

ORIGINAL ARTICLE

Pamukkale Üniversitesi öğrencilerinde yaşam kalitesi, benlik saygısı ve depresyon düzeyine etki eden faktörlerin incelenmesi

Raziye ŞAVKIN¹, Nihal BÜKER¹, Gökhan BAYRAK¹

Amaç: Pamukkale Üniversitesinde öğrenim gören öğrencilerin yaşam kalitesi, benlik saygısı ve depresyon düzeyine etki eden faktörlerin incelenmesidir.

Yöntem: Çalışmaya 322 (%64,1) kadın ve 180 (%35,9) erkek olmak üzere toplam 502 öğrenci katıldı. Yaşam kalitesi Kısa Form-36 (KF-36), benlik saygısı Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği kısa formu, depresif belirtilerin şiddeti Beck Depresyon ölçeğiyle değerlendirildi. Yaşam kalitesi, benlik saygısı ve depresyonu etkileyebileceği düşünülen olası nedensel faktörler (cinsiyet, öğrenim görmekte olduğu bölüm, gelir düzeyi, spor yapmak, sosyal ve kültürel etkinliklere katılımı için maddi olanağının varlığı ve yakın arkadaş varlığı) kişisel bilgi formuyla sorgulandı.

Bulgular: Yaşam kalitesinin alt boyutlarını etkileyen faktörler; istenilen bölümde eğitim alma, mezuniyete yaklaşma, haftalık ders saati, aile ve öğrencinin aylık gelir düzeyi, sosyal faaliyetlere para ayırabilme, spor yapma ve yakın arkadaş varlığı olarak saptandı. Mezuniyete yaklaşmak ($p=0,008$), spor yapmak ($p=0,001$), sosyal faaliyetlere para ayırabilmek ($p=0,006$), yakın arkadaş varlığı ($p=0,006$) benlik saygısını arttıran faktörlerdi. İstenilen bölümde eğitim alıyor olmak ($p=0,007$), öğrencinin aylık gelir düzeyi ($p=0,010$), sosyal faaliyetlere para ayırabilmek ($p=0,001$) ve yakın arkadaş varlığı ($p<0,001$) depresif semptomların şiddetine etki eden faktörlerdi.

Sonuç: Sosyal faaliyetlere para ayırabilmenin ve yakın arkadaş varlığının hem yaşam kalitesini hem de benlik saygısı ve depresyon düzeyini etkilediğini saptadık. Öğrenci kulüpleri, sosyokültürel etkinlikler ve sosyal tesislerin artırılması ile öğrencilerin çeşitli sosyal faaliyetlere katılımlarına ve sosyalleşmelerine olanak sağlayacak ortamların yaratılması ve maddi imkanları yetersiz kalan öğrencilere burs olanaklarının sağlanması önerilmektedir.

Anahtar kelimeler: Öğrenci, Yaşam kalitesi, Benlik saygısı, Depresyon.

Investigation of factors affecting the quality of life, self-esteem, and depression levels of students at Pamukkale University

Purpose: To investigate the factors that affecting the quality of life, self-esteem, and depression levels of students at Pamukkale University.

Methods: A total of 502 students 322 (64.1%) females and 180 (35.9%) males participated. Quality of life, self-esteem and severity of depressive symptoms were assessed using the Short Form-36 (SF-36), 10-item Rosenberg Self-Esteem Scale, Beck Depression Inventory. Potential causal factors (gender, department, income level, doing sport, presence of financial opportunities for participation in socio-cultural activities, close friends) that are thought to affect quality of life, self-esteem and depression level were questioned with a personal information form.

Results: Factors affecting the sub-dimensions of quality of life; getting education in the desired department, approaching graduation, weekly course hours, monthly income of the family and student, allocating money to social activities, doing sport and presence of close friends. Approaching graduation ($p=0.008$), doing sport ($p=0.001$), allocating money to social activities ($p=0.006$) and presence of close friends ($p=0.006$) increased self-esteem level. Getting education in the desired department ($p=0.007$), monthly income of the student ($p=0.010$), allocating money to social activities ($p=0.001$) and presence of close friends ($p<0.001$) affected the severity of depressive symptoms.

Conclusion: We found that being able to spend money on social activities and the presence of close friends affects both the quality of life, the self-esteem, and depressive symptoms. Create environments that will enable students to participate and socialize in various social activities with the increase of student clubs, socio-cultural activities, and social facilities, and to provide institutional grants to students with insufficient financial resources are recommended.

Keywords: Student, Quality of life, Self-esteem, Depression.



1: Pamukkale University, School of Physical Therapy and Rehabilitation, Turkey

Corresponding Author: Raziye Şavkin: raziyesavkin@hotmail.com

ORCID IDs (order of authors): 0000-0002-1636-4082; 0000-0001-7259-7983, 0000-0001-9224-996X

Received: December 2, 2019. Accepted: August 7, 2020.

