



Một số yếu tố liên quan đến tình trạng stress của sinh viên Trường Cao đẳng Y tế Sơn La năm 2024 - 2025

Hà Thị Thu Trang¹, Kiều Trung Hiếu¹, Bùi Thị Hào¹
¹Trường Cao đẳng Y tế Sơn La

TÓM TẮT

Mục tiêu: Xác định một số yếu tố liên quan đến tình trạng stress của sinh viên Trường Cao đẳng Y tế Sơn La năm 2024 - 2025. **Đối tượng và phương pháp nghiên cứu:** Nghiên cứu mô tả cắt ngang trên 895 Sinh viên đang theo học tại Trường cao đẳng Y tế Sơn La từ tháng 10/2024 đến tháng 6/2025, sử dụng thang đo Depression - Anxiety - Stress Scales 21 (DASS 21) để đánh giá về stress của sinh viên. **Kết quả:** Tỷ lệ sinh viên bị stress là 32%. Một số yếu tố liên quan ảnh hưởng đến tình trạng stress của sinh viên là từng bị bạo lực mạng có nguy cơ Stress cao nhất với ($p < 0,05$; OR = 6,9); có mâu thuẫn với bạn bè với ($p < 0,01$; OR = 3,74); có xung đột với thành viên trong gia đình ($p < 0,01$; OR = 3,07); Nữ giới ($p < 0,01$; OR = 1,85) và có áp lực học tập ($p < 0,01$; OR = 1,57). **Kết luận:** Kết quả nghiên cứu cho thấy một số yếu tố liên quan đến tình trạng stress của sinh viên là: Sinh viên là nữ; Cảm thấy áp lực với học tập; Bất hoà, mâu thuẫn với bạn bè; Từng bị bạo lực mạng xã hội; Xung đột với thành viên trong gia đình.

Từ khóa: Stress, Sinh viên, thang đo Depression - Anxiety - Stress Scales 21

Some related factors affecting the stress status of students at Son La Medical College in 2024 – 2025

Ha Thi Thu Trang¹, Kieu Trung Hieu¹, Bui Thi Hao¹
¹Son La Medical College

ABSTRACT

Objective: Identify some factors related to the stress status of students at Son La Medical College in 2024 - 2025. **Research subjects and methods:** Cross-sectional descriptive study was implemented among 895 students studying at Son La Medical College from October 2024 to June 2025, using the Depression - Anxiety - Stress Scales 21 (DASS 21) to assess student stress. **Results:** The rate of students with stress is 32%. Some factors related to the stress status of students are having been subjected to cyber violence with the highest risk of stress ($p < 0,05$; OR = 6.9); having conflicts with friends ($p < 0,01$; OR = 3.74); having conflicts with family members ($p < 0.01$; OR = 3.07); Female ($p < 0,01$; OR = 1.85) and having academic pressure ($p < 0,01$; OR = 1.57). **Conclusion:** The research results show that some factors related to the stress of students are: Female students; Feeling pressured with studies; Discord, conflict with friends; Having been subjected to cyber violence; Conflict with family members.

Keywords: Stress, Students, Depression - Anxiety - Stress Scales 21

ĐẶT VẤN ĐỀ

Tổ chức Y tế Thế giới (WHO) tại Hội nghị Y tế Quốc tế, New York năm 1948 định nghĩa: “Sức khỏe là trạng thái thoải mái toàn diện về thể chất, tinh thần và xã hội, không chỉ là không mắc bệnh hay tật”¹. Sức khỏe tâm thần hiện là vấn đề ưu tiên toàn cầu. Tại Việt Nam, tỷ lệ trầm cảm và lo âu trong cộng đồng lần lượt khoảng 4,0% và 2,2%². Báo cáo UNICEF năm 2021 cho thấy 15–30% thanh thiếu niên Việt Nam gặp rối loạn liên quan đến tâm lý, chủ yếu gồm khó khăn quan hệ bạn bè, rối loạn cảm xúc và hành vi².

