Tổng Biên tập:
TS. Nguyễn Phương Sinh

Ngày nhận bài:
06/06/2025

Ngày chấp nhận đăng bài:
18/09/2025

Ngày xuất bản:
30/09/2025

DOI: 10.66517/jstmp.2025.3.8

Bản quyền:
@ 2025 Thuộc Tạp chí Khoa học và Công nghệ Y Dược

Xung đột quyền tác giả:
Tác giả tuyên bố không có bất kỳ xung đột nào về quyền tác giả

Địa chỉ liên hệ:
Số 284, đường Lương Ngọc Quyến, phường Phan Đình Phùng, tỉnh Thái Nguyên

Email: tapchi@tnmc.edu.vn

THỰC TRẠNG CĂNG THẲNG TÂM LÝ VÀ MỘT SỐ YẾU TỐ LIÊN QUAN TRONG THỰC HÀNH LÂM SÀNG CỦA SINH VIÊN CỬ NHÂN ĐIỀU DƯỠNG CHÍNH QUY - TRƯỜNG ĐẠI HỌC Y DƯỢC THÁI NGUYÊN, NĂM 2024

Nông Phương Mai*, Nguyễn Ngọc Huyền
Trường Đại học Y - Dược, Đại học Thái Nguyên
* Tác giả liên hệ: nongphuongmai@tnmc.edu.vn

TÓM TẮT

Đặt vấn đề: Căng thẳng tâm lý là phản ứng không đặc hiệu của cơ thể trước những tình huống căng thẳng. 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 lý. **Mục tiêu:** Mô tả thực trạng căng thẳng tâm lý và một số yếu tố liên quan của sinh viên cử nhân điều dưỡng chính quy trong quá trình thực hành lâm sàng. **Phương pháp:** Mô tả cắt ngang, dữ liệu được thu thập bằng bộ câu hỏi tự điền có cấu trúc. Đối tượng là sinh viên điều dưỡng chính quy năm 3 và năm 4 của Trường Đại học Y Dược Thái Nguyên. **Kết quả:** Mức độ căng thẳng tâm lý của sinh viên điều dưỡng chính quy ở mức độ trung bình có tỷ lệ cao nhất là 64,5%. Mức độ căng thẳng tâm lý của sinh viên điều dưỡng chính quy là trung bình (82,14 ± 17,67). Các yếu tố có liên quan đến căng thẳng tâm lý của sinh viên chính quy bao gồm: giới tính, năm học, đam mê nghề, học lực, nơi ở, hỗ trợ tài chính, mức độ chi tiêu, tập luyện thể dục, hoạt động giải trí và môi trường thực hành lâm sàng ($p < 0,05$). **Kết luận:** Sinh viên điều dưỡng chính quy có mức độ căng thẳng tâm lý chủ yếu ở mức trung bình, liên quan đến nhiều yếu tố cá nhân

và môi trường, cho thấy cần cải thiện môi trường học tập và thực hành an toàn, hỗ trợ. Nghiên cứu khuyến khích tăng cường cải thiện môi trường thực hành an toàn, hỗ trợ và thân thiện cho sinh viên.

Từ khóa: Sinh viên; Điều dưỡng; Căng thẳng; Tâm lý; Thực hành lâm sàng

THE CURRENT STATUS OF PSYCHOLOGICAL STRESS AND ASSOCIATED FACTORS DURING CLINICAL PRACTICUM AMONG FULL-TIME BACHELOR OF NURSING STUDENTS - THAI NGUYEN UNIVERSITY OF MEDICINE AND PHARMACY IN 2024

Nong Phuong Mai*, Nguyen Ngoc Huyen
TNU - University of Medicine and Pharmacy
* Author contact: nongphuongmai@tnmc.edu.vn

ABSTRACT

Background: Psychological stress is a non-specific response of the body to stressful situations. When encountering stress, the body reacts to stressors in order to adapt; if it is unable to adapt, stress may develop into a pathological condition. **Objective:** Describe the level of psychological stress and to analyze the factors influencing clincal stressor of nursing bachelor students. **Methods:** This is a cross-sectional descriptive study; data were collected using a structured questionnaire. The subjects were third- and fourth-year full-time nursing students at Thai Nguyen University of Medicine and Pharmacy. **Results:** The highest proportion (64.5%) of full-time nursing students experienced a moderate level of psychological stress. The average psychological stress score among

these students was moderate (82.14 ± 17.67). Factors significantly associated with psychological stress included gender, academic year, professional passion, academic performance, residence, financial support, expenditure level, physical exercise, recreational activities, and clinical practicum environment ($p < 0.05$). **Conclusions:** Full-time nursing students have mainly moderate levels of psychological stress, related to many personal and environmental factors, suggesting a need to improve safe and supportive learning and practice environments. The study recommends enhancing a safe, supportive, and friendly clinical practicum environment for nursing students.
Keywords: Students; Nursing; Stress; Psychological state; Clinical practicum

