




# Hemşirelik Son Sınıf Öğrencilerinin Algıladıkları Stres ve Stresle Baş Etme Davranışları

## Nursing Senior Students' Perceived Stress and Stress Coping Behaviors

 Ayşe TOPAL HANÇER<sup>a,b</sup>,  
 Nuran GÜLER<sup>a,c</sup>,  
 Burcu Kübra SÜHA<sup>a,d</sup>

<sup>a</sup>Hemşirelik Bölümü,  
<sup>b</sup>Cerrahi Hastalıkları Hemşireliği ABD,  
<sup>c</sup>Halk Sağlığı Hemşireliği ABD,  
<sup>d</sup>Hemşirelik Esasları ABD,  
 Sivas Cumhuriyet Üniversitesi  
 Sağlık Bilimleri Fakültesi,  
 Sivas, TÜRKİYE

Received: 31 Dec 2018  
 Received in revised form: 28 Feb 2019  
 Accepted: 12 Mar 2019  
 Available online: 19 Mar 2019

### Correspondence:

Ayşe TOPAL HANÇER  
 Sivas Cumhuriyet Üniversitesi  
 Sağlık Bilimleri Fakültesi,  
 Hemşirelik Bölümü,  
 Cerrahi Hastalıkları Hemşireliği ABD,  
 Hemşireliği Bölümü, Sivas,  
 TÜRKİYE/TURKEY  
 ays-topal@hotmail.com

Bu çalışma, 1. Uluslararası  
 2. Ulusal Halk Sağlığı Hemşireliği Kongresi  
 (23-26 Nisan 2018, Ankara)'nde  
 sözel olarak sunulmuştur.

Copyright © 2019 by Türkiye Klinikleri

**ÖZET Amaç:** Hemşirelik öğrencilerinin öğrenme süreçlerinde yaşadıkları stres, hem profesyonel kimlik gelişimlerini hem de sağlıklarını olumsuz yönde etkileyebilir. Bu çalışmada, bir üniversitenin Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Bölümünde eğitim alan son sınıf öğrencilerinin algılanan stres ve stresle baş etme davranışlarını belirlemek amacı ile yapıldı. **Gereç ve Yöntemler:** Araştırma tanımlayıcı tiptedir. Çalışma hemşirelik son sınıf öğrencileri (190) ile birlikte yürütüldü. Veriler; “öğrenci bilgi formu”, “Hemşirelik Öğrencileri İçin Algılanan Stres” ve “Stresle Baş Etme Davranışları” Ölçekleri ile toplandı. Çalışmada elde edilen bulgular SPSS 22,00 paket programı ile değerlendirildi. Tüm analizlerde anlamlılık düzeyi  $p < 0.05$  olarak kabul edildi. **Bulgular:** Çalışmaya katılan öğrencilerin 147 (%77,4)'si kadın olup, yaş ortalamaları 22,43 yıldır. Algılanan stres ölçeği alt boyutuna göre öğrencilerin ilk üç sıradaki stres kaynaklarının öğretim elemanı/hemşirelerden, hastaya bakım verirken yaşanan zorluklardan ve ödevler ve iş yükünden kaynaklandığı belirlendi. Öğrencilerin stresle başa çıkmak için en sık kaçınma davranışı gösterdikleri belirlenmiştir. Korelasyon analizinde algılanan stres ve stresle baş etme davranışları arasında pozitif yönde (0,311\*\*) anlamlı ilişki bulundu. **Sonuç:** Öğrencilerin stresle başa çıkmak için en sık kaçınma davranışı gösterdikleri ve algıladıkları stres düzeyi arttıkça kaçınma stratejisini daha sık kullandıkları belirlendi. Akademik ve klinik uygulama stres düzeylerini yönetmek ve olumlu baş etme stratejilerini arttırmak için her sınıfa uygun destek sağlayacak danışmalık programları oluşturulması önerilebilir.

**Anahtar Kelimeler:** Hemşirelik öğrencileri; stres; algılama; baş etme

**ABSTRACT Objective:** The stress that nursing students experience in their learning process can adversely affect both their professional identity development and their health. The aim of this study was conducted to determine the perceived stress and stress coping behaviors of the senior student in the Nursing Department of the Faculty of Health Sciences of a university. **Material and Methods:** The research was descriptive. The study was carried out together with nursing senior students (190) of a faculty of health sciences. Data was obtained with “student information form”, “Perceived Stress for Nursing Students” and “Stress coping behaviors scales”. The findings of the study were evaluated with SPSS 22.00 package program and  $p < 0.05$  was considered significant in all analyzes. **Results:** 147 (77.4%) of the students were female and their mean age was 22.43. According to the perceived stress scale sub-dimension, it was determined that the first three stress sources of the students were caused by lecturer/nurses, difficulties in giving care to the patient and tasks and workload. It was determined that students showed the most frequent avoidance behavior to deal with stress. A significant correlation was found between stress and stress coping behaviors in the correlation analysis (0.311\*\*). **Conclusion:** It was determined that students showed the most frequent avoidance behavior to deal with stress and used the avoidance strategy more frequently as the perceived stress level increased. In order to manage academic and clinical practice stress levels and to increase positive coping strategies, it may be advisable to establish consultancy programs to provide appropriate support to each class.

**Keywords:** Nursing students; stress; perception; coping with

Hemşirelik eğitimi; hem teorik bilgi hem de klinik eğitim becerilerini içeren, hemşirelik öğrencilerinde bilgi ve beceri geliştirmeye çalışarak hemşirelik mesleğini kazandırmayı amaçlayan sistemli bir programdır.<sup>1,2</sup> Hemşirelik öğrencileri, eğitim sırasında; akademik, klinik ve

diğer stresörler olmak üzere üç tür stres kaynağı ile karşılaşmaktadır.<sup>3</sup>

