

Tıp fakültesi öğrencilerinin yaşam doyumu ve öz-bakım gücü düzeyleri ve etkileyen faktörler

Life satisfaction and self-care agency levels of the medical students and influencing factors

Ahmet Ergin*, Celile Hatipoğlu*, Ali İhsan Bozkurt*, Mehmet Bostancı*, Burçin Meryem Atak**, Seval Kısaoğlu**, Sultan Parasız**, Hüseyin Kaygısız**, Arda Çınarlık**, Ezgi Karasu**

*Pamukkale Üniversitesi Tıp Fakültesi Halk Sağlığı AD., Denizli

**Pamukkale Üniversitesi Tıp Fakültesi 6. Sınıf Öğrencisi, Denizli

Özet

Amaç: Yaşam doyumu kişinin hedeflerine ulaşma derecesi olarak da tanımlanabilir. Öz-bakım gücü ise bireyin kişisel olarak yaşamını, sağlık ve iyiliğini korumak için kendine düşeni yerine getirmesidir. Bu çalışma, Pamukkale Üniversitesi Tıp Fakültesi'nde öğrenim gören öğrencilerin yaşam doyumu ve öz-bakım gücü düzeylerini belirlemek, bunlar arasındaki ilişkiyi incelemek ve etkileyen faktörleri ortaya çıkarmak amacıyla yapılmıştır.

Gereç ve Yöntem: Araştırmanın verileri 11-22 Ekim 2010 tarihleri arasında gerekli izinler alındıktan sonra toplanmıştır. Araştırmanın evrenini Pamukkale Üniversitesi Tıp Fakültesi Dönem 1-6 öğrencileri oluşturmaktadır. Örneklem seçimine gidilmemiş, bütün öğrencilerin araştırmaya alınması planlanmıştır. Sözlü onam veren 310 (%70,0) öğrenci araştırmaya katılmıştır. Verilerin toplanmasında kullanılan anket formu üç bölümden oluşmaktadır. Birinci bölüm sosyo-demografik özellikleri sorgulamaktadır. Bu bölümde sosyoekonomik seviyeyi tespit etmek için Aile Refah Ölçeği'ne yer verilmiştir. İkinci bölüm Öz-bakım Gücü Ölçeği'nden, üçüncü bölüm ise Yaşam Doyum Ölçeği'nden oluşmaktadır.

Bulgular: Katılımcıların çoğunluğu kadın (%55,8), yaş ortalaması ve standart sapması (ss) 20,7(1,8)'dir. Öz-bakım gücü (ÖBG) puan ortalaması (ss) 95,8 (18,7), alt ve üst değerler ise 38 ve 140 olarak bulunmuştur. Araştırmamızda yaşam doyumu (YD) puan ortalaması (ss) 24,5 (6,5), alt ve üst değerler ise 5 ve 35'tir. Öğrencilerin yaşam doyumu puanları ile öz-bakım gücü puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı korelasyon mevcuttur ($r=0,40$, $p<0,001$). Diğer faktörlerin karıştırıcı etkileri uzaklaştırdıktan sonra, anne eğitim düzeyi yüksek olanlarda ($p=0,01$), sosyoekonomik düzeyi yüksek olanlarda ($p=0,02$) ve ilk üç sınıfta okuyan tıp öğrencilerinde ($p=0,04$) YD puanı yüksektir. Benzer şekilde, sosyal aktivitesi fazla olanlarda ($p=0,01$), sosyoekonomik düzeyi yüksek olanlarda ($p=0,02$), sigara içmeyenlerde ($p=0,01$) ve en az bir hobisi olanlarda ($p=0,03$) ÖBG puanı yüksektir.

Sonuç: Öğrencilerin YD ve ÖBG ile yakın ilgisi olduğundan, a) üniversite ortamında sosyal faaliyetlere ve hobilere uygun ortamların ve alt yapının oluşturulmasını, öğrencilerin sosyal ve spor aktivitelerine katılımının teşvik edilmesini, b) sigaraya karşı yeterli mücadelenin üniversite yönetimi tarafından sağlanmasının ve kötü örnek teşkil etmemesi için sigara yasağının yasalarca belirtilen bölgelerde dikkatli şekilde uygulanmasını, düzenli aralıklarla tüm öğrencilere ulaşacak şekilde sigaranın zararlarına ilişkin eğitimlerin yapılmasını, sigara içenlerin sigarayı bırakması yönünde teşvik edici aktivitelerin ve uygulamaların yapılmasını, c) toplumun eğitim seviyesinin yükseltilmesi çabalarının artırılmasını önerebiliriz.

Pam Tıp Derg 2011;4(3):144-151

Anahtar sözcükler: Yaşam doyumu, öz-bakım gücü, tıp eğitimi, adolesan

Abstract

Aim: Life satisfaction can be defined as the degree of a person achieving his objectives. Self care agency instead can be defined as the individual's ability to perform self-care activities in order to protect himself and his health and well-being. This study determines the level of life satisfaction and self-care agency of the medical faculty students in Pamukkale Pamukkale University and examines the influencing factors.

Materials and Methods: Data were collected during October 11-22, 2010 after obtaining the necessary permits. The study population consisted of all students of Pamukkale University, Faculty of Medicine, classes 1 through 6. The sample selection was not performed, all students were planned to take the survey. Three hundred ten

Celile Hatipoğlu

Yazışma Adresi: Pamukkale Üniversitesi Tıp Fakültesi Halk Sağlığı AD, Denizli
e-mail: chatipoglu@pau.edu.tr

Gönderilme tarihi: 17.02.2011

Kabul tarihi: 15.06.2011

(70.0%) students who provided a verbal consent participated in this study. The questionnaire for data collection consisted of three parts. The first part included questions on socio-demographic characteristics. Family Welfare Scale was used to determine socioeconomic level of the participants. The second and third parts included the Life Satisfaction and Self Care Agency questionnaires, respectively.

