



ความชุกของความเครียดในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย เก็บข้อมูล ณ สถาบันกวดวิชาวรรณสรณ์

ชยติ วงศ์เลิศวิศกร พ.บ. ว.ว.จิตเวชศาสตร์^{1*}

นภัส โล่ห์ตระกูล² กิตติพันธุ์ อภิภูม² ชินกฤต เจนสุขการ² สรวิต มนะสุทธิ์² สิตานันท์ นิมิตรรัตน์²

วันวิสา ศิลป์ไพบุลย์พานิช² ปภาดา ทับทิมเขียว² สันต์หทัย บัญชานัฐรัตน์² อธิพัฒน์ ปิยะจิตติ² กฤติน โทมานิตย์²

¹ ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์วชิรพยาบาล มหาวิทยาลัยนวมินทราธิราช กรุงเทพมหานคร ประเทศไทย

² หลักสูตรแพทยศาสตรบัณฑิต คณะแพทยศาสตร์วชิรพยาบาล มหาวิทยาลัยนวมินทราธิราช กรุงเทพมหานคร ประเทศไทย

* ผู้ติดต่อ, อีเมล: chayut@nmu.ac.th

Vajira Med J. 2019; 63 Suppl: S19-30

บทคัดย่อ

วัตถุประสงค์: เพื่อศึกษาความชุกของความเครียดและปัจจัยที่มีผลต่อความเครียดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ที่มาเรียนที่สถาบันกวดวิชาวรรณสรณ์

วิธีการดำเนินการศึกษา: ศึกษาจากนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายเก็บข้อมูลในอาคารวรรณสรณ์ โดยเก็บข้อมูลวันที่ 2 กุมภาพันธ์ 2559 ตั้งแต่เวลา 16.00-18.00 น.จำนวน 199 คน โดยในงานวิจัยจะใช้แบบสอบถามทั้งหมด 2 ชุดคือ แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคลของนักเรียน ประกอบด้วยข้อมูลพื้นฐานและข้อมูลส่วนตัว ได้แก่ อายุ เพศ ศาสนา ระดับชั้น สายการเรียน เกรดเฉลี่ย รายได้จากผู้ปกครอง ผู้ที่อาศัยอยู่ด้วย จำนวนพี่น้อง เป็นบุตรคนที่ สถานภาพครอบครัว สถานะทางการเงิน ลักษณะโรงเรียน คณะที่ต้องการศึกษาต่อ มหาวิทยาลัยที่ต้องการศึกษาต่อ โรคประจำตัว ยาที่ใช้ประจำ จำนวนชั่วโมงที่นอนต่อวัน จำนวนชั่วโมงในการเรียนพิเศษ งานอดิเรก และประสบการณ์ที่ผ่านมาในช่วงหกเดือน ซึ่งสร้างขึ้นโดยผู้วิจัย และแบบวัดความเครียดสวนปรุง (Suanprung Stress test SPST20) หลังจากเก็บแบบสอบถาม จะมีการแจกแผ่นพับแนะนำข้อมูลเกี่ยวกับภาวะเครียดและการจัดการความเครียดอย่างเหมาะสมให้แก่อาสาสมัครที่เข้าร่วมการวิจัยทุกคน หลังจากนั้นได้ข้อมูลนำมาวิเคราะห์โดยใช้โปรแกรม SPSS ในการวิเคราะห์หาความถี่ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และการทดสอบปัจจัยต่างๆ โดยใช้สถิติ Chi-square test

ผล: พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีระดับความเครียดสูงจำนวน 105 คน คิดเป็นร้อยละ 57.7 และระดับความเครียดรุนแรงจำนวน 33 คน คิดเป็นร้อยละ 18.1 จากการวิเคราะห์ด้วยโปรแกรม SPSS พบว่าปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความเครียดคือ โรคประจำตัว การสูญเสียบุคคลอันเป็นที่รัก และมีการสอบไล่ ($p\text{-value} < 0.05$)

สรุป: จากผลการศึกษามีกลุ่มตัวอย่างมากกว่าร้อยละ 50 ที่มีความเครียดสูงกว่าปกติ โดยปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความเครียดคือ โรคประจำตัว การสูญเสียบุคคลอันเป็นที่รัก และมีการสอบไล่ จากผลการวิจัยสามารถนำไปสู่การวางแผนในการป้องกันและหาทางบรรเทาความเครียดให้กับนักเรียนที่มีปัจจัยดังกล่าว

คำสำคัญ: ความเครียด นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย สถาบันกวดวิชาวรรณสรณ์



Prevalence of Stress in High School Students Data Collected at Wannasorn Tower

Chayut Wonglertwisawakorn M.D.1*

Napas Lohtrakul², Kittiphan Ippoodom², Chinakrit Chensupakarn², Soravit Manasuth²,
Sitanan Nimitrat², Wanvisa Silpaiboonpanich², Papada Tubtimkeow², Sanhathai Banchanurat²,
Ittipat Piyajitti², Glittin Tomanit²

* Corresponding author, email address: chayut@nmu.ac.th

Vajira Med J. 2019; 63 Suppl: S19-30

Abstract

Objective: To determine the prevalence and factors affecting stress in high school students who attend schools in Wannasorn Tower.

Method: The data was collected from 199 high school students at Wannasorn Tower on February, 2nd, 2016. The questionnaire consisted of 2 parts, the first part was personal information which include age, religion, educational level, major subject, GPA, allowance, household member, siblings, birth order, family status, family income, school type, target faculty, target university, underlying disease, personal medication, sleep time, extra class hour, hobbies and their past six months experiences. This inquiry was created by researchers. And the second part was Suanprung Stress Test SPST20. After collecting the inquiries from participants, the researchers hand out brochures containing information about stress and how to handle stress to all participants. The data was analyzed by SPSS program to find percentage of frequencies, mean and examine factors affecting stress by using Chi-square test.

Result: The result shown that 105 samples (57.7 %) have high level of stress and 33 samples (18.1%) have severe level stress. After analyzing data by SPSS program, the factors found to be associated with stress were underlying disease, loss of their loved ones and final exams (p -value<0.05).

Conclusion: More than 50 percent of samples have higher stress than normal people. The factors found to be associated with level of stress were underlying disease, loss of their loved ones and final exams. The result of this study can be used as a guideline to plan and find solution to alleviate stress in high school students associated with factors above.

