



## Mức độ căng thẳng, lo âu và trầm cảm của sinh viên cử nhân điều dưỡng năm 4 trong đại dịch Covid – 19 tại Trường Đại học Y khoa Phạm Ngọc Thạch năm 2022

Nguyễn Thị Thanh Tinh<sup>1</sup>, Phan Thị Mỹ Châu<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Trường Đại học Y Khoa Phạm Ngọc Thạch

### TÓM TẮT

**Mục tiêu:** Xác định mức độ căng thẳng, lo âu, trầm cảm và tìm hiểu các yếu tố liên quan ở sinh viên cử nhân điều dưỡng năm 4 trong đại dịch Covid – 19 tại Trường Đại học Y khoa Phạm Ngọc Thạch. **Đối tượng và phương pháp nghiên cứu:** Nghiên cứu mô tả cắt ngang trên 113 sinh viên cử nhân điều dưỡng năm 4 tại Trường Đại học Y khoa Phạm Ngọc Thạch, thang Depression Anxiety Stress Scale – 21 (DASS - 21) được sử dụng để đo lường mức độ căng thẳng, lo âu và trầm cảm. **Kết quả:** Sinh viên cử nhân điều dưỡng năm 4 có tỷ lệ căng thẳng, lo âu và trầm cảm lần lượt là 38,1%, 49,6% và 25,7%, trong đó tỷ lệ căng thẳng từ nhẹ đến rất nặng dao động từ 1,8% đến 15,9%, tỷ lệ lo âu từ nhẹ đến rất nặng dao động từ 4,4% đến 12,4% và tỷ lệ trầm cảm từ nhẹ đến rất nặng dao động từ 1,8% đến 10,6%. Có mối tương quan thuận về mức độ giữa căng thẳng, lo âu và trầm cảm của sinh viên điều dưỡng. Chuyên ngành học, học lực và hoạt động thể dục thể thao được tìm thấy có mối liên quan với mức độ căng thẳng, lo âu và trầm cảm của sinh viên điều dưỡng. **Kết luận:** Sinh viên cử nhân điều dưỡng có tỷ lệ căng thẳng, lo âu và trầm cảm dao động từ 25,7% đến 49,6%. Các nhà quản lý và giáo dục điều dưỡng cần quan tâm đến thực trạng này cũng như các yếu tố liên quan để có các biện pháp can thiệp thích hợp.

**Từ khóa:** Căng thẳng, lo âu, trầm cảm, sinh viên cử nhân điều dưỡng, Covid-19

## Stress, anxiety and depression levels of the 4<sup>th</sup> year nursing students at Pham Ngoc Thach University of Medicine during the covid-19 pandemic in 2022

Nguyen Thi Thanh Tinh<sup>1</sup>, Phan Thi My Chau<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Pham Ngoc Thach University of Medicine

### ABSTRACT

**Objective:** To determine the level of stress, anxiety, depression and to explore associated factors among 4<sup>th</sup> year nursing students at Pham Ngoc Thach University of Medicine. **Methods:** A cross-sectional descriptive study on 113 4<sup>th</sup> year nursing students at Pham Ngoc Thach University of Medicine. The Depression Anxiety Stress Scale - 21 (DASS - 21) was used to measure the levels of stress, anxiety and depression. **Results:** Level of stress, anxiety and depression of 4<sup>th</sup> nursing student were 38,1%, 49,6% and 25,7%, respectively. In which, the rate of stress levels from mild to very severe level from 1,8%, to 15,9%, the rate of anxiety level from mild to very severe level from 4,4% to 12,4% and the rate of depression from mild to very severe level from 1,8% to 10,6%. There was a positive relationship between stress, anxiety and depression. Majors, academic performance, and physical activity were found to be associated with the levels of stress, anxiety, and depression among nursing students. **Conclusion:** Level of stress, anxiety and depression were from 25,7% to 49,6%. Therefore, nursing administrations and educators need to consider the affected factors for appropriate interventions.

**Keywords:** Stress, anxiety, depression, nursing students, Covid-19

Tác giả: Nguyễn Thị Thanh Tinh

Email: [thanhtinh@pnt.edu.vn](mailto:thanhtinh@pnt.edu.vn)

