



Yüklenme Tarihi: 07.02.2026 **Kabul Tarihi:** 21.06.2026 **Yayın Tarihi:** 30.07.2026

Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Sağlık Okuryazarlığı Düzeylerinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi (Çanakkale İli Örneği)*

Gökmen ÖZEN^{1*} , Hasan ABANOZ¹ , Kaan Barış ACAR¹ 

¹ Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

ÖZ

Bu araştırmanın amacı gelecek yıllarda toplumsal sağlığının önemli paydaşlarında biri olacak spor bilimleri lisans öğrencilerinde sağlık okuryazarlığı seviyesinin incelenmesidir. Araştırmaya Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi'nden 138 lisans öğrencisi gönüllü olarak katılmıştır. Katılımcıların 65'i kadın ve 73'ü erkektir. Veri toplama aracı olarak demografik bilgi formu ve Okyay, Abacıgil ve Harlak (2016) tarafından geliştirilen Türkiye Sağlık Okuryazarlığı Ölçeği (TSOY-32) kullanılmıştır. Verilerin analizinde normal dağılım gösteren veriler için Bağımsız Gruplarda t-Testi ve tek yönlü varyans analizi (ANOVA), normal dağılım göstermeyen veriler için ise Mann-Whitney U ve Kruskal-Wallis testleri kullanılmıştır. Analizlerde tip I hata payı α : 0,05 olarak kabul edilmiştir. Katılımcıların cinsiyet, bölüm, sınıf ve haftalık antrenman rutini bakımından sağlık okuryazarlık skor ortalamalarında anlamlı bir fark olmadığı tespit edildi ($p>0.05$). Sağlık eğitimi alan öğrencilerin almayan öğrencilere göre tedavi hizmetleri alt boyut ve toplam indeks skor ortalamalarının daha yüksek olduğu ayrıca aktif sporcu lisanslı öğrencilerin ise aktif sporcu lisansı olmayanlardan hastalıklardan korunma/sağlığın geliştirilmesi alt boyut skor ortalamalarının anlamlı seviyede daha yüksek olduğu belirlendi ($p<0.05$). Sonuç olarak spor bilimleri fakültesi öğrencilerinde cinsiyet, bölüm ve sınıfa göre değişim görülmezsizin sağlık eğitimi almanın ve aktif lisanslı spor yapmanın sağlık okuryazarlığı düzeyini artıran başlıca faktörler olduğu görülmüştür. Bu bağlamda sağlık okuryazarlığı konusunun spor bilimleri lisans eğitim müfredatına alınması ve bu içerikte ders dışı eğitim faaliyetlerinin faydalı olacağı düşünülmektedir.

Anahtar kelimeler: Beden Eğitimi, Sağlık okuryazarlığı, Spor, Öğrenci

Investigation Of Health Literacy Levels Of Sports Sciences Faculty Students According To Some Variables (Çanakkale Sample)

ABSTRACT

The aim of this study was to examine the health literacy levels of undergraduate sports sciences students, who are expected to become important stakeholders in public health in the coming years. A total of 138 undergraduate students from the Faculty of Sports Sciences at Çanakkale Onsekiz Mart University voluntarily participated in the study. Of the participants, 65 were female and 73 were male. A demographic information form and the Turkish Health Literacy Scale (TSOY-32), developed by Okyay, Abacıgil, and Harlak (2016), were used as data collection tools. Independent samples t-test and one-way ANOVA were used for normally distributed data, whereas Mann-Whitney U and Kruskal-Wallis tests were used for non-normally distributed data. The level of significance was accepted as $\alpha = 0.05$. No significant differences were found in the mean health literacy scores according to gender, department, class level, or weekly training routine ($p > 0.05$). Students who had received health education demonstrated higher mean scores in the treatment services sub-dimension and total health literacy index compared with those who had not received health education. In addition, students who actively participated in licensed sports had significantly higher mean scores in the disease prevention/health promotion sub-dimension compared with non-licensed students ($p < 0.05$). In conclusion, receiving health education and actively participating in licensed sports were identified as important factors associated with higher health literacy levels among sports sciences students. In this context, incorporating health literacy into undergraduate sports sciences curricula and increasing extracurricular educational activities on this subject may be beneficial.

Keywords: Health Literacy, Physical Education, Sport, Student

* Sorumlu Yazar: gokmenozen44@gmail.com

* Bu çalışma; 2. Uluslararası Egzersiz ve Spor Bilimleri Kongresinde (UESBK-2024), Samsun, Türkiye, 05 Aralık 2024, (Özet Bildiri) olarak sunulmuştur.

