




## بررسی عادات مطالعه و ارتباط آن با عملکرد تحصیلی در دانشجویان علوم پزشکی قم در سال ۱۴۰۲

فائزه اکبری<sup>۱</sup>، فاطمه سادات ایزدخواه<sup>۲</sup>، سید حسن عادلی<sup>۳</sup>، ذبیح‌اله قارلی پور<sup>۱</sup>، محمد علی گل<sup>۱</sup>، سیامک محبی<sup>۱\*</sup>

۱. گروه آموزش بهداشت و ارتقاء سلامت، دانشکده بهداشت، دانشگاه علوم پزشکی قم، قم، ایران
۲. گروه آموزش بهداشت و ارتقاء سلامت، دانشکده بهداشت، دانشگاه علوم پزشکی ایران، تهران، ایران
۳. گروه بیماری‌های داخلی، دانشکده پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی قم، قم، ایران

\* نویسنده مسئول: Email: mohebisiamak@yahoo.com 

واژگان کلیدی	چکیده
<p>عادات مطالعه؛ عملکرد تحصیلی؛ دانشجو.</p>	<p>زمینه و هدف: عادات‌های مطالعه به مهارت‌ها و عادت‌هایی گفته می‌شود که باعث افزایش انگیزه مطالعه و یادگیری در دانشجو می‌گردد و مطالعه را به مطالعه‌ای با بازدهی بالا تبدیل می‌کند. عادت‌ها و مهارت‌های مطالعه قابل آموزش بوده و می‌توان آن‌ها را آموخت. این پژوهش با هدف بررسی عادات مطالعه و ارتباط آن با عملکرد دانشجویان علوم پزشکی قم انجام شد.</p> <p>روش‌شناسی: این مطالعه یک مطالعه توصیفی-تحلیلی از نوع مقطعی می‌باشد که بر روی ۳۳۵ نفر از دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی قم که با روش نمونه‌گیری چند مرحله‌ای انتخاب شدند، انجام شد. برای گردآوری داده‌ها از دو پرسشنامه دموگرافیک و پرسشنامه استاندارد عادت‌های مطالعه PSSHI استفاده گردید. ضریب پایایی پرسشنامه عادات مطالعه از طریق آزمون مجدد ۰.۸۸ و به روش دو نیمه کردن ۰.۶۵ می‌باشد. هم‌چنین در مطالعات گذشته اعتبار این پرسشنامه ۸۳ درصد بوده است. داده‌ها پس از جمع‌آوری با نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۳ از طریق شاخص‌های توصیفی و آزمون‌های آماری مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.</p> <p>یافته‌ها: میانگین و انحراف معیار نمره عادات مطالعه <math>43.5 \pm 11.99</math> ضریب همبستگی پیرسون بین نمره عادات مطالعه و معدل، همبستگی مستقیم معناداری نشان داد (<math>r=0.210, p&lt;0.001</math>). نتایج نشان داد که ۴۵.۱٪ دانشجویان در حیطه یادداشت‌برداری وضعیت نامطلوب داشتند. آزمون‌های آماری اختلاف معناداری را در میانگین نمره عادات مطالعه بر حسب جنس، وضعیت تأهل، وضعیت سکونت، مقطع تحصیلی و دانشکده محل تحصیل نشان نداد (<math>p&gt;0.05</math>). مطالعه نشان داد که عادات مطالعه در دانشجویانی که صرفاً شب امتحانی هستند، به‌طور معناداری پایین‌تر از سایر گروه‌ها بود (<math>p&lt;0.001</math>). هم‌چنین دانشجویان صبحگاهی به‌طور معناداری از دانشجویان عصرگاهی و شب‌گاهی عادات مطالعه کم‌تری داشتند (<math>p=0.019</math>).</p> <p>نتیجه‌گیری: نتایج نشان داد که میانگین نمره عادات مطالعه دانشجویان در وضعیت کم‌تر از متوسط قرار داشت و باتوجه به همبستگی مستقیم معنادار با عملکرد تحصیلی، اهمیت برنامه‌ریزی برای بهبود مطالعه دانشجویان در نتیجه آن بهبود عملکرد تحصیلی دانشجویان مشهود است.</p>
<p>تاریخ دریافت: ۱۴۰۳/۰۴/۲۹ تاریخ پذیرش: ۱۴۰۳/۰۸/۲۲ تاریخ انتشار: ۱۴۰۳/۱۰/۰۹</p>	

شیوه استناد به این مقاله:

Akbari F, Izadkhan FS, Adeli SH, Gharlipour Z, Aligol M, Mohebi S. Survey of Study Habits and its Relationship with Academic Performance in Medical Students of Qom Medical Sciences in 2023. *Rahavard Salamat Journal*. 2019; 5 (1): 260-269.

## مقدمه

نمود (۱۰، ۱۱). بسیاری از دانشجویان استعداد و توانایی لازم برای موفقیت را دارند، اما به دلیل نداشتن مهارت‌های لازم برای مطالعه، موفقیت آن‌ها کم‌تر از حد انتظار است (۱۲). فردی در مطالعه مؤثر موفق خواهد بود که هم نسبت به مطالب علاقه‌مند باشد و هم بتواند فنون و مهارت‌های مطالعه را به شکل ماهرانه‌ای به کار ببندد (۱۳).

