

Organik Gıda Tüketim Davranışlarının Ortoreksiya Nervoza Eğilimi Üzerindeki Etkileri¹

Nilüfer TOKGÖZ², Erkan YILDIZ³

ÖZ: Organik gıda, sağlıklı kabul edilen, “doğal”, “yerel”, “taze” ve “saf” olarak tanımlanan gıdadır. Ortoreksiya nervoza biyolojik yönden saf ve sağlıklı gıdaların tüketilmesi ile ilgili patolojik bir saplantı olarak açıklanmaktadır. Sağlıklı hali korumak ve geliştirmek çabası ile doğru beslenme ile ilgili duyulan endişe durumunun normale göre daha fazla görüldüğü bir durumdur. Bu çalışma, organik gıda tüketim davranışlarının ortoreksiya nervoza eğilimi üzerindeki etkileri araştırmak amacı ile Aralık 2020 – Ocak 2021 tarihleri arasında yürütülmüştür. En az bir kere organik gıda satın almış 502 kişiden anketle veri toplanarak yapılmıştır. Organik gıda tüketim davranışları; normlar, öz kimlik, sağlık bilinci, organik gıda tüketmenin faydaları, olumlu ahlaksal yaklaşım ve bilgi arama boyutlarından oluşmaktadır. Bu boyutların ayrı ayrı olarak ortoreksiya nervoza eğiliminin boyutları olan sağlıklı beslenmeyle ilgili endişeler, gıda seçimi ile yeme tutumu ve davranışları, gıda seçimi değeri üzerindeki etkileri test edilmiştir. Model testi kısmi en küçük kareler (PLS-SEM) yönetimiyle yapılmıştır. Hipotez testleri için SmartPLS 3.3.3 programı kullanılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre sağlıklı beslenme takıntısının sağlıklı beslenmeyle ilgili endişeler boyutu üzerinde organik gıda tüketim davranışlarının; sağlık bilinci, öz kimlik, organik gıda tüketmenin faydaları ve olumlu ahlaksal yaklaşım boyutlarının ters yönlü etkileri olduğu tespit edilmiştir. Gıda seçimi ile yeme tutumu ve davranışları boyutu üzerinde sağlık bilinci ve bilgi arama; gıda seçimi değeri boyutu üzerinde de öz kimlik ve organik gıda tüketmenin faydaları boyutlarının ters yönlü etkileri olduğu gözlemlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Organik gıda tüketim davranışları, ortoreksiya nervoza, yapısal eşitlik modellemesi

JEL Kodu: M30

Effects of Organic Food Consumption Behaviors on Orthorexia Nervosa Tendency

ABSTRACT: Organic food is food that is considered healthy, defined as “natural”, “local”, “fresh” and “pure”. Orthorexia nervosa is explained as a pathological obsession with consuming biologically pure and healthy foods. It is a situation where the anxiety about proper nutrition with the effort to maintain and improve the healthy state is seen more than normal. This study was conducted between December 2020 - January 2021 to investigate the effects of organic food consumption behaviors on orthorexia nervosa tendency. It was conducted using a questionnaire method with 502 people who bought organic food at least once. Organic food consumption behaviors; It consists of norms, self-identity, health consciousness, benefits of consuming organic food, positive moral attitudes and information seeking dimensions. The effects of these dimensions on concerns about healthy eating, food choice and eating attitudes and behaviors and the value of food choice, which are dimensions of orthorexia neurosis tendency were tested separately. Model testing was done with partial least squares (PLS-SEM) management. SmartPLS 3.3.3 program was used for hypothesis tests. According to the results of the research, organic food consumption behaviors on the dimension of the concerns about healthy eating obsession; it has been determined that health awareness, self-identity, benefits of consuming organic food and positive moral approach dimensions have negative effects. It has been

¹ Nilüfer Tokgöz’ün “Organik Gıda Tüketim Davranışlarının Ortoreksiya Nervoza Eğilimi Üzerindeki Etkileri” isimli yüksek lisans tezinden türetilmiştir.

² Güven Hastahanesi, Ankara.

Email: nilufer.terzioglu@hotmail.com

ORCID: 000-0001-5631-0946

³ İşletme Yönetimi, Yönetim ve Organizasyon, Başkent Üniversitesi, Ankara.

Email: eryildiz967@gmail.com

ORCID: 0000-0002-4398-5378

observed that the dimensions of health awareness and information seeking have adverse effects on the dimensions of food selection and eating attitudes and behaviors. On the other hand, it has been observed that self-identity and benefits of consuming organic food have opposite effects on the nutritional selection value dimension.

Keywords: Organic foodconsumption behavior, orthorexia nervosa, structural equation modeling
JEL Code: M30

1. Giriş

Çevre, sağlık, gıda gibi konular üzerine bilgi sahibi olan insanların organik gıda satın alımı konusunda daha yatkın oldukları anlaşılmaktadır. Özellikle günümüz çağında sıkça karşılaştığımız zararlı yapay besinlerin satışından dolayı insanların sağlıklı beslenmeye yöneldikleri görülmektedir. Avrupa'da 85.348 kişiyi temsil eden sistematik bir derlemenin sonuçlarına göre, gıda ürünleri ve gıda teknolojilerinin tercihinde "doğallık" ön plana çıkmaktadır. Doğal beslenmeye özen gösteren kişiler, gıdanın organik mi yerel mi olduğunu, içerik bilgisi ve üretim yöntemi gibi tedarik sürecinin özelliklerini sorgulamaktadır (Roman vd., 2017). Sanayileşmenin aksine yerel kültüre olan merak, köy yaşamı, çevre, doğa gibi konuların insanların ilgisini çektiği bir dönemde sosyal medya, radyo ve televizyonda yapılan reklamlarda doğal üretim, doğal yaşam gibi konuların işlendiği görülmektedir. Bunların ışığında tüketicilerin organik gıda tüketimine ilgisinin arttığı izlenmektedir.

Bulduğumuz yüzyılda sağlıklı beslenme bilinci öncelikli hale gelmiştir. Hareketsiz yaşam tarzı ile artan obezite, diyabet, kardiyovasküler rahatsızlıklar, kanser vb. hastalıkların görülme sıklığının artması; tüketilen yiyeceklerin kalitesi konusunda seçici olmayı gerektirmektedir. Ancak gıdanın kalitesi ve türü ile ilgili seçici olmakla, formda kalmak için diyet yapmak arasında ince bir çizgi vardır. Kişilerin gıda tercihlerindeki aykırı davranışları saplantı haline gelerek psikolojik yeme bozukluklarına yol açabilmektedir (Chaki vd., 2013).

Ortoreksiyayı ilk kez tanımlayan Dr. Steven Bratman'a göre; ortorektik kişiler beslenmelerinde yüksek oranda saflık aramaktadırlar. Ayrıca ortoreksiya nervoza, sağlıklı hali korumak ve geliştirmek çabası ile doğru beslenme ile ilgili duyulan endişe durumunun normale göre daha fazla görüldüğü patolojik bir durum olarak tanımlanmıştır (Stochel vd., 2015). Sağlıklı beslenme düzenini oluşturmak patolojik bir durum olmamakla beraber kişilerin bu durum ile kendilerini normalden fazla meşgul etmeleri, günlük yaşantılarında bu duruma bağlı kaygı bozukluğu yaşamaları bir kişilik bozukluğu olarak tanımlanabilir (Donini vd., 2004; Segura-Garcia vd., 2015).

Özellikle kadınlarda yeme davranış modelleri hem kendi sağlıkları hem de çocuklarının uzun vadeli sağlığı için önemlidir. Beslenme tarzının iyileştirilmesi öncelikle yiyecek seçimlerinden geçmektedir. Bu seçimdeki en önemli faktörlerden birisi ise lezzete aldanılmaması gerektiğidir. Tabii sağlıklı beslenme düşünülünce akla lezzetsiz yiyecekler de gelmemelidir, insanlarda oluşan bu ön yargı bilinçlendirilerek kırılmalıdır. Gıda tercihlerinde, sağlıklı yiyecekleri karşılama güçlüğü, çevresel faktörler gibi birçok çeşitli etkenler vardır.