ĐẶT VẤN ĐỀ

Căng thẳng tâm lý là phản ứng không đặc hiệu của cơ thể trước những tình huống căng thẳng. 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 lý. 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. 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 - đây là trải nghiệm vô cùng căng thẳng. Ngày càng nhiều tài liệu nghiên cứu cho thấy rằng sinh viên điều dưỡng phải trải qua căng thẳng đáng kể hơn so với sinh viên trong các lĩnh vực giáo dục khác [1].

Các nghiên cứu trên thế giới đã chỉ ra sinh viên điều dưỡng thường xuyên phải đối mặt với tình trạng căng

thẳng từ mức độ trung bình đến cao trong quá trình thực hành lâm sàng [2,3]. Tại Việt Nam, nghiên cứu trên sinh viên tại 8 trường Đại học Y khoa lớn trên cả nước cho thấy 43,2% sinh viên có dấu hiệu trầm cảm [4]. Khoa Điều dưỡng trường Đại học Y - Dược, Đại học Thái Nguyên năm 2023 - 2024 đang có 1154 sinh viên cử nhân điều dưỡng chính, hơn một nửa trong số đó đang tham gia thực hành lâm sàng tại bệnh viện thực hành. Để đánh giá mức độ căng thẳng, lo lắng của sinh viên điều dưỡng khi tham gia thực hành lâm sàng qua đó có thể trang bị thêm cho sinh viên kỹ năng ứng phó với căng thẳng và phục vụ cho quá trình giảng dạy, quản lý sinh viên; do đó, chúng tôi tiến hành nghiên cứu với mục tiêu:

1. Mô tả thực trạng căng thẳng tâm lý của sinh viên cử nhân điều dưỡng chính quy trong quá trình thực hành lâm sàng.

2. Xác định một số yếu tố liên quan đến căng thẳng tâm lý của sinh viên cử nhân điều dưỡng chính quy trong quá trình thực hành lâm sàng.

PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

Đối tượng, thời gian và địa điểm nghiên cứu

Đối tượng nghiên cứu: Sinh viên điều dưỡng chính quy năm 3 và năm 4 Trường Đại học Y Dược - Đại học Thái Nguyên.

Tiêu chuẩn chọn: Sinh viên cử nhân điều dưỡng năm 3 và năm 4 đang trong chương trình thực hành lâm sàng tại các bệnh viện thực hành của trường Đại học Y - Dược, Đại học Thái Nguyên; Đồng ý tham gia vào nghiên cứu.

Tiêu chuẩn loại trừ: Sinh viên không có mặt trong thời gian thu thập số liệu hoặc không tham gia thực hành

lâm sàng tại thời điểm nghiên cứu. Sinh viên trả lời không đầy đủ hoặc không hợp lệ bộ câu hỏi nghiên cứu.

Địa điểm và thời gian nghiên cứu: Trường Đại học Y Dược - Đại học Thái Nguyên từ 01/2024 đến 12/2024.

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

Cỡ mẫu và phương pháp chọn mẫu

Nghiên cứu này được tiến hành trên 532 sinh viên cử nhân điều dưỡng chính quy năm 3 và năm 4 trường Đại học Y Dược - Đại học Thái Nguyên.

Phương pháp chọn mẫu: Chọn mẫu toàn bộ. Chọn toàn bộ sinh viên cử nhân điều dưỡng năm 3 và năm 4 đang học chương trình thực hành lâm sàng tại bệnh viện thực hành, đồng ý tham gia vào nghiên cứu.

Biến số/ chỉ số nghiên cứu

Đặc điểm chung của đối tượng nghiên cứu: Tuổi, giới, năm học, niềm đam mê với ngành Điều dưỡng, tình trạng nơi ở.

Đánh giá mức độ căng thẳng trong thực hành lâm sàng của sinh viên điều dưỡng.

Mối liên quan giữa giới, năm học, sự đam mê với ngành Điều dưỡng, học lực, nơi ở, hỗ trợ tài chính, mức độ chi tiêu, tập thể dục, hoạt động khi rảnh rỗi và môi trường thực hành lâm sàng an toàn với mức độ căng thẳng tâm lý của sinh viên điều dưỡng.

