

PREVALENCE OF INTERNET ADDICTION BY CIAS SCALE AND ASSOCIATED FACTORS AMONG STUDENTS AT THE BRANCH CAMPUS OF HANOI MEDICAL UNIVERSITY IN 2025

Truong Thu Hang, Pham Thi Thu Huong, Le Chau Anh, Can Tra My

Hanoi Medical University - 1 Ton That Tung, Kim Lien ward, Hanoi, Vietnam

Received: 05/12/2025

Revised: 05/01/2026; Accepted: 22/04/2026

ABSTRACT

Objective: Describe the current state of internet addiction using the CIAS scale and investigate the factors related to internet addiction among students of the Branch Campus Hanoi Medical University in 2025.

Methods: A cross-sectional descriptive study on 415 students from the first to the sixth year at the Branch Campus Hanoi Medical University in 2025, from 12/2024 to 6/2025. Data were collected by guiding participants to complete a structured self-administered questionnaire. Binary logistic regression analysis was employed to examine the association between psychological distress and the risk of internet addiction.

Results: 40.2% of students meet the diagnostic criteria for internet addiction according to the CIAS assessment scale. The statistically significant factors related to internet addiction are: economic difficulties, a history of substance abuse, hours spent on the internet, the purpose of internet use, and psychological distress.

Conclusion: A large proportion of students were at risk of or met the diagnostic criteria for internet addiction. According to an analysis of related factors, excessive internet use may be associated with a higher risk of addiction and increased levels of psychological stress among students. As a result, support programs should be established to increase students' awareness of the negative consequences of internet addiction.

Keywords: Internet addiction, psychological distress, medical students.

*Corresponding author

Email: phamhuong@hmu.edu.vn **Phone:** (+84) 914914636 **DOI:** 10.52163/yhc.v67i4.4939



THỰC TRẠNG NGHIỆN INTERNET THEO THANG ĐÁNH GIÁ CIAS VÀ CÁC YẾU TỐ LIÊN QUAN CỦA SINH VIÊN PHÂN HIỆU TRƯỜNG ĐẠI HỌC Y HÀ NỘI NĂM 2025

Trương Thu Hằng, Phạm Thị Thu Hường, Lê Châu Anh, Cấn Trà My

Trường Đại học Y Hà Nội - 1 Tôn Thất Tùng, phường Kim Liên, Hà Nội, Việt Nam

Ngày nhận bài: 05/12/2025

Ngày chỉnh sửa: 05/01/2026; Ngày duyệt đăng: 22/04/2026

TÓM TẮT

Mục tiêu: Mô tả thực trạng nghiện internet bằng thang đo CIAS và tìm hiểu các yếu tố liên quan tới nghiện internet của sinh viên Phân hiệu Trường Đại học Y Hà Nội năm 2025.

Phương pháp nghiên cứu: Nghiên cứu mô tả cắt ngang trên 415 sinh viên từ năm thứ 1 đến năm thứ 6 tại Phân hiệu Trường Đại học Y Hà Nội năm 2025 được thực hiện từ tháng 12/2024-6/2025. Tiến hành thu thập số liệu nghiên cứu bằng cách hướng dẫn sinh viên tham gia điền trực tiếp bộ câu hỏi được thiết kế sẵn. Phân tích hồi quy logistic nhị phân được dùng để kiểm định mối liên quan giữa căng thẳng tâm lý và nguy cơ nghiện internet.

Kết quả: Có 40,2% sinh viên đủ tiêu chuẩn chẩn đoán nghiện internet theo thang đánh giá CIAS. Các yếu tố liên quan đến nghiện internet có ý nghĩa thống kê là: khó khăn về kinh tế, đã từng bị ảnh hưởng bởi đồ uống có cồn hoặc chất kích thích, thời gian sử dụng internet hàng ngày, mục đích sử dụng internet, mức độ căng thẳng tâm lý và ý tưởng tự sát trong tuần vừa qua.

