

Relationship between Internet Addiction and Attitudes and Practical Commitment to Prayer in Students: A Cross-sectional Study

ARTICLE INFO

Article Type
Analytical Review

Authors

Azadeh Safa¹,
Mohammad Aghajani^{2*}

How to cite this article

Azadeh Safa, Mohammad Aghajani, Relationship between Internet Addiction and Attitudes and Practical Commitment to Prayer in Students: A Cross-sectional Study, Journal of Islamic Life Style Centered on Health. 2020;4(4):9-15.

1. Master of Nursing, Department of Internal Surgery, Trauma Nursing Research Center, Kashan University of Medical Sciences, Kashan, Iran.
2. Master of Psychiatric Nursing, Department of Psychiatric Nursing, Infectious Diseases Research Center, Kashan University of Medical Sciences, Kashan, Iran. (Corresponding Author)

* Correspondence:

Address:
Phone:
Email: aghajani_m@kaums.ac.ir

Article History

Received: 2020/08/19
Accepted: 2020/10/7
ePublished: 2021/01/30

ABSTRACT

Purpose: The aim of this study was to investigate the relationship between Internet addiction and students' attitudes and practical commitment to prayer.

Materials and Methods: This cross-sectional study was performed on students of Kashan University of Medical Sciences in 1398 that were selected by random sampling. Data collection tools included three questionnaires of personal-social information, Young Internet addiction and measuring the attitude and practical commitment to the prayers. Data were analyzed using SPSS v.16 using t-test and ANOVA, Pearson correlation coefficient and linear regression.

Findings: The average age of students was 21 years, 67% of whom were women and 86% of whom were single. The average time spent using the Internet and cyberspace among students was 5 hours per day. Among the communication softwares, Telegram and Instagram were the most used. Overall, 60% of students were severely addicted to the Internet, and the majority of participants had a high practical commitment to prayer. An indirect and significant relationship was found between Internet addiction and attitudes and practical commitment scores ($p = 0.01$).

Conclusion: Due to the high rate of Internet addiction among students and its inverse relationship with commitment to prayer, more attention should be paid to administrators, university professors and cultural-educational planners in the field of lifestyle changes with the conditions of the day, cyberspace use management, It is essential to be aware of the negative consequences of Internet addiction and to create a space for students to commit to religious programs.

Keywords: Internet Addiction, Student, Cyberspace, Prayer.

بررسی ارتباط اعتیاد به اینترنت با نگرش و التزام

عملی نسبت به نماز در دانشجویان: یک مطالعه

مقطعی

آزاده صفا^۱

کارشناس ارشد پرستاری، گروه داخلی جراحی، مرکز تحقیقات پرستاری تروما، دانشگاه علوم پزشکی کاشان، کاشان، ایران.

محمد آقاجانی^{۲*}

کارشناس ارشد روان پرستاری، گروه روان-پرستاری، مرکز تحقیقات بیماری‌های عفونی، دانشگاه علوم پزشکی کاشان، کاشان، ایران (نویسنده مسؤل).

چکیده

هدف: این مطالعه با هدف بررسی ارتباط اعتیاد به اینترنت با نگرش و التزام عملی نسبت به نماز در دانشجویان انجام شد.

مواد و روش‌ها: این مطالعه به روش مقطعی بر روی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی کاشان در سال ۱۳۹۸ که به روش نمونه‌گیری تصادفی انتخاب شده بودند، انجام شد. ابزار جمع‌آوری اطلاعات شامل سه پرسش‌نامه اطلاعات فردی-اجتماعی، اعتیاد به اینترنت یانگ و سنجش نگرش و التزام عملی نسبت به نمازهای واجب بود. داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار SPSS ویرایش ۱۶ و با استفاده از آزمون‌های تی تست و آنووا، ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون خطی بررسی شدند.

یافته‌ها: میانگین سنی دانشجویان، ۲۱ سال بود که ۶۷ درصد آن‌ها را زن و ۸۶ درصد آن‌ها مجرد بودند. متوسط زمان استفاده از اینترنت و فضای مجازی در دانشجویان ۵ ساعت در روز بود. از بین نرم‌افزارهای ارتباطی شبکه‌های اجتماعی بیشترین میزان استفاده به تلگرام و اینستاگرام اختصاص داشت. در مجموع، ۶۰ درصد دانشجویان اعتیاد شدید به اینترنت داشتند و اکثریت شرکت‌کنندگان از التزام عملی بالایی به نماز برخوردار بودند. ارتباط معکوس و معناداری بین اعتیاد به اینترنت و نمره نگرش و التزام عملی مشاهده شد ($p=0/01$).

نتیجه‌گیری: با توجه به میزان بالای اعتیاد به اینترنت در دانشجویان و ارتباط معکوس آن با التزام به نماز توجه بیشتر مدیران، اساتید دانشگاه‌ها و برنامه‌ریزان فرهنگی-آموزشی در زمینه تغییرات سبک زندگی با شرایط روز، مدیریت استفاده از فضای مجازی، آشنایی با پیامدهای منفی اعتیاد به اینترنت و ایجاد فضایی برای التزام عملی دانشجویان به برنامه‌های دینی ضروری است.

کلید واژه‌ها: اعتیاد به اینترنت، دانشجوی، فضای مجازی، نماز.

