

ปัจจัยที่มีผลต่อความเครียดของนักศึกษาสาธารณสุขศาสตร์ในวิทยาลัยสหเวชศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา ศูนย์การศึกษาจังหวัดสมุทรสงคราม

ธรรมศักดิ์ สายแก้ว¹ สุนันทา ศรีศิริ² สมฤดี สายหยุดทอง³

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาระดับความเครียดและความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยที่มีผลกระทบต่อความเครียดของนักศึกษาสาธารณสุขศาสตร์ วิทยาลัยสหเวชศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา ศูนย์การศึกษาจังหวัดสมุทรสงคราม ที่กำลังศึกษาในชั้นปีที่ 1 - 3 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2560 จำนวน 189 คน เก็บข้อมูลด้วยแบบสอบถาม วิเคราะห์ข้อมูล โดยการแจกแจงความถี่ ค่าร้อยละ วิเคราะห์ความสัมพันธ์ โดยใช้ค่าสถิติไคสแควร์ Chi - square และวิเคราะห์ความถดถอยโลจิสติก (Logistic regression analysis) เพื่อค้นหาตัวพยากรณ์ปัจจัยสาเหตุความเครียด

ผลการวิจัย พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีภาวะความเครียด ร้อยละ 49 ปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ บุคลิกภาพส่วนบุคคล และปัจจัยด้านการเรียน ได้แก่ ชั้นปีการศึกษา มีความสัมพันธ์กับระดับความเครียดของนักศึกษา สาขาวิชาสาธารณสุขศาสตร์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.005 และ 0.001 ตามลำดับ แต่เมื่อนำเข้าสมการวิเคราะห์การถดถอยโลจิสติก ด้วยวิธี Forward Stepwise ผลการศึกษาพบว่า ตัวแปรกลุ่มนักศึกษาชั้นปีที่ 2 มีความเครียดมากกว่ากลุ่มนักศึกษาชั้นปีที่ 1 เป็น 3.178 เท่า (95% CI : 1.643 – 6.148) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.016 และบุคลิกภาพแบบ A มีความเครียดมากกว่า กลุ่มบุคลิกภาพแบบ B 2.278 เท่า (95% CI : 1.164 – 4.459) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.012

คำสำคัญ: ความเครียด; ปัจจัยที่มีผลต่อความเครียด; นักศึกษาสาธารณสุขศาสตร์

ประเภทบทความ: บทความวิจัย

¹ นักศึกษาปริญญาเอกการศึกษาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาสุศึกษาและพลศึกษา คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ 114 ซอย สุขุมวิท 23 แขวง คลองเตยเหนือ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร 10110, ประเทศไทย
อีเมล: Redbobby52@hotmail.com

² ภาควิชาสุศึกษา คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

³ ภาควิชาสรีรวิทยา คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

The Factors Influenced Stress of Public Health Students in College of Allied Health Sciences, Suan Sunandha Rajabhat University, Samutsongkhram Campus

Tammasak Saykaew¹ Sununta Srisiri² Somrudee Saiyudthong³

Abstract

The purpose of this research was to study stress levels and the factors influenced stress levels of Public Health Students in College of Allied Health Sciences, Suan Sunandha Rajabhat University, Samutsongkhram campus. The samples of this study consisted of 189 Public Health Student On 1-3 level of undergraduate students, Academic year 2018. The data were collected by questionnaire and analyzed by frequency percentages Chi – square test and Logistic regression analysis.

The result found the students 49% had severe stress level. The factors associated with stress level of Public Health Student in College of Allied Health Sciences, Suan Sunandha Rajabhat University, Samutsongkhram campus were the personal factors such as personality and the study factors such as level of undergraduate students that a significance level at 0.005 and 0.001 respectively. After analyzed the linear logistic regression analysis with Forward Stepwise method. The results showed that the second level of undergraduate students had stress more than the first level of undergraduate students at 3.178 (95% CI : 1.643 - 6.148) with statistically significant at 0.016 and personality type A had stress more than Personality group type B at 2.278 (95% CI: 1.164 - 4.459) with statistical significance at 0.012

Keywords: Stress; Factors influenced stress; Public Health Students

Type of Article: Research Article

¹ Doctor of Education degree in Health Education and Physical Education, Faculty of Physical Education, Srinakharinwirot University.

114 Sukhumvit 23, Khlong Tan Nuea, Wattana District, Bangkok 10110, Thailand
Email: Redbobby52@hotmail.com

² Department of Health Education, Faculty of Physical Education, Srinakharinwirot University.

³ Department of Physiology, Faculty of Medicine, Srinakharinwirot University

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

สภาพการณ์ที่เปลี่ยนแปลงทำให้การดำเนินชีวิตของคนเราต้อง แข่งขันกันมากขึ้น ต้องเผชิญกับเหตุการณ์ต่างๆ รอบตัวแบบไม่คาดคิดไว้ก่อน และหลายๆ คนที่ไม่สามารถแก้ไขหรือปรับตัวได้ จึงเกิดมีอาการเครียด

จากสถิติกรมสุขภาพจิต พบว่า ในปี พ.ศ. 2560 วัยรุ่นไทยกลุ่มอายุ 20 – 24 ปี มีอัตราการฆ่าตัวตาย 4.94 ต่อประชากรแสนคน และเพิ่มขึ้นเป็น 5.33 ต่อประชากรแสนคนในปี พ.ศ. 2561 เมื่อจำแนกตามประเภทของปัญหาที่ส่งผลให้มีการคิดฆ่าตัวตาย ได้แก่ ปัญหาความเครียดหรือวิตกกังวล ปัญหาความรัก และซึมเศร้า ตามลำดับ (Department of Mental Health, 2019)

จากการทบทวนเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความเครียด และปัจจัยที่มีผลต่อการเกิดความเครียด ในนักศึกษาปริญญาตรีทุกชั้นปี ระหว่างปี พ.ศ. 2551 – 2560 พบว่า ปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ บุคลิกภาพ ค่าใช้จ่ายต่อเดือน ปัญหาสุขภาพ ลักษณะการอยู่อาศัย (Apiwatanasiri et al., 2007, pp. 416 – 424; Thaweekoon et al., 2012, pp. 1-11; Khanthakhuarn, 2015; Essel & Owusu, 2017) ปัจจัยด้านครอบครัว ได้แก่ สถานภาพสมรสของบิดามารดา บุคคลที่ปรึกษาหรือขอความช่วยเหลือ และสัมพันธ์กับครอบครัว (Wonglakorn et al., 2011; Hochin, 2014; Boostel, 2017) ปัจจัยด้านการเรียน ได้แก่ ชั้นปี คะแนนเฉลี่ยสะสม สัมพันธภาพระหว่างกับเพื่อน และอาจารย์ (Sattung 2012; Chantaraseema, 2012; Lertsakornsiri, 2015) ปัจจัยเหล่านี้ล้วนมีความสัมพันธ์กับการเกิดความเครียดในกลุ่มนักศึกษาทั้งสิ้น

วิทยาลัยสหเวชศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา เป็นสถาบันอุดมศึกษาที่ได้ผลิตบุคลากรด้านสาธารณสุขศาสตร์ ซึ่งมีการควบคุมคุณภาพของ

หลักสูตร โดยสภาวิชาชีพการสาธารณสุขชุมชน ทำให้นักศึกษาต้องมีความสามารถทั้งทางด้านทฤษฎี และการปฏิบัติอย่างมาก จึงอาจจะก่อให้เกิดความเครียดแก่นักศึกษาได้ ความเครียดที่รุนแรงจะทำให้ความตั้งใจในการศึกษาลดลง ผลการเรียนรู้ตกต่ำ จนไม่

สามารถเรียนต่อไปได้ หรือถ้าเรียนต่อจนสำเร็จ การศึกษาได้จะทำให้วิชาชีพการสาธารณสุขชุมชนมีบุคลากรที่ไม่สมบูรณ์พร้อม ในด้านจิตใจอาจส่งผลกระทบต่อ การให้บริการสุขภาพไม่มีประสิทธิภาพ (Rose, 1996) ด้วยเหตุนี้ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาความเครียดและปัจจัยที่มีผลของนักศึกษาสาธารณสุขศาสตร์เพื่อใช้เป็นข้อมูลพื้นฐานสำหรับผู้บริหาร และอาจารย์ที่ปรึกษาในการจัดกิจกรรมหรือกระบวนการจัดการความเครียดของนักศึกษาสาธารณสุขศาสตร์ในอนาคตต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับความเครียดและปัจจัยที่มีผลต่อความเครียดของนักศึกษาสาธารณสุขศาสตร์ ในวิทยาลัยสหเวชศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา ศูนย์การศึกษาจังหวัดสมุทรสงคราม
2. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยที่มีผลต่อความเครียดกับระดับความเครียดของนักศึกษาสาธารณสุขศาสตร์ ในวิทยาลัยสหเวชศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา ศูนย์การศึกษาจังหวัดสมุทรสงคราม

