

# اعتیاد به اینترنت و ارتباط آن با اضطراب، استرس، افسردگی و بی خوابی در دانشجویان پرستاری و مامایی

رضا نوری<sup>۱</sup>، نعیمه صادقیان<sup>۲\*</sup>

• پذیرش مقاله: ۹۶/۲/۱۵

• دریافت مقاله اصلاح شده: ۹۶/۲/۱۴

• دریافت مقاله: ۹۵/۱۱/۵



## چکیده

**مقدمه:** اعتیاد به اینترنت یکی از مشکلات همراه با پیشرفت تکنولوژی است که بر سلامت روانی افراد تأثیر می‌گذارد؛ لذا پژوهش حاضر باهدف بررسی ارتباط بین اعتیاد به اینترنت و بی‌خوابی، اضطراب، افسردگی و استرس در دانشجویان پرستاری و مامایی دانشگاه آزاد اسلامی واحد بجنورد در سال ۱۳۹۵ انجام شد.

**روش بررسی:** این مطالعه توصیفی-تحلیلی بر روی ۲۵۰ نفر از دانشجویان پرستاری و مامایی دانشگاه آزاد اسلامی واحد بجنورد که با استفاده از روش نمونه‌گیری طبقه‌ای-تصادفی انتخاب شده بودند، انجام شد. از پرسشنامه‌های اعتیاد به اینترنت یانگ، بی‌خوابی و پرسشنامه اضطراب، افسردگی و استرس استفاده شد. داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار SPSS نسخه ۱۶ و آزمون تحلیلی آنالیز واریانس یک‌طرفه تجزیه و تحلیل شدند.

**یافته‌ها:** ۷۶ درصد از دانشجویان دختر و ۵۳/۲ درصد از آن‌ها دانشجوی رشته پرستاری بودند. میانگین نمره اعتیاد به اینترنت در دانشجویان ۳۱/۱۴ بود و ۶/۷ درصد از آن‌ها اعتیاد به اینترنت داشتند. همچنین میانگین نمره اضطراب، استرس، افسردگی و بی‌خوابی دانشجویان به ترتیب برابر با ۱۲/۵۴، ۲۳/۳۷، ۱۷/۱۲ و ۱۴/۵۶ بود. ارتباط معنی‌داری بین اعتیاد به اینترنت با متغیرهای اضطراب، استرس، افسردگی و بی‌خوابی دیده شد ( $P < 0/001$ ).

**بحث و نتیجه‌گیری:** با توجه به شیوع اعتیاد به اینترنت در بین دانشجویان و ارتباط معنی‌دار آن با افسردگی، اضطراب، استرس و بی‌خوابی در آن‌ها، باید برنامه‌ریزی‌های لازم به‌منظور پیشگیری از این مشکل بهداشتی انجام شود.

**واژگان کلیدی:** اعتیاد به اینترنت، اضطراب، استرس، افسردگی، بی‌خوابی

**ارجاج:** نوری رضا، صادقیان نعیمه. اعتیاد به اینترنت و ارتباط آن با اضطراب، استرس، افسردگی و بی‌خوابی در دانشجویان پرستاری و مامایی. مجله پژوهش‌های سلامت محور ۱۳۹۶؛ ۳(۱): ۵۱-۵۷.

۱. کارشناس ارشد، گروه پرستاری، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد بجنورد، بجنورد، ایران.

۲. دانشجو کارشناسی، گروه مامایی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد بجنورد، بجنورد، ایران.

\* نویسنده مسئول: خراسان شمالی، بجنورد، دانشگاه آزاد اسلامی واحد بجنورد.

