



HEMŞİRELİK BİLİMİ  
Dergisi

Journal of  
NURSING SCIENCE



## Hemşirelik Bilimi Dergisi

Journal of Nursing Science

<http://dergipark.gov.tr/hbd>

e-ISSN:2636-8439

### Orijinal Araştırma

## Farklı Okullarda Eğitim Gören 10-15 Yaş Arasındaki Çocuklarda Beslenme Öz Yeterlik Düzeyleri Ve Etkileyen Faktörler

### Nutrition Self-Sufficiency Levels In Children Between 10-15 Ages of Training In Different Schools and Effecting Factors

Kürşat KARACABEY<sup>a</sup>, Murat ANGIN<sup>\*:b</sup>

<sup>a</sup> Aydın Adnan Menderes Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, AYDIN

<sup>b</sup> Aydın Adnan Menderes Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Öğrencisi, AYDIN

#### ÖZET

**Amaç:** Bu araştırma orta öğretime devam eden çocukların beslenme öz yeterliliklerini belirlemek amacıyla kesitsel olarak gerçekleştirilmiştir.

**Yöntem:** Araştırmanın örneklemini Aydın Nazilli İlçesindeki bir Devlet Okulu ile bir Özel Okulun 5,6,7,8. sınıflarında öğrenime devam eden ve araştırmaya katılmayı kabul eden 154 öğrenci oluşturmuştur. Araştırma verilerinin toplanmasında Öğrenci Tanıtım Formu ve Çocuk Beslenme Öz Yeterlik Ölçeği kullanılmıştır. Verilerin değerlendirilmesinde; sayı yüzde hesaplamaları, Independent Simple T test, Kruskal Wallis ve Chi kare testi kullanılmıştır.

**Bulgular:** Araştırma kapsamına alınan öğrencilerin yaş ortalaması 12.25 (min:10, max:15) olup %51.9'u erkek, %48.1'i kız, %50.6'sı devlet okuluna, %49.4'ü özel okula gitmektedir. Öğrencilerin beslenme öz yeterlik puan ortalamasının 4.25±4.74, %74.7'sinin normal, %11'inin zayıf, %7.8'inin fazla kilolu, %6.5'inin obez olduğu belirlenmiştir. Araştırma kapsamına alınan öğrencilerin. Öğrencilerin okul türü ile beden kitle indeksi değerleri arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu saptanmıştır (p:0.012). Öğrencilerin cinsiyet, okul türü ve beden kitle indeksi sınıflaması ile Çocuk Beslenme Öz Yeterlik Ölçek puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı saptanmıştır (p>0.005).

**Sonuç:** Araştırma bulgularına göre öğrencilerin beslenme öz yeterliliklerinin orta düzeyde olduğu, özel okulda okuyan öğrencilerin daha fazla obez olduğu sonucuna varılmıştır.

**Anahtar kelimeler:** Obezite, okul çağı çocuk, beslenme, öz yeterlilik.

#### ABSTRACT

**Aim:** This research was conducted as a cross-sectional study to determine the nutritional self-efficacy of children attending secondary education.

**Method:** The sample of the study was carried out in a public school in Aydın Nazilli and a private school in 5,6,7,8. This study consisted of 154 students who continued to education and accepted to participate in the research. In order to collect data were used Student Presentation Form and Child Nutrition Self-Efficacy Scale. In the evaluation of the data were used number percent calculations, Independent Simple T test, Kruskal Wallis and Chi square test.

**Results:** The mean age of the students included in the study was 12.25 (min: 10, max: 15). The students included in the study are 51.9% boys, 48.1% girls, 50.6% go to public schools and 49.4% go to private schools. The mean of self-efficacy of the students was 4.25 ± 4.74, 74.7% were normal, 11% were weak, 7.8% were overweight, 6.5% were obese. The study was found to be statistically significant the difference between school type and body mass index values of the students included in the study (p: 0.012). There was no statistically significant difference between the students' gender, school type and body mass index classification and the mean scores of the Child Nutrition Self-Efficacy Scale (p>0.005).

**Conclusion:** According to the results of the study, it was concluded that the nutritional self-efficacy of the students was moderate and that the students in the private school were more obese.

