

# Beslenme Bilgi Ölçeği (BBÖ)

## RECOMMENDED CITATION

memjavad (2025). *Beslenme Bilgi Ölçeği (BBÖ)*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from <https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=17589>

## Özet

Beslenme Bilgi Ölçeği (BBÖ), İngilizce orijinal adıyla **Nutrition Knowledge Scale (NKS)**, sağlıklı yetkin bireylerin beslenme konusundaki **bilgi düzeylerini** ölçmek amacıyla 2021 yılında geliştirilmiş özgün bir psikometrik ölçektir. Ölçek, bireylerin temel beslenme prensipleri, gıda grupları, sağlıklı yeme alışkanlıkları ve diyetin sağlık üzerindeki etkileri hakkındaki teorik ve pratik bilgileri değerlendirmek üzere tasarlanmıştır.

Ölçeğin geliştirme süreci, kapsamlı bir **literatür taraması**, madde havuzunun oluşturulması ve ardından psikometrik analizler (faktör yapısı, geçerlik ve güvenirlik) yoluyla gerçekleştirilmiştir. BBÖ, özellikle halk sağlığı araştırmalarında ve beslenme eğitim programlarının etkinliğini değerlendirmede standart bir araç olarak kullanılmayı hedeflemektedir.

## Anahtar Kelimeler

Beslenme Bilgisi, Ölçek Geliştirme, **Geçerlik**, Güvenirlik, Faktör Analizi, Sağlıklı Yetkinler, **Beslenme**.

## Yazarlar

Öngün Yılmaz, H., Aydın Hacı, D., Toğuş, H., Çobanoğlu, Z., Öner Sayar, C., Erkul, C., Günal, A. M.

## Amaç

Beslenme Bilgi Ölçeği'nin (BBÖ) temel amacı, Türkiye'deki **sağlıklı yetkinler** popülasyonunda beslenme bilgisini doğru, sistematik ve standart bir şekilde ölçebilecek, kültürel ve dilsel açıdan uygun, geçerli ve güvenilir bir araç sunmaktır. Bu ihtiyaçın karşılanması, beslenme ile ilişkili halk sağlığı müdahalelerinin planlanması ve değerlendirilmesi için kritik öneme sahiptir.

Ölçek, aynı zamanda beslenme eğitimlerinin başlangıç ve sonuç amaçlarındaki bilgi düzeyindeki değişimi izlemek, bireylerin beslenme konusundaki eksiklerini tespit etmek ve böylece kişiselleştirilmiş **beslenme danışmanlığı** süreçlerine girdi sağlamak amacıyla da kullanılabilir.

## Yapı

Ölçek, bireylerin **beslenme** ile ilgili temel kavramları, gıda bileşenlerini (makro ve mikro besinler), enerji dengesi ve sağlıklı yaşam tarzı ile ilgili bilgileri ne ölçüde kavradığını ölçen bilişsel bir yapıyı temsil eder. Bu yapı, sadece ezber bilgiyi değil, aynı zamanda bu bilgiyi günlük yaşam pratiklerine uygulama yeteneğiyle ilişkili olan derin bilgi düzeyini de dolaylı olarak değerlendirmeyi amaçlar.

BBÖ, **Beslenme Bilgisi** yapısındaki tek bir genel skor üzerinden veya faktör analizi sonucunda ortaya çıkan alt boyutlar aracılığıyla değerlendirilerek, bireylerin bilgi yeterliliklerini kapsamlı bir şekilde incelemeye olanak tanır.

## Geçerlik

Beslenme Bilgi Ölçeği'nin **geçerlik** çalmaları, ölçeğin gerçekten beslenme bilgisini ölçüp ölçmediğini ve teorik yapıyla uyumlu olup olmadığını belirlemek üzere titizlikle gerçekleştirilmiştir. Kapsam geçerliği (Content Validity), alanında uzman kişilerin görüşleri alınarak sağlanmıştır; yapı geçerliği (Construct Validity) ise **faktör analizi** yöntemleriyle desteklenmiştir.

Ölçeğin geliştirme makalesinde, sağlamlık yetkinler için tatmin edici düzeyde yapı geçerliği kanıtları sunulmuştur. Ayrıntılı geçerlik katsayıları ve istatistiksel sonuçlar, orijinal yayın olan Öngün Yılmaz ve ark. (2021) tarafından yayımlanan makalede mevcuttur. Orijinal makalenin dijital nesne tanımlama (DOI) buradan ulaşılabilir: [10.23751/pn.v23i3.11030](https://doi.org/10.23751/pn.v23i3.11030)

## Güvenirlilik

BBÖ'nün **güvenirlilik** analizleri, ölçeğin farklı zamanlarda veya farklı madde setleriyle tutarlı sonuçlar üretme yeteneğini incelemiştir. Çalmada, ölçeğin iç tutarlılığını değerlendirmek amacıyla genellikle **Cronbach Alfa** katsayısı hesaplanmıştır. Elde edilen değerler, ölçek maddelerinin aynı yapıyı ölçme konusunda yüksek uyum gösterdiğini ve ölçeğin yüksek iç tutarlılığa sahip olduğunu göstermektedir.

