بررسی اضطراب امتحان و ارتباط آن با عملکرد تحصیلی دانشجویان مامایی

فریدخت یزدانی[1]، بهرام سلیمانی[2]

چکیده

مقدمه: اضطراب یکی از احساسات عاطفی انسان است. اما هنگامی که این احساس شدت می‌یابد، ممکن است به نتایج نامطلوبی منجر گردد. یکی از بیشترین وقایع تهدید کننده که امروزه موجب اضطراب در دانشجویان می‌گردد، امتحانات است. این مطالعه به بررسی ارتباط اضطراب امتحان و عملکرد تحصیلی دانشجویان مامایی دانشگاه آزاد اسلامی واحد نجف‌آباد پرداخته است.

روش‌ها: مطالعه حاضر یک مطالعه مقطعی به صورت توصیفی- تحلیلی بود که بر روی ۱۱۴ نفر از دانشجویان مامایی مشغول به تحصیل در سال ۱۳۹۰ انجام شد. ابزار گردآوری داده‌ها شامل دو پرسش‌نامه زمینه‌ای ۱۴ سؤالی و تست اضطراب امتحان ساراسون ۳۷ سؤالی بود. پرسش‌نامه طی مدت یک هفته، در اواخر اردیبهشت ماه در بین شرکت کنندگان توزیع شد. تجزیه و تحلیل داده‌ها با استفاده از آزمون t زوج و t مستقل، آزمون Chi-square، ضریب همبستگی Pearson و Spearman و آنالیز واریانس در سطح معنی‌دار ۰/۰۵ توسط نرم‌افزار $SPSS_{16}$ انجام شد.

یافته‌ها: در این پژوهش، میانگین نمره اضطراب امتحان دانشجویان ۱۷/۰۸ بود. اضطراب امتحان در ۳۳ نفر از دانشجویان (۲۸/۹ درصد) در حد کم، در ۵۱ نفر (۴۴/۷ درصد) در حد متوسط و در ۳۰ نفر (۲۶/۳ درصد) شدید بود. بین اضطراب امتحان و عملکرد تحصیلی دانشجویان مامایی ارتباط معنی‌دار آماری ($P = ۰/۰۴۴$، $r = -۰/۱۸۹$) وجود داشت.

نتیجه‌گیری: با توجه به زیاد بودن اضطراب امتحان در دانشجویان مامایی و ارتباط معکوس و معنی‌دار آن با عملکرد تحصیلی، کمک به یادگیری دانشجویان برای مدیریت مؤثر اضطراب، یک وظیفه چالش‌انگیز است که نیاز به تلاش گروهی دارد.

واژه‌های کلیدی: اضطراب امتحان، عملکرد تحصیلی، دانشجویان مامایی.

نوع مقاله: *تحقیقی*

دریافت مقاله: ۹۰/۴/۲ *پذیرش مقاله: ۹۰/۷/۱۳*

مقدمه

اضطراب امتحان، نوع خاصی از اضطراب است که با نشانه‌های جسمی، شناختی و رفتاری در شرایط آماده شدن برای امتحان و انجام تست‌ها و آزمون‌ها مشخص می‌شود. اضطراب امتحان زمانی تبدیل به یک مشکل می‌شود که به حدی زیاد گردد که با آماده شدن برای امتحان و انجام آزمون، تداخل پیدا کند (۱). بسیاری از دانشجویان دانشگاه‌ها از اضطراب امتحان رنج می‌برند. این اضطراب به قدری شدید است که موجب اختلال در عملکرد اجرای امتحان می‌شود (۲-۱)، با این حال، زمانی که اضطراب بر عملکرد امتحان تأثیر می‌گذارد، مشکلاتی را برای بسیاری از دانشجویان ایجاد می‌کند (۳، ۱) و می‌تواند دارای اثرات منفی بر توانایی‌های تحصیلی کسانی باشد که از آن رنج می‌برند (۴).

هر چند اضطراب امتحان در طول دوره دانش‌آموزی نیز

۱- مربی، گروه پرستاری، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد نجف‌آباد، اصفهان، ایران. (نویسنده مسؤول)

Email:f-yazdani@pnu.iaun.ac.ir

۲- استادیار، گروه بهداشت خانواده، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد نجف‌آباد، اصفهان، ایران.

وجود دارد، اما در آموزش عالی به اوج خود می‌رسد. این موضوع نه تنها می‌تواند مانع اجرای آزمون شود و بر کلیت یک برنامه مطالعاتی تأثیر گذارد؛ بلکه توسعه فردی را نیز محدود می‌کند (۵). اغلب دانشجویان نمرات خوبی در طول ترم دارند، اما در امتحانات پایان ترم افت نمره دارند که می‌تواند به علت سطح اضطراب زیاد آن‌ها باشد. میزان کم اضطراب در طول دوره امتحانات برای انجام مطالعه لازم و ضروری است، اما گاهی اضطراب دانشجویان به حدی است که فعالیت‌های آن‌ها را محدود می‌سازد (۶).

مطالعات نشان داده است که اضطراب رابطه مهمی با یادگیری دارد. اضطراب و فشارهای عصبی، ریشه بسیاری از مشکلات جسمی و ناکامی‌ها می‌باشد که نمی‌توان آن را از بین برد. اضطراب امتحان، عامل اصلی کمک به تنوع نتایج منفی از جمله ناراحتی روانی، عدم موفقیت در اتمام تحصیلات دانشگاهی و ناامنی است (۷). دانشجویانی که اضطراب امتحان ایشان در حد بالایی است، مهارت‌های مطالعه و یادگیری خود را چه در زمان مطالعه و چه در زمان شرکت در آزمون پایین‌تر از حد توان و دانش خود مورد استفاده قرار می‌دهند (۸). همچنین اضطراب امتحان دانشجویان، بیان کننده رفتار اضطرابی ناشی از تعلل ورزیدن و مطالعه ناکارآمد و نداشتن مهارت‌های امتحان دادن است (۹).

