



## Doğu Karadeniz Bölgesi'ndeki Yerli ve Yabancı Turistlerin Sağlıklı Menü Öğesi Seçim Davranışları Üzerinde Etkili Olan Faktörlerin İncelenmesi: Bir Yapısal Eşitlik Modeli Yaklaşımı\*\* (Investigation of the Factors Affecting Healthy Menu Item Selection Behaviors of Local and Foreign Tourists in the East Black Sea Region: A Structural Equality Model Approach)

\* Hayri UYGUN<sup>a</sup> , Ali Sait ALBAYRAK<sup>b</sup> 

<sup>a</sup> Recep Tayyip Erdogan University, Ardesen Vocational School, Department of Travel, Tourism and Recreation Services, Rize/Turkey

<sup>b</sup> Recep Tayyip Erdogan University, Faculty of Economics and Administrative Sciences, Department of Business Administration, Rize/Turkey

### Makale Geçmişi

Gönderim Tarihi:26.05.2021

Kabul Tarihi:31.08.2021

### Anahtar Kelimeler

Planlanmış davranış teorisi

Prototip/İsteklilik modeli

Sağlıklı menü öğesi

Obezite

Turizm

### Öz

Obezite her geçen gün artarak dünya genelinde önemli bir sağlık sorunu haline gelmiştir. Probleme çözüm bulma adına bu çalışmada turistlerin sağlıklı menü öğesi seçim davranışlarında etkili olan faktörler, planlanmış davranış teorisi ve prototip/isteklilik modeline dayanılarak araştırılmıştır. Kolayda örnekleme yöntemiyle toplanan 515 anket yapısal eşitlik modellemesi kullanılarak analiz edilmiştir. Yapısal eşitlik modellemesi analizi sonuçları, sağlıklı menü öğesi seçim davranışı üzerinde tutum ( $t=4,59$ ;  $p<0,05$ ), tanımlayıcı norm ( $t=3,79$ ;  $p<0,05$ ) ve öz-yeterliliğin ( $t=7,06$ ;  $p<0,05$ ) pozitif yönlü etkisi olduğunu ortaya koymuştur. Ayrıca öz-yeterliliğin ( $t=7,06$ ;  $p<0,05$ ), sağlıklı menü öğesi seçim davranışı üzerinde algılanan davranışsal kontrolden ( $t=-2,96$ ;  $p<0,05$ ) daha çok olumlu etkisinin olduğunu ortaya koymuştur. Sonuçlar turistlerin sağlıklı menü öğesi seçim davranışlarında tatil yörelerindeki yiyecekleri deneme arzuları doğrultusunda tepkisel (davranışsal isteklilik) karar verdiklerini göstermiştir. Bu çalışma, turistlerin sağlıklı beslenme davranışlarında etkili olan faktörleri araştırmasında ilk yapılan çalışmalardan biri olması açısından önem arz etmektedir. Çalışmada turizm destinasyonlarında faaliyet gösteren yiyecek işletmelerine sağlıklı menüler hazırlama ve pazarlama stratejileri geliştirmelerine katkı sağlayacak öneriler sunulmuştur.

### Keywords

Planned behavior theory

Prototype / Willingness Model

Healthy menu item

Obesity

Tourism

### Abstract

Obesity has become an important health problem worldwide, increasing day by day. In order to find a solution to the problem, in this study, the factors that are effective in healthy menu item selection behaviors of tourists were investigated based on the planned behavior theory and prototype/willingness model. 515 questionnaires collected by convenience sampling method were analyzed using structural equation modeling. Structural equation modeling analysis results reveal that attitude ( $t=4,59$ ;  $p<0,05$ ), descriptive norm ( $t=3,79$ ;  $p<0,05$ ) and self-efficacy ( $t=7,06$ ;  $p<0,05$ ) have positive effects on healthy menu item selection behavior. It also revealed that self-efficacy ( $t=7,06$ ;  $p<0,05$ ) had a more positive effect on healthy menu item selection behavior than perceived behavioral control ( $t=-2,96$ ;  $p<0,05$ ). The results showed that tourists make a reactive (behavioral willingness) decision in their healthy menu item selection behaviors in line with their desire to try the food in holiday destinations. This study is important in terms of being one of the first studies to investigate the factors that affect healthy eating behaviors of tourists. Suggestions for food and beverage businesses in tourism destinations were presented in the study to contribute to them developing a healthy menu preparation and marketing strategies.

### Makalenin Türü

Araştırma Makalesi

\* Sorumlu Yazar

E-posta: hayri.uygun@erdogan.edu.tr (H. Uygun)

DOI:10.21325/jotags.2021.873

\*\*Bu çalışma, Hayri UYGUN'un 2021 yılında Prof. Dr. Ali Sait ALBAYRAK'ın danışmanlığında gerçekleştirdiği "Doğu Karadeniz Bölgesi'ndeki Yerli ve Yabancı Turistlerin Sağlıklı Menü Öğesi Seçim Davranışları Üzerinde Etkili Olan Faktörlerin İncelenmesi: Bir Yapısal Eşitlik Modeli Yaklaşımı" başlıklı doktora tezinden türetilmiştir.

## GİRİŞ

Dünyanın en önemli sorunların başında, her geçen gün artarak devam eden obezite gelmektedir. Dünya geneline baktığımızda obezite, 1975'ten bugüne kadar yaklaşık 3 kat artmıştır. 2016 yılında 18 yaş ve üzerinde olanların 1,9 milyardan daha fazlası aşırı kiloluyken, bunların 650 milyondan daha çoğunun da obez olduğu tespit edilmiştir. 2019 yılına gelindiğinde 5 yaş ve altı 38 milyon çocuğun aşırı kilolu veya obez olduğu belirtilmiştir (WHO, 2020b).

Obezite sıralamasında %36,20'lik oranıyla ABD ilk sırada yer alırken, %32,10'luk obezite oranıyla Türkiye üçüncü sırada yer almıştır. Bu veriler obezitenin dünya ve Türkiye için ne kadar önemli bir halk sağlığı sorunu olduğunu göstermektedir. OECD raporuna göre, obezite ve buna bağlı oluşan hastalıkların tedavisine yapılan harcamalar nedeniyle ülkelerin gayri safi yurt içi hasılları ortalama %3,3 oranında düşmüştür. En fazla gayri safi milli yurt içi hasılası düşen ülkeler sıralamasında ilk sırayı Meksika ve Brezilya alırken, Türkiye bu sıralamada dördüncü sırada yer almıştır (Gunduz, 2019). Veriler, obezitenin dünya genelinde olduğu gibi Türkiye'de de önemli bir halk sağlığı sorunu teşkil ettiğini göstermiştir. Bu kadar önemli bir sorun haline gelen ve giderek artan bir şekilde devam eden obezite salgınına karşı birtakım önlemler alınmasına rağmen artış hızı yavaşlatılamadığı gibi, artmaya da devam etmiştir.

Bu çalışmada, Doğu Karadeniz Bölgesi'ne gelen yerli ve yabancı turistlerin tatilleri boyunca sağlıklı menü ögesi seçim davranışında etkili olan faktörlerin neler olduğu araştırılmıştır. Daha önce sağlıklı beslenme, sağlıklı yemek yeme, organik yiyecek tüketimi, sağlıklı diyet yapma (Carfora vd., 2019; Dickson-Spillmann & Siegrist, 2011; Scalco vd., 2017; Shin vd., 2018) ile ilgili yerel halk üzerinde çalışmalar yapılmıştır. Yapılan çalışmalar incelendiğinde daha ziyade menü etiketlenmenin restoranlarda yiyecek ögesi seçim davranışlarına olan etkilerinin ele alındığı görülmüştür (Bleich vd., 2017; Cantu-Jungles vd., 2017; Dumanovsky vd., 2011; Elbel vd., 2009; Petimar vd., 2019; Shangguan vd., 2019). Elde edilen bulgular bazı çalışmalarda menü etiketlemesinin kısmen etkili olduğunu gösterse de (Hwang & Cranage, 2011) genel olarak yetersiz olduğunu ortaya koymuştur (Elbel et al., 2009). Bu bulgular menü etiketlemesiyle sunulan beslenme bilgisinin tek başına yeterli olmadığını ve bu yüzden sağlıklı beslenmek için başka faktörlerin de araştırılması gerektiğini göstermiştir. Bu nedenle bu çalışmada, tatil süresince turistlerin sağlıklı menü ögesi seçim davranışında etkili olan faktörler incelenmiştir. Diğer çalışmalardan farklı olarak tatil amaçlı ziyarete gelen turistlerin sağlıklı menü ögesi seçim davranışları araştırılmıştır. Bu amaç doğrultusunda Ajzen; Ajzen'in (1985; 1991) planlanmış davranış teorisi ile Gibbons et al. (1998) prototip/isteklilik modelinden yararlanılarak araştırma modeli oluşturulmuş, anket yöntemiyle elde edilen veri setinin modeli doğrulayıp doğrulamadığı ampirik olarak test edilmiştir.

## Kavramsal Çerçeve ve Alanyazın Taraması

İyi beslenmenin ve sağlıklı yaşamın önemi her geçen gün artmaktadır. Bireyler, bu artan önemle birlikte sağlığın değerini yaşam biçimi olarak algıladıkları zaman beslenmelerinde sağlıklı beslenme ilkeleri etkili olmuştur (Rızaoğlu & Hançer, 2005, s. 166). İnsan sağlığı birçok faktörden etkilenmektedir. Bunlar beslenme, içinde bulunduğu çevre şartları, barınma, eğitim düzeyi ve yaşadığı toplum kültürüdür. Bu faktörlerin başında, insanların yaşaması için en temel gereksinim olan gıda tüketimi gelmektedir (Bulduk, 2005, s. 2). WHO (2020a) sağlığı sadece hastalığın olmaması değil, tam olarak fiziksel, zihinsel ve sosyal refah durumu olarak tanımlamıştır. T.C. Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü (2020) beslenmeyi, "sağlığı korumak, geliştirmek ve yaşam kalitesini yükseltmek için vücudun

gereksinimi olan besin öğelerini yeterli miktarlarda ve uygun zamanlarda almak için bilinçli yapılması gereken bir davranış” olarak tanımlamıştır.

Ebeveynlerin değişen yaşam tarzlarında daha uzun süreli çalışması evde yemek yemeyi azaltırken, dışarıda yemek yemeği artırmıştır. İnsanlar birçok yerde yiyecekleri artık hazır halde bulabilmektedir (Story vd., 2008, s. 254). Bu yaşam tarzındaki değişiklikler kişileri dışarıda daha fazla yemek yemeğe itmiştir. Ancak dışarıda hazırlanan yiyecekler evde hazırlananlara göre porsiyonlarının büyük olması nedeniyle kalori alımını artırmıştır. Kalori alımının artması sağlığı olumsuz yönde etkilemiştir (Josiam & Foster, 2009, s. 876). Dünyadaki obezite ve obeziteye bağlı hastalıklardaki artışları azaltmak için hükümetler, gıda beslenme etiketleri veya kalori değerleri yoluyla tüketicilerin, düşük kalorili sağlıklı gıdalara yöneleceğini düşünmüşlerdir. Bununla yetinmeyip, yüksek kalorili sağlıksız veya az sağlıklı yiyecekleri tercih eden tüketicilere ek vergiler getirmişlerdir. Ancak hükümetlerin bütün bu çabaları istenilen sonuçları vermemiştir. Aksine, bazı tedbirler obezite sorununu çözmek yerine, sorunun büyümesine katkıda bulunmuştur (Abdukadirov & Carges, 2016, s. 12). ABD’de sağlıksız gıdaların aşırı tüketilmesine bir tepki olarak, tüketicilerin daha sağlıklı gıda tercihlerini yapabilmeleri için beslenme bilgi miktarını artırma yoluyla ortak bir politika belirlenmiştir (Gustafson & Zeballos, 2018, s. 186).