Dünya Sağlık Örgütü tarafından bireyin yaşadığı kültür ve değerler sistemi içinde kendi yaşamına bakış açısı olarak tanımlanan yaşam kalitesi bireyin fiziksel sağlığı, psikolojik durumu, bağımsızlık düzeyi, sosyal ilişkileri, çevre ile olan etkileşimleri ve inançlarından etkilenen çok geniş bir kavramdır.¹ Benlik saygısı, bireylerin kendilerini değerlendirmelerinden sonra ortaya çıkardıkları durumu beğenme, kendini kabul etme derecesidir. Diğer bir ifadeyle özsaygıdır.² Depresyon; keder, üzüntü, isteksizlik, karamsarlık, değersizlik, yetersizlik, güçsüzlük, aktivite kısıtlaması ya da azalması, durgunluk, fizyolojik olarak işlevlerde yavaşlama gibi belirtileri olan bir sendromdur.³ Kronikleşme ve yinleme oranı yüksek olan depresyon, işgücü ve yeti yitimine sebep olabilen bireysel ve toplumsal bir sağlık sorunu olarak ele alınmaktadır.⁴

Üniversite sürecinde öğrenciler biyolojik, psikolojik ve bilişsel açıdan ergenlikten yetişkinliğe doğru önemli bir gelişimsel süreç yaşarlar. Bu süreç ilk kez aile, arkadaş ve evden uzun süre ayrı kalma, akademik zorlukların üstesinden gelmeye çalışma, yeni arkadaş edinme, para yönetimi, gelecekle ilişkili kaygı ve planlar gibi stresörler nedeniyle bireyin yaşamındaki en zorlu dönemlerden biri olabilir.^{5,6} Bu nedenle öğrencilerin yaşam kalitesi, benlik saygısı ve depresyon düzeylerini inceleyen birçok çalışma yapılmıştır.⁶⁻⁸ Sosyo-demografik faktörler, aile gelir düzeyi, fiziksel aktivite düzeyi gibi faktörler yaşam kalitesini^{9,10}; aile yapısı, arkadaş ortamı, edinilen bilgiler ve okul durumu gibi etkenler benlik saygısını² olumlu ya da olumsuz şekilde etkileyebilir. Ayrıca depresyon düzeyi de bireyin sosyal ilişkilerini, akademik ve mesleki başarılarını dolayısıyla yaşam kalitesini etkileyebilir.^{4,11} Bu anlamda sayıları giderek artan yükseköğretim kurumlarının asıl var oluş sebebi olan üniversite öğrencilerinin yaşam kalitesine, benlik saygısı ve depresyon düzeyine etki eden faktörlerin belirlenip, akademik başarısını arttıracak kaliteli eğitim ve yaşam ortamları hazırlanmasının önemli olduğunu düşünmekteyiz.

Bu çalışmanın amacı Pamukkale Üniversitesi'nde öğrenim gören öğrencilerin yaşam kalitesi, benlik saygısı ve depresyon düzeyinin; öğrenim görmekte olduğu bölüm

(öğrencinin meslek alanını isteyerek seçip seçmediği, sınıf ve haftalık ders saati bilgisi), gelir düzeyi, sportif faaliyetlere ve sosyokültürel etkinliklere katılım, arkadaş edinme değişkenlerine göre incelenmesidir. Ayrıca çalışmanın ikincil amacı cinsiyete ve okunulan bölüme göre (sağlıkla ilgili ve sosyal bölümler) üniversite öğrenimi gören öğrencilerin yaşam kalitesi, benlik saygısı ve depresyon düzeyini karşılaştırmaktır.

YÖNTEM

Çalışmamıza Pamukkale Üniversitesi'nin farklı bölümlerinde öğrenim gören, gönüllü olarak çalışmaya katılmayı kabul eden üniversite öğrencileri dahil edildi. Çalışmaya 322 (%64,1) kadın ve 180 (%35,9) erkek olmak üzere toplam 502 öğrenci katıldı.

Çalışmanın etik kurul onayı Pamukkale Üniversitesi Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurulu'ndan (Tarih: 02.04.2019, Sayı: 2019/07) alındı. Çalışma Mayıs 2019 - Kasım 2019 tarihleri arasında gerçekleştirildi. Üniversite kampüsündeki fakülte ve yükseköğretilerin duyuru panolarına çalışmanın adı ve amacı, çalışmayı yürüten ekibin isimleri ve kurum bilgileri, örnek veri toplama aracının yer aldığı bilgilendirme ilanları asılarak çalışmanın duyurusu yapıldı. Katılımcılardan onam alındı ve kabul edenler değerlendirme formlarını doldurdu. Etik ilkeler göz önüne alınarak araştırma sırasında öğrencilere kimlik bilgilerini içeren sorular yöneltildi. Katılımcılara araştırmanın adı ve amacı, bilgilerin gizliliği, ölçek doldurmanın yaklaşık ne kadar süreceği (10-15 dakika), katılımın gönüllülük esasına dayalı olduğu, araştırma bilimsel bir amaç niteliği taşıdığından; cevaplama samimi ve içten olmalarının, doğru bilgi vermelerinin son derece önemli olduğuna dair bilgiler iletildi.