Results: The majority of respondents (55.8%) were female, mean and standard deviation (sd) of participants' age was 20.7 (1.8). The mean(sd) of Life Satisfaction (LS) score 24.5(6.5), while the highest and lowest values were 5 and 35. The mean(sd) of self-care agency (SCA) score was 95.8 (18.7), while the highest and lowest values were 38 and 140. There was a statistically significant correlation between LS and SCA scores ($r=0.40$, $p<0.001$). After removing the confounding effects of other factors, a multivariate linear regression model showed that LS scores increased by levels of maternal education ($p=0.01$), socioeconomic levels ($p=0.02$) and decreased by the schooling years of medical students ($p=0.04$). Similarly, SCA scores were high in those who participate in social activities ($p=0.01$), those with higher socioeconomic level ($p=0.02$), who were non-smokers ($p=0.01$) and who had at least having one hobby ($p=0.03$).

Conclusion: Due to close relations to LS and SCA scores we may suggest a) making of appropriate environment and infrastructure in the University and encouraging students to participate in social and sporting events, b) increasing the war on smoking by the university management by observing a careful implementation of the ban on smoking at regular intervals, making available anti tobacco education to all students, and encouraging smokers to quit, c) raising the level of education in the society.

Pam Med J 2011;4(3):144-151

Key words: Life satisfaction, self-care agency, medical education, adolescent

Giriş

Yaşam doyumu, bir bireyin kendi belirlediği ölçütler ile gerçekte sahip olduklarını karşılaştırarak elde ettiği bir durumdur [1]. Yaşam doyumu diğer bir deyişle kişinin hedeflerine ulaşma derecesi olarak da tanımlanabilir [2]. Yaşam doyumu bireylerin yaşamlarını ve yaşamlarının her boyutunu içerir. Yaşam doyumu ile yaş, cinsiyet, çalışma ve iş koşulları, eğitim seviyesi, din, ırk, gelir düzeyi, evlilik ve aile yaşamı, toplumsal yaşam, kişilik özellikleri, biyolojik etkenlerle ilişkilendiren çalışmalar mevcuttur [3]. Yaşam doyumu ile ilgili yapılan çalışmalardan bazıları cinsiyet, ırk ve gelir durumunun yaşam doyumuna sınırlı etki ettiğini, buna karşın psikolojik değişkenlerin örneğin kişisel eğilimlerin, yakın ilişkilerin ve içinde yaşanılan kültürün kişinin yaşam doyumunu açıklamada daha fazla etkiye sahip olduğunu ileri sürmektedir [4]. Bugüne kadar yaşam doyumu üzerine yapılan çalışmaların çoğunun yaşlı bireyler üzerinde yapıldığı izlenmektedir. Ülkemizde de gençler arasında yapılmış çalışmalar sınırlıdır.

Öz-bakım ise bireylerin kişisel olarak yaşamlarını, sağlık ve iyiliklerini korumak için kendilerine düşen sorumluluklarını yerine getirmeleridir [1,5]. Öz-bakım kavramı, Dorothea E. Orem tarafından 1950' li yıllarda geliştirilmiştir. Bireylerin, kişisel olarak yaşamlarını, sağlık ve iyiliklerini korumak için üzerlerine düşeni yapmaları öz-bakım olarak tanımlanırken, ilgili aktiviteleri gerçekleştirme yeteneği öz-bakım gücü (ÖBG) olarak tanımlanmaktadır [6]. Bireyin öz-bakımı çocukluktan ileri yaşlara

doğru gelişim göstererek değişmektedir. Bu değişim; bireyin sağlık durumu, eğitimi, yaşam deneyimleri, yaşadığı toplumun kültürü, günlük yaşamda olanakları kullanabilmesi gibi faktörlere bağlıdır [7]. Gençlik dönemi içerisinde, birçok kavram şekillenir, duygu ve düşünceler oluşur. İleride daha geniş bir yaşam döneminde verilecek kararlar üzerine büyük etki yapacak alışkanlıklar biçimlenir. Bunlar gencin öz-bakımını gerçekleştirme yeteneğini, davranışlarını ve bilgilerini de etkiler. Bu yaş grubunun, ileride erişkin dönemdeki sağlık durumunu etkileyebilecek öz-bakım davranışlarının ve yaşam tarzı seçeneklerinin olduğu bir dönemi kapsamasından dolayı, sağlığın geliştirilmesi ve hastalıkların önlenmesi için sağlık bakımının odak noktası olarak görülmesi gerekir [8,9]. Sağlıklı bir bireyin temel gereksinimlerini karşılayabilmesi için yeterli öz-bakım gücüne sahip olması gerekir [10]. Sağlık ve öz-bakım davranışı arasında sıkı bir ilişki vardır. Öz bakım yerine getirildiğinde, sağlık ve iyilik halinin gelişmesine katkıda bulunmaktadır [11].

Bu çalışma, Pamukkale Üniversitesi Tıp Fakültesinde öğrenim gören öğrencilerin yaşam doyumu ve öz-bakım gücü düzeylerini belirlemek, bunlar arasındaki ilişkiyi incelemek ve etkileyen faktörleri ortaya çıkarmak amacıyla yapılmıştır.

