



Researcher: Social Science Studies

(2017) Cilt 5, Sayı IV, s. 41-52

RSSS
ISSN:2148-2691

Hemşirelik ve Ebelik Öğrencilerinin Sınav Kaygı Düzeylerinin Akademik Başarılarına Etkisinin Belirlenmesi

Asiye UZEL¹, Tuba GÜNER EMÜL², Duygu VEFİKULUÇAY YILMAZ³, Semra ERDOĞAN⁴, Reyhan GÜREL⁵

Özet

Bu çalışmanın amacı, hemşirelik ve ebelik öğrencilerinin sınav kaygı düzeylerinin akademik başarılarına etkisini belirlemektir. Tanımlayıcı nitelikte yapılan bu çalışmanın örneklemini ebelik ve hemşirelik programlarında okuyan 289 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmada araştırmacılar tarafından hazırlanan anket formu ile Sınav Kaygısı Envanteri kullanılmıştır. Öğrencilerin toplam sınav kaygı puanları ile başarı durumları arasında ters yönlü doğrusal bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Çalışmada öğrencilerin akademik başarı puanları, gelecekle ilgili yaşanan endişeler ve sınava hazırlık sırasında yaşanan bedensel rahatsızlıklar bakımından istatistiksel olarak anlamlı farklar olduğu tespit edilmiştir. En başarılı sınıfın dördüncü sınıf öğrencileri olduğu belirlenmiştir. Öğrencilerin sınav kaygı puanları azaldığında, başarı durumlarının arttığı belirlenmiştir. Araştırma sonuçları bulgular eşliğinde ve gelecekte yapılacak başka araştırma ve uygulamalara yol gösterecek bağlamda tartışılmıştır.

Anahtar Kelimeler

Kaygı
Sınav Kaygısı
Akademik Başarı

Determination of the Effect of Exam Anxiety Levels of the Students the School Nursing and Midwifery on Academic Success

Abstract

The purpose of this study is to determine the test anxiety levels of nursing and midwifery students and their effect on school success. The sample of this study is 289 students who educated in midwifery and nursing programs. A questionnaire prepared by the researchers and the Examination Anxiety Inventory were used in this research. It has been determined that there is an inverse linear relationship between the total

Keywords

Anxiety
Exam Anxiety
Academic Success

¹ Öğr. Gör., Mersin Üniversitesi Sağlık Yüksekokulu Hemşirelik Bölümü, asiyeuzel@yahoo.com

² Yrd. Doç. Dr., Mersin Üniversitesi Sağlık Yüksekokulu Hemşirelik Bölümü, tubaguner2007@hotmail.com

³ Doç. Dr., Mersin Üniversitesi Sağlık Yüksekokulu Hemşirelik Bölümü, duyguulu@gmail.com

⁴ Yrd. Doç. Dr., Mersin Üniversitesi Tıp Fakültesi Biyoistatistik Bölümü, semraerdogan@gmail.com

⁵ Blm. Uzm. Hemş., Ankara Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Hematoloji Onkoloji Eğitim Araştırma Hastanesi, reyyan_guney@hotmail.com

anxiety scores and achievement status of the students. It was determined that there were statistically significant differences in the academic achievement scores of the students in this study, the worries about the future, and the physical discomfort during the preparation of the test. It is determined that the most successful class is the fourth grade students. It has been determined that when the students' anxiety scores are reduced, the achievement status increases. The results of the research are discussed in the context of findings and in the context of future research and practice.

GİRİŞ

Temel duygulardan birisi olan kaygı, insanın günlük yaşamının bir parçasıdır. Kaygı tehdit edici bir durum karşısında birey tarafından hissedilen huzursuzluk ve endişe durumu olarak tanımlanmaktadır (Akgün, Gönen, S & Aydın, 2007). Kaygı; insanda iç ve dış uyarılar sonucu ortaya çıkan duygusal bir yaşantıdır. Kaygı bireyler tarafından hoşlanılmayan bir duygu, his olarak algılanmaktadır. Hazırlanması gereken derslerin birikip ağırlaşması, sizden beklenenlerin fazlalığı ve bütün bunları nasıl yapacağınızı bilememeniz büyük bir yük oluşturur ve bu da zamanla bıkkınlık verir. Bireylerin dönem dönem yaşadığı bu usanma ve karamsarlık duygusu kaygı olarak adlandırılmaktadır (Akarsu, 1998).

Kaygı durumu literatürde durumluluk ve süreklilik olmak üzere iki biçimde ele alınır (Öner, 1990). Sürekli kaygı bireyin kişilik özelliğinden kaynaklanır. Durumluluk kaygı bireyin herhangi özgül bir durum karşısında hissettiği olumsuz sonuç beklentisidir. Özellikle öğrencilerin sınavlara ilişkin hissettiği olumsuz sonuç beklentisi önemli bir durumluluk kaygı örneğidir. Sınavlarla ilişkili stres ve sınav kaygısı öğrenciler için önemli bir sorundur. Sınavlar bireyin kariyer seçimini ve gelecek fırsatlarını etkiliyorsa özellikle stresli olabilmektedir (Peleg-Popko, 2004). Bu bağlamda sınav kaygısı; sınavlarda/testlerde ya da diğer formal değerlendirme becerilerinde zayıf performansa yol açan korku ve bunun sonucunda öğrencinin sınav anında potansiyelini tam olarak ortaya koyamaması olarak tanımlanmaktadır (Adana&Kaya 2005; Hong, 1999; Kapıkıran, 2002). Sınav kaygısı akademik performansın esas habercisi konumundadır. İlimli düzeydeki sınav kaygısı akademik başarıyı olumlu yönde etkilerken, yüksek düzeydeki kaygı performans üzerine olumsuz etki yapmaktadır (Musch & Broder 1999).