DOI: 10.54436/jns.2023.04.618

Ngày nhận bài: 14/2/2023

Ngày hoàn thiện: 03/8/2023

Ngày đăng bài: 04/8/2023

## ĐẶT VẤN ĐỀ

Đại dịch Covid-19 đã tác động sâu rộng đến mọi mặt của đời sống kinh tế - xã hội, sức khỏe thể chất và tinh thần của con người<sup>1</sup>. Ở hầu hết các quốc gia, cuộc chiến chống đại dịch Covid-19 tập trung nguồn lực chủ yếu vào ngăn chặn sự bùng phát, lây lan và chữa trị người bệnh, song chưa chú trọng nhiều đến hệ lụy của đại dịch đối với sức khỏe tinh thần (SKTT). Trong nghiên cứu của Abu Sayeed và cộng sự (2020) có 26,66% sinh viên cho biết có các triệu chứng lo âu từ nhẹ đến cực kỳ nghiêm trọng, 61,97% sinh viên có các triệu chứng trầm cảm và 57,05% trả lời căng thẳng từ nhẹ đến cực kỳ nghiêm trọng<sup>2</sup>. Nghiên cứu của Nguyễn Hoàng Thùy Linh và cộng sự (2020) trên 877 sinh viên tại trường Đại học khoa học sức khỏe ở Huế, Đà Nẵng và Thành phố Hồ Chí Minh kết quả cho thấy có 12,7% sinh viên trả lời có dấu hiệu trầm cảm<sup>3</sup>. Trong nghiên cứu của Nguyễn Bích Ngọc và cộng sự (2020) trên 300 sinh viên điều dưỡng tại trường Cao đẳng Y tế Hải Phòng cho thấy tỷ lệ sinh viên trả lời có triệu chứng căng thẳng là 47,3%<sup>4</sup>. Từ những kết quả nghiên cứu trên cho thấy đại dịch Covid-19 tác động rất lớn đến SKTT của sinh viên, đặc biệt là sinh viên khối ngành sức khỏe.

Trong những đợt bùng phát dịch Covid-19 tại Thành phố Hồ Chí Minh sinh viên cử nhân điều dưỡng (CNDD) tại Trường Đại học Y khoa Phạm Ngọc Thạch là một trong số những tình nguyện viên tích cực tham gia phòng chống dịch ở hầu hết các mặt trận, sinh viên đã chứng kiến nhiều tình cảnh chia ly, mất mát mà người bệnh, người thân phải gánh chịu do đại dịch Covid-19. Sau khi đại dịch tạm lắng xuống các em sinh viên trở lại công việc học tập tại trường và thực tập tại bệnh viện và cộng đồng, tuy nhiên những tác động của đại dịch

Covid – 19 vẫn tác động tiêu cực lên sức khỏe tinh thần của sinh viên. Vì vậy việc xác định sớm các vấn đề liên quan đến SKTT ở đối tượng sinh viên này cần được ưu tiên để tránh những tác động tiêu cực lâu dài và có các biện pháp hỗ trợ kịp thời.

Mục tiêu nghiên cứu là: *Xác định mức độ căng thẳng, lo âu, trầm cảm và tìm hiểu các yếu tố liên quan ở sinh viên cử nhân điều dưỡng năm 4 tại Trường Đại học Y khoa Phạm Ngọc Thạch.*

## ĐỐI TƯỢNG VÀ PHƯƠNG PHÁP

**Thiết kế nghiên cứu:** Mô tả cắt ngang.

**Thời gian và địa điểm nghiên cứu:** Từ ngày 11/05/2022 đến ngày 11/06/2022 tại Trường Đại học Y khoa Phạm Ngọc Thạch.

**Đối tượng nghiên cứu:** Sinh viên cử nhân điều dưỡng chính quy năm 4 khóa 2018 hiện đang theo học tại Trường Đại học Y khoa Phạm Ngọc Thạch.

**Cỡ mẫu:** 113 sinh viên cử nhân điều dưỡng chính quy năm 4 khóa 2018 tại Trường Đại học Y khoa Phạm Ngọc Thạch.

**Phương pháp chọn mẫu:** Chọn mẫu thuận tiện

**Tiêu chuẩn lựa chọn:** Sinh viên cử nhân điều dưỡng chính quy năm 4 khóa 2018 hiện đang theo học tại Trường Đại học Y khoa Phạm Ngọc Thạch; Sinh viên đồng ý và tự nguyện tham gia nghiên cứu.

**Tiêu chuẩn loại trừ:** Sinh viên vắng mặt 3 lần trong thời gian tiến hành khảo sát; Sinh viên bảo lưu.

**Công cụ thu thập số liệu:** Bộ câu hỏi gồm 2 phần:

Phần I: Nhân khẩu học (gồm năm sinh, giới tính, dân tộc, tôn giáo, hộ khẩu), chuyên ngành học, học lực, hoạt động thể dục thể thao (8 câu hỏi).

Phần II: Bộ câu hỏi Depression Anxiety Stress Scale (DASS-21) dùng để khảo sát mức độ căng thẳng, lo âu và trầm cảm của sinh viên cử nhân điều dưỡng năm 4. DASS - 21 gồm 3 cấu phần, mỗi cấu phần có 7 câu để đo lường tình trạng căng thẳng, lo âu và trầm cảm của sinh viên cử nhân điều dưỡng năm 4. Mỗi câu được đánh giá thang điểm Likert 4 điểm từ 0 (Không đúng với tôi chút nào) đến 3 (Hoàn toàn đúng với tôi hoặc lúc nào cũng đúng) <sup>5, 6, 7</sup>.

