

Üniversite öğrencilerinin sağlık okuryazarlığı ile sağlıklı yaşam becerilerinin değerlendirilmesi

Evaluation of health literacy and healthy life skills among university students

Adnan Tokay^a, Melek Kılıç^{b,*}, Hüsrâ Tırnava^c, Ulviye Günay^d

^a Akçadağ Şehit Gökhan Aslan Devlet Hastanesi, Malatya, Türkiye

^b Muş Alparslan Üniversitesi, Muş, Türkiye

^c Sultan 2. Abdülhamid Han Eğitim ve Araştırma Hastanesi, İstanbul, Türkiye

^d İnönü Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği Anabilim Dalı, Malatya, Türkiye

ÖZ

Amaç: Bu araştırma, üniversite öğrencilerinin sağlık okuryazarlığı ile sağlıklı yaşam becerilerinin değerlendirilmesi amacıyla yapılmıştır.

Yöntem: Araştırma Eylül 2022- Haziran 2023 tarihleri arasında ülkemizin iki üniversitesinin sağlık dışı alanlarda öğrenim gören 304 lisans öğrencisi ile yapılmıştır. Veriler, Tanıtıcı Bilgi Formu, Sağlık Okuryazarlığı Ölçeği ve Sağlıklı Yaşam Becerileri Ölçeği ile yüz yüze ve online toplanmıştır.

Bulgular: Üniversite öğrencilerinin SYBÖ puan ortalaması ve SOY ölçeği puan ortalaması arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir ($r=.308$, $p<.001$). Öğrencilerin ekonomik durumları iyileştikçe "Sağlıklı beslenme" puan ortalamalarının arttığı belirlendi. Üniversite öğrencilerinin sağlıklı yaşam becerileri ve sağlık okuryazarlığı iyi düzeyde bulunmuştur. Üniversite öğrencilerinin SYBÖ ve SOY ölçeği puan ortalamaları arasında pozitif yönde orta düzeyde ilişki olduğu belirlenmiştir ($r=.308$, $p<.001$). Öğrencilerin SYBÖ alt boyutları puan ortalamaları ile SOY ölçeği alt boyutları puan ortalamalarının tümünde pozitif yönde ilişki olduğu belirlenmiştir.

Sonuç: Üniversite öğrencilerinin sağlık okuryazarlığı arttıkça sağlıklı yaşam becerilerinin arttığı görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: Sağlık okuryazarlığı; sağlıklı yaşam becerileri; üniversite öğrencileri

ABSTRACT

Aim: This study was conducted to assess the health literacy and healthy living skills of university students.

Methods: The study was conducted between September 2022 and June 2023 with 304 undergraduate students studying in non-health fields at two Turkish universities. Data were collected face-to-face and online using an Introductory Information Form, the Health Literacy Scale, and the Healthy Living Skills Scale. A moderately positive correlation was found between the mean scores of university students on the SYBÖ and SOY scales ($r=.308$, $p<.001$). A positive correlation was also found between the mean scores of the SYBÖ sub-dimensions and the mean scores of the SOY scale sub-dimensions.

Results: A significant positive correlation was found between the university students' mean HLBS scores and the mean SOY scale scores ($r=0.308$, $p<.001$). It was determined that as students' economic situations improved, their mean "Healthy eating" scores increased. University students' healthy living skills and health literacy were found to be at a good level.

Conclusion: As university students' health literacy increased, their healthy living skills also increased.

Keywords: Health literacy; healthy living skills; university students

Giriş

Sağlık okuryazarlığı, bireylerin hastalıkları önleme, sağlığı sürdürme ve geliştirme amacıyla sağlıkla ilgili bilgileri arama, anlama, değerlendirme ve uygulama becerileri olarak tanımlanmaktadır (Akgül, Tanrikulu & Dikmen, 2023). Dünya Sağlık Örgütü, sağlık okuryazarlığının yalnızca broşür okuyabilme ya da hastane randevusu alabilme becerisiyle sınırlı olmadığını; bireyin sağlıkla ilgili bilinçli karar verme kapasitesini de kapsadığını belirtmektedir. Sağlık okuryazarlığının geliştirilmesi, bireylerin sağlık bilgilerine erişimini ve bu bilgileri etkili biçimde kullanma yetkinliğini artırarak hem bireysel hem de toplumsal sağlık düzeyinin iyileştirilmesine katkı sağlamaktadır (Sadeghi, Brooks, Stagg-Peterson & Goldstein, 2013; Değerli, Karabulut & Aslan, 2018).

Hastalar sağlık sisteminin merkezinde yer almakta ve bireylerin hastalıklarına ilişkin aldıkları kararlar; sağlık sonuçlarını, tedaviye uyumu ve sunulan sağlık hizmetlerinin etkinlik ile kalitesini doğrudan etkilemektedir (Berkman, Sheridan, Donahue, Halpern & Crotty, 2011). Bu kararlar, bireylerin sağlıkla ilgili bilgi, beceri ve kapasiteleri doğrultusunda şekillenmektedir (Australian Commission on Safety and Quality in Health Care, 2013). Literatürde sağlık okuryazarlığı düzeyi düşük olan bireylerin sağlık hizmetlerini daha sık kullandıkları, acil servis başvurularının arttığı ve daha riskli sağlık davranışları sergiledikleri bildirilmektedir (Sadeghi ve ark., 2013; Akgün, Tok & Oztaş, 2021).

Sağlıklı yaşam biçimi davranışları, bireyin sağlığını korumaya ve geliştirmeye yönelik bilinçli davranış örüntülerini kapsamaktadır. Dengeli beslenme, stres yönetimi, olumlu kişiler arası ilişkiler kurma ve sağlıkla ilgili kaynaklara ulaşma gibi davranışlar bu kapsamda değerlendirilmektedir (Tatar, 2020). Sağlık okuryazarlığı düzeyinin artmasıyla birlikte bireylerin sağlık hizmetlerini doğru kullanma ve sağlıklı yaşam davranışlarını sürdürme olasılıklarının arttığı bildirilmektedir.

Birleşmiş Milletler Eğitim, Bilim ve Kültür Örgütü (UNESCO, 2009) raporuna göre dünyada milyonlarca yetişkin temel sağlık okuryazarlığı düzeyine sahip değildir. Sağlık okuryazarlığı; yaş, cinsiyet, sosyoekonomik durum ve eğitim düzeyi gibi çeşitli faktörlerden etkilenmekte ve yaşam kalitesi ile sağlık hizmeti maliyetleri üzerinde belirleyici rol oynamaktadır (Sadeghi ve ark., 2013). Bu küresel tablo, özellikle genç yetişkin nüfusta sağlık okuryazarlığının değerlendirilmesini önemli kılmaktadır.

