

Araştırma Makalesi ♦ Research Article

**Ortaöğretim Yiyecek İçecek Hizmetleri Bölümü Öğrencilerinde Sağlıklı Beslenmeye İlişkin Tutumların Belirlenmesi**

*Determination of Secondary School Food and Beverage Services Department Students' Attitudes Towards Healthy Nutrition*

Sibel ÇETİN<sup>1</sup> Tuğba GÜNGÖRMÜŞ<sup>2</sup> Bülent TİLKİN<sup>3</sup> Selen Saran TİLKİN<sup>4</sup>  
Esra El ÇİLLER<sup>5</sup>

<sup>1</sup>MEB, sibelcetin-99@hotmail.com, 0009-0003-7332-8947

<sup>2</sup>MEB, tugba\_varis@hotmail.com, 0009-0008-0854-4199

<sup>3</sup>MEB, bttilkın@gmail.com, 0009-0005-4272-6904

<sup>4</sup>MEB, delimavis@msn.com, 0009-0004-0434-5185

<sup>5</sup>MEB, haluk.esra09@gmail.com, 0009-0009-6085-1046

MAKALE BİLGİSİ

**Anahtar Kelimeler:**

Yiyecek İçecek Hizmetleri  
Sağlıklı Beslenme Tutumu  
Ortaöğretim Öğrencileri

ARTICLE INFO

**Keywords:**

Food and Beverage Services  
Healthy Nutrition Attitude  
Secondary Education Students

ÖZ

Bu araştırma ortaöğretim yiyecek içecek hizmetleri bölümünde eğitim gören öğrencilerin sağlıklı beslenmeye ilişkin tutumlarının incelenmesi amacıyla gerçekleştirilmiştir. Nicel araştırma yöntemlerine göre gerçekleştirilen araştırma tarama modelinde tasarlanmış olup veriler anket yöntemi ile toplanmıştır. Araştırma 2022-2023 eğitim öğretim yılında Aydın il merkezinde bulunan ortaöğretim okullarının yiyecek içecek hizmetleri bölümlerinde eğitim gören kolayda örnekleme yöntemi ile belirlenmiş olan 185 öğrenci üzerinde gerçekleştirilmiştir. Araştırma sonucunda en fazla 105 puan alınabilen sağlıklı beslenme ölçeğinden öğrenciler ortalama 84,665 puan almışlardır. Öğrencilerin sağlıklı beslenmeye yönelik tutumlarının beklenen düzeyde olmadığı görülmüştür. Araştırmada ayrıca öğrencilerin sağlıklı beslenmeye yönelik tutumlarının cinsiyetlerine, sınıflarına, ailelerinin aylık gelir düzeyine göre bazı boyutlarda farklılaştığı saptanmıştır.

ABSTRACT

This research was conducted to examine the attitudes of students studying in the department of food and beverage services in secondary education towards healthy nutrition. The research, which was carried out according to quantitative research methods, was designed in the survey model and the data were collected by questionnaire method. The research was carried out on 185 students, who were determined by convenience sampling method, studying in the food and beverage services departments of secondary schools in Aydın city centre in the 2022-2023 academic year. As a result of the research, students received an average score of 84.665 points from the healthy eating scale, which can be obtained a maximum of 105 points. It was observed that students' attitudes towards healthy eating were not at the expected level. In the study, it was also found that students' attitudes towards healthy nutrition differed in some dimensions according to their gender, class and monthly income level of their families.

## 1 Giriş

Beslenme biyolojik olarak hayatta kalmak için gereklidir (Bulduk ve ark. 2002). Beslenme; büyüme, gelişme ve sağlıklı bir yaşamın sürdürülmesi için gerekli olan çeşitli enerji ve besin öğelerini içeren besinlerin en yeterli ve dengeli olarak alınması ve bunların vücutta kullanılması olarak tanımlanmaktadır (Baysal, 1999). Besinlerin beslenme için gerekli enerjinin sağlanması onu insan tüketimine uygun hale getirmekte ve tüketim davranışı süreci beslenmeyi sadece biyolojik bir ihtiyaç olmaktan çıkarıp kişiden kişiye değişen kültürel bir olguya dönüştürmektedir (Beşirli, 2010). Besin ihtiyacı; cinsiyet, yaş, fiziksel aktivite, hastalık, genetik yapı gibi faktörlere bağlı olarak değişebilmektedir (Saygın ve ark., 2011).

