

## BÀI BÁO NGHIÊN CỨU GÓC

**Stress của sinh viên Trường Cao đẳng Y tế Tiền Giang năm 2018  
và một số yếu tố liên quan**Phùng Như Hạnh<sup>1\*</sup>, Nguyễn Hùng Vĩ<sup>1</sup>, Lê Thị Hải Hà<sup>2</sup>**TÓM TẮT**

**Mục tiêu:** Nghiên cứu này được thực hiện để mô tả thực trạng stress và phân tích một số yếu tố liên quan đến tình trạng stress của sinh viên trường Cao đẳng Y tế Tiền Giang năm 2018.

**Phương pháp nghiên cứu:** Nghiên cứu mô tả cắt ngang, thu thập thông tin của 578 sinh viên cao đẳng (ngành Điều dưỡng và Dược sĩ) vào tháng 04/2018 qua phát phiếu tự điền.

**Kết quả:** Tổng số 275/578 sinh viên có nguy cơ stress, chiếm tỷ lệ 47,6%. Phần lớn sinh viên có nguy cơ stress ở mức độ nhẹ và vừa (33,5%), tuy nhiên tỷ lệ sinh viên có nguy cơ stress nặng và rất nặng cũng rất đáng quan tâm (13%; 6,1%). Sinh viên nữ có nguy cơ stress cao gấp 4,7 lần sinh viên nam. Tỷ lệ có nguy cơ stress cao nhất là ở nhóm sinh viên ngành Dược (71,6%). Tỷ lệ và mức độ stress của sinh viên tăng dần theo từng năm học. Tỷ lệ stress ở mức độ nặng chủ yếu tập trung ở sinh viên năm thứ ba (45,8%). Các yếu tố liên quan có ý nghĩa thống kê làm tăng nguy cơ stress của sinh viên gồm: năm học (năm thứ hai; năm thứ ba), tình trạng lo lắng về nghề nghiệp tương lai, kết quả học tập từ trung bình khá trở xuống, không hài lòng về mối quan hệ với bố mẹ, thầy cô, lo lắng khoảng cách lớn giữa lý thuyết và thực hành ( $p < 0,05$ ).

**Kết luận và khuyến nghị:** Sinh viên y dược có nguy cơ stress khá cao. Sinh viên cần xây dựng kế hoạch học tập và sinh hoạt hợp lý, tăng cường sự hỗ trợ kịp thời của gia đình. Nhà trường cần tăng cường hoạt động giảng dạy lâm sàng và liên kết với các cơ quan, doanh nghiệp trong và ngoài nước giới thiệu nhiều cơ hội việc làm cho sinh viên.

**Từ khóa:** stress, yếu tố liên quan, sinh viên.

**ĐẶT VẤN ĐỀ**

Căng thẳng tâm lý (stress) luôn tồn tại song hành cùng với sự phát triển của con người ở mọi thời đại. Theo báo cáo của WHO năm 2012, 25% dân số thế giới gặp các vấn đề liên quan đến sức khỏe tâm thần và trung bình mỗi năm có khoảng 800.000 người chết do trầm cảm – một trong những hệ quả nặng nề của stress. Dự đoán đến năm 2020, các vấn đề sức khỏe tâm thần sẽ là gánh nặng bệnh tật lớn thứ hai toàn cầu chỉ đứng sau bệnh tim mạch (1).

Giai đoạn đại học là giai đoạn thường gây ra nhiều stress trong sinh viên vì: áp lực học tập, thi cử, lo lắng về tương lai, đổ vỡ các mối quan hệ, điều kiện kinh tế khó khăn. Trong đó, sinh viên ngành y, dược được xem là nhóm đối tượng dễ bị stress nhất do đặc thù ngành học nhiều áp lực, trách nhiệm cao và đối mặt thường xuyên với nguy cơ lây nhiễm bệnh (2). Stress trong thời gian dài có thể gây các vấn đề về thể chất, tinh thần, giảm hiệu quả học tập, tác động tiêu cực đến tương lai nghề nghiệp của sinh



\*Địa chỉ liên hệ: Phùng Như Hạnh

Email: mph20tgpnh@studenthup.edu.vn

<sup>1</sup>Trường Cao đẳng Y tế Tiền Giang

<sup>2</sup>Trường Đại học Y tế công cộng

Ngày nhận bài: 13/08/2018

Ngày phản biện: 13/11/2018

Ngày đăng bài: 31/12/2018

viên. Nghiên cứu về stress của sinh viên y khoa cho thấy ngày càng có nhiều sinh viên y khoa phải đối mặt với nguy cơ stress tâm lý, rối loạn tâm thần làm suy giảm chất lượng cuộc sống với mức độ stress ngày càng cao (3-5).

