# بررسی اضطراب ناشی از امتحان در دانشجویان پرستاری

**پرند پورقانع** [1]

[1] استادیار، آموزش پرستاری (توانبخشی قلبی)، گروه پرستاری، دانشکده پرستاری و مامایی و پیراپزشکی، دانشگاه علوم پزشکی گیلان، رشت، ایران

مجله راهبردهای توسعه در آموزش پزشکی دوره سوم شماره اول بهار و تابستان ۹۵ صفحات ۹-۱.

## چکیده

**مقدمه و هدف:** اضطراب امتحان شکل خاصی از اضطراب است و می‌تواند با نشانگان جسمی، شناختی و رفتاری همراه باشد. اضطراب خفیف سبب افزایش یادگیری شده، در صورتی که اضطراب شدید می‌تواند با کاهش یادگیری همراه باشد. با شناخت میزان اضطراب امتحان در دانشجویان می‌توان راه‌حل‌هایی را جهت کاهش آن در نظر گرفت. هدف تحقیق حاضر، تعیین سطح اضطراب امتحان دانشجویان پرستاری بود.

**روش‌ها:** این تحقیق، یک مطالعه توصیفی از نوع مقطعی و روش نمونه‌گیری سرشماری بود که شامل دانشجویان پرستاری ترم‌های دوم، چهارم و ششم در دانشکده پرستاری، مامایی و پیراپزشکی شرق گیلان (۷۳ نفر) شدند. ابزار تحقیق، پرسشنامه استانداردشده ساراسون بود که در دو نوبت بین دانشجویان توزیع گردیده است. از آزمون‌های توصیفی و همچنین، استنباطی مناسب تی تست زوجی و مستقل و آنالیز واریانس استفاده گردیده است.

**یافته‌ها:** نتایج نشان داد که بین نمرات اضطراب کسب‌شده قبل و حین امتحانات اختلاف معنی‌دار آماری دیده نشد . تنها در مورد ارتباط بین تحصیلات مادر و میزان اضطراب ارتباط معنی‌دار آماری دیده شد و ارتباط معنی‌دار آماری بین سایر متغیرها و میزان اضطراب دانشجویان دیده نشد.

**نتیجه‌گیری:** یافته‌های پژوهش بیانگر وجود اضطراب متوسط و کم در اکثریت دانشجویان بود که وجود چنین مقادیری از اضطراب جهت فراگیری بهتر مطالب ضروری به نظر می‌رسد. پیشنهاد می‌شود چنین پژوهشی در دانشگاه‌ها و همچنین دانشجویان سایر رشته‌ها انجام شود.

***کلیدواژه‌ها:*** اضطراب، امتحان، دانشجویان پرستاری

نویسنده مسئول:
پرند پورقانع
دانشکده پرستاری، مامایی و پیراپزشکی دانشگاه علوم پزشکی گیلان
رشت – ایران
پست الکترونیکی:
p.pourghane@yahoo.com

**نوع مقاله:** پژوهشی

دریافت مقاله: ۹۵/۳/۱۵ اصلاح نهایی: ۹۵/۵/۲۰ پذیرش مقاله: ۹۵/۵/۲۰

**ارجاع:** پورقانع پرند. بررسی اضطراب ناشی از امتحان در دانشجویان پرستاری. راهبردهای توسعه در آموزش پزشکی ۱۳۹۵؛ ۳(۱): ۱-۹.

**مقدمه:**

اضطراب امتحان که بیشتر در زمان آمادگی برای آزمون تعیین می‌گردد، شکل خاصی از اضطراب است که می‌تواند با نشانگان جسمی، شناختی و رفتاری همراه باشد (۱). همچنین، گفته می‌شود اضطراب امتحان، می‌تواند علاوه بر قبل از آزمون، حین و حتی بعد از امتحان تجربه‌شده و شدت آن در برخی موارد تغییر نماید (۲) و زمانی تبدیل به یک مشکل می‌شود که سطح بالای این اضطراب با آماده شدن برای امتحان و انجام آزمون تداخل پیدا کند (۱). تحقیقات، بیانگر بروز مشکلات فراوان اضطرابی در دانشجویان، از جمله اختلال در عملکرد مناسب آنان در زمان امتحان هست (۱،۳). اضطراب امتحان می‌تواند در چهار سطح خفیف، متوسط، شدید و اضطراب پانیک تجربه شود. اضطراب خفیف و متوسط سبب ایجاد نیرویی در زندگی می‌گردد که به نظر می‌رسد جهت حفظ حیات ضروری باشد. در واقع، این نوع اضطراب به انجام کارها جهت رسیدن به هدف ، نظیر داشتن استرس خفیف، و حداکثر، اضطراب متوسّط برای مطالعهٔ دروس امتحانی کمک می‌کند (٤). تعاریف مختلفی از اضطراب امتحان وجود دارد. Bodas و همکاران می‌گویند: اضطراب امتحان به یک سری پاسخ‌های فیزیولوژیک، شناختی و رفتاری اشاره دارد (٥). برخی از این موارد شامل: افزایش ضربان قلب، لرز، افزایش تعریق و خشک شدن دهان می‌باشند (٦). همچنین، از جمله موارد شناختی نیز می‌توان به کاهش توجه