GİRİŞ

Sağlık kavramı, yalnızca hastalık ve sakatlığın olmaması değil, bireyin fiziksel, ruhsal ve sosyal yönden tam bir iyilik hali içinde olması olarak tanımlanmaktadır (WHO, 2021). Günümüzde sağlık ve tıp alanı, teknolojik gelişmeler ve bilimsel yeniliklerle birlikte son derece hızlı bir dönüşüm süreci yaşamaktadır. Son yıllarda dijital sağlık uygulamaları, giyilebilir teknolojiler, yapay zekâ destekli tanı ve tetkik sistemleri, uzaktan sağlık hizmetleri ve kişiselleştirilmiş tıp uygulamaları, sağlık hizmetlerinin verilme biçimini köklü biçimde değiştirmektedir. Bu hızlı dönüşüm, insanların sağlık kapsamındaki bilgileri takip etmesini, yeni teknolojileri anlamasını ve sağlıkla ilgili kararlarını bilinçli şekilde verebilmesini her zamankinden daha önemli hale getirmiştir (Stoumpos, Kitsios ve Talias, 2023; Özdemir ve Bilgin, 2021).

Teknolojik yenilikler ve gelişmelerle birlikte son yıllarda sağlıkta bilgiye erişim de büyük ölçüde artmıştır. İnternet, mobil uygulamalar ve sosyal medya kullanarak insanlar sağlık konusunda çok sayıda bilgiye ve açık veriye ulaşabilmektedir. Ancak bu bilgilerin doğru, güvenilir ve bilimsel temellere dayalı olup olmadığını ayırt edebilmek zor ve önemli bir beceri gerektirmektedir. İşte bu noktada sağlık okuryazarlığı kavramı ön plana çıkmaktadır (Mansur ve Cığerci, 2022; Stauch et al., 2025). Sağlık okuryazarlığı, bireyin sağlık hakkındaki bilgileri elde etme, anlama, değerlendirme ve günlük yaşamlarında kullanabilme becerisi olarak tanımlanmaktadır. Özellikle dijitalleşmenin hız kazandığı günümüzde sağlık okuryazarlığı, yalnızca yazılı bilgileri okuyup anlamayı değil, aynı zamanda dijital sağlık teknolojilerini doğru şekilde kullanabilmeyi ve yorumlayabilmeyi de içermektedir (Sørensen et al., 2012; Norman ve Skinner, 2006).

Son yıllarda özellikle gençler, teknolojik gelişmelere en hızlı uyum sağlayan gruplardan biri olmakla birlikte, aynı zamanda bilgi kirliliğine de en fazla maruz kalan gruplardan biridir. Üniversite öğrencileri, sağlık davranışlarının şekillendiği kritik bir yaşam döneminde bulunmaları nedeniyle sağlık okuryazarlığı açısından önemli bir hedef grubu oluşturmaktadır. Bu dönemde kazanılan sağlıkla ilgili bilgi, tutum ve davranışlar, bireyin sonraki yaşantısında da sağlık alışkanlıklarını belirleyebilmektedir. Bu nedenle gençlerin sağlıkla ilgili doğru bilgiye ulaşabilme, bilgiyi değerlendirebilme ve sağlıklı yaşam kararları alabilme kabiliyetlerinin geliştirilmesi hem bireysel hem de toplumsal sağlık açısından büyük önem taşımaktadır (Kühn ve ark., 2022; Uğraş ve ark., 2021).

Spor bilimleri alanında eğitim gören öğrenciler hem kendi sağlıklarını yönetmek hem de ileride çalışacakları bireylerin sağlık davranışlarını yönlendirmek açısından önemli bir role sahiptir (Dinç ve ark., 2020). Bu öğrenciler, antrenör, beden eğitimi öğretmeni, spor yöneticisi veya rekreasyon uzmanı olarak görev aldıklarında, bireylerin fiziksel aktivite düzeylerini artırma, sağlıklı yaşam alışkanlıkları kazandırma ve hastalıklardan korunma süreçlerinde aktif rol oynayacaklardır (Karabulut & Karacan Doğan, 2019). Bu nedenle spor bilimleri öğrencilerinin sağlık okuryazarlığı düzeylerinin yüksek olması hem bireysel hem de toplumsal sağlık açısından kritik bir öneme sahiptir (Yalman ve Gürsan, 2023; Yılmaz ve Çimen, 2025). Özellikle aktif spor yapan kişilerin, antrenman yüklenmesi, beslenme, toparlanma, sakatlıkların önlenmesi ve tedavi süreçleri gibi konularda geçerli ve güvenilir sağlık bilgisine sahip olması gerekir. Spor ortamlarında yaygın karşılaşılan sakatlıklar, performans gelişimine yönelik uygulamalar, besin takviyeleri ve rehabilitasyon uygulamaları, sporcuların sağlık okuryazarlığı düzeylerinin yüksek olmasını zorunlu kılmaktadır. Bu durum, spor bilimleri öğrencilerinin yalnızca fiziksel performans odaklı değil, aynı zamanda sağlık temelli bilgi ve becerilere sahip olmasını gerekli kılmaktadır (Buja ve ark., 2020; Reis ve ark., 2022).

