

TRẦM CẢM THEO THANG ĐO DASS-21 Ở SINH VIÊN KHỐI NGÀNH KHOA HỌC SỨC KHỎE TRƯỜNG ĐẠI HỌC TRÀ VINH SAU ĐẠI DỊCH COVID-19

Lê Mỹ Ngọc^{1*}, Huỳnh Thị Xuân Linh², Nguyễn Thị Nhật Tảo³

*DEPRESSION ACCORDING TO THE DASS-21 SCALE
IN STUDENTS OF HEALTH SCIENCES OF TRA VINH UNIVERSITY
AFTER COVID-19 PANDEMIC*

Le My Ngoc^{1*}, Huynh Thi Xuan Linh², Nguyen Thi Nhat Tao³

Tóm tắt – Bài báo mô tả thực trạng rối loạn trầm cảm của sinh viên khối ngành Khoa học sức khỏe Trường Đại học Trà Vinh sau đại dịch COVID-19 và các yếu tố liên quan. Nghiên cứu sử dụng thang đo DASS-21 để đánh giá mức độ trầm cảm trên 1.046 sinh viên. Kết quả nghiên cứu cho thấy tỉ lệ trầm cảm ở sinh viên khối ngành Khoa học sức khỏe chiếm 44,4%, trong đó mức độ nhẹ, vừa, nặng và rất nặng chiếm lần lượt là 20,1%, 14,6%, 5,1% và 4,6%. Trầm cảm có mối liên quan với đặc điểm cá nhân (tuổi, người sống chung, thói quen sử dụng rượu, bia, thuốc lá và các chất gây nghiện), phương diện học tập (khó khăn học online), phương diện xã hội (tham gia câu lạc bộ, hoạt động ngoại khóa/xã hội, rắc rối trong quan hệ bạn bè/tình cảm, rắc rối trong quan hệ gia đình và tình trạng hôn nhân/mối quan hệ tình cảm) và phương diện COVID-19 (nạn nhân COVID-19, lo lắng khi các hoạt động bị ngưng). Nghiên cứu đưa ra kiến nghị nhà trường cần phối hợp với gia đình để có các giải pháp thiết thực và kịp thời giúp sinh viên có sức khỏe tâm thần khỏe mạnh, từ đó sinh viên có thể đạt thành tích cao trong học tập tại Trường Đại học Trà Vinh.

Từ khóa: COVID-19, khối ngành Khoa học sức khỏe, sinh viên Trường Đại học Trà Vinh, thang đo DASS-21, trầm cảm.

Abstract – The article describes the current state of depressive disorder among health science students of Tra Vinh University after the COVID-19 pandemic and related factors. The study used the DASS-21 scale to assess the level of depression among 1,046 students. The research results indicate that the rate of depression among health science students accounted for 44.4%, with mild, moderate, severe, and very severe accounting for 20.1%, 14.6%, 5.1%, and 4.6%, respectively. Depression is associated with individual characteristics (age, cohabitants, habits of alcohol, tobacco, and addictive substances), learning aspects (difficulty in online learning), social aspects (club participation, extracurricular/social activities, friendship/emotional problems, family relationship problems and marital/relationship status) and the COVID-19-related aspects (being a COVID-19 victim, anxiety amidst suspended activities). The study suggests that the school needs to coordinate with the family to have practical and timely solutions to help students have healthy mental health, thereby achieving high academic achievement at Tra Vinh University.

Keywords: COVID-19, DASS-21 scale, depression, health sciences, Tra Vinh University students.

^{1,2,3}Trường Đại học Trà Vinh, Việt Nam
Ngày nhận bài: 15/8/2023; Ngày nhận bài chỉnh sửa: 21/9/2023; Ngày chấp nhận đăng: 16/10/2023

*Tác giả liên hệ: lmngocytcc@tvu.edu.vn

^{1,2,3}Tra Vinh University, Vietnam

Received date: 15th August 2023; Revised date: 21st September 2023; Accepted date: 16th October 2023

*Corresponding author: lmngocytcc@tvu.edu.vn

I. MỞ ĐẦU

Trầm cảm là một trong những rối loạn tâm thần phổ biến, được cộng đồng quan tâm, đặc biệt là sau khi đại dịch COVID-19 bùng phát trên toàn thế giới. Trước đây, người mắc trầm cảm đa số trong độ tuổi 60 – 65 tuổi. Hiện nay, trầm cảm đang có xu hướng trẻ hóa với độ tuổi 15 – 27 tuổi. Một công bố của Tổ chức Y tế Thế giới (WHO) vào ngày 02/3/2022 cho thấy, trong năm đầu tiên của đại dịch COVID-19, tỉ lệ lo âu và trầm cảm trên toàn cầu đã tăng lên 25% [1]. Trong bối cảnh chung của thế giới, tỉ lệ thanh thiếu niên Việt Nam mắc rối loạn tâm thần cũng có xu hướng gia tăng. Nghiên cứu của Quỹ Nhi đồng Liên Hợp quốc (2018) ước tính tại Việt Nam có ít nhất 3 triệu thanh thiếu niên có các vấn đề về sức khỏe tâm thần [2]. Đối với sinh viên Việt Nam, tỉ lệ tự báo cáo về các tình trạng trầm cảm, lo âu khoảng 15,0 – 55,0% [3].

Đại dịch COVID-19 bùng phát đã ảnh hưởng đến giáo dục trên toàn cầu. Ngoài những tác động chung về đời sống xã hội, sinh viên chịu ảnh hưởng do thời gian nghỉ dịch kéo dài, phải học tập trực tuyến. Vì vậy, sinh viên đại học, đặc biệt sinh viên khối ngành Khoa học sức khỏe trở thành một trong những nhóm đối tượng đối mặt với nguy cơ cao mắc trầm cảm. Kết quả khảo sát đối với sinh viên Y khoa tại Trường Đại học Namibia cho thấy tỉ lệ trầm cảm, lo lắng và kiệt sức lần lượt là 43,6%, 30,6% và 36,2% [4]. Theo kết quả khảo sát 532 người từ Khoa Y của Trường Đại học Indonesia, 22,2% có triệu chứng trầm cảm và 48,1% có biểu hiện lo âu, bao gồm 3,0% và 8,1% tương ứng là trầm cảm và lo âu cực kỳ nghiêm trọng [5]. Nghiên cứu mô tả cắt ngang trên 877 sinh viên khối ngành Khoa học sức khỏe tại một số trường đại học ở Thừa Thiên Huế, thành phố Đà Nẵng, thành phố Hồ Chí Minh bằng khảo sát trực tuyến trên cỡ mẫu thuận tiện cho kết quả 12,7% sinh viên có dấu hiệu trầm cảm trong đại dịch COVID-19 [6]. Các nghiên cứu về sức khỏe tâm thần của sinh viên từ sau đại dịch COVID-19 tại Trường Đại học Trà Vinh còn hạn chế. Vì vậy, nghiên cứu này được thực hiện nhằm tìm hiểu những yếu tố ảnh hưởng đến rối loạn trầm cảm của sinh viên khối ngành Khoa học sức khỏe tại Trường Đại học Trà Vinh. Thông qua kết quả nghiên cứu, một số giải pháp được đề xuất góp

