



วารสารรัฐประศาสนศาสตร์และการจัดการสังคม

ปีที่ 2 ฉบับที่ 2 (กรกฎาคม-ธันวาคม) 2563

ความเสี่ยงการเป็นภาวะซึมเศร้าของนักเรียนโรงเรียนนายร้อยตำรวจ

อำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม

ชญัญญาช เกษมณี

สาขาวิชาการบริหารงานตำรวจ คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา

Email: s60123450071@ssru.ac.th

บทคัดย่อ

งานวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1.) ศึกษาความเสี่ยงการเป็นภาวะซึมเศร้าของนักเรียน โรงเรียนนายร้อยตำรวจ อำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม 2.) เปรียบเทียบความเสี่ยงการเป็นภาวะซึมเศร้าของนักเรียน โรงเรียนนายร้อยตำรวจ อำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม โดยจำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ ระดับชั้นปี โรคประจำตัว ผลการเรียนรู้ 3.) เสนอแนะแนวทางการแก้ไขปัญหาการเป็นภาวะซึมเศร้าของนักเรียน โรงเรียนนายร้อยตำรวจ อำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐมประชากรที่ใช้ในการวิจัย คือ นักเรียน โรงเรียนนายร้อยตำรวจ อำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม ใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงปริมาณ กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย คือ นักเรียน โรงเรียนนายร้อยตำรวจ อำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม จำนวน 264 คน กลุ่มตัวอย่างได้มาจากการสุ่มอย่างง่าย (Sample Random Sampling) เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ เป็นแบบคัดกรองภาวะซึมเศร้าของกรมสุขภาพจิต (2558) ซึ่งประกอบไปด้วยแบบสอบถาม คือ แบบประเมินภาวะซึมเศร้า 9 คำถาม (9Q) สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าร้อยละ (Percentage) ค่าความถี่ (frequencies) ค่าเฉลี่ย (Mean) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard deviation) One Way ANOVA และ Correlation สถิติเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยระหว่างตัวแปร 2 กลุ่ม (t-test) สถิติเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยระหว่างตัวแปรมากกว่า 2 กลุ่มขึ้นไป (F-test)

จากการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่าง เป็นเพศชายมากที่สุด จำนวน 229 คน ศึกษาในระดับชั้นปีที่1 มากที่สุด จำนวน 72 คน มีเกรดเฉลี่ยสะสม 3.01 - 4.00 มากที่สุด จำนวน 177 คน และไม่มีโรคประจำตัวมากที่สุด จำนวน 240 คน ส่วนใหญ่ไม่มีภาวะซึมเศร้า จำนวน 211 คน ผลรวมค่าเฉลี่ยระดับความเสี่ยงการเป็นภาวะซึมเศร้าของนักเรียน โรงเรียนนายร้อยตำรวจ อำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม อยู่ในระดับไม่มีภาวะซึมเศร้า ผลการเปรียบเทียบความเสี่ยงการเป็นภาวะซึมเศร้าของนักเรียน โรงเรียนนายร้อยตำรวจ อำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม ตามเพศและผลการเรียนรู้ แตกต่างกัน จะมีระดับความเสี่ยงการเป็นภาวะซึมเศร้าไม่แตกต่างกัน และพบว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีระดับชั้นปีและโรคประจำตัว แตกต่างกัน จะมีระดับความเสี่ยงการเป็นภาวะซึมเศร้าที่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

คำสำคัญ: ความเสี่ยง, ภาวะซึมเศร้า, โรงเรียนนายร้อยตำรวจ



วารสารรัฐประศาสนศาสตร์และการจัดการสังคม

ปีที่ 2 ฉบับที่ 2 (กรกฎาคม-ธันวาคม) 2563

The Risk of Depression among Students at Police Cadet Academy Samphran District, Nakhon Pathom Province

Chanyanuch Ketmanee

Police Administration Faculty of Humanities and Social Sciences Suan Sunandha Rajabhat University.