Sınav kaygısının altında yatan nedenlere odaklanan çalışmalarda; öğrencilerin geçmiş deneyimleri ve inançları (McDonald, 2001; Kavakçı, Güler & Çetinkaya, 2011) aile tutumları (Arslan 2005), ders yükü ile ilgili algılar ve zaman yönetme becerilerinin (Sansgiry Sujit & Sail 2006) sınav kaygısı üzerinde etkili olabileceği bildirilmiştir. Amerikan Psikiyatri Birliği (APA) (American Psychological Association) tarafından geliştirilmiş olan mental bozuklukları sınıflandırma sistemi (DSM 5) (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders) sınav kaygısını sosyal anksiyete bozukluğu tanısı içinde ele almaktadır (APA, 2017). Ancak sosyal anksiyete bozukluğunun hangi tipi ile daha ilişkili olduğu belirtilmemiştir. Sınav kaygısı ile diğer psikopatolojilerin birlikteliği de yeterince çalışılmamış bir alandır.

Yüksek kaygı sorunu olan öğrenciler, aldıkları eğitimin kavramsal özelliklerini anlamakta zorlanmakta ve bunu sürdürmektedir. Bu noktada akademik performansı arttırmak için, eğitimcilerin sınav kaygısının temelinde yatan sebeplere ve öğrencilerin çalışma davranışları üzerine odaklanması gerekmektedir (Sansgiry Sujit & Sail 2006). Kaygı

durumu, bireylerin kendilerine yönelik olumsuz düşünceler geliştirmelerine ve dikkatlerinin kolayca dağılmasına yol açar. Sınav sorularını doğru okuma ve doğru cevaplama; konuşurken düşüncelerini organize etme, uygun sözcükleri seçme ve düzgün ifade etme gibi davranışlarında başarısız olabilirler. Sınav kaygısı öğrencilerin sahip olduğu potansiyeli engellemekte, zaman zaman öğrenimlerini yarıda bırakmalarına neden olmakta, öğrencilerin gelecekteki yaşam tercihlerini ve mesleki kararlarını etkilemektedir (Yıldırım & Ergene 2003). Kılıçhan ve arkadaşları (2009) hemşirelik öğrencilerinin bir üniversite öğrencisi olarak yaşadıkları sorunların yanı sıra; teorik ve klinik eğitim yükünün fazla olması nedeniyle daha fazla kaygı yaşadıklarını belirtmektedir. Üniversite öğrencilerinin sınav kaygısı ile ilgili yapılan çalışmalarda (Kapıkıran, 2002; Çakmak & Hevedanlı 2004) kız öğrencilerin erkek öğrencilere göre daha fazla sınav kaygısı yaşadığı belirtilmektedir. Yapmış olduğumuz araştırmalar sonucunda kız öğrencilerin ağırlıklı olarak yer aldığı hemşirelik ve ebelik eğitiminde, sınav kaygısı ve akademik başarıları konusunda yeterli sayıda çalışmalara rastlanmamıştır. Yapılan çalışmalar ağırlıklı olarak orta öğretim düzeyinde veya sosyal bilimler alanında yapılmıştır. Bu araştırmada, sağlık hizmetlerinin sunulmasında en önemli kilit taşlarından olan hemşirelik/ebelik mesleği adaylarının, profesyonel meslek mensupları olmaları için almaları gereken eğitimin önündeki engellerden biri olan sınav kaygısı ve okul başarısına etkisinin belirlenmesi planlanmıştır.

YÖNTEM

Bu çalışmanın evrenini 2006-2007 eğitim öğretim yılında bir üniversitenin Sağlık Yüksekokulu'nun da ebelik ve hemşirelik bölümlerinde okuyan öğrenciler oluşturmaktadır (N=434). Araştırmanın örnekleme, iki aşamalı örnekleme yöntemine göre belirlenmiştir. İlk aşamada bölümler ve bölümlerde yer alan sınıflar, tabaka olarak belirlenmiştir. İkinci aşamada her bir sınıftan alınacak öğrenciler basit rasgele örnekleme yöntemine göre belirlenmiştir. Bu örnekleme yöntemine göre, tabakalarda yer alan öğrenciler, öğrenci numaralarına göre sıralanmış ve basit rastgele sayılar tablosu kullanılarak örnekleme alınacak öğrencilere karar verilmiştir. Araştırmada yaklaşık olarak %67'sine (n=289) ulaşılmıştır.

Veri Toplama Araçları

Araştırmada öğrencilerin sosyo-demografik özellikleri, okudukları bölüm ve kaçınıcı sınıfta oldukları gibi soruları içeren, araştırmacı tarafından hazırlanmış kişisel bilgi formu kullanılmıştır.