Email: Naeim.sadeghi75@gmail.com

تلفن: ۰۵۸-۳۲۲۹۶۹۸۵

**مقدمه**

اینترنت یکی از قابل دسترس‌ترین و پیشرفته‌ترین تکنولوژی‌های ارتباطی است که به وسیله آن می‌توان به انواع متنوعی از منابع اطلاعاتی دست یافت (۱،۲). استفاده از اینترنت به صورت گسترده‌ای افزایش یافته است به گونه‌ای که تعداد کاربران فعال بیش از ۲/۵ میلیارد نفر در سراسر جهان می‌باشند. با وجود کاربردهای مثبت اینترنت، استفاده نادرست و افراطی از آن می‌تواند اثرات خطرناکی بر سلامت کاربران داشته باشد (۳،۴). یکی از مهم‌ترین عوارض و مشکلات همراه با اینترنت، اعتیاد به آن است که اولین بار توسط Gonzalez مطرح شد (۵). اعتیاد به اینترنت، به استفاده بیش از حد، نامعقول و بیمارگونه از اینترنت گفته می‌شود (۶). انجمن روان‌پزشکی آمریکا، اعتیاد به اینترنت را الگوی استفاده از اینترنت که موجب اختلال عملکردی شده و با حالات ناخوشایند درونی در طول یک دوره دوماهه همراه باشد، تعریف کرده و برای تشخیص آن هفت ملاک ارائه کرده است (حداقل سه معیار در طول دو ماه): تحمل، علائم ترک، زمان استفاده از اینترنت بیش از آنچه که فرد در ابتدا قصد دارد به طول انجامد، تمایل مداوم برای کنترل رفتار، صرف وقت قابل توجه برای امور مرتبط با اینترنت، کاهش فعالیت‌های اجتماعی، شغلی و تفریحی در اثر استفاده از اینترنت و درنهایت، تداوم استفاده با وجود آگاهی از آثار منفی آن (۷). اعتیاد به اینترنت بر سلامت و بهداشت روان تأثیر منفی می‌گذارد و منجر به ناراحتی و اختلال بالینی می‌شود (۷-۹). غفاری معتقد است که اعتیاد به اینترنت با علائمی همچون اضطراب، افسردگی، بی‌قراری، اختلالات عاطفی و ازهم‌گسیختگی روابط اجتماعی همراه است (۱۰). همچنین در بسیاری از

مطالعات نشان داده شده که بین اعتیاد به اینترنت با افسردگی رابطه‌ای مثبت وجود دارد (۱۱-۱۳). در مطالعه‌ای دیگر بیان شده که اضطراب، افسردگی و اختلال جسمانی در دانشجویان معتاد به اینترنت نسبت به سایر دانشجویان بیشتر می‌باشد (۱۴). نتایج مطالعه علوی و همکاران (۱۲) نیز حاکی از آن بود که بین خود بیمارآنگاری، وسواس، اضطراب و افسردگی با اعتیاد به اینترنت ارتباط معنی‌داری وجود دارد.

استفاده بیش‌از‌حد از اینترنت با کمبود خواب، اختلالات خلقی و مشکلات سلامتی مرتبط می‌باشد (۱۳،۱۵،۱۶). همچنین بر اساس نتایج برخی از مطالعات انجام شده، محیط‌های آموزشی مانند دانشگاه‌ها محیطی مناسب برای اعتیاد به اینترنت می‌باشند و میزان شیوع اعتیاد به اینترنت در دانشجویان بیشتر از سایر کاربران می‌باشد (۱۷). در نتیجه، با توجه به رشد روزافزون استفاده از اینترنت در بین دانشجویان و اهمیت تأثیری که می‌تواند بر سلامت و عملکرد تحصیلی آنان داشته باشد و این که مطالعه‌ای مشابه در دانشجویان دانشگاه آزاد انجام نشده بود، لذا مطالعه حاضر با هدف بررسی ارتباط بین اعتیاد به اینترنت با بی‌خوابی، اضطراب، افسردگی و استرس در دانشجویان پرستاری و مامایی دانشگاه آزاد اسلامی واحد بجنورد در سال ۱۳۹۵ انجام شد.

**روش بررسی**

مطالعه حاضر، مطالعه‌ای توصیفی-تحلیلی بود که به صورت مقطعی در نیمسال دوم سال تحصیلی ۹۵-۱۳۹۴ انجام شد. جامعه آماری را کلیه دانشجویان پرستاری و مامایی دانشگاه آزاد اسلامی واحد بجنورد تشکیل دادند. تعداد ۲۵۰ نفر از آن‌ها به روش نمونه‌گیری طبقه‌ای-تصادفی انتخاب و وارد مطالعه

شدند. به دانشجویان اطمینان داده شد که اطلاعات محرمانه خواهند ماند. سپس رضایت آگاهانه رضایت از دانشجویان اخذ شد.

