

บทสรุปผู้บริหาร

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาสุขภาพจิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยอุบลราชธานี และปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อสุขภาพจิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยอุบลราชธานี กลุ่มตัวอย่าง เป็นนักศึกษามหาวิทยาลัยอุบลราชธานี ระดับปริญญาตรี ปีการศึกษา 2557 ภาคการศึกษาปลาย ทุกชั้นปี จาก 11 คณะ ได้แก่ คณะวิทยาศาสตร์ คณะเกษตรศาสตร์ คณะวิศวกรรมศาสตร์ คณะศิลปศาสตร์ คณะเภสัชศาสตร์ คณะบริหารศาสตร์ วิทยาลัยแพทยศาสตร์และการสาธารณสุข คณะศิลปประยุกต์และการออกแบบ คณะนิติศาสตร์ คณะรัฐศาสตร์ และคณะพยาบาลศาสตร์ จำนวน 468 คน คำนวณขนาดกลุ่มตัวอย่างโดยใช้สูตรของทาโร ยามาเน่ (Taro Yamane) ระดับความเชื่อมั่น .95 และค่าความคลาดเคลื่อน .05 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย เป็นแบบสอบถาม ประกอบด้วย 3 ตอน คือ 1) แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป 2) แบบสอบถามปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อสุขภาพจิต ประกอบด้วย ปัจจัยด้านนักศึกษา ปัจจัยด้านครอบครัว และปัจจัยด้านสถาบันการศึกษา และ 3) แบบประเมินสุขภาพจิต GHQ-28 (General Health Questionnaire -28) ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลในเดือนกุมภาพันธ์ 2558 แบบสอบถามครบถ้วนและสามารถนำข้อมูลที่วิเคราะห์ได้ หลังจากนั้นทำการวิเคราะห์โดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติพรรณนา สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน และสถิติการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณ

ผลการวิจัย

1. ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

จำนวนกลุ่มตัวอย่างรวมทั้งหมด 468 คน ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง(ร้อยละ 63.9) อายุมากที่สุด 24 ปีอายุน้อยที่สุด 18 ปี อายุเฉลี่ย เท่ากับ 21 ปี กำลังศึกษาชั้นปีที่ 1,2,3,4 และ 5 คิดเป็นร้อยละ 28.6 , 29.9, 25.9, 15.0 และ 0.6 ตามลำดับ ศึกษาอยู่คณะบริหารศาสตร์มากที่สุด ร้อยละ 20.7 ส่วนใหญ่เกรดเฉลี่ยสะสม อยู่ระหว่าง 2.50-2.99 (ร้อยละ 24.8) เกรดเฉลี่ยสะสม น้อยกว่า 2.00 คิดเป็นร้อยละ 2.1 ค่าเฉลี่ยของเกรดเฉลี่ยสะสม 2.91 กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีภูมิลำเนาอยู่ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ(ร้อยละ 95.09) โดยพักอาศัยอยู่หอพักเป็นส่วนใหญ่ซึ่งพักอาศัยทั้งใน/นอกมหาวิทยาลัย(ร้อยละ 78.0) รายได้ต่อเดือน ต่ำสุด 1,000 บาท สูงสุด 48,000 บาท เฉลี่ยต่อเดือน 5,872 บาท แหล่งเงินทุนในการศึกษาเกือบทั้งหมดได้รับจากบิดามารดาหรือผู้ปกครอง(ร้อยละ 92.5) การกู้ยืมกองทุนเพื่อการศึกษาพบว่ามีการกู้ยืม (ร้อยละ 45.7) ไกล่เคียงกับไม่ได้กู้ยืม(ร้อยละ 54.3) และมีกลุ่มตัวอย่างที่ทำงานหารายได้ด้วยตนเอง(ร้อยละ 5.8)

2. ข้อมูลเกี่ยวกับปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อสุขภาพจิต

กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีนิสัยทางบวก ได้แก่ มีน้ำใจ ใจเย็น สนุกสนาน ใจดี ร่าเริงมาก (ร้อยละ 69.4) ส่วนน้อยที่มี มีนิสัยทางลบ ได้แก่ ใจร้อน โกรธง่าย เก็บตัว เอาแต่ใจ คิด มาก (ร้อยละ 23.5) กลุ่มตัวอย่างมีโรคประจำตัว ร้อยละ 12.2 เรียงลำดับจากมากไปหาน้อย 3 โรค ได้แก่ โรคภูมิแพ้ โรคไมเกรน และโรคความดันโลหิตต่ำ (วิงเวียน เป็นลม)ตามลำดับ