Literatürde sağlık okuryazarlığını etkileyen faktörler arasında eğitim düzeyi, sağlık eğitimi alma durumu, sosyoekonomik özellikler ve yaşam tarzı değişkenlerinin yer aldığı görülmektedir (Estrela ve ark., 2023). Bununla birlikte, spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin sağlık okuryazarlığı düzeylerini inceleyen çalışmaların sınırlı olduğu dikkat çekmektedir. Spor bilimleri öğrencilerinin hem aktif sporculuk süreçleri hem de gelecekte üstlenecekleri mesleki roller göz önünde bulundurulduğunda, bu grubun sağlık okuryazarlığı düzeylerinin belirlenmesi ve bu düzeyleri etkileyen değişkenlerin ortaya konulması önemli bir gereklilik olarak ortaya çıkmaktadır. Bu bağlamda araştırmanın amacı, gelecek yıllarda toplumsal sağlığının önemli paydaşlarından biri olacak spor bilimleri lisans öğrencilerinde sağlık okuryazarlığı seviyesinin; cinsiyet, bölüm, sınıf, aktif sporculuk durumu, haftalık antrenman rutini ve sağlık eğitimi alma durumu gibi değişkenlere göre incelemektir. Bu kapsamda elde edilecek bulguların, spor bilimleri alanındaki eğitim programlarının sağlık okuryazarlığı boyutunun geliştirilmesine katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Bu amaç doğrultusunda aşağıdaki hipotezler test edilmiştir:

H1: Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin sağlık okuryazarlığı düzeyleri cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermektedir.

H2: Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin sağlık okuryazarlığı düzeyleri öğrenim gördükleri bölüme göre anlamlı farklılık göstermektedir.

H3: Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin sağlık okuryazarlığı düzeyleri sınıf düzeyine göre anlamlı farklılık göstermektedir.

H4: Aktif lisanslı sporcuların sağlık okuryazarlığı düzeyleri, lisanslı olmayan öğrencilere göre anlamlı düzeyde daha yüksektir.

H5: Sağlık eğitimi alan öğrencilerin sağlık okuryazarlığı düzeyleri, sağlık eğitimi almayan öğrencilere göre anlamlı düzeyde daha yüksektir.

H6: Haftalık antrenman rutinine göre sağlık okuryazarlığı düzeyleri arasında anlamlı farklılık bulunmaktadır.

YÖNTEM

Araştırma Modeli

Bu araştırma, spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin sağlık okuryazarlığı düzeylerini bazı değişkenlere göre incelemeyi amaçlayan, betimsel ve karşılaştırmalı bir araştırma olarak tasarlanmıştır.

Araştırma Grubu

Araştırmaya, Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi'nde lisans eğitimi gören ve gönüllü olarak çalışmaya katılan toplam 138 öğrenci dahil edilmiştir. Katılımcıların 65'i kadın, 73'ü erkek öğrencilerden oluşmaktadır. Araştırma grubunu oluşturan öğrenciler bölümlere (Antrenörlük Eğitimi, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği, Spor Yöneticiliği, Rekreasyon Eğitimi) ve sınıf düzeylerine (1-4) göre tabakalı örnekleme ile seçilmiştir. Ayrıca katılımcıların aktif lisanslı sporculuk durumları ve haftalık antrenman rutinleri de araştırma kapsamında incelenmiştir.

Veri Toplama Araçları

Araştırmada veri toplama aracı olarak iki farklı form kullanılmıştır. İlk aşamada katılımcıların cinsiyet, bölüm, sınıf, aktif sporculuk durumu, haftalık antrenman rutini ve sağlık eğitimi alma durumuna ilişkin bilgileri içeren demografik bilgi formu yer almıştır. İkinci aşamada ise Türkiye Sağlık Bakanlığı bünyesinde Okyay, Abacıgil ve Harlak (2016) tarafından geliştirilen Türkiye Sağlık Okuryazarlığı Ölçeği (TSOY-32) kullanılmıştır. TSOY-32, 32 maddeden ve iki alt boyuttan oluşan, 5'li Likert tipinde bir ölçek aracıdır. Ölçek, "tedavi hizmetleri (1-16. md)" ve "hastalıklardan korunma/sağlığın geliştirilmesi (17-32. md)" alt boyutlarından oluşmakta ve bireylerin sağlık okuryazarlığı düzeylerini değerlendirmeyi amaçlamaktadır. Ölçeğin toplam skorunun hesaplamasında $\text{İndeks} = (\text{ortalama} - 1) \times (50/3)$ formülü kullanılmıştır. Okyay, Abacıgil ve Harlak (2016) tarafından yapılan çalışmada ölçeğin iç tutarlık (Cronbach Alfa) katsayısı 0.927 olarak yüksek düzeyde bildirilmiş olup bu çalışmada ise 0.651 olarak kabul edilebilir düzeyde bulunmuştur.

