



รายงานการวิจัย  
เรื่อง

ปัญหาสุขภาพจิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์  
Mental Health Problems of P.S.U.'s Students

โดย

เพียงใจ	สินธุนาคร	หัวหน้าโครงการ
พิไลรัตน์	ทองอุไร	ผู้ร่วมโครงการ
วิภา	อัสสธรดิษฐ์	"
วันดี	งอสุร์เชษฐ์	"
ทิพย์ภา	บุรี	"

คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

วิทยาเขตหาดใหญ่ สงขลา

มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ - นักศึกษา - สุขภาพจิต - วิจัย

นักศึกษาศึกษา - สุขภาพจิต - วิจัย

ศ.มอ.

เลขที่ RA ๗๙๐.๗.๒๕ ๖๒๔ 25๒๗

เลขทะเบียน.....

๑ ส.ค. 2538

Order Key.....1934.....

ETB Key.....๒3/39.....

ปัญหาสุขภาพจิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์  
บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มุ่งการศึกษาปัญหาสุขภาพจิต ของนักศึกษามหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ ปี 2526 เพื่อศึกษาสาเหตุแห่งปัญหา วิธีการแก้ปัญหา และเปรียบเทียบความแตกต่างของภาวะสุขภาพจิตของนักศึกษาระหว่างวิทยาเขต สาขาวิชา และเพศ

ประชากรที่ศึกษา เป็นนักศึกษามหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ จำนวน 520 คน โดยใช้แบบสอบถามซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้น และแบบสำรวจความวิตกกังวลของ Spielberger และคณะ กับแบบสำรวจความซึมเศร้าของ Beck ได้รับแบบสอบถามคืนมา และสามารถนำมาวิเคราะห์ข้อมูลได้ 343 ชุด คิดเป็นร้อยละ 65.962 เมื่อตรวจแบบสอบถามเรียบร้อยแล้ว ได้วิเคราะห์ด้วยเครื่องจักร ผลปรากฏดังนี้

1. สาเหตุแห่งปัญหาและวิธีแก้ปัญหา

1.1 ปัญหาด้านการเงิน

นักศึกษาได้รับเงินค่าใช้จ่ายโดยเฉลี่ย 1,344.273 บาทต่อเดือน ซึ่งนักศึกษาส่วนใหญ่ (ร้อยละ 79.300) มีความคิดเห็นว่าพอใช้แล้ว รองลงมาคือไม่พอใช้ (ร้อยละ 20.117) นักศึกษาส่วนใหญ่ (ร้อยละ 70.845) แก้ปัญหาโดยการยืมเพื่อน รองลงมาคือขอเงินเพิ่มจากผู้อุปการะ (ร้อยละ 68.222) นักศึกษาไม่ได้ทำงานระหว่างกำลังศึกษา (ร้อยละ 92.128) มีเพียงส่วนน้อยที่ทำงานระหว่างกำลังศึกษา (ร้อยละ 7.580)

1.2 ปัญหาด้านครอบครัว

นักศึกษาส่วนใหญ่มีภูมิลำเนาอยู่ภาคใต้ (จำนวนร้อยละ 66.472) รองลงมาคือ ภาคกลาง ความสัมพันธ์ระหว่างบิดามารดาของนักศึกษาส่วนใหญ่อยู่ด้วยกันอย่างราบรื่น (ร้อยละ 78.426) รองลงมาคือพอเสียชีวิต (ร้อยละ 9.621) ชีวิตครอบครัวส่วนใหญ่มีความสุขดี (ร้อยละ 91.245) รองลงมาคืออื่น ๆ ได้แก่พ่อแม่หย่าและไม่เคยได้อยู่รวมกับครอบครัว (ร้อยละ 6.414)

วิธีแก้ปัญหาครอบครัวที่นักศึกษาส่วนใหญ่ใช้คือ ปรึกษาคณบดีในครอบครัว รองลงมาคือ การเก็บไว้มองไม่ปรึกษาใคร (ร้อยละ 64.431 , 31.487 ตามลำดับ)

