

# Cerrahi Hastalıkları Hemşireliği Dersini Alan Öğrencilerin Sınav Kaygısı ve Stresle Başa Çıkma Tarzları Arasındaki İlişkinin Belirlenmesi: İlişki Arayıcı Bir Çalışma

## Determination of the Relationship Between Examination Anxiety and Stress Coping Styles of Students Taking Surgical Diseases Nursing Course: A Relationship-Seeking Study

<sup>1</sup>Nurşen KULAKAÇ<sup>a</sup>, <sup>2</sup>Aylin AYDIN SAYILAN<sup>b</sup>

<sup>a</sup>Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü, Cerrahi Hastalıkları Hemşireliği ABD, Gümüşhane, Türkiye

<sup>b</sup>Kırklareli Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü, Kırklareli, Türkiye

**ÖZET Amaç:** Bu çalışma, cerrahi hastalıkları hemşireliği dersini alan öğrencilerin sınav kaygısı ve stresle başa çıkma düzeylerinin belirlenmesi amacıyla tanımlayıcı ve ilişki arayıcı olarak yapılmıştır. **Gereç ve Yöntemler:** Araştırmanın örneklemini 1-15 Mayıs 2022 tarihleri arasında Türkiye’de bulunan iki üniversitenin hemşirelik bölümünde öğrenim gören ve cerrahi hastalıkları hemşireliği dersini alan 213 öğrenci oluşturmuştur. Veri toplama araçları olarak öğrenci tanıtım formu, Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği (SBÇTÖ) ve Westside Sınav Kaygısı Ölçeği (WSKÖ) kullanılmıştır. Verilerin değerlendirilmesinde sayı ve yüzdelik hesapları, aritmetik ortalama, Student t-test, Pearson korelasyon analizi ve lineer regresyon analizi kullanılmıştır. Anlamlılık  $p<0,05$  olarak kabul edilmiştir. **Bulgular:** Araştırmada öğrencilerin sınav kaygısı puanlarının  $25,67\pm 11,92$  olduğu belirlenmiştir. Öğrencilerin stresle başa çıkma tarzlarından en fazla kendine güvenli yaklaşım ve iyimser yaklaşım yöntemini kullandıkları saptanmıştır. Öğrencilerin WSKÖ puanı ile SBÇTÖ kendine güvenli yaklaşım ( $p<0,001$ ) alt boyut puanı arasında istatistiksel olarak negatif yönde ve orta düzeyde; çaresiz yaklaşım ( $p=0,028$ ) ve boyun eğici yaklaşım ( $p=0,011$ ) arasında ise pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu belirlendi ( $p<0,05$ ). Çoklu lineer regresyon analizi sonuçlarına göre öğrencilerin sınav kaygılarını önemli ölçüde etkileyen faktörlerin; cinsiyet ve “kendine güvenli yaklaşım” alt boyutları olduğu tespit edilmiştir. **Sonuç:** Çalışmamızın sonucunda, hemşirelik öğrencilerinin stresle baş etme tarzlarının yetersiz olması, sınav kaygılarını olumsuz etkilemektedir. Bu araştırma sonuçlarının stresin psikolojik etkilerine yönelik uygulanacak müdahale planlarına katkı sağlayabileceği düşünülmektedir.

**ABSTRACT Objective:** This study was conducted as a descriptive and correlational study to determine the levels of exam anxiety and coping with stress in students taking the surgical diseases nursing course. **Material and Methods:** The sample of the study consisted of 213 students studying in the nursing departments of two universities in Türkiye between 1-15 May 2022 and taking the surgical diseases nursing course. Student introduction form, Stress Coping Styles Scale (SCSS) and Westside Test Anxiety Scale (WTAS) were used as data collection tools. Number and percentage calculations, arithmetic mean, Student t-test, Pearson correlation analysis and linear regression analysis were used in the evaluation of the data. Significance was accepted as  $p<0.05$ . **Results:** In the study, it was determined that the test anxiety scores of the students were  $25.67\pm 11.92$ . It was determined that the students used the most self-confident approach and optimistic approach method among the coping styles with stress. It was determined that there was a statistically negative and medium level statistically significant relationship between the WTAS score of the students and the self-confident approach ( $p<0.001$ ) sub-dimension score of the SCSS, and a positive and low level significant relationship between the helpless approach ( $p=0.028$ ) and submissive approach ( $p=0.011$ ). According to the results of multiple linear regression analysis, it was determined that the factors significantly affecting students' exam anxiety were gender and “self-confident approach” sub-dimensions. **Conclusion:** As a result of our study, nursing students' inadequate coping styles with stress negatively affect their exam anxiety. It is thought that the results of this study may contribute to the intervention plans to be implemented for the psychological effects of stress.

**Anahtar Kelimeler:** Cerrahi hastalıkları hemşireliği; öğrenci; sınav kaygısı; stresle başa çıkma

**Keywords:** Surgical diseases nursing; student; exam anxiety; coping with stress

**Correspondence:** Nurşen KULAKAÇ  
Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü, Cerrahi Hastalıkları Hemşireliği ABD, Gümüşhane, Türkiye  
E-mail: nrsnklkc@gmail.com



Peer review under responsibility of Türkiye Klinikleri Journal of Nursing Sciences.

Received: 31 May 2023

Received in revised form: 13 Oct 2023

Accepted: 23 Oct 2023

Available online: 30 Oct 2023

2146-8893 / Copyright © 2023 by Türkiye Klinikleri. This is an open access article under the CC BY-NC-ND license (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>).

