

## بررسی رابطه راهبردهای مطالعه و یادگیری با اضطراب امتحان در

### دانشجویان دانشکده بهداشت دانشگاه علوم پزشکی یزد در سال ۱۳۹۵

غلامرضا احمدی طهرانی<sup>۱،۲</sup>، سمانه انتظاریان اردکانی<sup>۳</sup>، عطیه ربانی<sup>۳\*</sup>

<sup>۱</sup> کارشناس ارشد مدیریت خدمات بهداشتی درمانی، گروه مدیریت خدمات بهداشتی درمانی، دانشکده بهداشت، دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شهید صدوقی، یزد، ایران

<sup>۲</sup> کارشناس ارشد مدیریت خدمات بهداشتی درمانی، مرکز تحقیقات مدیریت بیمارستانی، دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شهید صدوقی، یزد، ایران

<sup>۳</sup> دانشجوی کارشناس ارشد مدیریت خدمات بهداشتی درمانی، گروه مدیریت خدمات بهداشتی درمانی، دانشکده بهداشت، دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شهید صدوقی، یزد، ایران

\* نویسنده مسئول: عطیه ربانی

atiye.rabani73@gmail.com

#### چکیده

**زمینه و هدف:** اضطراب امتحان مشکل شایعی در میان دانشجویان و دانش آموزان است. به کار بردن راهبردهای مطالعه و یادگیری و راهبردهای مقابله با اضطراب می تواند باعث پیشرفت و بهبود عملکرد تحصیلی دانشجویان شود. هدف این پژوهش بررسی راهبردهای مطالعه و یادگیری و ارتباط آن با اضطراب امتحان در دانشجویان دانشکده بهداشت دانشگاه علوم پزشکی یزد در سال ۱۳۹۵ بود.

**روش پژوهش:** مطالعه حاضر، مطالعه ای تحلیلی و از نوع همبستگی است که در سال ۱۳۹۵ انجام شد و نتایج کاربردی دارد. جامعه هدف این پژوهش، دانشجویان دانشکده بهداشت دانشگاه علوم پزشکی یزد بودند. ابزار گردآوری داده‌ها ۲ پرسشنامه راهبردهای مطالعه و یادگیری وین اشتاین و پرسشنامه اضطراب امتحان ساراسون بود. تعداد نمونه لازم به روش طبقه ای- تصادفی برای انجام این پژوهش با در نظر گرفتن سطح اطمینان ۹۵ درصد و توان ۸۰ درصد، ۳۵۰ نفر محاسبه شد. در نهایت داده‌ها با استفاده از نرم افزار SPSS 22 و با آزمون ضریب همبستگی پیرسون تحلیل شدند.

**یافته‌ها:** یافته‌های پژوهش نشان داد اضطراب امتحان دانشجویان با راهبردهای مطالعه و یادگیری و برخی ابعاد آن (اضطراب، نگرش، تمرکز، خودآزمایی، انتخاب ایده اصلی، راهبردهای آزمون) دارای رابطه معنادار بود ( $p < 0/001$ ). علاوه بر این بین اضطراب امتحان دانشجویان با بعدهای پردازش اطلاعات، انگیزش، راهنمای مطالعه و مدیریت زمان ارتباط معناداری وجود نداشت ( $p > 0/001$ ). دیگر یافته‌های پژوهش نشان داد بین راهبردهای مطالعه و یادگیری با اضطراب امتحان برحسب متغیرهای جمعیت شناختی، همبستگی معکوس و معنادار وجود داشت ( $p < 0/001$ ).

**نتیجه گیری:** با توجه به نتایج پژوهش، بهبود راهبردهای مطالعه و یادگیری دانشجویان می تواند به عنوان یکی از روش‌های کاهش اضطراب امتحان، مورد توجه قرار گیرد.

