

The Anxiety Level of Students at Zahedan School of Nursing and Midwifery

Mahdieh Sarhadi^{1*}, Reyhaneh Bondehi², Morvarid Nehi³

1.Department of Nursing, School of Nursing and Midwifery, Zahedan University of Medical Sciences, Zahedan, Iran.

2.Department of Nursing, School of Nursing and Midwifery, Zahedan branch, Islamic Azad University, Zahedan, Iran.

3.Department of Nursing and Midwifery, Islamic Azad University Mashhad, Mashhad, Iran.

ARTICLE INFO

Article type

Review article

Article history

Received:2025/01/05

Accepted:2025/06/16

Keywords

Test anxiety

Students

Anxiety



10.22038/hmed.2025.86921.1505

ABSTRACT

Introduction: The most common method of educational evaluation is taking an exam, which usually results in anxiety. Exam anxiety has a negative impact on students' success and career prospects. Therefore, this study aimed to investigate the level of exam anxiety among students of the Zahedan School of Nursing and Midwifery.

Materials & Methods: The present study is a descriptive-analytical and cross-sectional study that was conducted in 2024 using the Sarason test anxiety questionnaire (Score range: 0–37) on 255 nursing students at Zahedan school of nursing and midwifery. The results were analyzed using spss-22 software and using t-test and anova tests, followed by post hoc tests.

Results: The results of the present study showed that the average test anxiety of students was moderate to high (20.60 ± 6.03). The highest level of test anxiety was in nursing students (19.61 ± 4.12) and the lowest level was in emergency medical students (11.11 ± 4.24). In addition, there was a significant relationship between the level of anxiety of students and some demographic variables such as gender, field of study and academic year ($p \leq 0.05$).

Conclusion: Test anxiety is a common phenomenon and a major concern of educational systems around the world, which can have a negative impact on students' success during the educational process. Therefore, using all preventive or mitigating measures can be important and useful.

Cite this paper as:

Name of writer. Article title. Horizon of Medical Education Development. 2026;17(4):6–14

* Corresponding author:

Email: sarhadi.nurssing@gmail.com

Address: Professor Department of Nursing, School of Nursing and Midwifery, Community Nursing Research Center, Zahedan University of Medical Sciences, Zahedan, Iran:

سطح اضطراب امتحان دانشجویان در دانشکده پرستاری و مامایی زاهدان

مهديه سرحدی^{۱*} ID، ریحانه بندهی^۲ ID، مروارید نهی^۳ ID

۱. گروه پرستاری داخلی جراحی، دانشکده پرستاری و مامایی زاهدان، دانشگاه علوم پزشکی زاهدان، زاهدان، ایران.

۲. گروه پرستاری، دانشکده پرستاری و مامایی زاهدان، دانشگاه آزاد اسلامی واحد زاهدان، زاهدان، ایران.

۳. گروه پرستاری و مامایی، دانشگاه آزاد اسلامی مشهد، مشهد، ایران.

مشخصات مقاله	چکیده
نوع مقاله	مقدمه: مقدمه: شایع ترین شیوه ی ارزشیابی آموزشی، برگزاری امتحان می باشد که معمولاً اضطراب به دنبال دارد. اضطراب امتحان تاثیر منفی بر موفقیت و آینده شغلی دانشجویان دارد. لذا این مطالعه با هدف بررسی سطح اضطراب امتحان دانشجویان دانشکده پرستاری و مامایی زاهدان انجام گردید.
مقاله پژوهشی	روش کار: مطالعه حاضر یک مطالعه توصیفی - تحلیلی و از نوع مقطعی می باشد که در سال ۱۴۰۳ و با استفاده از پرسشنامه اضطراب امتحان ساراسون (دامنه نمرات بین ۰-۳۷) بر روی ۲۵۵ نفر از دانشجویان پرستاری دانشکده پرستاری و مامایی زاهدان انجام گردید. نتایج با استفاده از نرم افزار SPSS-22 و با استفاده از آزمون های t-test و Anova، آزمون های تعقیبی مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.
پیشینه پژوهش	نتایج: نتایج پژوهش حاضر نشان داد که میانگین اضطراب امتحان دانشجویان در حد متوسط و بالایی باشد (۲۰/۶۰ ± ۶/۰۳). بالاترین میزان سطح اضطراب امتحان در دانشجویان پرستاری (۱۹/۶۱ ± ۴/۱۲) و کمترین میزان در دانشجویان فوریت های پزشکی (۱۱/۱۱ ± ۴/۲۴) بود. علاوه بر این بین سطح اضطراب دانشجویان با بعضی از متغیرهای دموگرافیک مانند جنس، رشته ی تحصیلی و سال تحصیلی ارتباط معنی داری وجود دارد. (p≤0/05)
تاریخ دریافت: ۱۴۰۴/۰۱/۰۵	نتیجه گیری: اضطراب امتحان از پدیده های رایج و نگرانی های عمده نظام های آموزشی دنیاست که می تواند تاثیر منفی بر موفقیت دانشجویان طی فرایند تحصیل داشته باشد. لذا استفاده از تمامی تدابیر پیش گیری کننده یا تخفیف دهنده آن می تواند مهم و مفید باشد.
تاریخ پذیرش: ۱۴۰۴/۰۳/۲۶	
کلمات کلیدی	
اضطراب امتحان	
دانشجویان	
اضطراب	
	