در شرایط تهدید کننده، واکنش‌های اضطراب عمومیت دارند. با این حال، اضطراب بیش از حد ممکن است یک فرد را ناتوان کند و با عملکرد مؤثر تداخل نماید (۱۰)، به طوری که میزان اضطراب در حدود ۱۰ درصد دانشجویان درمان را توجیه می‌کند (۳).

چندین مطالعه به بیان تأثیر اضطراب امتحان بر عملکرد تحصیلی پرداخته است و راهکارهایی را برای موفقیت، تسهیل عملکرد یادگیرنده و کاهش اضطراب امتحان ارایه نموده است، اما ارتباط بین اضطراب زیاد در امتحان و موفقیت تحصیلی کمتر بررسی شده است. با توجه به اینکه، مامایی از رشته‌های علوم پزشکی و بهداشت محسوب می‌شود، کمتر می‌توان به طور واضح در این رشته به نتایج تحقیقی در مورد اضطراب و عملکرد تحصیلی دانشجویان دست یافت.

Chamberlain در مطالعه کیفی خود بر روی دانشجویان مامایی نشان داد که اضطراب با مواردی مانند آموزش و نظارت ناسازگار است و می‌تواند موجب ارتباط ضعیف به هنگام یادگیری شود و دانشجویان مامایی در عملکرد و کسب مهارت احساس ضعف کنند (۱۱).

مطالعات متعددی نشان دادند که به ویژه دانشجویان رشته‌های پزشکی و بهداشت، پیراپزشکی و پرستاری از اضطراب رنج می‌برند (۷-۶، ۱)، اما در مقابل مطالعات انجام شده روی دانشجویان علوم پزشکی بیانگر آن بود که این گروه، اضطراب ناتوان کننده بیشتری نسبت به دانشجویان عمومی ندارند (۱۲). معدلی و غضنفری حسام‌آبادی در تحقیقی، میانگین نمره اضطراب دانشجویان مامایی را ۲۶/۷۸ با انحراف معیار ۱۶/۹ نشان دادند (۱۳).

نتایج تحقیق Schaefer و همکاران در مورد اضطراب امتحان و موفقیت تحصیلی، نشان داد که دانشجویان با اضطراب امتحان زیاد، از دوره‌های طولانی مدت تحصیلی برخوردار بودند و به نسبت بیشتری از نگرانی‌های اجتماعی رنج می‌بردند؛ اختلالات روانی و روان پریشی در این گروه بیشتر تظاهر داشت (۳). به علاوه پژوهش‌های انجام شده در خارج از کشور، بیانگر رو آوردن دانشجویان به الکل، دارو و سیگار برای سازگاری با اضطراب است (۱۴).

با توجه به تأثیر زیاد اضطراب و پیامدهای منفی آن باید منابع اضطراب و اثرات آن تعیین و مشخص شود (۱۵). زیرا بسیاری از دانشجویان دارای توانایی شناختی خوبی در امتحانات هستند، اما ممکن است به دلیل سطوح بالای اضطراب امتحان قادر به ارایه توانایی‌های خود نباشند. با عنایت به تأکید اجتماعی بر دادن امتحان، این موضوع می‌تواند پتانسیل فرصت‌های آموزشی و حرفه‌ای را در چنین افرادی محدود نماید. از طرفی، یکی از نگرانی‌ها و دغدغه‌های نظام آموزشی، مسأله اضطراب دانشجویان است که تحمل آن برای بسیاری از دانشجویان مشکل است. در این میان، دانشجویان مامایی با تنش‌زاهای مختلفی مواجه هستند، به طوری که آن‌ها از طریق یک برنامه‌ی رقابتی، با جهت‌گیری شغلی و اغلب خسته کننده، پیشرفت می‌نمایند.

www.mui.ac.ir

بنابراین، با توجه به شیوع بالای اضطراب امتحان در سطح آموزش عالی و ایجاد اختلال در دستیابی به اهداف آموزشی و تأثیر منفی در عملکرد تحصیلی دانشجویان، هدف از این مطالعه تعیین سطح اضطراب امتحان و معدل کل تحصیلی در دانشجویان مامایی و تجزیه و تحلیل اضطراب امتحان با برخی عوامل دموگرافیک و تحصیلی و بررسی تفاوت موفقیت تحصیلی در دانشجویان دچار اضطراب زیاد در امتحان نسبت به دانشجویان با اضطراب کم بود.

روش‌ها

مطالعه حاضر یک مطالعه مقطعی به صورت توصیفی- تحلیلی بود که در اردیبهشت ماه ۱۳۹۰سال در دانشگاه آزاد اسلامی واحد نجف‌آباد انجام شد. واحدهای نمونه را دانشجویان مامایی دختر دانشکده پرستاری و مامایی در مقطع کارشناسی که در زمان انجام پژوهش مشغول به تحصیل از ترم دوم تا ششم و مایل به شرکت در تحقیق بودند، تشکیل می‌دادند. معیارهای حذف دانشجویان سال اول فاقد معدل کل و دانشجویان سال آخر مشغول انجام کارآموزی در عرصه را در بر می‌گرفت.

