



Nisan/April 2025, Cilt/Volume: 15, Sayı/Issue: 1, ss. 78-88.

Başvuru/Submitted: 07.01.2025

Kabul/Accepted: 28.03.2025

Yayın/Published: 29.04.2025

DOI: 10.17828/yalovasosbil.1615131

Araştırma Makalesi/Research Article

<https://dergipark.org.tr/tr/pub/yalovasosbil>

Yetişkinler İçin Beslenme Bilgi Düzeyi Türkçe Formunun Ergenlerde Geçerlik ve Güvenirliğinin İncelenmesi

Özlem Yılmaz Demirel* - Beyza Erkoç** - Esma Özmaya***

Öz

Beslenme; yaşamsal faaliyetlerin sağlıklı bir biçimde devam edebilmesi için hayati önem taşımaktadır. Küçük yaşlardan itibaren kazanılan beslenme alışkanlıkları; bireyin yaşam boyu beslenme şekline doğrudan etki etmektedir. Bu bağlamda beslenmeye dair doğru bilgi ve alışkanlıkların kazanılması kritik bir öneme sahiptir. Ergenlik dönemi de bu kritik evrelerden biridir denilebilir. Bu verilerden hareketle; ilgili çalışma kapsamında yetişkinler için geliştirilmiş olan “Yetişkinler İçin Beslenme Bilgi Düzeyi Ölçeği”nin (YETBİD) ergen gruplarla da kullanılabilmesi amacıyla geçerlik güvenirlik çalışması yapılmıştır. Basit tesadüfi örnekleme yönteminin kullanıldığı çalışma kapsamında 2023-2024 eğitim öğretim yılında Karaman il merkezindeki resmi liselerde uygulama yapılmıştır. Araştırmaya ebeveynlerinden ve kendilerinden onay alınan 425 lise öğrencisi katılmıştır. Katılımcılara “Yetişkinler İçin Beslenme Bilgi Düzeyi (YETBİD)” uygulanmıştır. Verileri analiz etmek için SPSS 22 paket programı aracılığıyla; doğrulayıcı faktör analizi (CFA), standart hata, z ve p değerleri, t-testi, Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı, Pearson korelasyon analiz ve tek yönlü varyans analizi yapılmıştır. Çalışmadan elde edilen verilerin analizleri kapsamında YETBİD’in ergenler için kullanılabileceği ve literatürde yer alacağı sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Ergenler, Beslenme Bilgi Düzeyi, Ölçek, Ölçek Uyarlama, Geçerlik ve Güvenirlik.

Examining the Validity and Reliability of the Turkish Nutrition Knowledge Level Scale for Adults in Adolescents

* Dr. Öğr. Üyesi, Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi, Çocuk Gelişimi Bölümü, ozlemymzdemirel@gmail.com, 0000-0001-9999-1120

** Doç. Dr., Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi, Sosyal Hizmet, beyzahatipoglu@windowslive.com, 0000-0002-0035-6782

*** Dr. Öğr. Üyesi, Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi, Çocuk Gelişimi Bölümü, ozmayaesma@gmail.com, 0000-0003-0932-4012

Abstract

Nutrition is essential for maintaining healthy bodily functions. Eating habits acquired from an early age directly affect an individual's lifelong dietary habits. In this context, gaining correct knowledge and habits regarding nutrition is of critical importance. It can be said that adolescence is one of these critical stages. Within the scope of this study, a validity and reliability study was conducted to test whether the “Nutrition Knowledge Level Scale for Adults” (YETBİD), which was developed for adults, could also be used with adolescent groups. Within the scope of the study, in which the simple random sampling method was used, the application was carried out in public high schools in the city center of Karaman in the 2023-2024 academic year. 425 high school students, whose consent was obtained from their parents and students themselves participated in the research. “Nutrition Information Level for Adults (YETBİD)” was applied to the participants. To analyze the data, with the SPSS 22 package program; Confirmatory factor analysis (CFA), standard error, z and p values, t-test, Cronbach's alpha internal consistency coefficient, Pearson correlation analysis, and one-way analysis of variance were used. Within the scope of the analysis of the data obtained from the study, it was concluded that YETBİD can be used for adolescents and will be included in the literature.

Keywords: Adolescents, Nutrition Knowledge Level, Scale, Scale Adaptation, Validity and Reliability.

Giriş

Beslenme insanın anne karnından başlayarak hayati fonksiyonlarını yerine getirebilmesi için gerekli olan bir süreci içermektedir. Bu süreç içerisinde yaşlara göre beslenme düzeyleri ve alışkanlıkları da değişiklik gösterebilmektedir. Küçük yaşlardan itibaren kazanılan beslenme alışkanlıkları, hayat boyu devam eden sürece doğrudan etki etmektedir. Her yaş grubunun beslenme ihtiyaçları kendi özelinde farklılıklar göstermektedir. Beslenme açısından kritik olarak değerlendirilebilecek olan dönemlerden biri ergenlik dönemidir. Ergenlik dönemi; 10-19 yaş grubunu içerisine alan bir süreçtir (Demir, 2005: 26). Aynı zamanda, kişilerin büyümesinin ve gelişiminin en hızlı yaşandığı dönemlerden biridir. Ergenlik döneminde kazanılan beslenme alışkanlıkları hayatın geri kalan sürecindeki beslenme alışkanlıklarını şekillendirecektir. Bu açıdan bakıldığı zaman hayatın diğer dönemlerine göre daha fazla desteklenmeye ihtiyaç duyulan özel bir süreçtir. Bu süreçte ergenlerin doğru yönlendirilmesi hayatlarının ilerleyen dönemleri için temel teşkil eden bir niteliktedir. Sağlıklı temellerin oluşturulmasında beslenmeye dair bilgi düzeyleri büyük önem taşımaktadır. Çünkü beslenme; büyüme ve gelişmeye doğrudan etki etmektedir.

