

Üniversite Öğrencilerinin Yeme Tutumlarının ve İlgili Değişkenlerin İncelenmesi*

Examining University Students' Eating Attitudes and Related Variables

Arif Mert Özkanⁱ, Hüseyin Selviⁱⁱ

ⁱDoktora Öğrencisi, Mersin Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, <https://orcid.org/0000-0002-5585-0139>

ⁱⁱDoç. Dr., Mersin Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Tıp Eğitimi AD., <https://orcid.org/0000-0002-3513-0003>

ÖZ

Amaç: Bu çalışmada üniversite öğrencilerinin yeme tutumlarını demografik değişkenlere göre incelemek amaçlanmıştır.

Materyal-Metod: Araştırmaya 2021–2022 bahar eğitim öğretim döneminde 01.04.2022-10.05.2022 tarihleri arasında Mersin Üniversitesi'nde öğrenim gören 228 Kadın ($X_{yaş}= 21.01 \pm 1.91$) ve 234 Erkek ($X_{yaş}= 21.26 \pm 1.78$) olmak üzere toplam 462 öğrenci ($X_{yaş}= 21.13 \pm 1.85$) katılmıştır. Araştırmada “Demografik Bilgi Formu” ve “Yeme Tutum Testi” kullanılarak veri toplanmıştır. Verilerin analizinde betimsel istatistikler, t testi, Anova Analizi ve Çoklu Regresyon Analizinden yararlanılmıştır.

Bulgular: Elde edilen bulgulara göre öğrencilerin yeme tutumlarının cinsiyete göre farklılaşmadığı görülmüştür ($t=-1.17, p=.24, p>.05$). Elde edilen bir diğer bulgu üniversite öğrencilerinin yeme tutumlarının barındıkları yere göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı yönündedir ($f=1.14, p=.33, p>.05$). Ayrıca üniversite öğrencilerinin yeme tutum testi toplam puanları eğitim gördükleri fakülte değişkeni açısından anlamlı bir şekilde farklılaşmamaktadır ($f=1.45, p=.17, p>.05$).

Sonuç: Üniversite öğrencilerinin benzer yaşam biçimi davranışlarına sahip olmasının yeme tutumlarının benzerlik göstermesinde rol oynadığı düşünülebilir; Ayrıca cinsiyet, barındıkları yer, fakülte gibi değişkenlere göre farklılaşmaması üzerinde etkisinin olduğu düşünülebilir. Ek olarak Akdeniz bölgesinin mevsimsel koşullar gereği beslenme kültürü açısından oldukça verimli olduğu söylenebilir ve bu kültürün bireylerin yeme tutumlarında sağlıklı bir yaşam biçimini benimsemeleri üzerinde etkisi olduğu söylenebilir. Elde edilen verilerden hareketle üniversite öğrencilerinin yeme tutumlarını etkileyebilecek olan diğer değişkenler düşünülerek yeni araştırmaların yürütülmesi önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Yeme Tutumu, Yeme Bozuklukları, Tutum

ABSTRACT

Aim: In this study, it was aimed to examine the eating attitudes of university students according to demographic variables.

Material-Method: A total of 462 students ($X_{age} = 21.13 \pm 1.85$), 228 female ($X_{age} = 21.01 \pm 1.91$) and 234 male ($X_{age} = 21.26 \pm 1.78$) participated to the research who are studying at Mersin University in the 2021-2022 spring academic year. “Demographic Information Form” and “Eating Attitude Test” were used in the study. In the analysis of the data, descriptive statistics, t-test, Anova Analysis and Multiple Regression Analysis were applied.

Findings: As the findings obtained in the study, it was seen that the eating attitudes of the students didn't change significantly according to the gender variable ($t=-1.17, p=.24, p>.05$). Another findings is that the eating attitudes of university students don't differ significantly according to the variable of place of living ($f=1.14, p=.33, p>.05$). Also, it was observed that the total scores of the university students's eating attitudes test didn't differ significantly according to the variable of the faculty they were educated in ($f=1.45, p=.17, p>.05$).

Conclusion: It can be thought that university students who have similar lifestyle behaviors plays a role on the similarity of eating attitudes; Also they don't differ according to variables such as gender, the place they live and faculty. Based on the data gotten, it is recommended to conduct new studies by considering other variables that may affect the eating attitudes of university students.

Keywords: Eating Attitude, Eating Disorders, Attitude

*Mersin Üniversitesi Tıp Fakültesi Lokman Hekim Tıp Tarihi ve Folklorik Tıp Dergisi, 2022;12(3):600-609

DOI:10.31020/mutfd.1120239

e-ISSN: 1309-8004, ISSN 1309-761X

Geliş Tarihi – Received: 23 Mayıs 2022; Kabul Tarihi - Accepted: 28 Temmuz 2022

İletişim - Correspondence Author: Arif Mert Özkan<ozkanarifmert@gmail.com>

Etik Kurul Onayı: Mersin Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik Kurulu (Tarih: 29.03.2022, Sayı: 2022 / 145)

Giriş

Beslenme insanların en temel ihtiyaçlarından birisidir. Beslenmenin yeterli ve dengeli şekilde yapılması gerekir. Bireyin olması gerekenden az ya da daha kilolu olması beslenmesinin yeterli ve dengeli olmasıyla ilişkilidir. Günümüz dünyasının en büyük sorunlarından birisi yeme tutumudur. Yeme tutumu ile ilgili araştırmalar yapılmaya devam etmektedir. Değişkenlik gösteren toplumsal yargı ve tutumlar toplumdaki bireylerin düşünce ve davranışlarını da etkilemektedir.¹ Son zamanlarda yemeğe dair olan ilgi oldukça artış halindedir. Yaşanan bu ilgi düzeyi beraberinde sorun da getirmiştir. Ortaya çıkan bu sorun yeme bozukluğu olarak nitelendirilebilir.² Yeme bozuklukları; yeme davranışına dair bütün olumsuzlukları ve bozuklukları bir arada bulduran genel bir tanımdır. Literatürde yeme bozuklukları cinsiyet değişkeni açısından incelendiğinde, kadınlarda görülen yeme bozuklukları oranı erkeklere göre %90 gibi daha yüksek bir orandır.^{3,4}