Klinik stresörler; yoğun ve stresli ortamlar olan hastanelerde staja çıkma, hasta ve ölümcül bireylere bakım verme, ölüme yakın veya acı çeken hastadan negatif yanıt alma korkusu, eğitimcilerle ve hastane çalışanları ile iletişim sorunları, yanlış yapma korkusu, tıbbi aletleri kullanma sorunları, kurumdaki diğer kişilerle ilişkiler (Doktor, hemşire vb.) ve mesleki hemşirelik bilgi ve becerilerinin yetersizliğidir.<sup>4-13</sup> Akademik stresörler ise akademik ortamda başarılı olma baskısı, sınavlar olarak tanımlanmaktadır.<sup>8</sup> Son zamanlarda diğer stresör kaynakları ise yeni bir ortama uyum sağlama, aileden ayrı yaşamaya alışma, rol ve sorumluluklarını yerine getirme ve kariyer planlamalarını yapma, geleceğe yönelik iş ve finansal kaygılar olarak belirlenmiştir.<sup>11,10,14</sup> Yapılan çalışmalarda, klinik stresörler hemşirelik eğitiminin en çok stres oluşturan bölümü olarak tanımlanmaktadır.<sup>3,4,15-18</sup> Yapılan çalışmalarda da özellikle son sınıf hemşirelik öğrencilerinin stres düzeyinin daha yüksek olduğu belirlenmiştir.<sup>18,19</sup>

Hemşirelik öğrencilerinin öğrenme süreçlerinde uzun süreli ve kontrol edilemeyen strese maruz kalmalarının, hem profesyonel kimlik gelişimlerini hem de sağlıklarını olumsuz yönde etkilediği, öğrencilerin düşünme ve karar verme yeterliliklerini bozarak akademik ve klinik başarılarını düşürdüğü belirtilmektedir.<sup>11,16,20-22</sup> Ayrıca; uzun süreli stresin hipertansiyon, kalp hastalığı, immün yetmezlik, beslenme, uyku sorunları ve depresyon gibi çeşitli sağlık sorunları açısından yüksek risk oluşturduğu bilinmektedir.<sup>23,24</sup> Oluşacak bu sağlık sorunları geleceğin hemşireleri olan hemşirelik öğrencilerinin hemşirelik iş gücü üzerinde de olumsuz etkiler oluşturarak, hasta bakım kalitesinin düşmesine neden olabilir.<sup>13,22,25</sup> Üstelik yapılan bir çalışmada, yaygın olarak bildirilen stres reaksiyonu ve stresle başa çıkma davranışları arasında sigara içme, alkol kullanma, gibi kötü alışkanlıkların olduğu belirlenmiştir.<sup>26</sup>

Öğrencilerin eğitim yaşantılarından istedik düzeyde yararlanabilmesi ve olumlu profesyonel kimlik gelişimleri için stresle başa çıkabilmeleri oldukça önemlidir.<sup>11,27</sup> Bunun için hemşirelik eği-

timcilerinin klinik ve akademik bakış açısıyla öğrencilerde algılanan stres ve stresle baş etme durumlarını belirlemeleri gerekmektedir. Böylece belirlenen etmenlere yönelik öğrencilere yeterli destek sağlanması ve öğrencilerin öz farkındalıklarının geliştirilmesi; hem öğrencilerin stresin olumsuz etkilerine daha az maruz kalmalarını hem de mesleki anlamda bakım kalitesinin artmasını destekleyebilir.

## AMAÇ

Bu nedenle bu çalışma, son sınıf hemşirelik öğrencilerinin algılanan stres düzeylerinin, stres türlerinin ve stresle baş etme davranışlarının belirlenmesi amacı ile yapıldı.

## GEREÇ VE YÖNTEMLER

### ARAŞTIRMA TİPİ

Araştırma, tanımlayıcı ve kesitsel tipte bir çalışmadır.

### ARAŞTIRMANIN YERİ VE ZAMANI

Araştırma, bir üniversitenin sağlık bilimleri fakültesi hemşirelik bölümünde, 2017-2018 eğitim öğretim yılı bahar döneminde eğitim alan son sınıf öğrencileri ile yapıldı.

### ARAŞTIRMANIN EVRENİ VE ÖRNEKLEMİ

Araştırmada örneklem seçimine gidilmedi, tüm son sınıf hemşirelik öğrencileri (n=232) çalışmaya dâhil edildi. Ancak, öğrencilerin gönüllüğü göz önüne alındığında, araştırmaya katılmayı kabul etmeyen 42 öğrenci çalışma dışı bırakılarak 190 öğrenci ile çalışma tamamlandı.

### VERİ TOPLAMA ARAÇLARI VE VERİLERİN TOPLANMASI

Veriler; "Öğrenci bilgi formu", "Hemşirelik öğrencileri için Algılanan Stres" ve "Stresle Baş Etme Davranışları" Ölçekleri kullanılarak toplandı.

### ÖĞRENCİ BİLGİ FORMU

Yaşı, cinsiyeti, ailesinde hemşire olup olmadığı, sigara-alkol kullanıp kullanmadığı, kullanıyorsa ne zaman başladığını içeren toplam altı sorudan oluşmaktadır.

## HEMŞİRELİK ÖĞRENCİLERİ İÇİN ALGILANAN STRES ÖLÇEĞİ

Sheu ve ark. tarafından geliştirilen, orijinali Çince olan ölçek 29 maddeden oluşmuştur.<sup>20</sup> Jimenez ve ark. tarafından İspanyolca'ya 30 madde olarak uyarlanan ölçeğin toplam varyansı %56,10 ve Cronbach's alfa katsayısı 0,85-0,70 bulunmuştur.<sup>15</sup> Chan, So ve Fong tarafından yapılan bir çalışmada, 0,89, alt boyutlar 0,87-0,89 bulunmuştur.<sup>28</sup> Karaca ve ark. tarafından 2015 yılında ölçeğin Türkçe geçerlilik ve güvenilirliği yapılmıştır.<sup>29</sup> Aynı çalışmada, algılanan stres ölçeğinin cronbach's alfa güvenilirlik katsayısı 0,93, iki haftalık test-tekrar test güvenilirliği 0,96 olarak bulunmuştur. Bu çalışmada, ölçeğin Cronbach's alfa güvenilirlik katsayısı 0,95, olarak belirlendi.

Maddelerin değerlendirilmesinde; "4-Benim için çok stres verici 3, 2, 1, 0-Benim için stres verici değil" olmak üzere beşli likert tipi değerlendirme kullanılmıştır.

