

ปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดของนักศึกษาหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต
สาขาวิชาทันตสาธารณสุข ชั้นปี 4 ในรายวิชาทันตกรรมคลินิก ผสมผสาน 2
วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดพิษณุโลก

Factors Affecting Stress among Fourth-Year Students in the Bachelor of
Public Health Program in Dental Public Health Studying Clinical Dentistry II at
Sirindhorn College of Public Health, Phitsanulok

ณัฐพร บรรณนาวาชัย¹, สุทธิกานต์ แสงเฮ้อ¹, สุภารัตน์ หมายสุขเกษม¹, วีระชาติ แก้วอนันต์^{1*}, อภิญญา มารศรี¹
Nataporn Bannawachai¹, Suthikan Saengher¹, Suparat Maisukksem¹, Weerachat Kaewanan¹, Apinya Marasri¹
วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดพิษณุโลก คณะสาธารณสุขศาสตร์และสหเวชศาสตร์ สถาบันพระบรมราชชนก^{1*}
Sirindhorn College of Public Health, Phitsanulok Province, Faculty of Public Health and Allied Health Sciences,
Praboromarajchanok Institute^{1*}

(Received: 8 January 2026 ; Revised: 9 February 2026; Accepted: 3 April 2026)

บทคัดย่อ

การศึกษาวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบผสมผสาน (Mixed Method) มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดของนักศึกษาหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาทันตสาธารณสุข ชั้นปีที่ 4 ในรายวิชาทันตกรรมคลินิกผสมผสาน 2 วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดพิษณุโลก การศึกษาวิจัยเชิงปริมาณศึกษาในกลุ่มประชากรทั้งหมดจำนวน 41 คน เก็บรวบรวมข้อมูลด้วยแบบสอบถามที่ผ่านการตรวจสอบความตรงโดยผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 ท่าน และทดสอบค่า Cronbach's Alpha มีค่าสัมประสิทธิ์ความเชื่อมั่นที่ 0.725 - 0.935 วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติเชิงพรรณนา และใช้สถิติ Multiple Regression Analysis ในการวิเคราะห์ปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดของนักศึกษา สำหรับการศึกษวิจัยเชิงคุณภาพ ศึกษาในอาสาสมัครจำนวน 10 คน เก็บรวบรวมข้อมูลด้วยแบบสัมภาษณ์กึ่งมีโครงสร้าง โดยการสัมภาษณ์เชิงลึกในประเด็นปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดของนักศึกษา โดยเน้นที่ปัจจัยซึ่งพบในการศึกษาเชิงปริมาณว่าส่งผลต่อความเครียดของนักศึกษาอย่างมีนัยสำคัญ และวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพด้วยการวิเคราะห์เชิงเนื้อหา (Content Analysis)

ผลการวิจัยปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดของนักศึกษา พบว่านักศึกษาส่วนใหญ่มีความเครียดระดับสูง ร้อยละ 51.22 รองลงมาคือระดับปานกลาง และระดับรุนแรง เท่ากันที่ร้อยละ 24.39 โดยปัจจัยด้านสภาพแวดล้อมและปัจจัยด้านภาระหน้าที่รับผิดชอบของนักศึกษาส่งผลต่อความเครียดของนักศึกษาอย่างมีนัยสำคัญ ตัวแปรทั้งสองสามารถทำนายได้ถูกต้องร้อยละ 37.00 จากการสัมภาษณ์เชิงลึก พบว่ายูนิททางทันตกรรม เครื่องมือทันตกรรม อุปกรณ์ทำความสะอาด งานทางทันตกรรม งานที่ได้รับมอบหมาย และทักษะการปฏิบัติคลินิกเป็นปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดของนักศึกษา

คำสำคัญ: นักศึกษา, ความเครียด, ปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียด

*ผู้ให้การติดต่อ (Corresponding e-mail: weerachat@scphpl.ac.th, วีระชาติ แก้วอนันต์)

Abstract

This research is a mixed methods design, aimed at studying Factors Affecting Stress in the 4th Year Students of Bachelor of Public Health Program in Dental Public Health studying Clinical Dentistry 2 at Sirindhorn College of Public Health Phitsanulok. The quantitative study included population of 41 people. Data were collected by questionnaire. Validity was checked by 3 experts. Reliability values were between 0.725 and 0.935. Factors affecting stress were analyzed with descriptive, and Multiple Regression Analysis. The qualitative study included samples of 10 people. Data were collected with the semi-structured interview questionnaire. In-depth interviews were used on factors affecting stress among the students, focusing on the issues of responsibility and environmental factors. The qualitative data were analyzed with Content Analysis.

The results were that most of the students had a high stress level (51.22%), severe level and moderate level (24.39%). The factors of environment and responsibility significantly affect student stress. Both variables were able to correctly predict stress of student = 37 percent. From the in-depth interviews, Dental Unit, Dental Instruments, Cleaning Equipment, Lecturer, Dental Work, Assignments and Clinical Practice Skills were found to be factors affecting stress of the students.

Keywords: students, stress, factors affecting stress

บทนำ

ความเครียดเป็นภาวะที่ไม่สมดุลของจิตใจที่เกิดขึ้นจากการเผชิญกับสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดความกดดันในชีวิต ซึ่งความเครียดสามารถนำไปสู่ภาวะซึมเศร้า ภาวะวิตกกังวล และการใช้สารเสพติดได้ ความเครียด สามารถพบเจอได้ในชีวิตประจำวันของคนทุกเพศ ทุกวัย อาจจะเป็นผู้ที่กำลังศึกษาอยู่ หรือผู้ที่ทำงานแล้วก็ได้ ความเครียดนั้นเกิดได้ ปัจจัยที่ทำให้เกิดความเครียดมีหลายปัจจัยไม่ว่าจะเป็นปัจจัยภายในตัวบุคคล หรือปัจจัยจากสิ่งแวดล้อม ซึ่งจะมีมากหรือน้อยนั้นแตกต่างกันออกไป ในปัจจุบันจะพบว่าปัญหาด้านความเครียดมีมากขึ้น และมีแนวโน้มว่าจะมากขึ้นเรื่อย ๆ เช่น ความผิดหวังในการเรียน มีความคาดหวังที่สูง ความกดดันภายในตนเอง และจากคนรอบข้าง เป็นต้น (กรมสุขภาพจิต, 2565)

จากการสำรวจสุขภาพจิตของโครงการยูริพอร์ตของประเทศไทยช่วงเดือนกันยายน พ.ศ. 2561 พบว่า สำหรับกลุ่มเยาวชนอายุ 15 – 24 ปี การเรียนและการสอนเป็นเรื่องที่สร้างความกดดันทำให้รู้สึกเครียด หรือกังวลมากที่สุด โดยร้อยละ 50.00 รู้สึกหดหู่ เศร้า สิ้นหวัง ท้อแท้ และ 1 ใน 4 เคยคิดทำร้ายตัวเอง หรือฆ่าตัวตาย (ยูริพอร์ตประเทศไทย, 2561) จากรายงานสถิติการให้บริการปรึกษาปัญหาสุขภาพจิตทางโทรศัพท์ สายด่วนสุขภาพจิต 1323 ในช่วง 6 เดือนแรกของ ปี 2562 พบว่า มีการให้บริการปรึกษาปัญหาสุขภาพจิต 40,635 ครั้ง โดยปัญหาด้านสุขภาพจิตที่พบมากที่สุดคือปัญหาความเครียดหรือวิตกกังวล คิดเป็นร้อยละ 44.70 (กรมสุขภาพจิต, 2562) ในส่วนข้อมูลของคลินิกจิตเวชเด็กและวัยรุ่น โรงพยาบาลสวนปรุง พบว่า ในเขตสุขภาพที่ 1 ซึ่งครอบคลุมพื้นที่ 8 จังหวัดภาคเหนือระหว่างปี 2565 – 2567 มีเด็กและเยาวชนช่วงอายุระหว่าง 6 – 18 ปี เข้ารับการรักษาโรคจิตเวชเด็ก ภาวะซึมเศร้า สมาธิสั้น ไบโพลาร์ ออทิสติก และปัญหาพฤติกรรมทางอารมณ์ รวม 7,335 คน โรคที่พบมากที่สุด ได้แก่ โรคซึมเศร้า รองลงมา คือ โรคสมาธิสั้น และโรควิตกกังวล (กิตต์กวี โพธิ์โน, 2024)