Bu çalışmanın amacı, Türkiye'de organik gıda tüketicilerinin bilinç düzeyini, bilgi düzeyini ve bu ürünlerin tüketimini etkileyen faktörler arasında sağlıklı beslenme takıntısına olan eğilimi belirlemektir. Bu çalışma kişilerin organik gıda tüketimi tercihlerinde sağlıklı beslenmeye yaklaşımlarını, yeme davranışlarının doğal ürün tüketimini nasıl etkilediğini ve patolojik bir saplantı olan ortoreksiya nervoza eğilimli kişiler ile bağlantısı olup olmadığını görmeyi hedeflemiştir. Yazında belirlenen değişkenlerle ilgili yapılan çalışmaların yeterli olmaması bu araştırmanın temel dayanağını oluşturmuştur. Ulaşılabilecek bulgularla, sağlıklı beslenme takıntısı yaşayan bireylerin yaşam kalitelerini arttırmalarına katkı sağlayacağı düşünülen önerilerde bulunulacağı değerlendirilmiştir. Aynı zamanda, organik gıda üretimi yapan sektöre ve bu alanda yapılacak sonraki bilimsel çalışmalara katkı sağlanabilecek sonuçlara ulaşılması hedeflenmiştir.

2. Kavramsal Çerçeve

2.1. Organik Gıda Tüketim Davranışları

Organik tarım ve üretim sistemi, sanayileşmiş tarıma alternatif olarak 1970'li yıllarda ortaya çıkmıştır. Organik tarım, doğal ve çevre dostu teknikler kullanan, üretim sırasında kimyasal ve sentetik kullanımları ortadan kaldıran bir tarım arayışı olarak tanımlanmaktadır (Hamzaoğlu, 2018). Gıda ve Tarım Örgütü (FAO=Food and Agriculture Organization) tanımına göre ise; dışarıdan eklenen tarımsal

girdilere dayalı bir üretimin yapılmasından ziyade bir ekosistem yönetimi olarak açıklanmaktadır (FAO, 2018). Nüfusun artışıyla beraber tüketimin artmasına bağlı olarak gıda üretimine ihtiyaç artmıştır ancak üretimdeki bu artış bilinen organik yöntemlerin dışında kalarak endüstriyel tarımın ivme kazanmasına neden olmuştur. Organik tarım arka planda kalmış ve tüketicilerin talebi ürün bolluğu ve düşük fiyatı gibi nedenlerle artmıştır. Nüfusun artması, oluşan ekonomik krizler ve kıtlıklar sonucunda tüketici daha düşük fiyatlı besinlere yönelmiştir. Bu durum tarım üreticilerinin organik gıda üretiminden uzaklaşmasına sebep olmuştur (Argyropoulos vd., 2013; Rana ve Paul, 2017). Organik tarım, biyolojik çeşitlilik, toprağın biyolojik aktivitesi dâhil olmak üzere tarımsal ekosistem sağlığını teşvik eden ve geliştiren bütüncül bir yönetim sistemidir. Hem sürdürülebilir hem de organik tarım benzer ilkelere sahiptir. Organik tarım, sürdürülebilir tarım uygulamalarında en çok bilinen ve uygulanan yöntemdir (FAO, 2018). Nüfusun artmasıyla beraber gıdalara olan ilgi de artış göstermiştir. Artışa bağlı ihtiyacı karşılayabilmek için tarım ürünlerinin üretiminde pestisitler, büyüme hormonları, yapay gübreler, katkı maddeleri gibi kimyasalların kullanımı da artış göstermiştir. Piyasada artan rekabetten dolayı insanlara daha fazla açıklama yaparak ürünler satılmaya başlanmıştır. Bunların ışığında eğitim hayatında, belgesellerde, televizyon programlarında insanlar bilgilendirilmeye başlanmıştır (Sirat, 2016). Dolayısıyla “organik” terimi gün geçtikçe daha fazla anlam ve önem kazanmaktadır (Özgen ve Yeşiloğlu, 2015).

Gıdalar insan organizmasında büyüme, onarım, üreme, enerji ve sağlık için gerekli olan karbonhidratları, proteinleri, yağları, vitaminleri ve lifleri sağlamaktadır. Bitkiler bu besinleri sudan, havadan, güneş veya topraktan üretmektedirler. Bu şartların ne kadar iyi olduğu çevresel ve genetik faktörlerin etkisi altındadır. Bu yüzden tarım bir gıdanın oluşabilmesi için yalnızca bir deyişkendir. Tüketilen gıdanın sağlığa daha faydalı veya hastalık önleyici olması için iyi tarım uygulamaları yapılması önemlidir (Magkos vd., 2003).

Organik gıda, gübreleme, herbisit, böcek ilacı, antibiyotik ve GDO gibi yapay kimyasallar içermeyen doğal gıda maddelerini kapsar. Ek olarak organik gıdalar, gıdalarda meydana gelen makro-mikro bozukluklar ve hasarlara yol açan ışınlamaya tabi tutulmaktadır. Bu nedenle organik gıda sağlıklı kabul edilir. Literatür, “doğal”, “yerel”, “taze” ve “saf” gibi birçok terimin organik gıdaya atıfta bulunmak için kullanıldığını göstermektedir. Organik tarım ile üretilen gıdalar her zaman sağlıklı bir seçenek olmuştur (Rana ve Paul, 2017; Akakçe ve Çam, 2019). 60 ülkede yürütülen ve 30.000 tüketicinin katıldığı Nielsen Küresel Sağlık ve Zindelik Anketi’nin (2015) sonuçlarına göre; en çok istenilen gıda özelliklerinin tazelik, doğallık ve minimum işleme tabi tutulması olduğunu ortaya koymaktadır (Roman vd., 2017).

Küresel olarak artan bir organik gıda trendi vardır. Organik gıdalar aynı zamanda “doğal”, “yerel”, “taze” ve “saf” olarak da algılanmaktadır. Tüketiciler organik yiyecekleri daha çok sağlık bilinci, kalite, güvenli olması ve çevre dostu olması kaynaklı tercih etmektedirler (Mutlu Çimitay, 2020). Organik gıdalardaki besin içeriği çalışmaları, organik tarım faaliyetinin bitki örtüsündeki farklılıklar nedeniyle değişmektedir. Aynı grup organik ürünün gıda içerikleri de çiftçiden çiftçiye ve yıldan yıla değişmektedir. Bunun yanı sıra, birden fazla çalışmanın incelemeleri neticesinde, organik ürün çeşitlerinin, aynı yiyeceklerin organik olmayan çeşitlerine göre daha fazla C vitamini, demir, magnezyum ve fosfor içeriği sağladığı bilinmektedir (Crinnion, 2010).

Son yıllarda sağlıklı beslenme sosyal bir eğilim olarak giderek daha fazla gelişmektedir. Google Trendler'e göre, “Nasıl sağlıklı beslenilir?” terimleri için yapılan aramaların sayısı son on altı yılda neredeyse üç katına çıkmıştır. Çeşitli popülasyonlar arasında sağlıklı beslenme eğiliminin popülaritesinin artmasının olası sonuçlarından biri, algılanan gıda kalitesi ile sorunlu bir meşguliyet geliştirme riskidir (Douma vd., 2021). Organik gıda tüketicilerinin özellikleri, satın alma isteklerindeki sebepleri, tüketicilerin kimler olduğu gibi faktörleri araştırmaya yönelim artmıştır (Eti İçli vd., 2019).

