DOI: https://doi.org/10.30546/19023.978-9952-8605-4-2.2025.056.
ISBN: 978-9952-8605-4-2

LİSE ÖĞRENCİLERİNİN BESLENME BİLGİ DÜZEYLERİNİN BAZI DEĞİŞKENLER AÇISINDAN İNCELENMESİ

Emrah YILMAZ

Süleyman Demirel Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü
ORCID: https://orcid.org/0000-0002-3664-850

Muhammed Burakhan AYDIN

Süleyman Demirel Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü
ORCID: https://orcid.org/0009-0008-3373-607X

ÖZET

Çalışmamız, lise öğrencilerinin beslenme bilgi düzeylerinin incelenmesi amacıyla yapılmaktadır.

Araştırmanın evrenini grubunu Isparta ilindeki, lise seviyesindeki 3 okul ve her okuldan 6 sınıf şeklinde olmak üzere toplam 18 sınıf oluşturmaktadır. Bu sınıflardan n=198 Erkek ve n=228 Kız olmak üzere toplamda n=427 öğrenci araştırma grubumuzu oluşturmaktadır.

Öğrencilerin beslenme bilgi düzeylerini belirlemek için temel beslenme bilgilerini içeren "Beslenme Bilgi Testi" uygulanmıştır. Beslenme Bilgi Testi, öğrencilere hazırlanmış toplam 15 sorudan oluşmaktadır. Değerlendirme sırasında her soruya verilen cevapların puanları toplanarak, toplam skorları hesaplanmış ve öğrencilerin beslenme bilgi düzeyleri belirlenmiştir.

Verilerin değerlendirilmesinde SPSS İstatistik programı kullanılmıştır. Elde edilen verilerin değerlendirilmesinde sıklık (frekans), yüzde (%), Independent Samples T testi ve OneWay-ANOVA testi uygulanmıştır. Anlamlılık düzeyi 'p>0,05' olarak kabul edilmiştir.

Sonuç olarak, lise öğrencilerinin beslenme bilgi düzeyleri incelendiğinde, öğrencilerin cinsiyet, yaş, bulundukları sınıf, ailenin gelir durumu, öğrencilerin anne ve babalarının eğitim durumları öğrencilerin beslenme bilgi düzeylerini etkilememektedir.

Anahtar kelimeler: Lise, Öğrenci, Beslenme

A STUDY ON THE NUTRİTİON KNOWLEDGE LEVELS OF HİGH SCHOOL STUDENTS WİTH RESPECT TO SELECTED VARİABLES

ABSTRACT

Our study was conducted to examine the nutritional knowledge levels of high school students.

The population of the research consists of three high schools in the province of Isparta, with a total of 18 classes, six from each school. From these classes, a total of n=427 students—198 boys and 228 girls—formed our study group.

DOI: https://doi.org/10.30546/19023.978-9952-8605-4-2.2025.056.
ISBN: 978-9952-8605-4-2

To determine the students' nutritional knowledge levels, a "Nutrition Knowledge Test" including basic nutrition information was administered. The Nutrition Knowledge Test consisted of a total of 15 questions prepared for the students. During the evaluation, the scores of the answers given to each question were summed to calculate the total scores, which were then used to determine the students' nutritional knowledge levels.

The data were analyzed using the SPSS Statistics software. In evaluating the obtained data, frequency, percentage, Independent Samples T-test, and One-Way ANOVA test were used. The significance level was set at $p>0.05$.

As a result, when the nutritional knowledge levels of high school students were examined, it was found that gender, age, grade level, family income, and the educational status of the students' mothers and fathers did not affect the students' nutritional knowledge levels.

