گزارش کوتاه
مجله دانشگاه علوم پزشکی رفسنجان
دوره ۱۷، خرداد ۱۳۹۷، ۲۸۲-۲۷۵

شیوع اضطراب امتحان در دانشجویان دانشکده بهداشت دانشگاه علوم پزشکی سمنان در سال ۱۳۹۵: یک گزارش کوتاه

میثم کرمی[۱]، علیرضا دهدشتی[۲]، مهشید بهرامی[۳]

دریافت مقاله: ۹۶/۱۰/۱۶ ارسال مقاله به نویسنده جهت اصلاح: ۹۶/۱۱/۲۳ دریافت اصلاحیه از نویسنده: ۹۷/۲/۱۵ پذیرش مقاله: ۹۷/۲/۲۲

چکیده

زمینه و هدف: اضطراب امتحان از شایع‌ترین مشکلات روانی در بین دانشجویان محسوب می‌شود که می‌تواند در عملکرد تحصیلی فرد و موفقیت آن در امتحان اختلال ایجاد کند، لذا این مطالعه با هدف بررسی شیوع اضطراب امتحان در دانشجویان دانشکده بهداشت دانشگاه علوم پزشکی سمنان در سال ۱۳۹۵ انجام شد.

مواد و روش‌ها: در این مطالعه مقطعی، تعداد ۱۴۳ نفر از دانشجویان دانشکده بهداشت دانشگاه علوم پزشکی سمنان به روش سرشماری در سال ۱۳۹۵ مورد مطالعه قرار گرفتند. برای جمع آوری داده‌ها از پرسش‌نامه اضطراب امتحان Abolghasemi استفاده شد. از آنالیز واریانس یک‌طرفه و آزمون t مستقل جهت تجزیه و تحلیل داده‌های آماری استفاده شد.

یافته‌ها: میانگین و انحراف معیار سنی دانشجویان ۳/۵۳±۲۰/۷۱ سال بود. ۱۶ نفر (۱۱/۲٪) از دانشجویان، اضطراب امتحان نداشتند، ۶۸ نفر (۴۷/۵٪) اضطراب کم، ۳۸ نفر (۲۶/۶٪) اضطراب متوسط و ۲۱ نفر (۱۴/۷٪) اضطراب زیاد داشتند. رابطه معنی‌داری بین جنسیت (P=۰/۰۰۳)، ترم تحصیلی (P=۰/۰۳۸)، تحصیلات پدر (P=۰/۰۴۲)، تحصیلات مادر (P=۰/۰۳۳)، مصرف داروی آرام‌بخش (P=۰/۰۰۴) و محیط برگزاری امتحان (P=۰/۰۳۹) با سطح اضطراب امتحان مشاهده شد.

نتیجه‌گیری: نتایج از شیوع بالای اضطراب امتحان در بین دانشجویان حکایت داشت و با توجه به تأثیر منفی آن بر عملکرد تحصیلی دانشجویان، برگزاری کلاس‌های روان‌شناسی قبل از برگزاری امتحان توسط اساتید راهنما و مشاورین پیشنهاد می‌شود. با توجه به سطح بالای اضطراب دانشجویان دختر، توجه بیشتر به این گروه از دانشجویان ضروری به نظر می رسد.

واژه‌های کلیدی: اضطراب امتحان، دانشجویان، سمنان

۱- دانشجوی کارشناسی بهداشت محیط، کمیته تحقیقات دانشجویی، دانشگاه علوم پزشکی سمنان، سمنان، ایران
۲- (نویسنده مسئول) دانشیار، مرکز تحقیقات عوامل اجتماعی مؤثر بر سلامت، دانشگاه علوم پزشکی سمنان، سمنان، ایران
تلفن: ۰۲۳-۳۵۲۲۰۱۴۷، دور نگار: ۰۲۳-۳۵۲۲۰۱۴۰، پست الکترونیکی: dehdashti@semums.ac.ir
۳- دانشجوی کارشناسی بهداشت حرفه‌ای، کمیته تحقیقات دانشجویی، دانشگاه علوم پزشکی سمنان، سمنان، ایران