2.2. Ortoreksiya Nervoza

Son zamanlarda, sağlıklı beslenme durumunun insan sağlığına olan olumlu etkilerine dair farkındalık oldukça artmaktadır. Fakat sağlıklı gıdalara olan bu davranış biçiminin takıntı halinde olması kişinin sağlığını olumsuz etkilemekte, yaşam kalitesini bozmaktadır. Obezitenin gittikçe artması, özellikle ABD’de bunu önlemek için yapılan çalışmaların yaygınlaşması ve sağlıklı yaşama dikkat çekilmesi bireylerde sağlıklı beslenme takıntısının başlamasına neden olmaktadır. Ortoreksiya nervoza, biyolojik yönden saf ve sağlıklı gıdaların tüketilmesi ile ilgili patolojik bir saplantı olarak açıklanmaktadır (Gezer ve Kabaran, 2013). Ortoreksiya nervoza, diğer bir isimle “sağlıklı beslenme takıntısı”, son zamanlarda dünyadaki pek çok klinik tedavi uzmanının araştırma konusu olmuştur

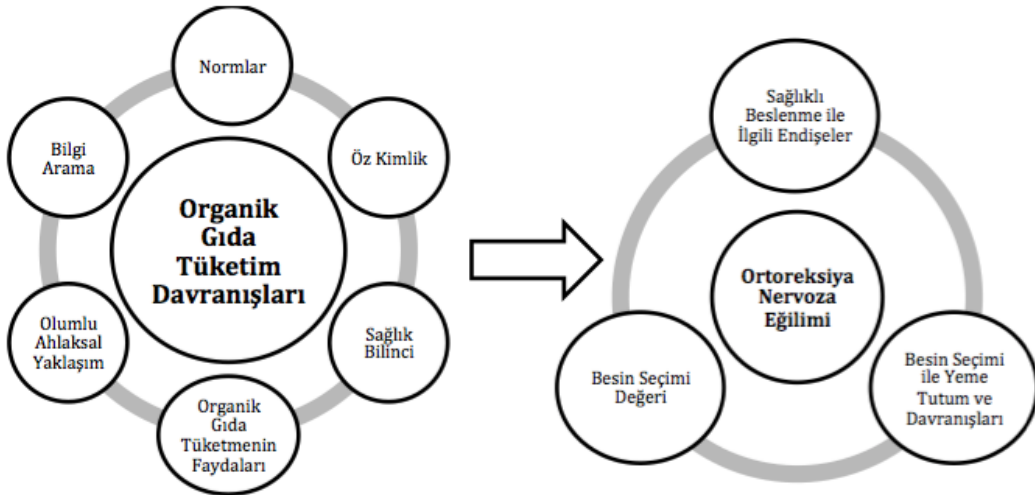
(Mathieu, 2005). ABD'deki 217 yetişkinle gerçekleştirilen çalışmada, erkeklerin kadınlardan daha yüksek ortoreksiya semptomlarına sahip olduğu saptanmıştır. Ortoreksiyanın stres veya olumsuz duygularla ilişkisi olmadığı ancak, daha yüksek refah düzeyine sahip olmakla ilişkili olduğu bulunmuştur (Stutts, 2020). “Sağlıklı beslenme” 21. yüzyılda sağlıkla ilgili bir sorun akla geldiğinde en çok vurgulanan konulardan biridir (Bağcı Bosi vd., 2007; Fidan vd., 2010). Günümüzde besinler doğal ve doğal olmayan şekilde sınıflandırılmakta, her yerde doğal gıda satan dükkânlar bulunmaktadır. Her gün medyada çevresel kirlilik ve gıdaların sağlık üzerindeki koruyucu etkisi hakkında çeşitli haberler görülmektedir (Fidan vd., 2010).

Sağlıklı beslenme takıntısı olan kişilerde çok rastlanan durumlardan birisi de belirli bir besin grubunu öne çıkarma ve o besin grubuna duyulan hassasiyet şeklinde tanımlanmaktadır. Gündemde özellikle televizyon programları ve medya araçlarında sağlıklı beslenme önerileri, organik beslenme, temiz gıdaya ulaşma, sağlıklı yemek yapma, sebze ve meyvelerin önemi gibi unsurlar vurgulanmaktadır (Acar Tek ve Karaçil Ermumcu, 2016). Kilo kaybetme rejiminden önce kişilerde sadece “saf” gıdaların yenilmesiyle ilgili aşırıya kaçan bir davranış biçimi görülmektedir. Bu davranış biçimi, sadece çiğ sebzelerle beslenme ve öğle yemeklerini tek bir renkte yeme konusunda ısrar etmeye kadar varabilmektedir (Mac Evilly, 2001).

3. Araştırmanın Metodolojisi

3.1. Araştırmanın Modeli

Araştırmanın modeli, yapılan literatür taraması sonucunda, araştırmalarda kullanılan değişkenler temel alınarak oluşturulmuştur. Literatür taraması sonucunda, araştırmanın amacına uygun olarak oluşturulan model Şekil 1’de gösterilmiştir.



Şekil 1. Araştırmanın Modeli

3.2. Araştırmanın Hipotezleri

Araştırma modeli doğrultusunda geliştirilen hipotezler aşağıda gösterilmiştir;

H₁: Normlar boyutu sağlıklı beslenmeyle ilgili endişeler boyutunu negatif yönde etkiler.

H₂: Sağlık bilinci boyutu sağlıklı beslenmeyle ilgili endişeler boyutunu negatif yönde etkiler.

H₃: Öz kimlik boyutu sağlıklı beslenmeyle ilgili endişeler boyutunu negatif yönde etkiler.

H₄: Organik gıda tüketmenin faydaları boyutu sağlıklı beslenmeyle ilgili endişeler boyutunu negatif yönde etkiler.

H₅: Olumlu ahlaksal yaklaşım boyutu sağlıklı beslenmeyle ilgili endişeler boyutunu negatif yönde etkiler.

H₆: Bilgi arama boyutu sağlıklı beslenmeyle ilgili endişeler boyutunu negatif yönde etkiler.

H₇: Normlar boyutu besim seçimi ile yeme tutumu ve davranışları boyutunu negatif yönde etkiler.

H₈: Sağlık bilinci boyutu besim seçimi ile yeme tutumu ve davranışları boyutunu negatif yönde etkiler.

- H₉:** Öz kimlik boyutu besim seçimi ile yeme tutumu ve davranışları boyutunu negatif yönde etkiler.
H₁₀: Organik gıda tüketmenin faydaları boyutu besim seçimi ile yeme tutumu ve davranışları boyutunu negatif yönde etkiler.
H₁₁: Olumlu ahlaksal yaklaşım boyutu besim seçimi ile yeme tutumu ve davranışları boyutunu negatif yönde etkiler.
H₁₂: Bilgi arama boyutu besim seçimi ile yeme tutumu ve davranışları boyutunu negatif yönde etkiler.
H₁₃: Normlar boyutu besin seçimi değeri boyutunu negatif yönde etkiler.
H₁₄: Sağlık bilinci boyutu besin seçimi değeri boyutunu negatif yönde etkiler.
H₁₅: Öz kimlik boyutu besin seçimi değeri boyutunu negatif yönde etkiler.
H₁₆: Organik gıda tüketmenin faydaları boyutu besin seçimi değeri boyutunu negatif yönde etkiler.
H₁₇: Olumlu ahlaksal yaklaşım boyutu besin seçimi değeri boyutunu negatif yönde etkiler.
H₁₈: Bilgi arama boyutu besin seçimi değeri boyutunu negatif yönde etkiler.

3.3. Araştırmanın Değişkenleri

Organik gıda tüketim davranışlarını ölçmek için Eti İçli vd. (2019)'nin çalışmalarından alınan "Organik Gıda Tüketim Ölçeği (OFC=Organic Food Consumption Scale)" kullanılmıştır. Ölçek 6 boyut ve 18 ifadeden oluşmaktadır. Normlar ve organik gıda tüketmenin faydaları boyutları için 4, sağlık bilinci ve öz kimlik boyutları için 3, olumlu ahlaksal yaklaşım ve bilgi arama boyutları içinde de 2 ifade kullanılmıştır. Organik gıda tüketim davranışlarına yönelik tüketici algıları 5'li Likert (1=Kesinlikle Katılmıyorum, 2=Katılmıyorum, 3=Kararsızım, 4=Katılıyorum, 5=Kesinlikle Katılıyorum) ölçeği kullanılarak ölçülmüştür.