	
10.22038/hmed.2025.86921.1505	

نحوه ارجاع به این مقاله

Name of writer. Article title. Horizon of Medical Education Development. 2026;17(4):6-14

ایمیل: sarhadi.nurssing@gmail.com

*نویسنده مسئول: مهديه سرحدی

آدرس: گروه پرستاری داخلی جراحی، مرکز تحقیقات پرستاری جامعه، دانشگاه علوم پزشکی زاهدان، زاهدان، ایران.

مقدمه

اضطراب یکی از مشکلات اصلی زندگی‌های امروزی است که به صورت احساس تنش یا هیجان برای رسیدن به نیازهای فیزیولوژیک یا تقاضاهای اساسی خود را نشان می‌دهد (۱). براساس تعریف انجمن روانشناسان آمریکا، اضطراب به صورت احساس همراه با تنش و افکار نگران، بیان می‌شود که معمولاً همراه با تغییرات فیزیولوژیکی می‌باشد (۲) و به دلایل مختلفی همچون بارکاری بیش از حد، امتحانات رقابتی، روابط و مواردی از این قبیل وجود می‌آید (۱). مطالعات همچنین نشان داده اند که دو نوع اضطراب وجود دارد که شامل اضطراب خصیصه و اضطراب حالت می‌باشد. وجه تمایز آنها در این است که اضطراب خصیصه به اضطراب دائمی و شخصیت و خصوصیات فردی بر می‌گردد در حالی که اضطراب حالت به شرایط هیجانی موقت فرد اطلاق می‌شود (۳). مطالعات جهانی نیز در این زمینه نشان می‌دهند که یکی از رایج‌ترین انواع اضطراب موجود و رو به افزایش در بین دانشجویان، اضطراب امتحان است که نوعی از اضطراب حالت می‌باشد (۳، ۴) که خود را به صورت پاسخ‌های فیزیکی، روانی و رفتاری در هنگامی که فرد خود را برای یک آزمون آماده می‌کند یا در حال انجام یک آزمون است، نشان می‌دهد (۵). این نوع اضطراب در بین دانشجویان به دلایل مختلفی همچون برنامه درسی سنگین، اعتیاد به الکل و مواد مخدر و رژیم غذایی به وجود می‌آید (۱، ۳).

و از آن جاییکه اهداف آموزش عالی، تشویق دانشجویان به یادگیری است، برای دستیابی به چنین اهدافی فاکتورهایی که یادگیری دانشجویان را تحت تاثیر قرار می‌دهد باید ارزیابی شود، از جمله این فاکتورها می‌توان به اضطراب امتحان اشاره کرد. که یک ساختار چند بعدی است که با نگرانی، احساسی بودن، ترس از شکست و عدم اعتماد به نفس ترکیب می‌شود (۲).

اضطراب امتحان یک پدیده رایج میان دانشجویان و یکی از مشکلات سیستم آموزشی است و زمانی در دانشجویان ایجاد می‌شود که بدانند عملکردشان ارزیابی خواهد شد (۶) و هنگامی رخ می‌دهد که یک اضطراب شدید مانع از نشان دادن پتانسیل واقعی فرد می‌شود و در نتیجه عملکرد فرد را به ویژه در محیط آموزشی کاهش می‌دهد (۲) و با تاثیر گذاری بر فرایندهای شناختی فرد، عملکرد او را تحت تاثیر قرار داده و باعث بروز نتایج منفی و ناراحتی‌های جسمانی در وی می‌شود (۷). در واقع اضطراب امتحان موجب پرت شدن حواس دانشجویان و اختلال در مهارت پردازش آنان

می‌شود (۶) و باعث می‌شود تا حافظه کاری دانشجویان مخصوصاً در زمان امتحان کاهش یابد (۸). علاوه بر این، اضطراب نامطلوب با عزت نفس پایین دانشجویان، کاهش توانایی حل تعارضات بین فردی، اختلال خواب، اختلال کمبود توجه، ناتوانی در تمرکز، تمایل به خودکشی و سوء مصرف الکل و مواد مخدر مرتبط است (۹). براساس بیان ساراسون و استویس^۱ (۱۹۷۸) در اضطراب امتحان، فرد در فرایندی قرار می‌گیرد که طی آن نگران شده و هر اندازه به زمان امتحان نزدیک می‌شود عملکرد او تحت تاثیر قرار می‌گیرد. در این نوع اضطراب، فرد توانایی تمرکز بر مطالب آموخته شده را نداشته و ذهنش به تفکرات تهدیدآمیز و منفی ناشی از عدم موفقیت متمرکز می‌شود که با این فرایند ذهن او خالی از موضوعاتی می‌شود که کاملاً برایش آشنا بوده است (۷).