Sınav Kaygısı Envanteri (SKE)

Sınav kaygısı bu araştırmada SKE ile ölçülmüştür. Ölçek Spielberger tarafından 1980'de yayınlanmış olup, 50 maddeden ve yedi alt boyuttan oluşmaktadır. Bu alt boyutların başlıkları; 1-başkalarının sizi nasıl gördüğü ile ilgili endişeler, 2-kendinizi nasıl gördüğünüzle ilgili endişeler, 3-gelecekle ilgili endişeler, 4-yeterince hazırlanamamakla ilgili endişeler, 5-bedensel tepkiler, 6-zihinsel tepkiler, 7-genel sınav kaygısı şeklindedir. Ölçeğin Türkçe formunun oluşturulması, geçerlik ve güvenilirliği Baltaş (1987) tarafından rapor edilmiş olup, Öner tarafından Sınav Kaygısı Envanteri el kitabı yayınlanmıştır. Maddelerin cevap seçenekleri doğru-yanlış olarak iki seçenektir. Ölçeğin değerlendirilmesinde doğru cevaba 1, yanlış cevaba 0 puan verilmektedir. Yüksek puanlar olumsuz durumu yani, yüksek sınav kaygısını ifade ederken, düşük puanlar olumlu durumu yani sınav kaygısının düşük olduğunu ifade etmektedir (Öner, 1990).

Verilerin Değerlendirilmesi

Veriler SPSS 11.5 paket programına girildikten sonra normallik kontrolleri Shapiro-Wilk testi ile test edilmiş ve normal dağılım göstermediği belirlenmiştir. Başarı puanı ve sınav kaygı puanlarının sınıflara göre farklılık gösterip göstermediği Kruskal Wallis testi ile bölümlere göre farklılık gösterip göstermediği ise Mann Whitney U testi ile test edilmiştir. Tanımlayıcı istatistikler olarak minimum, maksimum, ortalama, standart sapma, medyan ve % 25-%75 çeyreklikler verilmiştir. Kruskal Wallis testi sonucunda farklı olan grupları belirleyebilmek için Mann Whitney U testi kullanılmıştır. Sınav kaygı puanı ve alt ölçekler ile başarı puanı arasındaki ilişki Spearman korelasyon katsayı ile incelenmiştir. İstatistik anlamlılık seviyesi $p < 0.05$ alınmıştır.

BULGULAR

Sağlık Yüksekokulunun ebelik bölümünde okuyan 143 (%49.5), hemşirelik bölümünde okuyan 146 (%50.5) olmak üzere toplam 289 öğrenci çalışmaya dahil edilmiştir. Çalışmanın %22.1'i (64) birinci sınıf öğrencilerinden, %27.0'ı (78)'i ikinci sınıf öğrencilerinden, %26.6'sı (77) üçüncü sınıf öğrencilerinden ve %24.2'si (70) son sınıf öğrencilerinden oluşmaktadır. Öğrencilerin başarı puanları incelendiğinde, %14.9'unun başarısız olduğu, % 85.1'inin ise başarılı olduğu gözlenmektedir.

Öğrencilerin %64.2'sinin başkalarının görüşleri ile ilgili endişeleri var iken, % 39.8'inin kendini değerlendirme ile ilgili endişelerinin olmadığı gözlenmektedir. Öğrencilerin %85.8'i sınavlardaki başarısızlıklarının gelecekle ilgili endişelerini arttırdığını belirtirken, %80.3'ü sınava yeterince hazırlanamamaktan dolayı endişe yaşamaktadır. Öğrencilerin %61.2'si sınava hazırlık sırasında bedensel rahatsızlık yaşadığını, %82.7'si sınava hazırlık sırasında zihinsel rahatsızlık yaşadığını ifade etmektedir. Öğrencilerin % 88.6'sında sınav kaygısı görülmektedir (Tablo 1).

Tablo 1. Öğrencilerin Sınav Kaygısı Durumları (n: 289)

	Sayı	%
Başkalarının nasıl gördüğü ile ilgili endişeleri olan	185	64.2
Kendini nasıl gördüğü ile ilgili endişeleri olan	174	60.2
Gelecek ile ilgili endişeleri olan	248	85.8
Yeterince hazırlanamamakla ilgili endişeleri olan	232	80.3
Sınava hazırlık sırasında bedensel rahatsızlık yaşayan	177	61.2
Sınava hazırlık sırasında zihinsel rahatsızlık yaşayan	239	82.7
Genel sınav kaygısı olan	256	88.6

Öğrencilerin toplam sınav kaygı puanları ile başarı durumları arasında bir ilişki olup olmadığı araştırılmıştır ve aralarında ters yönlü doğrusal bir ilişki olduğu gözlenmiştir ($r = -0.136$, $p = 0.021$). Buna göre sınav kaygı puanları azaltılırsa öğrencilerin başarı durumlarının