Sağlıklı beslenme takıntısını ölçmek için Bratman ve Knight (2000) ve Donini vd. (2004) tarafından geliştirilen uyarlaması Arusoğlu vd. (2008) tarafından yapılan "Ortoreksiya Nervoza Eğilimi (ORTO-15)" ölçeği kullanılmıştır. Ölçek 3 boyut ve 15 ifadeden oluşmaktadır. Besin seçimi ile yeme tutum ve davranışları ile besin seçimi değeri boyutları için 4, sağlıklı beslenmeyle ilgili endişeler boyutu için de 7 ifade kullanılmıştır. Sağlıklı beslenme takıntısına yönelik tüketici algıları 4'lü Likert (1=Hiçbir Zaman, 2=Bazen, 3=Sık sık, 4=Her Zaman) ölçeği kullanılarak ölçülmüştür.

3.4. Örneklem Süreci

Araştırmanın evreni Ankara'da ikamet eden organik gıda satın alan tüketicilerdir. Evrendeki tüketici sayılarını ve tüketicilerin iletişim bilgilerini belirleme imkânı olmadığı için örneklem çerçevesi oluşturulamamıştır. Gerekli örneklem büyüklüğünü tespit edebilmek için Barlett vd. (2011: 46)'in çalışmasından alınan "Nicel Değişkenli Araştırmalar İçin Örneklem Hesaplama Formülü" kullanılmıştır. Örnek büyüklüğü %95 güven düzeyinde 384 olarak hesaplanmıştır.

3.5. Veri Toplama Yöntemi

Araştırmada veri toplama yöntemi olarak, kapalı uçlu soruların yer aldığı ve soruların önceden hazırlandığı anket yöntemi kullanılmıştır. Anket üç bölümden ve 42 ifadeden oluşturulmuştur. Birinci bölümde demografik bilgileri ölçen 9, ikinci bölümde organik gıda tüketim davranışlarını ölçen 18, üçüncü bölümde de sağlıklı beslenme takıntısını ölçen 15 ifade yer almıştır.

Araştırma için veriler toplanmadan önce; ankete son şeklini verebilmek, soruların açıklığını ve anlaşılabilirliğini test etmek amacıyla 50 kişiye pilot uygulama yapılmıştır. Pilot uygulama sonuçlarına göre ölçekte bir problem olmadığı tespit edilmiştir. Pilot uygulama sonuçlarıyla birlikte kullanılabilir 502 denek verisi elde edilmiştir. Örneklem çerçevesinin oluşturulamamış olması nedeniyle deneklere olasılığa dayalı olmayan örneklem tekniklerinden kolayda örneklem ile ulaşılmıştır. Araştırma verileri 1 Aralık 2020 – 20 Ocak 2021 tarihleri arasında toplanmıştır.

4. Araştırmanın Bulguları

4.1. Katılımcıların Demografik Özellikleri

Tablo 1'de katılımcıların demografik özellikleri gösterilmiştir.

Tablo 1. Katılımcıların Demografik Özellikleri

Demografik Özellikler		Frekans	Yüzde	Demografik Özellikler		Frekans	Yüzde
Cinsiyet	Kadın	317	63,1	Medeni Durumu	Evli	284	56,6
	Erkek	185	36,9		Bekar	218	43,4
	Toplam	502	100,0		Toplam	502	100,0
Yaş	18 - 25	93	18,5	Gelir	2.500 TL ve altı	96	19,1
	26 - 35	219	43,6		2.501 – 5.000 TL	150	29,9
	36 - 45	91	18,1		5.001 – 7.500 TL	96	19,1
	46 - 55	50	10,0		7.501 – 10.000 TL	65	12,9
	56 ve üzeri	49	9,8		10.001 TL ve üstü	95	18,9
	Toplam	502	100,0		Toplam	502	100,0
Eğitim	İlköğretim	11	2,2	Ailedeki Kişi Sayısı	1	17	3,4
	Lise	64	12,7		2	109	21,7
	Yüksekokul	42	8,4		3	165	32,9
	Lisans	240	47,8		4	153	30,5
	Lisansüstü	145	28,9		5 ve üzeri	58	11,6
	Toplam	502	100,0		Total	502	100,0

Katılımcıların; %63,1'i kadın (N=317) ve %36,9'u erkek (N=185), %56,6'sı evli (N=284) ve %43,4'ü bekarıdır (N=218). Katılımcıların; %43,6'sı 26-35 yaş aralığında (N=219); %47,8'i lisans mezunu (N=240), %29,9'u 2.501-5.000 TL gelir aralığındadır (N=150). Katılımcıların %32,9'u 3 kişilik bir ailede yaşamaktadır (N=165).

Araştırmaya katılan tüketicilerin %59'u haftada birden fazla (N=296), %13,7'si haftada bir kez (N=69), %16,3'ü ayda 2-3 kez (N=82), %5,2'si aydan birden daha az (N=26) ve %5,8'i birkaç ayda bir (N=29) organik gıda satın almaktadır.

Araştırmaya katılan tüketicilerin %15,5'i süpermarketlerden (N=78), %11'i semt/halk pazarından (N=55), %7,6'sı çiftlik/bahçeden (N=38), %4,8'i özelleşmiş dükkanlardan (manav, kasap, şarküteri, fırın vb.) (N=24) organik gıda satın almaktadır.

Katılımcıların organik gıda satıcılarından en sık satın aldıkları besinler; %68,8 oranla kahvaltılık ürünler (N=344), %66,4 oranla süt ve süt ürünleri (N=332) ve %60,8 oranla taze ya da kurutulmuş sebze/meyvedir (N=304). Tüketicilerin en az satın almayı tercih ettikleri ürünler; %4,8 oranla özel beslenme (glütensiz, laktozsuz, vegan ürünler) ürünleri (N=24) ve %9,8 oranla bebek-çocuk ürünleridir (N=49).

4.2. Ölçeklerin Geçerlik ve Güvenirlik Analizleri

İfadelerin faktör yükleri ile yapıların açıklanan ortalama varyans (AVE=Average Variance Extracted) katsayılarıyla birleşme geçerliliği test edilmiştir. Cronbach's Alfa ve birleşik güvenilirlik (CR=Composite Reliability) katsayılarıyla da iç tutarlık güvenilirliği araştırılmıştır. Eşik değerler, faktör yükleri için $\geq 0,70$; AVE katsayısı için $\geq 0,50$; Cronbach's Alfa ve CR için $\geq 0,70$ olarak kullanılmıştır. (Cohen, 1988; Hair vd., 2006; Hair vd., 2017).

Hair vd. (2017)'ne göre faktör yükleri $\geq 0,70$ olmalıdır. Yazarlar, faktör yükü 0,40'ın altında ifadenin ölçüm modelinden çıkarılmasını, faktör yükü 0,40 ile 0,70 arasında olan ifadenin ise ait olduğu değişkenin AVE ve CR katsayılarının kontrol edilmesini önermektedir. AVE ve CR katsayıları eşit değere ulaşmışsa ifadenin modelde kalmasını, eşik değer yakalanamamışsa ise modelden çıkarılması gerektiğini belirtmişlerdir.

Ölçüm modelinde faktör yükü 0,40'ın altında olan sağlıklı beslenmeyle ilgili endişeler boyutunun 1 ile 13 numaralı; besin seçimi değeri boyutunun da 15 numaralı ifadeleri ölçüm modelinden çıkartılmıştır.

Organik Gıda Tüketim Davranışlarının Ortoreksiya Nervoza Eğilimi Üzerindeki Etkileri

Ölçüm modelinde faktör yükü 0,40 ile 0,70 arasında hesaplanan sağlıklı beslenmeyle ilgili endişeler boyutunun 3 ve 11 numaralı; besin seçimi ile yeme tutumu ve davranışları boyutunun 5 ve 9 numaralı; besin seçimi değeri boyutunun da 7 numaralı ifadeleri değişkenlerin AVE değerlerinin eşik değerin altında hesaplanmış olması nedeniyle ölçüm modelinden çıkartılmıştır.

