ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความเครียดของนักศึกษาภายใต้สถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคโควิด-19

Factors Related to Stress among Students Under the Situation of the Covid-19 Outbreak

ชลธิชา หีดเภา[1], สมเกียรติยศ วรเดช[2], ปุญญพัฒน์ ไชยเมล์[2*]

Chonticha Heetpaow[1], Somkiattiyos Woradet[2], Bhunyabhadh Chaimay[2*]

วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดตรัง[1], สาขาวิชาสาธารณสุขศาสตร์ คณะวิทยาการสุขภาพและการกีฬา มหาวิทยาลัยทักษิณ[2*]

Sirindhorn College of Public Health, Trang Province[1], Department of Public Health, Faculty of Health and Sports Science, Thaksin University[2*]

(*Receive: March 19, 2022; Revised: August 14, 2023; Accepted: August 20, 2023*)

บทคัดย่อ

การวิจัยเชิงพรรณนาภาคตัดขวางครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาระดับความเครียดของนักศึกษา และ 2) ศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความเครียดของนักศึกษา ภายใต้สถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อโคโรนา 2019 กลุ่มตัวอย่าง คือ นักศึกษาที่กำลังศึกษาในสถาบันอุดมศึกษาจังหวัดตรัง ปีการศึกษา 2564 จำนวน 501 คน เก็บข้อมูลด้วยแบบสอบถามผ่านระบบออนไลน์ ประกอบด้วยข้อมูลคุณลักษณะทางประชากร ความเครียด สัมพันธภาพในครอบครัว สัมพันธภาพกับเพื่อน และสภาพแวดล้อมทางการเรียน แบบสอบถามผ่านการตรวจสอบคุณภาพเชิงเนื้อหามีค่าดัชนีความสอดคล้องเชิงเนื้อหาอยู่ระหว่าง 0.67-1.00 และแบบสอบถามด้านความเครียด สัมพันธ์ภาพในครอบครัว สัมพันธภาพกับเพื่อน และสภาพแวดล้อมทางการเรียนมีสัมประสิทธิ์ความเชื่อมั่นของครอนบาชอัลฟาเท่ากับ 1.00, 1.00, 0.97 และ 0.93 ตามลำดับ วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติเชิงพรรณนาและสถิติการถดถอยพหุตัวแปรโลจิสติก นำเสนอด้วยค่า Odds ratio และค่าช่วงเชื่อมั่นที่ร้อยละ 95 ผลการวิจัยพบว่า

1. นักศึกษาประมาณเกือบครึ่งมีระดับความเครียดสูง (ร้อยละ 40.12) โดยมีค่าคะแนนความเครียดเฉลี่ยเท่ากับ 48.08 (*SD*=16.83) คะแนน

2. ปัจจัยด้านสถานศึกษา คือ การศึกษาในมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย วิทยาเขตตรัง (OR_{adj} = 0.31 95%CI: 0.11-0.88) การศึกษาในชั้นปีที่ 1 (OR_{adj} = 0.34 95%CI: 0.15-0.76) อาศัยในภูมิลำเนาอื่นๆ (OR_{adj} = 2.70 95%CI: 1.06-6.87) และการมีรายได้ไม่เพียงพอ (OR_{adj} = 1.94 95%CI: 1.31-2.88) มีความสัมพันธ์กับความเครียดของนักศึกษาในจังหวัดตรังอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ดังนั้น สถาบันการศึกษา ครอบครัว และผู้เกี่ยวข้องควรพิจารณามาตรการจัดการความเครียดของนักศึกษา โดยเฉพาะนักศึกษาจากมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตตรัง นักศึกษาชั้นปีที่ 2 3 และ 4 นักศึกษาที่มีภูมิลำเนาจากภูมิภาคอื่น ๆ และนักศึกษาที่มีรายได้ไม่เพียงพอ

คำสำคัญ: ความเครียด, นักศึกษา, โรคโควิด-19, การแพร่ระบาด

*ผู้ให้การติดต่อ (Corresponding e-mail: bchaimay@tsu.ac.th เบอร์โทรศัพท์ 089-5972929)

Abstract

The purposes of this cross-sectional descriptive research were 1) to investigate the stress level among students and 2) to identify the factors related to stress among students under the situation of the Covid-19 outbreaks. Of these, 501 samples were students who were studying in higher educational institutions in Trang Province, the academic year 2021. The data were collected by using questionnaires thought online system. The questionnaires consisted of demographic characteristics, stress, family relationship, friend relationship and educational environments. The content validity was ranged 0.67-1.00. The Cronbach's alpha confidents of stress, family relationship, friend relationship and educational environments were 1.00, 1.00, 0.97 and 0.93, respectively. The data were analyzed using descriptive statistics and multiple logistic regression analysis. The data were presented using Odds Ratio and 95% confidence interval.

Results found that almost half of the students had stress at a high level (40.12%), followed by low (3.99 percent), moderate (35.73 percent). The average score of stress was 48.08 (*SD*=16.83) score. It found that factors such as; educational institutes – studying Rajamangala University of Technology Srivijaya, Trang Campus (OR_{adj} = 0.31 95%CI: 0.11-0.88); first year studying (OR_{adj} = 0.34 95%CI: 0.15-0.76); residing in other regions (OR_{adj} = 2.70 95%CI: 1.06-6.87); and insufficient income (OR_{adj} = 1.94 95%CI: 1.31-2.88) were significantly related with among students in Trang Province.

Therefore, educational institutions, families and related persons should consider the measures to manage stress among students in 2nd, 3rd and 4th year. Especially, students who were residing in other regions, and had insufficient income. In addition, the schedule of consulting should be arranged in order to be given consultation in part time job, scholarship daily living among student closely.

Keywords: Stress, Students, Covid-19, Outbreaks

บทนำ

ความเครียด (Stress) เป็นภาวะที่บุคคลรู้สึกถูกกดดัน ไม่สบายใจ วุ่นวายใจ และกลัวิตกกังวล เกิดจากการที่บุคคลนั้นรับรู้ หรือประเมินสิ่งที่เข้ามาในประสบการณ์ของตนว่าเป็นสิ่งที่คุกคามจิตใจ ส่งผลให้สภาวะสมดุลของร่างกายและจิตใจเสียไป การใช้กลไกป้องกันตัวเอง การเปลี่ยนแปลงด้านสรีระ พฤติกรรม ความนึกคิดและอารมณ์ ความรู้สึกถูกกดดันหรือความเครียดเหล่านั้นคลายลง และกลับเข้าสู่ภาวะสมดุลอีกครั้งหนึ่ง (Saykaew, Srisiri, & Saiyudthong, 2019) ปัญหาความเครียดของนักศึกษาในการศึกษาระดับอุดมศึกษาซึ่งพบได้หลายสาเหตุ เช่น จากการที่นักศึกษาและผู้ปกครองตั้งความหวังไว้ในผลการเรียนไว้สูง ดังนั้น จึงต้องพยายามตั้งใจเรียนเพื่อรักษาระดับเกรดเฉลี่ยตลอดเวลา อีกทั้งในสถาบันอุดมศึกษามีวิธีการเรียนการสอนที่แตกต่างไปจากในระดับมัธยมศึกษา โดยให้นักศึกษามีความอิสระในการค้นคว้าเรียนรู้ด้วยตนเองและต้องรู้จักพึ่งพาตนเองให้มากที่สุด อาจส่งผลให้นักศึกษาที่ไม่สามารถปรับตัวได้ อาจส่งผลทำให้นักศึกษาเกิดความเครียด (Sangchai, 2010)