Kết luận: Tỷ lệ sinh viên có đủ tiêu chuẩn chẩn đoán nghiện internet cao. Phân tích yếu tố liên quan cho thấy sử dụng internet quá mức có thể liên quan đến nghiện và mức độ căng thẳng tâm lý của sinh viên, do đó cần có các chương trình hỗ trợ nâng cao nhận thức của sinh viên về những tác động tiêu cực của việc lạm dụng internet.

Từ khóa: Nghiện internet, căng thẳng tâm lý, sinh viên y.

1. ĐẶT VẤN ĐỀ

Thế kỷ XXI đã chứng kiến sự gia tăng sử dụng internet kỹ thuật số toàn cầu [1], internet đã trở thành một phần không thể thiếu trong mọi lĩnh vực của đời sống con người, từ học tập, công việc đến giải trí. Nhóm đối tượng truy cập internet nhiều nhất và có nguy cơ lạm dụng internet cao hơn, rối loạn sử dụng và nghiện internet liên quan đến giới trẻ là thanh thiếu niên và sinh viên [2-3]. Việc lạm dụng internet ở sinh viên các trường làm tăng khả năng dẫn đến ảnh hưởng tiêu cực về thể chất, tinh thần và xã hội [4]. Theo nghiên cứu ở Sudan, có tới 75,5% trong tổng số 232 sinh viên ngành y có tỷ lệ nghiện internet [5]. Ngoài ra, một nghiên cứu khác tại Đại học Y Dược thành phố Hồ Chí Minh năm 2024 cho thấy tỷ lệ nghiện internet ở sinh viên y Khoa Y tế Công cộng là 59,7% [6].

Đã có các nghiên cứu về sử dụng internet trên sinh viên, đặc biệt là sinh viên ngành y nhưng vẫn còn tồn tại những hạn chế nhất định. Do đó, nghiên cứu này được thực hiện nhằm đánh giá thực trạng nghiện internet theo thang đánh giá CIAS và tìm hiểu các yếu tố liên quan của sinh viên Phân hiệu Trường Đại học Y Hà Nội năm 2025.

2. ĐỐI TƯỢNG VÀ PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

2.1. Thiết kế nghiên cứu

Nghiên cứu được thực hiện theo phương pháp mô tả cắt ngang.

2.2. Địa điểm và thời gian nghiên cứu

Nghiên cứu tiến hành từ tháng 12/2024-6/2025 tại Phân hiệu Trường Đại học Y Hà Nội, phường Hạc Thành, tỉnh Thanh Hóa.

2.3. Đối tượng nghiên cứu

Sinh viên đại học hệ chính quy từ năm thứ 1 đến năm thứ 6 với 4 chuyên ngành đào tạo tại Phân hiệu Trường Đại học Y Hà Nội.

2.4. Cỡ mẫu và phương pháp chọn mẫu

Cỡ mẫu được tính theo công thức ước lượng một tỷ lệ trong quần thể:

$$n = Z_{1-\alpha/2}^2 \frac{p(1-p)}{d^2} \times DE$$

Trong đó: n là cỡ mẫu tối thiểu cần lấy; $Z_{1-\alpha/2} = 1,96$; $d = 0,05$; $p = 0,456$ (thực trạng sử dụng internet và mức độ căng thẳng tâm lý của sinh viên Trường Đại học Y Hà Nội [10]).

Tính được cỡ mẫu tối thiểu là $n = 381$ sinh viên (giả thiết 10% đối tượng từ chối tham gia nghiên cứu nên $n = 424$ sinh viên). Thực tế tổng số sinh viên tham gia nghiên cứu là 415 người.

*Tác giả liên hệ

Email: phamhuong@hmu.edu.vn Điện thoại: (+84) 914914636 DOI: 10.52163/yhc.v67i4.4939

Phương pháp chọn mẫu thuận tiện được áp dụng trong nghiên cứu này.