Cách tính điểm: Điểm trầm cảm, lo âu và căng thẳng được tính bằng cách tính tổng điểm của mỗi cấu phần, sau đó nhân 2

**Bảng 1. Điểm cắt theo các mức độ trầm trọng của trầm cảm, lo âu, căng thẳng**<sup>8,9</sup>

Mức độ	Trầm cảm	Lo âu	Căng thẳng
Bình thường	0 - 9	0 - 7	0 - 14
Nhẹ	10 - 13	8 - 9	15 - 18
Trung bình	14 - 20	10 - 14	19 - 25
Nặng	21 - 27	15 - 19	26 - 33
Rất nặng	28+	20+	34+

Hệ số tin cậy Cronbach's Alpha của thang đo DASS – 21 được tác giả Thạch Duc Tran và cộng sự (2013) về căng thẳng, lo âu và trầm cảm lần lượt là 0,70, 0,72 và 0,77 và tổng điểm cho cả thang đo là 0,88<sup>7</sup>. Hệ số tin cậy Cronbach's Alpha của thang đo DASS-21 trên đối tượng nghiên cứu này là 0,95, trong đó thang đo căng thẳng, lo âu và trầm cảm lần lượt là 0,84, 0,87 và 0,87.

**Quy trình thu thập số liệu:** Số liệu thu thập bằng bộ câu hỏi được soạn sẵn, nghiên cứu viên liên hệ ban cán sự các lớp cử nhân điều dưỡng năm 4 để sắp xếp thời gian thích hợp đến từng lớp phát bộ câu hỏi đến các sinh viên (mỗi lớp được sắp xếp 3 buổi khác nhau để thu thập số liệu nhằm tạo điều kiện

cho những sinh viên vắng mặt trong những buổi thu thập số liệu trước sẽ có cơ hội tham gia nghiên cứu). Sinh viên được giải thích rõ về mục tiêu nghiên cứu, quy trình nghiên cứu, tính bảo mật, quyền của sinh viên và đồng thời nghiên cứu viên trả lời thắc mắc của sinh viên (nếu có). Nếu sinh viên đồng ý tham gia nghiên cứu ký tên vào phiếu tình nguyện tham gia nghiên cứu. Sau đó nghiên cứu viên sẽ phát bộ câu hỏi đã soạn sẵn đến sinh viên đọc và trả lời, thời gian trả lời phiếu khảo sát là 20 phút.

Nhằm kiểm soát sai lệch, nghiên cứu viên cung cấp thông tin cụ thể, giải thích rõ ràng về mục tiêu nghiên cứu cho sinh viên. Bảng câu hỏi được thiết kế rõ ràng, sinh viên được hướng dẫn không ghi đầy đủ họ, tên cá nhân trong phiếu trả lời khảo sát.

**Phương pháp xử lý và phân tích số liệu:** Số liệu sau khi thu thập được kiểm tra sau đó mã hóa rồi nhập máy để xử lý bằng phần mềm SPSS 16.0

Sử dụng phương pháp thống kê mô tả tần số và tỷ lệ phần trăm để mô tả thông tin đặc điểm nhân khẩu học, chuyên ngành học, học lực, hoạt động thể dục thể thao và mô tả biến số căng thẳng, lo âu và trầm cảm.

Tuổi của sinh viên được trình bày dưới dạng trung bình ( $\bar{x}$ ) và độ lệch chuẩn (SD).

Sử dụng phép kiểm định Chi – Square và kiểm định chính xác Fisher để tìm mối liên quan giữa các yếu tố căng thẳng, lo âu, trầm cảm với chuyên ngành học. Sử dụng phép kiểm Spearman's để tìm mối liên quan giữa các yếu tố căng thẳng, lo âu, trầm cảm, có ý nghĩa thống kê khi ( $p < 0.05$ ).

**Y đức:** Nghiên cứu được thông qua Hội đồng Đạo đức trong nghiên cứu y sinh học của Trường Đại học Y khoa Phạm Ngọc Thạch số 679/TĐHYKPNT – HĐĐĐ ngày 10 tháng 5 năm 2022.

## KẾT QUẢ

**Bảng 2. Đặc điểm của sinh viên điều dưỡng (SVDD) (n = 113)**

Đặc điểm		n	%
<b>Giới tính</b>	Nam	25	22,1
	Nữ	88	77,9
<b>Tuổi</b>	Nhỏ nhất – lớn nhất: 22 – 25; X = 22,12; SD = ± 0,42		
<b>Dân tộc</b>	Kinh	111	98,2
	Khác	2	1,8
<b>Tôn giáo</b>	Không theo tôn giáo nào	67	59,3
	Phật giáo	30	26,5
	Thiên Chúa giáo	14	12,4
	Đạo Tin lành	0	0
	Khác	2	1,8
<b>Hộ khẩu</b>	Thành Phố Hồ Chí Minh	67	59,3
	Tỉnh, thành khác	46	40,7
<b>Chuyên ngành</b>	ĐD Đa Khoa	55	48,7
	ĐD GMHS	21	18,6
	ĐD Hộ Sinh	16	14,2
	ĐD PHCN	15	13,3
	ĐD CCNBV	6	5,3
<b>Học lực*</b>	Yếu	0	0
	Trung bình	27	23,9
	Khá	82	72,6
	Giỏi	4	3,5
	X ± SD = 2,79 ± 0,48		
<b>Hoạt động thể dục thể thao*</b>	Dưới 1 lần/tuần	77	68,1
	1 - 3 lần/tuần	31	27,4
	Trên 3 lần/tuần	5	4,4
	X ± SD = 1,36 ± 0,56		