Trường Cao đẳng Y tế Tiền Giang là trường y được đào tạo đa ngành bao gồm điều dưỡng, dược sĩ và y sĩ. Qua khảo sát ý kiến sinh viên về kết quả học tập năm học 2016 – 2017 của phòng Đào tạo – NCKH năm 2017 cho thấy phần lớn (78%) sinh viên cho rằng lịch học khá dày đặc, cường độ học tập cao, áp lực thi cử cộng với lịch thực tập, trực bệnh viện gây ra tình trạng căng thẳng và ảnh hưởng rất nhiều đến sức khỏe, tâm lý của sinh viên (6). Trước thực trạng trên, chúng tôi tiến hành nghiên cứu **“Stress của sinh viên trường Cao đẳng Y tế Tiền Giang năm 2018 và một số yếu tố liên quan”** từ đó làm cơ sở đề xuất một số giải pháp giúp cải thiện tình trạng stress ở sinh viên trường Cao đẳng Y tế Tiền Giang nói riêng và sinh viên nói chung. Nghiên cứu được thực hiện nhằm 1) Mô tả thực trạng stress của sinh viên trường Cao đẳng Y tế Tiền Giang năm 2018; 2) Phân tích một số yếu tố liên quan đến tình trạng stress của sinh viên trường Cao đẳng Y tế Tiền Giang năm 2018.

## PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

### Thiết kế nghiên cứu

Thiết kế mô tả cắt ngang.

### Địa điểm và thời gian nghiên cứu

Nghiên cứu được thực hiện tại Trường Cao đẳng Y tế Tiền Giang, thời gian thu thập thông tin từ tháng 12/2017 – 8/2018.

### Đối tượng nghiên cứu

Sinh viên hệ cao đẳng chính quy ngành Điều dưỡng và Dược sĩ đang theo học tại

trường Cao đẳng Y tế Tiền Giang năm học 2017 - 2018.

### Cỡ mẫu, chọn mẫu

Áp dụng công thức tính cỡ mẫu cho một tỷ lệ:

$$n = Z^2_{(1-\alpha/2)} \frac{p(1-p)}{d^2} \times DE$$

Trong đó: n= số sinh viên cần điều tra; p= 0,4: ước tính tỷ lệ stress của sinh viên (dựa trên kết quả nghiên cứu của Lê Hải Yến tại Trường Cao đẳng Y tế Thái Nguyên năm 2016 (4));  $\alpha= 0,05 \rightarrow Z^2_{(1-\alpha/2)} = 1,96$ ; d = 0,06; DE = 2. Dự phòng 15% các trường hợp trả lời thiếu thông tin, vắng mặt hoặc từ chối tham gia nghiên cứu,  $n = 512 + 512 \times 15\% = 589$  làm tròn số ta có cỡ mẫu nghiên cứu n= 600. Chọn mẫu theo phương pháp chọn mẫu cụm: đơn vị mẫu là lớp, mỗi lớp học được coi là 1 cụm. Số sinh viên mỗi lớp khá đồng đều, trung bình 35 sinh viên/lớp. Như vậy, để đảm bảo đủ cỡ mẫu chúng tôi chọn 17 lớp học. Trường Cao đẳng Y tế Tiền Giang hiện có 7 lớp Điều dưỡng cao đẳng và 18 lớp Dược sĩ cao đẳng nên tỉ trọng là 1:2,5. Như vậy, số lớp chọn của từng ngành 5 lớp Điều dưỡng cao đẳng và 12 lớp Dược sĩ cao đẳng.

Cách chọn lớp: bốc thăm chọn ngẫu nhiên 5/7 lớp Điều dưỡng cao đẳng và 12/18 lớp Dược sĩ cao đẳng.

### Biến số nghiên cứu

- Nhóm biến thông tin chung về đối tượng nghiên cứu: nhóm biến về đặc điểm về cá nhân, nhóm biến về lối sống và hành vi sức khỏe.
- Nhóm biến về đặc điểm gia đình.
- Nhóm biến về áp lực đi thực tập và mối quan hệ với thầy cô.
- Nhóm biến về các tiêu mục đánh giá stress trong thang đo DASS-21 và 1 biến phụ thuộc đánh giá tình trạng có stress hay không có stress của sinh viên.

## Kỹ thuật, công cụ và quy trình thu thập số liệu

**Công cụ thu thập số liệu:** bằng bảng câu hỏi tự điền, trong đó chỉ sử dụng 7 tiểu mục đánh giá Stress trong thang đánh giá Lo âu – Trầm cảm – Stress (DASS-21) đã được Viện Sức khỏe Tâm thần Quốc gia biên dịch, chuẩn hóa với Cronbach's Alpha cụ thể đối với nội dung stress là 0,76 (7).