Vücudun büyümesi, yenilenmesi ile sistemlerin çalışması için gerek duyulan besin öğelerinin yaş, cinsiyet ve fiziksel aktivite düzeyleri göz önünde bulundurularak yeterli ve tüm besin gruplarını içerek şekilde alınması “yeterli ve dengeli beslenme” olarak tanımlanmaktadır (Baysal, 2002: 6). Bireylerin en temel gereksinimlerinin başında yer alan beslenme; büyüme, gelişme için ayrıca sağlıklı ve üretken bir birey olarak var olabilmek için vücudun ihtiyaç duyduğu tüm besin öğelerinin vücuda alınmasını ve kullanılmasını içermektedir (Baysal, 2011: 4; Dölekoğlu ve Yurdakul, 2004: 63). Sağlıklı beslenme için; bireylerin fiziksel, bilişsel ve sosyal yönden iyilik haline katkı sağlayan yaşamın önemli tanımlayıcısıdır, denilebilir (Taylan Kartal, Arslan Burnaz, Yaşar, Sağlam ve Kıymaz, 2019: 281). Beslenme şeklinin sağlıklı olarak tanımlanabilmesi için yeterli ve dengeli beslenme bilgisine sahip olma gereklidir ki bunun için doğru şekilde aktarılmış beslenme eğitime ihtiyaç duyulmaktadır. Eğitim içeriğinde hangi besinlerin ne kadar tüketilmesi gerektiği, sağlıklı beslenme alışkanlıklarının önünden engel teşkil edenlerin neden olduğu ve besin kaynaklarının etkili ve verimli kullanılmasının bireylere öğretilmesine yer verilmelidir (Yardımcı ve Özçelik, 2015: 20). Çünkü sağlıklı beslenmeye dair hayat tarzı genel olarak ergenlik döneminde kazanılır veya bu süreçte yeniden şekillenir (Baysal, 2011: 5; Nişancı Kılınç ve Çağdaş, 2012: 179).

Çocukluk çağı ve ergenlik döneminde olan çocuklarda Türkiye özelinde düşünüldüğü zaman zafiyet, aşırı kilo alımı ve bunlarla bağlantılı problemler, avitaminozlar, kansızlık, guatr, metabolik sendromlar, diş çürükleri vb. beslenme sorunları ile sıklıkla karşılaşmaktadır (Demirezen ve Coşansu, 2005: 175). Çağımızda beslenme alışkanlıklarımızın değişmiş olması, bilgi düzeylerinin de istenilen seviyede olmadığını göstermektedir. Erken dönemlerden itibaren beslenme bilgi düzeylerinin artırılması sağlıklı beslenme alışkanlıklarının kazandırılmasında önemli rol oynamaktadır.

Beslenme bilgisi; beslenmeye dair süreçleri, diyet-sağlık, diyet-hastalık, besin kaynağı-diyet önerilerine dair kokulara ilişkin bilgileri içermektedir. Beslenme bilgisi toplumdan topluma ya da bireyden bireye değişkenlik gösterebilmektedir (Miller ve Cassady, 2015: 208). Beslenme bilgisine sahip olunması daha iyi beslenme ve daha iyi kilo kontrolünü sağlamada etkili olmaktadır (Batmaz, 2018: 3).

Toplum sağlığının korunması bireylerin beslenme durumu ve alışkanlıklarından etkilenmektedir. Çünkü beslenme alışkanlıklarının büyük bir çoğunluğu kronik hastalıkların gelişmesi ile ilişkilidir ve beslenme bilgisi alışkanlıklarını etkileme gücüne sahiptir. Bireylere verilen beslenme eğitimi; bebeklikten çocukluğa, çocukluktan ergenliğe ve yetişkinliğe kadar olan sağlıklı yaşam sürecinin temelini oluşturmaktadır (Şanlıer ve Güler, 2005: 32; Batmaz, 2015: 15).

Ergenlik dönemi; biyolojik değişimle başlayarak bedensel, bilişsel, sosyal-duygusal gelişmeyle sonlanan bir süreç olarak değerlendirilmektedir (Şanlıer ve Güler, 2005: 32). Bu açıdan ele alındığı zaman ergenlik dönemi; bireyi birey yapan tüm unsurları bir arada barındırmaktadır. Beslenme özelinde ele alındığı takdirde; beslenme alışkanlıklarının büyüme ve gelişmeye doğrudan etki edeceği söylenebilir. Özellikle günümüz beslenme alışkanlıklarının atıştırma (fast food) temelinde şekillendiği varsayıldığında yanlış beslenme alışkanlıklarının büyüme ve gelişme sürecinde olan ergenleri derinden etkilediği gözlenebilir. Buna bir de öğün atlama, TV karşısında yeme, enerji değeri yüksek besleyici değeri az olan yiyeceklerin tüketimi de eklendiği zaman gelişimden bağımsız, orantısız kilo alımları olabilmektedir. Bu ve benzeri problemlerin ya da potansiyel sorunların önüne geçilebilmesi ergenlik döneminde beslenmeye ilişkin bilgi sahibi olma ile ilişkilendirilebilir.