Alt boyutlar:

1. Mesleki bilgi ve beceri eksikliğinden kaynaklanan stres; 2, 7, 11
2. Hastaya bakım verirken yaşanan stres; 1, 4, 6, 8, 10, 12, 14, 19
3. Ödevlerden ve iş yükünden kaynaklanan stres; 3, 9, 13, 17, 21
4. Öğretim elemanları ve hemşirelerden kaynaklanan stres; 5, 16, 18, 20, 25, 27
5. Ortamdan kaynaklanan stres; 5, 23, 26
6. Akranlardan ve günlük yaşamdan kaynaklanan stres; 22, 24, 28, 29<sup>29</sup>

Toplam puan 0-116 arasında değişmektedir. Toplam puanın 116'ya yaklaşması, stres derecesinin yüksekliğini göstermektedir.<sup>20,29</sup>

## HEMŞİRELİK ÖĞRENCİLERİ İÇİN STRESLE BAŞ ETME DAVRANIŞLARI ÖLÇEĞİ

Sheu ve ark. tarafından geliştirilen ölçek, 19 maddeden oluşmuştur.<sup>20</sup> Karaca ve ark. tarafından 2015 yılında ölçeğin Türkçe geçerlilik ve güvenilirliği yapılmıştır.<sup>29</sup> Aynı çalışmada, stresle baş

etme davranışları ölçeğinin Cronbach alfa katsayısı 0,69 olarak, iki haftalık test-tekrar test güvenilirlik değeri ise 0,52 olarak bulunmuştur. Bu çalışmada, ölçeğin Cronbach's alfa güvenilirlik katsayısı 0,84 olarak bulundu. Maddelerin değerlendirilmesinde; "4-Katılıyorum, 3, 2, 1,0-Hiç katılmıyorum" olmak üzere beşli likert tipi değerlendirme kullanılmıştır.

Alt boyutlar:

1. İyimser kalma; 1, 2, 6, 8
2. Transfer; 4, 5, 13
3. Sorun çözme; 3, 7, 9, 10, 11, 12
4. Kaçınma; 14, 15, 16, 17, 18, 19

Bir alt boyuttaki yüksek skor, bu baş etme tipinin daha sık kullanıldığını göstermektedir. Kısaca, hangi alt boyutun puanı yüksek olursa öğrencinin o baş etme stratejisini daha sık kullandığı anlamına gelmektedir (Alt boyut toplam puanları: 16, 12,24, 24).<sup>20,29</sup>

## VERİLERİN TOPLANMASI

Verilerin toplanması işleminde; araştırmacılar tarafından gerekli izinler alındıktan sonra sağlık bilimleri fakültesinde eğitim alan, çalışmaya katılmayı kabul eden 190 öğrenciye sınıf ortamında araştırma ve anket formları hakkında bilgi verildi. Yapılan anketin ders puanlarına herhangi bir etkisi olmayacağı açıklanarak, çalışmaya katılmayı kabul eden öğrencilerin bilgilendirilmiş yazılı onamları alındı. Sınıf ortamında araştırmacı tarafından anketler dağıtıldı ve öğrenciler tarafından yaklaşık 20-25 dk sürede tamamlandı.

## VERİLERİN DEĞERLENDİRİLMESİ

Araştırma verilerinin analizinde SPSS 22,00 paket programı kullanılarak; tanımlayıcı testler, ölçek puanlarının hesaplanmasında toplam puan ortalaması, ölçek toplam puan ortalamalarının karşılaştırılmasında sayı, yüzde ve bu puanlar arasındaki farkın anlamlılık düzeyini belirlemede Mann-Whitney U, Kruskal Wallis H, Anova testi, ölçekler arasındaki ilişkiyi belirlemede korelasyon analizi kullanıldı. Anlamlılık düzeyi p<0,05 olarak kabul edildi.

## ARAŞTIRMANIN ETİK YÖNÜ

Araştırma için uygulamaya başlamadan önce bir üniversitenin girişimsel olmayan klinik araştırmalar etik komite onayı (Dosya no: 2018-01/14) ve uygulamanın yapıldığı okuldan kurum izni alındı. Ayrıca katılımcıların; araştırma ve veri toplama araçları hakkında uygulama öncesi bilgilendirilmiş yazılı onamları alındı.

## BULGULAR

Çalışmaya katılan öğrencilerin yaş ortalamaları 22,43 yıl olarak belirlendi. **Tablo 1**'de görüldüğü gibi çalışmaya katılan öğrencilerin %77,4'ünün kadın, %57,4'ünün hemşirelik bölümünü isteyerek tercih ettiği, %71,1'inin ailesinde hemşire olmadığı, %13,2'sinin sigara kullandığı, sigara kullananların %7,9'unun üniversiteye başladıktan sonra sigara kullanımına başladıkları, %2,1'inin alkol kullandığı belirlendi.

Hemşirelik Öğrencileri İçin Algılanan Stres Ölçeği (HÖASÖ)'nin tüm alt boyutlarına ait puan ortalamaları bakımından; öğrencilerin en çok hastaya bakım verirken yaşanan (1,78±0,87), öğretim elemanları ve hemşirelerden (1,72±0,94), ödevlerden ve iş yükünden kaynaklı stres (1,90±,92) yaşadıkları saptandı.

**Tablo 1**'de görüldüğü gibi, hemşirelik öğrencilerinin cinsiyeti ile algılanan stres ölçeği alt boyutları ve HÖASÖ toplam puanı arasında anlamlı bir farklılığın olmadığı ( $p>0,05$ ), öğrencilerin ailesinde hemşirenin varlığı ile öğretim elemanları ve hemşirelerden, ortamdaki kaynaklanan stres alt boyutu ve HÖASÖ toplam puanı arasında anlamlı farklılık olduğu belirlendi ( $p<0,05$ ). Ailede hemşire olanların stres düzeyinin daha düşük olduğu belirlendi.

Sigara kullanımı ve sigara kullanımına ne zaman başladığı ile HÖASÖ alt boyutları ve toplam puanı arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Ancak, sigara kullanan öğrencilerin HÖASÖ toplam puanının (46,92±23,75) daha düşük olduğu belirlendi. Sigara içenler arasında ise sigara kullanımına üniversiteden sonra başlayan öğrencilerin HÖASÖ toplam puanının (52,86±22,63) daha yüksek olduğu belirlendi. Alkol kullanımı ile öğretim elemanları ve hemşirelerden, ortamdaki, akranlar-

dan ve günlük yaşamdan kaynaklanan stres alt boyutu ve HÖASÖ toplam puanı arasında anlamlı bir fark olduğu saptandı ( $p<0,05$ ). Alkol kullanmayan öğrencilerin stres düzeylerinin daha yüksek olduğu belirlendi (**Tablo 1**).

