

स्नातक प्रथम सेमेस्टर के विद्यार्थियों में परीक्षा चिंता स्तर का अध्ययन।

डॉ नितिन बाजपेयी¹ सैयद अब्दुल वाहिद शाह²

¹सहायक प्रोफेसर, बी०एड० महाराणा प्रताप राजकीय स्नातकोत्तर महाविद्यालय, हरदोई, उत्तर प्रदेश, भारत।

²सहायक प्रोफेसर बी०एड० महाराणा प्रताप राजकीय स्नातकोत्तर महाविद्यालय, हरदोई, उत्तर प्रदेश, भारत।

सारांश

प्रस्तुत अध्ययन में स्नातक प्रथम सेमेस्टर के विद्यार्थियों में परीक्षा चिंता स्तर का अध्ययन करने के उद्देश्य से हरदोई जिले के महाराणा प्रताप राजकीय स्नातकोत्तर महाविद्यालय के विज्ञान व वाणिज्य संकाय के 120 विद्यार्थियों (60 छात्र व 60 छात्राओं) का चयन कर परीक्षा चिंता मापनी को प्रशासित किया गया और परिणाम में पाया गया कि 47.5 प्रतिशत विद्यार्थी (अधिकांश विद्यार्थी) औसत, 25 प्रतिशत विद्यार्थी उच्च तथा 27 प्रतिशत विद्यार्थी निम्न परीक्षा चिंता स्तर रखते हैं। हालांकि छात्र व छात्राओं में परीक्षा चिंता स्तर के प्राप्तांकों में छात्राओं का परीक्षा चिंता स्तर अधिक पाया गया किंतु जब छात्र-छात्राओं की परीक्षा चिंता की तुलना के उद्देश्य से टी परीक्षण लगाया गया तो .05 सार्थकता स्तर पर दोनों के परीक्षा चिंता स्तर पर कोई सार्थक अन्तर नहीं पाया गया इसी प्रकार के परिणाम संकाय के आधार पर भी देखने को मिले जहाँ विज्ञान संकाय के छात्रों का परीक्षा चिंता स्तर वाणिज्य संकाय के छात्रों से उच्च पाया गया किन्तु जब परीक्षण द्वारा सार्थक अन्तर देखा गया तो .05 सार्थकता स्तर पर भी वाणिज्य और विज्ञान संकाय के विद्यार्थियों के परीक्षा चिंता स्तर में कोई सार्थक अन्तर नहीं पाया गया। इस प्रकार आंकड़ों के विश्लेषण के आधार पर कह सकते हैं कि विद्यार्थियों में ऐसे विद्यार्थी भी हैं जो उच्च परीक्षा चिंता स्तर रखते हैं। इसके साथ ही लिंग के आधार पर उनके परीक्षा चिंता स्तर में कोई सार्थक अन्तर नहीं है तथा संकाय के आधार पर भी उनके परीक्षा चिंता स्तर में कोई सार्थक अन्तर नहीं है।