Yapılan modifikasyonlardan sonra hesaplanan ölçüm modeli sonuçları Tablo 2’de sunulmuştur. Tablodaki sonuçlara göre, araştırmada kullanılan ölçeklerin Cronbach’s Alpha katsayıları 0,716 ile 0,873 arasında gerçekleşmiştir. CR katsayıları da 0,735 ile 0,934 arasında hesaplanmıştır. Bu bulgulara göre kullanılan ölçeklerin iç tutarlık güvenilirliğinin sağlandığı anlaşılmıştır. Ölçek ifadelerinin faktör yüklerinin 0,523 ile 0,964 arasında; AVE değerlerinin de 0,505 ile 0,876 arasında olduğu Tablo 2’de görülmektedir. Dolayısıyla birleşme geçerliliği için gerekli ölçütlere ulaşılmıştır.

Tablo 2. Ölçüm Modeli Sonuçları

Ölçek/ Boyutlar	İfade Kodu	İfade Faktör Yükü	Cronbach’s Alfa	CR	AVE	
Organik Gıda Tüketim Davranışları	Normlar	OGT1	0,745	0,818	0,876	0,639
		OGT2	0,830			
		OGT3	0,882			
		OGT4	0,732			
	Sağlık Bilinci	OGT5	0,769	0,780	0,871	0,694
		OGT6	0,881			
		OGT7	0,845			
	Öz Kimlik	OGT8	0,811	0,791	0,877	0,704
		OGT9	0,887			
		OGT10	0,818			
	Organik Gıda Tüketmenin Faydaları	OGT11	0,878	0,873	0,914	0,727
		OGT12	0,757			
		OGT13	0,916			
		OGT14	0,850			
	Olumlu Ahlâksal Yaklaşım	OGT15	0,908	0,800	0,909	0,833
		OGT16	0,918			
	Bilgi Arama	OGT17	0,939	0,858	0,934	0,876
		OGT18	0,932			
Sağlıklı Beslenme Takıntısı	Sağlıklı Beslenmeyle İlgili Endişeler	ORTO4	0,751	0,716	0,753	0,505
		ORTO10	0,718			
		ORTO12	0,660			
	Besin Seçimi ile Yeme Tutum ve Davranışları	ORTO2	0,523	0,733	0,735	0,601
		ORTO8	0,964			
	Besin Seçimi Değeri	ORTO6	0,755	0,823	0,871	0,506
		ORTO14	0,664			

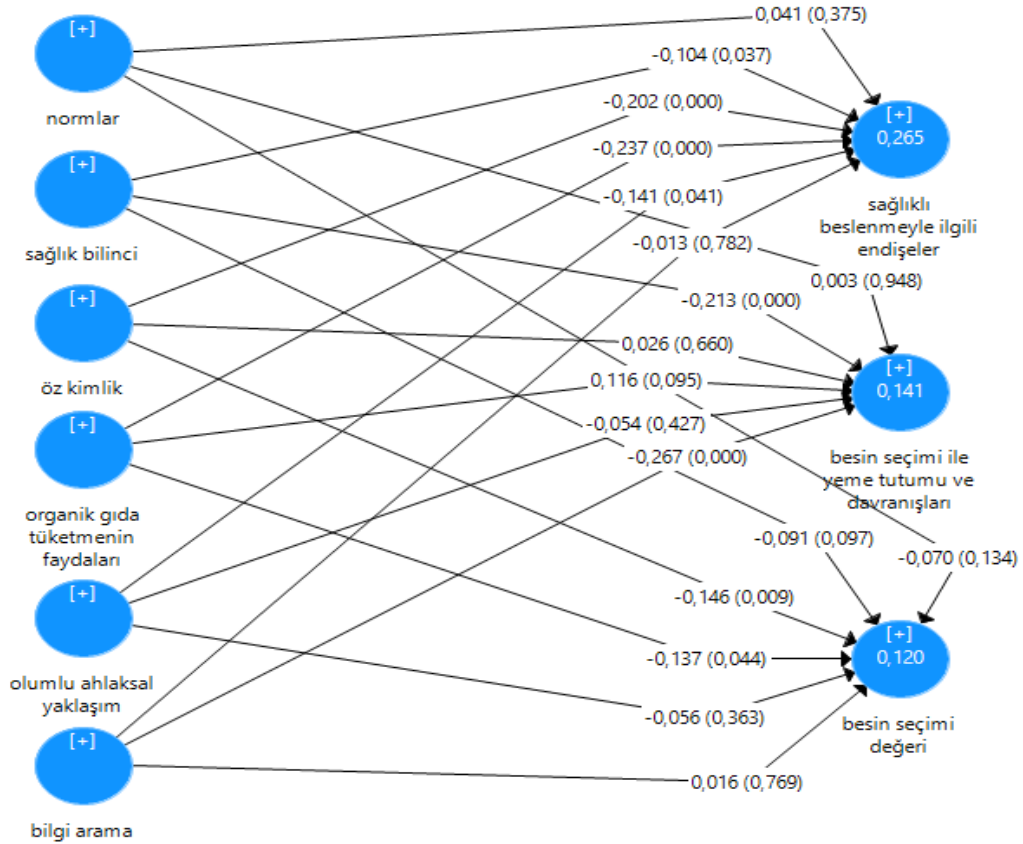
Kullanılan ölçeklerin ayrışma geçerliliği Fornell ve Larcker (1981)’in önerdiği yöntemle test edilmiştir. Test sonuçları Tablo 3’te sunulmuştur. Tablodaki parantez içindeki değerler ölçeklere ait AVE karekök değerleridir. AVE karekök değerleri kendi satır ve sütündeki korelasyon katsayılarından yüksek olduğu için ölçeklerin ayrışma geçerliliğine sahip olduğu anlaşılmıştır.

Tablo 3.Ayrışma Geçerliği Sonuçları

	1	2	3	4	5	6	7	8	9
Besin Seçimi Değeri	(0,711)								
Besin Seçimi ile Yeme Tutumu ve Davranışları	0,002	(0,775)							
Bilgi Arama	-0,168	-0,327	(0,936)						
Normlar	-0,186	-0,107	0,249	(0,799)					
Olumlu Ahlaksal Yaklaşım	-0,246	-0,144	0,423	0,256	(0,913)				
Organik Gıda Tüketmenin Faydaları	-0,267	-0,109	0,420	0,279	0,736	(0,852)			
Sağlık Bilinci	-0,241	-0,293	0,444	0,322	0,337	0,384	(0,833)		
Sağlıklı Beslenmeyle İlgili Endişeler	0,354	0,123	-0,265	-0,148	-0,412	-0,436	-0,323	(0,711)	
Öz Kimlik	-0,257	-0,125	0,279	0,245	0,328	0,297	0,439	-0,356	(0,839)

4.3. Yapısal Eşitlik Modelinin Test Edilmesi ve Bulgular

Şekil 2’de araştırma hipotezlerinin test edildiği yapısal eşitlik modeli gösterilmiştir.



Şekil 2. Hipotez Testi İçin Kullanılan Yapısal Model

Model testi SmartPLS programının 3.3.3 numaralı versiyonu kullanılarak yapılmıştır. Yöntem olarak, kısmi en küçük kareler yol analizi (PLS-SEM) tercih edilmiştir (Ringle vd., 2015; Yıldız,

2021). SmartPLS proqramının PLS algoritması kullanılarak VIF (Variance Inflation Factor), R^2 ve Q^2 katsayıları hesaplanmıştır. Hesaplanan katsayılar Tablo 4'te gösterilmiştir.

