

THỰC TRẠNG STRESS CỦA SINH VIÊN ĐIỀU DƯỠNG TRƯỜNG CAO ĐẲNG Y TẾ HẢI PHÒNG NĂM 2020

Nguyễn Bích Ngọc^{1,2, ✉}, Nguyễn Văn Tuấn^{1,3}

¹Trường Đại học Y Hà Nội,

²Trường Cao đẳng Y tế Hải Phòng,

³Viện Sức khỏe Tâm thần

Stress là một vấn đề sức khỏe tâm thần phổ biến. Nghiên cứu được thực hiện tại Trường Cao đẳng Y tế Hải Phòng năm 2020 với mục tiêu mô tả thực trạng stress của sinh viên điều dưỡng. Nghiên cứu áp dụng thiết kế nghiên cứu mô tả cắt ngang trên 300 sinh viên sử dụng thang Depression Anxiety Stress Scale – 21 (DASS - 21) và thang Stressors in Nursing Students (SINS). Kết quả nghiên cứu cho thấy có 47,3% sinh viên mắc stress, trong đó các mức độ stress nhẹ, vừa, nặng, rất nặng lần lượt là 15,3%, 19%, 8,7% và 4,3%. Sinh viên điều dưỡng năm thứ hai có tỉ lệ mắc stress cao nhất (51%), sau đó là sinh viên năm thứ ba (47%) và thấp nhất là sinh viên năm thứ nhất (44%). Sinh viên cảm nhận stress nhiều nhất là do vấn đề tài chính, tiếp theo là vấn đề học tập, môi trường thực tập lâm sàng và vấn đề cá nhân. Nhà trường, gia đình và xã hội nên có các biện pháp giúp giảm tình trạng stress ở sinh viên điều dưỡng.

Từ khóa: DASS - 21, SINS, stress, sinh viên điều dưỡng

I. ĐẶT VẤN ĐỀ

Stress là phản ứng không đặc hiệu của cơ thể trước những tình huống căng thẳng¹. Khi gặp tình huống stress, cơ thể phản ứng với các tác nhân gây stress để thích nghi, nếu không có khả năng thích nghi thì stress trở thành bệnh lý². Stress tăng lên trong điều kiện sống thay đổi nhanh, vì vậy sự thay đổi nhanh chóng của xã hội dẫn tới thực trạng stress ngày càng tăng. Đây là vấn đề sức khỏe tâm thần phổ biến có thể gặp ở mọi nơi, trong mọi ngành nghề và mọi lứa tuổi.³

Sinh viên là đối tượng thường chịu nhiều tác động bởi những thay đổi về học tập, môi trường, công việc, cuộc sống. Bên cạnh đó, đặc thù ngành y có môi trường học ở nhiều nơi, ngoài học tập tại trường sinh viên còn học lâm sàng và trực đêm ở bệnh viện, điều này có thể

dẫn tới thực trạng stress của sinh viên y, đặc biệt là sinh viên điều dưỡng khá cao. Nghiên cứu ở Ai Cập cho thấy tỉ lệ stress ở sinh viên y khoa là 62,4%.⁴ Tại Brazil, một nghiên cứu đã thống kê được tỉ lệ sinh viên điều dưỡng stress là 64%.⁵ Ở Việt Nam, nghiên cứu tại Đại học Y Hà Nội có 63,6% sinh viên stress,⁶ tỉ lệ stress ở sinh viên Đại học Y Dược Thành phố Hồ Chí Minh là 71,4%⁷ và sinh viên Cao đẳng Y tế Tiền Giang là 47,6%.⁸

Ở Việt Nam chưa có nhiều đề tài nghiên cứu về thực trạng stress của sinh viên điều dưỡng và sự khác biệt về mức độ stress giữa các năm học. Hiện chưa có đề tài nào đi sâu tìm hiểu về môi trường thực tập lâm sàng, áp lực học tập của đối tượng này. Tại Trường Cao đẳng Y tế Hải Phòng cũng chưa có công trình khoa học nào nghiên cứu về đề tài trên. Vì vậy, để nâng cao hiệu quả học tập và chất lượng cuộc sống của sinh viên, nhóm nghiên cứu thực hiện đề tài này với mục tiêu: “Mô tả thực trạng stress của sinh viên điều dưỡng Trường Cao đẳng Y

Tác giả liên hệ: Nguyễn Bích Ngọc,

Trường Đại học Y Hà Nội

Email: hpbichngoc@gmail.com

Ngày nhận: 06/06/2021

Ngày được chấp nhận: 27/07/2021

tế Hải Phòng năm 2020”.