مقدمه

یکی از گسترده‌ترین قلمروهای ادبیات تحقیق در چند دهه گذشته، اضطراب و عوامل وابسته به آن بوده است. گزارشات اخیر بیانگر آن است که شایع‌ترین مشکل روانی در جمعیت عمومی، اختلالات اضطرابی هستند که یکی از اشکال این اختلالات، اضطراب امتحان (Test anxiety) می‌باشد [۱]. نیم قرن پیش، Sarason بیان کرد ما در یک فرهنگ آزمون دادن، زندگی می‌کنیم که انسان‌ها برای تعیین سرنوشت خود در آن شرکت می‌کنند [۲]. در همین راستا امروزه یکی از نگرانی‌ها و دغدغه‌های نظام آموزش عالی، مسأله اضطراب امتحان می‌باشد که تحمل آن برای بسیاری از دانشجویان دشوار بوده، به طوری که این اضطراب می‌تواند منجر به بروز اختلال در عملکرد حین اجرای امتحان و نیز ایجاد مشکلات روحی-روانی در فرد شود [۳]. به‌طور معمول اغلب دانشجویان قابلیت‌ها و توانایی‌های مناسبی از نظر تخصصی دارند، اما به‌علت اضطراب شدید امتحان ممکن است نتوانند از توانایی‌های خود به خوبی استفاده نمایند و این امر می‌تواند بر عملکرد و موفقیت تحصیلی دانشجویان اثر نامطلوبی داشته باشد. با توجه به اثرات نامطلوب اضطراب امتحان و پیامدهای ناشی از آن، باید منابع اضطراب مشخص و مورد ارزیابی قرار گیرد [۴]. اضطراب در حد کم و سازنده در دوره برگزاری امتحانات باعث افزایش تکاپو و انگیزه دانشجو خواهد شد، اما اگر مقدار آن از حد تعادل فراتر رود باعث اختلال در عملکرد شخص می‌شود و می‌تواند منجر به تهدید زندگی حرفه‌ای فرد مبتلاء گردد [۵].

در مطالعه Cheraghian و همکاران شیوع اضطراب امتحان در بین دانشجویان پرستاری آبادان، ۸۶٪ گزارش شده است [۱]. هم‌چنین نتایج مطالعه در ایالت متحده آمریکا نشان می‌دهد که سالانه در حدود ۱۵٪ دانشجویان این کشور اضطراب امتحان را تجربه می‌نمایند [۶]. با توجه به طبیعت پر استرس رشته‌های علوم پزشکی و شرایط خاص تحصیلی از جمله گستردگی مطالب درسی و استرس دائمی امتحانات، بررسی سلامت عمومی این دانشجویان ضروری به‌نظر می‌رسد [۷]. در همین راستا به نظر می‌رسد که انجام مطالعات و پژوهش‌های مختلف در محیط‌های دانشگاهی در زمینه اضطراب امتحان دانشجویان می‌تواند در شناخت عوامل و پیامدهای ناشی از آن مفید باشد و منجر به ارائه راهکاری‌های مناسب در جهت بهبود عملکرد تحصیلی و موفقیت دانشجویان شود. بنابراین این مطالعه با هدف تعیین شیوع اضطراب امتحان در دانشجویان دانشکده بهداشت دانشگاه علوم پزشکی سمنان در سال ۱۳۹۵، انجام شده است.

مواد و روش‌ها

مطالعه حاضر از نوع مقطعی است که در نیم‌سال دوم تحصیلی ۹۶-۱۳۹۵ در دانشکده بهداشت دانشگاه علوم پزشکی سمنان انجام شد. برای ورود به مطالعه از دانشجویان رشته‌های بهداشت محیط، بهداشت حرفه‌ای و بهداشت عمومی مشغول به تحصیل در نیم‌سال دوم سال تحصیلی ۹۶-۱۳۹۵ به غیر از دانشجویان کارآموز استفاده شد. هم‌چنین معیار خروج نمونه‌ها، عدم تمایل به شرکت در مطالعه و عدم تکمیل کامل پرسش‌نامه در نظر گرفته شد. پس از دریافت لیست دانشجویان واجد شرایط از امور دانشجویی دانشکده که در مجموع ۱۶۶ نفر بودند، در نهایت ۱۴۳ دانشجو وارد مطالعه شدند. پس از انجام هماهنگی‌های لازم با مسئولین آموزش دانشکده بهداشت، پرسش‌نامه آماده شده در سر جلسه امتحان و قبل از برگزاری امتحان توزیع و پس از تکمیل، جمع‌آوری شد. شرکت در مطالعه اختیاری و با رضایت‌مندی آگاهانه بوده است. هم‌چنین در خصوص محرمانه بودن اطلاعات و