Alan yazına bakıldığı zaman; ergenlerin beslenme bilgi düzeylerini ölçmeye yönelik bir aracın olmadığı görülmektedir. Bu durumdan hareketle; ergen bireylerin beslenmeye ilişkin bilgilerinin ne düzeyde olduğu tespit edilmek istenmiştir. Benlik algısı ve yetişkinliğe dair alışkanlıkların kazanıldığı kritik bir dönem olan ergenlik döneminde beslenme ve beslenme alışkanlıklarına dair doğru bilgi ve alışkanlıkların kazanılması da kritik bir öneme sahiptir.

Yukarıda verilen bilgiler göz önünde bulundurulduğu zaman; “Ergenlerin beslenme bilgi düzeyleri nasıldır?” sorusuna cevap aranmış ve bu çalışma ile yetişkinler için geliştirilmiş olan YETBİD’in ergenler için uyarlanmasına ilişkin geçerlik ve güvenilirlik analizlerinin yapılarak literatüre kazandırılması amaçlanmıştır. Bu sayede ergenlerin beslenme bilgi düzeylerine yönelik farkındalıkları artmış ve sağlıklı beslenme konusunda yetersiz oldukları alanların tespit edilerek yönlendirilmeleri sağlanmış olacaktır.

1. Yöntem

Bu çalışma metodolojik türde bir araştırma olup Batmaz (2018) tarafından geliştirilen ve geçerlik güvenilirlik çalışması yapılan Yetişkinler İçin Beslenme Bilgi Düzeyi (YETBİD)’nin ergenler için uyarlanmasına yönelik olarak geçerlik ve güvenilirliğini belirlemek amacıyla yapılmıştır.

1.1. Örneklem

Çalışma kapsamında amaca uygun olarak örneklem çerçevesi oluşturulmuş ve çalışmayı kabul eden on iki lise numaralandırılmıştır. Bir bilgisayar programı kullanılarak rastgele dört lise seçilmiştir. Araştırma verileri bu dört liseden toplanmıştır.

Çalışmanın örnekleme, Karaman ilinde lise eğitimine devam eden 425 öğrenciden oluşmaktadır. Basit tesadüfi örneklem sonrası seçilen dört lise ile iletişime geçilerek veriler toplanmıştır.

Araştırma için dâhil edilebilme kriterleri mevcuttur. Bu kriterler; öğrencilerin bu dört lisede (anadolu lisesi, fen lisesi, sağlık meslek lisesi ve sosyal bilimler lisesi) eğitim öğretim görüyor olması, araştırma için gönüllü olmayı kabul etmeleri, araştırma konusunda yeteri kadar bilgilendirilmiş olmalarıdır.

Ölçek uyarlama çalışmalarında genel olarak sorulacak soru sayısının 10 kat ve daha fazlası olacak şekilde örneklem belirlenmesi önerilmektedir (Şencan, 2005: 792-794; Büyüköztürk, 2007: 168-169). Orijinal makalenin soru sayısının 20 olması nedeni ile çalışma grubunun 200’ün üzerinde olması yeterli görülmüştür. Fakat araştırmanın dış geçerliğini artırmak amacıyla ve çalışma 425 katılımcı ile gerçekleştirilmiştir.

1.2. Verilerin Toplanması

Bu araştırmanın verilerinin toplanabilmesi amacıyla gerekli olan Etik Kurul Raporu, Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulundan 12.10.2024 tarihli ve 258 sayılı yazı kararıyla alınmıştır.

Araştırma öncesi etik kurul izinleri alındıktan sonra İl Millî Eğitim Müdürlüğünden çalışmanın yapılabilmesi için onay alınmıştır. Ardından tüm öğrenciler çalışmanın amacı hakkında ayrıntılı şekilde bilgilendirilmiş ve gönüllü olanların onamları alınmıştır. Araştırma için kullanılan formlar öğrenciler tarafından anonim olarak doldurulmuştur.

1.3. Veri Toplama Araçları

Bu çalışmada “Kişisel Bilgi Formu” ve “Yetişkinler İçin Beslenme Bilgi Düzeyi Türkçe Formu (YETBİD)” kullanılmıştır.

Kişisel Bilgi Formu

Çalışmaya katılan öğrencilerin cinsiyetini, yaşını, sınıf düzeyini, boyunu, kilosunu, daha önce sağlıklı beslenme ile ilgili eğitim/bilgilendirme alıp almadığını ve beslenme ile ilgili eğitim/bilgilendirme almak isteyip istemediğini içeren toplamda yedi sorudan oluşmaktadır. Kişisel bilgi formunda bulunan sorular literatür ışığında araştırmacılar tarafından oluşturulmuştur. Katılımcılara ait bilgiler Tablo 1’de verilmiştir.