Email: s60123450071@ssru.ac.th

Abstract

The objective of this research is: 1.) To study the depression risk of students. Police Cadet Academy, Sam Phran District, Nakhon Pathom Province 2.) to compare the risk of depression among students Royal Police Cadet Academy, Sam Phran District, Nakhon Pathom Province Classified by personal factors such as gender, grade, year, comorbidities, academic performance 3.) to suggest guidance on solving the problem of depression among students. Royal Police Cadet Academy, Sam Phran District, Nakhon Pathom Province. The population used in the research was the students of the Royal Police Cadet Academy, Samphran District, Nakhon Pathom Province. Using quantitative research methods The sample was 264 students of the Royal Police Cadet Academy, Samphran District, Nakhon Pathom Province. The samples were obtained from Sample Random Sampling. The research tool was a depression screening form of the Department of Mental Health (2015) which consisted of a questionnaire, a depression assessment of 9 questions (9Q). The statistics used for data analysis were percentages, frequencies, mean, standard deviation, one-way ANOVA, and Correlation. Statistics compared the mean between the two groups (t-test). Statics comparing the mean values between more than 2 groups of variables (F-test)

The study found that sample group is the most male number 229 people in the first year, the most number of 72 people. Have a cumulative GPA of 3.01 - 4.00, the most number of 177 students and no congenital disease at most 240 people. Most of them did not have depression, number 211. The mean sum of the students' depression risk levels Royal Police Cadet Academy, Sam Phran District, Nakhon Pathom Province Is at a level without depression. Results of comparing students' depression risk Royal Police Cadet Academy, Sam Phran District, Nakhon Pathom Province Because of the difference between sexes and grades, there were no different levels of depression risk and found that the samples with different years and comorbidities have different levels of depression risk. Statistically significant at a level of 0.05

Keywords: Risk, Depression, Royal Police Cadet Academy



บทนำ

ภาวะซึมเศร้าไม่ใช่ความอ่อนแอทางจิตใจ แต่เป็นอาการของโรคซึมเศร้า ซึ่งเป็นโรคทางจิตเวชที่พบได้บ่อยในประชากรทั่วไป ซึ่งเป็นภัยเงียบด้านสุขภาพ ภาวะซึมเศร้าไม่ใช่เพียงแค่อารมณ์ เบื่อเซ็ง เศร้า ท้อแท้ หดหู่ เหงาโดยทั่วไป แต่เป็นภาวะที่เกิดจากความผิดปกติของสารสื่อประสาทในสมอง ซึ่งเกิดขึ้นได้กับทุกคน ทุกเพศ ทุกวัย ทุกโอกาส

ภาวะซึมเศร้านักเกิดจากหลายปัจจัยร่วมกัน ทั้งปัจจัยทางพันธุกรรม และปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อม โดยพบว่ามีความเกี่ยวข้องกับความผิดปกติของสารสื่อประสาทในสมอง ซึ่งในครอบครัวที่มีประวัติโรคซึมเศร้า หรือโรคจิตเวช มักมีโอกาเสี่ยงสูงกว่าคนทั่วไป ปัจจัยเสี่ยงของโรคซึมเศร้า ได้แก่ การเป็นโรคเรื้อรัง เช่น โรคมะเร็ง โรคไต โรคเลือด โรคหัวใจ โรคทางระบบประสาท เป็นต้น ปัญหาด้านสังคม เช่น ปัญหาครอบครัว ปัญหาการเรียน ถูกเพื่อนรังแก ถูกทอดทิ้ง ถูกทารุณกรรม การสูญเสียคนที่รัก ดิตสารเสพติด และปัญหาอื่นๆ เช่น โรคจิตเวชในครอบครัว มีปัญหาการเลี้ยงดู ทำให้เกิดความนับถือตนเองต่ำ ขาดทักษะการจัดการอารมณ์ และพฤติกรรมอื่นๆ ที่สัมพันธ์กับภาวะซึมเศร้า เช่น ปัญหาการดื่มเหล้า บุหรี่ การมีเพศสัมพันธ์ การทำร้ายตัวเอง การใช้ความรุนแรง ปัญหาความสัมพันธ์ ปัญหาการเรียน และปัญหาการล้อ แก่ลั้งหรือรังแกกัน (สถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์องค์การยูนิเซฟ แห่งประเทศไทย , 2561)