**واژه‌های کلیدی:** یادگیری، اختلال اضطراب، دانشجوی علوم پزشکی

**کاربرد مدیریتی:** کمک به دانشجویان در اصلاح سبک‌های مطالعاتی جهت کاهش سطح اضطراب امتحان

ارجاع: احمدی طهرانی غلامرضا، انتظاریان اردکانی سمانه، ربانی عطیه. بررسی رابطه راهبردهای مطالعه و یادگیری با اضطراب امتحان در دانشجویان دانشکده بهداشت دانشگاه علوم پزشکی یزد در سال ۱۳۹۵. راهبردهای مدیریت در نظام سلامت ۱۳۹۶؛ ۲(۲): ۱۴۶-۱۴۴

تاریخ دریافت: ۱۳۹۶/۰۶/۰۱

تاریخ اصلاح نهایی: ۱۳۹۶/۰۶/۲۷

تاریخ پذیرش: ۱۳۹۶/۰۶/۲۹

## مقدمه

رسیدن به هر هدفی نیازمند شناخت و کاربرد راهبردها و روش‌های صحیح رسیدن به آن هدف می باشد. یادگیری هم به عنوان یک هدف از این قاعده مستثنی نیست (۱).

یادگیری در همه عرصه‌های زندگی نمایان است. یادگیری نه تنها در آموختن مهارتی خاص یا مطالب درسی بلکه در رشد هیجانی، تعامل اجتماعی و حتی رشد شخصیت نیز دخالت دارد. یادگیری یکی از مهمترین زمینه‌ها در روانشناسی امروز و یکی از مشکل‌ترین مفاهیم برای تعریف کردن است. یادگیری یک جریان فعال شناختی، ذهن فراگیر است که تحت تأثیر عوامل مختلفی قرار می گیرد. یکی از مهمترین عوامل تأثیرگذار بر یادگیری مؤثر، مرتبط بودن مطالب آموزشی با ساختار شناختی فرد می باشد. ساختارهای شناختی، همان راهبردها یا استراتژی‌های یادگیری هستند که با تسهیل فرایند یادگیری، عملکرد تحصیلی فراگیران را بهبود می بخشند (۲،۳).

مطالعه به عنوان ابزار یادگیری و عامل مهم در جهت گسترش علم و دانش از دیرباز مورد توجه بود. میزان مطالعه یکی از شاخص‌های رشد و توسعه هر کشوری است. عاملی که باعث تفاوت دانشجویان با نمرات بالا و پایین از یکدیگر می شود، روش‌های خاص مطالعه در یادگیری آنان می باشد (۲).

راهبردهای مطالعه و یادگیری یک فرایند سیستمیک بوده که به وسیله یادگیرندگان مورد استفاده قرار می گیرد و باعث درک عمیق و وسیع از مطالب خوانده شده می شود. این راهبردها شامل به کارگیری بعضی از رفتارها و افکار و عملکردها در طول یادگیری با هدف کسب اطلاعات بیشتر و ذخیره سازی دانش‌های جدید در حافظه و ارتقای مهارت‌ها است. راهبردهای مطالعه و یادگیری شامل انگیزش، نگرش، کنترل زمان، اضطراب، تمرکز، راهنمای مطالعه، راهبردهای آزمون، خودآزمایی، پردازش اطلاعات و انتخاب ایده اصلی است (۴،۵).

یکی دیگر از مسائلی که در دانشجویان و دانش‌آموزان شایع می باشد، اضطراب امتحان است. به کار بردن راهبردهای مطالعه و یادگیری و راهبردهای مقابله با اضطراب می تواند باعث پیشرفت و بهبود عملکرد

تحصیلی شود (۴). اضطراب امتحان یک احساس پریشانی و ترس قابل ملاحظه و فراگیر است که ممکن است قبل از امتحان، در طی امتحان و یا بعد از امتحان ظاهر شود و کاهش عملکرد، ضعف یادگیری یا افت نمرات را در پی داشته باشد (۲).

صاحب‌الزمانی و زیرک (۱۳۹۰) در مطالعه خود تحت عنوان راهبردهای مطالعه و یادگیری دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی اصفهان و ارتباط آن با اضطراب امتحان، نشان دادند میان مؤلفه‌های راهبردهای مطالعه و یادگیری و سطح اضطراب امتحان ارتباط معناداری در جهت معکوس وجود داشته است و در واقع استفاده از راهبردهای مطالعه و یادگیری می تواند به عنوان یکی از روش‌های کاهش اضطراب امتحان مورد استفاده قرار گیرد (۴).

