

Stress của sinh viên cử nhân Hộ sinh Đại học Y Dược Thành Phố Hồ Chí Minh và các yếu tố liên quan

Mai Thị Hiền và Phạm Ngọc Hà*

Đại học Y Dược TP.HCM

TÓM TẮT

Mục tiêu: Xác định tỷ lệ stress của sinh viên cử nhân Hộ sinh Đại học Y Dược TP.HCM. **Phương pháp:** Nghiên cứu cắt ngang mô tả, được thực hiện từ tháng 03/2020 đến tháng 07/2020 trên sinh viên cử nhân Hộ sinh Đại học Y Dược TP.HCM năm học 2019 - 2020. **Kết quả:** Tỷ lệ stress của sinh viên cử nhân Hộ sinh Đại học Y Dược TP.HCM là 19.76% và không bị stress là 80.24%. **Kết luận:** Tình trạng stress có tồn tại trên sinh viên cử nhân Hộ sinh Đại học Y Dược TP.HCM. Cần đưa ra những biện pháp hỗ trợ hợp lý giúp nâng cao kết quả học tập và chất lượng cuộc sống của sinh viên.

Từ khóa: stress, áp lực học tập, sinh viên

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Stress không loại trừ một đối tượng nào, trong đó học sinh, sinh viên là đối tượng rất dễ bị stress vì đối tượng này còn trẻ, ít có kinh nghiệm sống, kinh nghiệm đối phó với những vấn đề phức tạp. Trên thế giới, các nghiên cứu về stress học đường rất đa dạng, tập trung vào nhiều khía cạnh và lĩnh vực, từ thống kê mô tả các biểu hiện của stress, tìm hiểu nguyên nhân, tìm hiểu phong cách ứng phó, cho đến những liên quan của stress học đường với các sự kiện cuộc sống hay sức khỏe tâm thần. Ngành y tế là một ngành nghề đặc thù, đào tạo ra những nhân viên làm việc trực tiếp liên quan đến sức khỏe và tính mạng con người. Do đó, đòi hỏi sinh viên phải luôn nỗ lực phấn đấu, học tập ở mức độ tốt nhất. Đối với đối tượng sinh viên ngành y tế, áp lực học tập nặng nề cùng nhiều yếu tố khác sẽ gây nên stress cho họ [1]. Tình hình stress ngày càng gia tăng nghiêm trọng, nhất là ở những nước phát triển. Tại Mỹ, có tới 86% sinh viên trường đại học Y Washington có các biểu hiện của stress. Trong khi đó tỷ lệ stress của sinh viên một số ngành Y của Đại học Y Nam Carolina lần lượt là: Đa khoa 54%, Răng hàm mặt 56% [2]. Ở Việt Nam, trong nghiên cứu của Dương Thành Hiệp và cộng sự tỷ lệ stress chung của Điều dưỡng, hộ sinh ở 8 khoa lâm sàng Bệnh viện Nguyễn Đình Chiểu tỉnh Bến Tre là 56.9% [3]. Nghiên cứu của Lê Thu Huyền và Huỳnh Hồ Ngọc

Quỳnh ở sinh viên Y tế công cộng Đại học Y Dược TP.HCM cho thấy sinh viên bị stress bệnh lý chiếm tỷ lệ khá cao với 24.2% [4].

