

ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อภาวะซึมเศร้า ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในจังหวัดปทุมธานี

รัตนา มาฆะสวัสดิ์^{*a}

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อภาวะซึมเศร้าของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในจังหวัดปทุมธานี กลุ่มตัวอย่างคือนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายของโรงเรียนในจังหวัดปทุมธานี ปีการศึกษา 2563 จำนวน 200 คน โดยทำการสุ่มกลุ่มตัวอย่างตามสัดส่วนของประชากร และใช้วิธีการสุ่มกลุ่มตัวอย่างอย่างง่าย เก็บรวบรวมข้อมูลระหว่างเดือนกันยายนถึงเดือนตุลาคม พ.ศ. 2563 เครื่องมือที่ใช้ประกอบด้วย 1) ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม 2) แบบสอบถามปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อภาวะซึมเศร้า ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเอง ความเครียดในการเรียน และสัมพันธ์ภาพกับเพื่อน พัฒนาโดยผู้วิจัยและผ่านการตรวจสอบความเชื่อมั่นโดยการหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค ของแบบสอบถามทั้งสามปัจจัย มีค่าเท่ากับ 0.82, 0.85 และ 0.80 ตามลำดับ และ 3) แบบประเมินโรคซึมเศร้า 9 คำถาม (PHQ9) ของกรมสุขภาพจิต กระทรวง วิเคราะห์ข้อมูลข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถามโดยการแจกแจงความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และวิเคราะห์ความสัมพันธ์ของปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อภาวะซึมเศร้าด้วยการวิเคราะห์สหสัมพันธ์และการวิเคราะห์สมการถดถอยพหุคูณ

ผลการวิจัยพบว่า 1) กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง (ร้อยละ 65.0) อายุระหว่าง 17–18 ปี (ร้อยละ 70.0) และกำลังศึกษาในระดับชั้นมัธยมศึกษาชั้นปีที่ 4 และ 5 (ร้อยละ 65.0) 2) ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อภาวะซึมเศร้า โดยทำการทดสอบข้อตกลงเบื้องต้นโดยการวิเคราะห์ค่าความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระพบว่าปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ทางลบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับภาวะซึมเศร้า ที่ระดับ $p < 0.05$ มีสองปัจจัย ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเอง ($r = -0.245$) และสัมพันธ์ภาพกับเพื่อน ($r = -0.400$) ส่วนความเครียดในการเรียนมีความสัมพันธ์ทางบวกกับภาวะซึมเศร้า อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ $p < 0.05$ ($r = 0.535$) และปัจจัยที่สามารถทำนายภาวะซึมเศร้าในนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเอง ความเครียดในการเรียน และสัมพันธ์ภาพกับเพื่อน โดยสามารถทำนายภาวะซึมเศร้าได้ร้อยละ 42.80 ($R = 0.428$, $p < 0.05$)

คำสำคัญ: ภาวะซึมเศร้า; ปัจจัย; นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย

^{*} อาจารย์ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยปทุมธานี

^a ผู้เขียนหลัก รัตนา มาฆะสวัสดิ์ Email: ratana2021@ptu.ac.th

รับบทความ: 7 มิ.ย. 64; รับบทความแก้ไข: 5 ก.ค. 64; ตอบรับตีพิมพ์: 5 ก.ค. 64; ตีพิมพ์ออนไลน์ 21 ก.ค. 64

DOI: <https://doi.org/10.14456/rhpc9j.2021.38>

Factors Influencing Depression among High School Students in Pathum Thani Province

Rattana Makassawad^{*a}

Abstract

The objective of this research was to study factors Influencing depression in high school students in Pathum Thani province. Samples were consisted of 200 high school students from schools in Pathum Thani during academic year 2020 selected by proportional random sampling. The data were collected between September to October of 2020. The instruments used in this study were divided into 3 parts: 1) demographic data, 2) factors influencing depression including self-esteem, stress from studies, and relationships with friends; each factor was tested for reliability yielding Cronbach's alpha coefficient of 0.82, 0.85, and 0.80, respectively, and 3) the Nine Patient Health Questionnaire Screening (PHQ-9) for depression screening developed by the Department of Mental Health, Ministry of Public Health. The data were analyzed using frequencies, percentages, means and standard deviations for descriptive data. Factors influencing depression among high school students were analyzed using Pearson's product moment correlation coefficients and multiple regression equation analysis.

The results revealed that the majority of the samples were females (65.0%), ages between 17-18 years (70.0%), were studying in Matthayom Suksa 4 and 5 (65.0%). Preliminary tests of factors influencing depression showed that 2 factors negatively correlated with depressions were self-esteem ($r=-0.245$) and relationships with friends ($r=-0.400$) while stress from studies had a positive relationship with students' depression at $p<0.05$. Regression analysis showed that factors that can predict depression in high school students were self-esteem, stress from studies and could predict the depression by 42.80 percent ($R=0.428$, $p<0.05$).

Keywords: Depression; Factors; High school students

^{*} Lecturer, Faculty of Nursing, Pathum Thani University

^a Corresponding author Rattana Makassawad Email: ratana2021@ptu.ac.th

Received: Jun. 7, 21; Revised: Jul. 5, 21; Accepted: Jul. 5, 21; Published Online Jul. 21, 21

