

NGHIÊN DIỆN THOẠI THÔNG MINH Ở SINH VIÊN KHOA Y TẾ CÔNG CỘNG ĐẠI HỌC Y DƯỢC THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH NĂM 2024

TÓM TẮT

Mục tiêu: Xác định tỷ lệ nghiện điện thoại thông minh (ĐTTM) và các yếu tố liên quan ở sinh viên khoa Y tế Công cộng Đại học Y Dược Thành phố Hồ Chí Minh (ĐHYD TP.HCM) năm 2024.

Phương pháp: Thiết kế nghiên cứu cắt ngang được thực hiện trên 435 sinh viên chính quy đang theo học tại khoa Y tế Công cộng ĐHYD TP.HCM năm 2024. Công cụ thu thập số liệu bằng bộ câu hỏi tự điền có 31 câu hỏi gồm 5 phần: phiếu sàng lọc thông tin, các đặc điểm cá nhân sinh viên, các đặc điểm gia đình sinh viên, các yếu tố thói quen của sinh viên, thang đo SAS - SV đo lường nghiện ĐTTM. Hồi quy Poisson đa biến được dùng để xác định mối liên quan giữa nghiện ĐTTM với các yếu tố liên quan ở sinh viên khoa Y tế Công cộng.

Kết quả: Tỷ lệ sinh viên nghiện ĐTTM là 55,9% trong đó sinh viên năm 3 có nghiện ĐTTM chiếm tỷ lệ cao nhất (69,2%). Tỷ lệ sinh viên nghiện ĐTTM ở nhóm có áp lực gia đình là 59,3%. Tỷ lệ sinh viên nghiện ĐTTM ở nhóm mức độ vận động thể lực không nhiều chiếm 60,9%. Những sinh viên năm 3 có tỷ lệ nghiện ĐTTM cao hơn so với những sinh viên năm 1 (PR = 1,30, KTC 95%: 1,05 - 1,60). Những sinh viên có chịu áp lực từ gia đình thì tỷ lệ nghiện ĐTTM cao hơn so với những sinh viên không chịu áp lực từ gia đình (PR = 1,24, KTC 95%: 1,02 - 1,52). Những sinh viên vận động thể lực với mức độ không nhiều thì tỷ lệ nghiện ĐTTM cao hơn so với những sinh viên vận động thể lực với mức độ nhiều (PR = 1,29, KTC 95%: 1,07 - 1,55).

Kết luận: Năm học, áp lực từ gia đình, vận động thể lực đều là các yếu tố liên quan đến nghiện ĐTTM. Để giảm tình trạng nghiện này thì gia đình hạn chế tạo gánh nặng sinh viên, quan tâm nhóm sinh viên sống xa nhà, sinh viên nên dành thời gian cho việc vận động thể lực để tránh sử dụng quá mức ĐTTM.

Từ khoá: Sinh viên, Nghiện điện thoại thông minh, SAS – SV.

1. Đại học Y Dược Thành phố Hồ Chí Minh

* Tác giả liên hệ: Châu Lệ Quyên

Email: lequyen9120@gmail.com

Ngày nhận bài: 20/7/2024

Ngày phản biện: 16/8/2024

Ngày duyệt bài: 25/8/2024

Châu Lệ Quyên^{1*}, Huỳnh Ngọc Vân Anh¹

SMARTPHONE ADDICTION AMONG PUBLIC HEALTH STUDENTS AT HO CHI MINH CITY UNIVERSITY OF MEDICINE AND PHARMACY IN 2024

ABSTRACT

Objective: To determine the prevalence of smartphone addiction and related factors among students of the Public Health Faculty at Ho Chi Minh City University of Medicine and Pharmacy (UMP) in 2024.

Method: A cross-sectional study was conducted on 435 full-time students enrolled in the Public Health Faculty at UMP in 2024. Data collection was performed using a self-administered questionnaire consisting of 31 questions divided into five sections: screening information, personal characteristics of students, family characteristics, student habits, and the SAS-SV scale measuring smartphone addiction. Multivariate Poisson regression was used to identify the association between smartphone addiction and related factors among Public Health students.

Results: The prevalence of smartphone addiction among students was 55.9%, with third-year students having the highest rate (69.2%). The addiction rate among students experiencing family pressure was 59.3%. The rate of addiction among students with low levels of physical activity was 60.9%. Third-year students had a higher rate of smartphone addiction compared to first-year students (PR = 1.30, 95% CI: 1.05 - 1.60). Students under family pressure had a higher rate of smartphone addiction compared to those not under family pressure (PR = 1.24, 95% CI: 1.02 - 1.52). Students with low levels of physical activity had a higher rate of smartphone addiction compared to those with high levels of physical activity (PR = 1.29, 95% CI: 1.07 - 1.55).

Conclusion: Year level, family pressure, and physical activity are all related factors to smartphone addiction. To reduce this addiction, families should avoid putting pressure on students, pay attention to students living away from home, and students should allocate time for physical activities to prevent excessive smartphone use.