สมมุติฐานในการวิจัย

ปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยด้านครอบครัว ปัจจัยด้านการเรียน และปัจจัยด้านสังคม มีความสัมพันธ์กับความเครียดของนักศึกษาสาธารณสุขศาสตร์ ในวิทยาลัยสหเวชศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา ศูนย์การศึกษาจังหวัดสมุทรสงคราม

ขอบเขตของการวิจัย

การวิจัยนี้เป็นการศึกษาในนักศึกษา สาธารณสุขศาสตร์ วิทยาลัยสหเวชศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา ศูนย์การศึกษา จังหวัดสมุทรสงครามที่กำลังศึกษาในชั้นปีที่ 1 - 3 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2560 จำนวน 189 คน ศึกษาวิจัยในระหว่างวันที่ 1 ตุลาคม 2560 ถึงวันที่ 30 มิถุนายน 2561

นิยามศัพท์

ความเครียด (Stress) (La Zarus, as cited in Department of Mental Health, 1998, p. 12) ได้อธิบายไว้ว่า **ความเครียด** หมายถึง ภาวะความไม่สมดุลทางอารมณ์ ซึ่งเกิดจากกระบวนการรับรู้ หรือ การประเมินของบุคคลต่อสิ่งที่เข้า มาในประสบการณ์ ว่า สิ่งนั้นเป็นสิ่งที่คุกคามโดยเป็นผลจากการกระทำร่วมกันของสภาพแวดล้อมภายนอก อันได้แก่ สิ่งแวดล้อม ในสังคม ในการทำงาน ในธรรมชาติ และเหตุการณ์ ต่างๆ ในชีวิตกับปัจจัยภายใน ของบุคคล เช่น ทักษะคติ ลักษณะประจำตัว อารมณ์ ประสบการณ์ในอดีต ตลอดจนความต้องการของ บุคคลนั้น

นักศึกษามหาวิทยาลัย หมายถึง นักศึกษา สาขาสาธารณสุขศาสตร์ วิทยาลัยสหเวชศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา ศูนย์การศึกษาจังหวัดสมุทรสงคราม ชั้นปีที่ 1 - 3 ปีการศึกษา 2560

บุคลิกภาพ แบบ A (Friedman and Rosenman, 1974) หมายถึง เป็นบุคลิกภาพของนักศึกษาที่มีลักษณะใจเร็ว ใจร้อน มีความก้าวหน้า การแข่งขันสูง และมุ่งผลสัมฤทธิ์ กลุ่มนี้จะเป็นลักษณะที่สำคัญก็คือ มักจะชอบทำงานหลายๆ อย่างในเวลาเดียวกัน เช่น อ่านหนังสือไปพร้อมกับทานอาหาร เป็นต้น ผลเสียก็คือมักจะกลายเป็นผู้ที่ป่วย และมีอัตราการเสียชีวิตด้วยโรคหัวใจระดับสูง

ปัจจัยด้านครอบครัว เป็นปัจจัยที่แสดงถึงความสัมพันธ์ภาพของนักศึกษากับบุคคลต่างๆ ในครอบครัว ในยามทุกข์ ยามสุข ได้แก่ การขอคำปรึกษา และสัมพันธ์ภาพกับบุคคลต่างๆ ในครอบครัว

ปัจจัยด้านการเรียน เป็นปัจจัยต่างๆ ที่เกี่ยวกับการศึกษา ได้แก่ ระดับชั้นปี คะแนนเฉลี่ยสะสม การปรึกษา และสัมพันธ์ภาพกับบุคคลต่างๆ

ปัจจัยด้านสังคม เป็นปัจจัยต่างๆ ที่แสดงถึงความสัมพันธ์ภาพของนักศึกษากับบุคคลต่างๆ ในสังคม การเรียน ในยามมีปัญหาที่ไม่สบายใจ ได้แก่ สัมพันธ์ภาพกับเพื่อน และอาจารย์ที่ปรึกษา

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

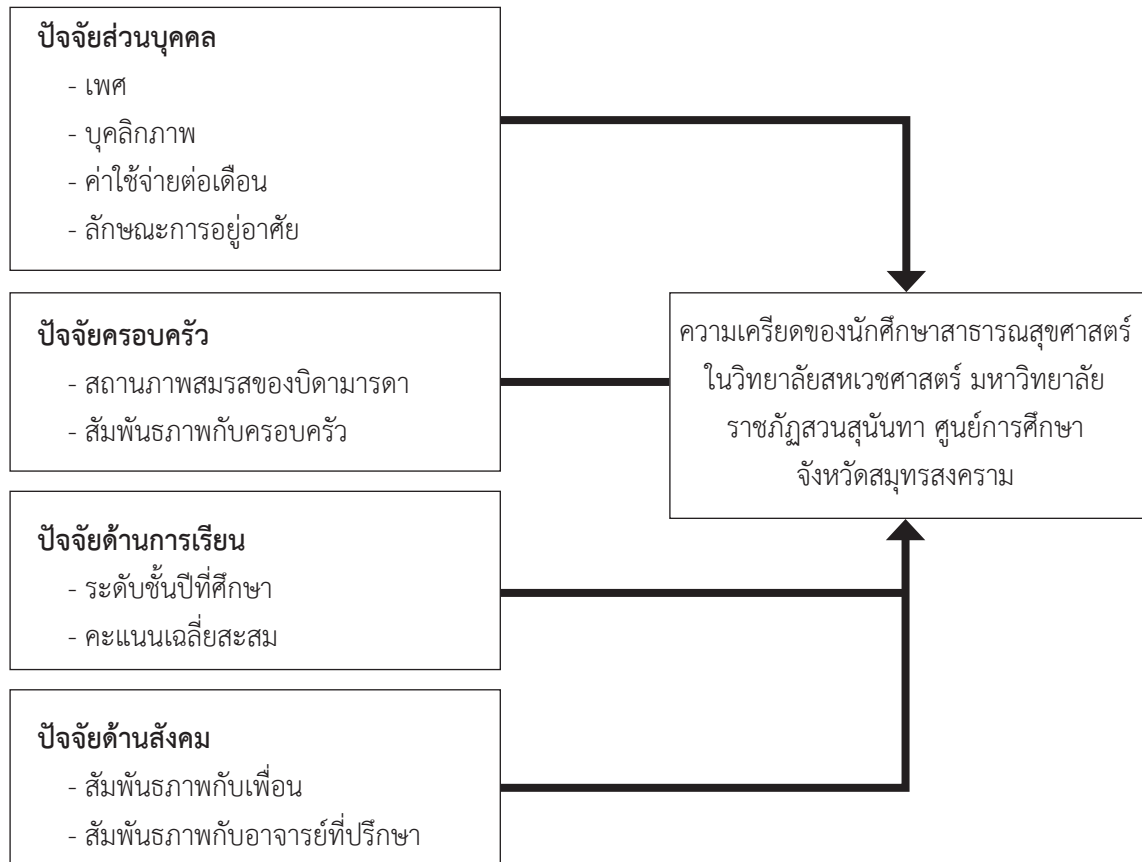
1. ทราบถึงระดับความเครียดและปัจจัยที่มีผลกระทบต่อความเครียดของนักศึกษาสาธารณสุขศาสตร์ วิทยาลัยสหเวชศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา ศูนย์การศึกษาจังหวัดสมุทรสงคราม
2. เพื่อใช้เป็นแนวทางในการบริหารจัดการ พัฒนารูปแบบการเรียนการสอน และปรับสภาพแวดล้อมให้เหมาะสมกับนักศึกษาสาธารณสุขศาสตร์ วิทยาลัยสหเวชศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา ศูนย์การศึกษาจังหวัดสมุทรสงคราม

กรอบแนวคิดในการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้มุ่งศึกษา ตามแนวคิดลาซารัส (Lazarus & Folkman, 1984) ซึ่งเป็นทฤษฎีความเครียด เชิงจิตวิทยาที่เชื่อว่าความเครียด เกิดจากกระบวนการรับรู้ หรือการประเมินของนักศึกษาต่อการมีปฏิสัมพันธ์กันระหว่างบุคคลและสิ่งแวดล้อม อันเป็นผลจากการกระทำร่วมกันของสภาพแวดล้อมภายนอก และปัจจัยภายใน ของบุคคล ประสบการณ์ในอดีต มีอิทธิพลซึ่งกันและกัน สามารถเปลี่ยนแปลงได้ตลอดเวลา เมื่อนักศึกษาเข้ามาอยู่ในรั้ว มหาวิทยาลัยเอง ได้แก่ ปัจจัยส่วนบุคคล ประกอบด้วย เพศ บุคลิกภาพ