Đại học Y Dược TP.HCM là cơ sở đào tạo có quy mô lớn và có truyền thống của ngành y tế. Sinh viên ngành y nói chung và sinh viên hộ sinh nói riêng phải dành nhiều thời gian để vừa học lý thuyết vừa phải đi thực tập thực tế trong bệnh viện, môi trường căng thẳng vì có nhiều yếu tố bất lợi, như: vi sinh vật gây bệnh, phải chăm sóc người đang bị bệnh nặng, thời gian làm việc của sinh viên cũng thất thường (phải trực đêm), sinh viên không được quyền tự quyết trong công việc của mình. Sinh viên năm cuối ngoài những áp lực kể trên còn phải hoàn thành các đợt kiểm tra định kỳ hoặc đợt xuất về kỹ năng lâm sàng và chịu áp lực về công việc sau khi ra trường thì sẽ xin việc ở đâu, xin như thế nào và lương có đủ để trang trải cuộc sống ... Những yếu tố đó vô hình chung đã tạo nên một áp lực không nhỏ tác động mạnh đến sức khỏe tinh thần và tâm lý của sinh viên. Chưa có nghiên cứu nào về tình trạng stress trên sinh viên cử nhân hộ sinh của Đại học Y Dược TP.HCM.

2. ĐỐI TƯỢNG VÀ PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

2.1. Đối tượng nghiên cứu

2.1.1. Tiêu chuẩn chọn mẫu

- Các sinh viên cử nhân Hộ sinh chính quy đang

Tác giả liên hệ: ThS. Phạm Ngọc Hà

Email: ngocha.pham@ump.edu.vn

học tại Đại học Y Dược TP.HCM năm học 2019 - 2020.

- Các sinh viên tự nguyện tham gia vào nghiên cứu sau khi được mời cũng như giải thích rõ mục đích của nghiên cứu.

2.1.2. Tiêu chuẩn loại trừ

- Những sinh viên được xác định hoặc có dấu hiệu trầm cảm qua đợt khảo sát của trường.
- Những sinh viên đang nghỉ ốm, bảo lưu (không có mặt tại thời điểm thu thập số liệu).

2.2. Phương pháp nghiên cứu

2.2.1. Thiết kế nghiên cứu

Cắt ngang mô tả.

2.2.2. Cỡ mẫu

Chọn toàn bộ sinh viên cử nhân Hộ sinh hệ chính quy Đại học Y Dược TP.HCM năm học 2019 - 2020 (364 sinh viên).

2.2.3. Phương pháp và kỹ thuật thu thập số liệu

Được thực hiện qua 6 bước: Nghiên cứu viên (NCV) xin thông tin gmail và số điện thoại của từng sinh viên. Gửi thư ngỏ kèm bản chấp thuận tham gia nghiên cứu qua gmail mỗi sinh viên.

Điện thoại mời sinh viên tham gia nghiên cứu và nhắc sinh viên kiểm tra gmail. NCV nhận thư phản hồi đồng ý tham gia nghiên cứu của sinh viên. Gửi phiếu khảo sát qua gmail qua bộ câu hỏi tự điền được thiết kế trên Google biểu mẫu. Kiểm tra lại phiếu khảo sát.

2.2.4. Xử lý số liệu

Nhập số liệu bằng phần mềm excel 2010.

Xử lý và phân tích số liệu bằng phần mềm SPSS 20.0.

2.2.5. Đạo đức nghiên cứu

Nghiên cứu đã được chấp thuận bởi Hội đồng Đạo đức trong nghiên cứu y sinh học số 291, ngày 07/05/2020 của Đại học Y Dược TP.HCM.

3. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

Bảng 1. Đặc điểm nhân khẩu của sinh viên (n = 329)

Đặc điểm	Tần số	(%)
Năm sinh		
1995	1	0.3
1996	7	2.1
1997	13	4.0
1998	48	14.6
1999	71	21.6
2000	99	30.1
2001	90	27.4
Dân tộc		
Kinh	301	91.5
Khác	28	8.5
Hộ khẩu		
thường trú		
Thành thị	108	32.8
Nông thôn	201	61.1
Miền núi	20	6.1
Nơi sống		
Sống ở nhà bố mẹ	91	27.7
Ký túc xá	47	14.3
Nhà trọ một mình	15	4.6
Nhà trọ ở ghép với bạn	142	43.2
Nhà người quen họ hàng	34	10.3
Năm học		
Năm nhất	98	29.8
Năm hai	105	31.9
Năm ba	72	21.9
Năm bốn	54	16.4
Tổng	329	100.0

