

**ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับสภาวะสุขภาพจิตของนักศึกษา
หลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาทันตสาธารณสุข
วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดชลบุรี**

ปิ่นทอง ประสงค์สุข¹, วรุต ชลธิชกุล¹, ชุตติกานต์ บัดแก้ว¹, สรินธา สุภาภรณ์¹, สุทธินาถ ชมเชย¹

บทคัดย่อ

วิจัยนี้เป็นวิจัยเชิงพรรณนาแบบตัดขวางมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาสภาวะสุขภาพจิต และความสัมพันธ์ระหว่างสภาวะสุขภาพจิตและปัจจัยที่เกี่ยวข้องของนักศึกษาทันตสาธารณสุข วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดชลบุรี โดยเก็บข้อมูลในนักศึกษาทันตสาธารณสุขจำนวน 159 คน เครื่องมือที่ใช้ ได้แก่ แบบสอบถามส่วนบุคคล และแบบประเมินสุขภาพทั่วไป ฉบับภาษาไทย ชนิด 30 ข้อคำถาม (Thai GHQ-30) วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติ ความถี่ ร้อยละ และสถิติไคสแควร์ (Chi-Square) ผลการวิจัยพบว่า นักศึกษาทันตสาธารณสุขมีปัญหาสุขภาพจิตจำนวน 71 คน คิดเป็นร้อยละ 44.7 ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับสภาวะสุขภาพจิต คือชั้นปีที่กำลังศึกษา โดยมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับความเชื่อมั่นร้อยละ 95 ผลจากการศึกษานี้มีข้อเสนอแนะว่าวิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดชลบุรีควรจัดให้มีกิจกรรมเตรียมความพร้อมก่อนเข้าศึกษา และควรจัดให้มีระบบการให้คำปรึกษาแนะนำเรื่องการปรับตัวให้กับนักศึกษาชั้นปีที่ 1

คำสำคัญ : สภาวะสุขภาพจิต, นักศึกษาทันตสาธารณสุข, Thai GHQ-30

¹ วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดชลบุรี

ผู้เขียนที่เป็นผู้ติดต่อ: ปิ่นทอง ประสงค์สุข; Tel 083-6645142 , e-mail: pintong@scphc.ac.th

**Factors relating to mental health profile amongst undergraduate students of
Public Health Program in Dental Public Health at
Sirindhorn College of Public Health Chonburi**

Pintong Prasongsuk¹, Warut Chalittikul¹, Chutikarn Badkeaw¹, Sarintha Supaporn¹, Suttinart Chumcheoy¹.

Abstract

The objective of this cross-sectional descriptive study was to determine mental health profile and relationship between mental health profile and related factors of undergraduate students of Public Health Program in Dental Public Health at Sirindhorn College of Public Health Chonburi. The data were conducted in 159 students. The questionnaire consisted of personal information and Thai General Health Questionnaire 30 items. Frequency, percentage and Chi-Square were employed for data analyses. The findings revealed that 71 students (44.7%) were indicated chance of mental health problems. This was found that college years correlated with mental health profile (95% Confident Interval) of students. The recommendation derived from this study was that the college should create an adjustment activity for the first year students before starting the first semester. Moreover, the college should have the student support and service for giving advice to the brand-new students.

