gümüşhacıköy Devlet Hastanesi, Amasya, TÜRKİYE

Geliş tarihi/ Date of receipt: 20/05/2024

Kabul tarihi/ Date of acceptance: 20/02/2025

© Ordu University Faculty of Health Sciences, Department of Nursing, Türkiye, Published online: 25/03/2026

ÖZ

Amaç: Bu çalışmanın amacı; kemoterapi alan kanser hastalarında sağlıklı yaşam tarzı bilincini belirlemek üzere geliştirilen "Sağlıklı Yaşam Tarzı Bilinci Ölçeği"ni Türk kültürüne uyarlamak ve psikometrik özelliklerini incelemektir.

Yöntem: Metodolojik tipte olan araştırmanın örneklemini, bir üniversite hastanesinde kemoterapi alan 250 kanser hastası oluşturmuştur. Verilerin analizinde; tanımlayıcı istatistikler (sayı, yüzde, vb.), açıklayıcı faktör analizi, doğrulayıcı faktör analizi ve Cronbach alfa ve Omega (ω) katsayısı kullanılmıştır.

Bulgular: Ölçeğin açıklayıcı faktör analizi (AFA) sonucunda orijinalinde olduğu gibi tek faktörlü ve açıklanan varyansının %48.69 olduğu bulunmuştur. Ölçek madde yük değerlerinin 0.39 ile 0.85 arasında değişiklik gösterdiği belirlenmiştir. Doğrulayıcı faktör analizi (DFA) sonucunda uyum indeksleri; Ki-kare (χ^2) İyilik Uyum χ^2 /sd=2.42, İyilik Uyum İndeksi (GFI) 0.98, Düzeltilmiş İyilik Uyum İndeksi (AGFI) 0.94, Yaklaşık Hataların Ortalama Karekökü (RMSEA) 0.07, Artık Ortalamaların Karekökü (RMR) 0.049, Karşılaştırılmalı Uyum İndeksi (CFI) 0.97 ve Normleştirilmiş Uyum İndeksi (NFI) 0.95 olduğu belirlenmiştir. Ölçeğin Cronbach alfa güvenilirlik katsayısının 0.71 ve Omega (ω) katsayısının 0.70 olduğu saptanmıştır.

Sonuç: Bu çalışmada; Sağlıklı Yaşam Tarzı Bilinci Ölçeği'nin Türkçe formunun kanser hastalarının sağlıklı yaşam tarzı bilincini ölçmek için geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğu saptanmıştır.

Anahtar kelimeler: Bilinçlilik, kanser, kemoterapi, sağlıklı yaşam tarzı

ABSTRACT

Objective: The aim of the present study adapts the "Healthy Lifestyle Consciousness Index", which was developed to determine healthy life awareness in cancer patients receiving chemotherapy, into Turkish culture and examine its psychometric properties.

Methods: The sample of the methodological study consisted of 250 cancer patients receiving chemotherapy at a university hospital. Descriptive statistics (number, percentage, etc.), exploratory factor analysis, confirmatory factor analysis, Cronbach's alpha and Omega (ω) coefficients were used in the analysis of the data.

Results: Exploratory factor analysis (EFA) of the scale determined that the result had a single factor, as in the original, and the explained variance was 48.69 %. It was determined that the scale item load values varied between 0.39 and 0.85. Fit indexes of confirmatory factor analysis (CFA) were determined as; Chi-Square (χ^2) Goodness of Fit χ^2 /df=2.42, Goodness of Fit Index (GFI) 0.98, Adjusted Goodness of Fit Index (AGFI) 0.94, Root Mean Square Error of Approximation (RMSEA) 0.07, Root Mean Square Residuals (RMR) 0.049, Comparative Fit Index (CFI) 0.97 and Normed Fit Index (NFI) 0.95. The Cronbach alpha reliability coefficient of the scale was found to be 0.71, and the Omega (ω) coefficient was 0.70.

Conclusion: It was determined that the Turkish form of the "Healthy Lifestyle Consciousness Index" is a valid and reliable measurement tool to measure the healthy lifestyle awareness of cancer patients.

Keywords: Cancer, chemotherapy, consciousness, healthy lifestyle

ORCID IDs of the authors: RA: 0000-0003-4604-4570; GA: 0009-0009-2210-1877;

Sorumlu yazar/Corresponding author: Ruveyde Aydın

Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü, Samsun, TÜRKİYE

*II. Uluslararası III. Ulusal Kadın Sağlığı Hemşireliği Kongresi'nde (21-23 Aralık 2023/Ankara) sözel bildiri olarak sunulmuştur.

e-posta/e-mail: aydinruveyde@gmail.com

Atf/Citation: Aydın R., Akıncı G. (2026). Kemoterapi alan kanser hastalarında sağlıklı yaşam tarzı bilinci ölçeği'nin Türkçeye uyarlanması ve psikometrik özelliklerinin incelenmesi. Ordu Üniversitesi Hemşirelik Çalışmaları Dergisi, 9(2), 181-189. DOI:1038108/ouhcd.1487126



Content of this journal is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License.