Üniversite öğrencilerinin genel yaş grubu ergenlik çağı ile yetişkinlik çağına ilk dönemlerine denk gelmekte ve birçok birey için bu dönem stresin yoğun olduğu dönemdir.⁵ Bireyin bu dönemde çevresel faktörlerden etkilenme düzeyi fazladır.⁶ Üniversite öğrenciliği döneminde birey kendi ayakları üzerinde durmanın vermiş olduğu özgüvenle kendi seçimlerini daha özgür bir şekilde gerçekleştirmekte ve çevresinden gelen etkilere daha açık olmaktadır.⁷ Aile ortamından uzaklaşmayla birlikte beslenmelerinin de çoğunu dışarıdan karşılamaya başlamaktadırlar.⁸ Yeme tutumundaki fastfood artışı beslenmenin olması gerekenden uzaklaşarak yetersiz ve dengesiz hale gelmesine neden olmaktadır.⁹ Öğrencilerin değişim gösteren duyguları ile birlikte farklılaşan yeme davranışları ve bedenlerine yönelik yanlış düşünceler nedeniyle yeme davranışı bozukluğu belirtileri ortaya çıkabilmektedir.¹⁰⁻¹¹ Üniversite yılları boyunca, gençlerin yeme tutumları ve beslenme alışkanlıkları yeniden şekillenmektedir. Bu bağlamda üniversite öğrencilerinin yeme tutum ve davranışlarında değişiklikler ortaya çıkabilmektedir.¹² Bireylerin yeme tutumlarındaki değişimler, kişilerin vücut ağırlığı ve fiziksel görünüşü ile aşırı ilgilenmelerinin yanı sıra psikolojik etkenlerle bağlantılı fizyolojik işlev bozukluklarına yol açmaktadır.¹³ Yeme bozukluklarının ortaya çıkmasında ve bozukluk düzeyinin artmasında bireyin bedeninden memnun olmayarak kilo vermeye çalışması buna bağlı olarak da farklı yeme tutumu geliştirmesi etkili olmaktadır.¹⁴

Yukarıda belirtilen açıklamalara dikkat edildiği zaman üniversite eğitimi görmekte olan bireylerin yeme tutumlarının ve etkileyen değişkenlerin incelenmesi önemli görülmüştür.

Bu araştırma; üniversite öğrencilerinin yeme tutumlarının ve ilişkili değişkenlerin incelenmesi amacıyla yapılmıştır. Araştırmada yanıt aranan problem cümleleri şunlardır;

- Üniversite öğrencilerinin yeme tutumları nasıldır?
- Üniversite öğrencilerinin yeme tutumları cinsiyet değişkeni açısından farklılaşmakta mıdır?
- Üniversite öğrencilerinin yeme tutumları barındıkları ortama göre farklılaşmakta mıdır?
- Üniversite öğrencilerinin yeme tutumları eğitim gördükleri fakülte değişkeni açısından farklılaşmakta mıdır?

Gereç ve Yöntem

Araştırma Modeli: Üniversite öğrencilerinin yeme tutumlarının incelenmesi amacıyla planlanmış ve betimsel tarama modeli kullanılmış bir araştırmadır. Tarama modeli, günümüzde veya geçmişte var olan bir durumu olduğu gibi betimlemek maksadıyla kullanılan modeldir.¹⁵

Çalışma Grubu: Araştırma evrenini; 2021–2022 bahar dönemi eğitim öğretim yılında Mersin Üniversitesi'nde öğrenimine devam eden 35016 öğrencisi oluşturmaktadır. Araştırmada belirlenen örneklem grubunu ise

Cohen, Manion ve Morrison'ın evreni 50000 olan araştırmalar için %5 hata payı ile örneklem sayısının 381 olacağını belirtmesi göz önünde bulundurularak rastgele örneklem yoluyla 01.04.2022-10.05.2022 tarihleri arasında seçilen 228 Kadın ($X_{age} = 21.01 \pm 1.91$) ve 234 Erkek ($X_{age} = 21.26 \pm 1.78$) olmak üzere toplam 462 Üniversite öğrencisi ($X_{age} = 21.13 \pm 1.85$) oluşturmaktadır.¹⁶

Tablo1. Kadın ve Erkek Katılımcıların Demografik Özellikleri

	Cinsiyet	n	Ort.	Std. S.
Yaş	Kadın	228	21.01	1.91
	Erkek	234	21.26	1.78
Boy	Kadın	228	164.84	5.48
	Erkek	234	178.90	6.20
Vücut Ağırlığı	Kadın	228	56.99	9.04
	Erkek	234	74.71	11.19
Vücut Kitle İndeksi	Kadın	228	20.97	3.15
	Erkek	234	23.32	3.11
Günlük Egzersiz Süresi	Kadın	228	1.16	1.15
	Erkek	234	1.41	1.35
Aylık Gelir Düzeyi	Kadın	228	1784.52	1219.64
	Erkek	234	2062.09	1317.53

