



Beslenme Dersi Alan Önlisans Öğrencilerinin Sağlıklı Beslenme Tutumlarının İncelenmesi: Iğdır Üniversitesi Örneği*

Rabia ACEMİOĞLU^{1**}

¹Iğdır Üniversitesi, Tuzluca Meslek Yüksekokulu, Iğdır

¹<https://orcid.org/000-0003-4369-2986>

**Sorumlu yazar: rabia.acemioglu@igdir.edu.tr

Araştırma Makalesi

Makale Tarihiçesi:

Geliş tarihi: 15.06.2023

Kabul tarihi: 18.12.2023

Online Yayınlanma: 10.06.2024

Anahtar Kelimeler

Paket gıda

Eğitim

Etiket okuma

Medya

Besin

ÖZ

Bu çalışmada, üniversite öğrencilerinin beslenmeye yönelik tutumları farklı değişkenler açısından incelenmiştir. Çalışma genel tarama modeli ile desenlenip, çalışmanın verilerini toplamak için 21 maddeden oluşan “Sağlıklı Beslenmeye İlişkin Tutum Ölçeği (SBİTÖ)” kullanılmıştır. Araştırma 2020-2021 eğitim öğretim döneminde Iğdır üniversitesinde öğrenim görmekte olup, beslenme dersi alan 203 ön lisans öğrencisi ile yürütülmüştür. Bu öğrenciler ulaşılabilirliğin kolay olması açısından Tuzluca Meslek Yüksekokulu’nda beslenme dersinin bulunduğu çocuk gelişimi, spor yönetimi, engelli bakım ve rehabilitasyon programından seçilmiştir. Araştırmadan elde edilen verilerin analizinde betimsel istatistikler, bağımsız örneklem t testi ve tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testi kullanılmıştır. Araştırmadan elde edilen sonuçlar; üniversite öğrencilerinin sağlıklı beslenmeye yönelik tutumlarının cinsiyet değişkenine göre öğrencilerin SBİTÖ puan ortalamaları açısından gruplar arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Araştırmadan elde edilen bulgular SBİTÖ puan ortalamalarının tok iken yemek yemeyen, paket gıda tüketmeyen, besin etiket bilgisi okuyan, sigara kullanmayan öğrencilerin lehine anlamlı farklılık göstermiştir. Sosyal medya kaynaklarını beslenmeyle ilgili bilgi edinmek amaçlı kullanıp kullanmama değişkenine göre SBİTÖ puan ortalamaları açısından (evet-bazen) grupları arasında sosyal medyayı beslenmeyle ilgili takip edenlerin lehine istatistiki olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Öğrenim görülen program değişkenine göre ise öğrencilerin SBİTÖ puan ortalamalarının anlamlı şekilde farklılaştığı ve bu farklılığın engelli bakım ve rehabilitasyon programı öğrencilerinin lehine olduğu belirlenmiştir. Araştırma sonucunda ön lisans öğrencilerinin genelinin yüksek düzeyde sağlıklı beslenme tutumuna sahip olduğu belirlenmiştir.

*Bu çalışma, 11/11/2020 tarih 29 sayı ile Iğdır Üniversitesi Etik Kurul’undan izin alınarak gerçekleştirilmiştir.

Investigation of Healthy Nutrition Attitudes of Associate Degree Students Taking Nutrition Course: The Case of Iğdır University

Research Article

Article History:

Received: 15.06.2023

Accepted: 18.12.2023

Available online: 10.06.2024

Keywords:

Package food

Education

Tag reading

Media

Food

ABSTRACT

In this study, university students' attitudes towards nutrition were examined in terms of different variables. The study was designed with a general screening model and the "Attitude Scale towards Healthy Nutrition (HBITS)" consisting of 21 items was used to collect the data of the study. The research was conducted with 203 associate degree students studying at Iğdır University in the 2020-2021 academic year and taking nutrition courses. These students were selected from the child development, sports management, disabled care and rehabilitation program at Tuzluca Vocational School, where nutrition courses are available, for ease of accessibility. Descriptive statistics, independent sample t test and one-way analysis of variance (ANOVA) test were used to analyze the data obtained from the research. Results obtained from the research; According to the gender variable of university students' attitudes towards healthy eating, there was no statistically significant difference between the groups in terms of the students' SBITS mean scores. The findings obtained from the research showed a significant difference in the SBIÖ score averages in favor of students who do not eat when full, do not consume packaged food, read nutritional label information, and do not smoke. According to the variable of whether or not they use social media resources to obtain information about nutrition, a statistically significant difference was found between the SBITS mean scores (yes-sometimes) in favor of those who follow social media on nutrition. It was determined that the students' SBIÖ score averages differed significantly according to the program variable and this difference was in favor of the disabled care and rehabilitation program students. As a result of the research, it was determined that the majority of associate degree students had a high level of healthy nutrition attitudes.

To Cite: Acemioğlu R., 2024. Beslenme dersi alan önlisans öğrencilerinin sağlıklı beslenme tutumlarının incelenmesi: Iğdır Üniversitesi örneği. Kadirli Uygulamalı Bilimler Fakültesi Dergisi, 4(2): 358-373.

Giriş

Sağlıklı yaşam süreci bireyi ruhsal, sosyal, fizyolojik olarak etkiler. Bireyin sosyal, ruhsal veya fizyolojik olarak yaşayacağı bir eksiklik, yaşam sürecini ve metabolik faaliyetleri etkisi altına alabilir. Metabolik faaliyetler yaşamın devamı için gerekli olan yapım ve yıkım olaylarının tamamı şeklinde ifade edilir (Güneş, 2010). Yaşamın devamı için gerekli olan beslenme olgusu da metabolik faaliyetlerle ilişkilidir. Çünkü beslenmeyle alınan organik veya inorganik maddeler metabolik faaliyetlerin çoğunda yaşamsal rol oynar (onarıcı, düzenleyici, katalizör vb.). Bu bağlamda bireyin tükettiği besinlere dikkat etmesi önem taşır. Ancak bireyin tüketeceği besinlere yönelik yaklaşımları sosyal çevre, kültür, inanç, sağlık, sağlıklı beslenmeye karşı tutum vb. faktörler çerçevesinde farklılık gösterir (McGuire, 1976). Ekonomik durum, çevresel şartların hijyenik durumu, metabolik rahatsızlıklar, hatalı beslenme şekilleri gibi etkenler de sağlıklı beslenme konusundaki tutumlara etki eder (Mutcalı-Kuran, 2021). Dolayısıyla sağlıklı beslenme olgusuna yönelik tutumların birden fazla faktörle etkileşim içinde olduğu söylenebilir. Bu çerçevede sağlıklı beslenme tutumlarının olumlu seyredebilmesi için çevresel faktörlerin iyilik halinin minimum düzeyde sağlanması gerekir. Bu

