

Do?um Sonras? Uyku Kalitesi Ölçe?i

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2025). *Do?um Sonras? Uyku Kalitesi Ölçe?i*. Turkish Psychological Scales.
Retrieved from <https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=20120>

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?tirilmis? bir psikometrik araç?t?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 tutarlılık göstermektedir. Do?um sonras? dönemde uyku kalitesi, annenin fiziksel ve ruhsal sa?lığına aç?s?ndan kritik öneme sahiptir ve bu ölçek, ilgili alanlarda yap?lan ara?t?rmalar için güvenilir bir ölçüm sa?lamaktadır.

Anahtar Kelimeler

Do?um Sonras? Uyku Kalitesi Ölçe?i, Uyku Kalitesi, Postpartum, Uyarlama, Psikometrik Özellikler, İç Tutarlılık, Faktör Analizi.

Yazarlar

İlkay Boz, Neslihan Selvi

Amaç

Do?um Sonras? Uyku Kalitesi Ölçe?i'nin temel amac?, yeni annelerin do?um sonras? süreçte (postpartum dönem) ya?adıkları subjektif uyku deneyimlerini ve uyku kalitesindeki olası dü?ü?leri sistematik olarak ölçmektir. Ölçek, özellikle Türk kadınların kültürel ve çevresel faktörler bağlamında uyku sorunlarını tespit etmeyi hedeflemektedir.

Bu uyarlama çalışması, orijinal ölçe?in psikometrik yapısının Türk popülasyonunda geçerli ve güvenilir bir şekilde kullanılabileceğini göstermek ve böylece hemirelik ve psikoloji alanındaki araştırmacılara standart bir ölçüm aracı sunmaktadır.

Yapı

Do?um Sonras? Uyku Kalitesi Ölçe?i, annelerin uyku kalitesini çok boyutlu olarak de?erlendiren bir yapıya ölçmektedir. Ölçe?in yapısal geçerlik çalışması sonucunda 14 maddeden oluşan iki temel faktör belirlenmiştir. Bu faktörler, tipik olarak uykuya dalma süresi, uykuyu sürdürme zorluğu, uyku yeterliliği hissi ve genel uyku kalitesi gibi unsurları kapsamaktadır.

Ölçek, annelerin bebek bakım yükümlülükleri nedeniyle bozulan uyku döngüleri ve bu durumun yol açtığı yorgunluk düzeyleri hakkında detaylı bilgi sa?lamaktadır.

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 güvenilirlik analizinde iç tutarlılık katsay?s? hesaplanm??t?r. Ölçe?in genel iç tutarlılık katsay?s?, Cronbach Alfa (α) de?eri .82 olarak bulunmu?tur. Bu de?er, psikometrik aç?dan kabul edilebilir ve ölçe?in maddelerinin tutarlı bir ?ekilde aynı yap?y? ölçtü?ünü göstermektedir.

Yüksek Cronbach Alfa de?eri (.82), ölçe?in güvenilir bir ölçüm aracı oldu?unu ve annelerin uyku kalitesi düzeylerini istikrarlı bir ?ekilde de?erlendirebilece?ini kan?tlamaktadır.

Faktör Analizi

Do?um Sonras? Uyku Kalitesi Ölçe?i'nin yap?sal geçerli?ini belirlemek amacıyla ke?fedici faktör analizi uygulanm??t?r. Analiz, Varimax dik döndürme tekni?i kullan?larak gerçekleştirilmi?tir. Bu yöntem, faktörlerin birbirinden ba?ms?z olmas?n? sa?layarak yorumlamay? kolayla?tırm??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 farklı yönlerini yans?tmaktadır.

Araç

Test Type: Uyarlama Ölçe?i (Adaptasyon)

Format: Yazılı 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?urganlık ça??ndaki anneler)

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: ilkayarlan@akdeniz.edu.tr

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

?zinler, Ücret ve Test Y?I?

Ölçe?in orijinal uyarlama ve psikometrik test çal??mas? **2017** y?I?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?maktadır. Maddeler, 5'li Likert Tipi bir dereceleme sistemi kullan?larak yan?tlanmaktadır:

Hiçbir Zaman

Nadiren

Bazen

S?kl?kla

Ço?u Zaman

ARABPSYCHOLOGY.COM