Giriş

Kanser; sağlık alanındaki teknolojik gelişmelere ve tedavi yöntemlerine rağmen artış göstermektedir. Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) tarafından 2040 yılına kadar toplam kanser prevalansının yaklaşık 30 milyona ulaşacağı tahmin edilmektedir (World Health Organization, 2022). Günümüzde ise Uluslararası Kanser Araştırmaları Ajansı (IARC) tarafından üretilen GLOBOCAN küresel kanser istatistikleri 2022 verilerine göre en sık görülen kanser türleri sırasıyla meme (%46.8), prostat (%29.4), akciğer (%23.6) ve kolorektum (%18.4) kanseridir (Global Cancer Observatory, 2022). Cinsiyete göre incelendiğinde kadınlarda birinci sırada meme kanseri (%46.8) yer alırken, erkeklerde akciğer kanseri (%32.1) en sık görülen kanser türü olarak yer almaktadır (GLOBOCAN, 2022). Türkiye Kanser İstatistikleri 2018 verilerinde ise tüm yaş gruplarında kadınlarda en sık görülen kanser türü %26 oranıyla meme kanseri iken; erkeklerde %21 oranıyla akciğer kanseri olarak bildirilmektedir (Türkiye Kanser İstatistikleri, 2018). Artan kanser prevalansı ile birlikte dünya genelinde hastalık yükü de artmaktadır. Bu durum, kansere yönelik risk faktörlerinin erken dönemde tespit edilip kontrol altına alınmasının veya önlenmesinin ve kanser tedavisini daha etkin kılacak uygulamaların önemini ortaya koymaktadır (Torre ve ark., 2016).

Kanser; sigara ve alkol kullanımı, fiziksel aktivite, beslenme, obezite, kimyasal radyasyona maruz kalma gibi yaşamsal ve çevresel etkenleri içeren önlenabilir risk faktörleri ve yaş, cinsiyet, genetik, etnik köken gibi önlenemeyen risk faktörleri ile meydana gelebilmektedir (Poirier ve ark., 2019). Bu nedenle, risk faktörlerinin belirlenmesi bireylerin kanseri önlemeye yönelik sağlıklı yaşam davranışlarında bulunması için önemlidir (Pacheco ve ark., 2016). Bireylerin kendi sağlıklarını koruması ve yükseltmesi sorumlulukları arasında olup sağlıklı yaşam bilincine sahip olmaları bir gerekliliktir (Dirimeşe ve ark., 2016). Sağlıklı yaşam bilinci, bireyin günlük aktivitelerinde sağlığını yükseltmeye yönelik davranışlarda bulunması olarak tanımlanmaktadır (Yılmaz ve ark., 2019). Sağlıklı yaşam tarzının benimsenmesi ve uygulanması ile birçok kronik rahatsızlığın semptomları hafifletilmekte ya da önlenebilmektedir (Kushner ve Mechanick, 2016). Kalp hastalıklarının, tip 2 diyabetin, inmenin %80'e kadar ve kanserlerin ise üçte birinden fazlasının sağlıklı yaşam davranışları ile önlenabilir olduğu tahmin edilmektedir (Kushner ve Mechanick, 2016).

Kanser tanısı alan bireylerde sağlıklı yaşam bilincinin oluşabilmesi için öncelikle bilinçli farkındalık oluşturulmalıdır (Tulchinsky ve Varavikova, 2019). Genel olarak farkındalığı arttırmaya yönelik; farkındalık temelli bilişsel terapi, sanat terapisi, yoga, meditasyon, psiko-eğitim ve koçluk uygulamaları yapılmaktadır (Klainin-Yobas ve ark., 2022; Li ve ark., 2023). Kanser tedavisi gören bireylerde psikolojik sıkıntıyı azaltmak, duygusal ve fiziksel rahatlamayı sağlamak için mutlaka farkındalık temelli müdahalelere yer verilmelidir (Chayadi ve ark., 2022). Literatürde kanser hastası bireylerin kaygı, stres, depresyon, yorgunluk ve düşük uyku kalitesi gibi fiziksel semptomları iyileştirmede farkındalık temelli müdahalelerin olumlu etkilerinin olduğu bildirilmektedir (Li ve ark., 2023). Lin ve arkadaşlarının (2022) yaptığı meta-analiz çalışması sonucunda farkındalık temelli müdahalelerin erken evre kanser hastalarında ileri evre kanser hastalarına göre kaygıyı azaltmada ve yaşam kalitesini artırmada daha başarılı olduğu saptanmıştır (Lin ve ark., 2022). Başka bir çalışmada da onkoloji hastalarına uygulanan farkındalık temelli müdahalelerin depresyon ve anksiyete seviyelerini anlamlı derece azalttığı ve en az üç ay boyunca etkisinin devam ettiği sonucuna varılmıştır (Chayadi ve ark., 2022).

Chen ve arkadaşlarının (2023) yürüttüğü meta-analiz çalışmasında kanser hastalarında 12 haftadan daha kısa sürede, haftada üç kez yapılan aerobik egzersizinin kansere bağlı yorgunluğu azalttığı ve hastaların yaşam kalitesini artırdığı bulunmuştur (Chen ve ark., 2023). Melatonin desteğinin uyku kalitesine etkisinin incelendiği meta-analiz çalışmasında ise potansiyel faydaları ve riskleri göz önüne alınarak melatonin kullanımının uyku kalitesini artırabileceği bildirilmiştir (Seo ve ark., 2023). Ligibel ve arkadaşlarının (2023) yaptığı çalışmada erken evre meme kanseri olan kanser hastalarına 12 ay boyunca kalori kısıtlaması ve egzersizin artırılmasına yönelik telefonla verilen kilo verme müdahalesinin anlamlı derecede ağırlıkta azalma sağladığı sonucuna ulaşılmıştır (Ligibel ve ark., 2023). Yapılan bir diğer çalışmada da kanser hastalarında görülen bulantı-kusmanın önlenmesine yönelik aromaterapinin; özellikle nane esansiyel yağının hem inhaler hem de masaj yoluyla uygulanmasının bulantı ve kusmayı azalttığı bulunmuştur (Ahn ve ark., 2024).

Bu çalışmada; kemoterapi alan kanser hastalarında sağlıklı yaşam tarzı bilincini belirlemek üzere Higashiyama ve arkadaşları (2022) tarafından

geliştirilen “Healthy Lifestyle Consciousness Index” inin Türk kültürüne uyarlanması ve psikometrik özelliklerinin incelenmesi amaçlanmıştır.