**Tablo 2**'de görüldüğü gibi, Hemşirelik Öğrencileri İçin Stresle Baş Etme Davranışları Ölçeği (HÖSBDÖ)'nin alt boyutlarına ait puan ortalamalarına bakıldığında; öğrencilerin ilk sırada kaçınma (1,81±0,84), ikinci sırada ise transfer (1,76±0,79) davranışı gösterdiği, özellikle erkek cinsiyetin kaçınma davranışının (11,11±5,09) daha çok kullanıldığı belirlendi. Cinsiyet ile iyimser kalma alt boyutu arasında anlamlı fark belirlendi ( $p<0,05$ ). Kadın cinsiyetin iyimser kalmayı daha çok kullandığı görüldü. Transfer alt boyutu ile ailede hemşire varlığı arasında anlamlı bir ilişki belirlendi ( $p<0,05$ ). Ailesinde hemşire olmayanların transfer davranışını daha çok kullandıkları belirlendi. Öğrencilerin alkol kullanımı ile kaçınma alt boyutu ve HÖSBDÖ toplam puanı arasında anlamlı farklılıklar belirlendi ( $p<0,05$ ) (**Tablo 2**).

**Tablo 3**'te görüldüğü gibi, korelasyon analizinde algılanan stres ile stresle baş etme davranışları arasında pozitif yönde (0,311\*\*) ilişki bulundu. Bununla birlikte, öğrencilerin algıladıkları stres düzeyi arttıkça stresle baş etme davranışlarını daha sık kullandıkları görüldü.

## TARTIŞMA

Hemşirelik eğitimi sırasında öğrenciler, çeşitli stres faktörleri nedeni ile orta ve şiddetli düzeylere kadar değişen stresle karşı karşıya kalmaktadır.<sup>6,10,12,30,31</sup> Mevcut çalışma sonucunda, hemşirelik son sınıf öğrencilerinin algılanan stres düzeyi ortalama puanı 51,27±24,37 olarak belirlendi. Ölçekten alınan en yüksek puanın 116 olduğu düşünüldüğünde, öğrencilerin orta şiddete yakın stres algıladıkları söylenebilir. Türkiye'de yapılan bir çalışmada algılanan stres puan ortalaması 53,36±24,03 olarak bulunmuştur.<sup>32</sup> Karaca ve ark. tarafından yapılan çalışmada, hemşirelik öğrencilerinin stres düzeylerinin yüksek olduğu belirlenmiştir.<sup>2</sup> Diğer ülkelerde yapılan çalışmalarda ise öğrencilerin stres toplam puan ortalaması sırasıyla 45,9, 42,36 olarak



**TABLO 2:** Hemşirelik öğrencilerinin stresle baş etme davranışları ölçeğinden aldıkları ortalama puanların dağılımı (n=190).

	İyimser kalmak Ort,±SS	Transfer Ort,±SS	Problem çözme Ort,±SS	Kaçınma Ort,±SS	HÖSBDO toplam puan Ort,±SS
<b>Cinsiyet</b>					
Kadın	5,44±3,05	5,38±2,48	8,71±4,04	10,83±5,05	30,37±11,70
Erkek	5,37±2,28	5,00±2,02	9,20±3,19	11,11±5,09	30,69±9,30
	F: 3,97	F: 2,89	F: 1,65	F: 0,01	F: 2,87
	<b>p= 0,04</b>	p= 0,09	p= 0,20	p= 0,91	p= 0,09
<b>Ailede hemşire varlığı</b>					
Evet	5,12±2,89	5,07±1,98	8,34±3,58	10,43±5,09	28,98±10,26
Hayır	5,54±2,89	5,38±2,53	9,02±3,97	11,08±5,04	31,04±11,51
	F: 0,01	F: 4,01	F: 0,63	F: 0,06	F: 0,65
	p= 0,90	<b>p= 0,04</b>	p= 0,42	p= 0,79	p= 0,41
<b>Alkol kullanma durumu</b>					
Evet	4,25±1,70	3,75±2,21	7,25±3,86	3,75±3,59	19,00±7,52
Hayır	5,45±2,91	5,32±2,38	8,86±3,86	11,05±4,97	30,69±11,13
	U: 287,00	U: 220,00	U: 291,00	U: 83,50	U: 136,00
	p= 0,43	p= 0,15	p= 0,45	<b>p= 0,01</b>	<b>p= 0,03</b>

**TABLO 3:** Öğrencilerin stresle baş etme ve algılanan stresleri arasındaki korelasyon analizi (n=190).

	Hemşirelik öğrencilerinin stresle baş etme davranışları	Hemşirelik öğrencilerin de algılanan stres
Hemşirelik öğrencilerinin stresle baş etme davranışları	1	0,311**
Hemşirelik öğrencilerin de algılanan stres	0,311**	1
	p=0,000	p=0,000

belirlenmiştir.<sup>1,33</sup> Bu durum, Türkiye'deki hemşirelik eğitiminin öğrenciler tarafından diğer ülkelere göre daha yüksek düzeyde stresli algılandığını göstermektedir. Türk hemşirelik eğitim sisteminde, özellikle son sınıf öğrencilerinin tüm derslerini tamamladıkları ve artık mezun hemşire düzeyinde oldukları kabul edilmektedir. Bu durum, öğrencilerin daha profesyonel olma ve çalışan hemşireler gibi hareket etme beklentisini doğurmaktadır. Bu beklenti son sınıf öğrencilerinde stres ve strese bağlı problemlerde artışa neden olabilir. Ek olarak, son yıllarda gittikçe zorlaşan iş bulma koşulları nedeni ile ve geleceğe yönelik kaygıların stres puanlarını yükseltmiş olabileceği düşünülmektedir. Çalışmamızdaki bulgulara paralel olarak, Çin'de 1.538 öğrenci ile yapılan bir çalışmada da hemşirelik son sınıf öğrencilerinin stres düzeyinin daha yüksek olduğu belirlenmiştir.<sup>34</sup> Temel ve ark. tarafından yapılan bir çalışmada ise hemşirelik son sınıf