**Key words:** Obesity, school age children, nutrition, self-efficacy.

\*Sorumlu Yazar: Murat ANGIN

Adres: Aydın Adnan Menderes Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Öğrencisi, AYDIN

e-posta: [muratangin09@gmail.com](mailto:muratangin09@gmail.com)

## Giriş

Obezite; Dünya Sağlık Örgütü'ne göre vücutta sağlık açısından risk oluşturan anormal yada fazla yağ birikimi olarak tanımlanmaktadır (World Health Organization, 2019). Günlük alınan enerjinin harcanan enerjiden fazla olması durumunda, harcanamayan enerji vücutta yağ olarak depolanmakta ve obezite oluşumuna neden olmaktadır. Sağlık açısından majör bir risk faktörü olan obezite sıklığı erişkinlerde olduğu gibi çocuk ve adolesanlarda da giderek artmaktadır (Menteş ve ark 2011, Atamtürk, 2009). Dünya Sağlık Örgütü'nün 2016 verilerine göre 5-19 yaş arasındaki 340 milyondan fazla çocuğun aşırı kilolu yada obez olduğu belirtilmektedir (WHO, 2019).

Fazla kilolu olma ve obezite diyabet, kardiyovasküler hastalıklar ve kanser gibi birçok kronik hastalık için majör risk faktörüdür. Geçmişte gelişmiş ülkelerde yaygın olarak görülen obezite artık günümüzde düşük ve orta gelirli ülkeler için de önemli bir halk sağlığı problemi haline gelmiştir (WHO, 2019).

Ülkemizde okul çağındaki çocuklarda obezite görülme sıklığını inceleyen çalışmalar bulunmaktadır. Muğla'da yapılan bir çalışmada 6-15 yaş arasındaki toplam 4260 çocuktan kız öğrencilerin %7,6' sının, erkek öğrencilerin ise %9,1'inin fazla kilolu veya obez olduğu gösterilmiştir (Yumuk, 2005). İstanbul Bakırköy'de sosyoekonomik seviyesi yüksek özel bir ilköğretim okulundaki 6-15 yaş arasındaki 299 çocukta obezite prevalansı %8,4 ve fazla kiloluluk prevalansı % 26,7 bulunmuştur (İnal ve ark, 2013) Ankara'da 1-11 yaş arası 180 çocukta yapılan çalışmada, 5 yaş üstü 56 çocuktan erkek çocukların %44,4'ünün (12/27), kız çocuklarının ise %31'inin (9/29) normal kilonun üstünde olduğu görülmüştür.

Literatürde okul çağındaki çocukların istedik düzeyde meyve ve sebze tüketmediği, patates kızartması, hamburger, pizza gibi hazır yiyecekleri fazla tükettiği belirtilmektedir. Bu yiyeceklerin fazla tüketilmesi durumunda içerdikleri yağ ve tuz oranının fazla olması nedeniyle obezite açısından risk oluşturmaktadır (Tural Büyük ve Topçu, 2015, Akman ve ark, 2016). Ülkemizde yapılan bir çalışmada da 10-12 yaş grubundaki 480 öğrenciden çikolata ve çips tüketenlerde obezite sıklığı daha fazla bulunmuştur (Metinoğlu ve ark, 2012).

Özel ve devlet olmak üzere iki farklı okula devam eden ilköğretim düzeyindeki öğrencilerin beslenme öz yeterliliklerini incelemek ve özel okul ile devlet okuluna devam eden öğrencilerin beslenme öz yeterliliklerini karşılaştırmak amacıyla bu çalışmanın yapılmasına gerek duyulmuştur.

Araştırma soruları:

1. Özel okula devam eden ilköğretim düzeyindeki öğrencilerin beslenme öz yeterlilikleri nasıldır?
2. Devlet okuluna devam eden ilköğretim düzeyindeki öğrencilerin beslenme öz yeterlilikleri nasıldır?
3. Özel okula ve devlet okuluna devam eden ilköğretim düzeyindeki öğrencilerin beslenme öz yeterlilikleri arasında fark var mıdır?

## Yöntem

Araştırmanın Amacı: Bu araştırmanın amacı, orta öğretime devam eden çocukların beslenme öz yeterliliklerini belirlemek ve özel okul ile devlet okuluna devam eden öğrencilerin beslenme öz yeterliliklerini karşılaştırmak amacıyla kesitsel olarak gerçekleştirilmiştir.

Araştırmanın Örnekleme: Bu araştırmanın örneklemini Aydın Nazilli İlçesinde Bulunan bir Devlet Okulu ile bir Özel Okulun 5,6,7,8. sınıflarında öğrenime devam eden ve araştırmaya katılmayı kabul eden 154 öğrenci oluşturmuştur.

Verilerin Toplanması: Araştırma verilerinin toplanmasında Öğrenci Tanıtım Formu ve Çocuk Beslenme Öz Yeterlik Ölçeği kullanılmıştır.

Öğrenci Tanıtım Formu: Bu form çocukların yaş, cinsiyet, boy, kilo, Beden Kitle İndeksi (BKİ) Bilgilerini içeren beş sorudan oluşmaktadır.