Sınav kaygısı, kaygının temel bir özelliği olup, savunma ya da kaçma şeklinde davranış biçimlerini içeren, sınav durumlarında farklı derecelerde duygusal tepkilerin üretildiği, psikolojik bir durumdur.<sup>1</sup> Aynı zamanda, sınav ortamlarıyla ilişkili huzursuzluk, yoğun heyecan, sıkıntı veya güvensizlik hissinin varlığı ile karakterize edilen duruma özgü bir özellik olarak nitelendirilmektedir.<sup>2</sup> Bir değerlendirme sınavından önce hissedilen bu olumsuz duygunun, büyük ölçüde, öğrencilerin maruz kaldığı sosyal baskıdan ve yüksek akademik performans elde etmeye yönelik yoğun odaklanmalardan kaynaklandığı düşünülmektedir.<sup>3</sup> Sınav kaygısı düzeyinin düşürülmesi, sınav kaygısı çalışmalarında her zaman önemli bir konu olmuştur.

Sınav kaygısı yaşayan öğrencilerde, sempatik sinir sisteminin vücut sistemlerini harekete geçirecek tepki vermesi nedeniyle tehlike olarak algıladıkları bir durum ortaya çıkmaktadır. Bu durumla karşı karşıya kalan öğrencilerde, kendine güven ve kendini geliştirme yeteneğinde azalma olduğu bildirilmektedir; hatta, sürekli yaşanan bu deneyim sonucunda bu tatsız durumun pekiştirildiği ve ilerideki aşamalarda daha yoğun kaygılara neden olduğu vurgulanmaktadır.<sup>4</sup> Ayrıca sınav kaygısının öğrencilerde kalp hastalığı, obezite, depresyon, yaşam kalitesinde azalma gibi sorunlara eğilimi artırabileceği de bildirilmektedir.<sup>5,6</sup>

Sınav kaygısı, birçok öğrencide olduğu gibi, hemşirelik öğrencileri için de ciddi bir sorundur. Hemşirelik öğrencileri, klinik ve fiziki açıdan her yıl birçok sınavdan geçmek zorundadır. Yapılan çalışmalar, sınav kaygısının öğrenciler arasında yaygın olduğunu, yaş ve deneyim arttıkça bu durumun azalmadığını, aksine daha da arttığını göstermektedir.<sup>7,8</sup> Literatürde özellikle sağlık alanında okuyan öğrencilerin %30-50'sinde sınav kaygısının yüksek düzeylerde görüldüğü bildirilmiştir.<sup>4</sup>

Kaygının neden olacağı sağlık sorunları düşünüldüğünde, literatür sınav kaygısı için çeşitli baş etme yöntemlerinin geliştirilmesi ve yararlı olan yöntemlerin uygulanması gerektiğini vurgulamaktadır.<sup>9</sup> Yapılan çalışmalarda, öğrencilerin psikolojik dayanıklılıkları ve başa çıkma becerileri ne kadar yükseğe kaygıyla başa çıkma durumlarının başarılı olduğu bildirilmektedir.<sup>8,10</sup>

Öğrencilerin kaygısını azaltmada; sosyal destek alma, solunum ve gevşeme egzersizleri, aerobik yapma, davranışsal terapi, psikolojik ve eğitsel danışmanlık, meditasyon, müzik terapi, aromaterapi gibi yöntemlere başvurulduğu görülmektedir.<sup>3,9,11</sup> Öğrencilerin yaşadığı kaygıya yönelik uygulanan bu yöntemlerden etkinliği en yüksek olanların saptanması için daha birçok çalışmaya gereksinim olduğu bilinmektedir.

Sınavlardan önce ve sınavlar sırasında yaşanan kaygı duygusunun azaltılması sonucunda, benlik saygısı, öz güven ve kendini geliştirebilme yeteneğinde de artış olacaktır. Sınav kaygısıyla başa çıkmak ve bu kaygıyı yönetmede kullanılan baş etme yöntemlerinin bilinmesi, tüm eğitimcilerin sınav kaygısıyla başa çıkmak için önlemler geliştirme gereksinimlerinin farkında olması ve başa çıkmada hangi önlemlerin etkili olduğunu bilmesi veya öğrencilerde kontrol, yönetim beceri ve yeterliliklerini geliştirmeye çalışarak çeşitli araçlar sağlaması büyük önem taşımaktadır.

Üniversite eğitimi, mesleki bilgi ve beceri kazanımıyla birlikte öğrencileri gelecekteki profesyonel rollerine de hazırlamaktadır. Yapılan çalışmalarda, stresin öğrencinin başarısını olumsuz olarak etkilediği gibi öğrencinin hasta bakımı ve tedavi yönetimini ile hasta ve hemşire arasındaki ilişkiyi de olumsuz etkilediği ve hemşirelik hizmetlerinin amacına ulaşmasının önünde bir engel oluşturduğu gösterilmiştir.<sup>12-14</sup> Dolayısıyla, öğrencilerin üniversite eğitiminin ilk yıllarında stres kaynaklarını kontrol altına almak ve stresle başa çıkma stratejilerini belirlemek için öğrencilerin stres düzeylerinin belirlenmesi önemlidir. Bu doğrultuda bu çalışma, cerrahi hastalıkları hemşireliği dersini alan öğrencilerin sınav kaygısı ve stresle başa çıkma düzeylerinin belirlenmesi amacıyla tanımlayıcı ve ilişki arayıcı olarak yapılmıştır.