Birçok araştırmada iddia edildiği gibi, gıdaların besin değeri bilgisinin yer almasının tüketicilerin gıda seçimleri üzerinde çok etkili olmadığını göstermiştir. Elbel vd. (2009)’nin New York’ta yaptıkları araştırma, kalori etiketlemesi yapanların %27,7’sinin gıda bilgilerinin seçimlerini etkilediğini göstermiştir. Ancak etiketleme sonrası satın alınan kalori miktarlarında bir değişikliğin olmadığı tespit edilmiştir. Başka bir araştırmada fast food restoranlarda sunulan beslenme bilgileri ebeveynlerin çocukları için sağlıklı gıda seçimlerini etkilerken, aile restoranlarında bu bilgilerin etkisi önemsiz denilecek kadar az olmuştur (Lee & Lee, 2018, s. 243).

Dipietro vd. (2006) tüketicilerin sağlıklı beslenme tutumlarını belirlemek için yaptıkları çalışmada son yirmi yılda sağlıklı beslenme konusunda tüketici tutumlarında azalma olduğunu tespit etmişlerdir. Akman vd. (2012) lise öğrencileri üzerinde yaptıkları araştırmada öğrencilerin sağlıklı beslenme konusunda yeterli bilgiye sahip olmadıklarını ve besin piramidini bildikleri halde buna uygun beslenme davranışını göstermediklerini ortaya koymuştur.

Akyol ve İmamoğlu’nun (2019) yaptıkları çalışmada, dışarıda satılan menü seçimlerinde cinsiyet açısından bir farklılık bulunmamıştır. Kuru baklagillerden yapılan yemeklerin seçiminde cinsiyete göre farklılıklar olduğu görülmüştür. Buna göre beslenme alışkanlığı riski erkek öğrencilerde orta düzeyde iken, kadınlarda yüksek düzeyde olduğu tespit edilmiştir. Araştırma sonucuna göre her iki cinsiyet grubuna da yemek yeme tercihleri hakkında eğitim verilmesi görüşü ön plana çıkmıştır.

Yüksek kalorili yiyecekler sunan restoranların artan obezitenin suçlusu olarak gösterilmesine restoranlar düşük kalorili sağlıklı menü seçenekleri sunarak karşılık vermişlerdir (Turnwald vd., 2017, s. 1034). Obezite artışını azaltmaya ve diyet kalitesini artırmaya yardımcı olabilmek için restoranlar daha sağlıklı yiyecek seçeneklerine (Glanz vd., 2007, s. 383) ve ihtiyaç duydukları besin gruplarına uygun menüler oluşturmalıdır.

Kang vd. (2015) bireysel sağlık değerlerinin sağlıklı gıdalarla olan ilişkileri üzerine yaptıkları araştırmada restoranlarda düşük kalorili sağlıklı menü öğeleri tüketen müşterilerin sağlık değerlerinin müşterilerin sağlıklı yemeğe olan ilgisini artıran, hedonik ve olumlu beklentilerini uyandıran önemli bir etken olduğunu bulmuşlardır. Bu

durum müşterilerin sağlıklı gıda ürünlerini satın alma niyetleri üzerinde olumlu etki yaratmıştır. Çetinkaya (2019) bireylerin sağlıklı menü öğelerini seçme niyetleri üzerine yaptığı araştırmasında tüketiciler her ne kadar sağlıklı menü öğelerini seçmeye istekli olsalar da daha çok fast food ve kafeterya tarzı restoranları tercih ettiklerini belirlemiştir.

Yapılan çalışmalarda, obezite kaynaklı bu hastalıklara sahip olan bireylerin COVID-19 enfeksiyonunu daha şiddetli geçirdikleri tespit edilmiştir (Özalp & Seremet Kürklü, 2020, s. 211). COVID-19'un komplikasyonlarına bakıldığında, H1N1 influenzaya benzerliği nedeniyle obezlerin risk grubunda olduğu belirtilmiştir. COVID-19 enfeksiyonunu ağır geçiren veya ölenlerin üçte ikisinin obez veya kilo fazlalığı olduğu rapor edilmiştir (Bayraktaroğlu, Kutlutürk, & Tekin, 2020, s. 138).

Sonuç olarak dünyada önemli bir sağlık sorunu haline gelen obezite ve buna bağlı beslenme ve sağlıklı gıdalar üzerine bir çok araştırma yapılmış olup, araştırma sonuçları göstermiştir ki obeziteyi azaltmada istenilen başarı elde edilememiştir. Bu bağlamda obeziteyi azaltmada etkili olabilecek diğer faktörlerin de araştırılması gerektiği ortaya çıkmıştır. Bu çalışmada turistlerin sağlıklı menü öğesi seçim davranışlarında etkili olan faktörler araştırılarak, obezite sorununa katkıda bulunmak amaçlanmıştır.

### **Sağlıklı Menü Öğesi**

Birçok çalışmada çalışmanın amacı doğrultusunda sağlıklı yiyeceklerin farklı şekilde tanımlandığı görülmüştür. Bu çalışmada diğer bazı çalışmalarda tanımlandığı gibi (Glanz et al., 2007) sağlıklı menü öğeleri, “düşük kalorili menü öğeleri” olarak tanımlanmıştır.

### **Davranışsal İsteklilik**

Davranışsal isteklilik riske elverişli bir ortam göz önüne alındığında riskli davranışlarda bulunma isteğini ifade eder (Pomery vd., 2009, s. 895). İsteklilik, belli şartlar altında önceden planlanmamış veya amaçlanmamış bir risk davranışının yapılabileceğini kabullenmektir. İsteklilik özellikle riskli davranışları tahmin etmede kullanıldığında niyetten bağımsız olarak yapılabildiği gibi biri veya her ikisi ile ilişkili de olabilir (Gerrard vd., 2008, s. 40).

İsteklilik ölçütleri sosyal baskıya karşı bir tepki olarak değil de kişinin içsel bir davranış veya merakıyla ilgili olmak üzere tasarlanmıştır. Bu nedenle isteklilik ile ilgili oluşturulan senaryolarda sosyal baskıdan söz edilmez. Risk davranışının gerçekleşmesi ortam oluşturduğu durumlarda karar vericinin nasıl davranacağı ile ilgilidir (Gerrard et al., 2008, s. 41).

Bu bağlamda bu çalışmada davranışsal isteklilik, bölgeye gelen turistlerin yeme ihtiyaçlarını karşılamak amacıyla gittikleri yiyecek içecek işletmelerinde yüksek kalorili menü öğesi seçmeye müsait ortamlarda düşük kalorili sağlıklı menü öğesi seçip seçmemeye istekli olmalarını ifade eder.

### **Tutumlar**

Tutum, bir kişinin davranışı olumlu veya olumsuz olarak değerlendirmesi olup, kişinin davranışı gerçekleştirdiğinde algıladığı sonuçlara ilişkin belirgin inançlara dayanır (Xiao & Wu, 2008, s. 31). Davranışa yönelik tutum, davranışı gerçekleştirecek olan kişinin davranışı gerçekleştirmesi ile ilgili olumlu veya olumsuz değerlendirmesidir (Erten, 2002, s. 222). Niyetin ilk belirleyicisi olan tutum kişinin davranışı gerçekleştirmeye olan olumlu veya olumsuz algısı olarak ifade edilmektedir (Ajzen, 2005, s. 118). Davranışlarla ilgili tutum, davranışın performansının olumlu ya da olumsuz olarak değerlendirme derecesidir.

Bu bağlamda bu çalışmada tutum, turistlerin düşük kalorili sağlıklı menü öğelerini tüketirken yararlı, zararlı, zevkli, zevksiz gibi rasyonel ve duygusal hislerini ifade eder.

### **Öznel Normlar Olarak Buyruksal Normlar ve Tanımlayıcı Normlar**

Öznel norm, bir davranışta bulunma ya da o davranışta bulunmama konusunda algılanan sosyal baskıdır (Ajzen, 2019a). Öznel norm, herhangi bir davranışın gerçekleşip gerçekleşmeyeceği konusunda aile veya arkadaşlar gibi önemli kişilerin görüşleriyle kişiye uygulanan sosyal baskıyı ifade etmektedir (Agudo-Peregrina, Hernández-García, & Pascual-Miguel, 2014, s. 303). Xiao and Wu (2008) öznel normu, birey için önemli olan referansların kişinin davranışını onaylayıp onaylamadığına ilişkin algısı olarak tanımlamıştır.

Öznel norm, tanımlayıcı norm (TN) ve buyruksal norm (BN) olarak sınıflandırıldığı gibi fiili ve algılanabilir olarak da sınıflandırılır (Lee vd., 2007, s. 714). Norm vasıtasıyla başkalarının sağlıklı davranışta bulunmaları istendiğinde, buyruksal sosyal normu devreye sokan prosedürlerin kullanılması tavsiye edilir. Yani, buyruksal sosyal norm birçok durumda fayda sağlayacak sosyal davranışlara sebep olmaktadır. Tanımlayıcı sosyal norm ise sadece birçok kişinin sosyal olarak istediği bir şekilde davranıldığında etkili olmaktadır (Cialdini, Kallgren, & Reno, 1991, s. 231). Öznel norm, ilk başlarda planlanmış davranış teorisinde buyruksal norm olarak kavramsallaştırılmış (Ajzen, 1991) olsa da yapılan çalışmalardan sonra Ajzen and Fishbein (2005) tanımlayıcı norm ve buyruksal norm olarak ayrılmasını önermişlerdir.

Kuralcı norm (Cialdini et al., 1991, s. 203) da denilen buyruksal norm, başkalarının çoğunluğunun onayladığı veya onaylamadığı normdur. Normun buyruksal anlamı ahlaki olarak kabul görmüş veya görmemiş davranışları oluşturan kural veya inançlar bütünüdür. Tanımlayıcı norm ne yapıldığını belirtirken buyruksal norm ne yapılması gerektiğini ifade eder. Kısacası bu norm kişilerin davranışlarından ziyade sosyal yaptırımlarla ilgilidir (Cialdini, Reno, & Kallgren, 1990, s. 1015).

Tanımlayıcı norm çoğu kişinin yaptığı normdur (Cialdini et al., 1990, s. 1015). Başka bir ifadeyle, diğerlerinin nasıl davranacağı algısıyla davranışımızı yönlendiren sosyal normdur (Cialdini et al., 1991, s. 203). Başkaları ne kadar ve ne sıklıkla alkol tüketir örneğindeki gibi insanların davranış sıklığı ile ilgili algıları ifade eder (Lee et al., 2007). Bu norm herkes bunu yapıyor veya düşünüyor veya inanıyorsa, yapılması, düşünülmesi veya inanması mantıklı bir şey olmalıdır şeklinde davranışın etkili olacağına olan inançlar ile motive eder (Cialdini et al., 1991, s. 203).

