Mashhad University of Medical Sciences

Horizon of Medical Education Development

http://hmed.mums.ac.ir

Mashhad Center for Studies and Development of Medical Sciences Education

Investigating the Relationship Between Academic Achievement, Motivation, Academic Stress, and Academic Self-Efficacy with Exam Anxiety Among Medical Sciences Students in Western Mazandaran Province

Hoora Nabizadeh [1], Khadijeh Hatamipour [2*]

1. Department of Psychology, To.C., Islamic Azad University, Tonekabon, Iran.
2. Department of Nursing, To.C., Islamic Azad University, Tonekabon, Iran.

ARTICLE INFO

Article type
Research article

Article history
Received:2025/05/29
Accepted:2025/07/26

Keywords
Academic Achievement Motivation،
Academic Stress
Academic Self-Efficacy
Test Anxiety،
Students

ABSTRACT

Introduction: The widespread prevalence of exam anxiety and its detrimental effects on students' personality and social identity highlight the importance of investigating this issue. Therefore, the present study was conducted with the aim of determining the relationship between academic achievement motivation, academic stress, and academic self-efficacy with exam anxiety among medical science students in the western region of Mazandaran Province.

Materials & Methods: The research method was descriptive-correlational, and the statistical population included all medical sciences students in the western region of Mazandaran province during the academic year 1403–1404 (2024–2025). Using convenience sampling, 150 students were selected. The research tools included the Academic Stress Questionnaire by Gadzella (1991), the Academic Self-Efficacy Questionnaire by Jinks and Morgan (1999), the Achievement Motivation Questionnaire by Hermans (1970), and the Test Anxiety Questionnaire by Alpert and Haber (1960). The data were analyzed using Pearson correlation coefficient.

Results: Based on the data analysis of 150 participants,The results of data analysis indicated a significant relationship between academic achievement, motivation, academic stress, and academic self-efficacy with test anxiety ($p<0.001$). Specifically, higher academic achievement motivation was associated with lower levels of exam anxiety, whereas academic stress showed a positive and significant relationship with increased test anxiety ($p < 0.001$). Moreover, the findings revealed that academic self-efficacy plays a crucial role in reducing test anxiety; the more students believed in their ability to perform academic tasks, the lower their levels of test anxiety were.

Conclusion: Academic motivation and self-efficacy were associated with reduced test anxiety, while academic stress was positively correlated with higher levels of test anxiety. Based on these results, designing strategies to reduce exam anxiety such as educational programs focused on coping skills, time management, and enhancing academic self-concept can be effective in reducing exam anxiety and improving academic performance among students.

10.22038/hmed.2025.88544.1530

Cite this paper as:
Name of writer. Article title. Horizon of Medical Education Development. 2026;17(4):59-68

* Corresponding author: Khadijeh Hatamipour

Email: kh.hatamipour@iau.ac.ir

Address: Faculty of Medical Sciences, Tonekabon Branch, Islamic Azad University, Tonekabon, Iran.

©2026 The Authors. This is an open access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution -Noncommercial 4.0 International License (https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/deed.en) ,which permits any non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original author(s) and source are credited.

مجله افق توسعه آموزش علوم پزشکی

http://hmed.mums.ac.ir

بررسی رابطه انگیزش پیشرفت تحصیلی، استرس تحصیلی و خودکارآمدی تحصیلی با اضطراب امتحان دانشجویان علوم پزشکی غرب استان مازندران

حورا نبی زاده [۱]، خدیجه حاتمی پور [۲*]

۱. گروه روانشناسی، واحدتنکابن، دانشگاه آزاد اسلامی، تنکابن، ایران.

۲. گروه پرستاری ، واحدتنکابن، دانشگاه آزاد اسلامی، تنکابن، ایران.

مشخصات مقاله

نو ع مقاله
مقاله پژوهشی

پیشینه پژوهش
تاریخ دریافت:۱۴۰۴/۰۳/۰۸
تاریخ پذیرش: ۱۴۰۴/۰۵/۰۴

کلمات کلیدی
انگیزش پیشرفت تحصیلی
استرس تحصیلی
خوکارآمدی تحصیلی
اضطراب امتحان
دانشجویان

چکیده

مقدمه: شیوع گسترده اضطراب امتحان و آثار مخرب آن برشخصیت و هویت اجتماعی دانشجویان بررسی این موضوع را حائز اهمیت می سازد. از این رو پژوهش حاضر با هدف تعیین رابطه انگیزش پیشرفت تحصیلی، استرس تحصیلی و خودکارآمدی تحصیلی با اضطراب امتحان دانشجویان علوم پزشکی غرب استان مازندران انجام شد.

روش کار: روش پژوهش توصیفی همبستگی و جامعه آماری شامل کلیه دانشجویان علوم پزشکی غرب استان مازندران در سال تحصیلی ۱۴۰۴ بود که به روش نمونه گیری در دسترس تعداد ۱۵۰ نفر از دانشجویان انتخاب شدند. ابزار پژوهش شامل پرسشنامه استرس تحصیلی گادزلا(۱۹۹۱)،خودکارآمدی تحصیلی جینکز و مورگان (۱۹۹۹)، انگیزش پیشرفت تحصیلی هرمنس(۱۹۷۰) و اضطراب امتحان آلپورت و هابر (۱۹۶۰) بود. داده ها با استفاده از ضریب همبستگی پیرسون تحلیل شد.