Yöntem

Araştırmanın Tipi

Bu çalışma, Higashiyama ve arkadaşları (2022) tarafından kanser hastalarına yönelik geliştirilen “Sağlıklı Yaşam Tarzı Bilinci Ölçeği”ni Türk kültürüne uyarlamak ve psikometrik özelliklerini belirlemek amacıyla yapılmış metodolojik tipte bir çalışmadır.

Araştırmanın Evren ve Örneklemi

Araştırmanın evrenini; bir üniversite hastanesinin kemoterapi biriminde kemoterapi tedavisi alan kanser hastaları oluşturmuştur. Araştırmanın örneklemi ise araştırmanın dahil edilme kriterlerini sağlayan bireyler oluşturmuştur. Araştırmaya dahil edilme kriterleri; okuryazar olma, Türkçe konuşabilme ve anlayabilme, 18 yaş üstü olma, kanser tanısı almış olma ve araştırmaya katılmada gönüllü olmasıdır. Örneklem büyüklüğü; ölçek geçerlilik ve güvenilirlik çalışmalarında ölçek madde sayısının 5-10 katının alınması ile belirlenmektedir (Şencan, 2005). Sağlıklı Yaşam Tarzı Bilinci Ölçeği toplamda 5 maddeden oluşmaktadır. Ancak bu çalışmada verilerin analizinde kayıp değerlerin olmasına karşın araştırma 250 kanser hastası birey ile yürütülmüştür.

Sağlıklı Yaşam Tarzı Bilinci Ölçeği’nin Türkçeye Çevirisi

Ölçeğin dil çevirisinde “ters-geri” çeviri yöntemi kullanılmıştır. İlk olarak hemşirelik bölümünde çalışan ve iyi düzey İngilizce bilen 3 öğretim elemanı tarafından bağımsız olarak ölçeğin İngilizceden Türkçeye çevirisi yapılmıştır. Daha sonra; bu çeviriler araştırmacılar tarafından kontrol edilerek ölçek maddeleri üzerinde bir karara varıldıktan sonra, her iki dili de iyi bilen iki dil uzmanı tarafından ölçeğin İngilizceye geri çevirisi yapılmıştır. Ana dili İngilizce olan bir uzman tarafından İngilizceye çevrilmiş versiyonunun kavramsal ve anlamsal olarak ölçeğin orijinali ile uygunluğu değerlendirilmiştir. 10 katılımcı (kansere tanısı alan birey) ile pilot çalışma yapılarak ölçeğin anlaşılabilirliğine bakılmıştır. Katılımcılar ölçeğin oldukça anlaşılır olduğunu ifade etmiştir. Son olarak ölçeğin genel uygulamasına geçilmiştir.

Verilerin Toplanması

Veriler, bir üniversite hastanesinin kemoterapi biriminde kemoterapi alan hastalarla Ağustos-Ekim 2023 tarihleri arasında yüz yüze görüşme yöntemi

ile toplanmıştır. Her hasta ile yaklaşık 10-15 dakika görüşülmüştür. Verilerin toplanmasında; Tanıtıcı Bilgi Formu ve Sağlıklı Yaşam Tarzı Bilinci Ölçeği kullanılmıştır.

Tanıtıcı Bilgi Formu (TBF): Araştırmacı tarafından literatüre dayalı oluşturulan, sosyo-demografik veriler ve hasta bilgilerini içeren 17 sorudan oluşmaktadır (Değerli ve Yiğit, 2020; Higashiyama ve ark., 2022).

Sağlıklı Yaşam Tarzı Bilinci Ölçeği (SYTBÖ): Higashiyama ve arkadaşları tarafından 2022 yılında geliştirilmiştir. Tek faktörlü olan ölçek 5 maddeden oluşmaktadır. Her madde 0 (Kesinlikle Katılmıyorum)-9 (Kesinlikle Katılıyorum) arasında bir değer almaktadır. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 0 ve en yüksek puan 45’tir. Ölçekten alınan puan arttıkça sağlıklı yaşam tarzı bilincinin yüksek olduğu anlamına gelmektedir. Ölçeğin Cronbach alfa değeri 0.88’dir (Higashiyama ve ark., 2022).

Verilerin Analizi

Verilerin analizinde; tanımlayıcı istatistikler (sayı, yüzde, vb.), açıklayıcı faktör analizi (AFA), Cronbach alfa ve Omega (ω) katsayısı için SPSS 22.0 paket programı, doğrulayıcı faktör analizi (DFA) için AMOS 23 software programı kullanılmıştır. Verilerin 150’si AFA ve 100’ü DFA için kullanılmıştır. Verilerin analizinde önce tanımlayıcı istatistiklerin analizi daha sonra AFA yapılmıştır. AFA’da faktör yükü iyi düzeyde olan 0.50 olarak alınmıştır (Brown, 2015). Ölçeğin, orijinal versiyonunda olduğu gibi beş maddeli ve tek faktörlü yapıya sahip olduğu belirlenmiştir. Buna rağmen, rastgele ölçüm hatasına karşın ölçeğin psikometrik özelliklerinin daha doğru değerlendirilmesini sağladığı için DFA yapılmıştır (Brown, 2015).

Araştırmanın Etiği

İlk olarak ölçeğin kültürel adaptasyonu yapılmadan önce ölçek sahibinden elektronik posta yolu ile izin alınmıştır. Çalışmanın yürütülebilmesi için gerekli kurumlardan etik kurul izni (Karar No: 2023-295 Tarih: 28.04.2023) ve kurum izni alınmıştır. Çalışmanın amacı ve çalışma ile diğer bilgiler (dahil edilme kriterleri, verilerin gizli tutulacağı vb.) katılımcı bireylere açıklanmıştır. Buna ek olarak bireylerin çalışmaya katılmaya gönüllü olduklarına dair onamları alınmıştır. Çalışmanın yürütülmesinde Helsinki Bildirgesi temel alınmıştır.