Üniversite dönemi, bireylerin aile denetiminden kısmen uzaklaştığı ve yaşam tarzı tercihlerinin daha bağımsız biçimde şekillendiği bir süreçtir. Bu dönemde beslenme alışkanlıkları, fiziksel aktivite düzeyi ve stresle başa çıkma yöntemleri bireysel tercihler doğrultusunda belirlenmektedir. Araştırmalar, sağlık okuryazarlığı düzeyi yüksek olan öğrencilerin sağlıklı yaşam biçimi davranış puanlarının daha yüksek olduğunu ve sağlıkla ilgili kaynaklara erişim konusunda daha bilinçli davrandıklarını göstermektedir (Tatar, 2020; Tuğut, Yılmaz & Çelik, 2021). Ayrıca sağlık okuryazarlığı ile sağlıklı yaşam davranışları arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki olduğu bildirilmektedir (Ergün, Sürücüler & Işık, 2019). Buna karşılık düşük sağlık okuryazarlığı düzeyinin tedaviye uyumun azalması ve sağlık hizmeti kullanımının artması ile ilişkili olduğu belirtilmektedir (Berkman ve ark., 2011). Bu bulgular, genç yetişkinlik döneminde sağlık okuryazarlığının güçlendirilmesinin uzun vadeli sağlık çıktıları açısından önemli olduğunu göstermektedir.

Literatürde sağlık okuryazarlığı ile sağlıklı yaşam davranışları arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalar bulunmakla birlikte, bu çalışmaların büyük kısmı sağlık bilimleri alanında öğrenim gören öğrenciler üzerinde yürütülmüştür. Sağlık alanı dışında öğrenim gören üniversite öğrencilerinin sağlık okuryazarlığı düzeyleri ve bunun sağlıklı yaşam becerileri ile ilişkisini değerlendiren çalışmalar sınırlıdır. Ayrıca farklı üniversitelerde öğrenim gören öğrenciler arasında karşılaştırmalı veri sunan araştırmalar yeterli değildir. Bu nedenle sağlık eğitimi almayan üniversite öğrencilerinde sağlık okuryazarlığı ile sağlıklı yaşam becerileri arasındaki ilişkinin belirlenmesi önem taşımaktadır.

Bu araştırmada iki farklı üniversitede öğrenim gören öğrencilerin sağlık okuryazarlığı ve sağlıklı yaşam becerileri düzeyleri ölçülerek, sağlık okuryazarlığının sağlıklı yaşam becerileri üzerindeki etkisinin belirlenmesi amaçlanmıştır. Ayrıca öğrencilerin sosyodemografik özelliklerinin sağlık okuryazarlığı ve sağlıklı yaşam becerileri ile ilişkisi incelenmiştir.

Yöntem

Araştırma Tipi ve Örnekleme

Bu araştırma tanımlayıcı ve kesitsel türde ülkemizin Doğu Anadolu bölgesinde yer alan ve kuruluş yıllarına göre seçilen iki üniversitenin öğrencileri ile Eylül 2022- Haziran 2023 tarihleri arasında yapılmıştır. Araştırmaya toplam 390 öğrenci katılmış, 304 öğrenci anketi eksiksiz doldurmuştur. 86 öğrenci ise veri toplama formunda eksik işaretleme yaptığı için araştırmaya dahil edilmemiştir. Çalışma 304 öğrenci ile

tamamlanmıştır. Çalışma tamamlandıktan sonra yapılan güç analiz sonucu çalışmanın gücü %99 olarak bulunmuştur.

Veri Toplama Araçları ve Özellikleri

Veriler araştırmacılar tarafından belirlenen iki üniversitede yüz yüze ve online olarak toplanmıştır. Veri toplama sırasında öğrencilere 15 dk süre verilmiş olup, tamamen gönüllülük esasına dayalı olmak üzere araştırmaya katılmayı kabul eden öğrencilerden veriler alınmıştır.

Tanıtıcı Bilgi Formu

Tanıtıcı bilgi formu üniversite öğrencilerinin okuduğu üniversite, bölüm, kaçınıcı sınıf olduğu, yaşı, aile tipi, ekonomik durumu, kardeş sayısı, anne ve babalarının eğitim düzeyi gibi özellikleri yer almaktadır.

Sağlık Okuryazarlığı Ölçeği (SOY)

2017 yılında Aras ve Bayık Temel tarafından geliştirilen sağlık okuryazarlığı ölçeği bilgiye erişim, bilgileri anlama, değer biçme-değerlendirme, uygulama-kullanma alt boyutlarından oluşmaktadır. Ölçek beşli likert formda hazırlanmıştır. “5: Hiç zorluk çekmiyorum”, “4: Az zorluk çekiyorum”, “3: Biraz zorluk çekiyorum”, “2: Çok zorluk çekiyorum”, “1: Yapamayacak durumdayım/ hiç yeteneğim yok/olanaksız” olmak üzere 5’li likert tipte geliştirilmiştir. Sağlık Okuryazarlığı Ölçeği 25 maddeden oluşmakta olup tüm ölçek için minimum puan 25 ve maksimum puan 125’tir. Düşük puanlar sağlık okuryazarlığı durumunun yetersiz, sorunlu ve zayıf olduğunu, yüksek puanlar ise yeterli ve çok iyi olduğunu göstermektedir. Alınacak puan arttıkça bireyin sağlık okuryazarlık düzeyi artmaktadır (Temel & Aras, 2017). Aras ve Bayık çalışmasında ölçeğin Cronbach Alpha değeri .92 olan ölçeğin çalışmamızda toplam SOY Cronbach Alpha değeri .94 olarak bulunmuştur.

Sağlıklı Yaşam Becerileri Ölçeği (SYBÖ)

Genç ve Karaman tarafından 2019 yılında geliştirilen ölçek, üniversitede eğitimlerinde devam eden öğrencilerin sağlıklı yaşam becerilerini belirlemek amacıyla yapılmıştır. Ölçek 21 maddeden oluşmakta olup “1=Hiç Katılmıyorum”, “2= Katılmıyorum”, “3= Katılıyorum”, “4= Kesinlikle Katılıyorum” olarak 4’lü likert tipte geliştirilmiştir. “Sağlığa Verilen Önem” (8 madde), “Sağlıklı Beslenme” (5 madde), “Sağlıkla İlgili Kaynaklara Ulaşma” (5 madde) ve “Sağlık Önceliği” (3 madde) alt boyutları halinde dört alt boyut ölçekte bulunmaktadır. Sağlıklı Yaşam Becerileri Ölçeğinden alınabilecek en düşük toplam puan 21, en yüksek toplam puan 84 arasında yer almaktadır. Bu ölçme aracından toplamda alınacak puan arttıkça kişilerin sağlıklı yaşam becerilerinin de pozitif olarak artacağı ifade edilmektedir. Ölçeğin tamamı için Cronbach Alpha değeri .90 olduğu belirtilmektedir (Genç & Karaman, 2019). Yapılan bu çalışmada, toplam Cronbach Alpha değeri .88, “Sağlığa Verilen Önem” için .77, “Sağlıklı Beslenme” için .82, “Sağlıkla İlgili Kaynaklara Ulaşma” için .80, “Sağlık Önceliği” alt boyutu için .70 olarak bulunmuştur.

