

ปัจจัยที่ส่งผลต่อปัญหาสุขภาพจิตของนักศึกษาพยาบาล

Factors Affecting Mental Health Problem of Nursing Students

กาญจนา คงมัน* ชุตินา ฮากิม

Kanjana Kongman* Chutima Hakeem

วิทยาลัยพยาบาลตำรวจ โรงพยาบาลตำรวจ สำนักงานตำรวจแห่งชาติ ปทุมวัน กรุงเทพฯ ประเทศไทย 10330

Police Nursing College, Police General Hospital, Royal Thai Police, Patumwan, Bangkok, Thailand 10330

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา 1) ระดับปัญหาสุขภาพจิตของนักศึกษาพยาบาล 2) ปัจจัยด้านความฉลาดทางอารมณ์ สัมพันธภาพกับเพื่อน สัมพันธภาพกับครอบครัวและการสนับสนุนทางสังคม ที่มีความสัมพันธ์กับปัญหาสุขภาพจิตของนักศึกษาพยาบาล และ3) ความสัมพันธ์ ของความฉลาดทางอารมณ์ สัมพันธภาพกับเพื่อน สัมพันธภาพกับครอบครัวและการสนับสนุนทางสังคมที่มีผลต่อปัญหาสุขภาพจิตของนักศึกษาพยาบาล กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลตำรวจ ชั้นปี 1-4 ปีการศึกษา 2563 ที่ได้รับวิธีการเลือกแบบเฉพาะเจาะจง จำนวน 278 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยคือ แบบสอบถาม ความฉลาดทางอารมณ์ สัมพันธภาพกับเพื่อน สัมพันธภาพกับครอบครัว การสนับสนุนทางสังคม และปัญหาสุขภาพจิต วิเคราะห์ข้อมูลด้วยการวิเคราะห์ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน และค่าสัมประสิทธิ์ถดถอยพหุคูณ

ผลการวิจัยพบว่า 1) ระดับปัญหาสุขภาพจิตของนักศึกษาพยาบาล อยู่ในระดับน้อย (ค่าเฉลี่ย = 0.70, SD=0.64) 2) ปัจจัยด้านความฉลาดทางอารมณ์ การสนับสนุนทางสังคม สัมพันธภาพกับครอบครัวและสัมพันธภาพกับเพื่อนมีความสัมพันธ์ทางลบกับปัญหาสุขภาพจิตของนักศึกษาพยาบาล อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r = -.684$, $r = -.592$, $r = -.435$ และ $r = -.229$ ตามลำดับ ที่ระดับ .05) และ 3) ปัจจัยด้านความฉลาดทางอารมณ์ สัมพันธภาพกับครอบครัว สัมพันธภาพกับเพื่อน และการสนับสนุนทางสังคมส่งผลต่อปัญหาสุขภาพจิตของนักศึกษาพยาบาล อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (Beta = .603, Beta = .243, Beta = .224 และ Beta = .156 ตามลำดับที่ระดับ .05) สามารถร่วมกันทำนายพยากรณ์ได้ร้อยละ 59.1 ข้อเสนอแนะจากผลการวิจัยนี้ สถาบันการศึกษาควรส่งเสริมและพัฒนารูปแบบจัดการเรียนการสอนโดยเพิ่มกิจกรรมที่ช่วยพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ ความสัมพันธ์ระหว่างเพื่อน ครอบครัว และให้การสนับสนุนทางสังคม เพื่อช่วยป้องกันการเกิดปัญหาสุขภาพจิตในนักศึกษาพยาบาลได้

คำสำคัญ : ปัญหาสุขภาพจิต ความฉลาดทางอารมณ์ การสนับสนุนทางสังคม

Abstract

The objectives of this research were to study 1) the mental health problem of nursing students. 2) the relationships among emotional quotient, relationship with friends, family relationship, social support, and mental health problem of nursing students 3) the factors of emotional quotient, relationship with friends, family relationship, social support affection to the mental health problem of nursing students. The Sample was 278 participant. into the study. Research instruments were scales for emotional quotient, relationship with friends, family relationship, social support and mental health problems. Statistical methods used to analyze the data were percentage, mean, standard deviation, Pearson product-moment correlation and multiple regression analysis.

The results of study were as follows: 1. The level of the mental health problem of nursing students in Police Nursing College was rare. 2. There were significantly correlation between emotional quotient, relationship with friends, family relationship, social support and mental health problem of nursing students at .05 level 3. It were found that the predictive factors affecting mental health problem of nursing students were emotional quotient, family relationship, relationship with friends and social support at .05 level empowerment at the percentage of 59.1. Suggestion : Educational institutions should promote a learning style which focus on activities that improve emotional quotient, relationship between friends, family and social support to prevent the mental health problems in nursing students.

Keywords : Mental Health Problem, EQ, Social support

บทนำ

ปัญหาสุขภาพจิตนั้นเป็นภัยเงียบที่กำลังคุกคามทางสังคม จากผลสำรวจสุขภาพจิตคนไทยในประชากรอายุ 15 ปีขึ้นไป ในปี 2561 พบกลุ่มเยาวชนที่มีอายุ 15-24 ปี มีคะแนนสุขภาพจิตต่ำที่สุดเมื่อเปรียบเทียบกับช่วงอายุอื่น โดยมีคะแนนอยู่ที่ 31.22 (เต็ม 45 คะแนน) และข้อมูลการให้บริการปรึกษาปัญหาสุขภาพจิตทางสายด่วนสุขภาพจิต 1323 ของกรมสุขภาพจิตปีพ.ศ. 2561 พบมีวัยรุ่นโทรศัทพ์มาเพื่อขอรับบริการปรึกษาสายด่วนสุขภาพจิตประมาณ 12,000 สาย ซึ่งปัญหาสุขภาพจิตที่พบบ่อยของวัยรุ่น 3 อันดับแรกคือ ความเครียด วิดกกังวล ร้อยละ 46.8 ปัญหาความรัก ร้อยละ 21.39 และซึมเศร้า ร้อยละ 10.9 โดยมีความคิดอยากฆ่าตัวตายหรือทำร้ายตนเองถึง 152 สายที่โทรมาปรึกษา คิดเป็นร้อยละ 1.1¹