Keywords: High school, Student, Nutrition

GİRİŞ

Beslenme; büyüme, yaşamın sürdürülmesi ve sağlığın korunması için besinlerin kullanılmasıdır. Beslenme, açlık duygusunu bastırmak, karın doyurmak ya da canının çektiği şeyleri yemek içmek değildir. Beslenme; sağlığı korumak, geliştirmek ve yaşam kalitesini yükseltmek için vücudun gereksinimi olan besin ögelerini yeterli miktarlarda ve uygun zamanlarda almak için bilinçli yapılması gereken bir eylemdir (Aydın, 2017).

Bireyin yaşamını devam ettirebilmesi için beslenmesi gerekir. Beslenme, bireyin büyüme, gelişme, sağlıklı ve üretken olarak uzun süre yaşaması için gerekli olan besin öğelerini alıp vücudunda kullanmasıdır. Vücudun büyümesi, yenilenmesi ve çalışması için gerekli besin öğelerinden yeterli miktarda alınması ve vücutta uygun şekilde kullanılması durumuna yeterli ve dengeli beslenme denir. Bu besin öğeleri vücudun gereksinmesi düzeyinde alınamazsa yeterli enerji oluşamadığı ve vücut dokuları yapılmadığından yetersiz beslenme durumu oluşur. İnsan gereğinden çok yerse, bu besin öğelerini gereğinden çok alır. Çok alınan bu öğeler vücutta yağ olarak biriktiğinden sağlık için zararlıdır. Bu durum dengesiz beslenme olarak bilinir. İnsan yeterince yemesine karşın, uygun seçim yapamadığı ya da yanlış pişirme yöntemi uyguladığı için bu besin öğelerinin bazılarını alamayabilir. Bu durumda o besin öğesinin vücut çalışmasındaki işlevi yerine getirilemediğinden yine sağlık sorunları oluşur. Bu durumda da dengesiz beslenme yaşanır. Vücuda alınan besin öğeleri kalp, beyin, karaciğer gibi organlar ve nefes alma gibi hayatı destekleyici fonksiyonların korunması için gerekli olan enerjinin sağlanmasında temel rol oynamaktadır. Besin öğelerinin büyüme-gelişmeyi desteklemek, enerji sağlamak, metabolizmayı düzenlemek gibi üç ana fonksiyonu vardır (Ünsal, 2019).

Gelecek neslin sağlıklı ve güçlü olabilmesi için anne ile çocuğunu etkileyen çeşitli sorunların üzerinde durulması zorunluluğu vardır, Bugünün yaşamının en büyük problemlerinden biri gelişmemiş veya

DOI: https://doi.org/10.30546/19023.978-9952-8605-4-2.2025.056.
ISBN: 978-9952-8605-4-2

gelişmekte olan ülkelerdeki beslenme yetersizliği ve dengesizliği sorunudur. İnsan vücudunu sağlıklı ve yetenekli bir duruma getirmek ve bu durumu yaşam boyu sürdürmek gereklidir. Bu da toplumu oluşturan bütün bireylerin, ihtiyaçları kadar besin maddelerini yeterli ve dengeli bir şekilde sağlamaları ile mümkündür. Sağlığı, bedenen, ruhen ve sosyal yönden tam bir iyilik hali olarak tanımladığımıza göre vücudun ihtiyaç gösterdiği besinlerden bir veya birkaçı yetersiz alınırsa, vücudun büyümesi, gelişmesi, bireyin normal çalışması ve sosyal ilişkileri zayıflayacaktır. İnsanlar üzerinde yapılan araştırmalar, yetersiz beslenen toplumlarda çocuk ölüm hızının, yeterli beslenen toplumlardan 10 kat daha yüksek olduğunu göstermiştir. Doğumdan sonra çocuğun normal büyüme ve gelişmesinde beslenme en önemli etkendir. Yapı ve enerji maddeleri yeteri kadar sağlanmayan bir çocuk organizması, ilk önce büyüme ve gelişmesini durdurarak yaşamaya çalışır. Bir süre sonra beslenme bozukluğu belirtileri ortaya çıkar (Akgönül, 1985).