ส่วนบุคคล ค่าใช้จ่ายต่อเดือน และลักษณะที่อยู่อาศัย ปัจจัยครอบครัว ประกอบด้วย สถานภาพสมรสของบิดามารดา และสัมพันธ์ภาพกับครอบครัว ปัจจัยด้านการเรียน ประกอบด้วย ระดับชั้นปีที่ศึกษา คะแนนเฉลี่ยสะสม และปัจจัยด้านสังคม ได้แก่ สัมพันธภาพกับเพื่อน และสัมพันธ์ภาพกับอาจารย์ที่ปรึกษา ซึ่งปัจจัย

ต่างๆ เหล่านี้เป็นปัจจัยทางสังคมและสิ่งแวดล้อม ที่นักศึกษาต้องปรับตัวเข้าได้ต่อการเปลี่ยนแปลงระหว่างสภาพแวดล้อมเดิมกับสภาพแวดล้อมใหม่ ถ้านักศึกษาสามารถเรียนรู้และปรับตัวได้ย่อมไม่เกิดปัญหาใดๆ แต่ถ้าไม่สามารถปรับตัวได้ย่อมเกิดความเครียดตามมา



ภาพ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

แนวคิด ทฤษฎี

ความหมายของความเครียด

ลาซารัส และโฟล์คแมน (Lazarus and Folkman, 1984, p. 21) ให้ความหมายของความเครียดว่าเป็นผลจากความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลกับสิ่งแวดล้อม โดยที่

บุคคลเป็นผู้ประเมินด้วยบุคลิกลักษณะของตนเอง ส่วนหนึ่งและตามธรรมชาติของเหตุการณ์ในขณะนั้นว่าความสัมพันธ์เกินขีดความสามารถหรือทรัพยากรที่มีอยู่ ที่ตนเองจะใช้ต่อต้านได้ และรู้สึกว่าคุณค่าหรือเป็นอันตรายต่อความเป็นสุข

สาเหตุของความเครียด

โดยทั่วไปสาเหตุที่อาจทำให้เกิดความเครียดจะมีได้หลายอย่างและอาจเกิดพร้อมกันไปได้ซึ่งสามารถแบ่งออกได้ เป็น 3 กลุ่ม ใหญ่ๆ ดังนี้

1. ปัจจัยสภาพแวดล้อมภายนอก ได้แก่ สภาพเศรษฐกิจ เทคโนโลยี หรือวิทยาการ กฎหมายและการเมือง กระแสโลกาภิวัตน์ ปัญหาสังคมในเรื่องต่างๆ

2. ปัจจัยในระดับองค์กร ได้แก่ ปัจจัยในเรื่องงาน บทบาทหน้าที่และความรับผิดชอบ ความสัมพันธ์กับเพื่อนร่วมงาน สถานการณ์ปัญหาขององค์กร

3. ปัจจัยระดับบุคคล ปัญหาด้านบุคลิกภาพ และลักษณะบุคคล ปัญหาทางด้านจิตใจ การเปลี่ยนแปลงชีวิต ความแตกต่างด้านเพศ ปัญหาส่วนบุคคล ปัญหาครอบครัว ปัญหาทางการเงิน

การประเมินและการวิเคราะห์ความเครียด

เป็นการประเมินตามระดับความเครียดโดยใช้ค่าคะแนนตามเกณฑ์ของกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข โดยแบ่งออกเป็น 5 ระดับ ดังนี้

ระดับคะแนน 0 - 5 ท่านมีความเครียดอยู่ในระดับต่ำกว่าเกณฑ์ปกติ ระดับคะแนน 6 - 17 ท่านมีความเครียดอยู่ในเกณฑ์ปกติ ระดับคะแนน 18 - 25 ท่านมีความเครียดอยู่ในระดับสูงกว่าปกติเล็กน้อย ระดับคะแนน 26 - 29 ท่านมีความเครียดอยู่ในระดับสูงกว่าปกติปานกลาง

กล่าวโดยสรุป ความเครียดระดับต่างๆ ล้วนส่งผลกระทบต่อร่างกาย หากไม่สามารถจัดการหรือปรับตัวได้ อาจส่งผลให้เกิดการเจ็บป่วยทั้งทางร่างกายและจิตใจต่อตนเอง รวมถึงส่งผลในระดับองค์กรและประเทศอย่างมาก

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

Chomngam and Armartpundit (2012) ศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อระดับความเครียดในการฝึกปฏิบัติงาน

ภาคสนามของนักศึกษาประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูง สาธารณสุขในวิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธรจังหวัดอุบลราชธานี พบว่ากลุ่มตัวอย่าง มีความเครียดเฉลี่ยร้อยละ 80.5 ($SD = 16.8$) จากการวิเคราะห์ความสัมพันธ์เบื้องต้นพบว่าแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์มีระดับความสัมพันธ์เชิงบวกมากที่สุด ($r = 0.25, p\text{-value} < 0.01$) รองลงมาได้แก่ การรับรู้สัมพันธภาพในครอบครัว ($r = 0.24, p\text{-value} < 0.01$) การผ่อนคลายในชีวิตประจำวัน ($r = 0.22, p\text{-value} < 0.01$) และปัจจัยอื่นๆ พบความสัมพันธ์ในระดับต่ำ พบว่ากลุ่มปัจจัยศึกษามีอำนาจการทำนายความเครียดร้อยละ 8.9 ($R^2 = 0.096, R^2 \text{ adjusted} = 0.089, F = 25.7, p\text{-value} < 0.001$) ตัวแปรที่เป็นปัจจัยทำนายได้แก่ แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์เป็นตัวแปรที่ดีที่สุด (Best Predictor) รองลงมาได้แก่ การฝึกงานในโรงพยาบาลศูนย์ สัมพันธภาพในครอบครัวดังนั้น ควรนำตัวแปรที่ค้นพบไปวางแผนแก้ปัญหาให้ตรงตามสาเหตุ อันจะลดความเครียดในขณะฝึกงานให้ลดลงและมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในระยะยาวต่อไป

Changprasert (2018) ศึกษาระดับบุคลิกภาพ ห่วงศ์ประกอบ การปรับตัว และความเครียดของนายทหารนักเรียนชั้นบังคับหมวด จำนวน 400 คน พบว่า 1) นายทหารนักเรียนมีระดับความเครียดอยู่ในระดับสูง มีคะแนนเฉลี่ย 3.98 และมีลักษณะบุคลิกภาพห่วงศ์ประกอบที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด คือ บุคลิกภาพแบบมีจิตสำนึก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.9 2) นักเรียนที่มีบุคลิกภาพแตกต่างกัน มีความเครียดแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ 0.01 3) นายทหารนักเรียนที่มีการปรับตัวด้านร่างกายแตกต่างกัน มีความเครียดแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 4) บุคลิกภาพแบบหัวน้าว และอายุ 30 - 39 ปี พยากรณ์ความเครียด ได้ร้อยละ 42.3 ค่าความคลาดเคลื่อนมีค่าเท่ากับ 5.351

Sihawong (2018, pp. 93 - 106) ศึกษา ระดับความเครียด ศึกษาปัจจัยที่ทำให้เกิดความเครียด ในนักศึกษาพยาบาล และสำรวจแนวทางจัดการกับความเครียดของนักศึกษาพยาบาล คณะพยาบาล ศาสตร์ มหาวิทยาลัยอุบลราชธานี ชั้นปีที่ 1 - 4 ทุกราย จำนวน 294 ราย ผลการศึกษาพบว่า นักศึกษาพยาบาล มีความเครียดในระดับสูง (high stress) คิดเป็นร้อยละ 51.70 และมีความเครียดในระดับรุนแรง (severe stress) คิดเป็น ร้อยละ 20.10 ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ กับความเครียดของนักศึกษาพยาบาลอย่างมีนัยสำคัญ ทาง สถิติที่ระดับ 0.01 คือ ปัจจัยด้านลักษณะส่วนบุคคล ปัจจัยด้านการเรียน ปัจจัยด้านสัมพันธภาพ ปัจจัยด้านเศรษฐกิจ ปัจจัยด้านกิจกรรม และปัจจัย ด้านความคาดหวัง