Bu çalışmada buyruksal norm, turistlerin birlikte geldikleri referans grupların (aile, arkadaş gibi vb.) düşük kalorili sağlıklı menü öğesini seçmeye yönelik sosyal baskılarını ifade etmektedir. Tanımlayıcı norm, turistlerin düşük kalorili sağlıklı menü öğesi seçim davranışlarında tanıdığı kişilerin nasıl davranacağı algısıyla davranışlarını yönlendiren sosyal normu ifade etmektedir.

### **Algılanan Davranışsal Kontrol**

Algılanan davranışsal kontrol insanların belirli bir davranışı gerçekleştirme yeteneklerine ilişkin algılarını ifade etmektedir (Ajzen, 2019a). Algılanan davranışsal kontrol, kişinin davranışları üzerinde ne kadar kontrolü olduğu algısı olup, geçmiş davranış deneyimlerinde karşılaştığı engelleri yansıttığı varsayılır. Gerekçeli eylem teorisine bu yeni değişkenin eklenmesiyle oluşan Ajzen'in planlanmış davranış teorisi algılanan davranışsal kontrolün direk davranış üzerinde etkisi olduğunu ileri sürmektedir (Albarracín vd., 2001, s. 144). Başka bir tanıma göre algılanan

davranışsal kontrol, davranışı gerçekleştirirken bir taraftan da algılanan zorluğu ifade etmektedir (Xiao & Wu, 2008, s. 32). Algılanan davranışsal kontrol, davranışı gerçekleştirecek olan kişinin davranışı yerine getirebilmesi için kolay veya zorluğa olan inancıdır. Ancak davranışın kontrolü kişinin kendisine bağlı değilse bu durumda direkt davranışı öngörebilir (Erten vd., 2000, s. 69). Algılanan davranışsal kontrol öznel norm gibi belirli inançlar tarafından belirlenir. Temelde algılanan davranışsal kontrol davranış performansını engelleyen veya kolaylaştıran faktörler ile ilişkili inançlardır (kontrol inançları) (Rivis & Sheeran, 2003, s. 219). Planlanmış davranış teorisine göre davranışı asıl belirleyen niyet olmakla beraber algılanan davranışsal kontrol de davranışı direkt etkilemektedir. Bu nedenle kişinin niyeti olsa bile irade kontrolü yetersiz ise davranış gerçekleşmeyebilir (Korkmaz & Ermeç Sertoğlu, 2013, s. 133). Aslında algılanan davranışsal kontrolün planlanmış davranış teorisine eklenmesiyle istemli davranışların yanında bireylerin kontrollerinin sınırlı olduğu davranışlarda da önemli etkisi olmuştur (Ajzen, 2005, s. 120).

Bu çalışmada algılanan davranışsal kontrol, turistlerin bulunduğu ortamda düşük kalorili sağlıklı menü öğesi seçimlerinin kendi kontrolleri altında kolay veya zorluğunu ifade etmektedir.

### **Öz-yeterlilik**

Algılanan öz-yeterlilik, insanların kendi işlev düzeyleri ve hayatlarını etkileyen olaylar üzerinde kontrol kullanmaya dair inançlarını ifade etmektedir (Bandura, 1991, ss. 257–258). Sonuçta algılanan öz-yeterlilik, bir davranışı yerine getirmede sahip olunan yeteneğe odaklanmış olan algılanan davranışsal kontrolden farklıdır (Ajzen, 2002, s. 667). Algılanan davranışsal kontrol ile öz-yeterlilik arasında kavramsal olarak herhangi bir farklılık yoktur. Her ikisi de kişilerin belirli bir davranışı gerçekleştirmeye olan inancını yansıtır. Ancak uygulamada farklı olarak ele alınmaktadır. Bandura'nın öz-yeterlilik kavramı ile yapılan araştırmalarda davranış performansına yönelik engelleri geçme olasılıkları üzerinde durulur. Algılanan davranışsal kontrolde ise katılımcıların davranışı gerçekleştirme derecesi sorgulanır (Ajzen, 2020, s. 4). Aslında algılanan davranışsal kontrol ile öz-yeterlilik birbirine oldukça benzerdir: Her ikisinin de ortak noktaları davranışı gerçekleştirme algı yeteneği ile ilgili olmasıdır (Ajzen, 2002, ss. 667–668).

Bu çalışmada öz-yeterlilik, turizm amaçlı bölgeye gelen turistlerin düşük kalorili sağlıklı menü öğesi seçimlerinin kendileri için kolay veya zorluğunu ifade etmektedir.

### **Prototipler**

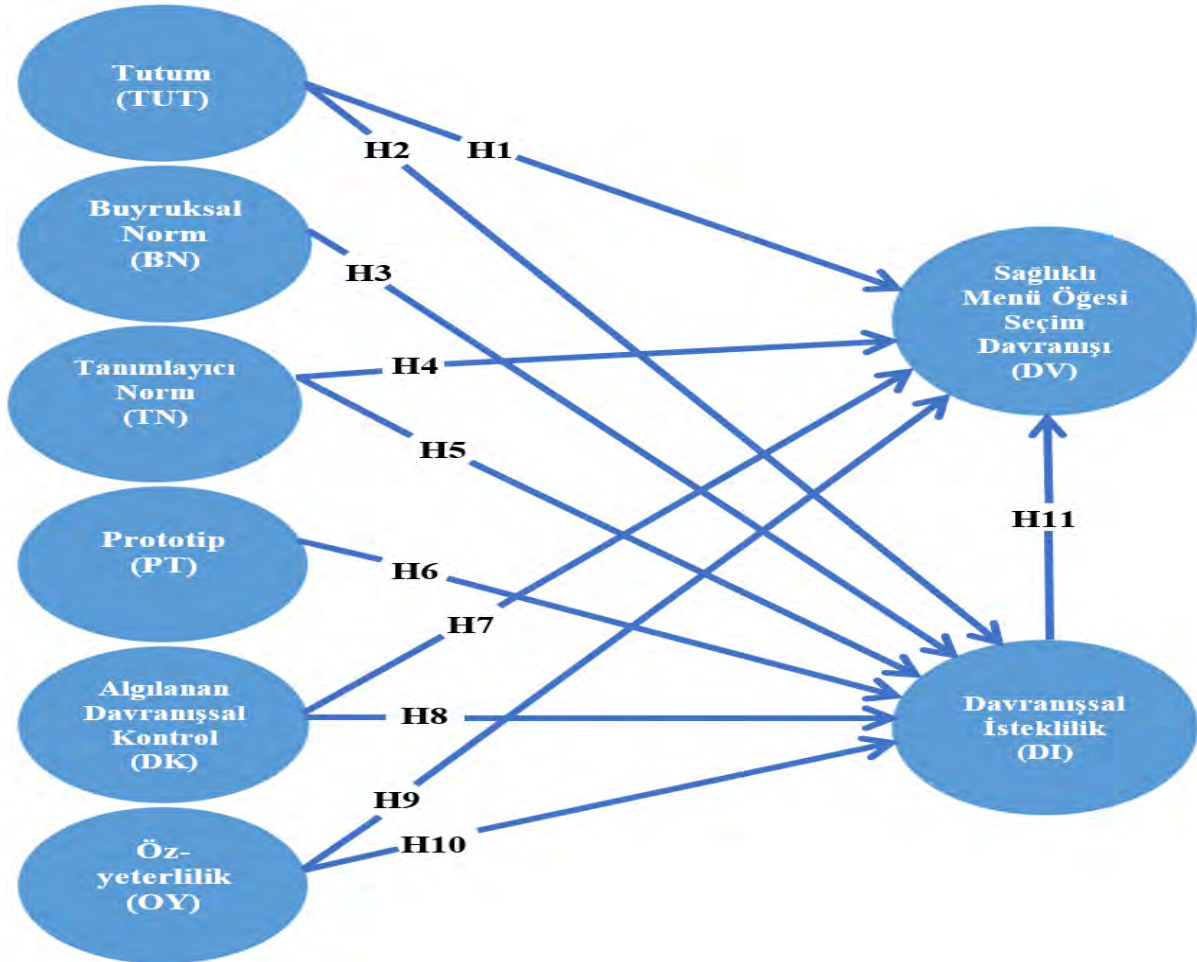
Prototip, belli bir davranışta bulunan ya da bir grubun mensubu olan tipik bir bireyin görüntüsüdür (Ouellette vd., 2005, s. 610). Prototip/isteklilik modeline göre kişiler topluma mal olmuş davranışlarda bulduklarında davranış görüntüsünün sahibi olduğu grubun bir bireyi olarak görünmelerinin olasılığını fark ederler. Sahip olunan görüntü yapılan davranışın sosyal bir sonucu olarak ortaya çıkar. Dolayısıyla görüntünün az kabul görmesi durumunda kişinin davranışı gerçekleştirme isteği de o kadar az olur (Pomery et al., 2009, s. 895). Prototip/isteklilik modeline göre prototipin davranışlar üzerindeki etkisi davranışsal isteklilik aracılığı ile olmaktadır. Sonuçta görüntüler davranışların öncüleridir. Bu nedenle modeldeki prototip doğrudan davranışsal isteklilik ile ilişkilidir (Gibbons et al., 1998, s. 1166).

Sonuç olarak rasyonel modeller yetişkinlerin belirli davranışları tahmin etmede başarılı olmuştur. Ancak özellikle genç insanların riskli davranışlarında performansları ile ilgili ek bir faktör bulunmakta olup, bu da kişinin davranışa

katılmaya istekli olma faktörüdür. Özellikle sağlık risk davranışları riskli ortamlara verilen bir tepki olduğundan dolayı istem dışı davranışları tahmin etmede prototip/isteklilik modeli kullanılmalıdır.

Bu bağlamda bu çalışmada prototip, yüksek kalorili yiyecekleri seçen tipik sağlıksız bir bireyin görüntüsü olarak ele alınmıştır.

Mevcut teoriler ve bu alanda yapılan çalışmalar ışığında araştırma ile ilgili aşağıdaki hipotezler oluşturulmuştur. Değişkenler arasındaki ilişkiler ve ilgili hipotezleri gösteren araştırma modeli Şekil 1’de gösterilmiştir.



Şekil 1. Araştırma Modeli

H1: Turistlerin yiyecek içecek işletmelerindeki sağlıklı (düşük kalorili) menü ögesi seçim davranışlarına yönelik tutumlarının (TUT), sağlıklı menü ögesi seçim davranışı (DV) üzerine doğrudan pozitif yönde bir etkisi vardır.

H2: Turistlerin yiyecek içecek işletmelerindeki sağlıklı (düşük kalorili) menü ögesi seçim davranışlarına yönelik tutumlarının (TUT), davranışsal isteklilik (DI) üzerine doğrudan pozitif yönde bir etkisi vardır.

H3: Turistlerin yiyecek içecek işletmelerindeki sağlıklı (düşük kalorili) menü ögesi seçim davranışları ile ilgili buyruksal normlarının (BN), davranışsal isteklilik (DI) üzerine doğrudan pozitif yönde bir etkisi vardır.

H4: Turistlerin yiyecek içecek işletmelerindeki sağlıklı (düşük kalorili) menü ögesi seçim davranışları ile ilgili tanımlayıcı normlarının (TN), sağlıklı menü ögesi seçim davranışı (DV) üzerine doğrudan ve davranışsal isteklilik (DI) üzerinden dolaylı pozitif yönde bir etkisi vardır.