Key words : Mental health status, Dental public health student, Thai GHQ-30

¹ Sirindhorn College of Public Health Chonburi

Pintong Prasongsuk; Tel 083-6645142, e-mail: pintong@scphc.ac.th

บทนำ

สุขภาพดีเป็นแหล่งประโยชน์อันสำคัญของการพัฒนาด้านสังคม เศรษฐกิจและการพัฒนาในระดับบุคคล ซึ่งสุขภาพจิตเป็นองค์ประกอบหนึ่งของสุขภาพ โดยสุขภาพจิต คือภาวะของมนุษย์แต่ละบุคคลที่รับรู้ความสามารถของตนเองในการเผชิญต่อความกดดัน หรือความเครียดในชีวิตประจำวันของตนเอง สามารถแก้ปัญหาได้ สามารถทำงานได้อย่างประสบความสำเร็จ และยังสามารถส่งผลไปสู่คนรอบข้าง และชุมชนของตนเองได้อีกด้วย¹ ดังนั้นในการพัฒนาตนเองรวมถึงการศึกษาหาความรู้จำเป็นอย่างยิ่งที่ผู้เรียนจะต้องมีสุขภาพจิตที่ดี สามารถเผชิญกับความกดดันทั้งการเรียน รวมไปถึงสภาพสังคมที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วในทุก ๆ ด้าน ไม่ว่าจะเป็นทางด้าน การเมือง เศรษฐกิจ การดำเนินชีวิตความเป็นอยู่ เช่น การอาศัยอยู่ในสังคมเมือง ต้องมีการใช้ชีวิตอย่างเร่งรีบ มีการแข่งขันที่สูง ส่งผลให้มีความเครียดสะสมเป็นอย่างมาก²

สภาวะปัญหาสุขภาพจิตพบมากขึ้นในทุก ๆ ปีอย่างต่อเนื่อง ทั้งกับวัยผู้ใหญ่ วัยรุ่น และวัยเด็ก โดยเฉพาะนักศึกษาในระดับอุดมศึกษา³ ซึ่งหากนักศึกษามีสุขภาพจิตที่ไม่ดี ก็ย่อมจะส่งผลให้เกิดสุขภาพทางร่างกายที่ย่ำแย่ได้เช่นกัน ตัวอย่างเช่น ปวดศีรษะ ไมเกรน อ่อนเพลีย อาหารไม่ย่อย เบื่ออาหาร หรือนอนไม่หลับ และยังสามารถส่งผลถึงคุณภาพชีวิตของนักศึกษา⁴ รวมไปถึงการเรียนตกต่ำ⁵ ซึ่งอาจจะนำไปสู่การไม่สำเร็จการศึกษาในอนาคตได้อีกด้วย โดยหลายๆการศึกษาได้พบว่าปัญหาสุขภาพจิตพบมากขึ้นในนักศึกษาที่ศึกษาในมหาวิทยาลัย⁶ สภาวะสุขภาพจิตของนักศึกษาในประเทศไทยนั้น อาจจะขึ้นอยู่กับหลายๆปัจจัย ทั้งปัจจัยภายในส่วนบุคคล⁷⁻¹¹ เช่น เพศ อายุ ภูมิฐานะที่อยู่อาศัย หรือปัจจัยภายนอกบุคคล¹² เช่น การเรียนการสอน การปรับตัวในการเรียนระดับอุดมศึกษา กลุ่มเพื่อน

หลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาทันตสาธารณสุข มีการเรียนการสอนทั้งในภาคทฤษฎี ภาคปฏิบัติทั้งในห้องปฏิบัติและกับผู้ป่วยจริง และฝึกภาคสนาม นอกจากนั้นเนื้อหาความรู้มีความเข้าใจยาก เนื้อหามีรายละเอียดที่มาก และเป็นสิ่งแปลกใหม่สำหรับนักศึกษา จึงอาจจะถือได้ว่าเป็นหลักสูตรที่มีการเรียนการสอน ที่มีความเครียดสูง โดยนักศึกษาหลักสูตรทางการแพทย์และสาธารณสุขต้องใช้ความพยายาม ความอดทนที่มากพอ จึงจะสามารถประสบความสำเร็จในการเรียนหลักสูตรนี้ จึงอาจจะเป็นสาเหตุที่ทำให้นักศึกษาต้องเผชิญกับความเครียดและความกดดันที่สูง ซึ่งส่งผลต่อสุขภาพจิตของนักศึกษา หากสถาบันการศึกษาสามารถทราบได้ก่อนว่านักศึกษามีปัญหาทางสุขภาพจิต ทางสถาบันการศึกษาจะได้มีการปรับปรุงการดูแลนักศึกษาได้ดียิ่งขึ้น และสามารถพัฒนาศักยภาพนักศึกษาให้จัดการกับปัญหาที่กำลังเผชิญอยู่ได้ รวมไปถึงการติดตามเฝ้าระวังปัญหาสุขภาพจิตในนักศึกษา ทางผู้ที่เกี่ยวข้องสามารถได้วางแผนแก้ไขปัญหานี้ต่อไปได้ในอนาคต

