

THỰC TRẠNG STRESS VÀ MỘT SỐ YẾU TỐ LIÊN QUAN Ở SINH VIÊN KHOA Y DƯỢC TRƯỜNG CAO ĐẲNG BÁCH KHOA NAM SÀI GÒN – THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH NĂM 2020

Phạm Kế Thuận¹, Nguyễn Thị Xuyên², Nguyễn Văn Tập³, Lê Thị Diễm Trinh³, Nguyễn Thanh Bình⁴

TÓM TẮT

Mở đầu: Stress là một trong những vấn đề sức khỏe tâm thần đang thu hút nhiều nhà nghiên cứu, đặc biệt là trong môi trường Y khoa, nơi tỷ lệ sinh viên bị stress nhiều nhất.

Mục tiêu: Xác định thực trạng stress ở sinh viên Khoa Y Dược Trường cao đẳng Bách khoa Nam Sài Gòn – thành phố Hồ Chí Minh, năm 2020 và các yếu tố liên quan.

Đối tượng và phương pháp nghiên cứu: Thiết kế cắt ngang mô tả có phân tích trên 443 sinh viên đang theo học tại Khoa Y Dược Trường cao đẳng Bách khoa Nam Sài Gòn – thành phố Hồ Chí Minh, năm 2019. Sử dụng thang đánh giá DASS -21.

Kết quả: Tỷ lệ stress ở sinh viên Khoa Y Dược Trường Cao đẳng Bách khoa Nam Sài Gòn – thành phố Hồ Chí Minh là 37,9%. Trong đó các mức độ stress được phân bố lần lượt: tỷ lệ stress nhẹ 12,6%, tỷ lệ stress vừa 9,9%, tỷ lệ stress nặng 11,3% và tỷ lệ stress rất nặng chiếm 4,1%. Một số yếu tố liên quan đến stress ở sinh viên: nhóm tuổi, năm học, ngành học, hệ đào tạo, tham gia hoạt động ngoại khóa.

Kết luận: Sinh viên y khoa có tỷ lệ bị stress cao. Hướng dẫn sinh viên cách đối phó, giảm áp lực từ chương trình học và tăng cường sự hỗ trợ của người thân sẽ cải thiện tình trạng này.

Từ khóa: Stress, sinh viên y khoa.

ABSTRACT:

SURVEY OF OCCUPATIONAL STRESS LEVEL AMONG MEDICAL STUDENTS IN NAM SAI GON POLYTECHNIC COLLEGE IN 2020

Background: Stress level among students have been claimed to be more severe than other subjects, especially

in students in medical schools, where students have the highest stress rate.

Objectives: Identify the stress situation and associated factors of medical student in Nam Sai Gon polytechnic college.

Materials and methods: A cross-sectional study was conducted on 443 medical students at Nam Sai Gon polytechnic college by using DASS – 21 questionnaire.

Results: The prevalence of stress in medicine students was 37.9%. Students with low, moderate and severe stress level accounted for 12.6%, 9.9% and 4.1% respectively. The results showed the association between moderate and severe stress and age, studying in the last years, majors, training systems, participate in extracurricular activities.

Conclusion: There was a high prevalence of stressed medical students. Training students on coping strategies, reducing stressor-related medical training and enhancing relative supports to the students will improve this condition. Further studies from the medical schools in our country are also required.

Keywords: Stress, medical student.

I. ĐẶT VẤN ĐỀ

Tình trạng stress ở sinh viên được ghi nhận là đặc biệt trầm trọng hơn các lĩnh vực khác, đặc biệt là sinh viên khối ngành Y dược. Nhiều nghiên cứu trên đối tượng học sinh- sinh viên đã chỉ ra rằng ngày càng gia tăng về tỷ lệ và mức độ stress trong thời kỳ này cao hơn hẳn các giai đoạn khác trong cuộc đời^[7]. Stress có thể là động lực giúp con người tập trung hơn vào công việc và đạt được mục tiêu đề ra, tuy nhiên khi công việc quá tải, áp lực lớn kèm tình trạng stress kéo dài với cường độ mạnh không những gây