عادات مطالعه شامل افکار یا رفتارهای نهان و آشکاری است که با موفقیت در یادگیری مرتبط هستند و می‌توانند از طریق مداخلات آموزشی تغییر یابند (۱۴). رویکردهای مطالعه به دو نوع سطحی و عمقی تقسیم می‌گردد. رویکردهای سطحی منجر به بازخوانی یا تکرار و مرور ذهنی شده که به دوام اطلاعات در حافظه کوتاه‌مدت کمک می‌کند. رویکردهای عمقی به تصویرسازی، بسط دادن و رمزگذاری مطلب اشاره دارد که منجر به ماندگاری اطلاعات در حافظه بلندمدت می‌گردد (۱۵، ۱۶).

فردوسی‌مقدم و چراغیان در مطالعه‌ای که بر روی عادات‌های مطالعه‌ای دانشجویان دانشکده پرستاری آبادان انجام دادند، به اهمیت مطالعه در عملکرد و پیشرفت تحصیلی افراد اشاره کردند و برنامه‌ریزی در جهت بهبود روش‌ها و عادات مطالعه دانشجویان و مداخلات در این زمینه را ضروری دانستند (۵). در مطالعات جیائو<sup>۱</sup> و ایگان<sup>۲</sup> که به بررسی مهارت‌های مطالعه در دانشجویان آمریکا و نیجریه پرداخته شده، بر اهمیت مهارت‌های مطالعه در پیشرفت و ارتقای تحصیلی دانشجویان تأکید شده است (۱۷، ۱۸). اکثر مطالعات انجام شده در این زمینه نظیر مطالعات کِرد<sup>۳</sup> (۱۹)، بولر<sup>۴</sup> (۲۰) و کوشان (۲۱) نشان داده‌اند که عادات مطالعه دانشجویان از نظر کیفیت در محدوده متوسط و یا نامطلوب قرار داشته و هم‌چنین بین عادات مطالعه و معدل و عملکرد دانشجویان ارتباط معناداری وجود دارد. بنابراین باتوجه به اهمیت موضوع و نیز فقدان اطلاعات لازم در دانشگاه علوم پزشکی قم، این مطالعه با هدف ارزیابی عادات مطالعه و ارتباط آن

عملکرد تحصیلی اصطلاحی است که برای توصیف درجه‌بندی دانشجویان و متعاقب یک امتحان مورد استفاده قرار می‌گیرد (۱) و به‌عنوان فرآیند پیچیده‌ای در نظر گرفته می‌شود که تحت تأثیر عواملی است که هم در ارتباط با نهاد آموزشی بوده و هم مربوط به فردیت دانشجو می‌شود (۲). از این عوامل می‌توان به بهره‌مندی از اساتید خوب، محیط آموزشی مناسب، استفاده از منابع با کیفیت و از همه مهم‌تر عادات‌های مناسب مطالعه اشاره کرد (۳).

مطالعه فرآیند پیچیده‌ای است و هدف آن علاوه بر انتقال داده‌ها، توانمندسازی افراد در زمینه دانش و بینش و تأمل بر روی مطالب خوانده شده نیز می‌باشد (۴). مطالعه را می‌توان خواندن هدفمند همراه با یادداشت‌برداری تعریف کرد که اغلب با خواندن، مشاهده کردن، سؤال کردن، گوش دادن، اندیشه و اظهار عقیده همراه است (۵). مطالعه یک فعالیت ساختاریافته منفرد نیست، بلکه مجموعه‌ای از استراتژی‌ها را شامل می‌شود که یک خواننده ماهر بر آن مسلط است و در موقعیت‌های مختلف از راهبردهای خاص آن بهره می‌برد (۶). همان‌گونه که خصوصیات و ویژگی‌های فردی در افراد مختلف متفاوت است، عادات و شیوه‌های مطالعه نیز متفاوت می‌باشد. اگر شیوه و عادت مطالعه یک فرد اشتباه باشد، چیزی به جز هدر رفتن انرژی و عدم موفقیت را شاهد نخواهیم بود (۷، ۸).

عادات مطالعه به مهارت‌ها و عادت‌هایی گفته می‌شود که باعث افزایش انگیزه مطالعه و یادگیری در دانشجو می‌شود و مطالعه را به مطالعه‌ای با بازدهی بالا تبدیل می‌کند و منجر به افزایش یادگیری می‌شود (۹). عادات مطالعه دانشجویان را می‌توان در حیطه‌هایی چون مدیریت زمان، وضعیت فیزیکی، توانایی خواندن، یادداشت‌برداری، انگیزه یادگیری، حافظه، برگزاری امتحانات و تندرستی بررسی

<sup>3</sup> Credé

<sup>4</sup> Boehler

<sup>1</sup> Jiao

<sup>2</sup> Igun

پرسشنامه ۸۳ درصد بوده است (۲۲). در نهایت داده‌ها توسط نرم‌افزار آماری SPSS نسخه ۲۳ توسط شاخص‌های توصیفی و از آزمون‌های تی مستقل، آنووا<sup>۳</sup>، آزمون دانکن<sup>۳</sup> و ضریب همبستگی اسپیرمن<sup>۴</sup> و ضریب همبستگی پیرسون<sup>۵</sup> تحلیل گردیدند. سطح معناداری آزمون‌ها در این مطالعه کمتر از ۰.۰۵ در نظر گرفته شد.

