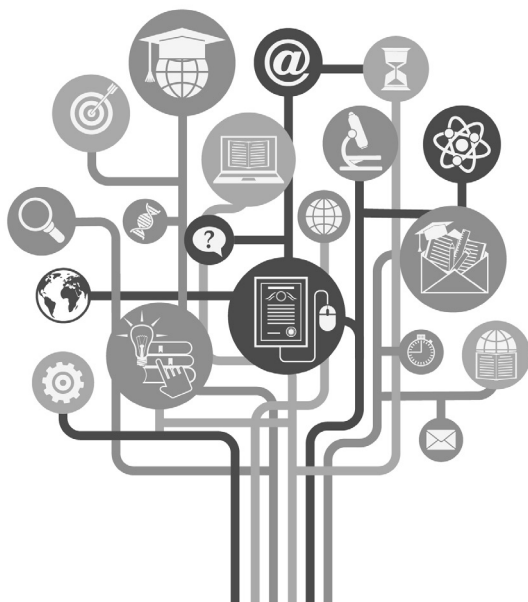


การศึกษากวามชุกและปัจจัยที่มีผลต่อการเกิดภาวะซึมเศร้า ในการเรียนออนไลน์ของนิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัย ในเขตกรุงเทพมหานคร

Prevalence and Factors Affecting Depression in Online
Learning among Undergraduate Students in Bangkok

กิตติภพ นาคผล ชัยสิทธิ เกสรบัว ศิริณญา อีระอนันต์ชัย
และ สิทธิพรวิทย์ ธนโสติกุลนันท์

Kittipop Nakphon Chaayasitti Kasonbua Sirinya Teeraananchai
and Sitthapawee Thanasottigulanun





การศึกษาความชุกและปัจจัยที่มีผลต่อการเกิดภาวะซึมเศร้าในการเรียนออนไลน์ของนิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยในเขตกรุงเทพมหานคร

Prevalence and Factors Affecting Depression in Online Learning among Undergraduate Students in Bangkok

กิตติภพ นาคผล¹ ชัยสิทธิ เกสรบัว² ศิริญญา ธีระอนันต์ชัย³
และ สิทธปวีร์ ธนโสติกุลนันท์^{4*}

Kittipop Nakphon¹ Chaiyasitti Kasonbua² Sirinya Teeraananchai³ and
Siththapawee Thanasottigulanun^{4*}

¹คณะวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ กรุงเทพฯ 10900 ประเทศไทย
Faculty of Science, Kasetsart University, Bangkok 10900, Thailand
e-mail: kittipop.na@ku.th

²คณะวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ กรุงเทพฯ 10900 ประเทศไทย
Faculty of Science, Kasetsart University, Bangkok 10900, Thailand
e-mail: chaiyasitti.k@ku.th

³คณะวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ กรุงเทพฯ 10900 ประเทศไทย
Faculty of Science, Kasetsart University, Bangkok 10900, Thailand
e-mail: sirinya.te@ku.th

^{4*} คณะบริหารธุรกิจ มหาวิทยาลัยเกริก กรุงเทพฯ 10220 ประเทศไทย
Faculty of Business Administration, Krirk University, Bangkok 10220, Thailand
Corresponding Author email: t.siththapawee@gmail.com

Received : November 8, 2023 Revised : April 10, 2024 Accepted : April 19, 2024

บทคัดย่อ

การศึกษานี้เป็นการวิจัยเชิงพรรณนาเพื่อศึกษาความชุกของการเกิดภาวะซึมเศร้าในการเรียนออนไลน์ของนิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยในเขตกรุงเทพมหานคร และการวิจัยเชิงวิเคราะห์เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการเกิดภาวะซึมเศร้าในการเรียนออนไลน์ของนิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยในเขตกรุงเทพมหานคร เก็บรวบรวมข้อมูลระหว่างเดือนกรกฎาคม พ.ศ. 2564 ถึง พฤศจิกายน พ.ศ. 2564 โดยทำการสุ่มกลุ่มตัวอย่างตามสัดส่วนของประชากร และใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างอย่างง่าย มีกลุ่มตัวอย่างจำนวน 30,288 คน เก็บข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามแบบออนไลน์โดยใช้สถิติเชิงพรรณนา เพื่ออธิบายคุณลักษณะของผู้มีภาวะซึมเศร้า วิเคราะห์ด้วยแปรเดียว

ที่ละคู่ด้วยสถิติ การวิเคราะห์สมการถดถอยโลจิสติกส์อย่างง่าย วิเคราะห์ความสัมพันธ์หลายตัวแปรด้วยสถิติ การวิเคราะห์สมการถดถอยโลจิสติกส์พหุคูณ นำเสนอค่า Adjusted odds ratio (OR_{adj}) และ 95% CI ที่ระดับนัยสำคัญ 0.05

ผลการวิจัย พบว่า มีนิสิตที่มีภาวะซึมเศร้าจากการเรียนออนไลน์จำนวน 230 คน จากจำนวน 352 คน ซึ่งมีความชุกของภาวะซึมเศร้าในการเรียนออนไลน์คิดเป็นร้อยละ 65.3 การวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ตัวแปรเชิงเดี่ยว พบปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการเกิดภาวะซึมเศร้า อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ได้แก่ มีประจำตัว ($OR=2.48$; $95\%CI=1.16-5.33$) ความเครียดในการเรียนออนไลน์ปานกลาง ($OR=5.78$; $95\%CI=2.24-14.94$) ความเครียดในการเรียนออนไลน์มาก ($OR=15.76$; $95\%CI=5.96-41.68$) ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ ($OR=35.69$; $95\%CI=4.71-270.5$) และความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองปานกลาง ($OR=4.98$; $95\%CI=3.06-8.08$) การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ตัวแปรเชิงพหุถดถอยโลจิสติกส์ พบว่าปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการเกิดภาวะซึมเศร้า อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ได้แก่ ความเครียดในการเรียนออนไลน์ปานกลาง ($OR_{adj}=4.94$; $95\%CI=1.78-13.69$) ความเครียดในการเรียนออนไลน์มาก ($OR_{adj}=13.78$; $95\%CI=4.82-39.39$) ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ ($OR_{adj}=21.57$; $95\%CI=2.78-167.49$) และความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองปานกลาง ($OR_{adj}=5.06$; $95\%CI=3.01-8.53$)

คำสำคัญ: ความชุก; ภาวะซึมเศร้า; เรียนออนไลน์

Abstract

This qualitative study aims to 1) evaluate the depression prevalence and contributing factors in online learning among undergraduate students in Bangkok, and to 2) analyze the factors associated with depression in online learning among undergraduate students in Bangkok. Data were collected between July 2021 and November 2021. 30,288 students were selected as samples using sampling the sample according to the proportion of the population and using a simple sampling method. The online questionnaire was the research tool. The data collected were analyzed by 1) descriptive statistics to describe the characteristics of depressed person, 2) simple logistic regression analysis to analyze single variables by pairs, and 3) multiple logistics



regression analysis to analyze multivariate relationships by the adjusted odds ratio (ORadj) and 95% CI at a significance level of 0.05.

The results showed that there were 230 out of 352 students with depression from online learning. The prevalence of online learning depression was 65.3 percent. Correlation analysis for single variables factors associated with depression were found with statistical significance. These included having identity (OR=2.48; 95%CI=1.16-5.33); moderate stress from studying online (OR=5.78; 95%CI=2.24-14.94); high stress from studying online (OR=15.76; 95%CI=5.96-41.68); moderate self-esteem (OR=1.58; 95%CI=0.51-4.87); and high self-esteem (OR=1.37; 95%CI=0.46-3.84). Furthermore, the result of the correlation analysis of logistic regression variables found that the factors associated with the incidence of depression were statistically significant, including: moderate stress from studying online (ORadj=4.94; 95%CI=1.78-13.69); high stress from studying online (ORadj=13.78; 95%CI=4.82-39.39); low stress from studying online (ORadj=21.57; 95%CI=2.78-167.49); and moderate self-esteem (ORadj=5.06; 95%CI=3.01-8.53).

