



دانشگاه علوم پزشکی تهران  
دانشکده پرستاری و مامایی

**بررسی تاثیر یادگیری با تلفن همراه بر استرس و خودکارآمدی**

**بیماران دیابتی مبتلا به کووید-۱۹**

بایان نامه برای دریافت درجه کارشناسی ارشد در رشته پرستاری گرایش داخلی-جراحی

**نگارنده:**

**سارا عباسیان**

**استاد راهنما:**

**دکتر شهرزاد غیاثوندیان**

**استاد مشاور:**

**دکتر معصومه ذاکری مقدم**

**استاد مشاور آمار:**

**دکتر انوشیروان کاظم نژاد**

۱۴۰۰

## چکیده

### بررسی تأثیر یادگیری با تلفن همراه بر استرس و خودکارآمدی بیماران دیابتی مبتلا

به کووید-۱۹

**مقدمه و هدف:** جهان در حال حاضر با یک بحران بنام پاندمی کووید-۱۹ مواجه شده که بسیار کشنده است و قابلیت سرایت بسیار دارد. بسیاری از افرادی که از قبل مبتلا به دیابت بوده اند و در حال حاضر دوره نقاهت کرونا را پشت سر میگذارند، علاوه بر مشکلات جسمی و روانی که از قبل به واسطه دیابت با آن روبرو بوده اند؛ اکنون به دلیل ابتلا به بیماری کووید-۱۹ با مشکلات دیگری از جمله افسردگی، تنهایی و استرس و عدم دانش کافی در مراقبت از خود مواجه هستند؛ بویژه اینکه وجود منابع مختلف اطلاعاتی و گاهی متناقض و نداشتن سواد رسانه، زمینه بروز تشویش و ناتوانی در تصمیم گیری برای استفاده درست و مناسب از اطلاعات را نیز موجب می شود. امروزه دسترسی آسان و گسترده به سرویس های تلفن همراه از جمله سرویس پیام کوتاه ویژگی هایی دارد که به آنها کمک می کند در مداخلات سلامت موثر واقع شوند از جمله هزینه کم و در دسترس همگان بودن. این مطالعه با هدف تعیین تأثیر یادگیری با تلفن همراه بر استرس و خودکارآمدی بیماران دیابتی مبتلا به کووید-۱۹ و با امید کمک به بهبود وضعیت جسمی و روانی آنها انجام شده است.

**مواد و روش ها:** در این کارآزمایی بالینی تصادفی، جامعه پژوهش بیماران مبتلا به دیابت نوع یک و دو و مبتلا به کووید-۱۹ بودند. تعداد ۷۰ بیمار که معیار های ورود به پژوهش را داشتند وارد مطالعه شدند و سپس به شیوه بلوک بندی تصادفی در دو گروه مداخله و کنترل قرار گرفتند. طی سه ماه، هر هفته سه محتوا، شامل موارد انگیزشی، نحوه مراقبت های روزانه، سبک زندگی سالم، تغذیه، ورزش، علایم هشدار درباره دیابت و کووید-۱۹ به گروه مداخله ارسال خواهد شد ولی افراد گروه کنترل محتوایی دریافت نخواهند کرد. برای جمع آوری اطلاعات از پرسشنامه اطلاعات پایه، پرسشنامه استرس ادراک شده و پرسشنامه خودکارآمدی در دیابت استفاده گردید. این پرسشنامه ها قبل از انجام مداخله و پس از انجام مداخله تکمیل شدند. به منظور تجزیه و تحلیل داده ها از نرم افزار spss17 و آماره های استنباطی (کای دو، تی مستقل، تی زوجی، کولموگوروف اسمیرنوف) استفاده شد.