#### یافته‌ها

میانگین و انحراف معیار سن نمونه‌ها ۲۱.۴۱±۲.۵۸ سال با حداقل و حداکثر سن ۱۸ و ۳۴ سال بود. میانگین و انحراف معیار معدل دانشجویان ۱۶.۷۱±۱.۳۸ نمره با حداقل ۱۲.۵۰ و حداکثر ۱۹.۷۰ نمره بود. جدول ۱ سایر مشخصات دموگرافیک نمونه‌ها را ارائه داده است.

جدول ۱- توزیع فراوانی مشخصات دموگرافیک نمونه‌های مورد بررسی

مشخصات دموگرافیک	فراوانی (درصد)
جنس	زن (۷۰.۷) ۲۳۷
	مرد (۲۹.۳) ۹۸
وضعیت تأهل	مجرد (۸۱.۵) ۲۷۳
	متاهل (۱۸.۵) ۶۲
وضعیت سکونت	بومی (۵۸.۵) ۱۹۶
	غیربومی (۴۱.۵) ۱۳۹
مقطع تحصیلی	کاردانی (۳.۲) ۱۱
	کارشناسی (۶۶) ۲۲۱
	کارشناسی ارشد و دکترا (۳۰.۷) ۱۰۳
دانشکده	بهداشت (۲۴.۵) ۸۲
	پزشکی (۲۲.۷) ۷۶
	دندانپزشکی (۷.۸) ۲۶
	پیراپزشکی (۲۹.۳) ۹۸
	پرستاری و مامایی (۱۵.۸) ۵۳
سابقه مشروطی	بلی (۴.۵) ۱۵
	خیر (۹۵.۵) ۳۲۰

با عملکرد تحصیلی، بر روی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی قم انجام شده است.

#### روش‌شناسی

مطالعه حاضر، یک مطالعه توصیفی-تحلیلی از نوع مقطعی است. جامعه آماری آن ۳۳۵ نفر از دانشجویان شاغل به تحصیل در رشته‌های پزشکی، پیراپزشکی، پرستاری و مامایی و دندانپزشکی دانشگاه علوم پزشکی قم در نیم‌سال اول ۹۸-۱۳۹۷ که یک ترم را گذرانده بودند. برای نمونه‌گیری از روش چند مرحله‌ای استفاده شد و دانشجویان انتخاب گردیدند. برای گردآوری داده‌ها از پرسشنامه دموگرافیک و پرسشنامه استاندارد عادات مطالعه PSSHI<sup>۱</sup> استفاده گردید. پرسشنامه استاندارد PSSHI دارای ۴۵ سؤال در ۸ حوزه شامل تقسیم‌بندی زمان، شرایط فیزیکی مطالعه، توانایی خواندن، یادداشت‌برداری، انگیزش یادگیری، حافظه، امتحانات و سلامتی است. معیار سنجش پاسخ‌ها به شکل لیکرت ۵ درجه‌ای به صورت «همیشه»، «بیشتر اوقات»، «بعضی اوقات»، «به ندرت» و «هرگز» بوده است که برای پاسخ «همیشه» یا «بیشتر اوقات» نمره ۲، «بعضی اوقات» نمره ۱ و «به ندرت» یا «هرگز» نمره صفر داده شد. حداکثر نمره در همه حوزه‌ها ۹۰ و نمره بالاتر نیز نشان‌دهنده عادت‌های خوب مطالعه است. حداکثر نمره در هر کدام از حوزه‌ها عبارتند از تقسیم‌بندی زمان ۱۰، وضعیت فیزیکی ۱۲، توانایی خواندن ۱۶، یادداشت‌برداری ۶، انگیزش یادگیری ۱۲، حافظه ۸، امتحانات ۱۸ و تندرستی ۶ است. نمره بالا در هر یک از حوزه‌ها، نشان‌دهنده وضعیت مطلوب فرد در آن حوزه می‌باشد. نمره کمتر از ۳۰، عادت مطالعه نامطلوب نمره ۳۰-۶۰ عادت مطالعه متوسط و نمره ۶۰ و بالاتر، عادت مطالعه مطلوب تلقی می‌گردد. ضریب پایایی نیز از طریق آزمون مجدد ۰.۸۸ و به روش دو نیمه کردن ۰.۶۵ است. همچنین در مطالعات گذشته اعتبار این

<sup>3</sup> Duncan Test

<sup>4</sup> Spearman Correlation Coefficient

<sup>5</sup> Pearson Correlation Coefficient

<sup>1</sup> Palsane and Sharma Study Habit Inventory Questionnaire

<sup>2</sup> ANOVA

برای یادگیری گزارش نکردند. ۳.۶٪ (۱۲ نفر) کتاب، ۳۸.۲٪ (۱۲۸ نفر) جزوه و ۵۸.۲٪ (۱۹۵ نفر) هم کتاب و جزوه را برای مطالعه منابع درسی انتخاب می‌کردند. ۶۷.۸٪ (۲۲۷ نفر)، گزارش کردند که در مطالعه خود صرفاً به مطالب ارائه‌شده توسط استاد بسنده می‌کنند و تنها ۳۲.۲٪ (۱۰۸ نفر) مطالعه فراتر از مطالب ارائه شده توسط استاد را گزارش نمودند. میانگین و انحراف معیار نمره عادات مطالعه ۱۱.۹۹±۳.۰۵ بود که در جدول ۲ سایر مشخصات عادات مطالعه ارائه شده است.