*Ghi chú: ĐD: Điều dưỡng, GMHS: gây mê hồi sức; PHCN: Phục hồi chức năng; CCNBV: Cấp cứu ngoài bệnh viện, X ± SD: Trung bình ± Độ lệch chuẩn.*

Độ tuổi trung bình của SVĐD là 22.12 (SD = ± 0,42), đa số là nữ chiếm 77,9%, chủ yếu là dân tộc Kinh chiếm 98,2%, hầu hết không theo tôn giáo nào chiếm 59,3 % và phần lớn có hộ khẩu thường trú tại TPHCM là 59,3 % Chuyên ngành điều dưỡng đa khoa chiếm nhiều nhất là 48,7% và thấp nhất là chuyên ngành điều dưỡng cấp cứu ngoại viện chiếm tỷ lệ là 5,3%. SVĐD có học lực khá chiếm chủ yếu là 72,6%, phần lớn hoạt động thể dục thể thao dưới 1 lần/tuần chiếm 68,1%.

**Bảng 3. Tỷ lệ các mức độ căng thẳng, lo âu và trầm cảm của SVĐD (n = 113)**

Mức độ	Căng thẳng		Lo âu		Trầm cảm	
	n	%	n	%	n	%
Không	70	61,9	57	50,4	84	74,3
Có	43	38,1	56	49,6	29	25,7
Nhẹ	18	15,9	14	12,4	12	10,6
Trung bình	19	16,8	31	27,4	12	10,6
Nặng	4	3,5	6	5,3	3	2,7
Rất nặng	2	1,8	5	4,4	2	1,8
X ± SD	13,27 ± 7,32		9,75 ± 6,45		8,58 ± 6,94	

Kết quả bảng 3 cho thấy SVĐD có mức độ căng thẳng, lo âu và trầm cảm đạt điểm trung bình lần lượt là 13,27 (SD = ± 7,32), 9,75 (SD = ± 6,45) và 8,58 (SD = ± 6,94). Tỷ lệ căng thẳng, lo âu và trầm cảm lần lượt là 38,1%, 49,6% và 25,7%. Theo đó tỷ lệ căng thẳng mức độ nhẹ đến rất nặng dao động từ 15,9% đến 1,8% , tỷ lệ lo âu từ mức độ nhẹ đến rất nặng dao động từ 12,4% đến 4,4% và tỷ lệ trầm cảm ở mức độ nhẹ đến rất nặng dao động từ 10,6% đến 1,8%.

**Bảng 4. Mối tương quan giữa căng thẳng, lo âu và trầm cảm của SVĐD (n = 113)**

Mức độ	Trầm cảm		Lo âu	
	rho	p	rho	p
Căng thẳng	0,458	< 0,001	0,390	< 0,001
Lo âu	0,309	< 0,001		

Bảng 4 cho thấy có mối tương quan thuận mức độ trung bình giữa căng thẳng và lo âu, căng thẳng và trầm cảm, lo âu và trầm cảm của SVĐD ( $p < 0,001$ ).

**Bảng 5. Mối tương quan giữa chuyên ngành học, học lực, hoạt động thể lực với căng thẳng, lo âu và trầm cảm của SVĐD (n = 113)**

Biến số	Căng thẳng		Lo âu		Trầm cảm	
	rho	p	rho	p	rho	p
Chuyên ngành học	8,72*	0,6	30,92*	0,001	5,30*	0,24
Học lực	-0,280	0,003	-0,041	0,670	-0,213	0,024
Mức độ hoạt động thể dục, thể thao	-0,235	0,012	-0,276	0,003	-0,233	0,013

Ghi chú: \* Fisher's Exact test

Kết quả bảng 5 cho thấy có mối tương quan giữa chuyên ngành học với mức độ lo âu ở sinh viên điều dưỡng ( $p < 0,05$ ) và không tìm thấy mối tương quan giữa chuyên ngành học với mức độ căng thẳng và trầm cảm ở SVĐD ( $p > 0,05$ ).

Kết quả cho thấy có mối tương quan nghịch mức độ yếu giữa học lực với mức độ căng thẳng và trầm cảm; giữa tình trạng hoạt động thể dục thể thao và mức độ căng thẳng, lo âu và trầm cảm ở sinh viên điều dưỡng ( $p < 0,05$ ).