मुख्य शब्द—स्नातक स्तर, सेमेस्टर परीक्षा, परीक्षा चिंता स्तर, परीक्षा व्यवस्था।

प्रस्तावना—

शिक्षा मानव विकास की सबसे महत्वपूर्ण प्रक्रिया है जिनकी सहायता से मानव विकास के सोपानों से गुजरते हुये सीखता है उसने कहाँ तक सीखा इसकी जाँच परीक्षा द्वारा की जाती है। परीक्षा के कई रूप है यह वह माध्यम है जो यह बताती है कि किसी व्यक्ति ने सीखने में कितनी सफलता प्राप्त की। चिंता एक मनोवैज्ञानिक स्थिति है, जिसकी कुछ मात्रा तो शारीरिक व मानसिक रूप से व्यक्ति को किसी भी विषय पर कार्य व व्यवहार के लिए सतर्क करती है परन्तु चिंता स्तर की अधिक मात्रा व्यक्ति पर नकारात्मक प्रभाव उत्पन्न करती है जो तनाव, दबाव, द्वन्द, के रूप में सामने आता है। जिससे व्यक्ति का कार्य व्यवहार व प्रदर्शन प्रभावित होता है। चिंता जब परीक्षा से सम्बन्धित होती है तो उसे परीक्षा चिंता कहते हैं यह परीक्षा के परिणाम से उत्पन्न भय, बैचेनी, तनाव व असफलता के डर के परिणाम स्वरूप उत्पन्न होती है। यह एक मनोवैज्ञानिक दशा है, जिससे व्यक्ति में परीक्षा अवधि के दौरान नकारात्मक लक्षण उत्पन्न होते हैं जो शारीरिक, मानसिक, संवेगात्मक व सामाजिक आदि होते हैं इनका कुप्रभाव इतना गम्भीर होता है कि कभी-कभी परीक्षार्थी आत्महत्या जैसे कदम उठा लेते हैं। विभिन्न प्रतियोगी परीक्षाओं की तैयारी करने वाले विद्यार्थियों में तो परीक्षा चिंता एक खास मुद्दा बना रहता है कोटा जैसे शहरों में नीट व इंजीनियरिंग की तैयारी करने वाले विद्यार्थियों में परीक्षा में प्रदर्शन का इतना दबाव रहता है कि वे कभी-कभी इसकी चिंता में वे अपनी जिंदगी का मोल भी भूल जाते हैं और फांसी के फंदे पर झूल जाते हैं अभी अगस्त 2023 में ही कोटा शहर से 8 विद्यार्थियों की आत्महत्या की खबरें आईं। ये वे विद्यार्थी होते हैं जो देश के विभिन्न शहरों से तैयारी के लिए कोचिंग संस्थानों में प्रवेश लेते हैं किंतु परीक्षा में प्रदर्शन के भय से आत्महत्या जैसे जघन्य अपराध को कर डालते हैं। परीक्षा की चिंता होना सामान्य बात है किंतु उसकी चिंता की अत्यधिक मात्रा नुकसानदायक है यह विद्यार्थी के शारीरिक व मानसिक स्वास्थ्य को प्रभावित करती है। परीक्षा चिंता केवल प्रतियोगी छात्रों में ही नहीं होती बल्कि विद्यालयी छात्रों में भी होती है अक्सर विद्यालयी परीक्षा अवधि में छात्रों की तबीयत बिगड़ने के मामले सामने आते हैं विद्यार्थियों का परीक्षा देते समय बेहोश हो जाना, चक्कर आना, बैचेनी, घबराहट, कमजोरी, उल्टी आदि की समस्याएं देखने को मिलती हैं विद्यार्थियों में विशेष कर छात्राओं में ऐसे मामले ज्यादा आते हैं। इसके कई कारण हो सकते हैं परंतु परीक्षा अवधि में परीक्षा के दौरान परीक्षा कक्ष में यह समस्याएं उत्पन्न होना यह बताता है कि कहीं न कहीं परीक्षा चिंता एक प्रमुख कारण इस समस्या का हो सकता है। परीक्षा चिंता को कम करने के उद्देश्य से ही परीक्षा प्रणाली में तमाम सुधार के प्रयास किया जा रहे हैं बाह्य परीक्षा के महत्व को कम करके आंतरिक मूल्यांकन को बढ़ाया जा रहा है लिखित परीक्षा के साथ-साथ व्यावहारिक परीक्षा को भी महत्व दिया जा रहा है। पाठ्यक्रम की मात्रा को वर्ष में दो भागों में बांटकर

सेमेस्टर पद्धति से परीक्षाएं ली जा रही हैं ताकि विद्यार्थियों में विषय वस्तु की मात्रा के बोझ को कम किया जा सके परीक्षाएं अपने उद्देश्यों में सफल हो यह तनाव व दबाव का विषय न बने परंतु अभी भी परीक्षाओं में सुधारों की आवश्यकता है क्योंकि परीक्षाओं से उत्पन्न चिंता और उसके परिणाम अभी भी पूरे देश के लिए समस्यात्मक बने हुये हैं। बोर्ड परीक्षाओं के समय तो विद्यार्थियों को परीक्षा चिंता के परिणामों से बचाने के लिए देश के माननीय प्रधानमंत्री जी ने भी मन की बात कार्यक्रम में तथा देश की राजधानी दिल्ली में विभिन्न स्कूलों के विद्यार्थियों के साथ परीक्षा में चर्चा विषय पर आयोजित कार्यक्रम में परीक्षा के तनाव व दबाव को विद्यार्थी न महसूस करें इसके लिए उनके प्रश्नों के जवाब दिए और परीक्षा की तैयारी कैसे करें, असफलता के डर को कैसे मन से निकाले, परीक्षा के समय क्या करें, क्या न करें, आदि विषयों पर विशद चर्चा की जिसका लाइव टेलीकास्ट पूरे देश में टेलीविजन और सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म पर किया गया इस कार्यक्रम से इस बात का अंदाजा लगाया जा सकता है कि परीक्षा चिंता से उत्पन्न समस्याएं कैसे विद्यार्थियों के जीवन को नुकसान पहुंचा रही है इस विषय पर प्रधानमंत्री जी ने भी संज्ञान लिया है यह गौर करने की बात है। आवश्यकता इस बात की भी है कि विद्यालय, महाविद्यालय और विश्वविद्यालय स्तर पर भी प्राचार्य और शिक्षक विद्यार्थियों को न केवल शिक्षा प्रदान करें बल्कि परीक्षा के लिए उन्हें इस प्रकार तैयार करें कि उनके मन में परीक्षा डर न हो वे स्वस्थ मन से परीक्षा दे परिणाम का भय उनके प्रदर्शन को प्रभावित न करे और परीक्षा चिंता से बचे रहे।

परीक्षा चिंता की थोड़ी मात्रा सभी में पायी जाती है जो परीक्षा की तैयारी लिए व्यक्ति को तैयार करती है, उसके आलस्य को दूर कर परीक्षा में बेहतर परिणाम के लिए उसे समर्थ बनाती है किन्तु जब परीक्षा चिंता की मात्रा निर्धारित सीमा को पार कर जाती है तो यह मानसिक विकार उत्पन्न करती है और व्यक्ति के परीक्षा परिणाम और जीवन में नकारात्मक प्रभाव डालती है। प्रसिद्ध मनोवैज्ञानिक फ्रायड के शब्दों में चिंता एक अप्रिय भावनात्मक स्थिति है जो बेचैनी, परेशानी, आंतरिक तनाव, भय, घबराहट और अस्पष्ट भावनायें उत्पन्न करती है। जो वास्तविक या काल्पनिक खतरे के लिए एक भावनात्मक प्रतिक्रिया है। यदि चिंता वास्तविक खतरे से सम्बन्धित है तो वह नुकसानदायक नहीं है जबकि काल्पनिक खतरे के प्रति चिंता अत्यधिक नुकसान दायक है इससे बचना चाहिए और वास्तविक चिंता करने वाले विषयों पर ही वास्तविक चिंता करनी चाहिए।