میانگین و انحراف معیار ساعات خواب دانشجویان در طول شبانه‌روز ۷.۴۸±۱.۷۸ ساعت بود. ۲۸.۱٪ (۹۴ نفر) گزارش کردند که فعالیت غیردرسی در طول ترم تحصیلی نداشته‌اند. ۲۰٪ (۶۷ نفر) گزارش کردند برای امتحان مهم‌ترین و بیش‌ترین مطالعه را در طول ترم، ۴۸.۷٪ (۱۶۳ نفر) در زمان فرجه‌های امتحانی و ۳۱.۳٪ (۱۰۵ نفر) در شب امتحان داشته‌اند. ۹٪ (۳۰ نفر) صبح، ۹.۳٪ (۳۱ نفر) عصر و ۲۴.۲٪ (۸۱ نفر) شب را بهترین زمان مطالعه می‌دانستند و ۵۷.۶٪ (۱۹۳ نفر) تفاوتی در زمان مطالعه

جدول ۲- مشخصات توصیفی عادات مطالعه و حیطه‌های آن در نمونه‌های مورد بررسی

متغیر	میانگین و انحراف معیار	حداقل	حداکثر	نمره قابل اکتساب	وضعیت عادات مطالعه	
					نامطلوب	متوسط
تقسیم‌بندی زمان	۲۱.۲۳±۴.۹۰	۰	۱۰	۱۰	۱۵۲ (۴۵.۴)	۱۱۵ (۳۴.۳)
وضعیت فیزیکی	۲.۱۴±۵.۰۱	۰	۱۲	۱۲	۱۶۹ (۵۰.۵)	۱۲۷ (۳۷.۹)
توانایی خواندن	۲۸۳±۶۶۳	۰	۱۶	۱۶	۵۱ (۱۵.۲)	۶۳ (۱۸.۸)
یادداشت‌برداری	۱.۴۰±۳.۴۵	۰	۶	۶	۱۵۱ (۴۵.۱)	۵۰ (۱۴.۹)
انگیزش یادگیری	۱.۷۸±۶.۴۱	۰	۱۱	۱۲	۲۱ (۶.۳)	۱۷۹ (۵۳.۴)
حافظه	۱.۵۲±۴.۱۳	۰	۸	۸	۳۶ (۱۰.۷)	۹۶ (۲۸.۷)
امتحانات	۳.۹۵±۱۰.۱۵	۰	۱۷	۱۸	۴۰ (۱۱.۹)	۴۸ (۱۴.۳)
تندرستی	۱.۵۰±۲.۷۹	۰	۶	۶	۵۵ (۱۶.۴)	۱۱۷ (۳۴.۹)
کل	۱۱.۹۹±۳.۰۵	۰	۸۶	۹۰	۷۰ (۲۰.۹)	۴۵ (۱۳.۴)

ندادند ( $p > 0.05$ ). اما میانگین نمره عادات مطالعه بر حسب سابقه مشروطی اختلاف معنادار داشت ( $p = 0.009$ ) (جدول ۳).

آزمون‌های آماری اختلاف معناداری را در میانگین نمره عادات مطالعه بر حسب جنس، وضعیت تأهل، وضعیت سکونت، مقطع تحصیلی، دانشکده محل تحصیل نشان

جدول ۳- مقایسه میانگین و انحراف معیار نمره عادات مطالعه بر حسب مشخصات دموگرافیک

متغیر	جنسیت	میانگین و انحراف معیار	P
جنس	مرد	۱۳.۰۹±۴۳.۰۶	۰.۶۶۲
	زن	۱۱.۵۲±۴۳.۶۹	
وضعیت تأهل	مجرد	۴۳.۳۳±۱۲.۰۶	۰.۳۶۴
	متاهل	۴۴.۷۵±۱۱.۶۳	
وضعیت سکونت	بومی	۴۲.۷۵±۱۱.۸۹	۰.۱۷
	غیر بومی	۴۴.۵۷±۱۲.۰۹	
	کاردانی	۲۰.۶۱±۴۳.۶۳	۰.۶۹۳

متغیر	جنسیت	میانگین و انحراف معیار	P
مقطع تحصیلی	کارشناسی	۱۲.۱۴±۴۳.۱۱	
	کارشناسی ارشد و دکترا	۱۰.۴۹±۴۴.۳۳	
دانشکده	بهداشت	۹.۱۶±۴۳.۲۸	۰.۲۶۶
	پزشکی	۱۰.۵۹±۴۳.۰۸	
	دندانپزشکی	۹.۸۷±۴۶.۵۰	
	پیراپزشکی	۱۴.۸۱±۴۴.۲۵	
	پرستاری و مامایی	۱۲.۶۷±۴۰.۵۸	
سابقه مشروطی	بلی	۱۴.۱۷±۳۸.۷۵	۰.۰۰۹
	خیر	۱۰.۸۳±۴۷.۳۵	

میانگین و انحراف معیار نمره کلی عادات مطالعه بر حسب مناسب‌ترین زمان آمادگی برای امتحان در طول ترم ۴۷.۲۱±۱۱.۶۲ نمره، در زمان فرجه ۴۴.۶۵±۱۰.۹۳ نمره و در شب امتحان ۳۱.۹۱±۱۱.۰۰ نمره بود که آزمون آنووا در این خصوص اختلاف معناداری نشان داد ( $p < 0.001$ ). آزمون دانکن نشان داد که عادات مطالعه در دانشجویانی که صرفاً شب امتحانی هستند، به‌طور معناداری از سایر دو گروه دیگر پایین‌تر بود.