یافته‌های حاصل از مطالعه شوشتری زاده و همکاران (۱۳۹۰) در پژوهشی با عنوان بررسی راهبردهای مطالعه و یادگیری و ارتباط آن با اضطراب امتحان در دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد فلاورجان، نشانگر سطوح بالای اضطراب امتحان در بین بیش از نیمی از دانشجویان است. همچنین رابطه معنادار آماری بین برخی مؤلفه‌های راهبردهای مطالعه و یادگیری با اضطراب امتحان، نشان می دهد هر چه آگاهی و مهارت دانشجویان در استفاده از راهبردهای مطالعه و یادگیری افزایش یابد این امکان وجود دارد که آن‌ها اضطراب کمتری را تجربه نمایند (۲).

بابایی شیروانی و همکاران (۱۳۹۴) در پژوهشی با عنوان رابطه راهبردهای مطالعه و یادگیری با عملکرد تحصیلی دانشجویان علوم پزشکی بابل، به این نتیجه رسیدند که راهبردهای مطالعه و یادگیری نقش زیادی در پیشگویی پیشرفت تحصیلی دانشجویان دارد (۶).

لذا هدف مطالعه حاضر، بررسی رابطه بین راهبردهای مطالعه و یادگیری با اضطراب امتحان در بین دانشجویان دانشکده بهداشت دانشگاه علوم پزشکی یزد در نظر گرفته شد.

## روش پژوهش

مطالعه حاضر، مطالعه ای تحلیلی و از نوع همبستگی است که در سال ۱۳۹۵ انجام شد و نتایج کاربردی دارد. جامعه هدف این پژوهش، دانشجویان دانشکده بهداشت

۵ تا ۱) اختصاص یافت. لذا دامنه نمرات در هر حیطة بین حداقل ۸ تا حداکثر ۴۰ بود.

پرسشنامه اضطراب امتحان دارای ۳۷ گویه است و پاسخ دهندگان به سؤالات آن به صورت بلی و خیر جواب دادند. برای نمره گذاری پرسشنامه اضطراب امتحان، به جواب خیر برای سؤالات ۳-۱۵-۲۶-۲۷-۲۹-۳۳ و به جواب بلی به سایر سؤالات، نمره ۱ داده شد (دامنه نمرات بین حداقل ۰ تا حداکثر ۳۷ بود). پس از جمع کردن نمرات، نمره اضطراب امتحان فرد به دست آمد. نمره بیشتر نشانگر اضطراب امتحان بیشتر بود و فرد با توجه به نمره کسب شده در یکی از ۳ طبقه اضطراب خفیف (نمره ۱۲ و پایین‌تر)، اضطراب متوسط (نمره ۱۳ تا ۲۰) و اضطراب شدید (نمره ۲۱ و بالاتر) قرار گرفت. پایایی این پرسشنامه با ضریب آلفای کرونباخ، ۰/۸۸ به دست آمده است (۸).

همچنین روایی هر ۲ پرسشنامه توسط خبرگان مورد تأیید قرار گرفت. در نهایت داده‌ها با استفاده از نرم افزار SPSS 22 و با آزمون ضریب همبستگی پیرسون تحلیل شدند.

به منظور رعایت ملاحظات اخلاقی، پرسشنامه بین افرادی توزیع شد که تمایل به همکاری داشتند و محرمانگی اطلاعات نیز حفظ شد. ضمناً این مطالعه با کد اخلاق IR.SSU.SPH.REC.۱۳۹۶.۱۰۶ در دانشکده بهداشت دانشگاه علوم پزشکی شهید صدوقی یزد مورد تأیید قرار گرفته است.

#### یافته‌ها

نتایج پژوهش نشان داد که اکثریت دانشجویان مورد پژوهش، زن (۷۷/۱ درصد)، مجرد (۵۷/۷ درصد) و در محدوده سنی ۱۸ تا ۲۲ سال (۵۲/۳ درصد) بودند. از نظر سطح تحصیلات، بیشتر دانشجویان دارای سطح تحصیلی کارشناسی (۶۴/۳ درصد) و از نظر رشته تحصیلی، دانشجوی رشته‌ی بهداشت محیط (۳۱/۷ درصد) بودند (جدول ۱).