جنبه‌های اخلاقی آن به دانشجویان اطمینان خاطر داده شد. به منظور گردآوری داده‌ها در این پژوهش از پرسش‌نامه بی‌نام استفاده شد که شامل دو بخش بود؛ بخش اول مربوط به ویژگی‌های فردی: که حاوی ۱۲ سؤال بود. بخش دوم مربوط به پرسش‌نامه اضطراب امتحان Abolghasemi: دارای ۲۵ سؤال بود [۸]. پایایی و روایی پرسش‌نامه ها در مطالعه قبلی سنجیده شده بود که پایایی بازآزمایی ۰/۸۸ و همسانی درونی ۰/۹۵ و روایی معیار ۰/۷۲ داشت [۱]. هر یک از سؤالات پرسش‌نامه مذکور بر اساس مقیاس لیکرت چهار گزینه‌ای هرگز (۰)، به‌ندرت (۱)، گاهی اوقات (۲) و اغلب اوقات (۳) نمره‌گذاری شده بود. حداقل نمره صفر و حداکثر ۷۵ بود که هر چه نمره فرد بالاتر باشد، نشان‌دهنده میزان اضطراب بیش‌تر است که بدین ترتیب نمرات کمتر یا مساوی ۱۲ به‌عنوان نبود اضطراب، نمرات ۱۳ تا ۳۷ اضطراب کم، نمرات ۳۸ تا ۶۲ اضطراب متوسط و نمرات بالاتر از ۶۲ به‌عنوان اضطراب زیاد در نظر گرفته شد [۱]. جهت تجزیه و تحلیل اطلاعات جمع‌آوری شده از نرم افزار آماری SPSS با نسخه ۲۲ استفاده شد. به‌منظور تجزیه و تحلیل داده‌های آماری از واریانس یک‌طرفه و آزمون t مستقل بهره گرفته شد. سطح معنی‌داری در آزمون‌ها ۰/۰۵ در نظر گرفته شد.

نتایج

از مجموع ۱۴۳ دانشجوی مورد بررسی ۷۱/۳٪ (۱۰۲ نفر) دختر و ۲۸/۷٪ (۴۱ نفر) پسر بودند. میانگین و انحراف معیار سنی افراد ۳/۵۳±۲۰/۷۱ سال و در محدوده ۱۸-۳۷ سال قرار داشت. در این مطالعه، ۱۳۱ نفر (۹۱/۶٪) مجرد و بقیه متأهل بودند. هم‌چنین ۱۱۵ نفر (۸۰/۴٪) غیر بومی و ۱۲۴ نفر (۸۶/۷٪) ساکن خوابگاه‌های دانشجویی بودند.

فراوانی دانشجویان از لحاظ ترم تحصیلی به‌ترتیب ۵۷ نفر (۳۹/۹٪) ترم یک، ۱۵ نفر (۱۰/۵٪) ترم دوم، ۲۹ نفر (۲۰/۳٪) ترم سوم و ۴۲ نفر (۲۹/۴٪) در ترم پنجم مشغول به تحصیل بودند. هم‌چنین ۴۱ نفر (۲۸/۷٪) دانشجوی رشته بهداشت عمومی، ۵۲ نفر (۳۶/۳٪) بهداشت محیط و ۵۰ نفر (۳۵٪) بهداشت حرفه‌ای بودند. ۸۴/۶٪ (۱۲۱ نفر) در مقطع کارشناسی پیوسته مشغول به تحصیل بودند. ۸۳ نفر (۵۸/۱٪) تحصیلات پدرشان و ۹۲ نفر (۶۴/۳٪) تحصیلات مادرشان زیر دیپلم بود. هم‌چنین بر اساس اطلاعات داده‌ها ۱۸ نفر (۱۲/۶٪) سابقه مصرف داروهای آرام‌بخش، ۴۷ نفر (۳۲/۹٪) نامناسب بودن محیط برگزاری امتحانات را گزارش نمودند.

در خصوص سطح اضطراب امتحان نیز میانگین و انحراف معیار اضطراب امتحان دانشجویان ۱/۷۶±۳۳/۰۸ و در محدوده ۷۵-۲ قرار داشت. در همین راستا ۱۶ نفر (۱۱/۲٪) فاقد اضطراب، ۶۸ نفر (۴۷/۵٪) اضطراب کم، ۳۸ نفر (۲۶/۶٪) اضطراب متوسط و ۲۱ نفر (۱۴/۷٪) اضطراب زیاد داشتند. جدول ۱، مقایسه سطح اضطراب امتحان دانشجویان بر حسب متغیرهای مختلف و ارتباط آماری آن با سطح اضطراب امتحان را نشان می‌دهد.