phần giúp sinh viên có sức khỏe tâm thần khỏe mạnh, từ đó đạt được thành tích cao trong học tập.

II. TỔNG QUAN NGHIÊN CỨU

Kết quả phân tích 201 nghiên cứu công bố từ ngày 01/01/2020 đến ngày 01/4/2022 về mức độ phổ biến của các vấn đề tâm thần ở sinh viên Y khoa cho thấy, tỉ lệ trầm cảm (41%), lo âu (38%), căng thẳng (34%), rối loạn giấc ngủ (52%), căng thẳng tâm lí (58%), ý định tự tử (15%) và kiệt sức (38%) là cao. Các yếu tố ảnh hưởng chủ yếu đến nữ sinh viên đang học các môn cơ sở hoặc tiền lâm sàng, tiếp xúc với COVID-19, căng thẳng trong học tập, tiền sử rối loạn tâm thần hoặc thể chất, khó khăn kinh tế, sợ suy giảm khả năng học tập, khó khăn khi học trực tuyến, sợ lây nhiễm, cô đơn, ít hoạt động thể chất, hỗ trợ xã hội thấp, có vấn đề trong sử dụng Internet hoặc điện thoại thông minh và tuổi trẻ [7].

Sinh viên tại Khoa Y của Trường Đại học Indonesia được chọn ngẫu nhiên để tham gia vào một nghiên cứu cắt ngang. Nghiên cứu thực hiện dựa vào bộ câu hỏi nghiên cứu bao gồm các đặc điểm nhân khẩu học xã hội, thang đo DASS để đo lường các triệu chứng trầm cảm và lo lắng, thang đo COPE ngắn gọn để đo lường chiến lược đối phó và thang đo của Connor-Davidson (CD-RISC) để đo lường khả năng phục hồi. Trong số 532 sinh viên tham gia nghiên cứu, 22,2% có triệu chứng trầm cảm và 48,1% có biểu hiện lo âu, bao gồm 3,0% và 8,1% tương ứng là trầm cảm và lo âu cực kỳ nghiêm trọng. Sinh viên không sống cùng gia đình có điểm trầm cảm cao hơn; sinh viên nữ và những sinh viên trong năm tiền lâm sàng thứ nhất và năm lâm sàng thứ nhất có điểm lo âu cao hơn. Các chiến lược đối phó rối loạn chức năng và khả năng phục hồi thấp hơn là những yếu tố dự đoán các triệu chứng trầm cảm và lo âu cao hơn [5].

Một nghiên cứu cắt ngang theo chiều dọc đã khảo sát nguy cơ trầm cảm và ý định tự tử ở sinh viên Y khoa Mexico trong đợt bùng phát COVID-19. Mẫu khảo sát gồm 247 sinh viên Y khoa, tỉ lệ trầm cảm tăng từ 19,84% trong tháng 4/2022 lên 40,08% trong tháng 12/2022. Ở nữ từ 23,67% đến 42,60% ($\chi_2 = 0,000$) và ở nam từ 11,54% đến 34,62% ($\chi_2 = 0,001$). Vào tháng

4/2022, 16,92% sinh viên khỏe mạnh có dấu hiệu trầm cảm, đến tháng 12/2022, tỉ lệ này tăng lên 40,80% ($\chi_2 = 0,000$). Đối với sinh viên Y khoa, tỉ lệ mắc bệnh trong tháng 4/2022 là 32,61% và tháng 12/2022 là 36,96% ($\chi_2 = 0,662$) [8].

Nghiên cứu cắt ngang được tiến hành trên một mẫu ngẫu nhiên gồm 775 sinh viên đang theo học các ngành Y Đa khoa, Sư phạm, Ngoại ngữ và Kinh tế tại Trường Đại học Tây Nguyên. Các sinh viên được đánh giá rối loạn trầm cảm và các yếu tố liên quan thông qua bộ câu hỏi tự điền DASS-21. Tỉ lệ rối loạn trầm cảm ở sinh viên là 48,4% (khoảng tin cậy (KTC) 95%: 44,9% – 51,9%). Trong đó, 39,9% có các rối loạn trầm cảm ở mức nhẹ hoặc vừa và 8,5% ở mức độ nặng hoặc rất nặng. Những yếu tố liên quan đến rối loạn trầm cảm là người dân tộc thiểu số, tính cách hướng nội, ít tham gia các hội đoàn, câu lạc bộ, áp lực học tập, điểm trung bình tích lũy < 2,5, định hướng nghề nghiệp sau khi tốt nghiệp không rõ ràng [9].

Nghiên cứu cắt ngang được thực hiện trên 816 sinh viên Y khoa từ năm thứ 3 đến năm thứ 6 của Trường Đại học Y Dược Cần Thơ. Kết quả cho thấy điểm số trung bình chung cho trầm cảm là $6,83 \pm 7,52$; lo âu là $6,29 \pm 6,25$ và cho căng thẳng là $10 \pm 8,27$. Tần suất mắc trầm cảm, lo âu và căng thẳng của sinh viên trong đại dịch COVID-19 theo DASS-21 lần lượt là 30,3%, 46,2% và 26,3%. Các rối loạn này đa số gặp ở mức độ nhẹ và vừa. Kết quả cho thấy có mối liên quan có ý nghĩa thống kê giữa tỉ lệ mắc trầm cảm, lo âu và căng thẳng với giới tính, khóa học. Điều ngạc nhiên là nhóm sinh viên không tham gia chống dịch tại các địa phương có tỉ lệ bị trầm cảm nhiều hơn nhóm sinh viên có tham gia chống dịch [10].