นักเรียน โรงเรียนนายร้อยตำรวจ ประกอบด้วยนักเรียน 4 ชั้นปี ชั้นปีที่1 ถึง ชั้นปีที่4 ใน 1สัปดาห์ จะมีการเรียนการสอน 5วัน คือ วันจันทร์ถึงวันศุกร์ และจะมีการฝึกตามแบบฝึก สัปดาห์ละ 1วัน ซึ่งชั้นปีที่1 จะเป็นชั้นปีที่ต้องปรับพื้นฐานการเป็นนักเรียนใหม่ จะปรับพื้นฐานก่อนเปิดภาคเรียน 15วัน (คือการฝึกพื้นฐานแบบฝึกตำรวจ) และเข้าระบบนักเรียนใหม่ 6 เดือน โดยห้ามใช้โทรศัพท์ ชั้นปีที่ 2 เป็นชั้นปีที่ต้องเตรียมตัวในการฝึกกรม (การโดดร่มจากเครื่องบิน) ชั้นปีที่ 3 จะต้องเตรียมตัวในการฝึกงาน และชั้นปีที่ 4 เป็นชั้นปีสุดท้ายในการเตรียมตัวติดดาว (จบการศึกษา) ซึ่งในชีวิตประจำวันของนักเรียนไม่ค่อยได้ใช้ชีวิตเหมือนวัยรุ่นทั่วไป ไม่ค่อยได้ออกมาใช้ชีวิตข้างนอก ส่วนมากจะอยู่ในโรงเรียน ทั้งเรียนหนักและฝึกด้วย หรือความคาดหวังของครอบครัว อาจจะทำให้เด็กเกิดความเครียด กัดดัน และอาจจะเป็นส่วนหนึ่งส่งผลต่อความเสี่ยงการเป็นภาวะซึมเศร้า

จากเหตุผลดังกล่าว ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาความเสี่ยงการเป็นภาวะซึมเศร้าของนักเรียน โรงเรียนนายร้อยตำรวจ อำเภอสามพราณ จังหวัดนครปฐม เพื่อได้ทราบความเสี่ยงการเป็นภาวะซึมเศร้า และศึกษาแนวทางการแก้ไขปัญหารวมถึงนำข้อมูลที่ได้จากการศึกษาเป็นแนวทางในการให้ความรู้และคำแนะนำต่อนักเรียน โรงเรียนนายร้อยตำรวจ อำเภอสามพราณ จังหวัดนครปฐม

วัตถุประสงค์ของงานวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับความเสี่ยงการเป็นภาวะซึมเศร้าของนักเรียน โรงเรียนนายร้อยตำรวจ อำเภอสามพราณ จังหวัดนครปฐม
2. เพื่อเปรียบเทียบความเสี่ยงการเป็นภาวะซึมเศร้าของนักเรียน โรงเรียนนายร้อยตำรวจ อำเภอสามพราณ จังหวัดนครปฐม โดยจำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ ระดับชั้นปี โรคประจำตัว ผลการเรียน
3. เพื่อเสนอแนะแนวทางการแก้ไขปัญหาการเป็นภาวะซึมเศร้าของนักเรียน โรงเรียนนายร้อยตำรวจ อำเภอสามพราณ จังหวัดนครปฐม

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยเรื่องนี้ ผู้วิจัยได้ทำการศึกษาวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) โดยใช้วิธีการเชิงสำรวจ (Survey Research Method) ซึ่งใช้แบบสอบถาม (Questionnaire) เป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวม ข้อมูล โดยกลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ตอบแบบสอบถามด้วยตัวเอง (Self – Administration) โดยมีรายละเอียดของกลุ่มตัวอย่าง วิธีการสุ่มกลุ่มตัวอย่าง ดังนี้

1. ศึกษาค้นคว้าเอกสาร (Documentary Research) โดยศึกษาจากหนังสือ บทความ วิทยานิพนธ์ และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องต่างๆ



2.ศึกษาเชิงปริมาณ (Quantitative Research) เป็นการรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามที่สร้างขึ้น เป็นเครื่องมือในการเก็บข้อมูล

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ นักเรียน โรงเรียนนายร้อยตำรวจ อำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม จำนวน 773 คน (โรงเรียนนายร้อยตำรวจ, 2563) กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ นักเรียน โรงเรียนนายร้อยตำรวจ อำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม จำนวน 264 คน กลุ่มตัวอย่างได้มาจากการสุ่มอย่างง่าย (Sample Random Sampling) โดยการใช้สูตรคำนวณขนาดของประชากร สูตรของ ทาโร ยามาเน่

$$n = \frac{N}{1 + N(e^2)}$$

เมื่อ

n = ขนาดของกลุ่มตัวอย่าง

N = ขนาดประชากร

e = ความคลาดเคลื่อนที่เกิดขึ้นจากการสุ่มตัวอย่างโดยกำหนดเป็น 0.05

วิธีการสุ่มกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ทำการสุ่มกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive Sampling)

2. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูล

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นแบบคัดกรองภาวะซึมเศร้าของกรมสุขภาพจิต (2558) ซึ่งประกอบไปด้วยแบบสอบถาม คือ แบบประเมินภาวะซึมเศร้า 9 คำถาม (9Q)