در این مطالعه، ابتدا پژوهشگران با طرح موضوع در شورای پژوهشی دانشکده پرستاری و مامایی واحد نجف‌آباد، مجوز انجام آن را دریافت نمود. آن گاه با بیان هدف از انجام پژوهش و کیفیت و ماهیت آن برای واحدهای مورد پژوهش، رضایت آگاهانه شفاهی به عنوان بخشی از مطالعه دریافت گردید. به واحدهای مورد پژوهش اطمینان داده شد که اطلاعات شخصی و مندرجات پرسش‌نامه آن‌ها نزد پژوهشگران محفوظ خواهد ماند. اطلاعات در مورد ۱۳۰ دانشجو بر اساس نتیجه پرسش‌نامه دموگرافیک و پرسش‌نامه اضطراب امتحان ساراسون جمع‌آوری گردید. از این تعداد، ۱۶ نفر مایل به تکمیل پرسش‌نامه نبودند. در نهایت بررسی‌ها بر روی ۱۱۴ دانشجو صورت پذیرفت.

در این مطالعه به منظور تعیین میزان اضطراب امتحان، مقیاس ۳۷ ماده‌ای اضطراب امتحان ساراسون مورد استفاده قرار گرفت. این مقیاس، یک پرسش‌نامه کوتاه بود که آزمودنی باید در مدت ۱۰ تا ۱۵ دقیقه به هر ماده به صورت "بلی، خیر" پاسخ می‌گفت و بدین ترتیب می‌شد بر اساس یک شیوه "خود- گزارش‌دهی" به حالات روانی و تجربیات فیزیولوژیکی فرد در جریان امتحان و قبل و بعد از آن، دست یافت. ضریب پایایی بازآزمایی (پس از ۵ هفته) ۸۸ درصد گزارش شد. در این مقیاس، دامنه نمرات بین ۰ تا ۳۷ بود (۱۸-۱۶). نقاط برش تعیین شده بدین صورت بود: اضطراب خفیف (نمره ۱۲ و پایین‌تر)، اضطراب متوسط (نمره ۱۳ تا ۲۰)، اضطراب شدید (نمره بالاتر از ۲۰).

در مرحله بعدی، معدل کل دانشجویان شرکت کننده در تحقیق، از آموزش دانشکده اخذ گردید. در دانشگاه آزاد اسلامی، نتیجه ارزیابی عملکرد تحصیلی دانشجو به صورت نمره تعیین شد و نمرات دانشجو در هر درس به صورت عددی بین صفر تا ۲۰ مشخص گردید. در صورتی که میانگین نمرات دانشجو در یک نیم‌سال تحصیلی کمتر از ۱۲ می‌شد، نام‌نویسی دانشجو در نیم‌سال بعد به صورت مشروط بود و دانشجو بیش از ۱۴ واحد نمی‌توانست انتخاب نماید. در این بررسی، عملکرد تحصیلی به عنوان میانگین کل ۱۲ و بالاتر در نظر گرفته شد.

همچنین بر اساس آزمون اضطراب امتحان ساراسون نمره بالاتر از ۲۰ نشانگر اضطراب بیمارگونه بود که ارتباط آن با نمره معدل کل بررسی شد. پس از جمع‌آوری اطلاعات در یک مرحله، برای تحلیل داده‌ها از روش‌های آمار توصیفی و همچنین روش‌های آمار تحلیلی شامل آزمون t زوج و t مستقل، آزمون Chi-square، ضریب همبستگی Pearson و Spearman و آنالیز واریانس استفاده شد. انجام آنالیز با استفاده از نرم‌افزار آماری $SPSS_{۱۵}$ صورت گرفت و سطح معنی‌داری کلیه آزمون‌های فوق برابر ۰/۰۵ در نظر گرفته شد.

یافته‌ها

۱۰۰ درصد پرسش‌نامه‌هایی که در اختیار دانشجویان قرار گرفته بود، تکمیل و عودت گردید. در رشته مامایی در مجموع ۱۱۴ دانشجوی مؤنث مورد بررسی قرار گرفتند. میانگین و انحراف معیار سنی شرکت کنندگان به ترتیب ۲۱/۰۸ و ۱/۵۱

www.mui.ac.ir

و دامنه سنی آن‌ها از ۱۸ تا ۲۷ سال بود. بیشترین تعداد شرکت کنندگان سن ۲۰ سال (۳۶ نفر و ۳۱/۶ درصد) و ۲۱ سال (۴۰ نفر و ۳۵/۱ درصد) داشتند. میانگین و انحراف معیار نمره اضطراب امتحان دانشجویان مامایی در این پژوهش به ترتیب ۱/۹۷ و ۰/۷۵ بود. نتایج این پژوهش نشان داد که ۳۳ نفر (۲۸/۹ درصد) دارای اضطراب کم، ۵۱ نفر (۴۴/۷ درصد) دارای اضطراب متوسط و ۳۰ نفر (۲۶/۳ درصد) دارای اضطراب شدید بودند. معدل تحصیلی کل دانشجویان نیز دامنه تغییراتی از ۹/۵۳ تا ۱۷/۹۹ تا داشت که میانگین این متغیر برای کل دانشجویان، ۱۵/۱۹ و انحراف معیار آن ۱/۵۴ بود. جدول ۱ مقایسه میانگین نمره اضطراب امتحان دانشجویان مامایی را بر حسب متغیرهای مختلف نشان می‌دهد.