**Tiêu chí xác định stress:** đánh giá stress của sinh viên bằng thang đo DASS-21 gồm 7 câu hỏi, điểm mỗi câu hỏi từ 0 đến 3 điểm. Tổng điểm stress được tính bằng cách cộng điểm các mục thành phần, rồi nhân hệ số 2 trước khi kết luận. Tổng điểm từ 0 - 14 điểm được đánh giá tình trạng sức khỏe tâm thần “bình thường”; 15 – 18 điểm “stress nhẹ”; 19 – 25 điểm “stress vừa”; 26 – 33 “stress nặng”;  $\geq 34$  điểm “stress rất nặng”. Nghiên cứu sử dụng điểm cắt 14 điểm theo khuyến cáo của Viện Sức khỏe Tâm thần Quốc gia để phân loại stress của sinh viên thành 2 nhóm có stress và không có stress (7).

**Điều tra viên:** gồm 5 sinh viên đang theo học tại Trường Cao đẳng Y tế Tiền Giang nhưng không thuộc 2 ngành Điều dưỡng, Dược và đã được tập huấn về nội dung nghiên cứu. Điều tra viên trực tiếp phát phiếu phỏng vấn. Sau khi sinh viên điền xong phiếu, điều tra viên tới tận nơi để thu phiếu, kiểm tra đối chiếu danh sách lớp với tổng số phiếu thu được.

## Xử lý và phân tích số liệu

Số liệu sau khi làm sạch được nhập bằng phần mềm Epidata 3.1. Phân tích và xử lý số liệu bằng phần mềm SPSS 18.0.

## Đạo đức nghiên cứu

Đề cương nghiên cứu đã được Hội đồng Đạo đức của Trường Đại học Y tế công cộng thông qua các khía cạnh đạo đức theo Quyết định số 147/2018/YTCC-HD3 ngày 16/3/2018. Các đối tượng tham gia nghiên cứu đều được đảm bảo tính khuyết danh và cung cấp thông tin cho điều tra viên trên tinh thần tự nguyện.

## KẾT QUẢ

### Thực trạng stress của sinh viên Trường Cao đẳng Y tế Tiền Giang năm 2018

**Đặc điểm chung của đối tượng nghiên cứu**  
Kết quả bảng 1 cho thấy, trong tổng số 578 sinh viên tham gia nghiên cứu có 165 sinh viên Điều dưỡng (28,5%) và 413 sinh viên Dược (71,5%), tỷ lệ sinh viên nữ (80,3%) cao gấp 4 lần sinh viên nam (19,7%). Độ tuổi trung bình của sinh viên là  $20,5 \pm 1,6$  (nhỏ tuổi nhất là 19, cao nhất là 40). Phần lớn sinh viên sống ở ký túc xá, nhà trọ, nhà người thân (71,3%). Về năm học, tỷ lệ sinh viên Điều dưỡng giảm nhanh qua các năm học, năm thứ nhất có tỷ lệ thấp nhất 17%. Tỷ lệ sinh viên Dược cũng giảm khoảng 4% mỗi năm. Về kết quả học tập, sinh viên Điều dưỡng chiếm tỷ lệ cao nhất về học lực khá trở lên (75,2%) cao gấp 2 lần sinh viên Dược (37,5%).

**Bảng 1. Mô tả đặc điểm cá nhân của đối tượng nghiên cứu (n = 578)**

Đặc điểm	Ngành học		Tổng n (%)
	Điều dưỡng (N=165) n (%)	Dược sĩ (N=413) n (%)	
<b>Giới tính</b>			
Nữ	139 (84,2)	325 (78,7)	464 (80,3)
Nam	26 (15,8)	88 (21,3)	114 (19,7)
<b>Tuổi</b>			
Trung bình	20,6 ± 1,0	20,4 ± 1,7	20,5 ± 1,6
Lớn tuổi nhất	28	40	40
Nhỏ tuổi nhất	19	19	19
<b>Nơi ở hiện nay</b>			
Nhà riêng với bố mẹ	53 (32,1)	113 (27,4)	166 (28,7)
Ký túc xá/Nhà trọ/Nhà người quen	112 (67,9)	300 (72,6)	412 (71,3)
<b>Năm học</b>			
Năm thứ nhất	28 (17,0)	121 (29,3)	149 (25,8)
Năm thứ hai	29 (17,5)	138 (33,4)	167 (28,9)
Năm thứ ba	108 (65,5)	154 (37,3)	262 (45,3)
<b>Kết quả học tập</b>			
Khá trở lên	124 (75,2)	155 (37,5)	279 (48,3)
Trung bình khá trở xuống	41 (24,8)	258 (62,5)	299 (51,7)