İnsan sağlığı; beslenme, genetik, iklim ve çevre koşulları gibi birçok faktörden etkilenmektedir. Bu faktörlerin başında beslenme gelmektedir. Sağlıklı beslenme; bireyin yaşına, cinsiyetine ve fizyolojik durumuna göre bireyin ihtiyaç duyduğu tüm besin öğelerinin yeterli miktarda sağlanmasıdır. Beslenme; büyüme, gelişme, hayatta kalma ve sağlığın korunması için gereklidir. Beslenme gereksinimlerindeki farklılıklar; yaş, cinsiyet, fiziksel aktivite, hastalık durumları, genetik yapı gibi faktörlerden etkilenmektedir. Ergenlik döneminde birim vücut başına gereken enerji ve besin miktarı yetişkinlere göre daha fazladır (Baysal ve ark., 2015). Aynı zamanda vücut yapısındaki farklılıklar nedeniyle erkeklerin enerji ihtiyaçları kadınlara göre daha fazladır. Bireyin fiziksel aktivitesi arttıkça besin tüketimi artmalı, azaldıkça da besin tüketimi azalmalıdır (Yücel, 2019). Dengeli olmazsa sağlık sorunları ortaya çıkabilir. Genel olarak bakıldığında kişinin sosyoekonomik durumu arttıkça fiziksel aktivitesi azalır ancak tükettiği gıdanın enerji ve besin yoğunluğu artar. Beslenme ihtiyaçlarını etkileyen faktörlerdeki dengesizlikler, çeşitli beslenme ve buna bağlı sağlık sorunlarına yol açabilir. Ülkemizde beslenme yetersizlikleri ve dengesizlikleri büyük bir toplumsal sorundur (Büyükkoyuncu, Aktaş ve Demir, 2017). Ortaöğretim öğrencileri beslenme sorunları açısından yüksek riskli gruptan biridir. Ülkemizde yapılan bazı araştırmalar ortaöğretim öğrencilerinin yetersiz besin alımına sahip olduklarını göstermiştir.

Yetersiz beslenme, besinlerden alınan besin öğelerinin vücudun ihtiyaç duyduğu miktara ulaşmaması durumunda ortaya çıkar (Yıldırım ve ark., 2011). Bazı besin maddelerinin çok az, bazılarının ise çok fazla tüketilmesine beslenme dengesizliği denir (Arslan ve ark., 2001). Yetersiz beslenme ve dengesizlik ülkemizde sosyal bir sorundur. Ülkemizde gıda tüketimi, sağlık, eğitim ve sosyal haklardan yararlanmadaki eşitsizlikler dikkate alınarak hem gelişmiş hem de gelişmekte olan ülkelerin sorunlarına yer verilmektedir (Baysal, 2003). Gıda ve beslenmeye yönelik temel ihtiyaçların azami düzeye çıkarılması, diğer ihtiyaçların karşılanmasında liderlik sağlar. Gençlerin yiyecek seçimlerini etkileyen en yaygın nedenler; yaşam düzenlemelerindeki değişiklikler, maliyetler, ucuz ve çabuk bulunabilen ürünler, sosyal çevre, kültürel etkiler, psikolojik ve fizyolojik özellikler, yiyecek seçimine ilişkin tercihler, inançlar ve beklentiler, yiyecek alışverişi deneyimi eksikliğidir (Papadaki ve diğerleri, 2007).

Sağlıklı beslenme alışkanlıkları yaşam kalitesini artırmanın yanı sıra bireylerin kendilerini sağlıklı hissetmeleri için de gereklidir (Schröder ve ark. 2004). Aktif bireylerin yeterli besin alımı, sağlıklı yaşam ve atletik performans açısından önemlidir (Özdoğan ve ark., 2011). Egzersiz sırasında beslenme vücut dengesinin korunması açısından önemlidir çünkü bu süreçte vücudun enerji harcaması artar. Gıda içerikleri besin adı verilen kimyasal molekülleri içerir. Vücut için gerekli olan bu kimyasal moleküllerin vücutta gerekli miktarda alınması önemlidir (Güneş, 1998).

Geleceğin yetişkinleri olan gençlerde sağlıklı beslenme farkındalığı ve beslenme alışkanlıklarını inceleyen çalışmalarda, gençlerin sağlıklı beslenme konusunda çoğu zaman yetersiz bilgi ve alışkanlıklara sahip olduğu ortaya çıktı. Bu durum halk sağlığı açısından önemli olmakla birlikte, sanayi ile bağlantılı lise öğrencileri için daha da önemlidir. Çünkü günümüzde gıda alanında "sağlıklı gıda ve sağlıklı beslenme" trendi giderek ön plana çıkmaktadır (Tomas 2021: 1).