Keywords: Students, smartphone addiction, SAS-SV.

I. ĐẶT VẤN ĐỀ

Công nghệ ngày càng tiên tiến vượt bậc như hiện nay thì việc sử dụng thiết bị càng hiện đại không những thể hiện đẳng cấp, vị thế của họ trong xã hội mà còn giúp họ giải quyết công việc một cách nhanh chóng, tăng năng suất công việc hơn. Điện thoại thông minh (ĐTTM) được thiết kế nhỏ gọn bỏ túi, tích hợp nhiều tính năng như giữ liên lạc, trao đổi thông tin, tiết kiệm chi phí đi lại, vì vậy được xem như vật bất ly thân, trợ thủ đắc lực người dùng và là thiết bị ưa chuộng của giới trẻ nói chung và sinh viên nói riêng. Theo nghiên cứu của hai tác giả Hejab Ma'azer Al Fawareh và Shaidah Jusoh [1], đã đưa ra kết quả khi khảo sát mức độ phụ thuộc vào ĐTTM với hơn 60% người được hỏi thừa nhận rằng họ luôn luôn đặt ĐTTM bên cạnh giường trước khi ngủ; 70,18% thường xuyên dừng làm việc gì đó khi họ thấy một thông báo từ ĐTTM và 61,41% cho biết họ có cảm giác không an toàn bất cứ khi nào ĐTTM không có ở bên. Có thể nói sử dụng ĐTTM càng nhiều thì nguy cơ bị nghiện càng cao.

Sinh viên là một trong những đối tượng sử dụng ĐTTM nhiều nhất bởi vì thanh niên trẻ thường sử dụng ĐTTM nhiều hơn do nhu cầu kết nối và tiện ích mà công nghệ này mang lại. Theo nghiên cứu thực hiện ở địa bàn Hà Nội cho thấy đối tượng sử dụng điện thoại thông minh nhiều nhất là những thanh niên trẻ với độ tuổi 18 – 20 [2]. Nghiên cứu đã chỉ ra rằng nghiện ĐTTM có thể gây ra nhiều vấn đề liên quan đến sức khỏe tâm thần như rối loạn lo âu, trầm cảm, căng thẳng [3]. Ngoài ra, nghiện ĐTTM cũng có thể ảnh hưởng đến hiệu suất học tập của sinh viên bởi vì nó có thể làm giảm khả năng tập trung, gây ra mất ngủ [4], làm suy giảm khả năng tiếp thu thông tin và ghi nhớ. Điều này có thể dẫn đến việc giảm điểm số, không hoàn thành bài tập đúng hạn và ảnh hưởng đến việc hoàn thành chương trình học.

Thành phố Hồ Chí Minh là một trong những trung tâm kinh tế lớn nhất nước, nơi tập trung đông đảo lực lượng lao động và thanh thiếu niên trên cả nước. Đối nghịch với sự văn minh hiện đại, nhịp sống hối hả, là một môi trường ô nhiễm hơn, áp lực học tập và nhiều cám dỗ trong cuộc sống khiến cho thế hệ sinh viên – thế hệ sắp trở thành lao động chính cho xã hội cũng gặp khá nhiều vấn đề cần quan tâm trong đó có nghiện ĐTTM. Trường Đại học Y Dược Thành phố Hồ Chí Minh là một trong những ngôi trường đi đầu về lĩnh vực y dược

với cơ sở đào tạo quy mô lớn. Trong đó sinh viên khoa YTCC là đối tượng dễ bị áp lực căng thẳng bởi chương trình đào tạo khá dài và khá nặng, thi cử thường xuyên. Do đó, chúng tôi tiến hành thực hiện nghiên cứu này với mục đích có cái nhìn tổng quát hơn về tình hình nghiện ĐTTM ở sinh viên, từ đó đề ra các giải pháp, khuyến nghị phù hợp nhằm giảm thiểu và khắc phục tình trạng này để nâng cao ý thức chăm sóc sức khỏe, nâng cao hiệu quả, thành tích học tập cho sinh viên.

II. ĐỐI TƯỢNG VÀ PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

2.1. Đối tượng, địa điểm, thời gian nghiên cứu

Nghiên cứu cắt ngang mô tả được thực hiện từ tháng 02/2024 đến tháng 05/2024 tại khoa Y tế Công cộng ĐHYD TP.HCM. Tiêu chuẩn chọn vào là những sinh viên chính quy đang học các ngành Y học Dự phòng, Y tế Công cộng, Dinh dưỡng tại khoa YTCC tại thời điểm nghiên cứu và đồng ý tham gia nghiên cứu. Nghiên cứu loại ra những sinh viên vắng mặt trong hai lần đến thu thập dữ liệu hoặc không trả lời tất cả các câu hỏi của thang đo SAS - SV.