**Thực trạng stress của đối tượng nghiên cứu (n=578)****Bảng 2. Thang đánh giá mức độ stress (DASS-21) (n = 578)**

Câu	Nội dung	Không đúng n (%)	Đúng phần nào n (%)	Đúng phần nhiều n (%)	Hoàn toàn đúng n (%)
1	Thấy khó thoải mái được	91 (15,7)	307 (53,1)	120 (20,8)	60 (10,4)
2	Có xu hướng thái quá với mọi tình huống	281 (48,6)	187 (32,4)	79 (13,7)	31 (5,4)
3	Thấy suy nghĩ quá nhiều	75 (13)	194 (33,6)	179 (31)	130 (22,5)
4	Thấy bản thân dễ bị kích động	178 (30,8)	231 (40)	91 (15,7)	78 (13,5)
5	Thấy khó thư giãn được	235 (4,7)	203 (35,1)	83 (14,4)	57 (9,9)
6	Không chấp nhận được việc có cái gì đó xen vào cản trở	148 (25,6)	236 (40,8)	126 (21,8)	68 (11,8)
7	Khá dễ phật ý, tự ái	182 (31,5)	217 (37,5)	95 (16,5)	84 (14,5)

Thang đo DASS-21 đánh giá mức độ stress trong vòng một tuần qua của sinh viên cho kết quả: mức độ đúng phần nào là mức độ phổ biến nhất của sinh viên ( $\geq 30\%$ ). Trong 7 nội dung của thang đo DASS-21 thì tình trạng cảm thấy khó thoải mái chiếm tỷ lệ cao nhất (53,1%) và ở mức độ hoàn toàn đúng chiếm tỷ lệ cao nhất là ở những sinh viên cảm thấy đang suy nghĩ quá nhiều (22,5%). Điểm trung

bình chung đánh giá mức độ stress của sinh viên khá cao là  $16 \pm 9,6$  điểm, thấp nhất là 0 điểm và cao nhất là 42 điểm. Nghiên cứu sử dụng điểm cắt 14 điểm để chia stress của sinh viên thành 2 nhóm: có stress và không có stress (7). Kết quả có 275 sinh viên có stress (47,6%) trong đó mức độ stress nhẹ, vừa, nặng và rất nặng lần lượt là 13,8%, 14,7%, 13% và 6,1%.

**Bảng 3. Phân bố mức độ stress của sinh viên theo giới tính, ngành học và năm học (n = 275)**

Đặc điểm	N	Mức độ stress			
		Nhẹ (N=80) n (%)	Vừa (N=85) n (%)	Nặng (N=75) n (%)	Rất nặng (N=35) n (%)
<b>Giới tính</b>					
Nữ	227	66 (29,1)	69 (30,4)	64 (28,2)	28 (12,3)
Nam	48	14 (29,2)	16 (33,3)	11 (22,9)	7 (14,6)
<b>Ngành học</b>					
Điều dưỡng	78	15 (19,2)	22 (28,2)	32 (41,1)	9 (15,5)
Dược	197	63 (32)	65 (33)	43 (21,8)	26 (13,2)
<b>Năm học</b>					
Năm thứ nhất	47	21 (44,7)	13 (27,7)	9 (19,1)	4 (8,5)
Năm thứ hai	102	25 (24,5)	37 (36,3)	24 (23,5)	16 (15,7)
Năm thứ ba	126	34 (27,0)	35 (25,4)	42 (35,7)	15 (11,9)

Kết quả bảng 3 cho thấy nguy cơ stress của sinh viên nữ và nam ở các mức độ tương đồng nhau. Về ngành học, sinh viên Điều dưỡng chiếm tỷ lệ cao nhất ở mức độ stress nặng 41,1% cao gấp 2 lần sinh viên Dược (21,8%) và ở mức độ stress rất nặng tỷ lệ này của sinh viên Điều dưỡng (15,5%) vẫn cao hơn sinh viên Dược (13,2%). Stress của sinh viên Dược tập trung chủ yếu ở 2 mức độ nhẹ và vừa (32% và 33%). Về năm học, mức độ stress tăng theo từng năm học, năm thứ nhất - stress nhẹ 44,7%; năm thứ hai - stress vừa 36,3%, năm thứ 3 stress nặng 35,7%.

Kết quả bảng 4 cho thấy một số đặc điểm về cá nhân và lối sống, hành vi sức khỏe của sinh viên như: năm học và kết quả học tập và lo lắng nghề nghiệp tương lai có mối liên quan có ý nghĩa thống kê với stress của sinh viên ( $p < 0,05$ ). Nguy cơ stress cao gấp 3,4 và 2 lần ở sinh viên năm thứ hai và năm thứ ba so với sinh viên năm thứ nhất. Sinh viên có kết quả học tập trung bình khá trở xuống có nguy cơ stress cao gấp 1,6 lần so với sinh viên có học lực khá trở lên và những sinh viên lo lắng về nghề nghiệp tương lai có nguy cơ stress cao gấp 2,3 lần những sinh viên không lo lắng về nghề nghiệp tương lai ( $p < 0,05$ ).