به منظور گردآوری اطلاعات از پرسشنامه‌های استاندارد اعتیاد به اینترنت یانگ ( Internet IAT: Addiction Test)، استاندارد افسردگی، اضطراب و استرس ( DASS21: The Depression Anxiety Stress Scale) و پرسشنامه شاخص شدت بی‌خوابی ( ISI: Insomnia Severity Index) استفاده شد. در ابتدا نیز سؤالاتی در خصوص ویژگی‌های دموگرافیک نظیر جنسیت، وضعیت تأهل و رشته تحصیلی طرح شد.

پرسشنامه اعتیاد به اینترنت یانگ، پرسشنامه‌ای استاندارد شامل ۲۰ سؤال بود. امتیازدهی به سؤالات بر اساس مقیاس پنج‌تایی لیکرت بود. دامنه نمرات از ۲۰ تا ۱۰۰ بود که بر اساس نمره کسب شده از این آزمون، افراد در یکی از سه گروه عدم اعتیاد به اینترنت (۲۰-۴۹)، در معرض اعتیاد به اینترنت (۵۰-۷۹) و اعتیاد به اینترنت (۸۰-۱۰۰) قرار گرفتند. روایی و پایایی نسخه فارسی این پرسشنامه در ایران مورد تأیید قرار گرفته است (۱۸).

پرسشنامه استاندارد مقیاس افسردگی، اضطراب و استرس به منظور بررسی میزان اضطراب، افسردگی و استرس طراحی شده و دارای ۲۱ سؤال بود که هر کدام از مقیاس‌ها دارای ۷ سؤال می‌باشد. امتیازدهی به سؤالات بر اساس مقیاس چهارتایی لیکرت بود. کم‌ترین امتیاز مربوط به هر سؤال (صفر) و بیشترین امتیاز (سه) در نظر گرفته شد و سپس نمرات باید دو برابر شوند که نمرات ۲۱ و بالاتر در مقیاس افسردگی، ۱۵ و بالاتر در مقیاس اضطراب و ۲۶ و بالاتر در مقیاس استرس، به عنوان بیش از حد در نظر

گرفته شدند. روایی و پایایی این پرسشنامه نیز در مطالعه‌ای در ایران مورد تأیید قرار گرفته است (۱۹). شاخص شدت بی‌خوابی یک ابزار شامل ۷ سؤال است که ادراک فرد از بی‌خوابی‌اش را اندازه می‌گیرد. امتیازدهی به سؤالات با استفاده از مقیاس پنج تایی لیکرت بود. دامنه نمرات بین ۰ تا ۲۸ می‌باشد که نمره بالاتر شدت بیشتر بی‌خوابی را نشان می‌دهد. روایی و پایایی این پرسشنامه نیز در مطالعه‌ای در ایران مورد تأیید قرار گرفته است (۲۰).

داده‌ها با استفاده از محاسبه آماره‌های توصیفی نظیر فراوانی، میانگین و انحراف معیار و آزمون‌های آماری تحلیلی نظیر آنالیز واریانس یک‌طرفه تجزیه و تحلیل شدند. تجزیه و تحلیل داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار آماری SPSS نسخه ۱۶ انجام شد.

### یافته‌ها

۷۶٪ از افراد مورد بررسی را زنان تشکیل دادند. ۶۵/۵٪ دانشجویان مورد بررسی مجرد بودند. ۶۲٪ آنان غیر خوابگاهی و ۵۳/۲٪ نفر آن‌ها در رشته پرستاری تحصیل می‌کردند (جدول ۱).