II. ĐỐI TƯỢNG VÀ PHƯƠNG PHÁP

1. Đối tượng

Tiêu chuẩn lựa chọn: Sinh viên cao đẳng điều dưỡng hệ chính quy đang học tại Trường Cao đẳng Y tế Hải Phòng đồng ý tham gia vào nghiên cứu sau khi được đề nghị và giải thích rõ mục đích của nghiên cứu.

Tiêu chuẩn loại trừ: Sinh viên đang nghỉ ốm, bảo lưu (không có mặt tại thời điểm thu thập số liệu).

2. Phương pháp

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

Địa điểm và thời gian nghiên cứu: Nghiên cứu được thực hiện tại Trường Cao đẳng Y tế Hải Phòng từ tháng 3 năm 2020 đến tháng 4 năm 2021.

Cỡ mẫu và phương pháp chọn mẫu:

Cỡ mẫu: 300 sinh viên điều dưỡng. Áp dụng công thức tính cỡ mẫu ước lượng một tỉ lệ với $p = 0,73$ là tỉ lệ stress của sinh viên Trường Đại học Y Hà Nội từ nghiên cứu của Triệu Thị Đào và cộng sự năm 2016.⁹

Phương pháp chọn mẫu: Chọn mẫu ngẫu nhiên phân tầng. Với cỡ mẫu 300 và 3 tầng tương ứng với 3 năm học, cần chọn 100 sinh viên cho mỗi năm học. Cách chọn mẫu: mỗi năm học có 4 lớp điều dưỡng, bốc thăm ngẫu nhiên theo danh sách để lấy 25 sinh viên/ 1 lớp đáp ứng tiêu chuẩn lựa chọn để tiến hành nghiên cứu. Như vậy một năm học có 100 sinh viên và tổng ba năm học có cỡ mẫu thực tế là 300 sinh viên điều dưỡng tham gia nghiên cứu.

Biến số, chỉ số nghiên cứu

Đặc điểm chung của đối tượng nghiên cứu: năm học, tuổi, giới tính, dân tộc, BMI, tình trạng hôn nhân, nơi ở, sống cùng, làm thêm, thời gian tự học, thời gian đi học, thời gian ngủ.

Mức độ stress, các nguồn gây stress: môi

trường thực tập lâm sàng, vấn đề học tập, vấn đề cá nhân, vấn đề tài chính.

Công cụ thu thập số liệu

Thang DASS - 21 được sử dụng để đánh giá mức độ stress của sinh viên. Đây là thang đo stress, lo âu, trầm cảm được sử dụng phổ biến trên thế giới cũng như ở Việt Nam và được đánh giá cao về tính giá trị, độ tin cậy, độ nhạy và độ đặc hiệu. Hệ số tin cậy Cronbach's alpha của thang DASS - 21 trên đối tượng thanh thiếu niên Việt Nam là 0,906 và thang đo stress trích từ thang DASS - 21 là 0,761¹⁰. Thang đo stress trích từ thang DASS - 21 gồm 7 câu hỏi, mỗi câu có 4 lựa chọn tương ứng các mức độ từ 0 đến 3 (0 - Không đúng với tôi chút nào cả, 1 - Đúng với tôi phần nào hoặc thỉnh thoảng mới đúng, 2 - Đúng với tôi phần nhiều hoặc phần lớn thời gian là đúng, 3 - Hoàn toàn đúng với tôi hoặc hầu hết thời gian là đúng). Tiêu chuẩn đánh giá mức độ stress dựa vào tổng điểm của các câu hỏi nhân với 2.