Kabir Garg, Manu Agarwal and Pronob Kumar Dalal (2018, pp. 502 - 504) เป็นการศึกษาความ เครียด และความสัมพันธ์ขั้นต้นปีและเพศ กับความเครียด ในนักศึกษาแพทย์ทางตอนเหนือของประเทศอินเดีย เป็นการศึกษาแบบภาพตัดขวาง กลุ่มตัวอย่างเป็น นักศึกษาแพทย์ 260 คน ผลการวิจัยพบว่า นักศึกษาปี สุดท้ายจะกังวลในระดับสูงมากเกี่ยวกับบุคลิกภาพส่วนบุคคลและความสามารถของตนเอง นักศึกษาชั้นปีที่ 2 กังวลมากเกี่ยวกับความไม่พร้อมของคณะ และการมี ข้อมูลสะท้อนกลับของคณะที่ไม่เพียงพอ นักศึกษาชั้น ปีที่ 1 จะกังวลใจมากเกี่ยวกับด้านการเงิน เพศชายให้ ความสำคัญกับความกังวลทางการเงินมากกว่าเพศหญิง

Esam Halboub, et al. (2018, pp. 37 - 45) เป็นการศึกษาการรับรู้ความเครียดและสาเหตุความ เครียดในนักศึกษาทันตแพทย์ในมหาวิทยาลัย Jazan ประเทศซาอุดีอาระเบีย เป็นการศึกษาแบบภาพตัดขวาง เก็บข้อมูลโดยใช้แบบสอบถาม DES คะแนนรวมของ ความเครียดทั้งหมด เป็นคะแนนปัจจัยบุคคลที่อธิบาย และวิเคราะห์ความแตกต่างของปัจจัย เพศ ระดับการ ศึกษา สถานภาพสมรส และระดับเกรดเฉลี่ย ผลการ

วิจัยพบว่านักศึกษาทันตแพทย์ 366 คน ร้อยละ 57 เป็น เพศหญิงและนักศึกษาที่แต่งงานแล้วมีความเครียดสูง กว่ากลุ่มอื่นๆ ระดับการศึกษาที่มีความสัมพันธ์กับระดับ ความเครียด ระดับความเครียดจะมีค่าน้อยในระดับ เกรดเฉลี่ยสะสมที่สูง ระดับการศึกษาและเพศสามารถ ร่วมกันทำนายความเครียดได้ร้อยละ 40

จากการทบทวนเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง มี ปัจจัยหลายด้านหรือตัวแปรต่างๆ ที่ส่งผลต่อการ ดำเนินชีวิตของนักศึกษาในมหาวิทยาลัยทุกชั้นปี โดย พบว่าตัวแปร เพศ ชั้นปี การเรียนการสอน คณะ เน้น เฉลี่ยสะสม ค่าใช้จ่ายต่อเดือน สถานภาพสมรสของบิดา มารดา ลักษณะการอยู่อาศัย บุคลิกภาพ บุคคลที่ท่าน ปรึกษา หรือขอความช่วยเหลือ สาเหตุที่ทำให้เครียด สัมพันธภาพระหว่างนิสิตกับเพื่อนล้วนมีความสัมพันธ์ กับการเกิดความเครียดในกลุ่มนักศึกษาที่มีการศึกษา มา ดังนั้นผู้วิจัยจึงสนใจในตัวแปร ปัจจัยต่างๆ เหล่านี้ว่า มีผลต่อความเครียดอย่างไร และจัดการกับความเครียด ได้อย่างมีประสิทธิภาพทำให้นักศึกษาประสบผล สัมฤทธิ์ในการศึกษาต่อไปในอนาคตได้อย่างไร

ระเบียบวิธีวิจัย

1. วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบภาพตัดขวาง (Crossectional study)

2. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ นักศึกษา สาธารณสุขศาสตร์ ในวิทยาลัยสหเวชศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา ศูนย์การศึกษา จังหวัดสมุทรสงคราม ที่กำลังศึกษาในชั้นปีที่ 1 - 3 ปี การศึกษา 2560 ทั้งหมด จำนวน 189 คน ดำเนินการ ศึกษาวิจัยในระหว่างวันที่ 1 ตุลาคม 2560 ถึงวันที่ 30 มิถุนายน 2561

3. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นแบบสอบถาม มีทั้งหมด 3 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 เป็นข้อคำถามเกี่ยวกับข้อมูลของประชากรตัวอย่างประกอบด้วยข้อคำถาม เพศ ชั้นปีการศึกษา คะแนนเฉลี่ยสะสม การอยู่ด้วยกันของบิดามารดา ค่าใช้จ่ายต่อเดือน อาชีพของบิดา อาชีพของมารดา บุคลิกภาพส่วนตัว บุคคลที่ปรึกษาหรือขอความช่วยเหลือ สัมพันธภาพกับบุคคลต่างๆ สาเหตุความเครียด วิธีจัดการความเครียด จำนวน 11 ข้อเป็นแบบสอบถามที่มีลักษณะเป็นข้อคำถามแบบเลือกตอบ (Checklist) แบบเติมข้อความ (Open-ended)

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามเกี่ยวกับสัมพันธภาพระหว่างนักศึกษา กับบุคคลต่าง ลักษณะข้อคำถามเป็นระดับความคิดเห็นและความรู้สึกของท่านต่อเพื่อน ครอบครัว และอาจารย์ที่ปรึกษา จำนวน 5 ข้อคำถาม ท่านมีความรู้สึกอย่างไรต่อเพื่อน ครอบครัว บิดา มารดา และอาจารย์ที่ปรึกษา โดยกำหนดเกณฑ์การให้คะแนน ดังนี้ มากที่สุดได้ 4 คะแนน, มากได้ 3 คะแนน, น้อยได้ 2 คะแนน, น้อยที่สุดได้ 1 คะแนน

การแบ่งเกณฑ์เฉลี่ยเพื่ออธิบายผลและตัวแปรของ Kiess (1989) โดยแบ่งออกเป็น 2 ระดับดังนี้

$$\frac{\text{ช่วงคะแนนเท่ากับ} = \text{คะแนนสูงสุด} - \text{คะแนนต่ำสุด}}{\text{ระดับที่ต้องการ}}$$

การแบ่งกลุ่มคะแนนเพื่อจัดกลุ่มสัมพันธภาพโดยภาพรวมเป็น 2 กลุ่ม โดยใช้คะแนนรวมและใช้การประเมินแบบอิงเกณฑ์ (Criterion Reference) ดังนี้

ช่วงคะแนนรายข้อ 2.6 – 4 คะแนน

หมายถึง มีสัมพันธภาพมาก

ช่วงคะแนนรายข้อ 1 – 2.5 คะแนน

หมายถึง มีสัมพันธภาพน้อย

ส่วนที่ 3 แบบสอบถามความเครียดของนักศึกษา ที่ผู้วิจัยใช้แนวทางวัดและประเมินตาแบบสอบถามของกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข จำนวน 20 ข้อ ซึ่งสอบถามถึงพฤติกรรมหรือความรู้สึกที่เกิดขึ้นในเวลา 2 เดือนที่ผ่านมา โดยมีวิธีการให้คะแนนแบบสอบถาม ดังนี้ เกณฑ์การให้คะแนน ได้แก่ การแปลผลคะแนนตามเกณฑ์ของกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข ได้แก่ 0 – 5 คะแนน แสดงว่า ผู้ตอบอาจตอบไม่ตรงตามความจริง, 6 – 17 คะแนน แสดงว่า ปกติ / ไม่เครียด, 18 – 25 คะแนน แสดงว่า เครียดสูงกว่าปกติเล็กน้อย, 26 – 29 คะแนน แสดงว่า เครียดปานกลางหรือเข้าใจคำถามคลาดเคลื่อน, 30 คะแนนขึ้นไป แสดงว่า เครียดมาก

การแบ่งกลุ่มคะแนนเพื่อจัดกลุ่มความเครียดเป็น 2 กลุ่ม โดยใช้คะแนนรวมและใช้การประเมินแบบอิงเกณฑ์ (Criterion Reference) ดังนี้

18 – 60 คะแนน หมายถึง มีความเครียด

0 – 17 คะแนน หมายถึง ไม่มีภาวะความเครียด (ปกติ)

การหาคุณภาพเครื่องมือ

ผู้วิจัยดำเนินการหาคุณภาพแบบสอบถามตามขั้นตอนดังนี้

1. การหาค่าความเที่ยงตรงตามเนื้อหา (Validity)