Phương pháp thu thập và xử lý số liệu

* *Xây dựng bộ câu hỏi:* Bộ câu hỏi được dựa trên bộ công cụ Nursing Students' Perceptions of Clinical Stressors Scale (NSPCSS) của tác giả Foozieh Rafati và cộng sự với nghiên cứu "Development and psychometric testing of nursing students' perceptions of clinical stressors scale: an instrument design study". Tác giả Foozieh Rafati đã nghiên cứu và chứng minh NSPCSS là một thang đo hợp lệ và đáng tin cậy để

đánh giá các yếu tố gây căng thẳng trong quá trình thực hành lâm sàng của sinh viên điều dưỡng [5]. Bộ công cụ NSPCSS đã được dịch sang tiếng Việt theo quy trình và được đánh giá tính giá trị và tính tin cậy trước khi thực hiện trong nghiên cứu này. Bộ công cụ này được tác giả dịch sang tiếng Việt, chuẩn hóa và kiểm định. Bộ công cụ có độ tin cậy cao với chỉ số Cronbach's Alpha là 0,8.

Bộ câu hỏi gồm: 32 mục, được chia thành 6 nhóm yếu tố chính: Năng lực lâm sàng còn hạn chế của sinh viên; Môi trường học lâm sàng không phù hợp; Kiến thức và kỹ năng chưa đầy đủ; Kế hoạch giảng dạy lâm sàng chưa hiệu quả; Hành vi của giáo viên chưa phù hợp; Mối lo ngại về đặc thù nghề điều dưỡng.

** Cách đánh giá:* Theo tác giả Foozieh Rafati: Mỗi câu hỏi sẽ được trả lời theo thang điểm Likert từ 1 - 5 điểm với mức độ từ "hoàn toàn không đồng ý" đến "hoàn toàn đồng ý". Tổng điểm của toàn bộ thang đo dao động từ 32 đến 160 điểm và phân loại: Mức độ căng thẳng thấp: 32 - 63 điểm; Mức độ căng thẳng trung bình: 64 - 95 điểm; Mức độ căng thẳng cao: 96 - 127 điểm; Mức độ căng thẳng rất cao: 128 - 160 điểm. Các yếu tố trong thang đo được tính điểm bằng tổng điểm của các câu hỏi thuộc yếu tố đó; do số lượng câu hỏi ở mỗi yếu tố khác nhau nên khoảng điểm của từng yếu tố cũng khác nhau. Trong phân tích các yếu tố liên quan, mức độ căng thẳng tâm lý được phân thành hai nhóm: Thấp/trung bình ($\leq$ 95 điểm) và cao/rất cao ($\geq$ 96 điểm).

Phương pháp thu thập số liệu:

- Đối tượng nghiên cứu được giải thích và phát bộ câu hỏi đã soạn sẵn dưới sự giám sát và hỗ trợ của nhóm nghiên cứu.

- Nhóm nghiên cứu nhận lại bộ câu hỏi đã trả lời, kiểm tra và thu thập thêm thông tin trong phạm vi của nghiên cứu (nếu cần thiết).

Xử lý số liệu: Số liệu được nhập và phân tích bằng phần mềm SPSS 23.0. Thống kê mô tả số lượng, tỷ lệ đối với các biến định tính. Mô tả mối liên quan về mức độ căng thẳng trong thực hành lâm sàng của sinh viên cử nhân điều dưỡng giữa các đặc điểm nhân khẩu học được thực hiện phép kiểm định Chi - square để mô tả sự khác biệt ý nghĩa.

Đạo đức nghiên cứu: Nghiên cứu được Hội đồng xét duyệt đạo đức trong nghiên cứu y sinh học thông qua theo công văn số 774/ĐHYD-HĐĐĐ ngày 19 tháng 7 năm 2024 của Trường Đại học Y Dược - Đại học Thái Nguyên.

KẾT QUẢ

Trong 532 sinh viên tham gia nghiên cứu, sinh viên nữ giới chiếm 88,5% trong tổng số sinh viên tham gia nghiên cứu. Độ tuổi của sinh viên dao động từ 20 đến 23 tuổi; Trong đó sinh viên năm 3 là 181 (44%) và năm 4 là 351 (66%); sinh viên học lực khá chiếm tỷ lệ cao nhất là 81%.