จากสถานการณ์ความเครียดในการฝึกปฏิบัติงานทันตกรรมคลินิกผสมผสาน 2 ของนักศึกษาหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาทันตสาธารณสุขชั้นปี 4 ทั้ง 4 แห่ง ได้แก่ วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดชลบุรี อุบลราชธานี พิษณุโลก และตรัง ผลการวิจัยพบว่า วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธรจังหวัดพิษณุโลก นักศึกษาส่วนใหญ่มีความเครียดอยู่ในระดับรุนแรง ร้อยละ 65.51 รองลงมาคือระดับสูง ร้อยละ 18.97 และระดับปานกลาง ร้อยละ 15.52 ตามลำดับ ส่วนวิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดอุบลราชธานี พบว่านักศึกษาส่วนใหญ่มีความเครียดอยู่ในระดับรุนแรง ร้อยละ 56.45 รองลงมาคือระดับสูง ร้อยละ 35.48 และระดับปานกลาง ร้อยละ 8.07 ตามลำดับ วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดชลบุรี พบว่านักศึกษาส่วนใหญ่มีความเครียดอยู่ในระดับรุนแรง ร้อยละ 50.00 รองลงมาคือระดับสูง ร้อยละ 35.00 และระดับปานกลาง ร้อยละ 15.00 ตามลำดับ และ วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดตรัง พบว่านักศึกษาส่วนใหญ่มีความเครียดอยู่ในระดับสูง ร้อยละ 50.00 รองลงมาคือระดับปานกลาง ร้อยละ 27.78 และระดับรุนแรง ร้อยละ 22.22 ตามลำดับ เมื่อเปรียบเทียบระดับความเครียดทั้ง 4 วิทยาลัย พบว่าวิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดพิษณุโลก มีความเครียดระดับรุนแรงมากที่สุด รองลงมาคือ อุบลราชธานี ชลบุรี และ ตรัง ตามลำดับ (พฤษพร เกียรติ์ เกริกไกร และคณะ, 2563)

โดยปัจจัยด้านทัศนคติคลินิกเป็นส่วนของการปฏิบัติงานมีความสัมพันธ์กับความเครียดของนักศึกษา โดยเฉพาะในเรื่องของความผิดพลาดในการปฏิบัติงานทัศนคติคลินิก ส่งผลให้เกิดความเสียหายต่อผู้ป่วย พบว่าทำให้นักศึกษารู้สึกเครียดอยู่ในระดับมาก (พฤษพร เกียรติเกริกไกร และคณะ, 2563) ความเครียดจากการเรียนสามารถส่งผลกระทบต่อผลการเรียนได้ทั้งในเชิงบวกและลบ ความเครียดแบบเฉียบพลันสามารถเป็นแรงกระตุ้นให้ผลการเรียนดีขึ้นภายใต้ความกดดัน ในขณะที่ความเครียดแบบเรื้อรังจะบั่นทอนสุขภาพและผลการเรียน ปัจจัยอื่นๆ เช่น การบริหารเวลาและการใช้กลยุทธ์การรับมือแบบปรับตัว มีบทบาทสำคัญในการลดผลกระทบของความเครียด ผลกระทบของความเครียดจากการเรียนส่งผลต่อสุขภาพกายและสุขภาพจิต นักเรียนรายงานผลทางสรีรวิทยาต่างๆจากความเครียด รวมถึงความผิดปกติของการนอนหลับ ความเหนื่อยล้า และความวิตกกังวลที่เพิ่มขึ้น (Pérez-Jorge, D. et al., 2025)

หลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิตสาขาวิชาทันตสาธารณสุข วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดพิษณุโลก เป็นหลักสูตรที่จัดการเรียนการสอนเพื่อผลิตทันตบุคลากร นักศึกษาชั้นปีที่ 3 และ 4 ต้องฝึกปฏิบัติงานทางทันตกรรมคลินิกผสมผสาน 1 และผสมผสาน 2 กล่าวคือเป็นการฝึกให้การรักษาทางทันตกรรมกับผู้ป่วยจริง ภายใต้การควบคุมฝึกฝนจากอาจารย์ให้ได้มาตรฐานการรักษา ปริมาณงาน และคุณภาพภายในเวลาที่กำหนด ซึ่งนักศึกษาชั้นปีที่ 4 จะต้องฝึกปฏิบัติในงานทางทันตกรรมคลินิกผสมผสาน 2 ที่ยุ่งยากซับซ้อนกว่าการฝึกปฏิบัติงานทางทันตกรรมคลินิกผสมผสาน 1 ของชั้นปีที่ 3 โดยมีปริมาณงานที่มากกว่า และใช้องค์ความรู้ทั้งด้านศาสตร์ และศิลป์ รวมถึงความรับผิดชอบในการเป็นนักศึกษาชั้นปีที่อาวุโสที่สุด เพื่อเตรียมตัวสู่การเป็นทันตบุคลากร (พฤษพร เกียรติเกริกไกร และคณะ, 2563)