วัตถุประสงค์ในการวิจัย

1. เพื่อศึกษาสภาวะสุขภาพจิตในนักศึกษาหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาทันตสาธารณสุข วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดชลบุรี
2. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างสภาวะสุขภาพจิตและปัจจัยที่เกี่ยวข้องของนักศึกษาหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาทันตสาธารณสุข วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดชลบุรี

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงพรรณนาแบบตัดขวาง (Cross-sectional Descriptive Research) ประชากรและกลุ่มตัวอย่างใช้วิธีเลือกแบบเฉพาะเจาะจง (Purposive Sampling) ได้แก่ นักศึกษาหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาทันตสาธารณสุข วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดชลบุรี ในภาคการศึกษาที่ 2 ปีการศึกษา 2561 ทุกชั้นปี จำนวน 162 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เป็นแบบสอบถาม แบ่งเป็น 2 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 แบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไป เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเอง เป็นแบบเลือกตอบ และเพิ่มข้อความ จำนวน 9 ข้อ ประกอบด้วย เพศ อายุ ชั้นปี ภูมิลำเนา สถานภาพสมรสของผู้ปกครอง ที่พักระหว่างเรียน รายได้ของครอบครัว ค่าใช้จ่ายต่อเดือนของนักศึกษา และเกรดเฉลี่ยสะสม

ตอนที่ 2 แบบประเมินสุขภาพสุขภาพทั่วไป Thai GHQ-30 (Thai General Health Questionnaire 30 items) เป็นแบบคัดกรองปัญหาสุขภาพจิตที่พัฒนามาจาก GHQ ของ Goldberg¹³ ซึ่งแปลเป็นภาษาไทยและทำการศึกษาในคนไทย¹⁴ เป็นแบบทดสอบสุขภาพจิตที่ได้รับการยอมรับโดยกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข ซึ่งได้รับการทดสอบว่ามีความไว และความจำเพาะ 89.7 และ 81.7 ตามลำดับ ผู้วิจัยนำแบบสอบถามไปทดสอบ (Try out) หาค่าเที่ยงของแบบสอบถาม (Reliability) กับนักศึกษาหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาสาธารณสุขชุมชน วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดชลบุรีที่คุ้นลักษณะคล้ายกับกลุ่มตัวอย่าง หาค่าความเที่ยงแบบความคงที่ภายใน (Internal Consistency)¹⁵ ได้ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Coefficient Alpha) เท่ากับ 0.921 คำตอบแต่ละข้อเป็นมาตราส่วนประเมินค่า (Rating Scale) แบ่งเป็น 4 ระดับ คือ ดีกว่าปกติ เหมือนปกติ แย่กว่าปกติ และแย่มาก ปกติมาก เกณฑ์การให้คะแนนใช้การคิดแบบ GHQ score (0-0-1-1) คือ หากตอบว่าดีกว่าปกติหรือเหมือนปกติ จะได้คะแนน = 0 หากตอบว่าแย่กว่าปกติหรือแย่มากกว่าปกติมาก จะได้คะแนน = 1 การแปลผลใช้จุดตัดคะแนนต่ำ 3/4 โดยคะแนนตั้งแต่ 4 คะแนนขึ้นไปถือว่าผิดปกติ

ข้อพิจารณาด้านจริยธรรม

การวิจัยครั้งนี้ได้รับการพิจารณาและรับรองการทำวิจัยในมนุษย์ระดับวิทยาลัย จากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ระดับวิทยาลัย วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดชลบุรี ตามเอกสารรับรองเลขที่ 21/61 ลงวันที่ 29 พฤศจิกายน 2561