Ergenlik döneminde hızlı büyüme ve gelişmeyle birlikte kalori ihtiyacı da artar. Artan kalori ihtiyacı nedeniyle fiziksel aktivitenin azalması, sosyo-çevresel faktörler, yanlış beslenme ve psikolojik etkilerden kaynaklanan obezite bu yaş grubunda oldukça önemli bir sorundur (Güler ve ark. 2009). Ülkemizde yapılan obezite prevalansı araştırmalarında da yetişkinlerde, çocuklarda ve ergenlerde obezite oranlarının arttığı tespit edilmiştir (Story ve ark. 2002; Günöz, 2001). Ülkemizde çocuk ve ergenlerde obezite ciddi bir sorun haline gelmiştir (Satman ve ark. 2000). Obezitenin çeşitli

hastalıklarla ilişkisi vardır; yetişkinlikte sık görülen obeziteye bağlı hastalıklar günümüzün obez adolesanlarında da yaygındır (Gümüş ve ark. 2010).

Yiyecek içecek hizmetleri eğitiminin birçok bilim dalı ile multidisipliner ilişkileri bulunmaktadır. Gastronomi ve gıda bilimi, sağlıklı beslenme/sağlıklı mutfak uygulamaları günümüzde giderek önem kazanmaktadır. Bu önem aynı zamanda sağlıklı beslenmenin halk sağlığının önemli bir unsuru olmasından kaynaklanmaktadır. Günümüzde tüketiciler, yedikleri yiyecek ve içeceklerin sağlamlığına, güvenilirliğine, tokluğuna, tadına ve görünümüne değer vermektedir (Whang, 2016: 2; Sezen, 2018: 104; Samancı, 2020: 94).

Gelecekte yemekhane ve mutfaklardan sorumlu olacak ortaöğretim öğrencilerinin sağlıklı ve dengeli beslenmeye, sağlıklı pişirme yöntemlerine, sağlıklı saklama koşullarına ve hijyen kurallarına verdikleri önemin araştırılması ciddi bir halk sağlığı sorunu haline gelmiştir. Halk sağlığı standartlarından ödün vermeden kalitenin ve kârlılığın nasıl artırılacağı onlar için çok önemli bir konudur. Farklı ortaöğretim öğrencilerinin beslenme alışkanlıkları ve beslenme bilgi düzeyleri üzerine çoklu kanallar aracılığıyla belirli ölçekli bir anket yapmayı, yemek servisi öğrencilerinin cinsiyet ve sınıfa göre sağlıklı beslenme tutum düzeylerini belirlemeyi, farkındalık yaratmayı ve beslenmeyi geliştirmeyi amaçlamaktadır.

Ortaöğretim öğrencilerinin cinsiyet, aile gelir durumu, aldıkları beslenme eğitimi gibi değişkenlerin öğrencilerin sağlıklı beslenmeye yönelik tutumlarını etkilediği düşünülmektedir. Ayrıca öğrenciler arasında sağlıklı beslenmeye yönelik tutum farklılıklarının belirlenmesi genel değerlendirmeden daha önemlidir çünkü öğrencilerin beslenme alışkanlıkları ve eğitimleri sağlıklı yaşama, dikkat ve uyum durumlarını etkileyebilmektedir. Bu konuda ortaöğretim öğrencileriyle yapılan araştırmaların sayısının yetersiz olduğunu düşünülmektedir.

## **2 Materyal ve Metod**

### **2.1 Araştırmanın Modeli**

Araştırma betimsel tarama modelinde gerçekleştirilmiştir. "Tarama modelleri, geçmişte ya da halen var olan bir durumu var olduğu şekilde betimlemeyi amaçlayan araştırma yaklaşımlarıdır." (Karasar, 2009: 79).

### **2.2 Evren ve Örneklem**

Araştırmanın evrenini 2022-2023 eğitim öğretim yılında Aydın il merkezinde bulunan Yiyecek İçecek Hizmetleri Bölümü öğrencileri oluşturmaktadır. Araştırma kolayda örnekleme yöntemi ile belirlenen 185 öğrenci üzerinde gerçekleştirilmiştir.