สุขภาพจิตหมายถึงภาวะจิตใจที่เป็นสุข สามารถปรับตัวและแก้ปัญหา สามารถสร้างสรรค์ผลงานได้ โดยในช่วงที่พบปัญหาทางสุขภาพจิตบ่อยคือนักศึกษาในระดับปริญญาตรี โดยปัญหาสุขภาพจิตที่สำคัญและพบบ่อยคือ ภาวะซึมเศร้า ความเครียดและความวิตกกังวล²

ความฉลาดทางอารมณ์ เป็นความสามารถในการรู้อารมณ์ของตนเองและผู้อื่น สามารถแยกความแตกต่างของอารมณ์ที่เกิดขึ้นและใช้ข้อมูลนี้เป็นเครื่องชี้นำในการคิดและการกระทำสิ่งต่างๆ เป็นสิ่งที่สามารถเรียนรู้และเปลี่ยนแปลงได้ ความฉลาดทางอารมณ์ประกอบด้วย ความฉลาดระหว่างบุคคล (interpersonal intelligence) และความฉลาดภายในตัวบุคคล (intrapersonal intelligence)³

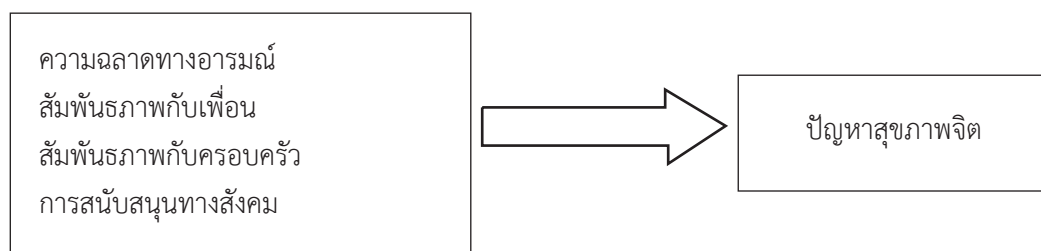
นักศึกษาพยาบาล เป็นช่วงวัยที่มีการเปลี่ยนผ่านจากวัยรุ่นเข้าสู่ผู้ใหญ่ตอนต้น เป็นวัยที่เกิดการเปลี่ยนแปลงทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม ต้องปรับตัวในทุกด้าน พบว่านักศึกษาพยาบาลมีโอกาสเกิดปัญหาสุขภาพจิตได้ง่าย เนื่องจากต้องปรับตัวด้านพัฒนาการตามวัย การเรียนความสัมพันธ์ระหว่างกลุ่มเพื่อนและรุ่นพี่และสภาพแวดล้อมเป็นสภาวะก่อให้เกิดความเครียด ความวิตกกังวล และอาจนำไปสู่ภาวะซึมเศร้า เสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายได้^{4,5}

การศึกษาระดับความเครียดของนักศึกษาพยาบาลจำนวน 159 คน ของคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏชัยภูมิพบว่ามีความเครียดในระดับสูง คิดเป็นร้อยละ 45.91⁶ ส่วนการศึกษาในวิทยาลัยพยาบาลแห่งหนึ่งในภาคตะวันออก

เฉลี่ยเหนือในกลุ่มตัวอย่าง 600 คน พบนักศึกษาพยาบาลมีปัญหาสุขภาพจิตได้แก่ อาการทางกายที่มีผลมาจากจิตใจ (Somatization) ร้อยละ 31.50 รองลงมาคือ มีความวิตกกังวล (Anxiety) ร้อยละ 16.66 มีภาวะซึมเศร้า (Depression) ร้อยละ 11.83 มีภาวะทางจิต (Psychotic) ร้อยละ 5.83 และมีปัญหาการทำหน้าที่ทางสังคม (Social function) ร้อยละ 4.50⁷ จากการสำรวจปัญหาและอุปสรรคในการเรียนและชีวิตความเป็นอยู่ของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลตำรวจ⁸ ได้สัมภาษณ์นักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1-4 พบว่าส่วนใหญ่มีความคับข้องใจ ประสบปัญหาและอุปสรรคทั้งทางด้านการเรียนการสอนและด้านชีวิตความเป็นอยู่ สอดคล้องกับการสำรวจความคิดเห็นเรื่องชีวิตความเป็นอยู่ของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลตำรวจ ชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2562 ของคณาจารย์ภาควิชาการพยาบาลจิตเวชศาสตร์ วิทยาลัยพยาบาลตำรวจ ผ่านการเขียนรายงานตนเองพบว่าส่วนใหญ่รู้สึกไม่สบายใจเรื่องการเรียนรู้ ชีวิตความเป็นอยู่ ความสัมพันธ์กับรุ่นพี่ กฎระเบียบที่เข้มงวดรู้สึกไม่อยากเรียนและไม่มีความสุข สอดคล้องกับสถิติการลาออกของนักศึกษาพยาบาลตำรวจ ชั้นปีที่ 1 ในปีการศึกษา 2555-2561 พบมีจำนวนสูงถึง 19 คน

การศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อปัญหาทางสุขภาพจิตของนักศึกษาพยาบาล พบว่าปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับปัญหาสุขภาพจิตได้แก่ ความฉลาดทางอารมณ์ สัมพันธภาพกับเพื่อน สัมพันธภาพกับครอบครัวและการสนับสนุนทางสังคม บุคคลที่มีคุณภาพนอกจากได้รับการศึกษาแล้ว ครอบครัวยังเป็นสถาบันที่สำคัญเนื่องจากการอบรมเลี้ยงดูที่เหมาะสมจะส่งเสริมให้บุคคลมีลักษณะที่ดี ครอบครัวสำหรับวัยรุ่นและเยาวชนไทย พบว่า เป็นที่ที่มั่นคงปลอดภัยมากที่สุด 27.9% ปลอดภัยมาก 68.6% และปลอดภัยเล็กน้อย 3.4% นอกจากนี้ยังพบอีกว่าวัยรุ่นและเยาวชนกว่า 3 ใน 4 รู้สึกอบอุ่นและมีความสุขเป็นประจำเมื่ออยู่ในครอบครัวตัวเอง¹

กรอบแนวคิดในการทำวิจัย



จากการทบทวนวรรณกรรมเกี่ยวกับสุขภาพจิตพบถึงความสำคัญในการศึกษาเกี่ยวกับปัจจัยที่ส่งผลต่อภาวะสุขภาพจิตของนักศึกษาพยาบาล ซึ่งการมีสุขภาพจิตดีต้องมีการตระหนักรู้และมีความสอดคล้องในตนเอง บุคคลจึงจะพัฒนาความเชื่อมั่น มีการเห็นคุณค่าในตนเอง และสามารถใช้ศักยภาพของตนเองได้อย่างเต็มที่ จากเหตุผลที่กล่าวมาแล้วข้างต้น ผู้วิจัยจึงสนใจจะศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อปัญหาสุขภาพจิตของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลตำรวจ เพื่อนำข้อมูลที่ได้ไปพัฒนาระบบการช่วยเหลือดูแลนักศึกษาด้านสุขภาพจิต ค้นหาแนวทางที่จะส่งเสริมป้องกันไม่ให้เกิดปัญหาสุขภาพจิต และสร้างแนวทางในการพัฒนาศักยภาพของนักศึกษาพยาบาล เพื่อให้เป็นพยาบาลที่มีคุณภาพของสังคมต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับปัญหาสุขภาพจิตของนักศึกษาพยาบาลตำรวจ
2. เพื่อศึกษาปัจจัยด้านความฉลาดทางอารมณ์ สัมพันธภาพกับเพื่อน สัมพันธภาพกับครอบครัวและการสนับสนุนทางสังคม ที่มีความสัมพันธ์กับปัญหาสุขภาพจิตของนักศึกษาพยาบาลตำรวจ
3. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ ของความฉลาดทางอารมณ์ สัมพันธภาพกับเพื่อน สัมพันธภาพกับครอบครัว และการสนับสนุนทางสังคมที่มีผลต่อปัญหาสุขภาพจิตของนักศึกษาพยาบาลตำรวจ

สมมติฐานการวิจัย

1. ความฉลาดทางอารมณ์ สัมพันธภาพกับเพื่อน สัมพันธภาพกับครอบครัว และการสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์กับปัญหาสุขภาพจิตของนักศึกษาพยาบาลตำรวจ
2. ความฉลาดทางอารมณ์ สัมพันธภาพกับเพื่อน สัมพันธภาพกับครอบครัวและการสนับสนุนทางสังคมส่งผลต่อปัญหาสุขภาพจิตของนักศึกษาพยาบาลตำรวจ

วิธีการดำเนินวิจัย

ประชากรและตัวอย่าง เป็นนักศึกษาพยาบาล ชั้นปีที่ 1 - 4 วิทยาลัยพยาบาลตำรวจ ปีการศึกษา 2563 ที่ได้รับการเลือกแบบเฉพาะเจาะจง จำนวน 278 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. ข้อมูลส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ ชั้นปี
2. แบบสอบถามความฉลาดทางอารมณ์ จำนวน 52 ข้อ มีคำตอบให้เลือกในลักษณะมาตราส่วนประมาณค่า 4 ระดับแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์สำหรับประชาชนไทย อายุ 12 - 60 ปี ของกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข⁹ ประกอบด้วยข้อคำถามจำนวน 52 ข้อ จำแนกออกเป็นความฉลาดทางอารมณ์ 3 ด้าน คือ ดี เก่ง สุข ซึ่งแต่ละด้านประกอบด้วย 3 ด้านย่อย ได้แก่ ด้านดี (การควบคุมตัวเอง การเห็นใจผู้อื่น ความรับผิดชอบ) ด้านเก่ง (การมีแรงจูงใจ การตัดสินใจ แก้ปัญหา ความมีสัมพันธภาพ), และด้านสุข (ความภูมิใจตัวเอง ความพอใจชีวิต ความสุขสงบทางใจ)

3. แบบสอบถามสัมพันธภาพกับเพื่อน จำนวน 22 ข้อ มีคำตอบให้เลือกในลักษณะมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ ผู้วิจัยใช้แบบสอบถามที่สร้างโดย จริยกุล ตรีสุวรรณ¹⁰ แบ่งเป็น 6 ด้าน ได้แก่ 1) ด้านการให้ความช่วยเหลือ สนับสนุนเพื่อน เมื่อเพื่อนต้องการความช่วยเหลือ 2) ด้านรู้จักการให้และการรับ 3) ด้านการรู้จักเคารพในสิทธิของผู้อื่น 4) ด้านการสนใจในความรู้สึกของเพื่อน 5) ด้านการยอมรับความแตกต่างระหว่างบุคคล และ 6) ด้านการยอมรับฟังความคิดเห็นของเพื่อน จำนวน 23 ข้อ ลักษณะคำถามเป็นมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ ตั้งแต่เป็นจริงมากที่สุด = 5 จนถึง เป็นจริงน้อยที่สุด = 1