**Một số yếu tố liên quan đến stress của sinh viên Trường Cao đẳng Y tế Tiền Giang năm 2018****Bảng 4. Mối liên quan giữa stress với đặc điểm cá nhân và lối sống, hành vi sức khỏe của sinh viên (n=578)**

Đặc điểm	Số lượng N	Stress n (%)	OR (95% CI)	p
<b>Giới tính</b>				
Nữ	464	227 (48,9)	1	0,192
Nam	114	48 (42,1)	1,3 (0,8 – 1,9)	
<b>Ngành học</b>				
Điều dưỡng	165	78 (47,3)	1	0,926
Dược sĩ	413	197 (47,7)	1,0 (0,7 – 1,4)	
<b>Năm học</b>				
Năm thứ nhất*	149	47 (31,5)	1	<0,001
Năm thứ hai	167	102 (61,1)	<b>3,4 (2,1 – 5,4)</b>	
Năm thứ ba	262	228 (53,1)	<b>2,0 (1,3 – 3,0)</b>	
<b>Kết quả học tập</b>				
Khá trở lên	279	115 (41,2)	1	<b>0,003</b>
Trung bình khá trở xuống	299	160 (53,5)	<b>1,6 (1,2 – 2,3)</b>	
<b>Thói quen tập thể dục</b>				
Có	361	161(44,5)	1	0,064
Không	217	114 (52,5)	1,3 (0,98 – 1,93)	
<b>Uống rượu bia</b>				
Không	326	150 (46)	1	0,391
Có	252	125 (49,6)	0,8 (0,6 – 1,2)	
<b>Lo lắng nghề nghiệp tương lai</b>				
Không	264	88 (35,8)	1	<0,001
Có	332	187 (56,3)	<b>2,3 (1,6 – 3,2)</b>	

\* Nhóm so sánh

Kết quả bảng 5 cho thấy có mối liên quan có ý nghĩa thống kê giữa stress và mối quan hệ với bố mẹ, lo lắng khoảng cách lớn giữa lý thuyết và thực hành, mối quan hệ với giảng viên/cán bộ y tế ( $p<0,05$ ). Nguy cơ stress cao gấp 4,4 lần ở những sinh viên không hài

lòng về mối quan hệ với bố mẹ, cao gấp 1,4 lần ở những sinh viên lo lắng về khoảng cách lớn giữa lý thuyết và thực hành và nguy cơ này cũng cao gấp 2,6 lần ở những sinh viên không hài lòng về mối quan hệ với giảng viên, cán bộ y tế ( $p<0,05$ ).

**Bảng 5. Mối liên quan giữa stress với đặc điểm gia đình và nhà trường của sinh viên (n=578)**

Đặc điểm	Số lượng N	Stress n (%)	OR (95% CI)	P
<b>Tình trạng hôn nhân của bố mẹ</b>				
Đang sống cùng nhau	500	234 (46,8)	1	0,343
Ly hôn/ ly thân/ góa	78	41 (52,6)	0,7 (0,4 – 1,2)	
<b>Mối quan hệ với bố mẹ</b>				
Hài lòng	532	239 (44,9)	1	<0,001
Không hài lòng	46	36 (78,3)	4,4 (2,1 – 9, 9)	
<b>Kỳ vọng của gia đình về tốt nghiệp thứ hạng cao</b>				
Không bao giờ/Hiếm khi	434	200 (46,1)	1	0,212
Thỉnh thoảng/Thường xuyên	144	75 (52,1)	1,2 (0,8 – 1,8)	
<b>Số buổi thực tập lâm sàng ở bệnh viện trong tuần qua</b>				
Một buổi trở lên	250	113 (45,2)	1	0,318
Không buổi nào	328	162 (49,4)	1,1 (0,8 – 1,6)	
<b>Lo lắng về khoảng cách lớn giữa lý thuyết và thực hành</b>				
Không	348	152 (56,3)	1	0,021
Có	230	123 (53,5)	1,4 (1,0 – 2,0)	
<b>Mối quan hệ với giảng viên/ cán bộ y tế</b>				
Hài lòng	497	220 (44,3)	1	<0,001
Không hài lòng	81	55 (67,9)	2,6 (1,6 – 4,3)	

## BÀN LUẬN

### Thực trạng stress của sinh viên trường Cao đẳng Y tế Tiền Giang

Kết quả nghiên cứu cho thấy, tổng số có 275/578 sinh viên tham gia nghiên cứu có nguy cơ stress chiếm tỷ lệ 47,6%, Trong đó, mức độ nhẹ và vừa chiếm tỷ lệ khá cao 33,5%. Tuy nhiên, nghiên cứu cũng ghi nhận một tỷ lệ đáng quan tâm ở mức độ stress nặng và stress rất nặng là 13% và 6,1%.