### **2.3 Veri Toplama Araçları**

Araştırmada veriler kişisel bilgi formu, Sağlıklı Beslenmeye İlişkin Tutum ölçeği ile toplanmıştır. Sağlıklı Beslenmeye İlişkin Tutum Ölçeği (SBİTÖ), Demir ve Cicioğlu (2019) tarafından geliştirilmiştir. 21 maddeden oluşan ölçek, bireylerin sağlıklı beslenmeye ilişkin tutumlarını tespit etmeyi amaçlamaktadır. Ölçek; Beslenme Hakkında Bilgi (BHB), Beslenmeye Yönelik Duygu (BYD), Olumlu Beslenme (OB) ve Kötü Beslenme (KB) adlı dört alt boyutlardan oluşmaktadır. Ölçek 5'li likert tipindedir. Ölçeğin olumsuz maddeleri 6., 7., 8., 9., 10., 11., 17., 18., 19., 20. ve 21'dir ve analiz esnasında ters puanlama yapılmaktadır. SBİTÖ'den alınabilecek en düşük puan 21, en yüksek puan 105'dir. Ölçeği orijinal formunda güvenilirlik katsayısı 0.87'dir. Bu araştırmada SBİTÖ ölçeğinin güvenilirliği Cronbach's Alpha=0,899 olarak yüksek bulunmuştur.

### **2.4 Verilerin İstatistiksel Analizi**

Anketlerden ulaşılan verilerin değerlendirilmesi bilgisayar ortamında yapılmıştır. Araştırmaya katılan öğrencilerin tanımlayıcı özelliklerinin belirlenmesinde frekans ve yüzde analizlerinden, ölçeğin incelenmesinde ortalama ve standart sapma istatistiklerinden faydalanılmıştır. Araştırma değişkenlerinin normal dağılım gösterip göstermediğini belirlemek üzere Kurtosis (Basıklık) ve Skewness (Çarpıklık) değerleri incelenmiştir. Değişkenlerin normal dağılım gösterdiği belirlenmiştir. Verilerin analizinde parametrik yöntemler kullanılmıştır. Öğrencilerin tanımlayıcı özelliklerine göre ölçek düzeylerindeki farklılaşmaların incelenmesinde bağımsız gruplar t-testi, tek yönlü varyans analizi (Anova) ve post hoc (Tukey, LSD) analizlerinden faydalanılmıştır.

### 3 Bulgular ve Yorumlar

Öğrencilerin tanımlayıcı özelliklerine yönelik bulgular aşağıda yer almaktadır.

**Tablo 1.** Öğrencilerin Tanımlayıcı Özelliklere Göre Dağılımı

Gruplar	Frekans(n)	Yüzde (%)
<b>Cinsiyet</b>		
Kadın	98	53,0
Erkek	87	47,0
<b>Sınıf</b>		
9	50	27,0
10	47	25,4
11	49	26,5
12	39	21,1
<b>Aile Aylık Geliri</b>		
0-10000 TL	24	13,0
10.001-20.000 TL	72	38,9
20.001-30.000 TL	51	27,6
30.001 TL üzeri	38	20,5

Öğrenciler cinsiyete göre 98'i (%53,0) kadın, 87'si (%47,0) erkek olarak dağılmaktadır. Öğrenciler sınıfa göre 50'si (%27,0) 9, 47'si (%25,4) 10, 49'u (%26,5) 11, 39'u (%21,1) 12 olarak dağılmaktadır. Öğrenciler aile aylık gelirine göre 24'ü (%13,0) 0-10.000 TL, 72'si (%38,9) 10.001-20.000 TL, 51'i (%27,6) 20.001-30000 TL, 38'i (%20,5) 30001TL üzeri olarak dağılmaktadır. Öğrencilerin sağlıklı beslenmeye ilişkin tutumlarına yönelik; aritmetik ortalama, standart sapma ve minimum-maksimum düzeyleri aşağıda yer almaktadır.

**Tablo 2.** Sağlıklı Beslenmeye İlişkin Tutum Puan Ortalamaları

	N	Ort	Ss	Min.	Maks.	Kurtosis	Skewness	Alpha
Sağlıklı Beslenmeye İlişkin Tutum Toplam	185	84,665	5,016	63,000	95,000	1,463	-0,762	0,899
Beslenme Hakkında Bilgi	185	23,330	1,912	15,000	25,000	1,152	-1,432	0,886
Beslenmeye Yönelik Duygu	185	27,411	2,771	18,000	30,000	0,268	-1,007	0,892
Olumlu Beslenme Alışkanlığı	185	21,303	2,800	13,000	25,000	-0,259	-0,479	0,875
Kötü Beslenme Alışkanlığı	185	17,378	4,912	5,000	25,000	-0,505	-0,229	0,879