Keywords: Stress, Wannasorn Tower

บทนำ

ความเครียดเป็นปัญหาที่เกิดขึ้นในสภาพสังคมในปัจจุบัน โดยสามารถเกิดได้ทุกเพศทุกวัย และการที่สังคมมีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วในด้านต่างๆ ยิ่งส่งผลให้ความเครียดมากขึ้น โดยเฉพาะในช่วงวัยเรียนซึ่งต้องมีการแข่งขันเพื่อการศึกษาต่อในระดับสูงขึ้นไป เห็นได้จากข่าวตามสื่อต่างๆ เช่น ข่าวการฉีกสมุดของนักเรียนชาวจีน เพื่อระบายความเครียดหลังสอบ ข่าวการเผาห้องสมุดของนักเรียนโรงเรียนมหิดลวิทยานุสรณ์เพราะไม่ยอมไปโรงเรียน เป็นต้น และมีผลการศึกษาว่าความเครียดเรื่องการเรียนเป็นปัญหาที่พบได้บ่อยทั่วโลกโดยเฉพาะประเทศในเอเชีย เช่น ญี่ปุ่น เกาหลี จีน เวียดนาม สิงคโปร์ และไทย¹⁻²

กรมสุขภาพจิตได้ให้ความหมายของความเครียดว่า ความเครียดเป็นภาวะที่บุคคลรู้สึกถูกกดดัน ไม่สบายใจ วุ่นวายใจ กลัววิตกกังวลตลอดจนถูกบีบคั้นเกิดจากการที่บุคคลรับรู้หรือประเมินสิ่งที่เข้ามาในประสบการณ์ของตนว่าเป็นสิ่งที่คุกคามจิตใจ หรือก่อให้เกิดอันตรายแก่ร่างกาย อันเป็นผลให้สภาวะสมดุลของร่างกายและจิตใจเสียไป³ โดยความเครียดจะส่งผลกระทบต่อทางด้านจิตใจและอารมณ์ (psychological symptoms หรือ emotional exhaustion) ด้านร่างกาย (physiological symptoms) และด้านพฤติกรรม (behavioral symptoms) ซึ่งมีผลต่อการดำเนินชีวิต⁴

วัยรุ่นตอนปลายอยู่ในช่วงอายุ 16 – 19 ปี ซึ่งส่วนใหญ่จะศึกษาในระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย เป็นช่วงที่สภาพร่างกายเปลี่ยนแปลงเติบโตสมบูรณ์เต็มที่ทั้งร่างกายและจิตใจ เป็นวัยที่ต้องปรับตัวเข้าสู่แผนการเรียนที่ตนเลือกปรับตัวให้เข้ากับเพื่อนและสังคมใหม่ นอกจากนี้ยังต้องเผชิญกับปัญหาต่างๆ เช่น การแข่งขันด้านการเรียน การวางแผนอนาคตใน การศึกษาต่อ การเลือกอาชีพในการทำงาน ฐานะทางครอบครัว ปัญหาสุขภาพและโรคประจำตัว เป็นต้น ซึ่งส่งผลให้เกิดความเครียดได้ง่าย จนบางครั้งความเครียดเกินกว่าระดับที่เหมาะสมซึ่งบางรายอาจรุนแรงจนถึงการฆ่าตัวตาย หรือทำในสิ่งที่ไม่คาดคิด⁵

มีการศึกษาเรื่องความเครียดในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายหลายการศึกษา เช่น การศึกษาของคะเนิงนิตย์ ชูช่วย และคณะ ศึกษาเรื่องความเครียดและคุณภาพชีวิตของ

นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ในเขตอำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ ผลการศึกษาพบว่า ร้อยละ 51.40 ของนักเรียนมีความเครียดอยู่ในระดับสูง โดยการเรียนรู้เป็นปัจจัยที่ทำให้เครียดมากที่สุด (ร้อยละ 37.97) และระดับคุณภาพชีวิตมีความสัมพันธ์กับระดับความเครียดของนักเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value} < 0.001$)⁶ การศึกษาของ กฤษฎา ชลวิริยะกุล และคณะ ได้ทำการศึกษารื่องความเครียดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในจังหวัดชัยนาท ศึกษาความสัมพันธ์ของความเครียดกับปัจจัยต่างๆ พบว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีความเครียดสูงซึ่งมีความเสี่ยงต่อการมีปัญหาสุขภาพจิต หรือมีปัญหาสุขภาพจิตบ้างแล้ว คิดเป็นร้อยละ 1.5 มีความเครียดสูง คิดเป็นร้อยละ 11.1 และความแตกต่างในเรื่องเพศมีผลต่อความเครียด ส่วนความแตกต่างในเรื่องลำดับการเกิด อายุ สถานที่อยู่อาศัย ระดับการศึกษา และค่าใช้จ่ายต่อเดือนไม่มีผล⁷

การศึกษาของ พรชัย หลายพสุ และคณะได้ศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อความเครียดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในเขตลาดกระบัง จากกลุ่มตัวอย่าง 417 คน พบว่าสิ่งที่มีความสัมพันธ์กับความเครียดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย คือ เพศ โรคประจำตัว สถานะการเงินของครอบครัว ความสัมพันธ์ในครอบครัว⁸ และการศึกษาของ ปัทมา อินทร์พรหม ได้สำรวจ ความเครียดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ในการสอบเข้ามหาวิทยาลัย เขตกรุงเทพมหานคร 12 โรงเรียนในกรุงเทพมหานคร จำนวน 534 คน ได้ผลสรุปว่าปัจจัยที่มีผลต่อความเครียดคือ ความคาดหวังของผู้ปกครอง ความไม่พร้อมในการสอบเข้ามหาวิทยาลัย และโรงเรียนเอกชนมีความเครียดมากกว่าโรงเรียนรัฐบาล⁹

จากที่กล่าวมาจะพบว่าความเครียดในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายเกิดขึ้นได้บ่อยและมีปัจจัยหลายปัจจัยที่มีผล แต่ยังไม่มีการศึกษาถึงความชุกในนักเรียนเขตเมืองอย่างชัดเจน การศึกษานี้จึงมีวัตถุประสงค์หลักในการหาความชุกของความเครียดในของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายที่มาเรียนที่สถาบันกวดวิชารรณธรรม เขตพญาไท และมีวัตถุประสงค์รองเพื่อศึกษาความสัมพันธ์ของปัจจัยที่มีผลต่อความเครียดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย

วิธีดำเนินการวิจัย

วิจัยนี้เป็นงานวิจัยเชิงพรรณนาแบบตัดขวาง (descriptive cross - sectional study) โดยมีกลุ่มประชากรเป้าหมายคือนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4-6 ที่มาเรียนกวตวิชาที่อาคารวรรณสรณ์ เกณฑ์การคัดเข้าคือ เป็นนักเรียนที่มาเรียนที่อาคารวรรณสรณ์และสมัครใจในการเข้าร่วมทำแบบสอบถาม (เนื่องจากการเลือกผู้วิจัยแบบสุ่ม) และเกณฑ์การคัดออกคือเป็นนักเรียนระดับชั้นอื่นที่ไม่ใช่มัธยมศึกษาตอนปลาย มีการคำนวณขนาดตัวอย่างโดยใช้สูตร $N = (Z_{\alpha/2}^2 pq) / d^2$ โดยกำหนดค่า α เท่ากับ 0.05 ค่า P มีค่า 0.514 (อ้างอิงจากการศึกษาความชุกของนักเรียนมัธยมปลายที่มีความเครียดในจังหวัดเชียงใหม่ของคุณคณะนิตย ชูช่วย และคณะ⁶) และค่า d เท่ากับ 0.1 จากการคำนวณได้ 96 คน แต่เพื่อเผื่อกรณีการตอบแบบสอบถามและแบบประเมินไม่ครบถ้วน จึงเก็บตัวอย่างเพิ่มอีกเป็น 200 คน

ตัวแปรอิสระในงานวิจัยนี้แบ่งออกเป็น 3 ปัจจัย คือ ปัจจัยเกี่ยวกับนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย ได้แก่ ระดับชั้นเรียน ผลการเรียน งานอดิเรก คณะที่อยากศึกษาต่อ ระยะเวลาในการนอน การออกกำลังกาย ปัญหาสุขภาพ โรคประจำตัว ปัจจัยเกี่ยวกับครอบครัวและการเลี้ยงดู ได้แก่ ฐานะทางการเงิน สถานภาพของครอบครัว (โสด, หย่าร้าง) และปัจจัยเกี่ยวกับกับเพื่อนและสิ่งแวดล้อม ได้แก่ รูปแบบและลักษณะของโรงเรียน โดยนิยามของตัวแปรในงานวิจัยนี้ ได้แก่ ความเครียด คือ ภาวะของอารมณ์หรือความรู้สึกที่เกิดขึ้นเมื่อบุคคลต้องเผชิญกับปัญหาต่างๆ และทำให้รู้สึกถูกกดดัน ไม่สบายใจ วุ่นวายใจ กลัว วิตกกังวล ตลอดจนถูกบีบคั้น เมื่อบุคคลรับรู้หรือประเมินว่าปัญหาเหล่านั้นเป็นสิ่งที่คุกคามจิตใจ หรืออาจจะก่อให้เกิดอันตรายแก่ร่างกาย จะส่งผลให้สภาวะสมดุลของร่างกายและจิตใจเสียไป และนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย หมายถึง นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4-6 ที่มาเรียนกวตวิชาที่อาคารวรรณสรณ์

ขั้นตอนการเก็บข้อมูลวิจัยเริ่มต้นจากส่งเอกสารไปยังอาคารวรรณสรณ์ ซึ่งเป็นอาคารที่รวมสถาบันกวตวิชาต่างๆ ไว้มากมาย และมีนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายมาเรียนพิเศษจำนวนมาก ขออนุญาตเก็บข้อมูลนักเรียนที่เข้ามาภายในอาคาร หลังจากที่ได้รับการตอบรับ ผู้วิจัยจึงลงพื้นที่เพื่อเก็บข้อมูลเป็นเวลาประมาณ 2 ชั่วโมง โดยการเลือกผู้เข้า

ร่วมงานวิจัย จะใช้การสุ่มแบบ accidental sampling คือ แจกแบบสอบถามให้ผู้เข้าร่วมงานวิจัยบริเวณใดบริเวณหนึ่งของอาคาร โดยมีการแนะนำแบบสอบถาม และให้เวลาทำแบบสอบถามประมาณ 10-15 นาทีต่อคน แล้วจึงเก็บแบบสอบถาม หลังจากนั้นผู้ทำงานวิจัยจะตรวจสอบความถูกต้องเรียบร้อยของข้อมูล เอกสาร และคำนึงถึงเกณฑ์คัดออกของกลุ่มตัวอย่าง แล้วจึงให้รหัสคำตอบเพื่อให้สมาชิกบันทึกข้อมูล เพื่อการประมวลผลต่อไป

สำหรับเครื่องมือที่ใช้ในงานวิจัยนี้ แบ่งออกเป็น 2 ส่วนได้แก่

1. แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป ได้แก่ เพศ อายุ ศาสนา ชั้นเรียน สายการเรียน เกรดเฉลี่ย รายได้จากผู้ปกครอง บุคคลที่อาศัยอยู่ด้วย จำนวนพี่น้อง สถานภาพครอบครัว ฐานะทางการเงิน ข้อมูลเกี่ยวกับโรงเรียน (เอกชนหรือรัฐบาล และไป-กลับหรืออยู่ประจำ) คณะและมหาวิทยาลัยที่ต้องการศึกษาต่อ โรคประจำตัวและยาที่ใช้เป็นประจำ จำนวนชั่วโมงที่นอนต่อวัน จำนวนชั่วโมงที่เรียนพิเศษต่อสัปดาห์ งานอดิเรก และเหตุการณ์กระทบกระเทือนจิตใจในช่วง 6 เดือนที่ผ่านมา ซึ่งแบบสอบถามนี้สร้างขึ้นโดยผู้วิจัย

2. แบบวัดความเครียดสวนปรุง (Suanprung Stress test SPST20) เป็นแบบวัดความเครียดที่เหมาะสมสำหรับคนไทย จากกรอบแนวคิดทางด้านชีวภาพ จิตใจ และสังคมของความเครียด แบบทดสอบความเครียดสวนปรุง ฉบับสั้น มีคำถามทั้งหมด 20 ข้อ การให้คะแนนในแต่ละข้อมีค่า 1-5 คะแนน และเมื่อให้คะแนนครบทุกข้อ จะรวมคะแนนแล้วแบ่งความเครียดออกเป็น 4 ระดับ ดังนี้

0-24 คะแนน = เครียดในระดับต่ำ

25-42 คะแนน = เครียดในระดับปานกลาง

43-62 คะแนน = เครียดในระดับสูง

63 คะแนนขึ้นไป = เครียดในระดับรุนแรง

โดยความเครียดในระดับต่ำและปานกลางเป็นความเครียดที่เกิดได้เป็นปกติในชีวิตประจำวัน ส่วนความเครียดในระดับสูงและรุนแรงเป็นความเครียดที่ผิดปกติ และแบบวัดความเครียดสวนปรุงนี้มีความแม่นยำตรงตามสภาพ (concurrent validity) มากกว่า 0.27 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และมีค่าความเชื่อมั่นครอนบาค (Cronbach's alpha reliability coefficient) มากกว่า 0.7¹⁰