### 1.3 ปัญหาด้านการเรียน

นักศึกษามีแต้มเฉลี่ยสะสม 2.503 ปัญหาด้านการเรียนที่พบมากที่สุด คือ หาหนังสืออ่านประกอบได้ยาก รองลงมาคือ ไม่มีสมาธิในการเรียน (ร้อยละ 43.440, 43.149 ตามลำดับ)

วิธีการแก้ปัญหาที่นักศึกษาส่วนใหญ่ใช้คือ พยายามช่วยตนเองโดยตั้งใจเรียนเพิ่มขึ้น รองลงมาคือปรึกษาเพื่อน (ร้อยละ 76.968, 62.391 ตามลำดับ)

### 1.4 ปัญหาด้านสุขภาพ

นักศึกษาส่วนใหญ่มีสุขภาพแข็งแรงดี (ร้อยละ 72.595) รองลงมา มีสุขภาพไม่แข็งแรงเท่าที่ควร (ร้อยละ 19.534)

วิธีแก้ปัญหาด้านสุขภาพ นักศึกษาส่วนใหญ่ปรึกษาแพทย์ (ร้อยละ 67.638) รองลงมาคือหมั่นรักษาสุขภาพและร่างกาย (ร้อยละ 44.023)

### 1.5 ปัญหาด้านอารมณ์

นักศึกษาส่วนใหญ่มีอารมณ์เยือกเย็น (ร้อยละ 34.402) รองลงมาคือ กระตือรือร้นใจง่าย (ร้อยละ 24.198) อย่างไรก็ตามเมื่อรวมนักศึกษาที่มี อารมณ์ร้อน หงุดหงิด โกรธง่าย และกระทบกระเทือนใจง่ายเข้าเป็นกลุ่มเดียวกัน พบว่ามีจำนวนมากพอสมควร (ร้อยละ 48.98)

วิธีการแก้ปัญหาด้านอารมณ์ที่นักศึกษาส่วนใหญ่ใช้คือ การปรึกษาเพื่อน รองลงมาคือ การระบายอารมณ์โดยการทำงานอดิเรก (ร้อยละ 48.397, 44.898 ตามลำดับ)

### 1.6 ปัญหาด้านสังคม

นักศึกษาส่วนใหญ่เข้าร่วมกิจกรรมบ้าง รองลงมาคือ เข้าร่วมกิจกรรมที่จัดขึ้นเสมอ (ร้อยละ 58.601, 19.535 ตามลำดับ)

นักศึกษาส่วนใหญ่เข้ากับเพื่อนได้ดี รองลงมาคือ เข้ากับเพื่อนไต่บาง (ร้อยละ 63.848, 34.111 ตามลำดับ)

วิธีการแก้ปัญหาเรื่องเพื่อนที่นักศึกษาส่วนใหญ่ใช้คือ การปรึกษาเพื่อน (ร้อยละ 62.974) รองลงมาคือการเก็บไว้มองไม่ปรึกษาใคร (ร้อยละ 26.239)

สำหรับความสัมพันธ์กับเพื่อนต่างเพศ นักศึกษาส่วนใหญ่ยังไม่มีเพื่อนต่างเพศเพราะยังไม่สนใจ รองลงมาคือมีเพื่อนต่างเพศที่สนิทสนมกัน และมีความสัมพันธ์ดี (ร้อยละ 39.650, 23.907 ตามลำดับ)

วิธีการแก้ปัญหาเรื่องเพื่อนต่างเพศ ที่นักศึกษาส่วนใหญ่ใช้คือ การปรึกษาเพื่อน รองลงมาคือการพูดคุยกับเพื่อนต่างเพศให้รู้เรื่อง (ร้อยละ 39.359, 33.528 ตามลำดับ)