## GEREÇ VE YÖNTEMLER

### ARAŞTIRMANIN TİPİ

Tanımlayıcı ve ilişki arayıcı tipteki çalışmanın yazım aşaması internet tabanlı e-anketlerin sonuçlarının raporlanması internet tabanlı e-anketlerin sonuçlarının

raporlanması (Checklist for Reporting Results of Internet E-Surveys-CHERRIES) kontrol listesine göre tasarlanmıştır.

## EVREN VE ÖRNEKLEM

Araştırmanın örneklemini, Türkiye’de iki devlet üniversitesinde öğrenim gören 213 hemşirelik öğrencisi oluşturmuştur. Çalışmada örneklem hesabına gidilmemiş olup araştırmanın dâhil edilme kriterlerine uyan tüm öğrenciler araştırmaya alınmıştır. Veriler 1-15 Mayıs 2022 tarihleri arasında çevrim içi olarak toplanmıştır. Çalışmaya katılma oranının %92,1 olduğu görülmüştür. Araştırmaya dâhil edilme kriterleri; akıllı telefona sahip olmak, gönüllü olmak, hemşirelik öğrencisi olmak ve soruları tam ve eksiksiz cevaplamış olmak olarak saptanmıştır.

## VERİ TOPLAMA ARAÇLARI

Çalışmanın yapılabilmesi için etik kurul izni alındıktan sonra veri toplamak için Google Forms (Google Inc, California, ABD) web uygulaması ile çevrim içi soru formu hazırlanmıştır. Katılımcılara soru formu WhatsApp (Meta Inc., ABD) mesajlaşma programı yoluyla akıllı telefonlarına gönderilmiştir. Soru formunun ilk bölümünde araştırmanın amacı açıklanarak gönüllü katılım için onam alınmıştır. Verilerin toplanması yaklaşık 5-10 dakika sürmüştür.

**1. Öğrenci Tanıtım Formu:** Araştırmacılar tarafından hazırlanan bu bölümde öğrencilerin sosyo-demografik özelliklerini belirlemeye yönelik 5 soru yer almaktadır.

**2. Westside Sınav Kaygısı Ölçeği (WSKÖ):** Orijinal hâli Driscoll tarafından geliştirilen ölçeğin Türkçe geçerlik güvenirlik çalışması 2009’da Totan ve Yavuz tarafından yapılmıştır.<sup>15</sup> Beşli Likert tipte olan ölçek 11 maddeden oluşmaktadır. Ölçekten 11-55 arasında puan alınabilmektedir. Ölçekten alınabilen yüksek puan sınav kaygısının yüksek olduğunu, düşük puan da sınav kaygısının düşük olduğunu göstermektedir. Bu çalışmada ölçeğin Cronbach alfa değerinin 0,88 olduğu görülmüştür.

**3. Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği (SBÇTÖ):** Orijinal ölçek 1980 yılında Folkman ve Lazarus tarafından geliştirilmiş olup, 68 maddeden oluşan Başa Çıkma Yolları Envanteri’nin Türkçe

geçerlilik ve güvenirliği Şahin ve Durak tarafından üniversite öğrencilerinde yapılmıştır.<sup>16</sup> Ölçeğin kısaltılmış formu 4’lü Likert tipte, 30 madde ve kendine güvenli yaklaşım, çaresiz yaklaşım, boyun eğici yaklaşım, iyimser yaklaşım ve sosyal destek arama olmak üzere 5 alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçeğin toplam puanı hesaplanmamakta, her bir boyuta ait puanlar ayrı ayrı (kendine güvenli yaklaşım için toplam puan en az 7, en fazla 28; sosyal destek arama için toplam puan en az 4, en fazla 16; boyun eğici yaklaşım için toplam puan en az 6, en fazla 24; çaresiz yaklaşım için en az 8, en fazla 32 ve iyimser yaklaşım için en az 5, en fazla 20 puan) hesaplanmaktadır. Bu araştırmada ise ölçeğin Cronbach alfa değerinin 0,89 olduğu saptanmıştır.

## VERİLERİN ANALİZİ

Google formlar aracılığıyla toplanan veriler Microsoft Excel (Alphabet Inc., ABD) tablosuna aktarıldıktan sonra analizler SPSS 23 (IBM, ABD) programında yapılmıştır. Verilerin normal dağılıma uygunluğunun değerlendirilmesi için Shapiro-Wilk testi kullanıldı. Verilerin çarpıklık ve basıklık değerlerini -2 ve +2 arasında olduğundan verilerin normal dağılımı sağladığı varsayılarak analize devam edildi. Verilerin analizi için sayı, yüzde, ortalama, normal dağılım gösteren değişkenlerin karşılaştırılmasında ise Student t-testi, tek yönlü varyans analizi, Pearson korelasyon analizi ve lineer regresyon analizi kullanılarak yapılmıştır.  $p < 0,05$  düzeyi anlamlı olarak değerlendirilmiştir.”

## ETİK İZİN

Çalışma için Gümüşhane Üniversitesi Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulundan onam alınmıştır (Tarih: 06.05.2020 Onay no:2020/5). Araştırmaya katılmayı kabul eden hemşirelik öğrencilerine, araştırmanın amacı yazılı beyan edilerek çevrim içi platformda onamlarının alınması sağlandı. Araştırma Helsinki Deklarasyonu prensiplerine uygun olarak gerçekleştirildi.