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยเสนอโครงการวิจัยเพื่อพิจารณาและรับการรับรองการทำวิจัยในมนุษย์ระดับวิทยาลัย จากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ระดับวิทยาลัย วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดชลบุรี และได้รับการพิจารณาและเห็นชอบจากคณะกรรมการฯ ตามเอกสารรับรองเลขที่ 21/61 ลงวันที่ 29 พฤศจิกายน 2561 แล้ว ผู้วิจัยจึงเก็บรวบรวมข้อมูลในเดือนธันวาคม 2561 – มกราคม 2562 โดยผู้วิจัยจะทำการเก็บข้อมูลในช่วงที่นักศึกษาเปิดเทอมเสร็จแล้วประมาณ 1 สัปดาห์ ผู้วิจัยจะทำการแจกแบบสอบถามโดยให้เวลาในการตอบแบบสอบถาม 20 นาที และเก็บกลับทันที

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยได้ตรวจสอบความถูกต้องสมบูรณ์ของข้อมูลทั้งหมดและทำการวิเคราะห์โดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป SPSS ดังนี้

1. ข้อมูลทั่วไป สภาวะสุขภาพจิต วิเคราะห์โดยการแจกแจงความถี่และร้อยละ
2. วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างสภาวะสุขภาพจิตกับปัจจัยที่เกี่ยวข้อง โดยใช้วิธีหาความสัมพันธ์

ด้วยค่า Chi-Square (χ^2) ซึ่งกำหนดระดับนัยสำคัญทางสถิติไว้ที่ระดับ 0.05

ผลการวิจัย

ผลการวิจัย พบว่า นักศึกษาทันตสาธารณสุขชั้นปีที่ 1-4ที่กำลังศึกษาอยู่ในวิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดชลบุรี จำนวน 162 คน กลุ่มตัวอย่างที่ตอบแบบสอบถามกลับจำนวน 159 คน อัตราการตอบกลับเท่ากับร้อยละ 98.1 ของจำนวนนักศึกษาทั้งหมด ดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ร้อยละการตอบกลับแบบสอบถามสมบูรณ์ของนักศึกษาจำแนกตามชั้นปี

ชั้นปีที่ศึกษา	จำนวนนักศึกษาทั้งหมด	จำนวนนักศึกษาที่ตอบ แบบสอบถาม	ร้อยละ
1	40	37	92.5
2	36	34	94.4
3	44	44	100.0
4	52	44	84.6
รวม	162	159	98.1

ผลการประเมินสภาวะสุขภาพจิต พบว่า นักศึกษามีปัญหาสุขภาพจิต (คะแนน ≥ 4) จำนวน 71 คน คิดเป็นร้อยละ 44.7 ดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2 จำนวน ร้อยละ ของนักศึกษาทันตสาธารณสุขจำแนกตามสภาวะสุขภาพจิต (N=159)

สภาวะสุขภาพจิต	จำนวน (คน)	ร้อยละ
สุขภาพจิตอยู่ในเกณฑ์ปกติ	88	55.3
มีปัญหาสุขภาพจิต	71	44.7

เมื่อวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับสภาวะสุขภาพจิตของนักศึกษาพบว่า ชั้นปีที่นักศึกษากำลังศึกษาอยู่มีความสัมพันธ์กับสภาวะสุขภาพจิตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value} < 0.001$) โดยพบว่านักศึกษาชั้นปีที่ 1 มีปัญหาสุขภาพจิตมากที่สุด (ร้อยละ 67.6) ส่วนปัจจัย เพศ อายุ ภูมิลำเนา สถานภาพสมรสผู้ปกครอง ที่พักอาศัยระหว่างศึกษา รายได้ครอบครัว รายจ่ายของนักศึกษา และเกรดเฉลี่ยสะสม ไม่มีความสัมพันธ์กับสภาวะสุขภาพจิตของนักศึกษา รายละเอียดดังแสดงในตารางที่ 3