بر اساس اطلاعات جدول ۱ با افزایش ترم تحصیلی به‌طور معنی داری از شدت اضطراب امتحان دانشجویان کاسته می‌شد (P=۰/۰۳۸). هم‌چنین میزان اضطراب امتحان در بین دانشجویان دختر در مقایسه با دانشجویان پسر از شدت بالاتری برخوردار بود (P=۰/۰۰۳). تجزیه و تحلیل داده‌های آماری بیانگر رابطه معنی‌دار بین سطح تحصیلات والدین با شدت اضطراب امتحان دانشجویان بود (P<۰/۰۵). به طوری که با افزایش سطح تحصیلات والدین، سطح اضطراب امتحان دانشجویان نیز افزایش می‌یافت. ارتباط آماری معنی‌داری بین محیط برگزاری امتحانات با سطح اضطراب دانشجویان نیز مشاهده شد

(P=۰/۰۳۹)، به‌عبارتی افرادی که از محیط برگزاری امتحان ناراضی بودند، سطح اضطراب امتحان در آن‌ها بالاتر بوده است. هم‌چنین شدت اضطراب امتحان در دانشجویانی که سابقه مصرف داروی آرام بخش را گزارش نمودند به‌طور معنی داری کمتر از سایرین بود (P=۰/۰۰۴). سایر متغیرهای فردی مثل سن، رشته تحصیلی، مقطع تحصیلی، وضعیت تأهل، وضعیت بومی و نوع اسکان با اضطراب امتحان دانشجویان رابطه معنی داری را نشان نداد.

جدول ۱- سطح اضطراب امتحان دانشجویان دانشکده بهداشت دانشگاه علوم پزشکی سمنان بر حسب ویژگی‌های فردی در سال ۱۳۹۵