olumlu tutumların, beslenme okuryazarlığını pozitif yönde geliştirdiği söylenebilir. Zaten Carruth ve ark., (1977) beslenmeye yönelik tutumlar ile olumlu beslenme alışkanlıklarının kazanılması arasında pozitif bir ilişki olduğunu ifade eder.

Sağlıklı beslenmeye ilişkin tutumların olumlu yönde geliştirilmesi açısından erken çocukluk döneminde kazanılan beslenme alışkanlıkları önemlidir. Sürdürülebilir sağlık için erken çocukluk döneminde olumlu beslenme tutumlarının oluşması beslenme alışkanlıklarının şekillenmesiyle bağlaşıklık bir durumdadır. Ancak beslenme alışkanlıklarının şekillenmesinde erken çocukluk dönemi kadar sosyal çevre de etkilidir (Şahin, 2015). Sosyal çevreden kolaylıkla etkilenen çocuklar hem biyolojik hem de duygusal bakımdan yetersiz olup ruhsal ve fiziksel gelişim evrelerinde ise gelişimsel olumsuzluklarla karşı karşıya kalabilir ki bu durum sağlıklı beslenme ile önlenebilir (Satan, 2019). Çünkü sağlıklı beslenme çocukların ruhsal ve fiziksel sağlık düzeyi ile ilişkilidir (Gümüş-Şekerci, 2019). Ayrıca çocukluk döneminde kazanılan beslenme alışkanlıkları adölesan (ergen) dönemdeki beslenme durumuyla da bağlantılıdır (Sarıdağ-Devran ve Kızıltan, 2018). Çocukluk ve ergenlik dönemlerindeki beslenme alışkanlıkları yetişkinlik döneminde de devam edeceğinden yaşamın metabolik evrelerini etkileyen bir faktör olarak nitelendirilebilir (Emmet ve Jones, 2015). Birbirlerini destekler nitelikte olan evrelerin ilerleme sürecinde olumlu sağlıklı beslenme tutumlarının kazanılmasıyla yaşam ve sağlık kalitesi yükselir. Gelişimin bir bütün olduğu göz önüne alındığında ise sağlıklı beslenme, sağlık, kaliteli yaşam ilişkisi doğumdan ölüme kadar önem teşkil eden bir durum halini alır.

Çocukluk ve ergenlik dönemi kadar yetişkinlik dönemi de beslenme alışkanlıkları bakımından risk taşıyan bir dönemdir. Genç yetişkin olarak nitelendirilen üniversite gençliğinin beslenme alışkanlıkları değişimine daha açık olması yetişkinlik döneminin riskli olduğunu destekler niteliktedir (Ermış ve ark., 2014). Çünkü üniversite dönemiyle beraber öğrenciler yeni bir dönemin kapısını aralar ve dış etkilere daha açık hale gelir. Dışsal faktörlerin seyrini olumlu yönde ilerletecek şekilde eylemde bulunmak bu bağlamda önemlidir. Çünkü üniversite gençliği sürdürülebilir insan kaynakları açısından geleceğin önemli bir bölümünü oluşturur (Orak ve ark., 2006). Bu yüzden üniversite gençliğinin kendi sağlığını koruyarak sağlıklı beslenme alışkanlıklarına sahip olması toplum rol modeli bakımından mihenk görevi görür (Vançelik ve ark., 2007). Aynı zamanda sağlığı koruyarak yaşam kalitesini yükseltmek, yeterli ve dengeli beslenmek, beslenme okuryazarı olmak toplum sağlığının geleceği açısından da önemlidir. Beslenme eğitiminin bu kapsamda rolü büyüktür. Beslenme eğitimi ile kısa vadede olumlu davranış değişikliğinin oluşturulabileceği (Richards ve ark., 2006; Ha ve Caine-Bish, 2011) ve bireylerin sağlıklı beslenmeye karşı daha olumlu tutumlar geliştireceği düşünülebilir. Bu

sebeple bu çalışmada bir devlet üniversitesinin önlisans çocuk gelişimi, spor yönetimi, engelli bakım ve rehabilitasyon programlarında öğrenim görmekte olup, beslenme dersi alan üniversite gençliğinin sağlıklı beslenmeye ilişkin tutumlarının farklı değişkenler açısından incelenmesi amaçlanmıştır. Çalışmanın amacı doğrultusunda üniversite gençliğinin beslenme sorunlarına yönelik daha kalıcı çözümlerin üretilebileceği düşünülmüştür. Bundan dolayı bu araştırmada aşağıdaki araştırma sorularına yanıt aranmıştır;

- Beslenme dersi alan ön lisans öğrencilerinin SBİTÖ toplam puan ortalamaları cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
- Beslenme dersi alan ön lisans öğrencilerinin SBİTÖ toplam puan ortalamaları tok iken yemek yiyip yememe değişkenine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
- Beslenme dersi alan ön lisans öğrencilerinin SBİTÖ toplam puan ortalamaları paket gıda tüketip tüketmeme değişkenine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
- Beslenme dersi alan ön lisans öğrencilerinin SBİTÖ toplam puan ortalamaları besin satın alırken etiket bilgisi okuyup okumama değişkenine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
- Beslenme dersi alan ön lisans öğrencilerinin SBİTÖ toplam puan ortalamaları öğrenim gördükleri program değişkenine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
- Beslenme dersi alan ön lisans öğrencilerinin SBİTÖ toplam puan ortalamaları beslenmeyle ilgili bilgi edinmede sosyal medya kanallarını takip edip etmeme değişkenine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
- Beslenme dersi alan ön lisans öğrencilerinin SBİTÖ toplam puan ortalamaları sigara kullanıp kullanmama değişkenine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?