4. แบบสอบถามสัมพันธภาพกับครอบครัว จำนวน 21 ข้อ มีคำตอบให้เลือกในลักษณะมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ ผู้วิจัยใช้แบบสอบถามที่สร้างโดยจริยกุล ตรีสุวรรณ¹⁰ แบ่งเป็น 4 ด้าน ได้แก่ 1) ด้านความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในครอบครัว 2) ด้านการปฏิบัติตามกฎเกณฑ์ของครอบครัว 3) ด้านการแก้ปัญหาความขัดแย้งของคนในครอบครัว และ 4) ด้านความสำเร็จในชีวิตการงานของสมาชิกในครอบครัว ลักษณะคำถามเป็นมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ ตั้งแต่เป็นจริงมากที่สุด = 5 จนถึง เป็นจริงน้อยที่สุด = 1

5. แบบสอบถามการสนับสนุนทางสังคม จำนวน 30 ข้อ มีคำตอบให้เลือกในลักษณะมาตราส่วนประมาณค่า

5 ระดับ ผู้วิจัยใช้แบบสอบถาม¹¹ แบ่งเป็น 3 ด้าน ได้แก่ 1) การสนับสนุนทางสังคมจากอาจารย์ 2) การสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัว 3) การสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อน ลักษณะคำถามเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ ตั้งแต่เป็นจริงมากที่สุด = 5 จนถึง เป็นจริงน้อยที่สุด = 1

6. แบบสอบถามปัญหาสุขภาพจิต เป็นแบบประเมินภาวะสุขภาพจิต depression anxiety stress scale (DASS-21) ฉบับภาษาไทยพัฒนาโดย สุกัลยา สว่างและคณะ¹² ประกอบด้วยคำถามจำนวน 21 ข้อ ใช้สำหรับคัดกรองภาวะซึมเศร้า ภาวะวิตกกังวล และความเครียด มีค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือ (Cronbach's alpha coefficient) ด้านภาวะซึมเศร้าเท่ากับ 0.82 ภาวะวิตกกังวลเท่ากับ 0.78 และความเครียด เท่ากับ 0.69 เกณฑ์การให้คะแนน ในแต่ละข้อมีคะแนนระหว่าง 0-3 ความหมายของมาตรวัดระดับ 0 หมายถึง ไม่เคยเกิดขึ้นเลย 1 หมายถึง เกิดขึ้นในบางครั้ง 2 หมายถึง เกิดขึ้นค่อนข้างบ่อย 3 หมายถึง เกิดขึ้นบ่อยมากหรือเกือบตลอดเวลา

การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

คุณภาพของแบบสอบถามความฉลาดทางอารมณ์ แบบสอบถามสัมพันธภาพกับเพื่อน แบบสอบถามสัมพันธภาพกับครอบครัว แบบสอบถามการสนับสนุนทางสังคม และแบบสอบถามปัญหาสุขภาพจิต ในด้านความตรงเชิงเนื้อหา (Content validity) ใช้วิธีการตรวจสอบโดยผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 ท่าน ซึ่งในการวิจัยนี้ผู้วิจัยได้ปรับปรุงข้อความในข้อคำถามให้เหมาะสมกับบริบทในปัจจุบันของวิทยาลัยพยาบาลตำรวจ และนำไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิที่มีความเชี่ยวชาญ ได้แก่ อาจารย์พยาบาลที่เชี่ยวชาญด้านการพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวชศาสตร์ จำนวน 1 ท่าน นักจิตวิทยาการศึกษา จำนวน 1 ท่าน และอาจารย์พยาบาลผู้เชี่ยวชาญด้านการวัดและประเมินผลการศึกษา จำนวน 1 ท่าน โดยทั้ง 3 ท่านทำการตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา (content validity) และความเข้าใจในภาษา โดยใช้เกณฑ์ที่ยอมรับว่าข้อคำถามนั้น ๆ มีความสอดคล้องกับเนื้อหาและหรือวัตถุประสงค์ที่มุ่งวัดเหมาะสำหรับการวิจัย คือค่า IOC (Index of item objective congruence) มากกว่า 0.5 ขึ้นไป¹³ หลังจากนั้นได้นำไปทดลองใช้ (Try out) กับนักศึกษาพยาบาลลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน โดยหาความเที่ยง (Reliability) จากสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's alpha

coefficient) ได้เท่ากับ .83, .86, .82, .85 และ .89 ตามลำดับ

การพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่าง

การวิจัยนี้ผ่านการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยจาก คณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยของโรงพยาบาล ตำรวจ (Institutional Review Board: IRB) เลขที่ จว.31/2563 ซึ่งภายหลังได้รับการอนุมัติ ผู้วิจัยได้รับอนุญาตจากผู้บังคับ การวิทยาลัยพยาบาลตำรวจ และเข้าพบตัวอย่างเพื่อชี้แจง วัตถุประสงค์ วิธีการดำเนินการวิจัย และประโยชน์ที่ได้รับ แล้วให้ตัวอย่างยินยอมเข้าร่วมวิจัยลงนามในเอกสาร และ ผู้วิจัยจะไม่ระบุชื่อ-นามสกุล ของตัวอย่าง การนำเสนอจะทำใน ภาพรวมของการศึกษาเท่านั้น ซึ่งจะไม่มีผลกระทบเสียหายต่อ ตัวบุคคลแต่อย่างใด