1. Viện Nghiên cứu Phát triển Y dược học phía Nam,
2. Trường Cao đẳng Bách khoa Nam Sài Gòn
3. Đại học Y Dược thành phố Hồ Chí Minh
4. Đại học Trà Vinh

ảnh hưởng xấu đến sức khỏe^[17]. Hiện nay, stress là một trong những vấn đề sức khỏe tâm thần đang thu hút nhiều nhà nghiên cứu, đặc biệt là trong môi trường Y khoa, nơi tỷ lệ sinh viên bị stress nhiều nhất^{[11], [15]}.

II. PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Thiết kế nghiên cứu: Áp dụng phương pháp nghiên cứu của dịch tễ học với thiết kế cắt ngang mô tả có phân tích.

Thời gian nghiên cứu: Từ tháng 12/2019 đến tháng 5/2020

Địa điểm nghiên cứu: Khoa Y Dược trường Cao đẳng Bách khoa Nam Sài Gòn – thành phố Hồ Chí Minh.

Công cụ nghiên cứu: Sử dụng bộ câu hỏi soạn sẵn, đã được hiệu chỉnh phù hợp với đối tượng nghiên cứu.

Phân tích và xử lý số liệu: Dữ liệu được nhập bằng phần mềm Epidata 3.1 và phân tích bằng phần mềm SPSS phiên bản 20.0.

III. KẾT QUẢ

1. Đặc điểm của mẫu nghiên cứu

Bảng 1.1. Đặc điểm dân số của sinh viên khoa Y Dược trường Cao đẳng Bách khoa Nam Sài Gòn (n=443)

	Đặc tính	Số lượng (n=443)	Tỷ lệ (%)
Nhóm tuổi	18-20	113	25,5
	>20	330	74,5
Tuổi trung bình	Tuổi lớn nhất là 52, tuổi nhỏ nhất là 19 Tuổi trung bình là 27		
Giới tính	Nam	88	19,9
	Nữ	355	80,1
Năm đang học	Năm 1	146	33,0
	Năm 2	269	60,7
	Năm 3	28	6,3
Ngành học	Điều dưỡng	316	71,3
	Dược	127	28,7
Hệ đào tạo	Chính quy	195	44,0
	Liên thông	248	56,0
Học lực	Giỏi	89	20,1
	Khá	260	58,7
	Trung bình	94	21,2

Đối tượng tham gia nghiên cứu chủ yếu là sinh viên nữ (80,1%), gấp gần 4 lần số sinh viên nam. Độ tuổi từ 20 trở lên chiếm 74,5%. Tỷ lệ sinh viên các năm tham gia nghiên cứu không đồng đều từ năm nhất đến năm ba, lần

lượt là 33,0%, 60,7%, 6,3%, hệ đào tạo chủ yếu là liên thông. Sinh viên ngành điều dưỡng tham gia nghiên cứu nhiều nhất (71,3%).

2. Tỷ lệ và mức độ stress ở sinh viên

Bảng 1.2. Tỷ lệ stress ở sinh viên khoa Y Dược trường Cao đẳng Bách khoa Nam Sài Gòn (n=443)

Đặc tính		Số lượng (n=443)	Tỷ lệ (%)
Stress	Có	168	37,9
	Không	275	62,1
Mức độ stress	Nhẹ	56	12,6
	Vừa	44	9,9
	Nặng	50	11,3
	Rất nặng	18	4,1

Kết quả bảng trên chỉ ra tỷ lệ sinh viên có biểu hiện stress là 37,9%. Mức độ các dấu hiệu stress nhẹ, vừa, nặng và rất nặng xuất hiện ở lần lượt 12,6%; 9,9%; 11,3% và 4,1% ở sinh viên tham gia nghiên cứu. Đặc biệt, tình trạng

stress rất đáng được quan tâm khi tỷ lệ stress ở mức độ nặng và rất nặng khá cao.