DOI: <https://doi.org/10.14456/rhpc9j.2021.38>

บทนำ

ภาวะซึมเศร้าเป็นความเจ็บป่วยที่ก่อให้เกิดการสูญเสียด้านสุขภาพและเป็นปัญหาสุขภาพจิตที่สำคัญของประเทศไทย Park⁽¹⁾ ศึกษาผลที่เกิดขึ้นจากภาวะซึมเศร้า พบว่าภาวะซึมเศร้าเป็นภาวะที่ไม่เพียงแต่ส่งผลต่อสุขภาพของผู้ป่วยเท่านั้น แต่เกี่ยวเนื่องไปถึงปัญหาการใช้ชีวิต การเข้าสังคม และอาจทวีความรุนแรงไปถึงการคิดฆ่าตัวตาย จากข้อมูลรายงานการเข้าถึงบริการของผู้ป่วยโรคซึมเศร้าในระหว่างปี พ.ศ. 2552-2562 โดยกรมสุขภาพจิต⁽²⁾ ระบุว่าจำนวนผู้ป่วยคาดประมาณจากความชุกที่ได้จากการสำรวจในประเทศไทยมีจำนวนถึง 1,439,710 คน ต่อประชากรทั้งหมดของเทศที่มีอายุตั้งแต่ 15 ปีขึ้นไป จำนวน 48,986,657 คน แสดงให้เห็นถึงความสำคัญของปัญหาภาวะซึมเศร้าที่มีในประชากรไทยในแต่ละเขตสุขภาพ จึงเป็นเรื่องที่สำคัญในการหาทางแก้ไข สำหรับเขตสุขภาพที่ 4 ประกอบด้วย 8 จังหวัด มีจำนวนผู้ป่วยจากการคาดการณ์ประมาณ 106,204 คน จากประชากรทั้งหมด จำนวน 4,425,132 คน โดยจังหวัดที่มีจำนวนผู้ป่วยมากที่สุดคือ จังหวัดนนทบุรี จำนวน 24,954 คน ต่อประชากร 1,039,754 คน และรองลงมาพบว่าเป็นประชากรที่อาศัยอยู่ในจังหวัดปทุมธานีถึง 22,364 คน ต่อประชากร 931,815 คน

จากรายงานของกรมสุขภาพจิต พบว่าวัยรุ่นไทยอายุระหว่าง 10-19 ปี เสี่ยงต่อการเกิดโรคซึมเศร้ามากกว่า 3 ล้านคนและมีการป่วยด้วยโรคซึมเศร้าแล้วมากกว่า 1 ล้านคน นอกจากนี้ จากข้อมูลสายด่วนปรึกษาปัญหาสุขภาพจิตของวัยรุ่นอายุ 11-19 ปี พบว่ามีการโทรศัพท์มาขอคำปรึกษาในปี พ.ศ. 2562 จำนวน 10,120 ครั้ง และในปี พ.ศ. 2563 มีการโทรศัพท์มาขอคำปรึกษา จำนวน 11,112 ครั้ง และยังพบว่าปัญหา 3 อันดับแรกที่มีการขอคำปรึกษา ได้แก่ ความเครียดและความวิตกกังวล เรื่องความรัก และภาวะซึมเศร้า⁽³⁾ ดังนั้นหากพิจารณาจากสถานการณ์ในปัจจุบันจะเห็นได้อย่างชัดเจนว่า ภาวะซึมเศร้าเป็นปัญหาที่พบได้ในทุกช่วงวัยของชีวิต โดยเฉพาะอย่างยิ่งในวัยรุ่น⁽⁴⁻⁵⁾ เนื่องจากเป็นช่วงรอยต่อจากวัยเด็กเข้าสู่ผู้ใหญ่ซึ่งมีความเสี่ยงต่อการเกิดปัญหาด้านสุขภาพจิต อันเป็นผลมาจากสิ่งเร้าต่างๆ ที่มาพร้อมกับการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วทางร่างกาย อารมณ์และสังคม⁽⁶⁾ หรืออาจกล่าวได้ว่าเป็นช่วงที่มีพัฒนาการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วทุกด้าน แต่ทางด้านร่างกายเป็นด้านที่สามารถสังเกตได้ชัดเจนมากที่สุด นอกจากจะมีพัฒนาการการเรียนรู้เติบโตที่เกิดขึ้นแล้ว ยังจัดเป็นวัยที่อยู่ในช่วงเลี้ยวหัวต่อของชีวิต เพราะนอกจากจะมีเนื้อหาการเรียนที่เข้มข้นแล้ว ยังเป็นช่วงที่ต้องเชื่อมต่อที่จะเข้าสู่ระบบอุดมศึกษาซึ่งมีความแตกต่างไปจากเดิม เช่น การเลือกคณะหรือสาขาอาชีพที่ชอบ การย้ายจากโรงเรียนไปสู่สังคมอุดมศึกษาที่มีการแข่งขันกันมากขึ้น เป็นต้น สิ่งเหล่านี้อาจเป็นสาเหตุที่ทำให้เกิดปัญหาอื่นตามมาได้ เช่น ปัญหาทางด้านการเรียน ความสัมพันธ์ในครอบครัว ความคาดหวังของสังคมรวมถึงแรงกดดันในตัววัยรุ่นเองที่จะวางแผนรูปแบบการศึกษาของตนเอง และกำหนดอนาคตด้านการศึกษา รวมไปถึงการประกอบอาชีพด้วย⁽⁷⁾ ถ้าหากวัยรุ่นไม่สามารถจัดการกับปัญหาและควบคุมอารมณ์กับสิ่งที่เกิดขึ้นเหล่านี้ได้อย่างมีประสิทธิภาพแล้วจะทำให้วัยรุ่นต้องประสบกับความเครียดจนเกิดภาวะซึมเศร้าขึ้นได้⁽⁷⁾

จากการทบทวนวรรณกรรมและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับภาวะซึมเศร้าของวัยรุ่น พบว่าปัจจัยที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับการเกิดภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่นมีหลายด้าน จากการวิเคราะห์ พบว่าปัจจัยด้านสัมพันธภาพระหว่างบุคคล เช่น ความฉลาดทางจิตวิญญาณ ความผูกพันใกล้ชิดกับเพื่อนและครอบครัว และการติดอินเทอร์เน็ต และปัจจัยทางครอบครัว เช่น สถานภาพสมรสของบิดามารดา ระดับความเครียดในครอบครัว สถานะทางการเงินในครอบครัว รูปแบบการอบรมเลี้ยงดูและการทำหน้าที่ของครอบครัว ปัจจัยเหล่านี้ล้วน