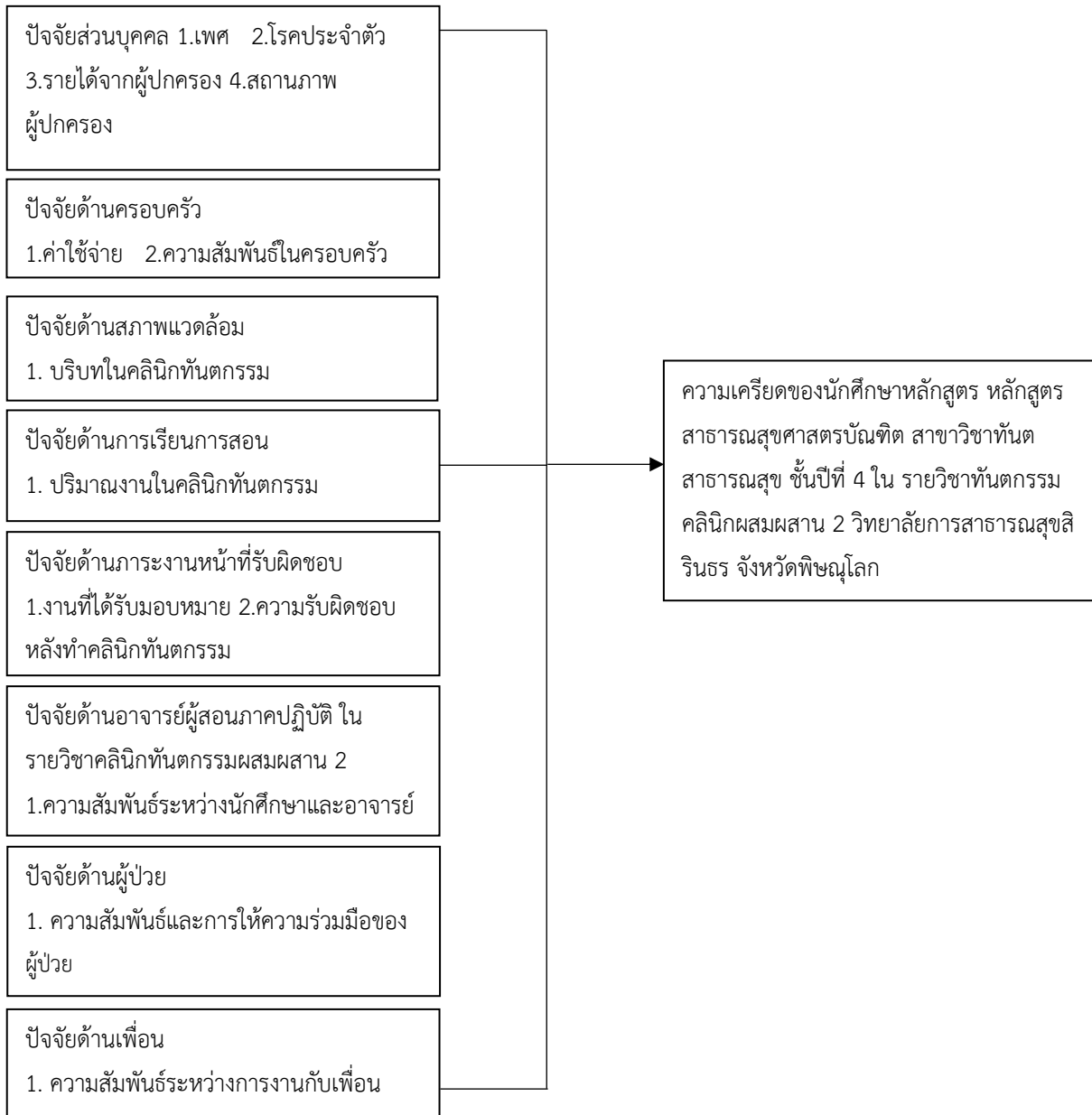
จากเหตุผลและปัญหาเกี่ยวกับความเครียดของนักศึกษาที่กล่าวมาข้างต้น ผู้วิจัยจึงสนใจการศึกษาเกี่ยวกับปัจจัยที่ทำให้เกิดความเครียดของนักศึกษาหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาทันตสาธารณสุข ชั้นปีที่ 4 ในการฝึกปฏิบัติของรายวิชาคลินิกทันตกรรมผสมผสาน 2 วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดพิษณุโลก ปี 2567 เพื่อเป็นแนวทางในการวางแผนให้แก่หน่วยงานนำไปพัฒนางานด้านการจัดการความเครียดในการปฏิบัติงานทันตกรรมคลินิกของนักศึกษาหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาทันตสาธารณสุข อีกทั้งข้อมูลที่ได้ยังใช้เป็นแนวทางในการจัดการความเครียดของตัวนักศึกษาเองให้อยู่ในระดับที่เหมาะสม เพื่อเป็นแรงผลักดันในการทำงานด้านการส่งเสริมสุขภาพช่องปากให้กับผู้ป่วยได้มีประสิทธิภาพมากขึ้นต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

เพื่อศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดของนักศึกษาหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาทันตสาธารณสุข ชั้นปีที่ 4 ในรายวิชาทันตกรรมคลินิกผสมผสาน 2 วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดพิษณุโลก ปีการศึกษา 2567

กรอบแนวคิดการวิจัย

เชิงปริมาณ



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย

เชิงคุณภาพ

ศึกษาเชิงลึกปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดของนักศึกษาหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาทันตสาธารณสุข ชั้นปีที่ 4 ในรายวิชาทันตกรรมคลินิกผสมผสาน 2 วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดพิษณุโลก โดยเฉพาะอย่างยิ่งปัจจัยที่พบในการศึกษาเชิงปริมาณว่าส่งผลต่อความเครียดของนักศึกษาอย่างมีนัยสำคัญ

ระเบียบวิธีวิจัย

การศึกษาวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยผสมผสาน (Mixed Method) แบบขั้นตอนเชิงอธิบาย (An Explanatory Sequential Design) ประกอบด้วยการวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) และการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) โดยใช้การวิจัยเชิงปริมาณเพื่อศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดของนักศึกษาหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาทันตสาธารณสุข ชั้นปีที่ 4 ในรายวิชาทันตกรรมคลินิกผสมผสาน 2 วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธรจังหวัดพิษณุโลก และใช้การวิจัยเชิงคุณภาพเพื่อศึกษาเชิงลึกปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดของนักศึกษาหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาทันตสาธารณสุข ชั้นปีที่ 4 ในรายวิชาทันตกรรมคลินิกผสมผสาน 2 วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดพิษณุโลก โดยเฉพาะอย่างยิ่งปัจจัยที่พบในการศึกษาเชิงปริมาณว่าส่งผลต่อความเครียดของนักศึกษาอย่างมีนัยสำคัญ

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

เชิงปริมาณ

ศึกษาในประชากรนักศึกษาหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิตสาขาวิชาทันตสาธารณสุข ชั้นปีที่ 4 วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดพิษณุโลก ทั้งหมดจำนวน 41 คน

เกณฑ์การคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง (Inclusion criteria)

นักศึกษาหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาทันตสาธารณสุข ชั้นปีที่ 4 วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดพิษณุโลกที่ยินยอมเข้าร่วมการวิจัย

เกณฑ์การคัดออกกลุ่มตัวอย่าง (Exclusion criteria)

ผู้เข้าร่วมวิจัยเกิดเหตุสุดวิสัยที่ทำให้ไม่สามารถเข้าร่วมการทดลองต่อไปได้ เช่น เกิดการบาดเจ็บจากอุบัติเหตุ มีอาการเจ็บป่วย เป็นต้น

เชิงคุณภาพ

ศึกษาในประชากรนักศึกษาหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาทันตสาธารณสุข ชั้นปีที่ 4 วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดพิษณุโลก

การคัดเลือกตัวอย่างด้วยวิธีการสุ่มแบบเจาะจง (Purposive sampling)

เกณฑ์การคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง (inclusion criteria)

นักศึกษาหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาทันตสาธารณสุข ชั้นปีที่ 4 วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดพิษณุโลกที่มีความเครียดในระดับสูงขึ้นไป (จากแบบประเมินความเครียด)

เกณฑ์การคัดออกกลุ่มตัวอย่าง (exclusion criteria)

นักศึกษาหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาทันตสาธารณสุข ชั้นปีที่ 4 วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดพิษณุโลกที่มีปัญหาสุขภาพจิตจนต้องรับประทานยาทางจิตเวช

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. แบบวัดความเครียดของนักศึกษา

โดยใช้แบบประเมินความเครียดที่ปรับปรุงมาจากแบบประเมินความเครียดของโรงพยาบาลสวนปรุง กรมสุขภาพจิต (Suanprung Stress Test-20: SPST-20) จำนวน 20 ข้อ

การแปลผลคะแนน เป็นระดับความเครียดจะมีคะแนนอยู่ในช่วง 0-100 คะแนน เพื่อหาระดับความเครียดของนักศึกษา เพื่อคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างเข้าร่วมการวิจัยเชิงคุณภาพต่อไป โดยแบ่งออกได้ ดังนี้