## BÀN LUẬN

### Đặc điểm của sinh viên điều dưỡng:

Kết quả nghiên cứu cho thấy độ tuổi trung bình của SVĐD là  $22,12 \pm 0,42$ , kết quả này tương đồng với nghiên cứu của Aleksandar Kecojevic và cộng sự (2020) với độ tuổi trung bình là  $20,4 \pm 2,9$ <sup>10</sup> và của Nguyễn Thu Hằng và cộng sự (2019) độ tuổi dao động từ 22- 25 tuổi<sup>11</sup>. Đa số SVĐD tham gia nghiên cứu là nữ chiếm 77,9%, kết quả này tương đồng với nghiên cứu của Aleksandar Kecojevic và cộng sự (2020) với tỷ lệ nữ là 71%<sup>10</sup>; của Nguyễn Bích Ngọc và cộng sự (2020) với tỷ lệ nữ là 78,3%<sup>4</sup>, kết quả trong nghiên cứu này thấp hơn của Nguyễn Thu Hằng và cộng sự (2019) với tỷ lệ nữ tham gia nghiên cứu là 86%<sup>11</sup>.

**Tỷ lệ mức độ căng thẳng, lo âu và trầm cảm của sinh viên điều dưỡng:** Kết quả nghiên cứu cho thấy 38,1% sinh viên trả lời có dấu hiệu căng thẳng, kết quả này cao hơn của Phùng Quốc Điệp và cộng sự (2021) là 4,5%<sup>12</sup>. Tỷ lệ mức độ căng thẳng nhẹ và trung bình lần lượt là 15,9% và 16,8%, tỷ lệ mức độ nặng và rất nặng lần lượt là 3,5% và 1,8%, kết quả của nghiên cứu này thấp hơn so với kết quả nghiên cứu của Lê Thị Vũ Huyền và cộng sự (2021) mức độ căng thẳng nhẹ, nặng và rất nặng lần lượt là 17,1%, 8,4% và 3,2%. Tuy nhiên mức độ căng thẳng trung bình từ kết quả nghiên cứu này là 16,8% cao hơn kết quả của Lê Thị Vũ Huyền và cộng sự (2021) là 13,9%<sup>13</sup>. Kết quả nghiên cứu này cung cấp thông tin cho nhà trường đặc biệt là cho các

giảng viên làm nhiệm vụ cố vấn học tập của lớp nắm được tình hình sức khỏe tinh thần của SVĐD để có các giải pháp kịp thời giúp các sinh viên gặp vấn đề về sức khỏe tinh thần ổn định tâm lý, cân bằng về học tập và cuộc sống.

Tỷ lệ sinh viên trả lời có dấu hiệu lo âu chiếm 49,6%, kết quả này cao hơn của Phùng Quốc Điệp và cộng sự (2021) là 10,1%<sup>12</sup>, kết quả của Sakai M. và cộng sự (2022) là 30,5%<sup>14</sup>, nhưng thấp hơn kết quả của Maria Piar và cộng sự (2023) là 56,4%<sup>15</sup>. Kết quả nghiên cứu này cho thấy tỷ lệ mức độ lo âu trung bình chiếm tỷ lệ cao nhất là 27,4%, tỷ lệ mức độ nhẹ là 12,4%, tỷ lệ mức độ nặng và rất nặng lần lượt là 5,3% và 4,4%. Kết quả này cao hơn nghiên cứu của Nguyễn Thu Hằng và cộng sự (2019) mức độ nặng chiếm 3,7% và rất nặng là 1,6%<sup>11</sup>. Nguyên nhân có thể do sự bùng phát và diễn biến đại dịch Covid - 19 ở mỗi nơi và mỗi thời điểm khác nhau. Thành phố Hồ Chí Minh là địa phương chịu ảnh hưởng nặng nề nhất của đợt dịch lần thứ 4 trong cả nước. Từ kết quả này, đề xuất nhà trường tổ chức các buổi nói chuyện, trao đổi, tư vấn tâm lý cho SVĐD giúp các em có cơ hội để giải bày những lo lắng, nỗi sợ về hậu quả của đại dịch vừa qua.