بنابراین پیامدهای اضطراب امتحان را می‌توان در طولانی شدن دوره مطالعه، افزایش نرخ ترک تحصیل، شکست در امتحانات و اختلالات جسمی و روانی مشاهده نمود (۱۰). از جمله ریسک فاکتورهای مربوط به اضطراب امتحان می‌توان به افسردگی، مهارت ضعیف مطالعاتی و عدم ثبات احساسی اشاره کرد (۸). علاوه بر این، دانشجویانی که نمره اضطراب امتحان بالاتری دارند، در طول امتحان مشکلات جسمی مانند تعریق شدید، معده درد و تپش قلب را تجربه می‌کنند (۱۱).

با توجه به شیوع بالای اضطراب امتحان میان تمام رده‌های شغلی، لازم است ابزارهایی تهیه شود که سطح اضطراب امتحان را بسنجد (۸) و از آن جاییکه یکی از مهم ترین دوران زندگی، دوران تحصیل است که بر سایر ابعاد زندگی تاثیر دارد و یکی از مسائل بزرگ تحصیل و نظام‌های آموزشی پایین بودن سطح عملکرد تحصیلی است (۱۲) می‌توان دریافت که اضطراب، مخصوصاً اضطراب امتحان یک پدیده ی فراگیر در میان دانشجویان است که علاوه بر تاثیر در عملکرد فرد در طی امتحان، برای سلامت جسم و روان وی نیز خطر آفرین است. حال ذکر این نکته ضروری است که اضطراب امتحان در میان دانشجویان رشته‌های علوم پزشکی، به دلیل برنامه درسی سنگین و فشرده و حضور توأمان در محیط آموزش تئوری و بالینی دو چندان است، لذا بر آن هستیم تا در پژوهش حاضر سطح اضطراب امتحان در میان دانشجویان دانشکده پرستاری و مامایی (پرستاری، فوریتهای پزشکی، مامایی و اتاق عمل) دانشگاه علوم پزشکی زاهدان در سال ۱۴۰۳ را بسنجیم.

¹ Sarason & Stevise

روش کار

پژوهش حاضر یک مطالعه توصیفی-تحلیلی از نوع مقطعی می‌باشد. جامعه پژوهش را کلیه دانشجویان دانشکده پرستاری و مامایی زاهدان که در رشته‌های اتاق عمل، فوریت‌های پزشکی، پرستاری و مامایی این دانشکده در سال ۱۴۰۳-۱۴۰۴ مشغول به تحصیل بودند تشکیل می‌دادند. حجم نمونه بر اساس مطالعات قبلی و فرمول‌های تعیین حجم نمونه تعیین شدند و به این ترتیب ۲۵۵ نفر به مطالعه وارد شدند. نمونه‌گیری به صورت چند مرحله‌ای (طبقه‌ای و تصادفی سیستماتیک) بود. به این صورت که در مرحله اول به صورت طبقه‌ای و بر اساس فراوانی دانشجویان هر رشته و سپس در مرحله بعدی، براساس نمونه‌گیری تصادفی سیستماتیک نمونه‌ها انتخاب شدند. معیارهای ورود به مطالعه عبارت بودند از حداقل دو ترم از دوره تحصیلی را گذرانده باشند و در زمان جمع‌آوری داده‌ها به تحصیل اشتغال داشته و تمایل به شرکت در مطالعه داشتند. معیارهای خروج از مطالعه مهمانی صرفاً برای یک ترم و تکمیل ناقص پرسش‌نامه‌ها (۱۰ عدد) بود. بعد از کسب مجوزهای قانونی و دریافت کد اخلاق (IR.ZAUMS.REC.1402.477) از کمیته‌ی اخلاق دانشگاه علوم پزشکی زاهدان و ضمن اطمینان دادن به محرمانه ماندن اطلاعات فردی به دانشجویان، پرسش‌نامه توسط محقق بدون ذکر اسم و شماره دانشجویی در بین آنان توزیع و سپس جمع‌آوری گردید. در این مطالعه از پرسشنامه‌ی دلبخشی استفاده گردید.