ข้อมูลทั้งหมดจะถูกนำมาตรวจสอบความถูกต้องและนำมาวิเคราะห์โดยใช้โปรแกรมสถิติสำเร็จรูป SPSS for Windows สำหรับความชุกของความเครียด รายงานผลในรูปแบบร้อยละ และใช้ Chi-square test วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรที่ไม่ต่อเนื่อง เช่น เพศ แผนการเรียน สถาบันที่จะเลือก กับผลของระดับความเครียด

งานวิจัยนี้ได้ผ่านการพิจารณาจากคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัย คณะแพทยศาสตร์วชิรพยาบาล เลขที่โครงการ 090/58 เมื่อวันที่ 18 มกราคม 2259 และได้รับอนุญาตจากอาคารบรรณสาร ให้เข้าเก็บข้อมูล

ผลการวิจัย

การศึกษานี้มีผู้เข้าร่วมงานวิจัยจำนวน 199 ราย แต่ในจำนวนนี้มีผู้เข้าร่วมที่ได้รับการประเมินระดับความเครียด 182 ราย เนื่องจากผู้เข้าร่วมวิจัย 14 ราย เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น และ 3 ราย ไม่ได้ทำแบบทดสอบความเครียด ดังนั้นในการรายงานผลวิจัยนี้ เป็นข้อมูลผู้เข้าร่วมวิจัย 182 ราย คิดเป็นร้อยละ 91.46 ของจำนวนแบบสอบถาม เป็นเพศชาย ร้อยละ 36.8 เพศหญิง ร้อยละ 63.2 อายุเฉลี่ยของผู้เข้าร่วมวิจัยเท่ากับ 16.52 ± 1.00 ปี โดยรายละเอียดอื่นของข้อมูลพื้นฐานทั่วไปแสดงไว้ในตารางที่ 1

ตารางที่ 1:

ข้อมูลพื้นฐานทั่วไปของผู้เข้าร่วมวิจัย

ข้อมูลทั่วไป	Total	
	Mean	SD
อายุ (ปี)	16.52	1
จำนวนชั่วโมงการนอน (ชั่วโมง/วัน)	6.26	1.17
คะแนนแบบทดสอบความเครียด	50.1	13.25

ข้อมูลทั่วไป	Total	
	N	%
เพศ		
ชาย	67	36.8
หญิง	115	63.2
ศาสนา		
พุทธ	173	95.1
คริสต์	7	3.8
อิสลาม	2	1.1
ระดับชั้น		
มัธยมศึกษาปีที่ 4	70	38.5
มัธยมศึกษาปีที่ 5	64	35.2
มัธยมศึกษาปีที่ 6	48	26.4

ข้อมูลทั่วไป	Total	
	N	%
สายการเรียน		
วิทย์-คณิต	152	84.4
ศิลป์	28	15.6
เกรดเฉลี่ย		
4.00-3.50	101	55.8
3.49-3.00	58	32
2.99-2.50	18	9.9
2.49-2.00	3	1.7
น้อยกว่า 2.00	1	
รายได้ที่ได้รับจากผู้ปกครองต่อเดือน (บาท)		
น้อยกว่า 3,000	25	13.7
3,001-6,000	89	48.9
6,001-9,000	25	13.7
มากกว่า 9,000	43	23.6
ผู้ที่อาศัยอยู่ด้วย		
บิดา-มารดา	126	69.2
บิดา	3	1.6
มารดา	20	11
ญาติ	13	7.1
หอพัก	16	8.8
อื่นๆ	4	2.2

ตารางที่ 1:

ข้อมูลพื้นฐานทั่วไปของผู้เข้าร่วมวิจัย (ต่อ)

ข้อมูลทั่วไป	Total	
	N	%
จำนวนพี่น้อง		
ลูกคนเดียว	40	22.2
พี่น้อง 1 คน	93	51.1
พี่น้อง 2 คน	27	14.8
พี่น้อง 3 คน	17	9.3
อื่นๆ	5	2.7
บุตรคนที่		
1	80	46
2	70	40.2
3	21	12.1
4	2	1.1
5	1	0.6
สถานภาพสมรสของบิดามารดา		
อยู่ด้วยกัน	154	84.6
บิดาถึงแก่กรรม	5	2.7
หย่าขาดจากกัน	12	6.6
แยกกันอยู่	11	6
รายได้ครอบครัวต่อเดือน		
น้อยกว่า 20,000	8	4.5
20,001-40,000	29	16.2
40,001-60,000	31	17.3
60,001-80,000	26	14.5
80,001-100,000	36	20.1
มากกว่า100,000	49	27.4
โรงเรียน		
เอกชน	29	16.1
รัฐบาล	151	83.9
ลักษณะโรงเรียน		
ประจำ	8	4.5
ไม่ประจำ	170	95.5

ข้อมูลทั่วไป	Total	
	N	%
คณะที่ต้องการศึกษาต่อ		
แพทยศาสตร์	48	27.4
ทันตแพทย์	14	8
เภสัชศาสตร์	10	5.7
พยาบาลศาสตร์	3	1.7
วิศวกรรมศาสตร์	24	13.7
ศิลปศาสตร์	9	5.1
อื่นๆ	67	38.3
มหาวิทยาลัยที่ต้องการศึกษาต่อ		
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย	71	43
ธรรมศาสตร์	14	8.5
มหิดล	30	18.2
เกษตรศาสตร์	12	7.3
ศรีนครินทรวิโรฒ	11	6.7
สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้า	7	4.2
เจ้าคุณทหารลาดกระบัง		
อื่นๆ	20	12.1
โรคประจำตัว		
ไม่มี	147	80.8
ภูมิแพ้	27	14.8
อื่นๆ	8	4.4
ยาที่ใช้เป็นประจำ		
ไม่มี	172	94.5
ยาภูมิแพ้	6	3.3
อื่นๆ	4	2.2
จำนวนชั่วโมงที่เรียนพิเศษ (ชม./สัปดาห์)		
0 – 5	50	27.5
6 – 10	56	30.8
11 – 15	37	20.3
16 – 20	21	11.5
มากกว่า 20	18	9.9

ตารางที่ 1:

ข้อมูลพื้นฐานทั่วไปของผู้เข้าร่วมวิจัย (ต่อ)

ข้อมูลทั่วไป	Total	
	N	%
งานอดิเรก		
มีการออกกำลังกายเป็นงานอดิเรก	89	48.9
ไม่มีการออกกำลังกายเป็นงานอดิเรก	93	51.1

ข้อมูลทั่วไป	Total	
	N	%
เหตุการณ์ที่เกิดขึ้นใน 6 เดือนที่ผ่านมา		
ปัญหาการเงินฉุกเฉิน	42	23.1
สูญเสียบุคคลอันเป็นที่รัก	12	6.6
มีการสอบไล่	91	50
เลิกกับแฟน	18	9.9
อื่นๆ	31	17