دانشگاه علوم پزشکی یزد بودند. تعداد نمونه لازم برای انجام این پژوهش با در نظر گرفتن سطح اطمینان ۹۵ درصد و توان ۸۰ درصد و کمترین ضریب همبستگی بین مؤلفه های اضطراب امتحان و راهبردهای مطالعه و یادگیری در پژوهش صاحب الزمانی و زیرک (۱۳۹۰) که برابر ۱۷ درصد است، ۳۵۰ نفر محاسبه شد (۴). نمونه گیری به صورت طبقه ای - تصادفی انجام شد. به این ترتیب که هر مقطع را به عنوان یک طبقه در نظر گرفته و سپس از رشته‌های مختلف به طور تصادفی، نمونه گرفته شد.

در این پژوهش از ۲ پرسشنامه راهبردهای مطالعه و یادگیری وین اشتاین (تدوین سال ۱۹۸۷، تجدید نظر در سال ۲۰۰۲) و پرسشنامه اضطراب امتحان ساراسون (سال ۱۹۵۷)، استفاده شد.

پرسشنامه راهبردهای مطالعه و یادگیری توسط خدیوزاده و همکاران (۱۳۸۳) به فارسی برگردانده شده و پایایی آن با استفاده از آلفای کرونباخ به تفکیک هر حیطة (حیطه اضطراب: ۰/۷۷، حیطه نگرش: ۰/۸۹، حیطه تمرکز: ۰/۷۳، حیطه پردازش اطلاعات: ۰/۷۹، حیطه انگیزش: ۰/۸۶، حیطه انتخاب ایده اصلی: ۰/۸۲، حیطه خودآزمایی: ۰/۸۹، حیطه راهنمای مطالعه: ۰/۸۱، حیطه مدیریت زمان: ۰/۹۱، حیطه راهبردهای آزمون: ۰/۹۴) به دست آمد (۷).

پرسشنامه راهبردهای مطالعه و یادگیری دارای ۸۰ سوال در ۱۰ بعد (اضراب، نگرش، تمرکز، پردازش اطلاعات، انگیزش، خودآزمایی، انتخاب ایده اصلی، راهنمای مطالعه، مدیریت زمان و راهبردهای آزمون) است که هر کدام از این ابعاد، ۸ سؤال را در بر می گیرد. پاسخ دهندگان به سؤالات این پرسشنامه، بر اساس طیف ۵ گزینه ای لایکرت از "اصلاً در مورد من صدق نمی کند" تا "کاملاً در مورد من صدق می کند"، پاسخ دادند. به هر کدام از این گزینه‌ها امتیاز ۱ تا ۵ (برای سؤالات معکوس

جدول ۱: توزیع فراوانی و درصد مشخصات جمعیت شناختی دانشجویان

مشخصات دموگرافیکی	فراوانی	درصد
سن	۱۸ تا ۲۲ سال	۵۲/۳
	۲۳ تا ۲۷ سال	۲۸/۶
	۲۸ تا ۳۲ سال	۱۲/۶
	بیشتر از ۳۲ سال	۶/۶
جنس	زن	۷۷/۱
	مرد	۲۲/۹
سطح تحصیلات	کارشناسی	۶۴/۳
	کارشناسی ارشد	۲۶/۶
	دکترا	۹/۱
رشته تحصیلی	بهداشت حرفه ای	۳۰/۹
	بهداشت محیط	۳۱/۷
	مدیریت خدمات بهداشتی درمانی	۱۶/۶
	سلامت سالمندی	۲/۰
	آمار زیستی	۲/۳
	اپیدمیولوژی	۳/۱
	ایمنی بهداشت در تغذیه	۳/۴
	آموزش بهداشت	۸/۳
	سلامت در بلایا	۱/۷
	مجرد	۲۰۲
متاهل	۱۴۸	۴۲/۳

طبق یافته‌های پژوهش میانگین نمره ی راهبردهای مطالعه و یادگیری، بعد راهبردهای آزمون، مطالعه و یادگیری، (۲۵۶/۹۱) و میانگین نمره اضطراب امتحان، (۲۰/۴۳) به دست آمد. همچنین در بین ابعاد راهبردهای مطالعه و یادگیری، بعد راهبردهای آزمون، بیشترین میانگین (۲۷/۵۳) و بعد تمرکز، کمترین میانگین (۲۴/۱۴) را به خود اختصاص داد (جدول ۲).