Öğrencilerin "sağlıklı beslenmeye ilişkin tutum toplam" ortalaması 84,665±5,016 (Min=63; Maks=95), "beslenme hakkında bilgi" ortalaması 23,330±1,912 (Min=15; Maks=25), "beslenmeye yönelik duygu" ortalaması 27,411±2,771 (Min=18; Maks=30), "olumlu beslenme alışkanlığı" ortalaması 21,303±2,800 (Min=13; Maks=25), "kötü beslenme alışkanlığı" ortalaması 17,378±4,912 (Min=5; Maks=25) olarak saptanmıştır.

**Tablo 3.** Sağlıklı Beslenmeye İlişkin Tutum Puanlarının Cinsiyete Göre Farklılaşma Durumu

	Grup	N	Ort	Ss	t	sd	p
Sağlıklı Beslenmeye İlişkin Tutum Toplam	Kadın	98	85,561	4,897	2,621	183	<b>0,010</b>
	Erkek	87	83,655	4,983			
Beslenme Hakkında Bilgi	Kadın	98	23,582	1,827	1,915	183	0,058
	Erkek	87	23,046	1,976			
Beslenmeye Yönelik Duygu	Kadın	98	27,918	2,367	2,689	183	<b>0,009</b>
	Erkek	87	26,839	3,080			
Olumlu Beslenme Alışkanlığı	Kadın	98	21,571	2,411	1,389	183	0,174
	Erkek	87	21,000	3,170			
Kötü Beslenme Alışkanlığı	Kadın	98	17,510	4,507	0,387	183	0,702
	Erkek	87	17,230	5,354			

Bağımsız Gruplar T-Testi

Öğrencilerin cinsiyete göre sağlıklı beslenmeye ilişkin tutum toplam puanları anlamlı farklılık göstermektedir ( $t(183)=2.621$ ;  $p=0.010<0.05$ ). Kadınların sağlıklı beslenmeye ilişkin tutum toplam puanları ( $\bar{x}=85,561$ ), erkeklerin sağlıklı beslenmeye ilişkin tutum toplam puanlarından ( $\bar{x}=83,655$ ) yüksek bulunmuştur.

Öğrencilerin cinsiyete göre beslenmeye yönelik duygu puanları anlamlı farklılık göstermektedir ( $t(183)=2.689$ ;  $p=0.009<0.05$ ). Kadınların beslenmeye yönelik duygu puanları ( $\bar{x}=27,918$ ), erkeklerin beslenmeye yönelik duygu puanlarından ( $\bar{x}=26,839$ ) yüksek bulunmuştur.

Öğrencilerin beslenme hakkında bilgi, olumlu beslenme alışkanlığı, kötü beslenme alışkanlığı puanları cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermemektedir ( $p>0,05$ ).

**Tablo 4.** Sağlıklı Beslenmeye İlişkin Tutum Puanlarının Sınıfa Göre Farklılaşma Durumu

	Grup	N	Ort	Ss	F	p	Fark
Sağlıklı Beslenmeye İlişkin Tutum Toplam	9	50	84,400	6,078	0,455	0,714	
	10	47	84,128	4,875			
	11	49	85,184	4,517			
	12	39	85,000	4,329			
Beslenme Hakkında Bilgi	9	50	23,180	2,210	1,543	0,205	
	10	47	22,979	2,005			
	11	49	23,429	1,633			
	12	39	23,821	1,652			
Beslenmeye Yönelik Duygu	9	50	27,120	2,980	1,582	0,195	
	10	47	27,149	2,596			
	11	49	27,286	2,723			
	12	39	28,256	2,692			
Olumlu Beslenme Alışkanlığı	9	50	20,860	2,969	2,449	0,065	
	10	47	20,915	2,611			
	11	49	21,327	2,436			
	12	39	22,308	3,062			
Kötü Beslenme Alışkanlığı	9	50	16,760	4,583	2,839	<b>0,039</b>	<b>4&gt;1</b> <b>4&gt;2</b> <b>4&gt;3</b>
	10	47	16,915	5,170			
	11	49	16,857	4,168			
	12	39	19,385	5,495			