تاریخ دریافت: ۱۳۹۹/۰۵/۲۹

تاریخ پذیرش: ۱۳۹۹/۰۷/۱۶

* نویسنده مسؤل: aghajani_m@kaums.ac.ir

مقدمه

امروزه با پیشرفت تکنولوژی و استفاده فراگیر از اینترنت، به‌عنوان یک منبع مهم اطلاعات، خبر و سرگرمی تغییرات به‌سزایی در زندگی انسان‌ها به‌وجود آمده است. در سال ۲۰۱۲، در حدود ۸۰ درصد از آمریکایی‌ها از اینترنت استفاده می‌کردند و ۶۵ درصد از بزرگسالان به‌طور برخط از شبکه اجتماعی استفاده می‌کردند که این میزان نسبت به قبل افزایش چشم‌گیری داشته است (۱). استفاده از اینترنت امروزه در نسل جدید (کودکان و نوجوانان) نیز شیوع چشم‌گیری داشته است، به‌طوری‌که استفاده از رسانه‌های اجتماعی تبدیل به بخشی جدایی‌ناپذیر از زندگی نوجوانان شده است. گوشی‌های هوشمند در حال حاضر عامل اصلی استفاده از اینترنت نوجوانان هستند. در مطالعه‌ای حدود ۹۰ درصد نوجوانان ارتباط با اینترنت را گزارش کردند که از این تعداد ۲۴ درصد به‌طور مداوم آنلاین بوده و ۵۶ درصد چند بار در روز به اینترنت متصل می‌شوند (۲). این موضوع چه در بزرگسالان و چه در نوجوانان می‌تواند اثرات مثبت و منفی را به همراه داشته باشد. به‌طور مثال به علت سهولت استفاده و در دسترس بودن اطلاعات، تعامل با مسایل مرتبط با سلامت مبتنی بر اینترنت بر روی خودکارآمدی و سایر عوامل مؤثر در نتایج سلامت تأثیر مثبتی را داشته است (۱، ۳-۵)، از اثرات منفی آن، به ویژه در جوانان و نوجوانان مشکلات سوء استفاده‌های مالی و جنسی با پیامدهای بهداشتی و قانونی از قبیل شکست‌های علمی، مشکلات خواب، رفتارهای پرخطر، تنهایی و مشکلات خانوادگی قرار داده است (۲).

اعتیاد به اینترنت نوعی اختلال روان‌شناختی-اجتماعی است که با علائمی همچون اختلالات عاطفی، اضطراب، افسردگی، پرخاشگری و از هم‌گسیختگی روابط اجتماعی همراه است. بررسی‌ها در ایالات متحده و اروپا نشان می‌دهد میزان شیوع هشداردهنده اعتیاد به اینترنت بین ۱/۵ تا ۸/۲ درصد است (۴). مطالعات نشان داده است که میزان اعتیاد به اینترنت در بین دانشجویان حرفه‌های پزشکی بیش از سایر دانشجویان است، به‌طوری‌که شیوع اعتیاد به اینترنت ۱۰/۸ درصد در دانشجویان پزشکی در مقابل ۲۲/۸ درصد در کاربران عمومی اینترنت گزارش شده است (۷، ۸). نتایج مطالعه مقطعی در ایران بر روی دانشجویان علوم پزشکی سراسر کشور نشان داد که حدود ۶۰ درصد این دانشجویان از اعتیاد به اینترنت خفیف رنج می‌برند (۷). با توجه به نقش و پیامدهای خاص استفاده از اینترنت و نیز تغییر در سبک زندگی به‌ویژه در نسل نوجوان و جوان کشور، بررسی میزان و چگونگی استفاده از اینترنت در این گروه ضروری است. مطالعات نشان داده است اعتیاد به اینترنت بر روی ابعاد مختلف زندگی فرد تأثیرگذار است. نتایج مطالعه‌ای در ایران بر روی دانشجویان متأهل نشان داد که استفاده خارج از میزان به‌نجار از اینترنت، روی رضایت زناشویی دانشجویان، تأثیر منفی داشته و سبب دل‌زدگی زناشویی می‌شود (۹). مطالعه‌ای دیگر نشان داد که بین اعتیاد به اینترنت در دانشجویان و سبک زندگی ناسالم ارتباط معناداری وجود دارد، به‌طوری‌که دانشجویان با اعتیاد به اینترنت از نظر رشد روحی، مدیریت استرس و روابط بین فردی نمره پایین‌تری را کسب کرده بودند (۱۰). همچنین، میزان افسردگی و خودکشی در این گروه بیشتر است (۱۱). در بعد معنوی-مذهبی مطالعات نشان داد که اعتیاد به اینترنت، نگرش و فاکتورهای مذهبی دانشجویان را تحت تأثیر قرار می‌دهد (۱۲، ۱۳). نگرش مذهبی عبارت است از: اعتقادات منسجم و یکپارچه توحیدی که خداوند محور امر بوده و ارزش‌ها، اخلاقیات، آداب و رسوم رفتارهای انسانی را با یک‌دیگر و با طبیعت خویش تنظیم می‌کند. نماز از جمله راه‌های ذکر خدا و بهترین راه برای ارتباط با منشاء هستی است که در مذهب ما اهمیت ویژه‌ای دارد. مطالعات گویای اهمیت نقش نماز بر سلامت روان، کاهش اضطراب، تمرکز حواس و ایجاد آرامش باطنی است که می‌تواند سبب افزایش سلامتی در انسان شود

(۱۵،۱۴). نگرش به نماز می‌تواند ما را در شناخت رفتار افراد کمک کند (۱۳).