### 1.7 ปัญหาด้านสิ่งแวดล้อม

นักศึกษาส่วนใหญ่พักอยู่หอพักในมหาวิทยาลัย รองลงมาคือหอพักเอกชน (ร้อยละ 77.843, 10.787 ตามลำดับ) เกี่ยวกับสภาพที่พักนักศึกษา ร้อยละ 45.170 บอกว่าสะดวกสบายดีแล้ว แต่นักศึกษามีความรู้สึกว่าสะดวกแต่มีสิ่งรบกวนมาก ไม่สะดวกแต่สิ่งแวดล้อมดีและอื่น ๆ ก็มีจำนวนมากพอควร (รวมแล้วคิดเป็นร้อยละ 54.811)

วิธีการแก้ปัญหานักศึกษาส่วนใหญ่ใช้ คือความอดทน และการปรึกษาเพื่อน (ร้อยละ 55.102, 39.359 ตามลำดับ)

2. นักศึกษาวิทยาเขตปัตตานีและวิทยาเขตหาดใหญ่ ต่างก็มีสภาวะสุขภาพจิตไม่ดี โดยที่นักศึกษาวิทยาเขตปัตตานี มีภาวะสุขภาพจิตไม่ดี สูงกว่านักศึกษาวิทยาเขตหาดใหญ่ เนื่องจาก

2.1 นักศึกษาทั้งสองวิทยาเขตต่างก็มีความวิตกกังวลในระดับสูง แต่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยนักศึกษาวิทยาเขตปัตตานีที่มีคะแนนเฉลี่ยระดับความซึมเศร้าสูงกว่านักศึกษาวิทยาเขตหาดใหญ่

2.2 นักศึกษาทั้งสองวิทยาเขต ต่างก็มีความถี่ของความวิตกกังวลสูงแต่ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ อย่างไรก็ตามนักศึกษาวิทยาเขตปัตตานีมีคะแนนเฉลี่ยความถี่ของความวิตกกังวลสูงกว่านักศึกษาวิทยาเขตหาดใหญ่เล็กน้อย

3. นักศึกษาสาขาอื่น ๆ และนักศึกษาสาขาวิทยาศาสตร์สุขภาพ ต่างก็มีภาวะสุขภาพจิตไม่ดีโดยที่ นักศึกษาสาขาอื่น ๆ มีภาวะสุขภาพจิตไม่ดี สูงกว่านักศึกษาสาขาวิทยาศาสตร์สุขภาพ เนื่องจาก

3.1 นักศึกษาสาขาอื่น ๆ มีระดับความวิตกกังวลสูงกว่านักศึกษาสาขาวิทยาศาสตร์สุขภาพอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

3.2 นักศึกษาสาขาอื่น ๆ และนักศึกษาสาขาวิทยาศาสตร์สุขภาพมีความถี่ของความวิตกกังวลไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แต่คะแนนเฉลี่ยของนักศึกษาสาขาอื่น ๆ สูงกว่านักศึกษาสาขาวิทยาศาสตร์สุขภาพ

3.3 นักศึกษาสาขาอื่น ๆ มีความซึมเศร้าสูงกว่านักศึกษาสาขาวิทยาศาสตร์สุขภาพ อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01

4. นักศึกษาหญิงและนักศึกษาชายต่างก็มีภาวะสุขภาพจิตไม่ดี โดยที่นักศึกษาหญิงมีภาวะสุขภาพจิตไม่ดีสูงกว่านักศึกษาชายเนื่องจาก

4.1 นักศึกษาหญิงมีระดับความวิตกกังวลและความถี่ของความวิตกกังวลสูงกว่านักศึกษาชายอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

4.2 นักศึกษาหญิงและนักศึกษาชาย มีระดับความซึมเศร้าไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แต่คะแนนเฉลี่ยของนักศึกษาหญิงสูงกว่านักศึกษาชายเล็กน้อย