สภาพการณ์ที่เปลี่ยนแปลงทำให้การดำเนินชีวิตของคนเราต้องแข่งขันกันมากขึ้น ต้องเผชิญกับเหตุการณ์ต่างๆ รอบตัวแบบไม่คาดคิดไว้ก่อน และหลายคนที่ไม่สามารถแก้ไขหรือปรับตัวได้ จึงเกิดมีอาการเครียด จากสถิติกรม

สุขภาพจิต พบว่า ในปี พ.ศ. 2560 วัยรุ่นไทยกลุ่มอายุ 20 – 24 ปี มีอัตราการฆ่าตัวตาย 4.94 ต่อประชากรแสนคน และเพิ่มขึ้นเป็น 5.33 ต่อ ประชากรแสนคน ในปี พ.ศ. 2561 เมื่อจำแนกตามประเภทของปัญหาที่ส่งผลต่อการคิดฆ่าตัวตาย ได้แก่ ความเครียดหรือวิตกกังวล ความรักและซึมเศร้า ตามลำดับ (Saykaew, Srisiri, & Saiyudthong, 2019)

ในปี พ.ศ. 2563 ซึ่งเป็นปีเริ่มต้นของการระบาดของเชื้อไวรัสโควิด-19 ระลอกแรก กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข ได้สำรวจคัดกรองตรวจความกังวลของประชาชนในช่วงสถานการณ์โควิด พบว่า ประชาชนมีความรู้สึกกังวลมาก และแตกต่างกันไปในแต่ละช่วงเวลา (Department of Mental Health, 2021) สถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (โควิด-19) ในจังหวัดตรัง ระหว่างวันที่ 1 เมษายน 2564 ถึง วันที่ 1 พฤษภาคม 2564 มียอดสะสมกว่า 170 ราย หายป่วยแล้ว 20 ราย ยังรักษาตัวอยู่ที่โรงพยาบาล 150 ราย และไม่มีผู้เสียชีวิต (Trang Provincial Public Health Office, 2021) จากสถานการณ์ดังกล่าว ทำให้ประชาชนในจังหวัดตรัง เกิดภาวะความเครียดใช้ชีวิตประจำวันไม่มีความสุข ส่งผลกระทบต่อร่างกาย และจิตใจ ไม่ว่าจะเป็นวัยทำงานที่ต้องปรับรูปแบบการทำงานเป็นแบบ Work from home และนักเรียน นักศึกษาที่ต้องปรับรูปแบบการเรียนการสอนผ่านระบบออนไลน์ (Trang Provincial Public Health Office, 2021)

จังหวัดตรังมีสถาบันอุดมศึกษาหลายแห่ง ประกอบด้วยสถานศึกษาภาครัฐและภาคเอกชน จำแนกออกมาจึงได้รวมตัวกันเพื่อสร้างเครือข่ายในการทำงาน โดยมี 8 สถาบันอุดมศึกษา และ 2 องค์กรภาคเอกชนในจังหวัดตรัง ภายใต้เครือข่าย TrangUnet ประกอบด้วย มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย วิทยาเขตตรัง มหาวิทยาลัยรามคำแหง สาขาวิทยบริการเฉลิมพระเกียรติ จังหวัดตรัง มหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตตรัง มหาวิทยาลัยราชภัฏภูเก็ต (ห้องเรียนจังหวัดตรัง) วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ตรัง วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดตรัง มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตตรัง มหาวิทยาลัยสวนดุสิตศูนย์การศึกษานอกที่ตั้ง ตรัง หอการค้าจังหวัดตรัง และสภาอุตสาหกรรมจังหวัดตรัง โดยมีมหาวิทยาลัยสวนดุสิต ศูนย์การศึกษานอกที่ตั้ง ตรังเป็นประธานเครือข่ายเพื่อพัฒนาระบบอุดมศึกษาในจังหวัดตรังและจังหวัดฝั่งอันดามัน (TrangUnet Network, 2020)

ด้วยสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 ทำให้สถาบันอุดมศึกษาในจังหวัดตรังต้องปรับรูปแบบการเรียนการสอนผ่านระบบออนไลน์จากเดิมที่เคยศึกษาด้านทฤษฎีในห้องเรียนได้แลกเปลี่ยนเรียนรู้ระหว่างอาจารย์และเพื่อนร่วมชั้นเรียนก็ต้องมาเรียนผ่านระบบออนไลน์ และจากเดิมที่ต้องออกฝึกปฏิบัติในพื้นที่หรือหน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับสาขาวิชาที่เรียน ก็ต้องพักการฝึกปฏิบัติไว้ หรือหาพื้นที่ที่มีความเสี่ยงน้อย เพื่อหาประสบการณ์ จากการทบทวนวรรณกรรม พบว่าในสถานการณ์ปกตินักศึกษาส่วนใหญ่มักจะมีภาวะเครียดเกิดขึ้นซึ่งอาจจะเกิดจากปัจจัยในด้านต่างๆ ยิ่งในขณะนี้มีสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อโคโรนา 2019 โดยเฉพาะกลุ่มนักศึกษาในจังหวัดตรัง การศึกษาครั้งนี้มุ่งเน้นถึงการศึกษาภาวะเครียด ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความเครียด เพื่อเป็นข้อมูลพื้นฐานสำหรับผู้บริหาร คณาจารย์และบุคลากร ในการจัดกิจกรรมหรือกระบวนการจัดการความเครียดของนักศึกษาในอนาคต และใช้เป็นแนวทางในการพัฒนาโปรแกรมการจัดการความเครียดให้แก่นักศึกษาต่อไป