جدول ۱: توزیع فراوانی ویژگی‌های دموگرافیک دانشجویان

ویژگی‌های دموگرافیک	آماره توصیفی	تعداد (درصد)
جنسیت	دختر	۱۹۰ (۷۶)
	پسر	۶۰ (۲۴)
وضعیت تأهل	مجرد	۱۶۴ (۶۵/۶)
	متاهل	۸۶ (۳۴/۴)
محل سکونت	خوابگاه	۹۵ (۳۸)
	غیر خوابگاه	۱۵۵ (۶۲)
رشته تحصیلی	پرستاری	۱۳۳ (۵۳/۲)
	مامایی	۱۱۷ (۴۶/۸)

میانگین نمره اعتیاد به اینترنت در دانشجویان

میانگین نمرات اضطراب، استرس و افسردگی به ترتیب برابر با  $۱۲/۵۴ \pm ۵/۴۶$ ،  $۲۳/۳۷ \pm ۶/۵۸$  و  $۱۷/۱۲ \pm ۶/۲۳$  بود (جدول ۲). ارتباط آماری معنی‌داری بین اعتیاد به اینترنت با اضطراب، استرس و افسردگی وجود داشت ( $P < ۰/۰۰۱$ ) (جدول ۳). همچنین طبق نتایج پژوهش، میانگین نمره شدت بی‌خوابی در دانشجویان برابر با  $۱۴/۵۶ (۴/۹۸)$  بود (جدول ۲) که ارتباط معنی‌داری بین آن و اعتیاد به اینترنت وجود داشت ( $P < ۰/۰۰۱$ ) یعنی دانشجویانی که وابستگی بیشتری به اینترنت داشتند، از شدت بی‌خوابی بیشتری نیز برخوردار بودند (جدول ۳).

(۳۳/۱۱/۳۱) بود (جدول ۲). همچنین طبق نتایج پژوهش ۶۹ درصد از دانشجویان عدم اعتیاد به اینترنت، ۲۴/۳ درصد نفر در معرض اعتیاد به اینترنت و ۶/۷ درصد اعتیاد به اینترنت داشتند.

جدول ۲: میانگین نمرات اعتیاد به اینترنت، اضطراب، افسردگی، استرس و

بی‌خوابی

ابعد مورد بررسی	آماره توصیفی	انحراف معیار $\pm$ میانگین
اعتیاد به اینترنت	۳۱/۱۴	$\pm ۱۱/۳۳$
اضطراب	۱۲/۵۴	$\pm ۵/۴۶$
افسردگی	۱۷/۱۲	$\pm ۶/۲۳$
استرس	۲۳/۳۷	$\pm ۶/۵۸$
بی‌خوابی	۱۴/۵۶	$\pm ۴/۹۸$

جدول ۳: ارتباط بین اعتیاد به اینترنت با اضطراب، استرس، افسردگی و بی‌خوابی

P-value	اعتیاد به اینترنت (میانگین $\pm$ انحراف معیار)	در معرض اعتیاد به اینترنت (میانگین $\pm$ انحراف معیار)	عدم اعتیاد به اینترنت (میانگین $\pm$ انحراف معیار)	سطح اعتیاد به اینترنت
$< ۰/۰۰۱$	$۲۲/۳۴ \pm ۶/۹۳$	$۱۶/۱۴ \pm ۷/۱۷$	$۱۱/۱۵ \pm ۵/۷۷$	اضطراب
$< ۰/۰۰۱$	$۲۹ \pm ۶/۸۴$	$۱۹/۱۵ \pm ۷/۱۱$	$۱۴/۱۰ \pm ۶/۷۳$	استرس
$< ۰/۰۰۱$	$۲۴/۱۲ \pm ۵/۹۸$	$۱۶/۴۵ \pm ۵/۷۶$	$۱۲/۴۶ \pm ۶/۲۵$	افسردگی
$< ۰/۰۰۱$	$۲۳/۶۸ \pm ۳/۴۸$	$۱۵/۸۹ \pm ۳/۹۰$	$۸/۹۹ \pm ۳/۶۵$	بی‌خوابی

چنین انجام شد، میزان اعتیاد به اینترنت را ۰/۶ درصد نشان داد (۲۳) که با نتایج مطالعه حاضر همخوانی نداشت و این ممکن است به این دلیل باشد که جامعه آماری مطالعه فوق با مطالعه حاضر متفاوت می‌باشد و دانش‌آموزان محدودیت بیشتری در استفاده از اینترنت دارند.

