

STRESS CỦA SINH VIÊN ĐIỀU DƯỠNG NĂM THỨ TƯ TRƯỜNG ĐẠI HỌC QUỐC TẾ HỒNG BÀNG

● Trần Thị Thuận* ● Lê Nguyễn Ngọc Phương Thảo
Trường Đại học Quốc tế Hồng Bàng

TÓM TẮT

Đặt vấn đề: Sinh viên là một trong những đối tượng bị stress khá phổ biến hiện nay. Họ phải đối mặt với quá nhiều áp lực trong học tập và môi trường xung quanh. Đặc biệt là đối với sinh viên khối ngành sức khỏe, đối tượng phải chịu áp lực về gánh nặng bài vở, thi cử và các đợt thực hành tại bệnh viện. *Mục tiêu:* Xác định tỷ lệ mỗi mức độ của stress và các yếu tố ảnh hưởng đến stress của sinh viên điều dưỡng năm 4 trường Đại học Quốc tế Hồng Bàng. *Phương pháp nghiên cứu:* Nghiên cứu mô tả cắt ngang. *Kết quả:* Điểm trung bình mức độ stress của sinh viên theo thang đo PSS-10 là 27.95 (± 9.977) điểm, mức độ stress chung của sinh viên nằm trong mức độ stress vừa. Tất cả 48 (100%) sinh viên đều có stress và tỷ lệ mỗi mức độ lần lượt là: mức độ stress cao 18.75%, mức độ stress vừa 75% và mức độ stress nhẹ 6.25%. Các yếu tố có ảnh hưởng, tác động nhiều nhất đến stress của sinh viên Điều dưỡng năm thứ 4: i) Yếu tố cá nhân; ii) Yếu tố gia đình: Tỷ lệ sinh viên cảm thấy hài lòng với gia đình cũng như mức độ hài lòng khi chia sẻ khó khăn với gia đình chỉ ở mức 34% và 38.30%; iii) Yếu tố tài chính: Sự hỗ trợ về tài chính trong việc học của SV. 31.30% sinh viên cảm thấy lo lắng về học phí khi không được hỗ trợ đầy đủ từ gia đình. Chi phí sinh hoạt cá nhân của sinh viên có 41.70% cảm thấy không thoải mái; iv) Yếu tố học tập: Tổng điểm trung bình áp lực học tập của sinh viên nói chung là 23.05 (± 7.639) điểm, nằm ở mức áp lực vừa. *Kết luận:* Mức độ stress của sinh viên hiện tại chỉ ở mức độ vừa, nhưng về lâu dài sẽ gây ảnh hưởng nhiều đến cuộc sống của sinh viên. Các yếu tố có ảnh hưởng nhiều nhất đến mức độ stress của sinh viên thường là những điều nhỏ nhặt và không được sinh viên quan tâm đến, đây sẽ là nguy cơ gây stress mức độ cao cho sinh viên.

Từ khóa: stress, sinh viên Điều dưỡng, Trường Đại học Quốc tế Hồng Bàng

STRESS OF NURSING STUDENTS IN THE FOURTH YEAR AT HONG BANG INTERNATIONAL UNIVERSITY

● Tran Thi Thuan ● Le Nguyen Ngoc Phuong Thao

ABSTRACT

Background: Students are one of the most common stressors today. They have a lot of problem in study and surrounding environment. Especially for medical students, who are pressure from the burden of homework, exams and practice sessions at the hospital.

Objectives: Determining the rate of each level of stress and factors affecting stress of 4th year nursing students at Hong Bang International University. *Methods:* Cross-sectional descriptive study. *Results:* The mean score of the students' stress according to the PSS-10 scale is 27.95 (± 9.977) points, the overall stress level of the students is in the moderate stress level. All 48 (100%) students have stress and the ratio of each level is: high stress level 18.75%, moderate stress 75% and mild