2.5. Biến số và chỉ số nghiên cứu

Bao gồm biến độc lập (tuổi, giới tính, ngành học, năm học, điểm, kinh tế, người tâm sự, sự cô đơn, sử dụng cồn và chất kích thích, mục đích sử dụng internet...); và biến phụ thuộc (nghiện internet - điểm trung bình thang CIAS).

Chủ đề nghiên cứu: nghiện internet của sinh viên Phân hiệu Trường Đại học Y Hà Nội năm 2025.

2.6. Kỹ thuật, công cụ và quy trình thu thập số liệu

Thu thập số liệu bằng cách hướng dẫn sinh viên tham gia điền trực tiếp bộ câu hỏi.

Câu hỏi khảo sát gồm 3 phần:

- Đặc điểm chung: tuổi, giới, ngành học, năm học, điểm tổng kết kỳ học vừa rồi, khó khăn về kinh tế, thời gian đi làm trong tuần, nơi ở, số người ở cùng, tiền sử lạm dụng chất kích thích, người tâm sự khi buồn chán, cảm thấy cô đơn, số giờ sử dụng internet mỗi ngày, mục đích sử dụng internet.

- Mức độ căng thẳng tâm lý (the Five-item brief Symptom Rating Scale - BSRS-5) gồm 5 triệu chứng: mất ngủ, lo âu, trầm cảm, kích thích, tự ti và câu hỏi cuối dùng để sàng lọc về ý tưởng tự sát. Trong nghiên cứu này, chỉ số Cronbach's Alpha = 0,82. Các câu hỏi được đánh giá mức độ căng thẳng tâm lý trong 1 tuần vừa qua với điểm số từ 0 đến 4 (0 điểm: hoàn toàn không, 1 điểm: một chút, 2 điểm: vừa phải, 3 điểm: nhiều, 4 điểm: rất nhiều). Tổng điểm BSRS-5 được tính tổng từ câu hỏi 1-5 và phân loại theo mức độ: nặng (≥ 15 điểm), trung bình (10-14 điểm), nhẹ (6-9 điểm), và bình thường (0-5 điểm).

- Thang đánh giá nghiện internet (Chen Internet Addiction Scale - CIAS). Bộ công cụ bao gồm 26 mục, chia làm 2 cấu phần chính: (1) Các triệu chứng chính của nghiện internet (khó kiểm soát, khó chịu khi dừng sử dụng, nhu cầu tăng thời gian sử dụng internet); và (2) Các vấn đề liên quan tới nghiện internet (mối quan hệ cá nhân và sức khỏe và quản lý thời gian). Mỗi câu hỏi sẽ được đánh giá từ 1-4 điểm (1 điểm: hoàn toàn không đồng ý, 2 điểm: không đồng ý, 3 điểm: đồng ý, 4 điểm: hoàn toàn đồng ý). Mức điểm tiêu chuẩn chẩn đoán nghiện internet (≥ 64 điểm). Trong nghiên cứu này, bộ công cụ có chỉ số Cronbach's Alpha = 0,90.

2.7. Xử lý và phân tích số liệu

Dữ liệu được phân tích bằng phần mềm SPSS 26.

Thống kê mô tả: các biến được mô tả theo giá trị trung bình, số lượng, tỷ lệ, độ lệch chuẩn được sử dụng để thể hiện đặc điểm đối tượng tham gia nghiên cứu.

Phân tích hồi quy logistic được dùng để kiểm định mối liên quan giữa căng thẳng tâm lý và nguy cơ nghiện internet.