[ Downloaded from dsme.hums.ac.ir on 2026-11-25 ]

و تمرکز، حواس‌پرتی، افزایش خطا و کاهش قدرت سازمان‌دهی اشاره کرد (۷). Sonsgiry در تحقیقی که در سال ۲۰۰۶ در امریکا انجام داد، به این نتیجه رسید که ٦٦/٢٪ از نمونه‌ها حتی با فکر کردن به امتحان دچار اضطراب شدید می‌شوند. ۱۳/۷٪ از دانشجویان، هنگام امتحان، عرق ریزش فراوان داشتند، ۱۷/۲٪ دچار دردهای شدید معده می‌شدند و ۲۲/۳٪ نیز از تپش قلب شدید هنگام امتحان شاکی بودند (٤).

Bembenutty اظهار می‌نماید: اضطراب امتحان حالتی است که سبب کاهش توجه، تمرکز و کسب اطلاعات در فراگیران می‌شود (۸) و دانشجویانی که اضطراب امتحان در سطح بالایی دارند، هم در زمان مطالعه و هم در زمان امتحان، مهارت‌های مطالعه و یادگیری کمتر از توان خود را نشان می‌دهند (۹) و این اختلال عصبی در بسیاری از دانشجویان دانشگاه‌ها گزارش گردیده است (۱،۱۰،۱۱).

در تحقیق Evans و همکاران ، از ۸٤ نمونه دانشجویان، ۲۱نفر (۲۵٪) دارای سطح اضطراب بالا و ۲۱نفر (۲۵٪) نیز دارای سطح اضطراب نسبتاً بالا (۱۲) و در تحقیق چراغیان و همکاران، ۸٦٪ از نمونه‌ها دارای درجاتی از اضطراب امتحان بودند .. دانشجویانی با اضطراب امتحان بالا، 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 می دهند (۱۳).

اضطراب، به منزله بخشی از زندگی هر انسان، به عنوان پاسخی مناسب و سازگار تلقی می‌شود و عدم وجود آن ممکن است فرد را با مشکلات زیادی مواجه سازد (١٤). در دانشجویان نیز، اضطراب در حد کم، سازنده بوده و سطح عملکرد و پیشرفت تحصیلی آنان را ممکن می‌سازد (۱۵). اما، با توجه به تأثیر زیاد اضطراب و پیامدهای منفی آن، باید منابع اضطراب و اثرات آن تعیین و مشخص شود (١٦). 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 و کنترل اضطراب در دانشجویان می تواند با افزایش موفقیت تحصیلی دانشجویان همراه باشد (۱۷). حال، اگر درک صحیحی از اضطراب و همچنین ارتباطی مناسب بین فراگیر و آموزش‌دهنده برقرار باشد، احساس اضطراب در فراگیران کمتر خواهد شد و آنان بهتر قادر به تطابق با مراحل امتحان و اضطراب مربوط به آن هستند (۱۸). اضطراب امتحان در سطح دانشگاه‌ها می‌تواند با داشتن تأثیر منفی، اختلال در دستیابی به اهداف آموزشی ایجاد نماید و یکی از دغدغه‌های نظام آموزشی، یافتن اضطراب موجود و برگزیدن راه‌حل‌های مناسب برای آن است. چرا که دانشجویان از اقشار برگزیده جامعه و سازندگان فردای هر کشور هستند و توجّه به سلامت روانی و توانمندی آنان از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است. در این میان، دانشجویان گروه پزشکی، گروهی هستند که نقش مهمی در ارائه مراقبت، درمان و حمایت‌های جسمی و روانی از بیماران دارند. لذا جهت داشتن نیروی انسانی سالم و توانمند باید از هم اکنون به سلامت این دانشجویان توجّه گردد.

برخی تحقیقات نیز بیانگر استرس زا بودن برنامه‌های دروس پرستاری برای بسیاری از دانشجویان این رشته و وجود اضطراب بیشتر در دانشجویان پرستاری نسبت به سایر رشته‌ها می‌باشد (۱۹).