Độ tuổi trung bình của sinh viên là 20.7 (± 1.25), ít tuổi nhất là 19, cao tuổi nhất là 25. Số lượng sinh viên năm thứ hai chiếm nhiều nhất 31.9%, ít nhất là sinh viên năm thứ tư 16.4%, Hầu như sinh viên là người Kinh chỉ có 28 sinh viên là người dân tộc thiểu số. Chủ yếu sinh viên có hộ khẩu thường trú ở nông thôn 61.1%. Và đa phần sinh viên đang sống ở nhà trọ, ký túc xá hoặc sống nhờ ở nhà người quen.

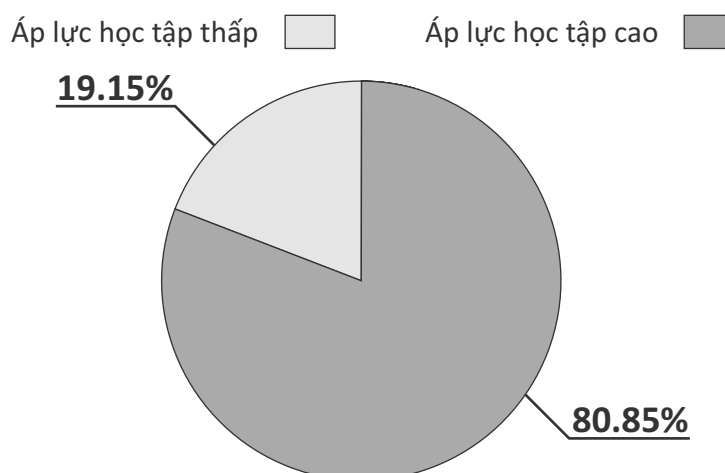
Bảng 2. Mức độ áp lực trong học tập đối với sinh viên

Nội dung	Min	Max	Mean	SD
Áp lực từ khối lượng bài vở kiểm tra	5	15	10.51	1.77
Cảm thấy có quá nhiều bài vở ở trường.	1	5	3.3	0.75
Cảm thấy có quá nhiều bài để học ở nhà.	1	5	3.65	0.80
Có quá nhiều bài kiểm tra, kỳ thi trong trường.	2	5	3.46	0.74

Nội dung	Min	Max	Mean	SD
Áp lực học tập	8	35	22.70	4.25
Gặp nhiều áp lực khi nghĩ về việc học trong tương lai.	1	5	2.53	0.98
Cảm thấy việc học hàng ngày có nhiều áp lực.	1	5	3.36	0.79
Cảm thấy nhiều áp lực do có nhiều cạnh tranh các bạn trong lớp.	1	5	3.27	0.87
Cảm thấy quá nhiều bài tập về nhà.	1	5	3.48	0.93
Căng thẳng vì không sống đúng tiêu chuẩn của bản thân.	1	5	3.37	0.90
Cảm thấy không đủ tốt khi không sống đúng kỳ vọng.	1	5	3.48	0.92
Cảm thấy lo lắng khi không đạt được mục tiêu của chính mình.	1	5	3.22	1.11
Áp lực từ kết quả thi, kiểm tra	9	30	19.49	3.93
Cảm thấy thất vọng về điểm học tập của bản thân.	1	5	3.25	1.04
Bố mẹ quan tâm quá nhiều đến điểm số gây áp lực.	1	5	2.53	0.98
Thành tích học tập trong tương lai quyết định toàn bộ cuộc đời.	1	5	3.63	0.89
Làm bố mẹ thất vọng vì kết quả kiểm tra/thi.	1	5	3.40	1.05
Làm giáo viên thất vọng vì kết quả kiểm tra/thi.	1	5	3.19	0.93
Luôn cảm thấy thiếu tự tin về điểm số.	1	5	3.49	0.97
Áp lực học tập nói chung	23	80	52.69	8.41