Mức độ căng thẳng tâm lý trong thực hành lâm sàng của sinh viên điều dưỡng chính quy

Bảng 1. Phân loại mức độ căng thẳng tâm lý trong thực hành lâm sàng của đối tượng nghiên cứu (n = 532)

Phân loại mức độ căng thẳng tâm lý	Tần số (n = 532)	Tỷ lệ (%)
Mức độ căng thẳng thấp	66	12,4
Mức độ căng thẳng trung bình	343	64,5
Mức độ căng thẳng cao	121	22,7
Mức độ căng thẳng rất cao	2	0,4

Qua kết quả nghiên cứu cho thấy mức độ căng thẳng tâm lý của sinh viên điều dưỡng chính quy ở mức độ trung bình có tỷ lệ cao nhất là 64,5%.

Bảng 2. Điểm trung bình tổng của các khía cạnh căng thẳng tâm lý của sinh viên điều dưỡng (n = 532)

Các yếu tố	Điểm trung bình của mức độ căng thẳng
Sinh viên có năng lực lâm sàng còn hạn chế	13,56 ± 3,85
Môi trường học lâm sàng không phù hợp	23,34 ± 6,64
Sinh viên có kiến thức và kỹ năng chưa đầy đủ	8,96 ± 1,93
Giảng viên có kế hoạch giảng dạy lâm sàng chưa hiệu quả	10,11 ± 3,00
Hành vi của giảng viên chưa phù hợp	12,90 ± 4,18
Mối bận tâm liên quan đặc thù nghề điều dưỡng	8,25 ± 2,97
Mức độ căng thẳng chung trong thực hành lâm sàng của sinh viên điều dưỡng	82,14 ± 17,67

Mức độ căng thẳng tâm lý của sinh viên điều dưỡng chính quy là trung bình (M = 82,14 ± 17,67), trong đó mức độ căng thẳng tâm lý của ĐTNC về môi trường học lâm sàng không phù hợp là 23,34 ± 6,64; Sinh viên có kiến thức và kỹ năng chưa đầy đủ và mối bận tâm liên quan đặc thù nghề điều dưỡng lần lượt là (M = 8,96 ± 1,93 và 8,25 ± 2,97).

Các yếu tố liên quan đến mức độ căng thẳng tâm lý trong thực hành lâm sàng của sinh viên điều dưỡng chính quy

Bảng 3. Yếu tố về giới, năm học, sự đam mê với ngành Điều dưỡng, học lực và nơi ở của đối tượng nghiên cứu liên quan đến mức độ căng thẳng tâm lý trong thực hành lâm sàng (n = 532)

STT	Nội dung		Căng thẳng thấp/trung bình		Căng thẳng cao/rất cao		p
			n	%	n	%	
1	Giới	Nam	53	86,9	8	13,1	p < 0,001
		Nữ	364	77,3	107	22,7	

2	Năm học	Năm 3	129	71,3	52	28,7	p < 0,001
		Năm 4	288	82,1	63	17,9	
3	Sự đam mê với ngành Điều dưỡng	Không	69	73,4	25	26,6	p < 0,001
		Có	348	79,5	90	20,5	
4	Học lực	Giỏi*	34	77,3	10	22,7	p < 0,001[a]
		Khá	346	80,3	85	19,7	
		Trung bình	33	62,3	20	37,7	
		Yếu	4	100	0	0,0	
5	Nơi ở	Cùng bố mẹ*	77	64,9	34	30,6	p < 0,001[a]
		Nhà trọ	330	80,3	81	19,7	
		Người quen/ Họ hàng	10	100,0	0	0,0	

** Nhóm đối chiếu; a: Fisher's exact test*

Có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê về mức độ căng thẳng tâm lý của ĐTNC là nữ (22,7%) cao hơn so với nam (13,1%); của sinh viên điều dưỡng chính quy năm 3 (28,7%) cao hơn so với năm 4 (17,9%); của ĐTNC không có đam mê với ngành Điều dưỡng (26,6%) cao hơn với có sự đam mê với ngành Điều dưỡng (20,5%); sinh viên có học lực trung bình (37,7%) có hơn so với có học lực giỏi, khá và yếu. ĐTNC ở cùng bố mẹ (30,6%) có hơn so với ở nhà trọ (19,7%), nhà người quen (0,0%). Sự khác biệt về tỷ lệ có ý nghĩa thống kê p < 0,001.