öğrencilerinin daha fazla bilgi ve beceri kazandıkça, hemşirelik eğitimcileri ve hemşireler tarafından beklendiği gibi hastalara bakım sağlayamayacakları konusunda daha fazla kaygı duydukları ve son sınıf öğrencilerin depresyon puan ortalamasının diğer sınıf seviyelerinden daha yüksek olduğu bulunmuştur.<sup>35</sup> Benzer şekilde, yapılan diğer çalışmalarda da son sınıf hemşirelik öğrencilerinin stres düzeyinin daha yüksek olduğu belirlenmiştir.<sup>18,19</sup>

Hemşirelik eğitim sisteminde yer alan uzun klinik saatleri içerisinde vaka raporları, hemşirelik bakım planları ve hastane bakım kayıtları gibi çeşitli ödevleri öğrencilerin tamamlamaları beklenmektedir.<sup>8,31</sup> Ayrıca, öğrencilerin mezuniyetinin yaklaşması, atanma ve iş bulmalarını belirleyecek sınavları beraberinde getirmektedir. Dolayısıyla iş bulma için gerekli olan sınavlara hazırlık aşamasında ve öğrencilerin hemşirelik eğitimcilerinin beklentisini karşı-



lamak için daha fazla ödev ve ders çalışması, hasta bakımını daha çok üstlenmesi yoğun strese neden olabilir. Nitekim mevcut çalışmada, altı alt boyutu olan algılanan stres ölçeğinde, öğrencilerin en çok stres yaşadıkları ilk üç alan; ödevlerden ve iş yükünden, hastaya bakım verirken yaşanan, öğretim elemanları ve hemşirelerden kaynaklı stres olduğu belirlendi. Mevcut çalışma sonucu, diğer çalışmalarla benzer şekilde, bu üç alt boyutun öğrenciler tarafından en çok stres yaşanan alanlar olduğu görülmüştür.<sup>1-3,6,18,25,28,30,33,36,37</sup> Nelwati ve ark. tarafından, altı Endonezyalı hemşirelik öğrencisiyle klinik eğitimde yaşadıkları stres deneyiminin anlamını araştırmak için derinlemesine görüşme yapılmıştır.<sup>17</sup> Çalışma sonucunda, hemşirelik öğrencileri arasında üç tema belirlenmiştir. Bunlar; ödevlerden kaynaklanan baskı hissi, hastalar, akranlar ve klinik personel ile olan zorunlu ilişkiler ve stres karşısında kullanılan baş etme stratejileridir. Bu sonuçlar, özellikle son sınıf öğretim ve değerlendirme yöntemlerinin, öğrenci-öğretmen ve hemşire ilişkilerinin, öğrencinin iş yükünün incelenmesine ve değişiklikler yapılmasına ihtiyaç olduğunu göstermektedir. Ek olarak, öğrencilerin ödev ve iş yükünde azalma sağlayan, öğrencilerin bir hasta problemi ile diğeri arasında bağlantı kurmasını destekleyen ve öğrencileri eleştirel düşünmeye teşvik eden yeni değerlendirme yöntemleri oluşturulabilir.

Anlamli bir fark olmamasına karşın, kadın öğrencilerin tüm algılanan stres ölçeği alt boyutlarında ve toplam puanında erkek öğrencilere oranla daha fazla stres yaşadığı belirlendi. Bu sonuç, Karaca ve ark. tarafından yapılan çalışma sonucu ile benzerdir.<sup>2</sup> Bu durum, erkeklerin duygularını ve endişelerini kadınlara göre genellikle daha az dile getirmelerinden kaynaklanmış olabilir.<sup>38</sup>

Yapılan çalışmada, ailede hemşire bulunması durumu ile öğretim elemanları ve hemşirelerden kaynaklanan stres, ortamdaki kaynaklanan stres alt boyutları ve algılanan stres ölçeği toplam puanı arasında anlamlı fark bulunmuştur. Ailesinde hemşire bulunan öğrencilerin daha az stres yaşadıkları belirlenmiştir. Hamaideh ve ark. tarafından yapılan çalışmada da ailesinde hemşire varlığı ile baş etme davranışı ve algılanan stres arasında anlamlı farklılık bulunmuştur.<sup>1</sup> Durmuş ve Gerçek tarafından yapılan

araştırmada da çalışmamıza benzer şekilde, ailede hemşire bulunan öğrencilerin stres puan ortalamalarının daha düşük olduğu belirlenmiştir.<sup>32</sup> Bu durum; öğrencilerin hemşirelik mesleğine daha aşina olmalarından, mesleğin gerekliliklerini bilerek tercih etmelerinden, dolayısıyla hemşirelik mesleğini daha çok sahiplenmelerinden kaynaklanmış olabilir.

Yapılan çalışmada, sigara kullanma durumu ile algılanan stres ölçeği alt boyutları ve toplam puanı arasında anlamlı fark bulunmamıştır. Ancak, sigara kullanmayan öğrencilerin stres toplam puanının daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Ayrıca, sigara kullanan öğrencilerin yarısından fazlasının üniversiteye başladıktan sonra sigara kullanımına başladıkları belirlenmiştir. Bu durum, oldukça endişe vericidir. Yapılan çalışmada, alkol kullanımı ile öğretim elemanları ve hemşirelerden kaynaklanan stres, ortamdaki kaynaklanan stres, akranlardan ve günlük yaşamdan kaynaklanan stres alt boyutları ve algılanan stres ölçeği toplam puanı arasında anlamlı fark bulunmuştur. Öğrencilerin ruhsal sağlığı ve algılanan stres faktörleri arasındaki ilişkileri inceleyen bir çalışmada, birçok öğrencinin sosyal olarak veya eğlence amacıyla alkol tükettiği ve az sayıda öğrencinin bunu rahatlamak için yaptığı öne sürülmüştür.<sup>39</sup> Benzer şekilde, mevcut çalışmadaki öğrencilerinde alkol ve sigara tüketerek bir rahatlama hissi yaşamış olabilecekleri düşünülmektedir. Etkisiz baş etme davranışı olan sigara ve alkol kullanımı, öğrencilerin stresten kaçınmalarını sağlayarak geçici rahatlama sağlamış olabilir. Nitekim mevcut çalışmada, alkol kullanımı ile kaçınma davranışı arasında anlamlı bir ilişki belirlendi. Sigara içme ve alkol tüketiminin etkisiz başa çıkma yöntemleri olduğu ve bu tür faaliyetlerde bulunmanın olumsuz bir yaşam tarzına neden olacağı yaygın bir şekilde kabul görmektedir. Hemşirelik eğitimcilerinin, öğrencilere olumsuz baş etme davranışları konusunda farkındalık kazandırma ve olumlu baş etme davranışları kazandırma konusunda danışmanlık etmeleri oldukça önemlidir. Bu nedenle, öğrencilerin stres düzeylerini yönetmek, düzenlemek ve onların olumlu baş etme stratejilerini artırmak için her sınıfa uygun destek sağlayacak danışmanlık programları oluşturulmalıdır.

