



Journal of Recreation and Tourism Research

Journal home page: www.jrtr.org

ISSN:2148-5321

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN ÖĞÜN ATLAMA NEDENLERİNİN BELİRLENMESİ: SAKARYA ÜNİVERSİTESİ ÖRNEĞİ¹

Merve IŞKIN^a

Mehmet SARIŞIK^b

^aSakarya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya, Türkiye

^bSakarya Üniversitesi, İşletme Fakültesi, Sakarya, Türkiye (msariisik@sakarya.edu.tr)

ARTICLE HISTORY

Received:

31.03.2017

Accepted:

10.04.2017

Anahtar Kelimeler:

Öğün
Öğün atlama nedenleri
Üniversite Öğrencileri

Keywords:

Meal
The reason skipping meals
University Students

ÖZ

İnsanların beslenme alışkanlıkları gün geçtikçe değişmektedir. Bu değişimin oldukça hızlı bir şekilde yaşandığı en önemli kitlelerden biride genç bireylerdir. Bunların içerisinde özellikle üniversite öğrencileri önemli bir yer tutmaktadır. Değişen sosyal çevre ve bu çevrenin dinamik yapısı öğrencileri birçok açıdan olduğu gibi beslenme alışkanlıkları açısından da etkilemektedir. Beslenme düzeni içerisinde en çok etkilenen konulardan birisi de öğünlerdir. Üniversite öğrencileri zaman zaman bazı öğünleri atlayabilmektedir. Bu çalışma da üniversite öğrencileri-nin atladıkları öğünler ve bu öğünleri atlamanın nedenlerinin araştırılması amaçlanmaktadır. Bu kapsamda nicel araştırma yöntemlerinden faydalanılmış ve veri toplama aracı olarak da anket tercih edilmiştir. Yapılan analizler sonucu, ana öğünlerden akşam, ara öğünlerden ise gece en az atlanan öğünler olarak ön plana çıkmıştır. Ana öğün atlama nedenlerinden “Zamanım Yok” en önemli öğün atlama nedeni olarak tespit edilirken, ara öğün atlama nedenlerinden “Alışkanlığım Yok” en önemli öğün atlama nedeni olarak tespit edilmiştir.

ABSTRACT

People's eating habits are changing day by day. One of the most important mass that experiences this change fairly is young people. Especially university students have an important place among these people. Changing social environment and the dynamic nature of the environment affects the students in terms of eating habits as it is in many respects. Repasts are the most important issue among eating habits. University students sometimes skip a meal. This study aims to reveal repasts which are skipped by university students' and to its reasons. In this context in this research it is benefitted from quantitative analysis and questionnaire technique is preferred for data collection. As the results of analyses; dinner as main repast, night meal as snack repast are at least skipped repasts. The most important reason for skip a main repast is “I have no time” and “I have no habit” is the most important reason for skip a snack repast.

¹ Bu çalışma “Üniversite Öğrencilerinin Beslenme Alışkanlıkları Üzerine Bir Araştırma: Sakarya Üniversitesi Örneği” isimli yüksek lisans tezinden geliştirilmiştir.