Çocuk Beslenme Öz Yeterlik Ölçeği (ÇBÖÖ): Bu ölçek çocukların yiyecek seçimlerinin açıklanmasını kolaylaştıran içsel motivasyonun ölçülmesi için kullanılmaktadır. Ölçek, Amerikan toplumu için 96 okulda üçüncü, dördüncü ve beşinci sınıflara devam eden öğrencileri kapsayan, kardiyovasküler hastalık risklerini azaltmayı amaçlayan, okul temelli, ileriye dönük girişimsel çalışmalardan oluşan bir proje olarak geliştirilmiştir. Ölçeğin Türk toplumu için Geçerlik ve Güvenirlik çalışması 2010 yılında Öztürk ve Erdoğan tarafından yapılmıştır (Öztürk ve Erdoğan 2010). Çocuk beslenme öz-yeterlik ölçeği çocukların az yağlı ve az tuzlu besinleri yemelerini sağlayan öz-yeterliliği ölçmektedir. Ölçek maddeleri yağ ve tuz içerikli çeşitli yiyecek ve besin gruplarından oluşturulmuştur. Ölçekte bulunan yiyecekler bu yaş grubundaki çocuklar tarafından sıkça tüketilen yiyecekler arasından seçilmiştir. Ölçek çocukların yağlı ve tuzlu yiyecek seçeneklerine rağmen daha az yağlı ve az tuzlu yiyecekleri seçebilmelerini sağlayan özgüveni ölçmektedir. On beş maddeden oluşan ölçek üçlü likert tipinde, tek faktörlü bir yapıya sahiptir. Ölçek maddeleri -1, +1 puan aralığında (-1: emin değilim, 0: biraz eminim, +1: çok eminim) değer almaktadır, toplam puanı -15, +15 arasındadır. Ölçekten alınan toplam puanın yüksek olması yüksek öz-yeterlik değerini göstermektedir.

Araştırmanın Uygulanması: Araştırmacı tarafından araştırma kapsamına alınan tüm öğrencilerin boy ve kiloları ölçülmüş ve beden kitle indeksleri hesaplanarak öğrenci tanıtım formuna kaydedilmiştir. Her öğrencinin ağırlığı Mesilife marka digital baskülle ölçülmüştür. Her iki ayağı ile platform merkezine basacak şekilde öğrenci tartıya çıkarılıp, elektronik göstergede görülen "kg" olarak okunan sonuç kaydedilmiştir. Ölçüm sırasında öğrencilerin üzerinde sadece okul kıyafetleri olmasına dikkat edilmiş, ayakkabıları çıkartılmıştır.

Her öğrencinin boyu Mesilife marka Boy Ölçer cihazıyla dijital ölçüm göstergesi ile ölçülmüştür. Öğrencilerin omuzlarını dikleştirip, ellerini yanlarda tutup, dizlerini kırmadan, ağırlığını her iki ayağında dağılacak şekilde dik durması ve karşıya bakması istenmiştir. Amaçlanan pozisyon elde edildikten sonra, boy ölçer öğrencinin başı ile temas etmesi sağlandıktan sonra belirlenen santimetre (cm) değeri kaydedilmiştir.

Öğrencilerin beden kitle indeksi yaş ve cinsiyete göre persentil değerleri doğrultusunda dört sınıfta gruplandırılmıştır. %5 persentilin altı zayıf, %5-85 arası persentil normal, %85-95 arası persentil fazla kilolu, %95 persentil üstü obez olarak belirlenmiştir (Neyzi ve ark 2008).

Öğrencilerin kilo ve boy ölçümleri tamamlandıktan sonra beslenme öz yeterlik ölçeğini doldurmaları sağlanmıştır. Veriler okul yönetiminin belirlediği bir saatte derslik ortamında araştırmacı gözetiminde toplanmıştır. Her bir anketin cevaplama süresi ortalama 15 dakikadır.

Araştırmanın Etik Yönü: Araştırmanın yürütüldüğü okul yönetimlerinden gerekli izin alınmıştır.

Verilerin Değerlendirilmesi: Veriler SPSS 21.0 programında değerlendirilmiş, verilerin değerlendirilmesinde; sayı yüzde hesaplamaları, independent t test ve Chi kare testi kullanılmıştır.