میانگین و انحراف معیار نمره کلی عادات مطالعه بر حسب مناسب‌ترین زمان آمادگی برای امتحان در طول ترم ۴۷.۲۱±۱۱.۶۲ نمره، در زمان فرجه ۴۴.۶۵±۱۰.۹۳ نمره و در شب امتحان ۳۱.۹۱±۱۱.۰۰ نمره بود که آزمون آنووا در این خصوص اختلاف معناداری نشان داد ( $p < 0.001$ ). آزمون دانکن نشان داد که عادات مطالعه در دانشجویانی که صرفاً شب امتحانی هستند، به‌طور معناداری از سایر دو گروه دیگر پایین‌تر بود. هم‌چنین بین نمره عادات مطالعه برحسب زمان ترجیح مطالعه از لحاظ آماری تفاوت داشت ( $p = 0.019$ ). میانگین و انحراف معیار نمره عادات مطالعه در دانشجویان صبحگاهی ۳۷.۸۰±۱۲.۵۱ نمره، در دانشجویان عصرگاهی

ضریب همبستگی اسپیرمن بین ترم تحصیلی و نمره کلی عادات مطالعه همبستگی مستقیم معناداری نشان داد ( $r = 0.112, p = 0.021$ ). ضریب همبستگی پیرسون بین سن و نمره عادات مطالعه همبستگی معناداری نشان نداد ( $r = 0.094, p = 0.081$ ). ضریب همبستگی پیرسون بین نمره عادات مطالعه و معدل همبستگی مستقیم معناداری نشان داد ( $r = 0.210, p < 0.001$ ) (جدول ۴).

جدول ۴- ماتریس همبستگی بین معدل با حیطه‌های عادات مطالعه

متغیر	تقسیم‌بندی زمان	وضعیت فیزیکی	توانایی خواندن	یادداشت‌برداری	انگیزش یادگیری	حافظه	امتحانات	تندرستی	نمره کل
r	۰.۱۷۷	۰.۱۳۲	۰.۲۶۷	۰.۳۳۸	۰.۲۰۲	۰.۱۳۴	۰.۱۹۴	۰.۰۸۶	۰.۲۱۰
P	۰.۰۰۲	۰.۰۲۴	<۰.۰۰۱	۰.۰۱۸	۰.۰۳۳	۰.۰۲۱	۰.۰۱۹	۰.۰۳۹	<۰.۰۰۱

### بحث و نتیجه‌گیری

مطالعه حاضر نشان داد که نمره عادات مطالعه حدوداً ۸۶ درصد دانشجویان در محدوده متوسط و نامطلوب قرار داشته و فقط ۱۳.۸ درصد مطلوب بودند که با اکثر مطالعات داخل کشور چون مطالعه ترشیزی (۱۲)، کوشان (۲۱)،

اباذری (۸) هم‌خوانی داشت. نتایج این مطالعه در کنار مطالعات دیگر نشان می‌دهد هم‌چنان وضعیت عادات مطالعه در بین دانشجویان مطلوب نیست و ضعف عمومی در بین دانشجویان در این خصوص وجود دارد و این موضوع قطعاً در موفقیت‌های آموزشی دانشجویان آثار سوء دارد.

دانشجویان در سال‌های بالاتر در زمینه امتحانات و نحوه درس خواندن پس از چند نیم‌سال تحصیلی، روش‌هایی را برای مطالعه موفق‌تر کشف و در زمینه مطالعه، با دقت بیش‌تری عمل می‌کنند.

این مطالعه، نمره عادات مطالعه را در افراد مجرد و متأهل متفاوت نشان نداد. مطالعاتی که در دزفول (۲۶) و آبادان (۵) انجام شده هم نشان دادند که عادات مطالعه با وضعیت تأهل ارتباط معنادار ندارد. مطالعه حاضر نشان داد بین نمره عادات مطالعه با وضعیت سکونت ارتباطی وجود نداشت و دانشجویان بومی و غیربومی وضعیت مشابهی در خصوص عادات مطالعه داشتند و هر دو گروه در حد متوسط و کم‌تر از آن بودند.

میانگین عادات مطالعه بر حسب سابقه مشروطی متفاوت بود، به‌طوری‌که دانشجویان دارای سابقه مشروطی از میانگین نمره عادات مطالعه کم‌تری برخوردار بودند. مطالعه محمدی (۲۷) هم‌راستا با این مطالعه نشان داد که دانشجویان مشروطی در اکثر حوزه‌های عادات مطالعه عملکرد ضعیفی داشتند. لذا توجه بیشتر به دانشجویان مشروطی و مشاوره‌های فردی برای یافتن دلیل اصلی افت عملکرد و مهارت‌های مطالعه‌ای آنان و مهارت‌افزایی بیشتر برای این دانشجویان از اقدامات مؤثر در خصوص ارتقاء سطح عادات مطالعه است.