- H5: Turistlerin yiyecek içecek işletmelerindeki sağlıklı (düşük kalorili) menü ögesi seçim davranışları ile ilgili tanımlayıcı normlarının (TN), davranışsal isteklilik (DI) üzerine doğrudan pozitif yönde bir etkisi vardır.
- H6: Turistlerin yiyecek içecek işletmelerindeki sağlıklı (düşük kalorili) menü ögesi seçim davranışlarında, sağlıksız yiyecekler yiyen tipik bir kişinin algılanan prototip (PT) görüntüsünün, davranışsal isteklilik (DI) üzerine doğrudan negatif yönde bir etkisi vardır.
- H7: Turistlerin yiyecek içecek işletmelerindeki sağlıklı (düşük kalorili) menü ögesi seçim davranışları ile ilgili algılanan davranışsal kontrolün (DK), sağlıklı menü ögesi seçim davranışı (DV) üzerine doğrudan ve davranışsal isteklilik (DI) üzerinden dolaylı pozitif yönde bir etkisi vardır.
- H8: Turistlerin yiyecek içecek işletmelerindeki sağlıklı (düşük kalorili) menü ögesi seçim davranışları ile ilgili algılanan davranışsal kontrolün (DK), davranışsal isteklilik (DI) üzerinde doğrudan pozitif yönde bir etkisi vardır.
- H9: Turistlerin yiyecek içecek işletmelerindeki sağlıklı (düşük kalorili) menü ögesi seçim davranışları ile ilgili öz-yeterliliğin (OY), sağlıklı menü ögesi seçim davranışı (DV) üzerine doğrudan ve davranışsal isteklilik (DI) üzerinden dolaylı pozitif yönlü bir ilişki vardır.
- H10: Turistlerin yiyecek içecek işletmelerindeki sağlıklı (düşük kalorili) menü ögesini seçim davranışları ile ilgili öz-yeterliliğin (OY), davranışsal isteklilik (DI) üzerine doğrudan pozitif yönde bir etkisi vardır.
- H11: Turistlerin yiyecek içecek işletmelerinde sağlıklı (düşük kalorili) menü ögesi seçim davranışları ile ilgili davranışsal istekliliğin (DI) sağlıklı menü ögesi seçim davranışı (DV) üzerinde doğrudan pozitif yönde bir etkisi vardır.

## Yöntem

Çalışmanın bu bölümünde tutum, öznel norm (buyruksal norm ve tanımlayıcı norm), algılanan davranışsal kontrol, prototip ve öz-yeterlilik ile davranışsal isteklilik ve sağlıklı menü ögesi seçim davranışı arasındaki ilişkilere dair oluşturulan hipotezlerin ampirik olarak test edilmesi amacıyla Doğu Karadeniz Bölgesi sınırları içerisinde alan araştırması yapılmıştır. Bu bağlamda hem birincil hem de ikincil verilerden yararlanılmıştır. Araştırma kapsamında belirlenen değişkenlere ilişkin birincil verilerin toplanması amacıyla kolayda örnekleme yöntemiyle belirlenen yerli ve yabancı turistlere anket tekniği uygulanmıştır.

## Araştırmanın Evren ve Örneklemi

Araştırma sınırları olan Doğu Karadeniz Bölgesi'ni ziyaret eden yerli ve yabancı turistlere araştırma amacına uygun olarak anket uygulanmıştır. 2018 yılında Doğu Karadeniz Bölgesi'ni ziyaret eden yerli ve yabancı turistlerin toplamı yaklaşık 6.341.632 kişidir (DOKA, 2020). Evreni oluşturan tüm ziyaretçilere ulaşmanın hem zaman hem de maliyet yönünden mümkün olmaması nedeniyle ana kütleyi temsil eden bir örneklem seçilmesine karar verilmiştir. Anketin uygulanacağı 2019 yılında bölgeyi yaklaşık 6.500.000 kişinin ziyaret edeceği varsayılarak örneklem hacmi belirlenmiştir. 6.500.000 ana kütle (evren) büyüklüğü için örneklem hacmi %95 (+-0,05 örnekleme hatası) güven sınırında en az 384 kişi yeterli olmaktadır. Bu çalışmada örneklem büyüklüğü için 515 kişi yeterli olduğu düşünülmektedir.



## Katılımcılar ve Veri Toplama Aracı

Bu çalışmada, Doğu Karadeniz Bölgesi'ne gelen yerli ve yabancı turistlere anket uygulanması ile sağlıklı menü ögesi seçim davranışı üzerinde etkili olan faktörlere yönelik bilgilerin toplanması planlanmıştır.

Araştırmada veri toplama aracı (anket) pilot çalışma analizleri sonucunda yeniden düzenlenmiştir. Sonuç olarak araştırmada analiz edilmek üzere kullanılacak verileri toplamak için 8 ölçekli 34 maddeli ve kişisel bilgi formundan oluşan bir anket formu kullanılmıştır. Hipotezleri ampirik olarak test etmek amacıyla oluşturulan ölçeklerde, 7'li Likert tipi ifadeler kullanılmıştır.

Araştırma modelinde yer alan sekiz değişkeni (tutum, buyruksal norm, tanımlayıcı norm, prototip, algılanan davranışsal kontrol, öz-yeterlilik, davranışsal isteklilik ve sağlıklı menü ögesi seçim davranışı) ölçmek için sekiz bölümden oluşan anket formu hazırlanmıştır. Anket formunun ilk bölümünde katılımcılardan demografik özelliklerini (cinsiyet, yaş, öğrenim düzeyi gibi) ve restoranlarda yemek yeme davranışlarını (yeme sıklığı, düşük kalorili menü ögesi seçme deneyimi, son bir aydaki yeme davranışları) belirtmeleri istenmiştir. Anket formunun ikinci kısmı 6 maddeli sıfat çiftinden oluşan tutumdan oluşmaktadır. Tutum ölçeği oluşturulurken Ajzen'den (2019b) iki sıfat çifti (kötü/iyi ve tatsız/hos) ve McConnon ve diğerlerinden (2012) dört sıfat çifti (zevksiz/zevкли, sıkıcı/ilginç, zararlı/yararlı ve aptalca/akıllıca) olmak üzere toplam altı sıfat çifti kullanılmıştır.

Anket formunun üçüncü kısmında katılımcılardan 7'li Likert tipi ölçek kullanarak düşük kalorili menü ögesi seçimi ile ilgili algılanan öznel normları (buyruksal norm ve tanımlayıcı norm) derecelendirmeleri istenmiştir. Buyruksal norm ölçeği, Ajzen (2019b) ve Işın ve Ünlüöner'in (2018) çalışmalarından uyarlanmıştır (örneğin, benim için önemli olan insanlar, restoranlarda düşük kalorili yiyecek tüketmem gerektiğini düşük/yüksek ihtimalle düşünüyorlar/aynı fikirde değiller/aynı fikirdeler/istiyorlar). Öznel normun diğer bir alt bileşeni olan tanımlayıcı norm ölçeği, Rise ve diğerlerinin (2008) çalışmalarından uyarlanmıştır (örneğin, dışarıda yemek yerken düşük kalorili yiyecekler tercih eden/tercih etmeyi düşünen/tercih etmeye çalışan birtakım insanlar tanıyorum).

Anket formunun dördüncü kısmı Rivis and Sheeran (2003) ile Işın ve Ünlüöner'in (2018) çalışmalarından uyarlanarak 7'li Likert tipli dört maddeli algılanan davranışsal kontrol ölçeğinden oluşmaktadır (örneğin, restoranlarda düşük kalorili sağlıklı yiyecek seçip seçmeme konusunda kontrolün tamamen bende olduğunu hissediyorum).

Anket formunun beşinci bölümü 12 maddeli sıfat çiftinden (örneğin, memnuniyetsiz/ memnun, güvensiz/kendine güvenen, dağınık/düzenli) oluşan prototip ölçeğinden oluşmaktadır. Bu bölümde katılımcılardan bu sıfat çiftlerini kullanarak sağlıksız menü ögesi seçiminde bulunan tipik bir kişiyi tanımlayarak prototip görüntülerini değerlendirmeleri istenmiştir. Blanton et al. (2001), Gerrits et al. (2009) ve Pomery et al. (2009) yaptıkları çalışmalara dayanılarak belirlenen sıfat çiftleri 7'li semantik diferansiyel ölçek ile değerlendirilmiştir.

Anket formunun altıncı kısmında katılımcıların düşük kalorili sağlıklı menü ögesi seçimlerinin ne kadarının kendi kontrolleri altında olduğunu 7'li Likert tipi ölçeğinde derecelendirmeleri istenmiştir. Ölçek, Armitage ve Conner'ın (1999) diyet ile ilgili yapmış oldukları çalışmadan uyarlanarak oluşturulmuştur (örneğin, gelecek ay restoranlarda düşük kalorili yiyecekler seçip seçmemem tamamen bana bağlıdır).

Anket formunun yedinci kısmında katılımcıların düşük kalorili sağlıklı menü ögesi seçimine yönelik davranışsal istekliliklerini ölçmek amacıyla Jun'un (2014) çalışmasına dayanılarak 5 adet senaryo oluşturulmuştur. Her

senaryoda birbiriyle zıt aynı iki soru ifadesi olmak üzere toplam 10 madde bulunmaktadır (örneğin, yüksek kalorili her zamanki yiyeceklerden sipariş ederim).

Anket formunun sekizinci ve son kısmında Ohtomo and Hirose (2007) ve Jun'un (2014) çalışmalarına dayanılarak katılımcıların kendilerinin sağlıklı menü öğesi seçim davranışlarını (DV) belirtmeleri istenmiştir. Bu amaçla 3 madde bulunmakta olup son madde kontrol sorusu olarak olumsuz bir ifade olarak sorulmuştur (örneğin, dışarıda yediğimde, menüde düşük kalorili varsa onları tercih ederim/çoğu zaman onları tercih ederim).

### **Araştırma Verilerin Toplanması ve Analizi**

Geçerlilik ve güvenilirliklerinin belirlenmesi amacıyla anket soruları pilot olarak test edilmiştir. Pilot test Rize ili ve ilçelerinde 18 yaş üzerindeki restoran deneyimine sahip öğrenci ve yerel halka uygulanmış ve analize uygun 224 anket elde edilmiştir. Kullanılan ölçekler Türkçe diline alanında uzman 3 kişi tarafından çevrilmiştir. Uzman görüşleri doğrultusunda geri-çeviri yapılarak yeniden düzenlenen ölçeklerin içerik geçerliliğinin sağlandığına kanaat getirilmiştir. 8 faktörlü, 48 boyutlu değişken uzayını yapısal eşitlik modellemesi ile sağlıklı bir şekilde analiz etmek güç olduğundan tam ölçekler yerine kısaltılmış ölçeklerin kullanılmasına karar verilmiştir. İdeal madde sayısı 3 ile 7 arasında olması istendiğinden, ölçekler keşfedici faktör analizi kullanılarak en uygun kısaltılmış ölçekler elde edilmiştir. Tek istisnai durum olarak 3 maddenin yer aldığı davranış faktöründe ki bir madde (DV3) ölçeğin güvenilirliğini ve kavramsal anlamlılığını bozduğundan analizden çıkartılmıştır. Sonuç olarak veri toplama aracı, toplam 8 boyutta 34 maddeye indirgenmiştir. Pilot çalışmanın ardından 2019 yılı Haziran-Ağustos ayları arasında Uzungöl, Ayder, Karagöl gibi bölgenin en önemli turizm cazibe merkezlerinde üniversite öğrencilerinden oluşan anket grubu tarafından anket uygulaması yapılmıştır. Analize elverişli toplam 515 adet anket kolayda örnekleme yöntemiyle elde edilmiştir.