جدول ۲: میانگین و انحراف معیار راهبردهای مطالعه و یادگیری و ابعاد آن و اضطراب امتحان دانشجویان

متغیر	حداقل نمره	حداکثر نمره	انحراف معیار $\pm$ میانگین
راهبردهای مطالعه و یادگیری	۱۶۴	۳۶۹	$256/91 \pm 25/36$
بعد اضطراب	۱۲	۳۸	$25/31 \pm 5/20$
بعد نگرش	۱۵	۳۸	$27/38 \pm 5/03$
بعد تمرکز	۱۳	۳۹	$24/14 \pm 4/32$
بعد پردازش اطلاعات	۱۱	۳۹	$25/43 \pm 4/73$
بعد انگیزش	۱۱	۳۷	$24/95 \pm 4/58$
بعد خودآزمایی	۱۱	۴۰	$24/32 \pm 4/78$
بعد انتخاب ایده اصلی	۱۳	۴۰	$26/99 \pm 4/51$
بعد راهنمای مطالعه	۱۳	۴۰	$25/08 \pm 4/45$
بعد مدیریت زمان	۱۱	۴۰	$25/73 \pm 4/06$
بعد راهبردهای آزمون	۱۷	۴۰	$27/53 \pm 4/24$
اضطراب امتحان	۴	۳۷	$20/43 \pm 6/47$

(اضطراب، نگرش، تمرکز، خودآزمایی، انتخاب ایده اصلی، راهبردهای آزمون) دارای رابطه معنادار است ( $p < 0/001$ ). علاوه بر این بین اضطراب امتحان دانشجویان با بعدهای پردازش اطلاعات، انگیزش، راهنمای مطالعه و مدیریت زمان ارتباط معناداری وجود نداشت ( $p > 0/001$ ) (جدول ۴).

بررسی سطح اضطراب امتحان دانشجویان نشان داد که اکثر دانشجویان دارای اضطراب شدید (۵۲/۰ درصد) و متوسط (۳۶/۹ درصد) بودند (جدول ۳). در ادامه پژوهش با استفاده از معیار همبستگی، نشان داده شد که اضطراب امتحان دانشجویان با راهبردهای مطالعه و یادگیری و برخی ابعاد آن

جدول ۳: توزیع فراوانی و درصد سطح اضطراب امتحان دانشجویان

سطح اضطراب امتحان	فراوانی	درصد
اضطراب خفیف	۳۹	۱۱/۱
اضطراب متوسط	۱۲۹	۳۶/۹
اضطراب شدید	۱۸۲	۵۲/۰
جمع کل	۳۵۰	۱۰۰/۰

جدول ۴: ضریب همبستگی راهبردهای مطالعه و یادگیری و ابعاد آن با سطح اضطراب امتحان دانشجویان

اضطراب امتحان		متغیر
مقدار * p	ضریب همبستگی	
۰/۰۰ **	- ۰/۲۷	راهبردهای مطالعه و یادگیری
۰/۰۰ **	- ۰/۵۲	بعد اضطراب
۰/۰۰ **	- ۰/۱۸	بعد نگرش
۰/۰۰ **	- ۰/۲۹	بعد تمرکز
۰/۶۸	۰/۲۲	بعد پردازش اطلاعات
۰/۰۶	۰/۰۹	بعد انگیزش
۰/۰۰ **	۰/۱۵	بعد خودآزمایی
۰/۰۰ **	- ۰/۳۵	بعد انتخاب ایده اصلی
۰/۴۶	۰/۰۳	بعد راهنمای مطالعه
۰/۰۸	۰/۰۹	بعد مدیریت زمان
۰/۰۰ **	- ۰/۳۵	بعد راهبردهای آزمون

\* آزمون ضریب همبستگی پیرسون  
\*\* معنادار در سطح معناداری  $p < 0/05$

دیگر یافته‌های پژوهش نشان داد بین راهبردهای مطالعه و یادگیری با اضطراب امتحان برحسب متغیرهای جمعیت شناختی، همبستگی معکوس و معنادار وجود دارد.