0-23 คะแนน คือ ความเครียดอยู่ในระดับน้อย

24-41 คะแนน คือ ความเครียดอยู่ในระดับปานกลาง

42-61 คะแนน คือ ความเครียดอยู่ในระดับสูง

62 คะแนนขึ้นไป คือ ความเครียดอยู่ในระดับรุนแรง

2. เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดของนักศึกษานักศึกษาหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาทันตสาธารณสุข ชั้นปีที่ 4 วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดพิษณุโลกเป็นแบบสอบถามโดยแบ่งออกเป็น 8 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามปัจจัยส่วนบุคคลประกอบด้วย เพศ โรคประจำตัว รายได้จากผู้ปกครอง สถานภาพของผู้ปกครอง จำนวน 4 ข้อ

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามปัจจัยด้านครอบครัวประกอบด้วย ค่าใช้จ่าย และความสัมพันธ์ในครอบครัว จำนวน 6 ข้อ

ส่วนที่ 3 แบบสอบถามปัจจัยด้านสภาพแวดล้อมประกอบด้วยบริบทในคลินิกทันตกรรม จำนวน 6 ข้อ

ส่วนที่ 4 แบบสอบถามปัจจัยด้านการเรียนการสอนประกอบด้วย ปริมาณงานในคลินิกทันตกรรม จำนวน 6 ข้อ

ส่วนที่ 5 แบบสอบถามปัจจัยด้านภาระหน้าที่รับผิดชอบประกอบด้วย งานที่ได้รับมอบหมาย และความรับผิดชอบหลังทำคลินิกทันตกรรม จำนวน 6 ข้อ

ส่วนที่ 6 แบบสอบถามปัจจัยด้านอาจารย์ผู้สอนภาคปฏิบัติในรายวิชาคลินิกทันตกรรมผสมผสาน 2 ประกอบด้วย ความสัมพันธ์ระหว่างนักศึกษาและอาจารย์ จำนวน 6 ข้อ

ส่วนที่ 7 แบบสอบถามปัจจัยด้านเพื่อนประกอบด้วย ความสัมพันธ์ระหว่างการทำงานกับเพื่อน จำนวน 6 ข้อ

ส่วนที่ 8 แบบสอบถามปัจจัยด้านผู้ป่วยประกอบด้วย ความสัมพันธ์และการให้ความร่วมมือของผู้ป่วย จำนวน 6 ข้อ

โดยเกณฑ์ในการให้คะแนนปัจจัยทั้ง 8 ส่วนประยุกต์ใช้แบบประเมิน 5 ระดับ (Rating Scale) ตามมาตรวัดของลิเคิร์ท (Likert scale) จำนวน 46 ข้อ

เชิงคุณภาพ

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดของนักศึกษานักศึกษาหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาทันตสาธารณสุข ชั้นปีที่ 4 วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธรจังหวัดพิษณุโลก เป็นแบบสัมภาษณ์กึ่งโครงสร้าง โดยแนวคำถามของแบบสัมภาษณ์ได้มาจากการศึกษาแนวคิด ทฤษฎี เอกสารและ

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องแล้วนำมาสร้างแนวคำถามให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของการวิจัย แบ่งโครงสร้างคำถามในการสัมภาษณ์ ดังนี้

ข้อคำถามปลายเปิดในประเด็นที่สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของการวิจัยประกอบด้วย สิ่งที่ทำให้เกิดความเครียด ปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยด้านสภาพแวดล้อม ปัจจัยด้านการเรียนการสอน ปัจจัยด้านภาระงานหน้าที่รับผิดชอบช่วงที่ฝึกปฏิบัติงานคลินิก ปัจจัยด้านอาจารย์ผู้คุม ปัจจัยด้านเพื่อน และปัจจัยด้านผู้ป่วย

การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

เชิงปริมาณ

1. การตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) ของเครื่องมือโดยการนำไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 ท่าน ได้แก่ อาจารย์ทันตแพทย์หมวดคลินิก 1 ท่าน ผู้เชี่ยวชาญด้านความเครียด 1 ท่าน ผู้เชี่ยวชาญด้านระเบียบการวิจัย 1 ท่าน พิจารณาตรวจสอบความตรงของเนื้อหา ความชัดเจน และความครอบคลุมของแบบสอบถาม จากนั้นนำมาคำนวณหาค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับนิยามตัวแปรในแต่ละข้อ (Item-Index of Item-Objective Congruence : IOC) ในการศึกษาครั้งนี้กำหนดเกณฑ์ค่า IOC > 0.67

2. การหาค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือ (Reliability) โดยนำแบบสอบถามที่ผ่านการตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหาจากผู้เชี่ยวชาญแล้วไปนำไปทดลองใช้ (Try out) ในกลุ่มนักศึกษาหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาทันตสาธารณสุข จังหวัดสุพรรณบุรี ชั้นปีที่ 4 จำนวน 30 คน แล้ววิเคราะห์หาความเที่ยงของแบบสอบถามโดยใช้วิธีการหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของ Cronbach (Cronbach's Alpha Coefficients) มีค่าสัมประสิทธิ์ของความเชื่อมั่นของแบบวัดความเครียดด้วยตนเองเท่ากับ 0.935 แบบสอบถามปัจจัยด้านครอบครัวเท่ากับ 0.719 แบบสอบถามปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมเท่ากับ 0.838 แบบสอบถามปัจจัยด้านภาระหน้าที่ รับผิดชอบเท่ากับ 0.831 แบบสอบถามปัจจัยด้านอาจารย์ผู้สอนในรายวิชาทันตกรรมคลินิกผสมผสาน 2 เท่ากับ 0.730 แบบสอบถามปัจจัยด้านผู้ป่วยเท่ากับ 0.725 และแบบสอบถามปัจจัยด้านเพื่อนเท่ากับ 0.80

เชิงคุณภาพ

การตรวจสอบเครื่องมือของแบบสัมภาษณ์ด้วยวิธี 3 เสา Triangulation Method ได้แก่ การตรวจสอบสามเส้าด้านข้อมูล (Data Triangulate) การตรวจสอบสามเส้าด้านผู้วิจัย (Investigation Triangulate) และการทบทวนตรวจสอบโดยผู้เชี่ยวชาญ (Reviews Triangulation)

การเก็บรวบรวมข้อมูล

เชิงปริมาณ

หลังจากดำเนินการขออนุญาตในการทำวิจัยเสร็จสิ้นแล้ว ได้ติดต่อประสานงานกับนักศึกษาหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาทันตสาธารณสุข ชั้นปีที่ 4 เพื่อขอความร่วมมือในและเก็บ แบบสอบถามการวิจัย โดยได้ชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัยและขอความยินยอมในการตอบแบบสอบถาม เมื่อผู้เข้าร่วมวิจัยตอบรับเข้าร่วมการวิจัย นำแบบสอบถามที่ผ่านการตรวจสอบคุณภาพมาให้ให้ผู้เข้าร่วมวิจัยตอบแบบสอบถาม ผู้วิจัยรวบรวมข้อมูล ตรวจสอบความถูกต้องและความครบถ้วนของข้อมูลในแบบสอบถาม แล้วจึงนำข้อมูลที่ได้จากการตอบแบบสอบถามมาวิเคราะห์เบื้องต้นด้วยโปรแกรมสำเร็จรูปต่อไป

เชิงคุณภาพ

สร้างแบบสัมภาษณ์แบบกึ่งโครงสร้างจากการทบทวนวรรณกรรม และผลการศึกษาเชิงปริมาณ หลังจากนั้นจึงคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างที่มีคุณสมบัติตามเกณฑ์ที่ได้ตั้งไว้ ซึ่งแจ้งวัตถุประสงค์ของการวิจัยและขอความยินยอมในการให้ข้อมูลและขออนุญาตบันทึกเสียงสัมภาษณ์ ดำเนินการการสัมภาษณ์ผู้เข้าร่วมวิจัยไม่น้อยกว่า 10 คน โดยเก็บข้อมูลจนกว่าจะได้ข้อมูลอิ่มตัว ตรวจสอบความถูกต้องและความครบถ้วนของข้อมูลในการสัมภาษณ์ก่อนการนำไปวิเคราะห์ข้อมูลต่อไป