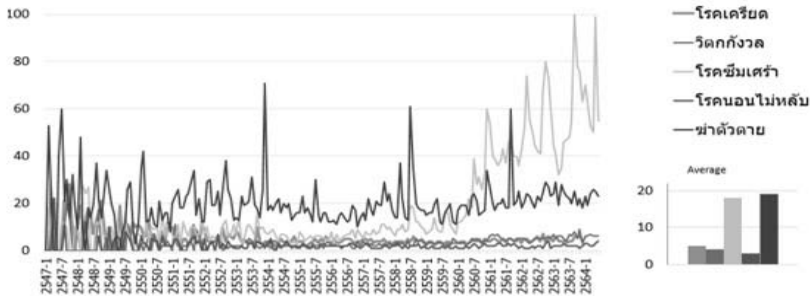
Keywords: Prevalence; Depression; Online Class

ที่มา และความสำคัญของปัญหา

เริ่มตั้งแต่เดือนธันวาคม ปี พ.ศ.2562 นครอู่ฮั่น เมืองเอกของมณฑลหูเป่ย์ของ ประเทศจีน โรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา-19 (COVID-19) เป็นโรคที่เกิดจากไวรัสโคโรนา กลุ่มอาการทางเดินหายใจเฉียบพลันรุนแรง 2 (SARS-CoV-2) ปัจจุบันได้กระจายไปทั่วโลก และได้เพิ่มความรุนแรงอย่างมากในหลายประเทศ ในประเทศไทยก็เป็นอีกหนึ่งประเทศ ที่ได้รับผลกระทบต่อประชาชนเป็นอย่างมาก ทำให้เกิดปัญหาด้านต่าง ๆ ตามมา ไม่ว่าจะเป็นปัญหาทางด้านสาธารณสุข ปัญหาด้านเศรษฐกิจ และปัญหาด้านสุขภาพจิต รัฐบาลจึงได้มีการประกาศใช้พระราชกำหนด (พ.ร.ก.) การบริหารราชการในสถานการณ์ฉุกเฉิน เพื่อควบคุมสถานการณ์การแพร่ระบาดของไวรัสโคโรนา-19 และมีมาตรการการ เปิดเมืองในหลายพื้นที่ และมาตรการเว้นระยะห่างทางสังคม นอกจากนี้กระทรวง ศึกษาธิการ มีการสั่งปิดสถาบันการศึกษาเพื่อลดช่องทางการแพร่ระบาดของเชื้อไวรัส อย่างไรก็ดีตามงานวิจัยศึกษาผลของการปิดโรงเรียนในประเทศจีน ฮองกง และสิงคโปร์

บ่งชี้ว่า การปิดโรงเรียนอย่างเดียวส่งผลน้อยมากต่อการลดจำนวนของผู้ติดเชื้อเมื่อเทียบกับมาตรการอื่น ดังนั้นจึงต้องปรับเปลี่ยนรูปแบบการเรียนเป็นเรียนผ่านทางระบบออนไลน์ ซึ่งหลายสถาบันการศึกษาในไทยไม่ได้มีแผนจัดการเรียนการสอนออนไลน์ไว้ล่วงหน้า (ชญาภา ประเสริฐทรง และคณะ, 2564)

ในเดือนมิถุนายน ปี พ.ศ.2564 มหาวิทยาลัยในเขตกรุงเทพมหานครได้มีนโยบายจากอธิการบดี ให้มีการจัดการเรียนการสอนภาคต้น ปีการศึกษา 2564 ในรูปแบบออนไลน์ ซึ่งภายหลังจากการเรียนออนไลน์ ผู้วิจัยได้เข้าไปสอบถามนิสิตบางส่วน พบว่า นิสิตได้รับผลกระทบจากการเรียนออนไลน์ ทำให้เกิดความเครียด และเหตุที่ไม่ได้เจอเพื่อนทำให้ความผูกพันใกล้ชิดลดน้อยลง จากการศึกษาของ Moawad, R. A. (2020) กล่าวว่า การเรียนการสอนแบบออนไลน์ในสถานการณ์การระบาดของเชื้อไวรัสโควิด-19 เป็นเรื่องใหม่ ผู้เรียนต้องมีการปรับตัวอาจทำให้เกิดความเครียดได้ ความเครียดในการเรียนออนไลน์อาจมีมากหรือน้อย ซึ่งอาจส่งผลให้เกิดภาวะซึมเศร้าได้ บุคคลที่ภาวะซึมเศร้าซึ่งเป็นอาการของโรคซึมเศร้า ส่วนใหญ่จะเป็นโดยที่ตัวเองไม่ทราบ มักคิดว่าเป็นเพราะตัวเองคิดมากไปเอง ทำให้ไม่ได้รับการรักษาที่เหมาะสม และทันทั่วถึง ซึ่งอาจจะนำไปสู่การทำร้ายร่างกายตัวเองและอาจร้ายแรงถึงขั้นฆ่าตัวตายได้ โรคซึมเศร้าจะทำให้อารมณ์เปลี่ยนแปลงที่พบบ่อยคือกลายเป็นคนเศร้าสร้อย หดหู่ มีความคิดที่เปลี่ยนไป มองอะไรก็รู้สึกแย่ไปหมด สมาธิความจำแย่ลง หลงลืมง่าย ร่างกายอ่อนเพลีย ไม่มีเรี่ยวแรง จนทำให้ความสัมพันธ์กับคนรอบข้างเปลี่ยนไป จนการงานแย่ลง (มานิช หล่อตระกูล, ม.ป.ป.) หากภาวะซึมเศร้านี้เกิดจากการเรียนออนไลน์ย่อมส่งผลกระทบต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและการใช้ชีวิตด้วยเช่นกัน สอดคล้องกับข้อมูลทางการจากกรมสุขภาพจิต พบว่า ปริมาณการสืบค้นเกี่ยวกับโรคจะเพิ่มขึ้นตามจำนวนผู้ป่วย เช่น ในช่วงฤดูไข้หวัดก็มีการค้นหาข้อมูลเกี่ยวกับไข้หวัดเพิ่มมากขึ้น เราได้กำหนดเกณฑ์คำค้นหาที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพจิต 5 คำ ได้แก่ 1) โรคเครียด 2) วิตกกังวล 3) โรคซึมเศร้า 4) โรคนอนไม่หลับ และ 5) ฆ่าตัวตาย พบว่า คำค้นหาที่มีปริมาณมากที่สุดสองอันดับแรก คือ “ฆ่าตัวตาย” และ “โรคซึมเศร้า”



รูปภาพที่ 1 ดัชนีทางสุขภาพจิตรายเดือนจาก Goole Search Index ใน
ประเทศไทย ปี 2547 – มิถุนายน 2564,
ที่มา: Trends.google.com ณ วันที่ 23 มิถุนายน 2564