2.2. Phương pháp chọn mẫu

Cỡ mẫu và kỹ thuật chọn mẫu

Cỡ mẫu được ước lượng một tỷ lệ. Theo nghiên cứu của Đinh Trọng Hà và cộng sự thì tỷ lệ nghiện ĐTTM là 55,6% [2]; với xác suất sai lầm loại I là 0,05 và sai số cho phép là 0,05; dự trù mất mẫu 10% nên cỡ mẫu tối thiểu cần lấy là 422 sinh viên. Phương pháp chọn mẫu là phân tầng theo ngành học và năm học. Bao gồm 3 bước:

Bước 1: Phân tầng sinh viên theo ngành học. Khoa Y tế Công cộng có 14 lớp chính quy gồm 4 lớp cử nhân Y tế công cộng, 6 lớp bác sĩ Y học dự phòng và 4 lớp cử nhân Dinh dưỡng với tổng số sinh viên là 1134 sinh viên. Từ đó cần 228 sinh viên YHDP, 80 sinh viên YTCC và 114 sinh viên Dinh Dưỡng.

Bảng 1. Phân tầng sinh viên theo ngành học

Ngành học	Tổng số sinh viên	Tỷ lệ (%)	Số sinh viên cần chọn
Bác sĩ YHDP	608	54,0%	$422 \times 54,0\% = 228$
Cử nhân YTCC	220	19,0%	$422 \times 19,0\% = 80$
Cử nhân DD	306	27,0%	$422 \times 27,0\% = 114$

Bước 2: Phân tầng sinh viên theo năm học. Từ đó số sinh viên cần lấy mỗi lớp như sau: Đối với

YHDP: năm 1 (47), năm 2 (34), năm 3 (39), năm 4 (37), năm 5 (36), năm 6 (35), đối với YTCC: năm 1 (31), năm 2 (12), năm 3 (22), năm 4 (15), đối với DD: năm 1 (29), năm 2 (29), năm 3 (28), năm 4 (28).

Bước 3: Sau khi tính được số sinh viên cần lấy của mỗi lớp. Dựa vào danh sách sinh viên mỗi lớp ta chọn mẫu theo phương pháp ngẫu nhiên đơn với hình thức random số thứ tự trên máy tính để chọn ra những sinh viên cần lấy.

Bước 4: Tiến hành khảo sát dựa trên các sinh viên đã chọn của mỗi lớp.

Công cụ và phương pháp thu thập số liệu

Dữ liệu được thu thập bằng bộ câu hỏi tự điền gồm 31 câu hỏi được chia làm 5 phần gồm: phiếu sàng lọc thông tin, các đặc điểm cá nhân, đặc điểm gia đình, các yếu tố thói quen, nghiện ĐTTM (SAS – SV).

Thang đo SAS – SV gồm 10 câu hỏi về các biểu hiện nghiện ĐTTM và người trả lời tự báo cáo bằng cách đưa ra lựa chọn về mức độ đồng ý theo dạng likert 6 điểm: 1 (hoàn toàn không đồng ý) đến 6 (hoàn toàn đồng ý). Trong đó, gồm 2 giá trị: Có nghiện khi tổng điểm từ 31 điểm trở lên đối với nam và tổng điểm từ 33 điểm trở lên đối với nữ. Thang đo SAS – SV được chứng minh là có tính giá trị thông qua chỉ số có Cronbach alpha là 0,91 [5]. Đồng thời, nhóm nghiên cứu cũng thực hiện nghiên cứu thử trên 45 sinh viên của khoa YTCC. Kết quả nghiên cứu thử cho thấy chỉ số Cronbach's alpha của thang đo SAS-SV là 0,9.

Phân tích thống kê

Dữ liệu được nhập bằng phần mềm Epidata 4.6, phân tích dữ liệu bằng phần mềm Stata 17.0. Mô tả tần số và tỷ lệ phần trăm cho các biến số định tính: Đặc điểm bản thân, đặc điểm gia đình, đặc điểm thói quen, nghiện điện thoại thông minh. Mô tả trung vị, khoảng tứ phân vị cho điểm nghiện điện thoại thông minh. Sử dụng phép kiểm định Chi

bình phương (kiểm định Fisher được sử dụng thay thế cho kiểm định Chi bình phương nếu trên 20% tổng số các ô vọng trị < 5 hoặc có ô vọng trị < 1) để xác định mối liên quan giữa nghiện điện thoại thông minh với các biến số độc lập với mức ý nghĩa 5% và lượng giá mối liên quan bằng mô hình hồi quy Poisson đa biến với tỉ số tỷ lệ hiện mắc PR và khoảng tin cậy 95%.

Mô hình hồi quy Poisson đa biến với tùy chọn Robust được sử dụng để kiểm soát các yếu tố gây nhiễu tiềm tàng tác động tới mối liên quan thực sự giữa nghiện ĐTTM và các yếu tố liên quan. Tiến hành lựa chọn mô hình đa biến theo các bước sau:

Bước 1: đưa vào mô hình A các biến số có liên quan đến biến số phụ thuộc với $p < 0,2$ ở các kiểm định đơn biến.