Nghiên cứu sử dụng thiết kế mô tả cắt ngang trên 1.325 sinh viên Trường Đại học Y Hà Nội, công cụ để đánh giá trầm cảm là thang đo DASS-21. Các thông tin khác được thu thập bằng bộ câu hỏi tự soạn. Kết quả cho thấy có 57,1% sinh viên có nguy cơ mắc trầm cảm. Trong đó, trầm cảm mức độ nhẹ là 16,5%, trầm cảm mức độ vừa là 25,1%, trầm cảm mức độ nặng là 7,1% và rất nặng là 8,4%. Các yếu tố liên quan đến nguy cơ trầm cảm ở sinh viên là khó khăn với tài chính, khó khăn với học trực tuyến và COVID-19 (lo lắng vì dịch bệnh đang lây lan rộng, lo lắng rằng mình có khả năng mắc bệnh, sợ hãi về nhà vì

có khả năng lây nhiễm bệnh cho gia đình). Sinh viên tích cực rèn luyện, nâng cao sức khỏe, có thời gian biểu khoa học. Nhà trường quan tâm, hỗ trợ sinh viên khó khăn về tài chính, tư vấn học tập [11].

Đa số kết quả nghiên cứu cho thấy, sinh viên tất cả các khối ngành đều chịu sự tác động của dịch COVID-19 đến đời sống và quá trình học tập, đặc biệt là sức khỏe tâm thần. Sinh viên khối ngành Khoa học sức khỏe với đặc thù là học tập trong một môi trường nghiêm ngặt, ngoài học lí thuyết trên giảng đường còn phải thực hành lâm sàng hay trực tại bệnh viện. Do vậy, khi đại dịch COVID-19 xuất hiện, những áp lực về học tập và thực hành càng là một gánh nặng về sức khỏe của sinh viên, gây ảnh hưởng xấu đến tâm lí. Nghiên cứu này được thực hiện trên cơ sở kế thừa, đúc kết từ các nghiên cứu trước về lí thuyết và thang đo DASS-21, vận dụng khảo sát và thu thập dữ liệu từ đối tượng là sinh viên khối ngành Khoa học sức khỏe tại Trường Đại học Trà Vinh.

III. PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

A. Địa điểm, đối tượng và thời gian nghiên cứu

Nghiên cứu được thực hiện tại Trường Đại học Trà Vinh từ tháng 10/2022 đến tháng 10/2023. Đối tượng là sinh viên khối ngành Khoa học sức khỏe tại Trường Đại học Trà Vinh. Tiêu chuẩn lựa chọn là sinh viên đồng ý tham gia nghiên cứu. Tiêu chuẩn loại trừ là sinh viên bảo lưu kết quả học tập hoặc bị đình chỉ học tập.

B. Phương pháp phân tích số liệu

Cỡ mẫu

Nghiên cứu cắt ngang với cỡ mẫu được tính theo công thức ước lượng một tỉ lệ, $p = 0,571\%$ [11]. Do vậy, số lượng mẫu tối thiểu cần được khảo sát là 1.046 sinh viên.

Phương pháp chọn mẫu

Mẫu được chọn ngẫu nhiên phân tầng theo tỉ lệ 10 ngành đang được đào tạo tại Trường Đại học Trà Vinh, gồm: Y khoa, Răng Hàm Mặt, Y học dự phòng, Dược học, Xét nghiệm y khoa, Điều dưỡng, Y tế công cộng, Phục hồi chức năng, Kỹ thuật hình ảnh, Dinh dưỡng. Sau đó, mỗi ngành được phân tầng theo tỉ lệ sinh viên của mỗi lớp. Trong mỗi lớp, chúng tôi chọn mẫu thuận tiện cho đến khi đủ số lượng 1.046 mẫu.

Công cụ thu thập số liệu

Bộ câu hỏi gồm các biến số thuộc đặc điểm cá nhân, học tập, xã hội, COVID-19 của đối tượng nghiên cứu và đánh giá mức độ trầm cảm dựa vào thang đo DASS-21, gồm 21 mệnh đề nhằm đo ba nội dung độc lập: trầm cảm (7 mệnh đề), lo âu (7 mệnh đề) và căng thẳng (7 mệnh đề). Hệ số Cronbach's Alpha của DASS-21 trong nghiên cứu thích nghi ở Việt Nam là 0,76 – 0,91 [12]. Thang đo được xây dựng theo Likert-4 và được đánh giá điểm từ 0 đến 3, với kết quả định tính được chuyển sang định lượng tương ứng như sau: 0 = điều này hoàn toàn không xảy ra với tôi; 1 = thỉnh thoảng hoặc một phần nào xảy ra với tôi; 2 = thường hoặc nhiều lần xảy ra với tôi; 3 = rất thường xảy ra, hoặc hầu hết lúc nào cũng xảy ra với tôi. Phần DASS Stress gồm các tiểu mục 1, 6, 8, 11, 12, 14, 18; phần DASS lo âu gồm các tiểu mục 2, 4, 7, 9, 15, 19, 20; phần DASS trầm cảm gồm các tiểu mục 3, 5, 10, 13, 16, 17, 21. Điểm của từng tiểu thang đo sẽ được tính bằng cách lấy tổng điểm 7 mệnh đề nhân đôi và nằm trong khoảng từ 0 đến 42.

Bảng 1: Mức độ trầm cảm, lo âu, căng thẳng theo thang điểm DASS-21 [12]

Mức độ	Trầm cảm	Lo âu	Stress
Bình thường	0 – 9	0 – 7	0 – 14
Nhẹ	10 – 13	8 – 9	15 – 18
Vừa	14 – 20	10 – 14	19 – 25
Nặng	21 – 27	15 – 19	26 – 33
Rất nặng	≥ 28	≥ 20	≥ 34

Kĩ thuật thu thập số liệu

Bộ câu hỏi được thiết kế tự điền bằng hình thức Google form, chuyển đến sinh viên qua e-mail và các nền tảng mạng xã hội như Facebook và Zalo. Sau khi nhận được tổng cộng 1.792 phản hồi, nghiên cứu đã lựa chọn ngẫu nhiên theo số lượng mẫu của mỗi ngành cho đến khi đủ 1.046 mẫu.