Materyal ve Metod

Araştırmanın bu bölümünde araştırmanın hangi modelle desenlediğine, araştırmanın çalışma grubuna ve istatistiki analizlere ilişkin bilgilere yer verilmiştir.

Etik Kurul Kararı

Bu çalışmada “Yükseköğretim Kurumları Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Yönergesi” kapsamında uyulması belirtilen tüm kurallara uyulmuştur. Yönergenin ikinci bölümü olan “Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiğine Aykırı Eylemler” başlığı altında belirtilen eylemlerden hiçbiri gerçekleştirilmemiştir. Bu çalışma, 11/11/2020 tarih 29 sayı ile Iğdır Üniversitesi Etik Kurul’undan izin alınarak gerçekleştirilmiştir.

Araştırma Modeli

Bu araştırmada, farklı önlisans programlarında öğrenim gören ve beslenme dersi alan öğrencilerin sağlıklı beslenmeye yönelik tutumlarından yola çıkarak çalışma grubunun sağlıklı beslenme tutumlarına ilişkin genel bir yargıya varmak amacıyla nicel araştırma modellerinden genel tarama modeli kullanılmıştır. Genel tarama modeli mevcut duruma ilişkin araştırma sorularını test etmek amacıyla anket, ölçek, görüşme, gözlem gibi veri toplama tekniklerinin kullanıldığı araştırma modelidir (Balcı, 2018).

Çalışma grubu

Araştırmanın çalışma grubunu; beslenmeyle ilgili eğitimlerin beslenme davranışlarını, tutumlarını ve alışkanlıklarını şekillendirdiği göz önüne alındığında kolay ulaşılabilirlik açısından 2020-2021 yılında Iğdır Üniversitesi Tuzluca Meslek Yüksekokulu ön lisans programlarında (çocuk gelişimi programı, spor yönetimi programı, engelli bakım ve rehabilitasyon programı) hem öğrenim görmekte olan hem de beslenme dersi alan 203 öğrenci oluşturmuştur.

Veri toplama aracı

Bu araştırmada veri toplama aracı olarak Tekkurşun-Demir ve Cicioğlu (2019) tarafından geliştirilen “*Sağlıklı Beslenmeye İlişkin Tutum Ölçeği (SBİTÖ)*” kullanılmıştır. SBİTÖ, 5’li likert tipinde olup, 21 madde ve dört alt faktörden oluşmaktadır. SBİTÖ’nün alt faktörleri “*Beslenme Hakkında Bilgi (BHB)*”, “*Beslenmeye Yönelik Duygu (BYD)*”, “*Olumlu Beslenme (OB)*” ve “*Kötü Beslenme (KB)*” şeklindedir. SBİTÖ’den alınacak toplam minimum puan 21, maksimum puan ise 105’tir. 21 puan çok düşük, 23-42 aralığı puanlar düşük, 43-63 aralığındaki puanlar orta, 64-84 aralığında yer alan puanlar yüksek, 85-110 aralığındaki puanlar ise ideal düzeyde yüksek sağlıklı beslenmeye ilişkin tutumu gösterir. SBİTÖ’nün cronbach alpha güvenilirlik katsayısı hesaplanmamış ancak alt boyutlarına ilişkin cronbach alpha güvenilirlik katsayısı hesaplanmıştır. Tekkurşun-Demir ve Cicioğlu (2019) SBİTÖ’nün BHB alt boyutuna ilişkin cronbach alpha değeri 0,81; BYD alt boyutuna yönelik cronbach alpha değeri 0,79; OB alt boyutuna yönelik cronbach alpha değeri 0,68 ve KB alt boyutuna ilişkin cronbach alpha değeri 0,80 olarak hesaplamıştır.

Verilerin analizi

Bu araştırmadan elde edilen verilerin analizinde SPSS demo programından yararlanılmıştır. Elde edilen veriler öncelikle normallik analizine tabi tutularak $N > 50$ olduğu

için Kolmogorov-Smirnov testi uygulanmış, verilerin çarpıklık (Skewness) ve basıklık (Kurtosis) değerleri, ortalama, standart sapma, minimum ve maksimum puan gibi betimsel istatistikler yapılmıştır. Betimsel istatistiklere ilişkin bilgiler Tablo 1’de verilmiştir.

Tablo 1. SBİTÖ’ye ilişkin betimsel istatistikler

Betimsel istatistikler	SBİTÖ
Ortalama (X)	73,84
Standart Sapma (Ss.)	11,062
Kolmogorov-Smirnov	0,018
Çarpıklık (Skewness)	0,171
Basıklık (Kurtosis)	0,340
Minimum Puan	45
Maximum Puan	105

Tablo 1’e göre üniversite öğrencilerinin SBİTÖ’ den aldıkları puanlar 45 ile 105 arasında değişim göstermiştir. SBİTÖ’ den elde edilen puanların ortalaması 73,84, standart sapma değeri 11,062’tür. Verilerin çarpıklık (skewness) değeri 0,171; basıklık (kurtosis) değeri 0,340 olup, Kolmogorov-Smirnov için p değeri ,018’dir ($p < ,05$). Tabachnick ve Fidell (2013)’e göre çarpıklık ve basıklık değerlerinin -1,5 ile 1,5 arasında ve Kolmogrov Smirnov değerinin ,05’ten küçük durumunda verilerin normal dağıldığı kabul edilebilir.

Daha sonra elde edilen veriler üzerinden güvenilirlik analizi yapılmıştır. Mevcut çalışmada SBİTÖ’nün ve alt boyutlarının iç tutarlılık katsayıları tekrar hesaplanmıştır. Hesaplamaya ilişkin bilgiler Tablo 2’de gösterilmiştir.

