

## HEMŞİRELİK ÖĞRENCİLERİ İLE İKTİSAT FAKÜLTESİ ÖĞRENCİLERİN BESLENME ALIŞKANLIKLARININ KARŞILAŞTIRILMASI

Selma KAHRAMAN<sup>1</sup>, Esra Karaca ÇİFTÇİ<sup>2</sup>, Diler YILMAZ<sup>3</sup>

<sup>1</sup> Doç. Dr. Harran Üniversitesi Sağlık Bil. Fakültesi Halk Sağlığı Hemşireliği Anabilim Dalı.

<sup>2</sup> Doç. Dr. Beykent Üniversitesi Sağlık Bil. Yüksekokulu Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği Anabilim Dalı

<sup>3</sup> Doç. Dr. Bandırma Onyediy Eylül Üni. Sağlık Bil. Fakültesi Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği Anabilim Dalı

Geliş Tarihi/Received  
06-07-2020

Kabul Tarihi/Accepted  
04-11-2020

Yayın Tarihi/Published  
31-12-2020

**Correspondence:** Selma Kahraman, E-mail: skahraman1308@gmail.com

**Cite this article as:**

Kahraman, S. Çiftçi, E.K. Aydın, D. (2020). Hemşirelik öğrencileri ile iktisat fakültesi öğrencilerin beslenme alışkanlıklarının karşılaştırılması. IAAOJ Health Sciences, 6(3), 302-314..

### ÖZET

Bu araştırmanın amacı, hemşirelik öğrencileri ile iktisat fakültesi öğrencilerinin beslenme alışkanlıklarını karşılaştırmak amacıyla tanımlayıcı olarak yapılmıştır. Tanımlayıcı, karşılaştırmalı olarak planlanan araştırmanın örneklemini Nisan/Ağustos 2015 tarihleri arasında ulaşılan toplam 370 üniversite öğrencisi oluşturmuştur. Veriler, anket formu ve beslenme alışkanlıkları ölçeği ile toplanmıştır. Verilerin analizi SPSS 16.0 istatistik paket programında tanımlayıcı istatistik ve bağımsız gruplarda t testi ile yapılmıştır. Beslenme alışkanlıkları ölçeği toplam puan ortalaması hemşirelik bölümü öğrencilerinde 201,99±32,8 iken, iktisat öğrencilerde 199±36,4 olarak bulunmuş ve istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığı görülmüştür. Ölçeğin 4 alt boyutunda hem hemşirelik bölümü hem de iktisat fakültesi öğrencilerinin hemen hemen aynı puan ortalamasına sahip olduğu, istatistiksel olarak fark anlamlı saptanmamıştır (p>0,05). 20 yaş ve altındaki öğrencilerin şişmanlığa karşı önyargılar puan ortalaması 30,3±9,6 iken, 20 yaş üzeri öğrencilerde 34,1±10,8 olarak hesaplanmıştır (p<0,05). Şişmanlığa karşı önyargılar alt boyutundan kız öğrenciler 31,2±11,0 puanı alırken, erkek öğrenciler 33,8±9,6 almıştır (p<0,05). Bu araştırma sonucunda her iki gruptaki öğrencilerin beslenme ile ilgili yeterli bilgi ve alışkanlıklara sahip olmadığı görülmüştür. Sağlık bölümünde okumanın beslenme alışkanlıklarına olumlu etki olmadığı görülmüştür. Bu nedenle üniversitelerde sağlıklı ve düzenli beslenme konularında sıkça eğitici konferans ve bilimsel etkinlikler yapılmalı, öğrencilerde sürdürülebilir bir sağlıklı yaşam bilinci ve beslenme kültürü oluşturulmalıdır.