3. Stress và các yếu tố liên quan

Bảng 1.3. Đặc điểm dân số liên quan đến stress của sinh viên khoa Y Dược trường Cao đẳng Bách khoa Nam Sài Gòn (n=443)

Đặc tính		Stress				OR (KTC 95%)	p
		Có n=168		Không n=275			
		SL	%	SL	%		
Nhóm tuổi	18-20	32	28,3	81	71,7		
	>20	136	41,2	194	58,8	0,56 (0,35-0,90)	0,02
Giới tính	Nam	36	40,9	52	59,1		
	Nữ	132	37,2	223	62,8	1,17 (0,73-1,88)	0,52
Nơi ở hiện tại	Ở cùng gia đình	116	41,0	167	59,0		
	Ở cùng người thân	13	28,3	33	51,7	1,76 (0,89-3,49)	0,10
	Ở trọ, ký túc xá	39	34,2	75	65,8	1,34 (0,85-2,10)	0,21

Kết quả ở bảng trên cho thấy có mối liên quan có ý nghĩa thống kê giữa stress với nhóm tuổi, cụ thể là nhóm tuổi trên 20 tuổi có tỷ lệ stress cao hơn nhóm dưới 20 tuổi 0,56 lần với $p=0,02$. Bên cạnh đó, nghiên cứu cũng

tìm thấy sự chênh lệch về tỷ lệ stress với giới tính, nơi ở hiện tại, tuy nhiên sự chênh lệch này lại không có ý nghĩa thống kê ($p>0,05$).

Bảng 1.4. Đặc điểm cá nhân liên quan đến stress của sinh viên khoa Y Dược trường Cao đẳng Bách khoa Nam Sài Gòn (n=443)

Đặc tính		Stress				OR (KTC 95%)	p
		Có n=168		Không n=275			
		SL	%	SL	%		
Năm đang học	Năm nhất	38	26,0	108	74,0		
	Năm 2	117	43,5	152	56,5	0,46 (0,29-0,71)	0,00
	Năm 3	13	46,4	15	53,6	0,41 (0,18-0,93)	0,03
Ngành học	Điều dưỡng	142	44,9	174	55,1		
	Dược	26	20,5	111	79,5	3,48 (2,15-5,64)	0,00
Hệ đào tạo	Chính quy	58	29,7	137	70,3		
	Liên thông	110	44,4	138	55,6	0,53 (0,36-0,79)	0,00
Chức vụ	Có	21	32,3	44	67,7		
	Không	147	38,9	231	63,1	0,75 (0,43-1,31)	0,31
Học lực	Giỏi	30	33,7	59	66,3		
	Khá	105	40,4	155	59,6	0,75 (0,45-1,24)	0,26
	Trung bình	33	35,1	62	64,9	0,96 (0,52-1,76)	0,88

Đối với tỷ lệ sinh viên bị stress, kết quả bảng trên cho thấy có mối liên quan có ý nghĩa thống kê với năm đang học. Trong đó, sinh học năm 2 có tỷ lệ sinh viên stress bằng 0,46 lần so với các sinh viên năm nhất ($p=0,00$), với sinh viên năm 3 có tỷ lệ stress thấp hơn năm nhất 0,41 lần với $p=0,03$. Bên cạnh đó, nghiên cứu cũng tìm thấy mối liên quan giữa ngành học với tỷ lệ stress, cụ thể là những sinh viên ngành Dược có tỷ lệ stress bằng 3,48 lần so với những sinh viên ngành Điều dưỡng ($p=0,00$). Những sinh viên học theo hệ đào tạo Liên thông có tỷ lệ stress cao hơn những sinh viên chính quy 0,53 lần ($p=0,00$).

Nghiên cứu không tìm ra mối liên quan giữa tỷ lệ stress với các yếu tố: giữ chức vụ trong lớp và học lực của các sinh viên Trường cao đẳng Bách khoa Nam Sài Gòn.