Verilerin Değerlendirilmesi

Çalışmada elde edilen veriler bilgisayar ortamında SPSS 20 paket programı kullanılarak değerlendirilmiştir. Verilerin normallik dağılımı gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla skewness ve kurtosis değerleri incelenmiştir. Verilerin normal dağılım gösterdiği belirlenmiştir. Normal dağılan ölçümlerde Bağımsız gruplarda t testi, One Way Anova Analizi (Varyanslar homojen ise LSD) kullanılmıştır. Sosyo demografik özelliklerin tanıtılmasında frekans ve yüzde dağılımları kullanılmış, ilişkisel çıkarımlarda Pearson ve Spearman Korelasyon analizleri uygulanmıştır.

Araştırmanın Etik Yönü

Araştırma, İnönü Üniversitesi Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu’ndan Etik Kurul Onayı (Toplantı No: 2022/03, Karar No: 2022/2987), çalışmanın yürütüldüğü fakültelerden yazılı izin alınmış olup,

araştırmaya katılmayı kabul eden öğrencilerden sözlü onam ve online olarak katılan öğrencilere formun 1. maddesinde gönüllük esasını belirtilmiştir.

Bulgular

Üniversite öğrencilerinin sağlık okuryazarlığı ile sağlıklı yaşam becerilerinin incelendiği bu çalışmada öğrencilerin tanıtıcı özellikleri Tablo 1 de yer almaktadır. Araştırmaya katılan öğrencilerin %32.2'sinin 1. Sınıf, %48.4'ünün 22 yaş ve üzeri olduğu, %60.2'sinin kadın ve %74.7'sinin ekonomik durumunun orta düzeyde olduğu saptanmıştır (Tablo 1).

Tablo 1. Öğrencilerinin sosyodemografik özelliklerine göre dağılımı (n=304)

Tanıtıcı Özellikler	n	%
Üniversite		
A Üniversitesi	111	36.5
B Üniversitesi	193	63.5
Fakülte		
Fen Edebiyat	11	3.6
İktisat	72	23.7
Mühendislik	62	20.4
Eğitim	114	37.5
İslami İlimler	45	14.8
Sınıf		
1	98	32.2
2	68	22.4
3	90	29.6
4	48	15.8
Yaş		
18-19	36	11.8
20-21	121	39.8
22 ve üzeri	147	48.4
Cinsiyet		
Kadın	183	60.2
Erkek	121	39.8
Aile tipi		
Çekirdek	204	67.1
Geniş	100	32.9
Ekonomik durum algısı		
Kötü	46	15.1
Orta	227	74.7
İyi	31	10.2
Kardeş sayısı		
0-2	54	17.8
3-5	147	48.4
6 ve üzeri	103	33.9
Annenin eğitim durumu		
Okur yazar değil	114	37.5
İlkokul	106	34.9
Ortaokul	47	15.5
Lise ve üzeri	37	12.2
Babanın eğitim durumu		
Okur yazar değil	19	6.3
İlkokul	93	30.6
Ortaokul	84	27.6
Lise ve üzeri	108	35.5

Öğrencilerin Sağlık Okuryazarlığı Ölçeği ve Sağlıklı Yaşam Becerileri Ölçeği ile alt boyutlarına ilişkin puan ortalamaları Tablo 2'de yer almaktadır. Öğrencilerin Sağlık Okuryazarlığı Ölçeği toplam puan ortalaması 99.43 ± 19.07 ve Sağlıklı Yaşam Becerileri Ölçeği toplam puan ortalamasını 64.90 ± 9.66 olduğu

saptanmıştır. Üniversite öğrencilerinin her iki ölçek puan ortalamalarının iyi düzeyde olduğu görülmüştür. SOY ölçeği alt boyutlarından en yüksek “Değer biçme” ortalaması 31.56 ± 6.72 , SYBÖ alt boyutlarından “Sağlığa verilen önem” 26.37 ± 4.27 olduğu belirlenmiştir (Tablo 2).

Tablo 2. Sağlık Okuryazarlığı Ölçeği ve Sağlıklı Yaşam Becerileri Ölçeği alt boyutlarına ilişkin puan ortalamaları

	$\bar{X} \pm SD$	min	max
Bilgiye erişim	20.21±4.54	5	40
Bilgileri anlama	28.14±6.29	7	57
Değer biçme/değerlendirme	31.56±6.72	10	40
Uygulama/kullanma	19.52±4.26	5	25
Toplam SOY	99.43±19.07	30	125
Sağlığa verilen önem	26.37±4.27	8	53
Sağlıklı beslenme	14.43±3.03	7	20
Sağlıkla ilgili kaynaklara ulaşma	13.54±3.19	5	20
Sağlık önceliği	10.55±1.56	3	12
Toplam SYBÖ	64.90±9.66	30	84

*p<0.05

Öğrencilerin sosyodemografik özelliklerine göre puan SOY puan ortalamaları incelendiğinde A Üniversitesindeki öğrencilerin 107.14 ± 13.32 B Üniversitesindeki öğrencilerin 95.00 ± 20.45 olduğu ve aradaki farkın anlamı olduğu görülmüştür ($p=0.001$). Öğrencilerin fakülte değişkenine göre “Sağlık Okuryazarlığı Ölçeği” ve alt boyutları puan ortalamaları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark olduğu belirlenmiştir ($p<0.05$).

Çekirdek aileye sahip öğrencilerin geniş aileye sahip öğrencilere göre Sağlık Okuryazarlığı Ölçeği ve alt boyutlarına ilişkin puan ortalamalarının daha yüksek olduğu belirlenmiştir ($p=0.001$). Öğrencilerin kardeş sayısı değişkenine göre “Sağlık Okuryazarlığı Ölçeği” ve alt boyutları puan ortalamaları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark olduğu belirlenmiştir ($p=0.001$). Kardeş sayısı arttıkça puan ortalamalarının düştüğü belirlenmiştir. Öğrencilerin annelerinin eğitim durumu ve babalarının eğitim durumu değişkenine göre “Bilgiye erişim”, “Bilgileri anlama”, “Değer biçme” alt boyutları ile “Sağlık Okuryazarlığı Ölçeği” puan ortalamaları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark olduğu belirlenmiştir ($p<0.05$, Tablo 3).

Öğrencilerin sosyodemografik özelliklerine göre SYBÖ puan ortalamalarının dağılımı incelendiğinde kadınların erkeklere göre sağlıkla ilgili kaynaklara ulaşma alt boyutu puan ortalamalarının daha yüksek olduğu, ekonomik durumları iyileştikçe “Sağlıklı beslenme” puan ortalamalarının arttığı belirlenmiştir. Geniş aileye sahip olan öğrencilerin çekirdek aileye sahip olanlara göre “Sağlıkla ilgili kaynaklara ulaşma” alt boyutu ve “Sağlıklı Yaşam Becerileri Ölçeği” puan ortalamalarının yüksek olduğu saptanmıştır (Tablo 4).