**Anahtar Kelimeler:** Beslenme Alışkanlıkları, Hemşirelik Öğrencisi, Sağlık, İktisat Öğrencisi

## COMPARISON OF NUTRITIONAL HABITS OF THE NURSING AND FACULTY OF ECONOMICS STUDENTS

### ABSTRACT

The aim of this study is to comparison nutritional habits of university students of nursing and economics. Sample of the study, planned as descriptive and comparative, consist of a total of 370 students having education at university in 2015 between April and August. Data was collected with questionnaire form and nutritional habits scale. The analysis of data was performed with descriptive and independent t-test using SPSS 16.0 package program. The mean total score of the nutritional habits scale was found to be  $201.99 \pm 32.8$  for nursing students and  $199 \pm 36.4$  for those who economics student and there was no statistically significant difference. The students both in nursing and economy departments had almost the same average scores in 4 sub-dimensions of scale, the difference was not statistically significant. While the mean score of prejudice against obesity was  $30,3 \pm 9,6$  for students aged 20 years and younger, that of students over 20 years of age ( $p < 0.05$ ) was  $34.1 \pm 10.8$ . While female students received  $31.2 \pm 11.0$  points from female prejudice against obesity, male students got  $33.8 \pm 9.6$  ( $p < 0.05$ ). This study revealed that the students in both groups didn't have enough information and habits on nutrition. It has been observed that studying in the health department has no positive effect on eating habits. Thus, frequent conferences and scientific activities should take place in universities on having a healthy and regular diet and this way a sustainable health awareness and dieting culture should be formed among students.

**Keywords:** Health, Nurse Student, Nutritional Habits, Economics Students,

### GİRİŞ

Beslenme, doğum öncesi dönemden başlayarak büyüme, gelişme ve sağlığın korunması açısından hayatın her döneminde son derece önemlidir (1-3). Beslenmede amaç bireyin yaşına, cinsiyetine, çalışma ve özel durumuna göre ihtiyacı olan enerji ve besin öğelerinin her birinin yeterli ve dengeli miktarda sağlanmasıdır (4-5). Yaşamın her evresinde bedensel ve zihinsel yönden sağlıklı olmak, sağlıklı kalabilmek yeterli ve dengeli beslenme alışkanlığı ile mümkündür (4,6).

Bu alışkanlık özellikle ergenlik ve gençlik dönemi beslenme ile ilgili davranışlar yönünden risklidir. Bu dönemde aileden bağımsız yemek yeme alışkanlığına yönelme ile yiyecek tercihleri değişir ve beslenme ile ilgili riskli davranışlar görülebilir (2,7).

Ülkemizde yetersiz ve dengesiz beslenme, önemli bir halk sağlığı sorunudur. Özellikle çocukluk ve adölesan dönemindeki dengesiz ve düzensiz beslenme alışkanlıklarının ileriki yaşlarda bazı hastalıkların ortaya çıkmasında rol oynadığı bilinmektedir (8,9). Bu nedenle yanlış beslenme alışkanlıklarının tespit edilerek yanlışların düzeltilmesi ve düzensiz beslenmeye bağlı olarak ortaya çıkabilecek hastalıkların önlenmesi sağlanacaktır. Ayrıca yeme bozukluklarının da üniversite öğrencilerinde yüksek oranda görüldüğü bilinmektedir (10-12).

Üniversite öğrencilerinde yeme bozukluğu oranlarına ilişkin bir açıklama ise depresyon tanısı olarak bildirilmiştir (13,14). Yapılan çalışmalarda yetersiz ve dengesiz beslenmenin, fiziksel gelişimin yanında mental gelişme üzerine de olumsuz etkiler oluşturduğu belirlenmiştir. Ayrıca öğrenmede güçlük, davranış bozuklukları ve zekâ düzeylerinde düşüşe neden olduğu belirtilmektedir (12,14). Bu tür olumsuz durumların oluşmaması için beslenme alışkanlıklarının gözden geçirilmesi ve düzenlenmesi gerekmektedir.

Üniversite öğrencileri, ileriye yönelik beslenme alışkanlıklarının yerleştiği kritik bir dönemde bulunmaktadır. Gençlerin üniversite eğitiminin başlaması ile birlikte aile ortamları içerisinde ayrılmaları, dış etkilere daha açık hale gelmeleri ve kendi özgür seçimlerini daha belirgin şekilde yapmaya başlıyor olmaları nedeniyle beslenmeleri değişmeye başlamaktadır. Değişen beslenme davranışları üniversite öğrencisinin zihinsel ve fiziksel durumunu ilgilendirdiği gibi okul performansını da dolaylı olarak etkileyebilmektedir (11,15,16). Öğrencilerin beslenme alışkanlıklarının belirlenmesi, bu alışkanlıkların düzenlenmesi ve düzensiz ve yetersiz beslenmenin neden olacağı sorunların önüne geçilmesi açısından önemlidir.