เป็นปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับภาวะซึมเศร้า^(5,8-10) ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้องของ Bronfenbrenner⁽¹¹⁾ ที่ให้ความสำคัญกับบุคคลอันแสดงถึงการเห็นคุณค่าในตนเอง และสิ่งแวดล้อมในที่นี้จะกล่าวถึงระดับจุลภาคที่หมายถึงตัวบุคคล สัมพันธภาพระหว่างบุคคลกับสิ่งแวดล้อมที่รวมถึงการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ครอบครัว ชุมชนและสังคมที่มีผลต่อการพัฒนาการหรือภาวะสุขภาพของบุคคล เป็นระบบที่เกี่ยวข้องกับความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลกับสิ่งแวดล้อมที่อยู่ใกล้ตัวบุคคลคือเพื่อนและมีปฏิสัมพันธ์กับวัยรุ่นโดยตรงอันจะส่งผลต่อการเกิดภาวะซึมเศร้าของวัยรุ่น

นอกจากนี้จากการทบทวนวรรณกรรมพบว่า วัยรุ่นที่กำลังศึกษาในระดับมัธยมศึกษาตอนปลายมีอัตราความทุกข์ค่อนข้างสูงและต้องเตรียมตัวสอบคัดเลือกในอุดมศึกษาทำให้เกิดความสับสน มีภาวะเครียดและความวิตกกังวลนำไปสู่ภาวะซึมเศร้าได้⁽⁷⁾ ดังนั้นผู้วิจัยซึ่งเป็นอาจารย์ภาควิชาการพยาบาลเด็กและวัยรุ่นที่ต้องส่งเสริมสุขภาพของเด็กและวัยรุ่นในพื้นที่รับผิดชอบของมหาวิทยาลัย จึงสนใจศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อภาวะซึมเศร้าของนักเรียนศึกษาระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ในจังหวัดปทุมธานี ซึ่งถือเป็นกลุ่มที่เสี่ยงต่อภาวะซึมเศร้าซึ่งมีความสำคัญอย่างยิ่งในปัจจุบัน โดยผลของการวิจัยในครั้งนี้จะทำให้ทราบถึงสถานการณ์ทางสุขภาพจิตของวัยรุ่นในปัจจุบันและนำผลการวิจัยที่ได้มาเป็นข้อมูลพื้นฐานในการวางแผนและเฝ้าระวังรวมถึงการส่งเสริมสุขภาพจิตเพื่อลดปัจจัยที่มีผลต่อภาวะซึมเศร้าให้กับวัยรุ่นต่อไปอย่างมีประสิทธิภาพต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อภาวะซึมเศร้าของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ในจังหวัดปทุมธานี

คำถามการวิจัย

ปัจจัยใดบ้างที่มีอิทธิพลต่อภาวะซึมเศร้าของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ในจังหวัดปทุมธานี

กรอบแนวคิดการวิจัย

การศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยสังเคราะห์จากแนวคิดทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องที่สามารถวางแผนแก้ไขได้ร่วมกับการประยุกต์แนวคิดของ Bronfenbrenner⁽¹¹⁾ เกี่ยวกับแนวคิดเชิงนิเวศวิทยาที่ให้ความสำคัญเกี่ยวกับบุคคล สิ่งแวดล้อมและการมีปฏิสัมพันธ์ต่อกันอันจะส่งผลต่อภาวะซึมเศร้าของวัยรุ่น ดังนี้



รูปที่ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย

วิธีดำเนินการวิจัย

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร ได้แก่ นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ในเขตอำเภอเมือง จังหวัดปทุมธานี ปีการศึกษา 2563 จำนวน 3,890 คน

กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ในเขตอำเภอเมือง จังหวัดปทุมธานี คำนวณขนาดของกลุ่มตัวอย่างโดย โดยกำหนดค่า Power เท่ากับ 0.80 และกำหนดค่า Effect size จากการคำนวณได้ค่าเท่ากับ 0.20 ได้ค่าขนาดของกลุ่มตัวอย่างอย่างน้อย 192 คน⁽¹²⁾ และเพิ่มจำนวนกลุ่มตัวอย่างร้อยละ 5 เพื่อป้องกันข้อมูลไม่สมบูรณ์ รวมตัวอย่างจำนวนทั้งสิ้น 200 คน จากโรงเรียนใน 5 แห่ง โดยผู้วิจัยทำการสุ่มโรงเรียนโดยใช้อัตราส่วน 3:1⁽¹³⁾ ได้จำนวน 2 แห่ง และสุ่มกลุ่มตัวอย่างตามสัดส่วนของประชากรในแต่ละชั้นปี (Proportional random sampling) และใช้วิธีการสุ่มกลุ่มตัวอย่างอย่างง่าย (Simple random sampling) ในแต่ละโรงเรียน ได้ขนาดกลุ่มตัวอย่างจากโรงเรียนคณะราษฎรบำรุง จำนวน 96 คน และโรงเรียนปทุมวิไล จำนวน 104 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลมีรายละเอียดดังนี้

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม ประกอบด้วยคำถามเกี่ยวกับเพศ อายุ และระดับชั้น

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อภาวะซึมเศร้า ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเอง ความเครียดในการเรียน และสัมพันธ์ภาพกับเพื่อน ซึ่งผู้วิจัยพัฒนาขึ้นเองจากแนวคิดทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาโดยผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 3 ท่าน มีค่าเท่ากับ 1.00 และตรวจสอบความเชื่อมั่นโดยหาสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's alpha coefficients) ด้านการเห็นคุณค่าในตนเองเท่ากับ 0.82 ด้านความเครียดในการเรียนเท่ากับ 0.85 และด้านสัมพันธ์ภาพกับเพื่อนเท่ากับ 0.80 แบบสอบถามในส่วนนี้มีจำนวน 33 ข้อ มีลักษณะเป็นมาตรประมาณค่า 5 ระดับ และแบ่งระดับคะแนนออกเป็น 5 ระดับ โดยคะแนนเฉลี่ย 4.51–5.00 หมายถึงมากที่สุด คะแนนเฉลี่ย 3.51–4.50 หมายถึงมาก คะแนนเฉลี่ย 2.51–3.50 หมายถึงปานกลาง คะแนนเฉลี่ย 1.51–2.50 หมายถึงน้อย คะแนนเฉลี่ย 1.00–1.50 หมายถึงน้อยที่สุด