**یافته ها:** نتایج این مطالعه، نشان داد که یادگیری با تلفن همراه بر کاهش استرس و افزایش خودکارآمدی افراد دیابتی مبتلا به کووید-۱۹ تاثیر مثبت داشته است. آزمون کولموگروف اسمیرنوف برای بررسی نرمال بودن متغیر نمره پرسشنامه استرس در زمانهای قبل و از مداخله در دو گروه کنترل و مداخله انجام شد. میانگین نمره استرس بعد از مداخله در دو گروه مداخله و کنترل طبق آزمون تی مستقل اختلاف معنادار آماری داشته است ( $P < 0.001$ ). آزمون کولموگروف اسمیرنوف برای بررسی نرمال بودن متغیر نمره پرسشنامه خودکارآمدی در زمانهای قبل و از مداخله در دو گروه کنترل و مداخله انجام شد. میانگین نمره خودکارآمدی بعد از مداخله در دو گروه مداخله و کنترل طبق آزمون تی مستقل اختلاف معنادار آماری داشته است ( $P < 0.001$ ).

**نتیجه گیری:** ارائه آموزش از طریق تلفن همراه بدلیل داشتن ویژگی هایی همچون در دسترس بودن، عدم محدودیت زمانی و مکانی، صرفه جویی در زمان و هزینه نسبت به سایر روش های موجود موثر تر میباشد. آموزش جزء اصلی مراقبت های پرستاری میباشد و اگر این آموزش متنوع و با استفاده از تکنولوژی های موجود انجام گیرد، میتواند بسیار موثر واقع گردد. لذا میتوان از این روش در جهت بهبود خودکارآمدی و کاهش استرس در افراد دیابتی مبتلا به کووید-۱۹ استفاده کرد.

**کلیدواژه ها:** یادگیری با تلفن همراه؛ خودکارآمدی در دیابت؛ استرس؛ کووید-۱۹



**Tehran university of medical sciences  
School of Nursing and Midwifery**

# **The effect of mobile learning on stress and self- efficacy in diabetic patients with covid-19**

**A thesis submitted as atrial fulfillment of the requirements for the Master of  
Science(MSc) degree**

**By:  
Sara Abbasian**

**Supervisor:**

**Dr. Shahrzad Ghiyasvandian**

**Consultant:**

**Dr. Masoumeh Zakerimoghadam  
Dr. Anooshiravan Kazemnejhad**

**2021**

## Abstract

**Introduction and goal:** The world is currently facing a crisis called the Covid-19 pandemic, which is very deadly and highly contagious. Many people who already have diabetes and are currently recovering from covid-19, in addition to the physical and psychological problems they have already experienced due to diabetes, now face other problems such as depression, loneliness and stress, and lack of knowledge in self-care Due to Covid-19 disease. In particular, the existence of various sources of information and sometimes contradictory and lack of media literacy, cause anxiety and inability to use information correctly and appropriately. Today, easy and widespread access to mobile services, including text messaging has features that help them be effective in health interventions, including low cost and accessibility. The aim of this study was to determine the effect of mobile learning on stress and self-efficacy of diabetic patients with Covid-19 and with the hope of helping them to improve their physical and mental condition.

**Method:** In this randomized clinical trial, the study population was type 1 and type 2 diabetic patients with Covid-19. A total of 70 patients who met the inclusion criteria were included in the study and then were divided into two groups of intervention and control by random blocking method. During the three months, three contents will be sent to the intervention group each week, including motivational items, daily care, healthy lifestyle, nutrition, exercise, warning signs about diabetes and Covid-19, but the control group will not receive any content. Demographic information questionnaire, perceived stress questionnaire and self-efficacy questionnaire in diabetes were used to collect data. These questionnaires were completed before and after the intervention. In order to analyze the data, SPSS17 software and inferential statistics (Chi-square, independent t-test, paired t-test, Kolmogorov-Smirnov) were used.

**findings:** The results of this study showed that learning with a mobile phone had a positive effect on reducing stress and increasing self-efficacy in diabetic patients with covid-19. About stress and self-efficacy, the research units in the intervention and control groups, after the intervention, had a statistical difference, which indicates that the intervention is statistically effective on the variables of stress and self-efficacy. (P<0.001)

**Conclusion:** Mobile education is more effective than other available methods due to its features such as availability, no time and space limitations, time and cost savings. Patient education is a key component of nursing care and can be very effective if it is done in a proper way and using existing technologies. Therefore, this method can be used to improve self-efficacy and reduce stress in diabetic patients with covid-19.

**Keywords:** Mobile learning; Self-efficacy in diabetes; Stress; Covid-19