จากเหตุผลข้างต้น สถานการณ์โควิด-19 ยังไม่สิ้นสุด และอาจเกิดการระบาดรอบใหม่ได้อีก การเรียนออนไลน์สำหรับนิสิตมหาวิทยาลัยในเขตกรุงเทพมหานครยังคงต้องดำเนินต่อไป ดังนั้นผู้วิจัยซึ่งเป็นนิสิตมหาวิทยาลัยในเขตกรุงเทพมหานครจึงสนใจศึกษาความชุกและปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อภาวะซึมเศร้าในการเรียนออนไลน์ของนิสิตระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยในเขตกรุงเทพมหานคร เพื่อศึกษาความชุกและปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการเกิดภาวะซึมเศร้าในการเรียนออนไลน์ของนิสิตปริญญาตรี มหาวิทยาลัยในเขตกรุงเทพมหานคร ซึ่งจะสามารรถสะท้อนปัญหาหรือความรุนแรงของปัญหาในขณะนั้น เพื่อนำไปวางแผนแก้ไขปัญหาได้ โดยผลของการวิจัยในครั้งนี้จะทำให้ทราบถึงสถานการณ์ทางสุขภาพจิตของนิสิตในปัจจุบันและนำผลการวิจัยที่ได้มาเป็นข้อมูลพื้นฐานในการวางแผนและเฝ้าระวังรวมถึงส่งเสริมสุขภาพจิต เพื่อเป็นแนวทางในการลดปัจจัยที่มีผลต่อภาวะซึมเศร้าให้กับนิสิตอย่างมีประสิทธิภาพต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาความชุกและปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการเกิดภาวะซึมเศร้าในการเรียนออนไลน์ของนิสิตปริญญาตรี มหาวิทยาลัยในเขตกรุงเทพมหานคร
2. เพื่อศึกษาระดับความชุกและปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการเกิดภาวะซึมเศร้าในการเรียนออนไลน์ของนิสิตปริญญาตรี มหาวิทยาลัยในเขตกรุงเทพมหานคร

3. เพื่อรวบรวมข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการเกิดภาวะซึมเศร้าในการเรียนออนไลน์ของนิสิตปริญญาตรี มหาวิทยาลัยในเขตกรุงเทพมหานคร เพื่อเป็นแนวทางในการวางแผนและเฝ้าระวังรวมถึงส่งเสริมสุขภาพจิต เพื่อลดปัจจัยที่มีผลต่อภาวะซึมเศร้าให้กับนิสิตอย่างมีประสิทธิภาพ

ขอบเขตของการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เน้นการศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อภาวะซึมเศร้าในการเรียนออนไลน์ ซึ่งการศึกษาจะครอบคลุมในประเด็นดังต่อไปนี้ 1) คุณลักษณะด้านประชากรศาสตร์ ได้แก่ เพศ อายุ ระดับชั้นปี เกรดเฉลี่ยสะสม โรคประจำตัว ที่ตั้งของที่อยู่อาศัย ลักษณะที่อยู่อาศัย จำนวนสมาชิกในครอบครัว สถานภาพสมรสของพ่อ-แม่ รายได้ต่อเดือน กองทุนกู้ยืมเพื่อการศึกษา 2) การเห็นคุณค่าในตัวเอง 3) ความเครียดในการเรียนออนไลน์ 4) ความผูกพันกับเพื่อน และประชากรเป้าหมายในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ คือนิสิตที่ลงทะเบียนเรียนภาคต้น ปีการศึกษา 2564 ของมหาวิทยาลัยในเขตกรุงเทพมหานคร จำนวน 30,288 คน ซึ่งแบ่งเป็นระดับชั้นปีการศึกษาระดับชั้นปีที่ 1 – 5 มีนิสิตในแต่ละชั้นปีจำนวน 8,527 7,100 7,045 7,327 และ 289 คน ตามลำดับ

วิธีการวิจัย

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร ได้แก่ นิสิตที่ลงทะเบียนเรียนภาคต้น ปีการศึกษา 2564 ทั้งหมดของมหาวิทยาลัยในเขตกรุงเทพมหานคร จำนวน 30,288 คน

กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ นิสิตที่ลงทะเบียนเรียนภาคต้น ปีการศึกษา 2564 คำนวณขนาดของกลุ่มตัวอย่างโดยใช้วิธีสัดส่วนประชากร (บุญชม ศรีสะอาด, 2535) โดยกำหนดค่า Power เท่ากับ 0.175 และกำหนดค่า Effect size เท่ากับ 0.043 ได้คำนวณขนาดของกลุ่มตัวอย่างอย่างน้อย 298 คน และเพิ่มจำนวนกลุ่มตัวอย่างร้อยละ 10 เพื่อป้องกันข้อมูลไม่สมบูรณ์ รวมตัวอย่างจำนวนทั้งสิ้น 327 คน กำหนดขนาดตัวอย่างที่ต้องใช้ในแต่ละชั้นปี โดยใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบชั้นภูมิ และใช้การสุ่มตัวอย่างอย่างง่ายในแต่ละชั้นปี (พัชรินทร์ สุวรรณอำไพ, 2563) ได้ขนาดกลุ่มตัวอย่างจากชั้นปีที่ 1 จำนวน 92 คน ชั้นปีที่ 2 จำนวน 77 คน ชั้นปีที่ 3 จำนวน 76 คน ชั้นปีที่ 4 จำนวน 79 คน ชั้นปีที่ 5 ขึ้นไป จำนวน 3 คน



เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลมีรายละเอียดดังนี้

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม ประกอบด้วยคำถามเกี่ยวกับ เพศ อายุ ระดับชั้นปี เกรดเฉลี่ยสะสม โรคประจำตัว ที่ตั้งของที่อยู่อาศัย ลักษณะที่อยู่อาศัย จำนวนสมาชิกในครอบครัว สถานภาพสมรสของพ่อแม่ รายได้ต่อเดือน กองทุนกู้ยืมเพื่อการศึกษา

ส่วนที่ 2 แบบประเมินความรู้สึกมีคุณค่าในตัวเอง ของโรเซนเบิร์ก (Rosenberg's Self-esteem Scale) ซึ่งแปลและเรียบเรียงเป็นภาษาไทยโดยผู้แปลและเรียบเรียงใหม่ คือ ผ่องศรี มรกต (2536) มีจำนวน 10 ข้อ โดยข้อคำถามด้านบวกให้คะแนน 4 ถึง 1 คะแนน ส่วนข้อคำถามด้านลบให้คะแนน 1 ถึง 4 คะแนน โดยการแปลผลคะแนนรวมแบ่งเป็น 3 ระดับ มีดังนี้ 10-20 คะแนน หมายถึง มีความรู้สึกมีคุณค่าในตัวเองอยู่ในระดับต่ำ 21-30 คะแนน หมายถึง มีความรู้สึกมีคุณค่าในตัวเองอยู่ในระดับปานกลาง และ 31-40 คะแนน หมายถึง มีความรู้สึกมีคุณค่าในตัวเองอยู่ในระดับสูง ค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือโดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์อัลฟาของของครอนบาคในการวิจัยในครั้งนี้ได้เท่ากับ 0.842

ส่วนที่ 3 แบบวัดระดับความเครียดในการเรียนออนไลน์ (ชฎาภา ประเสริฐทรง และคณะ, 2564) มีจำนวน 9 ข้อ โดยข้อคำถามให้คะแนน 4 ถึง 1 โดยการแปลผลคะแนนรวมเฉลี่ยแบ่งเป็น 3 ระดับ มีดังนี้ 1.00-1.99 หมายถึง มีความเครียดในการเรียนออนไลน์อยู่ระดับน้อย 2.00-2.99 หมายถึง มีความเครียดในการเรียนออนไลน์อยู่ระดับปานกลาง และ 3.00-4.00 หมายถึง มีความเครียดในการเรียนออนไลน์อยู่ระดับมาก ค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือโดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์อัลฟาของของครอนบาคในการวิจัยในครั้งนี้ได้เท่ากับ 0.867