Bulgular

Katılımcıların yaş ortalaması 54.79 ± 11.72 'dir ve yarısını (%50) kadınlar oluşturmaktadır. Katılımcıların yarıdan fazlası (%52.4) ilkokul mezunu ve %78'i gelirini düşük olarak algılamaktadır. Katılımcıların %88 evli ve neredeyse tamamı (%99.2) çekirdek ailede ve yarıya yakını (%42.4) ilde yaşamaktadır. Katılımcıların %51.2'sinin ailesinde kanser tanısı alan birey bulunmaktadır ve büyük çoğunluğu; meme (%24.4), akciğer (%15.2) ve kolon (%13.2) kanseridir (Tablo 1).

Tablo 1'de görüldüğü gibi katılımcıların kanser tanısı sonrası sağlıklı yaşam davranışlarının birçoğunda artış (düzenli beslenme, uyuma, güneş kremi kullanma ve su tüketimi) ve sağlıksız yaşam davranışlarında (sigara kullanımı, pasif içicilik, alkol kullanımı) azalma olduğu belirlenmiştir. Ancak kanser tanısı sonrasında düzenli egzersiz yapan katılımcı sayısının 196'dan 133'e düştüğü belirlenmiştir (Tablo 1).

Tablo 1. Katılımcıların tanıtıcı özelliklerine ve sağlıklı yaşam biçimi davranışlarına ilişkin bilgileri (n=250)

Tanıtıcı Özellikler	n	%
Yaş		
26-45	53	21.2
46-65	146	58.4
66 ve üzeri	51	20.4
Ortalama± sd= 54.79±11.72		
Cinsiyet		
Kadın	125	50
Erkek	125	50
Eğitim Durumu		
Okuryazar	33	13.2
İlkokul	131	52.4
Lise	50	20.0
Lisans ve üstü	36	14.4
Gelir Algısı		
Düşük	195	78
Orta	55	22
Yüksek	0	0
Medeni Durum		
Evli	220	88
Bekar	30	12
Aile Tipi		
Çekirdek	248	99.2
Geniş	2	0.8
Yaşamımızın Büyük Çoğunluğunu Geçirdiğiniz Yer		
Köy	67	26.8
İlçe	77	30.8
İl	106	42.4

Tablo 1. 'Devam' Katılımcıların tanıtıcı özelliklerine ve sağlıklı yaşam biçimi davranışlarına ilişkin bilgileri (n=250)

	n	%		n	%
Kanser Tipi					
Meme	61	24.4			
Akciğer	38	15.2			
Kolon	33	13.2			
Multiple myelom	21	8.4			
Over	19	7.6			
Lenfoma	19	7.6			
Mide	12	4.8			
Prostat	11	4.4			
Karaciğer	9	3.6			
Pankreas	9	3.6			
Diğer	18	7.2			
Ailenizde kanser tanısı alan birey var mı?					
Evet	128	51.2			
Hayır	122	48.8			
Sağlıklı yaşam biçimi davranışlarına ilişkin bilgiler	n	%	Kanser tanısı öncesi	Kanser tanısı sonrası	
			n	%	
Sigara kullanma					
Evet	115	46	17	6.8	
Hayır	135	54	233	93.2	
Pasif içiciliğe maruziyet					
Evet	228	91.2	25	10	
Hayır	22	8.8	225	90	
Alkol kullanma					
Evet	40	16	2	0.8	
Hayır	210	84	248	99.2	
Düzenli egzersiz yapma					
Evet	196	78.4	133	53.2	
Hayır	54	21.6	117	46.8	
Düzenli ve dengeli beslenme					
Evet	194	77.6	210	84	
Hayır	56	22.4	40	16	
Düzenli uyku ve dinlenmiş hissetme durumu					
Evet	184	73.6	185	74	
Hayır	66	26.4	65	26	
Düzenli güneş kremi kullanımı					
Evet	25	10	37	14.8	
Hayır	225	90	213	85.2	
Günlük su tüketimi					
1.5 litreden az	107	42.8	49	80.4	
1.5-2 litre arasında	143	57.2	201	19.6	

Bu çalışmada katılımcıların ölçekten aldığı en düşük puan 13, en yüksek puan 39 ve ölçek toplam

puan ortalaması 29.78 ± 4.72 'tir. Ölçeğin genel Cronbach alfa katsayısı 0.71'dir (Tablo 2).

Tablo 2. Sağlıklı Yaşam Tarzı Bilinci Ölçeği'nin tanımlayıcı istatistikleri (n=250)

Ölçek	Min	Max	M	SD	Cronbach's α	McDonald's Omega
SYTBÖ	13	39	29.78	4.72	0.71	0.70

Not: Ölçek puan aralığı 0 ile 9 arasındadır. SYTBÖ; Sağlıklı Yaşam Tarzı Bilinci Ölçeği

Yapı geçerliliğine için açımlayıcı faktör analizi (AFA) yapılmıştır. AFA öncesinde örneklem büyüklüğünün AFA'ya uygunluğunu test etmek amacıyla KaiserMeyer-Olkin (KMO) testi yapılmıştır. Yapılan analiz sonucunda KMO değerlerinin temel alınan veri seti için 0.71 olduğu,

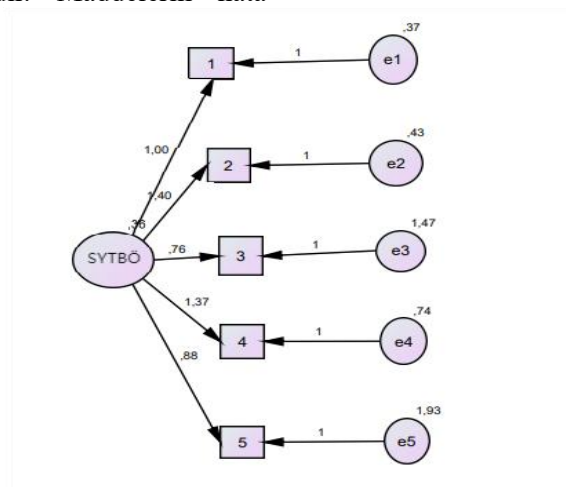
Barlett küresellik testine ilişkin ki-kare değerinin de ileri düzeyde ($\chi^2(120) = 114.782$) $p=0.000$ anlamlı olduğu belirlenmiştir. Tek faktörlü ölçeğin toplam açıklanan varyansı %48.69 olarak bulunmuştur. Ölçek madde yük değerleri; 0.39 ile 0.85 arasında değişiklik göstermektedir (Tablo 3).

