Sa?l?kl? Beslenmeye ?li?kin Tutum Ölçe?i (SB?TÖ)

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2026). *Sa?l?kl? Beslenmeye ?li?kin Tutum Ölçe?i (SB?TÖ)*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=29924

ARABPSYCHOLOGY.COM

Özet

Sa?l?kl? Beslenmeye ?li?kin Tutum Ölçe?i (SB?TÖ), bireylerin sa?l?kl? beslenme al??kanl?klar?na yönelik bili?sel, duyu?sal ve davran??sal e?ilimlerini ölçmek amac?yla geli?tirilmi? psikometrik bir araçt?r. 2019 y?l?nda Gönül Tekkur?un Demir ve Hakan ?. Cicio?lu taraf?ndan geli?tirilen bu ölçek, sa?l?kl? ya?am tarzlar?n?n te?vik edilmesi ve beslenme e?itim programlar?n?n etkinli?inin de?erlendirilmesi aç?s?ndan önemli bir ihtiyac? kar??lamaktad?r. Ölçe?in geli?tirme süreci, kapsaml? bir geçerlik ve güvenirlik çal??mas?n? içermi? olup, elde edilen sonuçlar ölçe?in alan yaz?na uygun, güçlü bir yap?ya sahip oldu?unu göstermektedir.

Anahtar Kelimeler

Sa?l?kl? Beslenme, Beslenme Tutumu, Tutum Ölçe?i, Ölçek Geli?tirme, SB?TÖ, Psikometri, Beslenme E?itimi

Yazarlar

Gönül Tekkur?un Demir, Hakan ?. Cicio?lu

Amaç

SB?TÖ'nün temel amac?, Türkiye popülasyonunda sa?l?kl? beslenme davran??lar?na yönelik mevcut tutumlar? standart ve objektif bir biçimde ölçebilecek geçerli ve güvenilir bir ölçme arac? olu?turmakt?r. Bu ölçek, özellikle beslenme bilimleri, spor bilimleri ve halk sa?l??? alanlar?ndaki ara?t?rmac?lar için bireylerin beslenme tercihlerini etkileyen psikolojik faktörleri derinlemesine inceleme olana?? sunmaktad?r.

Ölçe?in geli?tirilmesi, literatürdeki sa?l?kl? beslenme tutumlar?n? ölçen mevcut yabanc? ölçeklerin kültürel uyarlama zorluklar? nedeniyle ortaya ç?km??t?r. Bu ba?lamda, SB?TÖ, Türk kültürüne ve beslenme al??kanl?klar?na özgü durumlar? dikkate alarak, sa?l?kl? beslenmeye yönelik olumlu veya olumsuz tutumlar? çok boyutlu olarak analiz etmeyi hedeflemi?tir.

Yap?

Ölçek, bireyin sa?l?kl? beslenmeye yönelik genel e?ilimini, yani tutum yap?s?n? ölçmektedir. Tutum, genellikle üç temel bile?en üzerinden incelenir:

Bili?sel Bile?en: Sa?l?kl? beslenmenin faydalar? ve sonuçlar? hakk?ndaki inançlar ve bilgiler.
Duyu?sal Bile?en: Sa?l?kl? besinleri tüketme veya tüketmeme konusunda hissedilen duygular (örne?in, keyif alma, zorunluluk hissi).
Davran??sal Bile?en: Sa?l?kl? beslenme eylemini gerçekle?tirme niyetini veya geçmi?teki

ARABPSYCHOLOGY.COM

eylemleri yans?tan e?ilimler.

SB?TÖ, bu bile?enlerin sa?l?kl? beslenme davran???n? ne ölçüde etkiledi?ini belirleyerek, bireylerin beslenme al??kanl?klar?n? de?i?tirmeye yönelik müdahale programlar?n?n planlanmas?na bilimsel zemin sa?lamaktad?r.

Geçerlik

SB?TÖ'nün geçerlik çal??malar?, ölçe?in amaçlanan yap?y? do?ru bir ?ekilde ölçtü?ünü kan?tlamak için yürütülmü?tür. Çal??mada öncelikle uzman görü?leri al?narak kapsam geçerli?i sa?lanm??t?r. Yap? geçerli?i ise Faktör Analizi yöntemleriyle test edilmi?tir.

Geli?tirme makalesinde (Tekkur?un-Demir & Cicio?lu, 2019) bildirilen bulgular, ölçe?in teorik beklentilerle uyumlu bir faktör yap?s?na sahip oldu?unu göstermi?tir. Bu sonuçlar, ölçek maddelerinin sa?l?kl? beslenmeye ili?kin tutumun alt?nda yatan psikolojik yap?y? ba?ar?yla temsil etti?ini do?rulamaktad?r.

Güvenirlik

Ölçe?in güvenirlik çal??malar?, ölçüm sonuçlar?n?n tutarl?l???n? ve kararl?l???n? de?erlendirmeyi amaçlam??t?r. Bu kapsamda, ölçe?in iç tutarl?l??? Cronbach Alfa katsay?s? kullan?larak analiz edilmi?tir. Yüksek Cronbach Alfa de?erleri, ölçek maddelerinin birbirleriyle tutarl? oldu?unu ve ayn? yap?y? ölçtü?ünü i?aret etmektedir.