در این مطالعه ضریب همبستگی خطی Pearson نشان داد که بین نمره اضطراب و معدل دانشجویان رابطه معکوس و معنی‌دار وجود دارد (P = ۰/۰۴۴، r = −۰/۱۸۹)؛ ولی ضریب همبستگی بین نمره اضطراب و سن معنی‌دار نبود (P = ۰/۱۲۶، r = −۰/۱۴۸). همچنین ضریب همبستگی بین نمره اضطراب و تعداد افراد خانوار نیز معنی‌دار نبود (P = ۰/۸۳۶، r = −۰/۲۰). آزمون t نشان داد که میزان اضطراب در دانشجویان مجرد و متأهل تفاوت معنی‌داری ندارد (P = ۰/۳۷۵)، ولی بین کسانی که در ترم مهر یا بهمن تحصیل خود را شروع کرده‌اند اختلاف معنی‌دار وجود داشت (P = ۰/۰۰۸).

جدول ۱: مقایسه میانگین نمره اضطراب امتحان دانشجویان مامایی بر حسب متغیرهای مختلف

متغیرها		تعداد	درصد	میانگین	انحراف معیار	نتیجه آزمون
وضعیت تأهل	مجرد	۹۷	۸۵/۱	۱۷/۳۱	۶/۶۷	P < ۰/۳۷۵
	متأهل	۱۷	۱۴/۹	۱۵/۷۶	۶/۱۷	
ترم تحصیلی	ترم ۲	۲۰	۱۷/۵	۱۵/۶	۶/۴۵	P < ۰/۰۰۹
	ترم ۳	۲۷	۲۳/۷	۲۰/۱۱	۷/۹۶	
	ترم ۴	۳۲	۲۸/۱	۱۷/۹۱	۵/۶۱	
	ترم ۶	۳۵	۳۰/۷	۱۴/۸۳	۵/۴۶	
ورودی نیم‌سال	مهر	۸۳	۷۲/۸	۱۶/۰۸	۵/۹۳	P < ۰/۰۰۸
	بهمن	۳۱	۲۷/۲	۱۹/۷۴	۷/۶۰	
مرخصی تحصیلی	بلی	۲	۱/۸	۱۶	۷/۰۷	P < ۰/۸۱۷
	خیر	۱۱۲	۹۸/۲	۱۷/۱	۶/۶۲	
مشروط: نمره معدل ترمی کمتر از ۱۲	یک‌بار	۴	۳/۵	۲۰/۶	۶/۸۵	P < ۰/۰۷۷
	دوبار	۶	۵/۳	۱۶/۷۴	۶/۵۰	
شاغل	بلی	۲	۱.۸	۹	۱/۴۱	P < ۰/۰۸۰
	خیر	۱۱۲	۹۸/۲	۱۷/۲۲	۶/۵۶	
اشتغال به تحصیل سایر افراد خانواده در دانشگاه های غیر دولتی	بلی	۳۸	۳۳/۲	۱۷/۴۵	۵/۸۹	
	خیر	۷۶	۶۶/۸	۱۶/۸۹	۶/۹۵	
ابتلا به بیماری جسمی	بلی	۵	۴/۴	۲۴	۵/۱۵	P < ۰/۰۱۶
	خیر	۱۰۹	۹۵/۶	۱۶/۷۶	۶/۵	
استفاده از داروهای آرام‌بخش	بلی	۶	۵/۳	۲۶/۳۳	۵/۸۵	P < ۰/۰۰۱
	خیر	۱۰۸	۹۴/۷	۱۶/۵۶	۶/۲۷	

www.mui.ac.ir

آنالیز واریانس حاکی از آن بود که اضطراب دانشجویان در ترم‌های مختلف مشابه نیست (P = ۰/۰۰۹)، و با استفاده از روش دانکن معلوم گردید که بین دانشجویان ترم ۳ و ترم‌های ۲و۶ تفاوت معنی‌دار وجود دارد (P < ۰/۰۵) ولی بین سایر ترم‌ها تفاوت معنی‌دار مشاهده نشد (P > ۰/۰۵).

بین کسانی که از مرخصی تحصیلی استفاده کرده بودند با کسانی که مرخصی تحصیلی نداشتند، از نظر اضطراب تفاوت معنی‌دار وجود نداشت (P = ۰/۸۱۷). همچنین آزمون t حاکی از آن بود که اگر چه نمره اضطراب برای کسانی که مشروط شده‌اند و کسانی که مشروط نشده‌اند در سطح ۰/۰۵ معنی‌دار نیست، ولی در سطح ۰/۱۰ معنی‌دار می‌باشد (P = ۰/۰۷۷). آنالیز واریانس نشان داد که نمره اضطراب برای افرادی که یک بار یا دو بار مشروط شده‌اند یا هرگز مشروط نشده‌اند معنی‌دار نمی‌باشد (P = ۰/۲۰۹)، در ضمن ضریب همبستگی Spearman نیز در این مورد رابطه معنی‌داری نشان نداد (P = ۰/۰۹۱، r = ۰/۱۵۹).

آزمون t بیانگر آن بود که میزان اضطراب بین افراد شاغل و غیر شاغل تفاوت معنی‌داری ندارد (P = ۰/۰۸۲). البته قابل ذکر است که فقط دو نفر شاغل بودند و این مسأله می‌تواند در معنی‌دار نشدن آن مؤثر باشد. همچنین از نظر اشتغال به تحصیل سایر افراد خانواده در دانشگاه‌های غیر دولتی نیز نمره اضطراب برای کسانی که پاسخ بلی یا خیر داشته‌اند، تفاوت معنی‌داری نشان نداد (P = ۰/۶۷۵).