ตอนที่ 1 คุณลักษณะทั่วไปส่วนบุคคล มีข้อคำถาม 4 ข้อ เป็นแบบเลือกตอบ (Check List) ได้แก่ เพศ ระดับชั้นปี โรคประจำตัว ผลการเรียน เป็นต้น

ตอนที่ 2 แบบประเมินภาวะซึมเศร้า 9 คำถาม (9Q)

ใน 2 สัปดาห์ที่ท่านมีอาการรวมทั้งวันนี้โดยมีเกณฑ์การให้คะแนน ดังนี้

3 คะแนน	หมายถึง	เป็นทุกวัน
2 คะแนน	หมายถึง	เป็นบ่อย >7 วัน
1 คะแนน	หมายถึง	เป็นบางวัน 1-7 วัน
0 คะแนน	หมายถึง	ไม่มีเลย

ซึ่งสามารถแปลความหมายระดับคะแนนได้ ดังนี้

คะแนนน้อยกว่า 7 คะแนน	ไม่มีภาวะซึมเศร้า
คะแนน 7 - 12 คะแนน	มีภาวะซึมเศร้าระดับน้อย
คะแนน 13 - 18 คะแนน	มีภาวะซึมเศร้าระดับปานกลาง
คะแนน ≥ 19 คะแนน	มีภาวะซึมเศร้าระดับรุนแรง



3. การเก็บรวบรวมข้อมูล

3.1 ติดต่อประสานงานกับประชากรกลุ่มเป้าหมาย เพื่อขอความร่วมมือในการทำวิจัย โดยชี้แจงให้ทราบถึงรายละเอียด วัตถุประสงค์ และแผนการดำเนินงานของโครงการวิจัย

3.2 แจกแบบประเมินภาวะซึมเศร้า 9คำถาม (9Q) ให้กับนักเรียน โรงเรียนนายร้อยตำรวจ อำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม จำนวน 264 คน

3.3 ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลจากแบบประเมินภาวะซึมเศร้า 9คำถาม (9Q) ของนักเรียน โรงเรียนนายร้อยตำรวจ อำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม

3.4 นำข้อมูลมาวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์

4. การวิเคราะห์ข้อมูล

โดยใช้การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณ (Quantitative Data)

การวิเคราะห์ข้อมูลสำหรับการวิจัยครั้งนี้ แบ่งการวิเคราะห์ออกเป็น 2 ตอน คือ

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

ตอนที่ 2 แบบประเมินภาวะซึมเศร้า 9คำถาม (9Q)

เมื่อเก็บข้อมูลเสร็จแล้ว ผู้วิจัยนำแบบวัดมาตรวจสอบความสมบูรณ์ พร้อมทั้งทำการลงรหัสและตรวจให้คะแนน แล้วดำเนินการดังต่อไปนี้

1. บันทึกรหัสและคะแนนจากแบบวัดแต่ละฉบับลงในเครื่องคอมพิวเตอร์
2. หาค่าสถิติพื้นฐาน ซึ่งประกอบด้วยค่าเฉลี่ย (\bar{X}) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) โดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป
3. หาค่าสหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปทางสถิติ

ผลการวิจัย

จากการศึกษา เรื่องความเสี่ยงการเป็นภาวะซึมเศร้าของนักเรียน โรงเรียนนายร้อยตำรวจ อำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม มีกลุ่มตัวอย่างประกอบด้วย จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามเพศ พบว่า เป็นเพศชายมากกว่าเพศหญิง โดยเป็นเพศชาย จำนวน 229 คน (ร้อยละ 86.70) เพศหญิง จำนวน 35 คน (ร้อยละ 13.30) กลุ่มตัวอย่างระดับชั้นปี พบว่า เป็นชั้นปีที่ 1 มากที่สุด จำนวน 72 คน (ร้อยละ 27.30) รองลงมาเป็นชั้นปีที่ 3 จำนวน 65 คน (ร้อยละ 24.60) กลุ่มตัวอย่างที่มีโรคประจำตัว พบว่า มีโรคประจำตัว จำนวน 24 คน (ร้อยละ 9.10) ไม่มีโรคประจำตัว จำนวน 240 คน (ร้อยละ 90.90) กลุ่มตัวอย่างที่มีเกรดเฉลี่ยสะสม พบว่า เกรดเฉลี่ยสะสม 3.01-4.00 มากที่สุด จำนวน 177 คน (ร้อยละ 67.00) รองลงมา เกรดเฉลี่ยสะสม 2.01-3.00 จำนวน 85 คน (ร้อยละ 32.20) โดยผลการทดสอบสมมติฐานพบว่า