จากการประเมินความเครียดด้วยแบบทดสอบความเครียดสวนปรง มีผู้ที่มีระดับความเครียดต่ำ ร้อยละ 2.7 ผู้ที่มีระดับความเครียดปานกลาง ร้อยละ 21.4 ผู้ที่มีระดับความเครียดสูง ร้อยละ 57.7 และผู้ที่มีระดับความเครียดรุนแรง ร้อยละ 18.1 โดยรายละเอียดแสดงในตารางที่ 2

และเพื่อศึกษาความสัมพันธ์ของปัจจัยที่มีผลต่อความเครียดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย จึงแบ่งกลุ่มของความเครียดออกเป็น 2 กลุ่ม ได้แก่ กลุ่มที่มีความเครียดต่ำ และปานกลาง ซึ่งเป็นความเครียดที่อยู่ในเกณฑ์ปกติทั่วไป ไม่ก่อให้เกิดอันตราย และกลุ่มที่มีความเครียดสูง และรุนแรง ซึ่งเป็นระดับที่มากกว่าความเครียดทั่วไปในชีวิตประจำวัน อยู่ในระดับอันตราย และสามารถนำไปสู่ความเครียดเรื้อรัง หากไม่ได้รับการบรรเทา¹⁰ และเมื่อพิจารณาความสัมพันธ์ของข้อมูลพื้นฐานทั่วไปของ

ทั้ง 2 กลุ่มพบว่า ปัจจัยที่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติระหว่าง 2 กลุ่มมี 3 ปัจจัย ได้แก่ โรคประจำตัว (p -value = 0.046) การสูญเสียบุคคลอันเป็นที่รักในช่วง 6 เดือนที่ผ่านมา (p -value = 0.043) และการสอบไล่ในช่วง 6 เดือนที่ผ่านมา (p -value = 0.038) โดยรายละเอียดแสดงในตารางที่ 3

แต่เมื่อนำปัจจัยที่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ได้แก่ โรคประจำตัว การสูญเสียบุคคลอันเป็นที่รักในช่วง 6 เดือนที่ผ่านมา และการสอบไล่ในช่วง 6 เดือนที่ผ่านมา มาวิเคราะห์แบบ multivariate analysis ด้วยสถิติแบบ multiple logistic regression พบว่ามีเพียงปัจจัยเดียวคือการสอบไล่ในช่วง 6 เดือนที่ผ่านมาที่ยังคงมีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (p -value = 0.025) หากเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มที่มีระดับความเครียดปกติ และสูงกว่าปกติ โดยรายละเอียดแสดงในตารางที่ 4

ตารางที่ 2:

ความชุกของระดับความเครียด

ระดับความเครียด	N	Prevalence (%)
เครียดต่ำ	5	2.8
เครียดปานกลาง	39	21.4
เครียดสูง	105	57.7
เครียดรุนแรง	33	18.1
รวม	182	100

ตารางที่ 3:

ความสัมพันธ์ของข้อมูลทั่วไปกับระดับความเครียด

ระดับความเครียด	ต่ำและปานกลาง		สูงและรุนแรง				P-value
	Mean	SD	Mean	SD			
อายุ (ปี)	16.36	1.01	16.57	0.99			0.993
จำนวนชั่วโมงการนอน	6.3	1.08	6.24	1.19			0.908
คะแนนแบบทดสอบความเครียด	32.45	7.19	55.6	9.24			0.024
ระดับความเครียด	ต่ำและปานกลาง		สูงและรุนแรง		Total		P-value
	N	%	N	%	N	%	
เพศ							0.172
ชาย	20	45.5	47	34.1	67	36.8	
หญิง	24	54.5	91	65.9	115	63.2	
ระดับชั้น							0.545
มัธยมศึกษาปีที่ 4	20	45.5	50	36.2	64	36.2	
มัธยมศึกษาปีที่ 5	14	31.8	50	36.2	64	35.2	
มัธยมศึกษาปีที่ 6	10	22.7	38	27.5	48	26.4	
รายได้ครอบครัวต่อเดือน							0.275
น้อยกว่า 20,000	1	2.3	7	5.1	8	4.5	
20,001-40,000	8	18.6	21	15.4	29	16.2	
40,001-60,000	5	11.6	26	19.1	31	17.3	
60,001-80,000	3	7	23	16.9	26	14.5	
80,001-100,000	10	23.3	26	19.1	36	20.1	
มากกว่า 100,000	16	37.2	33	24.3	49	27.4	
โรงเรียน							0.367
เอกชน	9	20.5	20	14.7	29	16.1	
รัฐบาล	35	79.5	116	85.3	151	83.9	
คณะที่ต้องการศึกษาต่อ							0.959
คณะแพทยศาสตร์	13	32.5	35	25.9	48	27.4	
คณะทันตแพทยศาสตร์	3	7.5	11	8.1	14	8	
คณะเภสัชศาสตร์	2	5	8	5.9	10	5.7	
คณะพยาบาลศาสตร์	1	2.5	2	1.5	3	1.7	
คณะวิศวกรรมศาสตร์	5	12.5	19	14.1	24	13.7	
คณะศิลปศาสตร์	1	2.5	8	5.9	9	5.1	
อื่นๆ	15	37.5	52	38.5	67	38.3	

ตารางที่ 3:

ความสัมพันธ์ของข้อมูลทั่วไปกับระดับความเครียด (ต่อ)

ระดับความเครียด	ต่ำและปานกลาง		สูงและรุนแรง		Total		P-value
	N	%	N	%	N	%	
โรคประจำตัว							0.046
ไม่มี	41	93.2	106	76.8	147	80.8	
ภูมิแพ้	3	6.8	24	17.4	27	14.8	
อื่นๆ	0	0	8	5.8	8	4.4	
เหตุการณ์ที่เกิดขึ้นใน 6 เดือนที่ผ่านมา							
ปัญหาการเงินฉุกเฉิน							0.376
ไม่มี	36	81.8	104	75.4	140	76.9	
มี	8	18.2	34	24.6	42	23.1	
สูญเสียบุคคลอันเป็นที่รัก							0.043
ไม่มี	44	100	126	91.3	170	93.4	
มี	0	0	12	8.7	12	6.6	
มีการสอบไล่							0.038
ไม่มี	28	63.6	63	45.7	91	50	
มี	16	36.4	75	54.3	91	50	
เลิกกับแฟน							0.707
ไม่มี	39	88.6	125	90.6	164	90.1	
มี	5	11.4	13	9.4	18	9.9	
อื่นๆ							0.249
ไม่มี	34	77.3	117	84.8	151	83	
มี	10	22.7	21	15.2	31	17	