artacağı görülmektedir. Alt ölçeklerle başarı puanları ayrı ayrı incelendiğinde ise, sadece başkalarının görüşü ile ilgili endişeler ile ters yönlü ($r=-0,169$, $p=0,004$) doğrusal bir ilişki olduğu gözlenmiştir. Buna göre, öğrencilerin başkalarının görüşü ile ilgili endişeleri arttıkça başarı durumlarının azalacağı görülmektedir. Başarı puanı ve sınav kaygı puanına ait alt ölçek puanlarının öğrencilerin okudukları sınıfa göre farklılık gösterip göstermediği incelendiğinde, başarı puanları bakımından, gelecekteki mutluluk ve başarısı bakımından ve sınava hazırlık sırasında yaşanan bedensel rahatsızlıklar bakımından istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar gösterdiği belirlenmiştir. Ölçek puanlarına ait tanımlayıcı istatistikler ve p değerleri Tablo 2’de verilmektedir. Başarı puanları arasındaki farklılıklara bakıldığında, birinci ve ikinci sınıflar arasında ($p=0.016$), ikinci ve üçüncü sınıflar arasında ($p=0.001$) ve ikinci ile dördüncü sınıflar arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar bulunmuştur ($p<0.001$). Her bir sınıfın başarı ortalamasına bakıldığında en başarılı dördüncü sınıf öğrencilerinin olduğu görülmüştür. İkinci sınıf öğrencileri birinci sınıf öğrencilerinden daha başarılı, üçüncü ve dördüncü sınıf öğrencileri de ikinci sınıf öğrencilerinden daha başarılıdır. Üçüncü ve dördüncü sınıf öğrencilerinin başarı puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak bir farklılık yoktur. Öğrencilerin okudukları sınıfa göre gelecekle ilgili endişeleri değişmektedir. İkinci sınıfta okuyan öğrencilerin gelecek ile ilgili endişe ortalaması birinci sınıfta okuyan öğrencilerin gelecek ile ilgili endişe ortalamasından daha yüksektir ($p=0.002$). Üçüncü sınıfta okuyan öğrencilerin gelecek ile ilgili endişe ortalaması birinci sınıfta okuyan öğrencilerin gelecek ile ilgili endişe ortalamasından daha fazladır ($p=0.007$), ikinci sınıfta okuyan öğrencilerin gelecek ile ilgili endişe ortalaması son sınıfta okuyan öğrencilerin gelecek ile ilgili endişe ortalamasından daha fazla olduğu gözlenmektedir ($p=0.012$). Tüm sınıflar içerisinde ikinci ve üçüncü sınıf öğrencilerinin gelecek ile ilgili endişeleri daha yüksek bulunmuştur. Sınava hazırlık sırasında yaşanan bedensel rahatsızlıklar bakımından sınıflar karşılaştırıldığında ise en fazla üçüncü sınıftaki öğrencilerin sınava hazırlanırken bedensel rahatsızlıklar yaşadığı görülmektedir. İkinci sınıftaki öğrencilerin sınava hazırlanırken yaşadığı bedensel rahatsızlıklar son sınıf öğrencilerinin yaşadığı bedensel rahatsızlıklardan ($p=0.044$), üçüncü sınıftaki öğrencilerin sınava hazırlanırken yaşadığı bedensel rahatsızlıklar yine son sınıf öğrencilerinin yaşadığı bedensel rahatsızlıklardan daha fazla olduğu gözlenmiştir ($p=0.005$).

Tablo 2. Öğrencilerin Başarı Puanı ve Sınav Kaygısı Envanteri Alt Boyutları Puanlarının Sınıflara Göre Dağılımı

		Başarı puanı	Başkalarının görüşü ile ilgili endişeler	Kendini değerlendirme ile ilgili endişeler	Gelecek ile ilgili endişeler	Yeterince hazırlanamamakla ilgili endişeler	Sınava hazırlık sırasında bedensel rahatsızlık	Sınava hazırlık sırasında zihinsel rahatsızlık	Genel sınav kaygısı
1.Sınıf	Min-Max.	0.39-3.76	1-7	1-7	1-6	0-6	0-7	1-10	1-6
	Ort ± SS	2.56 ± 0.63	4.1 ± 1.9	3.9 ± 1.5	3.5 ± 1.3	3.9 ± 1.6	3.8 ± 2.0	6.3 ± 2.2	4.1 ± 1.2
	Medyan	2.51	4	3.5	4	4	4	6	4
	[%25-75 yüzdellikler]	[2.19-3.00]	[3-6]	[3-5]	[3-4]	[3-5]	[2.25-5.00]	[5-8]	[3-5]
2.Sınıf	Min-Max.	0.55-3.57	1-8	1-7	1-6	0-6	0-7	2-10	2-6
	Ort ± SS	2.28 ± 0.63	4.5 ± 1.8	4.1 ± 1.6	4.2 ± 1.3	3.6 ± 1.6	4.0 ± 1.6	6.6 ± 2.1	3.9 ± 1.1
	Medyan	2.33*	5	4	4*	4	4	7	4
	[%25-75 yüzdellikler]	[2.03-2.63]	[3-6]	[3-5]	[3-5]	[3-5]	[3-5]	[5-8]	[3-5]
3.Sınıf	Min-Max.	1.35-3.59	1-8	1-7	2-6	0-6	0-7	1-10	1-6
	Ort ± SS	2.64 ± 0.55	4.2 ± 1.7	4.1 ± 1.4	4.1 ± 1.1	4.0 ± 1.6	4.3 ± 1.7	6.7 ± 2.4	4.0 ± 1.1
	Medyan	2.72 [†]	4	4	4*	4	4	7	4
	[%25-75 yüzdellikler]	[2.19-3.11]	[3-5]	[3-5]	[3-5]	[3-5]	[3-5]	[5-8]	[3.5-5.0]
4.Sınıf	Min-Max.	0.47-3.73	1-8	1-6	0-6	1-6	0-7	1-10	1-6
	Ort ± SS	2.68 ± 0.65	3.9 ± 1.8	3.8 ± 1.3	3.6 ± 1.2	4.1 ± 1.5	3.4 ± 1.9	6.6 ± 2.2	3.9 ± 1.2
	Medyan	2.78 [†]	4	4	4 [†]	4	4 ^{††}	7	4
	[%25-75 yüzdellikler]	[2.26-3.19]	[2-5]	[3-5]	[3-4]	[3-5.25]	[2-5]	[5-8]	[3-5]
p		0.001	0.215	0.409	0.003	0.243	0.030	0.599	0.737