Kết quả ở bảng trên cho thấy: Điểm trung bình của tất cả các yếu tố gây áp lực đối với sinh viên nói chung là 52.69 (± 8.41) điểm. Điểm thấp nhất là 23 và cao nhất là 80 điểm. Điểm trung bình của nhóm các yếu tố gây áp lực từ khối lượng bài vở kiểm tra là 10.51 (± 1.77) điểm. Trong đó thấp nhất là 5 điểm cao nhất là 15 điểm. Điểm trung bình của nhóm các yếu tố gây áp lực học tập là 22.70 (\pm

4.25). Trong đó điểm thấp nhất là 8 và cao nhất là 35 điểm. Điểm trung bình cao nhất ở yếu tố cảm thấy không đủ tốt khi không sống đúng kỳ vọng là 3.48, gặp nhiều áp lực khi nghĩ về việc học trong tương lai là thấp nhất 2.53. Điểm trung bình của nhóm các yếu tố áp lực từ kết quả thi, kiểm tra là 19.49 (± 3.93) điểm. Trong đó thấp nhất là 9 điểm cao nhất là 30 điểm.



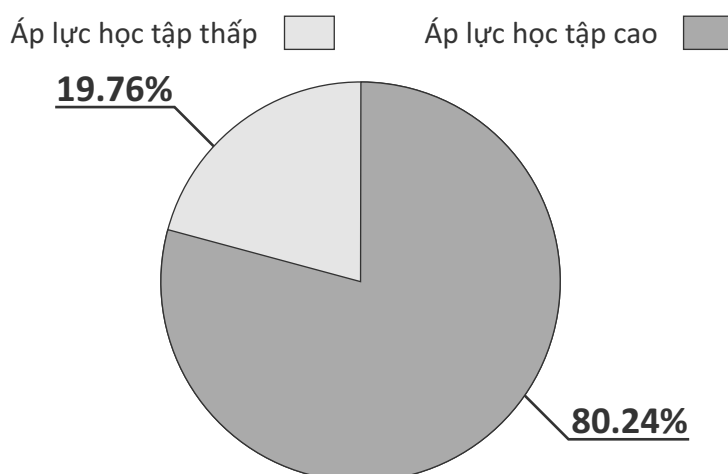
Hình 1. Mức độ áp lực học tập đối với sinh viên
 Có tới 80.85% sinh viên chịu áp lực học tập ở mức thấp. Chỉ có 19.15% sinh viên phải chịu áp lực học tập ở mức cao.

Bảng 3. mức độ stress của sinh viên Hộ sinh

Nội dung (n = 329)	Min	Max	Mean	SD
1. Mức độ thường xuyên bạn cảm thấy khó chịu vì những điều xảy ra không theo mong muốn?	0	4	2.05	0.80
2. Mức độ thường xuyên bạn cảm thấy không thể kiểm soát những điều quan trọng trong cuộc sống của bạn?	0	4	1.81	0.90
3. Mức độ thường xuyên bạn cảm thấy lo lắng và bị căng thẳng?	0	4	2.32	0.83
4. Mức độ thường xuyên bạn cảm thấy tự tin về khả năng có thể kiểm soát các vấn đề cá nhân?	0	4	1.86	0.74
5. Mức độ thường xuyên bạn cảm thấy mọi việc đều xảy ra theo dự định kế hoạch của bạn?	0	4	2.01	0.79
6. Mức độ thường xuyên bạn nhận ra rằng bạn không thể đối phó với tất cả những việc bạn gặp phải?	0	4	1.79	0.79
7. Mức độ thường xuyên bạn có thể kiểm soát được sự cáu gắt trong cuộc sống của bạn?	0	4	1.60	0.72
8. Mức độ thường xuyên bạn cảm thấy bạn phải đứng đầu trong mọi việc?	0	4	2.29	0.84
9. Mức độ thường xuyên bạn cảm thấy tức giận vì những việc nằm ngoài tầm kiểm soát?	0	4	1.93	0.80
10. Mức độ thường xuyên bạn cảm thấy nhiều có khó khăn chồng chất quá cao đến mức bạn không thể vượt qua nó?	0	4	1.63	0.94
Tổng điểm mức độ stress	4	33	19.29	4.33

