

BESLENME EĞİTİMİNİN ÖĞRENCİLERİN BİLGİ VE DAVRANIŞLARINA ETKİSİ

Uzm. Dyt. Sevil BAŞOĞLU* / Prof. Dr. Ayşe BAYSAL**

Bir yıl süreli okutulan beslenme dersinin öğrencilerin bilgi düzeyleri ve davranışlarına etkisi incelenmiştir. Beslenme dersi, öğrencilerin bilgi düzeyini yükselttiği gibi davranışlarında da önemli değişiklikler oluşturmuştur.

GİRİŞ

Beslenme eğitimi, toplumun, yeterli ve dengeli besin tüketme alışkanlıklarının geliştirilmesi, yanlış ve olumsuz beslenme uygulamalarının ortadan kaldırılması, besinlerin sağlık bozucu duruma gelmesinin önlenmesi, besin kaynaklarının daha etkin ve ekonomik kullanılması konularında eğitilerek beslenme durumunun düzeltilmesini amaçlar (1).

Bu araştırmanın amacı da bir yıl süreli okutulan beslenme dersinin öğrencilerin bilgi düzeyi ve davranışlarına etkisini belirlemektir.

ARAŞTIRMA YÖNTEMİ VE ARAÇLARI

Beslenme eğitiminin, bilgi düzeyi ve davranışlara etkisini belirlemek için ders yılı başı ve sonunda öğrencilere 20 soruluk bilgi ve 10 soruluk davranış testi uygulanmıştır. Testlerde her bireyin öğrenmesi gerekli bilgi ve uygulamalara yönelik sorulara ağırlık verilmiştir. Test uygulanırken yanıtların güvenilir olması için öğrencilerin isim ya da numaraları kaydedilmemiştir. Testler öğrencilerin derste bulunma durumlarına göre eğitimden önce 50, eğitimden sonra 80 kişiye uygulanabilmiştir.

(*) H.Ü. Beslenme ve Diyetetik Bölümü Araştırma Görevlisi.

(**) H.Ü. Beslenme ve Diyetetik Bölümü Öğretim Üyesi.

Öğrencilerin beslenme konusundaki bilgi ve davranış değişiklikleri, doğru yanıt sayıları göz önünde bulundurularak değerlendirilmiştir. Doğru yanıt sayısı 0-6 olanlar bilgisiz, 7-13 olanlar orta düzeyde bilgili, 14-20 olanlar bilgili kabul edilmiştir. Davranış testinde ise 0-3 soruya doğru yanıt verenler öğrendiğini uygulayan, 4-7 soruya doğru yanıt verenler öğrendiğini kısmen uygulayan ve 8-10 soruya doğru yanıt verenler öğrendiğini uygulayan kişiler olarak kabul edilmiştir. Bunun yanında, testlerdeki sorulara verilen doğru, yanlış ve boş yanıt sayısındaki değişimler de belirlenmiştir. Her iki değerlendirmede farklılıkların istatistiksel önemlilik durumu bağımsız örneklerde iki yüzde arasındaki farkın önem kontrolü testi ile hesaplanmıştır.

BULGULAR VE TARTIŞMA

1 — Eğitimin Öğrencilerin Bilgi Düzeyine Etkisi :

Bilgi testi sonuçlarına göre ders yılı başında beslenme konusunda bilgisiz olan çok az öğrenci bulunmaktadır (Tablo 1). Öğrencilerin büyük bir kısmının orta düzeyde bilgili oldukları saptanmıştır. Bu durum soruların güncel olması ve test uygulanan öğrencilerin bir yıl önce aldıkları Beslenme ve Diyetetiğe Giriş dersinde bazı temel ilkeleri öğrenmiş olmalarına bağlı olabilir. Eğitim sonrasında ise bilgili öğrencilerin oranı % 6 dan % 73.8'e yükselmiş, artış istatistiksel yönden önemli bulunmuştur ($p < 0.01$).

