



Article Arrival : 02/01/2021

Published : 20.02.2021

Doi Number  <http://dx.doi.org/10.26449/sssj.3036>Reference  Demirtaş, A & Özdemir, A (2021). "Üniversite Öğrencileri Arasındaki Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışlarının Kesitsel Değerlendirilmesi" International Social Sciences Studies Journal, (e-ISSN:2587-1587) Vol:7, Issue:79; pp:1001-1010

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİ ARASINDAKİ SAĞLIKLI YAŞAM BİÇİMİ DAVRANIŞLARININ KESİTSEL DEĞERLENDİRİLMESİ

A Cross-Sectional Evaluation Of Healthy Living-Style Behaviors Among University Students

Dr. Öğr. Üyesi. Ayla DEMİRTAŞ

Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Gülhane Hemşirelik Fakültesi, İç Hastalıkları Hemşireliği Bölümü, Ankara/TÜRKİYE
ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0001-7952-770x>

Öğr. Gör. Ayşe ÖZDEMİR

Kastamonu Üniversitesi, Tosya Meslek Yüksekokulu, Mülkiyeti Koruma ve Güvenlik Bölümü, Kastamonu/TÜRKİYE
ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0001-5106-6657>

ÖZET

Bu araştırmada Kastamonu Üniversitesinde, sağlık eğitiminin yoğun olarak verildiği Sağlık Bilimleri Fakültesi öğrencileri ile sağlık eğitiminin yoğun olarak verilmediği Orman Fakültesi öğrencilerinin, sağlıklı yaşam biçimi davranışlarını etkileyen değişkenler arasındaki ilişkinin karşılaştırılması amaçlanmıştır. Tanımlayıcı ve kesitsel nitelikte olan bu araştırma, 2018-2019 akademik yılı bahar döneminde Kastamonu Üniversitesi Sağlık Bilimleri ve Orman Fakültesinde öğrenim gören 139 Sağlık Bilimleri ve 111 Orman Fakültesi öğrencisi ile yürütülmüştür. Verileri 10 sorudan oluşan anket formu ve Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları II Ölçeği ile toplanmış, One way Anova, Pearson korelasyon ve Student t testi ile analiz edilmiştir. Öğrencilerin %55.6'sını Sağlık Bilimleri ve %44.4'ünü Orman Fakültesi oluşturmuştur. Her iki grupta da öğrencilerinin sağlıklı yaşam biçimi davranışlarının orta (Sağlık=127.41±19.56; Orman=129.45±16.43), olduğu ancak Orman Fakültesi öğrencilerinin, Sağlık Bilimleri Fakültesi öğrencilerine göre sağlıklı yaşam biçimi puanlarının daha yüksek olduğu ve aralarında istatistiksel farkın anlamlı belirlenmiştir (p<0.05). Sağlık Bilimleri Fakültesinde öğrenim görenlerin sağlıkla ilgili aldıkları derslerin sağlık davranışlarını etkilemediği tespit edilmiştir. Sosyo-demografik özelliklerden yaşın ve "Sağlıklı yaşam biçimi davranışlarını yaşamınızda uyguluyor musunuz?" sorusuna "Evet" diyen öğrencilerin sağlıklı yaşam biçimi davranışları ölçek puanları arasında anlamlı bir ilişki saptanmıştır (p<0.05). Sağlık ve Orman Fakültesi öğrencilerinin sağlıklı yaşam biçimi davranışları orta düzeyde tespit edilmiş olup, arada fark bulunamamıştır (p>0.05). Sağlık bilimlerinde okuyan öğrenciler dahil, sağlıklı yaşam biçimi davranışlarının üniversite öğrencilerinde geliştirmeye yönelik eğitim programlarının üniversite genelinde planlanarak uygulanması sağlığın korunması açısından son derece önemlidir.

Anahtar kelimeler: Üniversite öğrencisi, sağlıklı yaşam biçimi, sağlıklı yaşam davranışı

ABSTRACT

In this study, it was aimed to compare the relationship between the variables affecting the healthy lifestyle behaviors of the students of the Faculty of Health Sciences in Kastamonu University, where health education is given intensively, and the students of the Faculty of Forestry where health education is not given intensively. This descriptive and cross-sectional study was conducted with 139 Health Sciences and 111 Forestry Faculty students studying at Kastamonu University Health Sciences and Forestry Faculty in the spring semester of the 2018-2019 academic year. Data were collected using a 10-question questionnaire and Healthy Lifestyle Behaviors II Scale, and analyzed with One way Anova, Pearson correlation and Student t test. 55.6% of the students were Health Sciences and 44.4% Faculty of Forestry. The healthy lifestyle behaviors of the students in both groups were moderate (Health = 127.41 ± 19.56; Forest = 129.45 ± 16.43), but the healthy lifestyle scores of the students of the Faculty of Forestry were higher than the students of the Faculty of Health Sciences and the statistical difference between them was found to be significant (p < 0.05). It has been determined that the health-related courses taken by those studying at the Faculty of Health Sciences do not affect their health behaviors. Among the socio-demographic characteristics, age and "Do you apply healthy lifestyle behaviors in your life?" There was a significant relationship between the healthy lifestyle behaviors scale scores of the students who answered "Yes" to the question (p < 0.05). The healthy lifestyle behaviors of the students of the Faculty of Health and Forestry were determined at a moderate level, and there was no difference (p > 0.05). It is extremely important for the protection of health that educational programs to develop healthy lifestyle behaviors in university students, including those studying in health sciences, are planned and implemented throughout the university.

Keywords: University student, healthy lifestyle, healthy lifestyle behavior

1. GİRİŞ

Sağlık alanındaki gelişmelere baktığımızda öncelikli konunun hastalıkları iyileştirmek sonrasında ise hastalıktan korunma yollarını bulmak olduğunu görmekteyiz. Fakat bilimsel araştırmalar sonucunda insanları olabildiğince sağlıklı yaşamın ve sağlığın korunmasının öncelikli konu olduğu belirtilmektedir (Kılıç ve Balta, 2019). Bireylerin sağlıklı yaşam biçimlerini ve sağlığının korunabilmesi için sağlıklı yaşam biçimi davranışlarını (SYBD) kazanması gerekmektedir (Aksoy ve Hülya, 2014).