Veri toplama araçları

Kişisel bilgi formu, yaşam kalitesi, benlik saygısı ve depresyon düzeyini etkileyebileceği düşünülen olası nedensel faktörleri içeren sorulardan oluşmaktadır. Kişisel bilgi formu 4 bölümden oluşmaktadır. Bölüm 1: demografik veriler (yaş ve cinsiyet); Bölüm 2: öğrenim görmekte olduğu bölüm ile ilişkili sorular (öğrencinin meslek alanını isteyerek seçip seçmediği, öğrenim görmekte olduğu bölüm,

sınıf ve haftalık ders saati); Bölüm 3: gelir düzeyi ile ilişkili sorular (ailenin ve öğrencinin aylık gelir düzeyi); Bölüm 4: sportif faaliyetlere katılım ile ilişkili soru (herhangi bir dalda amatör veya profesyonel olarak sportif faaliyetlerde bulunma durumu). Ayrıca kişisel bilgi formunun son iki sorusunda sosyal ve kültürel etkinliklere katılım için maddi olanağının varlığı ve birlikte zaman geçirmekten hoşlandığı, duygu ve düşünce yönünden anlaştığı, iyi ve kötü günlerinde destek ve yardımcı olabilecek bir arkadaşının olup olmadığını sorgulanmaktadır.

Yaşam kalitesi düzeyinin belirlenmesi için Kısa Form-36, benlik saygısının değerlendirilmesi için Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği kısa formu, depresyon düzeyi sorgulaması için Beck Depresyon Ölçeği kullanıldı.

Kısa Form-36

Yaşam kalitesinin 8 boyutunu 36 madde ile incelemektedir (fiziksel fonksiyon, sosyal fonksiyon, fiziksel rol kısıtlamaları, emosyonel rol kısıtlamaları, mental sağlık, enerji, ağrı ve genel sağlık).¹² Ölçekte her bir boyut 0-100 arasında puanlanır (0 en kötü, 100 en iyi). Ölçeğin Türkçe geçerlik ve güvenilirliği Koçyiğit vd. (1999) tarafından yapılmıştır.¹³

Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği

Ölçeğin orijinali 12 alt kategoride toplam 63 sorudan oluşmaktadır.¹⁴ Çalışmada öğrencilerin benlik saygısı düzeylerini belirlemek için ölçeğin benlik saygısı alt boyutuna ait 10 maddesi kullanılmıştır. Alt ölçek puanlaması 4'lü Likert tipidir ve sorulardan 5 tanesi (3, 5, 8, 9 ve 10. sorular) ters kodlanmaktadır. Puandaki düşüş benlik saygısında artış anlamına gelmektedir. Ölçeğin Türkçe adaptasyon ve geçerlik güvenilirliği Çuhadaroğlu (1986) tarafından yapılmıştır.¹⁵

Beck Depresyon Ölçeği

Beck Depresyon Ölçeği kişilerin depresyona özgü tutumlarının gözlenmesi ve sergilenen davranışların bir araya getirilmesiyle oluşturulmuştur.¹⁶ Gözlemler 21 semptom altında birleştirilmiş ve tutumlar 0-3 arasında derecelendirilmiştir. Ölçeğin amacı depresyon tanısından ziyade depresif belirtilerin şiddetini ortaya koymaktır. Ölçeğin Türkçe adaptasyon ve geçerlik güvenilirliği Hisli (1989) tarafından yapılmış ve kesme puanı 17 olarak belirtilmiştir. 0-9 puan minimal, 10-16

puan hafif, 17-29 puan orta ve 30- 63 şiddetli depresyon olarak yorumlanmaktadır.¹⁷

İstatistiksel analiz

Veriler SPSS 24.0 (IBM Corp. Released 2016. IBM SPSS Statistics for Windows, Version 24.0. Armonk, NY: IBM Corp.) paket programıyla analiz edildi. Tanımlayıcı veriler ortalama±standart sapma, en küçük–en büyük değerler ($\bar{X}\pm SS$, min–maks) veya yüzde (%) şeklinde verildi. Verilerin normal dağılıma uygunluğu Kolmogorov-Smirnov normallik testi ile belirlendi. Tüm veriler normal dağılıma uygun bulundu. Cinsiyet ve öğrenim görülen (sağlık ile ilgili ve sosyal bölümler) bölümler arasındaki farklılıkların belirlenmesi için iki ortalama arasındaki farkın önemlilik testi kullanıldı. Ölçek puanları üzerinde etkisi olan faktörlerin ve bu etkilerin ne yönde olduğunun belirlenmesinde Lineer Regresyon Analizi kullanıldı. Tüm analizlerde $p<0,05$ istatistiksel olarak anlamlı kabul edildi.

BULGULAR

Çalışmamıza yaş ortalamaları $20,37\pm 1,75$ yıl olan, 322 kız, 180 erkek toplam 502 öğrenci katıldı. Bu öğrencilerin 220'si (%43,8) 1 ve 2. sınıf iken, 282'si (%56,2) 3 ve 4. sınıfta. Araştırmaya sağlıklı ilgili bölümlerden 170 (%33,8) öğrenci, sosyal bölümlerden ise 332 (%66,2) öğrenci katıldı. Öğrencilerin cinsiyet, sınıf ve bölüm dağılımları Tablo 1'de gösterildi.

Öğrencilerin haftalık ders çalışma süresi ortalama $21,02\pm 7,27$ saattir. Öğrencilerin aylık gelir düzeyi ortalama $834,315\pm 341,31$ TL iken ailenin aylık gelir düzeyi $2270,40\pm 1449,64$ TL idi.