Tablo 3. Öğrencilerinin sosyodemografik özelliklerine göre Sağlık Okuryazarlığı Ölçeği ve alt boyutları puan ortalamaları

Özellikler	Değişkenler	Bilgiye erişim	Bilgileri anlama	Değer biçme /değerlendirme	Uygulama/ kullanma	Toplam SOY
		$\bar{X} \pm SD$	$\bar{X} \pm SD$	$\bar{X} \pm SD$	$\bar{X} \pm SD$	$\bar{X} \pm SD$
Üniversite	A Üniversitesi	21.83±3.09	30.57±3.88	34.16±4.98	20.58±3.54	107.14±13.32
	B Üniversitesi	19.28±4.96	26.74±6.96	30.06±7.13	18.92±4.53	95.00±20.45
Test ve p değeri		t=5.515 p=0.001	t=6.161 p=0.001	t=5.578 p=0.001	t=3.549 p=0.001	t=6.356 p=0.001
Fakülte	Fen Edebiyat ¹	20.09±3.75	29.00±5.25	32.73±6.28	18.98±3.70	100.80±16.66
	İktisat ²	19.29±5.91	25.67±7.56	28.91±8.00	18.11±5.28	91.98±23.84
	Mühendislik ³	21.40±3.95	30.60±6.30	34.29±5.90	20.84±3.91	107.13±17.06
	Eğitim ⁴	20.53±3.15	28.73±4.86	32.16±5.80	19.83±3.38	101.25±15.06
	İslami İlimler ⁵	19.24±5.52	26.98±6.13	30.24±6.21	19.31±4.53	95.78±18.50
Test ve p değeri	Fark	2-3, 3-5, F=2.515 p=0.042	2-3, 2-4, 3-5, F=6.224 p=0.001	2-3, 2-4, 3-5, 3-4, F=6.572 p=0.001	2-3, 2-4, F=3.805 p=0.005	2-3, 2-4, 3-4, 3-5, F=6.385 p=0.001
Sınıf	1	19.99±4.56	28.68±5.43	32.35±6.52	20.19±4.16	101.21±18.63
	2	19.75±5.05	28.30±7.49	31.62±6.58	19.44±4.65	99.11±19.78
	3	20.04±4.20	27.10±6.73	30.31±7.07	19.05±4.16	96.50±20.59
	4	21.62±4.19	28.73±5.05	32.21±6.48	19.16±4.02	101.83±15.49
Test ve p değeri		F=1.919 p=0.126	F=1.223 p=0.302	F=1.654 p=0.177	F=1.302 p=0.274	F=1.236 p=0.297
Yaş	18-19	20.08±4.72	28.33±5.81	31.83±6.12	19.90±4.30	100.15±18.74
	20-21	19.87±4.21	27.75±6.51	31.03±6.52	19.53±4.05	98.18±18.33
	22 ve üzeri	20.52±4.76	28.40±6.25	31.93±7.02	19.42±4.45	100.28±19.81
Test ve p değeri		F=0.701 p=0.497	F=0.369 p=0.692	F=0.636 p=0.530	F=0.184 p=0.832	F=0.429 p=0.651
Cinsiyet	Kadın	20.54±4.45	28.07±6.10	31.16±6.76	19.60±4.23	99.37±18.70
	Erkek	19.70±4.63	28.24±6.59	32.16±6.63	19.41±4.33	99.51±19.70
Test ve p değeri		t=1.583 p=0.114	t=-0.234 p=0.815	t=-1.266 p=0.207	t=0.370 p=0.712	t=-0.064 p=0.949
Aile tipi	Çekirdek	20.84±4.34	28.80±6.01	32.13±6.57	19.95±4.05	101.73±17.90
	Geniş	18.92±4.68	26.77±6.65	30.40±6.90	18.65±4.56	94.74±20.57
Test ve p değeri		t=3.542 p=0.001	t=2.579 p=0.011	t=2.120 p=0.035	t=2.523 p=0.012	t=3.041 p=0.003
Ekonomik Durum Algısı	Kötü	19.91±4.61	28.43±5.80	32.22±6.74	19.19±4.59	99.75±19.45
	Orta	20.07±4.40	27.96±6.33	31.17±6.54	19.44±4.09	98.64±18.87
	İyi	21.65±5.28	29.00±6.83	33.48±7.69	20.61±4.93	104.74±19.75
Test ve p değeri		F=1.775 p=0.171	F=0.434 p=0.648	F=1.895 p=0.152	F=1.186 p=0.307	F=1.408 p=0.246
Kardeş sayısı	0-2 ¹	21.85±3.06	30.81±4.01	35.00±4.84	20.72±3.36	108.39±12.42
	3-5 ²	20.67±4.06	28.72±6.06	32.04±5.81	20.01±3.91	101.44±16.78
	6 ve üzeri ³	18.69±5.35	25.90±6.88	29.07±7.79	18.20±4.83	91.86±22.17

Test ve p değeri	Fark	1-3, 2-3 F=10.719 p=0.001	1-3, 2-1, 2-3 F=13.017 p=0.001	1-3,1-2,2-3 F=15.951 p=0.001	1-3, 2-3 F=8.445 p=0.001	1-2, 1-3, 2-3 F=16.400 p=0.001
Annenin eğitim durumu	Okur yazar değil ¹	19.16±5.17	27.11±6.32	30.26±7.00	19.15±4.48	95.67±19.50
	İlkokul ²	20.23±4.24	27.69±5.97	31.33±6.68	19.25±4.32	98.50±19.42
	Ortaokul ³	21.83±3.75	29.76±7.45	33.00±6.41	20.24±3.98	104.84±18.38
	Lise ve üzeri ⁴	21.35±3.26	30.51±4.46	34.38±5.18	20.24±3.71	106.79±13.58
	Fark	1-3, 1-4, 2-3 F=5.028 p=0.002	1-3, 1-4, 2-4 F=4.129 p=0.007	1-3, 1-4, 2-4 F=4.515 p=0.004	- F=1.593 p=0.191	1-3, 1-4, 2-4 F=4.831 p=0.003
Babanın eğitim durumu	Okur yazar değil ¹	18.84±4.13	26.00±5.95	30.58±4.74	19.58±3.92	95.00±14.45
	İlkokul ²	19.13±4.37	26.69±6.73	30.28±7.18	18.98±4.16	95.0±20.72
	Ortaokul ³	20.61±4.85	28.46±6.76	31.21±6.90	19.46±4.35	99.74±18.68
	Lise ve üzeri ⁴	21.07±4.30	29.49±5.22	33.11±6.22	20.03±4.34	103.71±17.65
	Fark	1-4, 2-3, 2-4 F=3.977 p=0.008	1-4, 2-4, F=4.233 p=0.006	2-4, 3-4, F=3.339 p=0.020	- F=1.010 p=0.389	2-4 F=3.874 p=0.010

