

Original article

Stress and related factors of undergraduate institute financial aid recipients at Faculty of Commerce and Accountancy, Chulalongkorn University

Jarucha Banjerdthaworn¹Puchong Laurujisawat^{2,*}

Abstract

Background: Financial problems were previously reported to be one of the major causes of stress in university students that affected their physical and mental health. The Faculty of Commerce and Accountancy, one of the schools of social sciences might have undergraduate students with high level of stress. The faculty offered financial aid to support the students. However, the studies of stress and its related factors of undergraduate institute financial aid recipients in Thailand are still limited.

Objectives: To study the stress and its related factor of undergraduate institute financial aid recipients at the Faculty of Commerce and Accountancy, Chulalongkorn University.

Methods: Data were collected from undergraduate students who have received the financial aid in the Faculty of Commerce and Accountancy. There were 127 self-administered questionnaires, including personal information questionnaire, Suangprung stress test (modified), social support questionnaire, and Rosenberg self-esteem scale. Data were analyzed using percentage, standard deviation, and Chi-Square statistics.

Result: The results of the study showed that the students who received the financial aid had a lower stress level of 54.3%, moderate level of 35.5% and high level of 10.2%. There were five factors significantly related to the stress of students received this financial aid: information support, self-esteem, study programs, classmate relationship problem and relationship problem in their family.

Conclusion: Most students who received the financial aid in this study had low to moderate level of stress; however, only 10.2% had high level of stress. The results of this study allows the related departments to be more concerned and monitor the students in order to prevent them from further problems.

Keywords: Stress, undergraduate, financial aid.

*Correspondence to: Puchong Laurujisawat, Department of Psychiatry, Faculty of Medicine, Chulalongkorn University, Bangkok 10330, Thailand.

Received: July 21, 2017

Revised: October 15, 2017

Accepted: December 25, 2017

¹Master of Science, Mental Health, Department of Psychiatry, Faculty of Medicine, Chulalongkorn University

²Department of Psychiatry, Faculty of Medicine, Chulalongkorn University

นิพนธ์ฉบับ

ความเครียดและปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความเครียดของ นิสิตปริญญาตรีที่ได้รับทุนการศึกษาใน คณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

จารุชา บรรเจิดถาวร¹

ภูซงค์ เหล่าจุลวิสัย²

บทคัดย่อ

เหตุผลของการทำวิจัย: การศึกษาที่ผ่านมา พบว่าปัญหาทางการเงินเป็นหนึ่งในสาเหตุหลักที่ทำให้เกิดความเครียดในมหาวิทยาลัย ซึ่งส่งผลกระทบต่อร่างกาย และจิตใจ นอกจากนี้ยังพบว่า คณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชีเป็นหนึ่งในคณะของสาขาวิชาสังคมศาสตร์ที่อาจพบนิสิตปริญญาตรีที่มีความเครียดในระดับสูง คณะมีการสนับสนุนด้านการเงินในรูปแบบทุนการศึกษาแก่นิสิต/นักศึกษา ซึ่งในปัจจุบันการศึกษาความเครียดและปัจจัยที่เกี่ยวข้องของนิสิตในกลุ่มที่ได้รับทุนการศึกษายังมีอยู่ค่อนข้างจำกัดในประเทศไทย

วัตถุประสงค์: เพื่อศึกษาความเครียดและปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความเครียดของนิสิตปริญญาตรีที่ได้รับทุนการศึกษาในคณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

วิธีการทำวิจัย: เก็บข้อมูลจากนิสิตปริญญาตรีที่ได้รับทุนการศึกษาในคณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย จำนวน 127 ราย โดยใช้แบบ สอบถามตอบด้วยตนเอง 4 ชุด ประกอบด้วย แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล, แบบประเมินความเครียด, แบบประเมินแรงสนับสนุนทางสังคม และแบบประเมินการเห็นคุณค่าในตนเอง จากนั้นวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติค่าเฉลี่ย จำนวนร้อยละ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และสถิติไคสแควร์

ผลการศึกษา: พบว่านิสิตที่ได้รับทุนการศึกษามีความเครียดอยู่ในระดับต่ำ ร้อยละ 54.3 ระดับปานกลาง ร้อยละ 35.5 และมีความเครียดในระดับสูงอยู่ที่ร้อยละ 10.2 โดยปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความเครียดของนิสิตที่ได้รับทุนการศึกษามี 5 ปัจจัย ได้แก่ แรงสนับสนุนทางสังคมด้านข้อมูลข่าวสาร การเห็นคุณค่าในตนเอง หลักสูตรที่ศึกษา ปัญหาความสัมพันธ์กับเพื่อนร่วมชั้นเรียน และปัญหาความสัมพันธ์กับบุคคลในครอบครัว

สรุป: นิสิตที่ได้รับทุนการศึกษามีส่วนน้อย มีความเครียดในระดับต่ำ - ปานกลาง อย่างไรก็ตามมีเพียงร้อยละ 10.2 เท่านั้นที่มีความเครียดในระดับสูง ซึ่งผลการศึกษานี้ทำให้หน่วยงานที่เกี่ยวข้องสามารถเฝ้าระวังและป้องกันปัญหาต่อไป

คำสำคัญ: ความเครียด, นิสิตปริญญาตรี, ทุนการศึกษา.

¹นิสิตปริญญาโทสาขาสถาปัตยกรรมศาสตร์ สาขาวิชาสุขภาพจิต ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

²ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ในปัจจุบัน สภาพแวดล้อม เศรษฐกิจและสังคม ได้เปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็ว ทำให้คนต้องเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงและจำเป็นต้องมีการปรับตัว หากบุคคลใดไม่สามารถปรับตัวได้ ก็จะส่งผลให้เกิดความเครียดได้ ปัญหาความเครียดในปัจจุบัน จึงส่งผลกระทบในหลายด้าน ทั้งด้านร่างกายและจิตใจ นำไปสู่ปัญหาสุขภาพกาย และสุขภาพจิต ไม่เพียงแต่ทำให้เกิดภาวะวิตกกังวล ภาวะซึมเศร้าเท่านั้น แต่รวมไปถึงอัตราฆ่าตัวตายที่เพิ่มสูงขึ้นอันเป็นผลมาจากความเครียดอีกด้วย

