Do?um Sonras? Uyku Kalitesi Ölçe?i

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2026). *Do?um Sonras? Uyku Kalitesi Ölçe?i*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=20120

ARABPSYCHOLOGY.COM

Özet

Do?um Sonras? Uyku Kalitesi Ölçe?i (DSUKÖ), annelerin do?um sonras? dönemde deneyimledi?i uyku kalitesini ve uyku bozukluklar?n? de?erlendirmek amac?yla geli?tirilmi? bir psikometrik araçt?r. Bu ölçe?in Türkiye popülasyonunda kullan?m? için psikometrik özellikleri ?. Boz ve N. Selvi (2017) taraf?ndan test edilmi?tir. Ölçek, 14 maddeden ve iki temel faktörden olu?makta olup, yüksek düzeyde iç tutarl?l?k göstermektedir. Do?um sonras? dönemde uyku kalitesi, annenin fiziksel ve ruhsal sa?l??? aç?s?ndan kritik öneme sahiptir ve bu ölçek, ilgili alanlarda yap?lan ara?t?rmalar için güvenilir bir ölçüm sa?lamaktad?r.

Anahtar Kelimeler

Do?um Sonras? Uyku Kalitesi Ölçe?i, Uyku Kalitesi, Postpartum, Uyarlama, Psikometrik Özellikler, ?ç Tutarl?l?k, Faktör Analizi.

Yazarlar

?lkay Boz, Neslihan Selvi

Amaç

Do?um Sonras? Uyku Kalitesi Ölçe?i'nin temel amac?, yeni annelerin do?um sonras? süreçte (postpartum dönem) ya?ad?klar? subjektif uyku deneyimlerini ve uyku kalitesindeki olas? dü?ü?leri sistematik olarak ölçmektir. Ölçek, özellikle Türk kad?nlar?n?n kültürel ve çevresel faktörler ba?lam?nda uyku sorunlar?n? tespit etmeyi hedeflemektedir.

Bu uyarlama çal??mas?, orijinal ölçe?in psikometrik yap?s?n?n Türk popülasyonunda geçerli ve güvenilir bir ?ekilde kullan?labilece?ini göstermek ve böylece hem?irelik ve psikoloji alan?ndaki ara?t?rmac?lara standart bir ölçüm arac? sunmakt?r.

Yap?

Do?um Sonras? Uyku Kalitesi Ölçe?i, annelerin uyku kalitesini çok boyutlu olarak de?erlendiren bir yap?y? ölçmektedir. Ölçe?in yap?sal geçerlik çal??mas? sonucunda 14 maddeden olu?an iki temel faktör belirlenmi?tir. Bu faktörler, tipik olarak uykuya dalma süresi, uykuyu sürdürme zorlu?u, uyku yeterlili?i hissi ve genel uyku kalitesi gibi unsurlar? kapsamaktad?r.

Ölçek, annelerin bebek bak?m? yükümlülükleri nedeniyle bozulan uyku döngüleri ve bu durumun yol açt??? yorgunluk düzeyleri hakk?nda detayl? bilgi sa?lamaktad?r.

ARABPSYCHOLOGY.COM

Geçerlik

Ölçe?in Türk popülasyonundaki yap? geçerli?i, Temel Bile?enler Yöntemi (Principal Components Analysis) ve Varimax döndürme yöntemi kullan?larak analiz edilmi?tir. Bu analizler, ölçe?in teorik yap?s?n? destekleyen ampirik kan?tlar sunmu?tur.

Yap?lan faktör analizi sonuçlar?na göre, Do?um Sonras? Uyku Kalitesi Ölçe?i'nin 14 madde ile iki faktörlü bir yap? sergiledi?i tespit edilmi?tir. Bu iki faktörlü yap?, ölçe?in hedefledi?i psikolojik yap?y? ölçmede yeterli oldu?unu göstermi?tir.