Gereç yöntem

Kesitsel tipteki bu araştırmanın verileri 11.10.2010-22.10.2010 tarihleri arasında gerekli izinler alındıktan sonra toplanmıştır.

Araştırmanın evrenini Pamukkale Üniversitesi Tıp Fakültesi dönem 1-6 öğrencileri oluşturmaktadır. Örneklem seçimine gidilmemiş, bütün öğrencilerin araştırmaya alınması planlanmıştır. Pamukkale Üniversitesi Tıp Fakültesi'nde 1. sınıfta 140, 2. sınıfta 77, 3. sınıfta 76, 4. sınıfta 47, 5. sınıfta 57, 6. sınıfta 40 öğrenci vardır. Sözlü onam veren 310 (%70) öğrenci araştırmaya katılmıştır. Birinci sınıfların %73'ü, 2. sınıfların %55'i, 3. sınıfların %67'si, 4. sınıfların %87'si, 5. sınıfların %81'i ve 6. sınıfların %60'ı çalışmaya katılmıştır. Verilerin toplanmasında kullanılan anket formu üç bölümden oluşmaktadır. Birinci bölümde; cinsiyet, yaş, öğrenim gördüğü sınıf, sosyal güvencesi, annenin ve babanın eğitimi, babanın işi, hobisi, spor yapma durumu, sosyal aktivitelere katılma durumu, herhangi bir kronik hastalığının varlığı ve sigara kullanımı sorgulanmıştır. Katılanların sosyoekonomik seviyeleri *Aile Refah Ölçeği* (ARÖ) ile saptandı. ARÖ'de öğrencinin ailesinin kaç tane arabası olduğu, öğrencinin kendisine ait odası olup olmadığı, ailenin son 12 ay içinde kaç kez tatile çıktığı ve evde kaç tane bilgisayar olduğu sorularına verilen yanıtlara göre puanlanmaktadır. Buna göre ARÖ 1 (puan:0-3) düşük, ARÖ 2 (puan: 4,5) orta ve ARÖ 3 (puan: 6,7) yüksek refah düzeyini göstermektedir[12]. Bağımsız değişkenlerden iş durumu ise Boratav'ın sınıflamasına [13] göre *mavi yakalı (endüstri sektöründe) işçi*: sanayi, inşaat, maden işçileri; *beyaz yakalı ücretli*: ilgilinin yüksek öğrenimli olmasına bakılmaksızın, belli bir eğitim düzeyine veya meslek içi eğitimden kaynaklanan uzmanlaşmaya gerek duyan, ancak yüksek nitelikliden daha az nitelik gerektiren meslekler.(öğretmen, hemşire, polis, diş teknisyeni, banka memuru, sekreter v.b.): *yüksek nitelikli ücretli*: ücretli hekim, mühendis, avukat vb. şeklinde gruplandırılmıştır.

İkinci bölüm *Yaşam Doyum Ölçeği*'nden oluşmaktadır. *Yaşam Doyumu Ölçeği*, bireylerin yaşamlarından aldıkları doyumu belirlemek amacıyla geliştirilmiş, Türk toplumuna uyarlanmıştır [14]. Ölçek 1 (hiç uygun değil) ile 7 (tamamıyla uygun) arasında değişen likert tipinde 5 maddeden oluşmaktadır. Her bir maddeden alınan puanlar 1 ile 7, toplam puan ise 7-35 arasında değişebilmektedir. Ölçeğin bu çalışmada Cronbach alpha değeri 0,88 olarak bulunmuştur. Üçüncü bölüm *Öz bakım Gücü Ölçeği*'nden oluşmaktadır. *Öz bakım Gücü Ölçeği*, Kearney ve Fleischer tarafından 1979 yılında geliştirilmiş ve Nahçıvan tarafından Türkiye'de geçerlilik ve güvenilirliği tespit edilmiştir[10]. Otuz beş maddeden oluşan bu ölçek bireylerin öz bakım eylemleriyle ilgilenme

durumlarını, kendilerinin değerlendirmeleri üzerine odaklanmıştır. Her bir ifade 0'dan 4'e kadar puanlanmıştır. «Beni hiç tanımlamıyor» yanıtına 0 puan, diğerlerine sırasıyla 1, 2, 3, 4 puan verilir. Türkçeleştirilen ölçekte 8 ifade (3, 6, 9, 13, 19, 22, 26, 31) negatif olarak değerlendirilmiş ve puanlama ters döndürülmüştür. Alınan toplam puanın yüksekliği öz bakım gücünün büyüklük derecesini gösterir. Bu çalışmada Cronbach alfa değeri 0,91 olarak bulunmuştur [10].

Araştırmada ikili ölçümsel değerlerin karşılaştırılması için t testi, üç ve daha fazla ölçümsel değer karşılaştırılması için ANOVA testi, tanımlayıcı veriler için ise frekans tablosu ve ki-kare testi kullanılmıştır. Çoklu değişkenli analiz için stepwise lineer regresyon analizi uygulanmıştır. İstatistikler SPSS for Windows, 17. versiyon paket programı kullanılmıştır.