Bảng 4. Yếu tố về hỗ trợ tài chính, mức độ chi tiêu, tập thể dục, hoạt động khi rảnh rỗi và môi trường thực hành lâm sàng an toàn của đối tượng nghiên cứu liên quan đến mức độ căng thẳng tâm lý trong thực hành lâm sàng (n = 532)

STT	**Nội dung**		**Căng thẳng thấp/trung bình**		**Căng thẳng cao/rất cao**		**p**
			n	**%**	**n**	**%**	
1	Hỗ trợ tài chính	Gia đình	342	80,5	83	19,5	p < 0,001
		Gia đình và làm thêm	75	70,1	32	29,9	

2	Mức độ chi tiêu	Gần đủ, phải đắn đo khi chi tiêu, sinh hoạt*	148	79,2	55	27,1	p < 0,001
		Cảm thấy đủ	236	81,4	54	18,6	
		Thoải mái	33	84,6	6	15,4	
3	Tập thể dục	Không	148	70,5	62	29,5	p < 0,001
		Tập đều đặn*	19	70,4	8	29,6	
		Tập khi rảnh rỗi	250	84,7	45	15,3	
4	Hoạt động khi rảnh rỗi	Nghe nhạc, xem ti vi, đọc sách*	172	79,6	44	20,4	p < 0,001[a]
		Chơi game	68	04,4	4	5,6	
		Ngủ	177	72,5	67	27,5	
5	Môi trường thực hành lâm sàng an toàn	Không	31	52,5	28	47,5	p < 0,001
		Có	386	81,6	87	18,4	

** Nhóm đối chiếu; a: Fisher's exact test*

Có sự khác biệt có ý nghĩa thống kê về mức độ căng thẳng tâm lý của ĐTNC được hỗ trợ tài chính từ gia đình và làm thêm cao hơn so với hỗ trợ tài chính từ gia đình; của sinh viên điều dưỡng chính quy có mức chi tiêu gần đủ, phải đắn đo trong chi tiêu và sinh hoạt cao hơn so với mức chi tiêu cảm thấy đủ và thoải mái; của ĐTNC không tập thể dục, tập thể dục đều đặn cao hơn với tập thể dục khi rảnh rỗi; sinh viên có hoạt động khi rảnh rỗi là ngủ cao hơn so với nghe nhạc, xem ti vi, đọc sách khi rảnh rỗi và chơi game. Sinh viên điều dưỡng chính quy khi thực hành ở môi trường không an toàn cao hơn so với thực hành ở môi trường an toàn. Sự khác biệt về tỷ lệ có ý nghĩa thống kê p < 0,001.

BÀN LUẬN

Mức độ căng thẳng của sinh viên điều dưỡng chính quy trong thực hành lâm sàng

Căng thẳng tâm lý là một vấn đề phổ biến trong sinh viên đại học, đặc biệt trong nhóm sinh viên Điều dưỡng. Nghiên cứu tại Trường Đại học Y Dược - Đại học Thái Nguyên cho thấy sinh viên Điều dưỡng chính quy có điểm căng thẳng tâm lý trung bình là 82,14 ± 17,67 trong quá trình thực tập lâm sàng - mức độ trung bình, tương đồng với kết quả của Aydın và cộng sự (2024) [6] và Ozsaker và cộng sự (2025) [7] có điểm căng thẳng tâm lý trung bình lần lượt là (85,43 ± 17,52); (82,98 ± 15,58), nhưng cao hơn so với kết quả của Rafati và cộng sự (2020) với điểm căng thẳng tâm lý trung bình là (92,08 ± 16,8) [8]. Sự khác biệt này có thể liên quan đến sự khác nhau về văn hóa học tập, hệ thống chăm sóc sức khỏe, mức độ chuẩn bị của sinh viên trước khi đi lâm sàng, cũng như các chính sách hỗ trợ tinh thần và cố vấn học tập tại mỗi quốc gia.

Khía cạnh gây căng thẳng nhiều nhất là "môi trường học lâm sàng không phù hợp" (23,34 ± 6,64), cho thấy tầm quan trọng của môi trường thực hành đối với sức khỏe tâm lý và hiệu quả học tập. Các yếu tố như thiếu hỗ trợ từ giảng viên, văn hóa tổ chức không thân thiện, và giao tiếp kém với nhân viên y tế đều có thể làm gia tăng căng thẳng [9,10]. Hwang và cộng sự (2021) [10], cũng ghi nhận gánh nặng công việc và thiếu hỗ trợ là nguyên nhân chính gây căng thẳng khi thực hành lâm sàng. WHO (2023) [11], nhấn mạnh vai trò của môi trường học lâm sàng an toàn, hỗ trợ trong đào tạo và bảo vệ sức khỏe tâm thần sinh viên ngành y.