متغیرهای فردی		بدون اضطراب	اضطراب کم	اضطراب متوسط	اضطراب شدید	انحراف	مقدار
		تعداد (٪)	تعداد (٪)	تعداد (٪)	تعداد (٪)	میانگین±معیار	
سن (سال)	۱۸-۲۲	۱۹(۲۶/۱)	۳۱(۴۲/۵)	۱۸(۲۴/۶)	۵(۶/۸)	۳۴/۶۷±۱/۸۲	۰/۷۸۱
	۲۳-۲۷	۸(۱۶/۶)	۲۷(۵۶/۲)	۱۱(۲۳)	۲(۴/۲)	۳۳/۸۸±۱/۴۵	
	≥ ۲۸	۳(۱۳/۶)	۱۳(۵۹/۱)	۵(۲۲/۸)	۱(۴/۵)	۳۳/۲۰±۱/۷۶	
رشته تحصیلی	بهداشت عمومی	۳(۷/۳)	۲۲(۵۳/۷)	۱۲(۲۹/۳)	۴(۹/۸)	۳۲/۶۵±۱/۵۳	۰/۸۰۱
	بهداشت محیط	۷(۱۳/۵)	۲۳(۴۴/۲)	۱۴(۲۶/۹)	۸(۱۵/۴)	۳۳/۱۹±۱/۸۱	
	بهداشت حرفه‌ای	۶(۱۲)	۲۳(۴۶)	۱۲(۲۴)	۹(۱۸)	۳۳/۳۲±۱/۹۱	
مقطع تحصیلی	کارشناسی‌ناپیوسته	۱(۶/۶)	۹(۶۰)	-	۵(۳۳/۳)	۳۶/۷۳±۲/۱۱	۰/۷۳۶
	کارشناسی‌پیوسته	۱۴(۱۱/۶)	۵۷(۴۷/۱)	۳۵(۲۸/۹)	۱۵(۱۲/۴)	۳۲/۶۵±۱/۷۲	
	کارشناسی ارشد	۲(۲۸/۵)	۳(۴۲/۹)	۱(۱۴/۳)	۱(۱۴/۳)	۳۳/۳۹±۱/۸۵	
ترم تحصیلی	ترم یک	۴(۷/۱)	۱۹(۳۳/۳)	۲۳(۴۰/۳)	۱۱(۱۹/۳)	۳۸/۱۰±۱/۵۳	۰/۰۳۸
	ترم دوم	۵(۳۳/۳)	۵(۳۳/۳)	۴(۲۶/۷)	۱(۶/۷)	۳۱/۶۳±۲/۱۰	
	ترم سوم	۱۲(۴۱/۴)	۱۰(۳۴/۵)	۵(۱۷/۲)	۲(۶/۹)	۲۵/۱۷±۲/۰۷	
	ترم پنجم	۲۱(۵۰)	۱۳(۳۱)	۷(۱۶/۶)	۱(۲/۴)	۲۳/۸۳±۱/۶۹	
جنسیت	دختر	۸(۷/۸)	۴۳(۴۲/۲)	۳۴(۳۳/۳)	۱۷(۱۶/۷)	۳۶/۵۶±۱/۶۷	۰/۰۰۳
	پسر	۸(۱۹/۵)	۲۵(۶۱)	۴(۹/۸)	۴(۹/۸)	۲۴/۴۱±۱/۷۲	
وضعیت تأهل	مجرد	۱۵(۱۱/۵)	۶۲(۴۷/۳)	۳۵(۲۶/۷)	۱۹(۱۴/۵)	۳۳/۲۶±۱/۷۴	۰/۹۹۷
	متأهل	۱(۸/۴)	۳(۲۵)	۴(۳۳/۳)	۴(۳۳/۳)	۳۴/۰۸±۲/۰۳	
سطح تحصیلات پدر	زیر دیپلم	۳۷(۴۴/۶)	۲۴(۲۸/۹)	۱۹(۲۲/۹)	۳(۳/۶)	۳۰/۹۲±۱/۲۶	۰/۰۴۲
	دیپلم و بالاتر	۱۷(۲۸/۴)	۱۶(۲۶/۶)	۲۰(۳۳/۳)	۷(۱۱/۷)	۳۹/۵۴±۱/۶۷	
سطح تحصیلات مادر	زیر دیپلم	۲۶(۲۸/۳)	۵۱(۵۵/۴)	۱۱(۱۲)	۴(۴/۳)	۲۹/۳۳±۱/۷۷	۰/۰۳۳
	دیپلم و بالاتر	۱۳(۲۵/۵)	۱۶(۳۱/۴)	۱۲(۲۳/۵)	۱۰(۱۹/۶)	۴۰/۱۵±۲/۰۹	
استفاده از داروهای آرام‌بخش	بله	-	۶(۳۳/۳)	۶(۳۳/۳)	۶(۳۳/۳)	۴۴/۳۳±۱/۷۶	۰/۰۰۴
	خیر	۱۶(۱۲/۸)	۶۲(۴۹/۶)	۳۲(۲۵/۶)	۱۵(۱۲)	۳۱/۴۶±۱/۷۱	
مناسب بودن محیط برگزاری امتحان	بله	۲۱(۲۱/۹)	۴۵(۴۶/۹)	۲۳(۲۳/۹)	۷(۷/۳)	۳۱/۶۶±۲/۱۹	۰/۰۳۹
	خیر	۳(۶/۴)	۱۵(۳۱/۹)	۱۸(۳۸/۳)	۱۱(۲۳/۴)	۴۰/۴۹±۱/۸۳	
وضعیت بومی	بومی	۴(۱۴/۳)	۱۳(۴۶/۴)	۷(۲۵)	۴(۱۴/۳)	۳۳/۵۷±۱/۷۴	۰/۸۵۹
	غیر بومی	۱۲(۱۰/۴)	۵۵(۴۷/۸)	۳۱(۲۷)	۱۷(۱۴/۸)	۳۲/۹۶±۱/۷۷	
نوع اسکان	خوابگاه	۱۵(۱۲/۱)	۵۷(۴۶)	۳۲(۲۵/۸)	۲۰(۱۶/۱)	۳۳/۴۵±۱/۸۱	۰/۱۶۶
	غیر خوابگاه	۱(۵/۳)	۱۱(۵۷/۹)	۶(۳۱/۶)	۱(۵/۳)	۳۰/۶۳±۱/۳۸	

****آنالیز واریانس یک‌طرفه، آزمون t مستقل، P<۰/۰۵ اختلاف معنی‌دار***

توزیع فراوانی پاسخ دانشجویان مورد مطالعه به سؤالات پرسش‌نامه اضطراب امتحان Abolghasemi نشان داد که بیش‌ترین سطح اضطراب امتحان دانشجویان به‌ترتیب با میانگین و انحراف معیار ۱/۷۹±۰/۹۶ و ۱/۷۶±۱/۰۳ مربوط به "دلواپسم که مبادأ در امتحاناتم نمره خوبی نگیرم" و "هر چه سؤالات امتحان دشوارتر باشد نگرانی و

دلهره‌ام در جلسه امتحان بیشتر می‌شود" بود. هم‌چنین کمترین سطح اضطراب امتحان به‌ترتیب با میانگین و انحراف معیار ۰/۸۹±۰/۹۳ و ۰/۹۶±۱/۰۲ مربوط به سؤالات "هنگام امتحان آن قدر عصبی می‌شوم که نمی‌توانم سؤالات را به‌درستی بخوانم" و "نگرانی و ترس از امتحان باعث می‌شود که سؤالات را جا به جا جواب بدهم" بوده است.