Tek Yönlü Varyans Analizi

Öğrencilerin sınıfa göre kötü beslenme alışkanlığı puanları anlamlı farklılık göstermektedir ( $F(3, 181)=2,839$ ;  $p=0,039<0.05$ ). Farkın nedeni; 12. Sınıfların kötü beslenme alışkanlığı puanlarının ( $\bar{x}=19,385$ ), 9. Sınıfların kötü beslenme alışkanlığı puanlarından ( $\bar{x}=16,760$ ) yüksek olmasıdır. 12. Sınıfların kötü beslenme alışkanlığı puanlarının ( $\bar{x}=19,385$ ), 10. Sınıfların kötü beslenme alışkanlığı puanlarından ( $\bar{x}=16,915$ ) yüksek olmasıdır. 12. Sınıfların kötü beslenme alışkanlığı puanlarının ( $\bar{x}=19,385$ ), 11. Sınıfların kötü beslenme alışkanlığı puanlarından ( $\bar{x}=16,857$ ) yüksek olmasıdır.

Öğrencilerin sağlıklı beslenmeye ilişkin tutum toplam, beslenme hakkında bilgi, beslenmeye yönelik duygu, olumlu beslenme alışkanlığı puanları sınıfa göre anlamlı farklılık göstermemektedir ( $p>0.05$ ).

**Tablo 5.** Sağlıklı Beslenmeye İlişkin Tutum Puanlarının Aile Aylık Gelirine Göre Farklılaşma Durumu

	Grup	N	Ort	Ss	F	p	Fark
Sağlıklı Beslenmeye İlişkin Tutum Toplam	0-10000 TL	24	83,875	4,693	1,428	0,236	
	10.001-20.000 TL	72	84,458	5,922			
	20.001-30.000 TL	51	85,843	3,679			
	30.001 TL üzeri	38	83,974	4,790			
Beslenme Hakkında Bilgi	0-10000 TL	24	23,125	1,895	0,495	0,686	
	10.001-20.000 TL	72	23,208	2,028			
	20.001-30.000 TL	51	23,588	1,590			
	30.001 TL üzeri	38	23,342	2,122			
Beslenmeye Yönelik Duygu	0-10000 TL	24	27,042	2,805	2,990	<b>0,032</b>	<b>3&gt;1</b> <b>3&gt;2</b> <b>3&gt;4</b>
	10.001-20.000 TL	72	26,958	3,046			
	20.001-30.000 TL	51	28,373	2,163			
	30.001 TL üzeri	38	27,211	2,713			
Olumlu Beslenme Alışkanlığı	0-10000 TL	24	21,208	3,092	0,278	0,841	
	10.001-20.000 TL	72	21,153	3,024			
	20.001-30.000 TL	51	21,294	2,618			
	30.001 TL üzeri	38	21,658	2,464			
Kötü Beslenme Alışkanlığı	0-10000 TL	24	17,500	4,996	0,655	0,581	
	10.001-20.000 TL	72	16,861	5,047			
	20.001-30.000 TL	51	17,412	4,822			
	30.001 TL üzeri	38	18,237	4,784			

Tek Yönlü Varyans Analizi

Öğrencilerin aile aylık gelirine göre beslenmeye yönelik duygu puanları anlamlı farklılık göstermektedir ( $F(3, 181)=2,990$ ;  $p=0,032<0,05$ ). Farkın nedeni; aile aylık geliri 20001-30000 TL beslenmeye yönelik duygu puanlarının ( $\bar{x}=28,373$ ), aile aylık geliri 0-10000 TL beslenmeye yönelik duygu puanlarından ( $\bar{x}=27,042$ ) yüksek olmasıdır. Aile aylık geliri 20001-30000 TL beslenmeye yönelik duygu puanlarının ( $\bar{x}=28,373$ ), aile aylık geliri 10001-20000 TL beslenmeye yönelik duygu puanlarından ( $\bar{x}=26,958$ ) yüksek olmasıdır. Aile aylık geliri 20001-30000 TL beslenmeye yönelik duygu puanlarının ( $\bar{x}=28,373$ ), aile aylık geliri 30000 TL üzeri beslenmeye yönelik duygu puanlarından ( $\bar{x}=27,211$ ) yüksek olmasıdır.

Öğrencilerin sağlıklı beslenmeye ilişkin tutum toplam, beslenme hakkında bilgi, olumlu beslenme alışkanlığı, kötü beslenme alışkanlığı puanları aile aylık gelirine göre anlamlı farklılık göstermemektedir ( $p>0,05$ ).