* Tác giả liên hệ: ThS. Trần Thị Thuận, Email: thuant@hiu.vn

(Ngày nhận bài: 01/10/2022; Ngày nhận bản sửa: 01/11/2022; Ngày duyệt đăng: 14/11/2022)

stress level 6.25%. Factors that have the most influence on stress of nursing students in the fourth year: i) Personal factors: Relationships with friends have the rate of dissatisfaction and normal accounting for more than half. ii) Family factor: The percentage of students who feel satisfied with their family as well as the level of satisfaction when sharing difficulties with their family is only 34% and 38.30%; iii) Financial factors: The financial support in studying of students has up to 31.30% of students feel worried about tuition fees when they are not fully supported from their families. Student's personal living expenses 41.70% feel uncomfortable; iv) Learning factors: The total average score of the student's learning pressure is generally 23.05 (± 7.639) points, located at moderate pressure, indicating. Conclusions: The stress level of students is moderate, but in the long time, it will greatly affect students' lives. The factors that have the most influence on students' stress levels are often small things and are not taken into account by students, which will be the risk of causing high levels of stress for students.

Keywords: stress, nursing students, Hong Bang International University

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Xã hội ngày càng phát triển cùng với sự phát triển của khoa học kỹ thuật trên nhiều lĩnh vực. Hằng ngày, con người phải đối mặt với nhiều sự kiện, nhiều biến cố xảy ra, phải đương đầu với nhiều tình huống khó khăn, phức tạp khác nhau. Do đó, bất cứ ai cũng có thể bị stress - trạng thái căng thẳng về tâm lý với các mức độ khác nhau. Vì thế, việc hiểu biết về stress và ảnh hưởng của nó đối với cuộc sống của con người là vô cùng cần thiết.

Sinh viên khối ngành sức khỏe trong đó có sinh viên Điều dưỡng năm thứ 4, đối tượng đang phải chịu áp lực về gánh nặng bài vở, thi cử và các đợt thực hành tại bệnh viện.

Một nghiên cứu được thực hiện tại Trường Điều dưỡng, Đại học Memorial of Newfoundland, St. John's, Canada, cho thấy sinh viên Điều dưỡng trải qua mức độ căng thẳng cao và họ có nguy cơ mắc bệnh thể chất hoặc tâm thần. Sinh viên năm thứ nhất bị stress chiếm đến (78,7%), tiếp theo là sinh viên năm thứ hai (70,8%), năm thứ ba (68%), năm thứ tư (43,2%) [1].

Tại Việt Nam, nghiên cứu cắt ngang tiến hành trên 862 sinh viên chính quy năm cuối thuộc các chuyên ngành tại Trường Đại học Y – Dược Thái Nguyên năm 2020. Kết quả nghiên cứu cho thấy tỷ lệ stress ở sinh viên năm cuối là 38.5% [2].

Tại Trường Đại học Y Hà Nội, tỷ lệ stress của sinh viên năm 2013 là 63,6%. Trong đó, tỷ lệ của sinh viên Điều dưỡng là 72.5% [3]. Kết quả nghiên cứu của Hoàng Tuấn Anh và một số cộng sự được tiến hành trên 266 điều dưỡng viên hệ vừa làm vừa học tại Trường Đại học Y - Dược Hải Phòng năm 2018 từ tháng 1/2018 đến 9/2018 cho thấy tỷ lệ stress chung của đối tượng nghiên cứu là 52%, chủ yếu stress nhẹ 35% và stress vừa 11.7% [4].

Đã có nhiều nghiên cứu về stress trên sinh viên trong và ngoài nước, tuy nhiên đối với sinh viên Điều dưỡng là đối tượng có tỷ lệ stress cao lại chưa được phổ biến. Để đối phó với stress, ta cần phải nắm rõ tỷ lệ mức độ của stress trên sinh viên và cần xác định được những yếu tố ảnh hưởng đến stress để từ đó có biện pháp phòng và giảm thiểu stress hiệu quả hơn đối với sinh viên có áp lực cao như sinh viên năm 4. Từ sự cấp thiết đó, tôi đã thực hiện đề tài “Stress của sinh viên điều dưỡng năm 4 tại Trường Đại học Quốc tế Hồng Bàng năm 2021”.

2. MỤC TIÊU VÀ PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

2.1. Mục tiêu nghiên cứu

- Xác định tỷ lệ mỗi mức độ stress của sinh viên Điều dưỡng năm 4.

● Xác định tỷ lệ mỗi mức độ của các yếu tố ảnh hưởng đến stress của sinh viên Điều dưỡng năm thứ tư.

2.2. Thiết kế nghiên cứu: nghiên cứu mô tả cắt ngang.

2.3. Đối tượng nghiên cứu: sinh viên Điều dưỡng năm thứ tư, hệ đại học chính quy, Trường Đại học Quốc tế Hồng Bàng.