## BULGULAR

Araştırmaya katılan öğrencilerin yaş ortalaması  $22,71 \pm 3,22$  (minimum: 18; maksimum: 36) olup, %72,3’ü kadındır. Öğrencilerin %51,2’sinin çekirdek

**TABLO 1:** Öğrencilerin sosyodemografik özellikleri ile WSKÖ ve SBÇTÖ alt boyut puan ortalamalarının karşılaştırılması (n=213).

Özellik	n (%)	Kendine güvenli yaklaşım X±SS	İyimser yaklaşım X±SS	Çaresiz yaklaşım X±SS	Boyun eğici yaklaşım X±SS	Sosyal destek arama X±SS	WSKÖ X±SS
<b>Cinsiyet</b>							
Kadın	154 (72,3)	12,4±4,2	8,5±3,4	8,3±4,2	7,9±3,1	7,4±2,7	27,2±12,0
Erkek	59 (27,7)	12,9±4,1	8,5±3,4	8,3±3,7	7,5±2,9	7,4±2,4	24,2±11,6
p değeri*		0,497	0,995	0,927	0,397	0,980	<b>0,016</b>
<b>Aile tipi</b>							
Çekirdek	109 (51,2)	12,9±4,3	8,5±3,6	8,5±4,0	7,5±3,0	7,1±2,4	26,5±12,4
Geniş	104 (48,8)	12,6±4,0	8,5±3,1	8,1±3,7	7,8±3,0	7,7±2,4	24,7±11,3
p değeri*		0,672	0,925	0,387	0,535	0,113	0,250
<b>Yaşadığı yer</b>							
Köy/Kasaba	33 (15,5)	12,7±4,0	8,4±3,5	8,4±3,9	7,5±3,0	7,2±2,5	25,1±11,5
İlçe	54 (25,4)	11,1±4,6	8,2±3,1	7,3±4,3	7,4±2,9	7,2±2,9	27,3±13,7
İl	126 (59,2)	13,4±4,1	9,0±3,3	8,7±3,3	8,1±3,0	8,0±2,2	25,9±11,8
p değeri**		0,376	0,510	0,265	0,339	0,160	0,628
<b>Üniversite eğitimi sürecinde kalınan yer</b>							
Aile/akraba ile birlikte <sup>a</sup>	66 (31)	12,9±3,9	8,9±3,3	8,7±4,0	8,2±3,0	7,7±2,6	25,9±11,5
Yurt <sup>b</sup>	74 (34,7)	13,0±4,2	8,9±3,3	8,8±4,1	7,7±2,8	7,6±2,1	25,1±11,8
Tek/Arkadaş ile evde <sup>c</sup>	73 (34,3)	12,4±4,3	7,7±3,5	7,5±3,3	7,0±3,1	6,9±2,6	25,9±12,4
p değeri**		0,639	0,069	0,094	<b>0,041</b>	0,081	0,884
					<b>a&gt;c</b>		

\*Student t-testi; \*\*Tek yönlü varyans analizi testi; SS: Standart sapma; SBÇTÖ: Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği; WSKÖ: Westside Sınav Kaygısı Ölçeği.

aile yapısına sahip olduğu, %59,2'sinin en uzun yaşadığı yerin il merkezi olduğu ve %34,7'sinin üniversite eğitimi sürecinde yurtda kaldığı görüldü (Tablo 1).

Çalışmamızda öğrencilerin aile tipi ve yaşadığı yere göre WSKÖ ve SBÇTÖ alt boyut puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark saptanmadı ( $p>0,05$ ). Üniversite eğitimi sürecinde kalınan yere göre SBÇTÖ boyun eğici alt boyutu arasında anlamlı farklılık olduğu ve ailesi ile yaşayan öğrencilerin boyun eğici yaklaşım puanlarının tek/arkadaşıyla evde kalan öğrencilere göre anlamlı olarak daha yüksek olduğu bulundu ( $p=0,041$ ). Cinsiyete göre WSKÖ puan ortalamaları değerlendirildiğinde, kadın öğrencilerin puanlarının erkeklere göre anlamlı olarak daha yüksek olduğu belirlendi (Tablo 1).

Çalışmamızda öğrencilerin WSKÖ toplam puan ortalamasının  $25,67\pm 11,92$  (minimum: 15; maksimum: 50) olduğu saptandı. Öğrencilerin SBÇTÖ kendine güvenli yaklaşım alt boyut  $12,81\pm 4,19$  (minimum: 7; maksimum: 21), iyimser yaklaşım

**TABLO 2:** Öğrencilerin Westside Sınav Kaygısı Ölçeği ve Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği alt boyutları puan ortalamalarının dağılımı.

Ölçek	X±SS	Minimum-Maksimum
<b>Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği</b>		
Kendine güvenli yaklaşım	12,81±4,19	7-21
İyimser yaklaşım	8,54±3,42	5-15
Çaresiz yaklaşım	8,36±3,88	8-24
Boyun eğici yaklaşım	7,67±3,07	6-18
Sosyal destek arama	7,45±2,52	4-12
<b>Westside Sınav Kaygısı Ölçeği</b>	<b>25,67±11,92</b>	<b>15-50</b>

SS: Standart sapma.

$8,54\pm 3,42$  (minimum: 5; maksimum: 15), çaresiz yaklaşım  $8,36\pm 3,88$  (minimum 8; maksimum: 24), boyun eğici yaklaşım  $7,67\pm 3,07$  (minimum: 6; maksimum: 18), ve sosyal destek arama yaklaşımı  $7,45\pm 2,52$  (minimum: 4; maksimum: 12) olduğu belirlendi (Tablo 2).