IV. BÀN LUẬN

Tỷ lệ sinh viên có biểu hiện stress ở Khoa Y Dược là 37,9%. Kết quả này tương đồng với kết quả của tác giả Nguyễn Thành Trung thực hiện năm 2017^[8]. Tuy nhiên tỷ lệ này cao hơn kết quả các nghiên cứu của Lê Thu Huyền và Huỳnh Hồ Ngọc Quỳnh (2010)^[4]. Sự khác biệt này có

thể do sự khác nhau về công cụ thu thập thông tin và thời điểm tiến hành nghiên cứu khác nhau. Bên cạnh đó, các kết quả của nghiên cứu trên sinh viên y khoa nói chung của Lê Minh Thuận, Vũ Khắc Lương (2013), Đặng Đức Nhu (năm 2015), Phạm Thanh Tâm (2017), đều cho thấy tỷ lệ có dấu hiệu stress ở mức trên 60%, cao gần gấp đôi so với kết quả trong nghiên cứu của chúng tôi^{[6], [2], [3], [5]}. Sự khác biệt này có thể được lý giải là do sự khác nhau trong đối tượng nghiên cứu, điều kiện kinh tế xã hội giữa miền Bắc và miền Nam và công cụ thu thập số liệu. Các nghiên cứu về stress ở sinh viên y khoa trên thế giới cho thấy tỷ lệ xuất hiện dấu hiệu stress ở sinh viên khá cao từ 45% đến 63%^{[9], [10], [14]}.

Trong số 37,9% sinh viên bị stress, mức độ stress nhẹ, vừa tỷ lệ 22,5% và có tới 15,4% sinh viên có biểu hiện từ mức độ nặng trở lên. Đây là một tỷ lệ đáng báo động trên sinh viên Y. Tỷ lệ bị stress mức độ nặng ở nghiên cứu này tương đồng với nghiên cứu của Trần Kim Trang trên đối tượng sinh viên khoa Y và Răng Hàm Mặt (15,1%)^[7]. Tuy nhiên tỷ lệ stress mức độ nặng thấp hơn nghiên cứu của tác giả Phùng Như Hạnh và cộng sự thực

hiện trên sinh viên Trường Cao đẳng Y tế Tiền Giang (19,1%)^[1]. Các nghiên cứu về sinh viên Y khoa tại Ả Rập Saudi, Pakistan, ... cho thấy tỷ lệ stress ở mức độ nặng trở lên chiếm hơn 20%^{[13], [14]}. Sự chênh lệch này có thể do đối tượng nghiên cứu, văn hóa, điều kiện kinh tế.

Các yếu tố liên quan

Đối với nhóm tuổi, nghiên cứu của chúng tôi tìm thấy mối liên quan với tỷ lệ stress. Những sinh viên trên 20 tuổi có tỷ lệ stress cao hơn những sinh viên dưới 20 tuổi gấp 0,56 lần với $p=0,02$. Kết quả này tương đồng với nghiên cứu trên đối tượng sinh viên y khoa ở Malaysia và Ai Cập^{[16], [20]}. Về sự khác biệt giữa nhóm tuổi này có thể do đối tượng trong nghiên cứu của chúng tôi có cả sinh viên chính quy và sinh viên liên thông. Với đối tượng sinh viên liên thông họ vừa đi học, đi làm và lo công việc gia đình; do đó tỷ lệ stress cao ở nhóm tuổi trên 20 ở đề tài này là hợp lý.

Tỷ lệ stress của nam giới cao hơn (40,9%) so với nữ giới (37,2%). Kết quả này là do cùng trong một môi trường học tập và sinh hoạt, nam và nữ càng ngày càng có xu hướng bình đẳng trong học tập, quan hệ xã hội, cùng chịu những áp lực như nhau nên tỷ lệ stress ở hai giới không có sự khác biệt. Tuy nhiên cũng có một số nghiên cứu cho thấy rằng có mối liên quan giữa giới tính và tình trạng stress^{[2], [3], [14]}.