Mức độ	Điểm stress
Bình thường	0 – 14
Nhẹ	15 – 18
Vừa	19 – 25
Nặng	26 – 33
Rất nặng	≥ 34

Thang đo SINS dùng để đánh giá các nguồn gây stress ở sinh viên điều dưỡng. Đây là thang đo được nhiều nghiên cứu đánh giá về độ tin cậy sử dụng. Thang SINS bao gồm 43 tình huống có thể gây stress cho sinh viên điều dưỡng được chia vào bốn nhóm: môi trường thực tập lâm sàng, vấn đề học tập, vấn đề cá nhân và vấn đề tài chính.¹¹ Sinh viên được yêu cầu phản ánh những tình huống mà họ đã trải nghiệm. Tình huống nào được tổng kết với tổng số cao hơn là nguồn gây stress phổ biến hơn. Bộ câu hỏi được kiểm định tính giá trị bởi

chuyên gia sức khỏe tâm thần và được chuẩn hóa phù hợp với đối tượng nghiên cứu là sinh viên điều dưỡng Việt Nam. Bộ công cụ đã được thử nghiệm trên sinh viên điều dưỡng để hoàn thiện. Hệ số Cronbach's alpha của thang đo này là 0,949. Nghiên cứu đã được sự đồng ý cho phép sử dụng bộ công cụ SINS của tác giả Roger Watson.

Quy trình thu thập số liệu

Theo danh sách sinh viên có mặt tại thời điểm nghiên cứu, nhóm nghiên cứu lựa chọn những sinh viên đủ các tiêu chuẩn nghiên cứu. Giới thiệu tới sinh viên mục đích, ý nghĩa và nội dung chính của nghiên cứu, đồng thời giải thích rõ các thắc mắc của sinh viên. Những sinh viên đồng ý tham gia vào nghiên cứu thì kí tên vào danh sách. Sau khi phát bộ câu hỏi cho sinh viên, nghiên cứu viên giới thiệu nội dung của bộ câu hỏi, yêu cầu sinh viên kiểm tra bộ câu hỏi về các lỗi in ấn. Sinh viên tự điền vào bộ câu hỏi trong thời gian khoảng 30 phút. Nghiên cứu viên thu toàn bộ phiếu trả lời khi sinh viên đã trả lời hoàn thiện bộ câu hỏi.

3. Xử lý và phân tích số liệu

Số liệu sau khi thu thập được làm sạch, nhập vào máy tính và phân tích bằng phần mềm SPSS 22.0. Quá trình phân tích dữ liệu sử dụng kĩ thuật thống kê mô tả tần số, tần suất, giá trị trung bình, độ lệch chuẩn với các biến về đặc điểm chung, mức độ stress và các nguồn gây stress.

4. Đạo đức nghiên cứu

Nhóm nghiên cứu đã trình bày rõ mục đích nghiên cứu với sinh viên. Nghiên cứu chỉ tiến hành khi được sự đồng ý tự nguyện tham gia của sinh viên và sinh viên có quyền rút khỏi nghiên cứu với bất kì lý do gì, vào bất kì thời điểm nào mà không gặp khó khăn trong quá trình tiếp tục học tập tại trường. Mọi thông tin cá nhân của sinh viên được mã hóa và giữ kín, chỉ dùng cho mục đích nghiên cứu.

Nghiên cứu nhằm mục đích phát hiện kịp thời tình trạng stress của sinh viên giúp sinh viên nâng cao hiệu quả học tập và chất lượng cuộc sống.

Đề cương nghiên cứu đã được Hội đồng xét duyệt đề cương luận văn thạc sĩ Trường Đại học Y Hà Nội thông qua ngày 20 tháng 6 năm 2020.

