

# CÁC YẾU TỐ LIÊN QUAN ĐẾN TÌNH TRẠNG STRESS CỦA SINH VIÊN CỬ NHÂN HỘ SINH ĐẠI HỌC Y DƯỢC TPHCM

Mai Thị Hiền<sup>1</sup>, Trương Thị Kim Anh<sup>1</sup>, Phạm Ngọc Hà<sup>1\*</sup>

## TÓM TẮT

**Mục tiêu:** Xác định tỉ lệ stress của sinh viên cử nhân Hộ sinh Đại học Y Dược thành phố Hồ Chí Minh (ĐHYD TPHCM) và mối liên quan giữa yếu tố bản thân gia đình và môi trường học tập đến tình trạng stress của sinh viên cử nhân Hộ sinh ĐHYD TPHCM.

**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 ĐHYD TPHCM năm học 2019- 2020.

**Kết quả:** Tỉ lệ stress của sinh viên cử nhân Hộ sinh ĐHYD TPHCM stress ở mức độ cao là 19,76% và không bị stress ở mức độ cao là 80,24%. Có 7 yếu tố liên quan đến tình trạng stress của sinh viên: Bản thân sinh viên (tình hình tài chính, thói quen ngủ khi rảnh, thói quen cầu nguyện và tâm sự với ba mẹ khi gặp khó khăn), gia đình (mức độ chia sẻ với ba mẹ, mức độ hài lòng về mối quan hệ với gia đình), học tập (mức độ áp lực học tập), có ý nghĩa thống kê với  $p < 0,001$ .

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

## ABSTRACT

### FACTORS RELATED TO STUDENT STRESS STATUS BACHELOR OF MIDWIFE AT UNIVERSITY OF MEDICINE AND PHARMACY IN HO CHI MINH CITY

**Objective:** Determining the stress rate of bachelor's degree students of Midwife at University of Medicine and Pharmacy in Ho Chi Minh City (UMP) and the relationship between family factors and learning environment to stress status of bachelor's degree midwife students at UMP

**Methods:** Descriptive cross-sectional study, conducted from March 2020 to July 2020 on bachelor's students of Midwife at UMP in the academic year 2019-2020.

**Results:** Stress rate of bachelor's degree midwife students at UMP with high stress is 19,76%

and no stress at high level is 80,24%. There are 7 factors related to student stress, which are: students themselves (financial situation, sleeping habits in free time, habits of prayer and confiding with parents when facing difficulties), family (level of sharing with parents, level of satisfaction with family relationship), learning (level of academic pressure), statistically significant with  $p < 0,001$ .

**Key words:** stress, study pressure, student.

## I. ĐẶT VẤN ĐỀ

Tổ chức Y tế thế giới (WHO) đã định nghĩa sức khỏe là trạng thái hoàn toàn thoải mái toàn diện về thể chất, tinh thần và xã hội, chứ không chỉ đơn thuần là tình trạng không bệnh tật hay thương tật. Cuộc sống luôn biến động và stress luôn luôn tồn tại trong đời sống hằng ngày của từng người. Cuộc sống càng văn minh, xã hội càng phát triển, con người càng gặp nhiều stress hơn. Tình trạng stress ban đầu có thể giúp cá nhân chủ động ứng phó với các tác nhân từ môi trường sống đồng thời sẽ là động cơ thúc đẩy sự phát triển cá nhân, đó là những stress có lợi [1]. Tuy nhiên nếu bị stress kéo dài có nguy cơ mắc các bệnh về tâm thần kinh, phổi, tim mạch, ung thư, làm trầm trọng hơn các bệnh như loét dạ dày, tá tràng, suyễn, rối loạn tiêu hóa, rối loạn cơ xương và đặc biệt gây tai nạn và tự tử [2].

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. ĐHYD TPHCM là cơ sở đào tạo có quy mô lớn và có truyền thống của ngành y tế. Các bác sĩ, dược sĩ, cử nhân y tế sau khi tốt nghiệp đều đạt được các mục tiêu đào tạo của trường, được trang bị đầy đủ kiến thức cơ bản, thành thạo hệ thống kỹ năng nghề nghiệp cơ bản [3]. Để đáp ứng được những yêu cầu đó, 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 trong bệnh viện tạo nên một áp lực không nhỏ tác động mạnh đến sức khỏe tinh thần và tâm lý của sinh viên. Và nhận thấy rằng, chưa có

1. Trường Đại học Y Dược Thái Bình

\*Chịu trách nhiệm chính: Phạm Ngọc Hà

Email: mhien98@yahoo.com

Ngày nhận bài: 08/12/2022

Ngày phản biện: 09/03/2023

Ngày duyệt bài: 20/03/2023

nghiên cứu nào về tình trạng stress trên sinh viên cử nhân hộ sinh của ĐHYD TPHCM.