การวิเคราะห์ข้อมูล

เชิงปริมาณ

1. วิเคราะห์ปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยด้านสภาพแวดล้อม ปัจจัยด้านการเรียนการสอน ปัจจัยด้านภาระงานหน้าที่รับผิดชอบช่วงที่ฝึกปฏิบัติงานคลินิก ปัจจัยด้านอาจารย์ผู้คุม ปัจจัยด้านเพื่อน ปัจจัยด้านผู้ป่วย และความเครียดของนักศึกษาด้วยสถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ ค่าเฉลี่ย ร้อยละ และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

2. วิเคราะห์ปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดของนักศึกษาด้วยสถิติ Multiple Regression Analysis

เชิงคุณภาพ

วิเคราะห์ข้อมูลเบื้องต้นของปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดของนักศึกษาหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาทันตสาธารณสุขชั้นปีที่ 1 วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดพิษณุโลก ด้วยการวิเคราะห์เชิงเนื้อหา (Content Analysis)

จริยธรรมการวิจัย

ผู้วิจัยได้พิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่างโดยส่งโครงการวิจัยเข้ารับการพิจารณาโดยคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยของวิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดพิษณุโลก และได้รับหนังสืออนุมัติเลขที่ SCPHPL 5/2567 2.3 ในวันที่ 24 เมษายน 2567

ผลการวิจัย

1. ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง นักศึกษาหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาทันตสาธารณสุข ชั้นปีที่ 4 วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดพิษณุโลก ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิงร้อยละ 95.12 ไม่มีโรคประจำตัวร้อยละ 95.12 รองลงมาไม่มีโรคประจำตัว โรคหัวใจและโรคหอบหืด ร้อยละ 2.44 เท่ากัน มีรายได้ที่ได้จาก ผู้ปกครอง ต่อเดือน 3,001-6,000 บาท ร้อยละ 58.54 รองลงมา มีรายได้ที่ได้จากผู้ปกครอง ต่อเดือน 1,000- 3,000 บาท และ 6,001-9,000 บาท ร้อยละ 14.64 มีรายได้ที่ได้จากผู้ปกครองต่อเดือน 9,000 บาท ขึ้นไป ร้อยละ 12.19 ส่วนใหญ่มีบิดา-มารดาสมรส ร้อยละ 90.24 รายละเอียดแสดงดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 จำนวนและร้อยละของข้อมูลทั่วไปของนักศึกษาหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาทันตสาธารณสุข ชั้นปี 4 ในรายวิชาทันตกรรมคลินิกผสมผสาน 2 วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดพิษณุโลก (N=41)

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน	ร้อยละ
เพศ		
หญิง	38	92.68
ชาย	3	7.31
โรคประจำตัว		
โรคหัวใจ	1	2.44
โรคหอบหืด	1	2.44
ไม่มี	39	95.12
รายได้จากผู้ปกครองต่อเดือน		
1,000-3,000	6	14.64
3,001-6,000	24	58.54
6,001-9,000	6	14.64
9,000 ขึ้นไป	5	12.19
สถานภาพของผู้ปกครอง		
สมรส	37	90.24
แยกย้าย	1	2.44
หย่าร้าง	2	4.88
หม้าย	1	2.44

2. ระดับความเครียดตามแบบประเมินและวิเคราะห์ความเครียดด้วยตนเองของนักศึกษาหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาทันตสาธารณสุข ชั้นปีที่ 4 ในรายวิชาทันตกรรมคลินิกผสมผสาน 2 วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดพิษณุโลก ส่วนใหญ่อยู่ในระดับสูง ร้อยละ 51.22 รองลงมาอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 24.39 และอยู่ในระดับรุนแรง ร้อยละ 24.39 รายละเอียดดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2 ตารางแสดงร้อยละของระดับความเครียดตามแบบประเมินและวิเคราะห์ความเครียด ด้วยตนเองของนักศึกษาหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาทันตสาธารณสุข ชั้นปี 4 ในรายวิชาทันตกรรมคลินิกผสมผสาน 2 ในรายวิชาทันตกรรมคลินิกผสมผสาน 2 วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดพิษณุโลก (N = 41)

ระดับความเครียด	จำนวน	ร้อยละ
ความเครียดระดับปานกลาง	10	24.39
ความเครียดระดับสูง	21	51.22

ระดับความเครียด	จำนวน	ร้อยละ
ความเครียดระดับรุนแรง	10	24.39

3. ปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดพบว่า ปัจจัยด้านภาระหน้าที่รับผิดชอบและปัจจัยด้านสภาพแวดล้อม ส่งผลต่อความเครียดของนักศึกษาหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาทันตสาธารณสุข ชั้นปี 4 ใน รายวิชาทันต กรรมคลินิกผสมผสาน 2 วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดพิษณุโลก โดยตัวแปรทั้งสอง สามารถทำนายได้ถูกต้องร้อยละ 37.00 ($R^2 = 0.37$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ เมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์ การถดถอยในรูปคะแนนมาตรฐาน (β) พบว่าปัจจัยด้านภาระหน้าที่รับผิดชอบมีอิทธิพลต่อความเครียดมากที่สุด ($\beta = 0.499$, $p < 0.01$) รองลงมาคือ ปัจจัยด้านสภาพแวดล้อม ($\beta = 0.32$, $p = 0.018$) สามารถเขียน สมการพยากรณ์ความเครียดของนักศึกษาหลักสูตรทันตสาธารณสุขชั้นปีที่ 4 วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดพิษณุโลกได้ 2 รูปแบบดังนี้

1. สมการพยากรณ์ในรูปคะแนนดิบ $Y = -0.121 + 0.623 (X_1) + 0.408 (X_2)$

2. สมการพยากรณ์ในรูปคะแนนมาตรฐาน $Z = 0.499 (Z_1) + 0.32 (Z_2)$

โดยที่ $Y =$ ความเครียดของนักศึกษาหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาทันตสาธารณสุข ชั้นปี 4 ใน รายวิชาทันตกรรมคลินิกผสมผสาน 2 วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดพิษณุโลก

$$X_1 = \text{ปัจจัยด้านภาระหน้าที่รับผิดชอบ}$$

$$X_2 = \text{ปัจจัยด้านสภาพแวดล้อม}$$

ตารางที่ 3 แสดงการวิเคราะห์ถดถอยพหุแบบขั้นตอนระหว่างตัวแปรพยากรณ์และสาเหตุและปัจจัยที่ส่งผลต่อ ความเครียดของนักศึกษาหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาทันตสาธารณสุข ชั้นปี 4 ในรายวิชาทัน ตกรรมคลินิกผสมผสาน 2 วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดพิษณุโลก (N = 41)

ตัวแปรต้น	B	S.E.	β	t	P-value
(Constant)	-0.121	0.614		-0.197	0.845
ด้านภาระหน้าที่รับผิดชอบ	0.623	0.161	0.499	3.874	<0.01
ด้านสภาพแวดล้อม	0.408	0.164	0.32	2.484	0.018