Tổng điểm đánh giá mức độ stress của sinh viên trung bình là 19.29 (± 4.33) điểm. Trong đó điểm thấp nhất là 4 điểm cao nhất là 33 điểm. Chọn điểm cắt phân chia mức độ stress mức độ cao và không

stress mức độ cao là 2/3 điểm tối đa (33 điểm). Như vậy sinh viên có điểm đánh giá stress từ 22 điểm trở lên được xếp vào nhóm stress mức độ cao. Còn lại là nhóm sinh viên không stress mức độ cao.

**Hình 2.** Mức độ stress của sinh viên hộ sinh

Kết quả bảng trên cho ta thấy khoảng 1/4 số sinh viên (19.76%) có tình trạng stress mức độ cao.

4. BÀN LUẬN

Tuổi trung bình của sinh viên trong nghiên cứu này là 20.7 (± 1.25), sinh viên nhỏ tuổi nhất là 19 và lớn tuổi nhất là 25. Độ tuổi này hoàn toàn phù hợp với đối tượng nghiên cứu là sinh viên đại

học. Hầu như toàn bộ sinh viên đều là người Kinh, chỉ có 28 sinh viên là người dân tộc thiểu số. Về nơi sinh sống, đa phần sinh viên có hộ khẩu thường trú ở nông thôn là 61.1%, thành thị 32.8%, một số ở miền núi. Tỷ lệ này tương đồng

với nghiên cứu của Đoàn Vương Diễm Khánh năm 2016 tại Trường Đại học Y Dược Huế là nông thôn 73.2% và thành thị là 26.8% [5]. Thay đổi môi trường sống đặc biệt là ở các vùng nông thôn, miền núi, điều này sẽ làm tăng áp lực cho sinh viên trong thích nghi với môi trường sống, học tập nhất là đối với sinh viên năm thứ nhất. Tỷ lệ sinh viên năm thứ hai cao nhất là 31.9%, ít nhất là sinh viên năm thứ tư 16.4%, sinh viên năm thứ nhất là 29.8% và sinh viên năm ba là 21.9%. Tỷ lệ này cũng tương đồng so với nghiên cứu của Nguyễn Ngọc Quang tại Trường Đại học Khoa học Xã hội và Nhân văn Hà Nội năm 2017 là năm nhất 31.85%, năm hai 23.57%, năm ba 26.11% và thấp nhất là năm tư với 18.47% [6]. Trong tổng số 329 sinh viên chỉ có 27.7% sinh viên đang sống cùng với gia đình. Còn lại 72.3% sinh viên đang thuê phòng trọ, nhà trọ, ký túc xá hoặc sống nhờ tại nhà người thân, người quen. Tỷ lệ này cũng tương đồng với nghiên cứu của Vũ Dũng tại Đại học Thăng Long năm 2015 là 36.3% sống cùng gia đình và 63.7% thuê phòng trọ, nhà trọ, ký túc xá hoặc sống nhờ tại nhà người thân, người quen [7]. Cả hai nghiên cứu đều thực hiện ở Thành phố lớn là Hà Nội và Thành Phố Hồ Chí Minh, nơi mà nhiều sinh viên ở các tỉnh thành khác đến học tập. Vì vậy, tỷ lệ sinh viên sống xa gia đình và phải ở trọ, ký túc xá hay nhà người quen cao.