1.4. Yetişkinler İçin Beslenme Bilgi Düzeyi

Batmaz’ın (2018) geliştirdiği ölçek, beslenmeye ilişkin bilgileri ölçen yirmi sorudan oluşmaktadır. Ölçeğin ait Cronbach’s Alpha iç güvenirlik katsayısı 0,72’dir. Ölçek güvenirliği aynı zamanda test tekrar test yöntemi ile de ölçülmüştür. Yapılan işlem “ölçek 104 katılımcının 50’si rastgele seçilerek 4 hafta sonra tekrar uygulanmıştır. İki grubun ortalama puanları arasında istatistiksel olarak fark çıksa $p=0,013$ ’tür. Bu değer $p=0,05$ ’e çok yakın bir değer olduğu için ortaya çıkan 2 puanlık fark kliniksel açıdan anlamlı bulunmamıştır” şeklindedir. Ölçek 5’li likert tipinde “Kesinlikle katılıyorum; Katılıyorum; Kararsızım; Katılmıyorum; Kesinlikle Katılmıyorum” şeklinde uygulanmıştır. YETBİD’in değerlendirme ölçütlerinden alınan puanlar “<45 = kötü, 45-55 =orta, 56-65 =iyi ve >65 =çok iyi olarak değerlendirilmiştir. Ölçekten alınan puanlar normal dağılıma uydukları için yüzdelik dilimlere ayrılmıştır. Temel beslenme bölümünden alınabilecek en yüksek puan 80’dir. Analiz sonuçlarına bakıldığında temel beslenme bölümünden alınan en yüksek puan 76, en düşük puan 35, ortanca puan 52, ortalama puan 53, standart sapma ise 8,1’dir”.

1.5. Uygulama

Ölçeğin ergenlere uyarlanması sürecinde aşağıdaki adımlar izlenmiştir. Öncelikle ergenlere uyarlanacak ölçek için yazar ile iletişim kurulmuş ve yazardan ihtiyaç duyulan izin alınmıştır. Sonrasında soruların ergenler için anlaşılabilirliğinin belirlenmesi için Çocuk Gelişimi Bölümünde görev yapan 2 öğretim üyesi ve Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bölümünde görev yapan 3 öğretim üyesi görüşüne başvurulmuştur. Uzman görüşü neticesinde tüm maddeler aynı kalmış; düzenlenen veya değiştirilen madde olmamıştır. 50 kişilik bir gruba ön test uygulanarak anlaşılmayan maddelerin olup olmadığı gözden geçirilmiştir. Anlaşılmayan madde olmadığı tespit edildikten sonra çalışmaya başlanmıştır. Ön test uygulanan grup araştırmaya dâhil edilmemiştir.

1.5.1. Demografik Bilgiler

Çalışmaya dâhil olan öğrencilere ilişkin tanımlayıcı özellikleri Tablo 1’de gösterilmiştir.

Tablo 1. Katılımcılar

		F	%
Cinsiyet	Kadın	291	68,5
	Erkek	134	31,5
Sınıf	9.sınıf	185	43,5

	10.sınıf	193	45,5
	11.sınıf	34	8,0
	12.sınıf	13	3,1
	Evet	129	30,4
Beslenme eğitimi alma durumu	Hayır	156	36,7
	Kısmen	140	32,9
	Evet	142	33,4
Beslenme eğitimi almak isteme	Hayır	283	66,6
Toplam		425	100

1.5.2. Verilerin Analizi

Verilerin analizi kapsamında YETBİD'in geçerlik ve güvenirlik sonuçları incelenmiştir. Geçerlik için doğrulayıcı faktör analizi ile ölçeğin yapı geçerliği incelenmiştir. Doğrulayıcı faktör analizi kapsamında CFI, TLI, RMSEA ve SRMR uyum indeksleri incelenmiştir. Bu değerlerden CFI ve TLI değerinin 0,90 ve üzerinde olması, RMSEA ve SRMR değerlerinin ise 0,08 ve daha düşük olması kabul edilebilir model uyumunu göstermektedir (Kline, 2011). Güvenirlik için Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı incelenmiştir. Bununla birlikte yaş, boy, kilo ve beslenme sağlık ilişkisi değerlendirme puanları ile beslenme bilgi düzeyi arasındaki ilişkiyi incelemek için Pearson korelasyon analizi yapılmıştır. Aynı zamanda beslenme bilgi düzeylerini cinsiyete ve beslenme eğitimi almak isteme durumlarına göre karşılaştırmak için bağımsız örneklemelerde t testi, beslenme eğitimi alma durumuna göre karşılaştırma için tek yönlü varyans analizi yapılmıştır. Analizlerden önce beslenme bilgi puanlarının dağılımı için basıklık ve çarpıklık katsayıları incelenmiştir. Basıklık katsayısı 0,203, çarpıklık katsayısı 0,173 bulunmuştur. Bu katsayıları -1 ile +1 arasında olduğu için değişkenlerin normal dağılım gösterdiği görülmüştür (Hair, Black, Babin, Anderson ve Tatham, 2013). Analizler SPSS 22 paket programında yapılmış ve $\alpha=0,05$ olarak belirlenmiştir.

1.6. Bulgular

Çalışmadan elde edilen bulgular tablolar halinde sunulmuştur. Araştırmanın doğrulayıcı faktör analizine ilişkin bulguları Tablo 2'de sunulmuştur. Çalışma; ölçek geliştirme olmadığı, yetişkinlere yönelik hazırlanmış olan ölçeğin ergenlere uyarlanması olduğu için açılımlı faktör analizine yer verilmemiştir.

