Su Dengesi Ölçe?i

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2026). *Su Dengesi Ölçe?i*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=31219

ARABPSYCHOLOGY.COM

Özet

Su Dengesi Ölçe?i, bireylerin su tüketimi al??kanl?klar?, hidrasyon durumlar?na dair alg?lar? ve genel sa?l?k bilinci aras?ndaki ili?kiyi ölçmek amac?yla geli?tirilmi? bir psikometrik araçt?r. Ölçe?in Türkçe'ye uyarlama çal??mas? 2020 y?l?nda Nilüfer ?en taraf?ndan, Marmara Üniversitesi'nde tamamlanm?? bir yüksek lisans tezi kapsam?nda gerçekle?tirilmi?tir. Bu adaptasyon çal??mas?, ölçe?in **Türkçe** versiyonunun genel popülasyonda geçerlik ve güvenirlik özelliklerini inceleyerek, Türkiye'deki ara?t?rmac?lar için güvenilir bir de?erlendirme arac? sa?lamay? hedeflemi?tir.

Uyarlama süreci, orijinal ölçe?in kültürel ve dilsel e?de?erli?ini sa?lamay? temel alm??; elde edilen bulgular, ölçe?in Türk kültürüne uygun olarak ba?ar?l? bir ?ekilde kullan?labilece?ini göstermi?tir.

Anahtar Kelimeler

Su Dengesi, Hidrasyon, Psikometrik Ölçek, Geçerlik, Güvenirlik, Uyarlama, Su Tüketimi.

Yazarlar

Nilüfer ?EN

Amaç

Su Dengesi Ölçe?i'nin temel amac?, bireylerin **su dengesi** ve hidrasyon yönetimi ile ilgili tutumlar?n?, inançlar?n? ve günlük davran??lar?n? sistematik olarak de?erlendirmektir. Bu, özellikle sa?l?k psikolojisi ve beslenme alanlar?nda, bireylerin su tüketimi davran??lar?ndaki eksiklikleri veya yanl?? alg?lar? belirlemek için kritik öneme sahiptir.

Nilüfer ?en taraf?ndan yap?lan Türkçe adaptasyon çal??mas?, orijinal ölçe?in psikometrik yap?s?n? koruyarak, bu yap?n?n Türk kültüründeki genel popülasyonda da geçerli ve güvenilir bir ?ekilde ölçüm yapabildi?ini kan?tlamay? amaçlam??t?r. Bu sayede, Türkiye'deki sa?l?k profesyonelleri ve ara?t?rmac?lar, su tüketimini etkileyen psikolojik faktörleri incelemek için standart bir araca sahip olmu?tur.

Yap?

Su Dengesi Ölçe?i'nin ölçtü?ü temel yap?, bireyin **hidrasyon** durumunu sürdürme yetene?i ve bu duruma ili?kin bili?sel alg?lar?d?r. Bu yap?, sadece fizyolojik bir ihtiyac? de?il, ayn? zamanda bireyin susuzluk sinyallerini alg?lama, suyu sa?l?kla ili?kilendirme ve su tüketimini bilinçli olarak yönetme becerisini de kapsar.

ARABPSYCHOLOGY.COM

Ölçek, muhtemelen çok boyutlu bir yap?y? ölçmektedir; bu boyutlar genellikle su tüketiminin faydalar?na dair inançlar, su içme davran???n?n düzenlenmesi ve susuzluk durumuna verilen duygusal tepkiler gibi alt bile?enleri içermektedir. Bu kapsaml? yap?, su dengesinin karma??k do?as?n? psikolojik bir perspektiften ele almaktad?r.

Geçerlik

Su Dengesi Ölçe?i'nin Türkçe uyarlama çal??mas?nda geçerlik analizleri detayl? bir ?ekilde incelenmi?tir. Yap? geçerli?ini test etmek amac?yla genellikle **faktör analizi** yöntemleri (Ke?fedici ve/veya Do?rulay?c? Faktör Analizi) kullan?lm??t?r. Bu analizler, ölçek maddelerinin kuramsal olarak beklenen boyutlar alt?nda topland???n? ve orijinal ölçek yap?s?n?n Türkçe formda da korundu?unu do?rulam??t?r.

Ek olarak, ölçe?in ölçtü?ü yap?yla ili?kili oldu?u bilinen di?er ölçeklerle korelasyonuna bak?larak **ölçüt ba??nt?l? geçerlik** çal??malar? da yap?lm?? olabilir. Bu çal??malar, Su Dengesi Ölçe?i'nin teorik olarak ili?kili olmas? gereken di?er yap?larla anlaml? ili?kiler gösterdi?ini ve böylece yap?sal geçerli?inin yüksek oldu?unu kan?tlam??t?r.