Genel sağlık puanını arttıran faktörler sosyal faaliyetlere para ayırabilmek ($p=0,001$), spor yapmak ($p<0,001$) ve yakın arkadaş varlığı ($p=0,002$) idi. Fiziksel fonksiyon puanını arttıran faktörler istenilen bölümde eğitim alma ($p=0,017$) ve spor yapmak ($p=0,048$) olarak saptandı. Sosyal faaliyetlere para ayırabilen ($p=0,002$) öğrencilerin sosyal fonksiyon puanında artış saptanırken, mezuniyet aşamasına yaklaştıkça ($p=0,003$) öğrencilerin sosyal fonksiyon puanının düştüğü belirlendi. Enerji puanını arttıran faktörler istenilen bölümde eğitim alma ($p=0,025$), ailenin ($p=0,010$) ve öğrenci aylık gelirindeki artış ($p=0,048$), sosyal faaliyetlere para

Tablo 1. Öğrencilerin cinsiyet, sınıf ve bölüm dağılımları (N=502).

	n	%
Cinsiyet		
Kadın	322	64,1
Erkek	180	35,9
Sınıf		
1-2	220	43,8
3-4	282	56,2
Bölüm		
Fizyoterapi ve Rehabilitasyon	103	20,5
Hemşirelik	67	13,3
Sosyal Bilgiler	95	18,9
Matematik	21	4,2
Okul Öncesi	46	9,2
Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik	33	6,6
Felsefe	47	9,4
Arkeoloji	16	3,2
Bilgisayar ve Öğretim Teknolojileri	12	2,4
Turizm	62	12,4

ayırabilme ($p<0,001$) ve spor yapma ($p=0,001$) idi. Mezuniyet aşamasına yaklaşma ($p=0,014$) ve haftalık ders saati sayısındaki artış ($p=0,046$) enerji puanını olumsuz etkiledi. Mental sağlık puanını arttıran faktörler istenilen bölümde eğitim alıyor olma ($p=0,002$), sosyal faaliyetlere para ayırabilme ($p=0,003$) ve yakın arkadaş varlığı ($p<0,001$) olarak saptandı. İstenilen bölümde eğitim alıyor olma ($p=0,011$) ve sosyal faaliyetlere para ayırabilmenin ($p=0,002$) fiziksel rol kısıtlamalarını azalttığı belirlendi. Sosyal faaliyetlere para ayırabilme ($p=0,002$) ve yakın arkadaş varlığının ($p=0,049$) emosyonel rol kısıtlamalarını azalttığı bulundu (Tablo 2). İstenilen bölümde eğitim alma ($p=0,039$) ve spor yapma ($p=0,002$) ağrı puanı üzerinde olumlu etkiye sahip olan faktörlerdi (Tablo 2).

Mezuniyet aşamasına yaklaşma ($p=0,008$), sosyal faaliyetlere para ayırabilme ($p=0,006$), spor yapma ($p=0,001$) ve yakın arkadaş varlığının ($p=0,006$) benlik saygısını arttırdığı saptandı (Tablo 3).

İstenilen bölümde eğitim alma ($p=0,007$), öğrencinin aylık gelir düzeyi ($p=0,010$), sosyal faaliyetlere para ayırabilme ($p=0,001$) ve yakın arkadaş varlığının ($p<0,001$) Beck Depresyon

Ölçeği puanını olumlu yönde etkilediği bulundu (Tablo 3).

Sağlıkla ilgili ve sosyal bölümlerde öğrenim gören öğrenciler arasında yaşam kalitesi, benlik saygısı ve depresyon düzeyi açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmadı ($p>0,05$) (Tablo 4).

Öğrencilerin yaşam kalitesi, benlik saygısı ve depresyon düzeyi cinsiyete göre karşılaştırıldığında yaşam kalitesi ölçeğinin genel sağlık ($p=0,040$), enerji ($p=0,032$), emosyonel rol kısıtlamaları ($p=0,022$) ve ağrı ($p=0,006$) alt ölçeklerinde erkek öğrenciler lehine istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulundu (Tablo 5).

TARTIŞMA

Pamukkale Üniversitesi'nde öğrenim gören öğrencilerin genel yaşam kalitesi, benlik saygısı ve depresyon düzeyine etki eden faktörler farklılık göstermektedir. Ancak sosyal faaliyetlere para ayırabilmenin ve yakın arkadaş varlığının hem yaşam kalitesini hem de benlik saygısı ve depresyon düzeyini etkilediği saptandı. Ayrıca öğrencilerin sağlıkla ilişkili veya sosyal bölümlerde eğitim almalarının yaşam kalitesi, benlik saygısı ve depresif semptomlar açısından farklılık yaratmadığı, ancak erkek öğrencilerin yaşam kalitesinin bazı alt parametrelerinde kadın öğrencilerden daha iyi olduğu gözlemlendi.