ตารางที่ 4:

ความสัมพันธ์ของข้อมูลทั่วไปที่มีนัยสำคัญทางสถิติกับระดับความเครียด (multivariate analysis)

ระดับความเครียด	ต่ำและปานกลาง		สูงและรุนแรง		Total		p-value ¹	p-value ²
	N	%	N	%	N	%		
โรคประจำตัว							0.046	0.999
ไม่มี	41	93.2	106	76.8	147	80.8		
ภูมิแพ้	3	6.8	24	17.4	27	14.8		
อื่นๆ	0	0	8	5.8	8	4.4		
เหตุการณ์ที่เกิดขึ้นใน 6 เดือนที่ผ่านมา								
สูญเสียบุคคลอันเป็นที่รัก	0	0	12	8.7	12	6.6	0.043	0.999
มีการสอบไล่	16	36.4	75	54.3	91	50	0.038	0.025

หมายเหตุ : p-value¹ หมายถึง ค่า p-value ที่ได้โดยการวิเคราะห์ด้วย univariate analysis p-value² หมายถึง ค่า p-value ที่ได้โดยการวิเคราะห์ด้วย multivariate analysis

วิจารณ์

วัตถุประสงค์หลักที่ต้องการหาความชุกของความเครียดนั้นพบว่าค่าความชุกที่ได้จากการศึกษานี้มีความสอดคล้องกับการศึกษาของคะเนิงนิตย์ ชูช่วย และคณะ ที่ได้ทำการศึกษารื่องความเครียดและคุณภาพชีวิตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ในเขตอำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ โดยศึกษาปัจจัยที่สัมพันธ์กับความเครียด พฤติกรรมตอบสนองต่อความเครียด และความสัมพันธ์ของความเครียดกับคุณภาพชีวิตของนักเรียน ผลการศึกษาพบว่า ร้อยละ 51.40 ของนักเรียนมีความเครียดอยู่ในระดับสูง⁶ ที่เป็นเช่นนี้อาจเป็นเพราะเชียงใหม่เป็นจังหวัดที่มีความเป็นเมืองที่ใกล้เคียงกับกรุงเทพมหานคร ลักษณะของกลุ่มเป้าหมายและสภาพแวดล้อมจึงมีความคล้ายคลึงกัน แต่ในกรุงเทพมหานครมีอัตราการแข่งขันที่สูงมากกว่า จึงทำให้ความชุกของความเครียดในการศึกษานี้สูงกว่าเล็กน้อย

ผลการศึกษาพบว่า การสอบไล่มีความสัมพันธ์กับระดับความเครียดที่สูงกว่าปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value} < 0.05$) โดยการวิเคราะห์ด้วย univariate analysis และ multivariate analysis ซึ่งตรงกันกับการศึกษาของคะเนิงนิตย์ ชูช่วย และคณะ พบว่าการเรียนเป็นปัจจัยที่ทำให้เครียดมากที่สุด ร้อยละ 37.97⁶ การศึกษาของปีธมา อินทร์พรหม ที่ได้ผลสรุปว่าความไม่พร้อมในการสอบเข้ามหาวิทยาลัยมีผลต่อความเครียด⁹ และการศึกษาของฐิติกาญจน์ เลาสุริโยธิน ที่พบว่า นักเรียนชั้นมัธยมมีระดับความเครียดสูงหรือเครียดรุนแรง ซึ่งส่วนใหญ่เป็นความเครียดเรื่องการเรียน¹¹ ซึ่งผลดังกล่าวสอดคล้องกับแสดงถึงปัจจัยด้านการเรียนเป็นสิ่งที่นักเรียนมัธยมปลายในประเทศไทยให้ความสำคัญอย่างมาก อาจเป็นเพราะค่านิยมทางสังคม หรือจากความคาดหวังจากครอบครัว และทำให้เกิดปัญหาด้านความเครียดตามมา

โรคประจำตัวเป็นอีกปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับระดับความเครียดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value} < 0.05$) ซึ่งสอดคล้องกับ การศึกษาของพรชัย หลายพสุ และคณะ ที่ผลการศึกษาพบว่าโรคประจำตัวเป็นปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความเครียดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย อย่างมีนัยสำคัญ⁸ ซึ่งโรคประจำตัวนั้นโดยทั่วไปจะก่อให้เกิดความเครียดในผู้คนทุกเพศทุกวัย และส่งผลกระทบต่อการศึกษา

และการใช้ชีวิต โดยการศึกษาของพรชัย ได้ทำการเก็บตัวอย่างนักเรียนมัธยมปลาย ซึ่งมีความใกล้เคียงกับกลุ่มผู้เข้าร่วมวิจัยของงานวิจัยชิ้นนี้

การสูญเสียบุคคลอันเป็นที่รักเป็นปัจจัยมีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value} < 0.05$) ระหว่าง 2 กลุ่ม ซึ่งอาจเกิดจากในกลุ่มที่มีพื้นฐานทางอารมณ์ไม่ดีมาก่อน เช่น มีประสบการณ์ชีวิตไม่ราบรื่น สูญเสียบุคคลอันเป็นที่รัก ครอบครัวแตกแยก จะทำให้หงุดหงิดง่าย เข้ากับพ่อแม่หรือเพื่อนไม่ได้ ไม่มั่นคง เมื่อเริ่มเข้าสู่วัยรุ่นปัญหาเดิมที่มีต่อกันจะทวีความรุนแรงเพิ่มขึ้น และถ้ามีปัญหาการเรียนร่วมด้วยหรือมีปัญหาเกี่ยวกับพ่อแม่ เพื่อน จะส่งผลกระทบต่อพัฒนาการทางอารมณ์โดยตรง ทำให้วัยรุ่นนั้นอ่อนไหวง่าย หงุดหงิดก้าวร้าว ใจน้อย และส่งผลต่อการตัดสินใจเลือกทางเดินในอนาคตได้ วัยรุ่นทุกคนอยากที่จะถูกรักและอยากได้รับความเอาใจใส่ ห่วงใยจากคนที่มีความสำคัญในชีวิต¹²