2.4. Cỡ mẫu nghiên cứu: 48 sinh viên Điều dưỡng năm thứ tư của Khoa Điều dưỡng, Trường Đại học Quốc tế Hồng Bàng.

2.5. Thời gian và địa điểm nghiên cứu

- Thời gian: từ tháng 9/2021 đến 10/2021
- Địa điểm nghiên cứu: do tình hình dịch covid-19 không thể tiến hành khảo sát trực tiếp nên chúng tôi tiến hành khảo sát bằng Google form.

3. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

3.1. Thông tin chung

Bảng 1. Thông tin chung của sinh viên Điều dưỡng năm thứ tư tham gia nghiên cứu

Thông tin	Nội dung	Số lượng (N=48)	Tỷ lệ %
Độ tuổi	Từ 20 – 22 tuổi	39	81.3
	Từ 23 – 25 tuổi	7	14.6
	Trên 25 tuổi	2	4.2
Giới tính	Nam	6	12.5
	Nữ	42	87.5
Học lực học kỳ 1 (2020-2021)	Giỏi (8.5-10.0)	1	2.1
	Khá (7.0-8.4)	36	75
	Trung bình khá (6.5-6.9)	11	22.9
	Trung bình (<6.4)	0	0

Nhận xét: Nghiên cứu chỉ thực hiện trên sinh viên năm thứ tư nên tỷ lệ sinh viên trong độ tuổi từ 20 – 22 chiếm tới 81.30% sinh viên nữ chiếm tỷ lệ 85.40%. Sinh viên có học lực Khá chiếm tỷ lệ cao nhất với 75%; học lực Trung bình khá là 22.90% và học lực Giỏi là ít nhất với 2.10%.

3.2. Các yếu tố ảnh hưởng đến stress của sinh viên

3.2.1. Yếu tố cá nhân

Bảng 2. Các vấn đề cá nhân của sinh viên tham gia nghiên cứu

STT	Thông tin	Nội dung	Số lượng (N=48)	Tỷ lệ %
A1	Nơi ở	Nhà của sinh viên	34	70.8
		Phòng/Nhà thuê	14	29.2
A2	Tình trạng sức khỏe hiện tại của bạn?	Tốt	46	95.8
		Không tốt	2	4.2

A3	Bạn cảm thấy mối quan hệ của mình với bạn bè như thế nào?	Hài lòng	23	47.9
		Bình thường	23	47.9
		Không hài lòng	2	4.2
A4	Bạn thường làm gì lúc rảnh?	Đi chơi với bạn bè	17	35.4
		Nghe nhạc/Đọc sách/ Xem tivi/Chơi game...	22	45.8
		Chơi thể thao	4	8.3
		Ngủ	5	10.4
A5	Biểu hiện của bạn khi gặp áp lực, căng thẳng?	Bực dọc, khó chịu, tự trách	16	33.3
		Bình tĩnh tự tìm cách giải quyết	22	45.8
		Tim ai đó tâm sự	10	20.8

Nhận xét: Tỷ lệ sinh viên sống tại nhà của mình là 70.80%; tỷ lệ sinh viên có sức khỏe tốt chiếm đến 95.80%; tỷ lệ sinh viên cảm thấy hài lòng với bạn bè là bằng nhau chiếm 47.90%; chỉ có 4.20% sinh viên cảm thấy không hài lòng. Tỷ lệ sinh viên thực hiện các hoạt động giải trí là 45.80% và chiếm tỷ lệ cao nhất. Đi chơi với bạn bè cũng được sinh viên lựa chọn và chiếm tỷ lệ cao với 35.40%. Sinh viên chọn cách bình tĩnh tự tìm cách giải quyết chiếm gần một nửa với tỷ lệ là 45.80%. Sinh viên sẽ bực dọc, khó chịu và tự trách chiếm tỷ lệ 33.30%.