ตรวจสอบความตรงของเนื้อโดยให้ผู้เชี่ยวชาญด้านสุขภาพจิต และด้านพฤติกรรมศาสตร์ จำนวน 5 ท่าน ประเมินความเที่ยงตรงเนื้อโดยดำเนินการหาความตรงเชิงเนื้อหา (Content validity) ค่าดัชนีความตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity Index = CVI) (Polit & Beck, 2012, p. 337) ของแบบสอบถามเกี่ยวกับสัมพันธภาพ ซึ่งได้ค่าความเที่ยงเท่ากับ 0.93 โดยได้รับคำแนะนำให้ปรับข้อคำถามจากเลือกตอบ ให้เป็นแบบตารางเช็ครายชื่อ และนำข้อมูลรายละเอียดย่อยเป็นข้อคำถามย่อยเพื่ออธิบายข้อคำถามทั้ง 5 ข้อของแบบวัดสัมพันธภาพ

2. การหาความเชื่อมั่น (Reliability)

ทำการปรับแก้ตามข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญ แล้วนำไปทดลองใช้ (Try - out) กับนักศึกษาสาขาวิทยาศาสตร์สุขภาพ สาขาการดูแลเด็กและผู้สูงอายุ วิทยาลัยสหเวชศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา แล้วนำมาวิเคราะห์หาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) จากการหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาตามวิธีของ Cronbach โดยมีค่า แบบสอบถามความเครียด และแบบสอบถามสัมพันธภาพของนักศึกษา มีความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.78 และ 0.71 ตามลำดับ

การเก็บรวบรวมข้อมูล

หลังปรับแก้ไขเครื่องมือเสร็จสิ้น ผู้วิจัยดำเนินการเก็บข้อมูลด้วยตัวผู้วิจัยเอง และตรวจสอบความถูกต้องหลังกลุ่มตัวอย่างตอบว่าได้ข้อมูลครบถ้วน ถูกต้องหรือไม่ แล้วนำข้อมูลไปวิเคราะห์ทางสถิติ

การวิเคราะห์ข้อมูล

ข้อมูลทั่วไป วิเคราะห์โดยการแจกแจงความถี่ และหาค่าร้อยละ ทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยที่ก่อให้เกิดความเครียดกับระดับความเครียด โดยใช้ค่าสถิติ สถิติไคส์สแควร์ Chi - square และวิเคราะห์ปัจจัยเพื่อค้นหาตัวพยากรณ์ปัจจัยสาเหตุความเครียด โดยใช้การวิเคราะห์ความถดถอยโลจิสติก (Logistic regression analysis)

การพิทักษ์สิทธิ

การศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยได้ชี้แจงให้กลุ่มประชากรทราบวัตถุประสงค์ในการศึกษา ข้อมูลที่ได้จากการตอบทั้งหมดผู้ศึกษาจะเก็บเป็นความลับและจะใช้ประโยชน์ในการศึกษาเท่านั้น การศึกษาวิจัยครั้งนี้ได้ผ่านการพิจารณาและรับรองจากคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา ตามเอกสารรับรองหมาย COA.

1-046/2017 เมื่อวันที่ 17 กรกฎาคม พ.ศ. 2560

ผลการวิจัย

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของประชากรกลุ่มตัวอย่าง

1.1 ปัจจัยส่วนบุคคล

เพศ กลุ่มประชากรส่วนใหญ่ จำนวน 176 คน คิดเป็นร้อยละ 93.12 เป็นเพศหญิง และรองลงมา เป็นเพศชาย จำนวน 13 คน คิดเป็นร้อยละ 6.97

บุคลิกภาพส่วนบุคคล พบว่ากลุ่มประชากรส่วนใหญ่มีลักษณะนิสัย

บุคลิกแบบ บี จำนวน 132 คน คิดเป็นร้อยละ 69.8 โดยมีบุคลิก ลักษณะนิสัยส่วนตัวอ่อนไหวง่าย จำนวน 88 คน คิดเป็นร้อยละ 66.66 รองลงมาเป็นคนเรียบร้อย จำนวน 69 คน คิดเป็นร้อยละ 52.27 และต่ำสุด เป็นคนเรียบเงียบไม่ค่อยกล้าแสดงออก อยู่ในระเบียบ จำนวน 66 คน คิดเป็นร้อยละ 50.00

บุคลิกแบบ เอ จำนวน 57 คน คิดเป็นร้อยละ 30.15 ได้แก่ กลุ่มประชากรลักษณะซีโมโท จำนวน 39 คน คิดเป็นร้อยละ 68.42 รองลงมา กลุ่มประชากรที่มีลักษณะนิสัยส่วนตัวมั่นใจในตัวเอง จำนวน 14 คน คิดเป็นร้อยละ 24.56 และต่ำสุดกลุ่มประชากรที่มีลักษณะนิสัยส่วนตัวเอาแต่ใจตนเอง จำนวน 11 คน คิดเป็นร้อยละ 19.29

ค่าใช้จ่ายต่อเดือน กลุ่มประชากรส่วนมากมีค่าใช้จ่ายต่อเดือน ต่ำกว่า 5,000 บาท จำนวน 106 คน คิดเป็นร้อยละ 56.1 และต่ำสุดร้อยละ 43.9 หรือ 83 คน มีค่าใช้จ่ายต่อเดือน อยู่ระหว่าง 5,001 - 14,000 บาท โดยกลุ่มประชากรมีค่าใช้จ่ายต่อเดือนเฉลี่ยเท่ากับ 5,383.06 บาท

ลักษณะที่พักอาศัย ซึ่งนักศึกษาส่วนใหญ่อาศัยอยู่หอพัก จำนวน 165 คิดเป็นร้อยละ 87.30 รองลงมา เข้าบ้านอยู่ จำนวน 17 คน คิดเป็นร้อยละ 8.99 และพักบ้านตนเอง จำนวน 7 คน คิดเป็นร้อยละ 3.70

1.2 ปัจจัยครอบครัว

สถานภาพสมรสบิดามารดา

กลุ่มประชากรส่วนมากมารดาและบิดามีสถานภาพสมรสคู่ อยู่ด้วยกัน จำนวน 135 คน คิดเป็นร้อยละ 71.42 รองลงมามีสถานภาพสมรสแยกกันอยู่ จำนวน 37 คน คิดเป็นร้อยละ 19.57 และต่ำสุดมีสถานภาพสมรสหย่า จำนวน 17 คน คิดเป็นร้อยละ 9.01

ความสัมพันธ์ภาพกับครอบครัว

ส่วนใหญ่กลุ่มประชากรมีความสัมพันธ์ภาพกับครอบครัวมาก จำนวน 180 คน คิดเป็นร้อยละ 95.23 แต่มีสัมพันธ์ภาพกับครอบครัวน้อยเพียง จำนวน 9 คน คิดเป็นร้อยละ 4.76 ตามลำดับ

1.3 ปัจจัยด้านการเรียน

ชั้นปีที่ศึกษา

กลุ่มประชากร ส่วนใหญ่ กำลังศึกษาอยู่ในชั้นปีที่ 1 จำนวน 81 คน คิดเป็นร้อยละ 42.85 รองลงมา กำลังศึกษาในชั้นปีที่ 2 จำนวน 62 คน คิดเป็นร้อยละ 32.80 และต่ำสุด กำลังศึกษาในชั้นปีที่ 3 จำนวน 48 คน คิดเป็นร้อยละ 25.39

ระดับเกรดเฉลี่ยสะสม

กลุ่มประชากร ส่วนมากมีระดับผลการเรียนอยู่ในระดับดี (2.51 – 3.00) จำนวน 83 คน คิดเป็นร้อยละ 43.91 รองลงมา กลุ่มประชากร มีระดับผลการเรียนอยู่ในระดับดีมาก (3.01 – 4.00) จำนวน 54 คน คิดเป็นร้อยละ 28.57 กลุ่มประชากร มีระดับผลการเรียนอยู่ในระดับปานกลาง (2.01 – 2.50) จำนวน 46 คน คิดเป็นร้อยละ 24.33 และต่ำสุด มีระดับผลการเรียนอยู่ในระดับอ่อน (1.00 – 2.00) จำนวน 6 คน คิดเป็นร้อยละ 3.17

1.4 ปัจจัยด้านสังคม

สัมพันธ์ภาพระหว่างนักศึกษากับเพื่อน

ส่วนใหญ่กลุ่มประชากร มีสัมพันธ์ภาพกับเพื่อนมาก จำนวน 168 คิดเป็นร้อยละ 88.88 มีเพียงจำนวน 21 มีสัมพันธ์ภาพกับเพื่อนน้อย คิดเป็นร้อยละ 11.11