Tỷ lệ sinh viên chịu áp lực học tập ở mức cao là 19.15% và chịu áp lực ở mức thấp là 80.85%. Tỷ lệ sinh viên chịu áp lực học tập ở mức cao thấp hơn nhiều so với nghiên cứu của Nguyễn Thành Trung năm 2018 [8] và nghiên cứu của Vũ Dũng năm 2015 [7]. Nghiên cứu của chúng tôi được thực hiện vào thời điểm sinh viên vừa mới đi học lại sau thời gian dài nghỉ học vì dịch Covid-19, trong khoảng thời gian nghỉ chỉ học online và không thi cử hay đi thực tập bệnh viện. Vì lý do đó tỷ lệ áp lực học tập trong nghiên cứu của chúng tôi sẽ thấp hơn so với những nghiên cứu khác.

Tỷ lệ sinh viên bị stress mức độ cao là 19.76% và không bị stress mức độ cao là 80.24%. Nhìn chung tỷ lệ này thấp hơn so với một số nghiên cứu. Tỷ lệ sinh viên bị stress mức độ cao trong nghiên cứu của chúng tôi thấp hơn nhiều so với nghiên cứu của Vũ Ngọc Trinh năm 2013 [9]. Sự khác nhau giữa hai nghiên cứu có thể do khác nhau về đối tượng nghiên cứu một bên là sinh viên và một bên là Điều dưỡng đã đi làm. Tỷ lệ sinh viên stress mức độ cao trong nghiên cứu của chúng tôi cũng thấp hơn nhiều so với nghiên cứu của Trần Kim Trang tại Đại học Y Dược TP.HCM năm 2011 [10]. Nguyên nhân của sự khác nhau này là do khác nhau về đối tượng nghiên cứu giữa sinh viên Y đa khoa, Răng hàm mặt với sinh viên Hộ sinh. Do khác nhau về đặc thù ngành học nên áp lực học tập đối với sinh viên Y khoa lớn hơn hẳn so với sinh viên Hộ sinh và nghiên cứu của Trần Kim Trang sử dụng thang đo DASS- 21 khác so với nghiên cứu của tôi là PSS-10. So với nghiên cứu của Nguyễn Thành Trung năm 2018 thì nghiên cứu của chúng tôi cũng có tỷ lệ stress thấp hơn [8]. Ngoài ra, kết quả của nghiên cứu có tỷ lệ stress mức độ cao thấp hơn so với những nghiên cứu khác có thể do nghiên cứu của chúng tôi được thực hiện vào thời điểm sinh viên vừa mới đi học lại sau đợt nghỉ học dài ngày do dịch Covid-19. Tỷ lệ stress sẽ bị ảnh hưởng khi sinh viên nghỉ học quá lâu sẽ có mong muốn đi học trở lại, sinh viên đã chuẩn bị tốt cả về mặt tinh thần lẫn sức khỏe. Điều đó có thể làm ảnh hưởng đến kết quả của nghiên cứu.

5. KẾT LUẬN

Tỷ lệ stress của sinh viên cử nhân Hộ sinh Đại học Y Dược TP.HCM là 19.76% và không bị stress là 80.24%. Tình trạng stress có tồn tại trên sinh viên cử nhân Hộ sinh Đại học Y Dược TP.HCM với tỷ lệ thấp hơn so với nhiều nghiên cứu trong và ngoài nước. Cần đưa ra những biện pháp hỗ trợ hợp lý giúp nâng cao kết quả học tập và chất lượng cuộc sống của sinh viên.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

- [1] Nguyễn Văn Bắc, "Stress và các yếu tố liên quan ở học sinh Điều dưỡng tại trường trung cấp quân y 2", *Tạp chí Y học Thành Phố Hồ Chí Minh*, 2013.
- [2] Liselotte N và Dyrbye et al., "Systematic Review of Depression, Anxiety, and Other Indicators of Psychological Distress Among U.S. and Canadian Medical Students, Systematic Review of

Depression, Anxiety, and Other Indicators of Psychological Distress Among U.S. and Canadian Medical Students", *Academic Medicine*, 81(4), pp. 354-373, 2006.