میزان اضطراب برای کسانی که بیمار بودند با کسانی که بیمار نبودند، تفاوت داشت و این تفاوت که به طور متوسط بالغ بر ۷/۲۴ نمره بود، از نظر آماری به طور کامل معنی‌دار بود (P = ۰/۰۱۶). همچنین کسانی که داروی آرام‌بخش مصرف می‌کردند، تفاوت چشم‌گیری معادل ۹/۷۷ به طور متوسط با کسانی که دارو مصرف نمی‌کردند، داشتند که از نظر آماری معنی‌دار بود (P = ۰/۰۰۱).

از آنجا که تجزیه و تحلیل‌های چندگانه، رابطه بین دو متغیر را با در نظر گرفتن سایر متغیرهای تأثیرگذار مورد بررسی قرار می‌دهد، بر تحلیل‌های ساده که فقط رابطه بین دو متغیر را، بدون توجه به سایر متغیرها بررسی می‌کنند، ارجحیت دارند؛ از این‌رو در ادامه آنالیزهای آماری، رابطه بین عملکرد تحصیلی و نمره اضطراب با در نظر گرفتن سایر متغیرها از طریق رگرسیون چندگانه خطی و رگرسیون چندگانه لجستیک مورد تجزیه و تحلیل قرار داده شد.

در رگرسیون چندگانه خطی به روش گام به گام، معدل دانشجویان معرف وضعیت تحصیلی و متغیر وابسته بود و متغیرهای سن، وضعیت ازدواج، ترم تحصیلی، مرخصی تحصیلی، شغل، تعداد افراد خانوار و اشتغال به تحصیل سایر افراد خانواده در دانشگاه‌های غیر دولتی به عنوان متغیرهای پیش‌گو یا تبیینی در نظر گرفته شد؛ نتایج حاصل از به کار بردن این رگرسیون حاکی از آن بود که ضریب نمره اضطراب معنی‌دار می‌باشد (P = ۰/۰۴۴). این بدان معنی است که بین معدل دانشجویان و نمره اضطراب آن‌ها، با در نظر گرفتن سایر متغیرها رابطه وجود دارد. همچنین هنگامی که در یک رگرسیون لجستیک چندگانه به روش پیشرو، وضعیت مشروطی که متغیری دو حالتی و معرف وضعیت تحصیلی است، به عنوان متغیر وابسته در نظر گرفته شد و سایر متغیرهای پیش‌گفت به عنوان متغیرهای پیش‌گو محسوب شدند، رابطه اضطراب و وضعیت مشروطی معنی‌دار گردید (P = ۰/۰۱۸).

بحث

در این مطالعه اغلب دانشجویان مامایی به مراتب از سطوح مختلف اضطراب امتحان رنج می‌بردند. Latas و همکاران در مطالعه خود نشان دادند که دانشجویان دختر از نظر آماری به طور معنی‌داری دارای علایم شدیدتر اضطراب امتحان نسبت به دانشجویان پسر بودند (۱). در مطالعه‌ای که توسط صاحب‌الزمانی و زیرک در دانشگاه علوم پزشکی اصفهان انجام گرفت، اضطراب امتحان دانشجویان مورد پژوهش در سطح بالایی قرار داشت (۱۹). اما نتایج در مطالعه دیگری که توسط معدلی و غضنفری حسام‌آبادی در شیراز انجام شد، متفاوت بود. در مطالعه ایشان ۹۰/۹ درصد دانشجویان پرستاری و مامایی اضطراب امتحان را در حد کم تجربه کرده بودند و میانگین میزان اضطراب امتحان دانشجویان مامایی

www.mui.ac.ir

۱۶/۹ ± ۲۶/۷۸ بود (۱۳). در مقایسه با این نتایج، اضطراب امتحان دانشجویان مامایی دانشگاه آزاد اسلامی واحد نجف‌آباد در سطح بالایی قرار داشت. در مورد اضطراب امتحان دانشجویان می‌توان به تأثیرپذیری اضطراب امتحان از عوامل مختلف اشاره نمود. چراغیان و همکاران در مطالعات خود از عوامل مؤثر بر اضطراب امتحان به سختی دروس، چگونگی طراحی سؤالات امتحان توسط استادان، تعداد و فواصل امتحان، نحوه برخورد استادان و وضعیت سیستم آموزشی و مقررات مربوط به آن اشاره کردند و بخش عمده‌ای از تفاوت در مطالعات مختلف را به هم‌سان نبودن این عوامل در دانشکده‌های مختلف نسبت دادند (۲۰).

در تحقیق Hashmat و همکاران از عوامل مهم مؤثر در اضطراب امتحان دانشجویان، به طولانی بودن زمان امتحان، عدم فعالیت جسمانی، گستردگی ظرفیت رشته، عدم آگاهی از نحوه گرفتن امتحان، عدم آگاهی از تکنیک‌های کاهش اضطراب و یا در صورت آگاهی از آن، به اجرا نکردن این راهکارها اشاره شد (۲۱). در مطالعه دیگری که توسط Sansgiry و همکاران انجام شد، برای پیشرفت تحصیلی و بهبود اضطراب امتحان دانشجویان، بر توانایی علمی، صلاحیت آزمون و مدیریت زمان در امتحان تأکید شد (۲۲). نریمانی و همکاران نیز بیان داشتند که عدم تمرکز و حواس‌پرتی و محیط نامناسب برگزاری امتحان بر اضطراب امتحان دانشجویان تأثیر می‌گذارد (۲۳).