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล จากกลุ่มตัวอย่างด้วยตนเอง โดยชี้แจงวัตถุประสงค์ ขั้นตอนการ เก็บรวบรวมข้อมูลอย่างละเอียด เมื่อกลุ่มตัวอย่างได้รับฟังข้อมูล และได้อ่านเอกสารชี้แจงข้อมูล (Information sheet) จนเกิด ความเข้าใจและยินดีเข้าร่วมการวิจัยด้วยความสมัครใจแล้วจึง ให้กลุ่มตัวอย่างลงนามในหนังสือแสดงเจตนายินยอมเข้าร่วม วิจัย (Informed consent) แล้วจึงให้กลุ่มตัวอย่างตอบ แบบสอบถาม ให้เวลาในการทำแบบสอบถามคนละ 30 นาที เมื่อทำเสร็จผู้วิจัยเก็บแบบสอบถามกลับคืนแล้วตรวจสอบความ สมบูรณ์ ก่อนนำไปวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ ชั้นปี ใช้ การวิเคราะห์ ความถี่ ร้อยละ ส่วนปัจจัยความฉลาดทางอารมณ์ สัมพันธภาพกับเพื่อน สัมพันธภาพกับครอบครัว การสนับสนุน ทางสังคม และปัญหาสุขภาพจิต ใช้ในการวิเคราะห์ค่าเฉลี่ย และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์ สัน (Pearson Product Moment Correlation และค่าถดถอย พหุคูณ (Multiple Regression Analysis)

ผลการวิจัย

การศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อปัญหาสุขภาพจิตของ นักศึกษาพยาบาล ผู้วิจัยขอนำเสนอผลการศึกษา ดังนี้

กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง จำนวน 270 คน คิดเป็นร้อยละ 97.12 เพศชาย จำนวน 8 คน เป็นนักศึกษาชั้น ปีที่ 2 จำนวน 79 คน คิดเป็นร้อยละ 28.42 นักศึกษาชั้นปีที่ 1 จำนวน 70 คน คิดเป็นร้อยละ 25.18 นักศึกษาชั้นปีที่ 4 จำนวน 69 คน คิดเป็นร้อยละ 24.82 และนักศึกษาชั้นปีที่ 3 จำนวน 60 คน คิดเป็นร้อยละ 21.58 ตามลำดับ

ผลการศึกษาปัญหาสุขภาพจิตของนักศึกษา พยาบาล พบว่า มีค่าเฉลี่ยโดยรวมอยู่ในระดับน้อย (ค่าเฉลี่ย = 0.70, SD = 0.64)

ตารางที่ 1 ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยความฉลาดทางอารมณ์ สัมพันธภาพกับเพื่อน สัมพันธภาพกับครอบครัว และการสนับสนุน ทางสังคมกับปัญหาสุขภาพจิตของนักศึกษาพยาบาล (n = 278)

ตัวแปร	ปัญหาสุขภาพจิต	ความฉลาดทางอารมณ์	สัมพันธภาพ กับเพื่อน	สัมพันธภาพ กับครอบครัว	การสนับสนุน ทางสังคม
ปัญหาสุขภาพจิต	1	-.684*	-.229*	-.435*	-.592*
ความฉลาดทางอารมณ์		1	.456*	.305*	.702*
สัมพันธภาพกับเพื่อน			1	.366*	.571*
สัมพันธภาพกับครอบครัว				1	.579*
การสนับสนุนทางสังคม					1

* p < .05

ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยความฉลาดทางอารมณ์ สัมพันธภาพกับเพื่อน สัมพันธภาพกับครอบครัว และการสนับสนุนทางสังคมกับปัญหาสุขภาพจิตของนักศึกษาพยาบาล พบว่า ปัจจัยความฉลาดทางอารมณ์ สัมพันธภาพกับเพื่อน สัมพันธภาพกับครอบครัว และการสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางลบกับปัญหาสุขภาพจิต

อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับปัญหาสุขภาพจิตมากที่สุดคือ ความฉลาดทางอารมณ์ ($r = -.684$) รองลงมาคือ การสนับสนุนทางสังคม ($r = -.592$) สัมพันธภาพกับครอบครัว ($r = -.435$) และสัมพันธภาพกับเพื่อน ($r = -.229$) ตามลำดับ

ตารางที่ 2 ปัจจัยทำนายปัญหาสุขภาพจิตของนักศึกษาพยาบาล ซึ่งใช้การวิเคราะห์พหุคูณ (MRA) ด้วยวิธี Enter

ตัวแปร	b	BETA	T	P
ความฉลาดทางอารมณ์ (EMI)	1.137	.603	10.449**	.000
สัมพันธภาพกับเพื่อน (RWF)	.347	.224	4.540**	.000
สัมพันธภาพกับครอบครัว (FAR)	.280	.243	4.839**	.000
การสนับสนุนทางสังคม (SOP)	.190	.156	2.217*	.027
ค่าคงที่ = 4.823 $F(4,273) = 86.456, p = .000$				
$R = .748 \quad R^2 = .559$				

* $p < .05$ ** $p < .01$

ผลการวิเคราะห์ปัจจัยที่ส่งผลต่อปัญหาสุขภาพจิตของนักศึกษาพยาบาล พบว่า ปัจจัยความฉลาดทางอารมณ์ สัมพันธภาพกับเพื่อน สัมพันธภาพกับครอบครัว และการสนับสนุนทางสังคมสามารถรวมทำนายปัญหาสุขภาพจิตของนักศึกษาพยาบาล อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยทำนายได้ร้อยละ 55.9

การอภิปรายผลการวิจัย

ผลการวิจัยพบว่าระดับปัญหาสุขภาพจิตของนักศึกษาพยาบาล มีค่าเฉลี่ยโดยรวมอยู่ในระดับน้อย (ค่าเฉลี่ย = 0.70, $SD = 0.64$) เนื่องจากนักศึกษาพยาบาลในวิทยาลัยพยาบาลตำรวจ มีการจัดกิจกรรมการเรียนการสอน และกิจกรรมเสริมหลักสูตร เพื่อส่งเสริมให้นักศึกษาเกิดสมรรถนะตามรายชั้นปี ได้แก่การมีคุณธรรมจริยธรรม การมีเมตตา มีความเสียสละ มีจิตสาธารณะ มีทัศนคติที่ดีต่อวิชาชีพพยาบาลและเห็นคุณค่าแห่งตน ตามแนวคิดพื้นฐานของทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมเชิงพุทธิปัญญา (Social Cognitive Learning Theory) โดย Bandura¹⁴ (1989) เชื่อว่าการเรียนรู้