Tablo 2. SBİTÖ ve alt boyutlara ilişkin cronbach alpha değerleri

Alt boyut	Maddeler	Cronbach alpha
Beslenme Hakkında Bilgi (BHB)	1, 2, 3, 4, 5.	0,92
Beslenmeye Yönelik Duygu (BYD)	6, 7, 8, 9, 10, 11	0,71
Olumlu Beslenme (OB)	12, 13, 14, 15, 16	0,85
Kötü Beslenme (KB)	17, 18, 19, 20, 21	0,76
SBİTÖ		0,82

Tablo 2’ye göre SBİTÖ’nün genelini cronbach alpha değeri 0,82’dir. BHB alt boyutuna ilişkin cronbach alpha değeri 0,92; BYD alt boyutuna yönelik cronbach alpha değeri 0,71; OB alt boyutuna yönelik cronbach alpha değeri 0,85 ve KB alt boyutuna ilişkin cronbach alpha değeri ise 0,76 olarak belirlenmiştir. SBİTÖ’nün ve alt boyutlarının iç tutarlılık katsayısının 0,70 ve üzeri değere sahip olması SBİTÖ için yüksek güvenilirliği gösterir (Alpar, 2011; Tavşancıl, 2014) .

Güvenirlik analizinden sonra SBİTÖ’den alınan toplam puan ortalamaları ile demografik değişkenler arasındaki anlamlı farklılığın saptanması için ikili kümelerde parametrik testlerden

bağımsız gruplar t testi, ikiden fazla kümelerde ise tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanılmıştır.

Bulgular

Araştırmanın bu bölümünde çalışma grubunun demografik özelliklerine ve SBİTÖ' den aldıkları toplam puanların farklı değişkenler açısından analizlerine ilişkin bilgilere yer verilmiştir.

Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin demografik özelliklerine ilişkin betimsel istatistikler Tablo 3'te yer almaktadır.

Tablo 3. Üniversite öğrencilerinin demografik özelliklerine ilişkin betimsel istatistikler

Değişkenler	Gruplar	f	%
Cinsiyet	Kadın	129	63,5
	Erkek	74	36,5
Tok iken yemek yiyip yememek	Evet	56	27,6
	Hayır	147	72,4
Paket gıda tüketip tüketmemek	Evet	170	83,7
	Hayır	33	16,3
Besin etiket bilgisi okuyup okumamak	Evet	145	71,4
	Hayır	58	28,6
Öğrenim görülen program	Çocuk gelişimi	80	39,4
	Spor yönetimi	40	19,7
	Engelli bakım ve rehabilitasyon	83	40,9
İnstagram, twitter, youtube gibi sosyal medya kanallarını beslenmeyle ilgili bilgi edinmek amaçlı takip edip etmemek	Evet	54	26,6
	Hayır	102	50,2
Sigara kullanıp kullanmamak	Bazen	47	23,2
	Evet	44	21,7
	Hayır	159	78,3

Tablo 3 incelendiğinde üniversite öğrencilerinin %63,5'i kadın, %36,5'i erkektir. Öğrencilerin büyük bir çoğunluğu (%72,4) aç olmadıkları zaman yemek yemediğini belirtirken, %27,6'sı aç olmadıkları zamanlarda da yemek yediklerini ifade etmişlerdir. Öğrencilerin %83,7'si paket gıda tüketmekte, %16,3'ü ise tüketmemekte; %71,4'ü besin satın alırken etiket bilgisi okurken, %28,6'sı okumamaktadır.

Tablo 3'e göre öğrencilerin %39,4'ü çocuk gelişimi, %19,7'si spor yönetimi ve %40,9'u ise engelli bakım ve rehabilitasyon programında öğrenim görmektedir. Öğrenciler beslenmeyle ilgili bilgilerini edinirken sosyal medya kanallarını kullanım dağılımı $X_{\text{evet}}=26,6$, $X_{\text{bazen}}=23,2$, $X_{\text{hayır}}=50,2$ şeklindedir. Öğrencilerin %26,6'sı sosyal medya kanallarını beslenmeyle ilgili bilgi edinmek amaçlı kullanırken, %50,2'si kullanmamakta, %23,2 ise bazen kullanmaktadır. Öğrencilerin %21,7'si sigara kullanırken, %78,3'ü kullanmamaktadır.

Üniversite öğrencilerinin SBİTÖ puan ortalamalarının farklı değişkenler açısından karşılaştırıldığı bağımsız örneklem t testi analiz sonuçları Tablo 4'te verilmiştir.

Tablo 4. Öğrencilerin demografik özelliklerine göre yapılan T- testi sonuçları

Değişkenler	Gruplar	N	\bar{x}	S.s	T testi		
					t	sd	p
Cinsiyet	Kadın	129	72,90	10,86	-,749	201	,455
	Erkek	74	74,11	11,43			
Tok iken yemek yiyip yememe	Evet	56	69,48	10,04	-3,133	201	,002
	Hayır	147	74,81	11,10			
Paket gıda tüketip tüketmeme	Evet	170	72,60	10,79	-2,183	201	,030
	Hayır	33	77,15	11,77			
Besin satın alırken etiket bilgisi okuyup okumama	Evet	145	75,51	11,32	5,304	143,54	,000
	Hayır	58	67,91	8,22			
Sigara kullanıp kullanmama	Evet	44	70,00	11,10	-2,287	201	,023
	Hayır	159	74,26	10,90			

Tablo 4 incelendiğinde üniversite öğrencilerinin sağlıklı beslenmeye ilişkin tutum düzeyleri ile cinsiyet ($p=,455$) değişkeni arasında bir farklılığın olmadığı görülmektedir. Toplam puan ortalamaları dikkate alındığında; erkek öğrencilerin kadın öğrencilere göre sağlıklı beslenme tutum düzeylerinin daha yüksek olduğu söylenebilir.