วัตถุประสงค์วิจัย

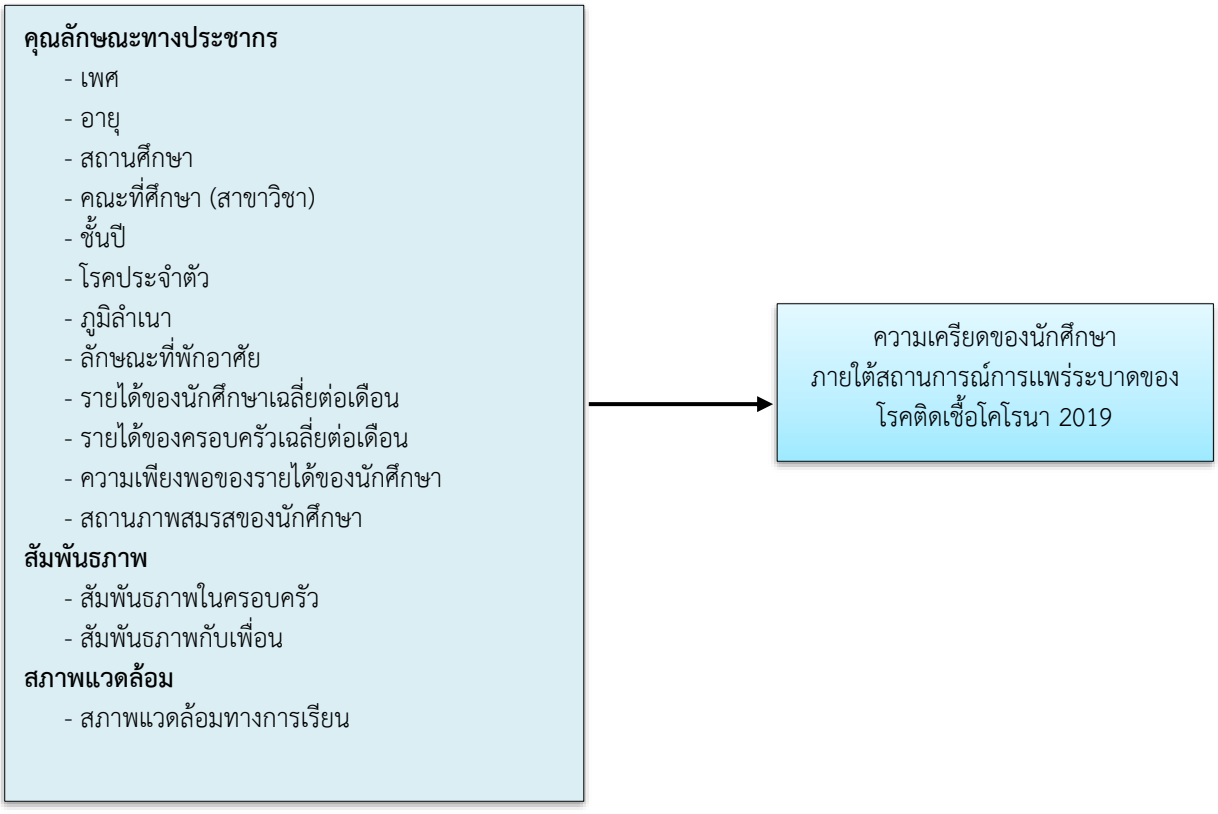
1. เพื่อศึกษาระดับความเครียดของนักศึกษาภายใต้สถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อโคโรนา 2019
2. เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความเครียดของนักศึกษาภายใต้สถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อโคโรนา 2019

สมมติฐานวิจัย

ปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยด้านครอบครัว ปัจจัยด้านการเรียน และปัจจัยด้านสังคม มีความสัมพันธ์กับความเครียดของนักศึกษา ภายใต้สถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อโคโรนา 2019

กรอบแนวคิดการวิจัย

การศึกษาครั้งนี้ใช้กรอบแนวคิดของ ลาซารัส (Lazarus & Folkman, 1984) ที่เชื่อว่าความเครียดเกิดจากกระบวนการรับรู้ หรือการประเมินต่อการมีปฏิสัมพันธ์กันระหว่างบุคคลและสิ่งแวดล้อม อันเป็นผลจากการกระทำร่วมกันของปัจจัยภายในบุคคลและปัจจัยแวดล้อมภายนอกที่มีการเปลี่ยนแปลงตลอดเวลา การศึกษาครั้งนี้ได้ทำการทบทวนวรรณกรรมงานวิจัยที่เกี่ยวข้องและจำแนกตัวแปรต้น คือ 1) ปัจจัยส่วนบุคคล (เพศ อายุ สถานศึกษา คณะที่ศึกษา (สาขาวิชา) ชั้นปี โรคประจำตัว ภูมิลำเนา ลักษณะที่พักอาศัย รายได้ของนักศึกษาเฉลี่ยต่อเดือน รายได้ของครอบครัวเฉลี่ยต่อเดือน ความเพียงพอของรายได้ขอนักศึกษา และสถานภาพสมรสของนักศึกษา) 2) ปัจจัยด้านสัมพันธภาพ ประกอบด้วย สัมพันธภาพในครอบครัว สัมพันธภาพกับเพื่อน และ 3) ปัจจัยสภาพแวดล้อมทางการเรียน ตัวแปรตาม คือ ความเครียดของนักเรียน ภายใต้สถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อโคโรน่า 2019ดังแสดงในภาพ 1



ภาพ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย

ระเบียบวิธีวิจัย

การศึกษาครั้งนี้เป็นการศึกษาพรรณนาแบบภาคตัดขวาง (Cross-sectional Descriptive Study) ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลระหว่างเดือนธันวาคม พ.ศ. 2564 ถึงเดือนมีนาคม พ.ศ. 2565

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร คือ นักศึกษาที่กำลังศึกษาในสถาบันอุดมศึกษา จังหวัดตรัง ประจำปีการศึกษา 2564 จำนวน 5 สถาบัน ทั้งหมดจำนวน 5,191 คน

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ คือ นักศึกษาที่กำลังศึกษาในสถาบันอุดมศึกษา จังหวัดตรัง ประจำปีการศึกษา 2564 จำนวน 5 สถาบัน ได้แก่ วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดตรัง วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ตรัง มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตตรัง มหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตตรัง และมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย วิทยาเขตตรัง รวมจำนวน 501 คน ทำการสุ่มกลุ่มตัวอย่าง โดยใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน (Multi-Stage Sampling) จากทะเบียนรายชื่อนักศึกษาในสถาบันอุดมศึกษงหวัดตรัง ประจำปีการศึกษา 2564 จำนวน 5 แห่ง โดยระบุแค่จำนวน แต่ไม่ระบุตัวตนในการตอบแบบสอบถาม

การคำนวนหาขนาดตัวอย่าง คำนวณโดยใช้สูตรการประมาณการค่าเฉลี่ย โดยทราบประชากร (Chaimay, 2019) ได้ขนาดกลุ่มตัวอย่างไม่น้อยกว่า 298 คน ดังแสดงการคำนวณได้ดังนี้

สูตร $n = \frac{N(\sigma)^2(z)^2_{1-\alpha/2}}{[(d)^2(N-1)]+\left[(\sigma)^2(z)^2_{1-\alpha/2}\right]}$

เมื่อ n หมายถึง ขนาดของกลุ่มตัวอย่าง

N หมายถึง ขนาดของประชากร 5,191 คน

$(z)^2_{1-\alpha/2}$ หมายถึง ค่ามาตรฐานใต้โค้งปกติที่ระดับความเชื่อมั่น 95% ($(z)^2_{1-\alpha/2}$ = 1.96)