Tablo 1 incelendiğinde öğrencilerin yaş ortalamaları kadınlar için 21.01 ± 1.9 , erkekler için ise 21.26 ± 1.78 olduğu; kadınların boy ortalamalarının 164.84 ± 5.48 , erkeklerin boy ortalamalarının 178.90 ± 6.20 olduğu görülmüştür. Kadın katılımcıların vücut ağırlığı ortalamaları 56.99 ± 9.04 , erkek katılımcıların vücut ağırlığı ortalamaları ise 74.71 ± 11.19 olarak hesaplanmıştır. Katılımcıların BKİ (vücut kitle indeksi) değerlerine bakıldığında kadın katılımcıların ortalamalarının 20.97 ± 3.15 , erkek katılımcıların ise 23.32 ± 3.11 olduğu görülmüştür. Araştırmaya katılan katılımcıların günlük egzersiz yapma sürelerine bakıldığında kadın katılımcıların ortalaması 1.16 ± 1.15 , erkeklerin ise 1.41 ± 1.35 olduğu görülmüştür. Ayrıca Kadın katılımcıların aylık gelir düzeylerinin ortalama 1784.52 ± 1219.64 , erkek katılımcıların ise aylık gelir düzeylerinin ortalama 2062.09 ± 1317.53 olduğu belirtilmiştir.

Tablo2. Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Fakültelelere Göre Dağılımı

Fakülte	n	%
Spor Bilimler Fakültesi	154	33.3
Fen Edebiyat Fakültesi	61	13.2
Tıp Fakültesi	60	13.0
Eğitim Fakültesi	60	13.0
İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi	44	9.5
Mimarlık Fakültesi	29	6.3
Mühendislik Fakültesi	25	5.4
Hemşirelik Fakültesi	12	2.6
İletişim Fakültesi	10	2.2
Sosyal Bilimler MYO	7	1.5
Toplam	462	100

Tablo 2 incelendiğinde araştırmaya katılan öğrencilerin 154 (%33.3)'ü Spor Bilimleri Fakültesinde, 61 (%13.2)'i Fen Edebiyat Fakültesinde, 60 (%13)'ü Tıp Fakültesinde, 60 (13)'ü Eğitim Fakültesinde, 44 (%9.5)'ü İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesinde, 29 (6.3)'ü Mimarlık Fakültesinde, 12 (%2.6)'si Hemşirelik Fakültesinde, 10 (%2.2)'ü İletişim Fakültesinde ve 7 (%1.5)'si Sosyal Bilimler Meslek Yüksek Okulunda öğrenim görmekte olduğu belirtilmiştir.

Veri Toplama Araçları

Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin yeme tutumlarının incelenmesi amacıyla yürütülen bu çalışmada; "Yeme Tutum Testi" ve araştırmacılar tarafından hazırlanan "Demografik Bilgi Formu" kullanılarak veriler toplanmıştır.

Demografik Bilgi Formu: Bu form, araştırmacılar aracılığıyla oluşturulmuş ve öğrencilerin fakülte, cinsiyet, boy, yaş, kilo, gelir düzeyi, barındıkları yer ve günde kaç saat spor yaptıkları gibi sorulara yer verilmiştir. Demografik bilgi formunda yer alan sorular ile birlikte araştırmaya katkıda bulunan öğrencilerin kişisel özellikleri hakkında bilgi toplamak amaçlanmıştır ve sorular bağımsız değişkenleri oluşturmak için kullanılmıştır.

Yeme Tutum Testi (YTT): Ölçeğin orijinali 1979 yılında Garner ve Garfinkel tarafından geliştirilmiştir. Yeme Tutum Testi, bireylerin yeme davranışlarındaki muhtemel bozuklukları ölçmektedir. Test altı farklı seçenektan oluşmaktadır. Testin güvenilirlik katsayısı .79 bulunmuştur. Test 40 ve 26 madde olmak üzere iki formdan oluşmaktadır. Türkiye’de geçerlik ve güvenilirlik çalışması YTT-40 için Savaşır ve Erol (1989) tarafından yapılmıştır. YTT-26 için ise Ergüney-Okumuş ve Sertel-Berk (2019) tarafından yapılmıştır. Bu çalışmada Ergüney-Okumuş ve Sertel-Berk tarafından uyarlanan YTT-26 kullanılmıştır.¹⁷ Testten alınacak toplam puan 0 ile 53 arasındadır. Yeme Tutum Testi-26’nın kesme puanı 20 olarak belirlenmiş ve bireylerin testten aldıkları puan 20’nin üzerinde ise yeme davranışında bozukluklar olacağı, 20’nin altında ise herhangi bir bozukluğun olmayacağı şeklinde tanımlanarak iki sınıfa ayrılmıştır. Testin 25. maddesi ters puanlanmaktadır.

Verilerin Analizi

Araştırmada ortaya konulan veriler öncelikle bilgisayar ortamına aktarılmıştır. Elde edilen verilerin analizinde, örneklemin demografik değişkenlere göre dağılımını ortaya koymak için yüzde (%) ve frekans (f), aritmetik ortalama (X), standart sapma (SS), maksimum (Maks.) ve minimum (Min.) değerleri hesaplanmıştır. Verilerin Skewness (Çarpıklık) ve Kurtosis (Basıklık) değerleri incelenerek normal dağılıma sahip olup olmadığına bakılmıştır. Verilerin analizinde çalışmaya katılan üniversite öğrencilerinin yeme tutum testi puanlarının cinsiyet değişkenine göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek üzere bağımsız örneklem t testi analizi uygulanmıştır. Üniversite öğrencilerinin yeme tutum testi puanlarının barındıkları yer değişkenine göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek üzere Anova testi uygulanmıştır. Ayrıca üniversite öğrencilerinin yeme tutumlarını yordayan değişkenleri belirlemek üzere çoklu regresyon analizi kullanılmıştır. Analiz sonuçların yorumlanmasında anlamlılık düzeyi .05 olarak ele alınmıştır.

Araştırmanın Etik Boyutu

Araştırmaya başlamadan önce, Mersin Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik Kurulu’ndan 29.03.2022 tarih ve 2022 / 145 sayılı etik kurul onayı alınmıştır. Formlar uygulanmadan önce öğrencilerden bilgilendirilmiş gönüllü onam formu alınmıştır.