لذا هدف از این مطالعه، تعیین سطح اضطراب امتحان دانشجویان پرستاری دانشگاه علوم پزشکی گیلان در دو زمان قبل و حین دوره امتحانات پایان‌ترم و تجزیه و تحلیل اضطراب امتحان با برخی عوامل دموگرافیک بود تا با شناخت میزان اضطراب احتمالی، در صورت نیاز، با گذاشتن کلاس‌های آموزشی مناسب، سعی در کاهش میزان این اضطراب در دانشجویان نمود.

## روش‌ها:

مطالعه حاضر یک تحقیق توصیفی از نوع مقطعی می‌باشد که به منظور بررسی شناخت اضطراب دانشجویان پرستاری قبل و حین دوره امتحانات پایان ترم و بررسی مقایسه‌ای آن دو صورت گرفته است. محیط پژوهش، دانشکده پرستاری، مامائی و پیراپزشکی شرق گیلان می‌باشد. در این تحقیق، حجم نمونه منطبق بر کل جامعه پژوهش می‌باشد. نمونه‌ها، کلیه دانشجویان ترم‌های دوم، چهارم و ششم پرستاری مشغول به تحصیل در دانشکده و ۷۳ نفر بودند (٢٤ نفر، ترم دوم، ۲۵ نفر، ترم چهارم و ٢٤ نفر، ترم ششم) بودند. ابزار تحقیق، پرسشنامه استانداردشده Sarason می‌باشد که در سال ۱۹۵۸ توسط آی.جی. ساراسون



[ Downloaded from dsme.hums.ac.ir on 2026-11-25 ]

(IG Sarason) ساخته شده است و در سال ۱۹۸۰ مورد تجدید نظر قرار گرفته است. ضرایب پایایی بازآزمایی پرسشنامه در فواصل چند هفته، بیش از ۸۰٪ بوده است. بیابانگرد بیان می‌کند ضریب پایایی بازآزمایی پرسشنامه را Wagaman و Cormier (۱۹۷۶) ، ۸۷٪ گزارش کرده‌اند (۲۰).

همچنین، روایی و پایایی پرسشنامه در مطالعات قبلی نیز با پایایی بازآزمایی ۸۸٪ و همسانی درونی ۹۵٪ و روایی معیار ۷۲٪ به دست آمده است (۱۱).

این پرسشنامه، دارای ۳۷ گویه می‌باشد و مجموعه‌ای از پاسخ‌های جسمی، روانشناختی و رفتاری است که در هنگام آماده شدن برای یک امتحان و انجام آزمون مشخص می‌شود. نمره‌گذاری در این پرسشنامه، بر اساس پاسخ شرکت‌کنندگان به بله و خیر می‌باشد. در این پرسشنامه، به پاسخ خیر برای سوالات ۳- ۱۵- ۲۶- ۲۷ -۲۹، ۳۳، امتیاز یک، و برای جواب بله به سایر سوالات نیز، امتیاز یک تعلق می‌گیرد. پس از جمع امتیازات، نمره اضطراب امتحان فرد به دست می‌آید و فرد با توجه به نمره کسب‌شده در یکی از این سه طبقه قرار می‌گیرد.

اضطراب خفیف: نمره ۱۲ و پایین‌تر، اضطراب متوسط: نمره ۱۳ تا ۲۰، اضطراب شدید: نمره ۲۱ و بالاتر.

برگ اول پرسشنامه نیز شامل ۱۸ سوال می‌باشد که برخی از سوالات در ارتباط با مشخصات دموگرافیک دانشجویان می باشد و ده سوال نیز جهت شناخت دانشجویانی می‌باشد که در فاصله ۲ هفته‌ای توزیع پرسشنامه‌های مرحله اول و دوم در معرض حوادثی نظیر آگاهی از نمره نامطلوب امتحان، مشکلات جسمی یا ازدست دادن یکی از بستگان، قرارگرفته‌اند که سبب ایجاد اضطراب در آن‌ها گردیده و این عامل می‌تواند سبب افزایش میزان اضطراب در مرحله دوم و در نتیجه بروز تورش در نتایج گردد.