#### 4 Sonuç

Ortaöğretim yiyecek içecek hizmetleri bölümünde eğitim gören öğrencilerin sağlıklı beslenmeye ilişkin tutumlarının incelenmesi amacıyla gerçekleştirilen araştırmaya 2022-2023 eğitim öğretim yılında Aydın il merkezinde bulunan ortaöğretim okullarının yiyecek içecek hizmetleri bölümlerinde eğitim gören kolayda örnekleme yöntemi ile belirlenmiş olan 185 öğrenci gönüllü katılım sağlamıştır.

Araştırmada öğrencilerin sağlıklı beslenmeye ilişkin tutumları; beslenme hakkında bilgi, beslenmeye yönelik duygu, olumlu beslenme alışkanlığı ve kötü beslenme alışkanlığı olmak üzere dört boyutta, ayrıca bu boyutların toplam ortalamasını ifade eden sağlıklı beslenmeye ilişkin tutum toplam olarak incelenmiştir. En yüksek 105 puan alınabilen sağlıklı beslenme ölçeğinden öğrenciler ortalama 84,665 puan almışlardır. Öğrencilerin sağlıklı beslenmeye yönelik tutumlarının beklenen düzeyde olmadığı görülmüştür.

Araştırmada öğrencilerin cinsiyetlerine, sınıflarına ve ailelerinin aylık gelir düzeylerine göre sağlıklı beslenmeye ilişkin tutumlarında farklılık olup olmadığı da sorgulanmıştır. Bu doğrultuda ele alınan ilk değişken olarak öğrencilerin cinsiyetlerine göre beslenmeye yönelik duygu ve sağlıklı beslenmeye

ilişkin tutum toplam düzeylerinde farklılıkların olduğu saptanmıştır. Buna göre kadın öğrencilerin erkek öğrencilere göre beslenmeye yönelik duygu ve sağlıklı beslenmeye ilişkin tutum toplam düzeyleri daha yüksek bulunmuştur.

Araştırmada öğrencilerin sınıflarına göre sadece kötü beslenme alışkanlığı boyutunda farklılık olduğu görülmüştür. Bu boyuttan en yüksek puanı 12. sınıf öğrencileri almışlardır. Bu sonuç 12. Sınıf öğrencilerinin üniversiteye hazırlık sürecinde beslenmelerine dikkat etmeyerek daha kötü beslenme alışkanlığı edindiklerini düşündürmektedir.

Araştırmada öğrencilerin ailelerinin aylık gelir düzeylerine göre beslenmeye yönelik duygu boyutu dışında istatistiksel olarak sağlıklı beslenmeye ilişkin tutumlarında farklılık olmadığı saptanmıştır. Buna göre aylık 20.0001-30.000 TL gelir düzeyindekilerin beslenmeye yönelik duygu düzeyleri daha düşük ve daha yüksek aylık aile geliri olanlara göre daha yüksek olduğu görülmüştür.

Bu araştırma ortaöğretim yiyecek içecek hizmetleri bölümünde eğitim gören 185 öğrencinin görüşleri ile sınırlıdır. Konu ile ilgili yiyecek içecek hizmetleri bölümünde eğitim gören daha fazla öğrenci üzerinde araştırmalar gerçekleştirilirse sonuçlardan genellemeye gidilebileceği düşünülmektedir.

Yiyecek içecek hizmetleri bölümünde eğitim gören öğrencilerin sağlıklı beslenmeye ilişkin tutumlarının daha olumlu olması için eğitim programlarının tekrar bir revize edilmesi önerilmektedir. Çünkü bu bölümden mezun olan öğrenciler ileride toplumun beslenmesinde önemli yer tutan yiyecek içecek işletmelerinde istihdam edileceği için sağlıklı beslenmeye ilişkin olumlu tutum geliştirmeleri halk sağlığı açısından önem arz etmektedir.

#### KAYNAKÇA

Arslan, P., Bozkurt, N., Karaağaoğlu, N., Mercanligil, S. ve Açık Erge, S. (2001). Yeterli Dengeli Beslenme ve Sağlıklı Zayıflama Rehberi. İstanbul: Özgür Yayınları.

Batman, O., Sarıışık, M., & Gökçe, A. (2015). Öğrencilerin beslenme alışkanlıklarına dair kısıtlar nelerdir? Yükseköğrenim öğrencileri üzerine bir araştırma. In International Conference On Eurasian Economies (pp. 257-265).

Baysal, A. (1999). Beslenme (8. Bs). Ankara: Hatipoğlu Yayınevi.

Baysal, A. (2003). Sosyal Eşitsizliklerin Beslenmeye Etkisi. Cumhuriyet Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi, 25(4), 66-72.