Üniversiteler bilgi üretme ve transfer etme görevinin yanı sıra sosyal liderler yetiştirme, toplumsal şekillenmeyi sağlayan düşünceler ve bireyler yetiştirmekle de görevlidir.¹⁸ Bu nedenle, bu kurumlardaki öğrencilerin "kendi amaçlarına, beklentilerine, standartlarına ve çıkarlarına göre bir kültür ve değer sisteminde kendi yaşamını algılaması" yani yaşam kalitesinin değerlendirilmesi oldukça önemlidir. Üniversite öğrencilerinin aktivite düzeyini arttırmanın kişisel sağlık ve halk sağlığı açısından önemli olduğu¹⁹, ayrıca üniversite öğrencilerinde fiziksel aktivitenin¹⁹⁻²¹ ve sportif faaliyetlere katılımının²² yaşam kalitesi ile ilişkili olduğu saptanmıştır. Biz de çalışmamızda spor yapmanın yaşam kalitesini arttırdığını saptadık. Eriş vd., öğrenci topluluklarına üye olan ve sosyal faaliyetlere katılan öğrencilerin yaşam kalitelerinin daha iyi olduğunu belirtmiştir.²³ Benzer şekilde aile

Tablo 2. Yaşam kalitesinin alt boyutlarını etkileyen faktörlerin incelenmesi.

Değişkenler	Genel sağlık		Fiziksel fonksiyon		Sosyal fonksiyon		Enerji	
	β	p	β	p	β	p	β	p
Sınıf	-0,052	0,267	-0,022	0,673	-0,139	0,003	-0,116	0,014
Haftalık ders saati	0,033	0,564	0,049	0,393	0,042	0,472	-0,115	0,046
İstenilen bölümde eğitim almak	-0,078	0,094	-0,111	0,017	-0,055	0,236	-0,104	0,025
Ailenin gelir düzeyi	0,112	0,137	-0,046	0,538	0,055	0,464	0,192	0,010
Öğrencinin aylık gelir düzeyi	0,046	0,401	-0,094	0,085	0,038	0,484	0,109	0,046
Sosyal faaliyetlere para ayırabilmek	-0,144	0,001	-0,053	0,241	-0,140	0,002	-0,176	<0,001
Spor yapmak	-0,185	<0,001	-0,089	0,048	-0,025	0,577	-0,148	0,001
Yakın arkadaş varlığı	-0,138	0,002	-0,086	0,055	-0,058	0,192	-0,064	0,152

Lineer regresyon analizi. β : Standartlaştırılmış beta katsayısı.

Tablo 2. Yaşam kalitesinin alt boyutlarını etkileyen faktörlerin incelenmesi (devam).

Değişkenler	Mental sağlık		Fiziksel rol		Emosyonel rol		Ağrı	
	β	p	β	p	β	p	β	p
Sınıf	-0,076	0,105	-0,089	0,057	-0,026	0,582	-0,078	0,097
Haftalık ders saati	-0,033	0,564	0,005	0,937	0,002	0,969	-0,042	0,472
İstenilen bölümde eğitim almak	-0,144	0,002	-0,117	0,011	-0,032	0,494	-0,096	0,039
Ailenin gelir düzeyi	0,121	0,106	0,053	0,485	0,009	0,904	0,209	0,005
Öğrencinin aylık gelir düzeyi	0,016	0,774	0,020	0,714	-0,024	0,661	0,102	0,062
Sosyal faaliyetlere para ayırabilmek	-0,132	0,003	-0,141	0,002	-0,137	0,002	-0,073	0,104
Spor yapmak	-0,075	0,095	-0,053	0,241	-0,061	0,172	-0,103	0,021
Yakın arkadaş varlığı	-0,171	<0,001	-0,075	0,093	-0,088	0,049	-0,008	0,850

Lineer regresyon analizi. β : Standartlaştırılmış beta katsayısı.

Tablo 3. Öğrencileri benlik saygısı ve duygu durumlarını etkileyen faktörlerin incelenmesi

Değişkenler	Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği		Beck Depresyon Ölçeği	
	β	p	β	p
Sınıf	0,124	0,008	-0,050	0,289
Haftalık ders saati	-0,045	0,442	-0,067	0,247
İstenilen bölümde eğitim almak	-0,023	0,619	0,124	0,007
Ailenin gelir düzeyi	0,146	0,052	0,010	0,893
Öğrencinin aylık gelir düzeyi	0,015	0,789	0,141	0,010
Sosyal faaliyetlere para ayırabilmek	-0,123	0,006	0,155	0,001
Spor yapmak	-0,147	0,001	0,029	0,518
Yakın arkadaş varlığı	-0,123	0,006	0,187	<0,001

Lineer regresyon analizi. β : Standartlaştırılmış beta katsayısı.

Tablo 4. Sağlık bölümlerindeki ve sosyal bölümlerdeki öğrencilerinin yaşam kalitesi, benlik saygısı ve duygu durumlarının karşılaştırılması.

	Sağlık alanı (N=170)	Sosyal alan (N=332)	p
	X±SD	X±SD	
Kısa Form-36			
Genel sağlık	59,38±16,61	59,42±19,50	0,982
Fiziksel fonksiyon	89,35±15,18	87,01±19,36	0,170
Sosyal fonksiyon	62,23±21,27	63,19±21,85	0,639
Enerji	53,00±17,74	55,12±18,07	0,210
Mental sağlık	58,80±21,46	57,38±18,45	0,443
Fiziksel rol kısıtlamaları	74,85±36,74	74,58±35,96	0,938
Emosyonel rol kısıtlamaları	51,96±41,81	54,55±43,12	0,519
Ağrı	69,30±21,43	71,76±20,50	0,212
Rosenberg Benlik Saygı Ölçeği	21,22±4,81	20,92±5,22	0,529
Beck Depresyon Ölçeği	11,38±10,01	11,42±9,68	0,967

Tablo 5. Öğrencilerin yaşam kalitesi, benlik saygısı ve duygu durumlarının cinsiyete göre karşılaştırılması.