III. KẾT QUẢ

Bảng 1. Đặc điểm chung của sinh viên

Các đặc điểm chung		Tổng số N = 300 n (%)	Năm 1 N = 100 n (%)	Năm 2 N = 100 n (%)	Năm 3 N = 100 n (%)
Tuổi	Trung bình	19,5 ($\pm 1,5$)	18,5 ($\pm 1,5$)	19,5 ($\pm 1,5$)	20,5 ($\pm 1,5$)
	Thấp nhất	18	18	19	20
	Cao nhất	27	27	25	26
Giới tính	Nam	65 (21,7%)	20	18	27
	Nữ	235 (78,3%)	80	82	73
Làm thêm	Không	171 (57%)	53	58	60
	Có, dưới 10 giờ/ tuần	24 (8%)	7	9	8
	Có, 10 – 20 giờ/ tuần	24 (8%)	7	9	8

Các đặc điểm chung	Tổng số	Năm 1	Năm 2	Năm 3
	N = 300 n (%)	N = 100 n (%)	N = 100 n (%)	N = 100 n (%)
Có, 21 – 30 giờ/ tuần	42 (14%)	19	12	11
Có, trên 30 giờ/ tuần	39 (13%)	14	12	13
Dưới 10 giờ/ tuần	35 (11,7%)	28	4	3
Thời gian đi học				
10 – 15 giờ/ tuần	34 (11,3%)	7	22	5
16 – 20 giờ/ tuần	38 (12,7%)	22	14	2
21 - 25 giờ/ tuần	51 (17%)	27	7	17
Trên 25 giờ/ tuần	142 (47,2%)	16	53	73

Kết quả ở bảng 1 cho thấy độ tuổi trung bình của sinh viên điều dưỡng tham gia nghiên cứu là 19,5 (\pm 1,5) tuổi, trong đó sinh viên nữ chiếm đa số với 78,3%. Có 43% sinh viên làm thêm ở các mức độ khác nhau, sinh viên năm thứ nhất làm thêm nhiều hơn năm thứ hai và năm thứ ba. Về thời gian học, gần 50% sinh viên đi học trên 25 giờ/ tuần và tăng dần theo từng năm học.

Bảng 2. Tỷ lệ stress của sinh viên

	Không stress n (%)	Stress n (%)
Tổng số	158 (52,7%)	142 (47,3%)
Năm 1	56	44
Năm 2	49	51
Năm 3	53	47

Theo bảng 2, trong số 300 sinh viên điều dưỡng tham gia nghiên cứu có 142 sinh viên stress (47,3%). Trong đó, sinh viên năm thứ hai có tỷ lệ mắc stress cao nhất với 51%, tiếp theo là sinh viên năm thứ ba với 47% và tỷ lệ mắc stress thấp nhất là sinh viên năm thứ nhất với 44%.

Bảng 3. Tỷ lệ mức độ stress của sinh viên

	Mức độ stress				
	Bình thường n (%)	Nhẹ n (%)	Vừa n (%)	Nặng n (%)	Rất nặng n (%)
Tổng số	158 (52,7%)	46 (15,3%)	57 (19%)	26 (8,7%)	13 (4,3%)
Năm 1	56	15	18	9	2
Năm 2	49	18	20	8	5
Năm 3	53	13	19	9	6

Bảng 3 cho ta thấy stress mức độ nhẹ và vừa chiếm đa số với tỷ lệ lần lượt là 15,3% và 19%, tiếp theo là stress mức độ nặng (8,7%) và rất nặng (4,3%). Trong đó, stress mức độ nhẹ và vừa có tỷ lệ cao nhất ở sinh viên năm thứ hai với 18% và 20%, stress mức độ nặng ở sinh viên ba năm học tương đối bằng nhau và sinh viên năm thứ ba có tỷ lệ stress mức độ rất nặng cao nhất là 6%.

Bảng 4. Mức độ tự cảm nhận stress theo các nguồn gây stress

Nguồn gây stress	Điểm SINS	
	Mean	SD
Môi trường thực tập lâm sàng	2,29	0,83
Vấn đề học tập	2,5	0,77
Vấn đề cá nhân	1,99	0,75
Vấn đề tài chính	2,89	1,17

Theo kết quả ở bảng 4, sinh viên cảm thấy stress nhiều nhất là do vấn đề tài chính (Mean = 2,89, SD = 1,17), tiếp theo là do vấn đề học tập (Mean = 2,5, SD = 0,77), môi trường thực tập lâm sàng (Mean = 2,29, SD = 0,83) và vấn đề cá nhân (Mean = 1,99, SD = 0,75).