Analiz kısmında ilk olarak ana araştırmada kullanılacak olan ölçeklerin geçerlilik ve güvenilirlik testleri yapıldıktan sonra katılımcıların demografik özellikleri ve restoranda yeme davranışları ile ilgili frekanslar hesaplanmıştır. Daha sonra tek ve çok değişkenli normallik varsayımları yapılmıştır. Ardından yapı geçerliliğini test etmek için keşfedici faktör analizi yapılmıştır. Analizler veri setinin yapısal eşitlik modeli için uygun olduğunu göstermiştir. Bu doğrultuda araştırma modelini test etmek amacıyla iki aşamalı yapısal eşitlik modeli kullanılmıştır. İlk olarak, araştırma modelinin ölçüm geçerliliğini doğrulamak amacıyla doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır. Daha sonra, yapısal modelin geçerliliğini değerlendirmek ve hipotezleri test etmek için yapısal eşitlik modellemesi kullanılmıştır.

### **Araştırma Bulguları**

#### **Katılımcıların Demografik Bilgileri**

Toplam 515 katılımcının %52,6'sı erkek ve geri kalan %47,4'ü kadındır. Yaşlar incelendiğinde, katılımcıların %89,2'sinin 18 ile 44 yaş aralığında olduğu görülmektedir. Eğitim düzeyi açısından, katılımcıların %71,1'i ön lisans ve üzerinde bir eğitime sahiptir. Aylık gelirlerine bakıldığında, katılımcıların %82,2'sinin aylık gelirlerinin 6.000 TL'nin altında olduğu görülmektedir. Katılımcıların restoran deneyimleri incelendiğinde, %42,9'unun ayda 2-5 kez restoranlarda yemek yediğini ve ayrıca %55,3'ünün de düşük kalorili menü öğelerini tercih ettiklerini bildirmişlerdir.

**Ölçme Modeli (DFA)**

Tablo 1 incelendiğinde standardize edilmiş regresyon ağırlıklı değerler (yani standartlaştırılmış faktör yükleri) 0,60 ile 0,89 arasında değiştiği görülmüştür. Literatürde Hair vd., (2014) faktör yükü 0,50'nin altında olan değişkenlerin analiz dışında bırakılmasını tavsiye ederken, Gürbüz ve Şahin (2018) her ne kadar faktör yüklerinin genel olarak 0,32'nin üstünde olmasını önerse de güçlü maddelerden oluşan faktörler için en az 0,50 olması gerektiğini belirtmişlerdir. Bu bağlamda faktör yüklerinin belirtilen alt limit değerlerinin üstünde olduğu görülmektedir.

Ölçme modelinin uyum indeks değerlerini daha iyi hale getirmek için program tarafından önerilen sadece 1 tane modifikasyon yapılmıştır. Ölçme modelinin uyum indeksleri incelendiğinde,  $\chi^2=914,28$ , [sd=498, p<0,001], NFI=0,96, TLI=0,98, CFI=0,98, RMSEA=0,040, RMSEA için %90 güven aralığı 0,036-0,044 değerleri nihai model uyumunun iyi olduğunu göstermektedir. Diğer taraftan daha önce Tablo 1'de verilen Cronbach Alfa katsayı değerlerine baktığımızda, Hair ve diğerlerinin (2014) öngördükleri alt sınır olan 0,70'in üstünde olduğu görülmektedir. Buna göre her yapının iç tutarlılığı mutabık kalınan değerler (0,758 ile 0,919) arasında olduğu doğrulanmıştır.

**Tablo 1.** Ölçeklerin Ölçüm Özellikleri

Simge	Cronbach Alpha	Standartlaştırılmış Yükler	AOV	CR*	AVE*
Tutum	0,919			0,92	0,65
BT1		0,83	0,69		
BT2		0,60	0,35		
BT3		0,77	0,59		
DT1		0,87	0,76		
DT2		0,88	0,77		
DT3		0,85	0,72		
Prototip	0,897			0,90	0,56
PT12		0,79	0,62		
PT5		0,68	0,46		
PT6		0,74	0,55		
PT7		0,75	0,56		
PT8		0,77	0,59		
PT10		0,73	0,54		
PT11		0,76	0,58		
Davranışsal isteklilik	0,789			0,86	0,55
DI10		0,78	0,61		
DI2		0,67	0,45		
DI4		0,76	0,58		
DI6		0,77	0,60		
DI8		0,72	0,52		
Öz-yeterlilik	0,855			0,85	0,54
OY5		0,76	0,58		
OY2		0,64	0,41		
OY3		0,72	0,52		
OY6		0,78	0,62		
OY7		0,77	0,60		
Tanımlayıcı norm	0,880			0,88	0,71
TN1		0,86	0,74		
TN2		0,82	0,68		
TN3		0,85	0,72		
Algılanan davranışsal kontrol	0,830			0,83	0,63
DK1		0,79	0,62		
DK2		0,75	0,56		
DK3		0,83	0,69		

**Tablo 1.** Ölçeklerin Ölçüm Özellikleri (Devamı)

Buyruksal norm	0,657			0,76	0,51
BN1		0,65	0,42		
BN2		0,76	0,57		
BN3		0,73	0,53		
Sağlıklı Menü Ögesi Seçim Davranışı	0,810			0,81	0,68
DV2		0,76	0,58		
DV1		0,89	0,79		

**CR:** Bileşik Güvenilirlik Katsayısı **AVE:** Türetilen Ortalama Varyans Oranları

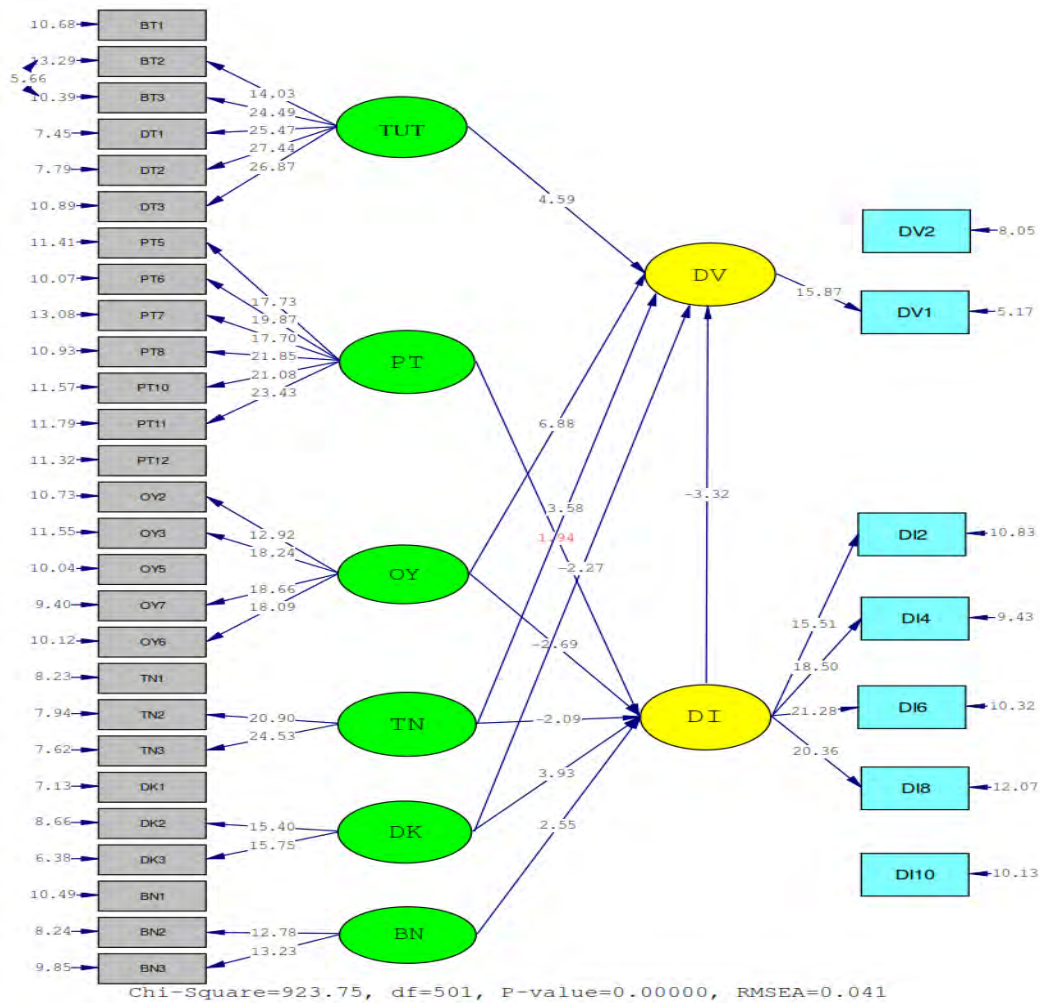
\*CR, 0,70 ve AVE, 0,50 değerlerinin üzerinde olmalıdır (Hair et al., 2014, s. 619)

+Tahmin edilen tüm faktör yükleri  $p < 0,01$  düzeyinde anlamlıdır.

Değişkene ait ifadelerin birbirleriyle ve ilgili faktörlerle ilişkilerini ifade eden yakınsak geçerlilik için ölçeğin CR değerlerinin AVE değerlerinden büyük, aynı zamanda AVE değerinin de 0,50'den yüksek olması gerekir (Yaşlıoğlu, 2017, s. 82). Yakınsak geçerlilikte her bir maddenin faktör yükleri 0,01 düzeyinde anlamlıdır. Ayrıca her bir yapının türetilen ortalama varyansı önerilen 0,50 eşik değerinin üstündedir. Sonuç olarak araştırma ölçeklerinin güvenilirlik düzeyleri yüksektir.

### Yapısal Eşitlik Modellemesi

Yapısal eşitlik modellemesinin veri seti tarafından doğrulanıp doğrulanmadığını belirlemek amacıyla modele ait uyum indeks değerleri incelendiğinde, ( $\chi^2=923,75$ , [sd=501,  $p < 0,001$ ], NFI=0,96, TLI=0,98, CFI=0,98, RMSEA=0,041) iyi uyum değerlerine sahip olduğunu göstermiştir.