**Mục tiêu nghiên cứu:** Xác định tỉ lệ stress của sinh viên cử nhân Hộ sinh ĐHYD TPHCM và mối liên quan giữa yếu tố bản thân gia đình và môi trường học tập đến tình trạng stress của sinh viên cử nhân Hộ sinh ĐHYD TPHCM.

## II. ĐỐI TƯỢNG VÀ PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

### 2.1. Đối tượng nghiên cứu

Tiêu chuẩn chọn mẫu: sinh viên Cử nhân Hộ sinh chính quy đang học tại ĐHYD TPHCM năm học 2019 - 2020. Sinh viên tự nguyện tham gia vào nghiên cứu sau khi được mời cũng như giải thích rõ mục đích của nghiên cứu.

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

## III. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

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

| Đặc điểm           | Tần số | (%)  |
|--------------------|--------|------|
| Hộ khẩu thường trú |        |      |
| Thành thị          | 108    | 32,8 |
| Nông thôn          | 201    | 61,1 |
| Miền núi           | 20     | 6,1  |
| Tôn giáo           |        |      |
| Không              | 236    | 71,7 |
| Có                 | 93     | 28,3 |

Chủ yếu sinh viên có hộ khẩu thường trú ở nông thôn 61,1% và thành thị 32,8%. Có khoảng hơn 1/3 số sinh viên có hoạt động tôn giáo.

**Bảng 2. Mức độ stress của sinh viên Hộ sinh (n = 329)**

| Nội dung   | 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 |

### 2.2. Phương pháp nghiên cứu

Thiết kế nghiên cứu: cắt ngang mô tả

Cỡ mẫu: lấy mẫu toàn bộ (364 sinh viên).

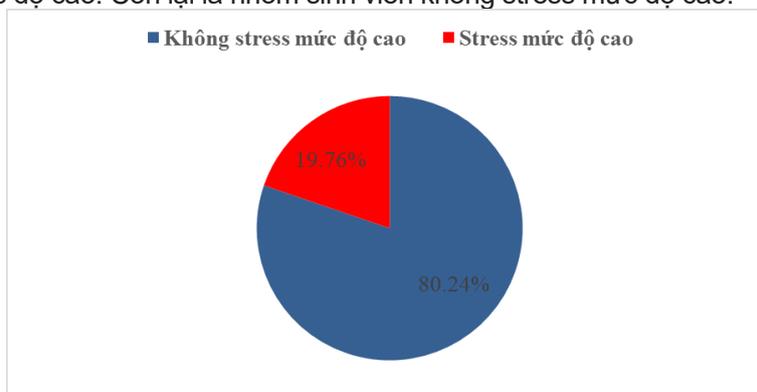
Phương pháp và kỹ thuật thu thập số liệu: nghiên cứu viên tạo link khảo sát online bằng công cụ Google biểu mẫu và chia sẻ cho sinh viên trên các trang mạng xã hội. Nếu người tham gia đồng ý tham gia nghiên cứu, click vào ô “đồng ý tham gia nghiên cứu” ở cuối phần 1: bảng thông tin dành cho tình nguyện viên tham gia nghiên cứu và chấp thuận tham gia nghiên cứu và điền thông tin trả lời câu hỏi ở phần 2: phiếu thu thập thông tin nghiên cứu với bộ câu hỏi thiết kế sẵn. Bộ câu hỏi sau khi hoàn thành được gửi lại cho nghiên cứu viên.

Xử lý số liệu: bằng phần mềm SPSS 20.0

**2.3 Đạo đức nghiên cứu:** nghiên cứu đã được chấp thuận bởi Hội đồng Đạo đức trong nghiên cứu y sinh học trường đại học Y Dược Thành phố Hồ Chí Minh số 291 ký ngày 07/05/2020

| Nội dung   | Min      | Max       | Mean         | SD          |
|--|----------|-----------|--------------|-------------|
| 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        |
| <b>Tổng điểm mức độ stress</b>   | <b>4</b> | <b>33</b> | <b>19,29</b> | <b>4,33</b> |

Tổng điểm đánh giá mức độ stress của sinh viên trung bình là 19,29 ( $\pm 4,33$ ) điểm. 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.