هدف از شناخت این گروه، خارج کردن آن‌ها از مطالعه است. پرسشنامه در دو نوبت (بار اول ۲هفته قبل از شروع امتحانات پایان ترم و نوبت دوم در دوره وسط امتحانات پایان ترم) بین دانشجویان توزیع گردیده است. هنگام توزیع پرسشنامه‌ها در مرحله اول از دانشجویان خواسته شده است که در سربرگ خود یک کد چهار رقمی (شامل ۲ حرف انگلیسی و ۲رقم عدد) به دلخواه خود بنویسند و آن کد را به خاطر داشته باشند تا در مرحله دوم که پرسشنامه‌ها توزیع گردیدند، همان کد را در سربرگ پرسشنامه خود وارد کنند. هدف از این کار، مقایسه دو پرسشنامه هر دانشجو در دو زمان مختلف بود. میزان اضطراب در دو نوبت با کمک درجه‌بندی استانداردشده اضطراب امتحان ساراسون سنجیده شد که این درجه‌بندی به قرار زیر می‌باشد:

تجزیه و تحلیل داده‌ها با نرم افزار SPSS نسخه ۱۶ و آزمون‌های تی زوجی مستقل جهت ارتباط متغیرهای دو گروه (نظیر تأهل و جنس) و آنالیز واریانس جهت ارتباط متغیرهای سه گروه (نظیر درآمد) استفاده شد.

قبل از اجرای طرح از ریاست محترم و معاونت محترم آموزشی این دانشکده کسب اجازه گردیده است. هنگام توزیع پرسشنامه‌ها به دانشجویان گفته شد که شرکت در این تحقیق اختیاری می‌باشد و در صورت تمایل به پاسخگویی، نیازی به ذکر نام نمی‌باشد و اطلاعات کاملاً محرمانه خواهد بود و بعد از پایان طرح، در صورت تمایل می‌توانند از نتایج کلی طرح آگاه شوند.

## یافته‌ها:

مشخصات دموگرافیک نمونه‌ها به شرح زیر بودند: اکثریت نمونه‌ها (۷۸/۳٪)، مونث و مجرد (۹۴/۲٪) بودند. درآمد ماهیانه خانواده اکثر نمونه‌های تحقیق (۷۲/۵٪ )، بین ۱۵۰۰۰۰۰- ۱۰۰۰۰۰۰ تومان بود.

مدرک تحصیلی پدر ۸۶/۹٪ نمونه‌ها، دیپلم و زیر دیپلم و مدرک تحصیلی مادر ۶۲/۳٪ نمونه‌ها، زیر دیپلم بود. ۶۸/۱٪ نمونه‌ها ابراز کردند که علاقه متوسطی به رشته تحصیلی خود دارند، محل اقامت ۵۶/۵٪ نمونه‌ها خوابگاه بود.

۸۲/۶٪ بین محدوده سنی ۲۱-۱۹ قرار داشتند و ۷۹/۷٪ در خانواده بین ۵-۲ نفره زندگی می‌کردند و ۸۸/۴٪ نمونه‌ها، فرزند اول تا چهارم خانواده بودند (جدول ۱).



[ Downloaded from dsme.hums.ac.ir on 2026-11-25 ]

**جدول ۱- توزیع فراوانی مشخصات دموگرافیک افراد مورد مطالعه**

| متغیر | | تعداد | درصد |
|---|---|---|---|
| جنسیت | مذکر | ۱۵ | ۲۱/۷ |
| | مونث | ٥٤ | ۷۸/۳ |
| وضعت تأهل | مجرد | ٦٥ | ۹٤/۲ |
| | متأهل | ٤ | ٥/۸ |
| درآمد ماهیانه خانواده | کمتر از ۱۰۰۰۰۰۰ تومان | ۱۲ | ۱۷/٤ |
| | ۱۵۰۰۰۰۰۰-۱۰۰۰۰۰۰ تومان | ٥۰ | ۷۲/٥ |
| | بیشتر از ۱۵۰۰۰۰۰۰ تومان | ۷ | ۱۰/۱ |
| تحصیلات پدر | زیر دیپلم | ۳۳ | ٤۷/۸ |
| | دیپلم | ۲۷ | ۳۹/۱ |
| | بالای دیپلم | ۹ | ۱۳/۱ |
| تحصیلات مادر | زیر دیپلم | ٤۳ | ٦۲/۳ |
| | دیپلم | ۲۳ | ۳۳/۳ |
| | بالای دیپلم | ۳ | ٤/ ۳ |
| علاقه به رشته تحصیلی | کم | ٤ | ٥/۸ |
| | متوسط | ٤۷ | ٦۸/۱ |
| | زیاد | ۱۸ | ۲٦/۱ |
| محل اقامت | با خانواده | ۲۸ | ٤۰/٦ |
| | منزل شخصی | ۲ | ۲/۹ |
| | خوابگاه | ۳۹ | ٥٦/٥ |

میزان اضطراب امتحان در دانشجویان پرستاری قبل از امتحانات به این ترتیب بود: ۲۹ نفر (٤۲٪)، اضطراب کم، ۲٥ نفر (۳٦/۲٪) اضطراب خفیف و ۱٥ نفر (۲۱/۷٪)، دارای اضطراب زیاد بودند (جدول ۲).