Tỷ lệ sinh viên trả lời có dấu hiệu trầm cảm là 25,7%, kết quả này cao hơn của Phùng Quốc Điệp và cộng sự (2021) là 8,2%<sup>12</sup>, kết quả nghiên cứu của Sakai M. và cộng sự (2022) là 31,1%<sup>14</sup>, nghiên cứu của Maria Pilar và cộng sự (2023) là 38,24%<sup>15</sup>. Tỷ lệ mức độ trầm cảm nhẹ và trung bình là như nhau chiếm 10,6%, tỷ lệ mức độ nặng và rất nặng lần lượt là 2,7% và 1,8%. Kết quả này thấp hơn nghiên cứu của Lê Thị Vũ Huyền và cộng sự (2021) tỷ lệ

mức độ trầm cảm từ nhẹ, trung bình, nặng, rất nặng lần lượt là 20,6%, 18,6%, 6,7%, 7,0%<sup>16</sup>. Kết quả này cao hơn nghiên cứu của Phùng Quốc Phong, nhưng thấp hơn nghiên cứu của Sakai M., Maria Pilar và Lê Thị Vũ Huyền có thể lý giải thời điểm thực hiện khảo sát ở Việt Nam nói chung và Thành phố Hồ Chí Minh nói riêng đã trải qua 04 đợt dịch. Các em sinh viên tình nguyện viên tham gia phòng chống dịch đã được trang bị một số kiến thức về phòng chống dịch, bên cạnh đó có một số bạn đã từng tham gia tình nguyện viên cho những đợt dịch trước đó, vì vậy tâm lý của các bạn vững vàng hơn. Tuy nhiên tỷ lệ sinh viên trả lời có dấu hiệu trầm cảm vẫn khá cao, do đó cần có những chương trình hỗ trợ tư vấn tâm lý cho những sinh viên có nhu cầu.

Nhìn chung, kết quả trong nghiên cứu của chúng tôi tỷ lệ SVĐD có tình trạng căng thẳng, lo âu và trầm cảm cao hơn so với nghiên cứu của Phùng Quốc Điệp và cộng sự (2021)<sup>12</sup>, Nguyễn Thu Hằng và cộng sự (2019)<sup>11</sup> nguyên nhân có thể do sự bùng phát và diễn biến dịch bệnh Covid – 19 ở mỗi địa phương khác nhau và nghiên cứu khảo sát được tiến hành tại những thời điểm khác nhau. Thời điểm của nghiên cứu này được thực hiện vào tháng 5 đến tháng 6 năm 2022 khi mà Thành phố Hồ Chí Minh đã phải gánh chịu những ảnh hưởng nặng nề của những đợt dịch trước đó đặc biệt là đợt dịch lần thứ 04 đã để lại những tổn thất, mất mát rất lớn cả về thể chất và tinh thần cho người dân Thành phố Hồ Chí Minh.

**Mối tương quan giữa căng thẳng, lo âu, trầm cảm và các yếu tố khác:** Kết quả trong nghiên cứu này cho thấy có mối tương quan thuận chiều giữa trầm cảm, lo âu và căng thẳng ở SVĐD tại trường Đại học

Y khoa Phạm Ngọc Thạch ( $p < 0,05$ ). Kết quả này tương đồng với kết quả của Trà Thị Thanh Kiều và cộng sự (2019)<sup>17</sup>, nghiên cứu của Hoàng Thị Quỳnh Lan và cộng sự (2020)<sup>18</sup>. Kết quả nghiên cứu cho thấy đại dịch Covid – 19 đã có nhiều ảnh hưởng tới sức khỏe tinh thần của SVĐD. Từ kết quả nghiên cứu này, đề xuất nhà quản lý xây dựng chương trình can thiệp hỗ trợ tâm lý giúp phát hiện sớm những dấu hiệu ảnh hưởng đến sức khỏe tinh thần của SVĐD tham gia phòng chống dịch nhằm phòng ngừa và hạn chế tổn thương tinh thần trầm trọng hơn đồng thời làm giảm ảnh hưởng của đại dịch tới SVĐD.

Kết quả nghiên cứu cho thấy mối tương quan nghịch chiều giữa căng thẳng, trầm cảm với học lực của sinh viên, điều đó có nghĩa là sinh viên có học lực càng thấp thì tỷ lệ bị căng thẳng và trầm cảm càng cao. Kết quả này tương đồng với nghiên cứu của Phan Thanh Trúc Uyên và cộng sự (2016)<sup>19</sup>, Trần Thái Phúc và cộng sự (2020) cho thấy nguy cơ bị căng thẳng mức độ cao xảy ra ở nhóm sinh viên có học lực trung bình khá trở xuống<sup>20</sup>. Ngoài tác động của đại dịch Covid – 19 thì điểm số, kết quả học tập cũng là một trong những yếu tố ảnh hưởng đến sức khỏe tinh thần của sinh viên. Từ kết quả này, đề xuất cố vấn học tập cần quan tâm hơn đến những sinh viên có kết quả học tập chưa tốt nhằm tìm ra nguyên nhân để hỗ trợ các em như thực hiện giờ học phụ đạo, cho sinh viên mượn dụng cụ để tự ôn lại bài, thành lập đôi bạn học tập, tìm nhiều kênh học bổng giúp các bạn có hoàn cảnh khó khăn yên tâm hơn cho việc học.