ตารางที่ 3 ความสัมพันธ์ระหว่างสภาวะสุขภาพจิตของนักศึกษา กับปัจจัยที่เกี่ยวข้อง

ข้อมูลทั่วไป		สภาวะสุขภาพจิต (จำนวน(ร้อยละ))			χ^2	p-value
		มีปัญหา	ไม่มีปัญหา	รวม		
เพศ	ชาย	13(56.5)	10(43.5)	23(14.5)	1.532	0.216
	หญิง	58(42.6)	78(57.8)	136(85.5)		
อายุ	18 – 20 ปี	37(47.4)	41(52.6)	78(49.1)	0.479	0.489
	21 – 23 ปี	34(42.0)	47(58.0)	81(50.9)		
ชั้นปี	ชั้นปีที่ 1	25(67.6)	12(32.4)	37(23.3)	18.101	<0.001*
	ชั้นปีที่ 2	6(17.6)	28(82.4)	34(21.4)		
	ชั้นปีที่ 3	19(43.2)	25(56.8)	44(27.7)		
	ชั้นปีที่ 4	21(47.7)	23(52.3)	44(27.7)		
ภูมิลำเนา	ในเขตชลบุรี	15(48.4)	16(51.6)	31(19.5)	0.217	0.641
	นอกเขตชลบุรี	56(43.8)	72(56.2)	128(80.5)		
สถานภาพ	สมรส / อยู่ด้วยกัน	44(43.6)	57(56.4)	101(63.5)	0.510	0.917
สมรสของ	หย่าร้าง	8(44.4)	10(55.6)	18(11.3)		
ผู้ปกครอง	แยกกันอยู่	8(53.3)	7(46.7)	15(9.4)		
	อื่นๆ	11(44.0)	14(56.0)	25(15.7)		
ที่พักอาศัย	หอในวิทยาลัย	66(46.2)	77(53.8)	143(89.9)	1.293	0.225
ระหว่าง	อื่นๆ	5(31.2)	11(68.8)	16(10.1)		
ศึกษา						
รายได้ของ	น้อยกว่า 10,000	7(70.0)	3(30.0)	10(6.3)	4.411	0.220
ครอบครัว	10,000 – 20,000	36(45.0)	44(55.0)	80(50.3)		
	20,001- 30,000	11(33.3)	22(66.7)	33(20.8)		
	มากกว่า 30,000	17(47.2)	19(52.8)	36(22.6)		
ค่าใช้จ่ายของ	น้อยกว่า 5,000	46(48.1)	55(51.9)	106(66.7)	1.540	0.215
นักศึกษา	มากกว่า 5,000	20(37.7)	33(62.3)	53(33.3)		
	(บาท)					
เกรดเฉลี่ย	น้อยกว่า 2.50	21(39.6)	32(60.4)	53(33.3)	1.123	0.570
สะสม	2.51 – 3.00	37(45.7)	44(54.3)	81(51.0)		
	มากกว่า 3.01	13(52.0)	12(48.0)	25(15.7)		

* p-value < 0.05

อภิปรายผล

การศึกษานี้พบว่า นักศึกษาทันตสาธารณสุขมีปัญหาสุขภาพจิต ร้อยละ 44.7 ใกล้เคียงกับนิสิตทันตแพทย์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ⁹ และนักศึกษาเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยรังสิต⁷ ซึ่งเป็นอัตราที่ค่อนข้างสูงเมื่อเทียบกับนิสิต นักศึกษามหาวิทยาลัยจาก 4 ภูมิภาคในประเทศไทย¹⁶ นักศึกษาแพทยมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ และ นิสิตเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม¹⁰ ผลการศึกษาที่แตกต่างกันอาจเนื่องมาจากสาเหตุหลายประการ เช่น เครื่องมือที่วัดภาวะสุขภาพจิตแตกต่างกันทำให้การแปลผลไม่เหมือนกัน ช่วงเวลาที่ศึกษาและสิ่งแวดล้อมที่ต่างกันอาจทำบริบททางสังคมและวัฒนธรรมต่างกันทำให้ได้ผลที่ต่างกัน และความแตกต่างของโครงสร้างหลักสูตรที่แตกต่างกัน รวมไปถึงลักษณะและรูปแบบการเรียนที่เข้มงวดที่ต่างกัน ทำให้ได้ผลที่ต่างกัน