Tablo 4. Öğrencilerinin Sağlıklı Yaşam Becerileri Ölçeği ve alt boyutları puan ortalamaları

		Sağlığa verilen önem	Sağlıklı beslenme	Sağlıkla ilgili kaynaklara ulaşma	Sağlık önceliği	Toplam SYBÖ
Özellikler	Değişkenler	$\bar{X} \pm SD$	$\bar{X} \pm SD$	$\bar{X} \pm SD$	$\bar{X} \pm SD$	$\bar{X} \pm SD$
Üniversite	A Üniversitesi	25.99±4.07	14.20±3.21	13.25±3.39	10.42±1.49	63.86±10.13
	B Üniversitesi	26.59±4.37	14.57±2.93	13.70±3.06	10.63±1.60	65.49±9.36
Test ve p değeri		U=9988.5 p=0.325	t=-1.029 p=0.304	t=-1.206 p=0.229	t=-1.112 p=0.267	t=-1.420 p=0.157
Fakülte	Fen Edebiyat	25.66±3.60	15.00±3.10	14.64±2.50	10.64±1.36	65.93±9.55
	İktisat	25.93±4.34	14.68±3.00	13.61±3.12	10.53±1.85	64.75±9.94
	Mühendislik	25.74±4.72	14.37±3.23	13.15±3.75	10.38±1.54	63.64±11.16
	Eğitim	26.87±4.24	14.28±3.01	13.39±2.91	10.52±1.45	65.06±9.01
	İslami İlimler	26.84±3.61	14.38±2.97	14.09±3.29	10.89±1.40	66.20±8.79
Test ve p değeri		KW=1.978 p=0.577	F=0.295 p=0.881	F=0.964 p=0.427	F=0.732 p=0.570	F=0.508 p=0.730
Sınıf	1	26.94±4.51	14.78±3.11	14.05±3.03	10.70±1.44	66.47±9.52
	2	26.65±3.68	14.63±2.94	13.81±3.05	10.71±1.36	65.79±8.91
	3	25.98±4.22	13.96±3.17	12.99±3.24	10.25±1.86	63.17±10.09
	4	25.54±4.52	14.35±2.69	13.17±3.47	10.58±1.40	63.65±9.78
Test ve p değeri		KW=2.752 p=0.431	F=1.271 p=0.284	F=2.141 p=0.095	F=1.658 p=0.176	F=2.315 p=0.076
Yaş	18-19	26.78±3.45	15.17±2.46	13.78±2.88	10.94±1.15	66.67±8.13
	20-21	26.60±4.83	14.17±3.34	13.60±3.43	10.56±1.66	64.94±10.69
	22 ve üzeri	26.08±3.94	14.47±2.88	13.43±3.06	10.45±1.56	64.43±9.11
Test ve p değeri		KW=0.902 p=0.637	F=1.511 p=0.222	F=0.202 p=0.817	F=1.462 p=0.233	F=0.775 p=0.462
Cinsiyet	Kadın	26.33±3.70	14.50±2.97	13.90±3.03	10.67±1.45	65.40±9.02
	Erkek	26.43±5.01	14.33±3.14	13.00±3.35	10.38±1.71	64.14±10.56
Test ve p değeri		U=10826.0 p=0.742	t=0.484 p=0.629	t=2.434 p=0.016	t=1.586 p=0.114	t=1.116 p=0.265
Aile tipi	Çekirdek	26.06±4.52	14.34±2.98	13.22±3.05	10.50±1.51	64.12±9.81
	Geniş	27.01±3.63	14.62±3.14	14.20±3.37	10.66±1.47	66.49±9.20
Test ve p değeri		U=8097.5 p=0.078	t=-0.747 p=0.456	t=-2.540 p=0.012	t=-0.848 p=0.397	t=-2.022 p=0.044
Ekonomik Durum Algısı	Kötü ¹	26.50±4.09	13.48±3.57	13.00±3.54	10.43±1.68	63.41±10.47
	Orta ²	26.30±4.28	14.44±2.88	13.51±3.01	10.58±1.47	64.83±9.22
	İyi ³	26.68±5.47	15.80±2.86	14.58±3.74	10.52±2.01	67.58±11.30
	Fark	-	1-2, 1-3, 2-3	-	-	-
Test ve p değeri		KW=0.897 p=0.639	F=5.622 p=0.004	F=2.343 p=0.098	F=0.196 p=0.823	F=1.758 p=0.174
Kardeş sayısı	0-2	25.78±4.43	14.50±2.70	12.74±3.50	10.54±1.44	63.56±10.22
	3-5	26.60±4.16	14.53±2.81	13.67±2.80	10.46±1.45	65.27±8.52
	6 ve üzeri	26.35±4.34	14.26±3.48	13.78±3.48	10.69±1.77	65.08±10.86

Test ve p değeri		KW=0.794 p=0.672	F=0.251 p=0.778	F=2.127 p=0.121	F=0.619 p=0.539	F=0.643 p=0.526
Annenin eğitim durumu	Okur yazar değil	26.75±3.77	14.52±1.12	13.87±2.99	10.75±1.58	65.89±9.18
	İlkokul	26.25±4.84	14.29±3.07	13.59±3.17	10.42±1.68	64.55±9.88
	Ortaokul	26.60±3.48	14.74±2.65	13.68±3.20	10.65±1.24	65.67±8.81
	Lise ve üzeri	25.27±4.81	14.19±3.20	12.22±3.60	10.19±1.49	61.86±11.11
Test ve p değeri		KW=1.368 p=0.242	F=0.348 p=0.791	F=2.613 p=0.051	F=1.649 p=0.178	F=1.775 p=0.152
Babanın eğitim durumu	Okur yazar değil	28.00±3.84	14.16±3.22	13.16±2.09	11.16±1.30	66.47±7.58
	İlkokul	26.15±3.81	14.10±2.96	13.85±3.13	10.49±1.69	64.59±9.40
	Ortaokul	26.09±4.21	14.70±3.07	13.54±3.15	10.52±1.65	64.85±9.89
	Lise ve üzeri	26.49±4.71	14.56±3.05	13.35±3.43	10.52±1.41	64.93±10.11
Test ve p değeri		KW=5.022 p=0.170	F=0.720 p=0.541	F=0.506 p=0.678	F=1.027 p=0.381	F=0.200 p=0.896

Tablo 5. Öğrencilerin Sağlık Okuryazarlığı Ölçeği ve alt boyutları ile Sağlıklı Yaşam Becerileri Ölçeği ve alt boyutlarına ilişkin korelasyon analizi sonuçları

		Bilgiye erişim	Bilgiyi anlama	Değerlendirme	Uygulama	SOY
Sağlığa verilen önem	r	.074	.170**	.188**	.234**	.192**
	p	.198	.003	.001	.001	.001
Sağlıklı beslenme	r	.183**	.258**	.285**	.380**	.314**
	p	.001	.001	.001	.001	.001
Sağlıkla ilgili kaynaklara ulaşma	r	.177**	.225**	.255**	.322**	.278**
	p	.002	.001	.001	.001	.001
Sağlık önceliği	r	.145*	.171**	.183**	.215**	.203**
	p	.011	.003	.001	.001	.001
SYBÖ	r	.172**	.258**	.286**	.363**	.308**
	p	.003	.001	.001	.001	.001

*Korelasyon 0,05 seviyesinde anlamlıdır.