Besinlerin tüketiminden önce iyice yıkandığına ve temizlendiğine emin olunmalı; yemekler hijyenik ortamda ve yavaş yavaş ağır ateşte pişirilmeli ve besin değerleri korunmalıdır. Her yaş grubunda farklı beslenme yöntemleri olmakla birlikte kişilerin tabiat özelliklerine, kan gruplarına vb. göre de beslenme çeşitlenmektedir. Bu çeşitlilik sayesinde kişiler kendine özgü beslenme stratejisi geliştirebilmektedir (Alan, 2023).

Süt ve süt ürünleri içlerinde barındırdıkları faydalı besin öğeleri nedeniyle hayvansal kaynaklı besinler arasında önemli bir yere sahiptir. Sütte yer alan önemli besin maddeleri diğer süt ürünlerinde de eksiksiz olarak hatta çoğu zaman daha da zenginleştirilmiş halde yer almaktadır. Günlük hayatta en çok ihtiyaç duyulan besin maddeleri süt ve süt ürünleridir. Süt, tüketilen diğer besin maddelerinden farklı olarak canlıların büyümeleri ve gelişimlerini sağlıklı bir şekilde tamamlamaları için gerekli olan birçok besin maddesini bünyesinde bulundurmaktadır. Bundan dolayı, insan hayatının her evresinde süt ve süt ürünleri tüketimi önemli yer tutmaktadır (Onurlubaş ve Çakırlar, 2016).

Et Grubu (et, yumurta, kuru baklagil, yağlı tohumlar): Bu grup protein, demir, çinko, fosfor, magnezyum B6, B12, B1 ve A vitamini ile posa (kuru baklagil) içerir. Büyüme ve gelişme, hücre yenilenmesi, doku onarımı ve görme işlevi, kan yapımı, sinir, sindirim sistemi ve deri sağlığı ve hastalıklara karşı direnç kazanılmasında başrolü üstlenirler. Adölesanların bu gruptan günde en az 3 porsiyon almaları gerekir (Köseoğlu ve Tayfur, 2017).

Ekmek, buğday ununa; su, tuz, maya (Saccharomyces cerevisiae) gerektiğinde şeker, enzimler, enzim kaynağı olarak malt unu, vital gluten ve izin verilen katkı maddeleri ilave edilip, bu karışımın tekniğine uygun olarak yoğrulması, şekillendirilmesi, fermantasyona bırakılması ve pişirilmesi ile yapılan bir üründür. Ekmeğin nötr bir tada sahip olması onun diğer gıdalarla birlikte tüketimini kolaylaştırmakta, hatta diğer gıdaların daha çok tüketilmesini sağlamaktadır. Ayrıca içerisinde bulunan karbonhidratlar (özellikle nişasta) ile diyette günlük alınması gereken enerji miktarının önemli kısmını karşılayabilmektedir (Badem, 2021). Günlük tüketilmesi önerilen miktar 4-6 porsiyondur. Dört yemek

DOI: https://doi.org/10.30546/19023.978-9952-8605-4-2.2025.056.
ISBN: 978-9952-8605-4-2

kaşığı kadar makarna veya pilav bir porsiyon sayılır. Ekmek tüketirken tam buğday ununda mayalandırılarak yapılan ekmeği tüketmeye dikkat etmelidir. Bu ekmeğin besleyici ve sağlık koruyucu değeri, beyaz undan yapılan ekmekten daha fazladır. Ayrıca mayalı ekmeğin besin değeri mayasızlardan yüksektir. Yine ekmek, çörek, kurabiye yapmak için hamurun mayalandırılması besleyici değerini arttırır (Yücecan, 2008).