1. เพื่อศึกษาความเสี่ยงการเป็นภาวะซึมเศร้าของนักเรียน โรงเรียนนายร้อยตำรวจ อำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีระดับความเสี่ยงเป็นภาวะซึมเศร้าอยู่ในระดับ ไม่มีภาวะซึมเศร้า ($\bar{X} = 3.33$) เมื่อพิจารณาความเสี่ยงเป็นรายข้อ พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีภาวะเบื่อ ไม่สนใจอยากทำอะไรสูงที่สุด ($\bar{X} = 0.53$) รองลงมาเป็นภาวะหลับยาก หรือ หลับๆตื่นๆ หรือ หลับมากเกินไป ($\bar{X} = 0.48$) และภาวะเหนื่อยง่าย หรือ ไม่ค่อยมีแรง ($\bar{X} = 0.46$) ตามลำดับ
2. เพื่อเปรียบเทียบความเสี่ยงการเป็นภาวะซึมเศร้าของนักเรียน โรงเรียนนายร้อยตำรวจ อำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม โดยจำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ ระดับชั้นปี โรคประจำตัว ผลการเรียน



ตัวแปร	กลุ่ม	\bar{X}	S.D.	t/F	Sig.	คู่ที่แตกต่าง
เพศ	(1) ชาย	3.37	4.747	0.326	0.745	-
	(2) หญิง	3.09	5.310			
ระดับชั้นปี	(1) ชั้นปีที่ 1	2.82	0.474	14.417	0.000	(1)<(2)
	(2) ชั้นปีที่ 2	5.80	0.667			(2)>(3)
	(3) ชั้นปีที่ 3	4.02	0.732			(3)>(4)
	(4) ชั้นปีที่ 4	0.71	0.107			(4)<(1)
โรคประจำตัว	(1) มีโรคประจำตัว	7.17	7.998	-2.548	0.018	(1)>(2)
	(2) ไม่มีโรคประจำตัว	2.95	4.211			
เกรดเฉลี่ยสะสม	(1) เกรดเฉลี่ยสะสม 1.00 - 2.00	5.50	2.500	1.958	0.143	-
	(2) เกรดเฉลี่ยสะสม 2.01 - 3.00	4.11	0.634			
	(3) เกรดเฉลี่ยสะสม 3.01 - 4.00	2.93	0.316			

2.1 ผลการเปรียบเทียบความเสี่ยงการเป็นภาวะซึมเศร้าของนักเรียน โรงเรียนนายร้อยตำรวจ อำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม จำแนกตามเพศ พบว่า โดยภาพรวม มีค่า Sig. เท่ากับ 0.745 ซึ่งมากกว่า 0.05 นั่นคือกลุ่มตัวอย่างที่มีเพศแตกต่างกัน มีความเสี่ยงภาวะซึมเศร้า ไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

2.2 ผลการเปรียบเทียบความเสี่ยงการเป็นภาวะซึมเศร้าของนักเรียน โรงเรียนนายร้อยตำรวจ อำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม จำแนกตามระดับชั้นปี พบว่า โดยภาพรวม มีค่า Sig. เท่ากับ 0.000 ซึ่งน้อยกว่า 0.05 นั่นคือกลุ่มตัวอย่างที่มีระดับชั้นปีแตกต่างกัน มีความเสี่ยงภาวะซึมเศร้า แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 เมื่อเปรียบเทียบรายกลุ่ม ด้วยสถิติ LSD พบว่า

กลุ่มตัวอย่างชั้นปีที่ 1 มีความเสี่ยงการเป็นภาวะซึมเศร้า แตกต่างกับ ชั้นปีที่ 2 และ 4 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 กลุ่มตัวอย่างชั้นปีที่ 2 มีความเสี่ยงการเป็นภาวะซึมเศร้า แตกต่างกับ ชั้นปีที่ 3 และ 4 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 กลุ่มตัวอย่างชั้นปีที่ 3 มีความเสี่ยงการเป็นภาวะซึมเศร้า แตกต่างกับ ชั้นปีที่ 4 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

2.3 ผลการเปรียบเทียบความเสี่ยงการเป็นภาวะซึมเศร้าของนักเรียน โรงเรียนนายร้อยตำรวจ อำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม จำแนกตามการมีโรคประจำตัว พบว่า โดยภาพรวม มีค่า Sig. เท่ากับ 0.018 ซึ่งน้อยกว่า 0.05 นั่นคือกลุ่มตัวอย่างที่มีโรคประจำตัวและไม่มีโรคประจำตัว มีความเสี่ยงภาวะซึมเศร้า แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