**Bulgular****Tablo 1. Öğrencilerin Tanıtıcı Özellikleri (n:154)**

Özellik	Sayı	%	
Yaş ort. (AO±SS)	12.25±0.92		
Cinsiyet	Kız	74	48.1
	Erkek	80	51.9
Okul türü	Devlet	78	50.6
	Özel	76	49.4
BKI	Zayıf	17	11.0
	Normal	115	74.7
	Fazla kilolu	12	7.8
	Obez	10	6.5
<b>Toplam</b>	<b>154</b>	<b>100</b>	

Araştırma kapsamına alınan öğrencilerin yaş ortalaması 12.25 (min:10, max:15) olup %51.9'u erkek, %48.1'i kız, %50.6'sı devlet okuluna, %49.4'ü özel okula gitmektedir. Beden kitle indeksi sınıflamasına göre öğrencilerin %74.7'sinin normal, %11'inin zayıf, %7.8'inin fazla kilolu, %6.5'inin obez olduğu belirlenmiştir.

**Tablo 2: Öğrencilerin Beslenme Özyeterlik Puan Ortalamalarının Dağılımı**

Ölçek	Ort.	SD	Min.	Max.
Beslenme Özyeterlik Ölçek Puanı	4.25	4.74	-10	15

Araştırma kapsamına alınan öğrencilerin beslenme özyeterlik puan ortalaması 4.25±4.74 olarak bulunmuştur. Öğrencilerin ölçekten minimum -10, maksimum 15 puan aldıkları saptanmıştır.

**Tablo 3: Öğrencilerin Tanıtıcı Özellikleri İle Çocuk Beslenme Öz Yeterlik (CBÖÖ) Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması**

ÖZELLİKLER	Sayı	ÇBÖÖ Toplam Puan		Test,p
		X± SS		
Cinsiyet	Kadın	74	4.83±4.64	1.460
	Erkek	80	3.72±4.79	0.146*
Okul	Devlet	78	4.39±5.38	0.364
	Özel	76	4.11±4.01	0.716*
BKI	Zayıf	17	4.29±4.51	
	Normal	115	3.85±4.91	2.099
	Fazla kilolu	12	6.41±3.60	0.350
	Obez	10	6.30±3.43	0.159**

\* Independent Simple T test

\*\*Kruskal Wallis

Öğrencilerin cinsiyet, okul türü ve beden kitle indeksi sınıflaması ile Çocuk Beslenme Öz Yeterlik Ölçek puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı saptanmıştır (p>0.005).

**Tablo 4: Öğrencilerin BKİ Değerlerinin Okullara Göre Karşılaştırılması**

BKI	Okul Türü				Test,p
	Devlet		Özel		
	Sayı	%	Sayı	%	
Zayıf	10	12.7	7	9.2	
Normal	64	82.1	51	67.1	
Fazla kilolu	2	2.6	10	13.2	<b>4,301</b>
Obez	2	2.6	8	10.5	<b>0,012</b>
<b>Toplam</b>	<b>78</b>	<b>100</b>	<b>76</b>	<b>100</b>	

**Chi square test**

Öğrencilerin okul türüne göre beden kitle indeksi değerleri karşılaştırıldığında aradaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu saptanmıştır (p:0.012). Özel okula giden öğrenciler arasında beden kitle indeksi sınıflamasına göre fazla kilolu öğrenci sayısı %13.2 iken, devlet okulunda sadece %2.6 dır. Obez grubunda olan öğrencilerin sayısı da özel okulda %10.5 devlet okulunda %2.6 dır.

**Tartışma**

Obezite veya fazla kilolu olma çocuk ve adolesanları etkileyen önemli bir sağlık sorunudur. Okul çağı çocuklarda görülen obezite özellikle gelişmiş ülkelerde fazla olmakla birlikte bütün dünyada giderek artmaktadır. Çocukların besin tüketimi ile obezite arasında bir ilişki olduğu bilinmektedir. Bu araştırma orta öğretime devam eden çocukların beslenme öz yeterliliklerini belirlemek ve özel okul ile devlet okuluna devam eden öğrencilerin beslenme öz yeterliliklerini karşılaştırmak amacıyla gerçekleştirilmiştir.

Araştırmaya katılan öğrencilerin yaş ortalaması 12.25 (min:10, max:15) olup yaklaşık yarısı erkek, diğer yarısı da kızdır. Öğrencilerin hemen hemen yarısı devlet okuluna, diğer yarısı da özel okula gitmektedir. Beden kitle indeksi sınıflamasına göre öğrencilerin büyük çoğunluğunun normal, yaklaşık yedide birinin (14.3) fazla kilolu ve obez (%6,5) olduğu belirlenmiştir. Türkiye'de çocuklarda obezite sıklığı % 1.6 (Elazığ) ile % 8.4 (Antalya kentsel) ve %7.8 (Bursa) arasında değişmektedir. Ülkemizin batı bölgesinde büyük ölçekli araştırmalarda obezite sıklığının % 7 civarında olduğu, buna karşın doğu bölgesindeki benzer araştırmalarda % 2-3 arasında olduğu belirtilmektedir (Önal ve Adal 2014). Araştırma bulgumuz literatürdeki diğer çalışmalarla benzerlik göstermektedir.