परीक्षा चिंता प्रदर्शन मूल्यांकन की विषिष्ट स्थिति में होती है इससे व्यक्ति दो तरह की कल्पना कर भयभीत होता है प्रथम परीक्षा में मेरा प्रदर्शन अच्छा न हुआ तो, परीक्षा परिणाम अच्छा न हुआ तो और दूसरा उसके फलस्वरूप लोगों का उसके प्रति दृष्टिकोण अच्छा न हुआ तो आदि कल्पना कर उसका अपने पर नियंत्रण हट जाता है, ध्यान केन्द्रित नहीं हो पाता है, स्मृति कमजोर हो जाती है, और अपनी क्षमता के अनुकूल प्रदर्शन नहीं कर पाता है। कई अनुसंधानों में यह निष्कर्ष प्राप्त हुये हैं कि अधिक परीक्षा चिंता स्तर वाले विद्यार्थियों का उपलब्धि स्तर निम्न रहा है। रहमान, जावेद और अब्दुल्ला (2021) ने लाहौर के माध्यमिक स्कूल के विद्यार्थियों की शैक्षणिक उपलब्धि पर परीक्षण चिंता के प्रभाव का अध्ययन किया इस अध्ययन में लाहौर जिले के 30 स्कूल के 840 विद्यार्थियों पर परीक्षा चिंता मापनी प्रशासित की अध्ययन के परिणाम में पाया गया कि परीक्षा चिंता और शैक्षिक उपलब्धि में नकारात्मक सहसम्बन्ध पाया गया अर्थात् परीक्षा चिंता स्तर बढ़ने पर शैक्षिक उपलब्धि कम होगी तथा परीक्षा चिंता स्तर घटने पर शैक्षिक उपलब्धि बढ़ेगी अध्ययन में यह भी पाया गया कि लड़कियाँ लड़कों की तुलना में अधिक परीक्षा चिंता प्राप्तांक रखती है।

परीक्षा शिक्षा का एक महत्वपूर्ण अंग है इससे उत्पन्न डर व चिंता पर ध्यान देना आवश्यक है क्योंकि इसका ऋणात्मक प्रभाव युवाओं पर न पड़े उनका शारीरिक व मानसिक स्वास्थ्य खराब न हो उनका कार्य-व्यवहार व परीक्षा प्रदर्शन व्यवस्थित व संतुलित हो इसके लिये अभिभावकों, शिक्षकों प्राचार्यों, व नीति निर्माताओं को कार्य करना होगा। इसके साथ ही इस विषय पर शोध व नावचारों की भी आवश्यकता है इसी बात को ध्यान में रखकर शोधकर्ताओं ने अपने महाविद्यालय के छात्रों के परीक्षा चिंता स्तर के अध्ययन के उद्देश्य से निम्न विषय को चुना—“**स्नातक प्रथम सेमेस्टर के विद्यार्थियों में परीक्षा चिंता स्तर का अध्ययन।**”

सम्बन्धित साहित्य का विवरण—

राणा और महमूद (2010) ने परीक्षा चिंता प्राप्तांक और विद्यार्थियों के उपलब्धि प्राप्तांक के बीच एक महत्वपूर्ण नकारात्मक संबंध पाया। परिणामों से पता चला कि सज्ञानात्मक कारक (चिंता) भावात्मक कारकों की तुलना में परीक्षण चिंता में अधिक योगदान देता है। परीक्षा की चिंता उन कारकों में से एक है जो छात्रों की कम उपलब्धि और कम प्रदर्शन के लिए जिम्मेदार है।

मलहोत्रा (2015) ने हरियाणा के भिवानी जिले के 180 उच्च माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों के बीच परीक्षा की चिंता के स्तर पर स्थानीयता के प्रभाव का अध्ययन किया और परिणाम में पाया कि अधिकांश उच्च माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों में परीक्षा की चिंता का स्तर तुलनात्मक रूप से मध्यम है और उच्च माध्यमिक विद्यालयों के छात्रों के बीच परीक्षा की चिंता पर स्थानीयता का महत्वपूर्ण प्रभाव है। ग्रामीण इलाकों से संबंधित छात्रों की तुलना में शहरी उच्च माध्यमिक विद्यालय के छात्रों के मामले में चिंता का स्तर काफी अधिक पाया गया।

संगू (2016) में उच्च माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों में उनके लिंग के संदर्भ में चिंता स्तर का अध्ययन किया गया अध्ययन में सरकारी उच्च माध्यमिक विद्यालय के 200 विद्यार्थियों को शामिल किया गया जिसमें 100 छात्र व 100 छात्रायें शामिल थी। अध्ययन में पाया गया कि लिंग के संदर्भ में उनके चिंता स्तर में कोई सार्थक अन्तर नहीं है।