Veri Toplama Süreci

Araştırma Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Rektörlüğü Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Etik Kurulu 04.04.2024 tarih ve 05/09 sayılı kararı ile etik kurul izni alınarak yürütülmüştür. Araştırma verileri Helsinki Deklarasyonu'nda belirtilen etik ilkelere uygun olarak, katılımcılara araştırmanın amacı hakkında gerekli bilgilendirmeler yapıldıktan sonra gönüllülük esasına dayalı olarak toplanmıştır. Ölçek formları öğrenciler tarafından doldurulmuş ve eksik ya da hatalı doldurulan formlar analiz dışında bırakılmıştır.

Veri Analizi

Araştırmada elde edilen verilerin analizinde SPSS istatistiksel analiz programı kullanıldı. Veriler frekans/yüzde, aritmetik ortalama ve standart sapma değerleri ile sunuldu. Verilerin normallik dağılımları Kolmogorov–Smirnov testi ile incelendi. Normal dağılım gösteren verilerin analizinde ikili gruplarda Bağımsız Gruplarda t-Testi, üç ve daha fazla grubun karşılaştırılmasında tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanıldı. ANOVA analizlerinde gruplar arası farkın kaynağının belirlenmesi amacıyla LSD post-hoc testi uygulandı. Normal dağılım göstermeyen verilerde ise ikili grup karşılaştırmalarında Mann–Whitney U testi, üç ve daha fazla grubun karşılaştırılmasında Kruskal–Wallis testi kullanıldı. Kruskal–Wallis testi sonrasında gruplar arası farkın kaynağını belirlemek amacıyla Bonferroni düzeltilmeli Mann–Whitney U testi uygulandı. Analizlerde birinci tip hata payı $\alpha = 0,05$ olarak kabul edildi.

BULGULAR

Katılımcıların demografik özelliklerine dair bilgiler Tablo 1’de sunuldu.

Tablo 1. Katılımcıların tanımlayıcı özelliklerinin frekans ve yüzdelik dağılımları

Değişken	Grup	Frekans (f)	Yüzde (%)
Cinsiyet	Kadın	65	47,1
	Erkek	73	52,9
Bölüm	Antrenörlük Eğitimi	55	39,9
	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği	26	18,8
	Spor Yöneticiliği	32	23,2
	Rekreasyon Eğitimi	25	18,1
Sınıf	1. Sınıf	35	25,4
	2. Sınıf	35	25,4
	3. Sınıf	32	23,2
	4. Sınıf	36	26,1
Lisanslı Aktif Sporcu	Evet	121	87,7
	Hayır	17	12,3
Haftalık Antrenman Rutini	Hiç Yapmıyor	16	11,6
	Haftada 2 Gün	40	29,0
	Haftada 3 Gün ve Üzeri	82	59,4
Sağlık Eğitimi Aldınız mı?	Evet	22	15,9
	Hayır	116	84,1

Tablo 2. Katılımcıların sağlık okuryazarlık tedavi hizmetleri alt boyut skorlarının karşılaştırılması

Değişken	Grup	$\bar{X}$	Ss	t/f	p	Fark
Cinsiyet	Kadın	43,58	5,34	-0.302	0.76	-
	Erkek	43,90	6,86			
Bölüm	Antrenörlük Eğitimi	43,89	7,30	0.028	0.99	-
	Bed Eğt ve Spor Öğret.	43,46	5,40			
	Spor Yöneticiliği	43,78	5,44			
	Rekreasyon Eğitimi	43,72	5,40			
Sınıf	1. Sınıf	43,34	5,40	2.521	0.06	-
	2. Sınıf	44,08	8,21			
	3. Sınıf	45,91	4,83			
	4. Sınıf	41,91	5,18			
Lisanslı Aktif Sporcu	Evet	43,57	5,64	-0.887	0.14	-
	Hayır	45,00	9,26			
Haftalık Antrenman Rutini	Hiç Yapmıyor	46,87	5,27	2.827	0.06	-
	Haftada 2 Gün	44,10	8,02			
	Haftada 3 Gün ve Üzeri	42,97	5,08			
Sağlık Eğitimi Aldınız mı?	Evet ¹	47,91	4,61	3.586	0.00*	1>2
	Hayır ²	42,96	6,13			

*: $p < 0.05$

Katılımcıların sağlık okuryazarlıklığı tedavi hizmetleri alt boyut skor ortalamalarının karşılaştırılması Tablo 2’de sunuldu. Katılımcıların cinsiyet, bölüm, sınıf, aktif sporculuk, haftalık antrenman durumu bakımından tedavi hizmetleri alt boyut skor ortalamaları arasında anlamlı farklılık olmadığı belirlendi ($p > 0.05$). Katılımcıların sağlık eğitimi alma durumlarına göre ise eğitim alanların ortalamalarının almayanlara göre anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu belirlendi ($p < 0.05$).