Bulgular

Tablo 3. Verilerin Normallik Testi Sonucu

Ölçekler	Min	Max	Ort.	SS	Skew.	Kurt.
Yeme Tutum Testi (Toplam)	14.00	50.00	26.79	9.92	.91	.72

Tablo 3 incelendiğinde elde edilen veriler Skewness değerinin .91, Kurtosis değerinin .72 olduğunu göstermektedir. Skewness ve Kurtosis değerlerinin -1.5 ile +1.5 aralığında olması gerektiği kriterleri dikkate alındığında; yeme tutum testi toplam puanı için belirtilen değerlerin normal dağılım aralığında olduğu söylenebilir.¹⁸ Ayrıca üniversite öğrencilerinin yeme tutum testi puanlarına bakıldığında en düşüğünün 14, en yüksekini 50 olduğu görülmektedir. Öğrencilerin ortalamaları ise 26.79 olarak belirlenmiştir. Ölçekte belirtilen kriterlere göre 20 puan üzerinde alan bireylerin yeme tutumlarında bozulma olduğu belirtilmiştir. Araştırmanın ilk alt problemi ele alındığında üniversite öğrencilerinin yeme tutum testi puanlarının ortalaması 26.79 olup normal yeme davranışının dışına çıktıkları ve yeme davranışlarında bozulmaların olduğu söylenebilir.

Tablo 4. Katılımcıların Cinsiyete Göre Yeme Tutum Testi Puanlarına İlişkin Bağımsız Gruplar t-Testi Sonuçları

Ölçekler	Cinsiyet	n	\bar{x}	SS	t	p
Yeme Tutum Testi	Kadın	228	114.26	15.62	-1.17	.24
	Erkek	234	115.94	15.36		

$p > .05$

Tablo 4 incelendiğinde t testi analiz sonuçları katılımcıların cinsiyete göre yeme tutum testi puanlarında anlamlı bir farklılaşma olmadığını belirtmektedir ($t = -1.17$, $p = .24$, $p > .05$).

Tablo 5. Katılımcıların Barındıkları Yere Göre Yeme Tutum Testi Puanlarına İlişkin Anova Testi Sonuçları

Ölçekler	Barındıkları Yer	n	\bar{x}	SS	F	p
Yeme Tutum Testi	Aile Evi	193	113.92	15.10	1.14	.33
	Öğrenci Evi	140	117.02	14.81		
	Devlet Yurdu	94	114.55	16.45		
	Özel Yurt	35	115.57	17.53		
	Toplam	462	115.11	15.50		

$p > .05$

Tablo 5 incelendiğinde üniversite öğrencilerinin yeme tutum testi puanlarının barındıkları yer değişkenine göre istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı görülmektedir ($F = 1.14$, $p = .33$, $p > .05$).

Tablo 6. Katılımcıların Eğitim Gördükleri Fakülte Değişkenine Göre Yeme Tutum Testi Puanlarına İlişkin Anova Testi Sonuçları

Ölçekler	Fakülte	n	\bar{x}	SS	F	p
Yeme Tutum Testi	Spor Bilimleri	154	117.32	14.04	1.45	.17
	Fen Edebiyat	61	114.61	16.91		
	Tıp	60	113.22	14.14		
	Eğitim	60	112.78	18.24		
	İktisadi ve İdari Bilimler	44	115.25	14.15		
	Mimarlık	29	118.90	16.17		
	Mühendislik	25	107.96	15.36		
	Hemşirelik	12	113.33	8.97		
	İletişim	10	116.10	19.78		
	Sosyal Bilimler	7	117.86	21.90		
	Toplam	462	115.11	15.50		

$P > .05$

Tablo 6 incelendiğinde üniversite öğrencilerinin yeme tutum testi puanlarının eğitim gördükleri fakülte değişkenine göre istatistiksel açıdan anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı görülmektedir ($F = 1.45$, $p = .17$, $p > .05$).

Tablo 7. Katılımcıların Yeme Tutum Testi Puanlarını Etkileyen Değişkenlere İlişkin Çoklu Regresyon Analizi

Model	B	Standart Hata	Beta	t	p
Yaş	.59	.40	.07	1.47	.14
Spor Saati	-1.12	.57	-.09	-1.98	.04*
Gelir Düzeyi	-.00	.00	-.07	-1.41	.16
BKI	-.94	.22	-.20	-4.31	.00*

Bağımlı Değişken: Yeme Tutumu: $R = .24$; $R^2 = .06$; $F = 6.73$; $p = .00$

* $p < .05$

Tablo 7 incelendiğinde yaş, spor saati, gelir düzeyi ve vücut kitle indeksi değişkenleri kullanılarak üniversite öğrencilerinin yeme tutum puanlarını yordamak amacıyla çoklu regresyon analizi yapılmıştır. Yapılan çoklu regresyon analizi sonuçları istatistiksel olarak anlamlıdır ($F = 6.73$, $p = .00$, $p < .05$). Düzeltilmiş R^2 değeri .06'dır. Bu sonuç, yeme tutum puanlarını %06 oranındaki varyansın bağımsız değişkenler tarafından açıklandığını gösterir. Buna göre spor saati ve vücut kitle indeksi (bki) yeme tutum puanlarını anlamlı ve olumsuz olarak yordamaktadır. Öte yandan yaş değişkeni ve gelir düzeyi değişkeninin yeme tutum puanı üzerinde anlamlı ve olumlu bir katkısı yoktur.