**Korelasyon 0.001 seviyesinde anlamlıdır.

Tablo 5'te Öğrencilerin Sağlık Okuryazarlığı Ölçeği ve alt boyutları ile Sağlıklı Yaşam Becerileri ölçeği ve alt boyutlarına ilişkin korelasyon analizi sonuçları yer almaktadır. Üniversite öğrencilerinin SYBÖ ve SOY ölçeği puan ortalamaları arasında pozitif yönde orta düzeyde ilişki olduğu belirlenmiştir ($r=.308$, $p<0.001$). Öğrencilerin SYBÖ alt boyutları puan ortalamaları ile SOY ölçeği alt boyutları puan ortalamalarının tümünde pozitif yönde ilişki olduğu belirlenmiştir.

Tartışma

Sağlıklı yaşam becerisi bireyin sağlığını iyileştirici yönde doğru davranış geliştirmesi olup, yaşam kalitesi ve yaşam süresini etkiler (Genç ve ark, 2019). Sistematik bir incelemede sağlık okuryazarlığının düşük olmasının olumsuz sağlık sonuçlarında neden olduğu, bu bireylerin acil servis başvurularının arttığını ve hastanede kalış süresinin uzadığı rapor edilmiştir (Berkman ve ark., 2011). Bu çalışmada sağlık okuryazarlığı ile sağlıklı yaşam becerilerinin pozitif yönde ilişkili olduğu görüldü. Bireylerin sağlık okuryazarlığı düzeylerini geliştirerek olumlu sağlıklı yaşam becerileri geliştirmeleri, sağlığın korunması ve iyileştirilmesinde faydalı olabilir.

Bu çalışmada öğrencilerin SOY ölçeğinden aldıkları puan ortalaması orta düzeydedir. Bizim çalışmamızdan farklı olarak sağlıkla ilgili bölümlerde okuyan öğrencilerle yapılan iki çalışmada SOY ölçeği puan ortalaması iyi düzeydedir (Akgül ve ark., 2023, Tuğut ve ark., 2021). Bu durum yapılan diğer çalışmaların sağlıkla ilgili bölümlerde okuyan üniversite öğrencileriyle, bu çalışmanın ise farklı bölümlerde okuyan öğrencilerle yapılmasından kaynaklanmış olabilir. Sağlıkla ilgili alanlarda okuyan öğrenciler, aldıkları dersler sayesinde sağlık okuryazarlıkları daha yüksek olabilir.

Sağlık bilimlerinde öğrenim gören öğrencilerle yapılan bir çalışmada, sağlıklı yaşam becerileri ölçeği toplam puan ortalaması iyi düzeyde bulunmuştur (Özkan & Aca, 2020). Bu çalışmada da benzer şekilde SYBÖ puan ortalaması iyi düzeyde bulundu. Bu durumda öğrencilerin sağlıklarına yönelik becerilerinin yeterli düzeyde olduğunu söylenebilir.

Sağlıkla ilgili bölümlerde okuyan öğrenciler üzerinde yapılan farklı çalışmalarda okuduğu sınıf arttıkça SOY ölçeği toplam puanının arttığı belirtilmiştir (Buran & Kaçan, 2023; Tuğut ve ark., 2021; Kaçkin, Kılıç & Ersin, 2023; Akgül ve ark., 2023). Bu çalışmada yaş ve sınıf ile sağlık okuryazarlığı ölçeği ve toplam ve alt boyut puanları ilişkili bulunmadı. Sağlıkla ilgili bölümlerde okuyan öğrencilerin yaş ve sınıf artışı ile sağlık okuryazarlığı puanlarının artışı, sağlık bilgilerinin artmasından kaynaklanıyor olabilir. Bu çalışmada bireylerin yaş ve sınıf artışı ile sağlık okuryazarlığının değişmemesi, örnekleme oluşturan üniversite öğrencilerinin okudukları bölümlerde sağlık ile ilgili derslerinin olmamasından kaynaklanıyor olabilir.

Hemşirelik bölümü öğrencileriyle yapılan bir çalışmada 2. sınıf öğrencilerinin daha düşük sağlıklı yaşam becerilerine sahip olduğu belirtilmiştir (Başkan, Kasımoğlu & Güneş, 2023). Sağlık bilimleri fakültesi öğrencileriyle yapılan bir çalışmada 23 yaş ve üzerinde olan öğrencilerin sağlıklı beslenme boyutundan daha yüksek puan aldıkları belirtilmiştir (Özkan ve ark., 2020). Bu çalışmada yaş ve sınıf ile öğrencilerin SYBÖ ve alt boyutları puanlarının birbirini etkilemediği görüldü. Bu durum sağlıklı yaşam becerilerinin, yaş fark etmeksizin, üniversite eğitimi gören her bireyde belirli bir düzeyde olması beklendiğinden kaynaklanıyor olabilir.

Hemşirelik fakültesinde okuyan öğrenciler üzerinde yapılan üç farklı çalışmada kız öğrencilerin SOY ölçeği toplam puanının erkek öğrencilerden yüksek olduğu belirtilmiştir (Buran & Kaçan, 2023; Tuğut ve ark., 2021; Kaçkin ve ark., 2023). Farklı olarak bu çalışmada cinsiyet ile SOY ölçeği ve toplam ve alt boyut puanlarının birbirini etkilemediği bulunmuştur. Çalışmaların sonuçlarının farklı olması hemşirelik öğrencilerinin daha çok kız öğrencilerden oluşmasından ve kadınların sağlıklarıyla ilgili daha fazla bilgi sahibi olmak istemesinden kaynaklanıyor olabilir. Bu çalışmada cinsiyetin SOY puanını etkilememesi, internet başta olmak üzere sağlıkla ilgili bilgilere erişimin hem kız hem de erkek öğrenciler için kolay olmasından kaynaklanıyor olabilir.