Bảng 5. Những nguồn gây stress phổ biến nhất

Nguồn gây stress	Mức độ phổ biến	Mean (SD)
Lo sợ bị trượt trong khóa học	1	3,35 (1,46)
Thi cử và xếp loại	2	3,15 (1,23)
Sống với mức thu nhập thấp	3	3,11 (1,55)
Không chắc chắn về việc làm trong tương lai	4	3,09 (1,49)
Không có đủ tiền cho việc giải trí	5	3,06 (1,6)
Đối mặt với sự đau đớn hoặc cái chết của người bệnh	6	3,03 (1,48)
Lo ngại ít triển vọng nghề nghiệp	7	3,02 (1,41)
Kiểm ít tiền hơn những người bạn không là điều dưỡng	8	2,85 (1,52)
Sức khỏe của các thành viên trong gia đình	9	2,8 (1,45)
Quá nhiều kiến thức phải học	10	2,73 (1,24)

Bảng 5 đưa ra kết quả về 10 nguồn gây stress phổ biến nhất ở sinh viên lần lượt là “Lo sợ bị trượt trong khóa học” (Mean = 3,35, SD = 1,46), “Thi cử và xếp loại” (Mean = 3,15, SD = 1,23), “Sống với mức thu nhập thấp” (Mean = 3,11, SD = 1,55), “Không chắc chắn về việc làm trong tương lai” (Mean = 3,09, SD = 1,49), “Không có đủ tiền cho việc giải trí” (Mean = 3,06, SD = 1,6), “Đối mặt với sự đau đớn hoặc cái chết của người bệnh” (Mean = 3,03, SD = 1,48), “Lo ngại ít triển vọng nghề nghiệp” (Mean = 3,02, SD = 1,41), “Kiếm ít tiền hơn những người bạn không là điều dưỡng” (Mean = 2,85, SD = 1,52), “Sức khỏe của các thành viên trong gia đình” (Mean = 2,8, SD = 1,45), “Quá nhiều kiến thức phải học” (Mean = 2,73, SD = 1,24).

IV. BÀN LUẬN

Kết quả nghiên cứu thống kê được có 47,3% sinh viên điều dưỡng mắc stress. Kết quả này tương đồng với tỉ lệ 47,6% sinh viên stress trong nghiên cứu tại Trường Cao đẳng Y tế Tiền Giang.⁸ So sánh với các nghiên cứu khác, tỉ lệ này cao hơn kết quả ở một số nghiên cứu về stress trên sinh viên ở Mỹ, Ấn Độ, Nepal, Hồng Kông, Việt Nam lần lượt là 38%, 32,56%, 27%, 20% và 33,9%.¹²⁻¹⁶ Bên cạnh đó, tỉ lệ này thấp hơn kết quả nghiên cứu về stress ở sinh viên y khoa ở Ai Cập là 62,4%, sinh viên Đại học Quốc gia Hà Nội là 68%, sinh viên Đại học Y Dược Thành phố Hồ Chí Minh là