4. จากการศึกษาด้วยวิธีการวิจัยเชิงคุณภาพเพื่อศึกษาข้อมูลเบื้องต้นถึงปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียด ของนักศึกษาหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาทันตสาธารณสุข ชั้นปี 4 ในรายวิชาทันตกรรม คลินิกผสมผสาน 2 วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดพิษณุโลก โดยอาศัยข้อมูลเชิงปริมาณที่ได้ศึกษามา ก่อนหน้านี้มาใช้ในการสัมภาษณ์เชิงลึก (in-Dept interview) แบบกึ่งโครงสร้าง (Semi-Structured) กับ นักศึกษากลุ่มตัวอย่างจำนวน 10 คน ซึ่งจะได้ข้อมูลประเด็นสำคัญดังนี้

4.1 ปัจจัยด้านภาระหน้าที่รับผิดชอบ

ปัจจัยด้านภาระหน้าที่รับผิดชอบที่ส่งผลต่อความเครียดของนักศึกษา ทั้งในเรื่องของงานทางทันตกรรม งานที่ได้รับมอบหมาย และทักษะการปฏิบัติคลินิก ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

4.1.1 งานทางทันตกรรม

งานทางทันตกรรมในคลินิกทันตกรรมงานในแต่ละงานมีความยากง่ายที่แตกต่างกัน เช่น งาน อุดฟัน งานถอนฟัน งานซุดหินน้ำลาย เป็นงานที่สร้างความวิตกกังวลให้กับนักศึกษา จึงส่งผลให้นักศึกษาเกิดความเครียด ตามคำบอกเล่าของผู้ให้ข้อมูลดังนี้

“งานถอนฟันเป็นงานที่เครียดมากๆ เพราะว่ามีกรรณียดยาชา ต้องทำใจก่อนฉีดเป็น 2-3 นาที กว่าจะกล้าฉีดกลัว ถอนฟันแล้วรากหักในตอนที่กำลังโยกจึงมีความกังวลมากที่สุด”

4.1.2 งานที่ได้รับมอบหมาย

งานที่ได้รับมอบหมาย เช่น เวิร์บ - ส่งผู้ป่วยนักเรียนและผู้ป่วยสามเณรทำให้การปฏิบัติงานทางคลินิกช้าลง เวิร์บจ่ายกลางทำงานหนักเกินไป และใบสั่งยาทำให้เสียเงินเป็นจำนวนมากในบางครั้ง จึงส่งผลให้นักศึกษาเกิดความเครียด ตามคำบอกเล่าของผู้ให้ข้อมูลดังนี้

“เวิร์บจ่ายกลางในบางครั้งอาจต้องทำงานหนักเกินไป เพราะต้องเตรียมอุปกรณ์ทำการรักษา ผู้ป่วยให้เพื่อนก่อนทำคลินิก และต้องทำการเช็คเครื่องมือให้เพื่อนหลังทำคลินิก ทำให้เตรียมของไม่ทัน และจำนวนคนที่ได้ทำเวิร์บนี้มีน้อยกว่าหน้าที่ที่ได้รับ”

4.1.3 ทักษะการปฏิบัติคลินิก

นักศึกษายังขาดความรู้ ทักษะ และประสบการณ์ในการรักษาผู้ป่วย ไม่มีความมั่นใจในตนเอง เพราะไม่มีการเตรียมตัว การไต่หาความรู้เพิ่มเติมให้มากพอ จึงส่งผลให้นักศึกษาเกิดความเครียด ตามคำบอกเล่าของผู้ให้ ข้อมูลดังนี้

“มีทักษะไม่เพียงพอ เช่น งานอุด ต้องฝึกอุด ฝึกกรอให้ดีขึ้นกว่าเดิม มั่นใจตลอด แต่เจออาจารย์ที่ค่อนข้างเข้มงวด ทำให้ความมั่นใจลดลง”

4.2 ด้านสภาพแวดล้อม

ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมที่ส่งผลต่อความเครียดของนักศึกษา ทั้งในเรื่องของยูนิตทางทันตกรรม เครื่องมือทันตกรรม อุปกรณ์ทำความสะอาด ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

4.2.1 ยูนิตทางทันตกรรม

ประสบการณ์ที่ต้องเผชิญกับยูนิตทางทันตกรรมชำรุดในระหว่างทำการรักษาผู้ป่วย เสียเวลาย้ายยูนิตใหม่ ทำให้การปฏิบัติงานทางคลินิกช้าลง งานที่ได้ทำการรักษาไม่มีคุณภาพ และผู้ป่วยต้องรอเป็นเวลานาน ทำให้เกิดความกระวนกระวายในการรักษาผู้ป่วย จึงส่งผลให้นักศึกษาเกิดความเครียด ตามคำบอกเล่าของผู้ให้ ข้อมูลดังนี้

“ยูนิตทางทันตกรรมชำรุดขณะทำการรักษาผู้ป่วย จะทำให้กระวนกระวายว่าจะต้องทำอะไรต่อไป เพราะเจอเหตุการณ์ยูนิตทางทันตกรรมชำรุดครั้งแรก ไม่รู้ต้องทำอะไรต่อไปแจ้งอาจารย์ก่อน หรือย้ายยูนิตก่อน และผู้ป่วยต้องมานั่งรออีก”

4.2.2 เครื่องมือทันตกรรม

เครื่องมือทางทันตกรรมที่ใช้ในการรักษาผู้ป่วย มีอุปกรณ์และเครื่องมือบางอย่างไม่เพียงพอ และนักศึกษาทำอุปกรณ์หล่นหายไปในช่วงทำการรักษาผู้ป่วย หรือทำความสะอาดอุปกรณ์หลังทำการรักษาผู้ป่วย ทำให้ต้องเสียค่าใช้จ่ายในการซื้อใหม่จึงส่งผลให้นักศึกษาเกิดความเครียด ตามคำบอกเล่าของผู้ให้ข้อมูล ดังนี้

“ในตอนที่กำลังเตรียมอุปกรณ์และเครื่องมือในการรักษาผู้ป่วย มีอุปกรณ์และเครื่องมือบางอย่างไม่เพียงพอ เช่น แก้วน้ำ ชุดตรวจ จึงทำให้ไม่สามารถรักษาผู้ป่วยตามเวลาได้ เพราะต้องรอแก้วน้ำและชุดตรวจที่กำลังสเตรอไรด์”

4.2.3 อุปกรณ์ทำความสะอาดเครื่องมือทันตกรรม

อุปกรณ์ทำความสะอาดเครื่องมือทันตกรรมที่ใช้ในการรักษาผู้ป่วย เครื่องสเปรย์หัวกรอไม่เพียงพอ และใช้น้ำเปล่าแช่แทนน้ำยาฆ่าเชื้อโรคเทอโบแวกซ์เมื่อน้ำยาหมด จึงดูไม่สะอาด ส่งผลให้นักศึกษาเกิดความเครียด ตามคำบอกเล่าของผู้ให้ข้อมูล ดังนี้

“เวลาทำหัตถการที่มีเลือดออกจำนวนมาก เช่น ถอนฟัน ชุดหินปูน ต้องนำเครื่องมือไปฆ่าเชื้อโรคด้วยการแช่น้ำยาเทอโบแวกซ์ และเมื่อน้ำยาหมดต้องแช่ด้วยน้ำเปล่า ทำให้ดูไม่สะอาด”