بحث

هدف مطالعه، تعیین سطح اضطراب امتحان دانشجویان دانشکده بهداشت دانشگاه علوم پزشکی سمنان بود. به‌طور کلی نتایج این تحقیق از شیوع بالای اضطراب امتحان در بین دانشجویان حکایت داشت. در این تحقیق بیش از ۸۸ درصد دانشجویان مورد بررسی، درجاتی از اضطراب امتحان را گزارش نمودند. در راستای مطالعه ما، نتایج Cheraghian و همکاران نشان دهنده شیوع بالای اضطراب در اکثر واحدهای مورد پژوهش بوده است [۱]، در حالی که نتایج Moaddeli و همکاران بیانگر آن بود که بیش از ۹۰٪ دانشجویان مورد مطالعه، اضطراب امتحان را در حد کم تجربه نمودند [۳]. در توجیه تفاوت سطح اضطراب امتحانات دانشجویان مورد ارزیابی می‌توان چنین استنباط نمود که تأثیر پذیری علل گوناگون و برداشت‌های شخصی افراد می‌تواند در این زمینه دخیل باشد. برای مثال عواملی چون سختی سؤالات امتحانی، ترس از کم شدن نمره و یا برخی از رویه‌های سخت‌گیرانه از جانب اساتید و دانشگاه می‌تواند از عوامل مؤثر در این زمینه باشد [۹]. هم‌چنین ممکن است این اختلاف به‌دلیل متفاوت بودن ابزار سنجش باشد. در این پژوهش با افزایش ترم تحصیلی، میزان اضطراب امتحان دانشجویان، به‌طور معنی‌داری روند کاهشی داشته است. احتمال می‌رود بالا رفتن ترم تحصیلی دانشجویان منجر به آشنایی بیش‌تر آن‌ها با نحوه سؤالات اساتید و نیز نحوه برگزاری امتحانات شده باشد که به‌نظر می‌رسد این موضوع باعث کاهش نمره اضطراب امتحانات افراد گردیده است [۱]. مطالعات مختلف نشان داده است که عدم تمرکز، حواس‌پرتی و محیط نامناسب برگزاری امتحان می‌تواند به‌طور مستقیم بر عملکرد و ایجاد اضطراب در بین دانشجویان تأثیرگذار باشد [۱۰]. در همین راستا در این تحقیق بین اضطراب امتحان با محیط برگزاری امتحان ارتباط معنی داری مشاهده شد که در آن دانشجویانی که از محیط برگزاری امتحان ناراضی بودند، سطح اضطراب امتحان در آن‌ها به مراتب بیشتر از سایرین بود، لذا پیشنهاد می‌شود تا در حد امکان شرایط محیط برگزاری امتحانات مطلوب باشد. هم‌چنین با شناسایی عوامل محیطی مداخله کننده در ایجاد اضطراب دانشجویان در سر جلسه امتحان، به نظر می‌رسد تا حدودی بتوان این عامل تأثیرگذار را حذف نمود. به طور کلی مطالعه ما نشان داد که بین میزان اضطراب امتحان دانشجو با سطح تحصیلات والدین ارتباط معنی‌داری وجود دارد. این ارتباط در پژوهش Moaddeli و همکاراش نیز مشاهده شد [۳]. به‌نظر می‌رسد والدین با درجه تحصیلات بالا به دلیل این‌که فرزندانشان نمرات بالاتری کسب کنند، فشار بیشتری به آنان وارد کرده و این امر سبب بالا رفتن سطح اضطراب امتحان آن‌ها می‌شود. بین متغیر مصرف داروهای آرام‌بخش و سطح اضطراب امتحان نیز رابطه معنی‌داری مشاهده شد. به طوری که، دانشجویانی که مصرف داروی آرام‌بخش را گزارش نمودند، به مراتب اضطراب بیشتری را در امتحانات نشان دادند. عملکرد و سلامت عاطفی دانشجویان تا حد قابل توجهی با اضطراب زیاد امتحان به‌خطر می‌افتد که به احتمال زیاد آن‌ها را مجبور به استفاده از داروهای آرام‌بخش می‌نماید. در همین راستا نتایج تحقیق Schaefer و همکاران نشان داد

که دانشجویانی که اضطراب امتحان در آن‌ها زیاد است، از نگرانی‌های اجتماعی بیشتری رنج می‌برند که در این گروه از دانشجویان تمایل مصرف دارو بیشتر بوده است [۱۱].