SYBD ise; bireyin sağlığını etkileyen tüm davranışlarını kontrol etmesi, günlük aktivitelerini düzenlerken kendi sağlık durumuna uygun davranışları seçmesi olarak tanımlanmaktadır. SYBD, yeterli ve düzenli egzersiz yapma, dengeli beslenme, sigara, alkol ve madde kullanmama, iletişim problemleriyle baş etme, sağlık sorumluluğu ve stres yönetimini sağlama vb. bunları kapsamaktadır (Vural ve Bakır, 2015; Bostan ve Beşer, 2017; Yanık ve Noğay, 2017).

SYBD'nın kazanılması sonucunda bireyler kendi yaşamlarında var olan ya da var olabilecek riskli davranışlardan kaçınarak sağlığı koruyucu ve geliştirici davranışlar kazanırlar (Şen ve ark, 2017). Bu davranışların kazanılması ile kronik hastalıkların önlenmesinde, tanı, tedavi ve bakım maliyetlerinin azalmasında, bireylerin yaşam kalitesi artırılmasında ve sağlıklı yaşlanmanın sağlanmasında çok önemlidir (Aksoy ve Hülya, 2014; Kılınç ve ark, 2016).

SYBD'nın kazandırılmasıyla ilgili olarak Dünya Sağlık Örgütü üyeleri, tütün ürünlerini kullanmamak, tütün içermeyen bir kültürü teşvik etmek ve desteklemek için profesyonel sağlık kuruluşlarına, rol model olma konusunda çağrıda bulunmuştur (WHO, 2020). Yapılan çalışmalarda ise SYBD'nın yaşam kalitesini arttırdığı, beden kütle indeksinin normal aralıkta kalmasını sağladığını, egzersiz alışkanlıklarını geliştirdiğini, psikososyal sorunlar ve kronik hastalıklarda korunmayı arttırdığı tespit edilmiştir (Akgün Şahin ve Biçer, 2015; Saneei et al, 2016; Shafieyan et al, 2016; Stenholm et al, 2016; Persil Özkan ve ark. 2019).

SYBD'ye sergilemesi için davranışların erken dönemde kişiye kazandırılması gerekmektedir (Uysal ve ark, 2019; Vural ve Bakır, 2015). Üniversite döneminde bilgilerin daha çok özümsemiği ve yaşam alışkanlığına daha hızlı dönüştüğü görülmüştür (Özveren ve Yılmaz, 2018). Gafey'in (2019) yılında yapmış olduğu çalışmada da üniversite dönemindeki öğrencilerin yaşam tarzlarını ve genel sağlıklarının şekillenmesi açısından kritik önem taşıyan sağlıklı yaşam biçimi davranışlarının önemini altını çizmektedir. Fakat üniversite öğrencileri ve genç bireylerle yapılan çalışmalarda görülmektedirki gençlerin SYBD ile ilgilenmedikleri ve sağlıksız yaşam tarzlarını benimsedikleri görülmektedir. Bunun sebepleri arasında gençlik döneminde daha az sağlık sorununa sahip olmalarıdır (Korkut, Owen, F. ve Demirbaş, Çelik, 2018; Al-Qahtani, 2019). Türkiye'de SYBD'ye yönelik yapılmış olan çalışmalarda, sağlık bölümünde öğrenim gören üniversite öğrencileri ile diğer bölümlerde öğrenim gören öğrencilerin SYBD' nin karşılaştırılarak incelenen çalışmaların kısıtlı olduğunu görmekteyiz (Hacıhasanoğlu ve ark, 2011; Bostan ve Şener, 2017; Bozlar ve Arslanoglu,2016; Çıtak Bilgin ve ark, 2019; Sayın Kasar ve Akyol, 2019).

Toplumun gelecek neslini oluşturan üniversite öğrencilerimizin sağlıklarının korunması ve geliştirilmesinde sağlıklı yaşam davranışlarını öğrenmeleri ve uygulamaları gerekmektedir. Bu nedenle Sağlık Bilimleri ve Orman Fakültesindeki öğrencilerin SYBD ve bu davranışlarını etkileyen sebeplerin neler olduğunun bilinmesi önemlidir. Bu araştırmanın amacı, Kastamonu Üniversitesinde Sağlık Bilimleri ve Orman Fakültesindeki öğrencilerin SYBD ve bu davranışları etkileyen değişkenler arasındaki ilişkiyi belirlemektir.

2. GEREÇ VE YÖNTEM

2.1. Araştırmanın Türü

Tanımlayıcı ve kesitsel nitelikteki çalışma 2018-2019 akademik yılı bahar döneminde Kastamonu Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi ve Orman Fakültesinde yapılmıştır.

2.2. Araştırmanın Evren ve Örneklemi

2018-2019 akademik yılı bahar döneminde Kastamonu Üniversitesi Fazıl Boyner Sağlık Bilimleri Fakültesinde okumakta olan 293 ve Orman Fakültesinde okumakta olan 218 öğrenci öğrenim görmektedir. Öğrencilerin tamamı araştırma kapsamına alınmış olup, Öğrencilerin %55.6'sını Sağlık Bilimleri ve %44.4'ünü Orman Fakültesi oluşturmuştur.

2.3. Veri Toplama Araçları

Sosyodemografik Veriler Formu:

Araştırmacılar tarafından hazırlanan soru formu (Bostan ve Şener, 2017; Çıtak Bilgin ve ark, 2019; Sayın Kasar ve Akyol, 2019) üniversite öğrencilerinin sosyodemografik ve SYBD'yi etkileyen değişkenleri (yaş, okuduğu fakülte, cinsiyet, medeni durum vb.) belirlemeye yönelik sorular yer almaktadır.

Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları Ölçeği:

Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları Ölçeği (SYBDÖ), 1996 yılında tekrar revize edilerek "Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları Ölçeği II" olarak yeniden adlandırılmıştır (Walker et al, 1987). Bahar ve ark. (2008) tarafından geçerlik ve güvenilirlik çalışması yapılmış ve Türkçeye uyarlanmıştır (Bahar ve ark, 2008). SYBDÖ, 1-4 puan arasında puanlanan likert tipli bir ölçektir. Ölçeğin puanlamasında hiçbir zaman (1), bazen (2), sık sık (3) düzenli olarak (4) olarak derecelendirmesi kullanılmıştır. Ayrıca, ölçek 52 madde ve altı alt faktörden oluşmaktadır. Bunlar; manevi gelişim, sağlık sorumluluğu, fiziksel aktivite ve egzersiz, beslenme, kişilerarası ilişkiler ve stres yönetimidir. Ölçeğin tümünden elde edilen puan sağlıklı yaşam biçimi davranışları puanını vermektedir. Dörtlü likert tipi olan bu ölçeğin tüm ifadeleri olumludur. Ölçekten alınacak en düşük puan 52, en yüksek puan 208'dir. Ölçek puanların yüksek olması, kişinin daha iyi sağlıklı yaşam biçimi davranışlarına sahip olduğunu bildirmektedir. Ölçeğin Cronbach Alpha değeri ise 0,92'dir. (Bahar ve ark, 2008; Kostak ve ark, 2014). Çalışmamızda ise Cronbach Alfa katsayısı 0,90 bulunmuştur.