نتایج: براساس تحلیل داده‌های ۱۵۰ نفر از شرکت‌کنندگان، نتایج نشان داد که بین متغیرهای انگیزش پیشرفت تحصیلی، استرس تحصیلی و خودکارآمدی تحصیلی با اضطراب امتحان رابطه معناداری وجود دارد ($p<0.001$) به‌طور مشخص، افزایش انگیزش پیشرفت تحصیلی با کاهش اضطراب امتحان همراه بود، در حالی که استرس تحصیلی با افزایش سطح اضطراب امتحان رابطه مثبت و معناداری داشت. ($p<0.001$) همچنین، یافته‌ها نشان داد که خودکارآمدی تحصیلی نقش مهمی در کاهش اضطراب امتحان ایفا می‌کند، به‌گونه‌ای که هرچه دانش‌آموزان باور بیشتری به توانایی‌های خود در انجام وظایف تحصیلی داشتند، سطح اضطراب امتحان آن‌ها پایین‌تر بود.

نتیجه گیری: انگیزش پیشرفت تحصیلی و خودکارآمدی تحصیلی با کاهش اضطراب امتحان رابطه دارند، در حالی که استرس تحصیلی با افزایش اضطراب امتحان همراه است. بر این اساس، طراحی برنامه‌های آموزشی با محوریت مهارت‌های مقابله‌ای، مدیریت زمان و ارتقاء خودپنداره تحصیلی می‌تواند در کاهش اضطراب امتحان و بهبود عملکرد تحصیلی دانشجویان مؤثر واقع شود.

10.22038/hmed.2025.88544.1530

نحوه ارجاع به‌این مقاله

Name of writer. Article title. Horizon of Medical Education Development. 2026;17(4):59-68

*نویسنده مسئول: خدیجه حاتمی پور

ایمیل:kh.hatamipour@iau.ac.ir

آدرس: گروه پرستاری، واحد تنکابن، دانشگاه آزاد اسلامی، تنکابن، ایران.

©2026 The Authors. This is an open access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution -Noncommercial 4.0 International License (https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/deed.en) ,which permits any non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original author(s) and source are credited.

مقدمه

نظام آموزش عالی همواره به‌عنوان یکی از مهم‌ترین ارکان توسعه‌ی جوامع انسانی شناخته شده است. موفقیت تحصیلی دانشجویان نقش تعیین‌کننده‌ای در رشد فردی و اجتماعی آنان دارد و ارتقای کیفیت یادگیری به یکی از دغدغه‌های اصلی نظام‌های آموزشی تبدیل شده است. عملکرد دانشجویان تحت تاثیر عوامل متعددی از جمله روان شناختی قرار می گیرد. یکی از این عوامل، اضطراب امتحان است. اضطراب امتحان، نوعی اضطراب موقعیتی است که شامل تجربه‌ی تنش، نگرانی، و ترس از شکست در هنگام آمادگی یا شرکت در آزمون‌ها می‌شود و می‌تواند عملکرد تحصیلی فرد را تحت تأثیر قرار دهد. (۱).

پژوهش‌های جدید نشان داده‌اند که سطوح بالای اضطراب امتحان با کاهش عملکرد تحصیلی دانشجویان ارتباط معناداری دارد (۲). شیوع اضطراب امتحان در ایران در برخی مطالعات به حدود ۳۶٪ می رسد (۳). مطالعات جهانی نشان می دهد این رقم بین ۲۰٪ تا ۴۰٪ متغیر است؛ در نتیجه اضطراب امتحان در ایران در مقایسه با برخی کشورها شیوع بالاتری دارد. عوامل متعددی اضطراب امتحان را تحت تاثیر قرار می دهد. یکی از این عوامل انگیزش پیشرفت تحصیلی می‌باشد. انگیزش پیشرفت تحصیلی به عنوان یک نیروی درونی تعریف می‌شود که دانشجو را به سوی یادگیری، موفقیت در تحصیل و دستیابی به اهداف آموزشی سوق می‌دهد. این انگیزه شامل علاقه به یادگیری، تلاش برای پیشرفت، و تمایل به کسب موفقیت‌های تحصیلی است (۴).

تحقیقات اخیر نشان داده‌اند که بین انگیزش پیشرفت تحصیلی و اضطراب امتحان یک رابطه معکوس وجود دارد. دانشجویانی که انگیزش بالایی دارند معمولاً اضطراب کمتری در مواجهه با امتحانات تجربه می‌کنند. برعکس، دانشجویانی که اضطراب بیشتری دارند، ممکن است انگیزه کمتری برای تلاش و دستیابی به نتایج تحصیلی عالی از خود نشان دهند. این نتایج بر اهمیت تقویت انگیزش درونی به‌منظور کاهش اضطراب و بهبود عملکرد تحصیلی تأکید دارد (۵). استرس تحصیلی زمانی رخ می‌دهد که دانشجویان در محیط‌های آموزشی با چالش‌هایی مواجه شوند و آن‌ها را تنش‌زا تلقی کنند (۶).

تحقیقات نشان داده‌اند که سطوح بالاتر استرس تحصیلی با سطوح بالاتر اضطراب امتحان ارتباط دارد و در این میان، خودکارآمدی تنظیم هیجانی می‌تواند نقش واسطه‌ای ایفا کند (۷). خودکارآمدی تحصیلی نیز از جمله عوامل حائز اهمیت در رابطه با اضطراب امتحان می‌باشد که نقش مهمی را ایفا می‌کند. خودکارآمدی تحصیلی، باور فرد به توانایی‌های خود برای سازمان‌دهی و اجرای فعالیت‌های لازم جهت رسیدن به عملکرد موفق تحصیلی است(۸). مطالعات نشان داده‌اند که خودکارآمدی تحصیلی می‌تواند تأثیر زیادی بر کاهش اضطراب امتحان داشته باشد. دانشجویانی که خودکارآمدی تحصیلی بالاتری دارند، معمولاً در مواجهه با چالش‌های امتحانی اضطراب کمتری را تجربه می‌کنند. این افراد به دلیل اعتماد به توانایی‌های خود در انجام وظایف تحصیلی، به طور مؤثرتری با استرس و اضطراب امتحان مقابله می‌کنند. انگیزش درونی و درگیری در یادگیری نیز از عوامل تأثیرگذار در این فرآیند هستند که به کاهش اضطراب امتحان کمک می‌کنند(۹).