Tablo 2. Doğrulayıcı Faktör Analizi Uyum İndeksleri

	S-B χ^2	df	CFI	TLI	RMSEA	SRMR
20 madde	746,175	170	0,595	0,548	0,089	0,101
11 madde	83,871	44	0,938	0,922	0,046	0,065

Tablo 2'de yapılan doğrulayıcı faktör analizi sonrasında elde edilen uyum indeksleri yer almaktadır. Ölçeğin orijinal 20 madde ve tek faktörlü yapısının kabul edilebilir uyum değerlerini yansıtmadığı görülmüştür. Bu sebeple öncelikle madde faktör yükleri incelenmiştir. Faktör yükü negatif olan veya 0,30'dan küçük olan maddeler tek tek ölçekten çıkarılmıştır. Bu işlem sonucunda 9 madde çıkarılmış ve ölçekte 11 madde kalmıştır. 11 maddelik forma ait uyum indeksleri kabul edilebilir düzeydedir. İlgili değerler verilerin analizi bölümünde verilmiştir.

Her bir ölçek maddesine (20 madde) ilişkin geçerlik ve güvenirliği yordayan temel parametreler Tablo 3'te sunulmuştur.

Tablo 3. Maddelere Ait Ortalama, Standart Sapma, Basıklık, Çarpıklık Katsayıları ve Düzeltilmiş Madde Toplam Puan Korelasyonu

	Ortalama	SS	Çarpıklık	Basıklık	Düzeltilmiş madde toplam puan korelasyonu (20 madde)	Düzeltilmiş madde toplam puan korelasyonu (11 madde)
s1	1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
s2	2	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
s3	1,44	1,304	,628	-,715	,255	
s4	1,31	1,082	,440	-,748	,172	
s5	,98	1,008	,931	,389	,224	,313
s6	1,66	1,311	,274	-1,115	,338	
s7	1,31	,987	,566	,070	,304	,368
s8	1,90	1,000	,043	,000	,276	
s9	1,46	,849	,122	,187	,300	,349
s10	,90	1,069	1,320	1,268	,209	,288
s11	,52	,768	1,683	3,232	,273	,487
s12	,93	,956	,775	-,097	,309	,378
s13	1,74	1,033	,068	-,348	,311	
s14	,58	,776	1,424	2,139	,244	,422
s15	1,44	,945	,276	-,053	,333	,269
s16	2,97	1,160	-1,115	,447	,107	
s17	1,46	,968	,244	-,152	,317	,290
s18	1,53	,874	-,044	,207	,379	,373
s19	1,71	,924	-,165	,258	,306	
s20	1,98	1,297	,102	-1,043	,412	

Tablo 3'te maddelere ait ortalama, standart sapma, basıklık, çarpıklık katsayıları ve düzeltilmiş madde toplam puan korelasyonları vardır. Düzeltilmiş madde toplam puan korelasyonu ölçeğin başlangıçtaki 20 maddelik formunda 0,107 ile 0,412 arasında ile ölçeğin 11 maddelik formunda 0,269 ile 0,487 arasındadır.

Ölçeğin faktör yükleri, standart hata, z ve p değerleri Tablo 4'te sunulmuştur.

Tablo 4. Doğrulayıcı Faktör Analizi Sonucunda Elde Edilen Faktör Yükleri, Standart Hata, z ve p Değerleri

	Factor yükü	SH	Z	p
s2	0,485	0,048	8,292	,000
s5	0,377	0,061	6,271	,000
s7	0,454	0,057	7,878	,000
s9	0,396	0,050	6,709	,000
s10	0,355	0,068	5,567	,000
s11	0,581	0,056	7,962	,000
s12	0,474	0,050	9,091	,000
s14	0,501	0,054	7,180	,000
s17	0,352	0,060	5,688	,000
s18	0,405	0,048	7,330	,000

Tablo 4'e göre; madde faktör yükleri 0,302 ile 0,581 arasında, z değerleri ise 5,137 ile 9,091 arasındadır ve tüm maddelere ait z değerleri anlamlıdır. Tablo 3'e bakıldığında ölçeğin 11 maddelik formunun güvenilirliği için hesaplanan Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı 0,706 olarak bulunmuştur.

Değişkenlere ait tanımlayıcı istatistikler ve korelasyon katsayıları Tablo 5'te sunulmuştur.

Tablo 5. Değişkenler Arası Tanımlayıcı İstatistikler ve Korelasyon Katsayıları

	Tanımlayıcı istatistikler				Korelasyon katsayıları			
	En az	En çok	Ort.	SS	1	2	3	4
Yaş	13,00	18,00	14,95	0,85	-			
Boy	100,00	206,00	164,80	9,43	,03	-		
Kilo	1,00	110,00	57,08	12,68	,13**	,52**	-	
Beslenme Sağlık İlişkisi	0,00	10,00	7,17	2,14	,05	,06	,05	-
Beslenme Bilgi	0,00	3,36	1,10	0,46	,09	,01	,08	,23**

** p<0,01 * p<0,05

Tablo 5'e göre; katılımcıların beslenme bilgi puanları ile yaş ($r=0,09$, $p>0,05$), boy ($r=0,01$, $p>0,05$) ve kilo ($r=0,08$, $p>0,05$) arasında anlamlı ilişki yokken beslenme-sağlık ilişkisi puanlamaları ile pozitif yönlü anlamlı ilişki görülmüştür ($r=0,23$, $p<0,01$).

Katılımcıların cinsiyet ve beslenme eğitimi alma durumuna göre beslenme bilgi düzeylerinin karşılaştırılması amacıyla yapılan analiz sonuçları Tablo 6'da sunulmuştur.

