ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN FİZİKSEL AKTİVİTE, YAŞAM KALİTESİ VE AĞRI DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Berzan ŞİMŞEK
Yozgat Bozok Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı
ORCID: 0000-0003-2264-538X

Öğr. Gör. Tolga HANAYOĞLU
Yozgat Bozok Üniversitesi, Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu
ORCID: 0000-0001-7747-5782

Arş. Gör. Ece ERVUZ
Yozgat Bozok Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı
ORCID: 0000-0002-6458-4370

Prof. Dr. Alparslan KARTAL
Yozgat Bozok Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı
ORCID: 0000-0003-1567-6276

Özet

Gerçekleştirilen bu araştırmanın amacı; üniversite öğrencilerinin fiziksel aktivite, yaşam kalitesi ve ağrı düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Araştırmanın evrenini 2021-2022 yılında Yozgat Bozok Üniversitesinde öğrenim gören öğrenciler oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini ise 2021-2022 Eğitim-Öğretim yılında Yozgat Bozok Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Fen Edebiyat Fakültesi, Eğitim Fakültesi, İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi, Mühendislik-Mimarlık Fakültesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi ve Ziraat Fakültesinde öğrenim gören öğrencilere mail yoluyla gönderilen çevrimiçi anket çalışmasına gönüllü olarak katılım gösteren 200 öğrenci oluşturmaktadır. Öğrencilerin demografik özelliklerine ilişkin bilgiler ‘’kişisel bilgi formu’’ ile elde edilmiştir. Öğrencilerin fiziksel aktivite, yaşam kalitesi ve ağrı düzeyleri arasındaki ilişkiyi belirlemeye ilişkin bilgiler ‘’Uluslararası Fiziksel Aktivite Anketi Kısa Formu’’, ‘’Dünya Sağlık Örgütü Yaşam Kalitesi Ölçeği Kısa Formu (WHOQOL-BREF)‘’ ve ‘’McGill Ağrı Ölçeği Kısa Formu (SF-MPQ)‘’ ile elde edilmiştir. Elde edilen veriler SPSS 22.0 paket programı kullanılarak analiz edilmiştir. Demografik özelliklere ilişkin olarak frekans ve yüzde analizi kullanılmıştır. Gerçekleştirilen analizler sonucunda; Çalışmaya katılan öğrencilerin genel yaşam kalitelerinin orta düzeyde olduğu görülmektedir. En yüksek puan ortalaması bedensel yaşam kalitesi boyutunda iken en düşük puan ortalaması ise genel yaşam kalitesindedir.

Anahtar Kelimeler: Fiziksel aktivite, yaşam kalitesi, ağrı, öğrenci, Üniversite

A STUDY ON THE RELATIONSHIP BETWEEN PHYSICAL ACTIVITY, QUALITY OF LIFE AND PAIN LEVELS OF UNIVERSITY STUDENTS

Abstract

This study aims to examine the relationship between physical activity, quality of life and pain levels of university students. The study population consists of students from Yozgat Bozok University studying in 2021-2022 academic year. The study sample consists of a total of 200 students who volunteered to participate in the online questionnaire sent by e-mail. The students studied at Faculty of Sports Sciences, Faculty of Arts and Sciences, Faculty of Education, Faculty of Economics and Administrative Sciences, Faculty of Engineering and Architecture, Faculty of Health Sciences and Faculty of Agriculture in Yozgat Bozok University in the 2021-2022 academic year. "Personal Information Form", "International Physical Activity Questionnaire (Short)", "World Health Organization Quality of Life Scale (WHOQOL-BREF)" and "Short-form McGill Pain Questionnaire (SF-MPQ)" were used to collect the data. The obtained data were analyzed using the SPSS 22.0 statistical software. Frequency and percentage analysis were used for demographic characteristics. As a result, it is seen that the general quality of life of the students participating in the study is at a moderate level. The general quality of life has the lowest average score while the physical quality of life has the highest average.

Keywords: Physical activity, quality of life, pain, student, University