طبق تحقیق ویسی‌چمه و میرزایی در سال ۱۴۰۳ که با استفاده از پرسشنامه‌های استاندارد اضطراب امتحان ساراسون و انگیزش تحصیلی انجام شد، رابطه معنادار بین انگیزش پیشرفت تحصیلی و اضطراب امتحان مشاهده شد؛ همچنین آموزش راهبردهای حافظه‌ای نشان داد که می‌توان اضطراب را کاهش و انگیزه را افزایش داد (۱۰). در پژوهش پودینه و همکاران در سال ۱۴۰۳، تأیید شد که استرس تحصیلی به‌طور مستقیم با افزایش اضطراب امتحان همراه بوده و هر دو عاملی مستقیم در کاهش پیشرفت تحصیلی هستند(۱۱).

همچنین طبق تحقیق خالقی و همکاران که در سال ۱۴۰۲ با استفاده از مدل‌یابی ساختاری، نقش میانجی خودکارآمدی در کاهش اضطراب امتحان را از طریق سبک‌های یادگیری و تفکر تأیید کردند(۱۲). با وجود پژوهش‌های متعدد در حوزه های مذکور، بررسی همزمان این چهار متغیر درقالب یک مدل تحلیلی منسجم انجام نشده بود (۱۳). از جمله دلایلی که پرداختن به این موضوع در دانشجویان علوم پزشکی حائز اهمیت است وجود دلایلی همچون دانشجویان گروه علوم پزشکی به دلیل بار علمی و تحصیلی سنگین و محتوای پیچیده دروس خود، همواره تحت فشارهای زیادی قرار دارند که می‌تواند منجر به استرس تحصیلی و اضطراب امتحان شود (۱۴). این چالش‌ها در کنار رقابت بالا و انتظارات جامعه برای دستیابی به نمرات عالی و موقعیت‌های شغلی برجسته، فشار روانی زیادی به دانشجویان این گروه وارد می‌کند (۱۵).

به همین دلیل پرداختن به رابطه بین انگیزش پیشرفت تحصیلی، استرس تحصیلی و خودکارآمدی تحصیلی با اضطراب امتحان در دانشجویان علوم پزشکی از اهمیت بالایی برخوردار است. یکی از ویژگی‌های برجسته دانشجویان این گروه، نیاز به مهارت‌های بالینی

و عملی در کنار دانش تئوری است. به عبارت دیگر، علاوه بر دروس نظری، آن‌ها باید توانایی‌های عملی خود را در زمینه‌های بالینی نیز ارتقاء دهند. این امر می‌تواند موجب ایجاد اضطراب و استرس در مواجهه با آزمون‌ها و ارزیابی‌های عملی شود(۱۶).

در چنین شرایطی، خودکارآمدی تحصیلی می‌تواند نقش مهمی در کاهش اضطراب امتحان ایفا کند. بنابراین، مطالعه این مقوله‌ها در دانشجویان علوم پزشکی می‌تواند به درک بهتر نحوه مقابله آن‌ها با فشارهای تحصیلی و روانی کمک کند. انگیزش پیشرفت تحصیلی نیز یکی از عوامل کلیدی در موفقیت دانشجویان است. در رشته‌های علوم پزشکی، انگیزش برای یادگیری و پیشرفت تحصیلی می‌تواند دانشجویان را در مسیر مقابله با استرس‌ها و موانع تحصیلی یاری دهد. افرادی که انگیزه قوی‌تری برای پیشرفت دارند، در مواجهه با اضطراب امتحان و چالش‌های تحصیلی، انعطاف‌پذیرتر و مقاوم‌تر هستند. به همین دلیل، بررسی رابطه بین انگیزش پیشرفت تحصیلی و اضطراب امتحان می‌تواند به ارائه راهکارهایی برای کاهش اضطراب و افزایش کارایی آموزشی در این گروه کمک کند. در نهایت، اضطراب امتحان و استرس تحصیلی در دانشجویان علوم پزشکی نه تنها بر عملکرد تحصیلی آن ها تأثیر می گذارد بلکه می تواند سلامت روانی آن ها را نیز تحت تأثیر قرار می دهد. به همین دلیل، شناسایی عواملی که می توانند این اضطراب را کاهش دهند، از جمله خودکارآمدی تحصیلی و انگیزش پیشرفت، می‌تواند به ایجاد محیط آموزشی سالم تر و کارآمدتر برای دانشجویان گروه علوم پزشکی کمک کند. لذا با عنایت به ضرورت انجام پژوهش و از آن جایی که تا به حال چنین پژوهشی در کشور انجام نشده، پژوهشگر برآن شد پژوهشی با هدف تعیین رابطه بین انگیزش پیشرفت تحصیلی، استرس تحصیلی و خودکارآمدی تحصیلی با اضطراب امتحان دانشجویان علوم پزشکی غرب استان مازندران در سال ۱۴۰۴ انجام دهد.