Tıp, hemşirelik gibi sağlık ile ilgili üniversite bölümlerinde sağlıklı beslenme konusunda önemle durulmaktadır (1,4,16). Bu doğrultuda hastaları ve toplumu bu konuda bilinçlendirme misyonu ile öğrenim gören sağlık bölümü öğrencilerinin bilgilerini yaşamlarına aktarmaları beklenmektedir. Literatürde üniversite öğrencilerinin beslenme alışkanlıkları yeme tutumları ile ilgili birçok araştırma (2-6) mevcut olmasına rağmen program müfredatında sağlıklı beslenme üzerinde durulan sağlık ile ilgili okullarda okuyan üniversite öğrencileri ile sağlık dışı bölümlerde okuyan üniversite öğrencileri arasında beslenme alışkanlıkları arasında fark olup olmadığını araştıran çalışmaya rastlanmamıştır. Bu doğrultuda planlanan bu araştırma; sağlık olarak hemşirelik bölümünde okuyan ve sağlık bölümü olmayan iktisat fakültesi öğrencilerin beslenme alışkanlıklarının karşılaştırılması amacıyla yapılmıştır.

## **METARYEL VE METOT**

**Etik Durum:** Bu araştırma Harran Üniversitesi Tıp Fakültesi Etik Kurulundan (03.03.2015 tarihinde, 19781 sayı) onay alınmıştır.

**Araştırmanın Tipi:** Araştırma tanımlayıcı, karşılaştırmalı ve kesitsel olarak planlanmıştır.

**Araştırma Sorusu:** Hemşirelik öğrencileri ile iktisat öğrencilerinin beslenme alışkanlıkları arasında fark var mıdır?

**Evren ve Örneklem:** Çalışmanın evrenini; Nisan/Ağustos 2015 tarihleri arasında hemşirelik ve iktisat fakültesinde okuyan öğrencilerdir. Araştırmanın örneklemini belirtilen tarihler arasında okula devam eden ve araştırmaya katılmaya gönüllü Hemşirelik bölümünden 180 ve İktisat Fakültesinden 190 olmak üzere toplam 370 üniversite öğrencisi oluşturmuştur.

**Veri Toplama Araçları:** Veriler araştırmacılar tarafından literatüre dayanılarak (1,2,7,10,16) hazırlanan demografik özellikler ve bazı beslenme özelliklerini sorgulayan 20 sorudan oluşan anket formu ve 65 sorudan oluşan “Beslenme Alışkanlıkları Ölçeği” kullanılarak toplanmıştır.

Beslenme Alışkanlığı Ölçeğinin Orijinal adı “Survey of Eating Habits” olup, Byrne ve Kolley tarafından geliştirilmiştir. Türkçeye uyarlaması yapılan ölçeğin Cronbach alfa katsayısı 0.73’dür (17). Ölçek, şişmanlığa karşı önyargılar, şişmanlığın getirdiği olumlu ve olumsuz düşünceler, şişmanlığa karşı kendilik algıları ve yemek yeme davranışları olmak üzere 4 boyut ve 65 maddeden oluşan beş dereceli bir ölçme aracıdır (1= Tamamıyla karşıyım, 2= Çoğunlukla karşıyım, 3= Kararsızım, 4= Çoğunlukla Katılıyorum, 5= Tamamıyla katılıyorum). Ölçekten alınabilecek en düşük toplam puan 65, en yüksek toplam puan 325’tir. Bu araştırmada beslenme alışkanlıkları ölçeğinin Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı 0,78 olarak belirlenmiştir. Araştırma kapsamında hemşirelik ve iktisat fakültesinden yazılı izin ve araştırmaya katılan üniversite öğrencilerden bilgilendirilmiş onam formu alınmıştır. Araştırma öncesinde dil geçerliliğini değerlendirebilmek amacı ile araştırmaya katılmayı kabul eden beş üniversite öğrencisi ile ön uygulama yapılmış ve anket formu değerlendirilmiştir. Araştırma kapsamında gençlere formlarla ilgili açıklamalar yapıp anket formunu doldurmaları istenmiştir. Anket formunun uygulanması ortalama 20 dakika sürmüştür.

**Verilerin Değerlendirilmesi:** Verilerin analizinde SPSS 16.0 istatistik programı kullanılmıştır. Araştırmada sayı ve yüzde dağılımı gibi tanımlayıcı istatistiklerin yanı sıra verilerin normal dağıldığı ve buna göre fark analizi için bağımsız gruplarda t testi kullanılmıştır. Bütün analizlerde %95 güven aralığı kullanılmış olup,  $p < 0.05$  değerleri anlamlı olarak kabul edilmiştir.