Bulgular

Katılımcıların çoğunluğu kadın (%55,8), yaş ortalaması (ss) 20,7(1,8) ve alt ve üst değerler 17 ve 27'dir. Annesi yüksekokul/üniversite mezunu olanlar %29,0 ve babası yüksekokul/üniversite mezunu olanlar %51,8'dir. Sosyal güvencesi olmayanlar veya yeşil kartlılar (%9,7)'dir ve sosyal güvencesi olanların büyük çoğunluğunu emekli sandığına bağlı olanlar (%49,7) oluşturmaktadır. Babası mavi yakalı olanlar %14,0, beyaz yakalı olanlar %50,2 ve yüksek nitelikli olanlar %13,3'tür. Düşük sosyoekonomik seviyede olanlar %40,6 ile çoğunluğu oluşturmaktadır. Katılımcıların %81,3'nin en az bir hobisi vardır ve %63,8'i herhangi bir spor aktivitesinde bulunmaktadır. Herhangi bir kronik hastalığı olanlar %10,7'dir. Sigara içmemiş olanlar % 82,9 iken, şu an sigara içmekte olanlar %11,6'dır. (Tablo 1)

Çalışmamızda yaşam doyumunu (YD) puanı ortalaması (ss) 24,5 (6,5), alt ve üst değerler ise 5 ve 35 olarak bulunmuştur. YD puanları yaş gruplarına göre incelendiğinde, 21 ve altı yaş grubunda YD puanı 25,2 (6,2), 21 üzeri yaş grubunda YD puanı 23,5 (6,9) bulunmuştur. Yaş arttıkça yaşam doyumu puanları azalmaktadır. Öğrencinin bulunduğu sınıf YD puanını etkilemektedir. Okulun ilk 3 yılında YD puan ortalaması 25,1 (6,2) ve son 3 yılında YD puan ortalaması 23,4 (6,8) ($p=0.04$)'tür. Öğrencinin sosyal güvence durumu da yaşam doyumunu etkilemektedir. Sosyal güvencesi yok veya yeşil kart olanların YD puan ortalaması 21,7 (7,9); iken özel sigortası olanların YD puan ortalaması 26,3(4,6) ($p=0.02$)'tür. Annesi okur-yazar olmayanların

Tablo 1: Çalışmaya katılan tıp fakültesi öğrencilerinin özellikleri

Değişkenler	n	%
Toplam	310	100
Cinsiyet		
Kadın	173	55,8
Erkek	137	44,2
Yaş grupları		
≤ 19	83	27,9
20-22	166	55,9
≥23	48	16,2
Sınıf		
Dönem 1	102	33,3
Dönem 2	42	13,7
Dönem 3	51	16,7
Dönem 4	41	13,4
Dönem 5	46	15
Dönem 6	24	7,8
Sosyal güvence		
Yok veya yeşil kart	30	9,7
Emekli sandığı	153	49,7
SSK	74	24
Bağkur	44	14,3
Özel sigorta ve diğer	7	2,3
Annenin eğitimi		
Okur yazar değil	16	5,2
Okur yazar	7	2,3
İlkokul	107	34,5
Ortaokul	19	6,1
Lise	71	22,9
Yüksekokul/Üniversite	90	29
Babanın eğitimi		
Okur yazar değil	3	1
Okur yazar	1	0,3
İlkokul	53	17,2
Ortaokul	28	9,1
Lise	64	20,7
Yüksekokul/Üniversite	160	51,8
Babanın iş grubu		
Mavi yakalı	39	14
Beyaz yakalı	140	50,2
Yüksek nitelikli	37	13,3
Esnaf	49	17,6
Çiftçi	14	5
Sosyoekonomik düzey		
Düşük	126	40,6
Orta	121	39
Yüksek	63	20,3

Hobisi varlığı		
Hayır	57	18,7
Evet	248	81,3
Spor yapma durumu		
Hayır	111	36,2
Evet	196	63,8
Sosyal aktivitelere katılma durumu		
Hayır	68	22,2
Evet	238	77,8
Herhangi bir kronik hastalık varlığı		
Hayır	275	89,3
Evet	33	10,7
Sigara kullanımı		
Hayır	257	82,9
Evet, bırakmış	17	5,5
Evet, halen	36	11,6

YD puan ortalaması 21,2(8,4) iken yüksekokul mezunu olanların YD puan ortalaması 26,3(5,2) ($p<0.001$)'tür. Babası okur-yazar olmayanların YD puan ortalaması 14(7,5) ve yüksekokul mezunu olanların YD puan ortalaması 25,2(6,2) ($p=0.002$) bulunmuştur. Annesi çalışanlarda YD puan ortalaması 25,8(5,3) iken, çalışmayanlarda YD puan ortalaması 23,6(6,8) ($p=0.03$)'dir. Babasının iş grubu yüksek nitelikli olanların YD puan ortalaması 26,9(5,4), çiftçi olanların YD puan ortalaması ise 21,3(7,0) ($p=0,01$)'tür. Yüksek sosyoekonomik düzeye sahip olanların YD puan ortalaması 27,3(4,6) iken düşük sosyoekonomik düzeydekilerin YD puan ortalaması 22,5(7,1) ($p<0.001$)'tir. Spor yapmayanların YD puan ortalaması 22,3(7,4), spor yapanların YD puan ortalaması 25,1(6,1) ($p=0.002$)'dir. (Tablo 2)

Araştırmamızda öz-bakım gücü (ÖBG) puanı ortalaması (ss) 95,8(18,7), alt ve üst değerler ise 38 ve 140 olarak bulunmuştur. Kadın cinsiyette ÖBG puanı yüksek olmasına rağmen istatistiksel farklılık göstermemektedir ($p=0.08$). Öğrencinin bulunduğu yaş grubu ve sınıfı da ÖBG puanı açısından farklılık göstermemektedir. Sosyal güvencesi yok veya yeşil kart olanların ÖBG puan ortalaması 81,4(18,0), özel sigorta olanların ÖBG puan ortalaması 107(12,4) ($p<0.001$)'dir. Annesi okur yazar olmayanların ÖBG puan ortalaması 83,4(20,4) olmasına karşın yüksekokul/üniversite mezunu olanların ÖBG puan ortalaması 99,7(17,2) ($p=0.03$)'dir. Babası okur yazar olmayanların ÖBG puan ortalaması 76(41,0) iken, yüksekokul/üniversite mezunu olanların ÖBG puan ortalaması 98,6(18,8) ($p=0.01$)'dir. Annesi çalışanların ÖBG puan ortalaması 97,1(16,7) ve çalışmayanların