Khía cạnh "năng lực lâm sàng còn hạn chế" (13,56 ± 3,85) và "hành vi chưa phù hợp của giảng viên"

(12,90 ± 4,18) cũng có điểm trung bình cao, phản ánh những thách thức lớn trong đào tạo lâm sàng. Sinh viên thường thiếu tự tin và lo lắng khi thực hành do chưa vững kiến thức và kỹ năng [12]. Rowbotham và cộng sự [13], chỉ ra rằng tư duy phản biện và chất lượng giảng dạy là yếu tố ảnh hưởng mạnh đến năng lực thực hành. Hành vi thiếu thân thiện, phản hồi tiêu cực từ giảng viên có thể làm giảm động lực và khả năng tích hợp lý thuyết vào thực hành.

Khía cạnh "kế hoạch giảng dạy lâm sàng chưa hiệu quả" (10,11 ± 3,00) tiếp tục làm rõ vai trò định hướng học tập từ phía giảng viên. Kế hoạch không rõ ràng, thiếu mục tiêu và tính tương tác sẽ khiến sinh viên hoang mang, thiếu tập trung, từ đó làm gia tăng lo âu và giảm hiệu quả học tập. Rafati và cộng sự (2020) [8] cũng xác định năng lực giảng dạy kém là yếu tố gây căng thẳng hàng đầu cho sinh viên. Thêm đó, "kiến thức - kỹ năng chưa đầy đủ" (8,96 ± 1,93) tuy có điểm trung bình thấp hơn nhưng vẫn đóng vai trò quan trọng. Khía cạnh "Mối bận tâm liên quan đặc thù nghề điều dưỡng" (8,25 ± 2,97), cho thấy sinh viên điều dưỡng có nhiều lo lắng xoay quanh các yếu tố đặc trưng của nghề nghiệp mà họ đang theo đuổi. Những đặc thù này bao gồm: làm việc theo ca, đặc biệt là trực đêm; cường độ lao động cao; tiếp xúc thường xuyên với người bệnh trong trạng thái nguy kịch; yêu cầu tính chính xác và trách nhiệm cao; cũng như nguy cơ phơi nhiễm bệnh truyền nhiễm và bạo lực từ người bệnh hoặc thân nhân. Những đặc điểm trên tạo nên áp lực tâm lý đáng kể, đặc biệt đối với sinh viên khi họ tiếp cận thực hành lâm sàng trong giai đoạn còn thiếu kinh nghiệm. Sự đối mặt với các tình huống thực tế nguy kịch, cùng với cảm nhận về yêu cầu khắt khe trong

nghề điều dưỡng, có thể làm tăng mức độ căng thẳng, lo âu, và thậm chí dẫn đến kiệt sức tinh thần ở một số sinh viên. Theo Galvin và cộng sự (2015) [14], môi trường làm việc khắt khe và đầy áp lực là yếu tố thường trực gây ra căng thẳng tâm lý trong quá trình đào tạo điều dưỡng.

Như vậy, kết quả nghiên cứu nhấn mạnh sự cần thiết phải cải thiện môi trường học lâm sàng, nâng cao năng lực giảng dạy và phát triển kỹ năng lâm sàng cho sinh viên nhằm giảm thiểu căng thẳng tâm lý và tăng cường hiệu quả đào tạo.

Một số yếu tố liên quan đến mức độ căng thẳng tâm lý trong thực hành lâm sàng của sinh viên điều dưỡng chính quy

Nghiên cứu cho thấy tỷ lệ sinh viên nữ chiếm 88,5%, nam chiếm 11,3%, phản ánh sự chênh lệch giới tính rõ rệt, phù hợp với đặc điểm ngành nghề điều dưỡng và các nghiên cứu trước như của Kiều Thị Phương Thảo [15] (nữ 82,7%; nam 17,3%). Mức độ căng thẳng ở nữ (22,7%) cao hơn đáng kể so với nam (13,1%), phù hợp với các nghiên cứu trước [16,17], có thể do khác biệt về xử lý cảm xúc và yếu tố xã hội - sinh học. Tuy nhiên, nghiên cứu của Ozsaker và cộng sự cho thấy nam sinh viên cũng có nguy cơ căng thẳng cao khi đối mặt với môi trường và công việc lâm sàng [7]. Tỷ lệ căng thẳng ở sinh viên năm 3 cao hơn năm 4 (28,7% so với 17,9%), có ý nghĩa thống kê, phản ánh sự bỡ ngỡ ban đầu khi tiếp cận môi trường thực hành. Điều này khác với nghiên cứu cho rằng mức căng thẳng tăng dần đến cuối khóa học. Sinh viên có đam mê nghề có mức căng thẳng thấp hơn (20,5%) so với nhóm không đam mê (26,6%), $p < 0,001$. Đam mê được xem là yếu tố bảo vệ tâm lý, giúp tăng động lực và giảm áp lực.