ส่วนที่ 3 แบบประเมินภาวะซึมเศร้า ผู้วิจัยใช้แบบประเมินโรคซึมเศร้า 9 คำถาม (PHQ9) ของกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข⁽¹⁴⁾ ลักษณะเป็นมาตรประมาณค่า 4 ระดับ และแบ่งระดับคะแนนออกเป็น 4 ระดับ โดยค่าคะแนนน้อยกว่า 7 หมายถึง ระดับน้อยมาก คะแนน 7-12 หมายถึง ระดับน้อย คะแนน 13-18 หมายถึง ระดับปานกลาง และ 19 คะแนนขึ้นไป หมายถึง ซึมเศร้าระดับรุนแรง

การพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง

ก่อนดำเนินการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้นำเสนอโครงร่างงานวิจัยพร้อมเครื่องมือวิจัยเสนอต่อคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยด้านแพทย์และสาธารณสุขในมนุษย์ จังหวัดปทุมธานี เลขที่ PPHO-REC 2563/78 ลงวันที่ 20/07/2563 และเมื่อได้รับการพิจารณาตรวจสอบเรียบร้อยแล้วจึงได้ดำเนินการขออนุญาตไปยังผู้อำนวยการโรงเรียนในกลุ่มเป้าหมาย เมื่อได้รับการอนุญาตจึงดำเนินการเก็บข้อมูล และเนื่องจากกลุ่มตัวอย่างยังไม่บรรลุนิติภาวะทางกฎหมาย ผู้วิจัยจึงดำเนินการขออนุญาตจากผู้ปกครองของกลุ่ม

ตัวอย่างโดยอธิบายรายละเอียดการวิจัยและให้เซ็นอนุญาตในใบยินยอม และเมื่อได้รับอนุญาตจากผู้ปกครอง จึงให้กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ตัดสินใจเข้าร่วมการวิจัยอีกครั้ง ผู้วิจัยได้ชี้แจงเกี่ยวกับวัตถุประสงค์การวิจัย ประโยชน์ ระยะเวลาการทำแบบสอบถามประมาณไม่เกิน 30 นาที ข้อมูลต่างๆ ที่ได้ในการวิจัย จะเก็บเป็น ความลับ ใช้ประโยชน์เฉพาะเชิงวิชาการและเสนอในภาพรวมเท่านั้น ในกรณีที่กลุ่มตัวอย่างปฏิเสธไม่เข้าร่วม การวิจัย หรือถอนตัวจากการวิจัยในภายหลัง ไม่ว่าด้วยเหตุผลใดก็ตามผลจากการปฏิเสธจะไม่ส่งผลกระทบต่อกลุ่มตัวอย่าง เมื่อกลุ่มตัวอย่างตัดสินใจแล้วให้เซ็นยินยอมในเอกสารยินยอมเข้าร่วมการศึกษา

การเก็บรวบรวมข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูลมีขั้นตอน ดังนี้

1. ภายหลังได้รับอนุญาตแล้ว ผู้วิจัยเข้าพบผู้อำนวยการโรงเรียน โดยชี้แจงรายละเอียดและ วัตถุประสงค์ในการทำวิจัยและขอความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยจะทำความเข้าใจเนื้อหาและ ปฏิบัติไปในทางเดียวกัน เกี่ยวกับภาวะซึมเศร้าและปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อภาวะซึมเศร้าของนักเรียนระดับชั้น มัธยมศึกษาตอนปลาย
2. ผู้วิจัยประสานงานขอความร่วมมือกับอาจารย์ประจำชั้นเพื่อชี้แจงรายละเอียดการวิจัยแก่ผู้ปกครอง ของนักเรียนเพื่อพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่างและให้ผู้ปกครองเซ็นใบยินยอมอนุญาตให้นักเรียนระดับชั้น มัธยมศึกษาตอนปลายของโรงเรียนในจังหวัดปทุมธานีเข้าร่วมการวิจัย คำตอบทุกอย่างจะถือเป็นความลับ และนำมาใช้ตามวัตถุประสงค์ของการวิจัยครั้งนี้เท่านั้น
3. ผู้วิจัยดำเนินการเก็บข้อมูลกับนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายของโรงเรียนในจังหวัด ปทุมธานี
4. การจัดกระทำข้อมูล ผู้วิจัยได้ดำเนินการโดยเมื่อได้ตรวจสอบแบบสอบถามที่สมบูรณ์แล้ว มาลงรหัส และบันทึกข้อมูลไว้ และวิเคราะห์ด้วยโปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป

การวิเคราะห์ข้อมูล

วิเคราะห์ด้วยโปรแกรมสำเร็จรูป โดยสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลส่วนบุคคล เป็นสถิติเชิง บรรยาย (Descriptive statistics) ได้แก่ ความถี่ (Frequencies) ร้อยละ (Percentages) ค่าเฉลี่ย (Means) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard deviations) และวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อ ภาวะซึมเศร้าของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ในจังหวัดปทุมธานี โดยใช้การวิเคราะห์ด้วยสัมประสิทธิ์ สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson's product moment correlation coefficients) และการวิเคราะห์ สมการถดถอยพหุคูณ (Multiple regression analysis)