Tablo 4'e göre öğrencilerin tok iken yemek yiyip yememe ($p=,002$), paket gıda tüketip tüketmeme tüketimi ile sağlıklı beslenmeye ilişkin tutumları arasında anlamlı farklılığın olduğu görülmektedir ($p=,030$). Yine Tablo 3'te yer alan verilere göre öğrencilerin besin satın alırken etiket bilgisi okuyup okumama ($p=,000$), sigara kullanıp kullanmama ($p=,023$) değişkenlerine göre sağlıklı beslenmeye ilişkin tutumları arasında anlamlı farklılığın olduğu görülmektedir. Anlamlı farklılığın bulunduğu değişkenlerdeki grupların toplam puan ortalamaları incelendiğinde;

- Tok iken yemek yemeyen öğrencilerin yiyen öğrencilere ($\bar{x}_{\text{evet}}=69,48$, $\bar{x}_{\text{hayır}}=74,81$),

- Paket gıda tüketmeyen öğrencilerin tüketen öğrencilere ($\bar{x}_{\text{evet}}=72,60$, $\bar{x}_{\text{hayır}}=77,15$),

- Besin satın alırken etiket bilgisi okuyan öğrencilerin okumayan öğrencilere ($\bar{x}_{\text{evet}}=75,61$, $\bar{x}_{\text{hayır}}=67,91$),

- Sigara kullanmayan öğrencilerin kullanan öğrencilere ($\bar{x}_{\text{evet}}=70,00$, $\bar{x}_{\text{hayır}}=74,26$) göre sağlıklı beslenmeye ilişkin tutum düzeyleri daha yüksek ve bu farklılıklar istatistiki olarak anlamlıdır.

Üniversite öğrencilerinin SBİTÖ puan ortalamalarının farklı değişkenler açısından karşılaştırıldığı tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testi analiz sonuçları Tablo 5'te verilmiştir.

Tablo 5. Öğrencilerin demografik özelliklerine göre yapılan ANOVA testi sonuçları

Değişken	Gruplar	N	\bar{x}	Ss.	F	p	Tukey Testi
İnstagram, twitter, youtube gibi sosyal medya kanallarını beslenmeyle ilgili bilgi edinmek amaçlı takip edip etmeme	Evet	54	75,56	11,47	3,724	,026	Evet > Bazen
	Hayır	102	73,78	11,14			
	Bazen	47	69,79	9,67			
Öğrenim görülen program	Çocuk gelişimi	80	73,88	11,88	2,923	,021	Engelli bakım ve rehabilitasyon programı> Çocuk gelişimi
	Spor yönetimi	40	59,69	8,56			
	Engelli bakım ve rehabilitasyon	83	76,81	12,62			

Tablo 5'e göre üniversite öğrencilerinin sağlıklı beslenmeyle ilgili bilgileri edinmede sosyal medya kaynaklarını kullanıp kullanmama durumuna ($p=,059$) göre sağlıklı beslenmeye ilişkin tutumları arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir ($p=,026$). Farklılığın kaynağını test etmek için Post Hoc testlerinden Tukey testi kullanılmıştır. Farklılığın yönü (evet)-(bazen) şeklinde bulunmuştur. Anlamlı ilişkinin bulunduğu gruplar arasındaki puan ortalamaları dikkate alındığında anlamlı farklılık beslenmeyle ilgili bilgi edinmede sosyal medya kaynaklarının kullananların lehinedir ($\bar{x}_{\text{evet}}=75,56$, $\bar{x}_{\text{hayır}}=73,78$, $\bar{x}_{\text{bazen}}=69,79$).

Üniversite öğrencilerinin SBİTÖ toplam puan ortalamaları öğrenim görmekte oldukları programa göre anlamlı farklılık göstermektedir ($p =,021$). Farklılığın yönü engelli bakım ve rehabilitasyon programı ile çocuk gelişimi programı arasındadır olup engelli bakım ve rehabilitasyon programı lehinedir.

Tartışma ve Sonuç

Araştırmadan elde edilen bulgulara göre üniversite öğrencilerinin SBİTÖ'den aldıkları puan ortalamaları cinsiyete göre farklılaşmıştır. Erkek öğrenciler kadın öğrencilere göre daha yüksek sağlıklı beslenme tutumuna sahiptir. Bu durum öğrencilerin beslenme davranışlarının benzer olması, benzer coğrafi kültürde yetişmeleri ve benzer sosyo-ekonomik duruma sahip olmaları ile ilişkilendirilebilir. Aynı zamanda bu durum çalışmanın gerçekleştirildiği pandemi dönemiyle ilgili de olabilir. Çünkü pandemiyle beraber eğitim sürecinin çevrimiçi olması hareketsizliği beraberinde getirmiş olup beslenmeye yönelik tutumlar pandemi sürecinden etkilenmiştir. (Lou ve ark., 2018). Bu sebeple kadın öğrenciler hormonal yapı gereği olarak daha çok tükenmişlik ve kaygı yaşayarak beden algısına önem vermekten kaçınma davranışı sergilemiş olabilir. Beslenmeye yönelik tutumların kaygı, kaçınma gibi davranışlarla pozitif ilişkili olması (Cam-Celikel ve ark., 2008) erkek öğrencilerin lehine olan sağlıklı beslenme

tutumunu destekler niteliktedir. Alan yazında üniversite öğrencileriyle ilgili yer alan bazı çalışmalarda (Barzegari ve ark., 2011; Karaağaç, 2020; Ünal ve ark., 2020; Akyakar, 2021; Aydın, 2021; Dinç, 2021; Gülen ve ark., 2021; Hastaoğlu, 2021; Tekkurşun-Demir ve ark.,2021; Özenoğlu ve ark., 2021) beslenmeye ilişkin tutumların cinsiyete göre farklılık göstermemesi mevcut çalışma sonuçlarını destekler niteliktedir.

Üniversite öğrencilerinin tok iken yemek yiyip yememe durumuna göre SBİTÖ puan ortalamaları arasında önemli ölçüde bir farklılık bulunmadığı ve bu farklılığın tok iken yemek yemeyen öğrencilerin lehine olduğu görülmüştür. Bu durumda tok iken yemek yemeyen öğrencilerin; fiziksel açlık haricinde yemek yemenin sağlık problemlerini tetiklediği bilincine sahip oldukları ve bunu davranışa dönüştürdükleri söylenebilir. Tok iken yemek tüketen öğrenciler ise yemeklerin görünüşü ve kokusuyla sezgisel yeme davranışı sergiliyor olabilir Aynı zamanda tatmin olma, yemek yemekten haz alma, sorunları bir süreliğine ortadan kaldırma, olumsuz duygulardan kaçınma vb. faktörler de tok iken beslenen öğrencilerin davranış sebepleri sayılabilir. Bu çerçevede duygusal açlık ile ilgili bilimsel çalışmalar önemlidir. Çünkü duygusal açlık üniversite öğrencilerinde olumsuz beslenme tutumlarına neden olarak obeziteyi artırdığı ve duygusal açlığın yaş, cinsiyet, sınıf düzeyi vb. değişkenlere göre değişir (Lluch ve ark., 2000; Anschutz ve ark., 2008; Van ve ark., 2012).