ÖBG puan ortalaması ise 93,5(19,4) ($p=0.04$)'tir. Sosyoekonomik düzeyi düşük olanların ÖBG ortalaması 91,2(18,8) ve yüksek olanların ÖBG puan ortalaması ise 101,0(19,5) ($p<0.001$)'dir. Hobisi olanların ÖBG ortalaması 97,7(18,7) ve olmayanların ÖBG puan ortalaması 88,3(17,3) ($p<0.001$)'tür. Sporla uğraşanların ÖBG puan ortalaması 98,1(18,4) ve uğraşmayanların ortalaması ise 88,2(18,1) ($p<0.001$)'dir. Hala sigara kullanmakta olanların ÖBG puan ortalaması 86,1(20,5), eskiden kullanıp bırakanların ÖBG puan ortalaması 91,5(17,5) iken, hiç kullanmayanların ÖBG puan ortalaması 97,5(18,1) ($p=0.003$)'tir. (Tablo 2)

Tablo 2: Tıp fakültesi öğrencilerinin özbakım gücü ve yaşam doyumlarını etkileyen faktörler

Değişkenler	Özbakım gücü puanı*	Yaşam doyumu puanı*
	x(ss)	x(ss)
Toplam	95,8(18,7)	24,5(6,5)
Cinsiyet		
Kadın	97,6(18,6)	24,8(6,05)
Erkek	93,6(18,7)	24,03(6,9)
P değeri	0.08	0.3
Yaş grupları		
≤ 21	95,7(17,2)	25,2(6,2)
21>	96,7(21,3)	23,5(6,9)
P değeri	0.6	0.04
Sınıf		
Dönem 1-3	96,1(17,2)	25,1(6,2)
Dönem 4-6	95,5(21,2)	23,4(6,8)
P değeri	0.7	0.04
Sosyal güvence		
Yok veya yeşil kart	81,4(18,0)	21,7(7,9)
Emekli sandığı	99,2(17,7)	25,1(6,1)
SSK	94,1(17,8)	23,3(6,3)
Bağkur	96,02(19,9)	25,8(6,5)
Özel sigorta ve diğer	107(12,4)	26,3(4,6)
P değeri	0.001	0.02
Annenin eğitimi		
Okur yazar değil	83,4(20,4)	21,2(8,4)
Okur yazar	103,4(11,4)	21,7(5,4)
İlkokul	94,7(18,1)	23,2(6,6)
Ortaokul	92(18,8)	22,6(7,1)
Lise	95,7(20,5)	25,6(6,3)
Yüksekokul/Üniversite	99,7(17,2)	26,3(5,2)
P değeri	0.03	<0.001

Babanın eğitimi

Okur yazar değil	76(41,0)	14(7,5)
Okur yazar	114(0,0)	30(0,0)
İlkokul	88,7(17,5)	22,1(6,1)
Ortaokul	97,4(16,8)	23,7(6,6)
Lise	94,3(18,1)	25,2(6,5)
Yüksekokul/Üniversite	98,6(18,8)	25,2(6,2)
P değeri	0.01	0.002

Annenin çalışma durumu

Çalışmıyor	93,5(19,4)	23,6(6,8)
Çalışıyor	97,1(16,7)	25,8(5,3)
P değeri	0.04	0.03

Babanın iş grubu

Mavi yakalı	963,9(15,6)	22,3(6,2)
Beyaz yakalı	97,4(19,9)	6,8(2,9)
Yüksek nitelikli	100,4(16,3)	26,9(5,4)
Esnaf	92,5(19,3)	24,8(5,7)
Çiftçi	97,8(17,9)	21,3(7,0)
P değeri	0.3	0.01

Sosyoekonomik düzey

Düşük	91,2(18,8)	22,5(7,1)
Orta	97,9(17,2)	25,1(5,9)
Yüksek	101,0(19,5)	27,3(4,6)
P değeri	<0.001	<0.001

Hobisi var mı

Hayır	88,3(17,3)	23,9(7,1)
Evet	97,7(18,7)	24,6(6,3)
P değeri	<0.001	0.5

Sosyal aktivitesi var mı

Hayır	95,9(18,4)	24,6(6,3)
Evet	95,2(21,1)	23(7,8)
P değeri	0.8	0.2

Spor yapıyor mu

Hayır	88,2(18,1)	22,3(7,4)
Evet	98,1(18,4)	25,1(6,1)
P değeri	<0.001	0.002

Sigara kullanımı

Hayır	97,5(18,1)	24,6(6,0)
Evet, bırakmış	91,5(17,5)	24,7(7,8)
Evet, halen	86,1(20,5)	22,8(8,4)
P değeri	0.003	0.3

Alkol kullanımı

Hayır	95,6(17,7)	24,6(6,3)
Evet	96,1(21,3)	24,3(6,9)
P değeri	0.8	0.7

Kronik hastalık varlığı

Hayır	95,9(18,7)	24,5(6,3)
Evet	93,9(20,0)	23,7(10,2)
P değeri	0.7	0.7

*İstatistiksel analizde 2 ortalamanın karşılaştırılmasında t-testi, 2'den fazla ortalamanın karşılaştırılmasında ANOVA testi kullanılmıştır.