Araştırma kapsamına alınan öğrencilerin beslenme özyeterlik puan ortalaması 4.25±4.74 olarak bulunmuştur. Öztürk'ün çocukların beslenme alışkanlıklarını incelediği araştırmada da benzer şekilde okul çağındaki öğrencilerin beslenme öz yeterlilikleri 3.40±4.90 olarak belirlenmiştir. Öğrencilerin cinsiyet, okul türü ve beden kitle indeksi sınıflaması ile Çocuk Beslenme Öz Yeterlik Ölçek puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı saptanmıştır (p>0.005).

Öğrencilerin okul türüne göre beden kitle indeksi değerleri karşılaştırıldığında aradaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu saptanmıştır (p:0.012). Özel okula giden öğrenciler arasında beden kitle indeksi sınıflamasına göre fazla kilolu ve obez olan öğrencilerin sayısı devlet okuluna giden öğrencilerden anlamlı derecede yüksektir. Bu farkın özel okula giden öğrencilerin sosyo ekonomik düzeyi, obeziteye yol açan

yaşam tarzı ve beslenme alışkanlıklarından kaynaklandığı düşünülmektedir.

### Sonuç ve Öneriler

Araştırma bulgularına göre öğrencilerin beslenme öz yeterliliklerinin orta düzeyde olduğu, fazla kilolu ve obez öğrenci sayısının özel okulda daha fazla olduğu, beslenme öz yeterliliklerinin cinsiyet, okul türü ve beden kitle indeksine göre farklılık göstermediği sonucuna varılmıştır. Bu sonuçlar doğrultusunda okul çağındaki çocukların beslenme alışkanlıklarını ve beslenme öz yeterliliklerini geliştirmeye yönelik eğitim programlarının düzenlenmesi önerilmektedir.

### Kaynaklar

1. Neyzi O, Günöz H, Furman A, Bundak R, Gökçay G, Darendeliler F, Baş F (2008) Türk çocuklarında vücut ağırlığı, boy uzunluğu, baş çevresi ve vücut kitle indeksi referans değerleri. *Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Dergisi*, 51: 1-14.
2. Öztürk M (2010) Çocukların Beslenme Alışkanlıklarının Sağlık Davranışı Etkileşim Modeline Göre İncelenmesi, İstanbul Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Doktora Tezi (Danışman: Erdoğan S).
3. WHO Obesity. <http://www.who.int/topics/obesity/en/>. Erişim tarihi: 21.04.2019
4. WHO Obesity and overweight. <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs311/en/> Erişim tarihi: 21.04.2019.
5. Menteş E, Menteş B, Karacabey K (2011) Adölesan dönemde obezite ve egzersiz. *İnsan Bilimleri Dergisi*, 8(2):963-977.
6. Lane J, Lane A, Kyprianou A. (2004). Self-efficacy, self-esteem and their impact on academic performance. *Social Behavior And Personality*, 32, 247-256.
7. Atamtürk D (2009) Alt Sosyoekonomik düzeyde yer alan çocuklarda aşırı kiloluluğun ve Obezitenin Yaygınlığı, *Gaziantep Tıp Dergisi*, 15(2):10-14.
7. Yumuk VD (2005). Prevalence of obesity in Turkey. *Obesity* 6: 9-10.
8. İnal S, Canbulat N.(2013) Çocukluk çağı obezitesine genel bakış. *Güncel Pediatri*, 11:27-30.
9. Metinoğlu İ, Pekol S, Metinoğlu Y. (2012). Kastamonu'da 10-12 yaş grubu öğrencilerde obezite prevalansı ve etkileyen faktörler. *Acıbadem Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 3(2):117-23.
10. Akman M, Tüzün S, Ünal PC (2016). Adölesanlarda Sağlıklı Beslenme ve Fiziksel Aktivite Durumu, *Nobel Medicus* 8(1):24-29.
11. Tural Büyük E, Topçu S (2015). İki Farklı İlkokulda Okuyan Birinci Sınıf Öğrencilerinin Beslenme ve Fiziksel Aktiviteleri Arasındaki İlişkinin Belirlenmesi, *Düzce Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 5(1):10-15.
12. Önal Z, Adal E (2014) Çocukluk Çağında Obezite, *Okmeydanı Tıp Dergisi* 30(Ek sayı 1):39-44, 2.