Tỷ lệ stress trong nghiên cứu của chúng tôi (47,6%) tương đồng với kết quả nghiên cứu của tác giả Lê Hải Yến (2016) trên 678 sinh viên tại Trường Cao đẳng Y tế Thái Nguyên là 48,5% (4) và cao hơn nghiên cứu của Lê Thị Thu Huyền (2010) trên 182 sinh viên Y tế công cộng tại Đại học Y Dược thành phố

Hồ Chí Minh là 24,1% (8). Điều này có thể lý giải là do Trường Cao đẳng Y tế Tiền Giang và Trường Cao đẳng Y tế Thái Nguyên có sự tương đồng về hệ đào tạo (cao đẳng – 3 năm) và chuyên ngành đào tạo (Dược – Điều dưỡng), bên cạnh đó Thang đo và điểm cắt trong các nghiên cứu khác nhau (Thang đo DASS-21, Thang đo PSS-10), Cỡ mẫu và đối tượng nghiên cứu khác nhau (sinh viên cao đẳng, sinh viên đại học).

Sinh viên nữ có nguy cơ stress cao gấp 4,7 lần sinh viên nam, có thể do sinh viên nữ thường có tâm lý lo lắng về kết quả học tập, nhạy cảm hơn đối với các vấn đề xảy ra xung quanh và cũng thường có những suy nghĩ, cảm nhận quá mức so với bình thường nên có biểu hiện stress cao hơn sinh viên nam. Kết quả này cao hơn với kết quả nghiên cứu của Gallagher

(2014) tại Anh với tỷ lệ stress ở sinh viên nữ cao gấp 3,6 lần sinh viên nam (9).

Sinh viên Dược có tỷ lệ stress cao nhất trong nghiên cứu (71,6%) cao gấp 2,5 lần sinh viên Điều dưỡng (28,4%). Tuy nhiên, về mức độ stress, sinh viên Dược tập trung chủ yếu ở 2 mức độ nhẹ và vừa (65%), còn sinh viên Điều dưỡng lại chiếm tỷ lệ cao nhất về mức độ nặng và rất nặng (56,6%). Điều này cho thấy bên cạnh sinh viên Dược gặp nhiều áp lực đối với kiến thức chuyên ngành, khối lượng bài học nhiều, thường xuyên đi thực tập tại phòng thí nghiệm thì sinh viên Điều dưỡng còn gặp phải những áp lực rất lớn khi vừa phải học tập tại trường vừa đi thực tập lâm sàng, đi trực bệnh viện và phải chịu áp lực cao từ môi trường bệnh viện, đối diện hàng ngày với bệnh tật, tử vong và nguy cơ lây nhiễm bệnh.

### **Một số yếu tố liên quan đến thực trạng stress của sinh viên Trường Cao đẳng Y tế Tiền Giang**

Kết quả nghiên cứu cho thấy có mối liên quan có ý nghĩa thống kê giữa nguy cơ stress của sinh viên và các yếu tố như: năm học, kết quả học tập, lo lắng về nghề nghiệp tương lai, mối quan hệ với bố mẹ, lo lắng khoảng cách lớn giữa lý thuyết và thực hành và mối quan hệ với giảng viên/cán bộ y tế ( $p < 0,05$ ).

Sinh viên năm thứ hai và năm thứ ba có nguy cơ stress cao gấp 3,4 và 2 lần sinh viên năm thứ nhất ( $p < 0,05$ ). Điều này có thể lý giải do ở năm thứ hai sinh viên bắt đầu học các môn chuyên ngành, lượng kiến thức mới và thời gian học nhiều cả về lý thuyết lẫn thực hành, áp lực học và thi lớn, bắt đầu đi thực tập lâm sàng, đi trực tại bệnh viện, phải đối mặt với các tình huống bệnh tật, tử vong và nguy cơ lây nhiễm bệnh. Bên cạnh đó, theo kế hoạch dạy học 2017 – 2018 của Trường Cao đẳng Y tế Tiền Giang cho thấy số môn học mà sinh viên phải hoàn thành trong năm thứ hai là cao nhất trong ba năm học (15 môn cả lý thuyết lẫn thực hành) (10). Còn sinh viên năm thứ ba do áp lực hoàn thành

khóa học, lo lắng về nghề nghiệp sau khi tốt nghiệp nên nguy cơ stress cũng tăng lên. Kết quả này cao hơn trong của Lê Hải Yến (2016) khi nguy cơ stress của sinh viên năm thứ hai gấp 1,7 lần sinh viên năm thứ nhất (4). Về kết quả học tập, sinh viên có học lực trung bình trở xuống có nguy cơ stress cao gấp 1,6 lần so với sinh viên có học lực khá trở lên và sự khác biệt này có ý nghĩa thống kê ( $p < 0,05$ ). Tương đồng với nghiên cứu của Nguyễn Thị Dung (2014) tại trường Cao đẳng Y tế Đồng Nai, stress tỷ lệ nghịch với học lực của sinh viên ( $p < 0,05$ ) (11). Điều này có thể do sinh viên có học lực trung bình khá trở xuống chưa có phương pháp học tốt, không hiểu bài nên kết quả học tập chưa cao vì thế những học sinh này thường rơi vào tình trạng lo lắng, căng thẳng.