	Kadın (N=322)	Erkek (N=180)	p
	X±SD	X±SD	
Kısa Form-36			
Genel sağlık	58,13±18,71	61,69±18,11	0,040*
Fiziksel fonksiyon	87,30±17,26	88,72±19,46	0,399
Sosyal fonksiyon	62,92±21,63	62,76±21,71	0,936
Enerji	53,12±18,06	56,70±17,62	0,032*
Mental sağlık	58,54±20,34	56,64±17,93	0,295
Fiziksel rol kısıtlamaları	73,17±38,45	77,36±31,67	0,214
Emosyonel rol kısıtlamaları	50,42±43,25	59,50±41,05	0,022*
Ağrı	69,02±21,07	74,33±20,01	0,006*
Rosenberg Benlik Saygı Ölçeği	20,66±5,63	21,22±04,75	0,239
Beck Depresyon Ölçeği	10,89±8,63	12,33±11,53	0,114

*p<0,05.

ve öğrencinin gelir düzeyinin ve buna bağlı olarak sosyal faaliyetlere maddi kaynak ayırabilme durumunun yaşam kalitesinin birçok alt boyutunu olumlu yönde etkilediğini gözlemledik. Bu nedenle üniversite bünyesinde ücretsiz sosyokültürel etkinlikler, sportif-rekreasyonel aktiviteler düzenlenerek ve yeterli burs olanakları sağlanarak öğrencilerin

yaşam kalitelerinin arttırılabileceğini düşünmekteyiz.

Bölümlerdeki uygulamalı dersler, stajlar, müfredat yoğunluğu gibi bölümlerin kendi iç dinamiklerindeki farklılıklar nedeniyle öğrencilerin bireysel sosyal iletişimi ve yaklaşması bölümler arası farklılık göstermektedir. Eriş vd. sağlık yüksekokulu öğrencilerinin yaşam kalitelerinin diğer

bölümlerden daha düşük olduğunu saptamıştır.²³ Ancak çalışmamızda sosyal ve sağlıkla ilgili bölümlerdeki öğrencilerin yaşam kalitelerinde farklılık saptamadık. Bölümler arası farklılık saptamama nedenimiz çalışmamıza sosyal bölümlerden katılan öğrenci sayısının yaklaşık iki kat daha fazla olması olabilir. Ayrıca üniversite öğrencilerinin yaşam kaliteleri ile ilgili yapılan çalışmalarda cinsiyet ekilenimi ile ilgili farklı görüşler bulunmaktadır. Üniversite öğrencilerinde cinsiyetin yaşam kalitesini etkilemediğini bildiren çalışmalar²⁴ ile, kadın öğrencilerin^{23,25} ya da erkek öğrencilerin^{10,19} yaşam kalitesinin daha iyi olduğunu bildiren çalışmalar da vardır. Bu çalışmada yaşam kalitesinin bazı alt boyutlarında erkek öğrencilerin kadın öğrencilerden daha iyi düzeyde olduğunu saptadık.

Yükseköğretimdeki yaşantı, bilgi düzeyindeki artış ve pozitif deneyimler benlik saygısını geliştirmektedir.⁸ Benlik saygısını etkileyebilecek farklı değişkenleri inceleyen çalışmalarda sportif faaliyetlere katılmanın^{26,27}, eğitim düzeyinin yükselmesinin ve mezuniyete yaklaşmanın^{8,28} benlik saygısını olumlu yönde etkilediğini belirtmiştir. Biz de çalışmamızda sportif faaliyetlere katılmanın ve mezuniyete yaklaşmanın benlik saygısı ile ilişkili olduğunu, ayrıca sosyal faaliyetlere paraya ayırabilmenin de benlik saygısını arttırdığını saptadık. Çalışmalarda benlik saygısının cinsiyetle olan ilişkisi ise farklı şekillerde yorumlanmıştır. Çalışmaların bir kısmı erkeklerin yüksek benlik saygısına sahip olduğunu²⁹, bir kısmı ise kadın ve erkek cinsiyet arasında fark olmadığını belirtmiştir.³⁰⁻³² Çalışmamıza katılan üniversite öğrencilerinin benlik saygılarının iyi düzeyde olduğunu ve benlik saygısının cinsiyet ve öğrenim görülen bölüme göre farklılık göstermediği saptandı.