กรมสุขภาพจิตกระทรวงสาธารณสุข⁽¹⁾ รายงาน อัตราการฆ่าตัวตายสำเร็จของคนไทยปี พ.ศ. 2558 มีจำนวน 4,205 ราย เพิ่มขึ้นจากปี พ.ศ. 2557 ที่มีจำนวน 3,950 ราย คิดเป็นอัตราการฆ่าตัวตายเฉลี่ยเดือนละ 350 ราย หรือเฉลี่ยวันละ 10 ราย นอกจากนี้ในรายงานจำนวนผู้ป่วยที่เข้ามารับบริการ ทางจิตเวชในประเทศไทย รวมทุกจังหวัดในปี พ.ศ.2559 มีจำนวนทั้งหมด 925,911 ราย⁽²⁾ และคาดว่าจะมีจำนวนเพิ่มขึ้นในอนาคต รายงานตัวเลขผู้ใช้บริการโทรมาปรึกษาปัญหาทางโทรศัพท์ 1323 ของปี พ.ศ. 2557 พบว่าปัญหาความเครียดและวิตกกังวล เป็นปัญหาที่มีอัตราการโทรมาขอคำปรึกษามากที่สุด 14,935 ครั้ง⁽³⁾

นิสิต/นักศึกษาเป็นวัยที่อยู่ในช่วงของการเปลี่ยนแปลงผ่านการสร้างสัมพันธ์กับเพื่อนใหม่ในรั้วมหาวิทยาลัย ความต้องการการยอมรับในกลุ่มเพื่อนและสังคม สภาพแวดล้อมและวัฒนธรรมที่เปลี่ยนไป หากนิสิตไม่สามารถปรับตัวได้ สิ่งเหล่านี้อาจเป็นตัวกระตุ้นให้เกิดความเครียดได้ จากการทบทวนวรรณกรรมแล้วพบว่าการศึกษาที่เกี่ยวข้องกับความเครียดของนิสิตที่ได้รับทุนการศึกษา โดยเป็นทุนให้เปล่า ไม่ต้องใช้คืนในประเทศไทยและต่างประเทศยังมีอยู่อย่างจำกัด จึงสนใจศึกษาหาความเครียดในนิสิตที่ได้รับทุนการศึกษา เนื่องจากนิสิตในกลุ่มนี้เป็นกลุ่มที่มีความต้องการความช่วยเหลือทางด้านทุนทรัพย์จากมหาวิทยาลัย และหน่วยงานภายนอก เป็นไปได้ว่านิสิตที่มีปัญหาด้านการเงินกลุ่มนี้เป็นกลุ่มที่น่าจะมีความเครียด ถือเป็นการคัดกรองกลุ่ม

เสี่ยงที่อาจจะเกิดภาวะเครียดในระดับรุนแรงได้ ซึ่งมีประโยชน์ในการลดความเสี่ยงที่จะนำไปสู่ปัญหาสุขภาพจิต

วิธีการศึกษา

การศึกษานี้เป็นการศึกษาเชิงพรรณนา ณ ช่วงเวลาใดเวลาหนึ่ง (cross-sectional descriptive study) โดยใช้แบบสอบถามเป็นเครื่องมือในการศึกษา โดยเก็บข้อมูลจากนิสิตปริญญาตรี ที่ได้รับทุนการศึกษาในคณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ที่มีอายุตั้งแต่ 18 ปี ขึ้นไป และให้ความร่วมมือในการวิจัยจากการสุ่มตัวอย่าง โดยใช้สูตร sample size for finite population ของ Wayne WD. (1995) จำนวนทั้งหมด 127 ราย ซึ่งการศึกษานี้ได้ผ่านการพิจารณาจากคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยของคณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เลขที่ 180/60 โดยแบบสอบถามที่ใช้มีทั้งหมด 4 ส่วน ประกอบด้วย

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป ซึ่งผู้วิจัยออกแบบเอง มีทั้งหมด 26 ข้อ แบ่งเป็น 2 ตอน ได้แก่
ตอนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล
ตอนที่ 2 แบบสอบถามความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล

ส่วนที่ 2 แบบทดสอบความเครียดสวนปรุง (ฉบับปรับปรุง) Suanprung Stress Test (Modified) โดยผู้ช่วยศาสตราจารย์นายแพทย์ชัยชนะ นิมนวล และนายภควัต วงศ์ไทย⁽⁴⁾ เพื่อปรับใช้สำหรับความเหมาะสมในกลุ่มประชากรนิสิต/นักศึกษา จำนวนทั้งหมด 22 ข้อ โดยให้ผู้ตอบอ่านคำถามแล้วสำรวจ ดูว่าในระยะ 1 เดือนที่ผ่านมา มีเหตุการณ์ใดเกิดขึ้นกับผู้ตอบบ้าง โดยแบบสอบถามเป็นมาตรวัด 5 ระดับของความเครียด และความถี่ของเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น ผ่านการตรวจสอบแล้ว มีค่า Cronbach's Alpha coefficient = 0.90

ส่วนที่ 3 แบบประเมินการสนับสนุนทางสังคมฉบับภาษาไทย โดย อรพรรณ ลือบุญวัชชัย และพีรพนธ์

ลือบุญวัชรชัย⁽⁵⁾ ใช้ประเมินการสนับสนุนทางสังคม โดยมีแนวคิดมาจากการสนับสนุนทางสังคมของ Schaefer แบบสอบถามเป็นแบบมาตราประมาณค่า (rating scale) มีจำนวนทั้งหมด 16 ข้อ ประกอบด้วย 3 ด้าน คือ 1. ด้านอารมณ์ (จำนวน 7 ข้อ) 2. ด้านข้อมูลข่าวสาร (จำนวน 4 ข้อ) และ 3. ด้านทรัพยากรหรือวัตถุ (จำนวน 5 ข้อ) การทดสอบความเชื่อมั่นและความเที่ยงตรง มีความสอดคล้องภายในดี ค่า Cronbach's Alpha coefficient = 0.91, 0.88, 0.87 เรียงตามการสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์, ข่าวสาร และด้านวัตถุ

ส่วนที่ 4 แบบประเมินการเห็นคุณค่าตัวเอง ของ โรเซนเบิร์ก (Rosenberg Self Esteem Scale) จากวิทยานิพนธ์ของฐปณีย์ ตั้งจิตภักดีสกุล⁽⁶⁾ ใช้วัดการเห็นคุณค่าในตนเองของบุคคลทั่วไป เป็นมาตรวัดแบบเรียงลำดับ (ordinal rating scale) 4 มาตรา จำนวน 10 ข้อ ค่า Cronbach's Alpha coefficient = 0.6728 โดยคิดค่าคะแนนเฉลี่ย 3 – 4 คะแนน หมายถึง เห็นคุณค่าในตนเองสูง 2 – 2.99 คะแนน หมายถึง เห็นคุณค่าในตนเองปานกลาง และ 1 – 1.99 คะแนน หมายถึง เห็นคุณค่าในตนเองต่ำ

การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์เครื่องมือใช้สถิติเชิงพรรณนา (descriptive statistic) เพื่ออธิบายข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่างที่ทำการศึกษา ได้แก่ ค่าความถี่ ค่าร้อยละ ค่าต่ำสุด ค่าสูงสุด ค่ากลางและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

และใช้สถิติเชิงอนุมาน ได้แก่ Chi-Square เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ของปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความเครียด โดยใช้สถิติ Chi-Square Test

ผลการศึกษา

ข้อมูลทั่วไป

กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศชาย มีอายุเฉลี่ย 19.8 ± 1.37 ปี ภูมิลำเนาส่วนใหญ่อยู่กรุงเทพมหานคร และบริเวณทล เกรดเฉลี่ยสะสมอยู่ในช่วง 3.00 - 3.49 ลักษณะที่พักอาศัยเป็นบ้าน (ร้อยละ 40.9) ส่วนใหญ่อาศัยอยู่กับบิดามารดา มีรายได้ต่อเดือนเฉลี่ยอยู่ที่ 6,300 บาท ซึ่งได้รับจากบิดามารดา โดยรายได้ที่ได้รับมีความเพียงพอ ภาระหนี้สินของครอบครัวส่วนใหญ่ น้อยกว่า 50,000 บาท (ร้อยละ 22) บิดามารดาอยู่ด้วยกัน (ร้อยละ 59.8) นิสิตส่วนใหญ่ได้รับทุนการศึกษา มากกว่า 1 ทุน (ร้อยละ 70.1) กลุ่มตัวอย่างร้อยละ 78 ไม่ได้ทำงานพิเศษ ด้านสุขภาพ ส่วนใหญ่ไม่มีโรคประจำตัว (ร้อยละ 81.9) พบประวัติการสูบบุหรี่ (ร้อยละ 18.1) มีประวัติดื่มแอลกอฮอล์ (ร้อยละ 23.6)

ด้านความสัมพันธ์กับคนรัก จากกลุ่มตัวอย่าง 127 ราย มีเพียง 24 รายที่มีคนรัก และร้อยละ 13.4 ในจำนวนดังกล่าวมีปัญหาด้านความสัมพันธ์กับคนรัก

ด้านความสัมพันธ์กับบุคคลอื่น กลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 127 ราย พบว่าร้อยละ 53.5 มีปัญหาความสัมพันธ์กับเพื่อนร่วมชั้นเรียน และร้อยละ 52.8 มีปัญหาความสัมพันธ์กับคนในครอบครัว

ตารางที่ 1. ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง (n = 127)

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน	ร้อยละ
เพศ		
ชาย / หญิง	78 / 49	61.4 / 38.6
อายุ (อายุเฉลี่ย 19.8 ± 1.37)		
18 ปี / 19 ปี / 20 ปี / 21 ปี / 22 ปี	29 / 27 / 30 / 22 / 19	22.8 / 21.3 / 23.6 / 17.3 / 15

ตารางที่ 1. (ต่อ) ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง (n = 127)

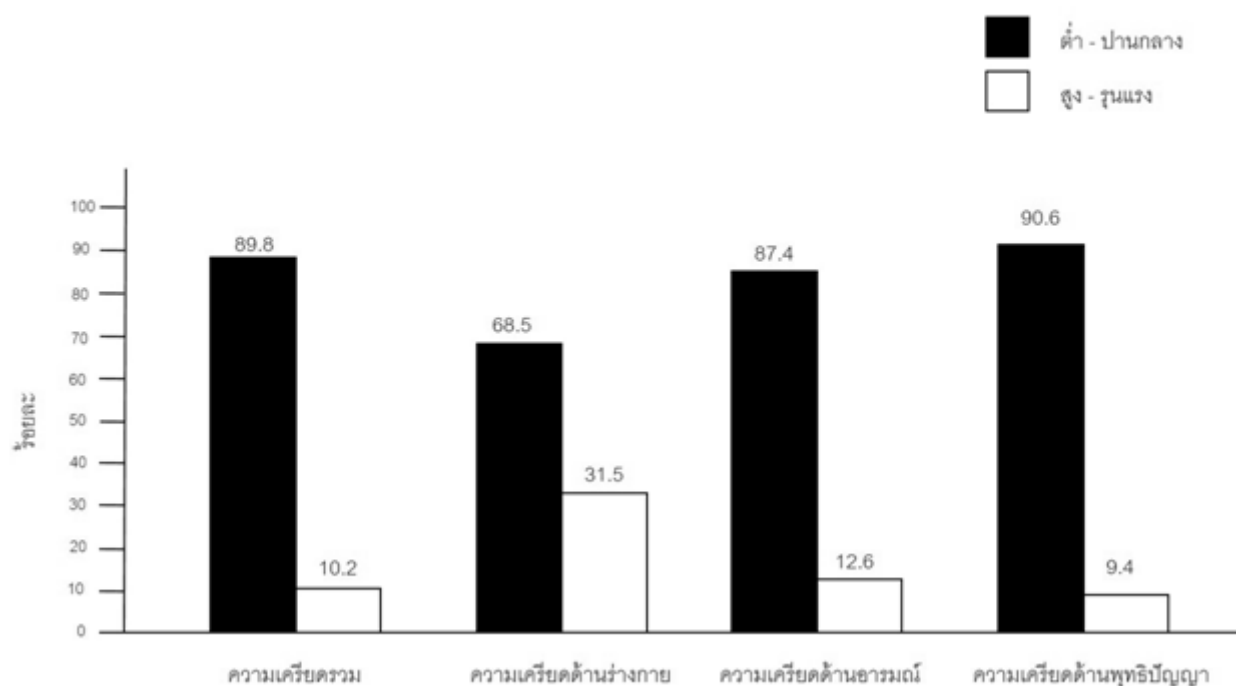
ข้อมูลทั่วไป	จำนวน	ร้อยละ
ภูมิภาค		
กทม. และปริมณฑล / ภาคอื่น ๆ	67 / 59	52.8 / 46.4
ชั้นปีที่กำลังศึกษา		
ปีที่ 1 / 2 / 3 / 4	50 / 24 / 26 / 27	39.4 / 18.9 / 20.5 / 21.2
หลักสูตรที่ศึกษา		
บัญชีศาสตรบัณฑิต / สถิติศาสตรบัณฑิต / บริหารศาสตรบัณฑิต	49 / 28 / 50	38.6 / 22.0 / 39.4
เกรดเฉลี่ยสะสม (n = 77) ไม่รวมนิสิตชั้นปีที่ 1		
น้อยกว่า 3.00 / มากกว่าเท่ากับ 3.00	26 / 51	33.8 / 66.2
ลักษณะที่พักอาศัย		
บ้าน	52	40.9
หอพักใน / นอกมหาวิทยาลัย	65	51.2
คอนโดมิเนียม / อพาร์ทเมนต์	10	7.9
พักอาศัยอยู่กับ		
พ่อแม่/พี่น้อง/ญาติ	76	60.3
เพื่อน/อยู่คนเดียว	50	39.7
รายได้ปัจจุบัน (หน่วย : บาท)		
เฉลี่ย 6,300 ± 3,870.24		
< 5,000 / 5,000 - 10,000 / > 10,001	73 / 49 / 5	57.5 / 38.6 / 3.9
Min = 2,000, Max = 32,000, Mean = 6,300, S.D. = 3,870.24		
ความเพียงพอของรายได้ (n = 127)		
เพียงพอ / ไม่เพียงพอ	91 / 29	75.8 / 24.2
ภาระหนี้สิน (หน่วย : บาท) (n = 47)		
<= 50,000 / > 50,000	28 / 19	59.6 / 40.4
Mean = 993,101.87, S.D. = 1,410,810.36, Min = 5,000, Max = 6,000,000		
จำนวนทุนที่ได้รับ (n = 127)		
1 ทุน / > 1 ทุน	38 / 89	29.9 / 70.1
งานพิเศษ (n = 123)		
ไม่ทำ / ทำ	99 / 24	80.5 / 19.5
สถานภาพของบิดา-มารดา (n = 127)		
อยู่ด้วยกัน	76	59.8
แยกกันอยู่ / หย่า	51	40.2
ความสัมพันธ์กับบุคคลอื่น		
มีปัญหาความสัมพันธ์กับคนรัก (n = 24)	17	70.8
มีปัญหาความสัมพันธ์กับเพื่อนร่วมชั้น (n = 127)	68	53.5
มีปัญหาความสัมพันธ์กับคนในครอบครัว (n = 127)	67	52.8