**Biểu đồ 1. Mức độ stress của sinh viên hộ sinh**

Khoảng 1/4 số sinh viên (19,76%) có tình trạng stress mức độ cao.

**Bảng 3: Mối liên quan giữa stress và tình hình tài chính và việc làm thêm (n = 329)**

|  | Không stress mức độ cao SL (%) | Stress mức độ cao SL (%) | p     |
|--|--------------------------------|--------------------------|-------|
| <b>Nguồn hỗ trợ kinh tế chính</b>              |                                |                          |       |
| Bố mẹ  | 221 (83,7%)                    | 60 (92,3%)               | >0,05 |
| Người thân                                     | 5 (1,9%)                       | 0                        |       |
| Anh chị  | 6 (2,3%)                       | 1 (1,5%)                 |       |
| Gia đình nhưng bạn phải tự làm để bổ sung thêm | 27 (10,2%)                     | 3 (4,6%)                 |       |
| <b>Khác</b>                                    | 5 (1,9%)                       | 1 (1,5%)                 |       |
| <b>Đánh giá về tình hình tài chính</b>         |                                |                          |       |
| Không đủ đóng học phí                          | 7 (2,7%)                       | 4 (6,2%)                 | <0,05 |
| Không đủ chi phí sinh hoạt                     | 13 (4,9%)                      | 7 (10,8%)                |       |
| Gần đủ phải đắn đo chi tiêu                    | 137 (51,9%)                    | 40 (61,5%)               |       |
| Đủ cảm thấy thoải mái                          | 107 (40,5%)                    | 14 (21,5%)               |       |

|                                      | Không stress mức độ cao SL (%) | Stress mức độ cao SL (%) | p     |
|--------------------------------------|--------------------------------|--------------------------|-------|
| <b>Việc làm thêm</b>                 |                                |                          |       |
| Không                                | 118 (44,7%)                    | 25 (38,5%)               | >0,05 |
| Muốn đi làm nhưng chưa tìm được việc | 76 (28,8%)                     | 22 (33,8%)               |       |
| Có                                   | 70 (26,5%)                     | 18 (27,7%)               |       |

Có mối liên quan giữa tình hình tài chính với tình trạng stress của sinh viên với  $p < 0,05$ .

**Bảng 4. Mối liên quan giữa stress và thói quen giải trí, tập thể dục (n = 329)**

|  | Không stress mức độ cao SL (%) | Stress mức độ cao SL (%) | p            |
|--|--------------------------------|--------------------------|--------------|
| Hoạt động giải trí khi rảnh rỗi              |                                |                          |              |
| <b>Đi chơi với bạn bè</b>                    |                                |                          |              |
| Không  | 115 (43,6%)                    | 41 (63,1%)               | 0,05         |
| Có   | 149 (56,4%)                    | 24 (36,9%)               |              |
| <b>Nghe nhạc/Đọc sách/Xem tivi/chơi game</b> |                                |                          |              |
| Không  | 33 (12,5%)                     | 13 (20,0%)               | 0,118        |
| Có   | 231 (87,5%)                    | 52 (80,0%)               |              |
| <b>Chơi thể thao</b>                         |                                |                          |              |
| Không  | 235 (89,0%)                    | 57 (87,7%)               | 0,762        |
| Có   | 29 (11,0%)                     | 8 (12,3%)                |              |
| <b>Ngủ</b>                                   |                                |                          |              |
| Không  | 86 (32,6%)                     | 12 (18,5%)               | <b>0,026</b> |
| Có   | 178 (67,4%)                    | 53 (81,5%)               |              |
| <b>Khác</b>                                  |                                |                          |              |
| Không  | 255 (96,6%)                    | 63 (96,9%)               | 0,894        |
| Có   | 9 (3,4%)                       | 2 (3,1%)                 |              |
| Thói quen thường làm khi gặp khó khăn        |                                |                          |              |
| <b>Tâm sự với bạn bè</b>                     |                                |                          |              |
| Không  | 87 (32,9%)                     | 26 (40,0%)               | 0,284        |
| Có   | 177 (67,1%)                    | 39 (60,0%)               |              |
| <b>Tâm sự với bố mẹ</b>                      |                                |                          |              |
| Không  | 144 (54,5%)                    | 49 (75,4%)               | <b>0,002</b> |
| Có   | 120 (45,5%)                    | 16 (24,6%)               |              |
| <b>Cầu nguyện</b>                            |                                |                          |              |
| Không  | 210 (79,5%)                    | 44 (67,7%)               | <b>0,041</b> |
| Có   | 54 (20,5%)                     | 21 (32,3%)               |              |
| <b>Hút thuốc/uống rượu bia</b>               |                                |                          |              |
| Không  | 261 (98,9%)                    | 63 (96,9%)               | 0,252        |
| Có   | 3 (1,1%)                       | 2 (3,1%)                 |              |
| <b>Khác</b>                                  |                                |                          |              |
| Không  | 201 (76,1%)                    | 47 (72,3%)               | 0,521        |
| Có   | 63 (23,9%)                     | 18 (27,7%)               |              |