ในการศึกษาครั้งนี้พบว่าปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับสภาวะสุขภาพจิต คือ ชั้นปีที่กำลังศึกษา โดยพบว่านักศึกษาชั้นปีที่ 1 มีปัญหาสุขภาพจิตมากที่สุดซึ่งสอดคล้องกับผลการสำรวจขององค์การอนามัยโลกที่พบว่านักศึกษาใหม่ในประเทศอุตสาหกรรม มีปัญหาสุขภาพจิต มากถึง 1 ใน 3¹⁷ และการศึกษาภาวะสุขภาพจิตของนักศึกษาสาธารณสุขชุมชน ชั้นปีที่ 1 วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดชลบุรี¹¹ ที่พบว่านักศึกษาชั้นปีที่ 1 มากกว่าร้อยละ 30 มีปัญหาสุขภาพจิต ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากการเป็นช่วงการเปลี่ยนแปลงจากการศึกษาระดับมัธยมศึกษาสู่ระดับอุดมศึกษา ต้องออกจากบ้านและยังมีวิถีชีวิตที่ไม่สมบูรณ์ ต้องปรับตัวเข้ากับสังคมและการเรียนในหลายๆด้าน เช่น จากวิธีการเรียนที่มีอาจารย์เป็นผู้รับผิดชอบในการเรียนการสอนมากกว่าตัวนักเรียนเอง มาสู่การที่นักศึกษาจะต้องรับผิดชอบในการเรียนด้วยตัวเองเป็นส่วนใหญ่ ต้องเรียนรู้ในเรื่องการแบ่งเวลา การสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อนและอาจารย์ การเข้าร่วมกิจกรรมในวิทยาลัย ล้วนแต่ต้องอาศัยการปรับตัวอย่างมาก

สรุปผลการวิจัย

1. สภาวะสุขภาพจิตในนักศึกษาหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาทันตสาธารณสุข วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดชลบุรี มีปัญหาสุขภาพจิตร้อยละ 44.7
2. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ระหว่างสภาวะสุขภาพจิตของนักศึกษาหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาทันตสาธารณสุข วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดชลบุรี คือ ชั้นปีที่กำลังศึกษาอยู่

ข้อเสนอแนะในการนำไปใช้

1. นักศึกษาหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาทันตสาธารณสุข พบปัญหาสุขภาพจิตที่สูง โดยเฉพาะอย่างยิ่งในนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ดังนั้น ผู้บริหารวิทยาลัย และอาจารย์ผู้รับผิดชอบหลักสูตรควรจัดให้มีกิจกรรมเตรียมความพร้อมก่อนเข้าศึกษา และควรจัดให้มีระบบการให้คำปรึกษาแนะนำเรื่องการปรับตัวให้กับนักศึกษาชั้นปีที่ 1

2. หลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาทันตสาธารณสุข ควรจัดให้มีการติดตามเฝ้าระวังในนักศึกษาที่มีแนวโน้มมีสุขภาพจิตอยู่เป็นระยะ ๆ เพื่อวางแผนแก้ไขปัญหาค้นหาได้ทันทั่วทั้ง

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการศึกษาสภาวะสุขภาพจิตเป็นรายด้าน รวมถึงสภาพการจัดการเรียนการสอนร่วมด้วย เพื่อใช้ในการปรับปรุงหลักสูตรต่อไป

2. ควรมีการศึกษสุขภาพจิตในนักศึกษารายที่มีปัญหาเป็นเชิงคุณภาพ เพื่อทราบถึงสาเหตุของปัญหา รวมถึงความรุนแรงของปัญหาสุขภาพจิต