σ หมายถึง ค่าความแปรปรวน ที่ได้ทำการทบทวนวรรณกรรมงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง พบว่า ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการจัดการความเครียดของนักศึกษาเท่ากับ 0.453 (Piyayodilokchai, Kamphusiripong, Sawatmuang, & Chandrapas, 2014)

d หมายถึง ค่าความคลาดเคลื่อนสูงสุดที่ยอมรับได้ กำหนดเท่ากับ 0.05

แทนค่า $n = \frac{5{,}191(0.453)^2(1.96)^2}{[(0.05)^2(5{,}191-1)]+[(0.453)^2(1.96)^2]}$

= 298 คน

ดังนั้น ได้ขนาดกลุ่มตัวอย่างไม่น้อยกว่า 298 คน อย่างไรก็ตาม การศึกษาครั้งนี้ทำการเก็บรวบรวมข้อมูลผ่านระบบออนไลน์ (Google form) และใช้เวลาในการเก็บรวบรวมข้อมูล 7 วัน ได้ขนาดตัวอย่าง 501 คน ดังนั้นการศึกษาครั้งนี้จึงทำการวิเคราะห์ด้วยขนาดตัวอย่างจำนวน 501 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

การศึกษาครั้งนี้เก็บรวบรวมข้อมูลจากแบบสอบถามที่ผู้วิจัยได้สร้างขึ้นจากการทบทวนวรรณกรรมและเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง แบ่งออกเป็น 4 ส่วน คือ ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป เป็นแบบสอบถามชนิดเลือกตอบและเติมคำ จำนวน 12 ข้อ ประกอบด้วย เพศ อายุ สถานศึกษา คณะที่ศึกษา (สาขาวิชา) ชั้นปี โรคประจำตัว ภูมิลำเนา ลักษณะที่พักอาศัย รายได้ของนักศึกษาเฉลี่ยต่อเดือน รายได้ของครอบครัวเฉลี่ยต่อเดือน ความเพียงพอของรายได้

ของนักศึกษา และสถานภาพสมรสของนักศึกษา ส่วนที่ 2 ความเครียด เป็นแบบสอบถามความเครียดสวนปรุงชุด 20 ข้อ (Suanprug Test-20, SPST-20) (Mahatnirand, 2002) ส่วนที่ 3 สัมพันธภาพ ประกอบด้วย สัมพันธภาพในครอบครัว จำนวน 10 ข้อ และ สัมพันธภาพกับเพื่อน จำนวน 10 ข้อ และส่วนที่ 4 สภาพแวดล้อมทางการเรียน จำนวน 10 ข้อ ซึ่งแบบสอบถามส่วนที่ 2-5 เป็นแบบสอบถามชนิดประมาณค่า (Rating scale) เลือกตอบ 5 ตัวเลือก (มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย และน้อยที่สุด)

การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

แบบสอบถามที่สร้างขึ้นได้รับการตรวจสอบคุณภาพเชิงเนื้อหา (Content Validity) จากผู้คุณวุฒิ จำนวน 3 ท่าน ซึ่งมีดัชนีความสอดคล้องของวัตถุประสงค์รายข้อ (Index of Item – Objective Congruence: IOC) อยู่ระหว่าง .67-1.00 หลังจากทำการแก้ไขแบบทดสอบจากข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิ นำไปแบบสอบถามไปทดลองใช้ (Try out) ในกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาในสถาบันการศึกษาใกล้เคียงกับตัวอย่าง จำนวน 30 คน และทดสอบหาความเชื่อมั่น (Reliablility) ของแบบสอบถามด้วยวิธีการหาค่าสัมประสิทธิ์ความเชื่อมั่นครอนบาชของแอลฟา (Cronbach's alpha coefficient) โดยแบบสอบถามความเครียด สัมพันธภาพในครอบครัว สัมพันธภาพกับเพื่อน และสภาพแวดล้อมทางการเรียนมีค่าสัมประสิทธิ์ความเชื่อมั่นครอนบาชของแอลฟาเท่ากับ 1.00, 1.00, .97 และ .93 ตามลำดับ

การเก็บรวบรวมข้อมูล

คณะผู้วิจัยขอหนังสือรับรองจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์จากคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ของมหาวิทยาลัยทักษิณ จากนั้นดำเนินการสร้างแบบสอบถามออนไลน์ (Google form) โดยผู้วิจัยชี้แจงวัตถุประสงค์และการพิทักษ์สิทธิแก่กลุ่มตัวอย่าง จากนั้นเก็บข้อมูลด้วยระบบออนไลน์ ผ่านตัวแทนอาจารย์ที่ของแต่ละสถาบันการศึกษาด้วย Application Line เพื่อส่งต่อไปยังกลุ่มตัวอย่าง ทั้งนี้ภายหลังส่งแบบสอบถามออนไลน์ ผู้วิจัยดำเนินการตรวจสอบจำนวนผู้ตอบแบบสอบถาม และความสมบูรณ์ของแบบสอบถามของแต่ละสถาบันการศึกษา จากการเก็บข้อมูลผ่านระบบออนไลน์ใน 2 สัปดาห์ พบว่า มีผู้ตอบแบบสอบถามทั้งหมด 501 ชุด ผู้วิจัยจึงยุติการรับแบบสอบถาม จึงทำการวิเคราะห์จากแบบสอบถามทั้งหมด 501 ชุด

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. วิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปด้วยสถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ ความถี่ (Frequency) ร้อยละ (Percent) ค่าเฉลี่ย (*Mean*) ส่วนเบนเบี่ยงมาตรฐาน (Standard Deviation: *SD*) ค่ามัธยฐาน (*Median*) และแบ่งระดับความเครียดออกเป็น 4 กลุ่ม คือ ระดับความเครียดต่ำ (0 - 23 คะแนน) ปานกลาง (24 – 41 คะแนน) สูง (42 – 61 คะแนน) และรุนแรง (62 คะแนนขึ้นไป) สำหรับระดับความสัมพันธภาพในครอบครัวสัมพันธภาพกับเพื่อน และสภาพแวดล้อมทางการเรียน ออกเป็น 3 ระดับ ด้วยวิธีการอิงเกณฑ์ [(ค่าคะแนนสูงสุด-ค่าคะแนนต่ำสุด)/3] คือ กลุ่มสูง (3.67 - 5.00 คะแนน) ปานกลาง (2.34 - 3.66 คะแนน) และต่ำ (1.00 - 2.33 คะแนน)

2. วิเคราะห์ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความเครียดของนักศึกษา วิเคราะห์ด้วยสถิติถดถอยโลจิสติกอย่างง่าย (Simple Logistic Regression Analysis) เพื่อค้นหาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความเครียด ซึ่งจากตัวแปรตามเป็นตัวแปรประเภทแจงนับ (Categorical Outcome) ชนิด 2 ตัวแปร (Dichotomous Outcome) โดยพิจารณาจัดกลุ่มความเครียดออกเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มที่มีความเครียดต่ำ ($\leq$ 41 คะแนน) และกลุ่มความเครียดสูง ($\geq$ 42 คะแนน) ค้นหาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความเครียดทีละปัจจัยระหว่างตัวแปรต้นและตัวแปรตาม และพิจารณาตัวแปรที่มีค่า *p-value* ของ Wald test น้อยกว่าหรือเท่ากับ 0.25 เพื่อนำตัวแปรดังกล่าววิเคราะห์สถิติการถดถอยพหุตัวแปรโลจิสติก (Multiple Logistic Regression Analysis) นำตัวแปรออกจากสมการด้วยวิธี Backward Elimination