Ngày nay, cùng với sự phát triển của xã hội, áp lực cuộc sống ngày càng tăng, stress trở thành vấn đề ngày càng phổ biến. Tình trạng rối loạn sức khỏe tâm thần ở sinh viên đang rất cần được quan tâm, trong số đó phải kể đến sinh viên ngành Y Dược – nhóm đối tượng có nguy cơ cao mắc các rối loạn trầm cảm, lo âu, stress. Một số nghiên cứu tại Ai Cập, Brazil và Việt Nam đã thống kê được tỷ lệ stress trên sinh viên y khoa và sinh viên điều dưỡng lần lượt là 62,4%, 64% và 47,6%^{3,4}. Năm 2015, tỷ lệ trầm cảm ở sinh viên 8 trường Đại học Y dược Việt Nam là 43,2%⁵. Sinh viên nói chung và Sinh viên ngành y nói riêng phải học tập, ghi nhớ nhiều kiến thức lý thuyết và luyện tập các kỹ năng tiền lâm sàng, lâm sàng ngay từ những năm học đầu tiên. Bên cạnh đó áp lực kinh tế, áp lực thi cử, thời gian học cả ngày ở trường, phải trực đêm tại bệnh viện... khiến sinh viên y khoa dễ bị stress⁶.

Trường Cao đẳng Y tế Sơn La là trường có nhiệm vụ tuyển chọn và đào tạo đội ngũ cán bộ y tế cho xã hội, là môi trường học tập chính quy với các đặc thù của nghề nghiệp như thực hành lâm sàng hay trực tại bệnh viện. Sinh viên của trường ngoài các em sinh sống trên địa bàn thành phố, đa số đến từ

các huyện, các tỉnh lân cận và một bộ phận các em lưu học sinh Lào. Ngoài ra, sinh viên chịu sự tác động của các quy luật phát triển về tâm sinh lý lứa tuổi, môi trường sống xã hội. Những yếu tố này có thể gây nên áp lực, ảnh hưởng đến sức khỏe tâm thần và học tập của sinh viên. Với mong muốn hiểu rõ hơn về tình hình stress ở sinh viên trường Cao đẳng Y tế Sơn La, đồng thời tìm ra những vấn đề có liên quan, từ đó đề xuất những nội dung, giải pháp hỗ trợ phù hợp thông qua hoạt động giáo dục, tư vấn về các vấn đề có liên quan giảm stress ở sinh viên trường Cao đẳng Y tế Sơn La trong thời gian tới. Xuất phát từ những vấn đề nêu trên, chúng tôi thực hiện đề tài này với mục tiêu: *Một số yếu tố liên quan đến tình trạng stress của sinh viên trường Cao đẳng Y tế Sơn La năm 2024 – 2025.*

ĐỐI TƯỢNG VÀ PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Đối tượng nghiên cứu: Sinh viên tại Trường Cao đẳng Y tế Sơn La.

Tiêu chuẩn lựa chọn:

Sinh viên đang học tại Trường Cao đẳng Y tế Sơn La tại thời điểm nghiên cứu.

Sinh viên đồng ý tham gia nghiên cứu.

Tiêu chuẩn loại trừ:

Sinh viên có lý do nghỉ học thời gian dài hoặc bảo lưu trong thời gian thực hiện nghiên cứu.

Thời gian và địa điểm nghiên cứu:

Thời gian thu thập số liệu từ tháng 10/2024 đến tháng 4/2025 tại Trường Cao đẳng Y tế Sơn La

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

Cỡ mẫu: Chọn toàn bộ sinh viên trường Cao đẳng Y tế Sơn La năm học 2024 – 2025.

Trong thực tế có 895 Sinh viên tham gia nghiên cứu gồm: năm thứ nhất: 271 sinh viên, năm thứ 2: 365 sinh viên; năm thứ 3: 259 sinh viên thuộc 3 ngành gồm Điều dưỡng: 439 sinh viên, Hộ sinh: 52 sinh viên; Dược: 404 sinh viên.