อย่างไรก็ตาม มีบางปัจจัยที่ผลการศึกษาที่ได้ในครั้งนี้ไม่สอดคล้องกับการศึกษาที่ผ่านมา เช่น เพศ โดยการศึกษาของกฤษฎา ชลวิริยะกุล⁷และคณะ และการศึกษาของพรชัย หลายพสุ และคณะ⁸ ที่พบว่าเพศ มีความสัมพันธ์กับความเครียด โดยสาเหตุที่ได้ผลออกมาต่างกับงานวิจัยที่ทำการศึกษามาก่อนหน้านี้ อาจเกิดจากกลุ่มผู้เข้าร่วมวิจัยที่ใช้จำนวนน้อยกว่า ทำให้ความแตกต่างของข้อมูลน้อยกว่า และสถานที่เก็บข้อมูลเป็นแหล่งรวบรวมนักเรียนในกรุงเทพฯ จึงทำให้มีลักษณะของกลุ่มเป้าหมายที่แตกต่างกัน ปัจจัยรายได้ของครอบครัวต่อเดือน ซึ่งการศึกษาของพรชัย หลายพสุ และคณะพบว่า สถานะการเงินของครอบครัว เป็นหนึ่งในปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความเครียด⁸ ที่เป็นเช่นนี้อาจเป็นเพราะคาดว่าเกิดจากความแตกต่างของกระบวนการวิจัย อาทิเช่น กลุ่มประชากรที่สำรวจซึ่งอยู่ในบริเวณเขตลาดกระบังซึ่งอาจมีค่าครองชีพที่แตกต่างกับกลุ่มประชากรในการศึกษานี้ ประกอบกับปริมาณกลุ่มตัวอย่างที่ต่างกันค่อนข้างมาก และที่สำคัญที่สุด คือ พรชัย และคณะได้แบ่งหัวข้อสถานะการเงินของครอบครัว โดยใช้เกณฑ์ว่ารายรับต่อเดือนนั้นพอสำหรับค่าใช้จ่ายในเดือนนั้นหรือไม่ ไม่ได้ระบุเป็นช่วงจำนวนเงิน จึงอาจทำให้เกิดความคลาดเคลื่อนของผลการวิจัย หรือปัจจัยเรื่องประเภทของโรงเรียนที่กำลังศึกษา ในการศึกษาพบว่าโรงเรียนเอกชนหรือรัฐบาลไม่มีความสัมพันธ์ต่อระดับ

ความเครียดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งแตกต่างจากการศึกษาของปัทมา อินทร์พรหมที่สรุปว่าโรงเรียนเอกชนมีความเครียดมากกว่าโรงเรียนรัฐบาล⁹ ที่เป็นเช่นนี้อาจเป็นเพราะแบบสอบถามความเครียดที่ใช้แตกต่างกัน และการศึกษาของปัทมา เน้นศึกษาถึงความเครียดในเด็กมัธยมศึกษาปีที่ 6 ที่กำลังจะสอบเข้ามหาวิทยาลัย ซึ่งทำให้ลักษณะการตอบคำถามมีความแตกต่างกันไป เป็นต้น

สำหรับปัจจัยเรื่องคณะที่นักเรียนเลือกที่จะศึกษาต่อในระดับมหาวิทยาลัย เบื้องต้นทางคณะผู้ทำการศึกษาดังสมมติฐานไว้ว่า คณะที่คะแนนในการสอบเข้าสูง เช่น แพทยศาสตร์ วิศวกรรมศาสตร์ อักษรศาสตร์ หรือมหาวิทยาลัยที่มีชื่อเสียง น่าจะเป็นปัจจัยหนึ่งที่ส่งผลต่อระดับความเครียด แต่จากผลการศึกษาพบว่าปัจจัยทั้ง 2 ไม่มีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value} > 0.05$) ทั้งนี้อาจเป็นเพราะกลุ่มผู้เข้าร่วมวิจัยมีการกระจายที่ไม่เหมาะสม ทำให้แต่ละคณะหรือมหาวิทยาลัยมีจำนวนกลุ่มตัวอย่างน้อย ซึ่งทำให้ไม่เกิดความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และอาจมีผลจากกลุ่มเป้าหมายที่ทำการศึกษาซึ่งเป็นกลุ่มเด็กที่เรียนพิเศษ อาจจะทำให้ผลที่ออกมาไม่เห็นความแตกต่างที่ชัดเจน

จุดเด่นของการศึกษานี้คือการศึกษาค้นคว้าของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นในเขตเมือง ซึ่งเป็นลักษณะที่มีความเฉพาะไม่ว่าจะเป็นจากสภาพแวดล้อม ปัจจัยเกื้อหนุนต่างๆ ความเจริญที่อาจจะมากกว่าเขตอื่น ดังนั้นผลการศึกษาที่ออกมาจึงมีประโยชน์ในการนำไปประยุกต์ใช้เพื่อลดความเครียดหรือผลกระทบจากความเครียดที่อาจจะเกิดขึ้น รวมถึงยังเป็นการลดปัญหาที่เกิดจากเยาวชนได้ทางอ้อมอีกด้วย แต่ข้อจำกัดของการศึกษานี้คือ 1.) กลุ่มผู้เข้าร่วมวิจัยที่นำมาศึกษา เนื่องจากทางผู้วิจัยเลือกเก็บข้อมูลจากอาคารวรรณสรณ์ซึ่งเป็นสถานที่เรียนพิเศษ อาจทำให้ข้อมูลที่ได้มีความจำเพาะกับกับกลุ่มที่มีความต้องการเรียนพิเศษ จึงไม่สามารถนำมาเป็นตัวแทนของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายทั้งหมดได้ 2.) จำนวนผู้เข้าร่วมวิจัย (n) เนื่องจากงานวิจัยชิ้นนี้มีวัตถุประสงค์หลักเพื่อศึกษาความชุกของความเครียดจำนวนผู้เข้าร่วมวิจัย (n) จึงคำนวณมาจากการทบทวนงานวิจัยที่ทำขึ้นเพื่อหาความชุกเป็นหลัก (primary outcome) ทำให้อาจจะมีจำนวนไม่เพียงพอสำหรับการหาความสัมพันธ์

ระหว่างปัจจัยต่างๆ กับระดับความเครียด หรือวัตถุประสงค์รองของงานวิจัย (secondary outcome) และ 3.) เนื่องด้วยข้อจำกัดเรื่องระยะเวลาในการเก็บ และวิเคราะห์ข้อมูล ทำให้ทางผู้วิจัยลดจำนวนวันที่ใช้เก็บข้อมูลลงเหลือเพียงแค่วันเดียว ซึ่งอาจทำให้กลุ่มผู้เข้าร่วมวิจัยมีการกระจายตัวไม่มากพอ