**جدول ۲- توزیع فراوانی وضعیت اضطراب در دانشجویان قبل از آغاز امتحانات**

| وضعیت اضطراب قبل از آغاز امتحانات | تعداد | درصد |
|---|---|---|
| کم (۱۲-۰) | ۲۹ | ۴۲ |
| متوسط (۲۰-۱۳) | ۲٥ | ۳۶/۲ |
| شدید (۳۶-۲۱) | ۱٥ | ۲۱/۷ |

نتایج میزان اضطراب حین امتحان دانشجویان از این قرار بود: ۲۳نفر (۳۳/۳٪) دارای اضطراب کم، (٤٦/٤٪) دارای اضطراب خفیف و ۱٤ نفر (۲۰/۳٪) نیز دارای اضطراب زیاد بودند (جدول ۳).

**جدول ۳- توزیع فراوانی وضعیت اضطراب در دانشجویان حین انجام امتحانات**

| وضعیت اضطراب حین امتحانات | تعداد | درصد |
|---|---|---|
| کم (۱۲-۰) | ۲۳ | ۳۳/۳ |
| متوسط (۲۰-۱۳) | ۳۲ | ۴۶/۴ |
| شدید (۳۶-۲۱) | ۱۴ | ۲۰/۳ |

پس از بررسی داده‌ها با استفاده از آزمون آماری تی تست زوجی، مشخص گردید که بین نمرات کسب‌شده در قبل از امتحانات و حین امتحانات اختلاف معنی‌دار آماری دیده نشد (Pvalue=./٤۹٦) (جدول ٤).

همچنین نتایج بررسی داده‌ها با استفاده از آزمون آماری کای اسکور نشان داد که بین میزان اضطراب دانشجویان قبل و حین دوره امتحانات پایان ترم، اختلاف معنی‌دار آماری دیده نشد (Pvalue=۰/۰۷٤). بین متغیرهای جنسیت، وضعیت تأهل، درآمد ماهیانه خانواده، تحصیلات پدر، علاقه به رشته تحصیلی و محل اقامت دانشجو با میزان اضطراب آنان ارتباط معنی‌دار آماری مشاهده نشد. تنها در مورد ارتباط بین تحصیلات مادر و میزان اضطراب، ارتباط معنی‌دار آماری دیده شد (Pvalue<۰/۰۰٦) و ارتباط معنی‌دار آماری بین سایر متغیرها و میزان اضطراب دانشجویان دیده نشد.

پس از بررسی داده‌ها و با استفاده از آزمون t جفت (Paired t-Test) مشخص گردید که بین نمرات کسب‌شده در قبل از امتحانات و نمرات کسب‌شده در حین امتحانات، اختلاف آماری معنی‌داری دیده نمی‌شود (Pvalue= ۰/٤۹٦).



[ Downloaded from dsme.hums.ac.ir on 2026-11-25 ]

**جدول ۴- مقایسه میانگین مجموع نمرات به دست آمده از پاسخ به سؤالات قبل و حین انجام امتحانات**

| زمان بررسی | تعداد | میانگین | S.D | S.E | t | برآورد آماری |
|---|---|---|---|---|---|---|
| قبل از امتحانات | ٦٩ | ١٤/٩٤ | ٥/٧٦ | ٠/٦٩ | ٠/٦٨٤ | Pvalue=٠/٤٩٦ |
| حین امتحانات | ٦٩ | ١٤/٤٢ | ٥/٣٢ | ٠/٦٤ | | |

## بحث و نتیجه‌گیری:

یافته‌ها نشان دادند که اکثریت نمونه‌ها (۷۸/۲٪)، قبل از امتحان دارای اضطراب کم و متوسط، و تنها ۲۱/۷٪ اضطراب شدید داشتند. همچنین یافته‌ها بیانگر این بودند که اکثریت نمونه‌ها (۷۹/۷٪)، حین امتحان نیز دارای اضطراب کم و متوسط بودند و تنها ۲۰/۳٪ حین امتحان اضطراب شدید داشتند.