ข้อมูลความเครียด

ผลการวิจัยพบข้อมูลความเครียดแบ่งออกเป็น 2 ระดับ ดังนี้ 1. ต่ำ - ปานกลาง 2. สูง - รุนแรง โดยแบ่ง

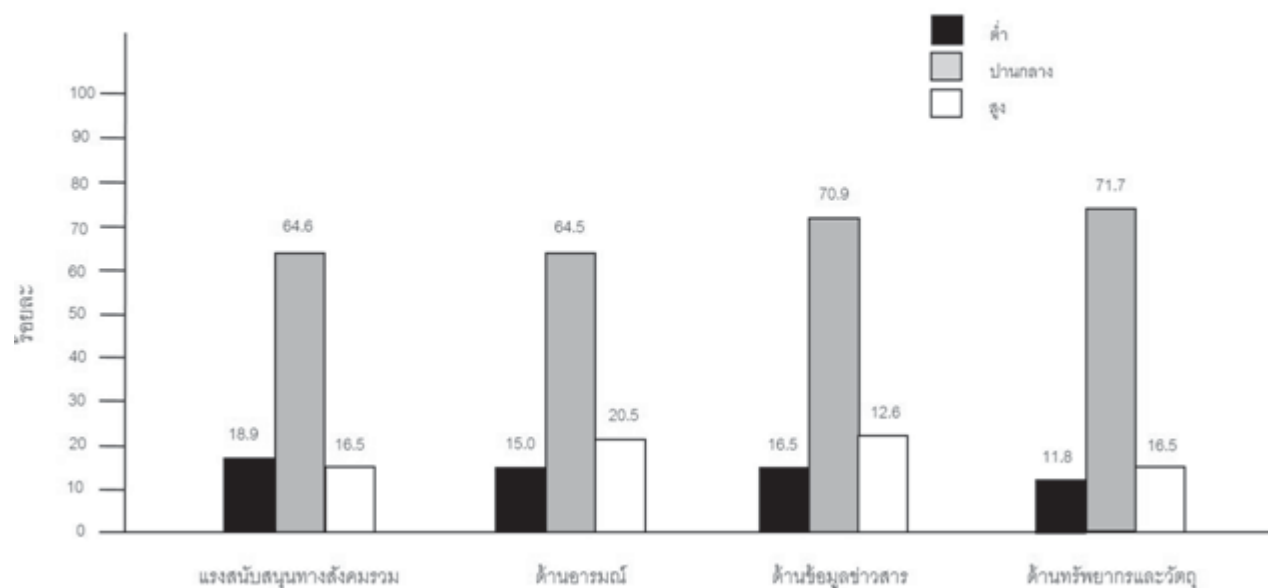
ความเครียดเป็น 3 ด้าน ได้แก่ ความเครียดด้านร่างกาย, ด้านอารมณ์ และด้านพุทธิปัญญา

ระดับความเครียด



รูปที่ 1. ข้อมูลระดับความเครียด

แรงสนับสนุนทางสังคม



รูปที่ 2. ข้อมูลแรงสนับสนุนทางสังคม

จากรูปที่ 1 พบว่าความเครียดที่พบในการศึกษาครั้งนี้ มีระดับความเครียดในระดับสูง - รุนแรงเท่ากับร้อยละ 10.2