อภิปรายผล

จากผลการวิเคราะห์ปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดของนักศึกษาหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาทันตสาธารณสุขชั้นปีที่ 4 ในรายวิชาทันตกรรมคลินิกผสมผสาน 2 วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดพิษณุโลก พบว่าปัจจัยด้านสภาพแวดล้อม และปัจจัยด้านภาระหน้าที่รับผิดชอบส่งผลต่อความเครียดของนักศึกษาหลักสูตรสาธารณสุข ศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาทันตสาธารณสุขชั้นปีที่ 4 วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดพิษณุโลก ส่วนตัวแปร เพศ โรคประจำตัว รายได้ต่อเดือนจากผู้ปกครอง สถานภาพผู้ปกครอง ปัจจัยด้านครอบครัว ปัจจัยด้านการเรียนการสอน ปัจจัยด้านอาจารย์ผู้สอนภาคปฏิบัติในรายวิชาคลินิกทันตกรรมผสมผสาน 2 ปัจจัยด้านเพื่อน และปัจจัยด้านผู้ป่วยไม่ส่งผลต่อความเครียดของนักศึกษา โดยนำเสนอการอภิปรายผล ตามลำดับ ดังนี้

1. ปัจจัยด้านสภาพแวดล้อม พบว่าเป็นปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดของนักศึกษาหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาทันตสาธารณสุขชั้นปีที่ 4 วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดพิษณุโลก จากการสัมภาษณ์เชิงลึกพบว่ายูนิตทางทันตกรรมชำรุดในช่วงทำการรักษาผู้ป่วย เสียเวลาย้ายยูนิตใหม่ ทำให้การปฏิบัติงานทางคลินิกช้าลง เครื่องมือทางทันตกรรมที่ใช้ในการรักษาผู้ป่วย มีอุปกรณ์และเครื่องมือบางอย่างไม่เพียงพอ ทำเครื่องมืออุปกรณ์หล่นหายขณะปฏิบัติงาน อุปกรณ์ทำความสะอาดเครื่องมือทันตกรรมที่ใช้ในการรักษาผู้ป่วย เครื่องสเปรย์หัวกรอไม่เพียงพอ และใช้น้ำเปล่าแช่แทนน้ำยาฆ่าเชื้อโรคเทอโบแวกซ์ เมื่อน้ำยาหมดจึงดูไม่สะอาดทำให้นักศึกษาเกิดความเครียดเพิ่มขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ ภัทรา ทวีผล และคณะ (2564) ที่พบว่าสภาพแวดล้อมในการฝึกปฏิบัติงาน จะเป็นที่ยูนิตทันตกรรมที่พร้อมใช้งานไม่เพียงพอ เนื่องจากฟังและเสียงดัง ทำให้รบกวนสมาธิ ระบบการถ่ายเทอากาศ ความร้อนในคลินิกทันตกรรม และความไม่เพียงพอของพัดลมในคลินิกทันตกรรมอีกด้วยที่มีผลต่อความเครียด และสอดคล้องกับ Sikka, et

al. (2021) ที่รายงานว่าการขาดโครงสร้างพื้นฐานที่เพียงพอ และการส่งวิทยานิพนธ์ถูกระบุว่าเป็นปัจจัยที่สร้างความเครียดมากที่สุดในการทำงานด้านทันตกรรม

2. ปัจจัยด้านภาระหน้าที่รับผิดชอบ พบว่าเป็นปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดของนักศึกษาหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาทันตสาธารณสุขชั้นปีที่ 4 วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดพิษณุโลก จากการสัมภาษณ์เชิงลึกพบว่า นักศึกษายังขาดความรู้ ทักษะ และประสบการณ์ในการปฏิบัติงาน ไม่มีความมั่นใจในตนเอง งานทางทันตกรรมในคลินิกทันตกรรมงานในแต่ละงานมีความยากง่ายที่แตกต่างกัน เช่น งานอุดฟัน งานถอนฟัน งานขูดหินน้ำลายเป็นงานที่สร้างความวิตกกังวลให้กับนักศึกษา งานที่ได้รับมอบหมาย เช่น เวิร์บ-ส่งผู้ป่วยนักเรียนและผู้ป่วยสามเณรทำให้การปฏิบัติงานทางคลินิกช้าลง เวิร์บจ่ายกลางทำงานหนักเกินไปทำให้ไม่สามารถจัดการงานที่ได้รับมอบหมายให้เสร็จทันเวลาได้ และใบสั่งยาทำให้เสียเงินเป็นจำนวนมาก ปัจจัยเหล่านี้ทำให้ความเครียดนักศึกษาเพิ่มขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของภัทรา ทวีผล และ คณะ (2564) ที่พบว่า นักศึกษาไม่มีทักษะในการปฏิบัติงานทางคลินิกทางทันตกรรม จึงทำให้ไม่สามารถเก็บปริมาณงานที่ได้รับมอบหมายได้ และนักศึกษาบางคนเป็นคนคอยจัดเตรียมเครื่องมือและวัสดุทางทันตกรรมและการเป็นผู้รับผิดชอบรายวิชาคลินิกผสมผสาน 1 งานกลุ่ม ซึ่งหัวหน้ากลุ่มจะต้องรับผิดชอบมากที่สุด ต้องติดต่ออาจารย์ เช็กของ เบิกของ ติดต่อโรงเรียน ติดต่อคนไข้ และมีวิชาอื่นที่ต้องรับผิดชอบงานด้วย เช่น โครงการ สัมมนา และวิจัย และสอดคล้องกับ Samadani and Aldharrab (2013) และ Wahid, et al. (2023) ที่พบว่าความเครียดของนักศึกษาทันตแพทย์มาจากระยะเวลาในการเรียนที่สั้น ในขณะที่ภาระงานที่ได้รับมอบหมายมีมากเกินไป ทำให้ไม่มีเวลาสำหรับใช้ชีวิตส่วนตัว นอกเหนือจากภาระงานที่มากแล้ว ความยากลำบากในการเรียนรู้การปฏิบัติทางคลินิกยังส่งผลต่อความเครียดอีกด้วย (Astill et al., 2016; Elani et al., 2013)

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

จากผลการศึกษาครั้งนี้พบว่ามึนักศึกษาที่มีความเครียดอยู่ในระดับรุนแรงและระดับสูงอยู่เป็นจำนวนมาก (ร้อยละ 75.61) จากการเรียนในรายวิชาทันตกรรมคลินิกผสมผสาน 2 จัดได้ว่าเป็นปัญหาสุขภาพจิตที่ควรจะได้รับการแก้ไขโดยเร่งด่วน ดังนั้นผู้ที่เกี่ยวข้องควรจะให้ความสำคัญโดยการใช้มาตรการในเชิงป้องกันเพื่อลดความเครียดให้กับนักศึกษา เช่นการให้คำแนะนำในการปรับตัวให้เข้ากับการเรียน การเสริมสร้างทักษะการจัดการความเครียดให้กับนักศึกษา การคัดกรองความเครียดเพื่อให้ความช่วยเหลือนักศึกษาเฉพาะราย โดยเฉพาะในรายที่มีความเครียดรุนแรง รวมถึงการปรับกระบวนการจัดการเรียนการสอนในรายวิชาเพื่อให้ นักศึกษารู้สึกผ่อนคลายมากขึ้น

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. การวิจัยในครั้งนี้เป็นการวิจัยในกลุ่มประชากรคือนักศึกษาหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาทันตสาธารณสุขชั้นปีที่ 4 วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดพิษณุโลก จำนวน 41 คน ซึ่งถือว่าเป็นจำนวนค่อนข้างน้อย การวิเคราะห์ด้วยสถิติ Multiple regression จึงมีข้อจำกัดในการนำผลการศึกษาไปใช้

งาน ดังนั้นจึงควรมีการศึกษาวิจัยเพิ่มเติมโดยการเพิ่มจำนวนกลุ่มตัวอย่างให้มากขึ้นจาก นักศึกษาหลักสูตร สาธารณสุขศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาทันตสาธารณสุขชั้นปีที่ 4 ที่เรียนรายวิชาทันตกรรมคลินิกผสมผสาน 2 ใน วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธรแห่งอื่นๆ แล้วนำมาวิเคราะห์อีกครั้งหนึ่ง ซึ่งจะทำให้ผลการศึกษามีความครอบคลุม และถูกต้องมากขึ้น ทำให้สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในการแก้ไขปัญหาได้อย่างกว้างขวางมากขึ้น