ด้วยการพิจารณาตัวแปรใดที่ให้ค่า *p-value* มากกว่า 0.05 ให้นำออกจากสมการ นำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยค่าOdds Ratio (OR) และค่าช่วงเชื่อมั่นที่ร้อยละ 95 (95 Percent Confidence Interval [95%CI])

จริยธรรมวิจัย

การศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยขอการพิจารณารับรองจากคณะกรรมการจริยธรรมวิจัยในมนุษย์มหาวิทยาลัยทักษิณ เลขที่ COA No.TSU 2022_035, REC No.0057 ลงวันที่ 3 กุมภาพันธ์ 2565

ผลการวิจัย

1. ข้อมูลคุณลักษณะทางประชากรของนักศึกษา พบว่า นักศึกษาประมาณ 2 ใน 3 เป็นเพศหญิง (ร้อยละ 62.08) มีอายุระหว่าง 20 – 22 ปี (ร้อยละ 62.67) โดยมีอายุเฉลี่ยเท่ากับ 20.55 (*SD* = 1.58) นักศึกษาเกือบครึ่งหนึ่งเป็นนักศึกษามหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตตรัง (ร้อยละ 43.11) และกำลังศึกษาอยู่ในคณะวิทยาศาสตร์สุขภาพ (ร้อยละ 44.91) นักศึกษาประมาณ 1 ใน 3 เป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 1 (ร้อยละ 34.53) ส่วนใหญ่นักศึกษาไม่มีโรคประจำตัว (ร้อยละ 94.61) และมีภูมิลำเนาอยู่ในภาคใต้ (ร้อยละ 93.61) นักศึกษาประมาณ 1 ใน 2 พักอาศัยที่บ้านของตนเอง (ร้อยละ 53.49) ส่วนใหญ่นักศึกษามีรายได้ต่อเดือนน้อยกว่าเท่ากับ 5,000 บาท (ร้อยละ 86.63) โดยมีรายได้เฉลี่ยเท่ากับ 2,997.90 (*SD* = 3,307.65) บาท ผู้ปกครองประมาณ 2 ใน 3 มีรายได้ต่อเดือนน้อยกว่าเท่ากับ 15,000 บาท (ร้อยละ 59.48) โดยมีรายได้เฉลี่ยเท่ากับ 19,827.05 (*SD* = 23,013.28) บาท นักศึกษาประมาณ 2 ใน 3 มีรายได้เพียงพอ (ร้อยละ 55.49) และนักศึกษาส่วนใหญ่มีสถานะโสด (ร้อยละ 98.40)

2. ระดับความเครียดของนักศึกษาภายใต้สถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อโคโรนา 2019

ตาราง 1 ระดับความเครียดของนักศึกษา ภายใต้สถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อโคโรนา 2019 (n = 501)

ระดับความเครียด	จำนวน	ร้อยละ
ต่ำ (0 - 23 คะแนน)	20	3.99
ปานกลาง (24 – 41 คะแนน)	179	35.73
สูง (42 – 61 คะแนน)	201	40.12
รุนแรง (62 คะแนนขึ้นไป)	101	20.16
M= 48.08, *SD* = 16.83		

หมายเหตุ *SD* = Standard Deviation, *n* = number, % = Percent

จากตาราง 1 ผลการศึกษาระดับความเครียดของนักศึกษา พบว่า นักศึกษาประมาณเกือบครึ่งมีระดับความเครียดสูง (ร้อยละ 40.12) รองลงมา คือ ปานกลาง รุนแรง และน้อย (ร้อยละ 35.73 20.16 และ 3.99 ตามลำดับ) โดยมีความเครียดของนักศึกษาเฉลี่ยเท่ากับ 48.08 (*SD* = 16.83) คะแนน ดังแสดงในตาราง 1

3. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความเครียดของนักศึกษาภายใต้สถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อโคโรนา 2019

ตาราง 2 การวิเคราะห์อย่างหยาบปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความเครียดของนักศึกษา ภายใต้สถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อโคโรนา 2019 (n = 501)

ตัวแปร	ระดับต่ำ		ระดับสูง		OR	95%CI	*p-value*
	n	%	n	%			
เพศ							0.004
ชาย	91	47.89	99	52.11	Ref.		
หญิง	108	34.73	203	65.27	1.73	1.20-2.50	
อายุ (ปี)							0.592
≤ 19 ปี	58	41.73	81	58.27	0.70	0.35-1.39	
20 – 22 ปี	125	39.81	189	60.19	0.76	0.39-1.43	
23 ปีขึ้นไป	16	33.33	32	66.67	Ref.		
สถานศึกษา							0.002
ว.การสาธารณสุขสิรินธร	22	38.60	35	61.40	Ref.		
ว.พยาบาลบรมราชชนนี	33	37.08	56	62.92	1.07	0.54-2.12	
ม.สงขลานครินทร์	11	17.46	52	82.54	2.97	1.28-6.89	
ม.การกีฬาแห่งชาติ	103	47.68	113	52.32	0.69	0.38-1.25	
ม.เทคโนโลยีราชมงคลฯ	30	39.47	46	60.53	0.96	0.48-1.95	
คณะที่ทำการศึกษา							0.156
วิทยาศาสตร์สุขภาพ	95	42.22	130	57.78	Ref.		
ศึกษาศาสตร์	29	46.03	34	53.97	0.86	0.49-1.50	
ศิลปศาสตร์	56	32.94	114	67.06	1.49	0.98-2.25	
วิทยาศาสตร์	19	44.19	24	55.81	0.92	0.48-1.78	
ชั้นปี							0.091
ปีที่ 1	83	47.98	90	52.02	0.65	0.39-1.10	
ปีที่ 2	47	34.06	91	65.94	1.17	0.68-2.02	
ปีที่ 3	34	35.05	63	64.95	1.12	0.62-2.02	
ปีที่ 4 และชั้นปีที่ 5	35	37.63	58	62.37	Ref.		
โรคประจำตัว							0.274
ไม่มี	191	40.30	283	59.70	Ref.		
มี	8	29.63	19	70.37	1.61	0.69-3.85	
ภูมิลำเนา							0.084
ภาคอื่นๆ	8	25.00	24	75.00	2.06	0.91-4.69	
ภาคใต้	191	40.72	278	59.28	Ref.		
ลักษณะที่พักอาศัย							0.325
บ้านของตนเอง	117	42.70	157	57.30	Ref.		
บ้านเช่า	47	36.43	82	63.57	1.30	0.85-2.00	
หอพักในสถานศึกษา	35	35.71	63	64.29	1.34	0.83-2.16	