در بررسی متون، مطالعات در رابطه با ارتباط اعتیاد به اینترنت و مقوله نماز محدود است. از آنجا که اثرات اینترنت در بین قشر جوان و نوجوان به ویژه دانشجویان حائز اهمیت است، این مطالعه با هدف بررسی ارتباط اعتیاد به اینترنت با نگرش و التزام عملی نسبت به نماز در دانشجویان انجام شد.

مواد و روش‌ها

مطالعه حاضر به روش توصیفی-تحلیلی از نوع مقطعی بوده و به منظور تعیین ارتباط اعتیاد به اینترنت با نگرش و التزام عملی نسبت به نماز در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی کاشان در سال ۱۳۹۸ انجام گرفت. حجم نمونه با توجه به مطالعه جعفری و همکاران (۱۶) که شیوع اعتیاد به اینترنت را ۱۰ درصد گزارش کرده بودند، با احتمال خطای نوع اول $\alpha=0.05$ و با احتساب $p=0.05$ و $d=0.05$ برابر ۳۸۴ نفر برآورد گردید، لذا برای افزایش قدرت مطالعه حجم نمونه ۵۰۰ نفر در نظر گرفته شد. معیارهای ورود به مطالعه: اشتغال به تحصیل در دانشگاه، دانشجوی میهمان یا انتقالی نباشد، رضایت برای شرکت در مطالعه، نداشتن اختلال شناخته شده جسمی-روانی بر اساس خود گزارش-دهی و معیار خروج تکمیل ناقص پرسش‌نامه بود.

نمونه‌گیری به صورت طبقه‌ای تصادفی بود، به طوری که دانشکده-های پزشکی، پرستاری-مامایی، دندان‌پزشکی، بهداشت و پیراپزشکی طبقات مطالعه را تشکیل می‌دادند. پس از اخذ مجوز از کمیته اخلاق، با هماهنگی با آموزش کل دانشگاه، لیست کلیه دانشجویان دریافت و بر اساس تعداد دانشجویان هر دانشکده و نسبت تعیین شده برحسب حجم نمونه، با استفاده از جدول اعداد تصادفی نمونه‌ها مشخص شد. سپس محقق (نویسنده اول) با هماهنگی اداره آموزش دانشکده‌ها، در ساعات فراغت دانشجویان، هدف مطالعه را برای دانشجویان توضیح داده و پس از کسب رضایت آگاهانه، پرسش‌نامه‌ها را به آن‌ها تحویل می‌داد تا به صورت خود گزارش‌دهی تکمیل کنند. مدت زمان تکمیل هر پرسش‌نامه به‌طور متوسط ۱۵ دقیقه بود. برای صداقت در پر کردن پرسش‌نامه به دانشجویان در مورد محرمانه ماندن اطلاعات فردی اطمینان داده می‌شد. دانشجویان پس از تکمیل، پرسش‌نامه‌ها را در صندوقی که در دانشکده به این منظور تعبیه شده بود، قرار می‌دادند.

ابزار جمع‌آوری اطلاعات

۱. پرسش‌نامه اطلاعات فردی-اجتماعی شامل: سن، جنس، ترم تحصیلی، وضعیت تأهل و معدل دانشجو، میزان استفاده از اینترنت در طول روز، میزان استفاده از موبایل و فضای مجازی در طول روز، میانگین زمان استفاده از سایت‌های علمی، رایانامه، استفاده تفریحی (فیلم و موسیقی)، سایت‌های خبری، چت کردن، و میانگین استفاده از شبکه‌های اجتماعی مورد استفاده دانشجویان در طول روز.

۲. پرسش‌نامه اعتیاد به اینترنت یانگ که توسط کیمبرلی یانگ (۱۹۹۶) طراحی شد. این پرسش‌نامه دارای ۲۰ سؤال بود و با استفاده از مقیاس پنج نقطه‌ای لیکرت (بندرت=۱، گاهی اوقات=۲، اغلب=۳، بیشتر اوقات=۴ و همیشه=۵) مورد ارزیابی قرار می‌گیرد. حداقل و حداکثر نمره کسب شده از مقیاس ۲۰ و ۱۰۰ است. بر اساس نمره کسب شده از این مقیاس افراد در سه گروه کاربر طبیعی یا عدم اعتیاد به اینترنت (نمرات بین ۲۰ تا ۴۹)، اعتیاد به اینترنت خفیف (نمرات بین ۵۰ تا ۷۹) و اعتیاد به اینترنت شدید (نمرات بین ۸۰ تا ۱۰۰) طبقه‌بندی می‌شوند. این پرسش‌نامه استاندارد است و نسخه فارسی این مقیاس قبلاً در ایران نیز مورد استفاده قرار گرفته و روایی و پایایی آن در مطالعات قبلی با آلفای کرونباخ ۰/۹ گزارش شده است (۱۲).