Tartışma ve Sonuç

Araştırmada eğitime devam eden üniversite öğrencilerinin yeme tutumları ve ilgili değişkenler incelenmiştir. Üniversite öğrencilerinin yeme tutumlarının cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla yapılmış olan t-testi analiz sonucu üniversite öğrencilerinin yeme tutumlarının cinsiyet açısından anlamlı bir şekilde farklılaşmadığını göstermektedir. Literatür incelendiğinde yeme tutumunun cinsiyet değişkeni açısından anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı sonucuna benzerlik gösteren araştırmalar bulunmaktadır. Örneğin; Bayındır-Gümüş ve Yardımcı'nın üç farklı devlet okulunda öğrenim görmekte olan 72 kadın (%43.6) ve 93 erkek (%56.4) olmak üzere toplam 165 öğrenci ile yaptıkları araştırmalarında, Zarifoğlu'nun 165 kadın (%66) ve 85 erkek (%34) olmak üzere toplam 250 üniversite öğrencisi ile yaptığı araştırmasında, Tayfur'un 221 kadın (%73.4) ve 80 erkek (%26.6) olmak üzere toplam 301 üniversite öğrencisi ile yaptığı araştırmasında, Khalid ve arkadaşları 172 kadın (%30.4) ve 394 erkek (69.6) olmak üzere toplam 566 üniversite öğrencisi ile yaptıkları araştırmasında yeme tutum testi puanlarının kadınlar ve erkekler arasında anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı sonucuna ulaşılmıştır.^{20-36,37} Bu sonuçların yanı sıra yeme tutum testi puanlarının cinsiyete göre farklılaştığını belirten araştırmalar da bulunmaktadır. Çakaroğlu, Ömür ve Arslan'ın 206 kadın (%56.9) ve 156 erkek (%43.1) toplam 362 üniversite öğrencisi ile yaptıkları araştırmalarında; Memon, Adil, Siddiqui, Naeem, Ali ve Mehmood'un üç farklı üniversitede 93 kadın (%21.3) ve 342 erkek (%78.7) olmak üzere toplam 435 tıp fakültesi öğrencisi ile yaptıkları araştırmalarında; Furnham, Badmın ve Sneade'nin İngiltere'de 12-13 yaşlarındaki 124 kız (%53) ve 111 erkek (%47) toplam 235 öğrenci ile yaptıkları araştırmalarında kadın katılımcıların yeme tutum testi puanları erkek katılımcılara göre daha yüksek çıkmıştır.^{4,21,34} Bu araştırmada yeme tutum testi puanlarının cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı bulunmuştur. Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin vücut kitle indekslerine bakıldığında erkekler için 23.32, kadınlar için 20.97 olduğu görülmüştür. Dünya sağlık örgütü kriterlerine göre hem erkek öğrenciler hem kadın öğrenciler normal kilolu kategorisinde bulunmaktadır. Bu değerler göz önünde bulundurulduğunda üniversite öğrencilerinin beslenmeye yönelik bilinç düzeylerinin yüksek olduğu ve bu yüzden cinsiyete göre yeme tutumlarının farklılaşmadığı düşünülebilir.

Bu araştırmada üniversite öğrencilerinin yeme tutum puanlarının barındıkları yer değişkenine göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla yapılan Anova testi analizi sonucu üniversite öğrencilerinin yeme tutumlarının barındıkları yer değişkeni açısından anlamlı bir şekilde farklılaşmadığını göstermektedir. Literatürde bu sonucu destekleyen araştırmalar görülmektedir. Örneğin; Zarifoğlu'nun 165 kadın (%66) ve 85 erkek (%34) olmak üzere toplam 250 üniversite öğrencisi ile yaptığı araştırmasında; Tayfur'un 221 kadın (%73.4) ve 80 erkek (%26.6) toplam 301 üniversite öğrencisi ile yaptığı araştırmasında yeme tutum testi puanlarının barındıkları yer değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı sonucuna ulaşılmıştır.³⁶⁻³⁷ Bu sonuçların yanı sıra yeme tutum testi puanlarının barındıkları yer değişkeni açısından farklılık gösterdiğini belirten araştırmalar literatürde bulunmaktadır. Örneğin; Süngü-Bulut'un 128 kadın (%73.6) ve 46 erkek (%26.4) toplam 174 üniversite öğrencisi ile yaptığı araştırmasında üniversite öğrencilerinin yeme tutum testi puanlarının barındıkları yer değişkeni açısından farklılaştığı görülmektedir.²² Belirtilen bu farklılaşmanın yurtda yaşayan öğrencilerin yeme tutum testi puanlarının evde kalan öğrencilerin yeme tutum testi puanlarına göre daha yüksek olmasından kaynaklandığı görülmektedir. Benzer şekilde Ünalın, Öztıp, Elmalı, Öztürk, Konak, Pırlak ve Güneş'in 239 kadın (%87.9) ve 33 erkek (%12.1) toplam 272 üniversite öğrencisi ile yaptıkları araştırmalarında arkadaşları ile evde yaşayan üniversite öğrencilerinin yeme tutum testi puanlarının aile ile yaşayan üniversite öğrencilerinin yeme tutum testi puanlarına göre anlamlı bir şekilde yüksek olduğu görülmektedir.³⁵ Bu araştırmada yeme tutum testi puanlarının barındıkları yer değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı bulunmuştur. Toplumumuzun yaşam biçimi ele alındığında benzer yemek kültürüne sahip olduğumuz söylenebilir. Üniversite öğrencilerinin de benzer yemek kültürüne sahip olduğu göz önünde

bulundurulduğunda aile evinde yaşamaları, öğrenci evinde yaşamaları ya da yurttta yaşamaları fark etmeksizin barındıkları yere göre yeme tutumlarının farklılaşmayacağı düşünülebilir.