بخش اول این پرسشنامه شامل اطلاعات فردی و دموگرافیک دانشجویان و بخش دوم مقیاس اضطراب امتحان ساراسون^۲ بود. این مقیاس در سال ۱۹۵۷ ساخته شد و در سال ۱۹۸۰ تجدید نظر شده است (۱۳). نسخه ابتدایی دارای ۳۷ گویه با پاسخ درست و غلط است، دامنه نمرات بین ۳۷-۰ است. امتیاز کسب شده کمتر از ۱۲ نشان می‌دهد که فرد برای امتحان اضطراب کمی دارد. نمره ۲۰-۱۲ نشان دهنده اضطراب امتحان متوسط و نمره بالاتر از ۲۰ نشان دهنده اضطراب امتحان در سطح بالا است. روایی محتوایی و صوری مقیاس اضطراب امتحان توسط جوکار به نقل از نجاریان مورد تایید قرار گرفته است (۱۴). به گزارش خشنودی و همکاران در سال ۱۳۹۲، اعتبار و پایایی این پرسشنامه در بسیاری از مطالعات با ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۸، همسانی درونی ۰/۷۲ و روایی معیار ۰/۷۲ بیان شده است (۱۵). چراغیان و همکاران در سال ۱۳۸۶ برای

این ابزار روایی باز آزمایی ۰/۸۸ و ضریب آلفای کرونباخ ۰/۹۵ و روایی معیار ۰/۷۲ گزارش نموده اند (۱۳). در مطالعه یزدانی و همکاران در سال ۱۳۹۱، ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۸، سازگاری داخلی ۰/۹۵ و روایی استاندارد ۰/۷۲ گزارش شده است (۱۶). تجزیه و تحلیل داده‌ها با به کارگیری نرم افزار SPSS نسخه ۲۲ صورت گرفت. جهت تنظیم جداول و رسیدن به اهداف پژوهش از آزمون‌های آمار توصیفی و استنباطی استفاده شد. به این صورت که بعد از بررسی نرمال بودن داده‌ها بر اساس آزمون کولموگراف و اسمیرنوف از آزمون t-test برای گروه‌های مستقل و آنالیز واریانس (Anova) در سطح معنی داری ۰/۰۵ α استفاده شد.

یافته‌ها

نتایج پژوهش حاضر نشان داد که میانگین سنی مشارکت کنندگان در این پژوهش ۱/۰۴ $\pm$ ۲۲/۲۱ سال بود و اکثر آنها مونث (۷۳/۱٪) مجرد (۹۶/۱۵٪) و ساکن خوابگاه دانشجویی (۵۹٪) بودند میانگین نمرات کلی اضطراب امتحان دانشجویان بر حسب مشخصات دموگرافیک در جدول ۱ آورده شده است.

بررسی میانگین اضطراب امتحان به صورت کلی در دانشجویان ۶۳/۰۳ $\pm$ ۲۰/۶۰ بود. نتایج پژوهش حاضر همچنین نشان داد که اکثریت افراد تحت مطالعه ۴۵/۹٪ سطح اضطراب امتحان بالا داشتند ۴۰/۶٪ آنها دارای سطح اضطراب متوسط و ۱۴/۵٪ دارای سطح اضطراب پایین بودند. فراوانی و درصد اضطراب امتحان دانشجویان به تفکیک ترم و رشته در جدول ۲ آورده شده است. نتایج مطالعه همچنین نشان داد که بین سطح اضطراب امتحان در رشته‌های مختلف تفاوت معنی داری وجود دارد. به طوری که بالاترین میزان اضطراب امتحان در دانشجویان پرستاری و کمترین میزان در دانشجویان فوریت‌های پزشکی می‌باشد.

بررسی میانگین نمره ی کلی اضطراب امتحان بر حسب جنس با استفاده از آزمون آماری t-test نشان داد که بین دو جنس از نظر آماری تفاوت معنی داری وجود دارد ($P \leq 0/05$). علاوه بر این دانشجویان متاهل نسبت به دانشجویان مجرد سطح اضطراب امتحان کمتری را تجربه کرده بودند ولی این تفاوت از نظر آماری معنی دار نبود.

نتایج بررسی‌ها همچنین نشان داد بین گروه‌های مختلف اقتصادی و محل سکونت در میزان اضطراب امتحان تفاوت وجود ندارد. اما بر

2. Sarason

نتایج پژوهش حاضر نشان داد که اکثریت مشارکت کنندگان دارای سطح اضطراب امتحان متوسط و بالا می‌باشند. که همسو با یافته‌های مطالعه بازیار و همکاران می‌باشد آنها نیز در مطالعه خود نشان دادند که دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی ایلام سطح اضطراب متوسط و شدیدی را تجربه می‌کنند (۱۷). پوربرات و همکاران نیز در مطالعه‌ای که بر دانشجویان گروه پزشکی انجام دادند نشان دادند که بیش از دو سوم دانشجویان مورد مطالعه نمره اضطرابی امتحان متوسط به بالا داشته‌اند (۱۸) نتایج این بخش از مطالعه همچنین با یافته‌های محمدی و همکاران و یزدانی و همکاران نیز همسو می‌باشد (۱۹، ۲۰).