*: 1. Sınıf ile olan farklılıkları; †: 2.sınıf ile olan farklılıkları; ††: 3. Sınıf ile olan farklılıkları göstermektedir.

Başarı puanı ve sınav kaygı puanına ait alt ölçek puanlarının öğrencilerin okudukları bölüme göre farklılık gösterip göstermediği incelendiğinde, sadece başarı puanları bakımından farklılığın anlamlı olduğu görülmektedir ($p<0.001$). Hemşirelik öğrencilerinin başarı ortalamaları ebelik öğrencilerinin başarı ortalamalarından daha yüksektir. Tanımlayıcı istatistikleri ve p değerleri Tablo 3’de verilmektedir.

Tablo 3. Bölümlere Göre Öğrencilerin Sınav Kaygısı Envanteri ve Alt Boyutlarının Puanlarının Dağılımı

	Ebelik			Hemşirelik			p
	Min.- Max.	Ort±SS ±0.58	Medyan [%25-75 yüzdeler]	Min.- Max.	Ort±SS	Medyan [%25-75 yüzdeler]	
Başarı	0.47- 3.57	2.38 ±0.58	2.27 [2.03-2.77]	0.39- 3.76	2.69±0.65	2.77 [2.35-3.15]	<0.001
Başkalarının görüşü ile ilgili endişeler	1-8	4.3 ± 1.9	4 [3-6]	1-8	4.1 ± 1.8	4 [3-5]	0.248
Kendini değerlendirme ile ilgili endişeler	1-7	3.9 ± 1.4	4 [3-5]	1-7	4.0 ± 1.5	4 [3-5]	0.514
Gelecek ile ilgili endişeler	1-6	4.0 ± 1.2	4 [3-5]	0-6	3.8 ± 1.3	4 [3-5]	0.272
Yeterince hazırlanamamakla ilgili endişeler	0-6	3.8 ± 1.6	4 [3-5]	0-6	3.9 ± 1.6	4 [3-5]	0.826
Sınava hazırlık sırasında bedensel rahatsızlık	0-7	4.0 ± 1.9	4 [3-5]	0-7	3.8 ± 1.8	4 [2-5]	0.216
Sınava hazırlık sırasında zihinsel rahatsızlık	2-10	6.7 ± 2.1	7 [5-8]	1-10	6.5 ± 2.3	7 [5-8]	0.841
Genel sınav kaygısı	1-6	4.1 ± 1.1	4 [3-5]	1-6	3.9 ± 1.1	4 [3-5]	0.151

TARTIŞMA

Geleceğin sağlık profesyoneli olan hemşirelik ve ebelik öğrencilerinin kaygıları ve bu kaygılarını etkileyecek olan faktörler, mesleğe atıldıklarında danışanlara ya da hastalara

verecekleri sağlık bakımını etkileyebileceği için önem taşımaktadır. Çalışmamızda ebelik ve hemşirelik programında okuyan öğrencilerin %64.2'sinin başkalarının görüşleri ile ilgili endişe yaşadıkları görülmektedir. Öğrencilerin %85.8'i gelecek ile ilgili endişeleri var iken, %80.3'ü sınava yeterince hazırlanamamaktan dolayı endişe yaşamaktadır ve %88.6'sında sınav kaygısı bulunmaktadır. Dykeman (1993) de üniversiteye yeni başlayan düşük başarılı öğrencilerle yaptığı çalışmada kendini gözleme ile zamanı ayarlama becerileri üzerinde durarak, bu sorunların çözülmesi ile öğrencilerin sınav kaygılarının azaldığını rapor etmiştir. Öğrencilerin %61.2'sinde sınava hazırlık sırasında bedensel rahatsızlık yaşarken, %82.7'sinde sınava hazırlık sırasında zihinsel rahatsızlık yaşamaktadır. Yılmaz ve arkadaşlarının (2017) hemşirelik öğrencileri ile yaptığı çalışmada da öğrencilerin %44,6'sının sınav kaygısı nedeniyle stres yaşadıkları belirtilmektedir (Yılmaz ve ark. 2017). Hains Anthony (1992) tarafından yapılan çalışmada da sınav kaygısına ilişkin çalışmamızdakine benzer bulgular belirtilmiştir.