در این تحقیق، تعداد ۱۳ نفر از دانشجویان در طیف نمره ۱۷ و بالاتر و اکثریت دانشجویان (۹۱ نفر) در طیف نمره ۱۲ تا ۱۷بودند. به نظر می‌رسد بیشتر دانشجویان از عملکرد تحصیلی متوسطی برخوردار بوده‌اند. در نتایج تحقیق Sansgiry و همکاران نیز عملکرد علمی به طور قابل توجهی مرتبط با عواملی نظیر توانایی علمی و صلاحیت آزمون بود و به طور چشم‌گیری در دانشجویان دارای معدل کل ۳ یا بیشتر، نسبت به دانشجویان با معدل کل کمتر از ۳، با صلاحیت آزمون تفاوت معنی‌دار مشاهده شد (۲۲).

در این مطالعه، رابطه اضطراب امتحان با سن، تعداد افراد خانوار و وضعیت تأهل مورد بررسی قرار گرفت که این ارتباط از نظر آماری معنی‌دار نبود. در دو مطالعه دیگر، بین اضطراب امتحان و سن رابطه معنی‌داری وجود نداشت (۲۰، ۱۳). این موضوع شاید به دلیل نزدیکی میانگین سنی شرکت کنندگان (۲۱/۰۸ سال) به یکدیگر باشد. همچنین در مطالعه چراغیان و همکاران بین اضطراب امتحان با وضعیت تأهل دانشجویان، ارتباط معنی‌داری به دست نیامد (۲۰). در مطالعه Schaefer و همکاران، اضطراب امتحان با شهریه تحصیلی، وضعیت خانواده، و فرهنگ، فاقد ارتباط آماری معنی‌دار بوده است (۳).

در این مطالعه، رابطه اضطراب امتحان با مرخصی تحصیلی، شاغل بودن و اشتغال به تحصیل سایرافراد خانواده در دانشگاه‌های غیر دولتی مورد بررسی قرار گرفت که این ارتباط از نظر آماری معنی‌دار نبود. به نظر می‌رسد این دسته از دانشجویان، ضمن انجام برنامه‌ریزی در امور تحصیلی، شغلی و اقتصادی، سعی نموده‌اند با اجتناب از تداخل مشکلات کاری و روزمره با امر ادامه تحصیل، از اضطراب امتحان به دور باشند.

در این مطالعه، رابطه اضطراب امتحان با تعداد مشروطی مورد بررسی قرار گرفت که این ارتباط از نظر آماری معنی‌دار نبود. این یافته با نتایج تحقیق Schaefer و همکاران تفاوت دارد؛ به طوری که در مطالعه ایشان، بیشتر دانشجویان در گروه با اضطراب زیاد امتحان، نسبت به گروه با اضطراب کم، از دوره‌های طولانی مدت تحصیلی برخوردار بودند (۳). احتمال می‌رود کاهش معدل کل تحصیلی و به دنبال آن کاهش تعداد واحدهای انتخابی در ترم بعد و در نتیجه افزایش طول مدت تحصیل نتوانسته است بر روی اضطراب امتحان این گروه از دانشجویان مامایی تأثیری گذاشته باشد. شاید این موضوع به دلایل مختلف از جمله بی‌علاقگی به رشته تحصیلی، محتوای دروس، کم توجهی به امتحانات، بی‌انگیزه بودن در ادامه تحصیل، تردید در انتخاب رشته و شغل آینده و عواملی نظیر آن باشد. البته کم بودن تعداد نمونه نیز می‌تواند در آشکار نشدن این رابطه مؤثر بوده باشد.

بر اساس نتایج به دست آمده در این مطالعه، در یک مورد رابطه اضطراب امتحان با تعداد مشروطی و در مورد دیگر با وضعیت مشروطی رابطه معنی‌داری وجود داشت. به نظر می‌رسد عقب افتادن از سایر دانشجویان هم دوره و افزایش

www.mui.ac.ir

طول دوره تحصیل از عوامل مؤثر بر این موضوع باشد.

در این تحقیق با افزایش ترم تحصیلی، میزان اضطراب امتحان دانشجویان نیز کاهش یافته است. این نتایج با مطالعه چراغیان و همکاران هم‌خوانی دارد (۲۰).در تحقیق Latas و همکاران نیز بیشترین علایم شدید اضطراب امتحان در سال سوم و کمترین علایم در سال چهارم بوده است (۱). دردی‌نژاد و همکاران نیز در مطالعه‌ای مشابه به این نتیجه رسیدند که اضطراب امتحان در دانشجویان ترم‌های پایین‌تر بیش از دانشجویانی است که با فرایند امتحان در محیط دانشگاه آشنایی دارند (۲۴). احتمال می‌رود بالا رفتن ترم تحصیلی دانشجویان منجر به آشنایی بیشتر آن‌ها با نحوه سؤالات استادان و نیز با نحوه برگزاری امتحانات شده باشد که به نظر می‌رسد آشنایی با عوامل تأثیرگذار بر اضطراب امتحان، باعث کاهش نمره اضطراب افراد شده است (۲۰).

همچنین در این مطالعه ارتباط اضطراب امتحان دانشجویان با بیماری و مصرف داروهای آرام‌بخش مورد بررسی قرار گرفت که این رابطه از نظر آماری معنی‌دار بود. می‌توان گفت عملکرد و سلامت عاطفی دانشجویان تا حد قابل توجهی با اضطراب زیاد امتحان به خطر می‌افتد که به احتمال زیاد آن‌ها را مجبور به استفاده از داروهای آرام‌بخش می‌نماید. بر اساس نتایج Schaefer و همکاران، دانشجویان با اضطراب امتحان زیاد به نسبت زیادتری از نگرانی‌های اجتماعی رنج می‌بردند. آن‌ها دارای نمره بالاتری از روان آزردگی و نمرات پایین‌تری از برون‌گرایی و هوشیاری بودند و داروی بیشتری مصرف می‌کردند. فقط ۷ درصد از دانشجویان با اضطراب امتحان بالا، تحت روان‌درمانی بودند (۳).