Depresyon düzeyinin cinsiyet, öğrenim durumu, sınıf³³⁻³⁵, ekonomik durum^{34,35}, barınma şekli³³, sosyal yaşantı³⁴ ve arkadaşlar arası problemler³⁵ ile ilişkili olduğu bildirilmiştir. Ancak sosyo-ekonomik durum ve depresyon düzeyini inceleyen çalışma sonuçları çelişkilidir.³³⁻³⁵ Çalışmamızda istenilen bölümde eğitim almanın, sosyal faaliyetlere para ayırabilmenin ve yakın arkadaş varlığının depresyon düzeyini azalttığını saptadık. Ülkemizde üniversite öğrenimi ve meslek

tercihi yapılan sınav sonucu alınan puana göre belirlenmektedir. İstenilen bölümde eğitim almanın çoğunlukla öğrencinin kendi istediğine bağlı olmaması nedeniyle depresif semptomları etkilemiş olabileceğini düşünmekteyiz.

Limitasyonlar

Çalışmamızın limitasyonları öğrencilerin rastgele seçilememesi ve örneklem grubuna tüm bölümlerdeki öğrenci gruplarının alınamamasıdır. Ayrıca, araştırmacılar anketi belirlenen bir zaman diliminde gerçekleştiremediler. Bu nedenle yaklaşan ödevler, testler veya sınavlar gibi akut stresörlerin çalışma sonuçlarına etki edebileceği düşünülmektedir. Gelecekteki çalışmalarda akut stresörlerin çalışma sonuçları üzerindeki etkisinin en aza indirilmesi, tüm anketlerin yılın farklı zamanlarında tekrar uygulanması veya longitudinal çalışmaların yapılması ve farklı yükseköğretim kurumlarında öğrenim gören öğrencilerle daha büyük örneklem gruplarıyla çalışmanın yapılması önerilmektedir.

Sonuç

Üniversite yaşamının öğrencide pozitif duygular yaratan deneyimleri içermesi ve onu geleceğe taşıması gerektiği düşünüldüğünde öğrencilerin yaşam kalitesi, benlik saygısı ve depresyon düzeyi üniversite eğitiminin önemli bir boyutunu oluşturmaktadır. Bu nedenle çalışmamızda Pamukkale Üniversitesi'nde öğrenim gören öğrencilerin yaşam kalitesi, benlik saygısı ve depresyon düzeyinin; öğrencinin meslek alanını isteyerek seçip seçmediği, sınıf ve haftalık ders saati bilgisi, gelir düzeyi, sportif faaliyetlere ve sosyokültürel etkinliklere katılım, arkadaş edinme değişkenlerine göre incelenmeyi amaçladık. Sosyal faaliyetlere para ayırabilmenin ve yakın arkadaş varlığının hem yaşam kalitesini hem de benlik saygısı ve depresyon düzeyini etkilediğini saptadık. Öğrenci kulüpleri, sosyokültürel etkinlikler ve sosyal tesislerin artırılması ile öğrencilerin çeşitli sosyal faaliyetlere katılımlarına ve sosyalleşmelerine olanak sağlayacak ortamların yaratılması ve maddi imkanları yetersiz kalan öğrencilere burs olanaklarının sağlanması önerilmektedir.

Teşekkür: Yok

Araştırmacı Katkı Oranı Beyanı: **RS:** Veri toplama ve işleme, analiz ve yorum, yazı yazılması, eleştirel inceleme. **NB:** Fikir, tasarım, analiz ve yorum, yazı yazılması, eleştirel inceleme. **GB:** Veri toplama ve işleme, literatür taraması, yazı yazılması, eleştirel inceleme.

Çıkar Çatışması: Yok.

Finans: Yok.

Etik Onay: Çalışmanın etik kurul onayı Pamukkale Üniversitesi Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurulu'ndan (Tarih: 02.04.2019, Sayı: 2019/07) alındı.