Tablo 4. Araştırma Modeli Katsayıları

Değişkenler		VIF	R^2	Q^2
Normlar	Sağlıklı Beslenmeyle İlgili Endişeler	1,171	0,265	0,120
Sağlık Bilinci		1,531		
Öz Kimlik		1,309		
Organik Gıda Tüketmenin Faydaları		2,327		
Olumlu Ahlâksal Yaklaşım		2,307		
Bilgi Arama		1,416		
Normlar	Besin Seçimi ile Yeme Tutumu ve Davranışları	1,171	0,141	0,062
Sağlık Bilinci		1,531		
Öz Kimlik		1,309		
Organik Gıda Tüketmenin Faydaları		2,327		
Olumlu Ahlâksal Yaklaşım		2,307		
Bilgi Arama		1,416		
Normlar	Besin Seçimi Değeri	1,171	0,120	0,039
Sağlık Bilinci		1,531		
Öz Kimlik		1,309		
Organik Gıda Tüketmenin Faydaları		2,327		
Olumlu Ahlâksal Yaklaşım		2,307		
Bilgi Arama		1,416		

Hair vd. (2017)'ne göre VIF katsayıları 5'in altında hesaplandığı durumlarda kullanılan ölçeklerin arasında doğrusallık problemi olmadığı belirtilmektedir. Tablodaki VIF katsayıları 5'in altında olduğu için kullanılan ölçekler arasında doğrusallık olmadığı ifade edilebilir.

Tablodaki açıklanma oranlarına (R^2) göre, sağlıklı beslenmeyle ilgili endişeler boyutunun %27, besin seçimi ile yeme tutumu ve davranışları boyutunun %14 ve besin seçimi değeri boyutunun da %12 oranında açıklandığı gözlemlenmiştir.

Hair vd. (2017)'ne göre tahmin gücü katsayısı (Q^2) sıfırdan büyük olarak gerçekleşirse kurulan model endojen değişkenler için tahmin gücüne sahiptir. Tablodaki Q^2 katsayıları sıfırdan büyük olduğu için test edilen modelde egzogen değişkenlerin endojen değişkenlere yönelik tahmin gücü olduğu ifade edilebilir.

Hipotez testleri için SmartPLS programı ile yeniden örnekleme yapılarak t değerleri hesaplanmıştır. Yeniden örnekleme için 5.000 alt örnekleme kullanılmıştır. Sonuçlar Tablo 5'te verilmiştir.

Tablo 5. Yol Testi Katsayıları

Değişkenler		β	Standart Sapma	t değeri	p değeri
Normlar	Sağlıklı Beslenmeyle İlgili Endişeler	0,041	0,046	0,896	0,375
Sağlık Bilinci		-0,104	0,050	2,092	0,037
Öz Kimlik		-0,202	0,054	3,752	0,000
Organik Gıda Tüketmenin Faydaları		-0,237	0,063	3,737	0,000
Olumlu Ahlâksal Yaklaşım		-0,141	0,068	2,067	0,041

Değişkenler		β	Standart Sapma	t değeri	p değeri
Bilgi Arama		-0,013	0,048	0,278	0,782
Normlar	Besin Seçimi ile Yeme Tutumu ve Davranışları	0,003	0,052	0,066	0,948
Sağlık Bilinci		-0,213	0,059	3,628	0,000
Öz Kimlik		0,026	0,057	0,449	0,660
Organik Gıda Tüketmenin Faydaları		0,116	0,069	1,684	0,095
Olumlu Ahlâksal Yaklaşım		-0,054	0,068	0,796	0,427
Bilgi Arama		-0,267	0,060	4,442	0,000
Normlar	Besin Seçimi Değeri	-0,070	0,046	1,523	0,134
Sağlık Bilinci		-0,091	0,055	1,654	0,097
Öz Kimlik		-0,145	0,054	2,674	0,009
Organik Gıda Tüketmenin Faydaları		-0,137	0,068	2,006	0,044
Olumlu Ahlâksal Yaklaşım		-0,056	0,061	0,915	0,363
Bilgi Arama		0,016	0,055	0,290	0,769

Tablodaki etkiler incelendiğinde;

- Sağlıklı beslenmeyle ilgili endişeler boyutu üzerinde; sağlık bilinci ($\beta=-0,104$; $p<0,05$), öz kimlik ($\beta=-0,202$; $p<0,01$), organik gıda tüketmenin faydaları ($\beta=-0,237$; $p<0,01$) ve olumlu ahlâksal yaklaşım ($\beta=-0,141$; $p<0,05$) boyutlarının,
- Besin seçimi ile yeme tutumu ve davranışları boyutu üzerinde; sağlık bilinci ($\beta=-0,213$; $p<0,01$) ve bilgi arama ($\beta=-0,267$; $p<0,01$) boyutlarının,
- Besin seçimi değeri boyutu üzerinde de öz kimlik ($\beta=-0,145$; $p<0,01$) ve organik gıda tüketmenin faydaları ($\beta=-0,137$; $p<0,05$) boyutlarının,

anlamli etkileri olduğu tespit edilmiştir.

Anlamli etkilerin yanında;

- Sağlıklı beslenmeyle ilgili endişeler boyutu üzerinde normlar ve bilgi arama boyutları,
- Besin seçimi ile yeme tutumu ve davranışları boyutu üzerinde; normlar, öz kimlik, organik gıda tüketmenin faydaları ve olumlu ahlâksal yaklaşım boyutları,
- Besin seçimi değeri boyutu üzerinde de normlar, sağlık bilinci, olumlu ahlâksal yaklaşım ve bilgi arama boyutlarının,

etkilerinin istatistiksel açıdan anlamli olmadığı ($p>0,05$) gözlemlenmiştir. Elde edilen bulgular doğrultusunda araştırmanın; 2, 3, 4, 5, 8, 12, 15 ve 16 numaralı hipotezleri desteklenmiş, 1, 6, 7, 9, 10, 11, 13, 14, 17 ve 18 numaralı hipotezleri ise desteklenmemiştir.

5. Sonuç

Organik gıda tüketim davranışlarının; sağlık bilinci, öz kimlik, organik gıda tüketmenin faydaları ve olumlu ahlâksal yaklaşım boyutlarının ortoreksiya nervoza eğiliminin sağlıklı beslenme ile ilgili endişeler boyutu üzerinde negatif yönde etkileri olduğu araştırma sonuçlarına göre tespit edilmiştir. Tüketicilerin, sağlık bilinci, öz kimlik, organik gıda tüketmenin faydaları ve olumlu ahlâksal yaklaşımlarına yönelik tutumlarının artması sonucunda ortoreksiya nervoza eğilimlerinin azalacağı görülmektedir. Etki tespit edilen boyutlar ayrı ayrı incelendiğinde;

- Sağlık bilinci boyutu için; tüketicilerin sağlık durumlarını takip etmeleri, sağlıklarında meydana gelen değişmelerin farkında olmaları ve sağlıklarına özen göstermeleri sağlıklı beslenmeyle ilgili endişeleri ters yönlü olarak etkilemektedir. Bu bulgular ışığında tüketicilerin sağlık bilinci konusundaki farkındalıklarını arttırmak sağlıklı beslenme takıntısıyla mücadele için çok daha rasyonel bir yol olacağı öngörülebilir.