۳. مقیاس سنجش نگرش و التزام عملی نسبت به نمازهای واجب توسط انیسی و همکاران (۱۳۸۹) به منظور سنجش نگرش و التزام عملی نسبت به نمازهای واجب ساخته شده است. در مجموع مقیاس نگرش و التزام عملی به نماز از ۵۰ سؤال تشکیل شده که پاسخ‌های آن به شیوه‌ی لیکرت و به صورت ۵ گزینه‌ای از «هیچ وقت» تا «همیشه» و «کاملاً مخالفم» تا «کاملاً موافقم» تهیه شده است. برای گزینه «هیچ وقت» یا «کاملاً مخالفم» نمره صفر، برای گزینه «خیلی کم» یا «مخالفم» نمره ۱، برای گزینه «گاهی» یا «تاحدی موافقم» نمره ۲، برای گزینه «اغلب» یا «موافقم» نمره ۳ و برای گزینه «همیشه» یا «کاملاً موافقم» نمره ۴ در نظر گرفته می‌شود. دامنه نمرات از ۰ تا ۲۰۰ متغیر است و نمرات بالاتر حاکی از اهمیت بیشتر به نماز است. کسب نمره بین ۰ تا ۵۰ نشانگر التزام عملی پایین، نمره بین ۵۰ تا ۱۰۰ التزام عملی متوسط و نمره بالاتر از ۱۰۰ التزام عملی بالا نسبت به نمازهای واجب را نشان می‌دهد. این پرسش‌نامه دارای ۴ خرده‌مقیاس است که شامل اثربخشی نماز در زندگی فردی و اجتماعی (۱۴ سؤال)، توجه و عمل به مستحبات (۱۲ سؤال)، التزام و اهتمام جدی برای انجام نماز (۱۲ سؤال)، مراقبت و حضور قلب در نماز (۱۰ سؤال) می‌باشد. ضریب پایایی پرسش‌نامه از نظر همسانی درونی ۰/۹۲ است (۱۷).

ملاحظات اخلاقی

پژوهشگر پس از اخذ مجوز از دانشگاه علوم پزشکی کاشان و کمیته اخلاق با شناسه (IR.KAUMS.REC.1398.006)، در جمع دانشجویان حضور یافته و هدف کلی از مطالعه را توضیح داد. بعد از کسب رضایت آگاهانه از آنها پرسش‌نامه‌ها به دانشجویان تحویل داده شد تا به صورت خودارزیابی تکمیل کنند. به تمام دانشجویان در مورد محرمانه ماندن اطلاعات فردی و در اختیار گذاشتن نتایج مطالعه در پایان اطمینان داده شد.

تجزیه و تحلیل داده‌ها

پس از جمع‌آوری داده‌ها ابتدا اطلاعات وارد نرم‌افزار SPSS ویرایش ۱۳ شده و برای تجزیه و تحلیل از شاخص‌های مرکزی و پراکندگی استفاده شد. توزیع نرمال داده‌ها با استفاده از آزمون کلموگروف اسمیرنوف بررسی شد. برای بررسی ارتباط بین نمره اعتیاد به اینترنت و نمره نگرش و التزام عملی نسبت به نماز از ضریب همبستگی پیرسون استفاده شد. برای بررسی ارتباط بین متغیرهای اعتیاد به اینترنت و نمره نگرش و التزام عملی نسبت به نماز با متغیرهای زمینه‌ای از تی تست و آنووا استفاده شد. از رگرسیون خطی نیز برای ارتباط بین اعتیاد به اینترنت با متغیرهای مختلف استفاده شد. سطح معناداری $p < 0.05$ در نظر گرفته شد.

یافته‌ها

در مجموع ۴۹۳ دانشجو در مطالعه ما شرکت کردند و ۷ شرکت-کننده به دلیل تکمیل ناقص پرسش‌نامه از مطالعه خارج شدند. میانگین سنی دانشجویان شرکت‌کننده در مطالعه در حدود ۲۱ سال بود که ۶۷ درصد آنها زن و ۸۶ درصد آنها مجرد بودند. تقریباً متوسط زمان استفاده از اینترنت و فضای مجازی در دانشجویان ۵ ساعت در طول روز بود. متوسط زمان استفاده از سایت‌های علمی $1/75 \pm 2/60$ ، ایمیل $1/95 \pm 2/32$ ، استفاده تفریحی شامل فیلم و موسیقی $2/10 \pm 3/28$ ، سایت‌های خبری $1/72 \pm 2/35$ ، چت کردن $2/09 \pm 3/12$ ساعت در روز بود. از بین شبکه‌های اجتماعی مورد استفاده دانشجویان بیشترین میزان استفاده در طول روز به تلگرام و اینستاگرام اختصاص داشت (جدول شماره ۱).