در خصوص مشخصات جمعیت شناختی، بین جنسیت و اضطراب امتحان دانشجویان مورد مطالعه رابطه معنی‌داری وجود داشت، به‌عبارتی میزان اضطراب امتحان در دانشجویان دختران بیشتر از پسران بود که این ارتباط با یافته‌های Farooqi و همکاران هم‌خوانی دارد [۱۲]، اما در مطالعه Oladipo و همکارش رابطه معنی‌داری بین جنسیت با میزان اضطراب امتحان دانشجویان مشاهده نشد [۱۳]. در مورد علل تفاوت اضطراب امتحان بین دانشجویان پسر و دختر می‌توان به جنبه‌های عاطفی و هیجانی آنان اشاره نمود. پژوهشی در انگلستان نشان می‌دهد که دختران نسبت به پسران، بیشتر از لحاظ هیجانی و عاطفی تحت تأثیر نتیجه امتحان قرار می‌گیرند و این مسأله باعث افزایش سطح اضطراب امتحان آنان نسبت به پسران می‌شود [۱۴]. از سوی دیگر دختران، اضطراب را به‌عنوان یک خصلت زنانه مورد پذیرش قرار می‌دهند و یاد می‌گیرند که در برابر آن تسلیم شوند اما پسران آن را تهدیدی برای ویژگی مردانگی خود تلقی می‌کنند. هم‌چنین می‌توان گفت این امر به‌علت آسیب پذیر بودن هرچه بیشتر دختران در برابر استرس‌ها و نیز وابستگی بیشتر آن‌ها به خانواده می‌باشد [۹]. با آموزش الگوهای صحیح مطالعه و یادگیری به دانشجویان می‌توان ضمن افزایش آمادگی شرکت در امتحانات و افزایش اعتماد به نفس، به آن‌ها در کنترل صحیح اضطراب امتحانی کمک نمود. هم‌چنین استفاده از توصیه‌های مشاورین تحصیلی دانشگاه برای آن دسته از دانشجویانی که سطوح بالای اضطرابی را تجربه می‌کنند، مثمر ثمر خواهد بود [۱۵].

از محدودیت‌های این پژوهش، می‌توان به حالات روحی-روانی دانشجویان 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 مسئله را مخدوش نموده باشد. لذا پیشنهاد می‌گردد در مطالعات آینده این روابط مجدداً مورد بررسی قرار گیرد تا بتوان از نتایج حاصله با قاطعیت بیش‌تری در برنامه‌ریزی‌ها استفاده نمود.

نتیجه‌گیری

با توجه به این‌که اکثریت دانشجویان مورد بررسی درجاتی از اضطراب امتحان را تجربه نموده‌اند، لذا پیشنهاد می‌شود که اساتید راهنما و مشاورین دانشگاه‌ها با برگزاری کلاس‌های آموزشی و مشاوره‌ای در این زمینه، دانشجویان را از لحاظ روحی-روانی برای برگزاری امتحانات آماده سازند تا کمتر دچار اضطراب شوند. هم‌چنین با توجه به این‌که دانشجویان دختر از سطح اضطراب بالاتری نسبت به دانشجویان پسر برخوردار بودند، به‌نظر می‌رسد تقویت دفاتر مشاوره در دانشگاه‌ها و استفاده از نیروهای متخصص در آن و ایجاد بستری برای شناسایی اختلالات اضطرابی در دانشجویان دختر می‌تواند در جهت رفع مشکل اضطراب آنها امری مفید واقع شود.

تشکر و قدردانی

بدین وسیله از کارشناسان مسئول برگزاری امتحانات که ما را در انجام این پژوهش یاری نمودند و هم‌چنین از دانشجویان دانشکده بهداشت دانشگاه علوم پزشکی سمنان که در این مطالعه شرکت نمودند، صمیمانه قدردانی می‌گردد.

References

[1] Cheraghian B, Moghaddam MF, Baraz-Pardejani S, Bavarsad N. Test anxiety and its relationship with academic performance among nursing students. *J Knowledge & Health* 2008; 3(3-4): 25-9. [Farsi]

[2] Segool NK, Carlson JS, Goforth AN, Von Der Embse N, Barterian JA. Heightened test anxiety among young children: elementary school students'anxious responses to high- stakes Testing. *Psychology in the Schools* 2013; 50(5): 489-99.

[3] Moaddeli Z, Ghazanfari Hesamabadi M. A survey on the students' exam anxiety in the Fatemeh (P.B.U.H.) College of Nursing and Midwifery, Spring 2004. *SDMEJ* 2005; 1(2): 65-72. [Farsi]

[4] Pourghane P. Study of test anxiety among nursing students. *Development Strategies in Medical Education* 2016; 3(1): 1-9. [Farsi]

[5] Trifoni A, Shahini M. How does exam anxiety affect the performance of university students?. *Mediterranean J Social Sci* 2011; 2(2): 93-100.