ส่วนที่ 4 แบบประเมินความผูกพันกับเพื่อน (Friendship Intimacy : FI) ของเบอร์เมสเตอร์ (Burhrmester) ซึ่งแปลและเรียบเรียงเป็นภาษาไทยโดย มัณฑนา นทีธาร (2540) มีจำนวน 12 ข้อ โดยข้อคำถามให้คะแนน 5 ถึง 1 โดยการแปลผลคะแนนรวมแบ่งเป็น 3 ระดับ มีดังนี้ 12-28 คะแนน หมายถึง มีความผูกพันใกล้ชิดกับเพื่อนในระดับต่ำ 29-44 คะแนน หมายถึง มีความผูกพันใกล้ชิดกับเพื่อนในระดับปานกลาง และ 45-60 คะแนน หมายถึง มีความผูกพันใกล้ชิดกับเพื่อนในระดับสูง ค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือโดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์อัลฟาของของครอนบาคในการวิจัยในครั้งนี้ได้เท่ากับ 0.874

ส่วนที่ 5 แบบประเมินภาวะซึมเศร้า (HPQ9) ของกรมสุขภาพจิต มีจำนวน 9 ข้อ โดยข้อคำถามให้คะแนน 0 ถึง 3 ถ้าคะแนนอยู่ระหว่าง 0-6 คะแนน หมายถึง มีอาการของโรคซึมเศร้าระดับน้อยมาก คะแนนอยู่ระหว่าง 7-12 คะแนน หมายถึง มีอาการของโรคซึมเศร้าระดับน้อย คะแนนอยู่ระหว่าง 13-18 คะแนน หมายถึง มีอาการของโรคซึมเศร้าระดับปานกลาง และคะแนนอยู่ระหว่าง 19-27 คะแนน หมายถึง มีอาการของโรคซึมเศร้าระดับรุนแรง ค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือโดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาคในการวิจัยในครั้งนี้ได้เท่ากับ 0.813

การศึกษาวิจัยครั้งนี้ให้ผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 3 ท่าน ตรวจสอบ ซึ่งมีค่า IOC (Index of Item-Objective Congruence) จากผู้เชี่ยวชาญ มากกว่าหรือเท่ากับ 0.5 วิเคราะห์หาความเที่ยง (Reliability) ได้ค่าความเที่ยงของตัวแปรได้แก่ แบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลส่วนบุคคลเท่ากับ 0.85 แบบประเมินความรู้สึกรู้สึกมีคุณค่าในตัวเอง เท่ากับ 0.75 แบบวัดระดับความเครียดในการเรียนออนไลน์ เท่ากับ 0.75 แบบประเมินความผูกพันกับเพื่อน เท่ากับ 0.85 แบบประเมินภาวะซึมเศร้า (HPQ9) 0.85

การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ผู้วิจัยทำเอกสารชี้แจงโครงการวิจัยให้กับนิสิตแต่ละชั้นปีที่ผ่านมาในกลุ่มชั้นปี
2. จัดส่งลิงค์แบบสอบถามออนไลน์ให้กับนิสิตผ่านไลน์กลุ่มชั้นปี
3. นำแบบสอบถามออนไลน์ที่ได้รับกลับคืนมา ตรวจสอบความสมบูรณ์ของแบบสอบถามออนไลน์
4. บทความนี้คำนึงถึง การปกปิดข้อมูลของผู้ตอบแบบสอบถาม เพื่อให้เป็นไปตามหลักของจริยธรรมในการทำวิจัยในมนุษย์ โดยการตอบแบบสอบถามนั้นจะไม่ระบุตัวตนหรือบ่งบอกว่าผู้ตอบแบบสอบถามคือใคร อย่างไร

การวิเคราะห์ข้อมูล

วิเคราะห์ด้วยคอมพิวเตอร์โปรแกรมสำเร็จรูป STATA version 14.0 โดยกำหนดระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้

1. วิเคราะห์หาอัตราความชุกและข้อมูลลักษณะทั่วไปของประชากร ด้วยสถิติเชิงพรรณนา นำเสนอด้วยความถี่และร้อยละ
2. วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยต่างๆ กับการเกิดภาวะซึมเศร้า ใช้สถิติการวิเคราะห์สมการถดถอยโลจิสติกส์อย่างง่าย นำเสนอขนาดความสัมพันธ์โดยใช้ Odds ratio (OR) พร้อมช่วงความเชื่อมั่นที่ระดับ 95% ของ OR วิเคราะห์ตัวแปรแบบพหุ โดยใช้สถิติ การวิเคราะห์สมการถดถอยโลจิสติกส์พหุคูณ และนำเสนอค่า



Adjusted odds ratio (OR_{adj}) และ 95% CI วิเคราะห์หาโมเดลเริ่มต้นโดยควบคุมตัวแปรที่มีผลการวิเคราะห์แบบตัวแปรเดียวที่ $p\text{-value} < 0.10$ จากนั้นวิเคราะห์หาโมเดลที่ดีที่สุด ด้วยวิธี stepwise forward หลังจากที่ได้โมเดลเริ่มต้นแล้วจะตัดตัวแปรอิสระออก โดยพิจารณาจาก Chi-square test ระหว่างสองโมเดลคือโมเดลที่มีตัวแปรทั้งหมดกับโมเดลที่ตัดตัวแปรนั้นๆ ออก แล้วนำมาทำการประเมิน Goodness of Fit

ผลการวิจัย

จากการศึกษาข้อมูลนิสิตที่เรียนออนไลน์ระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยในเขตกรุงเทพมหานคร พบว่า นิสิตที่มีภาวะซึมเศร้าจากการเรียนออนไลน์จำนวน 230 คน จากจำนวน 352 คน ซึ่งมีความชุกของภาวะซึมเศร้าในการเรียนออนไลน์คิดเป็นร้อยละ 65.3 เมื่อจำแนกรายชั้นปี พบว่า ชั้นปีที่ 1 2 3 และ 4 ขึ้นไป มีความชุกของภาวะซึมเศร้าในการเรียนออนไลน์คิดเป็นร้อยละ 64.40 75.95 63.16 และ 60.00 ตามลำดับ สอดคล้องกับงานวิจัยของ กรมสุขภาพจิต (2562) โดยอ้างอิงในงานวิจัย สายฝน สีนอเพีย (2564) พบว่า เยาวชนไทย อายุ 11-19 ปี และ 15-21 ปี มีความเครียดและวิตกกังวลมากที่สุด ร้อยละ 54.79, 40.81, 52.43, 51.36 ตามลำดับ