**Şekil 2.** Düzeltilmiş Yapısal Eşitlik Modellemesi (t değerleri)

Yapısal eşitlik modellemesinin hipotez testleri incelendiğinde, tutumun, sağlıklı menü ögesi seçim davranışı ( $t=4,59$ ;  $p<0,05$ ) üzerinde olumlu etkisi olduğu görülmüştür (H1 kabul). Tutum ile davranışsal isteklilik arasındaki standardize yol katsayısının  $t$  değerinin (1,75) kritik  $t$  değerinin (1,96) altında bir değer olması nedeniyle yolun anlamlı olmamasından H2 hipotezi düzeltilmiş yapısal modele dâhil edilmemiştir. Öznel normların sağlıklı menü ögesi seçimi üzerindeki etkisine baktığımızda, buyruksal normun davranışsal isteklilik ( $t=2,55$ ;  $p<0,05$ ) üzerinde olumlu etkisi olmuştur (H3 kabul). Öznel normlardan tanımlayıcı normun sadece sağlıklı menü ögesi seçim davranışı ( $t=3,79$ ;  $p<0,05$ ) üzerinde olumlu etkisi varken (H4 kabul), davranışsal isteklilik ( $t=-2,09$ ;  $p<0,05$ ) üzerinde olumlu etkisi olmamıştır (H5 ret). Sağlıksız beslenen kişilerin tipik prototip görüntüleri ile sağlıklı menü ögesi seçim davranışı arasında negatif bir ilişki olduğunu varsayan H6 ret edilmiştir ( $t=1,94$ ;  $p<0,05$ ). Algılanan davranışsal kontrolün sağlıklı menü seçim davranışı ( $t=-2,96$ ;  $p<0,05$ ) üzerinde olumlu bir etkisi yokken (H7 ret), isteklilik ( $t=3,93$ ;  $p<0,05$ ) üzerinde olumlu etkisi olduğu görülmüştür (H8 kabul). Öz-yeterlilik ile hem isteklilik hem de sağlıklı menü ögesi seçim davranışı arasındaki ilişki incelendiğinde davranış ( $t=7,06$ ;  $p<0,05$ ) üzerinde önemli derecede olumlu etkisi varken (H9 kabul), isteklilik ( $t=-2,69$ ;  $p<0,05$ ) üzerinde olumlu bir etkisi bulunamamıştır (H10 ret). Sağlıklı menü ögesi seçim davranışı üzerinde davranışsal istekliliğin etkisine bakıldığında, olumsuz ( $t=-3,32$ ;  $p<0,05$ ) etkisi olduğu görülmüştür (H11 ret). Varsayılan hipotezlerle ilgili sonuçlar Şekil 2’de gösterilmiştir.

## Sonuç ve Öneriler

Bu araştırmada, literatürde var olan teorilerden yola çıkılarak oluşturulan araştırma modeli ampirik olarak test edilmiştir. Araştırma modeli planlanmış davranış teorisi (PDT) (Ajzen, 1985) ve prototip/isteklilik modeli (PİM) (Gibbons & Gerrard, 1997) olmak üzere iki temel teoriye dayanmaktadır. Literatürde turistlerin sağlıklı beslenme davranışları üzerine varsa bile herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu araştırma turistlerin sağlıklı menü ögesi seçim davranışlarına etki eden faktörleri araştıran ender araştırmalardan biri olması açısından önem arz etmektedir.

Gibbons vd., (2004) insanların düşük kalorili menü öğelerini seçerken bilinçli ve planlı bir niyetin yanında davranışın gerçekleştiği fiziksel ortama verilen tepkilerin de etkili olduğunu belirtmişlerdir. Hatta bazı çalışmalarda (Ohtomo, 2013) insanlar, düşük kalorili sağlıklı menü öğelerini seçmeyi planlamış olsalar da restorandaki durumlardan kaynaklı olarak yüksek kalorili sağlıksız menü öğelerini tercih etmişlerdir. Araştırma sonucunda, turistlerin sağlıklı menü ögesi seçim davranışları, davranışsal isteklilik tarafından öngörülmüştür. Turistler tatil amacıyla buldukları Doğu Karadeniz Bölgesi’nin yöresel yiyeceklerini deneme isteklilikleri doğrultusunda davranışta bulunmuşlardır.

Araştırmada tutumların, sağlıklı menü ögesi seçim davranışları üzerinde pozitif yönde etkisi olduğu bulunmuştur. Shin vd., (2018) tüketicilerin restoranlarda organik menü ögesi seçimleri üzerine yaptıkları çalışmada ve Kumar ve Smith’in (2018) tüketicilerin yerel gıdalara olan tutumlarını belirleme üzerine yaptıkları çalışmada benzer sonuçlara ulaşılmıştır. Bu sonuçlar ışığında, turistlerin düşük kalorili sağlıklı menü ögesi seçim davranışlarını olumlu yönde etkilemek için, bölgedeki yiyecek içecek işletmelerin turistlerde olumlu tutumları geliştirmeleri gerekmektedir. Bu amaçla, çeşitli görsel ve basılı yayın organları kullanılarak mesaj veya reklamlarla düşük kalorili sağlıklı menü ögesi seçim davranışı üzerinde olumlu tutum geliştirilebilir. Genel olarak turistlerin düşük kalorili sağlıklı menü ögesi seçim davranışlarında, sosyal içerikli mesajların verilmesinin olumlu katkıları olacağını göstermiştir. Ayrıca olumlu tutumlar geliştirmek amacıyla düşük kalorili sağlıklı menü öğelerinin lezzet, koku, görünüş gibi insanlara zevk veren

özellikleri ön plana çıkarılarak düşük kalorili sağlıklı menüler hakkında ziyaretçilerde olumlu duygular uyandırılmalıdır.

Bu araştırma, turistlerin sağlıklı menü ögesi seçim davranışları noktasında öznel normların önemli bir etkisinin olduğunu göstermiştir. Buyruksal normun sadece davranışsal isteklilik üzerinde pozitif yönde bir etkisi olmuştur. Tanımlayıcı normun, sağlıklı menü ögesi seçim davranışı üzerinde pozitif yönde bir etkisi varken, davranışsal isteklilik üzerinde ise negatif yönde bir etkisi olduğu bulunmuştur. Liu vd., (2019) öznel normların sağlıklı yemek yeme davranışları üzerine yaptıkları çalışmada, tanımlayıcı normun davranış üzerinde olumlu etkisi olduğu bulunmuştur. Özellikle, arkadaş ve ebeveynlerin kişilerin istekleri üzerinde etkisi olduğu düşünüldüğünde, düşük kalorili sağlıklı menü ögesi seçim istekliliğinde bu referans grupların kişileri teşvik etme yolları belirlenmelidir. Bu doğrultuda sağlıklı beslenme ile ilgili turizm destinasyonlarında promosyon ve kampanyalar düzenlenebilir. Sağlıklı beslenmenin toplumun uyması gereken bir norm olduğu algısı yaratılarak, turizm destinasyonlarına gelen turistlerin bu norma uymaları sağlanabilir. Sağlıklı beslenme ile ilgili sosyal baskı yaratmada servis elemanları da kullanılmalıdır.

Araştırma, yüksek kalorili sağlıksız yiyecekleri yiyenlerin algılanan prototip görüntülerinin olumsuz olduğu ziyaretçilerin, sağlıklı menü öğelerini tüketmeye daha istekli olmadıklarını göstermiştir. Aslında daha önce yapılmış benzer çalışmalarda, araştırma bulgularının aksine sonuçlar bulunmuştur (Gerrard vd., 2002; Spijkerman vd., 2007). Araştırma sonuçlarının daha önceki araştırma bulgularını desteklememesinin nedeni, insanlar tatilde alışkanlıklarını, yaşam düzenlerini bir tarafa bırakıp, yapmak istediklerini özgürce gerçekleştirerek tatilin tadını çıkarmak istemelerinden kaynaklanmaktadır. Turizm bölgelerinde sağlıksız beslenenlerin prototip görüntülerini kullanarak insanlarda olumlu etki yapmak yerine, tatilde bile olsa düşük kalorili sağlıklı beslenmenin önemi ile ilgili kampanyalar düzenlenebilir.

Ajzen; Ajzen (1987; 1991) yaptığı çalışmalarda, algılanan davranışsal kontrolün, bir davranışı gerçekleştirme ne derecede kişinin kontrolünde olduğunu ve davranışı gerçekleştirme yeteneği olan öz-yeterliliği kapsadığını ifade etmiştir. Ancak yapılan çalışmalar (Bandura, 1977; Bandura, 1982; Terry, 1991; Terry, 1994) bu iki kavramın birbirinden ayrı olduğunu ve bu yüzden çalışmalarda her ikisinin de ayrı ayrı ele alınması gerektiğini ortaya koymuştur. Bu çalışmada elde edilen bulgular, algılanan davranışsal kontrolün ve öz-yeterliliğin birbirinden farklı kavramlar olduğunu desteklemiştir.

Jun'un (2014) müşterilerin restoranlarda sağlıklı menü ögesi seçim davranışları üzerine yaptığı çalışmada, davranışı niyetten çok istekliliğin belirlediği bulunmuştur. Bu çalışmada ise davranışsal istekliliğinin sağlıklı menü ögesi seçim davranışı üzerinde negatif yönde bir etkisinin olduğu bulunmuştur. Bu sonuç, turistlerin tatil amaçlı gittikleri yerlerde beslenme tercihlerinde, istekliliklerinden ziyade buldukları ortamlara vermiş oldukları ani tepkilerinin davranışları üzerinde daha etkili olduğunu düşündürmüştür.

Bu bulgular, turistlerin yiyecek tercih davranışlarını, tatillerini geçirdikleri yerlerde sunulan yiyeceklere verdikleri ani tepkilerin belirlediğini göstermiştir. Tatile giden kişilerde gittikleri yerlerde yeni yiyecekler seçme istekliliklerinin, sağlıklı yiyecekler seçme istekliliğinden daha etkili olmuştur. Bu sonuç turizm bölgelerinde ziyaretçilere yiyecek içecek hizmeti sunan işletmelere daha büyük bir sorumluluk yüklemiştir. İşletmeler tatil amaçlı gelen turistlere yönelik mutlaka düşük kalorili sağlıklı yiyeceklerden oluşmuş menüler sunmalıdırlar.

Araştırma bulguları sonuçları, kısa süreliğine çeşitli amaçlarla ikamet ettikleri yerlerin dışına çıkan turistlerin, yeme davranışlarının kasıtlı, rasyonel olmadığı, daha çok gittikleri yerlerde durumsal faktörlere tepkisel kararlar verdiklerinden, düşük kalorili sağlıklı yiyecekleri tercih etmektense, tatilin tadını çıkarma isteğinin ön planda olduğunu göstermiştir. Çünkü insanların bilinçaltılarında tatilin anlamı, günlük hayatında yapamadığın ne varsa tatilde yaparak kişisel memnuniyetleri sonucunda zevk almaktır. Çünkü hedonik zevkler zorunlu olan davranışlardan daha cezbedicidir. Yüksek kalorili sağlıksız yiyecekleri tercih etme olasılıkları da bu nedenlerden dolayı fazladır. Araştırma bulguları da, turistlerin tatilde yeni yiyecekler deneme dürtüleri doğrultusunda gittikleri yerlerde karşılaştıkları yiyecekleri deneme istekliliklerine göre davrandıklarını desteklemiştir. Araştırmaya katılan turistlerin sağlıklı menü ögesi seçim davranışı davranışsal isteklilik tarafından belirlenmiştir.

Sonuç olarak, Doğu Karadeniz Bölgesi'ne gelen turistlerin sağlıklı menü ögesi seçim davranışları turistlerin karşılaştıkları fiziksel çevreye verdikleri tepkisel kararlara göre gerçekleşmektedir. Bu bağlamda turist yeni yiyecekleri deneme istekliliği nedeniyle düşük kalorili sağlıklı veya yüksek kalorili sağlıksız yiyecekleri tercih edebilirler. Bu nokta da en büyük görev turizm işletme ve restoranlara düşmektedir. Ürettikleri yiyecekleri turistlerin sağlığını düşünerek düşük kalorili olarak hazırlamalıdır. Bu noktada menü etiket bilgileri turistlerle paylaşılmalı ve bu konuda yeterli denetimler yapılmalıdır.