Mevcut çalışmada, öğrencilerin stresle baş etmede etkisiz bir baş etme yöntemi olan kaçınma ve transfer davranışını çoğunlukla kullandıkları belirlenmiştir. Çalışmamıza benzer olarak yapılan bazı çalışmalarda öğrencilerin en çok kaçınma ve transfer davranışını kullandıkları belirlenmiştir.<sup>2,5,18,32,35,40-43</sup> Literatürde, çalışmamızın aksi yönde, öğrenciler en çok problem çözme davranışı gösterirken en az kaçınma davranışı gösterdikleri çalışmalarda bulunmaktadır.<sup>1,4-6,12,20,25,30,37,44,45</sup> Öğrencilerin stresle baş etmede etkili baş etme davranışlarını geliştirmeleri ve güçlendirmeleri için hemşirelik eğitimcilerinin eğitimler düzenlemeleri etkili olabilir. Öğrencilerin stres ile başa çıkma becerilerini güçlendirmek için kendini tanıma ve strese neden olabilecek durumları bilme becerileri kazandıracak eğitim programları düzenlenmelidir.

Yapılan çalışmada korelasyon analizi sonucunda, algılanan stres ve stresle baş etme davranışları arasında pozitif yönde güçlü bir ilişki belirlenmiştir. Hemşirelik öğrencilerinin algılanan stres düzeyi attıkça baş etme davranışlarını daha çok kullandıkları belirlenmiştir. Mevcut çalışmada, öğrenciler stresle baş etmede en çok kaçınma davranışını kullandıklarından stres düzeyindeki artışla birlikte kaçınma davranışının da arttığı söylenebilir. Luo ve Wang tarafından yapılan çalışmada öğrencilerin etkin olmayan baş etme yöntemleri kullanmaları ile ruhsal hastalık semptomları gösterme arasında pozitif bir korelasyon olduğu belirlenmiştir.<sup>46</sup> Kontrol edilemeyen stres, sekonder sağlık problemlerine, geleceğin hemşireleri olan öğrencilerde mesleki tükenmişlik ve yıpranmaya yol açacaktır. Nitekim birçok hemşirenin, yüksek düzeyde tükenmişlik ve mesleki stres nedeni ile mesleği bıraktığına dair kanıtlar bulunmaktadır.<sup>47</sup> Bu nedenle, hemşirelik eğitimcilerinin, öğrencilerin algıladıkları stresi azaltma yönünde eğitimler ve sistemsel değişiklikler yapması oldukça önemlidir. Terp ve ark. tarafından yapılan bir çalışmada, stres yönetim programının öğrencilerin stres yönetiminde etkili olduğu belirlenmiştir ve öğrencilerin hem akademik hem de klinik stres sağlayıcılarını daha etkin bir şekilde ele alma becerilerini olumlu yönde etkileyebileceği ifade edilmiştir.<sup>48</sup>

## SONUÇ

Belirlenen stres faktörleri dikkate alınarak hazırlanacak farkındalık eğitimleri, seçmeli dersler ve danışmanlık saatlerinde, öğrenciler için stresle etkili baş etme yollarını geliştirmelerine yönelik bilgilendirmeler yapılmalıdır. Akademik ve klinik uygulama stres düzeylerini yönetmek ve düzenlemek ve onların olumlu baş etme stratejilerini artırmak için her sınıfa uygun destek sağlayacak danışmanlık programları oluşturulmalıdır. Bu yolla öğrencilerin stresle baş etme yeterlilikleri artırılmalıdır. Ayrıca, gelecekte profesyonel hemşireler olarak görev yapacak olan öğrencilere hastane ortamında da kariyerleriyle ilgili pozitif, dostça bir ortam yaratmaya daha fazla önem verilmelidir. Bu konuda hastane politikalarında da düzenlemeler yapılması ve çalışan sağlık personelinin de öğrencilere dostça yaklaşması oldukça önemlidir. Yapılacak bu değişiklikler öğrencilerin stresini azaltabileceği gibi öz güvenini de artırabilir. Bu nedenle gelecekteki araştırmalar, öğrenci hemşirelerin stresli deneyimlerin üstesinden gelmelerine nasıl yardımcı olabileceğine odaklanmalıdır.

### Finansal Kaynak

*Bu çalışma sırasında, yapılan araştırma konusu ile ilgili doğrudan bağlantısı bulunan herhangi bir ilaç firmasından, tıbbi alet, gereç ve malzeme sağlayan ve/veya üreten bir firma veya herhangi bir ticari firmadan, çalışmanın değerlendirme sürecinde, çalışma ile ilgili verilecek kararı olumsuz etkileyebilecek maddi ve/veya manevi herhangi bir destek alınmamıştır.*

### Çıkar Çatışması

*Bu çalışma ile ilgili olarak yazarların ve/veya aile bireylerinin çıkar çatışması potansiyeli olabilecek bilimsel ve tıbbi komite üyeliği veya üyeleri ile ilişkisi, danışmanlık, bilirkişilik, herhangi bir firmada çalışma durumu, hissedarlık ve benzer durumları yoktur.*

### Yazar Katkıları

**Fikir/Kavram:** Ayşe Topal Hançer, Nuran Güler, Burcu Kübra Süha; **Tasarım:** Ayşe Topal Hançer, Nuran Güler; **Denetleme/Danışmanlık:** Nuran Güler; **Veri Toplama ve/veya İşleme:** Ayşe Topal Hançer, Burcu Kübra Süha; **Analiz ve/veya Yorum:** Ayşe Topal Hançer, Nuran Güler, Burcu Kübra Süha; **Kaynak Taraması:** Ayşe Topal Hançer; **Makalenin Yazımı:** Nuran Güler, Ayşe Topal Hançer; **Eleştirel İnceleme:** Nuran Güler, Burcu Kübra Süha; **Kaynaklar ve Fon Sağlama:** Ayşe Topal Hançer, Burcu Kübra Süha; **Malzemeler:** Ayşe Topal Hançer, Burcu Kübra Süha.