Phương pháp phân tích thống kê

Dữ liệu được phân tích bằng phần mềm thống kê Stata 14.0. Thống kê mô tả gồm các đặc điểm về phương diện dân số xã hội, học tập, COVID-19 và mức độ trầm cảm của sinh viên bằng tần số và tỉ lệ. Thống kê phân tích gồm ước tính các yếu tố liên quan đến tình trạng trầm cảm của sinh viên với các đặc điểm về phương diện dân số xã hội, học tập và COVID-19 dưới dạng tỉ số chênh

(OR). Kiểm định chi bình phương (λ_2) và kiểm định Fisher được sử dụng để kiểm định sự khác biệt với mức ý nghĩa $p < 0,05$.

Đạo đức nghiên cứu

Nghiên cứu đã được sự đồng ý theo quy trình rút gọn của Hội đồng Đạo đức trong nghiên cứu y sinh học Trường Đại học Trà Vinh. Đối tượng nghiên cứu được cung cấp đầy đủ thông tin về mục đích, nội dung của nghiên cứu, tự nguyện tham gia nghiên cứu. Thông tin của đối tượng tham gia nghiên cứu hoàn toàn được giữ bí mật.

IV. KẾT QUẢ VÀ THẢO LUẬN

A. Đặc điểm cá nhân của đối tượng nghiên cứu

Bảng 2: Đặc điểm cá nhân của đối tượng nghiên cứu

Đặc điểm cá nhân	Tần số (n)	Tỉ lệ (%)	
Giới tính	Nam	417	39,9
	Nữ	629	60,1
Tuổi	18 – 25	933	89,2
	Trên 25	113	10,8
Người sống chung	Một mình	372	35,6
	Bạn bè	300	28,7
	Gia đình	374	35,7
Sử dụng mạng xã hội	Có	991	94,7
	Không	55	5,3
Tổng	1.046	100	

Kết quả Bảng 2 cho thấy, số lượng sinh viên nữ (60,1%) cao hơn sinh viên nam (39,9%), phần lớn sinh viên trong độ tuổi 18 – 25 (chiếm 89,2%). Kết quả này tương đồng với nghiên cứu của Phan Nguyệt Hà và cộng sự [11] (69,1%), Lê Thị Phương Đài và cộng sự [13] (60,8%). Sinh viên sống một mình, sống cùng bạn bè và gia đình có tỉ lệ khá đều nhau. Đa số sinh viên tham gia nghiên cứu có thói quen sử dụng mạng xã hội (chiếm 94,7%). Ngày nay, các nền tảng mạng xã hội phổ biến rộng rãi trong giới trẻ, sinh viên sử dụng mạng xã hội với nhu cầu đa dạng.

B. Đặc điểm về phương diện học tập

Kết quả Bảng 3 cho thấy, Y khoa, Dược, Điều dưỡng, Răng Hàm Mặt là các ngành có tỉ lệ sinh viên tham gia nghiên cứu cao, lí do số lượng sinh viên đang theo học các ngành này nhiều hơn các ngành còn lại. Chiếm tỉ lệ cao nhất là sinh viên năm thứ 3 và thấp nhất là sinh viên năm thứ 5, phần lớn sinh viên có học lực xếp loại khá

Bảng 3: Đặc điểm về phương diện học tập của đối tượng nghiên cứu

Phương diện học tập		Tần số (n)	Tỉ lệ (%)
Ngành học	Y khoa	444	42,5
	Răng hàm mặt	105	10,0
	Y học dự phòng	58	5,5
	Dược học	174	16,6
	Điều dưỡng	117	11,2
	Xét nghiệm y học	73	7,0
	Phục hồi chức năng	48	4,6
	Kỹ thuật hình ảnh	20	1,9
	Y tế công cộng	6	0,6
	Dinh dưỡng	1	0,1
Năm học	Năm 1	221	21,1
	Năm 2	205	19,6
	Năm 3	281	26,9
	Năm 4	123	11,8
	Năm 5	92	8,8
	Năm cuối	124	11,8
Học lực	Xuất sắc	9	0,9
	Giỏi	160	15,3
	Khá	726	69,4
	Trung bình	139	13,3
	Yếu/kém	12	1,1
Thi lại	Có	196	18,7
	Không	850	81,3
Khó khăn của việc học online	Có	551	52,7
	Không	495	47,3
Tổng		1.046	100

(chiếm 69,4%), tỉ lệ sinh viên đang có học lực xuất sắc và yếu/kém tương đương lần lượt là 0,9% và 1,1%. Đặc thù của khối ngành Khoa học sức khỏe là có khối lượng kiến thức lớn, đồng thời phải đảm bảo kỹ năng lâm sàng nên sinh viên trải qua các kỳ thi với tần suất cao. Vì thế, tỉ lệ thi lại 18,7% là tương đối phù hợp. Khi được khảo sát về khó khăn khi học online, có 52,7% sinh viên cho rằng bản thân thấy khó khăn nhưng có 47,3% còn lại không khó khăn. Có thể lí giải rằng do dịch COVID-19 bùng phát trong thời gian dài, đa số sinh viên tham gia nghiên cứu ở độ tuổi trẻ nên việc học tập online thông qua các thiết bị điện tử không phải quá khó khăn.

C. Đặc điểm về phương diện xã hội

Kết quả Bảng 4 cho thấy sinh viên tham gia câu lạc bộ, hoạt động ngoại khóa/xã hội chiếm tỉ lệ cao (72,9%). Đây là một điểm mạnh của Trường Đại học Trà Vinh. Sinh viên theo học tại Trường sẽ có cơ hội trau dồi kiến thức chuyên môn, kỹ năng mềm thông qua hoạt động của câu lạc bộ, đoàn, hội tổ chức. Tỉ lệ sinh viên đang đối mặt với rắc rối trong mối quan hệ bạn bè/tình

Bảng 4: Đặc điểm về phương diện xã hội của đối tượng nghiên cứu

Phương diện xã hội		Tần số (n)	Tỉ lệ (%)
Tham gia câu lạc bộ, hoạt động ngoại khóa/xã hội	Có	763	72,9
	Không	283	27,1
Rắc rối trong mối quan hệ bạn bè/tình cảm	Có	319	30,5
	Không	727	69,5
Rắc rối trong mối quan hệ gia đình	Có	112	10,7
	Không	934	89,3
Tổng		1.046	100

cảm chiếm 30,5%, cao hơn tỉ lệ sinh viên đang đối mặt với rắc rối trong mối quan hệ gia đình là 10,7%. Những rắc rối này là một yếu tố tác động làm tăng nguy cơ mắc rối loạn trầm cảm.