Araştırmanın üçüncü alt problemi ele alındığında üniversite öğrencilerinin yeme tutum testi puanlarının eğitim gördükleri fakülte değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla yapılan Anova testi analizi sonucu üniversite öğrencilerinin yeme tutum testi puanlarının eğitim gördükleri fakülte değişkeni açısından anlamlı bir şekilde farklılaşmadığını göstermektedir. Yeme tutumunun eğitim gördükleri fakülte değişkeni açısından farklılaşmadığı bulgusunu destekleyen araştırmalar literatürde mevcuttur. Örneğin; Zarifoğlu'nun 165 kadın (%66) ve 85 erkek (%34) toplam 250 üniversite öğrencisi ile yaptığı araştırmasında; Tayfur'un 221 kadın (%73.4) ve 80 erkek (%26.6) olmak üzere toplam 301 üniversite öğrencisi ile yaptığı araştırmasında yeme tutum testi puanlarının eğitim gördükleri fakülte değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı sonucuna ulaşılmıştır.^{36,37} Bu sonuçların yanı sıra yeme tutum testi puanlarının eğitim gördükleri fakülte değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaştığını gösteren çalışmalar da literatürde bulunmaktadır. Çakaroğlu, Ömür ve Arslan'ın 206 kadın (%56.9) ve 156 erkek (%43.1) toplam 362 üniversite öğrencisi ile yaptıkları araştırmalarında üniversite öğrencilerinin yeme tutum testi puanlarının eğitim gördükleri fakülte değişkenine göre farklılaştığı belirtilmektedir. Belirtilen farklılaşmanın diğer fakültelerde eğitim görmekte olan üniversite öğrencilerinin beden eğitimi ve spor yüksekokulu bölümünde eğitim görmekte olan öğrencilerden yeme tutum testi puanlarının anlamlı bir şekilde yüksek olmasından kaynaklandığı görülmektedir.⁴ Çiftçi tarafından 517 kadın (%59.6) ve 350 erkek (%40.4) olmak üzere toplam 867 üniversite öğrencisi ile yapılan bir başka araştırma sonucuna göre üniversite öğrencilerinin yeme tutum testi puanlarının eğitim gördükleri fakülteye göre farklılaştığı sonucu görülmektedir.²³ Farklılaşmanın ilahiyat fakültesi öğrencilerinin yeme tutum testi puanlarının diğer fakültelerde eğitim görmekte olan üniversite öğrencilerinin yeme tutum testi puanlarından anlamlı bir şekilde yüksek olmasından kaynaklandığı görülmektedir. Bu araştırmada üniversite öğrencilerinin yeme tutum testi puanlarının eğitim gördükleri fakülte değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı bulunmuştur. Örneklem grubumuzun üniversite öğrencileri olması üniversite içerisinde yemekhane yemeklerinin aynı olmasına yol açmaktadır. Ayrıca yiyecek elde edilebilecek mekânların üniversite yakınlarında benzer olması da öğrenciler için yiyecek çeşitliliğinin benzer olması anlamına gelebilir. Bundan dolayı üniversite öğrencilerinin yeme tutumlarının fakülte değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı düşünülebilir.

Araştırmanın ana problemine yönelik elde edilen bulgular üniversite öğrencilerinin yeme tutum testi puanları ile günlük yaptıkları spor saati ve vücut kitle indeksi değişkenleri arasında çok düşük düzeyde negatif yönlü anlamlı bir ilişki olduğunu ortaya koymaktadır. Diğer taraftan üniversite öğrencilerinin yeme tutum testi puanları ile yaş ve gelir düzeyi değişkenleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Yeme tutumu ile vücut kitle indeksi arasında ilişkinin olduğuna dair elde edilen bulgular incelenmiş olan literatürdeki farklı araştırmalar ile benzerlik göstermektedir. Örneğin; Tural-Büyük ve Özdemir'in 147 kadın (%61.2), 93 erkek (38.8) toplam 240 lise öğrencisi ile yaptığı araştırmasında yeme tutumu ile vücut kitle indeksi arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur.²⁴ Erdoğan, Eryürek ve Ünübol'un 139 kadın (69.5) ve 61 erkek (30.5) olmak üzere toplam 200 üniversite öğrencisi ile yaptığı araştırmasında yeme tutumu ile vücut kitle indeksi arasında düşük düzey bir ilişki olduğu belirtilmiştir.²⁵ Bu sonuçların yanı sıra anlamlı bir ilişkinin olmadığını gösteren araştırmalar da literatürde bulunmaktadır. Örneğin; Naeimi, Haghighian, Gargari, Alizadeh ve Rouzitalab'ın 296 kadın (68.8) ve 134 erkek (31.20) toplam 430 üniversite öğrencisi ile yaptıkları araştırmalarında, Özvurmaz, Mandıracioğlu ve Lülec'i'nin 365 kadın (84.9) ve 65 erkek (15.1) toplam 430 üniversite öğrencisi ile yaptıkları araştırmalarında, Kısa'nın 180 kadın (%57.5) ve 133 erkek (%42.5) toplam 313 üniversite öğrencisi ile yaptığı araştırmasında vücut kitle indeksi ile yeme tutumu arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.^{26,27} Üniversite öğrencilerinin yeme tutum testi puanları ile günlük yaptıkları spor saati değişkeni arasında çok düşük düzeyde negatif yönlü anlamlı ilişki ele alındığında; bireylerin spor saatini artırmaları ile birlikte daha