جدول ۵: ضریب همبستگی راهبردهای مطالعه و یادگیری با اضطراب امتحان برحسب متغیرهای جمعیت شناختی دانشجویان

مقدار * p	ضریب همبستگی	متغیر جمعیت شناختی
۰/۰۰ **	- ۰/۲۷	سن
۰/۰۰ **	- ۰/۲۷	جنس
۰/۰۰ **	- ۰/۲۷	تحصیلات
۰/۰۰ **	- ۰/۲۷	رشته تحصیلی
۰/۰۰ **	- ۰/۲۶	معدل
۰/۰۰ **	- ۰/۲۷	وضعیت تأهل

\* آزمون ضریب همبستگی پیرسون  
\*\* معنادار در سطح معناداری  $p < 0/05$

## بحث

هدف پژوهش حاضر، بررسی رابطه راهبردهای مطالعه و یادگیری با اضطراب امتحان در دانشجویان دانشکده بهداشت دانشگاه علوم پزشکی یزد در سال ۱۳۹۵ بود. طبق یافته‌های پژوهش میانگین نمره ی راهبردهای مطالعه و یادگیری، (۲۵۶/۹۱) و میانگین نمره اضطراب امتحان، (۲۰/۴۳) به دست آمد. همچنین در بین ابعاد راهبردهای مطالعه و یادگیری، بعد راهبردهای آزمون، بیشترین میانگین (۲۷/۵۳) و بعد تمرکز، کمترین میانگین (۲۴/۱۴) را به خود اختصاص داد. این بدان معنی است که دانشجویان بیشتر بر آزمون و نه وظایف تحصیلی و یادگیری تمرکز داشته اند.

نتایج به دست آمده با نتایج پژوهش صاحب الزمانی و زیرک (۱۳۹۰) در بین دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی اصفهان که بالاترین میانگین را برای بعد انتخاب ایده اصلی (۲۹/۵۶) و کمترین میانگین را برای بعد کنترل اضطراب (۱۵/۶۳) گزارش نموده اند (۴)، مغایرت دارد. در پژوهش شوشتری زاده و همکاران (۱۳۹۰) در دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد فلاورجان نیز، بالاترین میانگین برای بعد پردازش اطلاعات (۳/۳۲) و کمترین میانگین برای بعد انتخاب ایده اصلی (۲/۶۰) گزارش شده است (۲). همچنین در پژوهش صالحی و عنایتی (۱۳۸۷) در دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی استان مازندران، بعد پردازش اطلاعات بالاترین میانگین (۲۴/۹۷) و بعد نگرش و اضطراب، کمترین میانگین (۲۳/۶۷) را به خود اختصاص داده است (۹) مطالعه چراغی و همکاران (۱۳۹۲) در بین دانشجویان دانشکده پرستاری و مامایی دانشگاه علوم پزشکی همدان نشان داد که بعد انتخاب ایده اصلی، بالاترین میانگین (۲۸/۳۳) و بعد خودآزمایی، کمترین میانگین (۲۲/۵۵) را دارا می باشد (۱۰) که نتایج این مطالعات نیز با نتایج مطالعه حاضر، همسو نمی باشد.

نتایج یافته‌های پژوهش نشان داد اضطراب امتحان دانشجویان با راهبردهای مطالعه و یادگیری و برخی ابعاد آن (اضطراب، نگرش، تمرکز، خودآزمایی، انتخاب ایده اصلی، راهبردهای آزمون) دارای رابطه معنادار بود. علاوه بر این، بین اضطراب امتحان دانشجویان با بعدهای پردازش اطلاعات، انگیزش، راهنمای مطالعه و مدیریت زمان، ارتباط معناداری وجود نداشت.

صاحب الزمانی و زیرک (۱۳۹۰) در پژوهش خود بین دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی اصفهان به این نتیجه رسیدند که بین اضطراب امتحان با تمامی مؤلفه‌های راهبردهای مطالعه و یادگیری، ارتباط معنادار در جهت معکوس وجود دارد (۴). پژوهش شوشتری زاده و همکاران (۱۳۹۰) در دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد فلاورجان نیز نشان داد که ضریب همبستگی بین اضطراب امتحان با ابعاد کنترل اضطراب، پردازش اطلاعات، خودآزمایی، انتخاب ایده اصلی، راهنمای مطالعه و راهبردهای آزمون، معنی دار است (۲) که نتیجه هر ۲ مطالعه مذکور به طور نسبی با یافته‌های این مطالعه همسو می باشد.