Öğrencilerin öz-bakım gücü puanları ile yaşam doyumu puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı korelasyon mevcuttur ($r=0,40$, $p<0.001$). YD puanı ile anne eğitim düzeyi yüksek olanlarda ($p=0.01$), sosyoekonomik düzeyi yüksek olanlarda ($p=0.02$) ve ilk üç sınıfta okuyan tıp öğrencilerinde ($p=0.04$) diğer faktörlerin karıştırıcı etkileri uzaklaştırdıktan sonra anlamlı ilişki bulunmuştur. (Tablo 3) ÖBG puanı ile sosyal aktivitesi olanlarda ($p=0.005$), sosyoekonomik düzeyi yüksek olanlarda ($p=0.009$), sigara içmeyenlerde ($p=0.01$) ve hobisi olanlarda ($p=0.01$) diğer faktörlerin karıştırıcı etkileri uzaklaştırdıktan sonra anlamlı ilişki bulunmuştur. (Tablo 4)

Tartışma

Çalışmamızda ilk üç sınıfta okuyan tıp öğrencilerinde, anne eğitim düzeyi yüksek olanlarda ve sosyoekonomik düzeyi yüksek olanlarda yaşam doyumu daha yüksek bulunmuştur. Yaşam doyumu ve yaş ilişkisinin araştırıldığı daha önceki araştırmalarda genel bulgu, yaş arttıkça yaşam doyumunun azaldığı şeklindedir [16]. Bu çalışma da bu bulgu desteklenmektedir. Çalışmamızda yaşı yansıtmak açısından sınıf değişkeni kullanılmış olup sınıf arttıkça yaşam doyumunun azaldığı gösterilmiştir. Öte yandan, tıbbi yazında bu bulguya tezat oluşturan çalışmalar da mevcuttur. Bir çalışma [17] yaşam doyumunun çok genç

Tablo 3. Çoklu analiz sonuçlarına göre yaşam doyumunu etkileyen faktörler*[∞]

	β	Standart Hata	Güven Aralığı	P
Anne eğitimi	0,8	0,3	0,2-1,3	0.01
Sosyoekonomik düzey	1,47	0,6	0,3-2,67	0.02
Sınıf(1-3,4-6)	-1,6	-0,12	-3,2-0,04	0.04

* Sonuçlar lineer regresyondan elde edilmiştir. Yaşam doyumunun öğrencinin yüksek anne eğitimi, yüksek SES ile pozitif ve sınıfların artmasıyla negatif ilişkisi vardır.
[∞]Yaş sınıfla ciddi korelasyon gösterdiği için modele girmemiştir. Modele sadece yaşın girdiği durumda da sonuçlar çok benzerdir.

Tablo 4. Çoklu analiz sonuçlarına göre özbakım gücünü etkileyen faktörler*

	β	Standart Hata	Güven Aralığı	P
Sosyal Aktivite	7,5	2,6	2,3-12,6	0.005
Sosyoekonomik düzey	3,9	1,5	0,9-6,7	0.009
Sigara içme durumu	-5,3	2,0	-9,2- (-)1,2	0.010
Hobi varlığı	5,9	2,3	1,2-10,4	0.010

*Sonuçlar lineer regresyondan elde edilmiştir. Öz-bakım gücünün öğrencinin sosyal aktivitesinin olması, yüksek SES ve hobisinin olması ile pozitif, sigara içmesi ile negatif yönde ilişkisi vardır.

ve yaşlılarda farklı olmadığını bildirmekte, yaş ile yaşam doyumu arasında nedensel bir ilişki olmadığı söylemektedir. Yine aynı çalışmada cinsiyet, ırk ve gelir durumunun yaşam doyumunu ve mutluluğu yorumlamada hemen hemen hiçbir etkiye sahip olmadığını psikolojik değişkenlerin örneğin; kişisel eğilimlerin, yakın ilişkilerin ve içinde yaşanılan kültürün birey üzerindeki etkisinin yaşam doyumunu açıklamada daha fazla etkiye sahip olduğunu öne sürmektedir. Bizim çalışmamızda ise sosyoekonomik düzeyin yükselmesi ile yaşam

doyumunda belirgin iyileşme yukarıdaki çalışma bulgularıyla çatışmaktadır.

Tıbbi yazında yaşam doyumu ile yüksek sosyoekonomik düzey arasında pozitif ilişki gösteren çalışmalar mevcuttur. Özgür ve ark.[18] evde ve yurttan kalan üniversite öğrencilerinde yaşam doyumunu etkileyen değişkenleri incelemiştir. Hem evde hem yurttan kalan öğrencilerde ekonomik durumu iyi olan öğrencilerin yaşam doyumu daha yüksek düzeyde bulunmuştur. Bu sonuç; sosyoekonomik düzeyin yaşam doyumu

üzerindeki etkisini ortaya koyan diğer araştırma sonuçlarıyla da uyumludur [19,20]. Türk ve Amerikalı üniversite öğrencileriyle yapılan bir diğer çalışmaya göre yaşam doyumu ile maddi özgürlük arasında pozitif yönde bir ilişki olduğu bildirilmiştir [20].

Bu çalışmada cinsiyet ile yaşam doyumu arasında ilişki saptanmamıştır. Benzer şekilde, Gündoğar ve ark. [21] yaptığı üniversite öğrencilerinde yaşam doyumunu etkileyen faktörlerin incelendiği araştırmada kız ve erkek öğrencilerin yaşam doyumu puanları açısından anlamlı fark saptanmamıştır.