Bước 2: chọn các biến số có liên quan ($p < 0,05$) và loại đi những biến số không có liên quan ở mô hình A, thu được mô hình B.

Bước 3: lần lượt thêm từng biến số đã loại ở mô hình A vào mô hình B để đánh giá mối liên quan một lần nữa, thu được mô hình C.

Bước 4: lặp lại bước 3 nếu cần thiết, so sánh giữa các mô hình bằng phép kiểm likelihood và chỉ số Bayesian Information Criterion (BIC) để lựa chọn mô hình phù hợp.

Bước 5: tùy chọn Robust được dùng cho mô hình cuối cùng để hiệu chỉnh và làm hẹp khoảng tin cậy.

2.3. Đạo đức nghiên cứu

Nghiên cứu tuân thủ các khía cạnh đạo đức trong nghiên cứu y sinh học. Đối tượng nghiên cứu được cung cấp đầy đủ thông tin và tự nguyện tham gia nghiên cứu bằng văn bản đồng ý tham gia. Các dữ liệu cá nhân được mã hóa và bảo mật. Đề cương nghiên cứu đã được Hội đồng Đạo đức trong nghiên cứu y sinh học Đại học Y Dược Thành phố Hồ Chí Minh chấp thuận (số 153/HĐĐĐ - ĐHYD, kí ngày 16/01/2024).

III. KẾT QUẢ

Nghiên cứu cắt ngang mô tả được thực hiện từ tháng 02/2024 đến tháng 03/2024 tại khoa Y tế công cộng của trường Đại học Y Dược Thành phố Hồ Chí Minh nhằm phản ánh thực trạng của hành vi nghiện điện thoại thông minh của sinh viên với các yếu tố liên quan. Có 455 sinh viên thỏa tiêu chí tham gia nghiên cứu. Tuy nhiên, tại thời điểm khảo sát có 20 sinh viên không trả lời hết các câu hỏi trong phiếu khảo sát nên tổng số sinh viên đưa vào phân tích là 435 sinh viên.

Bảng 2. Đặc điểm bản thân, gia đình, thói quen sinh hoạt của sinh viên ($n = 435$)

Đặc điểm	Tần số	Tỷ lệ (%)
Giới		
Nam	133	30,6
Nữ	302	69,4

Đặc điểm	Tần số	Tỷ lệ (%)
Năm học		
Năm 1	112	25,8
Năm 2	76	17,5
Năm 3	91	20,9
Năm 4	83	19,1
Năm 5	38	8,7
Năm 6	35	8,0
Điều kiện kinh tế gia đình		
Giàu có	1	0,2
Khá giả	129	29,7
Trung bình	275	63,2
Nghèo	30	6,9
Áp lực từ gia đình		
Không bao giờ	128	29,4
Hiếm khi	136	31,3
Đôi khi	123	28,3
Thường xuyên	40	9,2
Luôn luôn	8	1,8
Mức độ vận động thể lực		
Không bao giờ	36	8,3
Hiếm khi	147	33,8
Một lần một tuần	88	20,2
Vài lần một tuần	125	28,7
Hàng ngày	39	9,0

Trong nghiên cứu, tỷ lệ nữ tham gia nghiên cứu nhiều hơn nam. Sinh viên năm nhất chiếm tỷ lệ cao nhất là 25,8%, sinh viên năm 6 chiếm tỷ lệ thấp nhất là 8,0%. Sinh viên tham gia nghiên cứu thì gia đình thuộc diện trung bình là nhiều (63,2%), tỷ lệ gia đình giàu có rất ít chiếm 0,2%. Tỷ lệ sinh viên hiếm khi chịu áp lực từ gia đình chiếm tỷ lệ cao nhất là 31,3%, tỷ lệ luôn luôn chịu áp lực từ gia đình là thấp nhất với 1,8%. Tỷ lệ sinh viên hiếm khi vận động thể lực chiếm tỷ lệ cao nhất là 33,8%, tỷ lệ sinh viên không bao giờ vận động thể lực chiếm tỷ lệ thấp nhất với 8,3%.

Bảng 3. Phân loại tình trạng nghiện ĐTTM (n = 435)

Đặc điểm	Tần số	Tỷ lệ (%)
Nghiện ĐTTM		
Có	243	55,9
Không	192	44,1

Sử dụng thang đo phiên bản rút gọn (SAS – SV) của Kwon và cộng sự (2013), điểm số nghiện ĐTTM có trung vị là 34 điểm với khoảng tứ phân vị từ 27 – 39, trong đó điểm thấp nhất là 10 điểm, điểm cao nhất là 60 điểm. Trong 435 sinh viên tham gia nghiên cứu có 243 sinh viên nghiện ĐTTM chiếm tỷ lệ 55,9%.

