

University of Mosul
College of Nursing



**Correlation Between Perceived Self-Efficacy,
Perceived Benefits, Barriers of Exercise and
Physical Activity Levels in Obese and Non-
Obese Employed Women in the University of
Mosul**

Fatema Hasan Mohammed Al-jubouri

M.Sc. Thesis
In
Nursing Science

Supervised by
Dr. Radhwan Hussein Ibrahim
Professor

2020 A.D.

1442 A.H.

Abstract

Background: World Health Organization (WHO) has defined overweight and obesity as abnormal or excessive fat accumulation that presents a risk to health. A crude population measure of obesity is the body mass index (BMI), a person's weight (in kilograms) divided by the square of his or her height (in meters). The global epidemic of overweight and obesity, which is named "globesity," is rapidly becoming a leading public health problem in any country around the world.

Objective: The current study aims to find the Correlation between perceived self-efficacy perceived benefit, barriers of exercise, and physical activity levels in obese and non-obese employed women in the university of Mosul

Methodology: A Prospective study design was applied to achieve the objectives of the present study adopted from October 1/10/2019 till 15/8/2020. The target population is obese employed women and non-obese in the university of Mosul. The sample size was 400 obese subjects. Biostatistical test as Frequency and percentages - were used to describe socio-demographic data. Independence of categorical using the Chi-square test: was used to test whether the effects of one variable depend on the value of another variable.

Results: The study found that women were divided into two groups according to their BMI, (50%), non-obese, and (50%) were obese. The age of subjects ranged from 30 - 64 years. The prevalence of overweight was 36.2%, and obesity was 14.8%. The Correlation Matrix

of Demographic Variables and Physical activity measures was highly significant.

Conclusion: The study confirmed that there is a strong relationship between demographic Variables and body weight. The strong correlation between perceived self-efficacy perceived benefits for an obese and non-obese employed woman in the university of Mosul. Substantial correlation barriers of exercise and physical activity level in obese and non-obese employed women in the university of Mosul.

Recommendation: The study emphasizes the urgent need to focus on Community education through health promotion programs about the nutritional factors that lead to an increase in body weight and encouraging people to change their lifestyle and, ultimately, bodyweight control.

Keywords: Obesity, BMI, Weight, Height, physical activity, barriers to exercise



جامعة الموصل
كلية التمريض

العلاقة بين الكفاءة الذاتية المتصورة والفوائد المتصورة وحواجز ممارسة
الرياضة ومستويات النشاط البدني لدى المرأة الموظفة التي تعاني من السمنة
المفرطة وغير البدنية في جامعة الموصل

فاطمة حسن محمد الجبوري

رسالة ماجستير علوم
في
التمريض

بإشراف
د. رضوان حسين ابراهيم
أستاذ

المستخلص

خلفية الدراسة عرّفت منظمة الصحة العالمية (WHO) الوزن الزائد والسمنة على أنهما تراكم غير طبيعي أو مفرط للدهون يشكل خطراً على الصحة مؤشر مقياس السكان للسمنة هو مؤشر كتلة الجسم (BMI) ، وزن الشخص (بالكيلوغرام) مقسوماً على مربع طوله (بالأمتار).

"السمنة أصبحت بسرعة مشكلة صحية عامة رائدة في أي بلد حول العالم.

الهدف: تهدف الدراسة الحالية إلى إيجاد علاقة بين ممارسة الرياضة ومستويات النشاط البدني لدى الموظفات البدنيات وغير البدنيات في جامعة الموصل.

منهجية الدراسة : تم تطبيق تصميم الدراسة المستقبلية لتحقيق أهداف الدراسة الحالية المعتمدة من 2019 /10/1 حتى 2020/8/15. الفئة المستهدفة هي النساء الموظفات البدنيات وغير البدنيات في جامعة الموصل. كان حجم العينة 400 شخصاً يعانون من السمنة المفرطة تم استخدام اختبار الإحصاء الحيوي كتنكرار ونسب مئوية لوصف البيانات الاجتماعية والديموغرافية استقلالية المتغيرات المستمرة تم استخدام اختبار مربع كاي لاختبار ما إذا كانت تأثيرات متغير واحد تعتمد على قيمة متغير آخر

النتائج: وجدت الدراسة أن النساء تم تقسيمهن إلى مجموعتين حسب مؤشر كتلة جسمهن ، (50%) منهن غير بدنيات ، و (50%) بدناء. تراوحت أعمار المشاركين بين 30 - 64 سنة. وبلغت نسبة انتشار الوزن الزائد 36.2% والبدانة 14.8%. كان الارتباط للمتغيرات الديموغرافية ومقاييس النشاط البدني كانت ذات أهمية كبيرة.

الاستنتاجات: أكدت الدراسة أن هناك علاقة قوية بين المتغيرات الديموغرافية ووزن الجسم. الارتباط القوي بين الكفاءة الذاتية المتصورة الفوائد بالنسبة للمرأة العاملة البدنية وغير البدنية في جامعة الموصل. معوقات ارتباط كبيرة بين مستوى التمارين والنشاط البدني لدى العاملات البدنيات وغير البدنيات في جامعة الموصل.

التوصيات: تؤكد الدراسة على الحاجة الملحة للتركيز على تثقيف المجتمع من خلال برامج تعزيز الصحة حول العوامل الغذائية التي تؤدي إلى زيادة وزن الجسم وتشجيع الناس على تغيير نمط حياتهم ، وفي النهاية التحكم في وزن الجسم.

الكلمات المفتاحية: السمنة ، مؤشر كتلة الجسم ، الوزن ، التمارين الرياضية ، موانع الرياضة