Her türlü sebze ve meyve bu grup altında toplanır. Bileşimlerinin önemli kısmı sudur. Bu nedenle sebze ve meyveler günlük enerji ve protein gereksinmesine çok az katkıda bulunurlar. Bunun yanında mineraller ve vitaminler bakımından zengindirler. Folat, A vitaminin ön ögesi beta-karoten, E, C, B2 vitamini, kalsiyum, demir, magnezyum, posa ve güçlü antioksidan etkinlik gösteren bileşenler içerirler. Bu grup büyüme ve gelişme, hücre yenilenmesi, doku onarımı, deri ve göz sağlığı, diş ve diş eti sağlığı, kan yapımı, hastalıklara karşı direncin oluşumunda etkindirler. Meyve ve sebzelerin başka bir işlevi de barsak faaliyetlerine yardımcı olmalarıdır. Günlük tüketilmesi önerilen miktar en az 5 porsiyondur. Alınan sebze ve meyvenin en az 2 porsiyonu yeşil yapraklı sebzeler veya portakal, limon gibi turunçgiller veya domates olmalıdır (Baysal, 2002).

Bu bilgiler doğrultusunda çalışmamız, lise öğrencilerin beslenme bilgi düzeylerinin incelenmesi amacıyla yapılmaktadır.

YÖNTEM

Araştırma Modeli

Araştırmada, betimsel ve ilişkisel tarama yöntemleri kullanılmıştır. Betimsel tarama, araştırmaya konu olan olay, birey veya nesne kendi koşulları içinde ve olduğu gibi tanımlanmaya çalışılır. İlişkisel tarama ise iki ya da daha fazla sayıdaki değişken arasında birlikte değişim varlığını ve derecesini belirlemeyi amaçlayan araştırma modelleridir (Karasar, 2004).

Araştırma Grubu

Araştırmanın evrenini grubunu Isparta ilindeki, lise seviyesindeki 3 okul ve her okuldan 6 sınıf şeklinde olmak üzere toplam 18 sınıf oluşturmaktadır. Bu sınıflardan n=198 Erkek ve n=228 Kız olmak üzere toplamda n=427 öğrenci araştırma grubumuzu oluşturmaktadır.

Veri Toplama Araçları

Öğrencilerin beslenme bilgi düzeylerini belirlemek için temel beslenme bilgilerini içeren “Beslenme Bilgi Testi” uygulanmıştır. Beslenme Bilgi Testi, öğrencilere hazırlanmış toplam 15 sorudan oluşmaktadır. Değerlendirme sırasında her soruya verilen cevapların puanları toplanarak, toplam skorları hesaplanmış ve öğrencilerin beslenme bilgi düzeyleri belirlenmiştir (Sarıdağ Devran, 2018).

DOI: https://doi.org/10.30546/19023.978-9952-8605-4-2.2025.056.
ISBN: 978-9952-8605-4-2

Verilerin Analizi

Verilerin değerlendirilmesinde SPSS İstatistik programı kullanılmıştır. Elde edilen verilerin değerlendirilmesinde sıklık (frekans), yüzde (%), Independent Samples T testi ve OneWay-ANOVA testi uygulanmıştır. Anlamlılık düzeyi 'p>0,05' olarak kabul edilmiştir.

BULGULAR

Tablo 1. Çalışmaya katılan öğrencilere ait demografik bilgileri

		n	%
Cinsiyet	Erkek	198	46,37
	Kız	228	53,39
Yaş	15	115	26,93
	16	82	19,20
	17	69	16,15
	18	161	37,70
Sınıf	9	97	22,71
	10	78	18,26
	11	67	15,69
	12	185	43,32
Aile Gelir Durumu	5000-10000 arası	25	5,85
	10000-20000 arası	91	21,31
	20000-30000 arası	126	29,50
	30000 ve üzeri	185	43,32
Anne Eğitim Durumu	İlkokul	133	31,14
	Ortaokul	64	14,98
	Lise	124	29,03
	Üniversite ve Üzeri	106	24,82
Baba Eğitim Durumu	İlkokul	105	24,59
	Ortaokul	57	13,34
	Lise	137	32,08
	Üniversite ve Üzeri	128	29,97