Tablo 6. Cinsiyet ve Beslenme Eğitimi Alma Durumuna Göre Beslenme Bilgi Düzeylerinin Karşılaştırılması

		n	Ort.	SS	t / f	p
Cinsiyet	Kadın	291	1,09	,46	-,68 ^a	,50
	Erkek	134	1,12	,47		
Eğitim alma isteme	Evet	142	1,08	,41	-,64 ^a	,53
	Hayır	283	1,11	,49		
Eğitim alma	Evet	129	1,07	,42	,53 ^b	,59

Hayır	156	1,09	,47
Kısmen	140	1,12	,49

a: bağımsız örneklemelerde t testi t değeri, b: tek yönlü varyans analizi F değeri

Tablo 6'ya göre; cinsiyete ($t=-0,68$, $p>0,05$), beslenme eğitimi almak isteme durumuna ($t=-0,64$, $p>0,05$) ve beslenme eğitimi alma durumuna ($F=0,53$, $p>0,05$) göre beslenme bilgi düzeyleri arasında anlamlı fark görülmemiştir.

Tartışma, Sonuç ve Öneriler

Bu çalışma ile yetişkinler için geliştirilmiş olan YETBİD'in ergenler için uyarlanmasına ilişkin geçerlik ve güvenilirlik analizlerinin yapılarak literatüre kazandırılması amaçlanmıştır. Çalışmada Batmaz (2018) tarafından geliştirilen YETBİD kullanılmıştır.

Literatür incelemesinde Sachdev, Freeland-Graves ve Babaei (2020) tarafından geliştirilen Düşük Gelirli Kadınlar İçin Dental Beslenme Bilgi Yeterlilik Ölçeğinin Geliştirilmesi ve Doğrulanması çalışması bu çalışma ile benzer niteliktedir. Çalışma sonuçlarına göre Dental Beslenme Bilgisi Yeterlilik Ölçeği, düşük gelirli kadınlarda diş sağlığına ilişkin beslenme bilgisini değerlendirmek için geçerli ve güvenilir bir araç olduğu tespit edilmiştir.

Aydın, Öz, Metintaş, Emiral ve Önsüz (2014) tarafından adölesanların beslenme bilgi düzeylerini ölçmek amacıyla yapmış oldukları çalışma sonucunda ölçeğin Cronbach's Alpha değeri 0,86, %25 alt ve %25 üst puan ortalamaları arasındaki fark anlamlı ($p<0,001$), test tekrar test puanları arasında ise pozitif korelasyon bulunmuştur ($r=0,71$, $p<0,001$). Adölesanların Beslenme Bilgi Düzey Ölçeği'nin geçerli ve güvenilir bir araştırma aracı olduğu bildirilmiştir. Whati, Senekal, Steyn, Nel, Lombard ve Norris (2005) tarafından Kentsel Güney Afrikalı Ergenler için güvenilir ve geçerli bir beslenme bilgisi anketinin geliştirilmesi çalışmasının Cronbach's Alpha değeri 0,77 bulunmuş olup, anket yapı, görünüm ve içerik geçerliliği ve iç tutarlılığı olan bir beslenme bilgisi anketi olarak literatüre kazandırılmıştır.

Whati, Senekal, Steyn, Lombard ve Nel (2009) tarafından kentte yaşayan ergenler için geliştirilen bir beslenme bilgi testini yorumlamak için norm referanslı bir performans derecelendirme ölçeği geliştirmek ve doğrulamak aynı zamanda diğer araştırmacıların beslenme bilgisini geliştirirken takip edecekleri bir prototip geliştirmek amacı ile geliştirilen ölçek bu çalışmaya benzer şekilde güvenilir ve geçerli sonuç vermiştir.

Özdoğan'ın (2013) çalışmasında bu çalışmaya benzer şekilde Cronbach Alpha iç tutarlık katsayısı ile test-tekrar test güvenilirlik yöntemleri kullanılmıştır. Cronbach Alpha değeri 0.72 olup ölçeğin geçerli ve güvenilir bir yapıya sahip olduğu tespit edilmiştir.

Zinn, Schofield ve Wall (2005) tarafından psikometrik olarak geçerli ve güvenilir bir sporcu beslenmesi bilgi anketinin geliştirilmesi amacıyla yapılan çalışma sonucunda tüm soruların yanıtlarının %81,2 oranında tekrarlanmasıyla iyi bir test-tekrar test uyumu gösterdiği, gruplar arasındaki yapı geçerliliği yüksek olduğu ($p = 0,0001$), anketin sporcu beslenmesi bilgisini belirlemeye yönelik araştırma ve uygulamalarda kullanılmaya uygun, geçerli ve güvenilir olduğu tespit edilmiştir. Bu çalışmada da ergenler için yapılan ölçek uyarlamasının geçerli ve güvenilir olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Matsumoto, Tanaka ve Ikemoto (2017) tarafından gerçekleştirilen Japon Yetişkinler İçin Genel Beslenme Bilgisi Anketinin Geçerliliği ve Güvenilirliği adlı çalışma sonuçlarına göre bu çalışma ile benzer şekilde Japon yetişkinlerin beslenme bilgi düzeyini değerlendirmek için etkili bir araç olduğu tespit edilmiştir.

Bu çalışmadan elde edilen değerlerde madde faktör yükleri 0,302 ile 0,581 arasında, z değerleri ise 5,137 ile 9,091 arasındadır ve tüm maddelere ait z değerleri anlamlı bulunmuştur. Ölçeğin 11 maddelik formunun güvenilirliği için hesaplanan Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı 0,706 olarak bulunmuştur. Verilerden hareketle ölçeğin ergenlerde kullanımı için geçerli ve güvenilir olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Görüldüğü üzere ulusal ve uluslararası alan yazında benzer çalışmalar

bulunmakla birlikte yetişkinler için geliştirilmiş beslenme bilgi düzeyi çalışmasının ergenlere uyarlandığı çalışmaya literatürde rastlanmamıştır. Bu açıdan çalışma özgün bir çalışmadır.