روش کار

پژوهش حاضر توصیفی همبستگی است که با هدف تعیین رابطه بین انگیزش پیشرفت تحصیلی، استرس تحصیلی و خودکارآمدی تحصیلی با اضطراب امتحان انجام شد. جامعه آماری شامل دانشجویان علوم پزشکی غرب استان مازندران در سال تحصیلی ۱۴۰۴ بودند که تعداد ۱۵۰ نفر به روش در دسترس به عنوان نمونه انتخاب شدند. پرسشنامه های استفاده شده در این پژوهش شامل :

۱. پرسشنامه خصوصیات دموگرافیک و تحصیلی(شامل سن، جنس، رشته تحصیلی، سال تحصیلی، مقطع تحصیلی)؛

۲. پرسشنامه استرس تحصیلی گادزلا که شامل ۵۱ گویه در ۹ خرده مقیاس می باشد در سال ۱۹۹۱ طراحی شد و دارای طیف لیکرت ۵ درجه ای است. در ایران توسط شکری و همکاران در سال ۱۳۸۷ اعتباریابی گردید. این ابزار ۵ طبقه عامل استرس زا (ناکامی ها، تعارض ها، فشارها، تغییرات و استرس خود تحمیل شده) و ۴ طبقه واکنش به عوامل استرس زا (جسمانی، هیجانی، رفتاری و ارزیابی شناختی) را ارزیابی می کند. بخش عوامل استرس زای تحصیلی شامل خرده مقیاس های ناکامی، تعارض، تغییرات، فشار و در نهایت استرس خود تحمیل شده است. در بخش واکنش به عوامل استرس زا، چهار نوع واکنش به عوامل استرس زای تحصیلی شامل فیزیولوژیک، هیجانی، رفتاری ، شناختی اندازه گیری می شود. در هر خرده مقیاس برای بدست آوردن یک نمره کلی، سوالات با یکدیگر جمع می شوند. نمرات بالاتر به ترتیب نشان دهنده استرس تحصیلی بیشتر و واکنش های بیشتر نسبت به استرس است. روایی ابزار توسط شکری و همکاران تایید و پایایی ابزار نیز برای خرده مقیاس ها بین ۰/۶۳تا ۰/۹۴و برای کل ابزار ۰/۹۳ گزارش گردید (۱۷). ضمنا پایایی ابزار بالاتر از ۰/۷ توسط بازرگانی پور و همکاران در سال ۱۴۰۰ گزارش شده (۱۸).

۳.همچنین برای ارزیابی خودکارآمدی تحصیلی از پرسشنامه خودکارآمدی تحصیلی جینکز و مورگان که شامل ۳۰ گویه (با ۳ زیرمقیاس استعداد، کوشش و بافت) و مقیاس لیکرت ۴ درجه ای استفاده شده و در ایران ضریب آلفای کرونباخ پرسشنامه ۰/۸۹ و برای زیرمقیاس ها بین ۰/۷۷ تا ۰/۸گزارش شده (۱۹). سوال های ۴ و ۵ و ۱۵ و ۱۶ و ۱۹ و ۲۰ و ۲۲ و ۲۳ بصورت معکوس نمره گذاری می شوند. سازنده ابزار میزان همبستگی درونی آن را ۰/۸۲ و برای خرده مقیاس ها بین ۰/۶۶ تا ۰/۷۸گزارش کرد. در پژوهش مظاهری و صادقی که در سال ۱۳۹۲ انجام شد نیز روایی و پایایی ابزار مورد تایید قرار گرفت (۲۰).

۴.علاوه بر آن برای ارزیابی پیشرفت تحصیلی از پرسشنامه انگیزش پیشرفت تحصیلی هرمنس استفاده شد که دارای ۲۹ گویه چهارگزینه ای، با نمره گذاری از ۲۹ تا ۱۱۶می باشد. این ابزار، نمره برش ۷۶ داشته و نمونه ها با کسب نمره ی بالاتر، انگیزه پیشرفت بالا دارند. پایایی این پرسشنامه بین ۰/۷۲ تا ۰/۸۴ گزارش گردید (۲۱). این پرسشنامه قبلا در ایران مورد استفاده قرار گرفته و اعتبار آن با دو روش همسانی درونی و تحلیل عاملی بدست آمده بود و

پایایی آن با روش آلفای کرونباخ ۰/۸۴ و به روش بازآزمایی ۰/۷۴ تعیین شده بود (۲۲)

۵.به منظور ارزیابی اضطراب امتحان از پرسشنامه ساخته شده توسط آلپورت و هابر (۱۹۶۰) استفاده شد. این پرسشنامه یک ابزار خود گزارشی است که از ۱۹ گویه تشکیل شده است. این پرسشنامه دارای دو زیرمقیاس است: زیر مقیاس اضطراب تسهیل کننده که میزان اضطراب برانگیزاننده را مورد ارزیابی قرار میدهد و زیرمقیاس اضطراب تضعیف کننده که میزان اضطرابی را که در عملکرد اختلال ایجاد میکند، ارزیابی می کند. برای هر یک از این دو زیر مقیاس نمره جداگانه ای محاسبه می شود. ضمن تایید روایی آن توسط اساتید صاحبنظر، پایایی این پرسشنامه ۰/۹۱ گزارش شد (۲۳). پرسشنامه ها پس از توضیح هدف پژوهش و تاکید بر محرمانه بودن پاسخ ها، بین دانشجویان توزیع و داده ها جمع آوری شد. تحلیل داده ها با استفاده از نرم افزار SPSS نسخه ۲۱، شامل آمار توصیفی (میانگین، انحراف معیار) و آمار استنباطی (ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون) انجام گرفت. به منظور رعایت اصول اخلاقی به دانشجویان اطمینان داده شد که اطلاعات آنان محرمانه بوده و نیازی به بیان نام و نام خانوادگی نمی باشد. از همگی رضایت نامه کتبی مبنی برشرکت در پژوهش گرفته شد.