2.4 ผลการเปรียบเทียบความเสี่ยงการเป็นภาวะซึมเศร้าของนักเรียน โรงเรียนนายร้อยตำรวจ อำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม จำแนกตามผลการเรียน พบว่า โดยภาพรวม มีค่า Sig. เท่ากับ 0.143 ซึ่งมากกว่า 0.05 นั่นคือกลุ่มตัวอย่างที่มีผลการเรียนแตกต่างกัน มีความเสี่ยงภาวะซึมเศร้า ไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ผลการศึกษานี้ เป็นการดำเนินการตามวัตถุประสงค์ของการวิจัยข้อที่ 1 คือ เพื่อศึกษาความเสี่ยงการเป็นภาวะซึมเศร้าของนักเรียน โรงเรียนนายร้อยตำรวจ อำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม โดยผู้วิจัยใช้วิธีวิจัยเชิงปริมาณ เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 264 คน ผลการวิเคราะห์ข้อมูล พบว่า

1. กลุ่มตัวอย่าง เป็นผู้ชายมากที่สุด จำนวน 229 คน ชั้นปีที่ 1 มากที่สุด จำนวน 72 คน มีเกรดเฉลี่ยสะสม 3.01 - 4.00 มากที่สุดจำนวน 177 คน และไม่มีโรคประจำตัวมากที่สุด จำนวน 240 คน ส่วนใหญ่ไม่มีภาวะซึมเศร้าจำนวน 211 คน



ผลรวมค่าเฉลี่ยระดับความเสี่ยงการเป็นภาวะซึมเศร้าของนักเรียน โรงเรียนนายร้อยตำรวจ อำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม อยู่ในระดับ ไม่มีภาวะซึมเศร้า

2. เปรียบเทียบความเสี่ยงการเป็นภาวะซึมเศร้าของนักเรียน โรงเรียนนายร้อยตำรวจ อำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม ตามเพศและผลการเรียน แตกต่างกัน จะมีระดับความเสี่ยงการเป็นภาวะซึมเศร้าไม่แตกต่างกัน และพบว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีระดับชั้นปีและโรคประจำตัว แตกต่างกัน จะมีระดับความเสี่ยงการเป็นภาวะซึมเศร้าที่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

อภิปรายผล

จากผลการวิจัย พบว่า เปรียบเทียบความเสี่ยงการเป็นภาวะซึมเศร้าของนักเรียน โรงเรียนนายร้อยตำรวจ อำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม ตามเพศและผลการเรียน แตกต่างกัน จะมีระดับความเสี่ยงการเป็นภาวะซึมเศร้าไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ทั้งนี้ เนื่องจากทางระบบโรงเรียนพยายามพัฒนาศักยภาพของนักเรียนหญิงให้เทียบเท่ากับนักเรียนชายให้มากที่สุดแต่ไม่ให้เกิดผลกระทบต่อสุขภาพจิตของเพศหญิง จึงทำให้กระบวนการคิด ความอดทนต่อสิ่งต่างๆ ความแข็งแรง ความกล้าหาญ กล้าตัดสินใจไม่ต่างจากนักเรียนชายมากนัก และผลการเรียนเนื่องมาจากกระบวนการคิดของนักเรียนนายร้อยตำรวจมุ่งเน้นให้มีศักยภาพในทุกด้านจึงให้ความสนใจทั้งด้านการเรียน ด้านร่างกาย และการฝึกควบคุมกันไป ไม่ใช่แค่ผลการเรียนเพียงอย่างเดียว เพื่อมุ่งเน้นให้นักเรียนมีความรู้ความสามารถ และมีสมรรถภาพร่างกายที่แข็งแรง ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ อรัญญา จันทร์ดั่ง (2536) ได้ศึกษาสุขภาพจิตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนมัธยมศึกษาสังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดบุรีรัมย์ กลุ่มตัวอย่างคือนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 269 คน โดยใช้แบบสอบถามสุขภาพจิต SCL - 90 ผลการวิจัยพบว่าสุขภาพจิตของนักเรียนชายและนักเรียนหญิงไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 และพบว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีผลการเรียนแตกต่างกัน จะมีระดับความเสี่ยงการเป็นภาวะซึมเศร้าไม่แตกต่างกัน ซึ่งขัดแย้งกับงานวิจัยของ เรไร ทิวะทัศน์ (2535) ได้ศึกษาภาวะซึมเศร้าของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในเขตจังหวัดชลบุรี จำนวน 871 คน โดยแบบวัดอารมณ์ซึมเศร้า Reynold 's Adolescent Depression Scale (RADS) พบว่านักเรียนวัยรุ่นร้อยละ 22.04 มีความซึมเศร้า นักเรียนที่มีผลการเรียนและฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวต่างกันมีความซึมเศร้าต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ สถานภาพสมรสของบิดามารดา ความสัมพันธ์ระหว่างบิดามารดา การอบรมเลี้ยงดู และความสัมพันธ์ระหว่างพี่น้อง มีผลต่อความซึมเศร้า

พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีระดับชั้นปีแตกต่างกัน จะมีระดับความเสี่ยงการเป็นภาวะซึมเศร้าที่แตกต่างกันทั้งนี้ เนื่องจาก ชั้นปีที่ 1 มีความกดดันจากการทดสอบกำลังใจและกำลังกายในการเข้ามาเป็นนักเรียนนายร้อยตำรวจในปีแรกแต่ยังมีเวลาผ่อนคลายควบคุมกันไป ชั้นปีที่ 2 มีความกดดันจากการเตรียมร่างกายและเตรียมรับภารกิจต่างๆของโรงเรียนซึ่งจะใช้ชั้นปีที่ 2 เป็นหลัก ทำให้การใช้ชีวิตในแต่ละวันอาจจะไม่มีเวลาว่างและจัดการความเครียดของตัวเอง ชั้นปีที่ 3 การอยู่ในโรงเรียนจะเริ่มมีเวลาว่างเพิ่มมากขึ้นจากชั้นปีที่ 1 และ 2 มีเวลาพัฒนาร่างกายและดูแลตัวเองพอสมควร แต่ยังคงต้องเรียนรู้การทำงานการบริหารงานต่างๆในการเป็นชนชั้นปกครองในชั้นปีที่ 4 ต่อไป และชั้นปีที่ 4 จะเริ่มมีชีวิตของการเป็นชนชั้นปกครองมีเวลาจัดการและบริหารชีวิตตัวเองมากขึ้นจากชั้นปีที่ 1 2 และ 3 แต่ยังคงควบคุมดูแลนักเรียนชั้นปีนี้น้อยกว่า ซึ่งนักเรียนชั้นปีนี้น้อยกว่าจะเชื่อฟังและปฏิบัติตามกันได้อยู่แล้วจึงไม่มีเรื่องที่ต้องกังวลจากการปกครองดูแลน้อง จากผลการวิจัยพบว่านักเรียนชั้นปีที่ 2 มีความเสี่ยงการเป็นภาวะซึมเศร้ามากที่สุด ซึ่งขัดแย้งกับงานวิจัยของ ปิยะ ทองบาง (2562) ได้ทำการวิจัยเรื่อง ปัจจัยทำนายภาวะซึมเศร้าของนักศึกษาวิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดสุพรรณบุรี ผลการวิจัยพบว่า ความซุกและภาวะซึมเศร้าของนักศึกษาวิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดสุพรรณบุรีจำนวน 129 คน พบว่า เพศหญิงมีภาวะซึมเศร้า จำนวน 33 คน คิดเป็นร้อยละ 34.5 ซึ่งชั้นปีที่มีปัญหาภาวะซึมเศร้ามากที่สุดคือ นักศึกษาชั้นปีที่ 1 จำนวน 14 คน



วารสารรัฐประศาสนศาสตร์และการจัดการสังคม

ปีที่ 2 ฉบับที่ 2 (กรกฎาคม-ธันวาคม) 2563

คิดเป็นร้อยละ 15.3 และพบว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีโรคประจำตัว แตกต่างกัน จะมีระดับความเสี่ยงการเป็นภาวะซึมเศร้าที่แตกต่างกัน เพราะ คนที่มีโรคประจำตัวจะมีความเครียดมากกว่าคนที่ไม่มีโรคประจำตัว ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ เกศกาญจน์ บัวผัน, สุพร พวงวราพันธ์ , ภูมรินทร์ อินชวณี (2554) ได้ทำการวิจัยเรื่อง ศึกษาภาวะซึมเศร้าและปัจจัยเสี่ยงที่จะก่อให้เกิดโรคซึมเศร้าของประชาชนตำบลบ้านคลอง อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก ผลการวิจัยพบว่า ปัจจัยเสี่ยงที่จะก่อให้เกิดโรคซึมเศร้าของกลุ่มตัวอย่าง พบว่า ด้านร่างกายมีสุขภาพหรือโรคประจำตัว จำนวน 103 คน (ร้อยละ 28.00) ส่วนใหญ่โรคความดันโลหิตสูง จำนวน 43 คน (ร้อยละ 41.75) ปัจจัยทางด้านจิตใจ จำนวน 187 คน (ร้อยละ 50.82) เรียงตามลำดับจากมากไปน้อยดังนี้ ความเครียดเรื่องการเงิน ครอบครัว การงาน และสังคม ส่วนปัจจัยทางด้านสังคม พบว่า ประชาชนไม่ค่อยเข้าร่วมกิจกรรมของชุมชน จำนวน 259 คน (ร้อยละ 70.38)