Öğrencilerin WSKÖ puanı ile SBÇTÖ kendine güvenli yaklaşım ( $p<0,001$ ) alt boyut puanı arasında

**TABLO 3:** Öğrencilerin WSKÖ puanları ile SBÇTÖ alt boyut puanları arasındaki ilişki.

SBÇTÖ alt boyutları	WSKÖ	
	r	p değeri
Kendine güvenli yaklaşım	-0,697	<0,001
İyimser yaklaşım	-0,101	0,143
Çaresiz yaklaşım	0,151	<b>0,028</b>
Boyun eğici yaklaşım	0,173	<b>0,011</b>
Sosyal destek arama	-0,059	0,391

r: Korelasyon analizi; SBÇTÖ: Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği; WSKÖ: Westside Sınav Kaygısı Ölçeği.

negatif yönde ve orta düzeyde; çaresiz yaklaşım ( $p=0,028$ ) ve boyun eğici yaklaşım ( $p=0,011$ ) arasında da pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu saptandı ( $p<0,05$ ) (Tablo 3).

Çoklu lineer regresyon analizi sonuçlarına göre öğrencilerin sınav kaygısını önemli ölçüde etkileyen faktörler; cinsiyet ( $p<0,001$ ) ve kendine güvenli yaklaşım ( $p=0,001$ ) durumu olarak belirlendi. Bu değişkenler toplam varyansın %25,6'sını açıklamaktadır (Tablo 4).

## TARTIŞMA

Bu çalışma, cerrahi hastalıkları hemşireliği dersini alan öğrencilerin sınav kaygısı ve stresle başa çıkma tarzları arasındaki ilişkinin belirlenmesi amacıyla gerçekleştirilmiştir.

Çalışmamızda cerrahi hastalıkları hemşireliği dersini alan öğrencilerin aile tipi ve yaşanan yere göre WSKÖ ve SBÇTÖ alt boyut puanları arasında anlamlı bir fark bulunmadı. Bununla birlikte ailesi ile yaşayan öğrencilerin boyun eğici yaklaşım puanlarının tek/arkadaş ile evde yaşayan öğrencilere göre daha yüksek olduğu saptandı. Büyükyılmaz ve ark.nın çalışmalarında, yaşanan yer ile sınav kay-

gısı arasında bir farklılık olmadığı belirtilmiştir.<sup>17</sup> Fırat ve Kaya, ailesinden ayrı yaşayan ve aile yanında yaşayan üniversite öğrencilerinin stresle başa çıkma tarzları ve kaygı düzeylerini incelediği çalışmada, yaşanan yer ile SBTÖ alt ölçekleri arasında ilişki bulunmamıştır.<sup>18</sup> Çalışmamızdaki bu sonucun; yurtdışı kalmanın rahat hareket ortamı sağlamak ve sosyalleşme gibi olumlu yanlarının olması, aile ile birlikte yaşamının da öğrencilerin bu olanaklarını sınırlandırdığından kaynaklandığı düşünülmektedir. Literatürde çalışma bulgumuzu karşılaştırabileceğimiz sınırlı sayıda çalışma mevcuttur. Bu nedenle hemşirelik öğrencilerinin sınav kaygısı ve stresle baş etme durumlarına üniversite eğitimi sürecinde kalınan yerin etkisinin belirlenmesi için çalışmaların yapılması önerilmektedir.

Çalışmamızda kadın öğrencilerin kaygı puanlarının erkek öğrencilere göre anlamlı olarak daha yüksek olduğu belirlendi. Sınav kaygısı ile cinsiyet arasındaki ilişkiyi inceleyen birçok araştırma kadın öğrencilerin sınav kaygısının erkeklere göre daha fazla olduğunu göstermektedir.<sup>19,20</sup> Çalışmamıza benzer olarak Erözkan ve Kaçan Softa ve ark. yaptıkları çalışmada, kadın öğrencilerin erkek öğrencilere göre sınav kaygılarının daha yüksek olduğunu belirlemiştir.<sup>19,20</sup> Çalışmamızdan farklı olarak Hahn ve ark.nın çalışmalarında, öğrencilerin cinsiyetinin sınav kaygıları üzerinde bir etkisi olmadığı belirtilmiştir.<sup>21</sup> Literatürde kadınların erkeklere göre anksiyete düzeylerinin daha yüksek olduğu ve kadınların erkeklere göre daha duygusal bir yapıya sahip olmalarından kaynaklanabileceği belirtilmektedir.<sup>22</sup> Literatürdeki bu farklı sonuçların ise çalışmaların yapıldığı yıllar arasındaki değişim ile çalışmaların yapıldığı yerdeki kültürel ve çevresel faktörlerin değişiklik göstermesi sonucu oluştuğu düşünülmektedir.

**TABLO 4:** Katılımcıların sınav kaygısı ile bağımsız değişkenler arasındaki çoklu regresyon analizine ilişkin bulgular.

Model	B	SH	$\beta$	t	p değeri	VIF
Sabit	97,38	3,70		26,25	<0,001	
Cinsiyet	6,24	1,70	0,174	3,67	<0,001	1,001
Kendine güvenli yaklaşım	-4,66	1,42	-0,155	3,27	0,001	1,001

Model R=0,23; R<sup>2</sup>=0,05; Düzeltilmiş R<sup>2</sup>=0,05, F=12,47; Durbin Watson=2,06;  $p<0,001$ ; Bağımlı değişken: Sınav Kaygısı. Cinsiyet 0: Erkek 1: Kadın; SH: Standart hata; VIF: Varyanslı enflasyon faktörü.