Bộ công cụ khảo sát:

Nghiên cứu sử dụng bộ câu hỏi tự điền bao gồm 25 câu hỏi, trong đó 9 câu liên quan đến thông tin nhân khẩu học. 9 câu các yếu tố liên quan đến cảm nhận stress bao gồm học tập, gia đình, bạn bè, ngoại hình, tài chính, hoạt động xã hội. 7 câu đánh giá về stress của sinh viên.

Bộ câu hỏi Depression - Anxiety - Stress Scales 21 (DASS - 21) là bộ công cụ tự điền gồm 21 câu chia thành 3 phần, stress, lo âu, trầm cảm, mỗi phần gồm 7 câu. Thang đo DASS - 21 được xem là phù hợp nhất trong đánh giá stress ở đối tượng học sinh – sinh viên ở nhiều nước trên thế giới và cả Việt Nam^{7,8}. Điểm cho mỗi câu từ 0 đến 3, với 0 – “hầu như không” và 3 – “rất thường xuyên”. Tổng điểm DASS - 21 của từng rối loạn được tính bằng cách lấy tổng điểm

của 7 câu nhân hệ số 2. Kết quả được đánh giá cho từng phần với mức độ bình thường 0-14, nhẹ 15-18, vừa 19-25, nặng 26-33, rất nặng ≥ 34 . Cronbach - alpha của thang đo DASS - 21 là 0,826, trong đó Cronbach - alpha của phần stress là 0,882⁹.

Phương pháp phân tích số liệu:

Nhập số liệu, xử lý số liệu bằng phần mềm SPSS 20.0. Sử dụng kiểm định OR và 95% CI. Để xác định mối liên quan giữa stress và đặc điểm chung của đối tượng. Mối liên quan có $p < 0,05$ được đưa vào mô hình logistic nhị phân đa biến để xác định ảnh hưởng của yếu tố liên quan.

Đạo đức nghiên cứu:

Nghiên cứu đã được thông qua, công nhận kết quả của Hội đồng nghiệm thu đề tài nghiên cứu khoa học và sáng kiến cấp cơ sở năm học 2024 – 2025 theo quyết định số Số: 162 /QĐ-CĐYT, ngày 13 tháng 6 năm 2025 của Trường Cao đẳng Y tế Sơn La ; đối tượng nghiên cứu tình nguyện tham gia và đảm bảo bí mật thông tin cá nhân của đối tượng nghiên cứu.

KẾT QUẢ

Bảng 1. Tỷ lệ Stress của sinh viên tham gia nghiên cứu (n = 895)

Đặc điểm		n	%
Không Stress	Bình thường	609	68,0
Có Stress	Stress nhẹ	113	12,7
	Stress vừa	100	11,2
	Stress nặng	61	6,8
	Stress rất nặng	12	1,3

Bảng 1 trình bày về tỷ lệ sinh viên có stress 286 em chiếm 32%. Stress mức độ nhẹ hay gặp nhất 113 em (12,7%), mức độ vừa thấp hơn gặp ở 100 em (11,2%), mức độ nặng 61 em (6,8%), mức độ rất nặng gặp ít nhất 12 em (1,3%)

Bảng 2. Mô tả mối liên quan giữa yếu tố cá nhân với stress (n = 895)

Dấu hiệu stress		Có		Không		p	OR (95% CI)
		n	%	n	%		
Giới tính	Nữ	232	35,6	420	64,4	0,000	1,93 (1,37 ± 2,72)
	Nam	54	22,2	189	77,8		
Hài lòng với tài chính	Không đủ	108	33,4	215	66,6	0,475	1,12 0,83 ± 1,48
	Đủ	178	31,1	394	68,9		
Hài lòng với ngoại hình của bản thân	Không hài lòng	98	41,7	137	58,3	0,000	1,79 1,31 ± 2,44
	Hài lòng	188	28,5	472	71,5		

Bảng 2 cho thấy mối liên quan giữa yếu tố cá nhân với stress nhận thấy nhóm nữ có nguy cơ bị stress cao hơn nhóm nam 1,9 lần, nhóm không hài lòng với ngoại hình của bản thân có nguy stress cao hơn 1,7 lần nhóm hài lòng với ngoại hình bản thân (với $p < 0,05$); về vấn đề tài chính nhóm cảm thấy không đủ về mặt tài chính có tỷ lệ stress cao hơn 1,12 lần nhóm cảm thấy đủ về mặt tài chính (với $p < 0,05$).