Bảng 4. Các yếu tố liên quan đến nghiện ĐTTM theo mô hình hồi quy Poisson đa biến (n = 435)

Đặc điểm	Nghiện ĐTTM		Giá trị P_{tho}	PR thô (KTC 95% _{tho})	Giá trị P_{hc}	PR _{hc} (KTC 95% _{hc})
	Có (%)	Không (%)				
Năm học						
Năm 1	62 (55,4)	50 (44,6)		1		1

Đặc điểm	Nghiện ĐTTM		Giá trị P _{thô}	PR thô (KTC 95% _{thô})	Giá trị P _{hc}	PR _{hc} (KTC 95% _{hc})
	Có (%)	Không (%)				
Năm 2	46 (60,5)	30 (39,5)	0,478	1,09 (0,85 – 1,40)	0,335	1,13 (0,89 - 1,44)
Năm 3	63 (69,2)	28 (30,8)	0,042	1,25 (1,01 – 1,55)	0,016	1,30 (1,05 – 1,60)
Năm 4	37 (44,6)	46 (55,4)	0,146	0,81 (0,60 – 1,08)	0,162	0,82 (0,61 - 1,09)
Năm 5	19 (50,0)	19 (50,0)	0,579	0,90 (0,63 – 1,29)	0,781	0,95 (0,67 – 1,36)
Năm 6	16 (45,7)	19 (54,3)	0,346	0,83 (0,55 – 1,23)	0,415	0,85 (0,58 – 1,25)
Áp lực từ gia đình						
Có chịu áp lực	182 (59,3)	125 (40,7)	0,026	1,24 (1,01 – 1,53)	0,033	1,24 (1,02 – 1,52)
Không chịu áp lực	61 (47,7)	67 (52,3)				
Mức độ vận động thể lực						
Mức độ không nhiều	165 (60,9)	106 (39,1)	0,007	1,28 (1,06 – 1,54)	0,007	1,29 (1,07 – 1,55)
Mức độ nhiều	78 (47,6)	86 (52,4)				

Các yếu tố có liên quan đến nghiện ĐTTM: năm học, áp lực từ gia đình, mức độ vận động thể lực. Với các đặc điểm như trong bảng 3 thì: Những sinh viên đang học năm thứ 3 thì tỷ lệ nghiện ĐTTM bằng 1,30 lần những sinh viên đang học năm 1 với $p = 0,016$, KTC 95%: 1,05 – 1,60. Những sinh viên có chịu áp lực từ gia đình thì tỷ lệ nghiện ĐTTM bằng 1,24 lần những sinh viên không chịu áp lực từ gia đình với $p = 0,033$, KTC 95%: 1,02 – 1,52. Những sinh viên vận động thể lực mức độ không nhiều thì tỷ lệ nghiện ĐTTM bằng 1,29 lần những sinh viên vận động thể lực mức độ nhiều với $p = 0,007$, KTC 95%: 1,07 – 1,55.

IV. BÀN LUẬN

Đặc điểm bản thân của sinh viên

Về giới tính, trong nghiên cứu tỷ lệ giới tính nữ nhiều hơn nam (nữ chiếm 69,4%). So sánh các nghiên cứu khác thực hiện trên sinh viên khoa YTCC cho thấy tỷ lệ tương đồng như Vũ Thị Thảo [6] có tỷ lệ nữ chiếm 66,7%, nghiên cứu của Phạm Nguyễn Hải Thụy [7] tỷ lệ nữ chiếm 71,05%. Tỷ lệ nghiện ĐTTM ở nữ cũng nhiều hơn so với nam. Tỷ lệ này tương đồng với nghiên cứu Đinh Trọng Hà [2]. Điều này có phần trái ngược là thường người đàn ông sẽ yêu thích công nghệ, IT nhiều hơn người phụ nữ. Nhưng cũng có nhiều nghiên cứu trước đây cho thấy rằng phụ nữ có một sự gắn bó mãnh liệt với ĐTTM hơn so với nam giới [8].

Trong nghiên cứu, sinh viên năm 1 chiếm tỷ lệ cao nhất (24,8%), sinh viên năm 6 chiếm tỷ lệ thấp nhất (8,0%). Điều này giống với nghiên cứu của Phạm Nhật Duyệt [9] (2023) thực hiện trên sinh viên khoa YTCC. Điều này là do khoa YTCC chỉ có duy nhất một lớp BS YHDP là có năm thứ 6 nên sinh viên năm 6 chiếm tỷ lệ thấp nhất. Áp lực từ gia đình, kinh tế gia đình đều dựa trên cảm nhận sinh viên nên tỷ lệ này chỉ mang tính chất tương đối. Tuy nhiên, cha mẹ thường đặt khá nhiều kỳ vọng vào con cái nên khi đã đổ vào trường Y để duy trì thành