در این راستا، در مطالعه‌ای که توسط معدلی و غضنفری حسام‌آبادی در شیراز انجام شد نیز، ۹۰/۹ درصد دانشجویان پرستاری و مامایی اضطراب امتحان را در حد کم تجربه کرده (۲۱). این موضوع در حالی است که در تحقیق دارابی و همکاران، ٦٦ درصد از دانشجویان، اضطراب متوسط و شدید داشتند (۲۲). همچنین، در تحقیقی که توسط صاحب الزمانیگ و زیرک در دانشگاه علوم پزشکی اصفهان انجام گرفت، اضطراب امتحان دانشجویان مورد پژوهش در سطح بالایی قرار داشت (۲۳). این تفاوت را می‌توان به تأثیرپذیری افراد از عوامل مختلف نظیر سخت بودن یک درس، طراحی مختلف سوالات توسط اساتید مختلف دانشگاهها و نیز برداشت‌های افراد از این عوامل ارتباط داد. همچنین، پژوهشگر یکی از علل اختلاف نتیجه این پژوهش را با برخی پژوهش‌های دیگر، علاقه و دیدگاه مثبت اکثر دانشجویان به رشته تحصیلی خود می‌داند. ونگ (۲۰۰۸) نیز در تحقیق خود به این نتیجه رسیدند که دانشجویانی با دیدگاه منفی به رشته خود، اضطراب امتحان را بیشتر تجربه می‌نمایند (۲٤).

در تحقیق حاضر، بین متغیرهای دموگرافیک و سطح اضطراب دانشجویان ارتباط معنی‌دار آماری دیده نشد. در مطالعه یزدانی و همکاران نیز رابطه اضطراب امتحان با سن، تعداد افراد خانوار و وضعیت تأهل مورد بررسی قرار گرفت و این ارتباط از نظر آماری معنی‌دار نبود (۲۵). در تحقیق دارابی نیز، بین میزان اضطراب و جنسیت ارتباط آماری معنی‌دار دیده نشد (۲۲). همچنین، در تحقیق موسوی و همکاران نیز این ارتباط معنی‌دار نبود (۷).. اما، مغایر با نتیجه تحقیق حاضر، ارتباط آماری معنی‌دار بین محل سکونت دانشجویان و سطح اضطراب آنان در تحقیق دارابی و همکاران دیده شد و اکثر دانشجویان غیربومی اضطراب خفیفی را تجربه می‌کردند که علت تفاوت را می‌توان وجود بومی بودن اکثریت دانشجویان تحقیق حاضر ذکر نمود (۲۲).

هم‌راستا با نتیجه تحقیق حاضر، ارتباط آماری معنی‌دار بین وضعیت تأهل دانشجویان با سطح اضطراب آنان در تحقیق یزدانی و همکاران (۲۵) و همچنین در مطالعه چراغیان و همکاران (۱۱) دیده نشد.

اما در مطالعه حاضر، بین تحصیلات مادر و میزان اضطراب، ارتباط معنی‌دار آماری مشاهده گردید. پژوهشگر وجود ارتباط معنی‌دار آماری را با سطح سواد مادر، وجود ارتباط نزدیک فرزندان با مادر و حس الگوپذیری از او می‌داند. همچنین، در این تحقیق، بیشترین تعداد نمونه‌ها را دختران تشکیل می‌دادند و در اکثر جنبه‌های زندگی فرزندان، خصوصاً دختران، مادر یک الگوی اصلی محسوب می‌شود و در سطح اضطراب او بسیار تأثیرگذار است.

یافته‌های پژوهش، بیانگر وجود اضطراب متوسط و کم در اکثریت دانشجویان بود که وجود چنین مقادیری از اضطراب برای فراگیری بهتر مطالب ضروری به نظر می‌رسد. این نتیجه با برخی از نتایج مطالعات، موافق (۱۱،۲۱) و با برخی دیگر از نتایج (۲٦، ۲۳، ۲۲)، مغایرت دارد.

با عنایت به این موضوع که عوامل مختلفی نظیر: علاقه و دیدگاه دانشجویان نسبت به رشته خود (۲۲)، اطمینان و اعتماد به خود، وظیفه‌شناسی و تفاوت‌های فرهنگی دانشجویان (۲٤) می تواند در سطح اضطراب دانشجویان و در نتیجه، نتایج تحقیق تأثیرگذار باشد، پیشنهاد می‌شود چنین پژوهشی در دانشگاه‌های دیگر کشور و همچنین دانشجویان سایر رشته‌ها نیز انجام گردد تا در صورت وجود اضطراب بالا مربوط به امتحان، راهکارهایی جهت کاهش آن‌ها تدوین نمود. یافته‌های پژوهش، بیانگر اضطراب کم و متوسط در اکثریت نمونه‌ها بود که جهت یادگیری مطالب مورد آزمون، لازم به نظر می‌رسد. همچنین، عدم وجود



[ Downloaded from dsme.hums.ac.ir on 2026-11-25 ]

اختلاف معنی‌دار آماری بین نمرات کسب‌شده قبل و حین امتحانات، از دیگر نتایج مطالعه حاضر بود که با توجه به وجود اضطراب بالا در برخی دانشجویان در سایر رشته‌ها، تفاوت در نتیجه را می‌توان ناشی از چند عاملی بودن ایجاد و تداوم اضطراب امتحان و تأثیرپذیری آن از عوامل مختلف دانست.