fazla kalori harcadıkları ve spor yaparak vücutlarını istedikleri forma getirmek için çaba sarf ettikleri düşünülebilir. Spor yaparak harcanan kalorilerin ve ideal vücut şekillerine yaklaşan bireylerin yeme tutumlarına dikkat ederek sağlıklı yiyeceklerden ve dengesiz beslenmeden uzak duracakları düşünülebilir. Bu bağlamda yeme tutum puanları düşecek ve daha normal yeme tutumuna sahip olacaklardır. Bu yüzden yeme tutumu ile günlük yaptıkları spor saati arasında negatif bir ilişkinin olması normal karşılanabilir. Ayrıca, sportif performansın belirleyicisi olarak düşünülebilecek önemli parametrelerden birisi de beslenmedir diyebiliriz.²⁸ Beslenmenin hem insan sağlığı üzerinde hem de sportif performans üzerinde olumlu katkıları olduğu dikkate alınırsa dengeli ve düzenli yeme tutumuna sahip bireylerin sportif anlamda daha verimli olacakları varsayılabilir.²⁹ Araştırmanın ana problemine yönelik bir diğer bulgu ise yeme tutumu ile vücut kitle indeksi arasında çok düşük düzeyde negatif yönlü bir ilişki olduğudur. Dış görünüş günümüzün en çok ilgi gören unsurlarından birisi olarak düşünülebilir.³⁰ Dış görünüşü etkileyen değişkenlerin başında ise vücut kitle indeksi gelmektedir.³⁰ Vücut kitle indeksinin düşük olması bireylerin kendisini daha rahat hissetmesine ve istediği gibi hareket etmesine yol açabilir. Daha rahat hareket edebileceğini düşünen bireyin yemeğe yönelik tutumunda da değişiklikler görülerek besin kaynağının içeriğini düşünmeden tüketmesine yol açabilir.³¹ Diğer bir yandan vücut kitle indeksi yüksek olan bireyler fazla kilolu kategorisinde yer alacaklardır. Bu durumun sonucu olarak rahatsızlık hissedebilir ve yemek tüketimi konusunda farklı düşünceler geliştirerek yeme tutumunu değiştirebilir. Vücut kitle indeksi ile ilgili bu varsayımlar göz önünde bulundurulsa yeme tutumu ile vücut kitle indeksi arasında negatif bir ilişkinin olması düşünülebilir.

Araştırmada örneklem grubu olarak Mersin Üniversitesi öğrencilerinden veri toplanmıştır. Araştırma sonuçlarında belirtildiği gibi bireylerin yeme tutumlarının cinsiyet, barındıkları yer, fakülte vb gibi değişkenlere göre anlamlı bir şekilde farklılaşmamasına, örneklem grubunun Akdeniz bölgesi içerisinde yer alan Mersin ilindeki hemen hemen benzer yaşlarda olan öğrenci topluluğundan oluşmasının sebebiyet verdiği düşünülebilir. Akdeniz Bölgesi'nin mevsimsel koşullar gereği beslenme kültürü açısından oldukça verimli topraklara sahip olduğunu düşünürsek, Mersin'de yaşayan bu bireylerin taze ve sağlıklı şartlarda sebze, meyve vb. gıdalara ulaşabilmeleri, diğer coğrafyalara göre, görece daha kolaydır.^{32,33} Ek olarak tablo 3'e bakıldığında bireylerin yeme tutum testi puan ortalamaları 26.79 olarak belirlenmiştir. Yani ortalamanın üzerinde bir değere sahip oldukları söylenebilir. Bu durumun yeme tutumlarında bir bozukluğa yol açabileceği düşünülebilir. Ayrıca araştırma sonuçları bireylerin egzersiz sürelerinin uzamasının yeme tutumlarındaki bozukluklarda azalmaya neden olacağını belirtmektedir. Bu bağlamda egzersiz sürelerinin artırılmasının yeme tutumlarında anormal davranışlarda azalmaya sebep olacağı bilgisi Mersin Üniversitesi öğrencilerine katkı sağlayabilir ve egzersiz sürelerini planlı, düzenli, sağlık açısından sorunlara yol açmayacak şekilde artırmaları önerilebilir.

Bilgi

Çıkar çatışması bulunmamaktadır. Bu araştırmada herhangi bir finansal destekten yararlanılmamıştır.

Etik Onay

Mersin Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik Kurulu'ndan 29.03.2022 tarih ve 2022 / 145 sayılı etik kurul onayı alınmıştır.

Araştırmacı Katkı Oranı Beyanı

Arif Mert Özkan: Fikir / kavram, tasarım, veri toplama ve işleme, denetleme, analiz ve yorum, kaynak taraması, makale yazımı, eleştirel inceleme

Hüseyin Selvi: Fikir / kavram, tasarım, veri toplama ve işleme, denetleme, analiz ve yorum, kaynak taraması, makale yazımı, eleştirel inceleme