## BULGULAR

Tablo 1’de öğrencilerin sosyo-demografik özellikleri verilmiştir. Bu verilere bakıldığında; hemşirelik bölümünde okuyan öğrencilerin % 63,3’ünün, iktisat bölümün ise % 48,9’unun 20 yaşından büyük olduğu, kız öğrencilerin her iki grupta da daha çok olduğu saptanmıştır (% 55,0, 51,1)

Hemşirelik bölümünde okuyan öğrencilerin % 40,6’sının 2. sınıfta, iktisat fakültesinde okuyan öğrencilerin % 55,3’ünün 1. sınıfta olduğu belirtilmiştir. Her iki bölümde de okuyan öğrencilerin yaşamının çoğunu şehir merkezi geçirdiği görülmüştür. Öğrenci ailesinin maddi durumuna bakıldığında; aylık 1500 TL’den fazla geliri olan öğrencilerin % 44,4’ü hemşirelik bölümü, % 32,1’i sağlık dışı bölümündeki öğrenciler oluşturmuştur. Aylık olarak 300TL’den daha az harcayan hemşirelik bölümündeki öğrenciler oranı % 44,4 iken, sağlık bölümü dışındaki öğrencilerin oranı % 45,3 olarak bulunmuştur.

**Tablo 1- Öğrencilerin sosyo-demografik özellikleri.**

Değişkenler	HEMŞİRELİK BÖLÜMÜ		İKTİSAT FAKÜLTESİ	
	n	%	n	%
<b>Yaş</b>				
20 yaş ve altı	66	36,7	97	51,1
20 yaş üzeri	114	63,3	93	48,9
<b>Cinsiyet</b>				
Kız	99	55,0	97	51,1
Erkek	81	45,0	93	48,9
<b>Sınıfı</b>				
1.	66	36,7	105	55,3
2.	73	40,6	13	6,8
3.-4.	41	22,7	72	37,9
<b>En uzun yaşadığı yer</b>				
Şehir merkezi	106	58,9	115	60,5
İlçe	44	24,4	50	26,3

Köy	30	16,7	25	13,2
<b>Babanın mesleği</b>				
İşçi	56	31,1	67	35,3
Memur	31	17,2	33	17,4
Serbest meslek	65	36,1	67	35,3
Çiftçi	28	15,6	23	12,1
<b>Kardeş sayısı</b>				
4 kardeşin altı	42	23,3	20	10,5
4 kardeş ve daha üstü	138	76,7	170	89,5
<b>Ailenin aylık geliri</b>				
800 TL altı	32	17,8	54	28,1
801-1500 TL	68	37,8	75	39,5
1501 TL üstü	80	44,4	61	32,1
<b>Kalma Yeri</b>				
Yurtta	88	48,9	58	30,5
Öğrenci evinde	49	27,2	76	40,0
Ailemin yanında	43	23,9	56	29,5
<b>Aylık harcadığı para</b>				
300 TL Daha az	80	44,4	86	45,3
300TL fazla	100	55,6	103	54,2
<b>Sigara kullanma durumu</b>				
Evet	26	14,4	37	19,5
Hayır	154	85,6	153	80,5
<b>Düzenli fiziksel aktivite yapma durumu</b>				
Evet	57	31,7	31	16,3
Hayır	123	68,3	159	83,7

Öğrencilerin kaldıkları yer incelendiğinde; yurttan kalan öğrencilerin % 48,9'u hemşirelik bölümü, % 30,5'i sağlık dışı öğrenciler oluşturmuştur. Sigara içen öğrencilerin % 14,4'ünün sağlık bölümünde, % 19,5'inin sağlık dışı bölümünde olduğu saptanmıştır. Düzenli fiziksel aktivite yapan öğrencinin % 31,7'sinin hemşirelik bölümünde olduğu görülürken, % 16,3 ise sağlık bölümü dışındadır.

Öğrencilerin beslenme alışkanlıkları ölçeğinden aldıkları toplam ve alt boyutlarından aldıkları toplam puan ortalamaları Tablo 2'de verilmiştir. Bu verilere bakıldığında; Beslenme alışkanlıkları ölçeği toplam puan ortalaması hemşirelik bölümünü öğrencilerinde 201,99±32,8 iken, iktisat bölümü öğrencilerde 199±36,4 olduğu görülmüştür. Bu iki puan ortalaması arasındaki istatistiksel fark anlamsız çıkmıştır ( $p>0,05$ ).