- Öz kimlik boyutu için; kişilerin tükettikleri gıdaların çevre dostu ürünler olup olmadıklarından, sağlıkla ilgili sonuçlarından ve güvenilirliklerinden endişe duymaları sağlıklı beslenmeyle ilgili endişeleri negatif yönde etkilediği görülmektedir. Tüketicilerin duyarlılık seviyelerinin artması sonucunda sağlıklı beslenme takıntısı ile daha kolay mücadele edilebileceği ifade edilebilir.
- Organik gıda tüketmenin faydaları boyutu için; tüketicilerin kendileri için aldıkları organik gıdaların yararlı ve lezzetli olması, kendilerini iyi ve değerli hissetmeleri ne kadar olumlu yönde olursa sağlıklı beslenmeyle ilgili endişeler o kadar düşük olacağını göstermektedir. Kişilerin organik gıdaların faydaları üzerine yoğunlaşmaları, sağlıklı beslenme takıntılarından uzaklaştıklarını düşündürmüştür. Organik gıda tüketiminin sağlığa olan faydasını değerlendiren bir çalışmada da organik gıda tüketiminin sağlığa etkisi incelenmiştir. 623080 orta yaşlı İngiliz kadın üzerinde kanser vakası ve organik gıda tüketimi arasındaki ilişkiye bakılmıştır. Kadınlara, asla, bazen, genellikle ve her zaman gibi seçimli cevabı olan “Organik ürün yiyor musunuz?” sorusu sorulmuştur. Organik gıda tüketiminde genellikle ve her zaman seçeneklerini tercih eden kadınlar, hiç organik gıda tüketmediğini bildiren kadınlara göre daha sağlıklı beslenme ve yaşam tarzı alışkanlıklarına sahip oldukları bulunmuştur. Sonuç olarak organik gıda tüketimiyle kanser görülme olasılığı arasında sınırlı bir düzeyde azalmanın olduğu veya hiç azalmadığı görülmüştür (Bradbury vd., 2014). Organik gıdalar ile beslenmenin sağlığa olumlu faydasının olduğuna dair net kanıtlar yoktur. Ancak organik tarım ile yetiştirilen ürünlerin birçok vitamin ve mineral açısından zengin olduğu, antioksidanları daha fazla içerdiği bilinmektedir.
- Olumlu ahlaksal yaklaşım boyutu için; tüketicilerin alışlagelmiş gıda ürünlerinden ziyade organik ürünleri tercih etmeleri hem kendilerine hem de ailelerine iyi baktıkları hissini kuvvetli olması durumu sağlıklı beslenmeyle ilgili endişeleri azaltacak yönde bir etkiye sahiptir.

Organik gıda tüketim davranışlarının; sağlık bilinci ve bilgi arama boyutlarının ortoreksiya nervoza eğiliminin besin seçimi ile yeme tutumu ve davranışları boyutu üzerindeki negatif etkileri gözlemlenmiştir. Tüketicilerin sağlık bilinci ve bilgi aramalarına yönelik tutumlarının artması sonucunda sağlıklı beslenme takıntısının azalacağı söylenebilir. Etki gözlemlenen boyutlar ayrı ayrı incelendiğinde;

- Sağlık bilinci boyutu için; tüketicilerin kendi sağlıkları hakkındaki bilgi seviyelerinin yüksek olması, sağlıklarını takip etmeleri ve sağlıklarına özen göstermeleri ne kadar yüksek seviyede olursa besin seçimi konusundaki kararsızlıklarının o kadar düşük seviyede olacağı ifade edilebilir. Elde edilen sonuca göre, tüketicilerin sağlık bilincinin artmasıyla ortoreksiya nervoza eğiliminin azalacağı söylenebilir.
- Bilgi arama boyutu için; organik gıdaların nasıl pişirildiğinin veya nasıl saklanması gerektiğinin tüketiciler tarafından bilinmesiyle besin seçimi ile yeme tutum ve davranışlarına yönelik daha doğru kararlar alınabileceği belirtilebilir.

Elde edilen diğer bir bulgu da organik gıda tüketim davranışlarının öz kimlik ve organik gıda tüketmenin faydaları boyutlarının ortoreksiya nervoza eğiliminin besin seçimi değeri boyutu üzerindeki negatif etkileridir. Bu sonucu destekleyen besin seçimi ile ilgili yapılan bir başka çalışmada ise, üniversite öğrencilerinde sağlık ve sağlıklı besin seçimleriyle daha fazla ilgilenen ve daha fazla kısıtlayıcı yeme davranışı gösteren beslenme bilimi öğrencilerinin, beslenme geçmişi olmayan öğrencilerinden daha yüksek ortoreksiya nervoza eğilimi gösterdiği saptanmıştır (Gleaves vd., 2013). Etki tespit edilen boyutlar ayrı ayrı incelendiğinde;

- Öz kimlik boyutu için; tüketiciler satın aldıkları gıdaların sağlıkla ilgili sonuçları, güvenilirlikleri ve çevre dostu olup olmadığı hakkında duydukları endişeleri arttıkça besin seçimi konusundaki eğilimlerinin düştüğü görülmüştür. Piyasada satılan ürünlerin sağlıksız olduğunu düşünmeleri veya sağlıklı diye daha pahalı ürünler almak istemeleri gibi takıntıların öz kimlik algılarının artmasıyla daha kolay önlenebileceği düşünülmektedir.
- Organik gıda tüketmenin faydaları boyutu için; tüketiciler satın aldıkları organik ürünlerin kendileri için yararlı, lezzetli, iyi olduğunu bilmeleri ve bununla birlikte kendilerini değerli hissetmeleri sonucunda besin seçimi konusundaki takıntıları ile daha kolay mücadele edebilecekleri söylenebilir.

Araştırma sonucunda desteklenen hipotezlerden çoğunun sağlıklı beslenmeyle ilgili endişelere yönelik olduğu görülmektedir. Bu durum da sağlıklı beslenme takıntısına olan eğilimin tüketicilerin günlük beslenmelerine duydukları endişe olarak ifade edilebilir. Sağlıkla ilgili endişelerin besin seçimini etkilemesi, sadece sağlıklı besinleri tüketmenin kişinin kendisine olan güvenini artırması ve hatta sağlıklı beslenmenin dış görünüşü etkileyeceğine yönelik algılar ortoreksiya nervoza eğiliminin artmasına neden olabilecek faktörler olarak ifade edilebilir.

Bu çalışmada, organik gıda tüketimine ilişkin davranışlar ve ortoreksiya nervoza eğilimi arasındaki ortak ilişkinin sağlık olduğu değerlendirilmiştir. Katılımcılar organik gıdaların sağlıklı olduğunu ve yüksek besin değeri içerdiğini düşünmektedirler. Fakat tüketicilerin organik gıdayı sadece sağlık için değil, çeşitli nedenlerle seçtiği de bilinmektedir.

Türkiye’de organik gıda pazarının her geçen gün genişlediği düşünülerek, bu nedenle satın alma niyetine neyin etki ettiğini bilmek pazarlamacılar için de çözüm üretmek açısından faydalı olacaktır. Organik gıda tüketim davranışlarında; organik gıda satın almak için hayvan refahı gibi başka nedenlerin de dâhil edilmesi, gelecekteki araştırmalar için ilgi çekici olabilir. Gelecekte yapılacak çalışmalarda, organik gıda tüketicilerinin bilgi düzeylerinin yorumlanabilmesi adına tüketicilerin gerçekten organik gıdalar hakkında doğru bilgiye sahip olup olmadıklarının ölçülmesi önerilmektedir.

Organik gıda tüketimine ilişkin birçok görüş vardır. Tüketiciler tarafından organik gıda tüketim davranışlarının çeşitli yorumları, organik gıda hakkında sayısız bakış açısı ve açıklama yaratmaktadır. Bu yüzden organik gıda tüketicilerinin tam olarak neden organik gıda satın aldıklarına dair net bir bilgi sahibi olmadığı söylenebilir ancak bu durum “yaşam tarzı” olarak açıklanabilir. Bu sebeple tüketim davranışlarının net sebeplerini belirlemeye yönelik tüketicilerden yoruma dayalı araştırmalar yapılabileceği değerlendirilmektedir.

Sonuç olarak yapılan çalışmada organik gıdaların tüketimine yönelik algı ve tutum arttıkça sağlıklı beslenme takıntısının azalabileceği ifade edilebilir. Bu durumu etkileyen en önemli tüketici davranışı ise sağlığa olumlu faydası olduğu düşüncesidir. Organik gıda tüketiminin sağlıklı olma haline olumlu etkisinin anlaşılabilmesi için daha kapsamlı araştırmalara ihtiyaç duyulmaktadır. Araştırmalarda organik gıdaların çeşidini artırarak ve üretim, tüketim zinciri göz önünde bulundurularak daha geniş kapsamlı çalışmalar yapılmasının literatüre ve ilgili sektöre katkı yapacağı değerlendirilmektedir.