71,4%^{4,17,7}. Về mức độ stress, sinh viên Trường Cao đẳng Y tế Hải Phòng đa số mắc stress mức độ nhẹ và vừa với tỉ lệ lần lượt là 15,3% và 19%, sinh viên stress mức độ nặng chiếm 8,7% và stress mức độ rất nặng là 4,3%. Tỉ lệ sinh viên stress mức độ nặng và rất nặng trong nghiên cứu này khá tương đồng với nghiên cứu của R. Beiter cùng cộng sự và nghiên cứu của Trần Kim Trang.^{12,7} Tuy nhiên kết quả nghiên cứu này có sự chênh lệch với một số đề tài nghiên cứu trước đây.^{13,16,17,8} Các nghiên cứu kể trên đều sử dụng thang đo DASS - 21 nhưng với những nghiên cứu ở các nước khác nhau sẽ có sự khác biệt về văn hóa, lối sống, chương trình đào tạo, áp lực học tập; còn các nghiên cứu ở Việt Nam được thực hiện tại các trường ở vùng miền khác nhau, chuyên ngành đào tạo khác nhau và chương trình đào tạo với từng đối tượng cũng khác nhau có thể dẫn tới sự chênh lệch về tỉ lệ stress và mức độ stress của sinh viên giữa các nghiên cứu. Cần có thêm nghiên cứu cụ thể trên các đối tượng sinh viên khác nhau để làm rõ vấn đề này.

Theo kết quả nghiên cứu, sinh viên điều dưỡng năm thứ hai có tỉ lệ stress cao nhất với 51%, tiếp theo là sinh viên năm thứ ba với 47% và sinh viên năm thứ nhất là 44%. Ở cả ba năm học, stress mức độ vừa chiếm tỉ lệ cao nhất, tiếp theo là mức độ nhẹ, nặng và rất nặng. Sinh viên năm thứ hai có tỉ lệ stress mức độ nhẹ và vừa cao nhất là 18% và 20%, stress mức độ nặng tương đối bằng nhau và sinh viên năm thứ ba có tỉ lệ stress mức độ rất nặng cao nhất với 6%. Trong chương trình đào tạo điều dưỡng cao đẳng, từ năm thứ hai sinh viên bắt đầu đi thực tập lâm sàng tại các bệnh viện ngoài thời gian học tập tại trường. Sự thay đổi môi trường cùng với nhiều áp lực về học tập như lượng kiến thức lớn, sự lo lắng khi thực hiện các kĩ thuật điều dưỡng trên người bệnh, nguy cơ lây các bệnh truyền nhiễm hay mối quan hệ với

nhân viên y tế ở cơ sở lâm sàng, mối quan hệ với người bệnh, người nhà người bệnh,... có thể là những nguyên nhân dẫn tới tỉ lệ stress của sinh viên năm thứ hai cao hơn các năm học khác. Bên cạnh đó, đối với sinh viên y lượng kiến thức phải tích lũy qua các năm học ngày càng nhiều, nhất là sinh viên năm thứ ba, đây có thể là nguyên nhân dẫn tới tỉ lệ stress mức độ rất nặng ở sinh viên năm cuối cao nhất. Kết quả này có sự khác biệt so với một số nghiên cứu tại Ả Rập Saudi, Brazil và Việt Nam.^{18,5,8,19} Sự khác biệt có thể do sự khác nhau về chương trình đào tạo giữa các nước, các trường hoặc sự chênh lệch về thời gian học giữa đối tượng sinh viên điều dưỡng đại học và cao đẳng.

Trong nghiên cứu này, sinh viên cảm thấy stress nhiều nhất là do vấn đề tài chính, tiếp theo là vấn đề học tập, môi trường thực tập lâm sàng và vấn đề cá nhân. Kết quả này khác biệt với nghiên cứu trên sinh viên điều dưỡng ở Malaysia và Macao.^{20,21} Nguyên nhân của sự khác biệt này là do chương trình đào tạo điều dưỡng ở các nước khác nhau, đặc điểm về kinh tế, văn hóa, xã hội ở mỗi nước cũng khác nhau dẫn tới các nguồn gây stress ảnh hưởng tới sinh viên ở mức độ khác nhau. Tại Việt Nam, chi phí để đào tạo một sinh viên ngành y khá cao, trong khi đó, nước ta là một nước với nền kinh tế đang phát triển, sự chênh lệch giàu – nghèo giữa thành thị và nông thôn lớn. Vì vậy nhiều gia đình ở nông thôn không đủ điều kiện để chu cấp cho con đi học dẫn tới nhiều sinh viên ngoài việc học tập còn phải làm thêm để trang trải cuộc sống, đây có thể là nguyên nhân dẫn tới sinh viên cảm thấy stress nhiều nhất là các vấn đề liên quan đến tài chính.