Öğrencilerin toplam sınav kaygı puanları ile başarı durumları arasında bir ilişki olup olmadığı araştırılmıştır ve aralarında ters yönlü doğrusal bir ilişki olduğu saptanmıştır ($r=-0.136$, $p=0.021$). Buna göre çalışmamızda sınav kaygı puanları azaldığında öğrencilerin başarı durumlarının arttığı belirlenmiştir. Bozanoğlu (2005)'nin yıl tekrar eden, başarısızlık nedeniyle okuldan atılma riski altında bulunan öğrencilerle yapmış olduğu araştırma sonuçları da bizim çalışma bulgularımızı desteklemektedir.

Sınav kaygısı akademik performansın esas habercisi konumundadır ve pek çok çalışma sınav kaygısının temelde zarar verici bir yapısı olduğunu göstermiştir (Kayhan Kurtuldu, 2009; Yıldırım & Ergene 2003; Sübaşı 2007). Çalışmamızda alt ölçeklerle başarı puanları ayrı ayrı incelendiğinde ise, sadece başkalarının görüşü ile ilgili endişeler ile ters yönlü ($r=-0,169$, $p=0,004$) doğrusal bir ilişki olduğu gözlenmiştir. Buna göre, öğrencilerin başkalarının görüşü ile ilgili endişeleri arttıkça başarı durumlarının azalacağı belirlenmiştir. Yapıcı ve Uşaklı (2001) başarısız öğrencilerin yüksek kaygı düzeylerinin olduğunu ortaya çıkarmıştır.

Başarı puanı ve sınav kaygı puanına ait alt ölçek puanlarının öğrencilerin okudukları sınıfa göre farklılık gösterme durumları incelendiğinde; başarı puanları, gelecek ile ilgili endişeler, sınava hazırlık sırasında yaşanan bedensel rahatsızlıklar bakımından istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar gösterdiği belirlenmiştir (Tablo 2). Başarı puanları arasındaki farklılıklara bakıldığında, 1. ve 2. sınıflar ile ($p=0.016$), 2. ve 3. sınıflar arasında ($p=0.001$) ve 2. ile 4. sınıflar arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar bulunmuştur ($p<0.001$). Her bir sınıfın başarı ortalamasına bakıldığında en başarılı 4. sınıf öğrencilerinin olduğu belirlenmiştir. İkinci sınıf öğrencilerinin birinci sınıf öğrencilerinden, üçüncü ve dördüncü sınıf öğrencilerinin de ikinci sınıf öğrencilerinden daha başarılı olduğu saptanmıştır. Üçüncü ve dördüncü sınıf öğrencilerinin başarı puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak bir farklılık yoktur. Yükseköğretimin ilk yıllarına yeni bir çevre, ayrı bir birey olabilme, aileden uzak yaşamaya atılan ilk adım olarak bakıldığında öğrenciler için oldukça önemli ve kaygıların yoğun yaşandığı bir dönem olduğu yapılan çalışmalarla belirtilmiştir (Arslantaş, Özkan & Külekçi 2011; Koç, Avşaroğlu & Sezer 2004; Özer & Sarı 2009; Arslan, 2005). Dolayısıyla ilk sene başarının düşük olmasında yeni duruma adaptasyonun etkili olduğu düşünülebilir.

Çalışmamızda öğrencilerin sınav kaygılarının birinci sınıfta daha yüksek olduğu saptanmıştır. Kapıkıran'ın (2002) yaptığı araştırma çalışmamızı desteklemektedir

ancak Dündar, Yapıcı ve Topçu'nun (2008) yapmış olduğu araştırmada sınıflara göre öğrencilerin sınav kaygı puanı ortalamaları arasında herhangi bir farka rastlanmamıştır. Bu durum üniversitenin liseden farklı olarak algılanmasından kaynaklanabilir. Özellikle üniversite eğitiminde sınavların güç olarak algılanması nedeniyle öğrencilerin sınavlarda başarılı olup olmayacaklarına ilişkin kaygıyı artırmaktadır. İkinci sınıfta ve dördüncü sınıfta ise sınav şekli artık bilinmektedir. Bu nedenle kaygı duyulması daha az olmaktadır.

Öğrencilerin okudukları sınıfa göre gelecek ile ilgili endişeleri değişmektedir. İkinci sınıfta okuyan öğrencilerin gelecek ile ilgili endişeleri birinci sınıfta okuyan öğrencilerin gelecek ile ilgili endişelerinden daha yüksektir ($p=0.002$). Üçüncü sınıfta okuyan öğrencilerin gelecek ile ilgili endişeleri birinci sınıfta okuyan öğrencilerin gelecek ile ilgili endişelerinden daha fazladır ($p=0.007$), ikinci sınıfta okuyan öğrencilerin gelecek ile ilgili endişeleri son sınıfta okuyan öğrencilerin gelecek ile ilgili endişelerinden daha fazla olduğu gözlenmektedir ($p=0.012$). Birinci sınıfta okuyan öğrencilerin gelecek ile ilgili endişelerinin tüm sınıflardan düşük olmasında, uzun süredir hedefledikleri üniversiteye yerleşmiş olmanın etkili olduğu düşünülmektedir. İkinci ve üçüncü sınıfta öğrenciler yeniden gelecek ile ilgili endişeleri artarken dördüncü sınıfta öğrencilerin gelecek ile ilgili endişelerinin azalmasında, kamu personeli seçme sınavı (KPSS) gibi hayatlarına yön verecek bir sınava hazırlanmalarının, üniversiteyi bitiriyor olmalarının etkili olabileceği düşünülmektedir.