D. Đặc điểm về phương diện COVID-19

Bảng 5: Đặc điểm về phương diện COVID-19 của đối tượng nghiên cứu

Phương diện COVID-19		Tần số (n)	Tỉ lệ (%)
Nạn nhân COVID-19	F0	446	42,6
	F1	207	19,8
	F2	55	5,3
	Không có	338	32,3
Lo lắng gián đoạn học tập	Có	926	88,5
	Không	120	11,5
Lo lắng gián cách xã hội	Có	898	85,9
	Không	148	14,1
Tổng		1.046	100

Bảng 5 cho thấy số lượng sinh viên từng là F0 chiếm tỉ lệ khá cao (42,6%), nhưng sinh viên chưa từng nhiễm bệnh/tiếp xúc với người nhiễm bệnh cũng có tỉ lệ khá cao là 32,3%. Tuy nghiên cứu được thực hiện sau khi sinh viên trở lại trường nhưng kết quả cho thấy phần lớn sinh viên tham gia khảo sát có tâm lí lo lắng. Các lo lắng liên quan đến dịch COVID-19. Trong bốn đợt bùng phát của dịch COVID-19, hầu hết các hoạt động của đời sống xã hội đều bị ảnh hưởng, số ca nhiễm bệnh và tử vong tăng vọt mỗi ngày. Việc học tập lí thuyết được chuyển qua hình thức online, thực tập bị gián đoạn tạm thời. Vì thế, sinh viên xuất hiện tâm lí lo lắng là khó tránh khỏi và tâm lí là một trong những yếu tố quan trọng liên quan đến những rối loạn tâm thần, đặc biệt là rối loạn trầm cảm.

Bảng 6: Tỷ lệ trầm cảm của sinh viên khối ngành Khoa học sức khỏe

Đặc điểm		Số lượng (n)	Tỷ lệ (%)
Không	Bình thường	582	55,6
Có	Nhẹ	210	20,1
	Vừa	153	14,6
	Nặng	53	5,1
	Rất nặng	48	4,6
			44,4

E. Tỷ lệ trầm cảm của sinh viên khối ngành Khoa học sức khỏe

Kết quả Bảng 6 cho thấy tỷ lệ trầm cảm chung trong sinh viên chiếm 44,4%. Trong đó, tỷ lệ trầm cảm mức độ nhẹ, vừa, nặng và rất nặng lần lượt là 20,1%, 14,6%, 5,1% và 4,6%. Kết quả nghiên cứu này thấp hơn nghiên cứu của Phan Nguyệt Hà và cộng sự (57,1%) [11], Phan Việt Hưng và cộng sự (69,7%) [10]. Mặc dù tất cả nghiên cứu sử dụng cùng thang đo là DASS-21, nhưng tỷ lệ trầm cảm trong nghiên cứu này thấp hơn do đối tượng tham gia nghiên cứu khác nhau. Phan Việt Hưng và cộng sự [10] thực hiện ở đối tượng là sinh viên ngành Y khoa. Đây là ngành chịu áp lực học tập tương đối cao hơn các ngành khác trong cùng khối ngành Khoa học sức khỏe. Ngành Y khoa có thời gian học tập lâu hơn và khối lượng kiến thức lý thuyết cũng như thực hành lâm sàng cũng nhiều hơn. Ngoài ra, nguyên nhân của sự khác biệt có thể do thời gian nghiên cứu khác nhau, Phan Việt Hưng và cộng sự [10], Phan Nguyệt Hà và cộng sự [11] tiến hành khảo sát trong lúc dịch COVID-19 bùng phát, thực hiện giãn cách xã hội. Vì vậy, sinh viên chủ yếu học online, mối quan hệ xã hội bị thu hẹp. Các yếu tố này có thể ảnh hưởng tới sức khỏe tâm thần nói chung và trầm cảm nói riêng. Nghiên cứu được thực hiện sau dịch COVID-19, các hoạt động đã trở lại bình thường, sinh viên được học tập tại trường, gặp gỡ bạn bè và gia đình. Do vậy, tỷ lệ trầm cảm ở đối tượng nghiên cứu thấp hơn.

F. Một số yếu tố liên quan đến nguy cơ trầm cảm của sinh viên khối ngành Khoa học sức khỏe

Mối liên quan giữa trầm cảm và yếu tố thuộc phương diện cá nhân

Theo Bảng 7, độ tuổi có mối quan hệ chặt chẽ với trầm cảm. Sinh viên trong độ tuổi trên 25 có nguy cơ mắc trầm cảm bằng 0,52 lần nhóm sinh

viên 18 – 25 tuổi, sự khác biệt này có ý nghĩa thống kê với $p < 0,05$. Nguyên nhân của sự khác biệt trên có thể do nhóm sinh viên độ tuổi trên 25 tích lũy kinh nghiệm sống nhiều hơn, có kỹ năng vượt qua khó khăn và tâm lý vững vàng đối với những thách thức trong học tập cũng như đời sống xã hội. Nghiên cứu cũng tìm thấy mối quan hệ giữa người sống cùng sinh viên với trầm cảm, nhóm sinh viên sống cùng gia đình có nguy cơ mắc trầm cảm bằng 0,73 lần nhóm sinh viên sống một mình, sự khác biệt này có ý nghĩa thống kê với $p < 0,05$, kết quả này tương tự nghiên cứu của Nguyễn Văn Liệp và cộng sự [14]. Điều này có thể được lý giải từ vai trò của gia đình đối với đời sống vật chất lẫn tinh thần của mỗi người, gia đình là nơi nuôi dưỡng tâm hồn, nơi mà những niềm vui và nỗi buồn của các thành viên được chia sẻ. Khi sinh viên sống cùng với gia đình sẽ được chăm sóc và hỗ trợ từ các thành viên trong gia đình. Do đó, sinh viên sẽ có cách giải quyết vấn đề và hình thành nền tảng tâm lý tốt hơn. Ngược lại, nhóm sinh viên sống một mình phải tập làm quen với cuộc sống xa nhà, tự chăm sóc bản thân và học cách tự giải quyết vấn đề, quan trọng hơn là sinh viên trong nhóm này đối mặt với áp lực học tập nhưng cơ hội chia sẻ và nhận hỗ trợ từ gia đình có phần hạn chế hơn.