Tablo 3. Katılımcıların sağlık okuryazarlık hastalıklardan korunma/sağlığın geliştirilmesi alt boyut skorlarının karşılaştırılması

Değişken	Grup	$\bar{X}$	Ss	t/f	p	Fark
Cinsiyet	Kadın	46,29	4,33	0.586	0.56	-
	Erkek	45,72	6,62			
Bölüm	Antrenörlük Eğitimi	45,81	7,29	0.193	0.90	-
	Bed Eğt ve Spor Öğret.	45,50	4,29			
	Spor Yöneticiliği	46,21	4,25			
	Rekreasyon Eğitimi	46,60	4,36			
Sınıf	1. Sınıf	45,74	4,34	0.328	0.80	-
	2. Sınıf	45,48	8,46			
	3. Sınıf	45,96	5,58			
	4. Sınıf	46,75	2,91			
Lisanslı Aktif Sporcu	Evet ¹	46,48	4,49	2.814	0.01*	1>2
	Hayır ²	42,47	10,33			
Haftalık Antrenman Rutini	Hiç Yapmıyor	44,75	4,44	2.688	0.072	-
	Haftada 2 Gün	44,62	8,71			
	Haftada 3 Gün ve Üzeri	46,90	3,41			
Sağlık Eğitimi Aldınız mı?	Evet ¹	46,18	4,18	0.171	0.86	-
	Hayır ²	45,95	5,89			

*: $p < 0.05$

Katılımcıların sağlık okuryazarlıklığı hastalıklardan korunma/sağlığın geliştirilmesi alt boyut skor ortalamalarının karşılaştırılması Tablo 3’te sunuldu. Katılımcıların cinsiyet, bölüm, sınıf, sağlık eğitimi alma aktif sporculuk, haftalık antrenman durumu bakımından hastalıklardan korunma/sağlığın geliştirilmesi alt boyut skor ortalamaları arasında anlamlı farklılık olmadığı belirlendi ($p > 0.05$). Katılımcıların aktif sporculuk durumlarına göre ise aktif sporcuların ortalamalarının aktif lisanslı olmayanlara anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu belirlendi ($p < 0.05$).

Tablo 4. Katılımcıların sağlık okuryazarlık indeks toplam skorlarının karşılaştırılması

Değişken	Grup	$\bar{X}$	Ss	t/f	p	Fark
Cinsiyet	Kadın	30,14	4,15	0.141	0.88	-
	Erkek	30,01	6,24			
Bölüm	Antrenörlük Eğitimi	30,05	6,87	0.082	0.97	-
	Bed Eğt ve Spor Öğret.	29,66	3,95			
	Spor Yöneticiliği	30,20	4,13			
	Rekreasyon Eğitimi	30,37	4,25			
Sınıf	1. Sınıf	29,73	4,05	0.639	0.59	-
	2. Sınıf	29,98	7,97			
	3. Sınıf	31,18	4,99			
	4. Sınıf	29,51	3,22			
Lisanslı Aktif Sporcu	Evet ¹	30,24	4,28	0.976	0.33	-
	Hayır ²	28,89	9,94			
Haftalık Antrenman Rutini	Hiç Yapmıyor	31,05	4,53	0.469	0.63	-
	Haftada 2 Gün	29,54	8,57			
	Haftada 3 Gün ve Üzeri	30,14	2,96			

Sağlık Eğitimi Aldınız mı?	Evet ¹	32,33	3,84	2.196	0.03*	1>2
	Hayır ²	29,65	5,49			

*: p<0.05

Katılımcıların sağlık okuryazarlıklığı toplam indeks skor ortalamalarının karşılaştırılması Tablo 4’te sunuldu. Katılımcıların cinsiyet, bölüm, sınıf, aktif sporculuk, haftalık antrenman durumu bakımından sağlık okuryazarlık skor ortalamaları arasında anlamlı farklılık olmadığı belirlendi ($p > 0.05$). Katılımcıların sağlık eğitimi alma durumlarına göre ise eğitim alanların ortalamalarının almayanlara göre anlamlı düzeyde sağlık okuryazarlıklarının daha yüksek olduğu belirlendi ($p < 0.05$).