Bảng 3. Một số yếu tố liên quan giữa yếu tố học tập với stress của sinh viên (n = 895)

Dấu hiệu stress		Có		Không		p	OR (95% CI)
		n	%	n	%		
Hài lòng với kết quả học tập	Không	168	28,4	423	71,6	0,002	0,62 0,46 ± 0,83
	Có	118	38,8	186	61,2		
Tình trạng thi lại	Có	136	31,9	290	68,1	0,97	0,75 ± 1,32
	Không	150	32,0	319	68,0		
Vi phạm nội quy nhà trường	Có	17	27,4	45	72,6	0,427	0,79 0,44 ± 1,41
	Không	269	32,3	564	67,7		
Cảm thấy áp lực với học tập	Có	147	40,1	217	59,6	0,000	1,91 1,43 ± 2,54
	Không	139	26,1	392	73,8		

Bảng 3 trình bày mối liên quan của học tập với stress nhóm hài lòng với kết quả học tập có nguy cơ stress thấp hơn 0,6 lần nhóm không hài lòng với kết quả học tập (với $p < 0,05$), nhóm cảm thấy áp lực trong việc học tập có nguy cơ stress cao hơn 1,9 lần nhóm không cảm thấy áp lực học tập (với $p < 0,05$). Tình trạng thi lại và vi phạm nội quy của trường không có mối liên quan đến stress (với $p > 0,05$).

Bảng 4. Một số yếu tố liên quan giữa yếu tố bạn bè, người yêu xã hội với stress của sinh viên (n = 895)

Dấu hiệu stress		Có		Không		P	OR 95% CI
		n	%	n	%		
Khó tìm bạn mới	Có	33	43,4	43	56,6	0,025	1,71 1,06 ± 2,76
	Không	253	30,9	566	69,1		
Có bạn thân	Không	145	40,7	211	59,3	0,000	0,51 0,38 ± 0,68
	Có	141	26,2	398	73,8		
Bất hoà, mâu thuẫn với bạn bè	Có	31	68,9	14	31,1	0,000	5,16 2,70± 9,87
	Không	255	30,0	595	70,0		
Có người yêu	Có	43	27,7	112	72,3	0,216	0,785 0,53 ± 1,15
	Không	243	32,8	497	67,2		
Bất hoà, mâu thuẫn với người yêu	Có	17	56,7	13	43,3	0,68	1,60 0,35 ± 7,212
	Không	269	31,1	596	68,9		
Từng bị bạo lực mạng xã hội	Có	7	77,8	2	22,2	0,025	1,71 1,06 ± 2,76
	Không	279	31,5	607	68,5		

Bảng 4 cho thấy khó tìm bạn mới, không có bạn thân, bất hoà mâu thuẫn với bạn bè, từng bị bạo lực mạng xã hội là các yếu tố có nguy cơ stress cao hơn lần lượt là 1,7; 0,5; 5,1; 1,7 lần (với $p < 0,05$); có người yêu và các bất hoà với người yêu không ảnh hưởng đến stress ($p > 0,05$).