نتایج نشان داد که دانشجویان صبحگاهی به‌طور معناداری عادات مطالعه کم‌تری داشتند و دانشجویان شب‌گاهی نمره بهتری در عادات مطالعه کسب کردند. این نتیجه مشابه نتایج مطالعه زارع‌زاده است (۲۸). نتایج حاکی از آن بود که عادات مطالعه در دانشجویانی که صرفاً شب امتحانی هستند، به‌طور معناداری از سایر دو گروه دیگر که در طول ترم و زمان فرجه آمادگی پیدا می‌کردند، پایین‌تر بود. نتایج مطالعات دیدارلو (۴) و فریدونی‌مقدم (۵) هم‌راستا با این مطالعه بودند و دانشجویانی که در طول ترم برای امتحان

نتایج این مطالعه نشان داد که حدود ۸۵ درصد دانشجویان در حیطه یادداشت‌برداری وضعیت نامطلوب و متوسط داشتند و فقط ۱۴.۹ درصد در وضعیت مطلوب بودند که با مطالعه فریدونی‌مقدم (۵) هم‌راستا بود. مطالعه باباتانده<sup>۱</sup> (۲۳) هم بین عادات مطالعه و یادداشت‌برداری ارتباط معناداری نشان داد. مهارت یادداشت‌برداری هم در زمان تدریس استاد و نکته‌برداری از نکات مهم و کلیدی مطرح است و هم در زمان مطالعه و آمادگی برای امتحان مهم است و دانشجویانی که یادداشت‌برداری می‌کنند، در زمینه عملکرد تحصیلی موفق‌ترند؛ چرا که مطالب را بهتر و عمیق‌تر فرا می‌گیرند. در مقابل، اکثر دانشجویان از نظر انگیزش یادگیری در وضعیت مطلوب قرار داشتند که مشابه با نتایج حاصل از مطالعه هاشمیان (۱۱) و کوشان (۲۱) بود.

نمره عادات مطالعه بر حسب جنس، اختلاف معناداری را نشان نداد. مطالعه هاشمیان (۱۱) و حسینی (۹) نیز ارتباط معناداری بین عادات مطالعه و جنس نشان ندادند، اما در مطالعه‌ای در بیرجند (۱۲) نتایج نشان داد که یادداشت‌برداری دختران بهتر می‌باشند. در مقابل در مطالعه‌ای در سبزوار، پسران در زمینه یادگیری به مراتب بهتر از دختران بودند ولی دختران از نظر انگیزش قوی‌تر عمل می‌کردند (۲۱). ممکن است تفاوت‌های فرهنگی که در برخی از شهرها وجود دارد بر اعتماد به نفس و یا تسهیل شرایط تحصیل و یادگیری در این موضوع دخیل باشد. پژوهش، نمره عادات مطالعه بر حسب سن، مقطع تحصیلی و دانشکده محل تحصیل را متفاوت نشان نداد. مطالعات فریدونی‌مقدم (۵) و راداد (۲۴) هم‌راستا با این مطالعه بودند. در مطالعاتی در اهواز (۲۵) و سبزوار (۲۱) نشان دادند که بین سن، رشته تحصیلی و مقطع تحصیلی و عادات مطالعه ارتباط معناداری وجود دارد. مطالعه مدملی (۲۶) نشان داد که بین سال تحصیلی ورود به دانشگاه و نمره کل عادات مطالعه رابطه معنادار وجود دارد. محتمل است

<sup>1</sup> Babatunde

از محدودیت‌های مطالعه می‌توان به عدم تمرکز و توجه به تفاوت تعداد دختران و پسران در برخی رشته‌ها، تفاوت وضعیت تأهل، تفاوت اساتید یک واحد درسی در دانشکده‌ها و رشته‌های مختلف و متفاوت بودن تعداد دانشجویان بومی یا غیربومی در هر نیم‌سال و ورودی اشاره کرد.

نتایج مطالعه نشان داد نمره عادات مطالعه اکثر دانشجویان در محدوده نامطلوب و متوسط قرار داشت. همچنین تأثیر معنادار عادات مطالعه بر عملکرد تحصیلی از نتایج مهم این مطالعه بود. پیشنهاد می‌گردد در بدو ورود دانشجویان به دانشگاه، برنامه‌های آموزشی جهت ارتقاء مهارت‌ها و عادات مطالعه صحیح و یادداشت‌برداری برای دانشجویان برگزار شود.

### تشکر و قدردانی

تیم تحقیق بر خود لازم می‌دانند ضمن تشکر از مسئولین محترم دانشکده‌ها از کلیه دانشجویان شرکت‌کننده در مطالعه قدردانی نمایند.

### فهرست منابع

1. Afolayan JA, Donald B, Onasoga O, Babafemi A A, Juan A A. Relationship between Anxiety and Academic Performance of Nursing Students, Niger Delta University, Bayelsa State, Nigeria. *Advance in Applied Science Research*. 2013; 4 (5): 25-33.
2. Azari SH, Baradaran HR, Fata L. Causes of Academic Failure of Medical and Medical Sciences Students in Iran: a systematic review. *Medical journal of the Islamic Republic of Iran*. 2015; 29: 302.
3. Rana SA. Comparison of Study Habits and Academic Performance of. *Pakistan Journal of Social and Clinical Psychology*. 2011; 9: 21-26.
4. Didarloo A, Khalkhali HR. Assessing Study Skills Among a Sample of University Students: an Iranian survey. *Journal of*

آماده می‌شدند، نسبت به دانشجویان شب امتحانی عادات مطالعه بهتری داشتند. می‌توان نتیجه گرفت که در شب امتحان به دلیل اضطراب و خستگی، یادگیری و بازدهی کاهش می‌یابد. در صورتی که یادگیری باید یک فرآیند مستمر و مداوم همراه با ارزشیابی باشد و مطالب عمیق آموخته شوند و در طول ترم باید اتفاق بیافتد و شب امتحان این فرصت را در اختیار دانشجویان نمی‌گذارد.