TARTIŞMA

Bu araştırmada spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin sağlık okuryazarlığı düzeyleri çeşitli değişkenlere göre incelenmiştir. Araştırma sonucunda katılımcıların sağlık okuryazarlığı düzeylerinin cinsiyet, bölüm ve sınıf değişkenlerine göre anlamlı farklılık göstermemiştir. Bu sonuç, sağlık okuryazarlığının yalnızca demografik ya da akademik değişkenlerle açıklanamayacağını göstermektedir. Üniversite öğrencileri üzerinde yapılan sistematik bir derlemede, sağlık okuryazarlığının çok boyutlu bir yapı olduğu ve eğitim içeriği, sosyoekonomik durum ve yaşam tarzı gibi birçok değişkenle ilişkili olduğu belirtilmiştir (Kühn ve ark., 2022). Benzer şekilde üniversite öğrencilerinde sağlık okuryazarlığını inceleyen çalışmalarda, demografik değişkenlerin tek başına belirleyici olmadığı, eğitim ve sağlıkla ilişkili deneyimlerin daha önemli rol oynadığı ifade edilmektedir (Buja ve ark., 2020). Bu durum, spor bilimleri öğrencilerinin benzer eğitim ortamlarında bulunmaları ve benzer yaşam tarzı özellikleri göstermeleri nedeniyle sağlık okuryazarlığı düzeylerinin birbirine yakın olabileceğini düşündürmektedir.

Araştırmada elde edilen bir diğer önemli bulgu, sağlık eğitimi alan öğrencilerin tedavi hizmetleri alt boyutu ve toplam sağlık okuryazarlığı skorlarının, sağlık eğitimi almayan öğrencilere göre anlamlı düzeyde daha yüksek olmasıdır. Bu bulgu, formal sağlık eğitiminin sağlık okuryazarlığı üzerinde doğrudan etkili olduğunu göstermektedir. Üniversite öğrencileri üzerinde yapılan çalışmalarda, sağlıkla ilgili eğitim ve ders içeriklerinin öğrencilerin sağlık okuryazarlığı düzeylerini olumlu yönde etkilediği belirtilmektedir (Buja ve ark., 2020). Ayrıca farklı alanlardaki öğrencilerin karşılaştırıldığı araştırmalarda, sağlıkla ilişkili bölümlerde eğitim alan öğrencilerin sağlık okuryazarlığı düzeylerinin diğer alanlardaki öğrencilere göre daha yüksek olduğu rapor edilmiştir (Kühn ve ark., 2022). Bu durum, sağlıkla ilgili bilgilerin planlı ve sistematik şekilde verilmesinin, bireylerin sağlıkla ilgili bilgileri anlama, değerlendirme ve kullanma becerilerini artırdığını göstermektedir.

Araştırmanın bir diğer bulgusu, aktif lisanslı sporcuların hastalıklardan korunma ve sağlığın geliştirilmesi alt boyut skorlarının, aktif sporcu olmayan öğrencilere göre anlamlı düzeyde daha yüksek olmasıdır. Bu sonuç, aktif sporculuk deneyiminin sağlıkla ilgili bilgi ve farkındalığı artırabileceğini düşündürmektedir. Üniversite öğrencileri üzerinde yapılan araştırmalarda, sağlık okuryazarlığı düzeyi ile sağlıklı yaşam davranışları ve fiziksel aktivite düzeyi arasında anlamlı ilişkiler bulunduğu belirtilmektedir (Tsukahara ve ark., 2020). Benzer şekilde hemşirelik öğrencileri üzerinde yapılan bir çalışmada, sağlık okuryazarlığı düzeyi yükseldikçe sağlıklı yaşam biçimi davranışlarının da arttığı rapor edilmiştir (Tuğut, Yılmaz ve Yeşildağ Çelik, 2021). Spor ortamlarında bireylerin beslenme, toparlanma, sakatlık önleme ve performans yönetimi gibi konularda sürekli bilgiye maruz kalmaları, sağlıkla ilgili bilinç düzeylerinin artmasına katkı sağlayabilir. Bu bağlamda aktif sporculuğun yalnızca fiziksel performansı değil, aynı zamanda sağlık farkındalığını da geliştiren bir süreç olduğu söylenebilir.

Araştırmada haftalık antrenman rutini değişkenine göre sağlık okuryazarlığı skorlarında anlamlı bir farklılık bulunmaması da dikkat çekici bir bulgudur. Bu durum, yalnızca antrenman sıklığının değil, sporun niteliği, spor ortamı ve sağlıkla ilgili bilgiye maruz kalma düzeyinin sağlık okuryazarlığı üzerinde daha belirleyici olabileceğini düşündürmektedir. Üniversite öğrencileri üzerinde yapılan çalışmalarda, sağlık okuryazarlığının eğitim, bilgi kaynakları ve sosyal çevre gibi faktörlerle ilişkili olduğu, yalnızca davranış sıklığının belirleyici olmadığı ifade edilmektedir (Pedro ve ark., 2022). Bu nedenle, spor yapma sıklığından ziyade sporun içeriği ve sağlıkla ilişkili bilgi aktarımının, sağlık okuryazarlığı üzerinde daha etkili olabileceği düşünülmektedir.