ของมนุษย์เกิดจากการเรียนรู้ผ่านการสังเกตหรือการเลียนแบบจากการมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม การเกิดพฤติกรรมของบุคคลจะเกี่ยวข้องกับ 3 ปัจจัย ได้แก่ปัจจัยทางปัญญาและปัจจัยส่วนบุคคล (Cognitive and other personal factor) ปัจจัยด้านพฤติกรรม (Behavior) และปัจจัยด้านสภาพแวดล้อม (Environment influence) กระบวนการเรียนรู้เหล่านี้จะช่วยให้บุคคลเรียนรู้ถึงความสามารถของตนเอง การมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นอย่างเหมาะสมจะส่งผลให้บุคคลเกิดการมองตนเองอย่างเข้าใจ ไม่เกิดปัญหาสุขภาพจิต

ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์และส่งผลกับปัญหาสุขภาพจิตของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลตำรวจ พบว่าความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาพยาบาล มีความสัมพันธ์ทางลบกับปัญหาสุขภาพจิตของนักศึกษาพยาบาลตำรวจ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($r = -.684$) เนื่องจากความฉลาดทางอารมณ์เป็นปัจจัยภายในตัวบุคคลที่ส่งผลต่อการปรับตัวและการเผชิญปัญหาของนักศึกษาพยาบาล¹⁶ ทั้งในเรื่องการปรับตัวตามวัย การปรับตัวด้านสภาพแวดล้อม อีกทั้งการจัดวิธีการจัดการเรียนการสอนทางการพยาบาลให้

ความสำคัญกับการพัฒนาศักยภาพด้านต่าง ๆ และใช้กระบวนการทางปัญญาเพื่อให้นักศึกษามีความรู้สามารถปฏิบัติเชิงวิชาชีพ และสามารถลงมือปฏิบัติกับชีวิตมนุษย์ได้จริง มีการศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาในหลักสูตรสายวิทยาศาสตร์สุขภาพ มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ¹⁶ การเรียนการสอนทางพยาบาลให้ความสำคัญกับการพัฒนานักศึกษาให้มีความรู้รอบด้าน ส่งเสริมให้แสวงหาความรู้และให้ความสำคัญกับการแสดงความคิดเห็นเพื่อให้เกิดการปรับเปลี่ยนกระบวนการคิด เกิดความเข้าใจตนเองและผู้อื่น ทำให้เกิดการเรียนรู้อย่างมีความสุข เป็นคนเก่งและเป็นคนดี และความฉลาดทางอารมณ์มีความสัมพันธ์ทางลบและสามารถทำนายภาวะสุขภาพจิตอย่างมีนัยสำคัญ ($r = -.129, p < .05$)¹⁷

พบว่า การสนับสนุนทางสังคมของนักศึกษาพยาบาลตำรวจ มีความสัมพันธ์ทางลบกับปัญหาสุขภาพจิต อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($r = -.592$) การที่นักศึกษาพยาบาลตำรวจได้รับความช่วยเหลือจากเพื่อน อาจารย์และครอบครัว ด้านข้อมูลข่าวสาร วัตถุประสงค์ของ จากแหล่งประโยชน์ส่วนบุคคลนั้น ทำให้บุคคลได้รับรู้ถึงความรัก ความผูกพันและรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของสังคมนั้น ๆ ส่งผลให้นักศึกษามีความสุข สามารถปรับตัวกับการเรียนได้ สอดคล้องกับการศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อภาวะสุขภาพจิตของนักศึกษา พบว่าการสนับสนุนทางสังคมช่วยลดการเกิดความเครียดทางอารมณ์และส่งผลต่อความพึงพอใจในชีวิต^{17,18} และการที่นักศึกษารับรู้ว่าตนเองเป็นส่วนหนึ่งของสังคม ส่งผลให้เกิดการเปลี่ยนแปลงตนเองในทางที่ดี เกิดเป็นภาวะสุขภาพจิตที่ดีสอดคล้องกับการศึกษาในเรื่องความสัมพันธ์ระหว่าง การสนับสนุนทางสังคมกับทักษะชีวิตของนักศึกษาพยาบาล พบว่าการสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการปรับตัวเกิดทักษะในการเผชิญปัญหา¹⁹ สอดคล้องกับการศึกษาของ Nebhinani²⁰ ที่พบว่าปัจจัยด้านสิ่งสนับสนุนทางสังคมส่งผลต่อปัญหาสุขภาพจิต

พบว่า สัมพันธภาพกับครอบครัว ของนักศึกษาพยาบาลตำรวจ มีความสัมพันธ์ทางลบกับปัญหาสุขภาพจิต อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($r = -.435$) ครอบครัวเป็นสถาบันฐานรากที่ใกล้ชิดกับวัยรุ่นและเยาวชนมากที่สุด สมาชิกในครอบครัวที่มีสัมพันธภาพดีต่อกัน รู้จักบทบาทหน้าที่ของตนเป็นปัจจัยสำคัญในการสร้างภูมิคุ้มกันพฤติกรรมเสี่ยงต่าง ๆ ให้กับวัยรุ่นและเยาวชน¹ ดังที่ Bandura¹⁴ เชื่อว่าการเรียนรู้ของมนุษย์เกิดจากการเรียนรู้ผ่านการสังเกตหรือ