[6] Hancock DR. Effects of test anxiety and evaluative threat on students' achievement and motivation. *J Edu Research* 2001; 94(5): 284-90.

[7] Heidari M, Shahbazi S. An Assessment of the Effect of Recitation of the Quran on Exam Anxiety in Nursing and Emergency Medicine Students. *SDMEJ* 2015; 12(1): 56-63. [Farsi]

[8] Abolghasemi A, Mehrabi zadeh A, Najjarian B, Shokrkon H. Inoculation training and systematic desensitization treatment effects on test anxiety in students. *J Psychology, Tarbiat Modarres Univer* 2004; 29: 1-19. [Farsi]

[9] Mohammadi MM, Parandin S. Evaluation of Exam Anxiety Level among Kermanshah University of Medical Sciences Students and its Association with Demographic Characteristics in 2014. *JMED* 2015; 10(3): 227-36. [Farsi]

[10] Narimany M, Eslamdost S, Gafary M. A causal investigation of test anxiety and its coping methods among college students. *JRPHE* 2006; 12(1): 23-40. [Farsi]

[11] Schaefer A, Matthess H, Pfitzer G, Köhle K. Mental health and performance of medical students with high and low test anxiety. *Psychother Psychosom Med Psychol* 2007; 57(7): 289-97.

[12] Farooqi YN, Ghani R, Spielberger CD. Gender differences in test anxiety and academic performance of medical students. *Inter J Psycho Behav Sci* 2012; 2(2): 38-43.

[13] Oladipo SE, Ogungbamila A. Demographic predictors of test anxiety among undergraduates. *Inter J Learn Develo* 2013; 3(1): 62-6.

[14] Putwain DW. Test anxiety in UK school children, prevalence and demographic patterns. *Br J Educ Psycho* 2007; 77(3): 579-93.

[15] Yazdani F. Test anxiety and academic performance of nursing students. *J Nursing Horizon* 2011; 1(1): 47-58. [Farsi]

Prevalence of Test Anxiety Among Public Health Students at Semnan University of Medical Sciences in 2017: A Short Report

M. Karami[1], A.R. Dehdashti[2], M. Bahrami[3]

Received: 27/12/2017 Sent for Revision: 12/02/2018 Received Revised Manuscript: 05/05/2018 Accepted: 12/05/2018

Background and Objectives: Test anxiety is one of the most common psychological problems among students, which can disturb the academic performance of a person and the success of the exam. Therefore, the aim of this study was to determine the test anxiety in students of the Health School of Semnan University of Medical Sciences in 2017.

Materials and Methods: In this cross-sectional study, 143 students from the Health School of Semnan University of Medical Sciences were studied by census method in 2017. The data collection tool was a questionnaire with 25 questions called Abolghasemi test anxiety. One-way ANOVA and idependent t-test were used for data analysis.

Results: The mean and standard deviation of the students' age was 20.71±3.53. 16 (11.2%) students did not have test anxiety, 68 (47.5%) had low anxiety, 38 (26.6%) had moderate anxiety, and 21 (14.7%) had high anxiety. A significant relationship was found between gender (p=0.003), semester (p=0.038), father's education (p=0.042), mother's education (p=0.033), taking sedative drugs (p=0.004), and quiz environment (p=0.039) and the level of exam anxiety.

Conclusion: Given the high prevalence of anxiety among students and due to the negative impact of anxiety on academic performance of students, psychology classes before exams are recommended by supervisors and advisers. Considering the high level of anxiety in female students, they have got to get more attention.

Key words: Test anxiety, Students, Semnan

Funding: This research was funded by Semnan University of Medical Sciences.

Conflict of interest: None declared.

Ethical approval: The Ethics Committee of Semnan University of Medical Sciences approved the study.

How to cite this article: Karami M, Dehdashti AR, Bahrami M. Prevalence of Test Anxiety Among Public Health Students at Semnan University of Medical Sciences in 2017: A Short Report. *Univ Med Sci* 2018; 17 (3): 275-82. [Farsi]

1- BSc Student of Environmental Health, Student Research Committee, Semnan University of Medical Sciences, Semnan, Iran
2- Associate Prof., Social Determinants of Health Research Center, Semnan University of Medical Sciences, Semnan, Iran, ORCID: 0000-0001-7361-2524
(Corresponding Author) Tel: (023) 35220147, Fax: (023) 35220140, Email: dehdashti@semums.ac.ir
3- BSc Student of Occupational Health, Student Research Committee, Semnan University of Medical Sciences, Semnan, Iran