Kết quả nghiên cứu này cũng cho thấy có mối tương quan nghịch chiều giữa tình trạng hoạt động thể dục thể thao với căng

thẳng, lo âu và trầm cảm ở sinh viên, kết quả này tương đồng với kết quả nghiên cứu của Phan Thanh Trúc Uyên và cộng sự (2016)<sup>19</sup> những sinh viên có tần suất hoạt động thể dục thể thao dưới 1 lần/tuần sẽ có mức độ trầm cảm cao hơn những sinh viên hoạt động thể dục thể thao từ 1- 3 lần/tuần. Từ kết quả nghiên cứu cho thấy tầm quan trọng của hoạt động thể dục thể thao đối với sức khỏe tinh thần của sinh viên. Đề xuất đoàn trường thành lập câu lạc bộ thể dục thể thao như bóng bàn, bóng rổ, cầu lông... khuyến khích sinh viên tham gia bằng hình thức tính vào điểm rèn luyện để xét học bổng.

**Hạn chế của nghiên cứu:** Từ những phân tích được trình bày ở trên, nghiên cứu còn có một số giới hạn như: số lượng mẫu quan sát nhỏ, do vậy kết quả thu được chưa đảm bảo được tính khái quát hóa cho một quần thể dân số đông. Thiết kế nghiên cứu cắt ngang nên không quan sát được sự thay đổi, chuyển biến các vấn đề về sức khỏe tinh thần của SVĐD theo thời gian. Hy vọng nghiên cứu này là tài liệu tham khảo có giá trị cho những nghiên cứu sau.

## KẾT LUẬN

Sinh viên cử nhân điều dưỡng có tỷ lệ căng thẳng, lo âu và trầm cảm lần lượt là 38,1%, 49,6% và 25,7%. Nghiên cứu còn tìm thấy được mối tương quan giữa trầm cảm, lo âu và căng thẳng với nhau, mối tương quan nghịch giữa học lực với mức độ căng thẳng và trầm cảm, mối tương quan nghịch giữa tình trạng hoạt động thể dục thể thao với mức độ căng thẳng, lo âu và trầm cảm ở sinh viên. Kết quả nghiên cứu cho thấy sức khỏe tinh thần của sinh viên cử



nhân điều dưỡng năm 4 của trường Đại học Y khoa Phạm Ngọc Thạch chịu ảnh hưởng nhiều từ đại dịch Covid – 19, kết quả này cung cấp thông tin một cách khách quan để nhà trường tham khảo, từ đó có kế hoạch sắp xếp chương trình giảng dạy phù hợp và xây dựng các chương trình hỗ trợ tâm lý sớm, kịp thời nhằm giúp sinh viên ổn định tâm lý khi đi thực tập tại bệnh viện, cộng đồng nhằm giảm thiểu tỷ lệ sinh viên gặp các vấn đề về sức khỏe tâm thần ảnh hưởng đến học tập và phát triển nghề nghiệp trong tương lai.

### TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Nguyễn Thanh Trúc, Nguyễn Thị Bích Tuyền. Các yếu tố ảnh hưởng đến căng thẳng, lo âu, trầm cảm của sinh viên năm cuối ngành dược tại Đồng Nai. Tạp chí Khoa học và Công nghệ - Đại học Đà Nẵng 2020;18:10-13.

2. Abu Sayeed, Kundu S, Banna MHA, Hasan MT, Begum MR, Khan MSI. Mental health outcomes during the COVID-19 and perceptions towards the pandemic: Findings from a cross sectional study among Bangladeshi students. Child Youth Serv Rev. 2020, Dec;119:105658. doi: 10.1016/j.childyouth.2020.105658. Epub 2020 Nov 9. PMID: 33518861; PMCID: PMC7833817. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7833817>

3. Nguyễn Hoàng Thùy Linh, Nguyễn Thị Miên Hạ, Trần Xuân Minh Trí, Hoàng Đình Tuyên, Trần Thị Mai Liên và cộng sự. Thực trạng sức khỏe tâm thần và một số yếu tố liên quan ở sinh viên trong làn sóng đại dịch Covid thứ nhất tại một số trường đại học khoa học sức khỏe ở Việt

Nam năm 2020. Tạp chí y học dự phòng 2020;31(6):114-118.

4. 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 2020;143(7):159 – 166.

5. Antony M.M, Bieling P.J, Cox B.J and et al. Psychometric properties of the 42- item and 21-item versions of the Depression Anxiety Stress Scales (DASS) in clinical group and a community sample. Psychological Assessment 1998;10:176-181. <https://doi.org/10.1037/1040-3590.10.2.176>.

6. Lovibond PF., Lovibond SH. The structure of negative emotional states – comparison of the depression anxiety stress scales (DASS) with the beck depression and anxiety inventories. Behav Res Ther 1995;33:335-43. DOI: 10.1016/0005-7967(94)00075-u.

7. Thạch Duc Tran, Tuan Tran and Jane Fisher. Validation of the depression anxiety stress scale (DASS) 21 as a screening instrument for depression and anxiety in a rural community-based cohort of northern Vietnamese women. BMC Psychiatry 2013;13-23. doi: 10.1186/1471-244X-13-24.