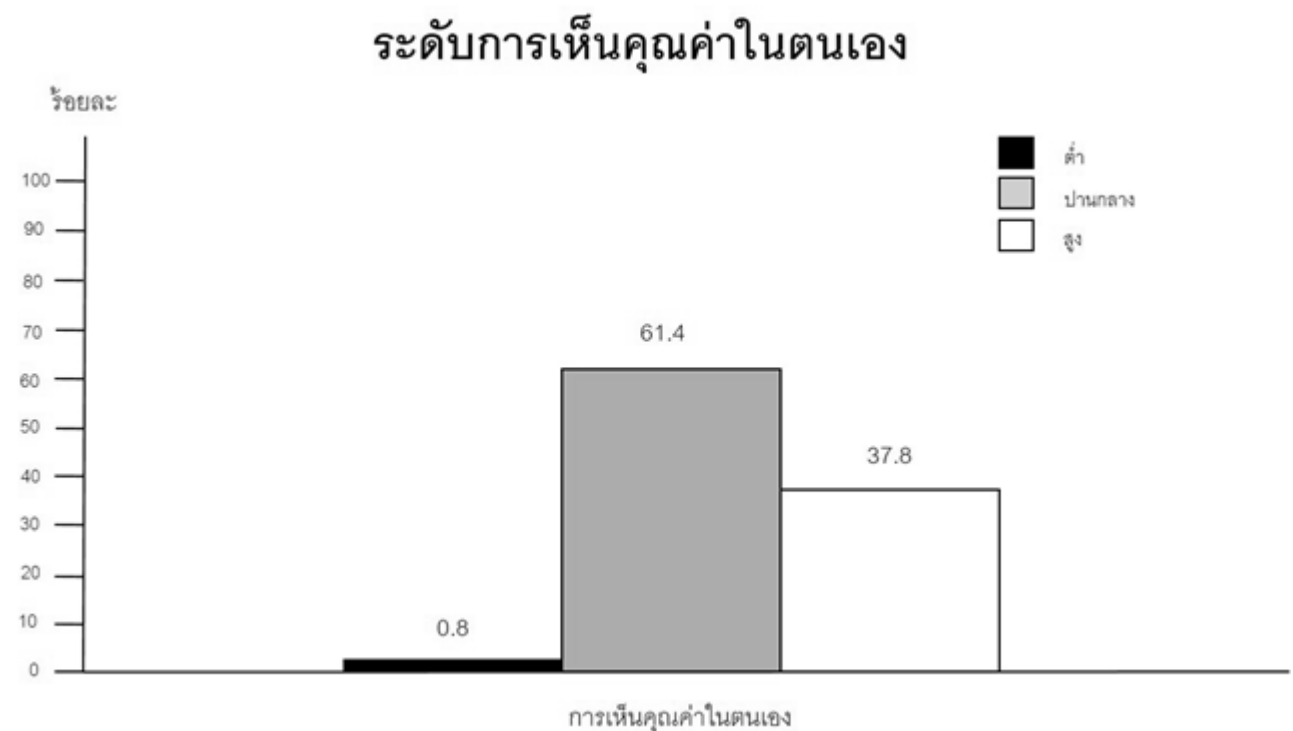
หากจำแนกความเครียดออกเป็นรายด้าน พบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีความเครียดด้านร่างกายมากที่สุด (ร้อยละ 31.5) รองลงมาเป็นความเครียดด้านอารมณ์ (ร้อยละ 12.6) และความเครียดด้านพุทธิปัญญา (ร้อยละ 9.4)

จากรูปที่ 2 กลุ่มตัวอย่างจำนวน 127 ราย ส่วนใหญ่มีแรงสนับสนุนทางสังคมรวมในระดับปานกลาง

(ร้อยละ 64.6) ต่ำ (ร้อยละ 18.9) และสูง (ร้อยละ 16.5) ตามลำดับ

หากจำแนกแรงสนับสนุนทางสังคมออกเป็นรายด้านพบว่าแรงสนับสนุนส่วนใหญ่อยู่ในระดับปานกลางเช่นเดียวกัน

จากรูปที่ 3 พบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีระดับการเห็นคุณค่าในตนเองปานกลาง (ร้อยละ 61.4) รองลงมาเห็นคุณค่าในตนเองระดับสูง (ร้อยละ 37.8) และระดับต่ำ (ร้อยละ 0.8)



รูปที่ 3. ระดับการเห็นคุณค่าในตนเอง

2. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความเครียด

ตารางที่ 2. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความเครียด (นำเสนอเฉพาะที่มีนัยสำคัญทางสถิติ)

ปัจจัยศึกษา	ระดับความเครียด				Crude OR (95% CI)	P - value
	ต่ำ		สูง			
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ		
ความเครียดรวม						
แรงสนับสนุนทางสังคม						
ด้านข้อมูลข่าวสาร						
ปานกลาง-สูง	103	92.8	8	7.2	Reference	0.01 ^a
ต่ำ	11	68.8	5	31.2	5.85 (1.25 - 24.37)	
การเห็นคุณค่าในตนเอง						
สูง	48	100.0	0	0.0	-	0.002 ^a
ต่ำ-ปานกลาง	66	83.5	13	16.5		
หลักสูตรที่ศึกษา						
บัญชีบัณฑิต	47	95.9	2	4.1	Reference	0.01 ^a
สถิติศาสตร์บัณฑิต	21	75.0	7	25.0	7.83 (1.30 - 81.09)	
บริหารศาสตร์บัณฑิต	46	92.0	4	8.0	3.83 (0.84 - 19.51X)	
ความสัมพันธ์กับเพื่อนร่วมชั้นเรียน						
ไม่มีปัญหา	105	92.9	8	7.1	Reference	0.006 ^a
มีปัญหา	9	64.3	5	35.7	7.29 (1.51 - 31.56)	
ความสัมพันธ์กับบุคคลในครอบครัว						
ไม่มีปัญหา	100	94.3	6	5.7	Reference	0.001 ^a
มีปัญหา	14	66.7	7	33.3	8.33 (2.02 - 34.06)	
ความเครียดด้านอารมณ์						
แรงสนับสนุนสังคมด้านอารมณ์						
ปานกลาง-สูง	98	90.7	10	9.3	Reference	0.02 ^a
ต่ำ	13	68.4	6	31.6	4.52 (1.13 - 16.43)	
การเห็นคุณค่าในตนเอง						
สูง	46	95.8	2	4.2	Reference	0.03
ปานกลาง/ต่ำ	65	82.3	14	17.7	4.95 (1.05 - 46.53)	
ความสัมพันธ์กับบุคคลในครอบครัว						
ไม่มีปัญหา	98	92.5	8	7.5	Reference	0.001 ^a
มีปัญหา	13	61.9	8	38.1	7.54 (2.03 - 27.13)	
ความเครียดด้านร่างกาย						
โรคประจำตัว						
ไม่มี	76	73.1	28	26.9	Reference	0.02 [*]
มี	11	47.8	12	52.2	2.96 (1.05 - 8.28)	

ตารางที่ 2. (ต่อ) ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความเครียด (นำเสนอเฉพาะที่มีนัยสำคัญทางสถิติ)