Bảng 5. Một số yếu tố liên quan giữa yếu tố gia đình với stress của sinh viên (n = 895)

Dấu hiệu stress		Có		Không		P	OR 95% CI
		n	%	n	%		
Tình trạng hôn nhân của bố mẹ	Ly hôn/Không sống với nhau	19	46,3	22	53,7	0,043	1,899 1,01 ± 3,56
	Sống với nhau	267	31,3	587	68,7		
Chứng kiến bố mẹ bất hoà	Có	25	51,0	24	49,0	0,509	1,25 0,63 ± 2,46
	Không	262	30,9	585	69,1		
Xung đột với thành viên trong gia đình	Có	17	56,7	13	43,3	0,003	2,87 1,37 ± 6,01
	Không	269	31,1	596	68,9		

Bảng 5 cho thấy tình trạng ly hôn của bố mẹ, xung đột với các thành viên trong gia đình là các yếu tố có nguy cơ stress cao hơn lần lượt là 1,8; 2,8 lần (với $p < 0,05$) chứng kiến bố mẹ bất hoà không ảnh hưởng đến stress ($p > 0,05$).

Bảng 6. Mô hình hồi quy logistic nhị phân đa biến với phụ thuộc là đặc điểm (n = 895)

Biến	Đặc tính	B	OR	95% CI
Giới	Nữ*	0,618	1,855	1,298 ± 2,652
	Nam			
Hài lòng với ngoại hình của bản thân	Không hài lòng*	0,325	1,384	0,982 ± 1,950
	Hài lòng			
Hài lòng với kết quả học tập	Không*	0,143	1,154	0,835 ± 1,595
	Có			
Cảm thấy áp lực với học tập	Có*	0,456	1,577	1,161 ± 2,143
	Không			
Khó tìm bạn mới	Có*	0,461	1,585	0,906 ± 2,774
	Không			
Có bạn thân	Không*	0,137	1,147	0,797 ± 1,651
	Có			
Bất hoà, mâu thuẫn với bạn bè	Có*	1,320	3,743	1,817 ± 7,710
	Không			
Từng bị bạo lực mạng xã hội	Có*	1,933	6,911	1,365 ± 34,987
	Không			
Tình trạng hôn nhân của bố mẹ	Ly hôn/Không sống với nhau*	0,424	1,528	0,774± 3,018
	Sống với nhau			
Xung đột với thành viên trong gia đình	Có*	1,123	3,075	1,387 ± 6,814
	Không			
Constant (Hằng số)		-5,121	0,006	

Cỡ mẫu phân tích (n) = 895; “*” nhóm so sánh “-” không áp dụng

Kết quả hồi quy logistic nhị phân đa biến cho thấy: sinh viên từng bị bạo lực mạng có nguy cơ Stress cao nhất, tăng khoảng 6 lần (OR = 6,91; 95% CI: 1,36–34,98). Tiếp đến là mâu thuẫn với bạn bè làm tăng nguy cơ khoảng 3,7 lần (OR = 3,74; 95% CI: 1,81–7,71), xung đột gia đình tăng khoảng 3 lần (OR = 3,07; 95% CI: 1,38–6,81). Nữ giới có nguy cơ cao hơn khoảng 1,8 lần (OR = 1,85; 95% CI: 1,29–2,65), và áp lực học tập làm tăng nguy cơ khoảng 1,6 lần (OR = 1,57; 95% CI: 1,16–2,14). Các yếu tố còn lại như hài lòng ngoại hình, kết quả học tập, khó tìm bạn mới, có bạn thân và tình trạng hôn nhân của bố mẹ không liên quan đáng kể đến Stress.

BÀN LUẬN

Kết quả bảng 1 cho thấy 32% sinh viên có stress, trong đó stress nhẹ chiếm nhiều nhất (12,7%). Tỷ lệ này thấp hơn nghiên cứu của Trần Quỳnh Anh là 43,2%⁵, Phan Cẩm Phương (2019) (46,5%)¹⁰, Trần Văn Thiện (2024) là 53,6%¹¹, nhưng gần với UNICEF (2021) (15–30%)². Mặc dù tỷ lệ không quá cao, vấn đề stress của Sinh viên vẫn đáng lo ngại. Nghiên cứu sử dụng hồi quy logistic nhị phân đa biến, đưa vào mô hình tất cả các yếu tố có ý nghĩa thống kê ở phân tích đơn biến gồm: giới tính, mức độ hài lòng ngoại hình và kết quả học tập, áp lực học tập, khó tìm bạn mới, có bạn thân, mâu thuẫn bạn bè, bị bạo lực mạng, tình trạng hôn nhân của bố mẹ và xung đột trong gia đình.