Güvenirlik

Do?um Sonras? Uyku Kalitesi Ölçe?i'nin güvenirlik analizinde iç tutarl?l?k katsay?s? hesaplanm??t?r. Ölçe?in genel iç tutarl?l?k katsay?s?, Cronbach Alfa (α) de?eri .82 olarak bulunmu?tur. Bu de?er, psikometrik aç?dan kabul edilebilir ve ölçe?in maddelerinin tutarl? bir ?ekilde ayn? yap?y? ölçtü?ünü göstermektedir.

Yüksek Cronbach Alfa de?eri (.82), ölçe?in güvenilir bir ölçüm arac? oldu?unu ve annelerin uyku kalitesi düzeylerini istikrarl? bir ?ekilde de?erlendirebilece?ini kan?tlamaktad?r.

Faktör Analizi

Do?um Sonras? Uyku Kalitesi Ölçe?i'nin yap?sal geçerli?ini belirlemek amac?yla ke?fedici faktör analizi uygulanm??t?r. Analiz, Varimax dik döndürme tekni?i kullan?larak gerçekle?tirilmi?tir. Bu yöntem, faktörlerin birbirinden ba??ms?z olmas?n? sa?layarak yorumlamay? kolayla?t?rm??t?r.

Analiz neticesinde ölçek, toplam 14 maddeden olu?an ve ölçülen yap?n?n iki alt boyutunu temsil eden iki faktör alt?nda toplanm??t?r. Bu faktörler, do?um sonras? uyku bozukluklar?n?n farkl? yönlerini yans?tmaktad?r.

Araç

Test Type: Uyarlama Ölçe?i (Adaptasyon)

Format: Yaz?l? Anket (Self-report)

Language Available: Türkçe

Population Group: Anneler (Do?um sonras? dönemdeki kad?nlar)

Age Group: Yeti?kin (Spesifik bir ya? aral??? belirtilmemi?tir, ancak do?urganl?k ça??ndaki anneler)

ARABPSYCHOLOGY.COM

Population Details: Türkiye'deki anneler üzerinde geçerlik ve güvenirlik çal??mas? yap?lm??t?r.

Test Methodology: 5'li Likert Tipi derecelendirme ölçe?i kullan?lmaktad?r.

Anahtar Kelimeler

Postpartum, Uyku Bozukluklar?, Likert Ölçe?i, Psikometri, Hem?irelik Ara?t?rmalar?, Cronbach Alfa Katsay?s?.

Yazarlar

Author ORCID Identifier: Belirtilmemi?tir.

Affiliation Email addresses: Sorumlu yazar ?lkay Boz'a ait ileti?im adresi: ilkayarslan@akdeniz.edu.tr

Correspondence Address: Akdeniz Üniversitesi (Tahmini, ileti?im adresine dayanarak).

?zinler, Ücret ve Test Y?l?

Ölçe?in orijinal uyarlama ve psikometrik test çal??mas? **2017** y?l?nda yay?mlanm??t?r. Ölçe?i uygulamak ve kullanmak için sorumlu yazar ?lkay Boz ile ileti?im kurulmas? önerilir.

Ölçe?in orijinal kayna??na ait web ba?lant?s?: proxy2.marmara-elibrary.com

Ölçe?in orijinal PDF belgesi burada indirilebilir: postpartum-sleep-quality-scale-toad.pdf

Kaynaklar

Boz, ?., & Selvi, N. (2017). Testing the Psychometric Properties of the Postpartum Sleep Quality Scale in Turkish Women. *The Journal of Nursing Research: JNR*.

Do?um Sonras? Uyku Kalitesi Ölçe?i Maddeleri

ÖNEML?: Ölçek maddeleri kaynak içerikte sa?lanmam??t?r. Ancak derecelendirme yap?s? a?a??da belirtilmi?tir.

Ölçek 14 madde ve 2 faktörden olu?maktad?r. Maddeler, 5'li Likert Tipi bir dereceleme sistemi kullan?larak yan?tlanmaktad?r:

Hiçbir Zaman
Nadiren
Bazen

ARABPSYCHOLOGY.COM

S?kl?kla
Ço?u Zaman

ARABPSYCHOLOGY.COM