مطالعه حاضر همبستگی مستقیم معناداری بین معدل و عادات مطالعه نشان داد که با مطالعات خورشید و همکاران (۱۰)، بولر و همکاران (۲۰) هم‌راستا بود. در مطالعه آلوجا<sup>۱</sup> و همکاران (۲۹) نمره عادات مطالعه مهم‌ترین متغیر پیشگویی‌کننده عملکرد تحصیلی بود. شاید به این دلیل که در هنگام مطالعه با استفاده از مهارت‌های مختلف چون مدیریت زمان، یادداشت‌برداری، انگیزش و ... یک‌سری از مطالب به‌خاطر سپرده و یاد گرفته می‌شود و این‌که این یادگیری در چه مرحله‌ای باشد (عمیق یا سطحی) می‌تواند در زمان امتحانات و در به یادآوری مطالب بسیار مؤثر باشد.

*Educational Evaluation for Health Professions*. 2014; 11. Doi: 10.3352/jeehp.2014.11.8.

5. Fereidouni Moghadam M, Cheraghian B. Study Habits and their Relationship with Academic Performance among Students of Abadan School of Nursing. *Strides in Development of Medical Education*. 2009; 6 (1): 21-28.
6. Naderi F, Shabani A, Abedi MR. Examining the Study Behavior of Isfahan University Graduate Students within a Digital Environment based on Demographic Factors. *Journal of Academic Librarianship and Information Research*. 2010; 44 (1): 51-72. [In Persian].
7. Nourian AA, Mousavinasab N, Fahri A, Mohammadzadeh A. Medical Students' Study Skills and Habits in Zanjan University of Medical Sciences. *Iranian Journal of*

<sup>1</sup> Aluja

- Medical Education*. 2006; 6 (1): 101-107. [In Persian].
8. Abazari, Z, Rigi, T. Study Habits and Skills of Students in Zahedan University of Medical Sciences, Iran. *Health Information Management*. 2012; 9 (6): 848-861. [In Persian].
  9. Hosseini SMH, Ahmadiéh MH, Abbasi Shavazi M, Eslami Farsani Sh. Study Skills in Bachelor Students in the School of Public Health, Yazd. *Strides in Development of Medical Education*. 2009; 5 (2): 88-93. [In Persian].
  10. Khurshid D, Tanveer A, Qasmi F. Relationship Between Study Habits and Academic Achievement among Hostel Living and Day Scholars' University Students. *British Journal of Humanities and Social Sciences*. 2012; 3 (2): 34-42.
  11. Hashemian M, Hashemian A. Investigating study Habits of Library and Information Sciences Students of Isfahan University and Isfahan University of Medical Sciences. *Iranian Journal of Medical Education*. 2014; 14 (9): 751-757. [In Persian].
  12. Torshizi M, Varasteh S, Poor Rezaei Z, Fasihi R. Study Habits in Students of Birjand University of Medical Sciences. *Iranian Journal of Medical Education*. 2013; 12 (11): 866-876. [In Persian].
  13. Mahamod Z, Embi MA, Yunus MM, Lubis MA, Chong OS. Comparative Learning Styles of Malay Language among Native and Non-Native Students. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*. 2010; 9: 1042-1047.
  14. Khadivzadeh T, Seif A A, Valayi N. The Relationship of Students' Study Strategies with their Personal Characteristics and Academic Background. *Iranian Journal of Medical Education*. 2004; 4 (2): 53-61. [In Persian].
  15. Shahidi F, Dowlatkah HR, Avand A, Musavi SR, Mohammadi E. A Study on the Quality of Study Skills of Newly-Admitted Students of Fasa University of Medical Sciences. *Journal of Advances in Medical Education & Professionalism*. 2014; 2 (1): 45-50.
  16. Saif AA, Fathabadi J. Different Approaches to Lesson Study and the Relationship of Study Skills with Academic Achievement, Gender and Educational Experience of University Students. *Daneshvar Raftar*. 2009; 15 (33). 29-40.
  17. Jiao QG, Onwuegbuzie AJ. Library Anxiety and Characteristic Strengths and Weaknesses of Graduate Students Study Habits. *Library Review*. 2001; 50 (2): 73-80.
  18. Igun SE, Adogbeji OB. Study Habits of Postgraduate Students in Selected Nigerian Universities. *Library Philosophy and Practice*. 2007; 9 (2): 1-5.
  19. Credé, M, Kuncel, NR. Study Habits, Skills, and Attitudes: the third pillar supporting collegiate academic performance. *Perspectives on Psychological Science*. 2008; 3 (6): 425-453. doi: 10.1111/j.1745-6924.2008.00089.
  20. Boehler ML, Schwind CJ, Folsé R, Dunnington G, Markwell S, Dutta S. An Evaluation of Study Habits of Third-Year Medical Students in a Surgical Clerkship. *The American Journal of Surgery*. 2001 1; 181 (3): 268-271. doi: 10.1016/s0002-9610(01)00569-4.
  21. Koushan M, Heydari A. Study Habits in Students of Sabzevar School of Medical Sciences. *Journal of Sabzevar University of Medical Sciences*. 2007; 13 (4): 185-189. [In Persian].
  22. Bailey P, Derbyshire J, Harding A, Middleton A, Rayson K, Syson L. Assessing the Impact of a Study Skills Programme on the Academic Development of Nursing Diploma Students at Northumbria University, UK. *Health Information & Libraries Journal*. 2007; 24: 77-85. doi: 10.1111/j.1471-1842.2007.00741.x.
  23. Muraina MB, Nyorere I, Emaná IE, Muraina KO. Impact of Note Taking and Study Habit on Academic Performance Among Selected Secondary School Students in Ibadan, Oyo State, Nigeria. *International Journal of*