Tablo 1: Eğitimin Bilgi Düzeyine Etkisi

Bilgi Düzeyi	Doğru Yanıt	Eğitimden Önce		Eğitimden Sonra		t
	Sayısı	Sayı	%	Sayı	%	
Bilgisiz	0-6	1	2.0	0	—	1.30
Orta Düzeyde Bilgili	7-13	46	92.0	21	26.3	7.29
Bilgili	14-20	3	6.0	59	73.8	7.52

Kızılkor (2), Beslenme ve Diyet Bölümünde eğitim görmüş 75 öğrenci ile, diğer bilim dallarında eğitim gören beslenme eğitimi almamış 75 öğrenciyi bilgi düzeyleri yönünden karşılaştırmıştır. Bu araştırmada da, beslenme eğitimi, öğrencilerin bilgi düzeyini istatistiksel yönden önemli düzeyde artırmış, eğitim almayan grupta % 30.7 oranında bilgili öğrenci varken, beslenme dersi alan grupta bu değer % 93.3'e ulaşmıştır.

Kavas ve Kavas (3), beslenme eğitiminin öğrencilerin bilgi düzeyi ve davranışlarına etkisini incelemiştir. Eğitimden sonra bilgili öğrencilerin sayısı % 13'ten % 45'e yükselmiş, grupta bilgisiz öğrenci kalmamıştır. Görüldüğü gibi bu çalışmaların hepsinde beslenme dersi öğrencilerin bilgi düzeyini yükseltmektedir.

2 — Eğitimin Öğrencilerin Davranışlarına Etkisi :

Eğitimden önce uygulanan davranış testinden elde edilen bilgilere göre; öğrencilerin % 14 ü öğrendiğini uygulamakta, % 54 ü kısmen uygulamakta, % 12 si ise öğrendiğini hiç uygulamamaktadır. (Tablo 2). Eğitimden sonra ise, öğrendiğini uygulayan öğrencilerin oranı % 88.8 e yükselmiş, grupta, öğrendiğini uygulamayan öğrenci kalmamış, bu değişimler istatistiksel yönden önemli bulunmuştur ($p < 0.01$).

Tablo 2: Eğitimin Davranışlara Etkisi

	Doğru Yanıt	Eğitimden Önce		Eğitimden Sonra		t
	Sayı	Sayı	%	Sayı	%	
Öğrendiğini						
Uygulamayan	0-3	6	12.0	0	—	3.18
Öğrendiğini Kısmen						
Uygulayan	4-7	27	54.0	9	11.3	5.30
Öğrendiğini						
Uygulayan	8-10	7	14.0	71	88.8	8.41

Kavas ve Kavas (3)'ün çalışmasında ise, öğrenilen bilgilerin davranışlara aynı oranda yansımadağı saptanmıştır. Bu nedenle bu çalışmadaki davranış testinin bulguları Kavas'ların çalışmasından farklılık göstermektedir. Bunun nedeni, bu bölümde veriler beslenme dersinin teorik bilgi yanında, büyük ölçüde uygulamaya yönelik olmasıdır. Bu durum örgün ve yaygın eğitimde teorik bilgi vermenin beslenme ile ilgili davranışlarda fazla bir etkisinin olamayacağı, uygulamalı ve sürekli beslenme eğitiminden sonuç alınabileceğini göstermektedir.

SUMMARY**THE EFFECT OF NUTRITION EDUCATION ON
NUTRITIONAL KNOWLEDGE AND BEHAVIOUR****Başoğlu S., Baysal, A.**

The effect of nutrition education course on the nutritional knowledge and behaviour of the students were investigated. Education caused a significant increase in nutrition knowledge as well as nutritional behaviours of the students.

KAYNAKLAR

- 1 — Baysal, A. : Genel Beslenme Bilgisi, Hatibođlu Yayınevi, Ankara, 1985.
- 2 — Kızılkor, H. : Beslenme Eğitimi Alan Üniversite Öğrencilerinin Beslenme Alışkanlıklarının Karşılaştırılması ve Bilgi Düzeyinin Saptanması, Beslenme Diyetetik Programı, Mezuniyet Tez Çalışması, Ankara, 1986.
- 3 — Kavas, A., Kavas, A. Üniversite Öğrencilerinin Beslenme Bilgi Düzeyi, Beslenmeye Karşı Tutumları ve Beslenme Durumları, Beslenme ve Diyet Dergisi 14 : 63-73, 1985.