3.2.2. Yếu tố gia đình

Tình trạng hiện tại của bố mẹ: Tỷ lệ bố mẹ của sinh viên còn sống chung chiếm 83.30%. Chỉ 12.50% trong tình trạng ly dị và 4.20% bố hoặc mẹ đã mất chiếm tỷ lệ rất nhỏ. Chỉ có 2.10% sinh viên cảm thấy không hài lòng với gia đình. Sinh viên cảm thấy hài lòng khi chia sẻ các vấn đề khó khăn trong cuộc sống, học tập với gia đình là 38.30%. Tỷ lệ cảm thấy không hài lòng 10.60%. Còn lại 51.10% tỷ lệ sinh viên cảm thấy bình thường.

3.4. Yếu tố tài chính

Bảng 3. Các vấn đề tài chính của sinh viên tham gia nghiên cứu

STT	Thông tin	Nội dung	Số lượng (N=48)	Tỷ lệ %
C1	Sự hỗ trợ tài chính cho việc học của bạn?	Hoàn toàn từ gia đình	33	68.8
		Từ gia đình nhưng phải đi làm để bổ sung thêm	12	25
		Vay vốn học tập	3	6.3
C2	Bạn cảm thấy như thế nào về chi phí sinh hoạt cá nhân của bạn?	Không đủ	9	18.8
		Gần đủ, phải đắn đo khi chi tiêu	11	22.9
		Đủ	22	45.8

		Cảm thấy thoải mái	6	12.5
C3	Bạn có việc làm thêm không?	Có	26	54.2
		Không	22	45.8
C4	Bạn có cảm thấy áp lực với công việc làm thêm của mình không?	Có	10	20.83
		Không	38	79.17

Nhận xét: Hơn một nửa sinh viên được sự hỗ trợ hoàn toàn từ gia đình về tài chính cho việc học (chiếm tỷ lệ 68.80%); Sinh viên đi làm thêm để bổ sung thêm tài chính chiếm tỷ lệ 25%. Hơn một nửa sinh viên có việc làm thêm, chiếm tỷ lệ 54.20%, và 45.80% tương ứng với tỷ lệ sinh viên không có việc làm thêm. Có 20.83% sinh viên cảm thấy áp lực với công việc làm thêm, còn lại 79.17% đều cảm thấy không bị áp lực.

3.5. Yếu tố học tập

Bảng 4. Mức độ áp lực học tập của sinh viên tham gia nghiên cứu

STT	Nội dung câu hỏi (N = 48)	Min	Max	Mean	SD
1. Việc học tại trường					
D1	Có quá nhiều bài kiểm tra và kỳ thi trong Trường	2	5	3.15	0.714
D2	Cảm thấy việc học hàng ngày có nhiều áp lực đối với tôi	1	5	2.96	0.967
D3	Cảm thấy thất vọng về điểm học tập của tôi	1	5	2.92	0.986
D4	Cảm thấy thiếu sự hỗ trợ từ bạn bè và giảng viên	1	5	2.33	0.859
	Tổng	5	20	11.36	3.526
2. Việc thực hành tại bệnh viện					
D5	Thực hiện các thủ thuật mà bệnh nhân cảm thấy đau đớn	1	5	2.69	0.949
D6	Cảm thấy bất lực khi bệnh nhân không cải thiện	1	5	2.83	1.078
D7	Sợ mắc sai lầm khi chăm sóc bệnh nhân	1	5	3.19	1.065
D8	Gặp khó khăn khi sử dụng các thiết bị chuyên dụng (bơm tiêm điện, máy thở, máy li tâm, ...)	1	5	2.98	1.021
	Tổng	4	20	11.69	4.113
	3. Tổng áp lực học tập nói chung	9	40	23.05	7.639

Nhận xét: Áp lực do việc học tại Trường: có điểm trung bình là 11.36 (± 3.526). Điểm thấp nhất là 5 và cao nhất là 20. Việc thực hành tại bệnh viện: có điểm trung bình là 11.69 (± 4.113). Điểm thấp nhất là 4 và cao nhất là 20. Tổng điểm trung bình áp lực học tập là 23.05 (± 7.639). Điểm thấp nhất là 9 và cao nhất là 40.