สัมพันธ์ภาพระหว่างนักศึกษากับอาจารย์

ส่วนใหญ่กลุ่มประชากร มีสัมพันธ์ภาพกับเพื่อนมาก จำนวน 126 คิดเป็นร้อยละ 66.66 มีเพียงจำนวน 63 มีสัมพันธ์ภาพกับเพื่อนน้อย คิดเป็นร้อยละ 33

ส่วนที่ 2 ระดับความเครียดของนักศึกษา

2.1 ระดับความเครียด

จากการศึกษาพบว่า กลุ่มประชากร มีภาวะความเครียด จำนวน 93 คน คิดเป็นร้อยละ 49.20 และไม่มีความเครียด จำนวน 96 คน คิดเป็นร้อยละ 50.80 ดังตาราง 1

ถ้าพิจารณาตามระดับความเครียดของกลุ่มประชากร ด้วยแบบวัดความเครียดของกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข พบว่า กลุ่มประชากรส่วนใหญ่มีระดับความเครียดอยู่ในระดับปกติ หรือไม่เครียด จำนวน 84 คน คิดเป็นร้อยละ 44.40 รองลงมาความเครียดอยู่ในระดับความเครียดสูงกว่าปกติเล็กน้อย จำนวน 59 คน คิดเป็นร้อยละ 31.20 มีระดับเครียดมาก จำนวน 20 คน คิดเป็นร้อยละ 10.60 ความเครียดระดับปานกลาง จำนวน 14 คน คิดเป็นร้อยละ 7.40 และต่ำสุดมีความเครียดไม่ตรงตามความจริง จำนวน 12 คน คิดเป็นร้อยละ 6.3 ตามลำดับ

2.2 ปัจจัยที่มีผลกระทบต่อความเครียด

2.2.1 ปัจจัยส่วนบุคคล กลุ่มประชากรส่วนใหญ่ จำนวน 176 คน คิดเป็นร้อยละ 93.12 เป็นเพศหญิง บุคลิกภาพส่วนบุคคลส่วนใหญ่มีลักษณะนิสัยบุคลิกแบบ บี จำนวน 132 คน คิดเป็นร้อยละ 69.8 บุคลิกแบบ เอ จำนวน 57 คน คิดเป็นร้อยละ 30.15 ค่าใช้จ่ายต่อเดือน กลุ่มประชากรส่วนมากมีค่าใช้จ่ายต่อเดือน ต่ำกว่า 5,000 บาท โดยกลุ่มประชากรมีค่าใช้จ่ายต่อเดือนเฉลี่ยเท่ากับ 5,383.06 บาท ลักษณะที่พักอาศัย ซึ่งนักศึกษาส่วนใหญ่อาศัยอยู่หอพัก จำนวน 165 คิดเป็นร้อยละ 87.30

2.2.2 ปัจจัยครอบครัว สถานภาพสมรสบิดามารดาส่วนใหญ่มีสถานภาพสมรสคู่ จำนวน 135 คน คิดเป็นร้อยละ 71.42 มีปัญหาจะปรึกษาบิดาเมื่อมีความเครียดปรึกษาบิดาบางครั้ง จำนวน 119 คน คิดเป็นร้อยละ 62.96 แต่ปรึกษาบิดาเป็นประจำ จำนวน 70 คน คิดเป็นร้อยละ 37.03 การปรึกษามารดา ความสัมพันธ์ภาพกับครอบครัว ส่วนใหญ่กลุ่มประชากรมีความสัมพันธ์ภาพกับครอบครัวมาก จำนวน 180 คน คิดเป็นร้อยละ 95.23 แต่มีสัมพันธ์ภาพกับครอบครัวน้อยเพียง จำนวน 9 คน คิดเป็นร้อยละ 4.76

2.2.3 ปัจจัยด้านการเรียน ชั้นปีที่ศึกษาส่วนมากกำลังศึกษาอยู่ในชั้นปีที่ 1 จำนวน 81 คน คิดเป็นร้อยละ 42.85 รองลงมา กำลังศึกษาในชั้นปีที่ 2 จำนวน 62 คน คิดเป็นร้อยละ 32.80 และต่ำสุด กำลังศึกษาในชั้นปีที่ 3 จำนวน 48 คน คิดเป็นร้อยละ 25.39 ระดับเกรดเฉลี่ยสะสม มีระดับผลการเรียนอยู่ในระดับดี (2.51 – 3.00) จำนวน 83 คน คิดเป็นร้อยละ 43.91 รองลงมา กลุ่มประชากร มีระดับผลการเรียนอยู่ในระดับดีมาก (3.01 – 4.00) จำนวน 54 คน คิดเป็นร้อยละ 28.57 กลุ่มประชากร มีระดับผลการเรียนอยู่ในระดับปานกลาง (2.01 – 2.50) จำนวน 46 คน คิดเป็นร้อยละ 24.33 และต่ำสุด มีระดับผลการเรียนอยู่ในระดับอ่อน (1.00 – 2.00) จำนวน 6 คน คิดเป็นร้อยละ 3.17

2.2.4 ปัจจัยด้านสังคม มีสัมพันธ์ภาพกับเพื่อนมาก จำนวน 168 คิดเป็นร้อยละ 88.88 มี

เพียงจำนวน 21 มีสัมพันธ์ภาพกับเพื่อนน้อย คิดเป็นร้อยละ 11.11 สัมพันธ์ภาพกับเพื่อนมาก จำนวน 126 คิดเป็นร้อยละ 66.66 มีเพียงจำนวน 63 มีสัมพันธ์ภาพกับเพื่อนน้อย คิดเป็นร้อยละ 33.33

2.3 ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยที่มีผลกระทบต่อความเครียดกับระดับความเครียดของนักศึกษาสาธารณสุขศาสตร์ ในวิทยาลัยสหเวชศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา ศูนย์การศึกษาจังหวัดสมุทรสงคราม

พบว่าปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความเครียดของนักศึกษาสาขาวิชาสาธารณสุขศาสตร์ คือ ปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ บุคลิกภาพส่วนบุคคล และปัจจัยด้านการเรียน ได้แก่ ระดับชั้นปี มีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 แต่ปัจจัยอื่นๆ ล้วนไม่มีความสัมพันธ์กับระดับความเครียดของนักศึกษาสาขาวิชาสาธารณสุขศาสตร์ในวิทยาลัยสหเวชศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา ศูนย์การศึกษาจังหวัดสมุทรสงคราม ดังตาราง 3

หลังจากนั้นนำปัจจัยทั้ง 2 เข้าสมการการวิเคราะห์ถดถอยโลจิสติกส์ ด้วยวิธี Forward Stepwise ผลการศึกษาพบว่า ตัวแปรกลุ่มนักศึกษาชั้นปีที่ 2 มีความเครียดมากกว่ากลุ่มนักศึกษาชั้นปีที่ 1 และ 3 เป็น 3.178 เท่า (95% CI : 1.643 – 6.148) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และบุคลิกภาพแบบ A มีความเครียดมากกว่ากลุ่มบุคลิกภาพแบบ B 2.278 เท่า (95% CI : 1.164 – 4.459) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ดังตาราง 4

ตาราง 1

จำนวนและร้อยละระดับความเครียดของกลุ่มประชากร จำแนกตามกลุ่มความเครียด (n = 189 คน)

ระดับความเครียด	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ไม่มีภาวะความเครียด (ปกติ) (0 – 17 คะแนน)	96	50.80
มีความเครียด (18 – 60 คะแนน)	93	49.20

ตาราง 2

ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยที่มีผลต่อทักษะชีวิตในการจัดการความเครียด และส่งผลต่อระดับความเครียดของนักศึกษาสาขาวิชาสาธารณสุขศาสตร์ วิทยาลัยสหเวชศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา ศูนย์การศึกษาจังหวัดสมุทรสงคราม