กิตติกรรมประกาศ

งานวิจัยฉบับนี้สำเร็จได้ด้วยทุนสนับสนุนจากวิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดชลบุรี ขอขอบพระคุณท่านผู้อำนวยการประเสริฐ อัดโตหิ ที่ให้การสนับสนุนการทำวิจัยมา ณ ที่นี้ ขอขอบคุณหน่วยวิจัยของวิทยาลัยฯ ที่ให้การสนับสนุนและส่งเสริมการทำวิจัย สุดท้าย ขอขอบคุณนักศึกษาทันตสาธารณสุข ที่ให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถามอย่างครบถ้วนทุกคน

เอกสารอ้างอิง

1. World Health Organization. Promoting mental health: concepts, emerging evidence, practice (Summary Report). Geneva: WHO; 2005.
2. World Health Organization. Mental Health Atlas 2017 [Internet]. 2017 [cited 26 September 2018]. Available from: <http://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/272735/9789241514019-eng.pdf?ua=1>.
3. Department of Mental Health. Annual Report 2018. Bangkok: Lamom Company Limited; 2018. (in Thai)
4. Gorter R, Freeman R, Hammen S, Murtomaa H, Blinkhorn A, Humphris G. Psychological stress and health in undergraduate dental students: fifth year outcomes compared with first year baseline results

from five European dental schools. *European journal of dental education : official journal of the Association for Dental Education in Europe*. 2008;12(2):61-8.

5. Reangsing C, Wongsurapakit S. Mental health related factors to the learning behaviors among First year students at Mae Fah Luang University. *Nursing Journal*. 2014;41(1):123-32. (in Thai)
6. Bjorksten O, Sutherland S, Miller C, Stewart T. Identification of medical student problems and comparison with those of other students. *J Med Educ*. 1983;58(10):759-67.
7. Kochsiripong P, Duangrithi D. Mental health status and self-esteem in pharmacy students. *Journal of Mental Health of Thailand*. 2018;26(2):117-28. (in Thai)
8. Kunadison W, Pitanupong J. Mental health and asociated factors in Prince of Songkla University medical student. *Songkla Medical Journal*. 2010;28(3):139-44. (in Thai)
9. Keawsutha N, Laosrisin N, Visalseth W. Mental health and associated factors in Srinakharinwirot University dental students. *Srinakharinwirot University Journal of Science and Technology*. 2014;6(11):16-24. (in Thai)
10. Chummalee I. Mental health of Pharmacy Students at Mahasarakham University. *Thai Pharmaceutical and Health Science Journal*. 2009;4(3):365-9. (in Thai)
11. Ayamuang J, Jitpakdee P, Jariyasilp S, Thummanon T. Mental health conditions of community health students in Chonburi Province. *Journal of Public Health*. 2013;43(2):188-200. (in Thai)
12. Tangkittipaporn J. *Personality psychology and health behavior*. 1 st ed. Bangkok: Chulalongkorn University Press; 2016. (in Thai)
13. Goldberg DP, Williams P, University of L, Institute of P. *A user's guide to the General Health Questionnaire: NFER-NELSON*; 1991.
14. Nilchaikovit T, Sukying C, Silpakit C. Reliability and validity of the Thai version of the General Health Questionnaire. *Journal of the Psychiatric association of Thailand*. 1996;26(2):117-28. (in Thai)
15. Kitpredaborisut B. *Techniques for creating data collection tools for research*. 7nd ed. Bangkok : Srianan; 2010. (in Thai)
16. Arin N. Psychological distress and attitudes toward seeking professional psychological help among university students. *Thai Journal of Clinical Psychology*. 2015;46(1):16-29. (in Thai)
17. Bruffaerts R, Mortier P, Kiekens G, Auerbach RP, Cuijpers P, Demyttenaere K, et al. Mental health problems in college freshmen: Prevalence and academic functioning. *J Affect Disord*. 2018;225:97-103.