Tüm araştırmalarda olduğu gibi bu araştırmada da bazı sınırlılıklar bulunmaktadır. En önemlisi, sağlıklı menü ögesi seçim davranışı ölçülürken, anket sorularına kişilerin vermiş oldukları cevaplarının doğru olduğu varsayılmıştır. Ancak bölgeyi ziyaret amacıyla gelen turistler kısa süreliğine gezip, görmek için geldikleri yerlerde anket doldurmaya zaman ayırmak istememekteler. Zaman ayırsalar bile verdikleri cevaplar bazı dış etmenlerden (örneğin, sağlıklı yememelerine rağmen kendilerini sağlıklı yediklerini beyan etme zorunda hissetmeleri) dolayı gerçeği yansıtmayabilir. Daha sağlıklı sonuçlar için ileriki araştırmalarda deneysel araştırmalar yapılabilir. Araştırma verileri kolayda örnekleme yöntemiyle elde edildiği için elde edilen bulgular sadece örneklem için yorumlanmaktadır. Diğer bir anlatımla, araştırma sonuçları evrene genelleştirilememektedir. Son olarak yerli ve yabancı turistlerin sağlıklı beslenme üzerine daha detaylı bir araştırma yapılarak, elde edilen sonuçlar ilgili kurum ve kuruluşlarla paylaşılabilir.

## **Beyan**

Makalenin tüm yazarlarının makale sürecine verdikleri katkı eşittir. Yazarların bildirmesi gereken herhangi bir çıkar çatışması yoktur.

## **KAYNAKÇA**

- Abdukadirov, S., & Carges, J. (2016). Government anti-obesity policies are rarely effective. *Journal of Clinical Exercise Physiology*, 5(1), 12–15.
- Agudo-Peregrina, Á. F., Hernández-García, Á., & Pascual-Miguel, F. J. (2014). Behavioral intention, use behavior and the acceptance of electronic learning systems: Differences between higher education and lifelong learning. *Computers in Human Behavior*, 34, 301–314.

- Ajzen, I. (1985). From intentions to actions: A theory of planned behavior. In J. Kuhl. & J. Beckmann (Eds.), *Action Control* ((pp. 11–39). Berlin, Heidelberg: Springer Berlin Heidelberg.
- Ajzen, I. (1987). Attitudes, traits, and actions: Dispositional prediction of behavior in personality and social psychology. In L. Berkowitz (Ed.), *Advances in Experimental Social Psychology* ((pp. 1–63)). Academic Press.
- Ajzen, I. (1991). The theory of planned behavior. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 50(2), 179–211.
- Ajzen, I. (2002). Perceived behavioral control, self-efficacy, locus of control, and the theory of planned behavior. *Journal of Applied Social Psychology*, 32(4), 665–683.
- Ajzen, I. (2005). *Attitudes, personality and behavior* (2nd ed.). Maidenhead: Open University Press.
- Ajzen, I. (2019a). *Behavioral interventions based on the theory of planned behavior*. Retrieved from: <https://people.umass.edu/aizen/pdf/tpb.intervention.pdf>.
- Ajzen, I. (2019b). *Constructing a theory of planned behavior questionnaire*. Retrieved October 19, 2020, from <https://people.umass.edu/aizen/pdf/tpb.measurement.pdf>.
- Ajzen, I. (2020). The theory of planned behavior: Frequently asked questions. *Human Behavior and Emerging Technologies*, 2(4), 314–324.
- Ajzen, I., & Fishbein, M. (2005). The influence of attitudes on behavior. In D. Albarracín, B. T. Johnson, & M. P. Zanna (Eds.), *The handbook of attitudes* ((pp. 173–221)). Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- Akman, M., Tüzün, S., & Ünalın, P. C. (2012). Adolesanlarda sağlıklı beslenme ve fiziksel aktivite durumu. *Nobel Medicus*, 8(1). Retrieved May 28, 2020, from <https://www.researchgate.net/>.
- Akyol, P., & İmamoğlu, O. (2019). Üniversite öğrencilerinde cinsiyete göre beslenme alışkanlıkları. *Spormetre*, 17(3), 67–77.
- Albarracín, D., Johnson, B. T., Fishbein, M., & Muellerleile, P. A. (2001). Theories of reasoned action and planned behavior as models of condom use: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 127(1), 142–161.
- Armitage, C. J., & Conner, M. (1999). Distinguishing perceptions of control from self-efficacy: Predicting consumption of a low-fat diet using the theory of planned behavior1. *Journal of Applied Social Psychology*, 29(1), 72–90.
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84(2), 191–215.
- Bandura, A. (1982). Self-efficacy mechanism in human agency. *American Psychologist*, 37(2), 122–147.
- Bandura, A. (1991). Social cognitive theory of self-regulation. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 50(2), 248–287.
- Bayraktaroğlu, T., Kutlutürk, F., & Tekin, S. (2020). "COVID-19 pandemisi ve obezite" Prognozu: İki pandemiden ne öğrendik? *Türk Diyab Obez*, 2, 138–146.



- Blanton, H., VandenEijnden, R. J. J. M., Buunk, B. P., Gibbons, F. X., Gerrard, M., & Bakker, A. (2001). Accentuate the negative: Social images in the prediction and promotion of condom use. *Journal of Applied Social Psychology, 31*(2), 274–295.
- Bleich, S. N., Economos, C. D., Spiker, M. L., Vercammen, K. A., VanEpps, E. M., Block, J. P., et al. (2017). A systematic review of calorie labeling and modified calorie labeling interventions: Impact on consumer and restaurant behavior. *HHS Public Access, 25*(12), 2018–2044.
- Bulduk, S. (2005). *Beslenme ilkeleri ve m?nü planlama* (2. Baskı). Ankara: Detay Yayıncılık.
- Cantu-Jungles, T. M., McCormack, L. A., Slaven, J. E., Slobodnik, M., & Eicher-Miller, H. A. (2017). A meta-analysis to determine the impact of restaurant menu labeling on calories and nutrients (Ordered or consumed) in U.S. adults. *Nutrients, 9*(10).
- Carfora, V., Cavallo, C., Caso, D., Del Giudice, T., Devitiis, B. de, Viscecchia, R., et al. (2019). Explaining consumer purchase behavior for organic milk: Including trust and green self-identity within the theory of planned behavior. *Food Quality and Preference, 76*, 1–9.
- Cialdini, R. B., Kallgren, C. A., & Reno, R. R. (1991). A focus theory of normative conduct: A theoretical refinement and reevaluation of the role of norms in human behavior. In M. P. Zanna (Ed.), *Advances in Experimental Social Psychology* ((pp. 201–234)).
- Cialdini, R. B., Reno, R. R., & Kallgren, C. A. (1990). A focus theory of normative conduct: Recycling the concept of norms to reduce littering in public places. *Journal of Personality and Social Psychology, 58*(6), 1015–1026.
- Çetinkaya, V. (2019). *Tüketicilerin restoranlarda sağlıklı beslenme davranışlarının belirlenmesi (Yüksek Lisans Tezi)*. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi> adresinden edinilmiştir.
- Dickson-Spillmann, M., & Siegrist, M. (2011). Consumers' knowledge of healthy diets and its correlation with dietary behaviour. *Journal of Human Nutrition and Dietetics, 24*(1), 54–60.
- Dipietro, R. B., Roseman, M., & Ashley, R. (2006). A study of consumers' response to quick service restaurants' healthy menu items. *Journal of Foodservice Business Research, 7*(4), 59–77.
- Doğu Karadeniz Kalkınma Ajansı (DOKA) (2020). *Bölgemiz*. Retrieved October 08, 2020, from [https://www.doka.org.tr/bolgemiz\\_Artvin-TR.html](https://www.doka.org.tr/bolgemiz_Artvin-TR.html).
- Dumanovsky, T., Huang, C. Y., Nonas, C. A., Matte, T. D., Bassett, M. T., & Silver, L. D. (2011). Changes in energy content of lunchtime purchases from fast food restaurants after introduction of calorie labelling: Cross sectional customer surveys. *BMJ, 343*, 1–11.
- Elbel, B., Kersh, R., Brescoll, V. L., & Dixon, L. B. (2009). Calorie labeling and food choices: A first look at the effects on low-income people in New York city. *Health Affairs, 28*(6), w1110-w1121.
- Erten, S. (2002). Planlanmış davranış teorisi ile uygulamalı öğretim metodu. *Hacettepe Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Dergisi, 19*(2), 217–233.
- Erten, S., Bamberg, S., Graf, D., & Klee, R. (2000). Determinants for practicing educational methods in environmental education - A comparison between Turkish and German teachers using the theory of planned

- behavior. In *Proceedings of the III Conference of European Researchers in Didactic of Biology* ((375–389). Spain.
- Gerrard, M., Gibbons, F. X., Houlihan, A. E., Stock, M. L., & Pomery, E. A. (2008). A dual-process approach to health risk decision making: The prototype willingness model. *Developmental Review, 28*(1), 29–61.
- Gerrard, M., Gibbons, F. X., Reis-Bergan, M., Trudeau, L., Vande Lune, L. S., & Buunk, B. (2002). Inhibitory effects of drinker and nondrinker prototypes on adolescent alcohol consumption. *Health Psychology, 21*(6), 601–609.
- Gerrits, J. H., Ridder, D. T. D., Wit, J. B. F., & Kuijper, R. G. (2009). Cool and independent or foolish and undisciplined? Adolescents' prototypes of (un)healthy eaters and their association with eating behaviour. *Appetite, 53*(3), 407–413.
- Gibbons, F. X., & Gerrard, M. (1997). Health images and their effects on health behavior. In B. P. Buunk & F. X. Gibbons (Eds.), *Health, coping and well-being: Perspectives from social comparison theory* (pp. 63–94). Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- Gibbons, F. X., Gerrard, M., Blanton, H., & Russell, D. W. (1998). Reasoned action and social reaction: Willingness and intention as independent predictors of health risk. *Journal of Personality and Social Psychology, 74*(5), 1164–1180.
- Gibbons, F. X., Gerrard, M., Vande Lune, L. S., Wills, T. A., Brody, G., & Conger, R. D. (2004). Context and cognitions: environmental risk, social influence, and adolescent substance use. *Personality & Social Psychology Bulletin, 30*(8), 1048–1061.
- Glanz, K., Resnicow, K., Seymour, J., Hoy, K., Stewart, H., Lyons, M., & Goldberg, J. (2007). How major restaurant chains plan their menus: The role of profit, demand, and health. *American Journal of Preventive Medicine, 32*(5), 383–388.
- Gunduz, R. (2019). *Türkiye obezite yaygınlığında OECD ülkeleri arasında 3. sırada*, from euronews: <https://tr.euronews.com/2019/10/11/turkiye-obezite-yayginliginda-oecd-ulkeleri-arasinda-3-sirada>.
- Gustafson, C. R., & Zeballos, E. (2018). The effect of ingredient-specific calorie information on calories ordered. *Preventive Medicine Reports, 12*, 186–190.
- Gürbüz, S., & Şahin, F. (2018). *Sosyal bilimlerde araştırma yöntemleri* (5. Baskı). Ankara: Seçkin.
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., & Anderson, R. E. (2014). *Multivariate data analysis* (7. Edition). Edinburgh: Pearson Education Limited.
- Hwang, J., & Cranage, D. (2011). The effects of nutrition information of fast food menu items on consumer evaluation behaviors. *International Journal of Tourism Sciences, 11*(2), 71–100.
- Işın, A., & Ünlüönen, K. (2018). Türkiye ye gelen yabancı turistlerin yerel yiyecekleri tüketme niyeti üzerine planlı davranış teorisi kapsamında bir araştırma. *Journal of Tourism and Gastronomy Studies, 6*(4), 662–689.
- Josiam, B., & Foster, C. (2009). Nutritional information on restaurant menus. *International Journal of Contemporary Hospitality Management, 21*(7), 876–891.