جدول ۳. حیطه های نگرش و التزام عملی به نماز در دانشجویان	
حیطه های نگرش و التزام عملی به میانگین و انحراف معیار	حیطه های نگرش و التزام عملی به نماز
التزام و اهتمام جدی برای انجام نماز	۴۴/۵۳ ± ۱۱/۱۰
اثربخشی نماز در زندگی فردی و اجتماعی	۳۹/۲۶ ± ۱۱/۴۵
مراقبت و حضور قلب در نماز	۳۷/۸۵ ± ۱۰/۱۰
توجه و عمل به مستحبات	۳۶/۲۵ ± ۱۰/۵۹
نمره کل نگرش و التزام عملی به نماز	۱۵۷/۹۱ ± ۳۹/۰۵

ضریب همبستگی پیرسون ارتباط معکوس و معناداری را بین اعتیاد به اینترنت ($r = -0.65$)، چت کردن ($r = -0.24$)، استفاده از اینستاگرام ($r = -0.18$)، استفاده از واتس آپ ($r = -0.13$)، نمره نگرش و التزام عملی به نماز نشان داد.

رگرسیون خطی ارتباط معناداری را بین اعتیاد به اینترنت با سن، ترم تحصیلی، میانگین زمان استفاده از تلگرام، و مذهبی بودن از دیدگاه خود نشان نداد ($F = 3.98$)، اما این ارتباط با میانگین زمان استفاده از اینستاگرام ($p = 0.001$) و واتس آپ ($p = 0.01$) معنادار بود.

نتیجه گیری

نتایج مطالعه حاضر نشان داد که بین اعتیاد به اینترنت با نگرش و التزام عملی به نماز ارتباط معکوس و معناداری وجود دارد به طوری که اعتیاد به اینترنت در دانشجویان با نمرات بالاتر نگرش و التزام عملی به نماز، کمتر دیده شد. همسو با مطالعه حاضر در مطالعه رحمتی در سال ۲۰۱۷ نیز بین معنویت و اعتیاد به اینترنت رابطه معکوس و معناداری دیده شد (۱۸). در مطالعه حریری و همکاران نیز (۲۰۱۵)، اعتیاد به اینترنت در بین دانشجویان با نگرش مذهبی بالاتر، به طور معناداری بیشتر دیده شد (۱۲). در توجیه این یافته می توان گفت که التزام و پایبندی به نماز و داشتن نگرش مثبت به معنویت، مذهب و نمادهای آن، به زندگی معنا می بخشد و فرد با آرامش درونی و امید به نیروی برتر الهی به جای روابط مجازی بیشتر به روابط و زندگی حقیقی می پردازد و از افراط گرایی پرهیز می کند، چرا که اساس مذهب اعتدال در انجام کارهاست.

یافته ها نشان داد که نمره اعتیاد به اینترنت در دانشجویان، در حدود ۴۴ بود و حدود ۲۸ درصد دانشجویان اعتیاد خفیف و ۳۳ درصد اعتیاد شدید به اینترنت داشتند. متوسط زمان استفاده از اینترنت در دانشجویان در حدود ۴ ساعت و میزان استفاده از موبایل و فضای مجازی ۵ ساعت در طول روز بود که بیشتر برای تفریح، چت کردن، و دسترسی به سایت های علمی استفاده شده بود. از بین نرم افزارهای ارتباطی نیز، بیشترین میزان استفاده در طول روز به تلگرام و اینستاگرام اختصاص داشت. مطالعه ای در عربستان (۲۰۱۹)، نشان داد که ۱۲/۴ درصد دانشجویان اعتیاد به اینترنت داشتند و ۵۷/۹ درصد آنها در معرض خطر اعتیاد قرار داشتند (۱۹). مطالعه ای دیگر در مالزی (۲۰۱۷)، نشان داد که ۳۶/۹ درصد دانشجویان اعتیاد به اینترنت داشتند که بیشتر با هدف سرگرمی بوده است (۲۰). در مطالعه حدادوند و همکاران بر روی دانشجویان کرجی (۲۰۱۳)، نمره اعتیاد به اینترنت ۳۱ بوده و ۵/۲ درصد دانشجویان در معرض اعتیاد به اینترنت بودند. در این مطالعه بیشترین استفاده از اینترنت فعالیت های دانشگاهی و کسب اطلاعات علمی و کمتر موارد تفریحی مانند بازی و موسیقی بوده است (۲۱). در مطالعه ای دیگر در سال ۲۰۱۸، میانگین نمره دانش آموزان ۶۶ بوده و ۱۱ درصد دانش آموزان اعتیاد به اینترنت شدید داشتند. در این مطالعه میانگین استفاده از اینترنت در روز ۳ ساعت بوده که بیشتر برای بازی های اینترنتی و شبکه های مجازی استفاده

جدول ۱. مشخصات دموگرافیک دانشجویان	
متغیرهای کمی	میانگین و انحراف معیار
سن	۲۱/۰۱ ± ۲/۵۳
ترم تحصیلی	۴/۱۲ ± ۲/۰۱
متغیرهای کیفی	فراوانی و درصد
جنس	زن ۳۳۲ (۶۷/۳)
	مرد ۱۶۱ (۳۲/۷)
میانگین استفاده از نرم افزارهای ارتباطی مورد استفاده دانشجویان در طول روز	تلگرام ۳/۲۰ ± ۱/۷۵
	اینستاگرام ۲/۹۷ ± ۱/۸۴
	واتس آپ ۲/۱۱ ± ۱/۳۴
	توییتتر ۱/۸۴ ± ۱/۵۴
	فیس بوک ۱/۷۳ ± ۱/۳۸
وضعیت تاهل	مجرد ۴۲۶ (۸۶/۴)
	متاهل ۶۵ (۱۳/۲)
	مطلقه ۲ (۰/۴)
میزان مذهبی بودن از دیدگاه دانشجویان	کم ۱۴۴ (۲۹/۲)
	متوسط ۲۷۸ (۵۶/۴)
	زیاد ۷۱ (۱۴/۴)

یافته ها نشان داد که نمره کل اعتیاد به اینترنت دانشجویان 1.04 ± 44.33 بود و تقریباً ۶۰ درصد دانشجویان اعتیاد به اینترنت داشتند (جدول شماره ۲).