دیگر نتایج این پژوهش نشان داد بین راهبردهای مطالعه و یادگیری با اضطراب امتحان برحسب متغیرهای جمعیت شناختی، همبستگی معکوس و معنادار وجود دارد. در مطالعه صاحب الزمانی و زیرک (۱۳۹۰) در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی اصفهان، میانگین نمرات کسب شده دانشجویان از راهبردهای مطالعه و یادگیری بر حسب فاکتورهای سن، جنس، تأهل، شغل، محل تولد، محل سکونت، شرکت در کلاس روش های مطالعه و یادگیری، اختلاف آماری معناداری نشان نداد (۴) که با نتایج پژوهش حاضر، همخوانی ندارد.

در پایان قابل ذکر است که این مطالعه دارای محدودیت‌هایی نیز بود. کمبود مطالعات پیشین انجام شده، امکان مقایسه نتایج پژوهش با سایر مطالعات و نتیجه‌گیری

دیگر یافته‌های پژوهش نشان داد که اکثر دانشجویان دارای اضطراب شدید (۵۲/۰ درصد) و متوسط (۳۶/۹ درصد) بودند و از دلایل آن می توان به تکمیل پرسشنامه اضطراب امتحان در زمان برگزاری امتحانات اشاره نمود. نتایج پژوهش حاضر در این زمینه با پژوهش صاحب الزمانی و زیرک (۱۳۹۰) در بین دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی اصفهان که بیشترین فراوانی را برای اضطراب از نوع خفیف



### مشارکت نویسندگان

طراحی پژوهش: غ. الف، ع. ر

جمع آوری داده‌ها: ع. ر

تحلیل داده‌ها: ع. ر

نگارش و اصلاح مقاله: غ. الف، ع. ر، س. الف

### سازمان حمایت کننده

این مقاله برگرفته از پروژه مقطع کارشناسی مدیریت خدمات بهداشتی درمانی دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شهید صدوقی است که از سوی هیچ سازمانی مورد حمایت مالی قرار نگرفته است.

### تعارض منافع

هیچگونه تعارض منافی از سوی نویسندگان گزارش نشده است.

قطعی را محدود کرد. از نقاط قوت پژوهش نیز می توان به زیاد بودن تعداد نمونه اشاره کرد.

### نتیجه گیری

با توجه به نتایج این پژوهش که بیشتر مؤلفه‌های راهبردهای مطالعه و یادگیری و اضطراب امتحان دارای ارتباط معنادار در جهت معکوس بودند، می توان گفت آموزش به دانشجویان و اصلاح سبک‌های مطالعاتی آنان باعث کاهش اضطراب امتحان می شود و از این طریق بهبود وضعیت تحصیلی آن‌ها حاصل می گردد.

### سپاسگزاری

نویسندگان بر خود لازم می دانند بدینوسیله از کلیه دانشجویانی که در تکمیل پرسشنامه، ایشان را یاری نموده‌اند، صمیمانه قدردانی نمایند.