Tablo 3. Kanser hastalarında Sağlıklı Yaşam Tarzı Bilinci Ölçeği madde yükleri

SYTBÖ maddeleri	Madde yükü
SYTBÖ1 Sağlıklı yaşam tarzı ve alışkanlıkları bilinciyle mi yaşıyorsunuz?	0.79
SYTBÖ2 Günlük yaşamınızda diyetinizi kanser bilinciyle mi uyguluyorsunuz?	0.85
SYTBÖ3 Günlük yaşamınızda egzersizinizi kanser bilinciyle mi yapıyorsunuz?	0.60
SYTBÖ4 Günlük yaşamınızda kilonuzu kanser bilinciyle mi yönetiyorsunuz?	0.77
SYTBÖ5 Günlük yaşamınızda uykunuzu kanser bilinciyle mi yönetiyorsunuz?	0.39
Ölçek açıklanan toplam varyansının yüzdesi	48.69

Şekil 1'de görüldüğü üzere DFA sonucunda, maddelerin standardize edilmiş katsayıları 0.36 ile 1.40 arasında değişmektedir. Maddelerin hata

varyanslarının 0.37 ile 1,93 arasında değişiklik gösterdiği bulunmuştur (Şekil 1).



Şekil 1. Sağlıklı Yaşam Tarzı Bilinci Ölçeği'nin doğrulayıcı faktör analizi standardize edilmiş katsayıları ve hata varyansları

DFA sonucunda hesaplanan uyum indekslerinin $\chi^2/sd=2.42$, RMSEA=0.07, NFI=0.95, CFI=0.97, AGFI=0.94, GFI=0.98 ve RMR=0.049 olduğu belirlenmiştir (Tablo 4).

Tablo 4. Sağlıklı Yaşam Tarzı Bilinci Ölçeği'nin doğrulayıcı faktör analizi uyum indeksleri

Uyum indeksleri	Uyum değeri	Uyum kesme noktası
χ^2 /sd	2.42	≤ 3 iyi uyum
RMSEA	0.07	≤ 0.07 iyi uyum
NFI	0.95	≥ 0.90 iyi uyum
CFI	0.97	≥ 0.90 iyi uyum
AGFI	0.94	≥ 0.90 iyi uyum
GFI	0.98	≥ 0.90 iyi uyum
RMR	0.049	≤ 0.05 mükemmel uyum

Tartışma

Kanser, mortalite ve morbiditesinin yüksek olması nedeniyle önemli sağlık problemlerinden biridir (Siegel ve ark., 2018). Kanser ölümü ile bağdaştırılması ve tedavi sürecinde yaşanan sıkıntılar hastalar için yıpratıcı ve travmatik olmaktadır (Öcalan ve Özçetin, 2020). Bu sürecin sağlıklı bir şekilde atlatılabilmesi için hastaların sağlıklı yaşam tarzı bilinciyle yaşamları büyük önem arz etmektedir (Öcalan ve Özçetin, 2020). Sağlıklı yaşam tarzının bilincinde olan kanser hastaları, kanser tedavisinin yan etkileriyle daha iyi baş etmekte ve buna bağlı olarak yaşam kaliteleri ve psikososyal sağlıkları daha yüksek olmaktadır (Sungur ve ark., 2019). Bu çalışmada; kemoterapi alan kanser hastalarında sağlıklı yaşam tarzı bilincini belirlemek üzere geliştirilen beş maddeli "Sağlıklı Yaşam Tarzı Bilinci Ölçeği"nin Türk kültürüne uyarlanması ve psikometrik özelliklerinin incelenmesi amaçlanmıştır.

Geçerlik analizleri, ölçeğin ölçülmek istenen kavramı ne derece doğru ölçtüğünü belirlemek için yapılmaktadır (Karakoç ve Dönmez, 2014; Yaşar, 2014). Bu çalışmada Sağlıklı Yaşam Tarzı Bilinci Ölçeği'nin geçerliği kapsamında ölçeğin önce dil geçerliği, daha sonra yapı geçerliği analizleri yapılmıştır. Geçerlik ve güvenilirliği yapılan ölçeğin uyarlandığı kültür ile uyum içinde olması beklenmektedir (Çapık ve ark., 2018). Bu nedenle ölçeğin kültürel adaptasyonunda COSMIN rehberi kullanılmıştır (Terwee ve ark., 2018). Ölçeğin Türkçeye çevrilmesinde "ters-geri" çeviri yöntemi kullanılarak dil geçerliği analizi yapılmıştır (Deniz, 2007). Bu süreçte iyi derecede İngilizce bilen ve ana

dili İngilizce olan uzmanlar ile görüşülmüştür. Ölçek maddelerinin kısa ve anlaşılır olması sebebiyle çeviri sürecinde herhangi bir uyumsuzluk bulunmamıştır. On katılımcının dahil edildiği pilot uygulama sonucunda katılımcılar ölçeğin anlaşılır olduğunu ifade etmiştir.