2.4. Araştırmanın Etik Yönü

Araştırmada kullanılmak üzere ölçeği geliştiren ve Türkçe geçerlik güvenilirlik çalışmalarını yapan araştırmacıdan kullanım izini, Kastamonu Üniversitesinin Fen, Mühendislik, ve Sağlık Bilimleri Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu'ndan (protokol no: 2019/43100) izin alınmıştır. Araştırma kapsamına alınan öğrencilere araştırmanın amacı, uygulama yöntemi ve elde edilmesi planlanan sonuçlar hakkında gerekli açıklamalar yapılarak yazılı onamları alınmıştır ve istedikleri zaman çalışmadan ayrılacakları söylenmiştir.

2.5. Verilerin Değerlendirilmesi

Verilerin değerlendirilmesi için istatistik analizler istatistik paket (SPSS 20.0) programında yapılmıştır. Verilerin normal dağılım gösterip göstermediğini kurtosis ve skewness değerleri ile incelenmiş olup SYBD ölçeğinin Kurtosis=1,857 ve Skewness=0,228 puan ortalamaları normal dağılım göstermektedir (George ve Mallery; 2010). Verilerin analizinde; frekans, aritmetik ortalama, yüzde değerleri, ANOVA, Student t Testleri kullanılmıştır. 0.05'ten küçük p değeri anlamlı olarak kabul edilmiştir.

2.6. Araştırmanın Sınırlılıkları

Araştırmada kullanılan formlar öğrenciler tarafından doldurulmuş olup, araştırmanın amacı öğrencilere sözel olarak açıklanamamıştır. Çalışma tek merkezde yapılmış olup, 2018/2019 Bahar eğitim öğretim döneminde Sağlık Bilimleri ve Orman Fakültesinde aktif olarak devam eden öğrenciler ile sınırlandırılmıştır.

3. BULGULAR

Sağlık Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören öğrencilerin % 66,9'unun kadın, Orman Fakültesinde öğrenim gören öğrencilerin % 74,8'inin erkek olduğu ve yaş ortalamasının Sağlık Bilimleri ve Orman Fakültesindeki öğrencilerin yakın olduğu (sırasıyla; 21,48±2,20, 23,27±4,97) görülmüştür. Her iki grupta da öğrencilerin yarıdan fazlasının çekirdek ailesi ile yaşadıkları, sigara kullanmadıkları görülmüştür. Sağlık Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören öğrencilerin % 43,9'unun üniversite mezunu iken, Orman Fakültesinde öğrenim gören öğrencilerin % 56,8'inin lise mezunu olduğu görülmüştür. Sağlık Bilimleri ve Orman Fakültesindeki öğrencilerinin gelir düzeylerinin denk olmadığı (sırasıyla; %90, %59,5) görülmüştür. Sağlık Bilimleri Fakültesindeki öğrencileri eğitimleri boyunca yaşadıkları yerlere bakıldığında %64'ünün devlet yurdunda, Orman Fakültesindekilerin ise çoğunluğunun %38'inin evde aileleriyle yaşadıkları görülmüştür. Sağlık Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören öğrencilerden %76'sı sağlıklı yaşam biçimi davranışlarını yaşamınızda uyguladığınızı düşünüyor musunuz? Sorusuna evet, %24'ünün hayır, Orman Fakültesinde ise %51,4'ünün evet, %48,6'sının hayır dediği görülmüştür (Tablo 1).

Orman Fakültesinde öğrenim gören öğrencilerin SYBD ölçeğinin alt boyutlarından aldıkları puan ortalamalarının Sağlık Bilimleri Fakültesindeki öğrencilerden farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlenmiştir (FA ($p<0.05$) ve B ($p<0.001$)). SYBD ölçek puan ortalaması ve ölçeğin alt boyutlarından aldıkları puan ortalamalarının (SS, MG, Kİ, SY) ise gruplar arasında benzer olduğu saptanmıştır (Tablo 2).

Tablo 3'te Sağlık Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören öğrencilerin tanımlayıcı özelliklerine göre SYBD gösterilmiştir. Öğrencilerin cinsiyete göre SYBD ölçek puan ortalamasının değişmediği ($p>0.05$) fakat kız öğrencilerin FA alt puan ortalamasının erkeklerden daha yüksek olduğu ($p<0.01$) belirlenmiştir. Öğrencilerin mezun oldukları okula göre SYBD ölçeğinin yalnızca FA alt boyutunda farklılık olduğu, üniversite mezunu olanların FA alt puan ortalamasının lise mezunu olanlara göre daha yüksek ($p<0.01$) bulunmuştur. Gelir düzeylerine göre SYBD ölçek puanında ve SS, Kİ alt puanlarında da farklılık olduğu, gelir düzeyi denk olanların gelir düzeyi az olanlara göre SYBD ölçek puan ($p<0.01$) ve SS ($p<0.01$), Kİ ($p<0.05$) alt ölçek puan ortalamalarının daha yüksek olduğu saptanmıştır. Sigara kullanan kız öğrencilerin SYBD ölçeği MG alt ölçek puan ortalamasının erkeklerden daha yüksek olduğu ($p<0.05$) belirlenmiştir. Öğrencilerden sağlıklı yaşam biçimi davranışlarını uyguladıklarını söyleyenlerin SYBD ölçek puanı ve FA, SY ($p<0.05$), B alt ölçek puan ortalamalarının ($p<0.01$) uygulamadıklarını söyleyenlere göre daha yüksek olduğu bulunmuştur. Yaş ile SYBD ($r: 0.185$, $p<0.05$), SS ($r: 0.179$, $p<0.05$), FA ($r: 0.244$, $p<0.05$), B ($r: 0.297$, $p<0.05$) arasında pozitif zayıf düzeyde ilişki belirlenmiştir. Medeni durum, aile tipi ve eğitim boyunca kalınan yer durumlarının ise SYBD'yi etkilemediği görülmüştür.