Mối liên quan giữa trầm cảm và yếu tố thuộc phương diện học tập

Bảng 7 cho thấy, sinh viên xếp loại học lực yếu/kém có nguy cơ mắc trầm cảm cao hơn 6,25 lần so với sinh viên có học lực xuất sắc, còn sinh viên xếp loại khá, trung bình nguy cơ mắc trầm cảm là 0,95 lần so với sinh viên xếp loại xuất sắc, sự khác biệt này không có ý nghĩa thống kê. Kết quả còn cho thấy sinh viên không thi lại có nguy cơ mắc trầm cảm bằng 0,74 lần sinh viên có thi lại, sự khác biệt này không có ý nghĩa thống kê với $p > 0,05$ và có sự khác biệt với nghiên cứu của Phan Nguyệt Hà và cộng sự [11]. Nguyên nhân có sự khác biệt giữa các nghiên cứu có thể do đặc điểm sinh viên ở hai vùng miền có sự khác nhau về tư duy, lối sống và nội tâm bị ảnh hưởng bởi văn hóa vùng miền. Nghiên cứu tìm thấy sự khác biệt có ý nghĩa thống kê giữa nguy cơ mắc trầm cảm với khó khăn khi học online với $p < 0,05$. Sinh viên cho rằng bản thân không thấy khó khăn khi học online có nguy cơ mắc

Bảng 7: Các yếu tố liên quan đến nguy cơ trầm cảm của sinh viên khối ngành Khoa học sức khỏe

Yếu tố liên quan		Trầm cảm		Không trầm cảm		OR (CI 95%)	P (p < 0,05)
		n	%	n	%		
Phương diện cá nhân							
Tuổi	18 – 25	427	45,8	506	54,2	0,58 (0,38 – 0,87)	0,01*
	Trên 25	37	32,7	76	67,3		
Người sống chung	Một mình	178	47,8	194	52,2	1	1
	Bạn bè	136	45,3	164	54,7	0,90 (0,67 – 1,23)	0,516
	Gia đình	150	40,1	224	59,9	0,73 (0,55 – 0,98)	0,03*
Phương diện học tập							
Học lực	Xuất sắc	4	44,4	5	55,6	1	1
	Giỏi	77	48,1	83	51,9	1,16 (0,30 – 4,48)	0,83
	Khá	313	43,1	413	56,9	0,95 (0,25 – 3,56)	0,94
	Trung bình	60	43,2	79	56,8	0,95 (0,24 – 3,69)	0,94
	Yếu/kém	10	83,3	2	16,7	6,25 (0,84 – 46,57)	0,07
Thi lại	Có	99	50,5	97	49,5	0,74 (0,54 – 1,01)	0,06
	Không	365	42,9	485	57,1		
Khó khăn của học online	Có	267	48,5	284	51,5	0,70 (0,55 – 0,90)	0,005*
	Không	197	39,8	298	60,2		
Phương diện xã hội							
Tham gia câu lạc bộ, hoạt động ngoại khóa/xã hội	Có	323	42,3	440	57,7	1,35 (1,03 – 1,78)	0,031*
	Không	141	49,8	142	50,2		
Rắc rối trong mối quan hệ bạn bè/tình cảm	Có	196	61,4	123	38,6	0,37 (0,28 – 0,48)	0,000*
	Không	268	36,9	459	63,1		
Rắc rối trong mối quan hệ gia đình	Có	88	78,6	24	21,4	0,18 (0,11 – 0,29)	0,00*
	Không	376	40,3	558	59,7		
Phương diện COVID-19							
Nạn nhân COVID-19	F0	206	46,2	240	53,8	1	1
	F1	99	47,8	108	52,2	1,07 (0,77 – 1,49)	0,70
	F2	29	52,7	26	47,3	1,30 (0,74 – 2,28)	0,36
	Không có	464	38,5	208	61,5	0,73 (0,55 – 0,97)	0,031*
Lo lắng giãn cách xã hội	Có	387	43,1	511	56,9	1,43 (1,01 – 2,03)	0,04*
	Không	77	52,0	71	48,0		

trầm cảm bằng 0,7 lần sinh viên thấy việc học online có khó khăn. Kết quả này tương đồng với nghiên cứu của Phan Nguyệt Hà và cộng sự [11], học tập là việc quan trọng đối với sinh viên khối ngành Khoa học sức khỏe, áp lực học tập đối với sinh viên rất lớn, đặc biệt trong giai đoạn dịch COVID-19 diễn biến phức tạp, sinh viên phải tập làm quen với phương pháp học tập trực tuyến – một phương pháp học mới nên gây ra ít nhiều khó khăn về cách vận hành, tương tác hạn chế, dễ mất tập trung bởi ảnh hưởng từ yếu tố ngoại lai. Do vậy, áp lực đối với sinh viên ngày càng

lớn, làm gia tăng nguy cơ mắc trầm cảm.

Mối liên quan giữa trầm cảm và yếu tố thuộc phương diện xã hội

Kết quả nghiên cứu ở Bảng 7 cho thấy sinh viên không tham gia câu lạc bộ, hoạt động ngoại khóa/xã hội có nguy cơ mắc trầm cảm gấp 1,35 lần sinh viên có tham gia; sinh viên không gặp rắc rối trong mối quan hệ bạn bè/tình cảm cũng như trong mối quan hệ gia đình thì nguy cơ này chỉ bằng lần lượt 0,37 và 0,18 lần sinh viên đang gặp những vấn đề này. Sự khác biệt trên có ý nghĩa thống kê với $p < 0,05$. Điều này cho thấy

vai trò quan trọng của câu lạc bộ và hoạt động ngoại khóa/xã hội trong trường đại học, ngoài việc tạo cơ hội cho sinh viên trau dồi kiến thức chuyên ngành, còn rèn luyện kỹ năng mềm, mở rộng các mối quan hệ xã hội giúp hạn chế nguy cơ mắc trầm cảm của sinh viên. Những rắc rối trong các mối quan hệ cá nhân/gia đình làm tăng áp lực, gia tăng gây nguy cơ mắc trầm cảm đối với sinh viên.