2.8. Đạo đức trong nghiên cứu

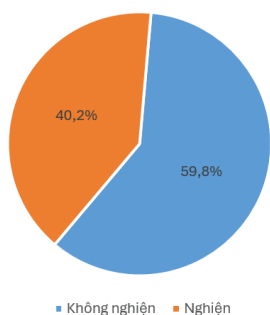
Nghiên cứu được thông qua quyết định thành lập Hội đồng đánh giá khóa luận tốt nghiệp số 2182/QĐ-ĐHYHN của Trường Đại học Y Hà Nội. Nghiên cứu chỉ mô tả thực trạng, không can thiệp hay gây bất kỳ tác hại nào cho đối tượng. Đối tượng tham gia nghiên cứu được giải thích rõ ràng, cụ thể về mục đích, nội dung khi tham gia, có quyền đồng ý hoặc từ chối tham gia hoặc rút khỏi nghiên cứu bất cứ lúc nào. Thông tin được bảo mật và mã hóa và chỉ phục vụ mục đích nghiên cứu.

3. KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU

Bảng 1. Đặc điểm chung và đặc điểm sử dụng internet của đối tượng nghiên cứu (n = 415)

Biến số		n	%	
Đặc điểm chung	Tuổi	18-20 tuổi	199	48,0
		21-24 tuổi	216	52,0
		$\bar{X} \pm SD$ (tuổi)	20,71 \pm 1,95	
		Min-max (tuổi)	18-24	
	Giới tính	Nam	150	36,1
		Nữ	265	63,9
	Chuyên ngành	Bác sĩ	278	67,0
		Cử nhân	137	33,0
	Năm học	Năm 1	122	29,4
		Năm 2-3	133	32,0
		Năm 4-6	160	38,6
	Điểm tổng kết học kỳ trước	< 7 điểm	169	40,7
		≥ 7 điểm	246	59,3
	Khó khăn về kinh tế	Không	272	65,5
Có		143	34,5	
Đã từng bị ảnh hưởng bởi đồ uống có cồn, chất kích thích	Không	385	92,8	
	Có	30	7,2	
Đặc điểm sử dụng internet	Thời gian dùng internet hàng ngày	≤ 4 giờ	75	18,1
		> 4-6 giờ	118	28,4
		> 6-8 giờ	102	24,6
		> 8 giờ	120	28,9
	Mục đích sử dụng internet	Học tập	82	19,8
		Kết nối mạng xã hội	184	44,3
		Lướt web	111	26,7
Chơi game online	38	9,2		

Bảng 1 cho thấy độ tuổi trung bình của đối tượng nghiên cứu là 20,71 \pm 1,95 tuổi. Tỷ lệ giới tính nữ cao gấp 1,78 lần giới tính nam. Sinh viên ngành bác sĩ (67%) tham gia nhiều hơn sinh viên hệ cử nhân (33%). Điểm tổng kết học kỳ trước ≥ 7 điểm (59,3%) cao hơn so với điểm tổng kết dưới 7 điểm (40,7%). Tỷ lệ sinh viên gặp khó khăn về kinh tế trong quá trình học tập chiếm 1/3 tổng số sinh viên với 34,5%. Phần lớn sinh viên không bị ảnh hưởng bởi đồ uống có cồn hoặc chất kích thích với 92,8%. Hầu hết sinh viên sử dụng internet nhiều hơn 4 giờ/ngày (81,9%). Gần 1/2 sinh viên sử dụng internet để kết nối mạng xã hội (44,3%), tỷ lệ sinh viên sử dụng internet để chơi game online chiếm tỷ lệ thấp với 9,2%.



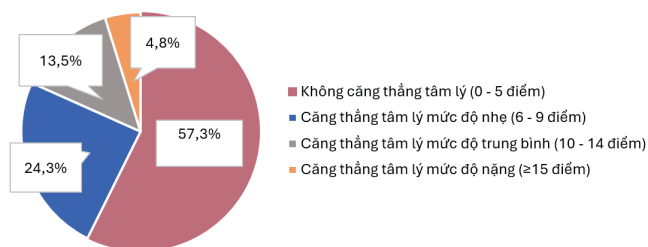
Biểu đồ 1. Tỷ lệ nghiện internet của sinh viên theo thang CIAS (n = 415)

Biểu đồ 1 cho thấy có tới 40,2% sinh viên tham gia nghiện cứu có đủ tiêu chuẩn chẩn đoán nghiện internet theo thang CIAS (≥ 64 điểm).