### References

- 1) Niksirat F. Available from URL: <http://rahbord1389.blogfa.com/post/12>. Last Access: Apr 5, 2017. [Persian]
- 2) Shooshtarizade SH, Zirak A, Alipour M. Evaluation of learning and study strategies and test anxiety in students of Islamic Azad University falavarjan. National Conference on Pathology of Youth issues; 2011 Feb 26; Islamic Azad University, Falavarjan, Iran. 2011: 594-609. [Persian]
- 3) Hosseini Shahidi L, Atarodi A, Moghimian M. The survey of using learning strategies rate in students. *Horizon Med Sci* 2005; 11(1) : 53-60. [Persian]
- 4) Saheb Alzamani M, Zirak A. Students' Learning and Study Strategies in Isfahan University of Medical Sciences and their relationship with Test Anxiety. *Iranian Journal of Medical Education* 2011; 11(1): 58-68. [Persian]
- 5) Corkett GK, Parrila R, Hein SF. Learning and study strategies of university student who report a significant history of reading difficult. *Development Disabilities Bulletin* 2006; 34 (1and 2): 57-79.
- 6) Babaei Shirvani Z, Famarzi M, Naderi H, Fakhri S. Relationship between Studying and Learning Strategies and Academic Performances in Medical Sciences Students. *Bimonthly of Education Strategies in Medical Sciences* 2015; 8(3): 165-70. [Persian]
- 7) Khadivzadeh T, Seyf AA, Valai N. The Relationship of Students' Study strategies with their Personal Characteristics and Academic Background. *Iranian Journal of Medical Education* 2004; 4(2): 53-61. [Persian]
- 8) Beyabangard E, Test Anxiety. 2nd ed. Iran: Islamic Culture Publishing Office Prees, Inc; 2007: 184. [Persian]
- 9) Salehi M, Enayati T. The Effect of Personal Characteristics and Educational Background of University Studentson Ten Subscales of Weinstein's Learningand Study Strategies. *Research in curriculum planning* 2008; 1(19): 23-44. [Persian]
- 10) Cheraghi F, Shamsaei F, Shikholeslami F, Hasan Tehrani T. Relationship between Self-Efficacy and Learning and Study Strategies in Nursing and Midwifery Students of Hamedan University of Medical Sciences. *Iranian Journal of Medical Education* 2013; 13(4): 331-40. [Persian]

## Investigating the Relationship of Study and Learning Strategies with the Level of Test Anxiety among Students of Yazd University of Medical Sciences in 2016

Gholamreza Ahmadi Tehrani<sup>1,2</sup>, Samaneh Entezarian Ardekani<sup>3</sup>, Atiye Rabani<sup>3\*</sup>

<sup>1</sup> MSc in Healthcare Management, Department of Healthcare Management, School of Public Health, Shahid Sadoughi University of Medical Sciences, Yazd, Iran

<sup>2</sup> MSc in Healthcare Management, Hospital Management Research Center, Shahid Sadoughi University of Medical Sciences, Yazd, Iran

<sup>3</sup> MSc student in Healthcare Management, Department of Healthcare Management, School of Public Health, Shahid Sadoughi University of Medical Sciences, Yazd, Iran

\* **Corresponding Author:** Atiye Rabani  
[atiye.rabani73@gmail.com](mailto:atiye.rabani73@gmail.com)

### ABSTRACT

**Citation:** Ahmadi Tehrani Gh, Entezarian Ardekani S, Rabani A. Investigating the Relationship of Study and Learning Strategies with the Level of Test Anxiety among Students of Yazd University of Medical Sciences in 2016. *Manage Strat Health Syst* 2017; 2(2): 146-53.

**Received:** August 23, 2017

**Revised:** September 18, 2017

**Accepted:** September 20, 2017

**Funding:** The authors have no support or funding to report.

**Competing Interests:** The authors have declared that no competing interests exist.

**Background:** Test anxiety is a common problem among students. Applying the learning and studying strategies to deal with anxiety disorder can improve students' academic performance.

The purpose of this study was to investigate the studying and learning strategies and its relationship with test anxiety among students of Yazd University of Medical Sciences in 2016.

**Methods:** This analytical and correlational study was conducted in 2016 and contained practical results. The target population of this study was students of Yazd University of Medical Sciences. The data collection tools were 2 questionnaires for studying and learning strategies of Wayinstein and Sarason test anxiety questionnaire. The required number of participants based on the stratified random sampling method was 350 by taking into account 95 % confidence level and 80 % power. Finally, the data were analyzed using SPSS<sub>22</sub> by correlation coefficient.

**Result:** The findings of the study showed that there was a significant relationship between the level of test anxiety, the level of studying and learning strategies, as well as some aspects of it (anxiety, attitude, concentration, self-examination, main idea selection, and test strategies) ( $p < 0.001$ ). In addition, there was no significant relationship between the level of students' exam anxiety and the information processing pillars, motivation, study guide, and time management ( $p > 0.001$ ). Other findings of the research indicated that there was a significant correlation between the score of studying and learning strategies and the level of test anxiety in terms of demographic variables ( $p < 0.001$ ).

**Conclusion:** According to the results of this study, improvement of students' studying and learning strategies can be considered as one of the methods of reducing test anxiety.

**Key words:** Learning, Anxiety disorder, Medical student