मुहम्मद जावेद और इमरान खान (2018) ने माध्यमिक विद्यालय स्तर पर छात्रों के बीच परीक्षा भय का अध्ययन किया नमूने में 770 विद्यार्थियों में से 350 लड़के और 350 लड़कियाँ शामिल थी, परिणामों में पाया गया कि छात्र कुछ हद तक परीक्षा भय से पीड़ित थे और पुरुष तथा महिला छात्रों में परीक्षा भय का स्तर समान था।

फातिमा अफशान (2022) ने हैदराबाद शहर में माध्यमिक विद्यालय के छात्रों के बीच परीक्षा की चिंता के स्तर को निर्धारित करने के लिये अध्ययन किया जिसमें 120 छात्रों पर परीक्षा चिंता मापनी का प्रयोग किया गया। आंकड़ा विश्लेषण के परिणामों से पता चला कि माध्यमिक विद्यालय में लड़कों और लड़कियों की परीक्षा चिंता में कोई सार्थक अंतर नहीं है और लड़के तथा लड़कियों में परीक्षा चिंता का स्तर लगभग समान था।

समस्या की सीमांकन- अध्ययन हेतु समस्या का सीमांकन निम्न प्रकार से किया गया है।

- 1 अध्ययन में हरदोई जिले के महाराणाप्रताप राजकीय स्नातकोत्तर महाविद्यालय के विद्यार्थियों को ही शामिल किया गया है।
- 2 अध्ययन में दो ही संकायों-विज्ञान व वाणिज्य विद्यार्थियों को ही शामिल किया गया है।
- 3 अध्ययन में कुल 120 विद्यार्थियों को शामिल किया गया।

अनुसंधान के उद्देश्य- प्रस्तुत अनुसंधान के उद्देश्य निम्नलिखित हैं-

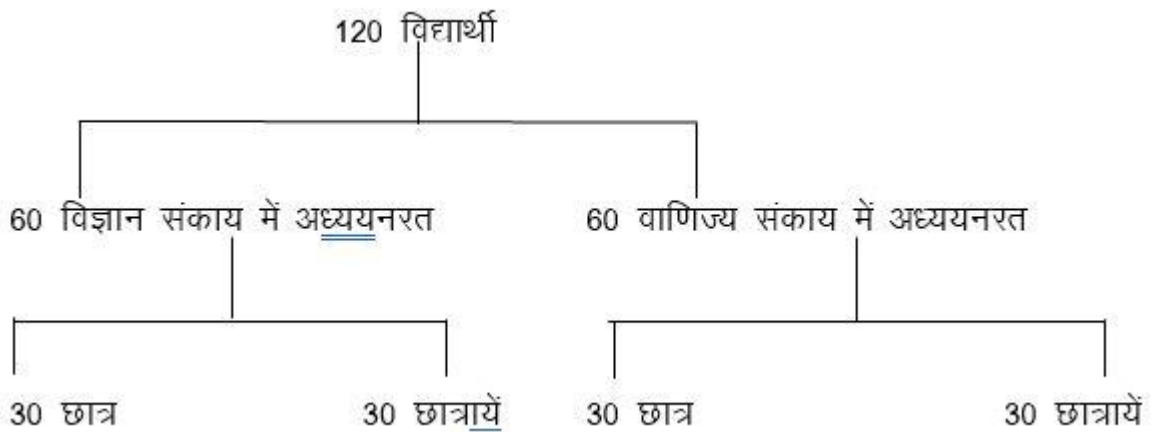
- 1 स्नातक प्रथम सेमेस्टर के विद्यार्थियों के परीक्षा चिंता स्तर का अध्ययन करना।
- 2 स्नातक प्रथम सेमेस्टर के छात्र व छात्राओं के परीक्षा चिंता स्तर का तुलनात्मक अध्ययन करना।
- 3 स्नातक प्रथम सेमेस्टर के विज्ञान संकाय एवं वाणिज्य संकाय के विद्यार्थियों के परीक्षा चिंता स्तर का तुलनात्मक अध्ययन करना।

अनुसंधान की परिकल्पनाएं-

- 1 स्नातक प्रथम सेमेस्टर के विद्यार्थी सामान्य परीक्षा चिंता स्तर रखते हैं।
- 2 स्नातक प्रथम सेमेस्टर के छात्र व छात्राओं के परीक्षा चिंता स्तर में कोई सार्थक अंतर नहीं होगा।
- 3 स्नातक प्रथम सेमेस्टर के विज्ञान संकाय एवं वाणिज्य संकाय के विद्यार्थियों के परीक्षा चिंता स्तर में कोई सार्थक अंतर नहीं होगा।

अनुसंधान विधि- प्रस्तुत अनुसंधान में वर्णनात्मक सर्वेक्षण विधि का प्रयोग किया गया है। जिसके अन्तर्गत विज्ञान एवं वाणिज्य संकाय में स्नातक स्तर में अध्ययनरत विद्यार्थियों के परीक्षा चिंता स्तर का उनके लिंग व संकाय के संदर्भ में तुलनात्मक अध्ययन किया गया है।

