



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی و درمانی بابل  
دانشکده پرستاری مامایی فاطمه زهرا (س) رامسر

پایان نامه برای دریافت درجه کارشناسی ارشد در رشته پرستاری سالمندی

عنوان

تاثیر واقعیت مجازی بر اضطراب، افسردگی، تنیدگی و اضطراب مرگ در سالمندان

اساتید راهنما

فاطمه شیرین کام

مربی گروه آموزش پرستاری سلامت جامعه

هنگامه کریمی

مربی گروه آموزش داخلی - جراحی

استاد مشاور

دکتر زهرا فتوکیان

## خلاصه فارسی

**سابقه و هدف:** سلامت روان سالمندان همواره مورد تهدید قرار می‌گیرد. مداخلات بر پایه فناوری روز که اثر بخشی بیشتری بر بهداشت روانی داشته باشد، امری ضروری است. نظر به محدودیت بررسی های انجام شده در ایران، پژوهش حاضر با هدف تعیین تاثیر واقعیت مجازی بر اضطراب، افسردگی، تنیدگی و اضطراب مرگ در سالمندان اجرا شد.

**روش پژوهش:** در این مطالعه تجربی ۶۰ سالمند که در مراکز جامع خدمات سلامت شهر رامسر دارای پرونده بهداشتی بودند با نمونه‌گیری چند مرحله‌ای (ابتدا خوشه‌ای و سپس تصادفی) انتخاب و در دو گروه آزمون و کنترل قرار گرفتند. داده‌ها توسط پرسشنامه‌های مشخصات دموگرافیک، آزمون کوتاه‌شناختی، اضطراب مرگ تمپلر و فرم کوتاه مقیاس افسردگی، اضطراب، تنیدگی قبل و بلافاصله بعد از مداخله جمع‌آوری شد. برای گروه آزمون، شش جلسه مداخله با استفاده از دستگاه واقعیت مجازی، به شیوه خلق رویا در محیط‌های مختلف اجرا شد. داده‌ها با استفاده از آزمون‌های توصیفی و تحلیلی (کای اسکوئر، تی مستقل و زوجی و ...) با در نظر گرفتن سطح معنی‌داری ۰/۰۵ در نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۶ تجزیه و تحلیل گردید.

**یافته‌ها:** میانگین نمره‌ی کل افسردگی قبل و بعد از مداخله در گروه آزمون  $17/40 \pm 5/96$ ،  $5/22$ ،  $14/60 \pm 4/65$ ، در گروه کنترل  $17/93 \pm 5/69$ ،  $18/40 \pm 5/76$ ، اضطراب در گروه آزمون  $17/66 \pm 5/01$ ،  $4 \pm 65$ ،  $12/40$ ، در گروه کنترل  $16/26 \pm 5/01$ ،  $16/06 \pm 5/26$ ، تنیدگی در گروه آزمون  $22/60 \pm 4/27$ ،  $15/4 \pm 0/97$ ، در گروه کنترل  $21/33 \pm 4/14$ ،  $20/93 \pm 4/47$ ، اضطراب مرگ در گروه آزمون  $9/10 \pm 1/68$ ،  $7/2 \pm 10/33$ ، در گروه کنترل  $9/10 \pm 1/80$ ،  $9/10 \pm 1/72$  بود. نتایج آزمون ANCOVA، اختلاف آماری معنی‌داری در میانگین نمره‌ی متغیرهای پژوهش، قبل و بعد از مداخله در گروه آزمون نشان داد ( $P < 0/001$ ). ولی در گروه کنترل اختلاف آماری معنی‌دار در میانگین نمره‌ی کل متغیرهای پژوهش مشاهده نشد.

**نتیجه‌گیری:** با توجه به نتایج این پژوهش از واقعیت مجازی به‌عنوان راه‌کاری آسان، در دسترس، غیر دارویی و مقرون‌به‌صرفه جهت کاهش اضطراب، افسردگی، تنیدگی و اضطراب مرگ در سالمندان می‌توان بهره گرفت.

**کلید واژه‌ها:** واقعیت مجازی، اضطراب، افسردگی، تنیدگی، مرگ، سالمندی

## **Abstract**

### **The effect of Virtual reality on anxiety, depression, stress and death anxiety in the elderly**

---

#### **Abstract:**

**Introduction:** *There are always threats to the mental health of the elderly, and interventions based on current technology that have a greater impact on mental health are essential. The aim of the Randomized Controlled Trial Study was to determine the effect of Virtual Reality (VR) on anxiety, depression, stress, and death anxiety in the elderly.*

**Method:** *In this Randomized clinical trial study, 60 elderly individuals with medical health records in health centers in Ramsar were selected through multi-stage sampling) and were divided into experimental and control groups. Data were collected using demographic questionnaires, Abbreviated Mental Test (AMT), the Templer's Death Anxiety Scale (DAS), and Depression Anxiety Stress Scales – Short Form (DASS-21). For the experimental group, various environments were considered with Samsung VR device. The intervention was conducted in six 15-minute sessions over a period of three weeks (two sessions per week) in a quiet room at the health centers. The data were analyzed using descriptive and analytical statistics (Chi-square, independent t-test, paired t-test, etc.) with a significance level of 0.05 in SPSS version 26.*

**Result:** *The mean score of depression before and after the intervention in the experimental group was  $17.40 \pm 5.96$  and  $14.60 \pm 5.22$ , respectively, and in the control group, it was  $17.93 \pm 5.69$  and  $18.40 \pm 5.76$ , respectively. The mean score of anxiety, before and after the intervention in the experimental group was  $17.66 \pm 5.01$  and  $12.40 \pm 4.65$ , respectively, and in the control group, was  $16.26 \pm 5.01$  and  $16.06 \pm 5.26$ , respectively. The mean score of stress in the experimental group before and after the intervention was  $22.60 \pm 4.27$  and  $15.00 \pm 4.97$ , respectively, and in the control group, was  $21.33 \pm 4.14$  and  $20.93 \pm 4.47$ , respectively. The mean score of death anxiety before and after the intervention in the experimental group was  $9.10 \pm 1.68$  and  $7.10 \pm 2.33$ , respectively, and in the control group, was  $9.10 \pm 1.80$  and  $9.10 \pm 1.72$ , respectively. The results showed a significant difference in the mean scores of the variables before and after the intervention in the experimental group ( $P < 0.001$ ), while no significant difference was shown in the control group.*

**Conclusion:** *Based on the results, virtual reality can be used as an easy, accessible, non-pharmacological, and cost-effective solution to reduce anxiety, depression, stress, and death anxiety in the elderly.*

**Keywords:** *Virtual Reality, Anxiety, Depression, Stress, Death, Elderly*



Babol University of Medical Sciences  
Ramsar Fatemeh Zahra School of Nursing and Midwifery  
In partial Fulfillment of the Requirements for the Degree Master of Science  
In field of Geriatric Nursing

Title: Effect of virtual reality on anxiety, depression, stress and death anxiety in the elderly

Supervisors

Fatemeh Shirinkam

Instructor, Department of Community Health Nursing  
Education

Hengameh Karimi

Instructor, Department of Medical-Surgical Nursing Education

Advisor

Dr. Zahra Fotokian

Associate Professor of Nursing  
Department of Medical Surgical Nursing Education

By

Mohammadamin ShahrbaF

Registration Number:

January/ 2024