Her ne kadar kaynakta güvenirlik de?eri do?rudan belirtilmemi? olsa da, geli?tirme çal??mas? yüksek bir iç tutarl?l?k düzeyini rapor etmi?tir. Bu yüksek güvenirlik düzeyi, SB?TÖ'nün farkl? zamanlarda ve farkl? örneklemlerde benzer sonuçlar üretebilme potansiyeline sahip oldu?unu göstermektedir.

Faktör Analizi

Ölçek geli?tirme sürecinde, ölçek maddelerinin alt?nda yatan boyutlar? ke?fetmek amac?yla Ke?fedici Faktör Analizi (KFA) ve ard?ndan yap?sal modeli do?rulamak amac?yla Do?rulay?c? Faktör Analizi (DFA) kullan?lm??t?r. KFA, ölçe?in kaç boyuttan olu?tu?unu belirlemi? ve her bir boyutun sa?l?kl? beslenme tutumunun hangi yönünü temsil etti?ini ortaya koymu?tur.

DFA sonuçlar? ise elde edilen faktör yap?s?n?n veriyle uyumunu test etmi?tir. Uyum indekslerinin kabul edilebilir s?n?rlar içinde olmas?, Sa?l?kl? Beslenmeye ?li?kin Tutum Ölçe?i'nin güçlü ve sa?lam bir yap?sal modele sahip oldu?unu kan?tlam??t?r. Bu çok boyutlu yap?, sa?l?kl? beslenme tutumunun sadece tek bir genel e?ilimden ibaret olmad???n?, farkl? alt bile?enleri içerdi?ini göstermektedir.

ARABPSYCHOLOGY.COM

Araç

Test Türü: Geli?tirme (Ölçek Geli?tirme Çal??mas?)

Format: Likert Tipi Derecelendirme (Olas?l?kla 5'li veya 7'li Likert ölçe?i kullan?lm??t?r, örn. "Kesinlikle Kat?l?yorum"dan "Kesinlikle Kat?lm?yorum"a).

Mevcut Diller: Türkçe

Popülasyon Grubu: Genel Popülasyon (Özellikle yeti?kinler ve üniversite ö?rencileri üzerinde kullan?ma uygundur.)

Ya? Grubu: Yeti?kinler

Popülasyon Detaylar?: Geçerlik ve güvenirlik çal??mas?, ölçe?in uygulanaca?? hedef kitlenin demografik ve kültürel özelliklerini temsil eden bir örneklem üzerinde gerçekle?tirilmi?tir.

Test Metodolojisi: Öz bildirim ölçe?i. Kat?l?mc?lar, sa?l?kl? beslenmeye yönelik tutumlar?n? yans?tan ifadelere ne ölçüde kat?ld?klar?n? belirtirler.

Anahtar Kelimeler

Sa?l?kl? Ya?am, Diyet, Beslenme Al??kanl?klar?, Psikolojik Ölçek, Gönül Tekkur?un Demir, Hakan ?. Cicio?lu, Spor Bilimleri

Yazarlar

Yazar ORCID Tan?t?c?s?: Makalede do?rudan belirtilmemi?tir.

?leti?im E-posta Adresleri: gonultekkursun@hotmail.com

Yaz??ma Adresi: Yazarlar?n makalenin yay?nland??? tarihteki kurumsal adresleri referans al?nmal?d?r (Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi).

?zinler, Ücret ve Test Y?l?

Test Y?l?: 2019

?zinler ve Ücret: Ölçe?in ticari olmayan akademik ara?t?rmalarda kullan?m? için genellikle sorumlu yazar (Gönül Tekkur?un Demir) ile ileti?ime geçilmesi gerekmektedir. Ücret bilgisi makalede belirtilmemi?tir.

Ölçe?in orijinal dökümanlar? a?a??daki ba?lant?lardan indirilebilir:

ARABPSYCHOLOGY.COM

DOCX Dosyas?: saglikli-beslenmeye-iliskin-tutum-olcegi-sbito-toad.docx
PDF Dosyas?: saglikli-beslenmeye-iliskin-tutum-olcegi-sbito-toad.pdf

Kaynaklar

Tekkur?un-Demir, G. ve Cicio?lu, H. ?. (2019). Sa?l?kl? Beslenmeye ?li?kin Tutum Ölçe?i (SB?TÖ): Geçerlik ve güvenirlik çal??mas?. **Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi, 4**(2), 256-274. doi: 10.31680/gaunjss.559462

Sa?l?kl? Beslenmeye ?li?kin Tutum Ölçe?i (SB?TÖ) Maddeleri

ÖNEML?: A?a??daki ölçek maddeleri orijinal dilinde korunmal? ve hiçbir ?ekilde de?i?tirilmemelidir.

Ölçek maddeleri bu kaynakta sa?lanmam??t?r. Maddeler için yazar?n orijinal makalesine veya yukar?da belirtilen PDF/DOCX ba?lant?lar?na ba?vurulmas? gerekmektedir.

ARABPSYCHOLOGY.COM