न्यायदर्श- प्रस्तुत अनुसंधान में हरदोई जिले के महाराणाप्रताप राजकीय महाविद्यालय में विज्ञान संकाय के 60 विद्यार्थी (30 छात्र व 30 छात्रायें) तथा वाणिज्य संकाय के 60 विद्यार्थी (30 छात्र व 30 छात्रायें) इस प्रकार कुल 120 विद्यार्थियोंको न्यायदर्श के रूप में स्तरीकृत यादृच्छिकरण विधि द्वारा विद्यार्थियों शामिल किया गया।



स्वतंत्र चर - (1) लिंग (छात्र व छात्रायें)
(2) संकाय (विज्ञान व वाणिज्य)

आश्रित चर - (1) परीक्षा चिंता स्तर

प्रयुक्त मानकीकृत परीक्षण—प्रस्तुत अनुसाधन में परीक्षा चिंता स्तर के मापन हेतु मधु अग्रवाल व वर्षा कौशल द्वारा निर्मित परीक्षा चिंता मापनी का प्रयोग किया गया है।

सांख्यिकीय विश्लेषण विधि— प्राप्त आंकड़ों के स्वरूप के आधार पर निम्न वर्णनात्मक तथा अनुमानात्मक सांख्यिकीय पद्धति का प्रयोग करके आंकड़ों का विश्लेषण किया गया है।

- 1 मध्यमान
- 2 प्रतिशत एवं चतुर्थांक
- 3 प्रमाणिक विचलन
- 4 टी-परीक्षण

आंकड़ों का विश्लेषण— महाराणा प्रताप राजकीय महाविद्यालय के विज्ञान एवं वाणिज्य संकाय से 120 विद्यार्थियों का यादृच्छिकरण विधि द्वारा चयन कर परीक्षा चिंता मापनी को प्रशासित किया गया जिसमें प्राप्त परिणाम का सांख्यिकीय विश्लेषण निम्नवत किया गया है—

H_1 = “स्नातक प्रथम सेमेस्टर के विद्यार्थी सामान्य परीक्षा चिंता स्तर रखते हैं।”

परिकल्पना (1) के परीक्षण करने हेतु 120 विद्यार्थियों से प्राप्त प्राप्तांकों का मध्यमान (Mean), प्रमाणिक विचलन (Standard deviation) व चतुर्थांक (Quartile) की गणना की गयी है। जिसके परिणाम तालिका (1) व (2) में इस प्रकार हैं—

तालिका (1)

परीक्षा चिंता स्तर	कुल विद्यार्थी (N)	निम्नतम प्राप्तांक (Min.Score)	अधिकतम प्राप्तांक (Max.Score)	प्रसार (R)	मध्यमान (M)	प्रमाणिक विचलन (SD)	विषमता (SK)	कुकुदता (KU)
	120	2	52	50	23.60	9.87	3.44	.011

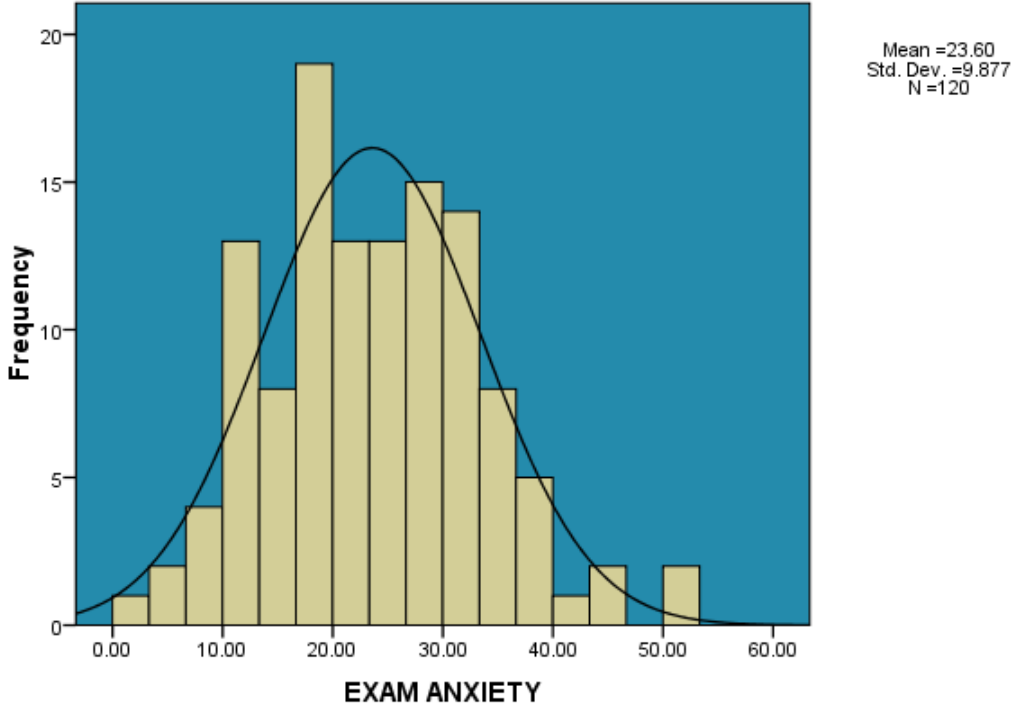
तालिका (2)

परीक्षा चिंता प्राप्तांक	चतुर्थांक	मन	विद्यार्थियों की संख्या	प्रतिशत	परीक्षा चिंता स्तर
Q1 (25)	15	33	27.5%	निम्न (15 स कम मान वाले)	
Q2 (50)	50	57	47.5%	औसत (16 से 74 मान वाले)	
Q3 (75)	75	30	25%	उच्च (75 स अधिक मान वाले)	