Tablo 4'te Orman Fakültesinde öğrenim gören öğrencilerin tanımlayıcı özelliklerine göre SYBD gösterilmiştir. Öğrencilerin medeni durumlarına göre evli olanların SYBD ($p<0.05$) ölçek puan ortalamasının ve B ($p<0.05$), MG ($p<0.01$), Kİ ($p<0.05$) alt ölçek puan ortalamalarının bekar olanlara göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Öğrencilerden sağlıklı yaşam biçimi davranışlarını uyguladıklarını söyleyenlerin SYBD ölçek puanı ve B ($p<0.01$), FA alt ölçek puan ortalamasının ($p<0.001$) uygulamadıklarını söyleyenlere göre daha yüksek olduğu bulunmuştur. Öğrencilerin gelir düzeylerine göre SYBD'nin yalnızca B ($p<0.05$) alt puanında farklılık olduğu, gelir düzeyi fazla olanların gelir düzeyi az olanlardan B alt ölçek puan ortalamasının daha yüksek olduğu saptanmıştır. Eğitim boyunca kalınan yere göre SYBD ölçek puanında farklılık olduğu, aileleriyle kalanların özel yurttaki kalanlara göre SYBD ölçek puan ortalamasının ($p<0.05$) daha yüksek olduğu saptanmıştır. SYBD ölçeği FA alt ölçek puanında da farklılık olduğu, arkadaşlarıyla yaşayanların özel yurttaki kalanlara göre FA alt ölçek puan ortalamasının ($p<0.001$) daha yüksek olduğu saptanmıştır. Yine SYBD ölçeği MG alt ölçek puanında da farklılıklar olduğu, aileleriyle kalanların özel yurttaki kalanlara göre MG alt ölçek puan ortalamasının ($p<0.01$) daha yüksek olduğu saptanmıştır ve özel yurttaki kalanların arkadaşlarıyla yaşayanlara göre MG alt ölçek puan ortalamasının ($p<0.001$) daha yüksek olduğu saptanmıştır. Cinsiyet, aile tipi, mezun olunan okul ve sigara kullanım durumlarının ise SYBD'yi etkilemediği görülmüştür. Yaş ile SYBD arasında pozitif zayıf düzeyde ilişki belirlenmiştir ($r: 0.209$, $p<0.05$), MG ($r: 0.240$, $p<0.05$).

4. TARTIŞMA

Sağlık Bilimleri ve Orman Fakültesinde öğrenim gören öğrencilerin SYBD'lerini değerlendirmek amacıyla yaptığımız çalışmamızda; Her iki gruptaki gençlerin SYBD puanları orta düzeyde olduğu saptanmıştır. Çalışmamızın sonucu literatürle de benzerlik göstermektedir (Al-Qahtani, 2019; Çıtak Bilgin ve ark, 2019; Kılıç ve Balta, 2019).

Çalışmamızda Orman Fakültesinde öğrenim gören öğrencilerin SYBD ölçeği toplam puan ortalamasının Sağlık Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören öğrencilerden daha yüksek bulunmuştur ve SYBD ölçeğinin FA ve B alt ölçek boyutlarından aldıkları puan ortalamalarının, Sağlık Bilimleri Fakültesindeki öğrencilerden yüksek ve farkın istatistiksel olarak anlamlı bulunduğu görülmüştür. Güner ve Demir'in (2006), Vural ve Bakır'ın (2015) ve Şen ve ark.'ın (2017) yapmış oldukları çalışmalarda da sağlıkla ilgili eğitim veren bölümlerdeki öğrencilerin SYBD puanlarının bizim çalışmamızda olduğu gibi düşük olduğu bulunmuştur. Buda bize sağlık bölümlerindeki öğrencilerin öğrenim içeriklerinin, sağlıkla ilgili ders konularının çeşitliliği ve öğrencilerin öğrendikleri bilgileri içselleştirip davranış haline getirmemelerinden dolayı olabileceği düşünülebilir.

Araştırmamızda Sağlık Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören öğrencilerin cinsiyete göre SYBD ölçek puan ortalamasının değişmediği fakat kız öğrencilerin FA alt puan ortalamasının erkeklerden daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Açıkgoz ve ark.'ın (2019) yapmış oldukları çalışmalarında tam tersi kız öğrencilerin egzersiz alışkanlığının oldukça düşük, sağlık sorumluluğu alışkanlığının ise kız öğrencilerde daha fazla



olduğunu bulmuşlardır. Bizim araştırmamızdan farklı olarak Ulaş Karahmetoğlu ve ark.'ları (2014) tarafından hemşirelik öğrencileri ile yaptıkları araştırmada ise SYBD'nin alt boyutları incelendiğinde öğrencilerin en yüksek puanı kendini gerçekleştirme alt boyutundan aldıkları, en düşük puanı egzersiz alt boyutundan aldıkları belirlenmiştir. Özveren ve Doğan Yılmaz'ın (2018) sağlık bölümü öğrencilerinin SYBD II ölçeği manevi gelişim alt boyutunda en yüksek puan ortalamasına sahipken, en düşük puan ortalamasının ise fiziksel aktivite alt boyutuna ait olduğu saptanmıştır.

Sağlığı geliştirmede ekonomik düzey önem arz etmektedir. Gelir düzeyi düşük bireylerin sağlığın sürdürülmesi konusunda bir dezavantaj olabilmektedir (Polat ve ark, 2016). Bizim çalışmamızda da bu veriyi destekler niteliktedir. Sağlık Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören öğrencilerin gelir düzeylerine göre SYBD ölçek puanında ve SS, Kİ alt puanlarında da farklılık olduğu, gelir düzeyi denk olanların gelir düzeyi az olanlara göre SYBD ölçek puanı ve SS, Kİ alt ölçek puan ortalamalarının daha yüksek olduğu ve Orman Fakültesinde öğrenim gören öğrencilerin geliri giderinden fazla olanların geliri giderin den az olanlara göre B alt ölçek puanının yüksek olduğunu görüyoruz.

Araştırmamızda da yaş ile SYBD arasında her iki grupta da pozitif zayıf düzeyde ilişki belirlenmiştir. Özyazıcıoğlu ve ark'ın (2011) yapmış olduğu çalışma bizim çalışmamızı destekler niteliktedir. Literatürde yaşın artması ile sağlık davranışlarını olumlu yönde etkilediğini gösteren çalışmalar (Almutairi et al, 2018; Polat ve ark, 2016) bulunmaktadır.