یافته‌ها

به منظور بررسی وضعیت متغیرهای پژوهش، شاخص های آماری توصیفی شامل میانگین و انحراف معیار برای هر یک از متغیرهای اصلی محاسبه شد. تعداد کل آزمودنی ها ۱۵۰ نفر بوده که از این تعداد ۶۹ نفر در رشته پزشکی (۴۶درصد) و ۴۳ نفر در رشته پرستاری (۲۸/۶۷درصد) و۳۸ نفر از دانشجویان در رشته مامایی (۲۵/۳۳درصد) مشغول به تحصیل بودند. اطلاعات جمعیت شناختی نمونه ها در جدول شماره ۱ آورده شده است.

جدول۱: خصوصیات جمعیت شناختی دانشجویان

متغیر		تعداد	درصد
رشته تحصیلی	پرستاری	۴۳	۲۸/۶۷
	مامایی	۳۸	۲۵/۳۳
	پزشکی	۶۹	۴۶
جنس	دختر	۱۲۳	۸۲
	پسر	۲۷	۱۸
سن	۲۰-۲۲	۹۸	۶۵/۳۳
	۲۲-۲۵	۳۹	۲۶
	بیشتر از ۲۵	۱۳	۸/۶۶
سال تحصیلی	سال دوم	۴۰	۲۶/۶۶
	سال سوم	۴۸	۳۲
	سال چهارم	۴۱	۲۷/۳۳
	سال پنجم و بالاتر	۲۱	۱۴
مقطع تحصیلی	کارشناسی	۸۱	۵۴
	دکترای حرفه ای	۶۹	۴۶

نتایج به‌دست آمده نشان داد که شرکت کنندگان از نظر سطح انگیزش پیشرفت تحصیلی، استرس تحصیلی، خودکارآمدی تحصیلی و اضطراب امتحان دارای میانگین هایی در سطح متوسط تا نسبتاً بالا بودند. این شاخص ها زمینه مناسبی برای تحلیل روابط بین متغیرها فراهم نمودند. میانگین انگیزش پیشرفت تحصیلی در نمونه پژوهش نسبتا بالا (۶۷/۸درصد) بود. این یافته بیانگر این است که اکثر دانشجویان تمایل به پیشرفت تحصیلی و دستیابی به موفقیت دارند. میانگین استرس تحصیلی در سطح بالا (۶۰ درصد) گزارش شد ، این سطح بالا از استرس احتمالا منعکس کننده ی فشار های متعدد آموزشی و نگرانی از شکست تحصیلی است. میانگین خودکارآمدی تحصیلی در محدوده متوسط به بالا (۵۳/۶ درصد) قرار داشت که نشان می دهد دانشجویان تا حد زیادی به توانایی های خود در کنترل وضعیت های آموزشی باور دارند. اضطراب امتحان نیز در سطح متوسط رو به بالا (۵۵/۷۵ درصد) مشاهده شد. به منظور بررسی ارتباط انگیزش پیشرفت تحصیلی، استرس تحصیلی و خودکارآمدی تحصیلی با اضطراب امتحان از ضریب همبستگی پیرسون استفاده شده و نتایج حاصل از این بررسی به شرح زیر است:

در بررسی رابطه بین انگیزش پیشرفت تحصیلی و اضطراب امتحان نتایج نشان داد ضریب همبستگی پیرسون بین این دو متغیر برابر با $r = -0/57$ بود که در سطح معناداری $P<0/001$ تایید شد. بدین معنی بین انگیزش پیشرفت تحصیلی و اضطراب امتحان رابطه منفی معناداری وجود دارد. این یافته نشان می دهد که با افزایش انگیزش

برای پیشرفت تحصیلی، میزان اضطراب امتحان به شکل معنا داری کاهش می یابد (جدول ۲)

جدول۲: ضرایب همبستگی بین انگیزش پیشرفت تحصیلی با اضطراب امتحان

متغیر ملاک / متغیر پیش بین	اضطراب امتحان		
	ضریب همبستگی(r)	سطح معناداری(p)	تعداد (n)
انگیزه‌پیشرفت تحصیلی	-۰/۵۷	۰/۰۰۱	۱۵۰
استرس تحصیلی	۰/۵۶	۰/۰۰۱	۱۵۰
خودکارآمدی تحصیلی	-۰/۶۲	۰/۰۰۱	۱۵۰

رابطه بین استرس تحصیلی و اضطراب امتحان نشان داد بین استرس تحصیلی و اضطراب امتحان با r=۰/۵۶، رابطه مثبت معناداری در سطح P<۰/۰۰۱ وجود دارد. این همبستگی مثبت نشان دهنده آن است که دانشجویانی که سطوح بالاتری از استرس تحصیلی را تجربه می کنند احتمال بیشتری دارد که اضطراب امتحان بیشتری نیز تجربه کنند (جدول ۳).