ปัจจัยศึกษา	ระดับความเครียด				Crude OR (95% CI)	P - value
	ต่ำ		สูง			
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ		
ความสัมพันธ์กับเพื่อนร่วมชั้นเรียน						
ไม่มีปัญหา	82	72.6	31	27.4	Reference	0.011 [*]
มีปัญหา	5	35.7	9	64.3	4.76 (1.29-19.29)	
ความเครียดด้านพุทธิปัญญา						
การดื่มแอลกอฮอล์						
ไม่ดื่ม	91	94.8	5	5.2	Reference	0.01 ^a
ดื่มเป็นครั้งคราว	23	76.7	7	23.3	5.54 (1.32-23.59)	
การเห็นคุณค่าในตนเอง						
สูง	47	97.9	1	2.1	Reference	0.03 ^a
ปานกลาง/ต่ำ	68	86.1	11	13.9	7.6 (1.03-334.03)	

a = Fisher's exact test *P < 0.05

อภิปรายผล

1. ระดับความเครียดของนิสิต

จากการศึกษาในครั้งนี้ พบว่านิสิตปริญญาตรีที่ได้รับทุนการศึกษาในคณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ส่วนใหญ่มีความเครียดรวมในระดับต่ำ (ร้อยละ 54.3) มีแรงสนับสนุนทางสังคมและการเห็นคุณค่าในตนเองในระดับปานกลาง สาเหตุที่นิสิตที่ได้รับทุนการศึกษามีความเครียดในระดับต่ำเป็นส่วนใหญ่ อาจเนื่องมาจากนิสิตได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมในด้านต่าง ๆ โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ด้านทรัพยากรและวัตถุที่ทางคณะ ฯ ได้สนับสนุนออกมาในรูปแบบทุนการศึกษา จึงทำให้นิสิตส่วนใหญ่มีความเครียดในระดับต่ำ

เนื่องจากในประเทศไทยยังไม่พบว่ามีการศึกษาความเครียดในนิสิต/นักศึกษาที่ได้รับทุนโดยไม่ต้องใช้จ่ายเงินมาก่อน แต่มีการศึกษาในกลุ่มตัวอย่างอื่น และพบว่าผลการศึกษาสอดคล้องกับการศึกษาในครั้งนี้ ได้แก่ การศึกษาของชาญวุฒิ อธิรัตนโชติ และคณะ⁽⁷⁾ ได้ทำการประเมินสุขภาพจิตและความเครียดของนักศึกษามหาวิทยาลัยอุบลราชธานี โดยมีกลุ่มตัวอย่างจำนวน

11,498 ราย พบว่าส่วนใหญ่มีความเครียดในระดับน้อยถึงปานกลาง ร้อยละ 77.98 สอดคล้องกับการศึกษาของนิศากร เชื้อสาธุชน และสรันยา เฮงพระพรหม⁽⁸⁾ พบว่าความชุกของความเครียดในแพทย์ใช้ทุนอยู่ที่ร้อยละ 29.4 ซึ่งส่วนใหญ่มีความเครียดในระดับปกติและไม่เครียด แต่ไม่สอดคล้องกับการศึกษาของนภัสกร ชันธควร⁽⁹⁾ พบว่านิสิตส่วนใหญ่มีความเครียดในระดับสูง - รุนแรง และการศึกษาของจุฑารัตน์ สติธิปัญญา และวิทยา เหมพันธ์⁽¹⁰⁾ พบว่านักศึกษาร้อยละ 57.6 มีความเครียดในระดับสูง และร้อยละ 22.1 มีความเครียดในระดับรุนแรง ทั้งนี้กลุ่มตัวอย่างที่ทำการศึกษา ชั้นปีที่ศึกษา และช่วงเวลาที่ทำการศึกษาแตกต่างกัน ทำให้ผลการศึกษามิได้สอดคล้องกัน

2. ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความเครียด

จากการศึกษาพบว่าปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความเครียดรวมของนิสิตที่ได้รับทุนการศึกษาในครั้งนี้ คือ ปัจจัยทางด้านจิตสังคม ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเอง และปัจจัยทางด้านสังคม ได้แก่ การสนับสนุนทางสังคม

ด้านข้อมูลข่าวสาร แต่ไม่พบว่าการสนับสนุนทางสังคม ด้านทรัพยากร/วัตถุ และด้านอารมณ์มีความสัมพันธ์กับความเครียด

2.1 ปัจจัยทางด้านจิตสังคม

การเห็นคุณค่าในตนเอง พบว่าการเห็นคุณค่าในตนเอง มีความสัมพันธ์กับระดับความเครียดของนิสิตที่ได้รับทุนการศึกษาในคณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย สอดคล้องกับการศึกษาของ Abouserie R.⁽¹¹⁾ พบว่านักศึกษาที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงจะมีความเครียดน้อยกว่านักศึกษาที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ และเป็นปัจจัยทำนายความเครียดที่สำคัญ กล่าวคือ นิสิตที่เห็นคุณค่าในตนเองปานกลาง/ต่ำ มีโอกาสเกิดความเครียดในระดับสูง - รุนแรงมากกว่านิสิตที่เห็นคุณค่าในตนเองสูง ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ Farhan S. และคณะ^(12, 13) พบว่าการเห็นคุณค่าในตนเองเป็นปัจจัยทำนายความเครียดที่สำคัญ

บุคคลที่เห็นคุณค่าในตนเองต่ำ มักจะมีลักษณะขาดความมั่นใจในตนเอง ไม่เชื่อมั่นในทักษะความสามารถของตนเอง มองและแปลความหมายต่าง ๆ ในด้านลบ⁽¹⁴⁾ บุคคลเหล่านี้มักจะไม่สามารถเผชิญกับปัญหาและแก้ไขได้ ซึ่งส่งผลโดยตรงต่อความเครียดและสุขภาพจิต⁽¹⁵⁾ ตรงกันข้ามบุคคลที่เห็นคุณค่าในตนเองสูง เป็นบุคคลที่สามารถเผชิญกับปัญหาได้ดี เนื่องจากผู้ที่มีความนับถือตนเองสูงมักจะมีมุมมองการรับรู้ไปในทางบวก⁽¹⁶⁾ มีความมั่นใจในตนเองว่าจะสามารถเผชิญกับเหตุการณ์/สถานการณ์ที่ไม่เป็นไปดังที่คาดหวังด้วยความหวัง และความกล้าหาญได้⁽¹⁷⁾