جدول ۲. سطوح اعتیاد به اینترنت در دانشجویان

سطوح اعتیاد به اینترنت	فراوانی	درصد
کاربر طبیعی	۱۹۱	۳۸/۷
اعتیاد خفیف به اینترنت	۱۴۰	۲۸/۴
اعتیاد شدید به اینترنت	۱۶۲	۳۲/۹

آزمون آماری کای اسکور ارتباط معناداری را بین اعتیاد به اینترنت با وضعیت تاهل نشان داد ($X^2 = 2.86$)، $p = 0.23$ ، به طوری که دانشجویان مجرد، نمره اعتیاد به اینترنت بالاتری را کسب کرده بودند. همچنین، آزمون آماری تی تست ارتباط معناداری را بین اعتیاد به اینترنت با جنس نشان داد ($t = 2.27$)، به طوری که دانشجویان مرد (44.86 ± 10.74) نمره اعتیاد به اینترنت بالاتری را نسبت به دانشجویان زن (10.21 ± 42.59) کسب کرده بودند.

در مجموع نمره کل نگرش و التزام عملی دانشجویان به نماز 157.91 ± 39.05 بود و اکثریت شرکت کنندگان، التزام عملی بالایی به نماز داشتند. در این مطالعه نگرش و التزام عملی به نماز در ۴ حیطه بررسی شد. بیشترین نمره به حیطه التزام و اهتمام جدی برای انجام نماز و کمترین نمره به حیطه توجه و عمل به مستحبات تعلق داشت (جدول شماره ۳).

دانشگاه‌ها، برنامه‌های فرهنگی و آموزشی را در زمینه تغییرات سبک زندگی، مدیریت استفاده از اینترنت و فضای مجازی برنامه‌ریزی و اجرا کنند. همچنین لازم است برنامه‌های فرهنگی در دانشگاه‌ها در جهت برقراری تعادل بین فعالیت‌ها، تحصیل، معنویت و فعالیت‌های تفریحی انجام شود تا بتوانیم جوانانی سالم و تحصیل کرده را در دانشگاه‌ها پرورش و به جامعه تحویل دهیم. تقدیر و تشکر: این مطالعه برگرفته از طرح تحقیقاتی به شماره ۹۷۱۷۵ از دانشگاه علوم پزشکی کاشان می‌باشد. محققان بدین وسیله از معاونت پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی کاشان و تمامی دانشجویانی که در این مطالعه همکاری داشتند، تقدیر و تشکر می‌کنند.

References

- Emery S, Aly EH, Vera L, Alexander RL. (2014). Tobacco Control in a Changing Media Landscape: How Tobacco Control Programs Use the Internet. *American journal of preventive medicine*; 46(3):293-296. doi:10.1016/j.amepre.2013.11.005.
- Sadhir M, Stockburger SJ, Omar HA. (2016). "Challenges of Internet and Social Media Use in Adolescents". *Pediatrics Faculty Publications*; 3(1):1-6. ISSN 2382-1019.
- Knapp L, Baum N. (2015). Hashtags and How to Use Them on Social Media. *J Med Pract Manage*; 31(2):131-3. PMID: 26665486.
- Logsdon MC, Mittelberg M, Myers J. (2015). Use of social media and internet to obtain health information by rural adolescent mothers. *Appl Nurs Res*; 28(1):55-6. doi: 10.1016/j.apnr.2014.04.006.
- Saberi P, Johnson MO. (2015). Correlation of Internet Use for Health Care Engagement Purposes and HIV Clinical Outcomes Among HIV-Positive Individuals Using Online Social Media. *J Health Commun*; 20(9):1026-32. doi: 10.1080/10810730.2015.1018617.
- Cash H, Rae CD, Steel AH, Winkler A. (2012). Internet Addiction: A Brief Summary of Research and Practice. *Current Psychiatry Reviews*; 8(4):292-298. Doi:10.2174/157340012803520513.
- Doosti Irani A, Bagheri Amiri F, Khajehkazemi R, Mostafavi E. (2017). Prevalence of Internet Addiction Among Students and Graduates of Epidemiology, Clinical Sciences, and Basic Sciences in Iran: A Cross-Sectional Study. *IRJE*; 13 (1):14-21.
- Upadhayay N, Guragain S. (2017). Internet use and its addiction level in medical students. *Advances in Medical*