جدول۳: نتایج تحلیل رگرسیون چندگانه حاصل پیش‌بینی اضطراب امتحان بر اساس انگیزش پیشرفت تحصیلی، استرس تحصیلی و خودکارآمدی تحصیلی

متغیر	ضریب (B)	خطای استاندارد	آمار T	سطح معناداری (P)	فاصله اطمینان ۹۵٪ پایین	فاصله اطمینان ۹۵٪ بالا
ثابت	۹۸/۱۱	۷/۵۰	۱۳/۰۷	<۰,۰۰۱	۸۳/۲۸	۱۱۲/۹۴
انگیزش‌پیش رفت تحصیلی	-۰/۳۰	۰/۰۵	-۵/۸۰	<۰,۰۰۱	-۰/۴۰	-۰/۲۰
استرس تحصیلی	۰/۱۰	۰/۰۲	۴/۲۱	<۰,۰۰۱	۰/۰۵	۰/۱۵
خودکارآمدی	-۰/۳۱	۰/۰۵	-۵/۹۰	<۰,۰۰۱	-۰/۴۱	-۰/۲۰

در بررسی ارتباط بین خودکارآمدی تحصیلی با اضطراب امتحان نیز نتایج نشان داد بین خودکارآمدی تحصیلی با اضطراب امتحان در سطح معناداری P<۰/۰۰۱ رابطه منفی معنادار وجود دارد (ضریب همبستگی r =-۰/۶۲). به عبارتی یافته‌ها نشان می‌دهد که هرچه میزان خودکارآمدی تحصیلی دانشجویان بیشتر باشد، اضطراب امتحان آن ها کمتر خواهد بود (جدول ۲).

جدول ۲ حاصل تحلیل رگرسیون چند متغیری است که در آن متغیر وابسته اضطراب امتحان و متغیرهای مستقل شامل انگیزه پیشرفت تحصیلی، استرس تحصیلی و خودکارآمدی می باشند. طبق نتایج حاصل و جدول ۴ انگیزه پیشرفت تحصیلی و خودکارآمدی تاثیر منفی و معناداری بر اضطراب امتحان دارد. ضریب منفی و P<۰/۰۰۱در دو متغیر انگیزش پیشرفت تحصیلی و خودکارآمدی یعنی با افزایش این دو اضطراب کاهش می یابد و همچنین استرس تحصیلی تأثیر مثبت و معناداری دارد یعنی با افزایش استرس، اضطراب امتحان بیشتر می شود. یافته ها نشان داد که اضطراب امتحان پدیده ای چند بعدی است که تحت تاثیر مستقیم و معنادار عوامل انگیزشی، هیجانی و شناختی قرار دارد.

جدول٤: خلاصه نتایج تحلیل رگرسیون چندگانه برای تأثیر انگیزش پیشرفت تحصیلی، استرس تحصیلی و خودکارآمدی تحصیلی بر اضطراب امتحان

متغیر پیش‌بین	ضریب (B)	خطای استاندارد	آمار t	سطح معناداری (P)	جهت اثر
انگیزش پیشرفت تحصیلی	-0.30	0.05	-5.80	<0.001	منفی
استرس تحصیلی	0.10	0.02	4.21	<0.001	مثبت
خودکارآمدی تحصیلی	-0.31	0.05	-5.90	<0.001	منفی

بحث

یافته‌های پژوهش حاضرکه با هدف تعیین رابطه انگیزش پیشرفت تحصیلی، استرس تحصیلی و خودکارآمدی تحصیلی با اضطراب امتحان دانشجویان علوم پزشکی غرب استان مازندران انجام شد، نشان داد بین انگیزش پیشرفت تحصیلی و اضطراب امتحان رابطه منفی معناداری وجود دارد. طبق پژوهش‌های انجام شده انگیزش پیشرفت تحصیلی تأثیر مثبتی بر عملکرد تحصیلی دارد، در حالی که اضطراب امتحان تأثیر منفی دارد. همچنین، انگیزش پیشرفت نقش تعدیل کننده‌ای در رابطه بین اضطراب امتحان و عملکرد تحصیلی ایفا می کند، به طوری که افزایش انگیزش پیشرفت می‌تواند تأثیر منفی اضطراب امتحان را کاهش دهد (۲۱). این نتیجه بیانگر آن است که دانشجویان با انگیزه بالاتر، اضطراب کمتری را در موقعیت‌های امتحانی تجربه می‌کنند که با پژوهش حاضر هم راستا می باشد.

از دیدگاه پژوهشگر، این امر ممکن است ناشی از هدفمندی، احساس کنترل بیشتر و برنامه‌ریزی بهتر این دانشجویان باشد که به آن‌ها کمک می‌کند در شرایط استرس‌زا با آرامش و اعتماد به نفس بیشتری عمل کنند. همچنین، رابطه مثبت معناداری میان استرس تحصیلی و اضطراب امتحان مشاهده شد. این یافته حاکی از آن است که استرس تحصیلی می‌تواند

به عنوان عامل تشدید کننده اضطراب عمل کند. پژوهش اخیر نشان داد که استرس تحصیلی در دانشجویان چینی به طور مستقیم با اضطراب امتحان ارتباط دارد. که نشان می‌دهد که استرس تحصیلی می تواند عامل مؤثری در بروز اضطراب امتحان باشد (۲۲). که این نتایج با نتایج به دست آمده هم راستا است.