Sınava hazırlık sırasında yaşanan bedensel rahatsızlıklar bakımından sınıflar karşılaştırıldığında ise en fazla üçüncü sınıftaki öğrencilerin sınava hazırlanırken bedensel rahatsızlıklar yaşadığı görülmektedir. İkinci sınıftaki öğrencilerin sınava hazırlanırken yaşadığı bedensel rahatsızlıklar son sınıf öğrencilerinin yaşadığı bedensel rahatsızlıklardan ($p=0.044$), üçüncü sınıftaki öğrencilerin sınava hazırlanırken yaşadığı bedensel rahatsızlıklar yine son sınıf öğrencilerinin yaşadığı bedensel rahatsızlıklardan daha fazla olduğu gözlenmiştir ($p=0.005$). Yapılan bir çalışmada öğrencilerin önemli bir sınava girmeden önce bedensel rahatsızlık yaşadıkları belirlenmiştir (Delikulak & Cimşit 2012). Bu durumun sınavda başarılı olabilmek için, heyecanın kontrol edilebileceğinin ve sınava hazırlanma sisteminin bilinmemesinden kaynaklandığı düşünülmektedir.

Başarı puanı ve sınav kaygı puanına ait alt ölçek puanlarının öğrencilerin okudukları bölüme göre farklılık gösterip göstermediği incelendiğinde, sadece başarı puanları bakımından farklılığın anlamlı olduğu görülmektedir ($p<0.001$). Hemşirelik öğrencilerinin başarı ortalamaları ebelik öğrencilerinin başarı ortalamalarından daha yüksektir. Bilimsel temeller üzerine ideal eğitim alan ebelik öğrencilerinin uygulama alanlarında veya mezun olduklarında karşılaştıkları çalışma ortamlarının hemşireler ile karıştırılması, çalışma ortamlarının sınırlı olması ve çalışma alanlarında vasıfsızlaştırılmalarının gözlemlenmesi ebelik öğrencilerinin kaygı düzeylerinin artmasına neden olduğu düşünülmektedir.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Üniversite eğitimi bireylerin eğitim aşamalarından biridir ve onların daha sonraki hayatlarına yön vermeleri açısından çok önemlidir. Bu nedenle üniversite öğrencilerinin başarılı olmaları için onlara yardımcı olunmalıdır. Bunu yapabilmek için de onların başarılarını etkileyen faktörlerin bilinmesi gerekir. Öğrencilerin başarısızlığının önlenmesi, başarıyı etkileyen faktörlerin belirlenmesine bağlıdır.

Sınav kaygısı öğrencilerin eğitim sürecinde yaşadığı olumsuz duygulardır. Bu duygu, öğrencilerin başarısını olumsuz yönde etkileyebilmektedir. Sınav kaygısı öğrencilerin sahip

olduğu potansiyeli engellemekte, zaman zaman öğrenimlerini yarıda bırakmalarına neden olabilmekte, öğrencilerin gelecekteki yaşam tercihlerini ve mesleki kararlarını etkileyebilmektedir.

Yüksek kaygı sorunu olan öğrenciler, aldıkları eğitimin kavramsal özelliklerini anlamakta zorlanmakta ve bunu sürdürmektedir. Bu noktada akademik performansı arttırmak için, eğitimcilerin sınav kaygısının temelinde yatan sebeplere ve öğrencilerin çalışma davranışları üzerine odaklanması gerekmektedir (Sansgiry Sujit & Sail 2006). Eğitim kurumlarında öğrencilerin sınav kaygısıyla başa çıkmalarına yönelik programlara gereksinim bulunmaktadır. Sınav kaygısının yaşanma yüzdesini (yaşanma yüzdesi değil, sınav kaygısı puan ortalamaları üzerinden konuşulmalı.) göz önünde tutarsak, öğrencilerin başta dersler olmak kaydıyla sınava hazırlanmaları ve bu konuda psikolojik olarak da rahatlatılmaları gerekir. Öğrencilerin nasıl çalışması gerektiğini bilmesi (öğrencilerin bunu bilmedikleriyle ilgili bir veri yok, bu öneri bu veriler üzerinden sunulamaz.) ve bunu sürdürmeyi başarabilmesi yaşayacakları sınav heyecanına olumlu katkılar sağlayacaktır.

KAYNAKÇA

Adana, F. ve Kaya, N. (2005). Lise öğrencilerinin sınav kaygısı düzeyi üzerine sınav kaygısı ile başa çıkma eğitiminin etkisi. *Kriz Dergisi*, 13 (2), 35-42.

Akgün, A. ve Gönen, S. ve Aydın, M. (2007). İlköğretim fen ve matematik öğretmenliği öğrencilerinin kaygı düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 6 (20), 283-299.

American Psychiatric Association. (2017). *Anxiety Disorders*. <https://www.psychiatry.org/patients-families/anxiety-disorders/what-are-anxiety-disorders> adresinden erişildi. (Erişim tarihi:08.10.2017).

Arslantaş, H. ve Özkan, M. ve Külekçi, E. (2011). Eğitim fakültesi öğrencilerinin akademik başarı düzeylerinin bazı demografik değişkenler açısından incelenmesi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 11 (39), 395-407.