Ölçekte geçerlilik, ölçeğin neyi ölçtüğü ve onu ne derecede iyi ölçtüğü ile ilgiliyken, güvenilirlik; ölçeğin amaçlanan özelliğini ne derece tutarlı ölçtüğü ile ilgilidir (Çokluk ve ark., 2012). Yapı geçerliliği, ölçek maddelerinin belirlenen özelliklerini birbiriyle ne derece tutarlı ve aynı şeyi ölçtüğü ile ilgilidir (Özdamar, 2016). Ölçeğin yapı geçerliği analizi kapsamında bu çalışmada açımlayıcı ve doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır (Walliman, 2021). Açımlayıcı faktör analizi (AFA); birbiri ile ilişkili, yorumlanması zor, fazla değişkenli ölçümün birbirinden bağımsız ve kavramsal olarak anlamlı daha az değişkene indirgenip daha kolay yorumlanmasını sağlamaktadır (Alpar, 2017). Açımlayıcı faktör analizinin yapılabilmesi için öncelikle çalışma verilerinin uygunluğu ve yeterliliğine bakılması gerekmektedir. Bu amaçla Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) testi ve Barlett Küresellik testi yapılmıştır. KMO değeri 0.90'larda mükemmel, 0.80'lerde iyi, 0.70'lerde orta, 0.50'lerde kötü olarak sınıflandırılmaktadır (Şencan, 2005). Bu çalışmada kanser hastalarında Sağlıklı Yaşam Tarzı Bilinci Ölçeği'nin KMO değerinin 0.71 olduğu bulunmuştur. AFA için KMO'nun uygun olduğu sonucuna varılmıştır. Ayrıca Barlett Küresellik testini ki-kare değerinin ($\chi^2(120)=114.782$) $p=0.000$ anlamlı olduğu belirlenmiştir.

Faktör yük değeri, bir maddenin ilgili faktörle olan ilişkisini açıklar ve ölçekten madde çıkarmada dikkate alınması gerekir. Bir maddeye ilişkin faktör yük değerinin 0.50 üstünde olması istenilen bir durumdur (Çokluk ve ark., 2012). Sağlıklı Yaşam Tarzı Bilinci Ölçeği'nin AFA'inde, faktör yük değerleri için asgari sınır 0.50 olarak alınmıştır. Bu çalışmada ölçek madde yük değerleri; 0.39 ile 0.85 arasında değişiklik göstermektedir. Yapılan analiz doğrultusunda ölçek madde yük değerlerinin iyi düzeyde olduğu sonucuna varılmıştır. Çalışmada yapılan analiz sonucunda; faktörleşme ölçeğin orijinalinde olduğu gibi tek faktörlü olarak bulunmuştur. Tek faktörlü ölçeğin toplam açıklanan varyansı %48.69 olarak bulunmuştur. Ölçeğin açıklanan varyansının %40 ile %50 arasında olmasının yeterli olduğu belirtilmektedir (Çokluk ve ark., 2012). Buna dayanarak çalışmada tek faktörün toplam varyansa yaptığı katkının yeterli olduğu

söylenebilir. Ölçeğin geliştirildiği çalışmada açımlayıcı faktör analizi sonucu olarak yalnızca p-plot grafiği verildiği için diğer sonuçlarla bir karşılaştırılma yapılamamıştır.

Doğrulayıcı faktör analizi öngörülen yapıyı açıklamakta yeterli olup olmadığını belirlemek için yapılmaktadır (Özdamar, 2004). Bu çalışmada DFA sonucunda, maddelerin standardize edilmiş katsayılarının 0.36 ile 1.40 arasında değiştiği bulunmuştur. DFA uyum indekslerinin $\chi^2/sd=2.42$ (≤ 3 iyi uyum), RMSEA=0.07 (≤ 0.07 iyi uyum), NFI=0.95 (≥ 0.80 =iyi uyum), CFI=0.97 (≥ 0.90 =iyi uyum), AGFI=0.94 (≥ 0.90 =iyi uyum), GFI=0.98 (≥ 0.90 =iyi uyum) ve RMR= 0.049 (≤ 0.05 mükemmel uyum) ile iyi uyum sağladığı saptanmıştır (Çokluk ve ark., 2012). Ölçeğin öngörülen yapıyı doğrulayıp doğrulamadığı bütün indekslerin bir arada değerlendirilmesi ile kararlaştırılmaktadır. Ölçeğin Türk versiyonunun uyum indeksleri incelendiğinde, DFA uyum indeksleri sonuçlarının iyi uyum gösterdiği belirlenmiştir. Ölçeğin geliştirildiği çalışmada DFA'i yapılmadığı ve ölçek yeni geliştirilen bir ölçek olduğu, henüz diğer kültürlerle uyarlama çalışmaları yayınlanmadığı için bu DFA'i sonuçlarında bir karşılaştırma yapılamamıştır (Higashiyama ve ark., 2022).

Cronbach α ve Omega (ω) güvenilirlik katsayıları ne kadar yüksekse, ölçekteki maddeler o kadar tutarlıdır ve aynı özelliği ölçer. Literatürde Cronbach's Alpha ve McDonald's Omega katsayılarının 0.70' in üzerinde olması önerilmektedir (Alpar, 2017; Tabachnick ve Fidel, 2015). Bu çalışmada Cronbach alfa güvenilirlik katsayısının 0.71 ve Omega (ω) güvenilirlik katsayısının 0.70 olduğu saptanmıştır. Ölçeğin orijinalindeki Cronbach alfa katsayısı değeri 0.88 olarak belirtilmiştir (Higashiyama ve ark., 2022). Bu durumda ölçeğin hem orijinal hem Türk versiyonundaki Cronbach alfa katsayısının güvenilir düzeyde olduğu söylenebilir. Ölçeğin orijinalinde Omega (ω) güvenilirlik katsayısı incelenmediği için herhangi bir karşılaştırma yapılamamıştır (Higashiyama ve ark., 2022).

Araştırmanın Sınırlılıkları

Araştırma tek merkezli bir çalışma olması nedeniyle evrene genellenememektedir.