Bảng 2. Các triệu chứng căng thẳng tâm lý theo thang BSRS-5 (n = 415)

Triệu chứng	n	%
Triệu chứng	Khó ngủ (điểm)	1,31 \pm 1,12
	Lo âu (điểm)	1,11 \pm 0,97
	Dễ bị kích thích (điểm)	0,96 \pm 0,97
	Trầm cảm (điểm)	1,02 \pm 1,05
	Tự ti (điểm)	1,19 \pm 1,18
Ý tưởng tự sát	Không	376 / 90,6
	Có	39 / 9,5

Bảng 2 cho thấy triệu chứng khó ngủ và tự ti có điểm trung bình cao nhất với 1,31 \pm 1,12 điểm và 1,19 \pm 1,18 điểm. Các triệu chứng lo âu, dễ bị kích thích và trầm cảm có mức độ trung bình có sự chênh lệch với 1,11 \pm 0,97 điểm; 0,96 \pm 0,97 điểm và 1,02 \pm 1,05 điểm. Với thông tin về tự sát, có tới 9,5% sinh viên báo cáo về việc có ý tưởng tự sát trong 1 tuần vừa qua.



Biểu đồ 2. Mức độ căng thẳng tâm lý theo thang BSRS-5 (n = 415)

Biểu đồ 2 chỉ ra kết quả cho thấy khoảng 1/4 sinh viên có tỷ lệ căng thẳng tâm lý ở mức độ nhẹ với 24,3%; gần 1/6 sinh viên có mức độ căng thẳng tâm lý mức độ trung bình (13,5%); và 4,8% có mức độ căng thẳng tâm lý nặng.

Bảng 3. Các yếu tố liên quan tới nghiện internet của sinh viên (n = 415)

Đặc điểm		Hồi quy logistic đơn biến		Hồi quy logistic đa biến	
		OR (95% CI)	p	OR (95% CI)	p
Tuổi	18-20 tuổi	1		1	
	21-24 tuổi	0,67 (0,45-0,99)	0,047	1,29 (0,58-2,85)	0,53
Giới tính	Nam	1		1	
	Nữ	0,97 (0,65-1,46)	0,89	0,83 (0,50-1,40)	0,50
Ngành học	Bác sĩ	1		1	
	Cử nhân	1,19 (0,79-1,80)	0,41	0,78 (0,44-1,37)	0,39
Năm học	Năm 1	1		1	
	Năm 2-3	0,75 (0,46-1,23)	0,26	0,55 (0,27-1,10)	0,09
	Năm 4-6	0,48 (0,30-0,79)	0,003	0,39 (0,14-1,07)	0,07
Điểm tổng kết học kỳ trước	< 7 điểm	1		1	
	≥ 7 điểm	0,58 (0,39-0,87)	0,008	0,70 (0,39-1,28)	0,25
Khó khăn về kinh tế	Không	1		1	
	Có	1,81 (1,20-2,73)	0,005	1,72 (1,05-2,81)	0,03
Đã từng bị ảnh hưởng bởi đồ uống có cồn, chất kích thích	Không	1		1	
	Có	6,77 (2,70-16,95)	< 0,001	6,65 (2,39-18,55)	< 0,001
Thời gian dùng internet hàng ngày	≤ 4 giờ	1		1	
	> 4-6 giờ	1,52 (0,80-2,87)	0,20	1,69 (0,82-3,51)	0,16
	> 6-8 giờ	1,63 (0,85-3,13)	0,14	1,51 (0,72-3,17)	0,27
	> 8 giờ	3,48 (1,86-6,50)	< 0,001	4,08 (1,98-8,40)	< 0,001