2. ทำการศึกษาในเชิงทดลองโดยมีวัตถุประสงค์เพื่อที่จะลดระดับความเครียดในนักศึกษาหลักสูตร สาธารณสุขศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาทันตสาธารณสุข ชั้นปี 4 ในรายวิชาทันตกรรมคลินิกผสมผสาน 2 เช่นการ ปรับสภาพแวดล้อมในการทำงาน หรือการปรับภาระหน้าที่ของนักศึกษาให้เหมาะสมกับเวลาในการเรียน

รายการอ้างอิง

- กรมสุขภาพจิต. (2564). *ความหมายของความเครียด. เช็กบิลความเครียด*. กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. <https://dmh.go.th/news/view.asp?id=2301>
- กิตต์กวี โพธิ์โน. (2567, 10 มีนาคม). *ปัญหาสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นพุ่ง! เสี่ยงซึมเศร้า 10.86% ด้าน รพ.สวนปทุมขยายบริการ. Hfocus เจาะลึกระบบสุขภาพ*. <https://www.hfocus.org/content/2024/03/29956>
- ชมพูนุช พัวเพิ่มพูลศิริ, และวุฒิฉาน ห้วยทราย. (2565). *ความเครียดของนักศึกษาหลักสูตร สาธารณสุขศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาทันตสาธารณสุขวิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดอุบลราชธานี. วารสารสาธารณสุขและสุขภาพศึกษา, 2(2), 24-39*. <https://he02.tci-thaijo.org/index.php/tjphe/article/view/258492/176497>
- ณัฐพิชชา คุณสันติพงษ์ และคณะ.(2563). *การศึกษาปัจจัยที่ทำให้เกิดความเครียดในนักศึกษาระดับปริญญาตรีสาขาการแพทย์แผนไทยประยุกต์ มหาวิทยาลัยในเขตภาคตะวันออกเฉียง.วารสารสาธารณสุขและวิทยาศาสตร์สุขภาพ, 3(3), 52-63*. <https://he02.tci-thaijo.org/index.php/tjph/article/view/223118/168533>
- พฤษพร เกียรติเกริกไกร และคณะ. (2563). *ปัจจัยคัดสรรที่สัมพันธ์กับความเครียดของนักศึกษาหลักสูตร สาธารณสุขศาสตรบัณฑิตสาขาวิชาทันตสาธารณสุขชั้นปีที่4 วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร. วารสารวิจัยทางวิทยาศาสตร์สุขภาพ, 14(3), 1-12*. <https://he01.tci-thaijo.org/index.php/JHR/article/view/241305/167257>
- ภัทรา ทวีผล และคณะ. (2564). *การศึกษาภาวะความเครียดของนักศึกษาหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาทันตสาธารณสุข ชั้นปีที่ 3 ตามประสบการณ์ความเครียดที่ผ่านการฝึกปฏิบัติงานรายวิชาคลินิกทันตกรรมผสมผสาน 1 วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัด สุพรรณบุรี. วารสารศาสตร์สาธารณสุขและนวัตกรรม, 2(2), 1-13*. <https://he01.tci-thaijo.org/index.php/J-PHIN/article/view/247765/173930>

- วัชรินทร์ จงกลสถิต. (2564). ความเครียดของนักศึกษาทันตแพทยมหาวิทาลัยเอกชนแห่งหนึ่ง. *วารสารสุทธิปริทัศน์*, 35(4), 104-124.
<https://so05.tcithaijo.org/index.php/DPUsthiparthatJournal/article/view/254632/172720>
- วีไลพร ขำวงษ์ และคณะ. (2559). ความสัมพันธ์ระหว่างระดับความเครียดกับสาเหตุของความเครียด และการจัดการความเครียดของนักศึกษาพยาบาลในวิทยาลัยพยาบาล สังกัดสถาบันพระบรมราชชนก. *วารสารวิจัยทางวิทยาศาสตร์สุขภาพ*, 10(1), 78-87.
<https://share.google/zYwYmeY8HFvp8Wqoe>
- สิรินิตย์ พรรณหาญ และคณะ. (2561). ปัจจัยที่มีผลต่อความเครียดในการเรียนของนักศึกษาแพทย์ ชั้นปีที่ 4 – 6 คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล. *ฉบับภาษาไทย สาขามนุษยศาสตร์ สังคมศาสตร์ และศิลปะ*, 11(3), 2579-2593.
<https://he02.tci-thaijo.org/index.php/Veridian-E-Journal/article/view/161269/116271>
- สิริทรัพย์ สีหะวงษ์ และคณะ. (2561). ปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดของนักศึกษาคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยอุบลราชธานี. *วารสาร มฉก.วิชาการ*, 21(42), 93-106.
http://110.164.147.155/kmhealth_new/Document/psychiatry/adult/P1.2.13.pdf
- อัจฉรา ยศปัญญา และคณะ. (2564). ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความเครียดของนักศึกษาคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเอกชนแห่งหนึ่ง ในเขตกรุงเทพมหานคร. ใน พัชรศักดิ์ อาลัย (บ.ก.), *การวิจัยสร้างคุณภาพชีวิตเพื่อรองรับ New Normal Life Balance in the New Normal. การประชุมวิชาการระดับนานาชาติ ครั้งที่ 13 มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม*. (น. 1123-1131). สถาบันวิจัยและพัฒนา มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม.
- อภิญา ยูทธชววิทย์และเทพไทย โชติชัย. (2564). ความวิตกกังวลต่อการเรียนวิชาคลินิกผสมผสาน 1 ของนักศึกษาหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาทันตสาธารณสุข วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดขอนแก่น. *วารสารทันตภิบาล*, 31(2), 53-64.
<https://he02.tci-thaijo.org/index.php/TDNJ/article/view/181934/168949>
- Astill, S. et al. (2016). Canadian Dental Students' Perceptions of Stress. *Journal of Dental Research, Dental Clinics, Dental Prospects*. 10(4), 270-279.
<https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC5237676/pdf/joddd-10-270.pdf>
- Elani, H. W., et al. (2013). A Systematic Review of Stress in Dental Students. *Journal of Dental Education*. 78(2), 226-242.
https://www.researchgate.net/publication/260062433_A_Systematic_Review_of_Stress_in_Dental_Students
- Pérez-Jorge, D., Boutaba-Alehyan, M., González-Contreras, A.I. et al. (2025). Examining the effects of academic stress on student well-being in higher education. *Humanities and*

Social Sciences Communications, 12(449), 1-13.

<https://doi.org/10.1057/s41599-025-04698-y>

Samadani, K. A. and Aldharrab, A. (2013). The Perception of Stress among Clinical Dental Students. *World Journal of Dentistry*. 4(1), 24-28.

https://www.researchgate.net/publication/312963726_The_Perception_of_Stress_among_Clinical_Dental_Students

Sikka, N. et al. (2021). Effect of Dental Environment Stressors and Coping Mechanisms on Perceived Stress in Postgraduate Dental Students. *International Journal of Clinical Pediatric Dentistry*. 14(5), 681-688.

<https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC8645630/pdf/ijcpd-14-681.pdf>

Wahid, M. H. et al. (2023). Effect of academic stress, educational environment on academic performance & quality of life of medical & dental students; gauging the understanding of health care professionals on factors affecting stress: A mixed method study. *PLOS ONE*. 18(11), 1-14. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0290839>