Sonuç ve Öneriler

Bu çalışmanın sonucunda; Sağlıklı Yaşam Tarzı Bilinci Ölçeği'nin Türk kültüründe geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğu belirlenmiştir.

Ölçeğin Türkçe versiyonu orijinalinde olduğu gibi tek faktörlü ve beş maddeden oluşmaktadır. Ölçek kısa ve anlaşılır olması nedeni ile kemoterapi birimlerinde tedavi alan hastaların sağlıklı yaşam tarzı bilinç düzeyini belirlemede rutin uygulanabilecek bir ölçme aracı olarak kullanılabilir.

Teşekkür

Çalışmamıza destek veren tüm katılımcılara teşekkür ederiz.

Araştırmanın Etik Yönü/Ethics Committee Approval:

İlk olarak ölçeğin kültürel adaptasyonu yapılmadan önce ölçek sahibinden elektronik posta yolu ile izin alınmıştır. Çalışmanın yürütülebilmesi için Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sosyal ve Beşerî Bilimler Araştırmaları Etik Kurulu'ndan etik kurul izni (Karar No: 2023-295 Tarih: 28.04.2023) ve Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sağlık Uygulama ve Araştırma Merkezi Hastanesi'nden kurum izni alınmıştır.

Hakem/Peer-review: Dış hakem değerlendirmesi.

Yazar Katkısı/Author Contributions: Fikir/kavram: RA; Tasarım: RA, GA; Veri toplama: GA; Veri işleme: GA; Analiz ve/veya Yorum: RA; Kaynak tarama: GA; Makalenin Yazımı: RA, GA; Eleştirel inceleme: RA.

Çıkar çatışması/Conflict of interest: Araştırmacılar herhangi bir çıkar çatışması belirtmemişlerdir.

Finansal Destek/Financial Disclosure: Bu araştırma için finansal destek alınmamıştır.

Çalışma Literatüre Ne Kattı?

- Kemoterapi tedavisi alan hastaların sağlıklı yaşam tarzı bilinç düzeyini belirlemede Sağlıklı Yaşam Tarzı Bilinci Ölçeği geçerli ve güvenilir bir ölçme aracıdır.

Kaynaklar

- Ahn JH, Kim M, Kim RW. (2024). Effects of aromatherapy on nausea and vomiting in patients with cancer: A systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *Complementary Therapies in Clinical Practice*, 55, 101838. <https://doi.org/10.1016/j.ctcp.2024.101838>
- Alpar R. (2017). Uygulamalı Çok Değişkenli İstatistiksel Yöntemler. 5. Baskı, Ankara, Detay Yayıncılık.
- Brown TA. (2015). Confirmatory Factor Analysis for Applied Research, 2nd Edition, Guilford publications.
- Çapık C, Gözüm S, Aksayan S. (2018). Kültürlerarası ölçek uyarlama aşamaları, dil ve kültür uyarlaması: Güncellenmiş rehber. *Florence Nightingale Journal of Nursing*, 26(3), 199-210. <https://doi.org/10.26650/FN397481>
- Chayadi E, Baes N, Kiropoulos L. (2022). The effects of mindfulness-based interventions on symptoms of