Güvenirlilik çalmalarında ayrıca, ölçeğin zamana karşı kararlılığını incelemek üzere test-tekrar test güvenilirliği yöntemleri de uygulanmış olabilir. Ölçeğin güvenirlilik katsayılarına ilişkin spesifik değerler, araştırılmaları 2021 tarihli makalesinde detaylı olarak sunulmuştur.

## Faktör Analizi

Ölçeğin **yapı geçerliği**, Keşfedici Faktör Analizi (KFA) ve/veya Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) kullanılarak incelenmiştir. Bu analizler, Beslenme Bilgi Ölçeği'nin (BBÖ) altında yatan teorik boyutlar ve faktör yapısını ortaya çıkarmayı amaçlamıştır. Çalmada elde edilen **faktör yapıları**, beslenme bilgisinin farklı alt alanları (örneğin, makro besinler, vitamin/mineral bilgisi, sağlamlık yeme rehberleri) yansıtan, teorik olarak anlamlı alt boyutları üretmektedir.

Faktör yükleri ve model uyum indeksleri gibi detaylı **psikometrik** sonuçlar, ölçeğin güçlü ve geçerli bir faktör yapısına sahip olduğunu doğrulamaktadır. Bu detaylara orijinal yayından erişilebilir.

## Ölçek Bilgileri

**Test Türü:** **Psikometrik** Geliştirme Ölçeği (Bilişsel Bilgi Testi)

**Format:** Çoktan Seçmeli veya Do?ru/Yanl?? format?nda bilgi maddeleri bulunmaktadır. Derecelendirme sistemi, do?ru cevaplar?n puanlanmas? üzerine kuruludur.

**Mevcut Dil:** Türkçe (Turkish)

**Popülasyon Grubu:** Sa?lak? Yeti?kinler

**Ya? Grubu:** Yeti?kin Popülasyonu (Genellikle 18 ya? ve üzeri bireyler).

**Popülasyon Detaylar?:** Çal??ma, Türkiye'deki herhangi bir kronik hastal??? veya ciddi beslenme k?s?tlamas? bulunmayan genel yeti?kin popülasyonu üzerinde yürütülmü?tür.

**Test Metodolojisi:** Öz bildirim (Self-report) yöntemiyle uygulanan, bireylerin beslenme konusundaki nesnel bilgi düzeyini ölçmeye odaklanan bir testtir.

## Anahtar Kelimeler

Nutrition Knowledge Scale, **Factor Structure**, Beslenme E?itimi, Sa?lak Bilgisi, NKS, Türkiye, G?da Bilgisi.

## Yazarlar

**Sorumlu Yazar:** Hande ÖNGÜN YILMAZ

**Yazar ORCID Tan?mlay?c?s?:** Orijinal kaynakta belirtilmemi?tir.

**?leti?im E-posta Adresi:** [dythandeongun@gmail.com](mailto:dythandeongun@gmail.com)

**Yaz??ma Adresi:** Orijinal kaynakta belirtilmemi?tir.

## ?zinler, Ücret ve Test Y?I?

Beslenme Bilgi Ölçeği (BBÖ), 2021 y?I?nda yay?mlanan bir akademik çal??ma sonucunda geli?tirilmi?tir. Ölçeğin ticari olmayan akademik veya ara?t?rma amaçl? kullan?m? için telif haklar? ve izin süreçleri hakk?nda sorumlu yazar Hande Öngün Y?lmaz ile ileti?ime geçilmesi ?iddetle tavsiye edilir. Ölçeğin yay?mland??? makale aç?k eri?imli (Open Access) olup, tam metnine eri?im mümkündür.

Makalenin tam metnine a?a??daki ba?lant?dan ula??labilir: [mattioli1885journals.com](http://mattioli1885journals.com)

## Kaynaklar

Öngün Yılmaz, H., Aydın Hacı, D., Toğuş, H., Çobanoğlu, Z., Öner Sayar, C., Erkul, C., & Günel, A. M. (2021). Nutrition knowledge scale (NKS): development, factor structure, and validation for healthy adults. *Progr Nutr*, 23(3), e2021104. <https://doi.org/10.23751/pn.v23i3.11030>

## Beslenme Bilgi Ölçeği (BBÖ) Maddeleri

**ÖNEMLİ:** Beslenme Bilgi Ölçeği (BBÖ) maddeleri, telif hakları nedeniyle veya orijinal kaynaktan açıkça belirtilmediği için burada sunulamamaktadır. Ölçeğin tam maddelerine, puanlama ve derecelendirme sistemine, yukarıda belirtilen akademik makalenin tam metninden erişilebilir.

Orijinal makalenin tam metni: [mattioli1885journals.com](http://mattioli1885journals.com)