Kết quả bảng 6 cho thấy trong môi liên quan giữa yếu tố cá nhân với stress nhận thấy nhóm nữ có nguy cơ bị stress cao hơn nhóm nam 1,8 lần với ($p < 0,05$). Kết quả này phù hợp với nghiên cứu của Trần Văn Thiện sinh viên nữ có nguy cơ có các dấu hiệu stress, cao hơn nhiều so với sinh viên nam là 1,6¹¹. Nguyễn Văn Thống giới nữ có nguy cơ stress nặng cao gấp 1,56 lần nam¹². Unicef cho thấy trẻ em gái thường được coi là đối tượng nhạy cảm hơn với các vấn đề tâm lý². Điều này phù hợp với thực tế do nữ nhạy cảm với stress hơn, nữ sinh ngành y có mức stress cao hơn, chủ yếu liên quan đến chịu nhiều áp lực từ thi cử và thực tập lâm sàng, gia đình, xã hội, sự đối phó với stress cũng trở nên khó khăn. Kết quả nghiên cứu cho thấy không có mối liên quan giữa Stress và mức độ hài lòng với ngoại hình của sinh viên. Điều này khác với kết luận của Cash & Smolak (2011), rằng sự không hài lòng về hình thể là yếu tố nguy cơ phổ biến của Stress và rối loạn tâm lý¹³. Nghiên cứu của Vũ Thái Phương Nam cũng ghi nhận nhóm không hài lòng ngoại hình có nguy cơ Stress cao hơn 0,64 lần so với nhóm hài lòng (p

$< 0,05$)¹⁵, và tác giả lý giải điều này phù hợp với đặc điểm tâm sinh lý thanh niên khi thay đổi cơ thể dễ tạo lo lắng về hình ảnh bản thân. Trong môi trường học tập chuyên nghiệp, sinh viên - cả nam và nữ - thường chú ý hơn đến ngoại hình, trang phục, tóc tai và mong muốn thể hiện sự hấp dẫn của mình¹⁴.

Về yếu tố tài chính: sinh viên cảm thấy không đủ tài chính không có sự khác biệt và không có ý nghĩa thống kê với ($p > 0,05$). Kết quả này khác với các nghiên cứu của Nguyễn Văn Tuấn cho thấy khó khăn tài chính có ảnh hưởng rõ rệt đến stress ở sinh viên¹⁵. Sự khác biệt này có thể được lý giải do đặc thù của nhóm sinh viên tại Sơn La – đa số được miễn, giảm học phí hoặc nhận hỗ trợ sinh hoạt, giúp giảm gánh nặng kinh tế so với sinh viên ở các đô thị lớn, nơi chi phí đào tạo và sinh hoạt cao hơn đáng kể.

Về yếu tố học tập, kết quả phân tích đơn biến cho thấy sinh viên cảm thấy áp lực học tập và không hài lòng với kết quả học tập có tỷ lệ stress cao hơn có ý nghĩa thống kê. Khi đưa vào mô hình đa biến, chỉ biến “cảm thấy áp lực học tập” vẫn giữ ý nghĩa, làm tăng nguy cơ stress 1,5 lần (OR = 1,57; 95% CI: 1,16–2,14). Kết quả này của chúng tôi tương tự nghiên cứu của tác giả Triệu Thị Đào các yếu tố áp lực học tập gây tác động và ảnh hưởng trực tiếp, có mối liên quan đến stress của sinh viên cuối năm thứ 3 sau khi đi lâm sàng tại bệnh viện ở Trường Đại học Y Hà Nội¹⁶, Nguyễn Văn Tuấn¹⁵, đều cho rằng áp lực học tập là yếu tố chủ đạo gây stress ở sinh viên y – điều dưỡng, bắt nguồn từ khối lượng kiến thức lớn, áp lực thi cử, xếp loại và kỳ vọng nghề nghiệp.