Orman Fakültesi öğrencilerinde eğitim boyunca kalınan yere göre SYBD ölçek puanında farklılık olduğu, aileleriyle kalanların özel yurttan kalanlara göre SYBD ölçek puan ortalamasının daha yüksek olduğunu, SYBD ölçeği FA alt ölçek puanında da arkadaşlarıyla yaşayanların özel yurttan kalanlara göre FA alt ölçek puan ortalamasının daha yüksek olduğu saptanmıştır. Yine SYBD ölçeği MG alt ölçek puanında da farklılıklar olduğu, aileleriyle kalanların özel yurttan kalanlara göre MG alt ölçek puan ortalamasının daha yüksek olduğunu ve özel yurttan kalanların arkadaşlarıyla yaşayanlara göre MG alt ölçek puan ortalamasının daha yüksek olduğu çalışmamızda saptanmıştır. Aksoy ve Uçar'ın (2014) hemşirelik fakültesi öğrencileri ile yapmış oldukları çalışmalarında sağlıklı yaşam biçimi ölçeği medyan puanlarını sırasıyla; üniversite eğitimi boyunca evde ailesi ile yaşayan (151.47), özel yurttan kalan (142.53) ve devlet yurdunda kalan (133.87) öğrencilerin medyan puanlarının istatistiksel olarak anlamlı bulmuşlardır.

Orman Fakültesinde öğrenim gören öğrencilerin medeni durumlarına göre evli olanların SYBD ölçek puan ortalamasının ve B, MG, Kİ alt ölçek puan ortalamalarının bekar olanlara göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Benzer şekilde Bostan ve Beşer'in (2017) hemşirelerle yapmış oldukları çalışmada da bekar olan hemşirelerin sağlık sorumluluğu, fiziksel aktivite, stres yönetimi alt grupları ve genel ölçek puan ortalamalarının evli olan hemşirelere göre daha yüksek olduğunu saptamışlardır.

5. SONUÇ

Araştırmamızın sonucunda Sağlık Bilimleri ve Orman Fakültesinde öğrenim gören öğrencilerin SYBD ölçek puan sonuçlarının; orta düzeyde olduğu belirlenmiştir. Orman Fakültesindeki öğrencilerin SYBD ölçeğinin alt boyutlarından (FA ve B) aldıkları puan ortalamalarının, Sağlık Bilimleri Fakültesindeki öğrencilerden yüksek olduğu belirlenmiştir. SYBD ölçek puan ortalaması ve ölçeğin alt boyutlarından (SS, MG, Kİ, SY) aldıkları puan ortalamalarının ise gruplar arasında benzer olduğu saptanmıştır. Her iki grupta da aile tipinin SYBD'yi etkilemediği, yaş ile SYBD ölçek puanları arasında pozitif zayıf düzeyde bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Sonuçlar doğrultusunda; SYBD'nin öneminin kavranabilmesi için okul öncesi eğitimden başlanarak lisans eğitimleri süresince devam edecek, yaşam boyu öğrenme modellerinin geliştirilmesi, öğrencilerde tespit edilen SYBD'deki eksik konularda akademik çalışmaların ve projelerin yapılması ve yaşama geçirilmesinin sağlanması, yaşam alanları ve kampüsler içerisinde kolaylıkla ulaşılabilecek sağlıklı yaşam merkezleri ve danışmanlık hizmetlerinin alınabilmesi için birimlerin oluşturulması önerilebilir.

Tablo 1: Öğrencilerin Tanımlayıcı ve Demografik Özellikleri

Özellik	Sağlık Fakültesi Öğrencileri n=139		Orman Fakültesi öğrencileri n=111		Toplam n=250	
	n	%	n	%	n	%
Yaş	21,48±2,20		23,27±4,97		22,28±3,79	
	Min=18	Max= 33	Min=18	Max= 45	Min=18	Max= 45
Cinsiyet						
Kadın	93	66,9	28	25,2	121	48,4
Erkek	46	33,1	83	74,8	129	51,6



Medeni Durum						
Evli	2	1,4	20	18,0	22	8,8
Bekar	137	98,6	91	82,0	228	91,2
Aile Tipi						
Çekirdek	106	76,3	86	77,5	192	76,8
Geniş	33	23,7	25	22,5	58	23,2
Öğrenim Durumu						
Lise	71	51,1	63	56,8	134	53,6
Sağlık Lisesi	4	2,9	3	2,7	7	2,8
Önlisans	3	2,2	18	16,2	21	8,4
Üniversite	61	43,9	26	23,4	87	34,8
Yüksek Lisans	0	0	1	9,0	1	0,4
Gelir Düzeyi						
Gelir Giderden Az	40	28,8	27	24,3	67	26,8
Gelir Gidere Denk	90	64,7	66	59,5	156	62,4
Gelir Giderden Fazla	9	6,5	18	16,2	27	10,8
Şuan Yaşanan Yer						
Evde Ailemle	25	18,0	38	34,2	63	25,2
Evde Yalnız	3	2,2	8	7,2	11	4,4
Evde Arkadaşımlla	29	20,9	21	18,9	50	20,0
Özel Yurt	18	12,9	22	19,8	40	16,0
Devlet Yurdu	64	46,0	22	19,8	86	34,4
Sigara						
Evet	32	23,0	42	37,8	74	29,6
Hayır	107	77,0	69	62,2	176	70,4
SYBD Yaptığını						
Evet	76	54,7	57	51,4	133	53,2
Hayır	63	45,3	54	48,6	117	46,8

SYBD: Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları

Tablo 2: Sağlık Bilimleri Ve Orman Fakültesi Öğrencilerinin Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları

SYBD Boyutları	Sağlık Fakültesi Öğrencileri n=139	Orman Fakültesi Öğrencileri n=111	Toplam n=250	
	Mean±SD	Mean±SD	t	p
SYDB Toplam	127,41±19,56	129,45±16,43	-0,875	0,382
SS	20,77±4,61	20,66±4,02	0,199	0,843
FA	16,58±4,42	17,82±4,08	-2,275	<0,05*
B	19,42±3,72	21,18±3,69	-3,732	<0,001***
MG	25,91±4,81	25,45±4,74	0,761	0,447
Kİ	25,35±4,27	24,67±4,32	1,250	0,212
SY	19,35±3,66	19,63±3,49	-0,628	0,530