ผลการวิจัย

ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง (ร้อยละ 65.0) อายุระหว่าง 17-18 ปี (ร้อย ละ 70.0) และกำลังศึกษาระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 และ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 (ร้อยละ 65.0) การวิเคราะห์ ข้อมูลของปัจจัยที่มีอิทธิพลกับภาวะซึมเศร้าทั้ง 3 ปัจจัย ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเอง สัมพันธภาพกับเพื่อน และความเครียดในการเรียน และภาวะซึมเศร้า ได้ผลดังนี้

การเห็นคุณค่าในตนเอง พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เห็นคุณค่าในตนเองระดับมาก ($n=70$, 35.0%) รองลงมาคือระดับปานกลาง ($n=60$, 30.0%) โดยมีค่าเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเองอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X}=3.75$, $SD=0.90$) ดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ระดับการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ($n=200$)

ระดับการเห็นคุณค่าในตนเอง	จำนวน	ร้อยละ
มากที่สุด	55	27.5
มาก	70	35.0
ปานกลาง	60	30.0
น้อย	15	7.5
รวม	200	100.0

ความเครียดในการเรียน พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีความเครียดในการเรียนระดับมาก ($n=70$, 35.0%) และมากที่สุด ($n=70$, 35.0%) โดยมีค่าเฉลี่ยความเครียดในการเรียนอยู่ในระดับมาก ($\bar{X}=4.35$, $SD=0.70$) ดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2 ระดับความเครียดในการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ($n=200$)

ระดับความเครียดในการเรียน	จำนวน	ร้อยละ
มากที่สุด	70	35.0
มาก	70	35.0
ปานกลาง	35	17.5
น้อย	15	7.5
น้อยที่สุด	10	5.0
รวม	200	100.0

สัมพันธ์ากับเพื่อน พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีสัมพันธ์ากับเพื่อนในระดับมาก ($n=80$, 40.0%) รองลงมาคือระดับปานกลาง ($n=55$, 27.5%) โดยมีค่าเฉลี่ยสัมพันธ์กับเพื่อนอยู่ในระดับมาก ($\bar{X}=3.60$, $SD=1.00$) ดังตารางที่ 3

ตารางที่ 3 ระดับสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย (n=200)

ระดับสัมพันธภาพกับเพื่อน	จำนวน	ร้อยละ
มากที่สุด	48	24.0
มาก	80	40.0
ปานกลาง	55	27.5
น้อย	15	7.5
น้อยที่สุด	2	1.0
รวม	200	100.0

ภาวะซึมเศร้า พบว่า กลุ่มตัวอย่างครึ่งหนึ่งรายงานว่าภาวะซึมเศร้าในระดับปานกลาง (n=100, 50.0%) รองลงมาภาวะซึมเศร้าในระดับน้อย (n=70, 35.0%) โดยมีค่าเฉลี่ยภาวะซึมเศร้าอยู่ในระดับปานกลาง $\bar{X}$ (=14.50, SD=0.85) ดังตารางที่ 4

ตารางที่ 4 ระดับภาวะซึมเศร้าของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย (n=200)

ระดับภาวะซึมเศร้า	จำนวน	ร้อยละ
รุนแรง	5	2.5
ปานกลาง	100	50.0
น้อย	70	35.0
น้อยมาก	25	12.5
รวม	200	100.0

การวิเคราะห์ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อภาวะซึมเศร้า ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเอง ความเครียดในการเรียน และสัมพันธภาพกับเพื่อน ก่อนการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยทดสอบข้อตกลงเบื้องต้นของการวิเคราะห์สมการถดถอย ขนาดกลุ่มตัวอย่างจำนวน 200 คน ดังนี้

- 1) การวิเคราะห์แจกแจงข้อมูลตัวแปรทุกตัวมีการกระจายแบบปกติ
- 2) การวิเคราะห์ค่าความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระทุกตัว ซึ่งตัวแปรอิสระไม่มีความสัมพันธ์กันเอง (Multicollinearity)

การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรในเบื้องต้น ด้วยการวิเคราะห์สหสัมพันธ์ (Correlations) พบว่า การเห็นคุณค่าในตนเอง และสัมพันธภาพกับเพื่อน มีความสัมพันธ์ทางลบกับภาวะซึมเศร้า ที่ระดับ $p < 0.05$ ($r = -0.245$ และ -0.400 ตามลำดับ) ส่วนความเครียดในการเรียนมีความสัมพันธ์ทางบวกกับภาวะซึมเศร้า ที่ระดับ $p < 0.05$ ($r = 0.535$) ดังที่ตารางที่ 5

ตารางที่ 5 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อภาวะซึมเศร้าและภาวะซึมเศร้าในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย

ตัวแปร	การเห็นคุณค่าในตนเอง	ความเครียดในการเรียน	สัมพันธภาพกับเพื่อน	ภาวะซึมเศร้า
การเห็นคุณค่าในตนเอง	1	0.407**	0.512**	0.-245**
ความเครียดในการเรียน		1	0.445**	0.535**
สัมพันธภาพกับเพื่อน			.1	-.400**
ภาวะซึมเศร้า				1

*p < 0.05; **p<0.01

จากตารางที่ 5 เป็นการตรวจสอบตัวแปรทำนายมีความสัมพันธ์กันเองหรือไม่ ซึ่งพบว่า ตัวแปรทำนายมีความสัมพันธ์กันเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p<0.01$) โดยมีความสัมพันธ์กันตั้งแต่ -0.245 ถึง 0.535 และไม่มีตัวทำนายคู่ใดที่มีความสัมพันธ์กันเองสูงกว่า 0.750 ซึ่งสามารถนำไปวิเคราะห์เพื่อหาอำนาจในการทำนายภาวะซึมเศร้า โดยไม่เกิดปัญหาตัวทำนายมีความสัมพันธ์กันเองสูง (Multicollinearity) ตามข้อตกลงเบื้องต้นของการใช้สถิติวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอน⁽¹⁵⁾ ดังนั้นผู้วิจัยจึงนำตัวแปรทำนาย ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเอง ความเครียดและสัมพันธภาพกับเพื่อนไปวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอน เพื่อหาตัวแปรทำนายภาวะซึมเศร้า