**Tablo 2- Öğrencilerin beslenme alışkanlıkları ölçeği toplam ve alt boyutlarından aldıkları puan ortalamaları.**

Değişkenler	HEMŞİRELİK BÖLÜMÜ		İKTİSAT FAKÜLTESİ		p
	Min-Max	Ort±Ss	Min-Max	Ort±Ss	
Şişmanlığa Karşı Önyargılar	12-60	32,27±9,6	12-60	32,7±11,2	0,960
Şişmanlığın Getirdiği Olumlu ve Olumsuz Düşünceler	24-83	55,3±11,5	16-79	53,4±11,5	0,128
Şişmanlığa Karşı Kendilik Algısı	7-35	20,8±6,2	7-34	20,8±5,7	0,854
Yemek Yeme Davranışları	14-42	27,66±5,6	11-40	27,3±6,0	0,599
<b>Toplam Puan</b>	137-308	201,99±32,8	79-311	199±36,4	0,785

**\*Bağımsız gruplarda t testi.  $p<0,05$**

Ölçeğin alt boyutlarına bakıldığında; 4 alt boyutta da sağlık bölümünde okuyan ve okumayan öğrencilerin hemen hemen aynı puan ortalamasına sahip olduğu ve aralarındaki istatistiksel farkın anlamsız olduğu belirtilmiştir ( $p>0,05$ ).

**Tablo 3- Öğrencilerin sosyo-demografik özelliklerine göre beslenme alışkanlıkları ölçeği alt boyut puan ortalamaları.**

Değişkenler	Şişmanlığa Karşı Önyargular		Şişmanlığın Getirdiği Olumlu ve Olumsuz Düşünceler		Şişmanlığa Karşı Kendilik Algısı		Yemek Yeme Davranışları	
	X±SS	p	X±SS	p	X±SS	p	X±SS	p
<b>Yaş</b>		<b>0,001</b>		0,191		<b>0,015</b>		0,281
20 yaş ve altı	30,3±9,6		53,3±10,9		20,0±5,6		27,8±5,7	
20 yaş üzeri	34,1±10,8		55,1±11,9		21,4±6,1		27,2±5,9	
<b>Cinsiyet</b>		<b>0,002</b>		<b>0,000</b>				
Kız	31,2±11,0		56,3±11,4		21,4±6,3	0,068	28,2±5,6	<b>0,012</b>
Erkek	33,8±9,6		52,0±11,2		20,1±5,4		26,6±5,9	
<b>En uzun yaşadığı yer**</b>		0,292		0,088		0,414		0,074
Şehir merkezi	33,1±10,8		54,9±11,7		20,8±5,8		27,9±5,6	
İlçe	31,0±9,03		54,5±10,6		21,3±6,3		27,2±6,0	
Köy	32,5±10,4		51,7±11,7		19,8±5,7		26,0±5,8	
<b>Sigara kullanma durumu</b>		0,077		0,303		0,695		0,272
Evet								
Hayır	34,6±11,0		52,4±12,9		21,1±6,4		28,2±5,8	
	32,0±10,3		54,7±11,2		20,7±5,8		27,3±5,3	
<b>Düzenli fiziksel aktivite yapma durumu</b>		0,829		0,074		0,086		0,125
Evet								
Hayır	32,2±9,0		52,4±11,5		19,8±5,9		26,6±5,9	
	32,5±10,9		54,9±11,5		21,1±5,9		27,7±5,7	

\*Bağımsız gruplarda t testi. p<0,05 \*\* Anavo testi



Tablo 3'e göre; 20 yaş ve altındaki öğrencilerin şişmanlığa karşı önyargılar puan ortalaması  $30,3 \pm 9,6$  iken 20 yaş üzeri öğrencilerde  $34,1 \pm 10,8$  olarak hesaplanmıştır. Yaş ile şişmanlığa karşı önyargılar alt boyutun arasındaki istatistiksel fark anlamlı çıkmıştır ( $p < 0,05$ ).

Yaş ile şişmanlığa karşı kendilik algısı alt boyutuna bakıldığında, sırasıyla 20 yaş ve altındaki öğrencilerin puan ortalaması  $20,0 \pm 5,6$ , 20 yaş üzeri öğrencilerin puan ortalaması  $21,4 \pm 6,1$  olduğu görülmüştür ( $p < 0,05$ ).

Cinsiyet durumu ile beslenme alışkanlıkları alt ölçeği puan ortalamaları incelendiğinde; şişmanlığa karşı önyargılar alt boyutundan kız öğrenciler  $31,2 \pm 11,0$  puanı alırken, erkek öğrenciler  $33,8 \pm 9,6$  almıştır ( $p < 0,05$ ). Şişmanlığın getirdiği olumlu ve olumsuz düşünceler alt boyutundan kız öğrenciler  $56,3 \pm 11,4$ , erkek öğrenciler  $52,0 \pm 11,2$  puan almışlardır ( $p < 0,05$ ). Cinsiyete göre yemek yeme davranışlarına bakıldığında; kız öğrencilerin bu alt boyuttan aldıkları puan ortalamasının  $28,2 \pm 5,6$  olduğu, erkek öğrencilerde ise  $26,6 \pm 5,9$  olduğu hesaplanmıştır. İstatistiksel farkın anlamlı olduğu görülmüştür ( $p < 0,05$ ).