การเลียนแบบ ดังนั้นนักศึกษาที่มาจากครอบครัวที่มีสัมพันธภาพดี จะเกิดการเลียนแบบพฤติกรรมที่ดี มีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นได้อย่างเหมาะสม ไม่เกิดความคับข้องใจและการอับถมเลี้ยงดูจากครอบครัวมีความสัมพันธ์ทางบวกกับปัญหาสุขภาพจิต อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r = .233, p < .001$)²¹ อธิบายได้ว่าลักษณะการเลี้ยงดูและความผูกพันของพ่อแม่หรือผู้ปกครองและผู้ที่อยู่ใกล้ชิด หากเด็กได้รับการเลี้ยงดูอย่างอิสระแบบมีขอบเขต จะมีความภูมิใจในตนเองสูง มีวุฒิภาวะทางสังคมและมีคุณธรรม มักประสบความสำเร็จในชีวิต ซึ่งแตกต่างจากเด็กที่ถูกเลี้ยงดูอย่างตามใจจะมีภาวะซึมเศร้าอยู่ในระดับต่ำ ส่วนเด็กที่ถูกเลี้ยงดูแบบเข้มงวดจะมีพฤติกรรมวิตกกังวล แยกตัวและไม่มีความสุข ความภาคภูมิใจในตนเองต่ำ²² ความผูกพันในครอบครัวเป็นการรับรู้ถึงการเอาใจใส่ซึ่งกันและกันภายในครอบครัว เป็นปัจจัยที่ส่งผลต่อสุขภาพจิตของวัยรุ่น เนื่องจากความรักความผูกพันเป็นปัจจัยพื้นฐานในการเรียนรู้ถึงการให้และรับความรักจากตนเองและผู้อื่น เป็นสิ่งสำคัญที่จะพัฒนาบุคคลนั้น ๆ ให้เกิดความรู้สึกไว้วางใจ เอื้ออาทรและเสียสละ หากเกิดการพัฒนาที่ไม่เหมาะสม อาจก่อให้เกิดความรู้สึกเกลียดชัง ไม่ไว้วางใจบุคคลอื่น ดังนั้นสัมพันธภาพในครอบครัวจึงส่งผลต่อภาวะสุขภาพจิต^{17,23}

พบว่า สัมพันธภาพกับเพื่อนของนักศึกษาพยาบาล มีความสัมพันธ์ทางลบกับปัญหาสุขภาพจิตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($r = -.229$) วัยรุ่นเป็นวัยที่กลุ่มเพื่อนมีอิทธิพลต่อการใช้ชีวิต โดยเฉพาะการเรียนในหลักสูตรพยาบาลศาสตร์ที่ต้องอยู่หอพักและใช้ชีวิตร่วมกับเพื่อน ทำให้เกิดความผูกพัน หากสัมพันธภาพระหว่างเพื่อนไม่ดี จะเกิดความกดดัน ทุกข์ใจและปรับตัวได้ไม่ดี ส่งผลต่อภาวะสุขภาพจิตซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาเกี่ยวกับสุขภาพจิตและปัจจัยที่เกี่ยวข้องของนิสิตระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1¹⁸ พบว่าสัมพันธภาพกับเพื่อนที่ดีช่วยให้เกิดสุขภาพจิตที่ดีและพบว่าการได้อยู่รวมกับเพื่อนนั้นทำให้นักศึกษามีความสุขมากและมากที่สุด²⁴ พบว่าสัมพันธภาพกับเพื่อนของนักศึกษาพยาบาล ส่งผลต่อปัญหาสุขภาพจิตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จากการศึกษาภาวะสุขภาพและการปฏิบัติตัวด้านสุขภาพของนักศึกษาไทยพบว่านักศึกษาที่มีเพื่อนสนิทที่สามารถพูดคุยได้ทุกเรื่องอย่างน้อย 1 คนและสูงสุด 20 คน การที่ได้พูดคุยและระบายความรู้สึก ทำให้นักศึกษารับรู้ปัญหาของตนเองและมีความสุขที่พบว่ามีเพื่อนเป็นผู้รับฟัง และพบปัจจัยที่ทำให้ นักศึกษามีความทุกข์มากที่สุด 3 ลำดับแรก ได้แก่ 1) การเรียน

2) ความอิสระในการคิดและการกระทำ 3) สัมพันธภาพระหว่างเพื่อน ซึ่งการที่นักศึกษามีความทุกข์เหล่านี้ อาจส่งผลต่อภาวะสุขภาพจิตของนักศึกษา^{25,26}

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะที่ได้จากการทำวิจัย

ข้อเสนอแนะจากผลการวิจัยนี้ สถาบันการศึกษาควรส่งเสริมและพัฒนา รูปแบบจัดการเรียนการสอนเน้นกิจกรรมที่ช่วยพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ ความสัมพันธ์ระหว่างเพื่อน ครอบครัว และให้การสนับสนุนทางสังคม เพื่อช่วยป้องกันการเกิดปัญหาสุขภาพจิตในนักศึกษาพยาบาลได้

ข้อเสนอแนะสำหรับการทำวิจัยต่อไป

1. ควรมีการศึกษาวิจัยเชิงคุณภาพในปัญหาสุขภาพจิตของนักศึกษา เพื่อช่วยให้เข้าใจปัญหาและแก้ปัญหาได้อย่างชัดเจนยิ่งขึ้น
2. ควรสร้างโปรแกรมเพื่อเสริมสร้าง และพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ (EQ) เช่น กิจกรรมการนั่งสมาธิก่อนการเรียน หรือจัดกิจกรรมความภาคภูมิใจของฉัน ในนักศึกษาชั้นปีเดียวกันและระหว่างชั้นปี เพื่อเป็นการเสริมสร้างการตระหนักรู้ในตนเองและการมีสัมพันธภาพที่ดีต่อบุคคลอื่น

References

1. National Statistical Office. Statistical Yearbook Thailand 2019. Bangkok: Ministry of Digital Economy and Society. 2019. (in Thai).
2. Chootong, R, et al. Mental health status, family state and family functioning of undergraduate students in a Southern University, Thailand. Journal Psychiatric Association Thailand. 2019; 64(4): 337-350. (in Thai).
3. Wijekoon CN, Amaratunge H, Silva YD, Senanayake S, Jayawardane P, Senarath U. Emotional intelligence and academic performance of medical undergraduates: a cross-sectional study in a selected university in Sri Lanka. BMC Med Educ 2017; 7: 176.