ปัจจัย	ระดับความเครียด		χ^2	P-value
	ไม่มีความเครียด	มีความเครียด		
ปัจจัยส่วนบุคคล				
เพศ				
ชาย	7 (3.7)	6(3.2)	0.052	0.819
หญิง	89 (47.1)	87(46.0)		
บุคลิกภาพส่วนบุคคล				
บุคลิกภาพแบบ A	20(10.6)	37(19.6)	8.055	0.005*
บุคลิกภาพแบบ B	76(40.2)	56(29.6)		
ค่าใช้จ่ายต่อเดือน				
น้อยกว่า 5,000 บาท	55(29.1)	51(27.0)	0.115	0.734
5,001 – 14,000 บาท	41(21.7)	42(22.2)		
ลักษณะที่อยู่				
บ้านตนเอง	3(1.6)	4(2.1)	0.634	0.728
บ้านเช่า	10(5.3)	7(3.7)		
หอพัก	83(43.9)	82(43.4)		
ปัจจัยครอบครัว				
สถานภาพสมรสบิดามารดา				
อยู่ด้วยกัน	73(38.6)	62(32.8)	3.847	0.143
แยกกันอยู่	18(9.8)	19(10.1)		
หย่า	5(2.6)	12(6.3)		
ความสัมพันธ์ภาพกับครอบครัว				
มีความสัมพันธ์ภาพมาก	91(48.1)	89(47.1)	0.086	0.769
มีความสัมพันธ์ภาพน้อย	5(2.6)	4(2.1)		
ปัจจัยด้านการเรียน				
ระดับชั้นปี				
ชั้นปีที่ 1	50(26.5)	31(16.4)	13.215	0.001*
ชั้นปีที่ 2	20(10.6)	42(22.2)		
ชั้นปีที่ 3	26(13.8)	20(10.6)		

ตาราง 2

ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยที่มีผลต่อทักษะชีวิตในการจัดการความเครียด และส่งผลต่อระดับความเครียดของ นักศึกษาสาขาวิชาสาธารณสุขศาสตร์ วิทยาลัยสหเวชศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา ศูนย์การศึกษา จังหวัดสมุทรสงคราม (ต่อ)

ปัจจัย	ระดับความเครียด		χ^2	p-value
	ไม่มีความเครียด	มีความเครียด		
ปัจจัยส่วนบุคคล				
ระดับคะแนนเฉลี่ยสะสม				
อ่อน (0 – 2.00)	3(1.6)	3(1.6)	6.465	0.146
ปานกลาง (2.01 – 3.00)	19(10.1)	27(14.3)		
ดี (2.51 – 3.00)	39(20.6)	44(23.3)		
ดีมาก (2.51 – 3.00)	35(18.5)	19(10.1)		
ปัจจัยด้านสังคม				
ความสัมพันธ์ภาพกับเพื่อน				
มีความสัมพันธ์ภาพมาก	86(45.5)	82(43.4)	0.095	0.758
มีความสัมพันธ์ภาพน้อย	10(5.3)	11(5.8)		
ความสัมพันธ์ภาพกับอาจารย์				
มีความสัมพันธ์ภาพมาก	70(37.0)	56(29.6)	3.429	0.064
มีความสัมพันธ์ภาพน้อย	26(13.8)	37(19.6)		

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05

ตาราง 3

ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความเครียด ของนักศึกษาสาขาวิชาสาธารณสุขศาสตร์ วิทยาลัยสหเวชศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา ศูนย์การศึกษาจังหวัดสมุทรสงคราม ด้วยการใช้การวิเคราะห์ Logistic regression เมื่อควบคุมอิทธิพลจากตัวแปรอื่นๆด้วยวิธี Forward Stepwise

ปัจจัยที่ศึกษา	B	S.E.(b)	p-value	Exp(B)	95% CI for Exp(B)
กลุ่มนักเรียนชั้นปี 2	0.985	0.410	0.016*	3.178	1.643 – 6.148
บุคลิกภาพแบบ A	-0.852	0.339	0.012*	2.278	1.164 – 4.459
Constant	-0.744				

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05

Nagelkerke R Square = 0.156

Chi-square = 2.959, P-value = 0.398

ผ่านการรับรองคุณภาพจากศูนย์ดัชนีการอ้างอิงวารสารไทย (TCI) อยู่ในกลุ่มที่ 1 สาขามนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์

การอภิปรายผล

ระดับความเครียดของนักศึกษาสาธารณสุขศาสตร์

จากการศึกษาพบว่า กลุ่มประชากร มีภาวะความเครียดสูง ร้อยละ 49 เนื่องจากสาขาวิชาสาธารณสุขศาสตร์ มีการควบคุมของหลักสูตรตามกรอบที่สภาวิชาชีพการสาธารณสุขชุมชนกำหนด ตั้งปี พ.ศ. 2556 เป็นต้นมา ทำให้หมวดการเรียนแต่ละวิชามีความเข้ม ประกอบกับการวางรูปแบบการเรียนการสอนเน้นปฏิบัติการส่งเสริมสุขภาพบุคคลในชุมชนมากขึ้น ดังนั้นจึงมีผลให้นักศึกษา เกิดความเครียดได้ หากนักศึกษาไม่สามารถปรับตัวต่อเหตุการณ์ใหม่ๆ ที่เกิดขึ้นได้ จะเกิดความรู้สึกไม่สบายใจ ส่งผลให้เกิดความเครียดเพิ่มขึ้นได้ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ Sihawong (2018) พบว่า นักศึกษาพยาบาลมีความเครียดในระดับสูง ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความเครียดของนักศึกษาพยาบาลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 คือ ปัจจัยด้านลักษณะส่วนบุคคล ปัจจัยด้านการเรียน ปัจจัยด้านสัมพันธภาพ ปัจจัยด้านเศรษฐกิจ ปัจจัยด้านกิจกรรม และปัจจัยด้านความคาดหวัง

บุคลิกภาพแบบ A

มีความสัมพันธ์กับระดับความเครียดของนักศึกษาอย่างมีนัยสำคัญที่ 0.005 และเมื่อพิจารณาเชิงเส้นด้วยการวิเคราะห์การถดถอยโลจิสติก โดยการตัดตัวแปรทวนออกพบว่า บุคลิกภาพแบบ A มีความสัมพันธ์กับการเกิดความเครียดมากกว่า กลุ่มที่มีบุคลิกภาพแบบ B ถึง 2.27 เท่า อย่างมีนัยสำคัญที่ 0.012 เนื่องจากนักศึกษาสาธารณสุขศาสตร์เป็นกลุ่มนี้มีนิสัยชอบคิดชอบทำ ชอบแสดงออก ชอบการปฏิบัติมากกว่าการนั่งฟังบรรยาย ซึ่งการปฏิบัติกิจกรรมต่างๆ และการเรียนของนักศึกษาเหล่านี้จะเกิดความเครียดขึ้นได้ง่าย เมื่อนักศึกษาต้องลงปฏิบัติงานในชุมชนเรียนรู้จากสถานการณ์จริง เนื่องจากการส่งเสริมสุขภาพ

บุคคล และการจัดการปัญหาสุขภาพชุมชนต้องใช้ความเข้าใจ และเข้าถึงบุคคลให้มาก ประกอบกับประชาชนจะให้ความสำคัญในฐานที่นักศึกษาคือ หมออนามัยต้องสำรวจ สุขภาพ ดังนั้น นักศึกษาอาจมีความเครียดเกิดขึ้นได้ หากถ้าไม่สามารถปรับตัวเองได้ ก็จะเกิดความเครียดได้ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษา Sihawong et al. (2018) พบว่า ปัจจัยที่ทำให้เกิดความเครียดในนักศึกษา คือ ปัจจัยด้านลักษณะส่วนบุคคล เช่น เป็นผู้ที่มีความคิดอุปนิสัย หงุดหงิด อารมณ์เสื่อง่าย ไม่ชอบให้ใครขัดใจ มีปัญหาเรื่องของ การปรับตัวกับสถานที่ใหม่ๆ และการสร้างสัมพันธภาพกับคนใหม่ๆ มีความสามารถในการเผชิญปัญหาน้อย มักจะเก็บปัญหาไว้กับตัวเองคนเดียว ไม่ชอบปรึกษาใคร มีโรคประจำตัวที่เป็นอุปสรรคต่อการเรียน ปัจจัยด้านการเรียน เช่น เรียนไม่เข้าใจ ไม่ทัน เพื่อน มีความท้อแท้ รู้สึกหมดกำลังใจในการเรียน และวิตกกังวลเกี่ยวกับผลการเรียน ล้วนมีความสัมพันธ์กับความเครียดของนักศึกษาพยาบาลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ระดับชั้นปีการศึกษา

ระดับชั้นปีมีความสัมพันธ์กับระดับความเครียดของนักศึกษาสาธารณสุขศาสตร์ อย่างมีนัยสำคัญที่ 0.001 เมื่อควบคุมอิทธิพลของปัจจัยต่างๆ ด้วยวิธีการวิเคราะห์แบบ Logistic regression นั้น ผลการวิจัยชี้ให้เห็นชัดเจนว่า นักศึกษาชั้นปีที่ 2 มีความเครียดมากกว่าชั้นปีอื่นๆ ถึง 3.18 เท่า ที่เป็นเช่นนี้ เนื่องจากนักศึกษาส่วนใหญ่เป็นอยู่ในชั้นปีที่ 2 เป็นช่วงชั้นปีที่เริ่มเข้าสู่การเรียนวิชาชีพการสาธารณสุขชุมชน การเรียนมุ่งเน้นปฏิบัติการส่งเสริมสุขภาพ และการป้องกันโรค การประสานงานกับบุคคล ชุมชน ซึ่งนักศึกษาหลายคนจะเกิดความกลัว และเครียด เช่นเดียวกับ Sathrapanya (2013) ศึกษาและเปรียบเทียบความเครียดของนักศึกษาในมหาวิทยาลัยแห่งหนึ่ง พบว่า นักศึกษาแต่ละชั้นปีจะมีความเครียดแตกต่างกัน โดยพบว่า