Nghiên cứu chỉ ra mối liên quan giữa năm đang theo học tình trạng stress, cụ thể là tỷ lệ stress tăng dần theo năm học. Nghiên cứu của tác giả Vũ Khắc Lương và Phùng Như Hạnh Điều này có thể lý giải rằng so với sinh viên các trường đại học khác^{[1], [2]}, sinh viên trường y có khối lượng học tập (số lượng môn học, khối lượng lý thuyết và thực hành quá nhiều, lịch học quá dày) khiến cho sinh viên cảm thấy thiếu hụt thời gian, bên cạnh đó những năm học cao hơn lượng kiến thức tăng lên tiếp xúc với môi trường bệnh viện nhiều hơn nên mối quan hệ xã hội bị giảm xuống.

Có sự khác biệt tỷ lệ stress ở những sinh theo học Ngành Điều dưỡng và những sinh viên Ngành Dược, sự khác biệt này có ý nghĩa thống kê ($p=0,00$). Kết quả của tác giả Lê Minh Thuận khác kết quả với nghiên cứu của chúng tôi^[6]. Tuy nhiên, khi xét về tổng thể cùng chung ngành Y những sinh viên theo học khoa khác nhau thì có khả năng ảnh hưởng đến sức khỏe tâm lý khác nhau. Có thể nói tính chất nghề nghiệp sau này của sinh viên là yếu tố góp phần tăng hay giảm tỷ lệ stress. Nghĩa là chính sự kỳ vọng ở tương lai sẽ làm cho áp lực hiện tại của sinh viên phải chịu đựng trong giai đoạn học tập nhiều hơn về mức độ.

Đối với hệ đào tạo, nghiên cứu của chúng tôi tìm thấy mối liên quan với tỷ lệ stress ($p=0,00$). Cụ thể là những sinh viên liên thông có tỷ lệ stress bằng 0,53 lần so với những sinh viên theo học hệ chính quy. Sự khác biệt này có thể là do chương trình đào tạo của từng hệ khác nhau; những sinh viên hệ liên thông bên cạnh việc chịu áp lực từ học tập, họ còn phải chịu áp lực từ công việc tại cơ quan và công việc gia đình.

V. KẾT LUẬN

Tỷ lệ sinh viên bị stress 37,9%. Trong đó các mức độ stress được phân bố lần lượt: sinh viên stress nhẹ 12,6%, sinh viên stress vừa chiếm 9,9%, sinh viên stress nặng chiếm 11,3% và sinh viên stress rất nặng chiếm 4,1%.

Những sinh viên trên 20 tuổi có tỷ lệ stress cao hơn những sinh viên dưới 20 tuổi bằng 0,56 lần với $p=0,02$.

Tỷ lệ và mức độ stress của sinh viên tăng dần theo từng năm học. Tỷ lệ stress ở sinh viên năm I, năm II, năm III lần lượt là: 26,0%; 43,5%; 46,4%.

Có sự khác biệt tỷ lệ stress ở những sinh theo học Ngành Điều dưỡng và những sinh viên Ngành Dược, sự khác biệt này có ý nghĩa thống kê ($p=0,00$).

Sinh viên Liên thông có tỷ lệ stress bằng 0,53 lần so với những sinh viên theo học hệ chính quy.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Phùng Như Hạnh, Nguyễn Hùng Vĩ, Lê Thị Hải Hà (2018), Stress của sinh viên Trường Cao đẳng Y tế Tiền Giang năm 2018 và một số yếu tố liên quan, Luận văn thạc sỹ y tế công cộng, Đại học Y tế Công Cộng, tr.1-131.
2. Vũ Khắc Lương, Phạm Thị Huyền Trang (2013), “Thực trạng Stress ở sinh viên đại học Y Hà Nội”. Tạp chí Y học Dự phòng, 23 (8), tr.112.
3. Đặng Đức Nhu (2015), “Thực trạng và các yếu tố liên quan đến stress của sinh viên năm thứ 3 Đại học Công nghệ - Đại học Quốc gia Hà Nội”. Tạp chí Y học Dự phòng, 26 (4), tr.149.
4. Huỳnh Hồ Ngọc Quỳnh, 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), tr.87-92.