การวิเคราะห์อิทธิพลด้วยสถิติถดถอยพหุคูณ (Multiple Regression Analysis) และทดสอบระดับนัยสำคัญที่ระดับ 0.05 นำเสนอผลการวิเคราะห์ดังตารางที่ 6

ตารางที่ 6 ค่าสถิติการวิเคราะห์ตัวทำนายภาวะซึมเศร้าโดยวิเคราะห์สมการถดถอยพหุคูณ (n=200)

ตัวแปรพยากรณ์	b	β	t	P-Value
การเห็นคุณค่าในตนเอง	-0.128	-0.241	-3.653**	0.001
ความเครียดในการเรียน	0.198	0.314	4.739**	0.001
สัมพันธภาพกับเพื่อน	-0.132	-0.289	-4.362**	0.001

$\beta=2.817$, $R=0.428$, $R^2=0.388$, $R^2 \text{ adjust}=0.341$, $F=18.023$, ** $p<0.01$

จากตารางที่ 6 พบว่า การเห็นคุณค่าในตนเอง ความเครียดในการเรียนและสัมพันธภาพกับเพื่อนมีอิทธิพลต่อภาวะซึมเศร้า อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยการเห็นคุณค่าในตนเอง ($\beta=-0.241$) ความเครียดในการเรียน ($\beta=0.314$) และสัมพันธภาพกับเพื่อน ($\beta=-0.289$) สามารถทำนายภาวะซึมเศร้าได้ ร้อยละ 42.80 ($R=0.428$, $p<0.05$) สามารถเขียนเป็นสมการถดถอยที่ดีที่สุด ได้ดังนี้

สมการในรูปคะแนนดิบ

$$Y' (\text{ภาวะซึมเศร้า}) = 2.817 + -0.128 (\text{การเห็นคุณค่าในตนเอง}) + 0.198 (\text{ความเครียดในการเรียน}) + -0.132 (\text{สัมพันธภาพกับเพื่อน})$$

สมการในรูปคะแนนมาตรฐาน

$$Z' (\text{ภาวะซึมเศร้า}) = -0.241 (\text{การเห็นคุณค่าในตนเอง}) + -0.314 (\text{ความเครียดในการเรียน}) + -0.289 (\text{สัมพันธภาพกับเพื่อน})$$

การอภิปรายผล

การอภิปรายผลตามวัตถุประสงค์การวิจัยพบว่า ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อภาวะซึมเศร้า ได้แก่การเห็นคุณค่าในตนเอง ความเครียดในการเรียนและสัมพันธภาพกับเพื่อนสามารถทำนายภาวะซึมเศร้าได้ ร้อยละ 42.80 ($R=0.428$, $p<0.05$)

จากผลการวิจัย พบว่านักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย มีภาวะซึมเศร้าอยู่ในระดับปานกลางร้อยละ 50.0 ($\bar{X}=14.50$, $SD=0.85$) ซึ่งอาจเกิดจากหลายปัจจัย ทั้งข้อค้นพบจากงานวิจัยที่พบว่า การเห็นคุณค่าในตนเอง และสัมพันธภาพกับเพื่อน มีความสัมพันธ์ทางลบกับภาวะซึมเศร้า ที่ระดับ 0.05 ($r=-0.245$ และ -0.400 ตามลำดับ) และความเครียดในการเรียนมีความสัมพันธ์ทางบวกกับภาวะซึมเศร้า ที่ระดับ 0.05 ($r=0.535$) ซึ่งก็สอดคล้องกับงานวิจัยที่ผ่านมา^(5,7) และในภาวะวิกฤติที่มีการระบาดของโรคโควิด 19 ที่ทำให้มีการปรับการเรียนการสอนใหม่โดยเฉพาะเวลาเรียนที่เพิ่มมากขึ้น ซึ่งสิ่งเหล่านี้อาจส่งผลต่อความเครียดของนักเรียนได้ สำหรับปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อภาวะซึมเศร้าของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย มีรายละเอียดดังนี้

การเห็นคุณค่าในตนเองมีอิทธิพลทางลบกับภาวะซึมเศร้า ($\beta=-0.241$, $p<0.05$) แสดงว่าหากนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายมีคุณค่าในตนเองย่อมจะเกิดภาวะซึมเศร้า สอดคล้องกับการศึกษาที่ผ่านมาของคอย ละอองอ่อน⁽¹⁶⁾ ที่ศึกษาปัจจัยทำนายภาวะซึมเศร้าของเยาวชนในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชน เขต 6 จังหวัดนครสวรรค์ ผลการวิจัยพบว่า การเห็นคุณค่าในตนเอง มีความสัมพันธ์ทางลบกับภาวะซึมเศร้าของเยาวชนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และปัจจัยด้านความรู้สึกรู้สึกมีคุณค่าในตนเองและการอบรมเลี้ยงดูสามารถร่วมทำนายภาวะซึมเศร้าได้ร้อยละ 10 นอกจากนี้สอดคล้องกับการศึกษาที่พบว่า ความไม่มั่นคงของการมองเห็นคุณค่าในตนเองมีความเกี่ยวข้องกับภาวะซึมเศร้า⁽¹⁷⁾ และการเกิดภาวะซึมเศร้านั้นอาจเนื่องจากวัยรุ่นเป็นวัยที่ต้องการยอมรับความรักและ ความเอาใจใส่จากบุคคลรอบข้างและหากไม่ได้ รับการตอบสนอง ก็จะทำให้รู้สึกเสียคุณค่าในตนเองสับสน และเสียใจอันจะนำไปสู่ภาวะซึมเศร้าได้⁽¹⁸⁾ ดังนั้นการเห็นคุณค่าในตนเองเป็นปัจจัยสำคัญภายในของบุคคล และเป็นพื้นฐานของภาวะสุขภาพจิตสามารถเปลี่ยนได้ตามวัย วุฒิภาวะ และสิ่งแวดล้อม รวมทั้งเปลี่ยนแปลงได้ตามสถานการณ์ของชีวิต ซึ่งหากบุคคลเห็นคุณค่าในตนเองก็จะทำให้ไม่เกิดภาวะซึมเศร้าขึ้น