Aslan, S.A. (2005). Ergenlerde ana-baba tutumu, sınav kaygısı, ders çalışma becerilerinin lise giriş sınavını yordama düzeyleri. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Mersin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.

Baltaş, A. (2000). *Öğrenmede ve Sınavlarda Üstün Başarı*. İstanbul: Remzi Kitapevi.

Bedia Akarsu (1998). *Felsefe Terimleri Sözlüğü*. İnkılap Kitapevi.

Bozanoğlu, İ. (2005). Bilişsel davranışçı yaklaşıma dayalı grup rehberliğinin güdüleme, benlik saygısı, başarı ve sınav kaygısı düzeylerine etkisi. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 38 (1), 17-42.

Çakmak, Ö. ve Hevedanlı, M. (2004). Biyoloji öğretmen adaylarının kaygılarını etkileyen etmenler. *XIII. Ulusal Eğitim Bilimleri Kurultayı*, 6-9 Temmuz 2004. Malatya. ss. 1-11

Delikulak, M. ve Cimşit, S. (2012). Üniversite sınavına hazırlanan lise 12. Sınıf öğrencilerinin kaygı düzeyleri ve bu kaygıya neden olan etmenler üzerine bir inceleme. *Fatih Üniversitesi, IV. Ulusal Sosyal Bilimler Olimpiyatı*. <http://www.esbl.k12.tr/belge/selda-rapor-pdf.pdf> adresinden erişildi. (Erişim tarihi: 20.04.2016)

- Dündar, S. ve Yapıcı, Ş. ve Topçu, B. (2008). Üniversite öğrencilerinin bazı kişilik özelliklerine göre sınav kaygısının incelenmesi. *Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 28 (1), 171-186.
- Dykeman, B. (1993). A multivariate analysis of study skills, test anxiety and locus of control in first-time university students. *Education*, 113 (3), 407-411.
- Hains Anthony, A. (1992). Comparison of cognitive-behavioral stress management techniques with adolescent boys. *Journal of Counseling & Development*, 70 (5), 600-606.
- Hong, E. (1999). Test anxiety, perceived test difficulty, and test performance: Temporal patterns of their effects. *Learning and Individual Differences*, 11 (4), 431-447
- Kapıkıran, Ş. (2002). "Üniversite öğrencilerinin sınav kaygısının bazı psiko-sosyal değişkenlerle ilişkisi üzerine bir inceleme. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1 (11), 34-43.
- Kavakçı, Ö. ve Selcen Güler, A. ve Çetinkaya, S. (2011). Sınav kaygısı ve ilişkili psikiyatrik belirtiler. *Klinik Psikiyatri*, 14(1), 7-16.
- Kılıçhan, B. ve Gülcihan, Ç. ve Bayar, B. (2009). Hemşirelik öğrencilerinin klinik uygulamaya yönelik düşünce ve kaygı düzeylerinin belirlenmesi. *TAF Preventive Medicine Bulletin*, 8 (1), 37-42.
- Koç, M. ve Avşaroğlu, S. ve Sezer A. (2004). Üniversite öğrencilerinin akademik başarıları ile problem alanları arasındaki ilişki. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 11, 483-497.
- Kayhan Kurtuldu, M. (2009). Müzik öğretmenliği bölümü piyano öğrencilerinin sınav kaygısına yönelik tutumları. *Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 19 (2), 107-126.
- McDonald, Angus S. (2001). The prevalence and effects of test anxiety in school children. *Educational Psychology*, 21 (1), 89-101.
- Musch, J. & Broder, A. (1999). Test anxiety versus academic skills: A comparison of two alternative models for predicting performance in a statistics exam. *British Journal of Educational Psychology*, 6 (1), 105-116
- Öner, N. (1990). *Sınav Kaygısı Envanteri El Kitabı*. İstanbul: Yöret Vakfı Yayını.
- Özer, H. ve Sarı, A. (2009). Kovaryans analizi modelleriyle üniversite öğrencilerinin başarılarını etkileyen faktörlerin belirlenmesi: Atatürk Üniversitesi İİBF öğrencileri için bir uygulama. *Dokuz Eylül Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 24 (2), 105-126.
- Peleg-Popko, O. (2004). Differentiation and test anxiety in adolescents. *Journal of Adolescence*, 27 (6), 645-662.
- Sansgiry Sujit, S. & Sail, K. (2006). Effect of students' perceptions of course load on test anxiety. *American Journal of Pharmaceutical Education*, 70 (2), 1-6.
- Sübaşı, G. (2007). Üniversite öğrencilerinde sosyal kaygıyı yordayıcı bazı değişkenler. *Eğitim ve Bilim*, 32 (144), 3-13.
- Yapıcı, Ş. ve Uşaklı, H. (2001). Grup rehberliğinin sınav kaygısına etkisi üzerine öğrenci görüşleri. *Afyon Kocatepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 2 (2), 101-114.

Yıldırım, İ. ve Ergene, T. (2003). Lise son sınıf öğrencilerinin akademik başarılarının yordayıcısı olarak sınav kaygısı, boyun eğici davranışlar ve sosyal destek. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 25, 224-234.

Yılmaz, M., Yaman, Z. & Erdoğan, S. (2017). Öğrenci hemşirelerde stres yaratan durumlar ve baş etme yöntemleri. *Mersin Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 10(2), 88-99.