तालिका (1) के अवलोकन से स्पष्ट है कि कुल 120 विद्यार्थियों के परीक्षा चिंता स्तर का मध्यमान 23.60 तथा प्रमाणिक विचलन 9.87 प्राप्त हुआ जिसमें न्यूनतम प्राप्तांक 2 तथा अधिकतम 52 है इस प्रकार आंकड़ों का कुल प्रसार 50 है तथा प्राप्तांकों की विषमता .344 जो -5 तथा $+5$ के बीच स्थित है। अतः आंकड़ों का वितरण समजातीय (Normal Distributed) है। इसके साथ ही कुकुदता (Ku) का मान .011 प्राप्त हुआ जो -2 तथा $+2$ के बीच स्थित है जो वितरण में सामान्य कुकुदता (मीसोकर्टिक) को बताता है। जैसा कि चित्र -1 में दिखाया गया है।

चित्र सं. (1)

Histogram



120 विद्यार्थियों में उच्च, निम्न व औसत परीक्षा चिंता स्तर का पता लगाने के लिए चतुर्थांक Q1, व Q3 की गणना की गयी जिसमें चतुर्थांक एक Q1 का मान 17 तथा Q3 का मान 30.75 आया अतः 17 परीक्षा चिंता प्राप्तांक या उससे कम परीक्षा चिंता प्राप्तांक प्राप्त करने वाले विद्यार्थियों को निम्न परीक्षा चिंता स्तर वाले विद्यार्थी माना गया जबकि 31 परीक्षा चिंता प्राप्तांक या उससे अधिक विद्यार्थियों को उच्च परीक्षा चिंता वाले विद्यार्थी माना गया जबकि 18 से 30 परीक्षा चिंता प्राप्तांक वाले विद्यार्थियों को औसत परीक्षा चिंता वाले विद्यार्थी कहा गया इस प्रकार देखा गया कि कुल 120 विद्यार्थियों में निम्न परीक्षा चिंता वाले विद्यार्थियों की संख्या 33, औसत परीक्षा चिंता वाले विद्यार्थियों की संख्या 57 तथा उच्च परीक्षा चिंता वाले विद्यार्थियों की संख्या 30 है। जो यह बताता है कि कुल 120 विद्यार्थियों में अधिकांश विद्यार्थी सामान्य परीक्षा चिंता रखते हैं जबकि 33 विद्यार्थी निम्न व 30 उच्च परीक्षा चिंता रखते हैं। इस आधार पर कहा जा सकता है कि सभी विद्यार्थी सामान्य चिंता स्तर वाले नहीं हैं इनमें से 25% विद्यार्थी उच्च परीक्षा चिंता स्तर रखते हैं। और 27.5% विद्यार्थी निम्न परीक्षा चिंता स्तर रखते हैं।

Ho(2) = "स्नातक प्रथम सेमेस्टर के छात्र व छात्राओं के परीक्षा चिंता स्तर में कोई सार्थक अन्तर नहीं है।"

परिकल्पना (2) का परीक्षण करने के उद्देश्य से कुल 120 विद्यार्थी (60 छात्र व 60 छात्रा) को विज्ञान व वाणिज्य संकाय से यादृच्छिकरण विधि द्वारा चुना गया और उनपर परीक्षा चिंता मापनी का प्रषासन किया गया छात्र व छात्राओं के प्राप्ताकों का तुलनात्मक अध्ययन करने के उद्देश्य से माध्यमान, प्रमाणिक विचलन तथा t परीक्षण का प्रयोग किया गया प्राप्त परिणाम तालिका (3) में अग्रलिखित प्राप्त हुये।

तालिका (3)

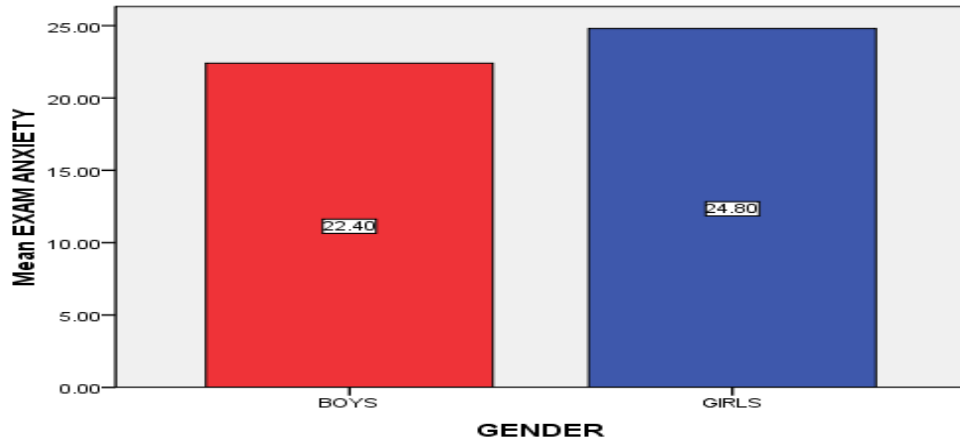
परीक्षा स्तर	चिंता	लिंग				टी मूल्य
		छात्र(N-60)		छात्रा(N-60)		
		माध्यमान	प्रमाणिक विचलन	माध्यमान	प्रमाणिक विचलन	