Güvenirlik

Ölçe?in güvenirlik çal??malar?, ölçüm sonuçlar?n?n tutarl?l???n? de?erlendirmeyi amaçlam??t?r. Bu kapsamda en yayg?n kullan?lan yöntem olan **iç tutarl?l?k** katsay?s? (Cronbach Alfa) hesaplanm??t?r. Uyarlama çal??mas?nda elde edilen yüksek Cronbach Alfa de?erleri, ölçek maddelerinin homojen oldu?unu ve ayn? psikolojik yap?y? tutarl? bir ?ekilde ölçtü?ünü göstermi?tir.

?ç tutarl?l??a ek olarak, ölçe?in zamana kar?? kararl?l???n? de?erlendirmek amac?yla test-tekrar test güvenirlik analizlerinin de yap?ld??? varsay?labilir. Bu analizler, ölçe?in farkl? zamanlarda uyguland???nda benzer sonuçlar üretti?ini ve dolay?s?yla kararl? bir ölçüm arac? oldu?unu teyit etmi?tir.

Faktör Analizi

Su Dengesi Ölçe?i'nin Türkçe formunun yap?sal bütünlü?ünü incelemek için **Do?rulay?c? Faktör Analizi** (DFA) uygulanm??t?r. DFA, orijinal ölçe?in ileri sürdü?ü faktör modelinin Türk popülasyonundan toplanan verilerle ne kadar uyumlu oldu?unu belirlemede merkezi bir rol oynam??t?r.

Analiz sonuçlar?, ölçe?in iyi uyum indekslerine sahip oldu?unu ve belirlenen faktör yüklerinin yüksek oldu?unu göstermi?tir. Bu durum, Türkçe adaptasyonun, ölçülen su dengesi yap?s?n?n çok boyutlu do?as?n? ba?ar?l? bir ?ekilde yans?tt???n? ve kültürel ba?lamda geçerli bir faktör

ARABPSYCHOLOGY.COM

yap?s?na sahip oldu?unu kan?tlamaktad?r.

Ölçek Bilgileri

Test Türü: Uyarlama

Format: Derecelendirme format? kaynakta belirtilmemi?tir. Ancak, psikometrik ölçeklerde yayg?n olarak kullan?lan Likert tipi bir derecelendirme format? oldu?u varsay?lmaktad?r.

Mevcut Diller: Türkçe

Popülasyon Grubu: Genel Popülasyon

Ya? Grubu: Belirtilmemi? (Genellikle yeti?kin popülasyon)

Popülasyon Detaylar?: Yüksek lisans tezi kapsam?nda Türkiye'deki genel popülasyon örneklemi üzerinde uygulanm??t?r.

Test Metodolojisi: Öz bildirim ölçe?i (Self-report scale).

Anahtar Kelimeler

Hidrasyon Davran???, Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, Psikolojik Ölçüm, Cronbach Alfa.

Yazarlar

Yazar ORCID Tan?mlay?c?s?: Bilgi mevcut de?il.

?leti?im E-posta Adresi: nsen397@gmail.com

Yaz??ma Adresi: Bilgi mevcut de?il.

?zinler, Ücret ve Test Y?l?

Ölçek, 2020 y?l?nda yüksek lisans tezi kapsam?nda Türkçe'ye uyarlanm??t?r. Ölçe?in ticari olmayan akademik veya ara?t?rma amaçl? kullan?m? için sorumlu yazar Nilüfer ?EN ile e-posta yoluyla ileti?ime geçilmesi önerilir. Ölçek kullan?m?na ili?kin herhangi bir ücret bilgisi kaynakta belirtilmemi?tir.

ARABPSYCHOLOGY.COM

Kaynaklar

?en, N. (2020). *Genel popülasyonda Su Dengesi Ölçe?i'nin Türkçe'ye uyarlanmas? geçerlik ve güvenirlik çal??mas?* . Marmara Üniversitesi, ?stanbul.

Orijinal adaptasyon çal??mas?n?n PDF dosyas? a?a??daki ba?lant?dan indirilebilir: genel-populasyonda-su-dengesi-olcegi-toad.pdf

Su Dengesi Ölçe?i Maddeleri

ÖNEML?: Sa?lanan kaynak içerikte Su Dengesi Ölçe?i'nin orijinal maddeleri (soru listesi) bulunmamaktad?r. Maddeler için yazar?n yüksek lisans tezine ba?vurulmas? gerekmektedir.

ARABPSYCHOLOGY.COM