## **TARTIŞMA VE SONUÇ**

Hemşirelik ve iktisat bölümünde okuyan üniversite öğrencilerinin yeme tutumlarını belirleyen bu araştırmada katılımcıların %48,6'sı hemşirelik bölümde okuyan öğrenci iken %51,4'ünün iktisat bölümünde olması ve öğrencilerin sosyo-demografik özelliklerinin hemen hemen aynı olması her iki bölüm için karşılaştırmaların uygun olduğunu düşündürmektedir. Hemşirelik ve iktisat bölümünde okuyan öğrencilerin beslenme alışkanlıkları ölçeğinden aldıkları toplam puanın hemen hemen aynı olması ve sağlık bölümünde okumanın yeme alışkanlığına tutumuna bir etkisi olmadığını söylenebilir ( $p > 0,05$ ). Hemşirelik öğrencileri ile yapılan bir araştırmada da yeme tutumlarının sağlıklı olmadığını belirtmiştir (1). Ayhan ve ark. 2012 yılında tıp fakültesi öğrencileri ile yaptığı çalışmada öğrencilerin çoğunun düzenli beslendiği ve beden kütle indeksleri (BKİ) açısından normal olduğu görülmüştür (9). Bir çalışma sağlık ile ilgili bölümlerde öğrenim gören öğrencilerin sağlık ve beslenme ile ilgili alışkanlıklarda diğer bölümlerde öğrenim gören öğrencilere göre daha bilinçli olduklarını belirlerken (4), bir çalışmada ise sağlık bölümünde okumanın yeme alışkanlığına etkili olmadığı bulunmuştur(1). Yurtdışında yapılan araştırmalarda da aynı sonuçlar görülmüş, öğrencilerin beslenme bilgilerinin yetersiz olduğunu ve sağlığını olumsuz etkilediğini ortaya koymuşlardır (16,19).

Başka bir çalışmada da beslenme eğitiminin üniversite öğrencilerinin anormal yeme tutum ve davranışlarının oluşumu üzerinde hiçbir etkisi olmadığı bulunmuştur (7). Bu düşündürücü bir sonuçtur. Bilgi yetersizliği sonucunda bireylerde kötü beslenme alışkanlıkları yerleşeceği, bu alışkanlıklardan kurtulmanın ise oldukça zor olduğu kuşkusuzdur. Bu nedenle üzerinde durulması gereken konu beslenme konusunda bilgi sahibi olmak ve kötü alışkanlıkları yok etmektir. Oysa sağlık bölümünde okuyan öğrencinin sadece meslek kazanması değil aynı zamanda sağlıklı beslenme gibi birçok sağlık davranışlarının düzeltilmesi ve topluma rol olması istenmektedir.

Bu konu ile ilgili araştırmalar yapılarak literatür desteklenmelidir. Ayrıca bu çalışmada sadece bir bölüm ile kıyaslamak araştırmanın sınırlılığı olması bu konuda yapılacak araştırmalara da ihtiyaç duyulmaktadır.

Öğrencilerin cinsiyet durumuna göre yeme tutumları incelendiğinde; cinsiyetin etkisinin anlamlı olduğu görülmektedir. Şişmanlığa karşı ön yargılar alt boyutunda erkeklerin puan ortalamasını kızlardan yüksektir ( $p<0,05$ ). Bu bulgu, erkeklerin, kızlara göre şişmanlığa karşı daha önyargılı olduklarını ve daha fazla yemek yeme davranışında bulduklarını göstermektedir. Bununla ilgili yurtiçi ve dışında yapılan çalışmalar da benzer sonuç çıkmıştır (1,2,19-22). Ayrıca Davy ve ark. Yaptığı çalışmada erkeklerin boy, kilo ve beden kütle indeksi (BKİ) değerlerinin, kızlara göre daha fazla olduğunu belirtmiştir(19). Başka çalışmalarda da benzer sonuçlar görülmüştür (20-22). Şişmanlığın getirdiği olumlu ve olumsuz düşünceler, yemek yeme davranışları alt boyutundan ise kızların ortalamasının erkeklere daha yüksek olduğu bulunmuştur ( $p<0,05$ ). Toplum tarafından genel kabul görmüş dış görünüşe uyma gereği kızlardan erkeklere oranla daha fazla beklenmektedir. Böylece, erkeklerin kızlarla karşılaştırıldığında şişmanlığa karşı daha önyargılı olmaları; şişmanlığı istenmedik bir durum olarak kabul etmeleri, yemek yeme konusunda kendilerini daha az kısıtlayıcı davranıyor olmaları, bu toplumsal rolün üniversite öğrencileri için de kabul edildiğini göstermektedir. Toplumun sosyoekonomik düzeyi, hızlı nüfus artışı, yetersiz yiyecek üretimi ve dağıtımı, çevre koşullarının bozukluğu, beslenme bilgisinden yoksunluk ve buna bağlı yanlış uygulamalar sağlığı olumsuz yönde etkilemektedir (1,4,19-22). Şişmanlık sadece gelişmiş ülkelerin bir sorunu olarak kabul edilmemekte, küreselleşmenin olumsuz etkisi ile gelişmekte olan ülkelerde de giderek artan bir sorun olarak dikkat çekmektedir. Şişmanlık iki cinsiyetin de sorunu olmakla birlikte kadınlar arasında erkeklere oranla daha yaygındır (1,5,18-20).