ตาราง 2 (ต่อ)

ตัวแปร	ระดับต่ำ		ระดับสูง		OR	95%CI	*p-value*
	n	%	n	%			
ลักษณะที่พักอาศัย							0.325
บ้านของตนเอง	117	42.70	157	57.30	Ref.		
บ้านเช่า	47	36.43	82	63.57	1.30	0.85-2.00	
หอพักในสถานศึกษา	35	35.71	63	64.29	1.34	0.83-2.16	
รายได้ของนักศึกษาต่อเดือน							0.869
≤ 5,000 บาท	173	39.86	261	60.14	Ref.		
> 5,000 บาท	26	38.81	41	61.19	1.05	0.62-1.77	
รายได้ครอบครัวต่อเดือน							0.406
≤ 15,000 บาท	123	41.28	175	58.72	Ref.		
15,001-29,999 บาท	47	40.52	69	59.48	1.03	0.67-1.60	
≥ 30,000 บาท	29	33.33	58	66.67	1.41	0.85-2.32	
15,001-29,999 บาท	47	40.52	69	59.48	1.03	0.67-1.60	
≥ 30,000 บาท	29	33.33	58	66.67	1.41	0.85-2.32	
ความเพียงพอของรายได้ของนักศึกษา							0.001
เพียงพอ	128	46.04	150	53.96	Ref.		
ไม่เพียงพอ	71	31.84	152	68.16	1.83	1.27-2.64	

หมายเหตุ OR : Odd ratios, Ref. : Reference (กลุ่มอ้างอิง)การวิเคราะห์พหุตัวแปรปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความเครียดของนักศึกษา

การวิเคราะห์อย่างหยาบปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความเครียดของนักศึกษาด้วยสถิติถดถอยโลจิสติกอย่างง่าย (Simple Logistic Regression Analysis) พบว่า ปัจจัยด้านเพศ (*p-value*=0.004) สถานศึกษา (*p-value*=0.002) และความเพียงพอของรายได้ของนักศึกษา (*p-value*=0.001) มีความสัมพันธ์กับความเครียดของนักศึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (ตาราง 2)

การวิเคราะห์พหุตัวแปรปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความเครียดของนักศึกษา ด้วยสถิติถดถอยพหุแปรโลจิสติก (Multiple Logistic Regression Analysis) พบว่า ปัจจัยสถานศึกษา ชั้นปี ภูมิลำเนา และความเพียงพอของรายได้ของนักศึกษามีความสัมพันธ์กับความเครียดของนักศึกษาในจังหวัดตรัง ภายใต้สถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อโคโรนา2019 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยที่ นักศึกษาที่ศึกษาในมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย วิทยาเขตตรัง มีความเครียดลดลงร้อยละ69 (OR_{adj} = 0.31 95%CI: 0.11-0.88) เมื่อเปรียบเทียบกับนักศึกษาวิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดตรังสำหรับปัจจัยด้านชั้นปีของนักศึกษา พบว่า นักศึกษาชั้นปีที่ 1 มีความเครียดลดลงร้อยละ 66 (OR_{adj} = 0.34 95%CI: 0.15-0.76) เมื่อเปรียบเทียบกับนักศึกษาปีที่ 4 และชั้นปีที่ 5 นักศึกษาที่มีภูมิลำเนาในภาคอื่นมีความเครียดเป็น 2.70 เท่า (OR_{adj} = 2.70 95%CI: 1.06-6.87) เมื่อเปรียบเทียบกับนักศึกษาที่มีภูมิลำเนาในภาคใต้ และนักศึกษาที่มีรายได้ไม่เพียงพอมีโอกาสของการเกิดภาวะความเครียดอยู่ในระดับสูง 1.94 เท่า (OR_{adj} = 1.94 95%CI: 1.31-2.88) เมื่อเปรียบเทียบกับนักศึกษาที่มีรายได้เพียงพอ ดังแสดงในตาราง 3

ตาราง 3 การวิเคราะห์พหุตัวแปรปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความเครียดของนักศึกษา

ตัวแปร	Crude OR (95%CI)	Adjusted OR (95%CI)	*p-value*
เพศ			0.194
ชาย	Ref.	Ref.	
หญิง	1.73 (1.20-2.50)	1.37 (0.85-2.22)	
สถานศึกษา			0.006
ว.การสาธารณสุขสิรินธร	Ref.	Ref.	
ว.พยาบาลบรมราชชนนี	1.07 (0.54-2.12)	0.64 (0.29-1.42)	
ม.สงขลานครินทร์	2.97 (1.28-6.89)	1.70 (0.62-4.71)	
ม.การกีฬาแห่งชาติ	0.69 (0.38-1.25)	0.49 (0.23-1.05)	
ม.เทคโนโลยีราชมงคลฯ	0.96 (0.48-1.95)	0.31 (0.11-0.88)	
ชั้นปี			0.034
ปีที่ 1	0.65 (0.39-1.10)	0.34 (0.15-0.76)	
ปีที่ 2	1.17 (0.68-2.02)	0.62 (0.28-1.37)	
ปีที่ 3	1.12 (0.62-2.02)	0.64 (0.29-1.43)	
ปีที่ 4 และชั้นปีที่ 5	**Ref.**	**Ref.**	
ภูมิลำเนา			0.038
ภาคอื่นๆ	2.06 (0.91-4.69)	2.70 (1.06-6.87)	
ภาคใต้	Ref.	Ref.	
ความเพียงพอของรายได้ของนักศึกษา			0.001
เพียงพอ	Ref.	Ref.	
ไม่เพียงพอ	1.83 (1.27-2.64)	1.94 (1.31-2.88)	

หมายเหตุ การทำนายสมการวิเคราะห์ถดถอยเชิงพหุคูณตัวแปร มีค่า -2 Log likelihood เท่ากับ 626.221, Cox & Snell R Square เท่ากับ 0.090 และ Nagelkerke R Square เท่ากับ 0.121

อภิปรายผล

โดยสรุป ภายใต้สถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อโคโรนา 2019 นักศึกษามีระดับความเครียดสูง (ร้อยละ 40.12) รองลงมา คือ มีระดับความเครียดระดับปานกลาง (ร้อยละ 35.73) รุนแรง (ร้อยละ 20.16) และต่ำ (ร้อยละ 3.99) ตามลำดับ พบว่า ปัจจัยด้านสถานศึกษา คือ การศึกษาในมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย วิทยาเขตตรัง การศึกษาในชั้นปีที่ 1 การศึกษาในภูมิลำเนาอื่น ๆ และการมีรายได้ไม่เพียงพอ มีความสัมพันธ์กับความเครียดของนักศึกษาในจังหวัดตรังอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