Đặc điểm		Hồi quy logistic đơn biến		Hồi quy logistic đa biến	
		OR (95% CI)	p	OR (95% CI)	p
Mục đích sử dụng internet	Học tập	1		1	
	Kết nối mạng xã hội	1,70 (0,98-2,93)	0,06	2,24 (1,16-4,33)	0,02
	Lướt web	1,58 (0,87-2,88)	0,13	1,71 (0,83-3,50)	0,14
	Chơi game online	1,12 (0,49-2,53)	0,78	1,01 (0,38-2,64)	0,99
Mức độ căng thẳng tâm lý	Bình thường	1		1	
	Nhẹ	1,31 (0,81-2,13)	0,27	1,43 (0,82-2,46)	0,20
	Trung bình	5,43 (2,86-10,31)	< 0,001	4,28 (2,12-8,65)	< 0,001
	Nặng	5,07 (1,87-13,71)	0,001	4,63 (1,46-14,65)	0,01
Ý tưởng tự sát trong tuần vừa qua	Không	1		1	
	Có	5,81 (2,02-16,7)	0,001	6,38 (2,20-18,50)	0,001

Bảng 3 cho biết ở mô hình hồi quy đa biến, yếu tố liên quan tới nguy cơ nghiện internet là khó khăn về kinh tế, đã từng bị ảnh hưởng bởi đồ uống có cồn hoặc chất kích thích, thời gian dùng internet trên 8 giờ/ngày, mục đích sử dụng internet cho học tập, căng thẳng tâm lý mức độ trung bình và nặng và ý tưởng tự sát. Trong các yếu tố trên, sinh viên khó khăn về kinh tế có nguy cơ nghiện internet cao gấp 1,72 lần so với đối tượng còn lại ($p = 0,03$); sinh viên bị ảnh hưởng bởi cồn và chất kích thích có nguy cơ nghiện internet cao gấp 6,65 lần so với sinh viên không có tiền sử sử dụng chất kích thích ($p < 0,001$). So với sinh viên sử dụng internet dưới 4 giờ/ngày, sinh viên sử dụng internet trên 8 giờ/ngày có nguy cơ nghiện internet cao gấp 4,08 lần ($p < 0,001$). Mục đích sử dụng internet cho việc kết nối mạng xã hội có nguy cơ nghiện internet cao gấp 2,24 lần so với sinh viên có mục đích học tập ($p = 0,02$). Nguy cơ nghiện internet ở những sinh viên có căng thẳng tâm lý mức độ trung bình và mức độ nặng cao gấp 4,28 lần ($p < 0,001$) và 4,63 lần ($p = 0,009$) so với sinh viên không có căng thẳng tâm lý. Sinh viên có ý tưởng tự sát có nguy cơ nghiện internet cao gấp 6,38 lần với đối tượng còn lại ($p = 0,001$).

4. BÀN LUẬN

Nghiên cứu trên 415 sinh viên có độ tuổi trung bình $20,71 \pm 1,95$ tuổi, dao động từ 18-24 tuổi. Tỷ lệ này khá tương đồng với các nghiên cứu trên đối tượng sinh viên ngành y trên thế giới là 20-22 [8], [11]. Tại Trường Đại học Y Jordan, phần lớn sinh viên từ 17-29 tuổi [12]. Có đến 63,9% sinh viên nữ tham gia, tỷ lệ này tương đồng so với nghiên cứu của Phạm Thị Thu Hường và cộng sự [10] khi có tới 67,3% sinh viên nữ tham gia nghiên cứu.

Sử dụng internet để kết nối mạng xã hội có tỷ lệ nhiều nhất (44,3%) và nhỏ nhất là học tập (19,8%). Nghiên cứu tại Nepal cũng chỉ ra việc sử dụng internet chủ yếu là học tập, giải trí và vui chơi với 74,4% [7]. Sinh viên có nhu cầu cao hơn trong mục đích giải trí đã được chứng minh trong nghiên cứu này. Trung bình sinh viên sử dụng internet là 7,4 3,4 giờ mỗi ngày. Tương đồng so với nghiên cứu của Phạm Thị Thu Hường và cộng sự [10] với số giờ sử dụng internet trung bình hàng ngày là $7,8 \pm 3,4$ giờ.