3.6. Mức độ stress

Bảng 5. Mức độ stress của sinh viên Điều dưỡng năm 4

STT	Nội dung câu hỏi (N = 48)	Min	Max	Mean	SD
E1	Mức độ thường xuyên cảm thấy khó chịu vì những điều xảy ra không theo mong muốn?	1	5	3.02	0.978
E2	Mức độ thường xuyên cảm thấy không thể kiểm soát những điều quan trọng trong cuộc sống của bạn?	1	5	2.71	1.091
E3	Mức độ thường xuyên cảm thấy không thể kiểm soát những điều quan trọng trong cuộc sống của bạn?	1	5	2.69	1.151
E4	Mức độ thường xuyên cảm thấy hồi hộp và bị căng thẳng?	1	5	2.85	0.967
E5	Mức độ thường xuyên cảm thấy tự tin về khả năng có thể kiểm soát các vấn đề cá nhân?	1	5	2.77	1.057
E6	Mức độ thường xuyên cảm thấy mọi việc đều xảy ra theo dự định kế hoạch?	1	5	2.75	0.887
E7	Mức độ thường xuyên nhận ra rằng bạn không thể đối mặt với tất cả mọi việc phải làm?	1	5	2.81	1.003
E8	Mức độ thường xuyên có thể kiểm soát được sự cáu gắt trong cuộc sống ?	1	5	3.04	0.988
E9	Mức độ thường xuyên cảm thấy bạn đang đứng ở vị trí dẫn đầu trong mọi việc?	1	4	2.33	0.834
E10	Mức độ thường xuyên cảm thấy khó chịu vì những điều xảy ra không theo mong muốn?	1	5	2.98	1.021
Tổng		10	49	27.95	9.977

Nhận xét: Tổng điểm trung bình mức độ stress của cỡ mẫu 48 sinh viên là 27,95 điểm. Mức độ có điểm trung bình cao nhất 3.04 (± 0.988). Mức độ có điểm trung bình thấp nhất là 2.33.

4. BÀN LUẬN

4.1. Các yếu tố ảnh hưởng đến sinh viên

Yếu tố cá nhân: *Nơi ở:* tỷ lệ sinh viên sống tại nhà của mình là 70.80%, gấp hơn 2 lần sinh viên sống ở phòng/nhà thuê là 29.20%, Tỷ lệ này ngược lại so với nghiên cứu của Vũ Dũng (2016) trong tổng số 303 sinh viên Điều dưỡng của Trường Đại học Thăng Long thì chỉ có khoảng 1/3 sinh viên đang sống cùng với gia đình, còn lại đang thuê phòng trọ, nhà trọ hoặc sống nhờ tại nhà người thân, người quen [5]. Những SV sống tại phòng/nhà thuê phải chịu căng thẳng như điều kiện sống chật chội, thiếu thốn, tốn kém, thiếu sự quan tâm, chăm sóc của người thân. *Sức khỏe:* có 4.20% sinh viên có sức khỏe không tốt. Sức khỏe không tốt sẽ là sự cản trở lớn nhất cho SV khi học tập và thực hành trong môi trường bệnh viện. *Mối quan hệ với bạn bè:* có 4.20% sinh viên cảm thấy không hài lòng. Khi mối quan hệ này có vấn đề sẽ dẫn đến những căng thẳng, áp lực lớn đối với sinh viên.

Hoạt động giải trí vào thời gian rảnh: chiếm tỷ lệ cao nhất 45.80% là các hoạt động giải trí như nghe nhạc/đọc sách/xem tivi/choi game, sẽ khiến cơ thể hạn chế vận động, tăng nguy cơ phát triển rối loạn sức khỏe tâm thần và tăng nguy cơ trầm cảm. Trong khi đó hoạt động có lợi cho sức khỏe như chơi thể thao lại được ít quan tâm hơn chiếm tỷ lệ thấp nhất 8.30%. Một số ít SV chọn cách ngủ với tỷ lệ 10.40%, cũng có thể do đã mệt mỏi sau một ngày làm việc học tập vất vả, nhưng việc giải trí bằng cách ngủ sẽ khiến cho cơ thể lười hoạt động và tăng nguy cơ stress. Tỷ lệ đi chơi với bạn bè chiếm 35.40%, con số này khả quan khi SV quan tâm đến lối sống lành mạnh, chịu ra ngoài giải tỏa căng thẳng. *Biểu hiện khi gặp áp lực, căng thẳng:* chỉ có gần một nửa sinh viên chọn cách bình tĩnh tự tìm cách giải quyết với tỷ lệ là 45.80%. Còn lại sinh viên sẽ bực dọc, khó chịu và tự trách chiếm tỷ lệ 33.30%, điều này khiến SV hướng đến những suy nghĩ tiêu cực, về lâu dài sẽ gây stress nặng. Chỉ một phần nhỏ tỷ lệ sinh viên chọn cách tìm ai đó tâm sự là 20.80%, việc chia sẻ tâm sự với những người khác sẽ giúp tâm trạng thoải mái hơn, những áp lực căng thẳng cũng sẽ được giải tỏa.