จากข้อค้นพบที่พบว่า นักศึกษาประมาณเกือบครึ่งมีระดับความเครียดสูง (ร้อยละ 40.12) รองลงมา คือ ระดับความเครียดปานกลาง ระดับความเครียดรุนแรง และความเครียดน้อย (ร้อยละ 35.73 20.16 และ 3.99) อธิบายได้ว่า ในกลุ่มตัวอย่างซึ่งส่วนใหญ่เป็นกลุ่มวัยรุ่นตอนปลาย มีการเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์จากการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายทำให้เกิดความกังวล หงุดหงิด วิตกกังวลเกี่ยวกับอารมณ์ทางเพศที่สูงขึ้น กังวลกับพฤติกรรมทางเพศ และกลัวการเป็นผู้ใหญ่ กลัวการเสียภาพพจน์แห่งตน และกำลังพัฒนาสู่การสร้างอุดมคติ ปรัชญาชีวิต ค่านิยม การค้นพบตนเอง ซึ่งในระยะนี้จะต้องผ่านประสบการณ์ของความสับสนทางอารมณ์อย่างมาก นอกจากนี้ วัยดังกล่าวยังเป็นวัยที่ต้องเผชิญกับการเปลี่ยนแปลง และต้องรับผิดชอบตัวเองขณะที่เรียนมากขึ้นอาจส่งผลให้เกิดความเครียดสูง ซึ่ง

สอดคล้องกับการศึกษาของ Mokekhaow, Sukrapat, & Pommala (2020) ที่ศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความเครียดของนักศึกษาพยาบาล พบว่า นักศึกษาพยาบาลส่วนใหญ่มีความเครียดในระดับสูง (ร้อยละ 39.64) รองลงมามีความเครียดในระดับปานกลาง (ร้อยละ 38.74) นอกจากนี้ ยังสอดคล้องกับการศึกษาของ Sonpaveerawong, Dammee, Nimsuwa, Mad-a-dam, Laiadkan, & Sopon (2016) ที่ศึกษาความเครียดการจัดการความเครียด และความต้องการความช่วยเหลือของนักศึกษาพยาบาล พบว่า ความเครียดของนักศึกษาพยาบาลครึ่งหนึ่งมีความเครียดอยู่ในระดับสูง (ร่อยละ 50.70) รองลงมาคือมีความเครียดระดับปานกลาง (ร่อยละ 31.70) ในขณะที่การศึกษาของ Kaewsakulthong (2019) ที่ศึกษาปัจจัยทำนายความเครียดของนักศึกษาพยาบาลวิทยาลัยพยาบาลในสังกัดสถาบันพระบรมราชชนก กระทรวงสาธารณสุข พบว่า นักศึกษาพยาบาลทุกชั้นปีมีระดับความเครียดอยู่ในระดับปานกลาง

จากการศึกษาที่พบว่า ปัจจัยสถานศึกษา ชั้นปี ภูมิลำเนา และความเพียงพอของรายได้ของนักศึกษาที่มีความสัมพันธ์กับความเครียดของนักศึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยที่ นักศึกษาที่ศึกษาในมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย วิทยาเขตตรัง มีความเครียดลดลงร้อยละ 69 (OR_{adj} = 0.31 95%CI: 0.11-0.88) เมื่อเปรียบเทียบกับนักศึกษาวิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดตรัง ทั้งนี้ อาจเนื่องจากนักศึกษาที่ศึกษาในวิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดตรัง เป็นการเรียนการสอนในสายสุขภาพ (Health Science) และมีระบบการเรียนการสอนที่ต้องฝึกปฏิบัติสถานบริการหรือชุมชนเป็นฐาน (Community-Based Learning) ซึ่งการฝึกปฏิบัติดังกล่าวอาจมีการสัมผัสกับกลุ่มผู้ป่วย หรือผู้รับบริการทางการแพทย์และสาธารณสุข จึงทำให้นักศึกษาที่ศึกษาในวิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธรจังหวัดตรัง มีความเครียดมากกว่านักศึกษาที่ศึกษาในต่างสถาบัน เช่น มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย วิทยาเขตตรัง

สำหรับปัจจัยชั้นปีของนักศึกษา ที่พบว่า นักศึกษาชั้นปีที่ 1 มีความเครียดลดลงร้อยละ 66 (OR_{adj} = 0.34 95%CI: 0.15-0.76) เมื่อเปรียบเทียบกับนักศึกษาปีที่ 4 และชั้นปีที่ 5 ทั้งนี้เนื่องจากนักเรียนที่เรียนในชั้นปีที่ 1 ยังเป็นการเรียนในระดับพื้นฐาน และรายวิชาส่วนใหญ่ยังมีลักษณะใกล้เคียงกับรายวิชาที่เรียนในระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย นอกจากนี้ การเรียนในชั้นปีที่สูงขึ้นมีความซับซ้อนในรายละเอียดของรายวิชาเพิ่มมากขึ้น ดังนั้น จึงส่งผลให้นักเรียนชั้นปีที่ 1 มีความเครียดน้อยว่านักศึกษาชั้นปีที่สูงกว่า การศึกษาครั้งนี้สอดคล้องกับการศึกษาของ Saykaew, Srisiri, & Saiyudthong (2019) ที่ศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อความเครียดของนักศึกษาสาธารณสุขศาสตร์ในวิทยาลัยสหเวชศาสตร์ มหาวิทยาลัย ราชภัฏสวนสุนันทา ศูนย์การศึกษาจังหวัดสมุทรสงครามพบว่า ระดับชั้นปีมีความสัมพันธ์กับระดับความเครียดของนักศึกษาสาธารณสุขศาสตร์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (*p-value*<0.001) เมื่อควบคุมอิทธิพลของปัจจัยต่าง ๆ ด้วยการวิเคราะห์พหุตัวแปรถอดถอยโลจิสติกส์ โดยที่นักศึกษาชั้นปีที่ 2 มีความเครียดมากกว่าชั้นปีอื่นๆ ถึง 3.18 เท่า

อย่างไรก็ตาม การศึกษาครั้งนี้ แตกต่างจากการศึกษาของ Sonpaveerawong, Dammee, Nimsuwa, Mad-a-dam, Laiadkan, & Sopon (2016) ที่พบว่านักศึกษาพยาบาลชั้นปที่ 1 มีระดับความเครียดสูง ซึ่งนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 มีระบบการเรียนการสอนที่มีลักษณะที่เข้มงวดและอาจมีระบบการเรียนที่เน้นทักษะวิชาชีพมากกว่าสาขาวิชาอื่น ๆ และสาเหตุความเครียดส่วนใหญ่เป็นความเครียดที่เกิดจากการที่นักศึกษารู้สึกกดดัน เมื่ออยู่ในห้องฝึกปฏิบัติร่วมกับอาจารย์ (ร่อยละ 63.20) ในขณะที่การศึกษาของ Mingprasert, & Prof.Kong De Sheng (2014) ที่ศึกษาสุขภาพจิตและความเครียดของนักศึกษา คณะเภสัชศาสตร์มหาวิทยาลัยรังสิต พบว่า นักศึกษาที่มีชั้นปีแตกต่างกันมีมีสุขภาพจิตไม่แตกต่างกัน