- depression, anxiety and cancer-related fatigue in oncology patients: A systematic review and meta-analysis. *Plos One*, 17(7), e0269519. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0269519>
- Chen X, Li J, Chen C, Zhang Y, Zhang S, Zhang Y et al. (2023). Effects of exercise interventions on cancer-related fatigue and quality of life among cancer patients: a meta-analysis. *Biomed Central Nursing*, 22(1), 200. <https://doi.org/10.1186/s12912-023-01363-0>
- Çokluk Ö, Şekercioğlu G, Büyüköztürk Ş. (2012). Sosyal Bilimler İçin Çok Değişkenli İstatistik SPSS ve LISREL Uygulamaları. 2. Baskı, Ankara, Pegem Akademi Yayıncılık.
- Değerli H, Yiğit A. (2020). Sağlığın korunması ve geliştirilmesinde bireylerin sağlıklı yaşam biçimi davranış düzeyinin belirlenmesi. *Süleyman Demirel Üniversitesi Vizyoner Dergisi*, 11(27), 573-586. <https://doi.org/10.21076/vizyoner.656563>
- Deniz ZK. (2007). Psikolojik ölçme aracı uyarlama. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 40, 1-16. <https://doi.org/10.1501/Egifak0000000158>
- Dirimeşe E, Korkmaz FD, Alcan AO. (2016) Koroner arter bypass greft cerrahisi öncesi hastaların yaşam kalitesi ve sağlıklı yaşam biçimi davranışlarının incelenmesi. *Balıkesir Sağlık Bilimleri Dergisi*, 5(2), 56-61. <https://doi.org/10.5505/bsbd.2016.70299>
- Global Cancer Observatory. (2022). Cancer Today. IARC. Erişim Tarihi: 01.03.2024, <https://gco.iarc.fr/today/en/dataviz/bars?mode=population>
- Higashiyama N, Yamaguchi K, Yamamoto Y, Ueda A, Inayama Y, Egawa M et al. (2022). Development of healthy lifestyle consciousness index for gynecological cancer patients. *Support Care Cancer*, 30(9), 7569-7574. <https://doi.org/10.1007/s00520-022-07179-z>
- Karakoç FY, Dönmez L. (2014). Ölçek geliştirme çalışmalarında temel ilkeler. *Tıp Eğitimi Dünyası*, 13(40), 39-49. <https://doi.org/10.25282/ted.228738>
- Klainin-Yobas P, Chng WJ, Ang NKE, Lopez V, Arunoda PD, Lau Y. (2022). Effects of a mindfulness program on stress and psychological outcomes among cancer survivors: a quasi-experimental study. *Mindfulness*, 13(4), 982-992. <https://doi.org/10.1007/s12671-022-01852-4>
- Kushner RF, Mechanick, JI. (2016). The importance of healthy living and defining lifestyle medicine. *Lifestyle Medicine: A Manual for Clinical Practice*, 9-15. https://doi.org/10.1007/978-3-319-24687-1_2
- Li J, Li C, Puts M, Wu YC, Lyu MM, Yuan B et al. (2023). Effectiveness of mindfulness-based interventions on anxiety, depression and fatigue in people with lung cancer: A systematic review and meta-analysis. *International Journal of Nursing Studies*, 140, 104447. <https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2023.104447>
- Ligibel JA, Ballman KV, McCall LM, Goodwin PJ, Weiss A, Delahanty L et al. (2023). Effect of a telephone-based weight loss intervention (WLI) on weight at 12-months in women with early breast cancer: Results from the Breast Cancer Weight Loss (BWEL) trial. *Journal of Clinical Oncology*, 41(16_suppl). <https://doi.org/10.1200/JCO.2023.41.16.ek.12001>
- Lin LY, Lin LH, Tzeng GL, Huang YH, Tai JF, Chen YL et al. (2022). Effects of mindfulness-based therapy for cancer patients: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Clinical Psychology in Medical Settings*, 29(2), 432-445. <https://doi.org/10.1007/s10880-022-09862-z>
- Öcalan S, Özçetin YSÜ. (2020). Kansere deneyiminde ruminasyon, tükenmişlik ve psikolojik sağlamlık. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 12(3), 421-433. <https://doi.org/10.18863/pgy.664396>
- Özdamar K. (2004). Tabloların Oluşturulması, Güvenirlilik ve Soru Analizi. *Paket Programlarla İstatistiksel Veri Analizi-1*. 5. Baskı, Eskişehir, Kaan Kitabevi, s.201-50, 621.
- Özdamar K. (2016). Eğitim, Sağlık ve Davranış Bilimlerinde Ölçek ve Test Geliştirme Yapısal Eşitlik Modellemesi IBM SPSS, IBM SPSS AMOS ve MINITAB Uygulamalı. 1. Baskı, Eskişehir, Nisan Kitabevi, s.286.
- Pacheco SO, Pacheco FJ, Zapata GM, Garcia JM, Previale CA, Cura HE et al. (2016). Food habits, lifestyle factors, and risk of prostate cancer in Central Argentina: A case control study involving self-motivated health behavior modifications after diagnosis. *Nutrients*, 8(7), 419. <https://doi.org/10.3390/nu8070419>
- Poirier AE, Ruan Y, Volesky KD, King WD, O'Sullivan DE, Gogna P et al. (2019). The current and future burden of cancer attributable to modifiable risk factors in Canada: summary of results. *Preventive Medicine*, 122, 140-147. <https://doi.org/10.1016/j.ypmed.2019.04.007>
- Şencan H. (2005). Sosyal ve Davranışsal Ölçümlerde Güvenilirlik ve Geçerlilik. 1. Baskı, Ankara, Seçkin Yayıncılık, s. 22-32.
- Seo K, Kim JH, Han D. (2023). Effects of melatonin supplementation on sleep quality in breast cancer patients: A systematic review and meta-analysis. *In Healthcare*, 11(5), 675. <https://doi.org/10.3390/healthcare11050675>
- Siegel RL, Miller KD, Jemal A. (2018). Cancer statistics. *CA Cancer Journal for Clinicians*, 68(1), 7-30. <https://doi.org/10.3322/caac.21442>
- Sungur C, Kar A, Kıran Ş, Macit M. (2019). Sağlıklı yaşam biçimi davranışlarının değerlendirilmesi: Klinik sağlık hizmeti alan hastalar üzerinde bir araştırma. *Balkan Sosyal Bilimler Dergisi*, 8(15), 43-52. <https://doi.org/10.17826/cumj.913997>

- Tabachnick BG, Fidell LS. (2015). Çok Değişkenli İstatistiklerin Kullanımı. Çeviri Editörü, M. Baloğlu. 1. Baskı, Ankara, Nobel Akademik Yayıncılık.
- Terwee CB, Prinsen CAC, Chioratto A, Westerman MJ, Patrick DL, Alonso J et al. (2018). Cosmim methodology for evaluating the content validity of patient-reported outcome measures: a Delphi study. *Quality of Life Research*, 27(5), 1159-1170. <https://doi.org/10.1007/s11136-018-1829-0>
- Torre LA, Siegel RL, Ward EM, Jemal A. (2016). Global cancer incidence and mortality rates and trends-an update. *Cancer Epidemiology and Prevention Biomarkers*, 25(1), 16-27. <https://doi.org/10.1158/1055-9965.EPI-15-0578>
- Tulchinsky T, Varavikova E. (2019). Yeni Halk Sağlığı. Ankara, Palme Yayınları, 1728, 55-7.
- Türkiye Kanser İstatistikleri 2018 Raporu. Erişim Tarihi: 01.03.2024, https://hsgm.saglik.gov.tr/depo/birimler/kanserdb/Dokumanlar/Istatistikler/Kanser_Rapor_2018.pdf.
- World Health Organization. (2022). Global Cancer Observatory. Cancer Tomorrow. IARC. Erişim Tarihi:01.03.2024, <https://gco.iarc.fr/tomorrow/en/dataviz/bars?mode=population>
- Yaşar M. (2014). İstatistiğe Yönelik Tutum Ölçeği: Geçerlilik ve güvenirlik çalışması. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 36(36), 59-75. <http://dx.doi.org/10.9779/PUJE640>
- Yılmaz M, Uyanık G, Böckün E, Tokem Y, Tekin N. (2019). Examination of healthy lifestyle behaviours in older adults with chronic disease. *Turkish Journal of Family Medicine and Primary Care*, 13(3), 248-257. <https://doi.org/10.21763/tjfmpe.442410>