از نقاط قوت مطالعه حاضر که برای اولین بار در استان گیلان انجام گردید، تعیین سطح اضطراب امتحان دانشجویان پرستاری در دو زمان قبل و حین دوره امتحانات پایان‌ترم و ارتباط آن با برخی عوامل دموگرافیک جهت تصمیم‌گیری لازم در این زمینه بود. همچنین، از محدودیت‌های این پژوهش، می توان به لزوم درک و شناخت مناسب دانشجو از خود و حالات روحی روانی آنان در زمان پاسخگویی اشاره نمود. همچنین، با عنایت به اینکه پرسشنامه در مرحله دوم در وسط امتحانات در اختیار دانشجویان ترم‌های مختلف قرار گرفته بود بنابراین یکی از مواردی که می‌توانست سبب ایجاد محدودیت در اجرای طرح گردد، داشتن امتحانات مختلف (سخت یا آسان) و در نتیجه تجربه میزان اضطراب متفاوت در دانشجویان ترم‌های مختلف بود.

جهت کاهش این محدودیت، تلاش گردید تا پرسشنامه مرحله دوم در حین امتحانات دروس اختصاصی در همه ترم‌ها بین دانشجویان توزیع گردد. اما از آنجا که دیدگاه دانشجویان نسبت به دروس و اساتید مختلف یکسان نمی‌باشد، لذا به نظر می‌رسد این محدودیت خارج از کنترل پژوهشگر باشد.

این طرح نتیجه انجام طرح پژوهشی مصوب به شماره نامه ۳/۱۳۲/۳۹۸۵/پ در دانشگاه علوم پزشکی گیلان می‌باشد.

**سپاسگزاری:**

پژوهشگر بر خود لازم می‌داند از معاونت و مدیریت محترم پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی گیلان و همچنین کلیه دانشجویانی که مساعدت لازم را جهت انجام این طرح مبذول فرمودند، کمال تشکر و قدردانی را بنماید.



[ Downloaded from dsme.hums.ac.ir on 2026-11-25 ]

## References


1. Latas M, Pantic M, Obradovic D. Analysis of Test Anxiety in Medical Students. Med Pregl 2010; 63(11-12): 863-6.
2. Francini PM.The Effects of Time Constraint on Test Performance in an 8-Arm virtual reality maz in high and low test-anxious college students. [Thesis]. Anselm: Department of Psychology at Saint Colleg; 2004.
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. Sonsgiry S. Effect of Students Perceptions of Course Load on Test Anxiety. Am J Pharm Educa 2006; 70(2):1-6.
5. Bodas J, Ollendick TH, Sovani AV. Test Anxiety in Indian Children: A Cross-cultural Perspective. Anxiety, Stress, & Coping 2008; 21(4):387-404.
6. Guyton AC, Hall JH. Textbook of Medical Physiology. 11th ed. Philadelphia:W.B. Saunders; 2005.
7. Mousavi M, Haghshenas H, Alishahi M, Najmi B. Anxiety Test and Some Correlated Socio-demographic Fctors in High School Students in Shiraz. Journal of Research in Behavioral Sciences 2008; 6(1):17-25. [In Persian]
8. Bembenutty H. Self Regulation of Learning and Test Anxiety. Psychology Journal 2008; 5(3):122-39.
9. Anisa T, Miranda Sh. How Does Exam Anxiety Affect the Performance of University Students? Mediterranean Journal of Social Sciences 2011; 2(2):93-100.
10. 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.
11. Cheraghian B, Fereidooni Moghadam M, Baraz Pardejani SH, Bavarsad N. Test Anxiety and its Relationship with Academic Performance amoung Nursing Students. Knowledge & Health 2008; 3(3-4): 25-9. [In Persian]
12. Evans G, Ramsey G, Driscoll R. Test-Anxiety Program and Test Gains with Nursing Classes 2010.
13. Jing HE. Analysis on the Relationship among Test Anxiety, Self-concept and Academic Competency. J us- chines. Foreign Language 2007; 5(1):48-51.
14. Eizadifard, R, Sepasi Ashtiani M. Effectiveness of Cognitive-behavioral Therapy with Problem Solving Skills Training on Reduction of Test Anxiety Symptoms. Journal of Behavioral Sciences 2010; 4(1):23-7. [In Persian]
15. Heravi M, Jadid Milani M, Regea N, Valaie N. The Effect of Relaxation Training on Exam Driven Anxiety Level among Nursing Students. Journal Mazandaran Univ Med Sci 2004; 14(43):86-92. [In Persian]
16. Baldwin DR, Chambliss LN, Towler K. Optimism and Stress: An African-American College Student Perspective. College Student Journal 2003; 37(2):276-85.
17. Khadivzadeh T, Seif AA, Valaei N. Learning and Study Strategy and Success Rate in University Students, Mashhad University of Medical Sciences, 1999. Pejouhandeh 2002; 7(1):35-42. [In Persian]
18. Gregor A. Examination Anxiety, Live with it, Control it or Make it Work for You? School Psychology International 2005; 26(5):617-35.
19. Prato CA, Yucha CB. Biofeedback Assisted Relaxation Training Program to Decrease Test Anxiety in NursingStudent. Nurs Educ Perspect 2013; 34(2):76-81.
20. Beyabangard A. Test Anxiety. 2th ed. Tehran: Farhange Eslami Press; 2007. [In Persian]