Yếu tố gia đình: *Tình trạng hiện tại của bố mẹ:* Tỷ lệ bố mẹ của sinh viên còn sống chung chiếm 83.30%. Có 12.50% trong tình trạng ly dị, và 4.20% bố hoặc mẹ đã mất. Tỷ lệ này cao hơn so với kết quả nghiên cứu của Vũ Dũng (2016) với các tỷ lệ tương ứng 92.1%, 4%, 4% [5]. Gia đình là nơi góp phần lớn nhất trong việc tạo nên tính cách của một người, khi bố mẹ ly hôn hoặc một trong hai đã mất, sẽ khiến con cái họ gặp các vấn đề nghiêm trọng như stress, trầm cảm hay gặp khó khăn với các mối quan hệ trong cuộc sống. *Mối quan hệ với gia đình:* Chỉ có 2.10% sinh viên cảm thấy không hài lòng với gia đình. Sự không hài lòng về gia đình sẽ khiến cho SV cảm thấy áp lực từ gia đình. *Mức độ chia sẻ khó khăn với gia đình:* Tỷ lệ sinh viên cảm thấy hài lòng khi chia sẻ các vấn đề khó khăn trong cuộc sống, học tập với gia đình là 38.30%, tỷ lệ này khá thấp. Tỷ lệ sinh viên cảm thấy không hài lòng là 10.60%, tỷ lệ này tuy nhỏ nhưng quan trọng vì SV cảm thấy không được chia sẻ những khó khăn, từ đó SV sẽ có nguy cơ stress cao hơn. Khoảng một nửa (51.10%) tỷ lệ sinh viên cảm thấy bình thường, tỷ lệ này khá cao. Sinh viên cảm nhận là gia đình không làm cho họ cảm thấy hài lòng nhất, từ đó những khó khăn sẽ không được chia sẻ, đây cũng là nguy cơ gây stress.

Yếu tố tài chính: *Sự hỗ trợ về tài chính:* 68.80% sinh viên được sự hỗ trợ hoàn toàn từ gia đình, có 25% sinh viên nhận được hỗ trợ từ gia đình nhưng phải đi làm thêm. Điều này khiến cho SV ngoài giờ học còn phải đi làm thêm để có thể đủ tiền đóng học phí, từ đó tình trạng stress sẽ ngày càng nặng hơn. Số sinh viên phải vay vốn học tập chiếm tỷ lệ 6.30%. Gánh nặng về những khoản nợ cũng như việc trả nợ sau khi ra trường khiến cho SV luôn ở trong trạng thái stress. Kết quả của nghiên cứu trên khác nhiều so với nghiên cứu của Vũ Dũng tại Trường Đại học Thăng Long trên sinh viên Điều dưỡng khi có tới 93,7% sinh viên nhận được sự hỗ trợ tài chính toàn bộ từ gia đình. Chỉ có 6,3% sinh viên nhận được hỗ trợ một phần, còn lại là tự lo [5]. Tại Trường Đại học Y Dược TP. Hồ Chí Minh trong nghiên cứu của Đỗ Quyên [6] các tỷ lệ này lần lượt là 92,9% và 7,1%. Sự khác biệt lớn này có thể là do mức học phí của trường tư thục cao hơn so với trường công lập, cũng như khác biệt về thời gian, những năm gần đây học phí của sinh viên đều đồng loạt tăng so với những năm trước. *Chi phí sinh hoạt cá nhân:* có 22.90% tỷ lệ SV cảm thấy gần đủ nhưng phải đắn đo khi chi tiêu; 45.80% SV cảm thấy đủ và 12.50% SV cảm thấy thoải mái về vấn đề tài chính. Có đến 18,80% cảm thấy không đủ với chi phí sinh hoạt cá nhân của mình, tỷ lệ này cao hơn so với nghiên cứu của Vũ Dũng trên SV Điều dưỡng tại Trường Đại học Thăng Long là 4,3% không đủ tiền sinh hoạt phí, còn lại các mức gần đủ, đủ và thoải mái tương ứng là 40,6%; 36,6% và 10,9% [6]. *Việc làm thêm:* Hơn một nửa (54.20%) sinh viên có việc làm thêm; tỷ lệ sinh viên không có việc làm thêm chiếm 45.80%. Tỷ lệ này cao hơn hẳn so với trong nghiên cứu của Đỗ Quyên (10,8%) [6] và của Vũ Dũng (19,8%) [6], có thể là do những năm gần đây giá cả và học phí tăng so với trước. SV hiện nay có xu hướng đi làm thêm để tăng mối quan hệ xã hội cũng như có thể năng động, linh hoạt