SBİTÖ puan ortalamalarının paket gıda tüketip tüketmeme bazındaki farklılık paket gıda tüketmeyenlerin lehinedir. Renk ve raf ömrünün uzun olması amacıyla işlenmiş paket gıdaların birçok sağlık sorununa sebebiyet verebileceğine dair öğrencilerin bilinçli olma ihtimalleri söz konusu farklılığın gerekçesi olabilir. Alan yazında paketlenmiş gıdaları tüketme durumunun tutum farklılığına ilişkin bir çalışmaya rastlanmamıştır. Ancak paketlenmiş gıdaları satın alırken marka, kalite, son tüketim tarihi, ambalaj büyüklüğü gibi faktörlere dikkat etmek (Çelebi ve ark., 1991), paket gıda tüketiminde hastalanmaktan korkmak (Yurt, 2015), paket gıdaların geleneksel gıdalardan daha fazla kimyasal barındırdığı, ekonomik problemlerin ve eğitim yetersizliğinin gıda güvenliğini zorlaştırdığı (Erkmen, 2010) gibi bilgiler alan yazında öne çıkmıştır.

Araştırma sonuçlarına göre SBİTÖ puan ortalamaları etiket bilgisi okuyan öğrencilerin lehine anlamlı farklılık göstermiştir. Bu durum öğrencilerin yanlış beslenme bilgilerinden kaçınarak malnütrisyon risklerini engelleme davranışları sergilediğini gösterebilir. Bundan dolayı söz konusu farklılığın besin etiket bilgisi okuyan öğrencilerin lehine olması besin etiketi okumanın sağlıklı beslenmenin ilk adımlarından biri olma durumu ile açıklanabilir. Çünkü besin etiketi okuma alışkanlığının sağlıklı beslenmeye yönelik tutum (Besler ve ark., 2012;

Graham ve Laska, 2012; Graham ve ark., 2015) ve eğitim ile ilişkili olduğunu (Güneş ve ark., 2014) ortaya koymuştur. Bu ilişki mevcut çalışmanın sonucunu destekler niteliktedir.

Sigara kullanıp kullanmama değişkenine göre SBİTÖ puan ortalamaları sigara kullanmayanların lehine farklılaşmıştır. Sigaranın koku, tat alma duyularında değişimlere, kardiyovasküler hastalıklara, mineral eksikliğine, az ya da çok beslenmeye neden olması gibi durumlar bu farklılığın gerekçesi olabilir. Aynı zamanda bu durum üniversite dönemiyle beraber öğrencilerin sosyal çevre ve ekonomik değişimlerin getirdiği stres faktörünü başarıyla yönetebilmeleri ile açıklanabilir. Alan yazında yer alan bazı çalışmalarda üniversite öğrencilerinin sigara kullanma ile sağlıklı beslenme tutumları arasında bir farklılığın olmadığı ortaya koyulmuştur (Ünal ve ark., 2009; Özvurmaz ve ark., 2018; Süngü-Bulut, 2019). Bu durum mevcut çalışmamızın sonucundan farklıdır. Ancak Bayrak ve ark., (2010)'nın çalışmasında öğrencilerin sağlıklı beslenme tutumlarının sigara kullanma değişkenine göre anlamlı farklılık göstermesi mevcut çalışmamızla sonuç olarak benzerlik gösterir.

Araştırma sonuçlarına göre üniversite öğrencilerinin instagram, twitter, youtube vb. sosyal medya kanalları takip edip etmeme durumları SBİTÖ puan ortalamaları bazında anlamlı farklılık göstermiştir. Bu farklılık sosyal medya kanallarını beslenmeyle ilgili bilgi edinmek amaçlı takip eden öğrencilerin lehinedir. Gruplar arasındaki farklılık ise sosyal medyayı beslenmeyle ilgili bilgi edinmek için kullanan öğrenciler ile ara sıra kullanan öğrenciler arasındadır. Ancak sosyal medya kanallarını beslenmeyle ilgili bilgi edinmek amaçlı takip eden ve etmeyen öğrencilerin sağlıklı beslenme tutum puan ortalamaları arasındaki fark azdır. Bu durum öğrencilerin yanıltıcı cevap verme ihtimalleri ile açıklanabilirken, sosyal medya kanallarını beslenmeyle ilgili bilgi edinmekten ziyade gündemi takip etme, fotoğraf paylaşma, sosyal ilişkiler kurma amaçlı kullanmalarıyla ilişkilendirilebilir. Sosyal medya kanallarını takip edenler daha yüksek olumlu beslenme tutumlarına sahiptir. Ancak olumsuz beslenme tutumlarının temel nedenlerinden biri sosyal medya takibidir (Aktaş ve ark, 2021; Gürsoy-Coşkun ve Atmaca-Demir, 2021; Imperatori ve ark, 2021).

Farklı önlisans programında öğrenim gören öğrencilerin SBİTÖ puan ortalamaları arasında farklılık belirlenmiştir. Bu farklılık engelli bakım ve rehabilitasyon programında öğrenim gören öğrencilerin lehinedir. Yani engelli bakım ve rehabilitasyon programında öğrenim gören öğrencilerin çocuk gelişimi, spor yönetimi programlarında öğrenim gören öğrencilere göre sağlıklı beslenme tutum düzeyleri daha yüksektir. Bu durum engelli bakım ve rehabilitasyon programındaki öğrencilerin öğrenim gördükleri bölümün misyonu çerçevesinde vicdani ilkeleri daha çok içselleştirmiş olmaları ile açıklanabilir. Çünkü sağlık kuruluşlarında özel gereksinime ihtiyacı olan bireylerle çalışmak rol model olma hususunda daha özenli

davranışlar sergilemeyi gerektirebilir. Alan yazında çocuk gelişimi, fizyoterapi ve rehabilitasyon vb. bölümlerin baz alınarak yapıldığı çalışmalarda beslenme ve diyetetik bölümü öğrencilerinin çocuk gelişimi, fizyoterapi ve rehabilitasyon bölümündeki öğrencilere göre SBİTÖ puan ortalamalarının anlamlı ölçüde farklılık gösterdiği görülmüştür (Akgül, 2017).