|                    | Không stress mức độ cao SL (%) | Stress mức độ cao SL (%) | p     |
|--------------------|--------------------------------|--------------------------|-------|
| <b>Tập thể dục</b> |                                |                          |       |
| Không bao giờ      | 14 (5,3%)                      | 2 (3,1%)                 | >0,05 |
| Hiếm khi           | 76 (28,8%)                     | 25 (39,1%)               |       |
| Thỉnh thoảng       | 134 (50,8%)                    | 30 (46,2%)               |       |
| Thường xuyên       | 40 (15,2%)                     | 8 (12,3%)                |       |

Thói quen ngủ khi rảnh, thói quen cầu nguyện và tâm sự với bố mẹ khi gặp khó khăn với tình trạng stress của sinh viên, sự khác biệt này đều có ý nghĩa thống kê

**Bảng 5. Mối liên quan giữa stress và tình trạng mối quan hệ bạn bè, người thân**

|  | Không stress mức độ cao SL (%) | Stress mức độ cao SL (%) | p     |
|--|--------------------------------|--------------------------|-------|
| <b>Bạn thân (n=329)</b>                                    |                                |                          | 0,825 |
| Không<br>Có  | 26 (9,8%)<br>238(90,2%)        | 7(10,8%)<br>58(89,2%)    |       |
| <b>Mức độ hài lòng tình bạn (n=296)</b>                    |                                |                          | -     |
| Rất hài lòng   | 111 (46,6%)                    | 27 (46,6%)               |       |
| Hài lòng   | 123 (51,7%)                    | 31 (53,4%)               |       |
| Không hài lòng<br>Rất không hài lòng                       | 4 (1,7%)<br>0                  | 0<br>0                   |       |
| <b>Tình trạng có người yêu (n= 329)</b>                    |                                |                          | 0,410 |
| Không<br>Có  | 194 (73,5%)<br>70 (26,5%)      | 51 (78,5%)<br>14 (21,5%) |       |
| <b>Mức độ hài lòng về tình yêu (n= 84)</b>                 |                                |                          | >0,05 |
| Rất hài lòng   | 25 (35,7%)                     | 4 (28,6%)                |       |
| Hài lòng   | 43 (61,4%)                     | 9 (64,3%)                |       |
| Không hài lòng<br>Rất không hài lòng                       | 2 (2,9%)<br>0                  | 1 (7,1%)<br>0            |       |
| <b>Tình trạng hôn nhân của bố mẹ (n=329)</b>               |                                |                          | >0,05 |
| Sống chung   | 232 (87,9%)                    | 59 (90,8%)               |       |
| Ly thân  | 9 (3,4%)                       | 2 (3,1%)                 |       |
| Ly dị<br>Bố hoặc mẹ đã mất                                 | 11 (4,2%)<br>12 (4,5%)         | 2 (4,6%)<br>1 (1,5%)     |       |
| <b>Mức độ hài lòng về mối quan hệ với gia đình (n=329)</b> |                                |                          | <0,05 |
| Rất hài lòng   | 159 (60,2%)                    | 26 (40,0%)               |       |
| Hài lòng   | 101 (38,3%)                    | 33 (50,8%)               |       |
| Không hài lòng<br>Rất không hài lòng                       | 4 (1,5%)<br>0                  | 6 (9,2%)<br>0            |       |
| <b>Mức độ chia sẻ với bố mẹ (n=329)</b>                    |                                |                          | <0,05 |
| Rất hài lòng   | 69 (26,1%)                     | 13 (20,0%)               |       |
| Hài lòng   | 167 (63,3%)                    | 23 (35,4%)               |       |
| Không hài lòng<br>Rất không hài lòng                       | 25 (9,5%)<br>3 (1,1%)          | 25 (38,5%)<br>4 (6,2%)   |       |

Có mối liên quan giữa mức độ hài lòng về mối quan hệ với gia đình và mức độ chia sẻ với bố mẹ với tình trạng stress. Sự khác biệt này có ý nghĩa thống kê với  $p < 0,05$ .