hơn. Tuy nhiên, khi SV làm thêm thì thời gian giải trí hay dành cho học tập của SV bị thu hẹp, từ đó tình trạng stress của SV sẽ ngày càng cao. *Áp lực với công việc làm thêm*: có 20.83% sinh viên cảm thấy áp lực với công việc làm thêm, những yếu tố gây căng thẳng cho SV khi làm thêm như tính chất công việc nặng nhọc, áp lực từ ông chủ hay khách hàng. Có những bạn phải làm nhiều công việc một lúc, áp lực từ công việc làm thêm khiến SV gia tăng căng thẳng.

Yếu tố học tập: Tổng điểm trung bình áp lực học tập nói chung là 23.05 (± 7.639) điểm. Việc thực hành tại bệnh viện có điểm trung bình là 11.69 (± 4.113), cao hơn so với việc học tại trường là 11.36 (± 3.526). Sinh viên cảm thấy việc đi thực tập áp lực hơn so với việc học tại trường do môi trường bệnh viện có nhiều nguyên nhân gây áp lực như sự đau đớn của bệnh nhân, sự khó chịu từ người nhà bệnh nhân, sợ mắc sai lầm trong các kỹ thuật chuyên môn, sự khó khăn trong việc sử dụng máy móc kỹ thuật hiện đại...

Mức độ stress của sinh viên: Tổng điểm đánh giá mức độ stress của sinh viên trung bình là 27.95 (± 9.977) điểm. Như vậy, sinh viên có điểm đánh giá stress từ 17 - 33 điểm được xếp vào nhóm có stress ở mức độ vừa. Kết quả này cao hơn so với nghiên cứu của Hanem F. Mohamed và Reem Khletet (2012) trên đối tượng sinh viên Điều dưỡng tại Hy Lạp (21.7 (± 1.3) điểm) [7], và cao hơn nghiên cứu của Vũ Dũng (2016) trên sinh viên Điều dưỡng Trường Đại học Thăng Long 19.49 (± 4.50) điểm [5]. Nguyên nhân của sự chênh lệch này có thể là sự phát triển của xã hội cùng với tâm lý của con người ngày càng phức tạp. Kết quả cho thấy tất cả 48 SV (100%) tham gia nghiên cứu đều bị stress, tỷ lệ mỗi mức độ như sau: 18.75% SV stress mức độ cao, 75% SV stress mức độ vừa và 6.25% SV stress mức độ nhẹ. Stress mức độ vừa dẫn đến những biểu hiện không tốt và lặp đi lặp lại nhiều lần. Stress mức độ cao dẫn đến ngăn chặn ứng xử gây ra những phản ứng lệch lạc làm tổn hại bản thân và người xung quanh. Kết quả cho thấy tỷ lệ sinh viên có stress mức độ cao chỉ chiếm 18.75% và thấp hơn tỷ lệ sinh viên có stress và ở mức độ cao (là 22.8%) trong nghiên cứu của Vũ Dũng đã thực hiện trên sinh viên Điều dưỡng Trường Đại học Thăng Long năm 2015 bằng thang đo stress PSS-10; tuy nhiên, trong nghiên cứu này 100% SV đều có stress. Đồng thời, tỷ lệ này cũng khác hơn hẳn so với nghiên cứu của Nguyễn Hồng Quang và cộng sự năm 2016 tại Trường Cao Đẳng Y tế Đồng Nai trên điều dưỡng hệ vừa làm vừa học, cũng sử dụng thang đo PSS, tất cả 127 (100%) đều có stress, 74.8% stress mức độ nhẹ và 25.2 % stress mức độ vừa, không có tỷ lệ stress mức độ cao. Sự khác biệt này có thể là do khác nhau về đối tượng nghiên cứu.