## KAYNAKLAR

1. Hamaideh SH, Al-Omari H, Al-Modallal H. Nursing students' perceived stress and coping behaviors in clinical training in Saudi Arabia. *J Ment Health*. 2017;26(3):197-203. [[Crossref](#)] [[PubMed](#)]
2. Karaca A, Yıldırım N, Ankaralı H, Açıköz F, Akkuş D. Nursing students' perceived levels of clinical stress, stress responses and coping behaviors. *J Psychiatr Nurs*. 2017;8(1):32-9. [[Link](#)]
3. Labrague LJ, McEnroe-Petitte DM, Al Amri M, Fronda DC, Obeidat AA. An integrative review on coping skills in nursing students: implications for policymaking. *Int Nurs Rev*. 2017;65(2):279-91. [[Crossref](#)] [[PubMed](#)]
4. Al-Zayyat AS, Al-Gamal E. Perceived stress and coping strategies among Jordanian nursing students during clinical practice in psychiatric/mental health courses. *Int J Ment Health Nurs*. 2014;23(4):326-35. [[Crossref](#)] [[PubMed](#)]
5. Chen YW, Hung CH. Predictors of Taiwanese baccalaureate nursing students' physio-psychosocial responses during clinical practicum. *Nurse Educ Today*. 2014;34(1):73-7. [[Crossref](#)] [[PubMed](#)]
6. Khater W, Akhu-Zaheya L, Shaban I. Sources of stress and coping behaviours in clinical practice among baccalaureate nursing students. *International Journal of Humanities & Social Science*. 2014;4(6):194-202. [[Link](#)]
7. Zhao FF, Lei XL, He W, Gu YH, Li DW. The study of perceived stress, coping strategy and self-efficacy of Chinese undergraduate nursing students in clinical practice. *Int J Nurs Pract*. 2015;21(4):401-9. [[Crossref](#)] [[PubMed](#)]
8. Yılmaz M, Yaman Z, Erdoğan S. [Stressful situation in nursing students and the methods of coping with stress]. *Mersin Univ Sağlık Bilim Derg*. 2017;10(2):88-99. [[Link](#)]
9. Yıldırım N, Karaca A, Cangur S, Acikgoz F, Akkus D. The relationship between educational stress, stress coping, self-esteem, social support, and health status among nursing students in Turkey: a structural equation modeling approach. *Nurse Educ Today*. 2017;48:33-9. [[Crossref](#)] [[PubMed](#)]
10. Graham MM, Lindo J, Bryan VD, Weaver S. Factors associated with stress among second year student nurses during clinical training in Jamaica. *J Prof Nurs*. 2016;32(5):383-391. [[Crossref](#)] [[PubMed](#)]
11. Altıok HÖ, Üstün B. [The stress sources of nursing students]. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*. 2013;13(2):747-66. [[Link](#)]
12. Bahadır-Yılmaz E. Academic and clinical stress, stress resources and ways of coping among Turkish first-year nursing students in their first clinical practice. *Kontakt*. 2016;18(3): e145-51. [[Crossref](#)]
13. Labrague LJ. Stress, stressors, and stress responses of student nurses in a government nursing school. *Health Science Journal*. 2014;7(4):424-35. [[Link](#)]
14. Clark CM, Nguyen DT, Barbosa-Leiker C. Student perceptions of stress, coping, relationships, and academic civility: a longitudinal study. *Nurse Educ*. 2014;39(4):170-4. [[Crossref](#)] [[PubMed](#)]
15. Jimenez C, Navia-Osorio PM, Diaz CV. Stress and health in novice and experienced nursing students. *J Adv Nurs*. 2010;66(2):442-55. [[Crossref](#)] [[PubMed](#)]
16. Reeve KL, Shumaker CJ, Yearwood EL, Crowell NA, Riley JB. Perceived stress and social support in undergraduate nursing students' educational experiences. *Nurse Educ Today*. 2013;33(4):419-24. [[Crossref](#)] [[PubMed](#)]
17. Nelwati McKenna L, Plummer V. Indonesian student nurses' perceptions of stress in clinical learning: a phenomenological study. *J Nurs Educ Pract*. 2013;3(5):56-65. [[Crossref](#)]
18. Gurková E, Zeleníková R. Nursing students' perceived stress, coping strategies, health and supervisory approaches in clinical practice: a Slovak and Czech perspective. *Nurse Educ Today*. 2018;65:4-10. [[Crossref](#)] [[PubMed](#)]
19. Tully A. Stress, sources of stress and ways of coping among psychiatric nursing students. *J Psychiatr Ment Health Nurs*. 2004;11(1):43-7. [[Crossref](#)] [[PubMed](#)]
20. Sheu S, Lin HS, Hwang SL. Perceived stress and physio-psychosocial status of nursing students during their initial period of clinical practice: the effect of coping behaviors. *Int J Nurs Stud*. 2002;39(2):165-75. [[Crossref](#)]
21. Edwards D, Burnard P, Bennett K, Hebden U. A longitudinal study of stress and self-esteem in student nurses. *Nurse Educ Today*. 2010;30(1):78-84. [[Crossref](#)] [[PubMed](#)]
22. Grobecker PA. A sense of belonging and perceived stress among baccalaureate nursing students in clinical placements. *Nurse Educ Today*. 2016;36:178-83. [[Crossref](#)] [[PubMed](#)]
23. Lee MH, Holzemer WL, Faucett J. Psychometric evaluation of the Nursing Stress Scale (NSS) among Chinese nurses in Taiwan. *J Nurs Meas*. 2007;15(2):133-44. [[Link](#)] [[PubMed](#)]
24. Zhang Y, Peters A, Chen G. Perceived stress mediates the associations between sleep quality and symptoms of anxiety and depression among college nursing students. *Int J Nurs Educ Scholarsh*. 2018;15(1):1-5. [[Crossref](#)] [[PubMed](#)]
25. Seyedfatemi N, Tafreshi M, Hagani H. Experienced stressors and coping strategies among Iranian nursing students. *BMC Nurs*. 2007;6:11. [[Crossref](#)] [[PubMed](#)] [[PMC](#)]
26. Agwu MO, Tiemo JA. Problems and prospects of stress management in the Nigeria liquefied natural gas construction project bonny. *JETEMS*. 2012;3(3):266-71.
27. Ochieng B. Factors affecting choice of a healthy lifestyle: implications for nurses. *Br J Community Nurs*. 2006;11(2):78-81. [[Crossref](#)] [[PubMed](#)]
28. Chan CK, So WK, Fong DY. Hong Kong baccalaureate nursing students' stress and their coping strategies in clinical practice. *J Prof Nurs*. 2009;25(5):307-13. [[Crossref](#)] [[PubMed](#)]
29. Karaca A, Yıldırım N, Ankaralı H, Açıköz F, Akkuş D. [Turkish adaptation of perceived stress scale, bio-psychosocial response, and coping behaviours of stress scales for nursing students]. *J Psychiatr Nurs*. 2015;6(1):15-25. [[Link](#)]
30. Labrague LJ, McEnroe-Petitte DM, Papanthasiou IV, Edet OB, Tsaras K, Leocadio MC, et al. Stress and coping strategies among nursing students: an international study. *J Ment Health*. 2018;27(5):402-8. [[Crossref](#)] [[PubMed](#)]
31. Liu M, Gu K, Wong TK, Luo MZ, Chan MY. Perceived stress among Macao nursing students in the clinical learning environment. *Int J Nurs Sci*. 2015;2(2):128-33.
32. Durmuş ÖGM, Gerçek ÖGA. [A research on assessing the factors affecting perceived stress situations, bio-psychological social situations and coping behaviors of stress in university students]. *The Journal of Academic Social Science*. 2017;5(53):616-33.
33. Akhu-Zaheya LM, Shaban IA, Khater WA. Nursing students' perceived stress and influences in clinical performance. *International Journal of Advanced Nursing Studies*. 2015;4(2):44-8. [[Link](#)]
34. Smith GD, Yang F. Stress, resilience and psychological well-being in Chinese undergraduate nursing students. *Nurse Educ Today*. 2017;49:90-5. [[Crossref](#)] [[PubMed](#)]
35. Temel E, Bahar A, Çuhadar D. [Determination of coping attitude with stress and depression level of nursing students]. *Fırat Sağlık Hizmetleri Dergisi*. 2007;2(5):107-18. [[Link](#)]
36. Yamashita K, Saito M, Takao T. Stress and coping styles in Japanese nursing students. *Int J Nurs Pract*. 2012;18(5):489-96. [[Crossref](#)] [[PubMed](#)]
37. Shaban IA, Khater WA, Akhu-Zaheya LM. Undergraduate nursing students' stress sources and coping behaviours during their initial period of clinical training: a Jordanian perspective. *Nurse Educ Pract*. 2012;12(4):204-9. [[Crossref](#)] [[PubMed](#)] [[PMC](#)]