Tỷ lệ căng thẳng cao nhất ghi nhận ở nhóm có học lực trung bình (37,7%), thấp hơn ở nhóm khá - giỏi. Kết quả phù hợp với nghiên cứu [18, 19], cho thấy học lực yếu có liên quan đến mức stress cao hơn, có thể do thiếu kiến thức, kỹ năng xử lý tình huống và sự tự tin. Sinh viên ở cùng bố mẹ có mức căng thẳng cao hơn (30,6%) so với ở trọ (19,7%) hoặc ở với người thân (0%). Khác biệt này có thể liên quan đến áp lực từ gia đình. Trái lại, một số nghiên cứu ghi nhận sống với gia đình làm giảm căng thẳng [20]. Sinh viên phải làm thêm để trang trải chi phí có tỷ lệ căng thẳng cao hơn (29,9%) so với nhóm được hỗ trợ từ gia đình (19,5%). Nghiên cứu của Hồ Thị Ngọc Ánh (2024) [21], cũng cho thấy sinh viên nhận học bổng có điểm khó khăn tâm lý thấp hơn so với nhóm tự chi trả học phí ($t = 2,79$; $p = 0,01$).

Về hoạt động thể chất, sinh viên không tập thể dục hoặc tập theo lịch cứng nhắc có tỷ lệ căng thẳng cao (29,5% và 29,6%) so với nhóm tập khi rảnh (15,3%), cho thấy vai trò tích cực của thể dục trong kiểm soát stress. Trong hoạt động giải trí, sinh viên ngủ nhiều có mức căng thẳng cao (27,5%) so với nhóm nghe nhạc/xem TV/đọc sách (20,4%) hay chơi game (5,6%), phản ánh xu hướng tránh né hoặc dấu hiệu stress tiềm ẩn. Thời lượng ngủ dài bất thường có thể là biểu hiện của trạng thái lo âu tiềm ẩn hoặc trầm cảm nhẹ - điều cần được tầm soát trong các chương trình chăm sóc sức khỏe tinh thần cho sinh viên ngành y.

Môi trường thực hành có ảnh hưởng mạnh mẽ đến mức độ căng thẳng: sinh viên cho rằng môi trường không an toàn có tỷ lệ căng thẳng cao (47,5%) so với nhóm thấy an toàn (18,4%). Kết quả tương đồng với nghiên cứu của Kiều Thị Phương Thảo [15], khi môi

trường lâm sàng là nguồn stress chính (2,53 ± 0,93). Thiếu thiết bị, người hướng dẫn, thái độ không tích cực từ nhân viên y tế hoặc quy trình không rõ ràng là các yếu tố làm tăng áp lực tâm lý.

KẾT LUẬN

Thực trạng căng thẳng tâm lý của sinh viên điều dưỡng chính quy ở mức độ trung bình có tỷ lệ cao nhất là 64,5%. Điểm trung bình căng thẳng tâm lý của sinh viên điều dưỡng chính quy là (82,14 ± 17,67/160 điểm). Các yếu tố có liên quan đến căng thẳng tâm lý của sinh viên chính quy bao gồm: giới tính, năm học, đam mê nghề, học lực, nơi ở, hỗ trợ tài chính, mức độ chi tiêu, tập luyện thể dục, hoạt động giải trí và môi trường thực hành lâm sàng ($p < 0,05$).

Nhà trường và cơ sở thực hành cần tăng cường hỗ trợ tâm lý, cải thiện môi trường thực hành lâm sàng và tổ chức các hoạt động giúp sinh viên quản lý căng thẳng, nâng cao sức khỏe tinh thần trong quá trình học tập và thực hành.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Graham MM, Lindo J, Bryan VD, Weaver S. Factors associated with stress among second year student nurses during clinical training in Jamaica. *J Journal of professional nursing.* 2016;32:383-391. doi: 10.1016/j.profnurs.2016.01.004
2. Labrague LJ, et al. A cross-country comparative study on stress and quality of life in nursing students. *J Perspectives in psychiatric care.* 2018;54:469-476. DOI: 10.1111/ppc.12248
3. Bhurtun HD, Azimirad M, Saaranen T, Turunen H. Stress and coping among nursing students during clinical training: An integrative review. *J*