จากการเก็บตัวอย่างของนิสิตในระดับปริญญาตรี จำนวน 352 คน พบว่า ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง จำนวน 236 คน คิดเป็นร้อยละ 67.05 ส่วนใหญ่อยู่ในกลุ่มอายุ 20-21 ปี จำนวน 167 คน คิดเป็นร้อยละ 47.44 ส่วนใหญ่กำลังศึกษาในชั้นปีที่ 4 ขึ้นไป จำนวน 105 คน คิดเป็นร้อยละ 29.83 ส่วนใหญ่ได้เกรด 3.00 ขึ้นไป จำนวน 220 คน คิดเป็นร้อยละ 62.5 ส่วนใหญ่ไม่มีโรคประจำตัว จำนวน 305 คน คิดเป็นร้อยละ 86.65 ส่วนใหญ่อยู่นอกเมือง จำนวน 162 คน คิดเป็นร้อยละ 46.02 ส่วนใหญ่อยู่บ้านเดี่ยว / ทาวน์เฮาส์ จำนวน 278 คน คิดเป็นร้อยละ 78.98 ส่วนใหญ่มีสมาชิกในครอบครัวน้อยกว่า 5 คน จำนวน 203 คน คิดเป็นร้อยละ 57.67 ส่วนใหญ่ติดตามข่าวสารกัน จำนวน 257 คน คิดเป็นร้อยละ 73 ส่วนใหญ่มีรายได้ไม่น้อยกว่า 6,000 บาท จำนวน 144 คน คิดเป็นร้อยละ 40.9 ส่วนใหญ่ไม่กู้กองทุนเพื่อการศึกษา จำนวน 253 คน คิดเป็นร้อยละ 71.88 ส่วนใหญ่มีความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองปานกลาง จำนวน 185 คน คิดเป็นร้อยละ 52.56 ส่วนใหญ่มีความเครียดในการเรียนออนไลน์มาก จำนวน 163 คน คิดเป็นร้อยละ 46.31 ส่วนใหญ่มีความผูกพันกับเพื่อนสูง จำนวน 220 คน คิดเป็นร้อยละ 62.5 ดังตารางที่ 1

การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ของตัวแปรเชิงเดี่ยวที่มีความสัมพันธ์กับการเกิดภาวะซึมเศร้า พบปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการภาวะซึมเศร้า อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ดังนี้ มีประจำตัว (OR=2.48; 95%CI=1.16-5.33) ความเครียดในการเรียนออนไลน์ปานกลาง (OR=5.78; 95%CI=2.24-14.94) ความเครียดในการเรียนออนไลน์มาก (OR=15.76; 95%CI=5.96-41.68) ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ (OR=35.69; 95%CI=4.71-270.5) และความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองปานกลาง (OR=4.98; 95%CI=3.06-8.08) ดังตารางที่ 2

ตารางที่ 1 : จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง

ตัวแปร	มีภาวะซึมเศร้า		ไม่มีภาวะซึมเศร้า		รวม		P - value
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	
	(n = 230)		(n = 122)		(n=352)		
เพศ							0.253
ชาย	71	30.87	45	36.89	116	32.95	
หญิง	159	69.13	77	63.11	236	67.05	
อายุ							0.581
น้อยกว่า 20 ปี	83	36.09	42	34.43	125	35.51	
20 - 21 ปี	105	45.65	62	50.82	167	47.44	
22 ปีขึ้นไป	42	18.26	18	14.75	60	17.05	
ชั้นปีที่กำลังศึกษา							0.141
ปี 1	59	25.65	33	27.05	92	26.14	
ปี 2	60	26.09	19	15.57	79	22.44	
ปี 3	48	20.87	28	22.95	76	21.59	
ปี 4 ขึ้นไป	63	27.39	42	34.43	105	29.83	
เกรดเฉลี่ยรวม							0.497
น้อยกว่า 2.50	34	14.78	17	13.93	51	14.49	
2.50 - 2.99	57	24.78	24	19.67	81	23.01	
3.00 ขึ้นไป	139	60.43	81	66.39	220	62.5	
โรคประจำตัว							0.016*
ไม่มี	192	83.48	113	92.62	305	86.65	
มี	38	16.52	9	7.38	47	13.35	



ตารางที่ 1 : จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง (ต่อ)

ตัวแปร	มีภาวะซึมเศร้า		ไม่มีภาวะซึมเศร้า		รวม		P - value
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	
	(n = 230)		(n = 122)		(n=352)		
ที่ตั้งของที่อยู่อาศัย							0.173
ในเมือง	67	29.13	44	36.07	111	31.53	
ชานเมือง	58	25.22	21	17.21	79	22.44	
นอกเมือง	105	45.65	57	46.72	162	46.02	
ลักษณะที่อยู่อาศัย							0.362
คอนโดมิเนียม	18	7.83	7	5.74	25	7.1	
บ้านเดี่ยว / ทาวน์เฮาส์	184	80	94	77.05	278	78.98	
หอพัก / อพาร์ทเมนต์	28	12.17	21	17.21	49	13.92	
จำนวนสมาชิกในครอบครัว							0.409
น้อยกว่า 5 คน	129	56.09	74	60.66	203	57.67	
5 คนขึ้นไป	101	43.91	48	39.34	149	42.33	
สถานภาพสมรสได้ตามารดา							0.336
พ่อหรือแม่เสียชีวิต	19	8.3	5	4.1	24	6.8	
หย่าร้าง	46	20	25	20.5	71	20.2	
สมรสกัน	165	71.7	92	75.4	257	73	
รายได้ต่อเดือน							0.647
น้อยกว่า 6,000 บาท	90	39.13	54	44.26	144	40.9	
6,000 - 9,999 บาท	55	23.91	27	22.13	82	23.3	
10,000 บาทขึ้นไป	85	36.96	41	33.61	126	35.8	
กองทุนกู้ยืมเพื่อการศึกษา							0.938
ไม่กู้	165	71.74	88	72.13	253	71.88	
กู้	65	28.26	34	27.87	99	28.13	
ความรู้สึกมีคุณค่าในตัวเอง							<0.001*
ต่ำ	26	11.3	1	0.82	27	7.67	
ปานกลาง	145	63.04	40	32.79	185	52.56	
สูง	59	25.65	81	66.39	140	39.77	

ตารางที่ 1 : จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง (ต่อ)

ตัวแปร	มีภาวะซึมเศร้า		ไม่มีภาวะซึมเศร้า		รวม		P - value
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	
	(n = 230)		(n = 122)		(n=352)		
ความเครียดในการเรียนออนไลน์							<0.001*
น้อย	6	2.61	24	19.67	30	8.52	
ปานกลาง	94	40.87	65	53.28	159	45.17	
มาก	130	56.52	33	27.05	163	46.31	
ความผูกพันกับเพื่อน							0.673
ต่ำ	8	3.48	6	4.92	14	3.98	
ปานกลาง	80	34.78	38	31.15	118	33.52	
สูง	142	61.74	78	63.93	220	62.5	

หมายเหตุ : * P-value < 0.05 คือ มีความสัมพันธ์ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ 0.05

ตารางที่ 2 : การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ของตัวแปรเชิงเดียวกับการเกิดภาวะซึมเศร้า

ตัวแปร	จำนวนคนที่มีภาวะซึมเศร้า	OR	95% CI of OR	P - value
โรคประจำตัว				0.01
ไม่มี	192	ref		
มี	38	2.48	1.16-5.33	
ความรู้สึกมีคุณค่าในตัวเอง				<0.001
ต่ำ	26	35.69	4.71-270.5	
ปานกลาง	145	4.98	3.06-8.08	
สูง	59	ref		
ความเครียดในการเรียนออนไลน์				<0.001
น้อย	6	ref		
ปานกลาง	94	5.78	2.24-14.94	
มาก	130	15.76	5.96-41.68	

หมายเหตุ : OR = Odds Ratio , 95% CI = ช่วงความเชื่อมั่นที่ 95%



การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ของตัวแปรต่างๆ กับการเกิดภาวะซึมเศร้าโดยการวิเคราะห์แบบหลายตัวแปร พบปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการเกิดภาวะซึมเศร้า อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ได้แก่ ความเครียดในการเรียนออนไลน์ปานกลาง ($OR_{adj}=4.94$; 95%CI=1.78-13.69) ความเครียดในการเรียนออนไลน์มาก ($OR_{adj}=13.78$; 95%CI=4.82-39.39) ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ ($OR_{adj}=21.57$; 95%CI=2.78-167.49) และความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองปานกลาง ($OR_{adj}=5.06$; 95%CI=3.01-8.53) ดังตารางที่ 3