یافته‌ها نشان داد که ارتباط معنی‌داری بین افسردگی در دانشجویان و اعتیاد به اینترنت وجود دارد که با نتایج سایر مطالعات مشابه همخوانی داشت (۲۴، ۲۵). همچنین طبق نتایج برخی از پژوهش‌ها کسانی که اعتیاد به اینترنت دارند ارتباطات اجتماعی ضعیف‌تری

## بحث و نتیجه‌گیری

مطالعه حاضر باهدف تعیین وضعیت اعتیاد به اینترنت و ارتباط آن با اضطراب، استرس، افسردگی و بی‌خوابی در دانشجویان پرستاری و مامایی دانشگاه آزاد اسلامی واحد بجنورد انجام شد.

نتایج مطالعه نشان داد که ۶/۷ درصد از دانشجویان اعتیاد به اینترنت داشتند که با نتایج بحری و همکاران مشابه بود (۲۱). همچنین طبق آمار موجود در مورد شیوع اعتیاد به اینترنت، ۵ تا ۱۰ درصد از کاربران اینترنت، اعتیاد به اینترنت دارند (۲۲). نتایج مطالعه Xie و همکاران که بر روی دانش‌آموزان در کشور

بی‌خوابی دارند و وقت بیشتری را در اینترنت و شبکه‌های اجتماعی بگذرانند.

با توجه به نتایج مطالعه که نشان داد اعتیاد به اینترنت بر ابعاد سلامتی دانشجویان تأثیر منفی می‌گذارد، باید برنامه‌ریزی‌های لازم در جهت فرهنگ‌سازی استفاده درست و مناسب از اینترنت و همچنین آگاه‌سازی دانشجویان در مورد عوارض اعتیاد به اینترنت انجام شود.

### پیشنهادها

با توجه به تأثیر اعتیاد به اینترنت بر سلامت دانشجویان، باید برنامه‌ریزی‌های لازم در جهت نظارت و کنترل بر روی استفاده دانشجویان از اینترنت و همچنین آموزش‌های لازم در مورد استفاده صحیح از اینترنت به آن‌ها انجام شود.

### سپاسگزاری

از تمام دانشجویانی که ما را در اجرای این پژوهش یاری کردند تشکر و قدردانی می‌شود.

### تعارض منافع

بدین وسیله نویسندگان تصریح می‌نمایند که هیچ‌گونه تعارض منافی در خصوص پژوهش حاضر وجود ندارد.

### References

1. Shek DT, Tang VM, Lo CY. Internet addiction in Chinese adolescents in Hong Kong: assessment, profiles, and psychosocial correlates. *Scientific World Journal*. 2008;8:776-87.
2. Soltani M, Fooladvand K, Fathi-Ashtiani A. Relationship between identity and sensation-seeking with internet addiction. *J Behav Sci* 2010; 4(3):191-7. Persian

دارند که در طولانی مدت ممکن است باعث به خطر افتادن سلامت روان و افسردگی در آن‌ها شود (۶،۲۴).

در مطالعه حاضر بین اعتیاد به اینترنت و استرس نیز ارتباط معنی‌داری وجود داشت و میانگین نمرات استرس دانشجویان معتاد به اینترنت به طور معنی‌داری از سایر دانشجویان بیشتر بود که با نتایج مطالعات Cheung و همکاران (۲۶) و جعفری و فاتحی‌زاده (۲۷) همخوانی داشت. افراد معتاد به اینترنت به دلیل وابستگی و تغییر ایجاد شده در سبک زندگی آن‌ها مستعد اختلال روانی هستند و در صورتی که به اینترنت دسترسی نداشته باشند دچار استرس خواهند شد (۱۳).

همچنین طبق نتایج این مطالعه، بین اعتیاد به اینترنت و اضطراب نیز ارتباط معنی‌داری وجود داشت. نتایج مطالعات متعدد نشان داد که افراد معتاد به اینترنت، اضطراب بیشتری دارند و جهت کاهش میزان اضطراب خود به اینترنت روی می‌آورند (۱۳،۲۳،۲۸).