Trong nghiên cứu cho thấy 2 yếu tố liên quan mạnh nhất là bị bạo lực mạng xã hội xung đột với bạn bè và làm tăng nguy cơ stress lần lượt 6 và 3,7 lần với lần lượt (OR

= 6,91; 95% CI: 1,36–34,98); (OR = 3,74; 95% CI: 1,81–7,71). Kết quả này tương đồng với nghiên cứu của Nguyễn Thị Bích Ngọc (2020) ¹⁷, cho thấy mâu thuẫn kéo dài trong quan hệ bạn bè làm gia tăng trầm cảm, lo âu và giảm khả năng kiểm soát cảm xúc. UNICEF (2021) ² cũng cảnh báo rằng 15–30% thanh thiếu niên Việt Nam gặp vấn đề sức khỏe tâm thần liên quan đến xung đột bạn bè và bạo lực học đường, đặc biệt là bạo lực mạng (cyberbullying) – yếu tố nguy cơ mới nổi, có thể làm tăng stress gấp 3–5 lần.

Bên cạnh đó, sinh viên có xung đột hoặc bất hòa trong gia đình có nguy cơ stress cao hơn 3 lần so với nhóm không có mâu thuẫn. Kết quả này tương đồng với nghiên cứu của Trần Văn Thiện ¹² và Nguyễn Văn Thống ¹³, cho thấy những bất đồng trong gia đình, đặc biệt khi cha mẹ kỳ vọng quá cao hoặc thiếu lắng nghe con cái, là yếu tố thúc đẩy stress nặng ở Sinh viên.

Nghiên cứu chỉ tiến hành khảo sát tại Trường Cao đẳng y tế Sơn La. Vì vậy việc ngoại suy ra các quần thể ở các tỉnh thành có điều kiện kinh tế - xã hội khác, vùng miền khác và còn nhiều điểm khác biệt với các nghiên cứu khác trong nước và thế giới, nhưng có thể coi những yếu tố liên quan ảnh hưởng tới Stress của Sinh viên trong nghiên cứu của chúng tôi là những yếu tố bổ sung và góp phần giúp cho các hoạt động hỗ trợ chăm sóc sức khỏe tinh thần của Sinh viên.

KẾT LUẬN

Trong nghiên cứu này sinh viên có stress chiếm tỷ lệ 32%. Kết quả cho thấy: Sinh viên từng bị bạo lực mạng có nguy cơ Stress cao nhất, tăng khoảng 6 lần (OR = 6,91; 95% CI: 1,36–34,98). Tiếp đến là mâu thuẫn với bạn bè làm tăng nguy cơ khoảng 3,7 lần (OR = 3,74; 95% CI: 1,81–7,71), xung đột gia đình tăng khoảng 3 lần (OR = 3,07; 95% CI: 1,38–6,81). Nữ giới có nguy

cơ cao hơn khoảng 1,8 lần (OR = 1,85; 95% CI: 1,29–2,65), và áp lực học tập làm tăng nguy cơ khoảng 1,6 lần (OR = 1,57; 95% CI: 1,16–2,14). Các yếu tố còn lại như hải lòng ngoại hình, kết quả học tập, khó tìm bạn mới, có bạn thân và tình trạng hôn nhân của bố mẹ không liên quan đáng kể đến Stress.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Organization WH. Preamble to the Constitution of the World Health Organization as adopted by the International Health Conference. Official Records of the World Health Organization. 1946;2:100.
2. UNICEF V. Nghiên cứu toàn diện về các yếu tố liên quan đến trường học ảnh hưởng đến sức khỏe tâm thần và sự phát triển toàn diện của trẻ em nam và nữ vị thành niên tại Việt Nam. 2022.
3. 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. <https://doi.org/10.1016/j.ajme.2016.01.005>.
4. Cestari VRF, Barbosa IV, Florêncio RS, Pessoa VLMdP, Moreira TMM. Stress in nursing students: study on sociodemographic and academic vulnerabilities. Acta paulista de enfermagem. 2017;30:190-196. DOI: 10.1590/1982-0194201700029
5. Tran QA. Factors associated with mental health of medical students in Vietnam: a national study. Queensland University of Technology; 2015.
6. Birks Y, McKendree J, Watt I. Emotional intelligence and perceived stress in healthcare students: a multi-institutional, multi-professional survey. BMC medical education. 2009;9(1):61. <https://doi.org/10.1186/1472-6920-9-61>.