Araştırmamızda öğrencilerin sınav kaygılarının orta düzeyde olduğu görülmüştür. Ülkemizde üniversite öğrencileri ile yapılan çalışmalarda öğrencilerin sınav kaygıları orta ve yüksek düzeyde bulunmuştur.<sup>23,24</sup> Sağkal Midilli ve ark.nın örneğini hemşirelik öğrencilerinin oluşturduğu çalışmada, öğrencilerin sınav kaygılarını orta düzeyde, Büyükyılmaz ve ark.nın çalışmalarında ise hemşirelik öğrencilerin sınavlara gereğinden çok daha fazla değer verdikleri ve sınav kaygılarının yüksek düzeyde olduğu bulunmuştur.<sup>17,25</sup> Tsegay ve ark., Etiyopya'daki tıp öğrencileri ve Sharif ve ark., İran'da ebellek ve hemşirelik öğrencileri ile gerçekleştirdikleri çalışmalarda öğrencilerin sınav kaygılarının orta düzeyde olduğunu belirtmiştir.<sup>26,27</sup> Bununla birlikte Hindistan, Birleşik Arap Emirlikleri, Malezya ve Suudi Arabistan'da tıp ve hemşirelik öğrencileri ile yapılan çalışmalarda sınav kaygısının yüksek olduğu bildirilmiştir.<sup>28-31</sup> Çalışma sonuçlarındaki bu farklılığın kullanılan ölçme araçlarının farklı olması ve sosyokültürel farklılıklardan kaynaklanabileceği düşünülmektedir.

Çalışmamızda cerrahi hastalıkları hemşireliği dersini alan öğrencilerin en fazla kendine güvenli yaklaşım yöntemiyle stresle başa çıktıkları belirlenmiştir. Literatürde çalışmamıza benzer şekilde Temel ve ark., Güler ve Çınar ile Yılmaz ve ark. da hemşirelik öğrencilerinin stresle başa çıkmada en çok kendine güvenli yaklaşım yöntemini kullandıkları bulunmuştur.<sup>32-34</sup> Bu durumun Z kuşağı olarak sınıflandırılan grupta yer alan günümüz hemşirelik öğrencilerinin yüksek motivasyon ve girişimci özelliklerinden kaynaklanabileceği düşünülmektedir.

Çalışmamızda öğrencilerin kendine güvenli yaklaşım puanları arttıkça sınav kaygısı puanlarının azaldığı, çaresiz ve boyun eğici yaklaşım alt boyut puanları yükseldikçe kaygı puanlarının da yükseldiği belirlendi. Temizel ve Dağ'ın çalışmasında, öğrencilerin çaresiz yaklaşım düzeyleri arttıkça ve kendine güvenli ve iyimser yaklaşım düzeyleri azaldıkça kaygı seviyelerinin arttığı saptanmıştır.<sup>35</sup> Güler ve Çınar yaptıkları araştırmada, hemşirelik öğrencilerinin %65,8'inin öğrenim süreçlerinde eğitim ile ilgili stres yaşadığını göstermektedir. Çalışmada öğrenci-

lerin sınavlarda deneyimledikleri kaygısıyla başa çıkmak için birçok farklı başa çıkma yöntemi kullandıkları görülmüştür.<sup>33</sup>

## ARAŞTIRMANIN SINIRLILIKLARI

Çalışmamızda sadece iki üniversitenin hemşirelik bölümü ikinci sınıflarında öğrenim gören ve cerrahi hastalıkları hemşireliği dersini alan öğrencilerin sınav kaygısı ve stresle başa çıkma durumları değerlendirilmiştir. Bu nedenle tüm hemşirelik öğrencilerinin sınav kaygısı ve stresle başa çıkma durumlarını yansıtmamaktadır.

## SONUÇ

Cerrahi hastalıkları hemşireliği dersini alan öğrencilerin orta düzeyde sınav kaygısı yaşadıkları ve kendine güvenli yaklaşım ile iyimser yaklaşım yöntemleriyle stresle başa çıktıkları belirlenmiştir. Cinsiyet ve kendine güvenli yaklaşımın sınav kaygısını etkileyen önemli faktörler olduğu bulunmuştur.

### Finansal Kaynak

*Bu çalışma sırasında, yapılan araştırma konusu ile ilgili doğrudan bağlantısı bulunan herhangi bir ilaç firmasından, tıbbi alet, gereç ve malzeme sağlayan ve/veya üreten bir firma veya herhangi bir ticari firmadan, çalışmanın değerlendirme sürecinde, çalışma ile ilgili verilecek kararı olumsuz etkileyebilecek maddi ve/veya manevi herhangi bir destek alınmamıştır.*

### Çıkar Çatışması

*Bu çalışma ile ilgili olarak yazarların ve/veya aile bireylerinin çıkar çatışması potansiyeli olabilecek bilimsel ve tıbbi komite üyeliği veya üyeleri ile ilişkisi, danışmanlık, bilirkişilik, herhangi bir firmada çalışma durumu, hissedarlık ve benzer durumları yoktur.*