DOI: https://doi.org/10.30546/19023.978-9952-8605-4-2.2025.056.
ISBN: 978-9952-8605-4-2

Tablo 2. Çalışmaya katılan öğrencilerinin beslenme bilgi düzeylerinin cinsiyetlere göre Independent Samples T testi istatistikleri

	Cinsiyet	N	X±SD	t	p
Beslenme Bilgi Düzeyleri Toplam Skor	Erkek	198	39,25±4,31	,467	,641
	Kız	228	39,07±3,95		

Tablo 3. Çalışmaya katılan öğrencilerinin beslenme bilgi düzeylerinin yaşlarına göre OneWay-ANOVA testi istatistikleri

	Yaş	N	X±SD	F	p
Beslenme Bilgi Düzeyleri Toplam Skor	15	115	39,29±3,80	,175	,913
	16	82	38,98±3,75		
	17	69	38,95±4,78		
	18	161	39,26±4,25		

Tablo 4. Çalışmaya katılan öğrencilerinin beslenme bilgi düzeylerinin sınıflarına göre OneWay-ANOVA testi istatistikleri

	Sınıf	N	X±SD	F	p
Beslenme Bilgi Düzeyleri Toplam Skor	9	97	38,83±4,03	,482	,695
	10	78	39,33±3,56		
	11	67	38,91±4,38		
	12	185	39,36±4,31		

Tablo 5. Çalışmaya katılan öğrencilerinin beslenme bilgi düzeylerinin aile gelir durumuna göre OneWay-ANOVA testi istatistikleri

	Aile Gelir Durumu	N	X±SD	F	p
Beslenme Bilgi Düzeyleri Toplam Skor	5000-10000 arası	25	40,28±2,77	1,267	,285
	10000-20000 arası	91	39,52±4,15		
	20000-30000 arası	126	38,75±4,07		
	30000 ve üzeri	185	39,12±4,28		

DOI: https://doi.org/10.30546/19023.978-9952-8605-4-2.2025.056.
ISBN: 978-9952-8605-4-2

Tablo 6. Çalışmaya katılan öğrencilerinin beslenme bilgi düzeylerinin anne eğitim durumlarına göre OneWay-ANOVA testi istatistikleri

	Anne Eğitim Durumu	N	X±SD	F	p
Beslenme Bilgi Düzeyleri Toplam Skor	İlkokul	133	38,97±4,42	1,695	,167
	Ortaokul	64	40,23±3,91		
	Lise	124	39,03±3,92		
	Üniversite ve Üzeri	106	38,92±4,04		

Tablo 7. Çalışmaya katılan öğrencilerinin beslenme bilgi düzeylerinin baba eğitim durumlarına göre OneWay-ANOVA testi istatistikleri

	Baba Eğitim Durumu	N	X±SD	F	p
Beslenme Bilgi Düzeyleri Toplam Skor	İlkokul	105	38,81±4,65	,820	,483
	Ortaokul	57	39,80±3,86		
	Lise	137	39,31±4,12		
	Üniversite ve Üzeri	128	39,01±3,76		

TARTIŞMA

Çalışmaya lise seviyesindeki üç okul ve her okuldan 6 sınıf şeklinde olmak üzere toplam 12 sınıf katılmıştır. Bu sınıflardan n=198 erkek ve n=228 kız olmak üzere toplamda n=427 öğrenci çalışmaya katılmıştır.