Alan yazına bakıldığı zaman; yapılan çalışmaların çoğunluğunun yetişkinler için geliştirilen ölçekleri içermesi bu çalışmanın alan yazına önemli katkı sunacağını öngörmektedir. Ergenler için yapılan çalışmaların azlığı bu çalışma verilerinin kıyaslanmasını zorlaştırmaktadır. Bu nedenle çalışmanın kendi içinde özgün olduğu varsayılmaktadır.

Alan yazında yetişkinlerin beslenme bilgi düzeylerine yönelik çalışmaların varlığına karşın ergenlere yönelik çalışmaların azlığı dikkat çekmektedir. Bu durumdan hareketle bu alana ağırlık verilmesinin gerekliliği olduğu düşünülmektedir. Bu gerekçe ile bu çalışma kapsamında alandaki ergenlerin bilgi düzeylerine yönelik çalışmalara destek olacak nitelikte bir çalışma yapılmıştır. Sonuç olarak YETBİD'in 11 madde ve tek faktörlü formunun ergenler için geçerli ve güvenilir olduğu görülmüştür. Ölçekten alınan puanların yaşa, boya, kiloya, cinsiyete, beslenme eğitimi alma veya almak isteme durumlarına göre değişmediği görülmüştür. Ergenlik dönemi başlangıcından itibaren bireylerin beslenme bilgi düzeylerinin tespit edilmesi ve çıkan sonuçlar neticesinde yönlendirmelerin yapılması gelecekte ortaya çıkması muhtemel sağlık sorunlarının önüne geçilmesi ve sağlıklı nesillerin yetişmesine olanak sağlayacaktır.

Beslenme bilgisi; kişi, aile ve toplumların beslenmeye dair mevcut hallerine ve alışkanlıklarına yön veren en önemli faktörlerden bir tanesidir. Beslenme bilgisine dair temellerin atıldığı süreçte yapılan doğru yönlendirmeler bireylerin tüm hayatlarına etki etmektedir. Beslenmeye dair alışkanlıkların kazanıldığı ergenlik sürecinde gerekli yönlendirmelerin yapılması büyük önem arz etmektedir. Çünkü bu süreç hayatlarının geri kalan zamanlarına doğrudan etki eder niteliktedir. Bireylerin beslenme bilgi düzeyleri yalnızca kendi beslenmeleri üzerinde etkili olmakla kalmayıp çevrelerinde olan bireylerin de beslenme şekillerini etkileyebilmektedir. Hatta bugünün ergenleri olan bireylerin ebeveyn olmaları ile birlikte yeni yetişen nesil de beslenme alışkanlıklarını bu doğrultuda oluşturacaklardır. Bu açıdan bakıldığı zaman beslenme bilgi düzeyi göz ardı edilemeyecek kadar önemlidir denilebilir. Bu verilerden hareketle; bu alanda çalışma yapacak olan araştırmacıların daha geniş örneklem grubu ile çalışabilecekleri büyük şehirlerde ve tüm ortaöğretim kademelerini kapsayan bir çalışma ile çıkan sonuçlar neticesinde ergenlerin beslenme bilgi düzeylerini geliştirici eğitimler planlamaları önerilmektedir.

Çalışmanın yalnızca Karaman ilinde gerçekleştirilmiş olması, öğrencilerin ders saatinde ölçek sorularına cevap vermeleri ve cevapların doğruluğu konusunda yalnızca verilen cevaplara güvenilmesi bu çalışmanın sınırlılıklarıdır.