در این تحقیق بین اضطراب امتحان با زمان ورود به دانشگاه در نیم‌سال اول و دوم تحصیلی رابطه آماری معنی‌داری مشاهده شد. به طوری که دانشجویان ورودی بهمن ماه اضطراب بیشتری نسبت به دانشجویان ورودی مهر ماه داشتند. با توجه به اینکه دانشجویان بر اساس رتبه کنکور، به ورودی‌های مهر و بهمن تقسیم‌بندی می‌شوند، شاید یک ترم انتظار برای ورود به دانشگاه در دانشجویان ورودی بهمن‌ماه و پیرو آن رقابت با دانشجویان ورودی مهرماه، موجب افزایش اضطراب امتحان در آن‌ها گردیده است.

در این تحقیق، ارتباط آماری اضطراب امتحان و معدل کل در سطح ۰/۰۵ ۵ معنی‌دار و معکوس بود. بدین معنی که هر چه اضطراب امتحان بیشتر بود، دانشجویان از معدل کل کمتری برخوردار بودند؛ هر چند نتایج این تحقیق متفاوت با نتایج مطالعه چراغیان و همکاران می‌باشد که در آن ارتباط معنی‌دار آماری بین اضطراب امتحان با عملکرد تحصیلی (معدل کل) به دست نیامده است (۲۰). در مطالعه Mark و همکاران نیز ارتباط معنی‌داری بین اضطراب امتحان دانشجویان و معدل تحصیلی مشاهده نشد و دانشجویان دختر با اضطراب امتحانی بالاتر، از معدل تحصیلی بیشتری برخوردار بودند (۲۵). اما Cassady در مطالعه خود نشان داد که افراد با اضطراب امتحان بالاتر، عملکرد تحصیلی ضعیف‌تری داشتند و در مطالعه وی این ارتباط از نظر آماری معنی‌دار بود (۲۶). نتایج Vitasari و همکاران نیز حاکی از آن بود که بین اضطراب در سطح بالا با عملکرد تحصیلی دانشجویان ارتباط معنی‌داری در سطح $r = -۰/۲۶۴$ و $P < ۰/۰۰۱$ وجود داشته است (۲۷).

از محدودیت‌های این پژوهش، می‌توان به حالات روحی روانی فرد در زمان تکمیل پرسش‌نامه، صرف وقت و صداقت در پاسخ‌گویی و درک و شناخت مناسب از خود اشاره نمود که از شرایط اساسی صحت و سلامت تحقیق می‌باشد و ممکن است برخی عوامل، این مسأله را مخدوش نموده باشد. از محدودیت‌های دیگر مطالعه می‌توان به کمبود منابع و تحقیقات علمی در مورد موضوع تحقیق به خصوص در رشته مامایی اشاره کرد.

نتیجه‌گیری

در این پژوهش ارتباط معنی‌داری در جهت معکوس بین سطح اضطراب امتحان با عملکرد تحصیلی به دست آمد. از آنجا که اضطراب امتحان پدیده‌ای چندعاملی است و عوامل مختلفی بر ایجاد و تداوم آن تأثیر می‌گذارند و میزان اضطراب امتحان دانشجویان مقدار قابل توجهی است، شاید بتوان در کمک به یادگیری دانشجویان برای مدیریت مؤثر اضطراب- که یک

www.mui.ac.ir

وظیفه چالش‌انگیز است- از طریق یک تلاش گروهی صادقانه با همکاری دانشجویان، والدین، استادان، مشاوران تحصیلی و مدیران دانشگاه، به راه‌هایی که به طور فعال موجب کاهش اضطراب امتحان می‌گردد، دست یافت؛ زیرا امتحان رکن جدایی ناپذیر آموزش است و هنگامی که دانشجویان در طول امتحان مضطرب باشند، با احتمال کمتری پتانسیل علمی خود را ارایه می‌دهند.

تشکر و قدردانی

بدینوسیله از اعضای شورای پژوهشی دانشکده پرستاری و مامایی و دانشجویان مامایی دانشگاه آزاد اسلامی واحد نجف‌آباد که در این پژوهش شرکت نمودند، قدردانی می‌گردد.