Trong mười nguồn gây stress phổ biến nhất ở sinh viên điều dưỡng trong nghiên cứu này, đa số các nguồn gây stress là các yếu tố liên quan đến vấn đề học tập và vấn đề tài chính. Điều này phù hợp với kết quả trong nghiên cứu

về mức độ tự cảm nhận stress ở trên: sinh viên cảm thấy stress nhất là vấn đề tài chính và vấn đề học tập. Hai nguồn gây stress lớn nhất là “Lo sợ bị trượt trong khóa học”, “Thi cử và xếp loại”. Kết quả trên cho thấy áp lực học tập ở sinh viên điều dưỡng khá cao và đây là yếu tố gây ra căng thẳng cho nhiều sinh viên. Đây cũng là hai vấn đề trong mười nguồn gây stress phổ biến nhất ở sinh viên điều dưỡng trong nghiên cứu tại Macao.²¹

Nghiên cứu còn một số hạn chế. Nghiên cứu sử dụng thang đo DASS - 21 để sàng lọc tỉ lệ sinh viên mắc stress mà chưa có sự thăm khám lâm sàng và chẩn đoán của các bác sĩ chuyên khoa. Để thực hiện được điều này cần có những nghiên cứu chuyên sâu hơn về lĩnh vực sức khỏe tâm thần.

V. KẾT LUẬN

Tỉ lệ stress của sinh viên điều dưỡng Trường Cao đẳng Y tế Hải Phòng khá cao chiếm 47,3%. Trong đó, các mức độ stress nhẹ, vừa, nặng, rất nặng lần lượt là 15,3%, 19%, 8,7% và 4,3%.

Sinh viên điều dưỡng năm thứ hai có tỉ lệ mắc stress cao nhất (51%), sau đó là sinh viên năm thứ ba (47%) và thấp nhất là sinh viên năm thứ nhất (44%).

Sinh viên cảm thấy stress nhiều nhất là do vấn đề tài chính, tiếp theo là vấn đề học tập, môi trường thực tập lâm sàng và vấn đề cá nhân.

Stress là một vấn đề sức khỏe tâm thần của sinh viên điều dưỡng, vì vậy nhà trường, gia đình và xã hội nên coi đây là một vấn đề cần quan tâm để có biện pháp cụ thể nhằm giảm bớt tình trạng stress cho sinh viên.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Selye H. Implications of stress concept. *New York state journal of medicine*. 1975;75(12):2139 - 2145.
2. Selye H. The general adaptation syndrome and the diseases of adaptation. *The journal of*

clinical endocrinology. 1946;6(2):117 - 230.

3. Selye H. Stress without distress. In: *Psychopathology of human adaptation*. Springer; 1976:137 - 146.
4. Wahed WYA, Hassan SK. Prevalence and associated factors of stress, anxiety and depression among medical Fayoum University students. *Alexandria Journal of medicine*. 2017;53(1):77 - 84.
5. Cestari VRF, barbosa IV, Florencio RS, de Paula Pessoa VLM, Moreira TMM. Stress in nursing students: study on sociodemographic and academic vulnerabilities. *Acta paulista de enfermagem*. 2017;30(2):190.
6. Phạm Thị Huyền Trang. *Thực trạng stress trong sinh viên Đại học Y Hà Nội*, Đại học Y Hà Nội; 2013.
7. Trần Kim Trang. Stress, lo âu, trầm cảm ở sinh viên y khoa. *Tạp chí Y học thành phố Hồ Chí Minh*. 2012;16(1):356 - 362.
8. Phùng Như Hạnh, Nguyễn Hùng Vĩ, Lê Thị Hải Hà. Stress của sinh viên Trường Cao đẳng Y tế Tiền Giang năm 2018 và một số yếu tố liên quan. *Tạp chí Khoa học Nghiên cứu Sức khỏe và Phát triển*. 2018;2(4).
9. Triệu Thị Đào, Đặng Đức Nhu, Nguyễn Xuân Bình Minh. *Thực trạng và một số yếu tố liên quan đến stress của sinh viên cuối năm thứ 3 Trường Đại học Y Hà Nội năm 2016*, Đại học Y Hà Nội; 2016.
10. Le MTH, tran TD, Holton S, Nguyen HT, Wolfe R, Fisher J. Reliability, convergent validity and factor structure of the DASS - 21 in a sample of Vietnamese adolescents. *PLoS one*. 2017;12(7):e0180557.
11. Watson R, Deary IJ, thompson DR, Li G. The stress in nursing students scale (SINS): principal components analysis of longitudinal data from Hong Kong. *Journal of clinical nursing*. 2010;19(7 - 8):1170 - 1172.
12. Beiter R, Nash R, McCrady M, et al.