Araştırmamızda elde ettiğimiz özbakım gücü puanı ortalaması daha önce benzer topluluklarda yapılmış 3 ulusal çalışmadaki özbakım gücü(ÖBG) puanı ortalamalarına benzemektedir. ÖBG puan ortalamaları (ss) üniversite öğrencilerinde yapılan bir çalışmada[22] 96,6 (18,2); sağlıklı adölesanlarda yapılan diğer bir çalışmada[14] 93,5 (17,4) ve sağlık yüksekokulu öğrencilerinde yapılan diğer bir çalışmada[20] ise 99,19 olarak saptanmıştır. Buna karşın; araştırmamızda elde ettiğimiz ÖBG puanı ortalaması daha önce benzer topluluklarda yapılmış diğer 2 ulusal ve 2 uluslararası çalışmadaki sonuçlardan daha yüksektir. Ulusal çalışmalardan birinde [24] ÖBG puan ortalaması 89,9 (19,9) ve diğer bir çalışmada[25] ise 90,6 (20,0)'dir. ÖBG puan ortalaması uluslararası çalışmalardan birinde[8] 62 ve diğerinde[9] ise 58'dir. Bu farklılıklara sebep olarak çalışmaların yapıldığı zaman ve yer farklılıkları öne sürülebilir. Ayrıca çalışmalar arası zamanda iletişimin büyük bir hızla arttığı ve bununla öz-bakımı artırma etkisi olabileceği öne sürülebilir.

Bu çalışmada; özbakım gücü ile sosyoekonomik düzeyi yüksek olanlarda, sosyal aktivitesi olanlarda, sigara içmeyenlerde ve en az bir hobisi olanlarda anlamlı ilişki saptanmıştır. Buna karşın kadınlarda ÖBG puanı erkeklere göre yüksek olmasına rağmen istatistiksel fark yoktur. Buna karşın, Tüfekçi ve ark.[24] çalışmasında kız öğrencilerin ÖBG puan ortalaması anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. İlâveten; Nahçıvan [14] araştırmasında cinsiyet ile ÖBG arasında anlamlı bir ilişki saptanmış ve kızların ortalamalarını, erkeklere oranla daha yüksek bulmuştur. Fakat, Bakoğlu [10] ise erkeklerin puan ortalamasını daha yüksek belirlemiş ve gruplar arasında anlamlı bir fark saptanmıştır.

Bu çalışmada sosyoekonomik düzeyi yüksek olanlarda özbakım gücü yüksek

bulunmuştur. Bu sonuç bireyin özbakımını gerçekleştirmesinin de gelir düzeyinin etkili olduğunu düşündürmektedir. Benzer şekilde Altun ve ark.[23], Sağlık Yüksekokulu öğrencileri, Eryılmaz ile ark.[26] gebeler üzerinde yapmış oldukları çalışmada gelir düzeylerinin ÖBG etkilediği tespit edilmiştir. Bazı çalışmalarda [10,24,27], ailenin gelir durumu ile özbakım gücü arasındaki ilişki anlamsız bulunmuştur.

Çalışmamızda sigara içme durumu ile ÖBG arasında anlamlı ilişki saptanmıştır. Sigara kullananlarda öz-bakım gücü puanının düşük bulunmuştur. Meslek Yüksekokulu Öğrencilerinde [24] ve sağlıklı ergenlerde [6] sigara kullanma durumu ve sıklığı ile ÖBG puan ortalamalarının kıyaslanmasında benzer sonuçlara ulaşılmıştır. Sigara kullananlarda ÖBG puanının düşük olması beklenen bir sonuçtur. Zaten zararları artık her kesimce çok iyi bilindiği halde sigara kullanıyor olma kendi sağlığını hiçe sayma, bu konuda gereken sorumluluğu yüklenmeme ile örtüşen bir durumdur.

Bu çalışmada özbakım gücü ile kronik hastalık varlığı arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Tüfekçi ve ark.[24] meslek yüksekokulu öğrencilerinin özbakım gücü düzeylerinin belirlenmesi çalışmasında, herhangi bir hastalığı olmadığını belirten öğrencilerin özbakım gücü puan ortalamasını, hastalığı olduğunu belirten öğrencilerin özbakım gücü puan ortalamasından anlamlı düzeyde yüksek bulmuştur. Bu sonuca göre, özbakım gücünün belli hastalıklardan korunmayı sağlaması yanında, hastalanan kişilerde hastalığa bağlı olarak özbakım gücünde bir düşüş olarak yorumlanabilir. Fakat bunun tersi de söz konusu olabilir. Yani herhangi bir hastalığa yakalanan kişilerde tekrar hastalanmamak ya da mevcut hastalıkları ile baş edebilmek ve/veya başka bir hastalığa yakalanmamak için özbakım güçlerinde bir artış söz konusu olabilir.

Sonuç olarak, 1) üniversite ortamında sosyal faaliyetlere ve hobilere uygun ortamların ve alt yapının oluşturulmasını, öğrencilerin sosyal ve spor aktivitelerine katılımının teşvik edilmesini, 2) sigaraya karşı yeterli mücadelenin üniversite yönetimi tarafından sağlanmasının ve kötü örnek teşkil edeceği için üniversite personeli tarafından titizlikle yasakların yerine getirilmesini, sigara yasağının yasalarca belirtilen bölgelerde dikkatli şekilde uygulanmasını, düzenli aralıklarla tüm öğrencilere ulaşacak şekilde sigaranın zararlarına ilişkin eğitimlerin yapılmasını, sigara içenlerin sigarayı bırakması yönünde teşvik edici aktivitelerin ve uygulamaların yapılmasını, 3) anne eğitim düzeyi öğrencinin yaşam doyumu

puanını anlamlı bir şekilde etkilediğinden toplum olarak eğitim seviyesi yükseltilmesi için gösterilen çabanın artırılmasının uygun olacağı önerilmektedir.