ในส่วนปัจจัยด้านภูมิลำเนาของนักศึกษา พบว่า นักศึกษาที่มีภูมิลำเนาอยู่ในภาคอื่นๆ มีความเครียดระดับสูง 2.70 เท่า (OR_{adj} = 2.70 95%CI: 1.06-6.87) เมื่อเปรียบเทียบกับนักศึกษาที่มีภูมิลำเนาอยู่ในภาคใต้ ทั้งนี้ ในช่วง

ภายใต้สถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อโคโรนา 2019 นักศึกษาที่อาศัยในภาคอื่นอาจมีความยากลำบากในการเดินทางมาไกล ซึ่งในช่วงเวลาดังกล่าวเป็นช่วงเวลาที่มีมาตรการต่างๆ ที่ส่งผลต่อการเดินทาง จึงทำให้นักศึกษามีความเครียดสูงได้ การศึกษาครั้งนี้แตกต่างจากการศึกษาของ Mingprasert, & Prof.Kong De Sheng (2014) ที่พบว่า การมีภูมิลำเนาที่แตกต่างกันนักศึกษามีสุขภาพจิตไม่แตกต่างกัน ในส่วนปัจจัยความเพียงพอของรายได้ของนักศึกษา ที่พบว่า นักศึกษาที่มีรายได้ไม่เพียงพอมีความเครียดสูงเป็น 1.94 เท่า (OR_{adj} = 1.94 95%CI: 1.31-2.88)เมื่อเปรียบเทียบกับนักศึกษาที่มีรายได้เพียงพอ ปัจจุบันการเรียนการสอนในมหาวิทยาลัยจำเป็นต้องมีค่าใช้จ่ายในการเรียนการสอน รวมถึงค่าใช้จ่ายอื่นๆ จึงเป็นผลให้นักศึกษาที่มีรายได้ไม่เพียงพอมีความเครียดเพิ่มมากกว่ากลุ่มนักศึกษาที่มีรายได้เพียงพอ ซึ่งการศึกษาครั้งนี้สอดคล้องกับการศึกษาของ Phoolawan, Khangrang, Butsri, Duphong, & Larpanantbangkerd (2018) ที่ศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อความเครียดของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร พบว่า ความเพียงพอของรายได้พบว่ามีความสัมพันธ์กับความเครียดของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05

การนำผลการวิจัยไปใช้

จากการศึกษา พบว่า นักศึกษาที่เรียนในชั้นปีที่ที่สูงขึ้น (ปี 2 3 และ 4) มีภาวะความเครียดสูง ดังนั้นสถานศึกษาควรจัดกิจกรรมการเรียนการสอนที่ส่งเสริมทักษะการจัดการความเครียด และอำนวยการจัดการเรียนการสอนที่ผ่อนคลาย นอกจากนี้ ควรมีการจัดตารางอาจารย์ที่ปรึกษาเพื่อให้คำปรึกษาในการใช้ชีวิตในมหาวิทยาลัยอย่างใกล้ชิด เพื่อป้องกันปัญหาการเกิดภาวะความเครียดสะสม นอกจากนี้ ควรมีระบบการติดตามอย่างใกล้ชิดในกลุ่มนักศึกษาที่อาศัยอยู่ในภูมิลำเนาที่ห่างไกล อีกทั้ง ควรส่งเสริมให้นักศึกษามีทักษะในการจัดหางานนอกเวลาเพื่อเป็นการสร้างรายได้ เพื่อเป็นการสนับสนุนทุนในการจัดการเรียนการสอนหรือใช้ในชีวิตประจำวัน และลดโอกาสของการเกิดภาวะเครียดของนักศึกษา ต่อไป

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

ควรมีการพัฒนาแนวทางการจัดการความเครียดของของนักศึกษาในจังหวัดตรัง ให้เป็นรูปธรรม เพื่อสามารถนำไปใช้ในสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคอุบัติใหม่

References

Chaimay, B. (2019). *Public Health Research Methods (Revised Edition) (4th Edition).* Teaching Documents. Songkhla: Nam Art Advertising. (in Thai)

Department of Disease Control, Ministry of Public Health. (2020). *Report on the Situation of COVID-19 in Thailand*. Retrieved April 15, 2021 from https://ddc.moph.go.th/viralpneumonia/. (in Thai)

Kaewsakulthong, J. (2019). Factors Predicting Stress among Nursing Students Under the Praboromarajchanok Institute, Ministry of Public Health. *Journal of Health Research and Innovation, 2*(1), 1-11. (in Thai)

Lazarus & Folkman. (1984). *Psychological Stress and the Coping Process*. New York: McGraw-Hill.

Mahatnirand, S. (2002). *Suan Prung Stress Scale (Suanprung Stress-20, SPST - 20).* Suan Prung Hospital, Department of Mental Health, Ministry of Public Health. (in Thai)

Mingprasert, A. & Prof. Kong De Sheng. (2014). A Study of Mental Health and the Stress of undergraduate Students in Faculty of Pharmacy at Rangsit University. *Journal of Social Sciences and Humanities, 40*(2), 211-227. (in Thai)

Mokekhaow, K., Sukrapat, W. & Pommala, W. (2020). Factors Related to Stress of Nursing Students. *Journal of Nursing Science and Health, 44*(2), 60-71. (in Thai)

Phoolawan, P., Khangrang, E., Butsri, C., Duphong, P. & Larpanantbangkerd, K. (2018). Factors Related to Stress among First Year Students Syudying at Sakonnakhon Rajabhat University. *Valaya Alongkorn Research and Development Journal under Royal Patronage, 15*(3), 105-118. (in Thai)

Piyayodilokchai, H., Kamphusiripong, A., Sawatmuang, M. & Chandrapas. (2014). *Stress and Stress Coping of Business Information Technology Students of Rajamangala University of Technology Rattanakosin, Bophit Phimuk Chakkrawat.* Rajamangala University of Technology Rattanakosin. (in Thai)

Sangchai, R. (2010). *Factor Affecting Stress in Student, Faculty of Public Health, Bangkokthonburi University.* Bangkok. (in Thai)

Saykaew, T., Srisiri, S. & Saiyudthong, S. (2019). The Factors Influenced Stress of Public Health Students in College of Allied Health Sciences, Suan Sunandha Rajabhat University, Samutsongkhram Campus. *Journal of the Doctor of Social Sciences, 9*(3), 612-628. (in Thai)

Sonpaveerawong, J., Dammee, M., Nimsuwa, J., Mad-a-dam, C., Laiadkan, S. & Sopon, S. (2016). Stress, Stress Management andthe Need to Supports Nursing Students. *Journal of Nursing and Education, 9*(3), 36-50. (in Thai)

Trang Provincial Public Health Office. (2021). *Report on the Situation of COVID-19, Trang Province.* Retrieved May 1, 2021 from https://covidtr.trang.go.th/news. (in Thai)

TrangUnet network. (2020). *TrangUnet.* Retrieved April 27, 2021 from https://web.facebook.com/TrangUnet/?_rdc=1&_rdr. (in Thai)