*p<0.05 **p<0.01 ***p<0.001

SYBD: Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları,

SS: Sağlık Sorumluluğu, FA: Fiziksel Aktivite, B: Beslenme, MG: Manevi Gelişim, Kİ: Kişilerarası İlişkiler, SY: Stres Yönetimi

Tablo 3: Sağlık Bilimleri Fakültesindeki Öğrencilerin Tanımlayıcı ve Demografik Özelliklerine Göre Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları

Özellikler	SYBD Toplam	SS	FA	B	MG	Kİ	SY
Cinsiyet							
Kadın	127,44±17,68	21,02±4,44	16,01±4,24	19,39±3,36	26,10±4,34	25,61±3,90	19,29±3,32
Erkek	127,36±23,11	20,28±4,96	17,76±4,60	19,47±4,41	25,52±5,67	24,84±4,95	19,47±4,31
t	0,020	0,887	-2,225	-0,119	0,674	0,992	-0,283
p	0,984	0,377	0,028*	0,905	0,502	0,323	0,777
Medeni Durum							
Evli	134,50±40,30	24,50±7,77	20,00±2,82	22,00±8,48	24,00±8,48	23,50±7,77	20,50±4,94
Bekar	127,31±19,38	20,72±4,58	16,54±4,43	19,38±3,67	25,94±4,78	25,38±4,25	19,33±3,66
t	0,514	1,150	1,098	0,984	-0,565	-0,618	0,444
p	0,608	0,252	0,274	0,327	0,573	0,538	0,657
Aile Tipi							
Çekirdek	127,61±18,81	20,88±4,63	16,61±4,58	19,39±3,67	25,96±4,51	25,57±3,91	19,17±3,51
Geniş	126,78±22,10	20,42±4,62	16,51±3,93	19,51±3,94	25,75±5,73	24,66±5,27	19,90±4,13
t	0,211	0,501	0,111	-0,159	0,213	1,067	-0,998
p	0,833	0,617	0,912	0,874	0,832	0,288	0,320

Öğrenim Durumu							
Lise	125,00±21,01	20,52±4,96	15,54±4,27	18,81±3,65	25,52±5,09	25,32±4,92	19,26±3,60
Sağlık Lisesi	129,50±12,92	21,25±3,40	17,50±2,38	20,50±2,38	25,75±4,34	26,50±3,00	18,00±2,94
Önlisans	127,66±19,08	20,33±8,08	16,33±3,05	21,33±4,16	24,33±3,21	23,33±4,93	22,00±1,00
Üniversite	130,08±18,17	21,06±4,16	17,75±4,51	19,96±3,81	26,45±4,58	25,42±3,49	19,40±3,85
F	0,750	0,172	2,888	1,447	0,522	0,321	0,716
p	0,524	0,915	0,004**	0,232	0,668	0,810	0,544
Gelir Düzeyi							
Gelir Giderden Az	120,25±16,76	18,05±4,15	15,55±3,43	18,35±2,79	24,85±4,65	23,97±3,84	18,47±3,73
Gelir Gidere Denk	130,54±20,34	21,60±4,57	17,10±4,83	19,81±4,00	26,44±4,93	25,84±4,35	19,74±3,68
Gelir Giderden Fazla	128,00±16,14	20,22±5,30	16,11±3,33	20,33±3,80	25,33±3,74	26,66±4,24	19,63±2,73
F	4,004	4,508	1,774	2,464	1,603	3,193	1,676
p	0,005**	0,003**	0,174	0,089	0,205	0,021*	0,191
Şuan Yaşanan Yer							
Evde Ailemle	129,00±17,75	20,48±4,41	16,96±4,57	20,12±3,52	26,04±4,70	25,80±4,29	19,60±3,37
Evde Yalnız	123,66±34,07	22,66±6,42	15,66±6,02	20,00±7,57	22,00±8,54	24,00±4,58	19,33±4,16
Evde Arkadaşımlla	122,37±21,35	19,82±4,79	16,58±4,73	18,34±4,11	24,62±5,83	24,55±5,22	18,44±3,80
Özel Yurt	128,66±15,64	20,61±3,27	16,50±3,98	18,38±2,42	27,11±3,77	26,05±3,62	20,00±3,53
Devlet Yurdu	128,90±19,92	21,28±4,89	16,51±4,40	19,90±3,67	26,29±4,35	25,42±4,01	19,48±3,77
F	0,653	0,648	0,080	1,478	1,420	0,516	0,623
p	0,625	0,630	0,988	0,212	0,231	0,724	0,647
Sigara							
Evet	123,34±16,60	19,62±3,67	16,50±4,06	18,40±3,01	24,40±5,39	25,43±4,24	18,96±3,43
Hayır	128,63±20,27	21,12±4,82	16,61±4,54	19,72±3,87	26,36±4,55	25,33±4,30	19,46±3,74
t	-1,346	-1,617	-0,131	-1,775	-2,042	0,117	-0,673
p	0,180	0,108	0,896	0,078	0,043*	0,907	0,502
SYBD Yaptığı							
Evet	130,72±20,64	21,42±5,04	17,39±4,49	20,27±3,87	26,28±4,30	25,42±4,31	19,92±3,77
Hayır	123,42±17,52	20,00±3,94	15,61±4,17	18,39±3,28	25,46±5,36	25,28±4,25	18,66±3,43
t	2,219	1,821	2,395	3,046	1,011	0,185	2,030
p	0,028*	0,071	0,018*	0,003**	0,314	0,853	0,044*
Yaş(r)	0,185*	0,179*	0,244**	0,297**	0,022	-0,003	0,143

*p<0.05 **p<0.01 ***p<0.001

SYBD: Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları,

SS: Sağlık Sorumluluğu, FA: Fiziksel Aktivite, B: Beslenme, MG: Manevi Gelişim, Kİ: Kişilerarası İlişkiler, SY: Stres Yönetimi

Tablo 4: Orman Fakültesindeki Öğrencilerin Tanımlayıcı ve Demografik Özelliklerine Göre Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları

Özellikler	SYBD Toplam	SS	FA	B	MG	Kİ	SY
Cinsiyet							
Kadın	129,85±15,91	20,42±3,64	17,39±3,88	21,75±3,85	25,75±4,11	25,17±4,13	19,35±3,87
Erkek	129,31±16,70	20,74±4,16	17,97±4,16	21,00±3,64	25,34±4,930	24,50±4,39	19,73±3,37
t	0,151	-0,361	-0,652	0,927	0,385	0,710	-0,493
p	0,880	0,719	0,516	0,356	0,701	0,479	0,623
Medeni Durum							
Evli	137,35±12,55	21,25±3,09	18,00±3,65	22,90±2,82	28,10±3,75	26,45±3,47	20,65±3,15
Bekar	127,71±16,73	20,53±4,20	17,79±4,18	20,81±3,77	24,86±4,75	24,28±4,41	19,41±3,54
t	2,426	0,715	0,206	2,330	2,849	2,055	1,436
p	0,017*	0,476	0,837	0,022*	0,005**	0,042*	0,154
Aile Tipi							
Çekirdek	129,60±16,81	20,67±3,95	17,91±4,24	21,10±3,63	25,45±4,73	24,84±4,42	19,60±3,31
Geniş	128,92±15,38	20,64±4,33	17,52±3,52	21,48±3,96	25,44±4,84	24,08±3,98	19,78±4,11
t	0,183	0,037	0,428	-0,445	0,012	0,781	-0,195
p	0,856	0,970	0,669	0,657	0,990	0,437	0,846
Öğrenim Durumu							
Lise	127,31±16,45	20,71±4,32	17,57±4,42	20,80±3,78	24,90±5,03	23,98±4,42	19,33±3,67
Sağlık Lisesi	117,00±4,58	19,66±3,21	16,33±2,30	18,66±2,08	21,33±3,21	23,66±5,68	17,33±1,15
Önlisans	131,77±16,73	20,61±3,69	18,38±3,85	22,22±3,94	26,16±4,00	24,16±3,32	20,22±3,55
Üniversite	133,61±15,94	20,57±3,75	18,26±3,67	21,61±3,38	26,50±4,28	26,57±4,10	20,07±3,05
Yüksek Lisans	151,00±0	24,00±0	17,00±0	23,00±0	32,00±0	31,00±0	24,00±0
F	1,673	0,218	0,326	1,012	1,717	2,414	1,068
p	0,162	0,928	0,860	0,404	0,152	0,053	0,376

Gelir Düzeyi								
Gelir Az	Giderden	126,44±17,81	20,51±3,59	16,77±5,15	20,25±3,75	25,62±4,66	24,66±3,82	18,59±3,97
Gelir Denk	Gidere	129,22±15,29	20,72±4,11	17,92±3,41	21,06±3,41	25,31±4,79	24,38±4,48	19,83±3,21
Gelir Fazla	Giderden	134,77±17,97	20,66±4,48	19,05±4,38	23,05±4,15	25,66±4,91	25,83±4,46	20,50±3,55
F		1,414	0,025	1,749	3,319	0,063	0,814	1,891
p		0,248	0,975	0,179	0,013*	0,939	0,446	0,156
Şuan Kalınan Yer								
Evde Ailemle		131,39±18,86	21,42±4,09	17,68±4,16	21,71±4,37	26,02±4,46	25,18±4,75	19,36±3,63
Evde Yalnız		131,87±9,80	21,50±3,33	18,87±3,04	21,75±2,86	206,37±4,95	24,00±3,81	19,37±3,42
Evde Arkadaşım		134,47±12,96	19,85±4,50	19,66±3,58	21,61±3,38	26,85±4,93	25,80±4,63	20,66±2,72
Özel Yurt		118,59±13,28	19,27±3,02	15,68±3,52	19,72±3,22	22,22±4,35	22,77±3,44	18,90±3,47
Devlet Yurdu		131,27±16,07	21,22±4,33	18,09±4,50	21,13±3,28	26,00±4,25	24,86±3,90	19,95±3,95
F		3,411	1,421	2,945	1,173	3,608	1,654	0,802
p		0,047*	0,232	0,001***	0,327	0,001***	0,166	0,526
Sigara								
Evet		126,28±17,46	19,80±3,86	17,54±4,15	20,52±3,43	24,35±5,35	24,09±4,95	19,95±3,76
Hayır		131,37±15,59	21,18±4,05	18,00±4,06	21,59±3,82	26,11±4,22	25,02±3,89	19,44±3,33
t		-1,594	-1,768	-0,564	-1,487	-1,919	-1,104	0,735
p		0,114	0,080	0,574	0,140	0,058	0,272	0,464
SYBD Yaptığı								
Evet		133,35±16,43	21,22±4,39	19,03±3,86	22,10±3,70	25,89±4,47	25,01±4,43	20,07±3,51
Hayır		125,33±15,54	20,07±3,52	16,55±3,95	20,22±3,46	24,98±4,99	24,31±4,21	19,18±3,43
t		2,637	1,519	3,343	2,760	1,015	0,854	1,339
p		0,010**	0,132	0,001***	0,007**	0,312	0,395	0,183
Yaş(r)		0,209*	0,135	0,038	0,136	0,240*	0,178	0,093

*p<0.05 **p<0.01 ***p<0.001

SYBD: Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları,

SS: Sağlık Sorumluluğu, FA: Fiziksel Aktivite, B: Beslenme, MG: Manevi Gelişim, Kİ: Kişilerarası İlişkiler, SY: Stres Yönetimi

KAYNAKLAR

Açıkgöz, A. Akgün, MF. Korkut, B. ve ark. (2019). Tıp Fakültesi Öğrencilerinin Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları Ve İlişkili Etmenler: Gözlemsel Araştırma. *Dokuz Eylül Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi* 32(2):99-110.

Akgün, Şahin, Z. & Biçer, N. (2015). Hipertansiyon Hastalarının Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları. *MN Kardiyoloji* 22(4):180-185.

Aksoy, T. & Hülya, U. (2014). Hemşirelik Öğrencilerinin Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları. *Hacettepe Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi* 1(2):53-67.

Almutairi, KM. Alonazi, WB. Vinluan, JM. et al. (2018). Health Promoting Lifestyle Of University Students İn Saudi Arabia: A Cross-Sectional Assessment. *BMC public health* 18(1):1-10.

Al-Qahtani, MF. (2019). Comparison Of Health-Promoting Lifestyle Behaviours Between Female Students Majoring İn Healthcare And Non-Healthcare Fields İn KSA. *Journal Of Taibah University Medical Sciences* 14(6):508-514.