Çıkar İlişkisi: Yazarlar çıkar ilişkisi olmadığını beyan eder.

Kaynaklar

- Altay B, Avcı İ. Huzurevinde yaşayan yaşlılarda özbakım gücü ve yaşam doyumu arasındaki ilişki. *Dicle Tıp Derg* 2009;36:275-282.
- Gürbüz AG. Öfke denetimi eğitiminin lise son sınıf öğrencilerinin öfkeyle başa çıkma, yaşam doyumları ve depresyon düzeylerine etkisinin incelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü*, 2008, İzmir.
- Dilmaç B, Ekşi H. Meslek yüksek okullarında öğrenim gören öğrencilerin yaşam doyumları ve benlik saygılarının incelenmesi. *SUSBED* 2008;20:279-288.
- Myers DG, Diener E. Who is happy?. *Psychol Sci* 1995;6:10-19.
- Akduman S, Bolışık B, Sönmez S. Sağlıklı ergenlerin özbakım güçlerinin incelenmesi. *Hemşirelik Forumu* 2004;7:17-21.
- Fawcett J. The nurse theorists: 21st century updates Dorothea E Orem. *Nurs Sci Q* 2001;14:34-38.
- Kara B. Özbakım tanımı ve kavramsal yönü. *Sendrom* 2001;13:105-108.
- Mc Caleb A, Edgil A. Self-concept and selfcare practices of healthy adolescents. *J Pediatr Nurs* 1994;9:233-238.
- Mc Caleb A, Cull V. Sociocultural influences and self-care practices of middle adolescents. *J Pediatr Nurs* 2000;15:30-35.
- Bakoğlu E, Yetkin A. Hipertansiyonlu hastaların özbakım gücünün değerlendirilmesi. *Cumhuriyet Univ Hemsire YO Derg* 2000;4: 41-49.
- Parissopoulos S, Kotzabassaki S. Orem's theory, transactional analysis and the managements of elderly rehabilitation. *Icus Nurs Web J* 2004;17:1-11.
- Currie CE, Elton, RA., Todd, J. Platt, S. Indicators of socioeconomic status for adolescents: the WHO health behaviour in school-aged children survey. *Health Educ Res* 1997;12:385-397.
- Boratav K. İstanbul ve Anadolu'dan sınıf profilleri. İstanbul: Türkiye Ekonomik ve Toplumsal Tarih Vakfı Yayını,1995.
- Çeçen RA. Üniversite öğrencilerinde yaşam doyumu yordamada bireysel bütünlük (tutarlılık) duygusu, aile bütünlük duygusu ve benlik saygısı. Eğitimde Kuram ve Uygulama 2008;4:19-30.
- Köker S. Normal ve sorunlu ergenlerde yaşam doyumu düzeyinin karşılaştırılması. Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara: 1991.
- Robinson JP. Measures of social psychological attitudes, revised ed. Survey Research Center Inst for Social Research, Michigan: 1973.
- Onur B. Ergenliği anlamak. Ankara: İmge Kitabevi, 1995.
- Özgür G., Gümüş BA., Durdu B. Evde ve yurtda kalan üniversite öğrencilerinde yaşam doyumu. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi* 2010;1:25-32.
- Sam DL. Satisfaction with life among international students: An exploratory study. *Soc Indic Res* 2001;53:315-337.
- Matheny KB, Curlette WL, Aysan F, et al. Coping resources, perceived stress and life satisfaction among Turkish and American university students. *Int J Stress Manag* 2002;9:81-97.
- Gündoğar D, Gül SS, Uskun E, Demirci S, Keçeci D. Üniversite öğrencilerinde yaşam doyumunu yordayan etkenlerin incelenmesi. *Klinik Psikiyatri* 2007;10:14-27.
- Süzek H, Çakmak O. Muğla sağlık yüksekokulu öğrencilerinin sosyo-demografik özelliklerinin öz bakım güçlerine etkisinin belirlenmesi. *İnsan Bilimleri Dergisi* 2004;1-10.
- Altun İ, Özdemir S, Ersoy N. Sağlık yüksekokulu öğrencilerinin kişisel değerlerinin öz bakım güçlerine etkisi. 7. Ulusal hemşirelik kongresi bildiri kitabı, Erzurum. 1999;366-371.
- Güdücü FT, Arıkan D. Sağlıklı adölesanların özbakım gücü ile anne babalarının özbakım gücünün karşılaştırılması ve sosyodemografik özelliklerle ilişkisi. *Atatürk Üni HYO Derg* 2002;5:45-52.
- Ünalın D, Şenol V, Öztürk A. Meslek yüksekokulu öğrencilerinin özbakım gücü düzeylerinin belirlenmesi. *İnönü Univ Tıp Fak Derg* 2006;13:95-102.
- Eryılmaz G, Erci B, Engin R. Gebelik sayısının özbakım gücüne etkisi. *Atatürk Üni HYO Derg* 1999;2:76-89.
- Sayan A, Erci B. Çalışan kadınların sağlığı geliştirici tutum ve davranışları ile öz-bakım gücü arasındaki ilişkinin değerlendirilmesi. *Atatürk Üni HYO Derg* 2001;4:11-19.