	22.40	10.04	24.80	9.64	1.33
--	-------	-------	-------	------	------

df-118 .05-1.96 .01-2.59

तालिका 3 का अवलोकन करने से स्पष्ट है कि छात्रों का परीक्षा चिंता स्तर का मध्यमान 22.40 की तुलना में छात्राओं का परीक्षा चिंता स्तर का मध्यमान 24.80 अधिक है इस प्रकार स्पष्ट है कि छात्राये छात्रों से उच्च परीक्षा चिंता स्तर रखती है। इस प्रकार के परिणाम बार चित्र-2 में प्रदर्शित है-

चित्र सं० (2)



छात्र व छात्राओं के परीक्षा चिंता स्तर के मध्य सार्थक अन्तर ज्ञात करने के उद्देश्य से t -मूल्य की गणना की गयी तालिका (3) से स्पष्ट है कि t-मूल्य का मान 1.33 प्राप्त हुआ जो स्वतंत्रता के अंश (df) 118 के आधार पर .05 स्तर पर निर्धारित मान 1.96 से कम है। अतः .05 स्तर पर सार्थक अन्तर को प्रदर्शित नहीं करता है।

अतः प्रस्तुत अध्ययन की शून्य परिकल्पना-“स्नातक प्रथम सेमेस्टर के छात्र व छात्राओं को परीक्षा को चिंता स्तर में कोई सार्थक अन्तर नहीं है।” सत्य सिद्ध होती है। अर्थात् लिंग के आधार पर उनके परीक्षा चिंता स्तर में कोई सार्थक अन्तर नहीं है।

Ho(3)-“स्नातक प्रथम सेमेस्टर के विज्ञान संकाय एवं वाणिज्य संकाय के विद्यार्थियों के परीक्षा चिंता स्तर में कोई सार्थक अन्तर नहीं होगा।”

परिकल्पना (3) के परीक्षण करने के उद्देश्य से कुल 120 विद्यार्थियों में 60 विज्ञान संकाय व 60 वाणिज्य संकाय से यादृच्छिकरण विधि द्वारा चुने गये। दोनों संकाय के विद्यार्थियों पर परीक्षा चिंता मापनी का प्रशासन किया गया। दोनों संकायों के विद्यार्थियों के प्राप्तांकों का तुलनात्मक अध्ययन करने के उद्देश्य से मध्यमान प्रमाणिक विचलन तथा t परीक्षण का प्रयोग किया गया है। प्राप्त परिणाम तालिका (4) में अग्रलिखित प्राप्त हुये-

तालिका (4)

परीक्षा चिंता स्तर	संकाय				टी मूल्य
	विज्ञान N=60		वाणिज्य N=60		
	माध्यमान	प्रमाणिक विचलन	मध्यमान	प्रमाणिक विचलन	
	25.21	11.08	21.98	8.28	1.81