Çalışmamızda, öğrencilerin cinsiyetleri ile beslenme bilgi düzeyleri arasındaki farklılıklar incelendiğinde, istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. Oysa Vançelik ve arkadaşları (2007) tarafından gerçekleştirilen ve üniversite öğrencilerini kapsayan bir çalışmada, cinsiyet değişkeni ile beslenme bilgi düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar belirlenmiştir. Söz konusu çalışma ile elde ettiğimiz bulgular arasında benzerlik bulunmamaktadır. Bu farklılığın, bizim çalışmamızın lise düzeyindeki öğrenciler üzerinde gerçekleştirilmiş olması ve bu öğrencilerin yaş itibarıyla Vançelik ve arkadaşlarının çalışmasındaki üniversite öğrencilerine kıyasla daha erken gelişim döneminde bulunmalarıyla ilişkili olabileceği düşünülmektedir. Literatürde Karabay (2019) tarafından yapılan çalışmada lise öğrencilerinin cinsiyetlerine göre beslenme okuryazarlığı düzeylerinde istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Bu durum, cinsiyetin beslenme okuryazarlığı üzerinde etkili bir değişken olabileceğini göstermektedir. Karabay'ın çalışmasında hangi cinsiyetin daha yüksek puan aldığı belirtilmemişse de, cinsiyetler arası

DOI: https://doi.org/10.30546/19023.978-9952-8605-4-2.2025.056.
ISBN: 978-9952-8605-4-2

farklılığın anlamlı bulunması, beslenme davranışlarının toplumsal cinsiyet rolleriyle ilişkilendirilebileceği yönünde yorumlanabilir. Buna karşın, bizim çalışmamızda lise öğrencilerinin cinsiyetlerine göre beslenme okuryazarlığı düzeylerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Bu durum, örneklem grubunun demografik özellikleri, katılımcıların benzer sosyoekonomik koşullara sahip olmaları veya beslenme ile ilgili bilgi kaynaklarına eşit düzeyde erişim sağlamaları gibi etmenlerle açıklanabilir. Her iki çalışmanın sonuçları birlikte değerlendirildiğinde, cinsiyetin beslenme okuryazarlığı üzerindeki etkisinin bağlamsal olarak değişebileceği görülmektedir. Araştırma yapılan bölge, örneklem büyüklüğü, kullanılan ölçek ve veri toplama zamanları gibi değişkenler, elde edilen bulguların farklılık göstermesinde etkili olabilir.

Çalışmamızda, öğrencilerin yaşları ile beslenme bilgi düzeyleri arasındaki farklılıklar incelendiğinde istatistiksel olarak anlamlı bir fark tespit edilememiştir. Oysa Mor ve Şekeroğlu (2024)'nun 14-18 yaş aralığındaki adölesan bireyleri kapsayan çalışmalarında, yaş değişkeni ile beslenme bilgi düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar belirlenmiştir. Söz konusu çalışmada, yaş arttıkça beslenme bilgi düzeyinin de istatistiksel olarak anlamlı bir biçimde arttığı rapor edilmiştir. Bizim çalışmamız ile Mor ve Şekeroğlu (2024)'nun çalışması arasındaki bu farklılığın çeşitli nedenlere dayanabileceği düşünülmektedir. Bu nedenler arasında; okulların uyguladığı eğitim programlarının içeriği, beslenme konusunda yapılan bilinçlendirme faaliyetleri, aile ve çevresel faktörler, öğrencilerin yaşam tarzları ve beslenme alışkanlıkları, öğretmenlerin yeterlilik düzeyleri ve eğitim yöntemleri ile öğrencilerin motivasyon seviyeleri sayılabilir.

Çalışmamızda, öğrencilerin sınıf düzeyleri ile beslenme bilgi düzeyleri arasındaki farklılıklar incelendiğinde istatistiksel olarak anlamlı bir fark tespit edilememiştir. Oysa Gönen ve Ceyhan (2022) tarafından üniversite öğrencileri ile gerçekleştirilen bir çalışmada, sınıf değişkenine göre "sağlıklı beslenmeye ilişkin tutum ölçeği"nin beslenme bilgisi alt boyutunda anlamlı farklılıklar saptanmıştır. Söz konusu çalışmada, en yüksek puan ortalamasına dördüncü sınıf öğrencileri sahipken, en düşük puan ortalamasının birinci sınıf öğrencilerine ait olduğu belirlenmiştir. Ayrıca, birinci sınıflarla ikinci ve üçüncü sınıflar arasında da puan ortalamaları açısından anlamlı farklılıklar bulunmuş; bu fark ikinci ve üçüncü sınıflar lehine olmuştur.