Mối liên quan giữa trầm cảm và yếu tố thuộc phương diện COVID-19

Theo Bảng 7, sinh viên chưa từng là nạn nhân của dịch COVID-19 có nguy cơ mắc trầm cảm bằng 0,73 lần so với sinh viên từng dương tính với COVID-19, sự khác biệt này có ý nghĩa thống kê với $p < 0,05$. Tuy nhiên nghiên cứu thực hiện tại thời điểm sinh viên đã khỏi bệnh nhưng kết quả trên cho thấy virus SARS-CoV-2 gây tác hại lâu dài đến sức khỏe thể chất lẫn tinh thần. Nghiên cứu cũng tìm thấy nguy cơ mắc trầm cảm ở sinh viên không lo lắng về các ảnh hưởng của dịch COVID-19 so với sinh viên có lo lắng là 1,43 lần ($p < 0,05$). Kết quả này không tương đồng với Phan Nguyệt Hà và cộng sự [11], nguyên nhân khác biệt có thể do thời điểm thu mẫu khác nhau. Phan Nguyệt Hà và cộng sự [11] nghiên cứu đúng thời điểm giãn cách xã hội nên các ảnh hưởng của dịch tác động trực tiếp đến tâm lý sinh viên. Việc khảo sát sự lo lắng về ảnh hưởng của dịch COVID-19 sau khi các hoạt động trở lại bình thường chỉ đánh giá qua hồi tưởng và có phần thay đổi so với thời điểm trước. Vì vậy, nguy cơ trầm cảm trên sinh viên hiện nay do tác động bởi nhiều yếu tố, đại dịch COVID-19 chỉ là một trong các yếu tố tác động, không phải yếu tố quyết định.

Hạn chế của nghiên cứu

Mặc dù nghiên cứu này cung cấp thông tin có giá trị về trầm cảm nhưng có một số hạn chế. Đầu tiên, nghiên cứu sử dụng thiết kế cắt ngang, do đó kết quả không thể xác định được mối quan hệ nhân quả. Thứ hai, nghiên cứu chủ yếu dựa vào bảng câu hỏi khảo sát tự đánh giá, do vậy nội dung trả lời bảng hỏi có sự ảnh hưởng từ phía chủ quan của sinh viên. Tuy nhiên, với cỡ mẫu tương đối lớn, sinh viên tham gia hoàn thành bảng câu hỏi sẽ giúp giảm thiểu vấn đề này.

V. KẾT LUẬN

Kết quả cho thấy tỉ lệ trầm cảm ở sinh viên khối ngành Khoa học sức khỏe của Trường Đại học Trà Vinh chiếm 44,4%, mức độ nhẹ, vừa, nặng và rất nặng chiếm lần lượt 20,1%, 14,6%, 5,1% và 4,6%. Nghiên cứu tìm thấy trầm cảm có mối liên quan có ý nghĩa thống kê với đặc điểm cá nhân (tuổi, người sống chung, thói quen sử dụng rượu, bia, thuốc lá và các chất gây nghiện), phương diện học tập (khó khăn học online), phương diện xã hội (tham gia câu lạc bộ, hoạt động ngoại khóa/xã hội, rắc rối trong quan hệ bạn bè/tình cảm, rắc rối trong quan hệ gia đình và tình trạng hôn nhân/mối quan hệ tình cảm) và phương diện COVID (nạn nhân COVID-19, lo lắng khi các hoạt động bị ngưng).

Với những kết quả trên, nghiên cứu khuyến nghị Nhà trường phối hợp với gia đình cần có những giải pháp thiết thực và kịp thời nhằm giảm áp lực cho sinh viên, phát hiện sớm sinh viên có nguy cơ trầm cảm; đồng thời, chẩn đoán và điều trị kịp thời sinh viên mắc trầm cảm bằng các giải pháp như Nhà trường cần khuyến khích sinh viên tham gia câu lạc bộ, đoàn hội, hoạt động ngoại khóa/xã hội, khảo sát kiểm tra sức khỏe tâm thần định kỳ, cải thiện phương pháp giảng dạy và cơ sở vật chất, tạo môi trường học tập an toàn, thoải mái; gia đình cần quan tâm thường xuyên, động viên, chia sẻ và giúp đưa ra định hướng kịp thời để giải quyết những khó khăn cho sinh viên.

LỜI CẢM ƠN

Chúng tôi cảm ơn Trường Đại học Trà Vinh đã tài trợ nghiên cứu; cảm ơn đồng nghiệp đã giúp đỡ, tạo điều kiện thuận lợi trong quá trình nghiên cứu; cảm ơn các bạn sinh viên khối ngành Khoa học sức khỏe của Trường Đại học Trà Vinh đã tham gia nghiên cứu.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

- [1] WHO. *COVID-19 pandemic triggers 25% increase in prevalence of anxiety and depression worldwide 2/3/2022*. 2022. <https://www.who.int/news/item/02-03-2022-covid-19-pandemic-triggers-25-increase-in-prevalence-of-anxiety-and-depression-worldwide>. [Accessed 15th April 2023].
- [2] UNICEF Việt Nam. *Báo cáo nghiên cứu về sức khỏe tâm thần và tâm lý xã hội của trẻ em và thanh niên tại Việt Nam*. Việt Nam; [https://www.unicef.org/vietnam/media/1011/file/B%](https://www.unicef.org/vietnam/media/1011/file/B%20)