2.2 ปัจจัยทางด้านสังคม

แรงสนับสนุนทางสังคม พบว่าการสนับสนุนด้านข้อมูลข่าวสารที่ไม่ดี (ระดับต่ำ - ปานกลาง) มีความสัมพันธ์กับระดับความเครียดของนิสิตที่ได้รับทุนการศึกษาในคณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยในระดับสูง สอดคล้องกับการศึกษาของ Wang X. และคณะ⁽¹⁸⁾ การที่นิสิตได้รับข้อมูลข่าวสารที่มี

ประโยชน์ การได้รับคำแนะนำในวันที่มีปัญหาจากบุคคลใกล้ชิด⁽⁵⁾ เช่น เพื่อนและครอบครัว จะทำให้นิสิตจัดการกับเหตุการณ์ทั่ว ๆ ไปและสถานการณ์ที่ตึงเครียดได้ ช่วยลดความวิตกกังวลและความเครียดให้น้อยลง⁽¹⁹⁾ ซึ่งตรงกับแนวคิดของ House JS.⁽²⁰⁾ พบว่าการสนับสนุนทางสังคมช่วยให้ผู้รับ รู้สึกในทางบวกทำให้ลดภาวะเครียดได้

นอกจากนี้ Jou YH.⁽²¹⁾ พบว่าแรงสนับสนุนทางสังคมยังเป็นตัวป้องกันภาวะความเครียดได้ ไม่ว่าในขณะนั้นจะเกิดความเครียดหรือยังไม่เกิดก็ตาม ซึ่งเมื่อเกิดความเครียดหรือความวิตกกังวลแล้ว พบว่าการสนับสนุนทางสังคมเป็นตัวส่งเสริมปัจจัยทางด้านจิตวิทยา ไม่ว่าจะเป็นความสัมพันธ์กับบุคคลอื่น การเห็นคุณค่าในตนเอง การเคารพตนเอง การควบคุมตนเอง ให้ลดความวิตกกังวลความเครียดน้อยลงได้⁽²²⁾

2.3 ปัจจัยส่วนบุคคล

หลักสูตรที่ศึกษา มีความสัมพันธ์กับระดับความเครียด หลักสูตรที่แตกต่างกันส่งผลให้ระดับความเครียดรวมแตกต่างกัน จากการศึกษาข้อมูลพบว่าแต่ละหลักสูตรมีวิชาเรียนเฉพาะที่แตกต่างกัน⁽²³⁾ วิชาส่วนใหญ่ของหลักสูตรสถิติศาสตร์บัณฑิตเป็นวิชาที่เกี่ยวข้องกับตัวเลข ใช้ความสามารถในการคิดคำนวณ การคิดเป็นเหตุเป็นผล การวิเคราะห์ทางสถิติและพิสูจน์ทฤษฎีต่าง ๆ วิชาเรียนส่วนใหญ่จึงมีความซับซ้อนมากกว่าหลักสูตรอื่น ในขณะที่หลักสูตรบัญชีศาสตร์บัณฑิต และหลักสูตรบริหารศาสตรบัณฑิตมีวิชาเฉพาะ ที่เกี่ยวข้องกับตัวเลขเช่นกัน แต่จะเป็นวิชาพื้นฐานการคำนวณในเชิงธุรกิจมากกว่า จึงเป็นไปได้ที่หลักสูตรในการเรียนจะส่งผลต่อระดับความเครียดแตกต่างกัน

ความสัมพันธ์กับเพื่อนร่วมชั้นเรียน มีความสัมพันธ์กับความเครียดรวมและความเครียดด้านร่างกาย เช่น มีอาการปวดตึงกล้ามเนื้อ ปวดศีรษะ ปวดหลัง เหนื่อยง่าย เป็นหวัดบ่อย ๆ และความอยากอาหารเปลี่ยนแปลง บุคคลที่มีปัญหาความขัดแย้งกับเพื่อนร่วมชั้นเรียน มักจะมีผลต่อความเครียดด้วย⁽⁴⁾

ความสัมพันธ์กับคนในครอบครัว พบว่ามีความสัมพันธ์กับความเครียด สอดคล้องกับ Shaikh BT. ⁽²⁴⁾ พบว่าปัญหาความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลในครอบครัว ส่งผลต่อความเครียดของนักศึกษา หากมีความสัมพันธ์ที่ดี ความเครียด ความวิตกกังวล ซึมเศร้าก็จะน้อย ⁽²⁵⁾

สรุป

กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีความเครียดอยู่ในระดับต่ำถึงปานกลาง โดยพบความเครียดระดับสูงเพียงร้อยละ 10.2 ในการศึกษาครั้งนี้แบ่งความเครียดออกเป็น 3 ด้าน กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีความเครียดด้านร่างกายสูงที่สุด (ร้อยละ 31.5) ด้านอารมณ์ (ร้อยละ 12.6) และความเครียดด้านพุทธิปัญญา (ร้อยละ 9.4) ตามลำดับ ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความเครียดมีทั้งหมด 5 ปัจจัย ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเอง หลักสูตรที่ศึกษา ความสัมพันธ์ในครอบครัว ความสัมพันธ์กับเพื่อนร่วมชั้นเรียน และแรงสนับสนุนทางสังคมด้านข้อมูลข่าวสาร

ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความเครียดด้านอารมณ์ คือ การเห็นคุณค่าในตนเอง และแรงสนับสนุนสังคมทางด้านอารมณ์ ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความเครียดด้านร่างกาย คือ โรคประจำตัว ความสัมพันธ์กับเพื่อนร่วมชั้นเรียน และปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความเครียดด้านพุทธิปัญญา คือ การดื่มแอลกอฮอล์ และการเห็นคุณค่าในตนเอง

ข้อจำกัดในการทำวิจัย

การศึกษานี้เป็นการศึกษาเชิงพรรณนา ณ ช่วงเวลาใดเวลาหนึ่ง (cross-sectional descriptive study) จึงไม่สามารถอธิบายถึงความสัมพันธ์ที่เป็นเหตุผลในเชิงวิเคราะห์ได้ และไม่สามารถเป็นตัวแทนของนิสิตที่ได้รับทุนการศึกษาในคณะและมหาวิทยาลัยอื่น ๆ หรือระดับการศึกษาในชั้นอื่น ๆ ได้

ข้อเสนอแนะ

จากการศึกษานี้พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีความเครียดในระดับต่ำ - ปานกลาง ผู้วิจัยจึงมีข้อเสนอ

แนะเพื่อนำไปใช้ในการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับความเครียดของนิสิตที่ได้รับทุนการศึกษาในครั้งต่อไป ดังนี้