Nghiên cứu chỉ ra 40,2% sinh viên có đủ tiêu chuẩn nghiện internet (CIAS ≥ 64). Tương đồng với nghiên cứu của Phạm

Thị Thu Hường và cộng sự với 45,6% sinh viên có đủ tiêu chuẩn nghiện internet [10]. Kết quả của chúng tôi cho thấy tỷ lệ sinh viên nghiện internet thấp hơn nghiên cứu của Mohamed K.O và cộng sự tại Sudan (75,5%) [5]. Tỷ lệ nghiện internet khác nhau có thể được lý giải bởi sự khác biệt về đặc điểm đối tượng, môi trường học tập.

Kết quả chỉ ra sinh viên sử dụng internet trên 8 giờ/ngày có nguy cơ nghiện internet cao gấp 4,08 lần ($p < 0,001$) so với sinh viên sử dụng dưới 4 giờ/ngày. Kết quả này tương đồng với nghiên cứu của Mboya I.B và cộng sự năm 2020 cho biết tỷ lệ nghiện internet ở những sinh viên sử dụng internet trên 5 giờ/ngày (40,2%) cao gấp 2,05 lần so với những sinh viên sử dụng internet ít hơn 5 giờ/ngày (19,6%) ($p = 0,001$) [13]. Điều này cho thấy sinh viên có thời gian sử dụng internet càng nhiều thì nguy cơ nghiện càng cao. Sử dụng internet với mục đích chủ yếu là kết nối mạng xã hội, lướt web, thời gian sử dụng internet dài trung bình 7,4 giờ/ngày là hệ quả của triệu chứng rối loạn kiểm soát thời gian sử dụng, sự khó chịu khi dừng sử dụng internet, những triệu chứng quan trọng trong chẩn đoán nghiện internet.

Bên cạnh đó, nhóm sinh viên có căng thẳng tâm lý mức độ trung bình và nặng có nguy cơ nghiện internet cao gấp 4,28 lần (95% CI = 2,12-8,65; $p < 0,001$) và 4,63 lần (95% CI = 1,46-14,65; $p = 0,01$) so với sinh viên không có căng thẳng tâm lý. Nghiên cứu của Phạm Tú Quyên và cộng sự tại Đại học Y Dược thành phố Hồ Chí Minh năm 2024 cũng cho thấy sinh viên nghiện internet từ mức độ nhẹ đến trung bình chiếm tỷ lệ cao nhất là 95,7% và 4,3% nghiện internet nặng [6]. Các nghiên cứu đã chứng minh rằng nghiện internet có mối liên quan đáng kể với sức khỏe tâm thần và có thể gây ra đau khổ về mặt tâm lý, đặc biệt là ở sinh viên y khoa [5]. Mức độ căng thẳng của mỗi cá nhân được phản ánh qua các biểu hiện như mất ngủ, lo âu, kích thích, trầm cảm, tự ti và thậm chí là xuất hiện những suy nghĩ tiêu cực như tự sát. Tình trạng căng thẳng tâm lý có thể dẫn đến nghiện internet. Kết quả của chúng tôi chỉ ra nhóm sinh viên báo cáo có ý tưởng tự sát trong 1 tuần qua có nguy cơ nghiện internet cao gấp 6,38 lần so với nhóm còn lại. Điều này phù hợp với một số nghiên cứu trước đây đã báo cáo mối tương quan có ý nghĩa thống kê giữa nghiện internet và ý tưởng tự sát. Sử dụng internet được coi như một hành vi đối phó khi

căng thẳng, việc gia tăng sử dụng internet làm giảm các tương tác xã hội và tăng ý tưởng tự sát. Do vậy, chiến lược phòng ngừa tự sát ở thanh thiếu niên cần đặc biệt chú ý đến tác động của nghiện internet trong những nghiên cứu can thiệp trong tương lai.