با توجه به اینکه عوامل متعددی مانند تیپ شخصیتی افراد، روان رنجوری، عزت نفس پایین در زندگی باعث می‌شود که نمره اضطراب امتحان افراد افزایش یابد، اما به دلیل ماهیت رشته‌های علوم پزشکی، دانشجویان در این رشته‌ها نسبت به سایر رشته‌های دانشگاهی، اضطرابی و استرس بیشتری را تجربه می‌کنند (۱۸).

نتایج مطالعه حاضر همچنین نشان داد که بین اضطراب امتحان و رشته تحصیلی ارتباط آماری معناداری وجود دارد. به طوری که، اضطراب امتحان دانشجویان پرستاری بیش از سایر گروه‌ها می‌باشد (۲۱) که همسو با یافته‌های آقویان و همکاران می‌باشد. آنها نیز در مطالعه خود نشان دادند که به طور کلی دانشجویان پرستاری اضطراب امتحان را به عنوان تغییرات و ناهنجاری‌های رفتاری فیزیولوژیک و روانی بیان می‌کنند (۲۲). چراغیان و همکاران نیز در مطالعه‌ی خود نشان دادند بین ۵۰ تا ۱۰۰ درصد دانشجویان پرستاری اضطراب امتحان را تجربه می‌کنند (۸).

مقایسه میانگین نمرات اضطراب امتحان در دو گروه دانشجویان دختر و پسر نیز نشان داد که اضطراب امتحان با جنس ارتباط معنی دار دارد، به طوری که دختران به طور معنی داری اضطراب امتحان بالاتری را تجربه می‌کنند. ایرانفر و همکاران نیز در مطالعه‌ی خود نشان دادند که میزان اضطراب امتحان در دانشجویان دختر بیشتر از پسر می‌باشد (۲۳).

نتایج این بخش از مطالعه حاضر با یافته‌های مطالعه ی یوسفی و همکاران، رضانی و همکاران همسو می‌باشد (۲۴، ۲۵) در واقع علت این امر را می‌توان در آسیب پذیر بودن بیشتر دختران در برابر استرس ها و نیز وابستگی بیشتر آنها به خانواده جستجو کرد (۱۷). هر چند پور برات و همکاران در مطالعه‌ی خود نشان دادند که بین جنسیت و میزان اضطراب امتحان در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی

اساس متغیر سال تحصیلی ارتباط وجود دارد به طوری که دانشجویان در سال‌های اول و دوم تحصیل قرار داشتند اضطراب امتحان بیشتری را تجربه می‌کردند. نتیجه‌ی آزمون post Hoc (tukey) نیز نشان داد که بین دانشجویان سال اول و دوم با دانشجویان سال سوم و چهارم از نظر آماری تفاوت معنی داری وجود دارد ($P \leq 0.05$).

جدول ۱: توزیع فراوانی و میانگین نمره اضطراب امتحان دانشجویان بر حسب مشخصات دموگرافیک

متغیر	فراوانی (درصد)	اضطراب امتحان	نتایج آزمون
جنس	مذکر	$12/36 \pm 7/2$	$P = 0.004$
	مونث	$16/20 \pm 8/2$	
وضعیت تاهل	مجرد	$12/23 \pm 3/2$	$P = 0.07$
	متاهل	$11/21 \pm 3/9$	
وضعیت سکونت	با خانواده	$12/24 \pm 3/32$	$P = 0.21$
	خوابگاه	$12/37 \pm 2/12$	
وضعیت اقتصادی	خوب	$12/31 \pm 2/72$	$P = 0.06$
	متوسط	$14/23 \pm 4/34$	
	پایین	$17/21 \pm 3/34$	
رشته تحصیلی	فوریت‌های پزشکی	$11/11 \pm 4/24$	$P \leq 0.001$
	اتاق عمل	$13/01 \pm 2/64$	
	پرستاری	$19/61 \pm 4/12$	
	مامایی	$14/41 \pm 3/22$	

جدول ۲: توزیع فراوانی و درصد اضطراب امتحان بر اساس رشته و ترم تحصیلی دانشجویان

نمره رشته تحصیلی	پایین	متوسط	بالا	نتایج آزمون
پرستاری	ترم ۳ و ۴	$3/93$ ۱۰	$5/88$ ۱۵	$P \leq 0.001$
	ترم ۵ و ۶	$1/17$ ۳	$3/93$ ۱۰	
	ترم ۷ و ۸	$1/96$ ۵	$1/17$ ۳	
مامایی	ترم ۳ و ۴	$1/96$ ۵	$4/31$ ۱۱	$P = 0.05$
	ترم ۵ و ۶	$1/17$ ۳	$2/74$ ۷	
	ترم ۷ و ۸	$3/13$ ۸	$3/52$ ۹	
فوریت‌های پزشکی	ترم ۳ و ۴	$8/23$ ۲۱	$3/93$ ۱۰	$P = 0.04$
	ترم ۵ و ۶	$0/78$ ۲۲	$3/13$ ۸	
	ترم ۷ و ۸	$1/56$ ۴	$2/35$ ۶	
اتاق عمل	ترم ۳ و ۴	$1/56$ ۴	$0/78$ ۲	$P = 0.04$
	ترم ۵ و ۶	$0/78$ ۲	$2/74$ ۷	
	ترم ۷ و ۸	$1/17$ ۳	$0/78$ ۲	