Bu çalışmada öğrencilerin yaşı arttıkça, şişmanlığa karşı önyargılar ve şişmanlığa karşı kendilik algısı puan ortalamasını yükseldiği görülmüştür ( $p<0,05$ ). Ancak başka bir çalışmada yaş ile yeme tutumu arasında bir ilişki saptanmamıştır (1,22). Bu sonuç ise literatürden farklı bir sonuç olup, yaş arttıkça bilgi seviyesinin arttığını düşündürmektedir.

Öğrencilerin %39,5'i yurttta kalmaktadır. Yurttta kalmak öğünlerin düzensiz olmasına, maddi sorunların daha fazla olması, sorunlarla baş etmede yakın aile desteğinin az olması gibi nedenlerle sağlıklı beslenme alışkanlıklarını daha az görülmesi beklenebilecek durumdur (1,2,20-22). Ancak bu araştırmada, öğrencilerin kaldıkları yer ile beslenme alışkanlıkları ölçüğü puanları analiz edildiğinde anlamlı bir sonuç görülmemiştir ( $p>0,05$ ). Başka çalışmalarda tam tersi bir sonuç çıkararak, yurttta kalan öğrencilerde olası yeme bozukluğu görülme oranı anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur (1,2,22).

Bu çalışmada sigara içenlerin beslenme alışkanlık ölçüğü alt boyut puan ortalaması, içmeyenlere göre önemli düzeyde fark olmaksızın yüksek olarak bulunmuştur ( $p>0,05$ ). Bir çalışmada tam tersi sonuç çıkmıştır (22). Bu araştırmada ayrıca sağlık bölümünde okumayan öğrencilerin sigara içme durumu sağlık bölümü dışında içenlerden daha azdır. Bu durum öğrencilerin sağlıkla ilgili bilgi durumu arttıkça olumsuz sağlık davranışların daha az gözüktüğünü düşündürebilir. Araştırmada sigara içen kişilerin sebze ve meyveleri daha az tükettiklerini, dolayısıyla beslenme alışkanlıklarının olumsuz yönde etkilendiğini göstermektedir. Sigara içenlerin içmeyenlere göre iştahının daha az olduğu, bu durumun da beslenme durumunu olumsuz etkilediği bildirilmektedir (2).

Fiziksel aktivite düzeyine bakıldığında; düzenli fiziksel aktivite yapan öğrencilerin, beslenme alışkanlık puan ortalaması ile yapmayanların ortalaması arasındaki farkın istatistiksel açıdan önemli olmadığı bulunmuştur. Bir çalışmada bu sonuca benzer olarak spor yapıp yapmama ile yeme tutumu arasında anlamlı fark bulunmamıştır (22).

## **KAYNAKLAR**

1. Ünalın D, Öztıp DB, Elmalı F ve ark. Bir grup sağlık yüksekokulu öğrencisinin yeme tutumları ile sağlıklı yaşam biçimi davranışları arasındaki ilişki. İnönü Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi. 2009;16(2): 75-81.