7. Henry JD, Crawford JR. The short-form version of the Depression Anxiety Stress Scales (DASS-21): Construct validity and normative data in a large non-clinical sample. *British journal of clinical psychology*. 2005;44(2):227-239. doi: 10.1348/014466505X29657.
8. Nguyễn Thái Sang. Tỷ lệ stress và chiến lược ứng phó của sinh viên Y Học Dự Phòng Đại học Y Dược Thành phố Hồ Chí Minh. *Tạp chí Y học Thành phố Hồ Chí Minh*. 2020;24(1):48
9. Nguyễn Thị Bích Tuyền, Nguyễn Thanh Trúc. Các yếu tố ảnh hưởng đến stress, lo âu, trầm cảm của sinh viên năm cuối ngành Dược tại Đồng Nai. *Tạp chí Khoa học Xã hội, Nhân văn và Giáo dục*. 2020;18(10):10-12.
10. Phan Cẩm Phương, Nguyễn Thị Thúy Anh. Stress và một số yếu tố liên quan của sinh viên một trường đại học tại HN năm 2019. *Tạp chí Nghiên cứu Y học*. 128 (4), 218-225, 2020.
11. Trần Văn Thiện, Nguyễn Thị Mỹ Linh, Nguyễn Thị Bạch Tuyết. Thực trạng stress, lo âu và trầm cảm của sinh viên trường Đại học Y Dược-Đại học Quốc Gia Hà Nội học tập tại cơ sở hòa lạc năm học 2022-2023. *Tạp chí Y học Cộng đồng*. 2024;65(CĐ 5-NCKH). <https://doi.org/10.52163/yhc.v65iCD5.1272>.
12. Nguyễn Văn Thống, Mai Sơn Dương, Lê Thị Gái. Thực trạng và các yếu tố liên quan đến stress trong sinh viên y khoa tại Trường Đại học Y Dược Cần Thơ năm 2024. *Tạp chí Nghiên cứu Y học*. 2025;191(6):405-413. <https://doi.org/10.52852/tencyh.v191i6.3288>
13. Cash TF, Smolak L. *Body image: A handbook of science, practice, and prevention*. Guilford press; 2011.
14. Vũ Thái Phương Nam. Thực trạng trầm cảm, lo âu, stress và một số yếu tố liên quan ở sinh viên trường Đại học Y dược – đại học quốc gia Hà Nội, năm học 2021-2022 [Khoa luận tốt nghiệp ngành y đa khoa năm 2022]. Đại học quốc gia Hà Nội. 2022.
15. Nguyễn Văn Tuấn, Nguyễn Bích Ngọc. Yếu tố liên quan đến stress của sinh viên điều dưỡng. *Tạp chí Nghiên cứu Y học*. 2022;152(4):171-178. <https://doi.org/10.52852/tencyh.v152i4.679>
16. Triệu Thị Đào, Vũ Văn Du, Đặng Đức Nhu. Một số yếu tố liên quan đến stress của sinh viên cuối năm thứ 3 sau khi đi lâm sàng tại bệnh viện ở Trường Đại học Y Hà Nội năm 2016. *Tạp chí Y Dược học lâm sàng 108, Tập 13 - Số 1/2018*.
17. Nguyễn Bích Ngọc, Nguyễn Văn Tuấn. Thực trạng stress của sinh viên điều dưỡng Trường Cao đẳng Y tế Hải Phòng năm 2020. *Tạp chí nghiên cứu y học*. 2021;143(7):159-166. <https://doi.org/10.52852/tencyh.v143i7.657>.