Journal of Nursing Education. 2019;58(5):266-272. doi: 10.3928/01484834-20190422-04

4. Quynh AT, Dunne MP, Ngoc HL. Well-being, depression and suicidal ideation among medical students throughout Vietnam. *J Vietnam J Med Pharm.* 2014;6:23-30.
5. Rafati F, Sharif Nia H, Khoshnood Z, Allen KA. Development and psychometric testing of nursing students' perceptions of clinical stressors scale: an instrument design study. *J BMC psychiatry.* 2021;21:1-10. doi: 10.1186/s12888-020-02964-8
6. Aydın, M., Şahin, C. U., Aksu, E. F. & Görgöz, M. The Relationship Between Nursing Students' Professional Competencies Related to Clinical Practices and Clinical Stressor Perceptions. J Ordu Üniversitesi Hemşirelik Çalışmaları Dergisi. 2024;7(3):797-806. DOI: 10.38108/ouhcd.1310219
7. Ozsaker E, Aykut Z, Doruker NC, Koze BS, Gecit S. The relationship between the academic self-efficacy and perceived stressors among nursing students in clinical settings: a cross-sectional study. *BMC Nurs.* 2025;24(1):216. doi: 10.1186/s12912-025-02836-0
8. Rafati F, Rafati S, Khoshnood Z. Perceived stress among Iranian nursing students in a clinical learning environment: a cross-sectional study. *Adv Med Educ Pract.* 2020 Jul 6;11:485-491. doi: 10.2147/AMEP.S259557
9. Al-Zayyat AS, Al-Gamal E. Perceived stress and coping strategies among J ordanian nursing students during clinical practice in psychiatric/mental health courses. *International journal of*

mental health nursing. 2014;23(4):326-335. DOI: 10.1111/inm.12054
10. Hwang, E., Kim, M. & Shin, S. Initial clinical practicum stress among nursing students: A cross-sectional study on coping styles. *International journal of environmental research public health.* 2021;18(9):4932. doi: 10.3390/ijerph18094932
11. World Health Organization. *Framework for action on health workforce education and training.* (WHO Press., 2023).
12. Admi H, Moshe-Eilon Y, Sharon D, Mann M. Nursing students' stress and satisfaction in clinical practice along different stages: A cross-sectional study. *Nurse Educ Today.* 2018;68:86–92. doi:10.1016/j.nedt.2018.05.027.
13. Rowbotham M, Owen RM. The effect of clinical nursing instructors on student self-efficacy. *Nurse educ Pract.* 2015;15:561-566. doi: 10.1016/j.nepr.2015.09.008
14. Galvin J, Suominen E, Morgan C, O'Connell EJ, Smith AP. Mental health nursing students' experiences of stress during training: a thematic analysis of qualitative interviews. J*ournal of psychiatric mental health nursing.* 2015;22:773-783. doi: 10.1111/jpm.12273
15. Kiều Thị Phương Thảo và cs. Mức độ căng thẳng và ứng phó của sinh viên điều dưỡng Đại học Nguyễn Tất Thành khi thực hành lâm sàng tại Thành phố Hồ Chí Minh. *Tạp chí Y học Cộng đồng.* 2024;65.
16. Alsaleem MA, et al. Prevalence and correlates of universitystudents'perceivedstressinsouthwestern

Saudi Arabia. *Medicine.* 2012;100(38):e27295. doi: 10.1097/MD.0000000000027295

17. Saeed AA, Bahnassy AA, Al-Hamdan NA, Almudhaibery FS, Alyahya AZ. Perceived stress and associated factors among medical students. *Journal of Family Community Medicine.* 2016;23(3):166-171. doi: 10.4103/2230-8229.189132
18. 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.
19. Woods Y. Comparison of the stress levels and GPA of African American college students at historically black and predominantly white institutions. *East Tennessee State University.* 2005.
20. Doyle K, et al. Happy to help/happy to be here: Identifying components of successful clinical placements for undergraduate nursing students. *Nurse education today.* 2017;49:27-32.
21. Hồ Thị Ngọc Ánh, et al. Các vấn đề khó khăn tâm lý trong học tập và các yếu tố liên quan ở sinh viên điều dưỡng trường Đại Học Y Dược Cần Thơ năm 2023. *Tạp chí Y Dược học Cần Thơ*. 2024;70:148-154. DOI: 10.58490/ctump.2024i70.213.