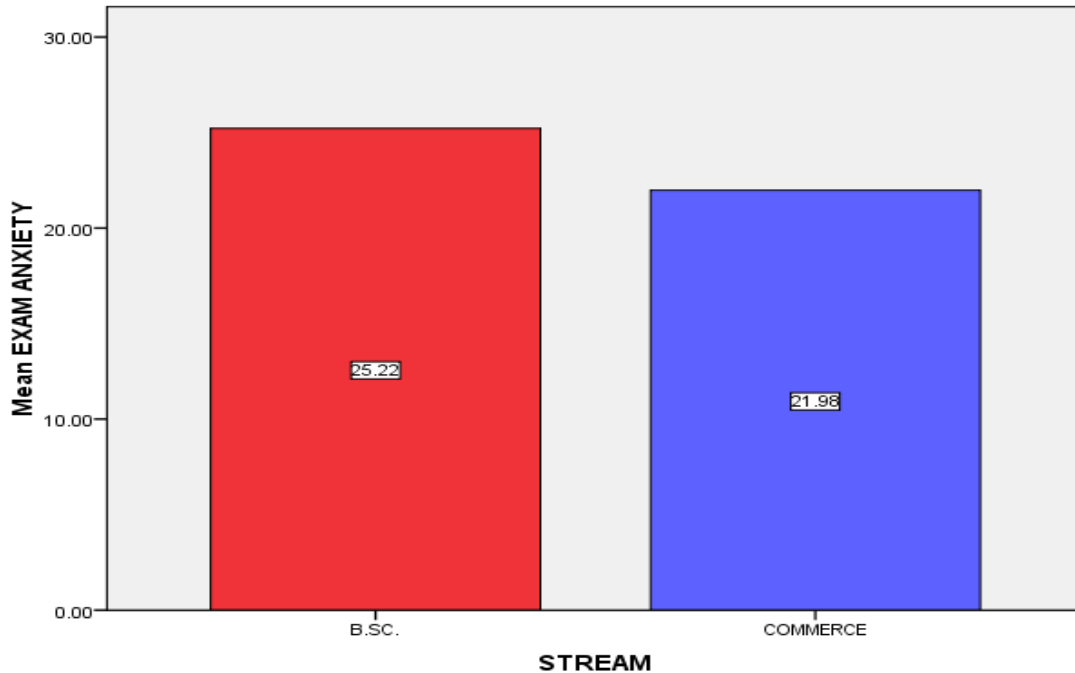
--	--	--	--	--	--

.05-1.96

.01-2.59

तालिका (4) का अवलोकन करने से स्पष्ट है कि विज्ञान संकाय के विद्यार्थियों का परीक्षा चिंता स्तर का मध्यमान 25.21 की तुलना में वाणिज्य संकाय के विद्यार्थियों के परीक्षा चिंता स्तर का मध्यमान 21.98 निम्न है इस प्रकार मध्यमान के आधार पर विज्ञान संकाय के विद्यार्थी वाणिज्य संकाय के विद्यार्थियों से उच्च परीक्षा चिंता रखते हैं। इस प्रकार के परिणाम चित्र-3 में प्रदर्शित हैं-

चित्र सं० (3)



विज्ञान व वाणिज्य संकाय के विद्यार्थियों के परीक्षा चिंता स्तर के मध्य सार्थक अन्तर ज्ञात करने के उद्देश्य से t मूल्य की गणना की गयी तालिका (4) से स्पष्ट है। कि t मूल्य का मान 1.81 प्राप्त हुआ जो स्वतंत्रता के अंश (df) 118 के आधार पर .05 स्तर पर निर्धारित मान 1.96 से कम है। अतः .05 स्तर पर सार्थक अन्तर को प्रदर्शित नहीं करता है।

अतः प्रस्तुत अध्ययन की शून्य परिकल्पना (4)–“स्नातक प्रथम सेमेस्टर के विज्ञान व वाणिज्य संकाय के विद्यार्थियों के परीक्षा के मध्य कोई सार्थक अन्तर नहीं होगा।” सत्य सिद्ध होती है अर्थात् संकाय के आधार पर उनके परीक्षा चिंता स्तर में कोई सार्थक अन्तर नहीं है।

परिणामों का शैक्षिक अनुप्रयोग- प्राप्त परिणामों के आधार पर कहा जा सकता है कि विद्यार्थियों में कुछ विद्यार्थी ऐसे भी होते हैं जिनका परीक्षा चिंता स्तर उच्च होता है। आवश्यकता इस प्रकार के विद्यार्थियों को पहचानने की है और उन्हें उचित मार्गदर्शन प्रदान करने की है, जिससे उन्हें अधिक परीक्षा चिंता स्तर और उसके दुष्परिणामों से बचाया जा सके। इसके साथ ही हमें इस पूर्वाग्रह को मन से निकालने की आवश्यकता है कि परीक्षा चिंता स्तर किसी विशेष लिंग या संकाय में ही होता है यह किसी भी लिंग या संकाय के विद्यार्थियों से सम्बन्धित हो सकता है। अतः हमें परीक्षाओं से पूर्व विद्यार्थियों को निर्देशन, परामर्श एवं कार्यशालाओं आदि के माध्यम से परीक्षा के लिए तैयार करना चाहिए और उनके मन से परीक्षा चिंता या उसके भय को दूर करने का प्रयास करना चाहिए।

References:

1. Rana, R.K. & Mahmood, N. (2010) The relationship between test anxiety and Academic Achievement. Bulletin of Education and Research. vol.32, No.2 pp.63-74.
2. Kumari, Archan & Jain, Jagrati. (2014) Examination stress and Anxiety: A study of college students. Global Journal of multidisciplinary studies volume 4, Issue 01 pp-31-40 ISSN:- 2348-0459.

3. Malhotra, T.(2015) Exam anxiety among senior Secondary School Students. Scholarly Research Journal for interdisciplinary Studies, 17(3) 3089-3098. ISSN:2278-8808.
4. Luckmizankari,P.(2017) Factor Affecting on Examination Stress among Undergraduates:An Investigation from Eastern University. Iconic Research and Engineering Journals Volume 1 issue 4 ISSN: 2456-8880.
5. Reddy, K.J., Menon.K., Anjanathattil (2018). Academic stress and its sources among University students, Biomed Pharmacol Journal Volume (11) issue (1) pp-531-537.
6. Gosar, Amit kumar & Venkatraman saindhavi (2019) Literature Review on Examination stress amongst-school and review. Volume-9 issue-3, PP-19-22 ISSN: 2455-3956 DIO.ORG /10.3187/WJRR.935.
7. Pagaria, Nisha (2020) Exam anxiety in College students. The international Journal of Indian Psychology volume 8, issue3.pp-136-139ISSN-2348-5396 DOI:100.25215/0803-018.
8. Senarath, samunder. (2020) Examination on Stress, stress management strategies and counseling needs of college level students in sri lanka. Journal Psychology and Behavioral science Volume 8 issue 2 pp-27-34 ISSN:2374-2380 DIO. ORG/ 10.15640/IPBS.VBN2A3.
9. Rehman,Shafiq,Javed Erum & Abdulla Mohammad (2021) Effects of text anxiety on Academic Achievment at Secondary school level in Lahore,Bulletin of Education Research, Volume 43,issue 3,pp-67-80.
10. Fatima, Afshan (2022). A Study on Examination anxiety among secondary School Students. Journal of Emerging Technologies and Innovative research, Volume (9) issue 10, pp-499-509. ISSN:2349-5162.