ตารางที่ 3 : การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ของตัวแปรแบบพหุคูณด้วยโลจิสติกส์ต่อการเกิดภาวะซึมเศร้า

ตัวแปร	จำนวนคนที่มีภาวะซึมเศร้า	OR	OR_{adj}	95% CI of OR_{adj}	P - value
ความรู้สึกมีคุณค่าในตัวเอง					<0.001
ต่ำ	26	35.69	21.57	2.78-167.49	
ปานกลาง	145	4.98	5.06	3.01-8.53	
สูง	59	ref	ref		
ความเครียดในการเรียนออนไลน์					<0.001
น้อย	6	ref	ref	1.78-13.69	
ปานกลาง	94	5.78	4.94	4.82-39.39	
มาก	130	15.76	13.78		

หมายเหตุ : OR = Odds Ratio , OR_{adj} = adjusted Odds Ratio , 95% CI = ช่วงความเชื่อมั่นที่ 95%

อภิปรายผลการวิจัย

จากการวิเคราะห์และผลการวิจัย สามารถอธิบายเพื่อตอบวัตถุประสงค์ของการวิจัยในประเด็น ดังต่อไปนี้

1. จากการศึกษาความชุกและปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการเกิดภาวะซึมเศร้าในการเรียนออนไลน์ของนิสิตปริญญาตรี มหาวิทยาลัยในเขตกรุงเทพมหานคร มีนิสิตที่มีภาวะซึมเศร้าจากการเรียนออนไลน์ โดยมีคะแนนประเมินการเกิดภาวะซึมเศร้าตั้งแต่ 7 คะแนนขึ้นไป จากการศึกษาความสัมพันธ์ของปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับภาวะซึมเศร้าประเมิน

โดยใช้แบบประเมินภาวะซึมเศร้า (PHQ9) ของกรมสุขภาพจิต ถ้าคะแนนรวมอยู่ในช่วง 0-6 แสดงว่าไม่มีภาวะซึมเศร้า ($Y=0$) แต่ถ้าคะแนนรวมมากกว่าหรือเท่ากับ 7 แสดงว่ามีภาวะซึมเศร้า ($Y=1$) และใช้วิธีการวิเคราะห์การถดถอยเชิงโลจิสติก พบว่า ค่า Chi-square เท่ากับ 34.05 และค่า P-value เท่ากับ <0.01 ซึ่งน้อยกว่า 0.05 ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ 0.05 ซึ่งปฏิเสธ H_0 สรุปได้ว่า สมการถดถอยโลจิสติกของแบบจำลองนี้มีความเหมาะสม และค่าการทดสอบความเหมาะสมของแบบจำลองที่ใช้ในการวิเคราะห์ครั้งนี้ (Goodness of Fit) เมื่อพิจารณาค่า Pseudo R Square เป็นค่าที่บอกสัดส่วนที่สามารถอธิบายความผันแปรของแบบจำลองนี้ ซึ่งในที่นี้มีค่าเท่ากับ 0.1835 หรือร้อยละ 18.35 ของความผันแปรที่สามารถอธิบายได้ในเชิงสมการโลจิสติก จากผลการทดสอบสมการถดถอยเชิงโลจิสติกโดยที่การศึกษาวิเคราะห์ตัวแปรแต่ละตัวที่มีความสัมพันธ์กับการเกิดภาวะซึมเศร้าในการเรียนออนไลน์ พบว่า มีตัวแปร เพศ ชั้นปีที่กำลังศึกษา เกรดเฉลี่ยรวม ที่ตั้งของที่อยู่อาศัย ลักษณะที่อยู่อาศัย จำนวนสมาชิกในครอบครัว สถานภาพสมรสบิดามารดา รายได้ต่อเดือน กองทุนกู้ยืมเพื่อการศึกษา ความผูกพันกับเพื่อน ไม่มีความสัมพันธ์กับภาวะซึมเศร้าในการเรียนออนไลน์ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ 0.05 และทำการคัดเลือกตัวแปรด้วยวิธี stepwise forward โดยใช้เกณฑ์เท่ากับ 0.10 พบว่า มีเพียง 3 ปัจจัย คือ โรคประจำตัว ความเครียดในการเรียนออนไลน์ และความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองที่นำมาวิเคราะห์ใน Multivariate model พบว่า มี 2 ปัจจัย คือ ความเครียดในการเรียนออนไลน์ และ ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง ที่มีความสัมพันธ์กับการเกิดภาวะซึมเศร้า อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 สามารถเขียนในรูปสมการได้ดังนี้

$$\text{Depression} = 4.72 + 2.12 (\text{disease_yes}) + 4.94(\text{stressg_medium}) + 13.78(\text{stressg_high}) + 21.57(\text{selfg_low}) + 5.06(\text{selfg_medium})$$

ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง มีความสัมพันธ์เชิงบวกต่อภาวะซึมเศร้าในการเรียนออนไลน์ กล่าวคือ ผู้ที่มีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ (selfg_low) จะมีโอกาสในการมีภาวะซึมเศร้าในการเรียนออนไลน์สูงเป็น 21.57 เท่า เมื่อเทียบกับผู้ที่มีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองสูง ในขณะที่ผู้ที่มีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองปานกลาง (selfg_medium) จะมีโอกาสในการมีภาวะซึมเศร้าในการเรียนออนไลน์สูงกว่าเมื่อเทียบกับผู้ที่มีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองสูงเป็น 5.06 เท่า

2. จากการศึกษาระดับความผูกพันและปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการเกิดภาวะซึมเศร้า



ในการเรียนออนไลน์ของนิสิตปริญญาตรีมหาวิทยาลัยในเขตกรุงเทพมหานคร ทั้งหมด 15 ด้าน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 พบว่า ด้านเพศ ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง จำนวน 236 คน คิดเป็นร้อยละ 67.05 เมื่อพิจารณาความสัมพันธ์ระหว่างเพศกับภาวะซึมเศร้า พบว่า ปัจจัยเพศไม่มีความสัมพันธ์กับการเกิดภาวะซึมเศร้า (P-value = 0.253) ด้านอายุ ส่วนใหญ่เป็นอายุ 20-21 ปี จำนวน 167 คน คิดเป็นร้อยละ 47.44 เมื่อพิจารณาความสัมพันธ์ระหว่างอายุกับภาวะซึมเศร้า พบว่า ปัจจัยอายุไม่มีความสัมพันธ์กับการเกิดภาวะซึมเศร้า (P-value = 0.581) ด้านชั้นปีที่กำลังศึกษา ส่วนใหญ่อยู่ชั้นปีที่ 4 ขึ้นไป จำนวน 105 คน คิดเป็นร้อยละ 29.83 เมื่อพิจารณาความสัมพันธ์ระหว่างชั้นปีที่กำลังศึกษากับภาวะซึมเศร้า พบว่า ปัจจัยชั้นปีที่กำลังศึกษาไม่มีความสัมพันธ์กับการเกิดภาวะซึมเศร้า (P-value = 0.141) ด้านเกรดเฉลี่ยรวม พบว่า ส่วนใหญ่มีเกรดเฉลี่ยรวม 3.00 ขึ้นไป จำนวน 220 คน คิดเป็นร้อยละ 62.5 เมื่อพิจารณาความสัมพันธ์ระหว่างเกรดเฉลี่ยรวมกับภาวะซึมเศร้า พบว่า ปัจจัยเกรดเฉลี่ยรวมไม่มีความสัมพันธ์กับการเกิดภาวะซึมเศร้า (P-value = 0.497) ด้านโรคประจำตัว ส่วนใหญ่ไม่มีโรคประจำตัว จำนวน 305 คน คิดเป็นร้อยละ 86.65 เมื่อพิจารณาความสัมพันธ์ระหว่างโรคประจำตัวกับภาวะซึมเศร้าพบว่า ปัจจัยโรคประจำตัวมีความสัมพันธ์กับการเกิดภาวะซึมเศร้า (P-value = 0.016) ด้านที่ตั้งของที่อยู่อาศัย ส่วนใหญ่อยู่นอกเมือง จำนวน 162 คน คิดเป็นร้อยละ 46.02 เมื่อพิจารณาความสัมพันธ์ระหว่างที่ตั้งของที่อยู่อาศัยกับภาวะซึมเศร้าพบว่า ปัจจัยที่ตั้งของที่อยู่อาศัยไม่มีความสัมพันธ์กับการเกิดภาวะซึมเศร้า (P-value = 0.173) ด้านลักษณะที่อยู่อาศัย ส่วนใหญ่อยู่บ้านเดี่ยว / ทาวน์เฮาส์ จำนวน 278 คน คิดเป็นร้อยละ 78.98 เมื่อพิจารณาความสัมพันธ์ระหว่างลักษณะที่อยู่อาศัยกับภาวะซึมเศร้าพบว่า ปัจจัยลักษณะที่อยู่อาศัยไม่มีความสัมพันธ์กับการเกิดภาวะซึมเศร้า (P-value = 0.362) ด้านจำนวนสมาชิกในครอบครัว ส่วนใหญ่มีสมาชิกในครอบครัวน้อยกว่า 5 คน จำนวน 203 คน คิดเป็นร้อยละ 57.67 เมื่อพิจารณาความสัมพันธ์ระหว่างจำนวนสมาชิกในครอบครัวกับภาวะซึมเศร้าพบว่า ปัจจัยจำนวนสมาชิกในครอบครัวไม่มีความสัมพันธ์กับการเกิดภาวะซึมเศร้า (P-value = 0.409) ด้านสถานภาพสมรสบิดามารดา ส่วนใหญ่บิดามารดาสมรสกัน จำนวน 257 คน คิดเป็นร้อยละ 73 เมื่อพิจารณาความสัมพันธ์ระหว่างสถานภาพสมรสบิดามารดากับภาวะซึมเศร้า พบว่า ปัจจัยสถานภาพสมรสบิดามารดาไม่มีความสัมพันธ์กับการเกิดภาวะซึมเศร้า (P-value = 0.336) ด้านรายได้ต่อเดือน ส่วนใหญ่มีรายได้น้อยกว่า 6,000 บาท

จำนวน 144 คน คิดเป็นร้อยละ 40.9 เมื่อพิจารณาความสัมพันธ์ระหว่างรายได้ต่อเดือนกับภาวะซึมเศร้าพบว่า ปัจจัยรายได้ต่อเดือนไม่มีความสัมพันธ์กับการเกิดภาวะซึมเศร้า ($P\text{-value} = 0.647$) ด้านรายได้ต่อเดือน ส่วนใหญ่มีรายได้น้อยกว่า 6,000 บาท จำนวน 144 คน คิดเป็นร้อยละ 40.9 เมื่อพิจารณาความสัมพันธ์ระหว่างรายได้ต่อเดือนกับภาวะซึมเศร้าพบว่า ปัจจัยรายได้ต่อเดือนไม่มีความสัมพันธ์กับการเกิดภาวะซึมเศร้า ($P\text{-value} = 0.647$) ด้านกองทุนกู้ยืมเพื่อการศึกษา ส่วนใหญ่ไม่กู้กองทุนเพื่อการศึกษา จำนวน 253 คน คิดเป็นร้อยละ 71.88 เมื่อพิจารณาความสัมพันธ์ระหว่างกองทุนเพื่อการศึกษา กับภาวะซึมเศร้าพบว่า ปัจจัยกองทุนเพื่อการศึกษาไม่มีความสัมพันธ์กับการเกิดภาวะซึมเศร้า ($P\text{-value} = 0.938$) ด้านความรู้สึที่มีคุณค่าในตนเอง ส่วนใหญ่มีความรู้สึที่มีคุณค่าในตนเองปานกลาง จำนวน 185 คน คิดเป็นร้อยละ 52.56 เมื่อพิจารณาความสัมพันธ์ระหว่างความรู้สึที่มีคุณค่าในตนเองกับภาวะซึมเศร้า พบว่า ปัจจัยความรู้สึที่มีคุณค่าในตนเองมีความสัมพันธ์กับการเกิดภาวะซึมเศร้า ($P\text{-value} < 0.001$) ด้านความเครียดในการเรียนออนไลน์ ส่วนใหญ่มีความเครียดในการเรียนออนไลน์มาก จำนวน 163 คน คิดเป็นร้อยละ 46.31 เมื่อพิจารณาความสัมพันธ์ระหว่างความเครียดในการเรียนออนไลน์กับภาวะซึมเศร้าพบว่า ปัจจัยความเครียดในการเรียนออนไลน์มีความสัมพันธ์กับการเกิดภาวะซึมเศร้า ($P\text{-value} < 0.001$) ด้านความผูกพันกับเพื่อน ส่วนใหญ่มีความผูกพันกับเพื่อนสูง จำนวน 220 คน คิดเป็นร้อยละ 62.5 เมื่อพิจารณาความสัมพันธ์ระหว่างความผูกพันกับเพื่อนกับภาวะซึมเศร้า พบว่า ปัจจัย ความผูกพันกับเพื่อนไม่มีความสัมพันธ์กับการเกิดภาวะซึมเศร้า ($P\text{-value} = 0.673$)

3. ข้อเสนอแนะเกี่ยวข้องกับการเกิดภาวะซึมเศร้าในการเรียนออนไลน์ของนิสิตปริญญาตรี มหาวิทยาลัยในเขตกรุงเทพมหานคร เพื่อเป็นแนวทางในการวางแผนและเฝ้าระวังรวมถึงส่งเสริมสุขภาพจิต เพื่อลดปัจจัยที่มีผลต่อภาวะซึมเศร้าให้กับนิสิตอย่างมีประสิทธิภาพ พบว่า ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการเกิดภาวะซึมเศร้าในการเรียนออนไลน์ พบปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการเกิดภาวะซึมเศร้าในการเรียนออนไลน์ดังนี้ การเห็นคุณค่าในตัวเอง มีความสัมพันธ์ทางลบกับภาวะซึมเศร้า ที่ระดับ 0.05 ($r = -0.41$) และความเครียดในการเรียนออนไลน์มีความสัมพันธ์ทางบวกกับภาวะซึมเศร้า ที่ระดับ 0.05 ($r = 0.308$) ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของรัตน มาชะสวัสดิ์ (2564) และในภาวะวิกฤติที่มีการระบาดของโรคโควิด 19 ทำให้มีการปรับการเรียนการสอนใหม่โดยเฉพาะเวลาเรียนที่เพิ่มมากขึ้น ซึ่งสิ่งเหล่านี้อาจส่งผลกระทบต่อความเครียด



ของนิสิตได้ สำหรับปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อภาวะซึมเศร้าในการเรียนออนไลน์ของนิสิตมหาวิทยาลัยในเขตกรุงเทพมหานคร มีรายละเอียดดังนี้