tích giỏi cộng với áp lực học tập thi cử khiến sinh viên rất dễ bị stress, trầm cảm. Một phần thấy kinh tế đủ sống không mấy khá giả của gia đình khiến sinh viên cảm thấy cần cố gắng nỗ lực hơn nữa để không phụ lòng ba mẹ. Thời gian học khá dài 6 năm đôi khi sinh viên cảm giác mặc cảm hơn bạn bè cùng trang lứa khi bạn bè đi làm còn mình vẫn chưa ra trường. Những điều này sẽ gia tăng thêm áp lực cho sinh viên Y nếu không được giúp đỡ kịp thời, ảnh hưởng tương lai các bạn. Xét về hoạt động thể lực, sinh viên không bao giờ vận động thể lực từ 30 phút trở lên chiếm 8,3%, tập vài lần/tuần chiếm 28,7%. Kết quả này thấp hơn nhiều so với nghiên cứu Nguyễn Thị Như Phụng [10]. Điều này có thể lý giải do có khá nhiều hoạt động giải trí trực tuyến như mua sắm sàn thương mại điện tử, xem phim trên các ứng dụng, chơi game, đọc sách online với thời gian học tập sinh viên khá bận nên cản trở ý định vận động thể lực của sinh viên. Do đó, sinh viên cần nâng cao nhận thức về sức khỏe, dành thời gian cho việc tập thể dục và duy trì thói quen này không những giảm lo âu, căng thẳng, còn giúp ngủ ngon hơn.

Nghiên cứu sử dụng thang đo SAS – SV để đánh giá tình trạng nghiện ĐTTM. Sinh viên được xem

là nghiện khi tổng điểm của thang đo SAS-SV từ 31 điểm trở lên đối với sinh viên nam hoặc từ 33 điểm trở lên đối với sinh viên nữ. Kết quả có 55,9% nghiện ĐTTM. Kết quả này thấp hơn so với nghiên cứu của Lê Thị Mỹ Anh (59,6%) [11]. Tuy nhiên, tỷ lệ này cao hơn so với nghiên cứu tại trường cao đẳng Y tế Đồng Tháp (42,3%) [12] và nghiên cứu [13] ở Thụy Sĩ năm 2015 trên học sinh THPT là 16,9%. Sự khác biệt này cho thấy sự tiến bộ vượt bậc của công nghệ kỹ thuật vào những năm gần đây.

Các yếu tố liên quan đến nghiện ĐTTM

Kết quả phân tích bằng mô hình hồi quy Poisson ghi nhận có 4 yếu tố là năm học, áp lực từ gia đình, mức độ vận động thể lực. Những sinh viên năm 3 có tỷ lệ nghiện ĐTTM cao hơn so với những sinh viên năm 1 với $p = 0,016$. Mối liên quan này cũng được tìm thấy trong nghiên cứu của Phạm Nhật Duyệt [9], Vũ Thị Thảo [6]. Nhưng trong nghiên cứu Lê Thị Mỹ Anh [11] lại không tìm thấy mối liên quan nào. Điều này có thể do sự phát triển mạnh công nghệ kỹ thuật số qua các năm, con người càng dễ tiếp cận ĐTTM, chỉ cần với vài triệu đồng là sở hữu trong tay, cùng với việc tiếp xúc ngày càng nhiều càng dễ nghiện nên tỷ lệ nghiện ĐTTM năm sau sẽ cao hơn năm trước. Bên cạnh đó, với sự tiện ích mà ĐTTM mang lại thì dự báo tỷ lệ nghiện này có thể ngày càng tăng lên.

Nghiên cứu cũng cho thấy mối liên quan giữa áp lực từ gia đình với nghiện ĐTTM. Những sinh viên có chịu áp lực từ gia đình thì tỷ lệ nghiện ĐTTM cao hơn so với những sinh viên không chịu áp lực từ gia đình với $p = 0,033$. Hiện vẫn chưa nghiên cứu tìm mối liên quan này. Tuy nhiên có một vài nghiên cứu tìm thấy mối liên quan giữa NĐTTM với áp lực học tập và thi cử như nghiên cứu của Tăng Bá Xuân Thanh [14] và Phan Như Ngọc [15]. Điều này có thể được lý giải do chịu áp lực từ gia đình nên sinh viên muốn giải tỏa áp lực, stress bằng cách chơi game, xem youtube, lướt tiktok để giúp họ không phải suy nghĩ, bận tâm về những áp lực kia. Nhưng tất cả các nền tảng đều mong muốn giữ chân người dùng được lâu nhất nên nếu họ không làm chủ chính mình rất dễ sa đà dẫn đến nghiện.

Có mối liên quan giữa mức độ vận động thể lực với nghiện ĐTTM. Mối liên quan này cũng được tìm thấy trong nghiên cứu Đinh Trọng Hà và cộng sự [2]. Những sinh viên với mức độ vận động không nhiều thì tỷ lệ nghiện ĐTTM cao hơn những sinh viên có mức độ vận động nhiều với $p = 0,007$. Có thể do sinh viên vận động với tần suất ít thì sẽ có nhiều thời gian rảnh để thoải mái sử dụng ĐTTM nên tỷ lệ nghiện sẽ cao hơn.