### Yazar Katkıları

**Fikir/Kavram:** Nurşen Kulakaç, Aylin Aydın Sayılan; **Tasarım:** Nurşen Kulakaç, Aylin Aydın Sayılan; **Denetleme/Danışmanlık:** Nurşen Kulakaç, Aylin Aydın Sayılan; **Veri Toplama ve/veya İşleme:** Nurşen Kulakaç, Aylin Aydın Sayılan; **Analiz ve/veya Yorum:** Nurşen Kulakaç; **Kaynak Taraması:** Nurşen Kulakaç, Aylin Aydın Sayılan; **Makalenin Yazımı:** Nurşen Kulakaç, Aylin Aydın Sayılan; **Eleştirel İnceleme:** Nurşen Kulakaç, Aylin Aydın Sayılan; **Kaynaklar ve Fon Sağlama:** Nurşen Kulakaç, Aylin Aydın Sayılan; **Malzemeler:** Nurşen Kulakaç, Aylin Aydın Sayılan.

## KAYNAKLAR

- Zhang X, Li W, Wang J. Effects of exercise intervention on students' test anxiety: a systematic review with a meta-analysis. *Int J Environ Res Public Health*. 2022;19(11):6709. [Crossref] [PubMed] [PMC]
- Álvarez J, Aguilar JM, Lorenzo JJ. Test anxiety in university students: relationships with personal and academic variables. *Electron J Res Educ Psychol*. 2012;10:333-54. [Crossref]
- Ortega-Donaire L, Álvarez-García C, López-Franco MD, Sanz-Martos S. Effectiveness of guided breathing and social support for the reduction of pre-exam anxiety in university students: a factorial study. *Healthcare (Basel)*. 2023;11(4):574. [Crossref] [PubMed] [PMC]
- Bischofsberger L, Burger PHM, Hammer A, Paulsen F, Scholz M, Hammer CM. Prevalence and characteristics of test anxiety in first year anatomy students. *Ann Anat*. 2021;236:15171. [Crossref] [PubMed]
- Urbanetto JS, Rocha PSD, Dutra RC, Maciel MC, Bandeira AG, Magnago TSBS. Stress and overweight/obesity among nursing students. *Rev Lat Am Enfermagem*. 2019;27:e3177. [Crossref] [PubMed] [PMC]
- Moraes HDSC, Flores PVP, Cavalcanti ACD, Figueiredo LDS, Tinoco JMVP. Risk factors for coronary artery disease in nursing students. *Rev Bras Enferm*. 2021;74(1):e20190824. English, Portuguese. [Crossref] [PubMed]
- Yuan F, Li ZS, Yang YL, Mu Y. Prevalence of anxiety tested with Test Anxiety Scale (TAS) in senior three students: a meta-analysis. *Chin. J. Sch. Health*. 2018;39:1324-8. [Crossref]
- Onieva-Zafra MD, Fernández-Muñoz JJ, Fernández-Martínez E, García-Sánchez FJ, Abreu-Sánchez A, Parra-Fernández ML. Anxiety, perceived stress and coping strategies in nursing students: a cross-sectional, correlational, descriptive study. *BMC Med Educ*. 2020;20(1):370. [Crossref] [PubMed] [PMC]
- Son HK, So WY, Kim M. Effects of aromatherapy combined with music therapy on anxiety, stress, and fundamental nursing skills in nursing students: a randomized controlled trial. *Int J Environ Res Public Health*. 2019;16(21):4185. [Crossref] [PubMed] [PMC]
- Wu S, Xu Z, Zhang Y, Liu X. Relationship among psychological capital, coping style and anxiety of Chinese college students. *Riv Psichiatr*. 2019;54(6):264-8. [PubMed]
- Kang YS, Choi SY, Ryu E. The effectiveness of a stress coping program based on mindfulness meditation on the stress, anxiety, and depression experienced by nursing students in Korea. *Nurse Educ Today*. 2009;29(5):538-43. [Crossref] [PubMed]
- Melincavage SM. Student nurses' experiences of anxiety in the clinical setting. *Nurse Educ Today*. 2011;31(8):785-9. [Crossref] [PubMed]
- Chan CK, So WK, Fong DY. Hong Kong baccalaureate nursing students' stress and their coping strategies in clinical practice. *J Prof Nurs*. 2009;25(5):307-13. [Crossref] [PubMed]
- Şirin A, Kavak O, Ertem G. Doğumhane stajına çıkan öğrencilerin durumluksüreklilik kaygı düzeylerinin belirlenmesi [Determination of the state-trait anxiety levels of students who are on labour room in maternity hospital]. *Cumhuriyet Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi*. 2003;7(1):27-32. [Link]
- Totan T, Yavuz Y. Westside Sınav Kaygısı Ölçeğinin Türkçe formunun geçerlik ve güvenilirlik çalışması [The validity and reliability Study of The Turkish Version of Westside Test Anxiety Scale]. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*. 2009;9(17):95-109. [Link]
- Şahin NH, Durak A. Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği: üniversite öğrencileri için uyarlanması [Stress Coping Styles Scale: adaptation for university students]. *Türk Psikoloji Dergisi*. 1995;10(34):56-73. [Link]
- Büyükyılmaz F, Aşti T, Çakmak E. Hemşirelik yüksekokulu öğrencilerinin sınav kaygısı düzeyleri ve bunu etkileyen etmenler [The test anxiety level and affecting factors of the school of nursing students]. *Ü.F.N. Hem. Dergisi*. 2009;17(1):10-5. [Link]