Elde edilen bulgular, sağlık okuryazarlığının yalnızca demografik özelliklerle değil, bireyin sağlıkla ilişkili eğitimsel ve uygulamalı deneyimleriyle şekillenen çok boyutlu bir yapı olduğunu düşündürmektedir. Literatürde de sağlık okuryazarlığının eğitim, sosyal çevre ve sağlıkla ilgili deneyimler gibi çok boyutlu faktörlerle ilişkili olduğu belirtilmektedir (Coughlin ve ark., 2020). Bu durum, sağlık okuryazarlığının yalnızca teorik bilgiye dayalı değil, aynı zamanda uygulama ve deneyimle gelişen bir beceri olduğunu göstermektedir.

SONUÇ

Bu çalışmada spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin sağlık okuryazarlığı düzeyleri çeşitli demografik ve sporla ilişkili değişkenlere göre incelenmiştir. Araştırma bulguları, öğrencilerin sağlık okuryazarlığı düzeylerinin cinsiyet, bölüm, sınıf ve haftalık antrenman rutini gibi değişkenlere göre anlamlı farklılık göstermediğini ortaya koymuştur. Bu sonuç, sağlık okuryazarlığının yalnızca demografik özelliklerle açıklanamayacağını, daha çok eğitim ve deneyim temelli faktörlerle ilişkili olabileceğini göstermektedir. Araştırmanın en dikkat çekici bulgularından biri, sağlık eğitimi alan öğrencilerin hem tedavi hizmetleri alt boyutunda hem de toplam sağlık okuryazarlığı skorlarında, sağlık eğitimi almayan öğrencilere göre anlamlı düzeyde daha yüksek değerlere sahip olmasıdır. Bu sonuç, formal sağlık eğitiminin sağlık okuryazarlığı üzerinde önemli bir etkisi olduğunu ve müfredat içerisinde yer alan sağlık temelli derslerin öğrencilerin sağlıkla ilgili bilgi ve farkındalık düzeylerini artırabileceğini göstermektedir. Bir diğer önemli bulgu ise aktif lisanslı sporcuların hastalıklardan korunma ve sağlığın geliştirilmesi alt boyut skorlarının, aktif sporcu olmayan öğrencilere göre daha yüksek olmasıdır. Bu durum, aktif sporculuk sürecinde bireylerin antrenman, beslenme, toparlanma ve sakatlık önleme gibi konularda daha fazla sağlık bilgisine maruz kalmaları ve bu bilgileri uygulama fırsatı bulmaları ile açıklanabilir. Dolayısıyla spor yapma deneyiminin, sağlık okuryazarlığını destekleyen önemli bir faktör olduğu söylenebilir.

Araştırma sonuçları genel olarak değerlendirildiğinde, spor bilimleri fakültesi öğrencilerinde sağlık okuryazarlığı düzeyini artıran temel faktörlerin sağlık eğitimi alma durumu ve aktif sporculuk deneyimi olduğu görülmektedir. Bu bulgular doğrultusunda, spor bilimleri fakültelerinde sağlık okuryazarlığına yönelik ders içeriklerinin artırılması, müfredatta sağlık temelli konulara daha fazla yer verilmesi ve öğrencilerin sağlıkla ilgili farkındalıklarını geliştirecek uygulamalı eğitimlerin planlanması önerilmektedir. Ayrıca spor bilimleri öğrencilerinin aktif sporculuk deneyimlerinin desteklenmesi hem fiziksel performans hem de sağlık bilinci açısından olumlu katkılar sağlayabilir.

Sonuç olarak, spor bilimleri öğrencilerinin sağlık okuryazarlığı düzeylerinin geliştirilmesi, yalnızca bireysel sağlık açısından değil, gelecekte hizmet verecekleri toplum kesimlerinin sağlıklı yaşam alışkanlıklarının desteklenmesi açısından da önemli bir gereklilik olarak değerlendirilmektedir. Bu nedenle, spor bilimleri eğitim programlarında sağlık okuryazarlığına yönelik bütüncül ve uygulamaya dayalı yaklaşımların benimsenmesi önem taşımaktadır.

KAYNAKÇA

- Buja, A., Rabensteiner, A., Sperotto, M., Grotto, G., Bertoncello, C., Cocchio, S., Baldovin, T., Contu, P., Lorini, C. ve Baldo, V. (2020). Health literacy and physical activity: A systematic review. *Journal of Physical Activity & Health*, 17(12), 1259–1274.
- Coughlin, S. S., Vernon, M., Hatzigeorgiou, C. ve George, V. (2020). Health literacy, social determinants of health, and disease prevention and control. *Journal of Environment and Health Sciences*, 6(1), 3061.
- Dinç, A., Başgöl, Ö., Kalem, M., Aksaray, Ş., & Tenik, F. (2020). Iğdır Üniversitesinde Öğrenim Gören Öğrencilerin Spora Yönelik Tutumlarının Belirlenmesi. *Iğdır Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 3(1), 30-36. <https://izlik.org/JA55PT92DC>
- Estrela, M., Semedo, G., Roque, F., Ferreira, P. L. ve Herdeiro, M. T. (2023). Sociodemographic determinants of digital health literacy: A systematic review and meta-analysis. *International Journal of Medical Informatics*, 177, 105124.