**Bảng 6: Mối liên quan thực trạng stress và các yếu tố áp lực trong học tập (n = 329)**

|             | Không stress mức độ cao SL (%) | Stress mức độ cao SL (%) | p           |
|-------------|--------------------------------|--------------------------|-------------|
| Mức độ thấp | 227 (86,0%)                    | 39 (60,0%)               | <b>0,00</b> |
| Mức độ cao  | 37 (14,0%)                     | 26 (40,0%)               |             |

Có mối liên quan giữa mức độ áp lực học tập với tình trạng stress của sinh viên với  $p < 0,05$

#### IV. BÀN LUẬN

Về nơi sinh sống, đa phần sinh viên có hộ khẩu thường trú ở nông thôn là 61,1%. Tỷ lệ này tương đồng với nghiên cứu của Đoàn Vương Diễm Khánh tại trường Đại học Y Dược Huế là nông thôn 73,2% và thành thị là 26,8% [1]. 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. Có khoảng hơn 1/3 số sinh viên có hoạt động tôn giáo tỉ lệ 28,3%. Tỷ lệ này tương đương với nghiên cứu của Nguyễn Thành Trung là 31,34% [4].

Tỷ lệ sinh viên bị stress mức độ cao là 19,76% và không bị stress mức độ cao là 80,24%. Tỷ lệ sinh viên bị stress mức độ cao trong nghiên cứu của chúng tôi thấp hơn so với nghiên cứu của Vũ Ngọc Trinh năm 2013 [5]. 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 so với nghiên cứu của Trần Kim Trang tại ĐHYD TPHCM [6]. 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.

Có mối liên quan giữa tình hình tài chính với tình trạng stress của sinh viên. Kết quả này tương đồng với nghiên cứu trên sinh viên đại học Ohio, Hoa Kỳ cho thấy tỷ lệ stress của nhóm sinh viên không đủ tiền tham gia vào các hoạt động tương tự như bạn học gấp 5,7 lần nhóm còn lại. Những sinh viên không đủ tiền sinh hoạt phí có nguy cơ stress cao gấp 2,2 lần nhóm sinh viên đủ chi trả sinh hoạt phí. Đặc biệt những sinh viên không đủ tiền đóng học phí có nguy cơ stress cao gấp từ hai

đến ba lần nhóm sinh viên có đủ tiền đóng học phí [7]. Có sự tương đồng này có thể là do sinh viên sống xa gia đình phải ở trọ, ký túc xá nên phải lo chi phí sinh hoạt, ăn uống và sinh viên nước ngoài thường phải tự lập về tài chính từ sớm không còn được nhận hỗ trợ từ ba mẹ và gia đình. Kết quả cũng cho thấy thói quen ngủ khi rảnh có liên quan đến tình trạng stress trên sinh viên. Giấc ngủ có ảnh hưởng đến sức khỏe thể chất và tinh thần là yếu tố nguy cơ làm tăng nguy cơ stress. Kết quả tìm thấy mối liên quan giữa cầu nguyện và tâm sự với bố mẹ khi gặp khó khăn có liên quan đến tình trạng stress trên sinh viên. Điều này cho thấy khi gặp khó khăn nếu có chỗ dựa về tinh thần sẽ giúp sinh viên vượt qua những căng thẳng stress trong học tập và cuộc sống.