Bu çalışmada cinsiyet ile sağlığa verilen önem, sağlıklı beslenme, sağlık önceliği alt boyutlarının birbirini etkilemediği görülmüştür. Lise ve üniversite öğrencileriyle yapılan çalışmalarda, cinsiyet ile sağlıklı yaşam biçimi davranışlarının birbirini etkilemediği belirtilmiştir (Bozkurt, Olcay & Atlı, 2022; Peltzer & Pengpid, 2013; Zaybak & Fadiloğlu, 2004; Çelik ve ark., 2009) Üniversite öğrencileriyle yapılan iki farklı çalışmada da cinsiyet ile SYBÖ puanının birbirini etkilemediği bildirilmiştir (Başkan ve ark., 2023; Özkarlı, 2023). Bu durum üniversite öğrencilerinde belli bir düzeyde sağlıkla ilgili davranışların kazanılmış olmasından kaynaklanıyor olabilir.

Üniversite öğrencileriyle yapılan bir çalışmada aile tipi ile SOY toplam puanlarının birbirini etkilemediği bildirilmiştir (Buran & Kaçan, 2023). Farklı olarak bu çalışmada SOY ölçeği toplam ve alt boyut puanları çekirdek aile tipinde geniş aileye göre daha yüksek bulundu. Bu durum çekirdek aile tipinde bireyler arası sağlık etkileşimi ve iletişimin geniş aileye göre daha fazla olmasından kaynaklanıyor olabilir. SYBÖ toplam ve sağlıkla ilgi kaynaklara ulaşma alt ölçek puanlarının geniş aile tipinde daha yüksek olduğu görüldü. Bu durumda aile içinde artan sosyal ilişkilerin sağlıkla ilgili bilgiye ulaşmada ve sağlıklı yaşam becerisi geliştirmede olumlu etkisi olduğu söylenebilir.

Hemşirelik öğrencileri üzerinde yapılan iki farklı çalışmada ekonomik durum ile SOY ölçeği toplam puanı arasında pozitif ilişki olduğu belirtilmiştir (Buran & Kaçan, 2023; Tuğut ve ark., 2021). Bu çalışmalardan farklı olarak sağlıkla ilgili bölümlerde okuyan öğrenciler ile yapılan iki çalışmada ekonomik durumun SOY ölçeği toplam puanını etkilemediği belirtilmiştir (Akgül ve ark., 2023; Kaçkin ve ark., 2023). Bu çalışmada ekonomik durum algısı ile SOY ölçeği toplam ve alt boyut puanlarının birbirini etkilemediği bulundu. Bu durum, çalışmaya katılan öğrencilerin büyük çoğunluğunun ekonomik durum algısının orta düzeyde olmasından kaynaklanıyor olabilir.

Sağlık bilimleri fakültesi öğrencileriyle yapılan bir çalışmada ekonomik durum ile sağlıklı yaşam becerilerinin birbirini etkilemediği belirtilmiştir (Özkan ve ark., 2020). Bu çalışmada ekonomik durum algısı arttıkça, sağlıklı beslenme alt boyutu puanı artmaktadır ($p<0.05$). Bu durum bireylerin maddi olanaklarının artmasıyla her türlü besin maddesine ulaşmayı da kolaylaştırdığından, sağlıklı beslenmeye uygun tercihlerini elde edebilmesinden kaynaklanıyor olabilir.

Yapılan bir çalışmada anne ve babanın eğitim durumuyla SOY ölçeği toplam puanının birbirini etkilemediği belirtilmiştir (Tuğut ve ark., 2021). Başka bir çalışmada annenin eğitim durumuyla SOY ölçeği toplam puanı birbirini etkilemezken, babanın eğitim durumu lisans ve üstü eğitim olanların SOY ölçeği toplam puan ortalamasının diğerlerinden yüksek olduğu bildirilmiştir (Kaçkin ve ark., 2023). Bu çalışmada anne ve babanın eğitim düzeyleri arttıkça, bilgiye erişim, bilgileri anlama ve değer biçme/değerlendirme alt ölçek puanları ile toplam puanları da artmaktadır. Bu durum eğitim düzeyi yüksek olan anne ve babanın,

çocuklarında da eğitimleri nisbetinde doğru bilgiye ulaşma, anlama ve değerlendirme alanlarında çocuklarına destek olmasından kaynaklanıyor olabilir. Annenin ve babanın eğitim durumu ile uygulama/kullanma alt ölçeğinin birbirini etkilemediği görüldü. Bu durum, bilgiyi kullanma ve hayatında uygulama konusunda her ne kadar doğru bilgiye ulaşma ve anne babanın rol model olması önemli olsa da, bilgiyi kullanmanın kişisel bir tercih olmasından kaynaklanıyor olabilir.

Bu çalışmada bilgiye erişim ve uygulama/kullanma alt ölçek puanı kardeş sayısı 6 ve üzeri olanlarda diğerlerine göre daha düşük bulundu ($p<0.05$). Kardeş sayısı arttıkça bilgileri anlama, değer biçme/değerlendirme alt ölçek ve toplam ölçek puanları anlamlı olarak azalmaktadır. Bu durum kardeş sayısının fazla olduğu kalabalık ailelerde farklı yaşlarda farklı gereksinimlere sahip çocukların olması, ebeveynlerin yeterli zaman ayıramaması ve olanakların kısıtlı olmasından kaynaklanıyor olabilir.

Bu çalışmada annenin ve babanın eğitim durumu ve kardeş sayısı ile öğrencilerin SYBÖ ve alt boyutları puan ortalamaları birbirini etkilemedi. Bu durum çalışmaya katılan öğrencilerin üniversite düzeyinde eğitim görüyor olması ve yeterli düzeyde sağlıklı yaşam becerisine sahip olmasından kaynaklanıyor olabilir.

Sonuç

Üniversite Öğrencilerinin Sağlık Okuryazarlığı ile Sağlıklı Yaşam Becerilerinin Değerlendirilmesi amacıyla yapılan bu çalışmada, A üniversitesinde okuyan öğrencilerin B üniversitesinde okuyan öğrencilere göre sağlık okuryazarlığı toplam puanlarının daha yüksek olduğu, öğrencilerin sağlıklarıyla ilgili becerilerinin yeterli düzeyde olduğu, geniş aile ve fazla kardeşe sahip olan öğrencilerin sağlık okuryazarlığının daha düşük bulunduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Öğrencilerin sağlık okuryazarlığını artırmak için ders müfredatına eklemeler yapılması, kurum politikasına bağlı olarak öğrencilere eğitimler verilmesi, sağlıklı yaşam becerilerini geliştirmek amacıyla ilgili alandaki sağlık disipliniyle iletişime geçilerek öğrencilere destek sağlanması ve çeşitli kurumlardan öğrencilere burs imkânı sağlanarak sağlıklı beslenmeye ve sağlıklı yaşam becerilerini geliştirmeye yönelik önlemler alınabilir. Ayrıca literatüre katkı sağlayacak çok merkezli üniversite kurumlarıyla ve daha fazla örneklem sayısına ulaşılarak yapılacak araştırmalara ihtiyaç duyulmaktadır.