Verilerin sadece Ankara ilinde toplanmış olması, deneklere kolayda örnekleme yöntemi ile ulaşılması ve derinlemesine bilgi elde etmeyen engel olan kapalı uçlu sorularla verilerin toplanması bu çalışmanın kısıtları olarak ifade edilebilir.

KAYNAKÇA

- Acar Tek, N. ve Karaçil Ermumcu, M. Ç. (2016). *Sağlık profesyonellerinde sağlıklı beslenme kaygısı: ortoreksiya nervoza (on)*. Gazi Sağlık Bilimleri Dergisi, 1(2), 59-71.
- Akakçe, N. ve Çam, F. N. (2019). *Bir gıda koruma yöntemi: ışınlama*. Çukurova Tarım ve Gıda Bilimleri Dergisi, 34(2), 207-221.
- Argyropoulos, C., Tsiadouli, M. A., Sgardelis, S. P. ve Pantis, J. D. (2013). *Organic farming without organic products*. Land Use Policy, 32, 324-328.
- Arusoğlu, G., Kabakçı, E., Köksal, G. ve Merdol, T. K. (2008). *Ortoreksiya Nervoza ve Orto-11'in Türkçeye Uyarlama Çalışması*. Türk Psikiyatri Dergisi, 19(3).
- Bağcı Bosi, A. T., Çamur, D. ve Güler Ç. (2007). *Prevalence of orthorexia nervosa in resident medical doctors in the faculty of medicine*. Appetite, 49, 661-666.
- Bartlett, J. E., Kotrlık, J. W. ve Higgins, C. C. (2001) *Organizational Research: Determining Appropriate Sample Size in Survey Research*. Information Technology, Learning, and Performance Journal, 19, 43-50.
- Bradbury, K. E., Balkwill, A., Spencer, E. A., Roddam, A. W., Reeves, G. K., Green, J., ve Pirie, K. (2014). *Organic food consumption and the incidence of cancer in a large prospective study of women in the United Kingdom*. British Journal of Cancer, 110(9), 2321-2326.
- Bratman, S. ve Knight, D. (2000). Health food junkies: overcoming the obsession with healthful

eating. Broadway Books.

- Chaki, B., Pal, S. ve Bandyopadhyay, A. (2013). *Exploring scientific legitimacy of orthorexia nervosa: a newly emerging eating disorder*. Journal of Human Sport and Exercise, 8(4), DOI: <https://doi.org/10.4100/jhse.2013.84.14>.
- Cohen, J. (1988). *Statistical Power Analysis For The Behavioral Sciences*. Lawrence Erlbaum, Mahwah, NJ.
- Crinnion, W. J. (2010). *Organic foods contain higher levels of certain nutrients, lower levels of pesticides, and may provide health benefits for the consumer*. Alternative Medicine Review, 15(1).
- Donini, L. M., Marsili, D., Graziani, M. P., Imbriale, M. ve Cannella, C. (2004). *Orthorexia nervosa: a preliminary study with a proposal for diagnosis and an attempt to measure the dimension of the phenomenon*. Eating and Weight Disorders-Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity, 9(2), 151-157.
- Douma, E. R., Valente, M. ve Syurina, E. V. (2021). *Developmental pathway of orthorexia nervosa: factors contributing to progression from healthy eating to excessive preoccupation with healthy eating*. Experiences of Dutch health professionals. Appetite, 158, 105008.
- Eti İçli, G., Anıl, N. K. ve Kılıç, B. (2019). *Organic Food Consumption Scale (OFC): Development and validation*. Pacific Business Review International, 11(9), 16-30.
- Fidan, T., Ertekin, V., Işıkyay, S. ve Kırpınar, I. (2010). *Prevalence of orthorexia among medical students in Erzurum, Turkey*. Comprehensive Psychiatry, 51(1), 49-54.
- Food and Agriculture Organization (FAO) (2018). *Organic agriculture: what is organic agriculture?*. <http://www.fao.org/organicag/oa-faq/oa-faq1/en/>, Erişim Tarihi: 19/03/2021.
- Fornell, C., Larcker, D. F. (1981). *Evaluating Structural Equation Models With Unobservable Variables And Measurement Error*. Journal of Marketing Research, 18 (1), 39-50.
- Gezer, C. ve Kabaran, S. (2013). *Beslenme ve diyetetik bölümü kız öğrencileri arasında görülen ortoreksiya nervosa riski*. SDÜ Sağlık Bilimleri Dergisi, 4(1), 14-22.
- Gleaves, D. H., Graham, E. C. ve Ambwani, S. (2013). *Measuring "orthorexia": Development of the Eating Habits Questionnaire*. The International Journal of Educational and Psychological Assessment, 12(2), 1-18.
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., Anderson, R. E. ve Tatham, R. L. (2006). *Multivariate Data Analysis*. Upper Saddle River, NJ: Pearson Prentice Hall.
- Hair, J. F., Hult, G. T. M., Ringle, C. M., Sarstedt, M. (2017). *Primer on Partial Least Square Structural Equations Modeling (PLS-SEM)*, (2nd Ed.), Sage, Thousand Oaks.
- Hamzaoğlu, N., M. (2018). *The development and constraints in the organic food market in Turkey*. Ph.D. Thesis. Galatasaray University, Istanbul.
- Mac Evilly, C. (2001). *The price of perfection*. Nutrition Bulletin, 26(4), 275-276.
- Magkos, F., Arvaniti, F. ve Zampelas, A. (2003). *Organic food: nutritious food or food for thought? A review of the evidence*. International Journal of Food Sciences and Nutrition, 54(5), 357-371.
- Mathieu, J. (2005). *What is orthorexia?* Journal of the American Dietetic Association, 105(10), 1510-1512.
- Mutlu Çimitay, M. Ö. (2020). *Natural nutrition trends in women, orthorexia nervosa and food neophobia*. Yüksek Lisans Tezi, Yeditepe Üniversitesi. İstanbul.
- Özgen, P. ve Yeşiloğlu H., (2015). *Organik gıda müşterilerinin tüketim davranışlarının yaşam tarzı değişkeni çerçevesinde incelenmesi*. Gazi Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi, 17(2), 197.
- Rana, J. ve Paul, J. (2017). *Consumer behavior and purchase intention for organic food: a review and research agenda*. Journal of Retailing and Consumer Services, 38, 157-165.

- Ringle, C.M., Wende, S., Becker, J.M. (2015), SmartPLS 3. www.smartpls.com.
- Roman, S., Sánchez-Siles, L. M. ve Siegrist, M. (2017). *The importance of food naturalness for consumers: results of a systematic review*. Trends in Food Science ve Technology, 67, 44-57.
- Segura-Garcia, C., Ramacciotti, C., Rania, M., Aloï, M., Caroleo, M., Bruni, A., ve De Fazio, P. (2015). The prevalence of orthorexia nervosa among eating disorder patients after treatment. Eating and Weight Disorders-Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity, 20(2), 161-166.
- Sirat, A. (2016). *Organik tahıl tarımı*. Yüzüncü Yıl Üniversitesi Tarım Bilimleri Dergisi, 26(3), 455-474.
- Stochel, M., Janas-Kozik, M., Zejda, J. E., Hyrnik, J., Jelonek, I. ve Siwiec, A. (2015). *Validation of ORTO-15 Questionnaire in the group of urban youth aged 15–21*. Psychiatr Poland, 49 (1), 119-134.
- Stutts, L. A. (2020). *It's complicated: The relationship between orthorexia and weight/shape concerns, eating behaviors, and mood*. Eating Behaviors, 39, 101444.
- Yıldız, E. (2021). SmartPLS ile Yapısal Eşitlik Modellemesi Reflektif ve Formatif Yapılar. 2. Baskı. Ankara: Seçkin Yayıncılık.