Nguy cơ stress cũng cao gấp 2,3 lần ở những sinh viên thường xuyên lo lắng về nghề nghiệp tương lai ( $p < 0,001$ ). Vấn đề việc làm sau khi tốt nghiệp luôn là nỗi băn khoăn, trăn trở lớn của sinh viên Việt Nam hiện nay. Cơ hội việc làm cho sinh viên sau khi ra trường không chỉ phụ thuộc vào chất lượng và kết quả đào tạo mà nó còn bị chi phối bởi nhu cầu tuyển dụng nhân lực y tế. Theo báo cáo thống kê tuyển viên chức y tế năm 2017 của Sở Y tế tỉnh Tiền Giang cho thấy trong khi số lượng thí sinh đăng ký thi tuyển rất cao (857 thí sinh) thì nhu cầu tuyển dụng của ngành y tế chỉ mới đáp ứng được khoảng 1/4 số lượng dự tuyển (146 người) (12). Thêm vào đó, sự gia tăng nhanh chóng của các trường cao đẳng, đại học ngoài công lập đào tạo y dược đã làm cho số lượng sinh viên cao đẳng tốt nghiệp hàng năm tăng, dẫn đến nguy cơ thừa điều dưỡng viên và dược sĩ. Do đó, sinh viên Điều dưỡng và Dược sĩ lo lắng về nghề nghiệp tương lai sau khi tốt nghiệp là điều hoàn toàn hợp lý. Kết quả này tương đồng với nghiên cứu của Gallagher (2014) tại Anh cho thấy stress sẽ cao gấp 2,7 lần ở những sinh viên thường xuyên lo lắng về nghề nghiệp, sự an toàn, kinh nghiệm và trách nhiệm đối với công việc trong tương lai (9).

Nguy cơ stress cao gấp 4,4 lần ở những sinh viên không hài lòng về mối quan hệ với bố mẹ ( $p < 0,001$ ). Sự mâu thuẫn trong gia đình, gia đình không hòa thuận và sinh viên không tìm thấy sự quan tâm chia sẻ, giúp đỡ giải quyết khó khăn từ gia đình, đặc biệt là bố mẹ thì nguy cơ stress của sinh viên tăng cao nhất trong nghiên cứu của chúng tôi (4,4 lần) ( $p < 0,001$ ). Điều này có thể khẳng định hơn về nguy cơ stress từ yếu tố gia đình sẽ ảnh hưởng đến tâm sinh lý và kết quả học tập của sinh viên. Kết quả này tương đồng với nghiên cứu của Vũ Dũng (2016) nguy cơ stress cao gấp 4 lần ở những sinh viên thiếu sự quan tâm giúp đỡ từ gia đình đặc biệt là bố mẹ (3). Trong khi đi thực tập lâm sàng, bên cạnh việc sinh viên có cơ hội quan sát thực tế, hiểu được những yêu cầu của nghề nghiệp và tự đánh giá được những ưu khuyết điểm của bản thân thì sinh viên còn phải đối mặt với nhiều tình huống cụ thể không đúng hoàn toàn như lý thuyết đã học. Nguy cơ stress cũng tăng cao gấp 1,4 lần ở những sinh viên thường xuyên lo lắng về khoảng cách lớn giữa lý thuyết và thực hành chiếm tỷ lệ 53,5% cao hơn nghiên cứu của Borijalilu (2015) trên 341 sinh viên tại Đại học Y khoa Ả Rập 46% (13). Thời gian trong ngày của sinh viên chủ yếu là học tập tại trường và thực tập tại bệnh viện. Do đó, sự hướng dẫn, quan tâm, giúp đỡ của thầy cô có tác động rất lớn đến tâm lý của sinh viên. Nguy cơ stress cũng cao gấp 2,6 lần ở những sinh viên không hài lòng về mối quan hệ với giảng viên/cán bộ y tế. Điều này cho thấy giảng viên, cán bộ y tế có vai trò rất lớn trong việc hỗ trợ và giúp đỡ sinh viên trong học tập, giải đáp những thắc mắc, hướng dẫn về kỹ thuật, kỹ năng giao tiếp và đặc biệt là hỗ trợ về tâm lý cho sinh viên.

## KẾT LUẬN

Kết quả nghiên cứu cho thấy nguy cơ stress của sinh viên khá cao 47,6%. Một số yếu tố liên quan làm tăng nguy cơ này ở sinh viên gồm: năm học (thứ hai và thứ ba); kết quả

học tập (trung bình khá trở xuống); lo lắng về nghề nghiệp tương lai; không hài lòng về mối quan hệ với bố mẹ, thầy cô; lo lắng khoảng cách lớn giữa lý thuyết và thực ( $p < 0,05$ ). Sinh viên cần xây dựng kế hoạch học tập và sinh hoạt hợp lý, tăng cường sự hỗ trợ, giúp đỡ kịp thời từ gia đình. Nhà trường cần tăng cường hoạt động giảng dạy lâm sàng và liên kết các doanh nghiệp trong và ngoài nước giới thiệu cơ hội việc làm cho sinh viên.