5. KẾT LUẬN

Sinh viên sử dụng internet trong 3 tháng gần đây với mục đích kết nối mạng xã hội (44,3%), lướt web (26,7%), học tập (19,8%) và 9,2% chơi game online. Có đến 40,2% sinh viên đủ tiêu chuẩn chẩn đoán nghiện internet theo thang điểm CIAS. Các liên quan tới nghiện internet được chỉ ra là sinh viên có khó khăn về kinh tế, đã từng bị ảnh hưởng bởi đồ uống có cồn hoặc chất kích thích, thời gian dùng internet trên 8 gi/ngày, mục đích sử dụng internet cho việc kết nối mạng xã hội, căng thẳng tâm lý mức độ trung bình và nặng, ý tưởng tự sát trong tuần vừa qua.

6. TÀI LIỆU THAM KHẢO

- [1] Husain A. Internet addiction among MBBS students at a New Delhi medical college: prevalence and determinants of a silent pandemic. *Journal of Family Medicine and Primary Care*, 2024, 13 (2): 730-735. doi: 10.4103/jfmpc.jfmpc_1242_2
- [2] Rashmi R et al. The internet addiction pattern and its mental impact among medical students in Bangalore: a cross-sectional study. *National Journal of Community Medicine*, 2022, 13 (07): 458-462. doi: 10.55489/njcm.13072022627
- [3] Kuss D.J et al. Internet addiction and problematic internet use: a systematic review of clinical research. *World J Psychiatry*, 2016, 6 (1): 143-176. doi: 10.5498/wjp.v6.i1.143.
- [4] María José Petit-Rodríguez. Internet addiction: symptoms, causes and how to get help. <https://addictionresource.com/addiction/internet/>
- [5] Mohamed K.O et al. Prevalence of internet addiction and its associated risk factors among medical students in Sudan: a cross-sectional study. *Cureus*, 2024, 16 (2): e53543. doi: 10.7759/cureus.53543.
- [6] Phạm Tú Quyên, Quách Thanh Lâm. Mối liên quan giữa nghiện internet và trí tuệ cảm xúc ở sinh viên Đại học Y Dược thành phố Hồ Chí Minh. *Tạp chí Y học thành phố Hồ Chí Minh*, 2024, 27 (5): 111-118. doi: 10.32895/hcjm.m.2024.05.13
- [7] Acharya S et al. Internet Addiction and Its Associated Factors among Undergraduate Students in Kathmandu, Nepal. *Journal of Addict*, 2023: 8782527. doi: 10.1155/2023/8782527.
- [8] Kotrannavar S.S et al. Internet addiction: influencing academic, non-academic, and psychological aspects in offshore Malaysian medical students. *Education in Medicine Journal*, 2024, 16 (3): 87-100. doi: 10.21315/eimj2024.16.3.8
- [9] *MedPharmRes*. Dec 31, 2025, Vol. 9, No. 4. <https://www.medpharmres.com/>
- [10] Phạm Thị Thu Hương, Phạm Thị Tình, Lê Châu Anh và cộng sự. Một số yếu tố liên quan tới nghiện internet ở sinh viên Trường Đại học Y Hà Nội. *Tạp chí Điều dưỡng Việt Nam*, 2023, 125 (4): 71-78.
- [11] Mohamed K.O et al. Prevalence of internet addiction and its associated risk factors among medical students in Sudan: a cross-sectional study. *Cureus*, 2024, 16 (2): e53543. doi: 10.7759/cureus.53543.
- [12] Khanfar A.N et al. Career regret and health-related quality of life among medical students: a nationwide cross-sectional study in Jordan. *Journal of Medical Education and Curricular Development*, 2023, 10: 23821205231219428. doi:10.1177/23821205231219428.
- [13] Mboya I.B et al. Internet addiction and associated factors among medical and allied health sciences students in Northern Tanzania: a cross-sectional study. *BMC Psychol* 8, 2020, 8 (1): 73. doi: 10.1186/s40359-020-00439-9