Etik Kurul Onayı: Araştırma, İnönü Üniversitesi Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu'ndan Etik Kurul Onayı (Toplantı No: 2022/03, Karar No: 2022/2987) alınmıştır.

Bilgilendirilmiş Onam: araştırmaya katılmayı kabul eden öğrencilerden sözlü onam ve online olarak katılan öğrencilere formun 1. maddesinde gönüllük esası belirtilmiştir.

CRedit Yazar Katkı Beyanı: **A.T.** Conceptualization, Methodology, Data curation, Formal analysis, Investigation, Writing – original draft, Writing – review & editing **M. K.** Conceptualization, Methodology, Data curation, Formal analysis, Investigation, Writing – original draft, Writing – review & editing **H.T.** Conceptualization, Methodology, Data curation, Formal analysis, Investigation, Writing – original draft, Writing – review & editing **U. G.** Conceptualization, Methodology, Data curation, Formal analysis, Investigation, Writing – original draft, Writing – review & editing, Supervision.

Çıkar Çatışması: Çıkar çatışması bulunmamaktadır.

Finansman: Finansman desteği bulunmamaktadır.

Kaynaklar

- Akgül, E., Tanrıkulu, F., & Dikmen, Y. (2023). Sağlık bilimleri alanında öğrenim gören üniversite öğrencilerinin sağlık okuryazarlık düzeyleri ile COVID-19 farkındalıkları. *Etkili Hemşirelik Dergisi*, 16(4), 536–548. <https://doi.org/10.46483/jnef.1375562>
- Akgün, Ş., Tok, H. H., & Ozaş, D. (2021). Hemşirelik öğrencilerinin sağlıklı yaşam biçimi davranışları ve sağlık okuryazarlık düzeyleri. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 10(2), 247–256. <https://doi.org/10.37989/gumussagbil.930482>

- Australian Commission on Safety and Quality in Health Care. (2013). *Consumers, the health system and health literacy: Taking action to improve safety and quality*. Sydney.
- Başkan, S. A., Kasimoğlu, N., & Güneş, D. (2023). Hemşirelik öğrencilerinde nomofobi ve sağlıklı yaşam becerileri: Tanımlayıcı araştırma. *Türkiye Klinikleri Hemşirelik Bilimleri Dergisi*, 15(3), 642–650. <https://doi.org/10.5336/nurses.2023-95310>
- Berkman, N. D., Sheridan, S. L., Donahue, K. E., Halpern, D. J., & Crotty, K. (2011). Health literacy interventions and outcomes: An updated systematic review. *Evidence Report/Technology Assessment*, 199, 1–941. <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC4781058/>
- Bozkurt, T. M., Olcay, H., & Atlı, M. (2022). Sağlıklı yaşam becerileri ile fiziksel özellikler arasındaki ilişki. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 5(3), 752–768. <https://doi.org/10.38021/asbid.1147915>
- Buran, G., & Kaçan, C. Y. (2023). Hemşirelik öğrencilerinin sağlık okuryazarlığı ile geleneksel ve tamamlayıcı tıp tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Balikesir Sağlık Bilimleri Dergisi*, 12(1), 118–125. <https://doi.org/10.53424/balikesirsbd.1039929>
- Çelik, G. O., Malak, A. T., Bektaş, M., Yılmaz, D., Yümer, A. S., Öztürk, Z., & Demir, E. (2009). Sağlık yüksekokulu öğrencilerinin sağlığı geliştirme davranışlarını etkileyen etmenlerin incelenmesi. *Anatolian Journal of Clinical Investigation*, 3(3), 164–169.
- Değerli, F., Karabulut, N., & Aslan, H. (2018). Sağlık okuryazarlığı ile yaşam kalitesi ve sağlıklı yaşam davranışları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Turkish Journal of Public Health*, 16(2), 135–142. <https://doi.org/10.37989/gumussagbil.905512>
- Ergün, S., Sürücüler, H. K., & Işık, R. (2019). Ergenlerde e-sağlık okuryazarlığı ve sağlıklı yaşam biçimi davranışları: Balikesir örneği. *Journal of Academic Research in Nursing*, 5(3), 194–203. <https://doi.org/10.5222/jaren.2019.65002>
- Genç, A., & Karaman, F. (2019). Üniversite öğrencilerinde sağlıklı yaşam becerileri ölçeği'nin geliştirilmesi. *İstanbul Gelişim Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 7, 656–669. <https://doi.org/10.38079/igusabder.496557>
- Kaçkin, Ö., Kılıç, M., & Ersin, F. (2023). Hemşirelik öğrencilerinin öz yeterlilik algıları, sağlık okuryazarlığı düzeyleri ve etkileyen faktörler. *Harran Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*, 20(2), 256–264. <https://doi.org/10.35440/hutfd.1269468>
- Peltzer, K., & Pengpid, S. (2013). Subjective happiness and health behavior among a sample of university students in India. *Social Behavior and Personality*, 41(6), 869–880. <https://doi.org/10.2224/sbp.2013.41.6.1045>
- Sadeghi, S., Brooks, D., Stagg-Peterson, S., & Goldstein, R. (2013). Growing awareness of the importance of health literacy in individuals with COPD. *Respiratory Care*, 58(1), 72–78. <https://doi.org/10.3109/15412555.2012.727919>
- Tatar, M. (2020). Tıp fakültesi öğrencilerinde sağlık okuryazarlığının sağlıklı yaşam biçimi davranışları ile ilişkisi ve sağlık okuryazarlığını etkileyen faktörlerin incelenmesi. Uzmanlık tezi. Kırıkkale Üniversitesi. Kırıkkale.
- Temel, A. B., & Aras, Z. (2017). Evaluation of validity and reliability of the Turkish version of the health literacy scale. *Florence Nightingale Journal of Nursing*, 25(2), 85–94. <https://dergipark.org.tr/en/pub/fnjn/article/333466>
- Tuğut, N., Yılmaz, A., & Çelik, B. Y. (2021). Hemşirelik öğrencilerinin sağlık okuryazarlığı düzeyleri ile sağlıklı yaşam biçimi davranışları arasındaki ilişki. *Cumhuriyet Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 6(2), 120–128. <https://doi.org/10.51754/cusbed.911936>
- Özkan, Ş., & Aca, Z. (2020). Akılcı ilaç kullanımında sağlıklı yaşam becerilerinin etkisi. *Sosyal Güvenlik Dergisi*, 10(2), 273–288. <https://doi.org/10.32331/sgd.840669>
- Özkarlı, F. (2023). Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin spora yönelik tutum ve sağlıklı yaşam becerilerinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Hitit Üniversitesi. Çorum.
- UNESCO. (2009). *Global report on adult learning and education*. United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization.
- Zaybak, A., & Fadıloğlu, Ç. (2004). Üniversite öğrencilerinin sağlığı geliştirme davranışı ve bu davranışı etkileyen etmenlerin belirlenmesi. *Ege Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi*, 20(1), 71–95. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/eghemsire/article/635912>