Điểm mạnh nghiên cứu

Phương pháp lấy mẫu của nghiên cứu là phân tầng trên 435 sinh viên, đây là một cỡ mẫu đủ lớn và có tính đại diện cho dân số mục tiêu.

Nghiên cứu sử dụng bộ câu hỏi tự điền nên ít tốn kém, không tốn nhiều thời gian, nghiên cứu được thực hiện bởi thang đo nghiện ĐTTM SAS – SV với độ tin cậy nội tại Cronbach's Alpha = 0,9 đã được kiểm tra qua nghiên cứu thử trên 45 sinh viên trước khi tiến hành nghiên cứu.

Nghiên cứu sử dụng hồi quy Poisson đa biến đã xác định được các yếu tố thực sự có liên quan đến nghiện ĐTTM ở sinh viên.

Hạn chế của nghiên cứu

Nghiên cứu có sử dụng bộ câu hỏi về áp lực từ gia đình, điều kiện kinh tế gia đình, thói quen yêu cầu sinh viên hồi tưởng trong vòng một tháng dựa trên sự trung thực, sự tự cảm nhận của bản thân nên dẫn đến có sai lệch thông tin.

V. KẾT LUẬN

Tỷ lệ nghiện ĐTTM chiếm 55,9%. Có mối liên quan có ý nghĩa thống kê giữa nghiện ĐTTM với năm học, áp lực từ gia đình, mức độ vận động thể lực: Những sinh viên năm 3 có tỷ lệ nghiện ĐTTM cao hơn so với những sinh viên năm 1. Những sinh viên có chịu áp lực từ gia đình thì tỷ lệ nghiện ĐTTM cao hơn so với những sinh viên không chịu áp lực từ gia đình. Những sinh viên vận động thể lực với mức độ không nhiều thì tỷ lệ nghiện ĐTTM cao hơn so với những sinh viên vận động thể lực với mức độ nhiều.

Kết quả nghiên cứu này bước đầu cho thấy một số thực trạng nghiện ĐTTM ở sinh viên khoa YTCC, là một dấu hiệu cảnh báo cần thiết để xem xét nghiên cứu can thiệp các hậu quả có hại ở mức độ rộng hơn. Để sử dụng ĐTTM một cách tích cực hơn trong học tập thì cách học và giảng dạy của nhà trường cần thay đổi ra sao, xã hội trang bị thêm những gì nghiên cứu chỉ nêu ra được vài ý vẫn chưa đầy đủ cần phải đào sâu thêm. Phạm vi nghiên cứu chỉ trong khuôn viên trường ĐHYD nên địa bàn nghiên cứu còn nhiều hạn chế cần phát triển thêm địa bàn khác nữa, nhóm đối tượng khác để có thể đi đến nhận định tổng quát hơn, đào sâu thêm nếu ĐTTM là một phương tiện quan trọng không thể thiếu trong học tập của sinh viên.

VI. KIẾN NGHỊ

Đối với bản thân sinh viên

Lập danh sách những việc cần làm và không được làm để tránh sử dụng ĐTTM quá nhiều gây lãng phí thời gian.

Sinh viên dành chút thời gian để vận động, tập yoga, tập gym, đánh cầu lông, đi bộ. Điều đó không

những giúp tinh thần thoải mái hơn mà còn làm giảm lo âu, căng thẳng.

Đối với gia đình của sinh viên

Gia đình hạn chế tạo gánh nặng lên sinh viên thay vào đó là những lời quan tâm nhắc nhở nên quan tâm sức khoẻ, quản lý thời gian tránh lạm dụng ĐTTM sao nhãng chuyện học đặc biệt sinh viên sống xa nhà.

Đối với nhà trường

Nhà trường nên có những buổi workshop để giáo dục cho sinh viên về tác động tiêu cực của việc sử dụng điện thoại quá mức. Đồng thời hướng dẫn sinh viên sử dụng điện thoại một cách có trách nhiệm và hiệu quả để phục vụ cho mục đích học tập và công việc.