2. Ünsal A, Tozun M, Ayrancı Ü, Arslantaş D. Türkiye'nin batısındaki bir ilçede lise öğrencilerinde olası yeme bozukluğu görülme sıklığı ve ilişkili faktörler. *Dirim Tıp Gazetesi*. 2010;85(3):110-112.
3. Şanlıer N, Konaklıoğlu E, Güçer E. Gençlerin beslenme bilgi, alışkanlık ve davranışları ile beden kütle indeksleri arasındaki ilişki. *GÜ, Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*. 2009;29(2):333-352
4. Kadioğlu M, Ergün A. Üniversite öğrencilerinin yeme tutumu, öz-etkililik ve etkileyen faktörler. *Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi*. 2015;5(2):96-104.
5. Kılıç E, Şanlıer N. Üç kuşak kadınının beslenme alışkanlıklarının karşılaştırılması, *Kastamonu Eğitim Dergisi*. 2007;15(1):31-44
6. Sakamaki R, Toyama K, Amamoto R, Cuhuan-Jun L, Naotaka S. Nutritional knowledge, food habits and health attitude of chinese university students a cross sectional study. *Nutrition Journal*. 2005;4(1):1-5.
7. Akdevelioğlu Y, Gümüş H. Eating disorder and body image perception among university students. *Pakistan Journal of Nutrition*. 2010;9(12):1187-1191.
8. Garibagaoglu M, Budak N, Öner N, Sağlam Ö, Nisli K. Üç farklı üniversitede eğitim gören kız öğrencilerin beslenme durumları ve vücut ağırlıklarının değerlendirilmesi. *Sağlık Bilimleri Dergisi*. 2006;15(3):47-180.
9. Ayhan D E, Günaydın E, Gönlüaçık E, Arslan U. Ve ark. Uludağ Üniversitesi tıp fakültesi öğrencilerinin beslenme alışkanlıkları ve bunları etkileyen faktörler. *Uludağ Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*. 2012;38(2):97-104
10. Lewinsohn PM, Striegel-Moore RH, Seeley JR. Epidemiology and natural course of eating disorders in young women from adolescence to young adulthood, *Journal Of The American Academy Of Child And Adolescent Psychiatry*. 2003;9:1284–1292
11. Ermiş E, Doğan E, Erilli N.A, Satıcı A. Üniversite öğrencilerinin beslenme alışkanlıklarının incelenmesi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi örneği. *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi*. 2015;6(1):30-40
12. Jacobi C, Hayward C, De Zwaan M, Kraemer H.C, Agras WS. Coming to terms with risk factors for eating disorders: application of risk terminology and suggestions for a general taxonomy. *Psychological Bulletin*. 2004;130:19–65.

13. Stice E, Whitenton K. Risk factors for body dissatisfaction in adolescent girls: a longitudinal investigation, *Developmental Psychology*. 2002;38(5):669-678
14. Oktar İ, Şanlıer N. İlköğretim okullarında uygulanan beslenme programları ve öğrencilerin beslenme davranışları ile ilgili öğretmen ve yöneticilerin görüşleri. *Gazi Üniversitesi Mesleki Eğitim Fakültesi/ Mesleki Eğitim Dergisi*. 2003;2:1-8.
15. Açık Y, Çelik G, Ozan AT ve ark. Üniversite öğrencilerinin beslenme alışkanlıkları. *Sağlık ve Toplum*. 2003;13(4):74-80.
16. Ulaş Kadioğlu B. Evaluation of eating habits, behaviors and body weights of health sciences students. *Journal of Current Researches on Educational Studies*. 2017;7(2); 13-26.
17. Kundakcı, A. Üniversite Öğrencilerinin Yeme Tutumları, Benlik Algısı, Vücut Algısı ve Stres BelirtiLeri Açısından Karşılaştırılması, Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2005. Ankara
18. Farahani SJ, Chin YS, Nasir MTM, Amiri P. Disordered eating and its association with overweight and health-related quality of life among adolescents in selected High Schools of Tehran. *Child Psychiatry Hum Dev*. 2014;1:1-8.
19. Davy SR, Benes BA, Driskell JA. Sex differences in dieting trends, eating habits and nutrition beliefs of a group of midwestern college students. *Journal of The American Dietetic Association*. 2006;106(10);1673-1677
20. Vonbothmer MI, Fridlund B. Gender differences in health habits and in motivation for a healthy lifestyle among Swedish university students. *Nursing Health Sciences*. 2005; 7(2):107-118.
21. Çelik S, Yoldaşcan E, Okyay R, Özenli Y. Kadın üniversite öğrencilerinde yeme bozukluğunun yaygınlığı ve etkileyen etkenler. *Anatolian Journal of Psychiatry*. 2016; 17:42-50.
22. Özvurmaz S, Mandıracıoğlu A, Lüleci E. Üniversite öğrencilerinde yeme tutumu ve yeme tutumuyla ilişkili faktörler. *Adıyaman Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*. 2018;4(2):841-849