Kaynakça

- Aydın, R., Öz, F., Metintaş, S., Emiral, G. Ö. ve Önsüz, M. F. (2014). Adölesan beslenme bilgi düzeyi (Abbid) ölçeği geliştirilmesi ve geçerlilik-güvenirlik çalışması. Halk Sağlığı Kongresi.
- Batmaz, H. (2018). Yetişkinler için beslenme bilgi düzeyi ölçeği geliştirilmesi ve geçerlik-güvenirlik çalışması. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beslenme ve Diyetetik Ana Bilim Dalı, İstanbul.
- Baysal A. (2011). Beslenme. Ankara: Hatiboğlu Basım ve Yayımlar.
- Büyüköztürk Ş. (2007). Sosyal bilimler için veri el kitabı, istatistik, araştırma deseni, SPSS uygulamaları ve yorum. Ankara: Pegem A Yayıncılık.
- Demir, G.C. (2005). Okul çağı çocukları ve adölesan beslenmesi. Türkiye Klinikleri J Pediatr, 1, 25-30.
- Demirezen, E. ve Coşansu, G. (2005). Adölesan çağı öğrencilerde beslenme alışkanlıklarının değerlendirilmesi. Sürekli Tıp Eğitim Dergisi, 14(8), 174-178.
- Dölekoğlu, C.Ö. ve Yurdakul, O. (2004). Adana ilinde hane halkının beslenme düzeyleri ve etkili faktörlerin logit analizi ile belirlenmesi. Akdeniz İ.İ.B.F. Dergisi, 8, 62-86.
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., Anderson, R. E., ve Tatham, R. L. (2013). Multivariate Data Analysis. Pearson Education Limited.
- Kline, R.B. (2011). Principles and practice of structural equation modeling. Guilford Publications.
- Matsumoto, M., Tanaka, R. ve Ikemoto S. (2017). Validity and reliability of a general nutrition knowledge questionnaire for japanese adults. J Nutr Sci Vitaminol, 63(5), 298-305. <https://doi.org/10.3177/jnsv.63.298>.
- Miller, L.M.S. ve Cassady, D.L. (2015). The effects of nutrition knowledge on food label use. A review of the literature. Appetite, 92, 207-216. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2015.05.029>.
- Nişancı Kılınç, F. ve Çağdaş, D. (2012). Sağlık meslek lisesi öğrencilerinin beslenme alışkanlıklarının, beslenme bilgi düzeylerinin ve vücut bileşenlerinin değerlendirilmesi. Türk Pediatri Arşivi, 47(3), 181-188. <https://doi.org/10.4274/tpa.842>
- Özdoğan Y. (2013). Adölesanların yeme davranışı ve beslenme bilgilerini saptamaya yönelik ölçek geliştirme çalışması. (Yayımlanmamış doktora tezi). Ankara Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Sachdev, P.K., Freeland-Graves, J. ve Babaei, M. (2020). Development and validation of the dental nutrition knowledge competency scale for low-income women. Public Health Nutr. 23(4): 691-700. <https://doi.org/10.1017/S1368980019002714>.
- Şanlıer, N. ve Güler, A. (2005). İlköğretimin ikinci kademesinde eğitim gören öğrencilere verilen beslenme eğitiminin öğrencilerin beslenme bilgi düzeyi ve alışkanlıklarına etkisi. Beslenme ve Diyet Dergisi, 32(2), 31-38. <https://beslenmevediyetdergisi.org/index.php/bdd/article/view/411/345>
- Şencan H. (2005). Sosyal ve davranışsal ölçümlerde geçerlilik ve güvenirlik. Ankara: Seçkin Matbaası.
- Tayhan Kartal, F., Arslan Burnaz, N., Yaşar, B., Sağlam, S. ve Kıymaz, M. (2019). Adölesanların beslenme bilgi düzeylerinin beslenme ve egzersiz alışkanlıkları üzerine etkisinin incelenmesi. CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 14(2), 280-295. <https://doi.org/10.33459/cbubesbd.590620>.
- Whati, L., Senekal, M., Steyn, N. P., Lombard, C. ve Nel, J. (2009). Development of a performance-rating scale for a nutrition knowledge test developed for adolescents. Public Health Nutr. 12(10): 1839-45. <https://doi.org/10.1017/S1368980008004679>.

- Whati, L.H., Senekal, M., Steyn, N.P., Nel, J.H., Lombard, C. ve Norris, S. (2005). Development of a reliable and valid nutritional knowledge questionnaire for urban South African adolescents. *Nutrition*, 21(1), 76-85. <https://doi.org/10.1016/j.nut.2004.09.011>.
- Yardımcı, H. ve Özçelik, A. Ö. (2015). Üniversite öğrencilerinin öğün düzenleri ve beslenme eğitiminin beslenme bilgisine etkisi. *Beslenme ve Diyet Dergisi*, 43(1), 19-26.
- Zinn, C., Schofield, G. ve Wall, C. (2005). Development of a psychometrically valid and reliable sports nutrition knowledge questionnaire. *J Sci Med Sport*, 8(3): 346-51. [https://doi.org/10.1016/s1440-2440\(05\)80045-3](https://doi.org/10.1016/s1440-2440(05)80045-3). PMID: 16248475.

Beyan ve Açıklamalar

Etik Beyan: Bu çalışmanın hazırlanma sürecinde bilimsel ve etik ilkelere uyulduğu ve yararlanılan tüm çalışmaların kaynakçada belirtildiği beyan olunur (Özlem Yılmaz Demirel, Beyza Erkoç ve Esmâ Özmaya). Çalışmanın Etik Kurul Onayı Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Bilimsel Araştırma ve Yayın Etik Kurulu 12.10.2023 tarih ve KARAR15-2023/258 sayısı ile alınmıştır.

Yazar Katkısı: Kavram/fikir Özlem Yılmaz Demirel/Beyza Erkoç/Esmâ Özmaya (Tüm yazarlar eşit oranda katkı sağlamıştır); veri toplama/işleme Özlem Yılmaz Demirel/Beyza Erkoç/Esmâ Özmaya (Tüm yazarlar eşit oranda katkı sağlamıştır); analiz Özlem Yılmaz Demirel/Beyza Erkoç/Esmâ Özmaya (Tüm yazarlar eşit oranda katkı sağlamıştır); yazım Özlem Yılmaz Demirel/Beyza Erkoç/Esmâ Özmaya (Tüm yazarlar eşit oranda katkı sağlamıştır) ve eleştirel inceleme ve düzenleme Özlem Yılmaz Demirel/Beyza Erkoç/Esmâ Özmaya (Tüm yazarlar eşit oranda katkı sağlamıştır) tarafından yapılmıştır. Yazarlar makalenin yayınlanan versiyonunu okumuş ve kabul etmiştir.

Finansman: Bu çalışma herhangi bir fon desteği almamıştır.

Çıkar Çatışması: Yazarlar herhangi bir çıkar çatışması beyan etmemektedir.

İntihal: Bu makale, en az iki hakem tarafından incelendi ve intihal içermediği teyit edildi.

Lisans: CC BY-NC 4.0