همچنین یافته‌های پژوهش نشان داد که ارتباط معنی‌داری بین اعتیاد به اینترنت و بی‌خوابی وجود دارد که با نتایج مطالعات دیگر مشابه بود (۱۳،۱۶). مشکلات خواب ممکن است یکی از عوارض و پیامدهای اعتیاد به اینترنت باشد؛ اما نتیجه عکس نیز ممکن است درست باشد و افرادی که مشکل

3. Hosseini Beheshtiyani SM. comparison of internet addiction between girl and boy student of Universities of Tehran. *Pazhuheshnameh-Ye Zanan, Women's Studies* 2012; 2(4): 23-42. Persian
4. Zhou Z, Li C, Zhu H. An error-related negativity potential investigation of response monitoring function in individuals with internet addiction disorder. *Front Behav Neurosci* 2013;7:131.

5. Gonzalez NA. Internet addiction disorder and it's relation to impulse control. [dissertation] USA: Texas University; 2008.
6. Shahbazirad A, Mirderikvand F. The relationship of internet addiction with depression, mental health and demographic characteristic in the students of Kermanshah University of Medical Sciences. *J Ilam Univ Med Sci* 2013;22(4):1-8. Persian
7. Shayegh S, Azad H, Bahrami H. On the relationship between internet addiction and personality traits in adolescents in Tehran. *The Quarterly Journal of Fundamentals of Mental Health* 2009; 11(2): 149-58. Persian
8. Mohamadbeigi A, Ghazavi A, Mohammad salehi N, Ghamari F, Saeidi A. Effect of internet addiction on educational status of Arak University of medical sciences students, spring 2009. *J Arak Univ Med Sci* 2010; 12(4): 95-102. Persian
9. Xu J, Shen LX, Yan CH, Hu H, Yang F, Wang L, et al. Personal characteristics related to the risk of adolescent internet addiction: a survey in Shanghai, China. *BMC Public Health* 2012;12:1106.
10. Ghafari M. The effect of training emotional self-awareness and impulse control in reducing social isolation and compulsive use of the Internet and its users. *J Allameh Tabataba'i Uni* 2006;9:312-7. Persian
11. Tahen K, Hakhoe C, Ryue EJ, Choi KS, Seo JS, Nam BW. Internet use, depression & suicidal ideation. *Cyber Psychol Behav* 2004;34:222-5.
12. Alavi S, Maracy M, Jannatifard F, Eslami M, Haghghi M. A Survey of Relationship between Psychiatric Symptoms and Internet Addiction in Students of Isfahan Universities. *Sci J Hamadan Univ Med Sci* 2010; 17 (2):57-65. Persian
13. Nastizai N. The Relationship between general health and internet addiction. *Zahedan J Res Med Sci* 2009; 11(1): 57-63. Persian.
14. Cao F, Su L, Liu T, Gao X. The relationship between impulsivity and Internet addiction in a sample of Chinese adolescents. *Eur Psychiatry* 2007;22(7):466-71.
15. Rabiei L, Eslami AA, Masoudi R, Salahshoori A. Assessing the Effectiveness of Assertiveness Program on Depression, Anxiety and Stress among High School Students. *Health Syst Res* 2012; 8(5): 844-56. Persian
16. Ko CH, Yen JY, Yen CF, Chen CS, Chen CC. The association between Internet addiction and psychiatric disorder: a review of the literature. *Eur Psychiatry* 2012;27(1):1-8.
17. Hashemian A, Direkvand-Moghadam A, Delpisheh A, Direkand-Moghadam A. Prevalence of internet addiction among university students in Ilam: a cross-sectional study. *Int J Epidemiol Res* 2014;1(1):9-15.
18. Mohagheghi A, Alizadeh M, Shahriari F, Jabbari S. Validity, Reliability and Psychometric Evaluation of Persian Version of Young Internet Addiction Questionnaire For Tabriz University and Tabriz University of Medical Sciences Students *Res Dev Med Educ* 2015;4(2):153-157.
19. Asad Zandi M, Sayari R, Ebadi A, Sanainasab H. Abundance of depression, anxiety and stress in militant Nurses. *J Mil Med* 2011;13(2):103-8. Persian
20. Esmaeili M, Basiri N, Shakibae F. The effect of Cognitive Behavioral Therapy focused in Insomnia (CBTFI) on improving sleep quality and insomnia severity in patients with primary insomnia disorder. *J Res Behave Sci* 2015;13(3):409-19. Persian
21. Bahri N, SadeghMoghadam L, Khodadost L, Mohammadzade J, Banafsheh E. Internet addiction status and its relation with students' general health at Gonabad Medical University. *Mod Care J* 2011; 8(3):166-73.
22. Alavi SS, Eslami M, Meracy MR, Najafi M, Jannatifard F, Rezapour H. Psychometric properties of Young internet addiction test. *J Behav Sci* 2010; 4(3): 183-89. Persian
23. Xie YB, Zhou P, Xu LP, Peng ZW. Prevalence of internet addiction and the related factors in middle school students in Guangzhou. *Nan Fang Yi Ke Da Xue Xue Bao* 2010;30(8):1801-4. Chinese
24. Cheung LM, Wong WS. The effects of insomnia and internet addiction on depression in Hong Kong Chinese adolescents: an exploratory cross-sectional analysis. *J Sleep Res* 2011;20(2):311-7.
25. Asgari P, Marashyan F. The relationship between personality traits and anxiety of Internet computer addiction among students Islamic Azad University of Ahvaz. *Quarterly Journal of Social Psychology (New Findings In Psychology)* 2008;2(7):23-35. Persian
26. Cheung T, Wong SY, Wong KY, Law LY, Ng K, Tong MT, et al. Depression, Anxiety and Symptoms of Stress among Baccalaureate Nursing Students in Hong Kong: A Cross-Sectional Study. *Int J Environ Res Public Health* 2016;13(8).
27. Jafari N, Fatehizadeh M. Investigation of the relationship between internet addiction and depression, anxiety, stress and social phobia among students in Isfahan University. *Sci J Kurdistan Univ Med Sci* 2012;17(4):1-9. Persian
28. Xiuqin H, Huimin Z, Mengchen L, Jinan W, Ying Z, Ran T. Mental health, personality, and parental rearing styles of adolescents with Internet addiction disorder. *Cyberpsychol Behav Soc Netw* 2010;13(4):401-6.