3.1 การเห็นคุณค่าในตนเองมีอิทธิพลทางลบกับภาวะซึมเศร้า แสดงว่าหากนิสิตมีคุณค่าในตนเองย่อมจะเกิดภาวะซึมเศร้า สอดคล้องกับการศึกษาที่ผ่านมาของ ดอย ละอองอ่อน (2549) ที่ศึกษาปัจจัยทำนายภาวะซึมเศร้าของเยาวชนในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชน เขต 6 จังหวัดนครสวรรค์ ผลการวิจัย พบว่า การเห็นคุณค่าในตนเอง มีความสัมพันธ์ทางลบกับภาวะซึมเศร้าของเยาวชนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ นอกจากนี้สอดคล้องกับการศึกษาที่ พบว่า การเกิดภาวะซึมเศร้านั้นอาจเนื่องจากวัยรุ่นเป็นวัยที่ต้องการยอมรับความรักและความเอาใจใส่จากบุคคลรอบข้าง และหากไม่ได้รับการตอบสนองก็จะรู้สึกเสียคุณค่าในตนเองสับสนและเสียใจอันนำไปสู่ภาวะซึมเศร้าได้ (โปรยทิพย์ สันตะพานธุ์ และคณะ, 2562) ดังนั้นการเห็นคุณค่าในตนเองเป็นปัจจัยสำคัญภายในของคน และเป็นพื้นฐานของภาวะสุขภาพจิตสามารถเปลี่ยนได้ตามวัย วุฒิภาวะ และสิ่งแวดล้อม รวมทั้งเปลี่ยนแปลงได้ตามสถานการณ์ของชีวิต ซึ่งหากบุคคลเห็นคุณค่าในตนเองก็จะทำให้เกิดภาวะซึมเศร้าขึ้น

3.2 ความเครียดในการเรียนออนไลน์มีอิทธิพลทางบวกกับภาวะซึมเศร้า โดยการวิจัยครั้งนี้พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีความเครียดในการเรียนออนไลน์ในระดับมาก ซึ่งจากการที่นิสิตมีความเครียดในการเรียนอยู่ในระดับมากอาจเนื่องจากสถานการณ์โควิดทำให้เนื้อหาการเรียนการสอนเปลี่ยนไป มีปริมาณงานเพิ่มขึ้นและต้องเรียนหนักเพื่อให้ชดเชยช่วงเวลาที่หายไป จึงส่งผลให้เกิดความเครียด สอดคล้องกับการศึกษาของ ชฎาภา ประเสริฐทรง และคณะ (2564) ที่พบว่า อาการหรือปฏิกิริยาการตอบสนองทางด้านร่างกาย จิตใจ กระบวนการทางความคิด และพฤติกรรมของบุคคลที่เกิดขึ้นจากสิ่งเร้าที่มากระตุ้น ทั้งจากตัวบุคคล และสิ่งแวดล้อมในการเรียนออนไลน์ ซึ่งหากบุคคลมีระดับความเครียดสูงกว่าเกณฑ์ปกติจะส่งผลให้เกิดความรู้สึกลังเลไม่สบายใจ และความกดดัน หรือความรู้สึกต่อสภาวะสมดุลในการดำเนินชีวิต ทำให้บุคคลนั้นเสียความสมดุลในตนเอง ประเมินโดยใช้แบบวัดระดับความเครียดในการเรียนออนไลน์

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะเกี่ยวข้องกับการเกิดภาวะซึมเศร้าในการเรียนออนไลน์ของนิสิตปริญญาตรี มหาวิทยาลัยในเขตกรุงเทพมหานคร เพื่อเป็นแนวทางในการวางแผนและ

เผื่อระวังรวมถึงส่งเสริมสุขภาพจิต เพื่อลดปัจจัยที่มีผลต่อภาวะซึมเศร้าให้กับนิสิตอย่างมีประสิทธิภาพ ดังนี้

1. สถานศึกษาควรพัฒนาโปรแกรมการเรียนออนไลน์ เพื่อส่งเสริมการแห่งคุณค่าในตนเอง การสร้างสัมพันธ์ภาพกับเพื่อนลดความเครียดและภาวะซึมเศร้าในนิสิต
2. สถานศึกษาควรมีการปรับการเรียนการสอนใหม่โดยเฉพาะเวลาเรียนที่เพิ่มมากขึ้น ซึ่งสิ่งเหล่านี้อาจส่งผลกระทบต่อความเครียดของนิสิตได้
3. ภาครัฐและสถานศึกษาควรร่วมกันกำหนดนโยบายที่ชัดเจนในการบริหารจัดการและเผื่อระวังสถานการณ์การแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโควิด-19 โดยรับฟังความคิดเห็นของนักศึกษาเป็นสำคัญ

เอกสารอ้างอิง

- ชฎาภา ประเสริฐทรง จรินวรรณ แสงหิรัญรัตนา และพรชญา กลัดแก้ว. (2564). ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความเครียดในการเรียนออนไลน์จากสถานการณ์โควิด-19 ของนักศึกษาพยาบาล. *วารสารสถาบันจิตเวชศาสตร์สมเด็จเจ้าพระยา*, 15(1), 14-28.
- จิตวี แก้วพรวรรค์ และ เบญจพร ตันตสุติ. (2555). การศึกษาความชุกของภาวะซึมเศร้าและปัจจัยที่เกี่ยวข้องในเด็กนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ในกรุงเทพมหานคร. *วารสารสมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย*, 57(4), 395-402.
- ดวงใจ กสานจิตกุล. (2542). *โรคซึมเศร้ารักษาให้หายได้*. นานาอักษรการพิมพ์.
- มานิช หล่อตระกูล. (ม.ป.ป). *โรคซึมเศร้าโดยละเอียด*. คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล Ramamental. <https://med.mahidol.ac.th/ramamental/generalknowledge/general/09042014-1017>.
- ดอย ละอองอ่อน. (2549). *ปัจจัยทำนายภาวะซึมเศร้าของเยาวชนในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชน เขต 6 จังหวัดนครสวรรค์* (รายงานผลการวิจัย). มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- บุญชม ศรีสะอาด. (2535). *หลักการวิจัยเบื้องต้น* (พิมพ์ครั้งที่ 3). สุวีริยาสาส์น.
- โพรยทิพย์ สันตะพันธุ์, ศิริณพ บุสหงส์ และเชาวลิต ศรีเสริม. (2562). ภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่น: บทบาทพยาบาล. *วารสารเกื้อการุณย์*, 26(1), 187-199. <https://he01.tcithaijo.org/index.php/kcn/article/view/157661>.
- ผ่องศรี มรกต. (2536). *จิตวิทยาการสอน*. สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.



- พัชรินทร์ สุวรรณอำไพ. (2563). การพัฒนากิจกรรมการเรียนรู้คณิตศาสตร์ โดยใช้
ปัญหาเป็นฐานเรื่องบทประยุกต์ สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6.
(วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์) มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร.
- มณฑนา นทีธาร. (2540). พัฒนาการของเด็กไทย. สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- รัตนา มาพะสวัสดิ์. (2564). ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อภาวะซึมเศร้าของนักเรียนมัธยมศึกษา
ตอนปลายในจังหวัดปทุมธานี. *วารสารศูนย์อนามัยที่ 9*, 15(38), 528-540.
- สายฝน สีนอเพีย และรุจิรา ดวงสงค์. (2564). ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความเครียด
และภาวะซึมเศร้าในนักศึกษาระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
วารสารวิจัยสาธารณสุขศาสตร์มหาวิทยาลัยขอนแก่น, 12(3), 10-23.
- Moawad, R. A. (2020). Online learning during the COVID-19 pandemic and
academic stress in university students. *Revista Romaneasca pentru
Educatie Multidimensionala - Journal for Multidimensional
Education*, 12(1Sup2), 100-107. DOI: <https://doi.org/10.18662/rrem/12.1sup2/252>.