Kaynaklar

1. Baudrillard J. Tüketim Toplumu. İstanbul: Ayrıntı Yayınları; 2012.
2. Amerikan Psikiyatri Birliği. Psikiyatride Hastalıkların Tanımlanması ve Sınıflandırılması Elkitabı, yeniden gözden geçirilmiş dördüncü baskı (DSM-IV-TR). Çeviren Köroğlu E. Ankara: Hekimler Yayın Birliği; 2001.
3. Brotman AV, Herzog DB. Manual of Clinical Problems in Psychiatry. Editors Hyman SE, Jenike MA. Boston, Toronto, London: Little, Brown and Company; 1990.
4. Çakaroğlu D, Ömür EH, Arslan C. Üniversite öğrencilerinin yeme tutumu yeme farkındalığı ve sosyal görünüş kaygısının değerlendirilmesi (siirt ili örneği). *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi* 2020;14(1):1-12.
5. Dyson R, Renk K. Freshmen adaptation to university life: depressive symptoms, stres and coping. *Journal of Clinical Psychology* 2006;62(10):1231-1244.
6. Neumark-Sztainer D, et al. Factors influencing food choices of adolescents: findings from focus-group discussions with adolescents. *Journal of The American Dietetic Association* 1999;99(8):929-937.
7. Mazıcıoğlu MM, Öztürk A. Üniversite 3 ve 4. sınıf öğrencilerinde beslenme alışkanlıkları ve bunu etkileyen faktörler. *Erciyes Tıp Dergisi (Erciyes Medical Journal)* 2013;25(4):172-178.
8. Dingman DA, et al. Factors related to the number of fastfood meals obtained by collage meal plan students. *Journal of American College Health* 2014;62:562-569.
9. Ferrara C, Cheryl N, Faine D. Obesity, diet and psysical activity behaviors of students in health-related professions. *Journal of College Student* 2013;47(3):560-565.
10. Bennett J, Greene G, Schwartz-Barcott D. Perceptions of emotional eating behavior. Aqualitative study of college students. *Appetite* 2013;60(1):187-192.
11. Korinth A, Schiess S, Westenhoefer J. Eating behaviour and eating disorders in student of nutrition sciences. *Public Health Nutrition* 2010;13(1):32-37.
12. Arslan SA, Daşkapan A, Çakır B. Üniversite öğrencilerinin beslenme ve fiziksel aktivite alışkanlıklarının belirlenmesi. *TAF Preventive Medicine Bulletin* 2016;15:171-180.
13. Fairburn CG, et al. A trans diagnostic comparison of enhanced cognitive behavior therapy (cbt-e) and interpersonal psychothreapy in the treatment of eating disorders. *Behav ResTher* 2015;70:64-71.
14. Polivy J, Herman CP. Causes of eating disorders. *Annual Review of Psychology* 2002;53:187-213.
15. Karasar N. Bilimsel Araştırma Yöntemi. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım; 2012.
16. Cohen L, Manion L, Morrison K. Research Methods In Education. Sixth Edition. London: Routledge; 2000.
17. Ergüney-Okumuş FE, Sertel-Berk HÖ. Yeme tutum testi kısa forumunun (ytt-26) üniversite örnekleminde türkçeye uyarlanması ve psikometrik özelliklerinin değerlendirilmesi. *Psikoloji Çalışmaları* 2019;40(1):57-78.
18. Bakır MA, Aydın C. İstatistik. Ankara: Nobel Akademi Yayıncılık; 2015.
19. Bayırdır-Gümüş A, Yardımcı H. Consumption of main meals and eating attitudes of individuals in early and middle adolescent period. *Journal of Ankara Health Sciences (JAHS)* 2020;1:176-184.
20. Khalid S, et al. It's not just a "female issue": eating attitudes and behaviors of Pakistani male and female pharmacy students. *Russian Open Medical Journal* 2017;6(4):1-4.
21. Memon AA, et al. Eating disorders in medical students of karachi, pakistan-a cross-sectional study. *BMC ResearchNotes* 2012;5(84):1-7.
22. Süngü-Bulut D. Uludağ üniversitesi öğrencilerinin yeme tutum ve davranışlarının belirlenmesi. Uludağ Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2019. Bursa, Türkiye.
23. Çiftçi FS. Üniversite öğrencilerinin beden algısı ve yeme tutumları arasındaki ilişki. Süleyman Demirel Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2012. Isparta, Türkiye.
24. Tural-Büyük E, Özdemir E. Lise öğrencilerinin beden algısı ile yeme tutumu arasındaki ilişki. *International Anatolia Academic Online Journal* 2018;4(2):1-12.
25. Erdoğan İ, Eryürek S, Ünübol H. Üniversite öğrencilerinin sosyal görünüş kaygısı ve yeme tutumu arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Uluslararası Sosyal Bilimler Dergisi* 2019;2(2):85-94.
26. Naeimi AF, et al. Eating disorders risk and its relationto self-esteemand body image in Iranian university students of medical sciences. *Eating and Weight Disorders – Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity* 2015;21:597-605.
27. Kısa NH. Tıp öğrencilerin benlik saygısı ile yeme tutumu arasındaki ilişki. Hitit Üniversitesi Tıp Fakültesi, Tıpta Uzmanlık Tezi, 2022. Çorum, Türkiye.
28. Sporel Özakat E, Büyükbahar R. Spor ve Beslenme. *Olympic World* 2016;57:179.

29. Schröder H, et al. Dietary Habits and Fluit Intake of a Group of Elite Spanish Basketball Players: A Need for Professional Advice. *European Journal of Sport Science* 2004;4(2):1-15.
30. Yüceant M. Beden eğitimi öğretmen adaylarının sosyal görünüş kaygı düzeylerinin farklı değişkenler açısından incelenmesi. *Aksaray Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi*, 2013. Aksaray, Türkiye.
31. Engür M. Elit sporcularda başarı motivasyonunun, durumluk kaygı düzeyleri üzerine etkisi. *Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi*, 2017. İzmir, Türkiye
32. Burlingame B, Dernini S. Sustainable Diets: the Mediterranean Diet as an example. *Public Health Nutrition* 2011;14(12A):2285-2287.
33. Dernini S, et al. MedDiet 4.0: the Mediterranean diet with four sustainable benefits. *Public Health Nutrition* 2017;20(7):1322-1330.
34. Furnham A, Badmın N, Sneade I. Body image dissatisfaction: gender differences in eating attitudes, self-esteem and reasons, for exercise. *The Journal of Psychology* 2002;136(6):581-596.
35. Ünalın D, et al. Bir grup sağlık yüksekokulu öğrencisinin yeme tutumları ile sağlıklı yaşam biçimi davranışları arasındaki ilişki. *İnönü Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi* 2009;16(2):75-81.
36. Zarifoğlu A. Farklı fakültelerdeki üniversite öğrencilerinde ortoreksiya nervoza görülme sıklığı ile yeme tutum davranışları ve beden algısı arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Hasan Kalyoncu Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi*, 2019. Gaziantep, Türkiye.
37. Tayfur S. Üniversite öğrencilerinin beden algısı, yeme tutumu ve depresyon düzeyinin incelenmesi. *Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi*, 2018. İstanbul, Türkiye.