- Jun, J. (2014). *Understanding customers' healthful menu item selection behaviors at casual dining restaurants* (Doctoral Dissertation), Retrieved from: <https://lib.dr.iastate.edu/etd/14167/>.
- Kang, J., Jun, J., & Arendt, S. W. (2015). Understanding customers' healthy food choices at casual dining restaurants: Using the Value–Attitude–Behavior model. *International Journal of Hospitality Management*, 48, 12–21.
- Korkmaz, S., & Ermeç Sertoğlu, A. (2013). Genç tüketicilerin sürdürülebilir gıda tüketimi davranışının güven ve değerlere dayanan planlı davranış teorisi kapsamında tartışılması. *H.Ü. İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 31(1), 127–152.
- Kumar, A., & Smith, S. (2018). Understanding local food consumers: Theory of planned behavior and segmentation approach. *Journal of Food Products Marketing*, 24(2), 196–215.
- Lee, C. M., Geisner, I. M., Lewis, M. A., Neighbors, C., & Larimer, M. E. (2007). Social motives and the interaction between descriptive and injunctive norms in college student drinking. *Journal of Studies on Alcohol and Drugs*, 68(5), 714–721.
- Lee, K., & Lee, Y. (2018). Parents' meal choices for their children at fast food and family restaurants with different menu labeling presentations. *Nutrition Research and Practice*, 12(3), 243–250.
- Liu, J., Thomas, J. M., & Higgs, S. (2019). The relationship between social identity, descriptive social norms and eating intentions and behaviors. *Journal of Experimental Social Psychology*, 82, 217–230.
- McConnon, A., Raats, M., Astrup, A., Bajzová, M., Handjieva-Darlenska, T., Lindroos, A. K., et al. (2012). Application of the theory of planned behaviour to weight control in an overweight cohort. Results from a pan-European dietary intervention trial (DiOGenes). *Appetite*, 58(1), 313–318.
- Ohtomo, S. (2013). Effects of habit on intentional and reactive motivations for unhealthy eating. *Appetite*, 68, 69–75.
- Ohtomo, S., & Hirose, Y. (2007). The dual-process of reactive and intentional decision-making involved in eco-friendly behavior. *Journal of Environmental Psychology*, 27(2), 117–125.
- Ouellette, J. A., Hessling, R., Gibbons, F. X., Reis-Bergan, M., & Gerrard, M. (2005). Using images to increase exercise behavior: Prototypes versus possible selves. *Personality & Social Psychology Bulletin*, 31(5), 610–620.
- Özalp, B. B., & Seremet Kürklü, N. (2020). Obezite ve Covid-19. *İzmir Kâtip Çelebi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 5(2), 211–214.
- Petimar, J., Ramirez, M., Rifas-Shiman, S. L., Linakis, S., Mullen, J., Roberto, C. A., & Block, J. P. (2019). Evaluation of the impact of calorie labeling on McDonald's restaurant menus: A natural experiment. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 16(99), 1–11.
- Pomery, E. A., Gibbons, F. X., Reis-Bergan, M., & Gerrard, M. (2009). From willingness to intention: Experience moderates the shift from reactive to reasoned behavior. *Personality & Social Psychology Bulletin*, 35(7), 894–908.
- Rızaoğlu, B., & Hançer, M. (2005). *Menü ve yönetim*. Ankara: Detay Yayıncılık.

- Rise, J., Kovac, V., Kraft, P., & Moan, I. S. (2008). Predicting the intention to quit smoking and quitting behaviour: Extending the theory of planned behaviour. *British Journal of Health Psychology, 13*(2), 291–310.
- Rivis, A., & Sheeran, P. (2003). Descriptive norms as an additional predictor in the theory of planned behaviour: A meta-analysis. *Current Psychology, 22*(3), 218–233.
- Scalco, A., Noventa, S., Sartori, R., & Ceschi, A. (2017). Predicting organic food consumption: A meta-analytic structural equation model based on the theory of planned behavior. *Appetite, 112*, 235–248.
- Shangguan, S., Afshin, A., Shulkin, M., Ma, W., Marsden, D., Smith, J., et al. (2019). A meta-analysis of food labeling effects on consumer diet behaviors and industry practices. *American Journal of Preventive Medicine, 56*(2), 300–314.
- Shin, Y. H., Im, J., Jung, S. E., & Severt, K. (2018). The theory of planned behavior and the norm activation model approach to consumer behavior regarding organic menus. *International Journal of Hospitality Management, 69*, 21–29.
- Spijkerman, R., van den Eijnden, R. J. J. M., Overbeek, G., & Engels, R. C. M. E. (2007). The impact of peer and parental norms and behavior on adolescent drinking: The role of drinker prototypes. *Psychology & Health, 22*(1), 7–29.
- Story, M., Kaphingst, K. M., Robinson-O'Brien, R., & Glanz, K. (2008). Creating healthy food and eating environments: Policy and environmental approaches. *Annual Review of Public Health, 29*, 253–272.
- T.C. Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü (2020). *Sağlıklı hayat*. Retrieved from: T.C. Sağlık Bakanlığı: <https://sagligim.gov.tr/saglikli-hayat.html>.
- Terry, D. J. (1991). Coping resources and situational appraisals as predictors of coping behavior. *Personality and Individual Differences, 12*(10), 1031–1047.
- Terry, D. J. (1994). Determinants of coping: The role of stable and situational factors. *Journal of Personality and Social Psychology, 66*(5), 895–910.
- Turnwald, B. P., Jurafsky, D., Conner, A., & Crum, A. J. (2017). Reading between the menu lines: Are restaurants' descriptions of "healthy" foods unappealing? *American Psychological Association, 36*(11), 1034–1037.
- World Health Organization (WHO) (2020a). *KİM | WHOQOL: Yaşam kalitesinin ölçülmesi*. Retrieved April 20, 2020, from World Health Organization: <https://www.who.int/healthinfo/survey/whoqol-qualityoflife/en/>.
- World Health Organization (WHO) (2020b). *Obesity and overweight*. Retrieved February 26, 2021, from [www.who.int](http://www.who.int).
- Xiao, J. J., & Wu, J. (2008). Completing debt management plans in credit counseling: An application of the theory of planned behavior. *Financial Counseling and Planning, 19*(2), 29–45.
- Yaşlıoğlu, M. M. (2017). Sosyal bilimlerde faktör analizi ve geçerlilik: Keşfedici ve doğrulayıcı faktör analizlerinin kullanılması. *İstanbul Üniversitesi İşletme Fakültesi Dergisi, 46*(Özel Sayı), 74–85.

## **Investigation of the Factors Affecting Healthy Menu Item Selection Behaviors of Local and Foreign Tourists in the East Black Sea Region: A Structural Equality Model Approach**

**Hayri UYGUN**

Recep Tayyip Erdogan University, Ardesen Vocational School, Rize /Turkey

**Ali Sait ALBAYRAK**

Recep Tayyip Erdogan University, Faculty of Economics and Administrative Sciences, Rize /Turkey

### **Extensive Summary**

Obesity which has become an important health problem worldwide is increasing day by day. In order to find a solution to the problem, in this study, the factors that are effective in healthy menu item selection behaviors of tourists were investigated based on the planned behavior theory and prototype/willingness model. In this direction, the research model was created by adding self-efficacy and behavioral willingness as a prototype and mediator variable from prototype/willingness model to the attitude of the planned behavior theory, to the injunctive norm and the descriptive norm, the sub-components of subjective norms, and to the perceived behavioral control factors.

This study is especially important in terms of being the first study to investigate the factors that affect the healthy eating behaviors of tourists during the vacations within the scope of the planned behavior theory and prototype/willingness model theories. It is believed to contribute to the literature, especially in terms of determining the effect of behavioral willingness. In addition, suggestions for food and beverage businesses in tourism destinations were presented in the study to contribute to them developing healthy menu preparation and marketing strategies.

In order to verify the research model, a questionnaire was created to collect data. The created questionnaire was applied to 224 people for a pilot application and was regulated to be used in the main study. With the questionnaire created for the main study, 515 responses to be used in analysis were obtained. The obtained questionnaires were analyzed with structural equation modeling. The results revealed that tourists make a reactive (behavioral willingness) decision in their healthy menu item choices in line with their desire to try food in holiday destinations. The study also revealed that injunctive norms expressing social pressures perceived for any behavior from the subjective norms being divided into subcomponents have a positive effect on the desire to choose a healthy menu, but the descriptive norms expressing our perceptions about the behaviors of others do not have a positive effect on that selection willingness, and even they have a positive effect on the behavior. While perceived behavioral control was found to have a positive effect on willingness to perform healthy menu item selection behavior, self-efficacy was not found to have any effect. However, it was found that self-efficacy has a positive effect on behavior.

One of the important findings of the study is that self-efficacy is the most important variable among all variables in explaining healthy menu item selection behavior. The higher the belief of people in their own abilities, the higher the degree of performing the behavior of choosing healthy menu items.

**Suggestions:** Based on all the results obtained from the analyses and hypotheses, the following suggestions can be made;

- By knowing that people choose healthy menu items in restaurants, the restaurants have to add a healthy menu list in their advertisement according to their healthy menu item selection behavior.
- A positive attitude can be developed on the healthy menu item selection behavior by the messaging or advertising by using various visual and printed media, and restaurants have to develop positive attitudes, positive feelings about the healthy menu which should be served to the visitors with highlighting the features of healthy menu items such as taste, smell and appearance.
- Considering that friends and parents have an impact on people's wishes, ways to encourage these reference groups in their willingness to choose healthy menu items should be determined. For this purpose, information about the importance of healthy nutrition can be explained to people by friends and parents, and the willingness to choose healthy menu items can be increased.
- Promotions and campaigns should be done on tourism destinations related to healthy nutrition. By creating the perception that healthy nutrition is a norm, which the society must comply with, it can be ensured that tourists coming to the tourism destinations comply with this norm. In order to create this perception, images related to healthy eating should be placed in restaurants where tourists can see them. Service staff should also be used to create social pressure on healthy eating.
- Instead of making a positive impact on people by using the prototype images of those who eat unhealthy foods in tourism regions, campaigns can be organized about the importance of healthy eating even on vacation.
- They should prepare low calories food for tourist health, and this information should be shared in the menu and spread tourists.

As in all studies, this study also has some limitations. Most importantly, when measuring healthy menu item selection behavior, it is assumed that people's answers to the survey questions are correct. However, tourists who come to visit the region do not want to spend time to fill out questionnaires in the places they come to visit for a short time. Even if they do, their answers may not reflect the truth due to some external factors (for example, they feel obliged to declare that they eat healthily even though they do not eat healthily). Experimental research can be done in future studies for healthier results. Since the research data were obtained using the convenience sampling method, the findings obtained were interpreted only for the sample. In other words, the results of the research cannot be generalized to the universe. More detailed research on the healthy nutrition of domestic and foreign tourists can be made, and the results obtained can be shared with relevant institutions and organizations.

Based on the assumption that emotional attitude has a greater effect on the willingness to choose low-calorie menu items than cognitive attitude in healthy eating, further studies can be conducted by separating attitude into sub-components in future studies. The effect of people's habits on healthy menu item selection behavior can be investigated.