بحث

بشمار رود. بنابراین از آن جایی که یکی از اهداف مهم آموزشی در دانشگاه‌ها کمک به یادگیری بهتر دانشجویان و تلاش برای پیشرفت و بهبود عملکرد تحصیلی آنهاست و اضطراب امتحان به عنوان یک فاکتور مهم می‌تواند تاثیر منفی روی موفقیت دانشجویان طی فرایند تحصیل داشته باشد و دانشجویانی که اضطراب امتحان بالایی دارند معمولاً دوران تحصیلی خود را بیشتر طول می‌دهند، نگرانی‌های اجتماعی و مشکلات روانی و رفتاری بیشتری را تجربه می‌کنند. لذا استفاده از تمامی تدابیر پیشگیری کننده یا تخفیف دهنده آن می‌تواند مهم و مفید باشد.

تقدیر و تشکر

بدینوسیله از معاونت تحقیقات و فناوری دانشگاه علوم پزشکی زاهدان و تمامی دانشجویانی که در تکمیل و توزیع پرسشنامه دقت و وقت کافی مبذول داشتند، نهایت تشکر و قدردانی را داریم. این پژوهش حاصل طرح پژوهشی مصوب و مورد تایید معاونت تحقیقات و فناوری دانشگاه علوم پزشکی زاهدان می‌باشد. کمیته اخلاقی دانشگاه علوم پزشکی زاهدان این مطالعه را با کد اخلاقی IR.ZAUMS.REC.1402.477 تأیید کرده است.

تضاد منافع

بین نویسندگان مقاله تضاد منافع وجود ندارد.

حمایت مالی

این مطالعه فاقد هر گونه حمایت مالی می‌باشد.

ملاحظات اخلاقی

این پژوهش حاصل طرح پژوهشی مصوب و مورد تأیید معاونت تحقیقات و فناوری دانشگاه علوم پزشکی زاهدان با کد ۱۱۱۰۶ می‌باشد. کمیته اخلاقی دانشگاه علوم پزشکی زاهدان این مطالعه را با کد اخلاقی IR.ZAUMS.REC.1402.477 تأیید کرده است.

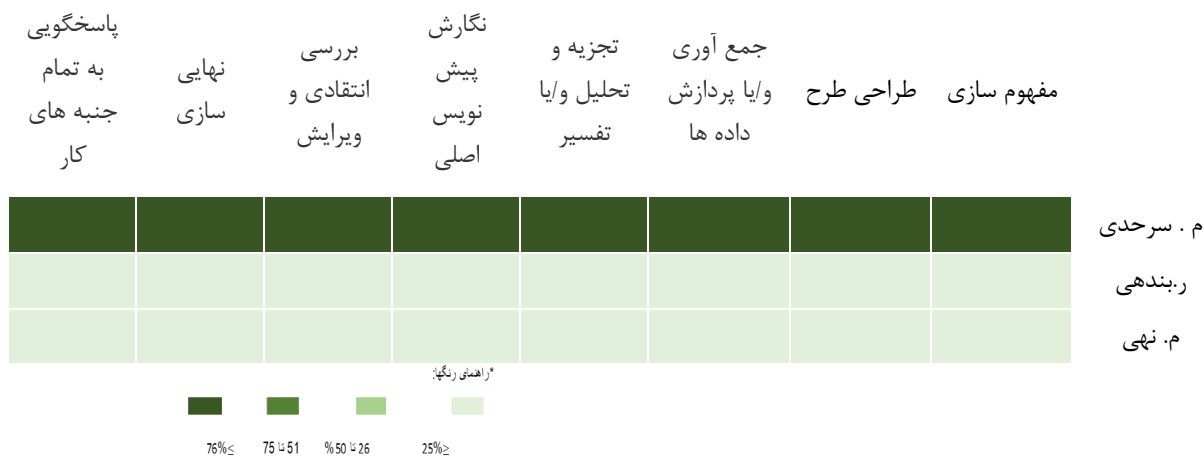
خراسان شمالی ارتباطی وجود ندارد (۱۸). نتایج پژوهش حاضر همچنین نشان داد که میزان اضطراب امتحان دانشجویان متاهل کمتر از دانشجویان مجرد است اما این تفاوت از نظر آماری معنی دار نمی‌باشد که همسو با یافته‌های مطالعه ایرانفر و همکاران می‌باشد (۲۳). پور برات و همکاران نیز در مطالعه‌ی خود نشان دادند بین وضعیت تاهل و میزان اضطراب امتحان دانشجویان ارتباطی وجود ندارد (۱۸). نتایج پژوهش حاضر همچنین نشان داد که دانشجویان ترم‌های پائین تر اضطراب امتحان بیشتری را نسبت به ترم‌های بالاتر تجربه می‌کنند که همسو با یافته‌های بازپار و همکاران می‌باشد (۱۷). بنابراین از آن جاییکه در دیدگاه مدیریتی سرمایه‌های انسانی در سازمان‌ها مهمترین سرمایه به شمار می‌آیند (۲۶).