5. KẾT LUẬN

Kết quả khảo sát về stress trên sinh viên Điều dưỡng năm thứ tư Trường Đại học Quốc tế Hồng Bàng cho thấy: Điểm trung bình mức độ stress chung của sinh viên theo thang đo PSS – 10 là 27,95 ($\pm 9,977$) điểm, mức độ stress chung của SV nằm trong mức độ stress vừa. Tất cả 48 (100%) SV đều có stress và tỷ lệ mỗi mức độ lần lượt là: mức độ stress cao 18.75%, mức độ stress vừa 75% và mức độ stress nhẹ 6.25%. Các yếu tố có ảnh hưởng, tác động nhiều nhất đến stress của SV Điều dưỡng năm 4 gồm *i*) Yếu tố cá nhân: Mối quan hệ với bạn bè có tỷ lệ không hài lòng và bình thường chiếm hơn một nửa. Hoạt động giải trí vào thời gian rảnh cho thấy đa số SV có lối sống thiếu tích cực như việc chơi thể thao rất thấp chỉ chiếm 8.30. Biểu hiện bực dọc, khó chịu, tự trách chiếm tỷ lệ khá cao 33.30%, *ii*) Yếu tố gia đình: Tỷ lệ SV cảm thấy hài lòng với gia đình cũng như mức độ hài lòng khi chia sẻ khó khăn với gia đình chỉ ở mức 34% và 38.30%, *iii*) Yếu tố tài chính: Sự hỗ trợ về tài chính trong việc học của SV đến 31.30% SV cảm thấy lo lắng về học phí khi không được hỗ trợ đầy đủ từ gia đình. Chi phí sinh hoạt cá nhân của SV có 41.70% cảm thấy không thoải mái, *iv*) Yếu tố học tập: Tổng điểm trung bình áp lực học tập của SV nói chung là 23.05 (± 7.639), nằm ở mức áp lực vừa, cho thấy mức độ áp lực về học tập ở cả trường và tại bệnh viện của SV đều đáng được quan tâm và cần có hướng can thiệp. Mức độ stress của sinh viên hiện tại chỉ ở mức độ vừa, nhưng về lâu dài sẽ

gây ảnh hưởng nhiều đến cuộc sống của SV. Các yếu tố có ảnh hưởng nhiều nhất đến mức độ stress của SV thường là những điều nhỏ nhặt và không được SV quan tâm đến, nhưng đây sẽ là nguy cơ gây stress mức độ cao cho SV.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

- [1] Kumar P, Pathania S, Aarti, Isha, Manisha, Bhardwaj M and Sharma M., “Academic Stress among Nursing Students”, *Nursing and Healthcare International Journal*, 2020.
- [2] Trần Thị Ly, Phạm Thị Hoa, Lê Hoài Thu, “Thực trạng stress của sinh viên chính quy năm cuối thuộc các chuyên ngành tại trường đại học y - dược thái nguyên năm 2020 và một số yếu tố liên quan” *Tạp chí Y học Việt Nam*, 2021.
- [3] Vũ Khắc Lương, Phạm Thị Huyền Trang, “Thực trạng Stress ở sinh viên đại học Y Hà Nội năm 2013”. *Tạp chí Nghiên cứu Y học Hà Nội*, 2013.
- [4] Hoàng Tuấn Anh, Thái Lan Anh, Lê Thu Phương, Trần Thùy Dương, Nguyễn Thị Hòa, Đỗ Thị Thu Huyền “Thực trạng và một số yếu tố liên quan đến stress nghề nghiệp của điều dưỡng viên hệ vừa làm vừa học tại Trường Đại học Y Dược Hải Phòng năm 2018”, *Tạp chí y học dự phòng*, 2018.
- [5] 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*, 2016.
- [6] Quyen Do Dinh, “Depression and stress among the first-year medical students in university of Medicine and pharmacy at Ho Chi Minh city, Vietnam”, 2007.
- [7] Hanem F. Mohamed and Reem Khletet, “The Moderating Effect of Social Support on Stress and Academic Performance Among Nursin Students”, *Journal of American Science* 2012, 8(12), pg. 716-720, 2012.