- Fırat N, Kaya F. Yurtta veya ailesinin yanında kalan öğrencilerin sosyal destek düzeyleri ve stresle başa çıkma stillerinin incelenmesi [An examination of social support level and stress coping strategies of students staying at home or in dormitory]. *Turkish Studies*. 2015;10(7):407-26. [Crossref]
- Erözkan A. Üniversite öğrencilerinin sınav kaygısı ve başa çıkma davranışları [University student's test anxiety and coping behaviours]. *Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Dergisi*. 2011;1(12):13-38. [Link]
- Kaçan Softa H, Karamemetoğlu G, Çabuk F. Lise son sınıf öğrencilerinin sınav kaygısı ve etkileyen faktörlerin incelenmesi [An analysis of the anxiety of exam observed in the senior high school students and the affecting factors]. *Kastamonu Eğitim Dergisi*. 2015;23(4):1481-96. [Link]
- Hahn H, Kropp P, Kirschstein T, Rucker G, Müller-Hilke B. Test anxiety in medical school is unrelated to academic performance but correlates with an effort/reward imbalance. *PLoS One*. 2017;12(2):e0171220. [Crossref] [PubMed] [PMC]
- Atlı Özbaş A, Sayın A, Çoşar B. Üniversite sınavına hazırlanan öğrencilerde sınav öncesi anksiyete düzeyi ile erken dönem uyumsuz şema ilişkilerinin incelenmesi [Investigation of the relationship between examination anxiety and early maladaptive schemas of students who are preparing for university examination] *Bilişsel Davranışçı Psikoterapi ve Araştırmalar Dergisi*. 2012;1(2):81-9. [Link]
- Erduran Tekin D. COVID-19 döneminde eğitime online olarak devam etmek zorunda kalan üniversite öğrencilerinin sınav kaygısının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Sosyal Bilimlerde COVID-19 Salgını: Dönemler ve Değişim Dinamikleri-2*. 1. Baskı. Ankara: Astana Yayınları; 2021. [Link]
- Oral Kara N, Akın G, Alp S. Üniversite öğrencilerinin gelecek kaygısı ile sınav kaygısı arasındaki ilişki üzerine bir araştırma [A study on the relationship between university students' hopelessness and test anxiety]. *SDÜ Sağlık Yönetimi Dergisi*. 2020;2(2):150-69. [Link]
- Sağkal Midilli T, Çevik K, Baysal E. Hemşirelik öğrencilerinin laboratuvar uygulamalarındaki bilgi ve becerileri ile sınav kaygısı ilişkisinin incelenmesi [Assessment of the relationship between test anxiety and the levels of knowledge and skills about laboratory practices for nursing students]. *SDU Journal of Health Science Institute*. 2017;8(1):43-54. [Crossref]
- Tsegay L, Shumet S, Damene W, Gebreegziabhier G, Ayano G. Prevalence and determinants of test anxiety among medical students in Addis Ababa Ethiopia. *BMC Med Educ*. 2019;19(1):423. [Crossref] [PubMed] [PMC]
- Sharif F, Dehbozorgi R, Mani A, Vossoughi M, Tavakoli P. The effect of guided reflection on test anxiety in nursing students. *Nurs Midwifery Stud*. 2013;2(3):16-20. [Crossref] [PubMed] [PMC]
- Suganya M, Arun B. Evaluation of exam anxiety among health science students. *Int J Res Rev*. 2019;6(9):359-63. [Link]
- Simran G, Sangeeta N, Lily W. Evaluation of examination anxiety status and its associated factors among first professional medical (MBBS) students. *IJIMS*. 2015;2(8):1-11. [Link]
- Tassadaq MM, Naseem M, Zafar M. Prevalence, causes and patterns of anxiety towards examinations and attitude towards coping: a study among medical students. *Turk Med Stud J*. 2016;3(3):79-82. [Link]
- Hamzah F, Mat KC, Bhagat V, Amaran S, Hassan H. Assessing test anxiety among the first year nursing students' of university Sultan Zainal Abidinb. *Res J Pharm Technol*. 2018;11(4):1448-51. [Crossref]
- Temel E, Bahar A, Çuhadar D. Öğrenci hemşirelerin stresle başetme tarzları ve depresyon düzeylerinin belirlenmesi [Determination of coping attitude with stress and depression level of nursing students]. *Fırat Sağlık Hizmetleri Dergisi*. 2007;2(5):107-18. [Link]

33. Güler Ö, Çınar S. Hemşirelik öğrencilerinin algıladıkları stresörler ve kullandıkları başetme yöntemlerinin belirlenmesi [Determining to the perceived stressors and the used coping strategies of the nursing department students]. Maltepe Üniversitesi Hemşirelik Bilim ve Sanatı Dergisi. 2010;Sem-pozyum Özel Sayısı:253-61. [\[Link\]](#)
34. Yılmaz M, Yaman Z, Erdoğan S. Öğrenci hemşirelerde stres yaratan durum-lar ve baş etme yöntemleri [Stressful situation in nursing students and the methods of coping with stres]. Mersin Univ Sağlık Bilim Derg. 2017;10(2):88-99. [\[Crossref\]](#)
35. Temizel EA, Dağ İ. Stres veren yaşam olayları, bilişsel duygu düzenleme stratejileri, depresif belirtiler ve kaygı düzeyi arasındaki ilişkiler [Relation-ships among stressful life events, cognitive emotion regulation strategies, depressive symptoms and anxiety levels]. Klinik Psikiyatri. 2014;17:7-17. [\[Link\]](#)