Beşirli, H. (2010). Yemek, Kültür ve Kimlik. Milli Folklor, (87), 159-169.

Bulduk, S., Yabancı, N. ve Demircioğlu, Y. (2002). Özel Durumlarda Beslenme. İstanbul: Yapa Yayınları.

Büyükkoyuncu, N., Aktaş, N., Demir, G. Demir. (2017). İlköğretim Öğrencilerinin Okul Kantinlerinden Besin Satın Alma Alışkanlıkları ve Etkileyen Faktörler. Social Sciences Studies Journal (SSSJ), 3(12), 2110-2116.

Güler, Y., Gönener, H. D., Altay, B., & Gönener, A. (2009). Adölesanlarda obezite ve hemşirelik bakımı. Fırat Sağlık Hizmetleri Dergisi, 4(10), 165-181.

Gümüş, H., Bulduk, S., & Akdevelioğlu, Y. (2011). Yetiştirme yurtlarında kalan adölesanların beslenme ve fiziksel aktivite durumlarının vücut kompozisyonları ile ilişkisinin saptanması. Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi, 8(1), 786-808.

Güneş, Z. (1998). Spor ve beslenme antrenör ve sporcu el kitabı. Ankara: Bağırhan Kitabevi.

Günöz H. Çocuk ve Adölesanlarda Obezite. Aktüel Tıp Dergisi. 2001;6:58-62

Karasar, N. (2009). Bilimsel araştırma yöntemleri. Ankara: Nobel Yayınları

Ozdoğan, Y., & Ozcelik, A. O. (2011). Evaluation of the nutrition knowledge of sports department students of universities. Journal of the International Society of Sports Nutrition, 8(1), 1-7.

- Papadaki, A., Hondros, G., Scott, J. A., & Kapsokefalou, M. (2007). Eating habits of university students living at, or away from home in Greece. *Appetite*, 49(1), 169-176.
- Samancı, Ö. (2020). Gastronomi: Disiplinler Arası bir Buluşma, *Gastronomi İncelemeleri, Anatolia: Turizm Araştırmaları Dergisi*, 31(1), 92-95.
- Satman I et al. (2000). Population- based study of diabetes and risk characteristics: Final Results of TURDEP. *Diabetologia*, 43 (1) :A111, 433.
- Saygın, M., Öngel, K., Çalışkan, S., Yağlı, M., Has, M., Gonca, T. Ve Kurt, Y. (2011). Süleyman Demirel Üniversitesi Öğrencilerinin Beslenme Alışkanlıkları. *Süleyman Demirel Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*, 18(2), 43-47.
- Schröder, H., Navarro, E., Mora, J., Seco, J., Torregrosa, J. M. & Tramullas, A. (2004). Dietary habits and fluid intake of a group of elite spanish basketball players: a need for professional advice. *European Journal of Sport Science*, 4(2), 1-15.
- Sezen, T.S. (2018). Gastronomi Eğitiminin Mevcut Durumunun Analizine Yönelik Bir Araştırma. (Yüksek Lisans Tezi). Balıkesir: Balıkesir Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü.
- Story, M., Neumark-Sztainer, D., French, S. (2002) Individual and Environmental Influences on Adolescent Eating Behaviors. *JADA*; 102(3):540-551.
- Demir, G. T., & Cicioğlu, H. İ. (2019). Sağlıklı beslenmeye ilişkin tutum ölçeği (SBİTÖ): Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 4(2), 256-274.
- Tomas, I., Cuadrato C. Ve B. Beltran (2021). Culinary Nutrition in Gastronomic Sciences. A Review, *International Journal of Gastronomy and Food Science*, 25 1-5.
- Whang, Y.H., Chen S.T. Ve N.N. Chen (2016). An Empirical Study of The Effect of Green Marketing on Purchase Intention – Evidence from Green Restaurant, *Advances in Management & Applied Economics*, 6(4) 1.
- Yıldırım, İ., Yıldırım, Y., Tortop, Y. Ve Poyraz, A. (2011). Afyon Kocatepe Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Öğrencilerinin Beslenme Alışkanlıkları ve Bunları Etkileyen Faktörler. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 8(1), 1375-1391.
- Yücel, E. B. (2019). Düzenli Fiziksel Aktivite Yapan Bireylerde Öğün Sıklığının Ve Aşırı Besin İsteğinin Değerlendirilmesi (Yüksek Lisans Tezi). *Başkent Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara*.