References

1. Latas M, Pantic M, Obradovic D. [Analysis of test anxiety in medical students]. Med Pregl 2010; 63(11-12): 863-6.
2. Brown LA, Forman EM, Herbert JD, Hoffman KL, Yuen EK, Goetter EM. A randomized controlled trial of acceptance-based behavior therapy and cognitive therapy for test anxiety: a pilot study. Behav Modif 2011; 35(1): 31-53.
3. Schaefer A, Matthess H, Pfitzer G, Kohle K. Mental health and performance of medical students with high and low test anxiety. Psychother Psychosom Med Psychol 2007; 57(7): 289-97.
4. Pless A. Treatment of Test Anxiety: A Computerized Approach [PhD Thesis]. Michigan: Central Michigan University; 2010.
5. Markman U, Balik C, Braunstein-Bercovitz H, Ehrenfeld M. The effect of nursing students' health beliefs on their willingness to seek treatment for test anxiety. J Nurs Educ 2011; 50(5): 248-52.
6. Heravi Karimoei M, Jadid Milani M. The effects ofrelaxationexercisesontest anxietylevels ofstudents. Journal of Mazandaran University of Medical Sciences 2004; 14(43): 86-91.
7. Hembree R. Correlates, causes, effects, and treatment of test anxiety. REVIEW OF EDUCATIONAL RESEARCH 1988; 58(1): 47-77.
8. Jing HE. Analysis on the Relationship among test Anxiety, self-concept and academic competency. J us- chines Foreign Language 2007; 5(1): 48-51.
9. Zeidner M. Test Anxiety: The State of the Art. New York: Springer; 1998.
10. Edelman M, Ficorelli C. A measure of success: nursing students and test anxiety. J Nurses Staff Dev 2005; 21(2): 55-9.
11. Chamberlain M. Challenges of clinical learning for student midwives. Midwifery 1997; 13(2): 85-91.
12. Brewer T. Test-taking anxiety among nursing & general college students. J Psychosoc Nurs Ment Health Serv 2002; 40(11): 22-9.
13. Moadeli Z, Ghazanfari Hesamabadi M. Level of test anxiety in nursing and midwifery students in school of Hazrate Fateme. Strides in Development of Medical Education 2004; 1(2): 65-72. [In Persian].
14. Sreeramareddy CT, Shankar PR, Binu VS, Mukhopadhyay C, Ray B, Menezes RG. Psychological morbidity, sources of stress and coping strategies among undergraduate medical students of Nepal. BMC Med Educ 2007; 7: 26.
15. Baldwin DR, Chambliss LN, Towler K. Optimism and Stress: An African-American College Student Perspective. College Student Journal 2003; 37: 276-85.
16. Jomepour A. Emancipation of test anxiety. 1st ed. Mashhad: Faraangizesh Press; 2006. [In Persian].
17. Beyabangard A. Test Anxiety. 2nd ed. Tehran: Farhange Eslami Press; 2007. [In Persian].
18. Sarason IG. Test anxiety: theory, research, and applications. Hillsdale, NJ: L. Erlbaum Associates; 1980.
19. Saheb Alzamani M, Zirak A. Students Learning and Study Strategies in Isfahan University of Medical Sciences and their relationship with Test Anxiety. Iranian Journal of Medical Education 2011; 11(1): 58-68. [In Persian].
20. Cheraghian B, Fereidooni- Moghadam M, Baraz-Pardejani SH, Bavarsad N. Test Anxiety and its Relationship with Academic Performance among Nursing Students. Knowledge & Health 2008; 3(3-4): 25-9. [In Persian].
21. Hashmat S, Hashmat M, Amanullah F, Aziz S. Factors causing exam anxiety in medical students. J Pak Med Assoc 2008; 58(4): 167-70. [In Persian].
22. Sansgiry SS, Bhosle M, Sail K. Factors that affect academic performance among pharmacy students. Am J Pharm Educ 2006; 70(5): 104.

23. Narimany M, Eslamdost S, Gafary M. A Causal Investigation of Test Anxiety and Its Coping Methods Among College Students. Quarterly journal of Research and Planning in Higher Education 2006; 1(1): 23-40. [In Persian].
24. Dordi Nejad FG, Hakimi H, Ashouri M, Dehghani M, Zeinali Z, Daghighi MS, et al. On the relationship between test anxiety and academic performance. Procedia - Social and Behavioral Sciences 2011; 15(0): 3774-8.
25. Chapell MS, Blanding ZB, Silverstein ME, Takahashi M, Newman B, Gubi A, et al. Test Anxiety and Academic Performance in Undergraduate and Graduate Students. Journal of Educational Psychology 2005; 97(2): 268-74.
26. Cassady JC. The Influence of Cognitive Test Anxiety across the Learning-Testing Cycle. Learning and Instruction 2004; 14(6): 569-92.
27. Vitasari P, Wahab MNA, Othman A, Herawan T, Sinnadurai SK. The Relationship between Study Anxiety and Academic Performance among Engineering Students. Procedia - Social and Behavioral Sciences 2010; 8: 490-7.

www.mui.ac.ir

Relationship between Test Anxiety and Academic Performance among Midwifery Students

***Faridokh Yazdani*[1], *Bahram Soleimani*[2]**

Abstract

Background: Anxiety is a basic human emotion. However, when taken to extremes it may produce unwarranted results. One of the most threatening events that cause anxiety in students today is testing. This study investigated the relationship between test anxiety and academic performance of Midwifery students in Islamic Azad University, Najaf Abad branch.

Methods: In this descriptive-sectional study, 114 midwifery students of Najaf Abad branch were selected in 2011. Data were collected via a two component questionnaire including demographic data and Sarason test anxiety questionnaire that were completed self directed in June. The data were analyzed by SPSS (16.0) software, using Pierson and spearman correlation coefficient and analysis of variance with significance level of 0.05.

Findings: In this study, students' test anxiety score was 17.08. 33 (28.9%) of students had low test anxiety level, 51 (44.7%) moderate and 30 (26.3%) had severe anxiety. There was a statistically significant correlation ($p = 0.044$, $r = 0.189$), between test anxiety and academic performance of midwifery students.

Conclusion: Given the considerable high level of test anxiety in midwifery students and its significant reverse correlation with academic performance, helping students learn to effectively manage anxiety is a challenge that requires a team effort.

Key words: Test Anxiety, Academic Performance, Midwifery Students

1- Lecture, Department of Nursing, Najafabad Branch, Islamic Azad University, Isfahan, Iran.
Email: f-yazdani@pnu.iaun.ac.ir
2- Assistant professor, Department of Family Health, Najafabad Branch, Islamic Azad University, Isfahan, Iran.