38. Acharya S. Factors affecting stress among Indian dental students. *J Dent Educ.* 2003;67(10):1140-8.
39. Timmins F, Corroon AM, Byrne G, Mooney B. The challenge of contemporary nurse education programmes. Perceived stressors of nursing students: mental health and related lifestyle issues. *J Psychiatr Ment Health Nurs.* 2011;18(9):758-66. [[Crossref](#)] [[PubMed](#)]
40. Deary IJ, Watson R, Hogston R. A longitudinal cohort study of burnout and attrition in nursing students. *J Adv Nurs.* 2003;43(1):71-81. [[Crossref](#)] [[PubMed](#)]
41. Güler Ö, Çınar S. [Determining to the perceived stressors and the used coping strategies of the nursing department students]. *Maltepe Üniversitesi Hemşirelik Bilim ve Sanatı Dergisi, Sempozyum Özel Sayısı.* 2010;253-61. [[Link](#)]
42. Özkan S, Yılmaz E. [Adaptation status of university students to university life (Bandırma example)]. *Firat Sağlık Hizmetleri Dergisi.* 2010;5(13):151-73. [[Link](#)]
43. Singh C, Sharma S, Sharma RK. Level of stress and coping strategies used by nursing interns. *Nursing and Midwifery Research Journal.* 2011;7(4):152-60. [[Link](#)]
44. Wolf L, Stidham AW, Ross R. Predictors of stress and coping strategies of US accelerated vs. generic baccalaureate nursing students: an embedded mixed methods study. *Nurse Educ Today.* 2015;35(1):201-5. [[Crossref](#)] [[PubMed](#)]
45. Ni C, Liu X, Hua Q, Lv A, Wang B, Yan Y. Relationship between coping, self-esteem, individual factors and mental health among Chinese nursing students: a matched case-control study. *Nurse Educ Today.* 2010;30(4):338-43. [[Crossref](#)] [[PubMed](#)]
46. Luo Y, Wang H. Correlation research on psychological health impact on nursing students against stress, coping way and social support. *Nurse Educ Today.* 2009;29(1):5-8. [[Crossref](#)] [[PubMed](#)]
47. Wu S, Zhu W, Wang Z, Wang M, Lan Y. Relationship between burnout and occupational stress among nurses in China. *J Adv Nurs.* 2007;59(3):233-9. [[Crossref](#)] [[PubMed](#)]
48. Terp U, Hjärthag F, Bisholt B. Effects of a cognitive behavioral-based stress management program on stress management competency, self-efficacy and self-esteem experienced by nursing students. *Nurse Educ.* 20017;44(1):E1-5. [[Crossref](#)] [[PubMed](#)]