5. Phạm Thị Tâm, Phạm Trung Tín (2017), Nghiên cứu tình hình stress và đánh giá kết quả can thiệp ở sinh viên Ngành Y học Dự phòng tại Trường Đại Học Y Dược Cần Thơ, Luận văn Thạc sỹ Y học, Trường Đại học Y Dược Cần Thơ tr.1-6.
6. Lê Minh Thuận (2011), Một số rối nhiễu tâm lý của sinh viên Đại học Y Dược Tp.Hồ Chí Minh, Luận văn Thạc sỹ Tâm lý học, Trường Đại học Sư phạm Tp. Hồ Chí Minh, tr.1-119.
7. Trần Kim Trang (2012), “Stress, lo âu và trầm cảm ở sinh viên Y khoa”. Tạp chí Y học thành phố Hồ Chí Minh, 16 (1), tr.356-362.
8. Nguyễn Thành Trung, Hoàng Đức Luận, Lã Ngọc Quang (2017), “Thực trạng và các yếu tố liên quan đến stress của sinh viên y tế công cộng tại một trường đại học ở Hà Nội”. Tạp chí Y học Dự phòng, 27 (13), tr.131.
9. AB Johari, I Noor Hassim (2009), “Stress and coping strategies among medical students in national university of Malaysia, Malaysia University of Sabah and University Kuala Lumpur Royal College of Medicine Perak”. Journal of Community Health, 15 (2), 106-115.
10. Abdus Salam, Rabeya Yousuf, Sheikh Muhammad Bakar, Mainul Haque (2013), “Stress among Medical Students in Malaysia: A Systematic Review of Literatures”. International Medical Journal (1994), 20, 649-655.
11. Anna Rosiek, Aleksandra Rosiek-Kryszewska, Łukasz Leksowski, Krzysztof Leksowski (2016), “Chronic stress and suicidal thinking among medical students”. International journal of environmental research and public health, 13 (2), 212.
12. H. Khan, M. Shafi, S. Masud (2017), “Psychosocial well being of undergraduate medical students of king edward medical university lahore using DASS 21 scoring system-a cross sectional survey”. Pakistan Journal of Medical and Health Sciences, 11, 764-766.
13. Hamza M. Abdulghani, Abdulaziz A. AlKhanhal, Ebrahim S. Mahmoud, Gominda G. Ponnampereuma, Eiad A. Alfaris (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), 516-522.
14. Hee Kon Shin, Seok Hoon Kang, Sun-Hye Lim, Jeong Hee Yang, Sunguk Chae (2016), “Development of a Modified Korean East Asian student stress inventory by comparing stress levels in medical students with those in non-medical students”. Korean journal of family medicine, 31 (7), pp.14-7.
15. K. Shamsuddin, F. Fadzil, W. S. Ismail, S. A. Shah, K. Omar, N. A. Muhammad, et al. (2013), “Correlates of depression, anxiety and stress among Malaysian university students”. Asian J Psychiatr, 6 (4), 318-23.
16. K. Han, A. M. Trinkoff, C. L. Storr, J. Geiger-Brown, K. L. Johnson, S. Park (2012), “Comparison of job stress and obesity in nurses with favorable and unfavorable work schedules”. J Occup Environ Med, 54 (8), pp.928-32.
17. M Jönsson, A Ojehagen (2006), “Medical students experience more stress compared with other students”. Lakartidningen, Lakarstudenter upplever mer stress än andra studenter., 103 (11), pp.840-2.
18. Wafaa Yousif Abdel Wahed, Safaa Khamis Hassan (2017), “Prevalence and associated factors of stress, anxiety and depression among medical Fayoum University students”. Alexandria Journal of medicine, 53 (1), 77-84.
19. World Health Organization (WHO) (1978) Declaration of Alma-Ata. International Conference on Primary Health Care, Alma-Ata, USSR, 6-12. September 1978,