ข้อเสนอแนะเพิ่มเติมในส่วนของปัญหาเรื่องจำนวนผู้เข้าร่วมวิจัยที่ไม่เพียงพอสำหรับวัตถุประสงค์รองนั้น ควรที่จะทบทวนงานวิจัยเพิ่มเติมเพื่อหาสูตรทางสถิติมาคำนวณผู้เข้าร่วมงานวิจัย (n) ที่เพียงพอกับการหาความสัมพันธ์ของปัจจัยกับระดับความเครียด และเรื่องของความหลากหลายของวันที่ใช้เก็บข้อมูล เสนอให้เลือกเก็บข้อมูลทั้งในวันธรรมดา และวันหยุดสุดสัปดาห์ เพื่อที่จะได้กลุ่มผู้เข้าร่วมวิจัยที่หลากหลายกว่าการเลือกเพียงวันใดวันหนึ่งหรืออาจมีการกระจายการเก็บข้อมูลในโรงเรียนเขตต่างๆ เพื่อลดข้อจำกัดด้านสถานที่ เพื่อเพิ่มความน่าเชื่อถือของข้อมูลในการนำมาใช้เป็นตัวแทนนักเรียนมัธยมปลายทั่วประเทศต่อไป

สรุป

การศึกษาค้นคว้าความชุกของความเครียด และปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความเครียดในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ณ อาคารวรรณสรณ์ มีผู้เข้าร่วมงานวิจัยทั้งหมด 182 ราย แบ่งเป็นเพศชาย 67 ราย คิดเป็นร้อยละ 36.81 และเพศหญิง 115 ราย คิดเป็นร้อยละ 63.19 พบว่ามีความชุกของระดับความเครียดสูงกว่าปกติทั้งหมดจำนวน 138 ราย คิดเป็นร้อยละ 75.8 โดยแบ่งเป็นระดับความเครียดสูง มีจำนวน 105 ราย และระดับความเครียดรุนแรง มีจำนวน 33 ราย และหากพิจารณาปัจจัยต่างๆ ที่เกี่ยวข้องทั้งหมด พบว่าปัจจัยที่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติระหว่างกลุ่มที่มีระดับความเครียดปกติ และความเครียดสูง ($p\text{-value} < 0.05$) คือปัจจัยเรื่องโรคประจำตัว ($p\text{-value} = 0.046$) การสูญเสียบุคคลอันเป็นที่รักในช่วง 6 เดือนที่ผ่านมา ($p\text{-value} = 0.043$) และมีการสอบไล่ในช่วง 6 เดือนที่ผ่านมา ($p\text{-value} = 0.038$) แต่เมื่อทำการวิเคราะห์ผลแบบ multivariate analysis พบว่าเหลือเพียงปัจจัยเดียวที่ยังมีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value} < 0.05$) คือปัจจัยการสอบไล่ในช่วง 6 เดือนที่ผ่านมา

กิตติกรรมประกาศ

ขอขอบพระคุณอาจารย์นายแพทย์ชนันท์ สุนะเศรษฐกุล และคณาจารย์ประจำภาควิชาเวชศาสตร์ป้องกันและสังคมทุกท่าน ที่ประสิทธิ์ความรู้ และให้คำแนะนำอันเป็นประโยชน์ต่อการทำงานวิจัยชิ้นนี้ อาจารย์บุษบา ศุภวัฒน์ธนบดี อาจารย์สังกัดภาควิชาวิทยาศาสตร์การแพทย์พื้นฐาน ที่สละเวลาหลายต่อหลายครั้งเพื่อสอนกระบวนการวิจัยให้แก่คณะผู้ทำการศึกษา นายแพทย์สมัย ศิริทองถาวร ผู้อำนวยการโรงพยาบาลสวนปรุง ที่อนุญาตให้ใช้แบบสอบถาม และอาจารย์อนุสรณ์ คีระกุล ที่เอื้ออำนวยทั้งสถานที่ และความสะดวกในการเก็บข้อมูล ณ อาคารวรรณสรณ์

เอกสารอ้างอิง

- Gatab TA, Jeludar SS, Ghajari AV, Jeludar ZA. Effects of the education of life skills on the reduction of mental-behavioral disorders of depression, anxiety, stress in students. Eur Psychiatry 2013;28, Supplement 1:1.
- Koyama A, Matsushita M, Ushijima H, Jono T, Ikeda M. Association between depression, examination-related stressors, and sense of coherence: The ronin-sei study. Psychiatry Clin Neurosci 2014;68(6):441-7.
- Department of mental health. Stress relief guideline. Bangkok. Siam M&B publishing; 1998.
- Slitvanich S. New organization behavior: concept and theory. Bangkok: Thammasat University publishing; 2006.
- Jinaporn N. Variables Influencing Stress of Mathayom Suksa VI Students Under The Department of General Education, Region 9. [dissertation]. Khon kaen University; 1997.
- Chuchuaiy K, Playkok S, Nutadee N, Permsuwan A. Stress and quality of life of high school students in Mueang district, Chaing Mai. Bulletin of Suanprung 2010;26(1):26-34.
- Chonviriyakul K, Aumteang N, Wuttipongvorachoke K. Stress in high school students in Chai Nat[Internet]. [20/12/2016]. Available from: <http://www.jvkk.go.th/researchnew/qresearch.asp?code=311390000003>
- Laipas P, Khongsobsin D, Wannasin P, Limwarapat P. Factors affecting the stress of high school students: Case study of school in Ladkrabang district, Bangkok. Bangkok: Kasetsart University. Office of the Higher Education Commission. Ministry of Education. Ministry of Agriculture and Cooperatives. Ministry of Science and Technology. Ministry of Natural Resources and Environment. Ministry of Information and Communication Technology. National Research Council of Thailand. The Thailand Research Fund; 2011.
- Inprom P, Nimnuan C. Stress among mathayom suksa sixth students in admission to university in Bangkok. Journal of Mental Health of Thailand 2006;14(3):182-90.
- Mahatnirunkul S, Pumpisanchai W: Tapanya Pimmarat. The construction of SuanPrung stress test for Thai population. J Suanprung Psychiatr Hosp 2540, 13:1-20.
- Mahatnirunkul S, Pumpisanchai W: Tapanya Pimmarat. The construction of SuanPrung stress test for Thai population. J Suanprung Psychiatr Hosp 2540, 13:1-20.
- Laohasurayotin T. Stress and stress coping of secondary and high school students in a school of Sanamchiket district, Chacherngsao province [Internet]. [15/11/2016]. Available from: <http://www.thaipediatrics.org/thesis/pdf/PhramongkutklaoHospital/id65.pdf>
- ชมรมจิตแพทย์เด็กและวัยรุ่นแห่งประเทศไทย. คู่มือการเลี้ยงลูก: การเปลี่ยนแปลงในวัยรุ่น [อินเทอร์เน็ต]. [เข้าถึงเมื่อ 4 พฤศจิกายน 2559]. เข้าถึงได้จาก: http://www.rcpsych.org/cap/book04_4.php