دانشجویان رشته‌های علوم پزشکی مهمترین سرمایه نه تنها برای جامعه پزشکی بلکه یک سرمایه ملی محسوب می‌شوند و نظام‌های آموزشی می‌بایست علاوه بر حفظ شرایط موجود، شرایط آموزشی را ارتقا بخشند. از جمله محدودیت‌های این مطالعه می‌توان به عدم همکاری بخشی از جامعه نمونه در تکمیل کردن پرسشنامه اشاره نمود که البته کنترل این عوامل توسط محققین امکان پذیر نبود. علاوه بر این، از آن جاییکه اضطراب یک پدیده‌ی ذهنی است، اندازه گیری دقیق آن مشکل است. همچنین ممکن است برداشت افراد به دلایل فرهنگی، عاطفی از اضطراب متفاوت باشد. از دیگر محدودیت‌های این مطالعه می‌توان به حالات روحی-روانی فرد در زمان تکمیل پرسشنامه، صرف وقت و صداقت در پاسخگویی، 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. بنابراین پیشنهاد می‌شود مطالعات بیشتر و با هدف انجام مداخلات روانشناختی و روش‌های مدیریت استرس از طریق کار گروهی با دانشجویان، بازنگری در شیوه‌های امتحان، انجام مشاوره‌های روانی-رفتاری و آموزش راهکارهای مدیریت استرس به کاهش اضطراب امتحان دانشجویان و بهبود عملکرد تحصیلی آنها کمک نمود.

نتیجه گیری

اضطراب امتحان از پدیده‌های رایج و نگرانی‌های عمده نظام‌های آموزشی دنیاست که عملکرد تحصیلی فراگیران را متاثر می‌سازد و به خاطر ماهیت مخربش می‌تواند یک تهدید جدی برای آموزش