به نظر پژوهشگر، استرس مزمن در زمینه تحصیل، می‌تواند منجر به افکار منفی، کاهش تمرکز و اختلال در تنظیم هیجانی شود که در نهایت اضطراب امتحان را افزایش می‌دهد. بنابراین، اهمیت اجرای برنامه‌های مداخله‌ای برای مدیریت استرس در مراکز علمی بیش از پیش احساس می‌شود. یافته دیگر پژوهش نشان داد که بین خودکارآمدی تحصیلی و اضطراب امتحان رابطه منفی معناداری وجود دارد. این نتیجه با نظریه بندورا درباره نقش باورهای خودکارآمدی همسو است (۲۳). دانشجویانی که به توانایی خود در موفقیت در وظایف تحصیلی باور دارند، در موقعیت‌های ارزیابی، اضطراب کمتری تجربه می‌کنند. پژوهش نشان داد که خودکارآمدی در تنظیم هیجانات نقش میانجی بین استرس تحصیلی و اضطراب امتحان دارد. دانشجویانی با توانایی بالاتر در مدیریت هیجانات خود، اضطراب امتحان کمتری تجربه می‌کنند (۲۴) که با نتایج به دست آمده همسو می‌باشد. پژوهشگر معتقد است که تقویت حس خودکارآمدی می‌تواند به عنوان راهبردی مؤثر در کاهش اضطراب امتحان مورد توجه مشاوران و مربیان آموزشی قرار گیرد. نتایج این پژوهش همچنین با نظریه‌های روانشناختی مانند نظریه ساراسون و زیدنر هم‌راستا هستند (۲۵). که بر نقش افکار منفی، خودارزیابی ضعیف و تمرکز بر پیامدهای شکست در افزایش اضطراب امتحان تأکید دارند. فشارهای آموزشی، انتظارات والدین و ترس از شکست نیز از جمله عوامل موثر بر افزایش استرس تحصیلی و اضطراب امتحان شناخته می‌شوند (۲۶).

از محدودیت‌های این پژوهش می‌توان به استفاده از ابزارهای خودگزارشی و عدم کنترل برخی متغیرهای مداخله‌گر مانند شرایط خانوادگی دانشجویان اشاره کرد که در تفسیر نتایج باید مدنظر قرار گیرند. پیشنهاد می‌شودبرنامه‌هایی برای آموزش مهارت‌های مقابله با اضطراب، مدیریت زمان، و بهبود خودپنداره تحصیلی طراحی و اجرا شود تا بتوان پیامدهایی مانند اضطراب امتحان را کاهش داد و عملکرد تحصیلی دانشجویان را بهبود بخشید. علاوه بر این، پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آتی از روش‌های کیفی یا ترکیبی مانند مصاحبه‌های عمیق استفاده شود تا دید جامع‌تری نسبت به عوامل مؤثر بر اضطراب امتحان به دست آید. همچنین انجام مطالعات در مناطق جغرافیایی و فرهنگی مختلف و بر روی نمونه‌های متنوع‌تر، می‌تواند به تعمیم‌پذیری نتایج کمک کند.

نتیجه گیری

با توجه به یافته‌های این پژوهش، می‌توان نتیجه گرفت سه متغیر انگیزش پیشرفت تحصیلی، استرس تحصیلی و خودکارآمدی تحصیلی، نقش مهمی در پیش‌بینی اضطراب امتحان دانشجویان ایفا می‌کنند. بنابراین، تقویت انگیزه و خودکارآمدی، و کاهش استرس تحصیلی باید در کانون توجه اساتید و مربیان و نیز مسئولان دانشکده های علوم پزشکی قرار گیرد.

تقدیر و تشکر

از معاونت پژوهشی دانشگاه آزاد اسلامی واحد تنکابن که در انجام پژوهش ما را یاری نمودند تقدیر و تشکر می گردد.

تضاد منافع

در این پژوهش تضاد منافع دیده نشد.

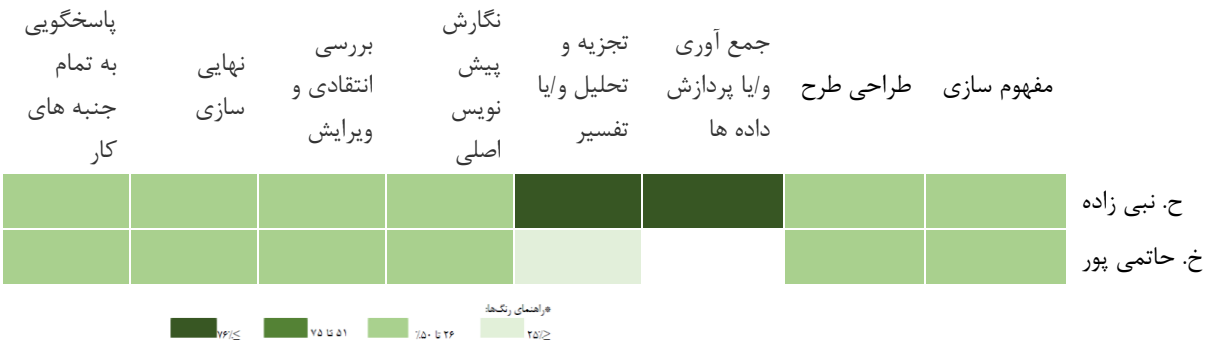
حمایت مالی

نویسندگان اظهارمی دارند این پژوهش حامی مالی نداشته است.

ملاحظات اخلاقی

این‌پژوهش‌کداخلاق‌به‌شماره IR.IAU.TON.REC.1404.060 را از دانشگاه آزاد اسلامی واحد تنکابن کسب کرد.