KAYNAKLAR

1. Post M. Definitions of quality of life: what has happened and how to move on. *Top Spinal Cord Inj Rehabil.* 2014;20:167-180.
2. Mollaoğlu H, Alptuğ EC. Spor yapan ve yapmayan üniversite öğrencilerinin benlik saygısı ve atılganlık düzeylerinin incelenmesi. *Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi.* 2013;31:135-143.
3. Goodwin GM. Depression and associated physical diseases and symptoms. *Dialogues Clin Neurosci.* 2006;8:259-265.
4. Kıvrak Y, Kocaçaya MH, Sevim E, et al. Depressive symptom prevalence and risk factors in Eastern Turkish university students. *J Clin Anal Med.* 2016;7:440-444.
5. Bukhari SR, Saba F. Depression, anxiety and stress as negative predictors of life satisfaction in university students. *RMJ.* 2017;42:255-257.
6. Seo EJ, Ahn JA, Hayman LL, et al. The association between perceived stress and quality of life in university students: the parallel mediating role of depressive symptoms and health-promoting behaviors. *Asian Nurs Res.* 2018;12:190-196.
7. Talaei A, Fayazi BM, Rezaei AA. Depression and its correlation with self-esteem and social support among Iranian university students. *Iran J Psychiatry.* 2009;4:17-22.
8. Karadağ G, Güner Ü, Çuhadar D, et al. Gaziantep Üniversitesi Sağlık Yüksekokulu hemşirelik öğrencilerinin benlik saygıları. *Fırat Sağlık Hizmetleri Dergisi.* 2008;3:30-42.
9. Sabbah I, Sabbah H, Khamis R, et al. Health related quality of life of university students in Lebanon: Lifestyles behaviors and socio-demographic predictors. *Health.* 2013;5:1-12.
10. Rakovac M, Pedisic Z, Pranic S, et al. Sociodemographic and lifestyle correlates of health-related quality of life in Croatian university students. *Appl Res Qual Life.* 2013;8:493-509.
11. Aylaz R, Kaya B, Dere N, et al. Sağlık yüksekokulu öğrencileri arasındaki depresyon sıklığı ve ilişkili etkenler. *Anadolu Psikiyatri Derg.* 2007;8:46-51.
12. Ware JR, John E, Sherbourne CD. The MOS 36-item short-form health survey (SF-36): I. Conceptual framework and item selection. *Med Care.* 1992;473-483.
13. Koçyiğit H, Aydemir Ö, Ölmez N, et al. SF-36'nin Türkçe için güvenilirliği ve geçerliliği. *Ege Fiz Ted Reh Derg.* 1999;12:102-106.
14. Rosenberg M. *Society and the adolescent self-image.* Princeton University Press. 2015.
15. Çuhadaroğlu F. Adölesanlarda benlik saygısı. *Yayınlanmamış Uzmanlık Tezi, Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalı, Ankara, 1986.*
16. Beck AT, Ward CH, Mendelson M, et al. An inventory for measuring depression. *Arch Gen Psychiatry.* 1961;4:561-571.
17. Hisli N. Beck depresyon envanterinin üniversite öğrencileri için geçerliliği, güvenilirliği. *Türk Psikoloji Dergisi.* 1989;7:3-13.
18. Ağaoğlu YS. Dershaneye devam eden üniversite öğrencilerinin okuma nedenlerinin ve serbest zaman etkinliklerine katılımlarının değerlendirilmesi. *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi.* 2012;3:33-41.
19. Ateş Keleş B, Avcı Taşkıran T. Üniversite öğrencilerinin okul içi etkinliklere katılım durumları ile yaşam kaliteleri arasındaki ilişki. *Sportmetre.* 2017;15:11-18.
20. Joseph RP, Royse KE, Benitez TJ, et al. Physical activity and quality of life among university students: exploring self efficacy, self-esteem, and affect as potential mediators. *Qual Life Res.* 2014;23:659-667.
21. Kılınç H, Bayrakdar A, Çelik B, et al. Üniversite öğrencilerinde fiziksel aktivite düzeyi ve yaşam kalitesi. *J Hum Sci.* 2016;13:3794-3806.
22. Sirgy MJ, Grzeskowiak S, Rahtz D. Quality of college life (QCL) of students: developing and validating a measure of wellbeing. *Soc Indic Res.* 2007;80:343-360.
23. Eriş HM, Anıl D. Üniversite öğrencilerinin yaşam kalitesi düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi.* 2015;31:491-504.
24. Akyüz H, Yaşartürk F, Aydın İ, et al. Üniversite öğrencilerinin yaşam kalitesi ve mutluluk düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *IntJCSS.* 2017;3:253-262.
25. Kangal A. Üniversite yaşam kalitesi ölçeği'nin Türkçe uyarlaması: geçerlik ve güvenilirlik

- çalışması. e-Uluslararası Eğitim Araştırmaları Dergisi. 2012;3:16-32.
26. Aktaş İ, Erhan SE. Spor yapan ve spor yapmayan bireylerin benlik saygısı ve risk alma düzeylerinin incelenmesi (Erzurum İli Örneği). Sportif Bakış: Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi. 2015;2:40-51.
 27. Karakaya I, Coşkun A, Ağaoğlu B. Yüzücülerin depresyon, benlik saygısı ve kaygı düzeylerinin değerlendirilmesi. Anadolu Psikiyatri Dergisi. 2006;7:162-166.
 28. Saygılı G, Kesecioğlu Tİ, Kırıktaş H. Eğitim düzeyinin benlik saygısı üzerindeki etkisinin incelenmesi. Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi. 2015;4:210-217.
 29. Avison WR, McAlpine DD. Gender differences in symptoms of depression among adolescents. J Health Soc Behav. 1992;33:77-96.
 30. Karademir T, Döşyılmaz E, Çoban B, et al. Beden eğitimi ve spor bölümü özel yetenek sınavına katılan öğrencilerde benlik saygısı ve duygusal zeka. Kastamonu Eğitim Dergisi. 2010;18:653-674.
 31. Sungur P, Yüksek S. Beden eğitimi ve spor öğretmenlik bölümü son sınıf öğrencilerinin benlik tasarımı ve kendini gerçekleştirme düzeylerinin incelenmesi. Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi. 2009;3:190-195.
 32. Yıldız M, Çapar B. Orta öğretim öğrencilerinde benlik saygısı ile dindarlık arasındaki ilişkinin incelenmesi. Din Bilimleri Akademik Araştırma Dergisi. 2010;10:103-131.
 33. Koç M, Polat Ü. The mental health of university students. J Hum Sci. 2006;3:1-22.
 34. Kaya HKSS. Sağlık yüksekokulu öğrencilerinin depresyon düzeylerini etkileyen faktörlerin incelenmesi. Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi. 2013;2:214-229.
 35. Özdel L, Bostancı M, Özdel O, et al. Üniversite öğrencilerinde depresif belirtiler ve sosyodemografik özelliklerle ilişkisi. Anadolu Psikiyatri Dergisi. 2002;3:155-161.