می‌شده است (۲۲). در مطالعه صلیحی و همکاران ۱۸ درصد دانشجویان تهرانی اعتیاد به اینترنت داشتند و متوسط زمان استفاده از اینترنت ۲ ساعت در روز بود (۲۳). در مطالعه صالحی عمران و همکاران (۲۰۱۸) نیز بیشترین میزان استفاده از نرم‌افزارهای ارتباطی در نوجوانان تلگرام بود (۲۴). با توجه به آمارهای ذکر شده دانشجویان علوم پزشکی کاشان به میزان بالاتری دچار اعتیاد به اینترنت هستند و ساعات بیشتری را در روز به استفاده از اینترنت می‌پردازند. این یافته احتمالاً به این علت است که دانشجویان برای جستجو و استفاده از مطالب علمی نیازمند استفاده از اینترنت هستند. امروزه استفاده از گوشی‌های هوشمندی که انواع نرم‌افزارهای ارتباطی بر روی آن نصب شده است، در بین جوانان گسترش یافته است. در بسیاری از این نرم‌افزارها قابلیت تشکیل گروه‌های مختلف علمی و غیرعلمی وجود دارد که دانشجویان سعی می‌کنند در جهت رفع نیازهای خود از آنها استفاده کنند. اما استفاده طولانی‌مدت از اینترنت، می‌تواند پیامدهای منفی را به دنبال داشته باشد و سلامت جسمی و روانی فرد را به خطر بیندازد (۲۲، ۲۰). لذا پیشنهاد می‌شود که با برگزاری کارگاه‌ها و همایش‌هایی، مدیریت استفاده از اینترنت و آشنایی با پیامدهای منفی آن به دانشجویان آموزش داده شود.

در این مطالعه اعتیاد به اینترنت در دانشجویان مجرد به طور معناداری بیشتر از دانشجویان متأهل بود. همچنین، اعتیاد به اینترنت در دانشجویان مرد بیشتر از دانشجویان زن گزارش شد. همسو با این یافته، در مطالعه لشکرآرا و همکاران در دانشجویان تهرانی (۲۰۱۲) (۲۵)، در مطالعه ازترک (Ozturk) و همکاران در ترکیه (۲۰۱۳) (۲۶) نیز اعتیاد به اینترنت در پسران بیشتر گزارش شد، اما در مطالعه طاهار در عربستان (۲۰۱۹) اعتیاد به اینترنت در زنان بیشتر بود (۱۹). از طرفی، در برخی مطالعات اختلاف معناداری بین دو جنس دیده نشد (۲۳، ۲۷). همچنین، در مطالعه دیگری، بین اعتیاد به اینترنت با تأهل و جنس رابطه معناداری دیده نشد (۲۴). این یافته احتمالاً به این دلیل باشد که با توجه به اینکه مردان نسبت به زنان زمان بیشتری را در خارج منزل می‌گذرانند و با توجه به اینکه بسیاری از دانشجویان شرکت‌کننده در مطالعه مجرد و ساکن خوابگاه بودند، شاید به اینترنت برای جبران این خلأ پناه می‌بردند. لذا توصیه می‌شود دانشجویان مرد در اولویت رفتارهای پیش‌گیری اعتیاد به اینترنت قرار گیرند.

در این مطالعه، اکثر شرکت‌کنندگان، از نگرش و التزام عملی بالایی نسبت به نماز برخوردار بودند که بیشترین نمره به حیطه التزام و اهتمام جدی برای انجام نماز و کمترین نمره به توجه و عمل به مستحبات تعلق داشت. این یافته با نتایج مطالعه شیرزادی و همکاران (۲۰۲۰) (۲۸) و شهریاری‌پور و همکاران (۲۰۱۳) (۲۹) همسو بود. در مطالعه شیرزادی بالاترین نمره به اثربخشی نماز در زندگی فردی و اجتماعی و کمترین نمره به توجه و عمل به مستحبات تعلق داشت (۲۸). این یافته را می‌توان به مذهبی بودن شهر کاشان نسبت داد، به طوری که شرایط فرهنگی دانشگاه و تشکلهای مختلف دانشجویی، دانشجویان را به سوی نگرش مثبت و پایبندی به نماز که یکی از مظاهر دین ماست، هدایت می‌کند. در این مطالعه با وجود اینکه از یک ابزار معتبر استفاده شد، اما با توجه به فرهنگی بودن موضوع توصیه می‌شود که مطالعات بعدی در راستای ابزارسازی در زمینه اعتیاد به اینترنت و انجام مطالعات کیفی در حیطه نماز و نگرش به آن صورت گیرد. این مطالعه نشان داد که ارتباط معکوسی بین اعتیاد به اینترنت با نگرش و التزام عملی به نماز وجود دارد. در عصر حاضر با پیشرفت‌های تکنولوژی و افزایش استفاده از اینترنت، لزوم تغییر در سبک زندگی افراد احساس می‌شود. از طرفی، نگرش مثبت و پایبندی به نماز می‌تواند پیامدهای رفتاری مثبتی بر سلامت جسم و روح انسان‌ها داشته باشد، لذا توصیه می‌شود که مدیران و اساتید