The prevalence and correlates of depression, anxiety, and stress in a sample of college students. *Journal of affective disorders*. 2015;173:90 - 96.

13. Basu M, Sinha D, Ahamed A, Chatterjee S, Misra R. Depression, Anxiety, Stress among nursing students of Kolkata: a cross sectional study. *Journal of Preventive Medicine and Holistic Health*. 2016;2(2):54 - 60.

14. Kunwar D, Risal A, Koirala S. Study of depression, anxiety and stress among the medical students in two medical colleges of Nepal. *Kathmandu Univ Med J*. 2016;53(1):22 - 26.

15. Cheung T, Wong SY, Wong KY, et al. Depression, anxiety and symptoms of stress among baccalaureate nursing students in Hong Kong: a cross - sectional study. *International journal of environmental research and public health*. 2016;13(8):779.

16. Nguyễn Hoàng Nguyên, Trần Thị Thơ Nhị. *Trầm cảm, lo âu và stress ở sinh viên hệ bác sĩ Trường Đại học Y Hà Nội năm học 2018 - 2019 và một số yếu tố liên quan*, Đại học Y Hà

Nội; 2019.

17. Đặng Đức Nhu. Thực trạng và các yếu tố liên quan đến stress của sinh viên năm thứ 3 Trường Đại học Công nghệ - Đại học Quốc gia Hà Nội năm 2015. *Tạp chí Y học dự phòng*. 2016;26(1):149.

18. Aedh AI, Elfaki NK, Mohamed IA. Factors associated with stress among nursing students (Najran University - Saudi Arabia). *IOSR J Nurs Heal Sci*. 2015;4(6):33 - 38.

19. Vũ Dũng. *Thực trạng stress của sinh viên điều dưỡng Đại học Thăng Long năm 2015 và một số yếu tố liên quan*, trường Đại học Y tế Công Cộng; 2016.

20. Masilamani R, Aung MMT, Othman H, et al. Stress, stressors and coping strategies among university nursing students. *Malaysian Journal of Public Health Medicine*. 2019;19(2):20 - 28.

21. Liu M, Gu K, Wong TK, Luo MZ, Chan MY. Perceived stress among Macao nursing students in the clinical learning environment. *International Journal of Nursing Sciences*. 2015;2(2):128 - 133.

Summary

PREVALENCE OF STRESS AMONG NURSING STUDENTS AT HAI PHONG MEDICAL COLLEGE IN 2020

Stress is a common mental health problem. The study was conducted at Hai Phong Medical College in 2020 to describe the stress level of nursing students. The study applied a cross-sectional study design on 300 students using the Depression Anxiety Stress Scale – 21 (DASS-21) and the Stressors in Nursing Students (SINS) scale. The study results showed that the stress rate of nursing students was 47.3% and stress levels were 15.3%, 19%, 8.7%, 4.3%, for mild, moderate, severe and extremely severe respectively. Second-year nursing students ranked the highest percentage of stress (51%), followed by third-year students (47%) and first-year students (44%). Students experienced stress primarily from finance, followed by education, clinical practice and confidence. School, family and society should implement measures to help reduce stress for nursing students.

Keywords: DASS-21, SINS, stress, nursing students