8. Đỗ Thị Hà, Huỳnh Thị Phượng, Huỳnh Ngọc Thành, Huỳnh Tấn Sơn, Nguyễn Thanh Hiệp, Lê Thụy Bích Thủy và cộng sự. Sang chấn tâm lý ở nhóm nhân viên y tế trực tiếp điều trị, chăm sóc bệnh nhân Covid – 19 tại Thành Phố Hồ Chí Minh. Tạp chí Y Dược học Phạm Ngọc Thạch 2021;1 (1):73-80.

9. Patsali ME, Mousa DV, Papadopoulou EVK, Papadopoulou KKK, Kaparounaki CK, Diakogiannis I, et al. University students' changes in mental health status and determinants of behavior during the COVID-19 lockdown in Greece. *Psychiatry Res.* 2020 Oct;292:113298. doi: 10.1016/j.psychres.2020.113298. Epub 2020 Jul 13. PMID: 32717710; PMCID: PMC7357537. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7357537>
10. Aleksandar Kecojovic, Basch CH, Sullivan M, Davi NK. The impact of the COVID-19 epidemic on mental health of undergraduate students in New Jersey, cross-sectional study. *PLoS One.* 2020 Sep 30;15(9):e0239696. doi: 10.1371/journal.pone.0239696. PMID: 32997683; PMCID: PMC7526896. Available from: <https://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0239696>
11. Nguyễn Thu Hằng, Vũ Thị Hải Oanh, Chu Thị Thơm, Bùi Thị Hiệu. Khảo sát rối nhiễu lo âu của sinh viên năm thứ tư trường Đại học điều dưỡng Nam Định. *Tạp chí Khoa học Điều dưỡng* 2019;2(2):83–88.
12. Phùng Quốc Điệp, Chu Văn Thắng, Nguyễn Thị Thúy Hạnh, Bùi Minh Thu. Thực trạng trầm cảm, lo âu, stress ở sinh viên Cao đẳng Điều dưỡng chính quy trường Cao đẳng Y tế Bạch Mai và một số yếu tố liên quan năm 2021. *Tạp chí Y học Cộng đồng* 2021;62(7).
13. Lê Thị Vũ Huyền, Nguyễn Thị Thu Thủy. Stress ở sinh viên hệ bác sĩ Y khoa năm thứ nhất trường đại học Y Hà Nội năm 2020 -2021 và một số yếu tố liên quan. *Tạp chí Y học Việt Nam* 2021;1:135-138.
14. Maria-Pilar Mosteiro-Diaz, Carmen Baldonado-Mosteiro, Campos Pavan Baptista and et al Anxiety and depression among nursing students during the COVID-19. *Journal of Clinical Nursing* 2023;00:1–11. <https://doi.org/10.1111/jocn.16758>.
15. Sakai M, Nakanishi M, Yu Z, Takagi G, Toshi K, Wakashima K, Yoshii H. Depression and anxiety among nursing students during the COVID-19 pandemic in Tohoku region, Japan. *Jpn J Nurs Sci.* 2022 Jul;19(3):e12483. doi: 10.1111/jjns.12483. Epub 2022 Apr 5. PMID: 35384284; PMCID: PMC9115080.
16. Lê Thị Vũ Huyền. Trầm cảm theo thang DASS 21 ở sinh viên hệ bác sĩ y khoa năm thứ nhất trường Đại học Y Hà Nội năm học 2020-2021 và một số yếu tố liên quan. *Tạp chí Y học Việt Nam* 2020;509(2):149-153.
17. Trà Thị Thanh Kiều. Trầm cảm, lo âu và căng thẳng của sinh viên tại Thành phố Hồ Chí Minh. *Kỷ yếu Hội thảo quốc tế về sức khỏe tâm thần trẻ em Việt Nam lần thứ V năm 2019.*
18. Hoàng Thị Quỳnh Lan. Mối tương quan giữa căng thẳng trong học tập và mức độ lo âu, trầm cảm, stress của sinh viên trường Đại học bách khoa Hà Nội. *Tạp chí Tâm lý học* 2020;10:62 – 71.

19. Phan Thanh Trúc Uyên, Hoàng Bích Thủy, Tôn Nữ Thùy Anh, Nguyễn Thị Thu Thủy. Đánh giá mức độ stress, lo âu, trầm cảm của sinh viên chính quy khoa Dược – Đại học Y Dược Thành Phố Hồ Chí Minh. Tạp chí Y học Thành phố Hồ Chí Minh 2016;20:217-224.

20. Trần Thái Phúc, Tăng Thị Hảo, Nguyễn Thị Nga, My Thị Hải. Thực trạng và một số yếu tố liên quan đến căng thẳng cảm xúc của nữ sinh viên Điều dưỡng chính quy tại trường Đại học Y dược Thái Bình năm 2020. Tạp chí Khoa học Điều dưỡng 2020;3:226-234.