ความคิดเห็นของกลุ่มตัวอย่างเกี่ยวกับปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อสุขภาพจิต ได้แก่ ปัจจัยด้านนักศึกษา ปัจจัยด้านครอบครัว และปัจจัยด้านสถาบันการศึกษา โดยปัจจัยด้านนักศึกษาพบว่า สัมพันธภาพกับผู้อื่น ค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมากที่สุด เท่ากับ 4.73 (SD=.49) รองลงมาคือโรคประจำตัวหรือการดูแลสุขภาพ ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.47 (SD=.51) ปัจจัยด้านครอบครัว พบว่า มากที่สุด คือเศรษฐกิจของครอบครัว ค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมากที่สุด เท่ากับ 4.43 (SD=.49) ต่ำสุดคือการเลี้ยงดูแบบควบคุม/บังคับ/เคร่งครัดกฎระเบียบ เท่ากับ 2.23 (SD=1.33) ส่วนปัจจัยด้านสถาบันการศึกษา พบว่ากิจกรรมของคณะหรือมหาวิทยาลัย มีค่าเฉลี่ยสูงสุดเท่ากับ 4.47 (SD=.51) ต่ำสุดคือสภาพแวดล้อมของมหาวิทยาลัย ค่าเฉลี่ย เท่ากับ 3.87 (SD=.84)

3. ข้อมูลสุขภาพจิตของกลุ่มตัวอย่าง

นักศึกษากลุ่มตัวอย่าง ส่วนใหญ่มีสุขภาพจิตอยู่ในเกณฑ์ปกติ (คะแนน<6) มีจำนวน 349 คน คิดเป็น ร้อยละ 74.6 ส่วนมีปัญหาสุขภาพจิต(คะแนน≥6) จำนวน 119 คน คิดเป็น ร้อยละ 25.4 โดยคะแนนต่ำสุดในการประเมินสุขภาพจิต เท่ากับ 0 และคะแนนสูงสุด เท่ากับ 28 คะแนน จำแนกตามเพศ พบว่า เพศหญิงมีสุขภาพจิตอยู่ในเกณฑ์ปกติ(ร้อยละ 75.25) มากกว่าเพศชาย ชั้นปีที่มีปัญหาสุขภาพจิตเรียงจากมากไปหาน้อยที่สุดคือ ชั้นปีที่ 3, 1, 2, 4 และ 5 คิดเป็นร้อยละ 30.58, 26.87, 22.86, 20.0 และ 0 ตามลำดับ จำแนกสุขภาพจิตของนักศึกษากลุ่มตัวอย่างแต่ละคณะ พบว่า ส่วนใหญ่กลุ่มตัวอย่างมีสุขภาพจิตอยู่ในเกณฑ์ปกติทุกคณะ โดยคณะที่มีสุขภาพจิตอยู่ในเกณฑ์ปกติมากที่สุด 3 อันดับแรก ได้แก่ คณะวิศวกรรมศาสตร์ คณะเกษตรศาสตร์ และวิทยาลัยแพทยศาสตร์และการสาธารณสุข (สาธารณสุขศาสตร์) คิดเป็นร้อยละ 85.62 , 84.0 และ 80.95 ตามลำดับ ส่วนคณะที่มีปัญหาสุขภาพจิต 3 อันดับแรก ได้แก่ คณะวิทยาศาสตร์ วิทยาลัยแพทยศาสตร์และการสาธารณสุข (แพทยศาสตร์) และคณะศิลปประยุกต์และการออกแบบ และคณะรัฐศาสตร์ คิดเป็นร้อยละ 42.31 , 40.0 และ 33.33 ตามลำดับ

4. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์และมีอิทธิพลต่อสุขภาพจิตของกลุ่มตัวอย่าง

ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับสุขภาพจิตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ได้แก่ ความเครียดเกี่ยวกับสภาพแวดล้อมของมหาวิทยาลัย ($r = .359, p < .001$) โรคประจำตัว ($r = .09, p = .05$) การอบรมเลี้ยงดูแบบควบคุม บังคับ เคร่งครัดกฎระเบียบ ($r = .233, p < .001$) ส่วนปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ทางลบกับสุขภาพจิตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ได้แก่ ความภาคภูมิใจในตนเอง ($r = -.124, p = .01$) พฤติกรรมการปรับตัว การจัดการปัญหา ($r = -.127, p = .01$) สัมพันธภาพกับผู้อื่น ($r = -.173, p = .001$) และการอบรมเลี้ยงดูแบบมีเหตุมีผล ให้อิสระในการตัดสินใจ ($r = -.221, p < .001$)

เมื่อนำปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับสุขภาพจิตของกลุ่มตัวอย่าง ไปทดสอบการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณ โดยใช้สุขภาพจิตของกลุ่มตัวอย่างเป็นตัวแปรตาม ด้วยวิธี Stepwise regression พบว่าปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อสุขภาพจิตของกลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ สภาพแวดล้อมของมหาวิทยาลัย ($Beta = .341, p < .001$) โดยสามารถอธิบายความแปรปรวนของสุขภาพจิตได้ร้อยละ 12.9 ตัวทำนายตัวที่สองที่ได้รับการคัดเลือกเข้ามาในสมการคือ การอบรมเลี้ยงดูแบบมีเหตุมีผล ให้อิสระในการตัดสินใจ ($Beta = -.189, p < .001$) โดยสามารถอธิบายความแปรปรวนของสุขภาพจิตได้เพิ่มขึ้นเป็น ร้อยละ 16.4 สามารถเขียนเป็นสมการถดถอยในรูปของคะแนนมาตรฐานได้ดังนี้

สุขภาพจิต = $.341$ สภาพแวดล้อมของมหาวิทยาลัย $-.189$ การอบรมเลี้ยงดูแบบมีเหตุมีผล ให้อิสระในการตัดสินใจ

สำหรับปัจจัยที่ไม่มีความสัมพันธ์และไม่มีความอิทธิพลต่อสุขภาพจิตของกลุ่มตัวอย่าง แยกตามปัจจัยด้านนักศึกษา ได้แก่ นิสัย/บุคลิกภาพ ชั้นปี ผลการเรียน ปัจจัยด้านครอบครัว ได้แก่ สัมพันธภาพในครอบครัว และเศรษฐกิจของครอบครัว และปัจจัยด้านสถาบันการศึกษา ได้แก่ คณะ/หลักสูตร/สาขาที่เรียน และกิจกรรมของคณะ/มหาวิทยาลัย

ข้อเสนอแนะ

สถาบันการศึกษาควรจัดสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยให้เอื้อต่อการเรียนรู้ ลดปัจจัยกระตุ้นให้เกิดความเครียด สิ่งแวดล้อมในมหาวิทยาลัยควรมีปลอดภัย สิ่งสนับสนุนการเรียนรู้ควรมีความเพียงพอ ทันสมัย และพร้อมใช้งาน นอกจากนี้ ควรศึกษาการรับรู้เกี่ยวกับสุขภาพจิตและพฤติกรรมดูแลสุขภาพตนเองด้านสุขภาพจิตของนักศึกษา ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อสุขภาพจิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยอุบลราชธานีในแต่ละคณะ

และจำแนกเป็นกลุ่มประเภทของปัญหาสุขภาพจิตให้ชัดเจน เช่น ภาวะซึมเศร้า วิตกกังวล เครียด เป็นต้น เพื่อนำไปใช้ในวิเคราะห์สาเหตุหรือแนวโน้มของปัญหาสุขภาพจิตของนักศึกษา รวมถึงความต้องการของนักศึกษาเกี่ยวกับรูปแบบการส่งเสริมและป้องกันสุขภาพจิต เพื่อนำไปสู่การกำหนดทิศทางหรือนโยบายในการให้การดูแลช่วยเหลือนักศึกษาที่สอดคล้องกับความต้องการของนักศึกษา และบริบทของมหาวิทยาลัย อุบลราชธานี ซึ่งกิจกรรมดังกล่าวควรมีการดำเนินงานและติดตามอย่างต่อเนื่อง