Bahar, Z. Beşer, A. Gördes, N. ve ark. (2008). Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları Ölçeği II'nin geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *C.U.Hemşirelik Yuksekokulu Dergisi* 12(1):1-13.

Bostan, N. & Beşer, A. (2017). Hemşirelerin Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışlarını Etkileyen Faktörler. *Hemşirelikte Eğitim Ve Araştırma Dergisi* 14 (1): 38-44.

Bozlar, V. & Arslanoğlu, C. (2016). Healthy Life Style Behaviors of University Students of School of Physical Education and Sports in Terms of Body Mass Index and Other Variables. *Universal Journal of Educational Research* 4(5):1189-1195.

Çıtak, Bilgin, N. Ak, B. Cerit, B. ve ark. (2019). Üniversite Öğrencilerinin Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışlarının Belirlenmesi. *Sağlık Akademisi Kastamonu* 4(3):188-210.

Gafey, A. (2019). Healthy Living Behaviors in University Students. *Anatol J Family Med* 2(1):2-6. doi: 10.5505/anatoljfm.2018.43534.



- George, D. & Mallery, P. (2010). SPSSfor Windows Step By Step: A Simple Guide and Reference. 17.0 update. 10th ed. Boston: Allyn and Bacon.
- Güner, İC. & Demir, F. (2006). Ameliyathane Hemşirelerinin Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışlarının (SYBD) Belirlenmesi. *Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi* 9(3):17-25.
- Hacıhasanoğlu, R. Yıldırım, A. Karakurt, P. & Sağlam, R. (2011). Healthy Lifestyle Behaviour İn University Students And İnfluential Factors İn Eastern Turkey. *Int J Nurs Pract* 17(1):43–51. doi:10.1111/j.1440-172X.2010.01905.x.
- Kılıç, T. & Balta, TS. (2019). Üniversite Öğrencilerinin Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışlarının İncelenmesi. *Electronic Turkish Studies* 14(1):425-438.
- Kılınç, G. Yıldız, E. & Kavak, F. (2016). Kalp yetersizliği hastalarında sağlıklı yaşam biçimi davranışları ve umutsuzluk arasındaki ilişki. *Kardiyovasküler Hemşirelik Dergisi* 7(13), 114-126.
- Korkut, Owen, F. & Demirbaş, Çelik, N. (2018). Lifelong Healthy Lifestyle and Wellness. *Current Approaches in Psychiatry* 10(4):440-453. doi:10.18863/pgy.364108.
- Kostak, M. A. Kurt, S. Süt, N. Akarsu, Ö. & Ergül, G. D. (2014). Hemşirelik ve sınıf öğretmenliği öğrencilerinin sağlıklı yaşam biçimi davranışları. *TAF Preventive Medicine Bulletin* 13(3), 189-196.
- Özveren, H. & Yılmaz, ED. (2018). Investigation Of The Healthy Life Style Behaviours And The Exercise Behaviours Of The Nursing Students. *Journal of Human Sciences* 15(3):1505-1518.
- Özyazıcıoğlu, N. Kılıç, M. Erdem, N. ve ark. (2011). Hemşirelik Öğrencilerinin Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışlarının Belirlenmesi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi* 8(2):277-332.
- Persil, Özkan, Ö. Büyükcinal, S. K. Yiğit, Z. İnci, Y. Şakar, F. Ş. Özçelik, Ersü, D. (2019). Kardiyovasküler hastalık tanısı almış hastaların sağlıklı yaşam biçimi davranışlarının değerlendirilmesi. *Mersin Univ Sağlık Bilim Derg* 12(1):22-31. doi:10.26559/mersinsbd.407399.
- Polat, Ü. Özen, Ş. Kahraman, BB. ve ark. (2016). Factors Affecting Health-Promoting Behaviors İn Nursing Students At A University İn Turkey. *Journal of Transcultural Nursing* 27(4):413-419.
- Saneei, P. Esmailzadeh, A. Hassanzadeh, Keshteli, A. et al. (2016). Combined Healthy Lifestyle İs Inversely Associated With Psychological Disorders Among Adults. *Plos One* 11(1):1-14.
- Sayın, Kasar, K. & Akyol, A. (2019). Hemşirelik Öğrencilerinin Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışlarının Obezite Önyargı Düzeyine Etkisi. *Hemşirelikte Eğitim Ve Araştırma Dergisi* 16 (2): 79-86. |doi:10.5222/HEAD.2019.079.
- Shafieyan, Z. Qorbani, M. Mehr, BR. et al. (2016). Association Between Lifestyle And Hypertension İn Patients Referred To Health Care Centers Of Ilam City İn 2014. *Global Journal Of Health Science* 8(6):161-167.
- Stenholm, S. Head, J. Kivimäki, M. et al. (2016). Smoking. Physical İnactivity And Obesity As Predictors Of Healthy And Disease-Free Life Expectancy Between Ages 50 And 75: A Multicohort Study. *International Journal Of Epidemiology* 45(4):1260-1270.
- Şen, MA. Ceylan, A. Kurt, ME. ve ark. (2017). Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu Öğrencilerinin Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları ve Etkileyen Faktörler. *Dicle Tip Dergisi* 44(1): 1-11.
- Ulaş, Karaahmetoğlu, G. Soguksu, S. & Softa, HK. (2014). Hemşirelik 1 ve 4 Sınıf Öğrencilerinin Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları ve Etkileyen Faktörler. *Erciyes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi* 2(2):26-42.
- Uysal, N. Ceylan, E. & Koç, A. (2019). Health Literacy Level And İnfluencing Factors İn University Students. *Health & Social Care İn The Community* 28(2):505-511.
- Vural, PI. & Bakır, N. (2015). Meslek Yüksekokulu Öğrencilerinin Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları Ve Etkileyen Faktörler. *Acıbadem Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi* 6(1):36-42.

Walker, S. N. Sechrist, K. R. & Pender, N. J. (1987). The Health Promoting Lifestyle Profile development and psychometric characteristics. *Nursing Research* 36(2), 76-80.

World Health Organization. World Health Organization: Tobacco Free Initiative. Code of practice on tobacco control for health professional organizations. 2014. <http://www.who.int/tobacco/wntd/2005/codeofpractice/en/>. (Eriřim Tarihi: 26.09.2020).

Yanık, A. & Noğay, N.H. (2017). Sağlık alışanlarında sağlıklı yaşam biçimi davranışlarının değerlendirilmesi. *Firat Tıp Dergisi* 22(4),167-176.