[ Downloaded from dsme.hums.ac.ir on 2026-11-25 ]

21. 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. Strides Dev Med Educ 2005; 1 (2) :65-72. [In Persian]

22. Darabi M, Aivazi AA, Gholami-Parizad E, Ghazanfari Z, Imanzad M. Test Anxiety among Ilam UMS' Students. Journal of Shahid Beheshti School of Nursing & Midwifery 2012; 23(82):1-7.

23. SahebAlzamani 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]

24. Wong SS. The Relations of Cognitive Triad, Dysfunctional Attitudes, Automatic Thoughts, and Irrational Beliefs with Test Anxiety. Current Psychology 2008; 27(3):177-91.

25. Yazdani F, Soleimani B. Relationship between Test Anxiety and Academic Performance among Midwifery Students. Journal of Health System Research 2011; 7(6):1178-87. [In Persian]

26. Balik Ch, Bornstein-Berkovitz H, Ehrenfeld M. The Effect of Health Beliefs on Asking for Treatment for Exam Anxiety among Nursing Students in Israel. The 18th International Nursing Research Congress Focusing on Evidence- Based Practice; July 2007.

[ Downloaded from dsme.hums.ac.ir on 2026-11-25 ]

# Study of Test Anxiety among Nursing Students

Parand Pourghane [1]

[1]Assistant Professor, Nursing Education (Cardiac rehabilitation), Department of Nursing, School of Nursing, Midwifery and Paramedicine, Guilan University of Medical Sciences, Rasht, Iran.

(Received 4 June, 2016 Accepted 10 Aug, 2016)

## Original Article

## Abstract

**Introduction**: Exam anxiety is a specific form of anxiety which may be accompanied with physical, cognitive and behavioral signs. Mild anxiety may cause the increase of learning ability, but sever one learning decline. With the recognition of the examanxiety in students, some solution can be found to resolve that problem. The aim of this study was of the placement of examin anxiety before and during final examin in nursing students and its relationship with some demographic factors, and if necessary, holding appropriate educational classes, to reduce the anxiety.

**Methods**: This research is a cross-sectional descriptive study. Sampling conducted by was census method. The Samples included nursing students of term 2, 4 and 6 (N: 73) at the college of Nursing, Midwifery and para medicine eastern Gilan. Research Tool was Sarason standarded questionnaire. Questionnaire handed to students in two time span (first: two weeks before final exam, second: during final exam). Range of anxiety scored through 'Sarason anxiety exam anxiety score and then compared with each other. Descriptive and inferenced test utilized to determining relationship of anxiety and variables.

**Results**: With respect to the findings, no significant differences were found between exam anxiety before and during exam. A significant difference found between exam anxiety in students and their parent educations and no significant difference found between student anxiety and other variables.

**Conclusion**: Results haveindicated little and mild anxiety in majority of students. This anxiety is useful and necessary for a better learning. Further studies are suggested to be carried out in other universities and on students of different fields.

**Key words**: Anxiety, Test, Test Anxiety, Nursing Students

*Correspondence:*
*P. Pourghane*
*School of Nursing, Midwifery and Paramedicine, Guilan University of Medical Sciences.*
*Rasht, Iran*
*Email:*
*p.pourghane@yahoo.com*

**Citation**: Pourghane P. Study of test anxiety among nursing students. Journal of Development Strategies in Medical Education 2015; 3(1): 1-9.



[ Downloaded from dsme.hums.ac.ir on 2026-11-25 ]