Có mối liên quan giữa mức độ áp lực học tập với tình trạng stress của sinh viên. Kết quả này tương đồng với nghiên cứu của Nguyễn Thành Trung năm 2018 [4]. Sự tương đồng này có thể là do sinh viên và học sinh phổ thông đều chịu nhiều áp lực từ điểm số, chương trình học quá nặng, mặc cảm về kết quả học tập, thiếu tự tin về định hướng trong tương lai. Nghiên cứu của Maria Wiklund cũng cho thấy những sinh viên chịu yếu tố áp lực lớn từ trường lớp, gia đình có tới trên 70% có biểu hiện của stress mức độ cao [8]. Việc học tập là tổng hợp của quá trình thu nạp kiến thức, tu dưỡng thái độ, nhân cách và rèn luyện về kỹ năng để tương lai có thể làm một nhân viên y tế vững về chuyên môn, tốt về y đức. Tuy nhiên, cũng chính để đáp ứng được yêu cầu thực tế đó của việc học nhiều sinh viên Hộ sinh đã trải qua áp lực học tập căng thẳng dẫn đến stress, ảnh hưởng đến sức khỏe, từ đó lại tác động tiêu cực đến thành tích học tập.

Kết quả cho thấy mức độ hài lòng về mối quan hệ với gia đình có liên quan đến tình trạng stress trên sinh viên. Kết quả này phù hợp với nghiên cứu của Phạm Huyền Trang cho thấy những sinh viên thường xuyên xảy ra mâu thuẫn với gia đình

có nguy cơ mắc stress cao hơn sinh viên không thường xuyên xảy ra mâu thuẫn 4,6 lần ( $p < 0,05$ ) [9]. Tại Malaysia, nghiên cứu của Johari và Hashim thì mối quan hệ gia đình cũng là nguyên nhân chính dẫn đến stress [10]. Kết quả cũng chỉ ra rằng mức độ chia sẻ với bố mẹ có liên quan đến tình trạng stress trên sinh viên. Điều này cho chúng ta thấy mối quan hệ gia đình sẽ ảnh hưởng khá lớn đến nguy cơ stress của sinh viên. Nếu mối quan hệ trong gia đình tốt đẹp sẽ là yếu tố bảo vệ sinh viên khỏi stress tuy nhiên khi mối quan hệ đó không được như mong đợi sẽ tác động ngược lại, gây nên tình trạng stress của sinh viên.

#### V. KẾT LUẬN

Tỉ lệ stress của sinh viên cử nhân Hộ sinh ĐHYD TPHCM stress ở mức độ cao là 19,76% và không bị stress ở mức độ cao là 80,24%. Có 7 yếu tố có mối liên quan có ý nghĩa thống kê đến nguy cơ stress của sinh viên: bản thân sinh viên (tình hình tài chính, ngủ khi rảnh, cầu nguyện và tâm sự với ba mẹ khi gặp khó khăn), gia đình (mức độ chia sẻ với ba mẹ, mức độ hài lòng về mối quan hệ với gia đình), học tập (mức độ áp lực học tập).

#### TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. **Đoàn Vương Diễm Khánh, Lê Đình Dương, Phạm Tuyên (2016)**, “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).
2. **Đại học Y Dược Thành Phố Hồ Chí Minh 70 năm (1947- 2017)**, Vươn tầm cao mới, tr 34.
3. **Vũ Dũng (2015)**, “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,
4. **Nguyễn Thành Trung, Huỳnh Hồ Ngọc Huỳnh (2018)**, “Tỷ lệ stress ở học sinh trường THPT Lê Trung Kiên huyện Đông Hòa, tỉnh Phú Yên và các yếu tố liên quan”, Y học thành phố Hồ Chí Minh, 23(2), 2019, tr.65-69.
5. **Vũ Ngọc Trinh (2013)**, “Tỉ lệ Điều Dưỡng tại bệnh viện chấn thương chỉnh hình TP. Hồ Chí Minh mắc stress và các yếu tố liên quan, năm 2013”, TP. Hồ chí Minh năm 2013.
6. **Trần Kim Trang (2011)**, “Stress, lo âu và trầm cảm ở sinh viên y khoa”, Y học TP. Hồ Chí Minh, 16(1), tr. 356-362
7. **Jemmott, J. B., & Locke, S. E. (1984)**. “Psychosocial factors, immunologic mediation, and human susceptibility to infectious diseases: How much do we know?” Psychological Bulletin, 95(1), 78–108.
8. **Maria Wiklund et al. (2012)**, “Subjective health complaints in older adolescents are related to perceived stress, anxiety and gender a cross sectional school study in Northern Sweden”, BMC public health.
9. **Phạm Huyền Trang (2013)**, “Thực trạng stress trong sinh viên trường Đại học Y Hà Nội”, Kỷ yếu Nghiên cứu Khoa học, ĐHY Hà Nội 2013.
10. **Johari AB and Hassim IN (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”, J Community Health. 15, pg. 106-115.