Sınıflar arasında ortaya çıkan bu farkın, spor bilimleri fakültelerinde beslenmeye yönelik çeşitli derslerin bulunması ve sınıf düzeyi ilerledikçe bu derslerin alınmasıyla birlikte öğrencilerin bilgi ve farkındalık düzeylerinin artmasına bağlı olarak geliştiği düşünülmektedir. Bu artan bilgi düzeyinin de öğrencilerin sağlıklı beslenmeye ilişkin tutumlarını olumlu yönde etkilediği yorumu yapılmıştır. Ancak, Gönen ve Ceyhan (2022)'nın çalışmaları ile bizim çalışmamızın bulguları arasında benzerlik bulunmamaktadır. Ayrıca literatürde çalışmamızın bulgularını destekleyen çalışmalarda bulunmaktadır. Literatür incelendiğinde Çakır ve Coşkuntürk, (2022) tarafından yapılan araştırmada, sınıf değişkeni ve beslenme bilgi düzeyi arasında anlamlı fark bulunmamıştır.

Çalışmamızda, öğrencilerin aile gelir düzeyleri ile beslenme bilgi düzeyleri arasındaki farklılıklar incelendiğinde, istatistiksel olarak anlamlı bir fark tespit edilmemiştir. Oysa Can ve Akgün (2024) tarafından, ilköğretim kademesinde çocuğu bulunan ebeveynlerle yürütülen bir çalışmada, gelir düzeyi 11.499 TL'ye kadar olan ebeveynlerin beslenme bilgi düzeyi ile 23.000–34.499 TL aralığında gelire sahip ebeveynlerin beslenme bilgi düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık belirlenmiştir. Bu çalışmada, ebeveynlerin gelir düzeylerine göre beslenme bilgi düzeylerinde anlamlı farklar olduğu saptanmıştır. Elde ettiğimiz bulgular ile söz konusu çalışma sonuçları arasında benzerlik bulunmamaktadır. Bu durumun nedenleri arasında; katılımcı profillerinin farklılığı, örneklem büyüklüğü ve yapısı, bölgesel ya da kültürel farklılıklar ile eğitime erişim düzeyindeki değişiklikler sayılabilir.

Çalışmamızda, öğrencilerin ailelerinin eğitim durumu ile beslenme bilgi düzeyleri arasındaki farklılıklar incelendiğinde, istatistiksel olarak anlamlı bir fark tespit edilmemiştir. Ancak, Can ve Akgün (2024) tarafından ilköğretim çağındaki çocukların ebeveynleriyle yapılan bir çalışmada, gelir durumu açısından istatistiksel olarak anlamlı bir fark ($p < 0,05$) bulunmuştur. Bu farklılıkların nedenlerini araştırmak amacıyla yapılan çoklu karşılaştırma testleri sonuçları incelendiğinde, okuryazar olmayan katılımcılar ile diğer eğitim düzeylerindeki katılımcılar arasında; ilkokul mezunu katılımcıların ortaokul, lise ve üniversite mezunlarına göre; ayrıca ortaokul mezunu katılımcıların da okuryazar olmayan ve ilkokul mezunu katılımcılara göre beslenme bilgi düzeylerinde anlamlı farklılıklar olduğu görülmüştür. Bu durumun sebepleri arasında, eğitim düzeyinin bilgiye erişim ve anlama kapasitesi üzerindeki etkisi, sosyoekonomik durumun dolaylı rolü ile kültürel ve çevresel faktörler sayılabilir.

Sonuç olarak, lise öğrencilerinin beslenme bilgi düzeyleri incelendiğinde, öğrencilerin cinsiyet, yaş, bulundukları sınıf, ailenin gelir durumu, öğrencilerin anne ve babalarının eğitim durumları öğrencilerin beslenme bilgi düzeylerini etkilememektedir.