Öneriler

Araştırma sonuçlarına göre üniversite öğrencilerinin sağlıklı beslenmeye ilişkin tutumlarının geliştirilmesine yönelik öneriler şu şekilde sıralanabilir;

- Üniversite öğrencilerinin yaşadıkları bölgede bulunan besin çeşitlerini tanımlarını sağlayıcı ve bu besinlerin sağlık ve doğru beslenmeyle ilgisini kurarak davranışa dönüştürebileceği yaygın eğitimler düzenlenebilir.

- Sağlıklı beslenmeyle ilgili bilgilerin bulunduğu Everyday Health, Verywellfit, MedLine Plus, Medpage Today, Academy of Nutrition and Dietetics vb. sanal platformların tanıtımına ilişkin eğitim süreçleri, etkinlikler üniversiteler tarafından gerçekleştirilebilir.

- Erken çocukluk döneminde düzenlenen beslenme saatlerinde tüketilen yiyecek içeceklerin sağlıklı beslenmeye yönelik olmasına öğretmenler tarafından dikkat edilerek çocuğa ilerleyen yaşam süreçlerinde etiket bilgisi okuma, paket gıda kullanıp kullanmama vb. doğru beslenme ilkeleri çerçevesinde sağlıklı beslenmeye yönelik olumlu tutum kazandırılması sağlanabilir.

- Sağlıklı beslenmenin kültürle ilişkisine ve bu kültürün eğitimle entegre edilerek daha kalıcı davranışlara dönüşebileceğine ilişkin kurumlar tarafından seminerler, eğitimler, etkinlikler, sempozyumlar düzenlenebilir.

- Sağlık kuruluşları tarafından paket gıda, sigara ve alkolün zararlarına yönelik devlet destekli kampanyalar düzenlenebilir.

Çıkar Çatışması Beyanı

Makale yazarı herhangi bir çıkar çatışması olmadığını beyan eder.

Kaynaklar

Akgül B., 2017. Üniversite öğrencilerinin yeme tutum ve sağlıklı yaşam biçimi davranışlarının saptanması. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Okan Üniversitesi.

Aktaç Ş, Kargin D, Güneş FE., 2021. The relationship between social media use, eating attitude and body mass index among nutrition and dietetic female students: A cross-sectional study. *The Spanish Journal of Human Nutrition and Dietetics*, 25(1): 78-86.

Akyakar B., 2021. Sağlık bilimleri üniversitesi Gülhane sağlık bilimleri fakültesi öğrencilerinde sosyal medya bağımlılık düzeyinin beslenme durumuyla ilişkisi. (Yüksek Lisans Tezi). Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Gülhane Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Alpar R., 2011. Çok değişkenli istatistiksel yöntemler. Ankara: Detay Yayıncılık.

Anschutz D, Engels RCME, Van-Strien T., 2008. Susceptibility fort hin ideal media and eating styles. *Body Image*, 5: 70-79.

Aydın G., 2021. Farklı branşlardaki faal antrenörlerin fiziksel aktivite düzeyleri ile sağlıklı beslenmeye ilişkin tutumlarının incelenmesi (Balıkesir İli Örneği). Yüksek Lisans Tezi. Balıkesir Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Balıkesir.

Balcı A., 2018. Sosyal bilimlerde araştırma yöntem, teknik ve ilkeler. Pegem Akademi.

Barzegari A, Ebrahimi M, Azizi M, Ranjbar K., 2011. A study of nutrition knowledge, attitudes and food habits of college students. *World Applied Sciences Journal*, 15(7): 1012-1017.

Bayrak U, Gram E, Mengeş E, Okumuş ZG, Sayar HC, Skrijely E, Ellidokuz H., 2010. Üniversite öğrencilerinin sağlıkla ilgili alışkanlıklar ve kanser konusundaki bilgi ve tutumları. *Dokuz Eylül Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*, 24(3): 95-104.

Besler HT, Büyüktuncer, Z, Uyar MF., 2012. Consumer understanding and use of food and nutrition labeling in Turkey. *Journal of Nutrition Education and Behavior*, 44(6): 584-591.

Carruth BR, Mangel M, Anderson HL., 1977. Assessing change pro-neness and nutrition - related behavior. *Journal of American Dietetic Association*, 70(1): 47-53.

Cam-Celikel F., Elbozan-Cumurcu B., Koc M., Etikan I, Yucel B., 2008. Psychologic correlates of eating attitudes in Turkish female college students. *Comprehensive Psychiatry*, 49(2): 188-194.

Çelebi K, Kavas A, Kavas A., 1991. Besin etiketi: Tüketici algılaması tercihi ve içerik analizi. *Beslenme ve Diyet Dergisi*, 20: 209-219.

Dinç A., 2021. Spor bilimleri öğrencilerinin sosyal medya bağımlılığı ve sağlıklı beslenme tutumlarının incelenmesi (Iğdır İli Örneği). *Iğdır University Journal of Social Sciences*, 1: 813-821.

Emmett PM, Jones IR., 2015. Diet, growth, and obesity development throughout childhood in the avon longitudinal study of parents and children. *Nutrition Reviews*, 73(3): 175-206.

Erkmen O., 2010. Gıda kaynaklı tehlikeler ve güvenli gıda üretimi. Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Dergisi, 53(3): 220-235.

Ermış E, Doğan E, Erilli N, Satıcı A., 2014. Üniversite öğrencilerinin beslenme alışkanlıklarının incelenmesi: Ondokuz Mayıs Üniversitesi örneği. Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi, 6(1): 30-40.

Graham DJ, Heidrick C, Hodgins K., 2015. Nutrition label viewing during a food selection task: front-of-package labels vs nutrition facts labels. Journal of the Academy of Nutrition and Dietetics, 115(10): 1636-1646.

Graham DJ, Laska MN., 2012. Nutrition label use partially mediates the relationship between attitude toward healthy eating and overall dietary quality among college students. Journal of Academic Nutrition and Dietetics, 112(3): 414-418.