مشارکت نویسندگان



Reference

1. Rajendran VG JS, Adalarasu K. EEG based evaluation of examination stress and test anxiety among college students. *Irbm*. 2022 Oct 1;43(5):349-61.
<https://doi.org/10.1016/j.irbm.2021.06.011>
2. Desai M PU, Nerurkar A, Verma C, Gandhi S.; Test anxiety and procrastination in physiotherapy students. *Journal of education and health promotion*. 2021;10(2):37-44.
https://doi.org/10.4103/jehp.jehp_851_20
3. Khosravi M MH, Rahimzadeh M, Tajvidi M, Haghighi khoshkhoo N. Effect of aromatherapy on test anxiety before objective structured clinical examinations, among final year undergraduate nursing students. *Horizon of Medical Education Development Strategies in Medical Education*. 2021;12(4):7-21.
4. Hyseni Duraku Z HL. Self-esteem, study skills, self-concept, social support, psychological distress, and coping mechanism effects on test anxiety and academic performance. *Health psychology open*. 2018 Sep;5(2):17-33.
<https://doi.org/10.1177/2055102918799963>
PMid:30225094 PMCID:PMC6136113
5. Heydari MG SM, Sanagouyemoharer GR. The effect of positive psychotherapy in test anxiety among Zahedan students with hemophilia. *Research in Psychotherapy: Psychopathology, Process, and Outcome*. 2018 Apr 4;21(1):55-61.
6. Piroozmanesh A IM. The effect of formative evaluation on test anxiety of nursing students. *Journal of Medical Education*. 2018;10(28):24-34.
<https://doi.org/10.29252/edcj.10.28.18>
7. Veyskarami H aSM, Senobar A. The effect of self-regulation learning strategies on academic self-efficacy and test Anxiety among female students with academic failure. *Educational and scholastic studies* 2021;10(2):87-106.
8. Quinn BL PA. Strategies to reduce nursing student test anxiety: A literature review. *Journal of Nursing Education*. 2017 Mar 1;56(3):145-51.
<https://doi.org/10.3928/01484834-20170222-05>. PMid:28263352
9. Guraya SY GS, Habib F, AlQuiliti KW, Khoshhal KI. Medical students' perception of test anxiety triggered by different assessment modalities. *Medical teacher*. 2018 Jul 6;40(sup1):S49-55.
<https://doi.org/10.1080/0142159X.2018.1465178>. PMid:29732942
10. Zwettler C RN, Rohrmann S, Warnecke I, Luka-Krausgrill U, Van Dick R. The relation between social identity and test anxiety in university students. *Health psychology open*. 2018 Jul;5(2):1-7.
<https://doi.org/10.1177/2055102918785415>
PMid:30083369 PMCID:PMC6069033
11. Kolagari S MM, Rahmati R, Sabzi Z, Ataee AJ. The effect of computer-based tests on nursing students' test anxiety: A quasi-experimental study. *Acta Informatica Medica*. 2018 Jun;26(2):115.
<https://doi.org/10.5455/aim.2018.26.115-118>
PMid:30061783 PMCID:PMC6029908
12. Giunchiglia F ZM, Gobbi E, Bignotti E, Bison I. Mobile social media usage and academic performance. *Comput Hum Behav*. 2018(82):177-85.
<https://doi.org/10.1016/j.chb.2017.12.041>
13. Khazaei A BN, Babakhani N. Structural Pattern of Explaining Test Anxiety Based on Personality Traits: Assessing the Mediating Role of Cognitive and Metacognitive Strategies. *Journal of Adolescent and Youth Psychological Studies*. 2022 Dec 10;3(3):44-9.
<https://doi.org/10.61838/kman.jayps.3.3.9>
14. Musarezaie A M-gT, Babaei S, Hosseini A, Hossein Saeidi A. Effect of lavender aromatherapy on the accuracy, exam anxiety and performance of nursing students in Objective Structured Clinical Examination (OSCE): a randomized clinical trial. *Journal of the Iranian Institute for Health Sciences Research*. 2024;23(4):625-35.
<https://doi.org/10.61186/payesh.23.4.625>
15. Khoshnoudi R IS, Rezaei M, Ahmadi S, Khoshay A, Rashiditabar A, Kashani M. . The Relationship between Test Anxiety and Academic Performance of Students in Vital Statistics Course. 2018;2(3):79-82.
16. Farnia V MS, Parsamehr A, Alikhani M, Golshani S, Nooripour R, Moradi M. The mediating role of emotional intelligence in coping strategies and test anxiety in students of Kermanshah University of Medical Sciences, Kermanshah, Iran in 2013-2014. *Iranian journal of psychiatry and behavioral sciences*. 2017;11(4).
<https://doi.org/10.5812/ijpb.s.9254> PMCID:PMC11939
17. Bazyar M NB, Momeni Kh, Zabihihrad J. Investigation of the Students' Anxiety Level in Virtual Exams: A Cross- Sectional Study. *Journal of Paramedicine and Health*. 2023;1(2):29-35.
18. Poorbarat S R, Rahimi J , Mohaddes Hakkak H ,Gangi R , Hosseini H, Ahmadpour M The Relationship between Spiritual Intelligence and Test Anxiety Scale in Students of North Khorasan University of Medical Sciences. *Journal of North*

- Khorasan Medical Sciences. 2021;12(4):82-9.
<https://doi.org/10.52547/nkums.12.4.83>
19. Mohammadi MM PS. Evaluation of exam anxiety level among Kermanshah University of medical sciences students and its association with demographic characteristics in 2014. The Journal of Medical Education and Development. 2015;10(3):227-36.
20. YF. Test anxiety and academic performance in female nursing students. Quarter J Nurse Vission. 2012. 1 (1) :47-58.
21. NR.C. Test anxiety and academic procrastination among pre-licensure nursing students. Indiana University of Pennsylvania. 2016. 39(3):162-163.
22. Afolayan JA DB OO BA, Agama Juan A. Relationship between anxiety and academic performance of nursing students, Niger Delta University, Bayelsa State, Nigeria Adv Appl Sci. 2013;4(5):25-33.
23. Iranfar Sh KR, Rezaei M, Ahmadi S, Khoshay A, Rashiditabar A, Kashani M. The relationship between test anxiety and academic performance of students in vital statistics course. Edu Res Med Sci. 2013;2(2):35-8.
24. Ramezani J HM, Ghaderi M R. Educ Strategy Med Sci. The relationship between test anxiety and academic performance of Nursing and Emergency Medical Technician students. 2016;9(5):392-9.
25. Yousefi F HS, Mohammadkhani M. Test anxiety level in medical students and its relationship with sexuality. Educ Strategy Med Sci. 2013;6(3):141-5.
26. Sarhadhi M MS, Soltani nejad S, Arbozia M. Evaluation of Academic Motivation and Related Factors in Students of Zahedan School of Nursing and Midwifery. Horizon of Medical Education Development. 2022;13(4):71-8