KAYNAKLAR

Köseoğlu, S. Z. A., & Tayfur, A. Ç. (2017). Adölesan Dönemi Beslenme ve Sorunları Nutrition and Issues in Adolescence Period. *Güncel Pediatri*, *15*(2), 44-57.

Ünsal, A. (2019). Beslenmenin önemi ve temel besin öğeleri. *Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, *2*(3), 1-10.

Akgönül, G. (1985). Çocukta Beslenmenin Önemi ve Amacı. *Ege Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi*, *1*(1), 51-56.

Alan, S. (2023). Kutadgu Bilig'de Doğru Beslenmenin Önemi ve İnsan Sağlığına Etkileri. *Avrasya Uluslararası Araştırmalar Dergisi*, *11*(34), 71-91.

Aydın, G. E. (2017). Sağlıklı Bireyler İçin Temel Beslenme El Kitabı. Türk Böbrek Vakfı, ss.1-14. www.tbv.com.tr

Onurlubaş, E., & Çakırlar, H. (2016). Tüketicilerin Süt ve Süt Ürünleri Tüketimini Etkileyen Faktörlerin Belirlenmesi Üzerine Bir Araştırma. *Çankırı Karatekin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, *7*(1), 217-242.

Badem, A. (2021). Ekmek ve unlu mamuller. *Temel Mutfak Teknikleri ve Yönetimi, Geçgin, E. ve Baltacı, M.(baş ed.), Detay Yayıncılık, Ankara, Türkiye*, 265-286.

DOI: https://doi.org/10.30546/19023.978-9952-8605-4-2.2025.056.
ISBN: 978-9952-8605-4-2

Yücecan, S. (2008). Optimal beslenme. *Sağlık Bakanlığı Yayın*, *726*, 2-4.

Baysal A. (2002). Beslenme. Hatiboğlu Yayınevi, Ankara.

Sarıdağ Devran, B. (2018). Lise Öğrencileri ve Ebeveynlerine Verilen Beslenme Eğitiminin Beslenme Bilgi ve Davranışları Üzerine Etkisinin Belirlenmesi. Başkent Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Doktora Tezi.

Karasar, N. (2004). Bilimsel Araştırma Yöntemi. Ankara: Nobel Yayıncılık.

Vançelik, S., Önal, S. G., Güraksın, A., & Beyhun, E. (2007). Üniversite Öğrencilerinin Beslenme Bilgi ve Alışkanlıkları İle İlişkili Faktörler. TSK Koruyucu Hekimlik Bülteni, 6(4), 242-248.

Karabay, Y. (2019). Lise öğrencilerinin beslenme okuryazarlıkları ve beslenmeyle ilgili görüşleri. Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Ankara, ss.43.

Şekeroğlu, B., & Mor, A. 14-18 Yaş Arası Adölesanların Beslenme Bilgi Düzeyi ve Fiziksel Aktivite Düzeyi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Kilis 7 Aralık Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi,* 8(2), 147-162.

Çakır, Z., & Coşkuntürk, O. S. (2022). Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulunda Öğrenim Gören Öğrencilerin Sporcu Beslenme Bilgi Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Ulusal Spor Bilimleri Dergisi,* 6(2), 105-118.

Gönen, M., & Ceyhan, M. A. (2022). Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Sağlıklı Beslenmeye Yönelik Tutumları ile Benlik Saygıları Arasındaki İlişki. *Sciences (Ijoess),* 13(48), 625-637.

Can, M., & Akgün, M. (2024). İlköğretim Kademesinde Çocuğu Olan Ebeveynlerin Beslenme Bilgi Düzeyinin Demografik Özelliklere Göre İncelenmesi: *Aksaray Örneği. İletişim ve Toplum Araştırmaları Dergisi,* 4(1), 182-195.