Gülen Ö, Kumartaşlı M, Madak E, Sönmez HO, Pepe O., 2021. Taekwon-do sporcularının beslenme tutumlarının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. The Online Journal of Recreation and Sport– July, 10(3): 31-45.

Gümüş-Şekerci Ş., 2019. Zayıf öğrencilere yönelik uygulanan sağlıklı beslenme programının etkisi: bir randomize kontrollü çalışma. Van Sağlık Bilimleri Dergisi, 12(3): 21-30.

Güneş FE, Aktaş Ş, Korkmaz BİO., 2014. Tüketicilerin gıda etiketlerine yönelik tutum ve davranışları. Akademik Gıda, 12(3): 30-37.

Güneş T., 2010. Genel biyoloji. Anı Yayıncılık.

Gürsoy-Coşkun G, Atmaca-Demir B., 2021. Lisans öğrencilerinin sosyal medya bağımlılığı ile sağlıklı beslenmeye ilişkin tutumlarının değerlendirilmesi–İstanbul'da bir üniversite örneği. Fenerbahçe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi, 1(3): 195-205.

Ha EJ, Caine-Bish N., 2011. Interactive introductory nutrition course focusing on disease prevention increased whole-grain consumption by college students. Journal of Nutrition Education and Behaviour, 43(4): 263–267.

Hastaoğlu E., 2021. Covid-19 salgını sürecinde turizm öğrencilerinin stres düzeyleri ve sağlıklı beslenme. Journal of Tourism and Gastronomy Studies, 9(3): 1610-1621.

Imperatori C, Panno A, Carbone GA, Corazza O, Taddei I, Bernabei L, Massullo C, Prevete E, Tarsitani L, Pasquini M, Farina B, Biondi M, Bersani FS., 2021. The association between social media addiction and eating disturbances is mediated by muscle dysmorphia-related symptoms: a cross-sectional study in a sample of young adults. Eating and Weight Disorders Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity, 27(3): 1131-1140.

Karaağaç G., 2020. Spor salonlarına giden bireylerin sağlıklı beslenme tutumları ve sosyal görünüş kaygı düzeylerinin belirlenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Kafkas Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kars.

Lluch A, Herbeth B, Mejean L., 2000. Dietary intakes, eating style and overweight in the Stanislas Family Study. *International Journal of Obesity*, 24: 1493-1499.

McGuire WT., 1976. Some internal psychological factors influencing consumer choice, *Journal of Consumer Research*, 2: 302-306.

Mutcalı-Kuran S., 2021. Bir anaokulundaki öğrencilerin annelerinin evdeki beslenme tutumu ve ilişkili faktörler. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Pamukkale Üniversitesi.

Orak S, Akgün S, Orhan H., 2006. Süleyman Demirel üniversitesi öğrencilerinin beslenme alışkanlıklarının araştırılması. *Süleyman Demirel Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*, 13(2): 5-11.

Özenoğlu A, Gün B, Karadeniz B, Koç F, Bilgin V, Bembeyaz Z, Saha BS., 2021. Yetişkinlerde beslenme okuryazarlığın sağlıklı beslenmeye ilişkin tutumlar ve beden kütle indeksi ile ilişkisi. *Life Sciences*, 16(1): 1-18.

Özvrılmaz S, Mandiracioğlu A, Lüleci E., 2018. Üniversite öğrencilerinde yeme tutumu ve yeme tutumuna etki eden faktörler. *Adıyaman Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 4(2): 841-849.

Richards A, Kattelman KK, Ren C., 2006. Motivating 18- to 24-year-olds to increase their fruit and vegetable consumption. *Journal of the American Dietetic Association*, 106(9): 1405-141.

Şahin C., 2015. Obezitesi olan çocuklarda depresyon ve yaşam kalitesinin değerlendirilmesi. Tıpta uzmanlık tezi, Dicle Üniversitesi.

Sarıdağ-Devran B, Kızıltan G., 2018. Doğu Anadolu bölgesinde yaşayan adölesan ve yetişkinlerin beslenme alışkanlıkları ile yeme tutum ve davranışlarının belirlenmesi. *Başkent Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 2(2): 47-60.

Satan N., 2019. Farklı sosyal çevrede yaşayan ilköğretim öğrencilerinin sağlık tutum davranışlarının değerlendirilmesi: Zonguldak ili örneği. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Zonguldak Bülent Ecevit Üniversitesi.

Süngü-Bulut D., 2019. Uludağ Üniversitesi öğrencilerinin yeme tutum ve davranışlarının belirlenmesi. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Uludağ Üniversitesi.

Tabachnick BG, Fidell LS., 2013. *Using multivariate statistics* (6th ed.), Boston: Allyn and Bacon.

Tavşancıl E., 2014. Tutumların ölçülmesi ve SPSS ile veri analizi (5. Baskı). Ankara: Nobel Yayınevi

Tekkurşun-Demir G, Cicioğlu Hİ., 2019. Sağlıklı beslenmeye ilişkin tutum ölçeği (SBİTÖ): geçerlik ve güvenilirlik çalışması. Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi, 4(2): 256-274.

Tekkurşun-Demir G, Namlı S, Cicioğlu Hİ., 2021. Takım ve bireysel sporlarda sosyal görünüş kaygısı sağlıklı beslenmeye ilişkin tutumun belirleyicisi midir?. Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 19(4): 124-134.

Ünal E, Özdemir A, Kaçan CY., 2020. Covid-19 pandemisinin hemşirelik öğrencilerinin beslenme ve hijyen alışkanlıklarına etkisi. Uludağ Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi, 46(3): 305-311.

Ünalan D, Öztop DB, Elmalı F, Öztürk A, Konak D, Pırlak B, Güneş D., 2009. Bir grup sağlık yüksekokulu öğrencisinin yeme tutumları ile sağlıklı yaşam biçimi davranışları arasındaki ilişki. İnönü Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi, 16(2): 75-81.

Vançelik S, Önal SG, Güraksın A, Beyhun E., 2007. Üniversite öğrencilerinin beslenme bilgi ve alışkanlıkları ile ilişkili faktörler. TSK Koruyucu Hekimlik Bülteni, 6(4): 242-248.

Yurt B., 2015. Sağlık riskleri algısının gıda tüketimine yansımaları: Eskişehir örneği. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Anadolu Üniversitesi.