**Lời cảm ơn:** Nhóm tác giả xin cảm ơn Trường Đại học Y tế công cộng và Trường Cao đẳng Y tế Tiền Giang đã tạo điều kiện để chúng tôi thực hiện nghiên cứu này. Nghiên cứu của chúng tôi cũng không thể thực hiện được nếu không có những sinh viên ngành Dược sĩ cao đẳng và Điều dưỡng cao đẳng chính quy tham gia nghiên cứu.

## TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. WHO (2012), Depression: A Global Crisis.
2. Abdulghani, H. M., AlKanhal, A. A., Mahmoud, E. S., Ponnampereuma, G. G. & Alfari, E. A. (2011), "Stress and its effects on medical students: a cross-sectional study at a college of medicine in Saudi Arabia", Journal of health, population, and nutrition, 29(5), pp. 516.
3. Vũ Dũng (2016), "Thực trạng Stress của sinh viên điều dưỡng năm thứ 2 và 3 Trường Đại học Thăng Long năm 2015 và một số yếu tố liên quan", Kỷ yếu NCKH năm 2015.
4. Lê Hải Yên (2016), Stress ở sinh viên Trường Cao đẳng Y tế Thái Nguyên năm 2016 và một số yếu tố liên quan, Luận văn thạc sĩ, Trường Đại học Y tế công cộng, Hà Nội.
5. Elani, H. W., Allison, P. J., Kumar, R. A., Mancini, L., Lambrou, A. & Bedos, C. (2014), "A systematic review of stress in dental students", Journal of dental education, 78(2), pp. 226-242.
6. Trường Cao đẳng Y tế Tiền Giang (2017), "Khảo sát chất lượng học tập của sinh viên năm học 2016 - 2017".
7. Viện Sức khỏe Tâm thần Quốc gia (2017), "Thang đo đánh giá Lo âu - Trầm cảm - Stress (DASS 21)", truy cập ngày 30/9/2017 tại trang web <http://nimh.gov.vn/trac-nghiem-tam-ly/28-cac-trc-nghim/151-thang-anh-gia-lo-au-ly>

- trm-cm-stress-dass-21.html”.
8. Lê Thu Huyền (2010), “Tình trạng stress của sinh viên Y tế công cộng Đại học y dược thành phố Hồ Chí Minh và các yếu tố liên quan năm 2010”, Tạp chí Y học thành phố Hồ Chí Minh, 15(1).
  9. Gallagher, C. T., Mehta, A. N., Selvan, R., Mirza, I. B., Radia, P., Bharadia, N. S. & Hitch, G. (2014), “Perceived stress levels among undergraduate pharmacy students in the UK”, Currents in Pharmacy Teaching and Learning, 6(3), pp. 437-441.
  10. Trường Cao đẳng Y tế Tiền Giang (2017), “Kế hoạch dạy học 2017 - 2018”.
  11. Nguyễn Thị Dung (2014), Khảo sát những yếu tố liên quan đến stress ở sinh viên điều dưỡng trường Cao đẳng Y tế Đồng Nai năm 2013, Luận văn thạc sĩ.
  12. Sở Y tế tỉnh Tiền Giang (2017), “Báo cáo công tác tuyển sinh viên chức năm 2017”.
  13. Borjalilu, S., Mohammadi, A. & Mojtahedzadeh, R. (2015), “Sources and severity of perceived stress among Iranian medical students”, Iranian Red Crescent Medical Journal, 17(10).

## Stress and associated factors of stress among students of Tien Giang Medical College in 2018

*Phung Nhu Hanh<sup>1\*</sup>, Nguyen Hung Vi<sup>1</sup>, Le Thi Hai Ha<sup>2</sup>*

<sup>1</sup> Tien Giang Medical College

<sup>2</sup> Hanoi University of Public Health

**Abstract:** The aim of this study is to describe the stressful situation of students and to analyze associated factors of stress situation among students of Tien Giang Medical College in 2018. **Methods:** A cross-sectional descriptive study. **Main findings:** 275/578 students were at risk of stress (47.6%). Most student were at risk of mild and moderate stress (33.5%), however, the proportion of students who were at risk of severe and very severe stress was also significant (13%; 6.1%). Female students were 4.7 times more likely to be stressed than male students, The highest risk of stress is among pharmaceutical students (71.6%). The rate and level of stress of students increases with each school year. The statistically significant factors that increase the student’s risk of stress include: school year (second year; third year), anxiety about future careers, study results, dissatisfied with the relationship with parents and teachers, worried about the big gap between theory and practice ( $p < 0.05$ ). **Conclusions and recommendations:** Medical and pharmaceutical students have a high risk of stress. Students need to develop a reasonable study and living plan, enhance the timely support of the family. The school should strengthen clinical teaching activities and associate with domestic and foreign agencies and businesses to introduce more job opportunities for students.

**Keywords:** stress, related factors, students.