ชั้นปีที่ 3 และปีที่ 4 มีความเครียดมากกว่า ปี 1 และ ปี 2 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .01$)

ข้อเสนอแนะจากการวิจัยในครั้งนี้

1. เนื่องจากผลการวิจัยพบว่า บุคลิกภาพมีผลต่อความเครียด ดังนั้นในการจัดกิจกรรมการเรียนการสอน ควรส่งเสริมไม่ให้นักศึกษาเกิดความเครียด ผู้สอนควรประเมินบุคลิกภาพผู้เรียนก่อนการสอน เพื่อจัดกลุ่มให้นักศึกษาที่บุคลิกภาพแบบ A ได้กระจายในกลุ่มต่างๆ โดยรูปแบบการสอนจะเน้นการจัดกิจกรรมเน้นเทคนิคการเล่าเรื่องประสบการณ์ (story telling) การระดมสมอง (Brainstorming) และการสร้างแผนภาพความคิด (Mind map) เป็นสำคัญ

2. ในการจัดการสอนตั้งแต่ชั้นปี 2 เป็นต้นไป ควรจัดระบบอาจารย์ที่ปรึกษาอย่างใกล้ชิด เพื่อนักศึกษามีปัญหาสามารถเข้าปรึกษาได้เลย และมีระบบพี่สอนน้องในการให้พี่ช่วยฝึกทักษะปฏิบัติให้น้องในช่วงอยู่หอ หรือมีเวลาว่าง เนื่องจากนักศึกษาจะมีความไวใจในบุคคลที่ไวใกล้เคียง และปรับตัวเข้ากันได้ง่ายกว่า ซึ่งจะช่วยลดความเครียดในบุคคลได้

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการศึกษาในปัจจัยสนับสนุนการเรียนที่มีผลต่อระดับความเครียดของนักศึกษาเพิ่มขึ้น
2. ควรมีการศึกษาเชิงคุณภาพในประเด็นปัญหาความเครียดกับการเงินและค่าใช้จ่ายของนักศึกษาเพิ่มขึ้น
3. ควรมีการพัฒนาโปรแกรมการจัดการความเครียดด้วยตนเองโดยกระบวนการเรียนรู้เชิงประสบการณ์และการสร้างเสริมทักษะชีวิตในการจัดการความเครียดของนักศึกษาสาธารณสุขศาสตร์

ข้อเสนอข้อจำกัดในการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยพบว่า ความเครียดมีการเปลี่ยนแปลงได้ง่ายตามสภาพแวดล้อมและปัจจัยกระตุ้น (stressor) ซึ่งในการวัดประเมินใช้แบบวัดความเครียดของกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข ซึ่งเป็นมาตราประมาณค่าจากความคิดเห็นของนักศึกษา เพื่อเพิ่มความหนักแน่นของงานวิจัยในการวิจัย ควรเพิ่มการทดสอบทางคลินิกพร้อมด้วย ได้แก่ การทดสอบปริมาณของคอติซอล ฮอร์โมน (Cortisol hormone) เปรียบเทียบร่วมกับผลของระดับความเครียดที่ใช้แบบประเมินความเครียดของกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข

References

- Apiwatanasiri, C., Somaketrarin, K., Suraprayoon, K., Leurmpasert, K., Wankaew, N., Homchampa, P., Sinsupan, N., & Suchada Paileaklee, S. (2007). Stress and Coping in Medical Students at Clinical Level, Khon Kaen University.(2007). *Srinagarind Med J*, 22(4), 416-422. [In Thai]
- Appley, M. H., & Trumbull, R. Dynamic of Stress and its control. In M.H. Appley and R. Trumbull (Eds). (1996). *Dynamics of stress : Physiological, psychological and social perspectives*, (p. 309-327). New York: Plenum Press.
- Boostel, R., Felix, J. V. C., Bortolato-Major. C., Pedrolo, E., Vayego, S.A., & Mantovani, M.F. (2018). Stress of nursing students in clinical simulation: a randomized clinical trial. *Rev Bras Enferm*, 71(3), 967-74.
- Chantarasema, T. (2012). *Stress of Freshmen at Srinakrinwirot University*. (Master of Education Degree (Higher Education). Srinakrinwirot University. Bangkok. [In Thai]
- Changprasert, K. (2018). *Factors Affecting Stress of Student Officers Attending Officer Training Course, Directorate of Education and Training of Royal Thai Air Force*. Master of Arts (Educational Psychology and Guidance) Major Field: Educational Psychology and Guidance, Kasetsart University. Bangkok. [In Thai]
- Chomngam, P., & Amartpundit, T. (2012). Factors affecting stress level on field training section of diploma degree students in Sirindhorn College of Public Health Ubonratchathani. *KKU Journal for Public Health Research*, 1(1) January-April. [In Thai]
- Department of Mental Health. (1998). *Stress relief guide*. (No. 6). Bangkok: Design Constructions. [In Thai]
- Essel, G., & Owusu, P. (2017). *Causes of students' stress, its effects on their academic success, and stress management by students*. (Master's thesis). University of Applied Sciences. Finland
- Esam Halboub, Mohammed Nasser Alhajj, Ali Mohammed AlKhairat, Al-Anood Madani Sahaqi, Mir Faeq Ali Quadri. (2018). Perceived Stress among Undergraduate Dental Students in Relation to Gender, Clinical Training and Academic Performance. *Acta stomatol Croat*, 52(1), 37-45.
- Hochin, P. (2014). *Factors Affecting the Academic Stress of Higher Secondary School Students at Ramkhamhaeng University Demonstration School*. (Master of Science) Developmental Psychology, Ramkhamhaeng University. Bangkok. [In Thai]

- Kabir Garg, Manu Agarwal & Pronob Kumar Dalal. (2018). Stress among medical students: A cross-sectional study from a North Indian Medical University. *Indian Journal of Psychiatry*, 59(4), 502–504.
- Khanthakhuarn, N. (2015). *Stress and related-factors of the first year undergraduate students of Chulalongkorn University*. Master of Science Program in Metal Health. Chulalongkon University. Bangkok. [In Thai]
- Kiess, H. O. (1989). *Statistical Concepts for The Behavioral Sciences*. Biston Allyn and Bacon.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. New York: Springer..
- Lertsakornsiri, M. (2015). The Stress, Stress Management of Nursing Students during Practice in the Labor Room. *karun Journal of Nursing*, 22(1), 1-16.
- Public Relations and Corporate Communications Division, *Department of Mental Health, Ministry of Public Health. Department of Mental Health Concerns Teenagers, Thai youth with depression Suggest to those around you to listen with understanding*. Retrieved from <http://www.prdmh.com/>[In Thai]
- Rose, L. E. (1996). Families of psychiatric patient: A critical review and future research direction. *Archives of Psychitric Nursing*, 10(2), 67-76.
- Sattung, M. (2012). *Stress and copingstrategies of Nakhon Ratchasima students*. (Master Degree of Education in Educational Psychology).Nakhon Ratchasima Rajabhat University. Nakhon Ratchasima. [In Thai]
- Sathrapanya, C. (2013). Stress among Students in University. *Journal of Liberal Art, MaeJo University*, 1(1), 93–106. [In Thai]
- Sihawong, S. (2018). Factors Causing to Stress of Nursing Students. Ubon Ratchathani University. *HCU journal*, 21(22), 93–106. [In Thai]
- Thaweekoon, T., Nintachan, P., & Sangon, S. (2012). Factors Predicting Stress in Graduate Nursing Students. *Nursing Journal of the Ministry of Public Health*, 22(3), 1-11. [In Thai]
- Wonglakorn, J., Singtong, C., Chaimee, W., Haikanya, S., & Kluaythong, S. (2011). Stress and Stress Factors of Undergraduate Students of The Faculty of Nursing and The Faculty of Public Health of The Chalermkarnchana College, Sisaket Province. *KKU Journal for Public Health Research*, 4(1), 61-72. [In Thai]