- [3] Dương Thành Hiệp, Trần Thanh Hải và Tạ Văn Trâm, "Tỷ lệ Điều dưỡng hộ sinh bị stress nghề nghiệp tại bệnh viện Nguyễn Đình Chiểu, tỉnh Bến

Tre “, *Tạp chí Y học Thành Phố Hồ Chí Minh*, 18(5), tr. 190-196, 2014.

[4] Lê Thu Huyền, Huỳnh Hồ Ngọc Quỳnh, “Tình trạng stress của sinh viên y tế công cộng Đại học Y Dược TP.HCM và các yếu tố liên quan năm 2010”, *Tạp chí Y học Thành Phố Hồ Chí Minh*, 15(1), tr.87-92, 2011.

[5] Đoàn Vương Diễm Khánh, Lê Đình Dương, Phạm Tuyên, Trần Bình Thắng, Bùi Thị Phương Anh, Nguyễn Thị Trà My, Nguyễn Thị Yên, Bùi Đức Hà, Nguyễn Hữu Hùng, Nguyễn Văn Kiêu, “Stress và các yếu tố liên quan ở sinh viên khoa y tế công cộng, trường Đại học y dược Huế”, *Tạp chí Y Dược học, Trường Đại học Y Dược Huế*, 6(3), 2016.

[6] Nguyễn Ngọc Quang, Nguyễn Linh Chi, “Ứng phó với stress trong học tập của sinh viên”, Đề tài tham gia xét giải thưởng sinh viên nghiên cứu khoa học, Trường đại học Khoa học xã hội và nhân

văn, Đại học Quốc gia Hà Nội, 2017.

[7] Vũ Dũng, “*Thực trạng stress của sinh viên Điều dưỡng Đại học Thăng Long năm 2015 và một số yếu tố liên quan*”, Luận văn thạc sĩ Y tế công cộng, Trường Đại học Y tế công cộng, Hà nội năm 2016.

[8] Nguyễn Thành Trung, Huỳnh Hồ Ngọc Huỳnh, “Tỷ lệ stress ở học sinh trường THPT Lê Trung Kiên huyện Đông Hòa, tỉnh Phú Yên và các yếu tố liên quan”, *Tạp chí Y học Thành Phố Hồ Chí Minh*, 23(2), 2019, tr.65-69, 2018.

[9] Vũ Ngọc Trinh, “Tỷ lệ Điều dưỡng tại bệnh viện chấn thương chỉnh hình TP. Hồ Chí Minh mắc stress và các yếu tố liên quan, năm 2013”, *Tạp chí Y học Thành phố Hồ chí Minh*, 28(2)2013.

[10] Trần Kim Trang, “Stress, lo âu và trầm cảm ở sinh viên y khoa”, *Tạp chí Y học TP. Hồ Chí Minh*, 16(1), tr. 356-362, 2011.

Stress of Bachelor of Midwifery at University of Medicine and Pharmacy in Ho Chi Minh City and related factors

Mai Thi Hien and Pham Ngoc Ha

ABSTRACT

Objective: Determining the stress rate of bachelor's degree students of Midwifery at University of Medicine and Pharmacy in Ho Chi Minh City. Methods: Descriptive cross-sectional study, conducted from March 2020 to July 2020 on bachelor's students of Midwifery at University of Medicine and Pharmacy in Ho Chi Minh City in the academic year 2019-2020. Results: The stress rate of bachelor's degree students of Midwifery at University of Medicine and Pharmacy in Ho Chi Minh City was 19.76% and no stress was 80.24%. Conclusion: Stress exists in bachelor's degree midwifery students at University of Medicine and Pharmacy in Ho Chi Minh City. It is necessary to provide reasonable support measures to help improve students' learning outcomes and quality of life.

Keywords: stress, study pressure, student

Received: 11/09/2022

Revised: 29/10/2022

Accepted for publication: 14/11/2022