ความเครียดในการเรียนมีอิทธิพลทางบวกกับภาวะซึมเศร้า ($\beta=0.314$, $p<0.05$) โดยการวิจัยครั้งนี้พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีความเครียดอยู่ในระดับมาก ($\bar{X}=3.61$, $SD=0.72$) ซึ่งการที่นักเรียนมีความเครียดในการเรียนอยู่ในระดับมากอาจเนื่องจากสถานการณ์โควิดทำให้เนื้อหาการเรียนการสอนเปลี่ยนไป มีปริมาณงานเพิ่มขึ้นและต้องเรียนหนักเพื่อให้ชดเชยช่วงเวลาที่หายไป จึงส่งผลให้เกิดความเครียด สอดคล้องกับการศึกษาของสุจิตรา อู๋รัตนมณี และสุภาวดี เลิศสำราญ⁽⁴⁾ ที่พบว่าปริมาณงานที่ได้รับมอบหมายระหว่างเรียนมี

ความสัมพันธ์ทางบวกกับภาวะซึมเศร้า และความกดดันที่ต้องเรียนอย่างหนักทำให้เกิดความเครียดก็มี ความสัมพันธ์ทางบวกกับภาวะซึมเศร้า⁽¹⁹⁾ ซึ่งหากนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายมีการปรับตัวเมื่อเผชิญปัญหาที่เกิดขึ้นอย่างไม่เหมาะสม ขาดทักษะในการเผชิญปัญหา⁽²⁰⁾ จะทำให้เกิดความเครียดและกดดันอันจะส่งผลให้ มีโอกาสเกิดภาวะซึมเศร้าขึ้นได้ อย่างไรก็ตามจากการศึกษาที่ผ่านมาพบว่า นักเรียนที่มีคุณภาพชีวิตที่ดีนั้นจะ มีความวิตกกังวลอยู่ในระดับปานกลางถึงต่ำ และมีความเครียดด้านการศึกษายอยู่ในระดับปานกลางถึงต่ำจึงไม่ ก่อให้เกิดภาวะซึมเศร้าอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ⁽²¹⁾

สำหรับสัมพันธ์ภาพกับเพื่อนก็มีอิทธิพลทางลบกับภาวะซึมเศร้าอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($\beta = -0.289, p < 0.05$) แสดงว่าหากนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายเห็นว่าตนเองเป็นบุคคลที่มีคุณค่าก็จะไม่ทำ ให้เกิดภาวะซึมเศร้า และการวิจัยครั้งนี้สอดคล้องกับการศึกษาของ สุพันธ์ เสี่ยงเสนาะ และคณะ⁽⁵⁾ ที่พบว่า ความผูกพันใกล้ชิดกับเพื่อนมีอิทธิพลทางลบโดยตรงกับภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่นตอนปลาย ($\beta = -0.211, p < 0.001$) และสอดคล้องกับการศึกษาของ นวลจิรา จันระลักษณะ และคณะ⁽²²⁾ ที่พบว่าความผูกพัน ใกล้ชิดกับเพื่อนมีอิทธิพลทางลบต่อภาวะซึมเศร้าของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย ($\beta = -0.15, p < 0.001$) และตามทฤษฎีของ Bronfenbrenner⁽¹¹⁾ ที่ให้ความสำคัญกับสิ่งแวดล้อมที่อยู่ใกล้ตัวของบุคคลนั้นคือเพื่อน ในชั้นเรียน ซึ่งเพื่อนเป็นบุคคลที่มีอิทธิพลต่อวัยรุ่นเป็นอย่างมาก เนื่องจากเพื่อนเป็นบุคคลที่ช่วยทำให้มีความ มั่นใจ มีส่วนในการทำให้มีการตั้งเป้าหมายและวางแผนในอนาคตของชีวิตรวมถึงยังต้องการเป็นที่รัก และเป็น ที่ยอมรับของเพื่อน⁽²²⁾ อย่างไรก็ตามหากบุคคลมีความผูกพันใกล้ชิดกับเพื่อนมากมีความสัมพันธ์ที่ดี และ ได้รับความไว้วางใจจากเพื่อนจะช่วยป้องกันการเกิดภาวะซึมเศร้าได้⁽²³⁾

ข้อเสนอแนะในการนำผลวิจัยไปใช้

เป็นข้อมูลพื้นฐานในการวางแผนและและเฝ้าระวังภาวะซึมเศร้าโดยให้ความสำคัญกับการ ความเครียดในการเรียนและส่งเสริมให้นักเรียนเห็นคุณค่าในตนเองให้มากขึ้นรวมถึงการสัมพันธ์ภาพกับเพื่อน เพื่อลดปัจจัยที่มีผลต่อภาวะซึมเศร้าให้กับนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายได้อย่างมีประสิทธิภาพต่อไป

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

พัฒนาโปรแกรมเพื่อส่งเสริมการเห็นคุณค่าในตนเอง การสร้างสัมพันธ์ภาพกับเพื่อน ลดความเครียด และภาวะซึมเศร้าในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย

เอกสารอ้างอิง

1. Park S. Depression and suicide ideation among Asian American youth: A twelve-year longitudinal analysis [Dissertation]. New York: New York University; 2015. Available from: <https://www.proquest.com/openview/cb126c422a1ff0bfac244e1ac6aee235/1?pq-origsite=gscholar&cbl=18750&diss=y>
2. กรมสุขภาพจิต. รายงานการเข้าถึงบริการโรคซึมเศร้าสะสมรายจังหวัดและเครือข่ายบริการภาพรวม ของประเทศ [อินเทอร์เน็ต]. 2563 [เข้าถึงเมื่อ 2563 มีนาคม 27]. เข้าถึงได้จาก: https://www.thaidepression.com/www/report/main_report/pdf/ahb-03-20_mix_HDC.pdf

3. กรมสุขภาพจิต. รายงานประจำปีกรมสุขภาพจิตปีงบประมาณ 2563. กรุงเทพฯ: บริษัท ละม่อน จำกัด; 2563.
4. สุจิตรา อู๋รัตนมณี, สุภาวดี เลิศสำราญ. ความเครียด ความวิตกกังวล และภาวะซึมเศร้า ของนักเรียนวัยรุ่นที่เตรียมตัวสอบคัดเลือกเข้ามหาวิทยาลัย. วารสารการพยาบาลจิตเวชและสุขภาพจิต 2560; 31(2): 78-93.
5. สุนันท์ เสียงเสนาะ, ดวงใจ วัฒนสินธุ์, ภัทรพร เสงี่ยมทรัพย์, เวทีส ประทุมศรี. อิทธิพลของปัจจัยด้านสัมพันธภาพระหว่างบุคคลต่อภาวะซึมเศร้าของวัยรุ่นตอนปลาย. วารสารวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี กรุงเทพฯ 2560; 33(3): 59-69.
6. Crandell T, Crandell C, Vander ZJ. Human Development. 10th ed. New York, NY: McGraw Hill Education; 2011.
7. นวลจิรา จันระลักษณะ, ทศนา ทวีคุณ, โสภณ แสงอ่อน. ปัจจัยทำนายภาวะซึมเศร้าในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย. วารสารการพยาบาลจิตเวชและสุขภาพจิต 2558;29(2):128-144.
8. วชิรินทร์ วุฒิธรณฤทธิ์. ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการมีสุขภาพพฤติกรรมร่วมกับภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่นไทย [ดุชนิพนธ์ พยาบาลศาสตรดุษฎีบัณฑิต คณะพยาบาลศาสตร์]. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย; 2556.
9. ฉันทนา แร่งสิงห์. ปัจจัยทำนายภาวะซึมเศร้าของนักเรียนระดับมัธยมศึกษา สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา จังหวัดเชียงราย. วารสารสภาการพยาบาล 2554; 26(2):42-56.
10. นิชาภัทร รุจิราพร. ภาวะซึมเศร้าของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ ในเขตกรุงเทพมหานคร [วิทยานิพนธ์หลักสูตรวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาสุขภาพจิต]. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย; 2551.
11. Bronfenbrenner U. The Ecology of Human Development: Experiments by nature and design. Cambridge: Harvard University Press; 1979.
12. Burns N, Grove S. The Practice of Nursing Research: Conduct, critique and utilization. 5thed. Philadelphia: W.B. Saunders; 2004.
13. บุญใจ ศรีสถิตยารากร. ระเบียบวิธีการวิจัยทางการพยาบาลศาสตร์. พิมพ์ครั้งที่ 5. กรุงเทพฯ: คณะพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย; 2553.
14. World Health Organization. Depression [Internet]. 2020 [cited: 2020 Jan. 20]. Available from https://www.who.int/health-topics/depression#tab=tab_1
15. Hair JF, Black WC, Babin BJ, Anderson RE. Multivariate Data Analysis. 7th ed. New York: Pearson; 2009.
16. คอย ละอองอ่อน. ปัจจัยทำนายภาวะซึมเศร้าของเยาวชนในศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชน เขต 6 จังหวัดนครสวรรค์. [วิทยานิพนธ์หลักสูตรพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาสุขภาพจิตและการพยาบาลจิตเวช]. เชียงใหม่: มหาวิทยาลัยเชียงใหม่; 2549.

17. Franck E, De Raedt R. Self-esteem reconsidered: Unstable self-esteem outperforms level of self-esteem as vulnerability marker for depression. *Behav Res Ther* 2007;45(7): 1531-41. doi: 10.1016/j.brat.2007.01.003
18. โปรยทิพย์ สันตะพาน, ศิริยุพร บุสหงส์, เขวลิต ศรีเสริม. ภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่น: บทบาทพยาบาล. *วารสารการสาธารณสุข* 2562;26(1):187-99.
19. Jayanthi P, Thirunavukarasu M, Rajkumar R. Academic stress and depression among adolescents: A cross-sectional study. *Indian Pediatr* 2015;52(3):217-9. doi: 10.1007/s13312-015-0609-y
20. มะลิสา งามศรี, นิตยา ตากวิริยนันท์, ศุภรา เชาว์ปรีชา. ผลของโปรแกรมการบำบัดความคิดและพฤติกรรมต่อภาวะซึมเศร้าของวัยรุ่นในศูนย์ฝึกอบรมเด็กและเยาวชนในเขตภาคตะวันออกเฉียงเหนือ. *พยาบาลสาร* 2557; 41(4):36-47.
21. Assana S, Laohasiriwong W, Rangseekajee P. Quality of life, mental health and educational stress of high school students in the northeast of Thailand. *J Clin Diagn Res* 2017;11(8):VC01-VC06. doi: 10.7860/JCDR/2017/29209.10429
22. นวลจิรา จันระลักษณะ, ทศนา ทวีคุณ, โสภิตา แสงอ่อน. ปัจจัยทำนายภาวะซึมเศร้าในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย. *วารสารการพยาบาลจิตเวชและสุขภาพจิต* 2558;29(2):12-44.
23. Teja Z, Kimberly A, Reichl S. Peer relations of Chinese adolescent newcomer: Relations of peer group integration and friendship quality to psychological and school adjustment. *J Int Mgr Integr* 2013;14:535-56.