4. Foofoeng, T., & Mokekhaow, K. Factors relationship to stress of the first year nursing students, government college and private university. Journal of The Royal Thai Army Nurses. 2019; 20(3): 373-381. (in Thai).
5. Sripho, S., Vatanasin, D., & Nabkasorn, C. The effect of emotional quotient enhancement program on mental health among nursing students. Journal of Phrapokklao Nursing College. 2019; 30(2): 76-87. (in Thai).
6. Tongsawang, K. The Relationships between the Personal Factors, Stress, Emotional Intelligence and Academic Achievement of the Students at Faculty of Nursing, Chaiyaphum Rajabhat University. Journal of The Royal Thai Army Nurses. 2017; 18(2): 91-100. (in Thai).
7. Taveekaew, C., Chitrak, W., Waewmanee, C., & Srisen, N. Mental health and resilience in nursing students: Case study of a nursing college in the northeast. Journal of Nursing, Public Health, and Education. 2019; 20(2): 60-68.
8. Rodmanee, S. The development of psychological immunity for academic resilience of police nurse students through integrative group counseling model. Dissertation for the degree of doctor of philosophy. Kasem Bundit University. Bangkok. 2016. (in Thai).
9. Department of Mental Health, Ministry of Public Health. Guide to Emotional Intelligence. Bangkok: Publisher the War Veterans Organization, 2000. (in Thai)
10. Treesuwon, J. A study of ego identity of late adolescent students in secondary schools under the general education department in Bangkok. (Thesis) M.Ed. (guidance and counseling psychology). Srinakharinwirot University. Bangkok. 1999. (in Thai).

11. Yamwong, P. A study of social support affect life satisfaction among Thammasart University students.(Thesis) M.Ed. (guidance and counseling psychology). Srinakharinwirot University. Bangkok. 2002. (in Thai).
12. Oei TP, Sawang S, Goh Yw, Mukhtar F, Using the Depression Anxiety Stress Scale 21 (Dass-21) across culture. *Int J Psychol* 2013;48:1018-29.
13. Kaemkate. W. Research Methodology in Behavioral Sciences. 2nded. Bangkok: Amarin Printing & Publishing. 2008. (in Thai).
14. Bandura, A. Social foundations of thought and action : A social cognitive theory. New Jersey: Prentice-Hall.1989.
15. Moopayak, K., Udomphanthurak, J., Kanyapat-tanapron, C., Sangchan, & Kaesornsamut, P. Correlation between emotional intelligence and adaptive behaviors of nursing students. *Journal of Nursing Science*. 2015; 33 Suppl 1: 55-65. (in Thai).
16. Ngamkam, N., et al. Factors affecting emotional quotient of students in health science curriculums at Huachiew Chalermprakiet University. *HCU Journal*. 2016; 20(39): 45-56. (in Thai).
17. Iamwattanaseri, N., Vorakul, P., & Roomruangwong C. Mental health status and associated factors in first year undergraduate student. *Chula Med J*. 2017; 61(6): 783-98. (in Thai).
18. Thanoi, W., Pornchaikate Au-Yeong, A., & Ondee, P. Factors affecting the mental health of the faculty of nursing students, Mahidol University. *Thai Journal of Nursing Council*. 2012; 27(Special Issue): 60-76. (in Thai).
19. Janjaroen, K., & Nakaramontree, S. The relationship between social support and life skills among nursing students. *The Southern College Network Journal of Nursing and Public Health*. 2016; 3(2): 85-99. (in Thai).
20. Nebhinani, N., & Jain, S. Adolescent mental health: Issues, challenges, and solutions. *Annals of Indian Psychiatry*. 2019; 3(1): 4-7.
21. Saithanu, K., Thanee, S., & Unjai, W. Influencing factors of mental health of the students at Ubonratchathani University. Ubonratchathani University. Ubonratchathani. 2016. (in Thai).
22. Kantasorn, P., Chulakadabba, S., & Punyapas, S. Relationship between parenting styles and psychological capital among students of a public university. *J Prapokklao Hosp Clin Med Educat Center*. 2018; 35(2): 153-162. (in Thai).
23. Srichai, A., Chaisena Dallas, J., Hengudomsub, P. Relationships between family connectedness, negative life event, emotional quotient and mental health status of high school students. *The Journal of Faculty of Nursing Burapha University*. 2016; 24(4): 65-76. (in Thai).
24. Akarasirirot, W. Measuring the happiness index of students, Chiangmai University. Chiangmai: Faculty of Economy, Chiangmai University. 2012. (in Thai).
25. Kawsaard, N., Arpanantikul, M., & Putwatana, P. Selected variables related to nursing students' happiness. *Thai Journal of Nursing Council*. 2013; 28(1): 19-33. (in Thai).
26. Ross, R, Boonyanurak, P. & Stopper, C. Worries and Depressive Symptoms among Baccalaureate Nursing Students in Thailand: An embedded Mixed Methods Study. *Journal of The Royal Thai Army Nurses*. 2014; 15(1): 52-63. (in Thai).