- Education and Research*. 2014; 2 (6): 437-448.
24. Radad I, Masoudi M. Leisure Reading Habits of High School Students in Mashhad and its Affecting Factors. *The Quarterly Journal of Iran Public Libraries Foundation*. 2013; 19 (3): 387-407. [In Persian].
25. Bavi E, Asilzadeh L, Haghighi S. A survey on Students Study Habits in Nursing and Midwifery Faculty of Ahvaz Jundishapur University of Medical Sciences in 2012. *Jentashapir Journal of Cellular and Molecular Biology*. 2014; 5 (2): 45-51.
26. Madmoli Y, Aslani A, Ahmadi Y, Mousavi M, Mashalchi H, Niksefat M, et al. Study Habits and Related Factors in Students of Nursing and Midwifery College of Dezful University of Medical Sciences in 2015. *Iranian Journal of Nursing Research*. 2017; 12 (5): 27-34. doi: 10.21859/ijnr-12055. [In Persian].
27. Mohammadi MM, Poursaberi R, Omidvar Borna MH. Students' Study Habits and its Association with Demographic Characteristics at Kermanshah University of Medical Sciences in 2015. *Journal of Judishapur Educational Development*. 2017; 8 (1): 20-29. [In Persian].
28. Zarezadeh Y, Rasolabadi M. Students' Study Skills and Habits and Some Related Factors in Kurdistan University of Medical Sciences. *Journal of Medical Education Development*. 2015; 8 (17): 29-37. doi: 20.1001.1.22519521.1394.8.17.12.4. [In Persian].
29. Aluja A, Blanch A. Socialized Personality, Scholastic Aptitudes, Study Habits, and Academic Achievement: exploring the link. *European Journal of Psychological Assessment*. 2004; 20 (3): 157-165. doi: 10.1027/1015-5759.20.3.157.



## Survey of Study Habits and Its Relationship with Academic Performance in Medical Students of Qom Medical Sciences in 2023

Faezeh Akbari <sup>1</sup>, Fatemeh Sadat Izadkhah <sup>2</sup>, Seyed Hasan Adeli <sup>3</sup>, Zabihollah Gharilipour <sup>1</sup>,  
Mohammad Aligol <sup>1</sup>, Siamak Mohebi <sup>1\*</sup>

1. Department of Health Education & Health Promotion, School of Health, Qom University of Medical Sciences, Qom, Iran
2. Department of Health Education & Health Promotion, School of Health, Iran University of Medical Sciences, Tehran, Iran
3. Department of Internal Diseases, School of Medicine, Qom University of Medical Sciences, Qom, Iran

 \*Corresponding Author: Siamak Mohebi, Email: mohebisiamak@yahoo.com

### Keywords

Study Habits;  
Academic Performance;  
Students.

Received: 19 Jul 2024  
Accepted: 12 Nov 2024  
Published: 29 Dec 2024

### Abstract

**Background & Objectives:** Study habits are called skills and habits that increase the student's learning and learning motivation and turn the study into a high-performance study. Study habits and skills can be trained and can be learned. The purpose of this study was to investigate the study habits and its relation with the performance of students of medical sciences in Qom.

**Materials & Methods:** This study is a cross-sectional descriptive-analytic study that was conducted on 335 students of Qom University of Medical Sciences who were selected by multi-stage sampling method. To collect data, two questionnaires, demographic and PSSHI (standard study habits questionnaire) were used. Data were analyzed by SPSS software version 23 using descriptive statistics and statistical tests.

**Results:** The mean and standard deviation of the study habits were  $43.05 \pm 11.99$ . Pearson correlation coefficient was significantly correlated between reading habits and mean score ( $P < 0.001$ ,  $r = 0.20$ ). The results showed that 45.1% of students had an unfavorable role in taking notes. Statistical tests did not show a significant difference in the mean scores of study habits by sex, marital status, residency status, educational level, college of education ( $P > 0.05$ ). The study showed that the study habits in students who study only the night of the exam were significantly lower than other groups ( $P < 0.001$ ). Students who study in the morning significantly lower reading habits of students who were studying in the evening and at night ( $P = 0.019$ ).

**Conclusion:** The results of this study showed that the mean score of students' study habits was less than average. Considering the direct correlation with academic performance, the importance of planning to improve the study of students and, consequently, improving the performance of students seems necessary.

### Cite as:

Akbari F, Izadkhah FS, Adeli SH, Gharilipour Z, Aligol M, Mohebi S. Survey of Study Habits and its Relationship with Academic Performance in Medical Students of Qom Medical Sciences in 2023. *Rahavard Sehat Journal*. 2019; 5 (1): 260-269.