Duy trì đẩy mạnh các hoạt động của câu lạc bộ để tạo môi trường rèn luyện kỹ năng, sân chơi bổ ích cho sinh viên.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Hejab Ma'azer Al Fawareh, Shaidah Jusoh, "The use and effects of smartphones in higher education," *Ijim*, vol. 11, no. 6, pp. 103-111, 2017, doi: 10.3991/ijim.v11i6.7453.
2. Đinh Trọng Hà, Quân Minh Anh, Nguyễn Thị Hoa, và cộng sự, "Khảo sát tình hình sử dụng điện thoại thông minh ở sinh viên đại học trên địa bàn Hà Nội bằng thang điểm đánh giá nghiện điện thoại thông minh phiên bản rút gọn," *Tạp chí Y học Việt Nam*, vol. 502, no. 2, 2021, doi: 10.51298/vmj.v502i2.621.
3. Lê Đỗ Mười Thương, Đỗ Thị Thùy Linh, Lê Thị Thu Sương, và cộng sự, "Ảnh hưởng của việc sử dụng điện thoại thông minh đến chất lượng giấc ngủ và các yếu tố tâm lý của sinh viên trường cao đẳng Y tế Quảng Nam," presented at the Hội nghị khoa học – công nghệ tuổi trẻ các trường đại học, cao đẳng Y – dược Việt Nam lần thứ XVIII, 2016, 2020.
4. Nguyễn Minh Tâm, Nguyễn Phúc Thành Nhân, Nguyễn Thị Thuý Hằng, "Mối liên quan giữa mức độ sử dụng điện thoại thông minh và các rối loạn giấc ngủ, rối loạn tâm lý ở học sinh trung học phổ thông và sinh viên," *Tạp chí Y Dược học - Trường Đại học Y Dược Huế*, vol. 7, no. 4, pp. 125-130, 2017, doi: 10.34071/jmp.2017.4.18.
5. Min Kwon, Dai-Jin Kim, Hyun Cho, Soo Yang, "The smartphone addiction scale: development and validation of a short version for adolescents," *PloS one*, vol. 8, no. 12, p. e83558, 2013.
6. Vũ Thị Thảo, "Mối liên quan giữa sử dụng smart-phone và chất lượng giấc ngủ của sinh viên khoa Y tế Công Cộng Đại học Y Dược Thành phố Hồ Chí Minh," *Khoá luận Tốt nghiệp Cử nhân Y tế công cộng*, Đại học Y Dược Thành phố Hồ Chí Minh, 2019.
7. Phạm Nguyễn Hải Thuy, "Tỷ lệ nghiện internet và mối liên quan với chất lượng giấc ngủ ở sinh viên khoa Y tế công cộng Đại học y dược TP. Hồ Chí Minh năm 2023," *Khoá luận Tốt nghiệp Cử nhân Y tế công cộng Đại học Y Dược Thành phố Hồ Chí Minh*, 2023.
8. Geser, Hans, "Are girls (even) more addicted? Some gender patterns of cell phone usage," *Open Access Repository*, 2006. [Online]. Available: <https://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:0168-ssoar-327002>.
9. Phạm Nhật Duyệt, "Ảnh hưởng của nghiện điện thoại thông minh đến chất lượng giấc ngủ ở sinh viên khoa Y tế công cộng Đại Học Y Dược Thành Phố Hồ Chí Minh năm 2022," *Khoá luận Tốt nghiệp Bác sĩ Y học dự phòng*, Đại học Y Dược Thành phố Hồ Chí Minh, 2023.
10. Nguyễn Thị Như Phụng, "Chất lượng giấc ngủ và các yếu tố liên quan ở sinh viên khoa Y học cổ truyền, ĐH Y Dược TP.HCM," *Khoá luận Tốt nghiệp Bác sĩ Y học dự phòng*, Đại học Y Dược Thành phố Hồ Chí Minh, 2023.
11. Lê Thị Mỹ Anh, "Nghiện điện thoại thông minh và mối liên quan với chất lượng giấc ngủ của sinh viên khoa Y tế công cộng đại học Y dược TP. Hồ Chí Minh năm 2023," *Khoá luận Tốt nghiệp Cử nhân Y tế công cộng*, Đại học Y Dược Thành phố Hồ Chí Minh, 2023.
12. Lê Minh Luận, Bùi Thị Tú Quyên, "Nghiện điện thoại thông minh và một số yếu tố liên quan ở sinh viên trường Cao đẳng Y tế Đồng Tháp năm 2017," *Tạp chí Khoa học Nghiên cứu Sức khỏe và Phát triển*, vol. 2, no. 3, pp. 15-22, 2017.
13. Severin Haug, Raquel Paz Castro, Min Kwon, and et al, "Smartphone use and smart-phone addiction among young people in Switzerland," *Journal of Behavioral Addictions*, vol. 4, no. 4, pp. 299 - 307, 2015, doi: <https://doi.org/10.1556/2006.4.2015.037>.
14. Tăng Bá Xuân Thanh, "Tỷ lệ nghiện smart-phone và mối liên quan giữa nghiện smart-phone với trầm cảm của sinh viên khoa Y tế Công cộng Đại học Y Dược Thành phố Hồ Chí Minh," *Khoá Luận Tốt Nghiệp BS Y học Dự phòng*, Đại học Y Dược Thành phố Hồ Chí Minh, 2016.
15. Phan Như Ngọc, "Nghiện điện thoại thông minh, chất lượng giấc ngủ và các yếu tố liên quan ở học sinh trung học phổ thông Thành phố Bến Tre, tỉnh Bến Tre," *Khoá luận Tốt nghiệp Bác sĩ Y học dự phòng*, Đại học Y Dược Thành phố Hồ Chí Minh, 2021.