مشارکت نویسندگان



References

1. Khosravi M, Mehrabi H, 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 Med Educ Dev. 2022;12(4):21-7.
2. Benjamin LS, Mohammed KEA. Test anxiety and academic performance: A correlational study among nursing college students. J Prof Nurs Stud. 2023;3(3):Article 80. doi:10.55048/jpns80. https://doi.org/10.55048/jpns80
3. Azizi M, Rahimi Z, Jafari P. Prevalence of test anxiety among Iranian university students: a cross-sectional study. Iran J Psychol Educ. 2021;23(2):117-25.
4. Sarhadi M, Mazloom S, Soltani Nejad S, Arbozia M. The academic motivation and related factors in students of Zahedan School of Nursing and Midwifery. Horizon Med Educ Dev. 2022;13(4):71-84.
5. Santi EA, Gorghiu G, Pribeanu C. The relationship between intrinsic motivation, academic self-efficacy, learning engagement, and test anxiety, as perceived by university students. Probl Educ 21st Century. 2024;82(6):892-903. doi:10.33225/pec/24.82.892. https://doi.org/10.33225/pec/24.82.892
6. Toribio M, Franco C. Academic stress is an adaptive psychological systematic process that occurs in learning environments when students face challenges and perceive them as stressful. Heliyon.2023;9(3):e12345. doi:10.1016/j.heliyon.2023.12345.
7. Guo Z, Zhang Q, Ran G. The association between academic stress and test anxiety in college students: The mediating role of regulatory emotional self-efficacy and the moderating role of parental expectations. Front Psychol. 2023;14:1008679. doi:10.3389/fpsyg.2023.1008679. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1008679 PMid:36824305 PMCid:PMC9941335
8. Sharififard F, Kobrai-Abkenar F, Farsi M, Shouri Bidgoli AR, Alimadadi E, Hajimohammad Hoseini M. The correlation of academic motivation and self-efficacy with academic burnout among undergraduate students of Anesthesiology and Operating Room of Qom University of Medical Sciences. Horizon Med Educ Dev. 2023;14(3):60-71.
9.Pribeanu EC, Gorgiu G, Pribeanu C. The relationship between intrinsic motivation, academic self-efficacy, learning engagement, and test anxiety, as perceived by university students. Phys Educ Sport. 2024;82(6):892-903. https://doi.org/10.33225/pec/24.82.892
10. Zaheri A, Eshaghi Z, Kheiri S, Ghaderi H. The association of emotional intelligence with academic achievement and academic motivation in students of Shahrekord Paramedical School in 2018-2019. Horizon Med Educ Dev. 2021;12(2):21-32.
11.Dehghan Abnavi S, Mohammadi S, Roshanzadeh M, Ghadirian S, Dehghan B. The effect of playing the role of prep and drape on the perceived stress and self-efficacy of operating room students. Horizon Med Educ Dev. 2024;15(2):58-68.
12. Khaleghi F, Sharifipasha M, Ghavayi S, Pirani M. A model of test anxiety based on thinking and learning styles with the mediating role of academic self-efficacy. J Behav Sci Res. 2023;21(2):101-16. [Persian].
13. Zhao Y, Wang L, Chen X, et al. Predictors of academic and clinical stress among nursing students. J Nurs Educ Pract. 2024;14(3):45-52.
14. Primadasa A, Raihana PA. Modifikasi dan Validasi Student-Life Stress Inventory pada Mahasiswa Selama Pembelajaran Online COVID-19. J Psikol Insight. 2022;4(2):123-35. https://doi.org/10.58812/jpkws.v2i01.1067
15.Nahali P, Alavi A, Sadeghi N. Comparison of clinical education stressors from the perspective of apprenticeship and internship nursing students and instructors. Horizon Med Educ Dev. 2024;15(4):17-26.
16. Reed JM, Dodson T, Phillips L, Measuring Debilitating and Facilitating Anxiety Within Nursing Simulation. Nurs Rep. 2024;15(1):1. doi:10.3390/nursrep15010001. https://doi.org/10.3390/nursrep15010001 PMid:39852623 PMCid:PMC11767242
17. Shokri O, et al. Factorial validity and reliability of Farsi version of the student-life stress inventory. J Res Psychol Health. 2008;2(1):17-27. [Persian].
18. Bazarganipour M, Sharifi H, Ahmadi A, Rahimi F. Psychometric properties of the Iranian Adolescent Academic Stress Questionnaire (IAASQ): Validity and reliability study. J Behav Sci. 2023;15(1):45-59.
19. Tahmasian K, Ahmadi F, Rezaei A. Reliability and validity of the Persian version of the Academic

Self-Efficacy Questionnaire (Jinks & Morgan). Iran J Psychiatry Behav Sci. 2017;11(2):e8889.
20. Mazaheri Z, Sadeghi A. Construction and investigation of the validity and reliability of the students' academic self-efficacy questionnaire. J New Educ Approaches. 2015;10(2):62-80. [Persian].
21Javdan H, et al. Predicting Achievement Motivation based on the Classroom Psychosocial Climate and Quality of School Life among Female Secondary School Students. Iran J Educ Res. 2022;1(3):1-? doi:10.52547/ijer.1.3.1. https://doi.org/10.52547/ijer.1.3.1
22. Akbari B. Validity of motivation questionnaire of Hermance, on students of high school in Guilan Province. Knowl Res Educ Sci. 2007;16(21):73-96. [Persian].
23. Mousavi Hesari Z, Solgi R. Survey the role of academic achievement anxiety, academic burnout and academic procrastination in students. J Adolesc Youth Psychol Stud. 2021;1(1):48-59. https://doi.org/10.61838/kman.jayps.1.1.5
24. Guo Z, Zhang Q, Ran G. The association between academic stress and test anxiety in college students: the mediating role of regulatory emotional self-efficacy and the moderating role of parental expectations. Front Psychol. 2023;14:1008679. doi:10.3389/fpsyg.2023.1008679. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1008679 PMid:36824305 PMCid:PMC9941335
25. Jia J, Ma Y, Xu S, Liu L. Effect of academic self-efficacy on test anxiety of higher vocational college students: The chain mediating effect. Psychol Res Behav Manag.2023;16:1905-16. https://doi.org/10.2147/PRBM.S413382 PMid:37426390 PMCid:PMC10327914
26. Putwain DW. Test anxiety in UK schoolchildren: Prevalence and demographic patterns. Br J Educ Psychol.2007;77(3):579-93. https://doi.org/10.1348/000709906X161704 PMid:17908376