- C3%A1o%20c%C3%A1o%20nghi%C3%AA%20c%20E1%BB%A9u%20.pdf [Accessed 15th April 2023]. [UNICEF Vietnam. *Mental health and psychosocial wellbeing among children and young people in Viet Nam*. Vietnam: UNICEF Vietnam; 2018. <https://www.unicef.org/vietnam/media/1011/file/B%C3%A1o%20c%C3%A1o%20nghi%C3%AA%20c%20E1%BB%A9u%20.pdf> [Accessed 15th April 2023]].
- [3] Pham T, Bui L, Nguyen A, Nguyen B, Tran P, Vu P, et al. The prevalence of depression and associated risk factors among medical students: An untold story in Vietnam. *PLoS One*. 2019;14(8): e0221432. DOI: 10.1371/journal.pone.0221432.
- [4] Mhata NT, Ntlantsana V, Tomita AM, Mwambene K, Saloojee S. Prevalence of depression, anxiety and burnout in medical students at the University of Namibia. *The South African Journal of Psychiatry*. 2023;29: e2044.
- [5] Ramadianto AS, Kusumadewi I, Agiananda F, Raharjanti NW. Symptoms of depression and anxiety in Indonesian medical students: association with coping strategy and resilience. *BMC Psychiatry*. 2022;22(1): 92. <https://doi.org/10.1186/s12888-022-03745-1>
- [6] Nguyễn Hoàng Thùy Linh, Nguyễn Thị Miên Hà, Trần Xuân Minh Trí, Hoàng Đình Tuyên, Trần Thị Mai Liên, Võ Văn Thắng. Thực trạng sức khỏe tâm thần và một số yếu tố liên quan ở sinh viên trong làn sóng đại dịch Covid-19 thứ nhất tại một số trường đại học khoa học sức khỏe ở Việt Nam năm 2020. *Tạp chí Y học Dự phòng*. 2021;31(6): 114–120. [Nguyen Hoang Thuy Linh, Nguyen Thi Mien Ha, Tran Xuan Minh Tri, Hoang Dinh Tuyen, Tran Thi Mai Lien, Vo Van Thang. Mental health and its associated factors among students in some health science universities in Vietnam during first wave of Covid-19 pandemic in 2020. *Vietnam Journal of Preventive Medicine*. 2021;31(6): 114–120].
- [7] Peng P, Hao Y, Liu Y, Chen S, Wang Y, Yang Q, et al. The prevalence and risk factors of mental problems in medical students during COVID-19 pandemic: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Affective Disorders*. 2023;321: 167–181. DOI: 10.1016/j.jad.2022.10.040.
- [8] Domínguez-González AD, Guzmán-Valdivia G, Ángeles-Télliz FS, Manjarrez-Ángeles MA, Secín-Díez R. Depression and suicidal ideation in Mexican medical students during COVID-19 outbreak, A longitudinal study. *Heliyon*. 2022;8(2): e08851. DOI: 10.1016/j.heliyon.2022.e08851.
- [9] Thái Quang Hùng. Trầm cảm và một số yếu tố liên quan ở sinh viên Trường Đại học Tây Nguyên. *Tạp chí Khoa học Đại học Tây Nguyên*. 2022;16(57). <https://doi.org/10.5281/zenodo.7792826>. [Thai Quang Hung. Depression and some related factors among students at Tay Nguyen University. *Tay Nguyen Journal of Science*. 2022;16(57). <https://doi.org/10.5281/zenodo.7792826>].
- [10] Phan Việt Hưng, Trần Đức Long, Võ Văn Thi, Trần Công Lý, Nguyễn Thị Mỹ Nhiên, Phan Thanh Hải. Tình trạng lo âu, trầm cảm và căng thẳng của sinh viên Y Trường Đại học Y Dược Cần Thơ trong đợt dịch Covid-19 lần 4. *Tạp chí Y Dược học Cần Thơ*. 2022;(48): 41–58. [Phan Viet Hung, Tran Duc Long, Vo Van Thi, Tran Cong Ly, Nguyen Thi My Nien, Phan Thanh Hai. Depression, anxiety, and stress disorders among medical students of Can Tho University of medicine and pharmacy during the fourth wave of the Covid-19 pandemic in Vietnam. *Can Tho Journal of Medicine and Pharmacy*. 2022;(48): 41–58].
- [11] Phan Việt Hưng, Trần Đức Long, Võ Văn Thi, Trần Công Lý, Nguyễn Thị Mỹ Nhiên, Phan Thanh Hải. Tình trạng lo âu, trầm cảm và căng thẳng của sinh viên Y Trường Đại học Y Dược Cần Thơ trong đợt dịch Covid-19 lần 4. *Tạp chí Y Dược học Cần Thơ*. 2022;(48): 41–58. [Phan Viet Hung, Tran Duc Long, Vo Van Thi, Tran Cong Ly, Nguyen Thi My Nien, Phan Thanh Hai. Depression, anxiety, and stress disorders among medical students of Can Tho University of medicine and pharmacy during the fourth wave of the Covid-19 pandemic in Vietnam. *Can Tho Journal of Medicine and Pharmacy*. 2022;(48): 41–58].
- [12] Tran TD, Tran T, Fisher J. Validation of the depression anxiety stress scales (DASS) 21 as a screening instrument for depression and anxiety in a rural community-based cohort of northern Vietnamese women. *BMC Psychiatry*. 2013;13(1): 1–7. <https://doi.org/10.1186/1471-244X-13-24>.
- [13] Lê Thị Phương Đài, Nguyễn Minh Hiếu, Nguyễn Đặng Hoàng Long, Phạm Hữu Lộc, Trần Thị Như Lê. Khảo sát ảnh hưởng của Covid-19 đến sinh viên Y khoa trong đợt bùng phát dịch lần thứ 4 năm 2021. *Tạp chí Y Dược học Cần Thơ*. 2023(60): 179–186. [Le Thi Phuong Dai, Nguyen Minh Hieu, Nguyen Dang Hoang Long, Pham Huu Loc, Tran Thi Nhu Le. Survey of the impact of Covid-19 on medical students during the 4th outbreak in 2021. *Can Tho Journal of Medicine and Pharmacy*. 2023(60): 179–186].
- [14] Nguyễn Văn Liệp, Nguyễn Nhật Giao, Nguyễn Mai Anh, Quách Thị Mai Thùy, Nguyễn Đình Căn, Nguyễn Đình Khải. Thực trạng và một số yếu tố liên quan tới dấu hiệu lo âu, trầm cảm và stress của sinh viên khối ngành sức khỏe Đại học Phenikaa trong đại dịch covid-19, năm 2021. *Tạp chí Y học Cộng đồng*. 2023;64(3). <https://doi.org/10.52163/yhc.v64i3.647>. [Nguyen Van Liep, Nguyen Nhat Giao, Nguyen Mai Anh, Quach Thi Mai Thuy, Nguyen Dinh Can, Nguyen Dinh Khai. Situation and some related factors to signs of anxiety, depression and stress of students in the health sector of Phenikaa University during the Covid-19 pandemic, 2021. *Journal of Public Health*. 2023;64(3). <https://doi.org/10.52163/yhc.v64i3.647>].