- practical commitment to prayer. *Journal of Behavioral Sciences*; 4(4): 318-313.
18. Rahmati S. (2017). The Relationship between Psychological Capital and Spirituality with Internet Addiction among Students at Jondishapur University of Medical Sciences. *Med Ethics J*; 10(38): 7-17.
 19. Taha MH, Shehzad K, Alamro AS, Wadi M. (2019). Internet Use and Addiction Among Medical Students in Qassim University, Saudi Arabia. *Sultan Qaboos Univ Med J*; 19(2):e142-e147. Doi:10.18295/squmj.2019.19.02.010.
 20. Ching SM, Hamidin A, Vasudevan R, et al. (2017). Prevalence and factors associated with internet addiction among medical students – A cross-sectional study in Malaysia. *Med J Malaysia*; 72(1):7-11.
 21. Hadadvand M, Karimi L, Abbasi Validkandi Z, Ramezani P, Mehrabi H, Ahmadi H R et al. (2013). The Relationship between Internet Addiction and Sleep Disorders in Students. *JHC*; 15 (4):39-49.
 22. Sadati Baladehi M, Taghi Pour Javan A. (2018). The Relationship between Internet Addiction, Social Development and Health Behaviors of High School Students in Tehran. *Iran J Health Educ Health Promot*; 6 (3):222-30.
 23. Solhi M, Farhandi H, Armoon B. (2013). Internet addiction among B.Sc. students in Health Faculty, Tehran University of Medical Sciences. *RJMS*; 20 (106):40-47.
 24. Salehi Omran E, Abedini Baltork M, Azizi Shomami M, Keshavarz K. (2018). Relationship between Internet Addiction and Depression among Secondary School Students in Kordkuy, Iran, with an Emphasis on the Type of Virtual Network. *J Educ Community Health*; 5(1):13-18. DOI: 10.21859/jech.5.1.13.
 25. Lashgarara B, Taghavi Shahri SM, Maheri AB, Sadeghi R. (2012). Internet addiction and general health of dormitory students of Tehran University of Medical Sciences in 2010. *Journal of School of Public Health and Institute of Public Health Researches*; 10(1): 67-76.
 26. Ozturk FO, Ekinçi M, Ozturk O, Canan F. (2013). The relationship of affective temperament and emotional-behavioral *Education and Practice*; 8:641-647. doi:10.2147/AMEP.S142199.
 9. Rajaei M, Heidari H. (2017) Relationship between Internet Addiction and Marital Satisfaction and Disaffection in Married Students of Islamic Azad University, Khomeini Shahr Branch in 2015. *Community Health Journal*; 11(1): 69-77. doi: 10.22123/chj.2018.85346
 10. Maheri AB, Joveini H, Nabi Bahrami M, Sadeghi R. (2013). The study of the effects of internet addiction on healthy lifestyle in students living in the dormitories of Tehran University of Medical Sciences, 2012. *Razi Journal of Medical Sciences*; 20(114):10-19.
 11. Mohammadkhani P, Alkasir E, Pourshahbaz A, Jafarian Dehkordi F, Soleimani Sefat E. (2017). Internet Addiction in High School Students and Its Relationship With the Symptoms of Mental Disorders. *IRJ*; 15 (2):141-148.
 12. Hariri N, Babalhavaeji F, Agha Seyyed Javadi P. (2015). A survey on Relationship between Religious Attitudes and Internet Addiction among the youth, case study: The Students of Human Sciences, *Kharazmi University*; 9(23): 157-178.
 13. Nadeem M, Buzdar MA, Shakir M, Naseer S. (2018). The Association between Muslim Religiosity and Internet Addiction Among Young Adult College Students. *J Relig Health*. doi: 10.1007/s10943-018-0697-9.
 14. Izadi M, Jamei Nadushan F. (2016). The Role of Adherence to Saying Prayers and Spiritual Intelligence in Mental Health of Tehrani High School Girls. *QAIE*; 1(2):53-74.
 15. Rezaei M, Mirbagher-Ajorpaz N. (2019). The effect of Hajat prayer on the mental health of patients with multiple sclerosis. *Feyz*; 23(7): 706-13.
 16. Jafary Nodoushan M, Jafary Nodoushan K, Mirzadeh M, Ahmari Tehran H, Norouzinejad G, Sadeghi Yekta T et al. (2012). The Survey of Correlation between Internet Addiction and General Health Status among the Students of Qom University of Medical Sciences in 2010-2011, Qom, Iran. *Qom Univ Med Sci J*; 6 (3) :86-90
 17. Anisy J, Navid A, Hosseini Nejad Nasrabad A. (2009). Creating and validating the scale of attitude and

difficulties to internet addiction in Turkish teenagers. *ISRN Psychiatry*; 961734.

1. 27. Turi A, Miri M, Beheshti D, Yari E, Khodabakhshi H, Anani Sarab G. (2015). Prevalence of Internet Addiction and its relationship with anxiety, stress, and depression in intermediate students in Birjand city in 2014. *Journal of Birjand University of Medical Sciences*; 22 (1): 67-75.
27. Shirzadi Z, Khodabakhshi-Koolae A, Falsafinejad MR. (2020). A Study of the Relationship of Outlook and Practical Pledge to Prayers and Spiritual Experiences with Mental Health of Girl Students of University of Tehran. *Journal of Pizhūhish dar dīn va salāmat*; 5(4): 99-113.
28. Shahryaripour RS, AminBeidokhti AA, Moradi F. (2013). Relationship Between Attitude and Practical Commitment to Prayer with Acceptance of Responsibility Among Graduate Students of Semnan Universities. *Culture in the Islamic University*; 3(6): 63-82.