1. การศึกษาเชิงพรรณนา โดยทำการศึกษาความเครียดและปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความเครียด ของนิสิตที่ได้รับทุนการศึกษา เปรียบเทียบกับนิสิตที่ไม่ได้รับทุนการศึกษาในคณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี จุฬาลงกรณ์ และศึกษาเพิ่มเติมในคณะที่เหมือนกันของมหาวิทยาลัยอื่น เพื่อทำการเปรียบเทียบกัน

2. การศึกษาเชิงคุณภาพ โดยศึกษาความเครียดของนิสิตที่ได้รับทุนการศึกษาในคณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เพื่อค้นหาสาเหตุใดที่ทำให้ให้นิสิตที่ได้รับทุนการศึกษามีความเครียดในระดับสูงถึงรุนแรง โดยการสัมภาษณ์เชิงลึก (in-depth interview) หรือทำสนทนากลุ่ม (focused group)

กิตติกรรมประกาศ

ผู้วิจัยขอขอบพระคุณ อาจารย์ ดร. ศันญา กิตติโกวิท รองคณบดีฝ่ายกิจการนิสิต คณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี ที่ให้ความอนุเคราะห์ในการจัดเก็บข้อมูล คุณณัฐธิดา อัสวเรืองพิภพ ฝ่ายกิจการนิสิต ที่ช่วยประสานงานและดูแลให้ความสะดวกในการเก็บข้อมูล

เอกสารอ้างอิง

1. กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. รายงานจำนวนการฆ่าตัวตายของประเทศไทย: แยกตามช่วงอายุ. นนทบุรี: กระทรวงสาธารณสุข; 2554.
2. กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. รายงานผู้ป่วยมารับบริการด้านจิตเวชประจำปีงบประมาณ 2559. นนทบุรี: กระทรวงสาธารณสุข; 2559.
3. กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. รายงานประจำปีกรมสุขภาพจิต ปีงบประมาณ 2557. นนทบุรี: กระทรวงสาธารณสุข; 2557.
4. ภควัต วงศ์ไทย. ความเครียดของนิสิตระดับปริญญาตรี ภาควิชาสถาปัตยกรรม คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. วิทยานิพนธ์

- ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต]. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย; 2557.
5. Lueboonthavatchai P. Prevalence and psychosocial factors of anxiety and depression in breast cancer patients. *J Med Assoc Thai* 2007;90: 2164-74.
6. ฐปนีย์ ตั้งจิตภักดีสกุล. ปัจจัยที่สัมพันธ์กับการเห็นคุณค่าในตนเองและความรู้สึกสิ้นหวังในเด็กและเยาวชน ที่กระทำผิดในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนกลาง. [วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต]. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยมหิดล; 2544.
7. ชาญวุฒิ ธิติรัตน์โชติ, ณัฐญาดา เหล่าคงธรรม, วิสันต์ มาวงษ์, ทัดดา ศรีบุญเรือง, สุวรรณภาทรเบญจพล. การประเมินสุขภาพจิตและความเครียดของนักศึกษามหาวิทยาลัยอุบลราชธานี. *วารสารเภสัชศาสตร์อีสาน* 2556;9:66-71.
8. นิศากร เชื้อสาธุชน, สรinya เสงพะพรหม. ความชุกและปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความเครียดในแพทย์ใช้ทุน ในปี 2555. *วารสารวิจัยระบบสาธารณสุข* 2557; 8:176-86.
9. นภัทร ชันธควร. ความเครียดและปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความเครียดของนิสิตชั้นปีที่1 ระดับปริญญาตรี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย [วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต]. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย; 2558.
10. จุฑารัตน์ สติรปัญญา, วิทยา เหมพันธ์. ความเครียดของนักศึกษามหาวิทยาลัย. *วารสารศิลปศาสตร์มหาวิทยาลัยแม่โจ้* 2556;1:42-58.
11. Abouserie R. Sources and levels of stress in relation to locus of control and self esteem in university students. *Educ Psychol* 1994; 14:323-30.
12. Farhan S, Khan I. Impact of stress, self-esteem and gender factor on students' academic achievement. *Int J New Trends in Education and Their Implications* 2015;6:143-53.
13. Saleh D, Camart N, Romo L. Predictors of stress in college students. *Front Psychol* 2017;8:19.
14. Zautra AJ, Reich JW. Life events and perceptions of life quality: Developments in a two-factor approach. *J Community Psychol* 1983;11: 121-32.
15. Bruno FJ. Adjustment and personal growth: Seven pathways. 2nd ed. New York: Wiley; 1983.
16. Tubman JG, Windle M. Continuity of difficult temperament in adolescence: Relations with depression, life events, family support, and substance use across a one-year period. *J Youth Adolesc* 1995;24:133-53.
17. Coopersmith S. The antecedent of self-esteem. California: Consulting Psychologists Press; 1990.
18. Wang X, Cai L, Qian J, Peng J. Social support moderates stress effects on depression. *Int J Ment Health Syst* 2014;8:41.
19. Murphy PM, Kupshik GA, Dawson B. Loneliness, stress and well-being: a helper's guide. London: Routledge; 1992.
20. House JS, Kahn RL, McLeod JD, Williams D. Measures and concepts of social support. In: Cohen S, Syme SL, editors. Social support and health. San Diego, CA: Academic Press; 1985. P. 83-108.
21. Jou YH, Fukada H. Stress and social support in mental and physical health of Chinese students in Japan. *Psychol Rep* 1997;81: 1303-12.

22. ไพศาล แยมวงศ์. การศึกษาการสนับสนุนทางสังคมที่มีผลต่อความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์. [วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต] กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ; 2555.
23. หลักสูตรปริญญาตรี คณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย [อินเทอร์เน็ต]. 2561 [เข้าถึงเมื่อ 31 มี.ค. 2561]. เข้าถึงได้จาก: <https://www.cbs.chula.ac.th/programs-th/bachelors-th/>.
24. Shaikh BT, Kahloon A, Kazmi M, Khalid H, Nawaz K, Khan NA, et al. Stress management in medical students. J Coll Physicians Surg Pak 2004;14:306.
25. Sarkova M, Bacikova-Sleskova M, Madarasova Geckova A, Katreniakova Z, van den Heuvel W, van Dijk JP. Adolescents' psychological well-being and self-esteem in the context of relationships at school. Educ Resh 2014;56: 367-78.