- Karabulut, E. O., & Karacan Doğan, P. (2019). Üniversite Öğrencilerinin Girişimcilik Eğilimleri Ve Genel Yetkinlik Düzeyleri Üzerine Bir Araştırma; Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu Örneği. *İğdır Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 2(1), 16-26. <https://izlik.org/JA76MP65FY>
- Kühn, L., Bachert, P., Hildebrand, C., Kunkel, J., Reitermayer, J., Wäsche, H. ve Woll, A. (2022). Health literacy among university students: A systematic review of cross-sectional studies. *Frontiers in Public Health*, 9, 680999.
- Mansur, F. ve Cigerci, K. (2022). Siberkondri ve e-sağlık okuryazarlığı arasındaki ilişki. *Gümüşhane Sağlık Bilimleri Dergisi*, 11(1), 11–21.
- Norman, C. D. ve Skinner, H. A. (2006). eHealth literacy: Essential skills for consumer health in a networked world. *Journal of Medical Internet Research*, 8(2), e9.
- Okyay, P., Abacıgil, F. ve Harlak, H. (2016). Türkiye Sağlık Okuryazarlığı Ölçeği-32 (TSOY-32). P. Okyay ve F. Abacıgil (Ed.), *Türkiye Sağlık Okuryazarlığı Ölçekleri güvenilirlik ve geçerlilik çalışması* içinde (s. 43–61). Ankara: T.C. Sağlık Bakanlığı Yayın No: 1025.
- Özdemir, L. ve Bilgin, A. (2021). Sağlıkta yapay zekânın kullanımı ve etik sorunlar. *Sağlık ve Hemşirelik Yönetimi Dergisi*, 8(3), 439–445.
- Pedro, A. R., Rosário, R., Monteiro, I., Cerqueira, M., Roque, S., Assunção, V., Brandão, D., Escoval, A. ve Ferreira, P. L. (2022). Health literacy in higher education students: Findings from a Portuguese study. *The European Journal of Public Health*, 32(Suppl. 3), ckac130.140.
- Reis, A. C., Saheb, R., Moyo, T., Smith, C. ve Sperandei, S. (2022). The impact of mental health literacy training programs on the mental health literacy of university students: A systematic review. *Prevention Science*, 23(4), 648–662.
- Sørensen, K., Van den Broucke, S., Fullam, J., Doyle, G., Pelikan, J., Slonska, Z. ve Brand, H. (2012). Health literacy and public health: A systematic review and integration of definitions and models. *BMC Public Health*, 12, 80.
- Stauch, L., Renninger, D., Rangnow, P., Hartmann, A., Fischer, L., Dadaczynski, K. ve Okan, O. (2025). Digital health literacy of children and adolescents and its association with health outcomes. *Journal of Medical Internet Research*, 27, e69170.
- Stoumpos, A. I., Kitsios, F. ve Talias, M. A. (2023). Digital transformation in healthcare: Technology acceptance and its applications. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(4), 3407.
- Tsukahara, S., Yamaguchi, S., Igarashi, F., Uruma, R., Ikuina, N., Iwakura, K., Koizumi, K. ve Sato, Y. (2020). Association of eHealth literacy with lifestyle behaviors in university students: Questionnaire-based cross-sectional study. *Journal of Medical Internet Research*, 22(6), e18155.
- Tuğut, N., Yılmaz, A. ve Yeşildağ Çelik, B. (2021). Hemşirelik öğrencilerinin sağlık okuryazarlığı düzeyleri ile sağlıklı yaşam biçimi davranışlarının belirlenmesi. *Cumhuriyet Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 6(2), 120–128.
- Uğraş, S., Sağın, A. E., Karabulut, Ö. ve Özen, G. (2021). The relationship between college athletes' health literacy and COVID-19 anxiety levels. *Physical Education of Students*, 25(1), 36–42.
- World Health Organization. (2021). *Global strategy on digital health 2020–2025*. Geneva: WHO.
- Yalman, E. ve Gürsan, K. (2023). Spor bilimleri fakültesinde öğrenim gören öğrencilerin sağlık okuryazarlığı düzeyinin beden algısına etkisi. *Eurasian Journal of Sport Sciences and Education*,

5(1), 23–37.

Yılmaz, E. ve Çimen, M. (2025). Health literacy, healthy lifestyle behaviours and physical activity in sports sciences faculty students: A mediation analysis. *Turkish Journal of Sport and Exercise*, 27(1), 167–176.