## Internet Addiction and its Relationship with Anxiety, Stress, Depression and Insomnia in Nursing and Midwifery Students

Noori Reza<sup>1</sup>, Sadeghyan Naeimeh<sup>2\*</sup>

• Received: 24. 01. 2017

• Revised: 04. 05. 2017

• Accepted: 05. 05. 2017



### Abstract

**Background & Objectives:** Internet addiction is one of the problems associated with the advancement of technology that affects people's mental health. The aim of this study was to investigate the relationship between addiction to the Internet and insomnia, anxiety, depression and stress in nursing and midwifery students of Bojnourd Islamic Azad University in 2017.

**Methods:** This descriptive-analytical study was conducted on 250 nursing and midwifery students of Bojnourd Islamic Azad University selected through stratified random sampling. Data collection was done using demographic information, Young's Internet addiction, Insomnia (ISI), and Depression, Anxiety and Stress Questionnaire (DASS21). Data were analyzed using statistical test of one-way ANOVA and through SPSS-16 software.

**Results:** In whole, 76% of students were female and 53.2% were nursing students. Mean score of Internet addiction was 31.14 and 6.7% of students had Internet addiction. Also, mean scores of anxiety, stress, depression and insomnia were respectively 12.54, 23.37, 17.12 and 14.56. Addiction to the Internet showed a significant relationship with anxiety, stress, depression and insomnia ( $P < 0.001$ ).

**Conclusion:** Because of the obtained prevalence rate for Internet addiction among students, and its significant relationship with depression, anxiety, stress and insomnia in them, adequate planning for preventing this health problem is highly recommended.

**Keywords:** Internet addiction, Depression, Insomnia, Anxiety, Stress

• **Citation:** Noori R, Sadeghyan N. Internet Addiction and its Relationship with Anxiety, Stress, Depression and Insomnia in Nursing and Midwifery Students. *Journal of Health Based Research* 2017; 3(1): 51-57.

1. MSc, Department of Nursing, Islamic Azad University, Bojnourd Branch, Bojnourd, Iran.

2. BSc student, Department of Midwifery, Islamic Azad University, Bojnourd Branch, Bojnourd, Iran.

\***Correspondence:** Bojnourd Branch, Islamic Azad University, Bojnourd, Iran

**Tel:** 05832296985

**Email:** naeim.sadegh75@gmail.com