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

1. จากผลการวิจัยพบว่า นักเรียนชั้นปีที่ 2 มีความเสี่ยงการเป็นภาวะซึมเศร้ามากที่สุด ควรให้โรงเรียนเพิ่มบทบาทในการดูแลความประพฤติของนักเรียน และควรจัดให้มีแผนป้องกันและช่วยเหลือนักเรียน ซึ่งอาจจะทำในรูปแบบโครงการ เช่น โครงการช่วยเหลือผู้ที่มีภาวะซึมเศร้า โครงการให้ความรู้ทางสุขภาพจิต และ โครงการเพื่อนช่วยเพื่อน เป็นต้น ในส่วนของครอบครัว บิดามารดาควรทำให้ครอบครัวมีความสำคัญต่อนักเรียน ให้คำแนะนำและต้องเข้าใจนักเรียน ให้อิสระในขอบเขตอันพอสมควร สอนลูกให้รู้จักระเบียบวินัย ควบคุมตนเองได้

2. จากผลการวิจัยพบว่า ส่วนใหญ่นักเรียน มีความเบื่อ ไม่สนใจอยากทำอะไรมากที่สุด โรงเรียนควรจัดกิจกรรมการออกกำลังกาย 1 วัน ต่อสัปดาห์ และจัดกิจกรรมนันทนาการ เพื่อช่วยผ่อนคลายความเครียดจากการเรียนและการฝึกต่างๆ และยังช่วยเสริมสร้างสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่ดีได้

ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

เพื่อให้การศึกษาความเสี่ยงการเป็นภาวะซึมเศร้าของนักเรียน โรงเรียนนายร้อยตำรวจ อำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม ได้มีการศึกษาอย่างลึกซึ้งยิ่งขึ้น ผู้วิจัยเห็นควรให้มีการดำเนินการในเรื่องต่างๆ ดังนี้

1. ควรมีการศึกษาเกี่ยวกับปัจจัยอื่นๆ ที่มีผลต่อความเสี่ยงการเป็นภาวะซึมเศร้าของนักเรียนโรงเรียนนายร้อยตำรวจ อำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม เช่น ระดับการศึกษาของผู้ปกครอง ฐานะของครอบครัว แหล่งที่พัก อาชีพของผู้ปกครอง ความคาดหวังของผู้ปกครอง เป็นต้น ก็เป็นสาเหตุที่ทำให้เกิดภาวะซึมเศร้าเช่นกัน

2. ควรมีการศึกษาด้านปัจจัยของภาวะซึมเศร้าในด้านอื่นเพิ่มเติม เช่น การศึกษาด้านความฉลาดทางอารมณ์ การศึกษาด้านความสามารถทางเชาวน์ปัญญา เป็นต้น

เอกสารอ้างอิง

เกศกาญจน์ บัวผัน, สุพร พวงวราพันธ์, ภูมรินทร์ อินชวณี. (2554). *ศึกษาภาวะซึมเศร้าและปัจจัยเสี่ยงที่จะก่อให้เกิดโรคซึมเศร้าของประชาชน ตำบลบ้านคลอง อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก. (พิมพ์ครั้งที่ 1). พิษณุโลก: วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี.*

ดวงใจ กสานติกุล. (2542). *โรคซึมเศร้ารักษาให้หายได้.* กรุงเทพมหานคร : นวัตกรรมการพิมพ์.

ปิยะ ทองบาง. (2562). *ปัจจัยทำนายภาวะซึมเศร้าของนักศึกษาวิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดสุพรรณบุรี. วารสารสถาบันวิจัยญาณสังวร.*

เรไร ทิวะทัศน์. (2535). *ภาวะซึมเศร้าของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในเขตจังหวัดชลบุรี. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท มหาวิทยาลัยมหิดล.*



วารสารรัฐประศาสนศาสตร์และการจัดการสังคม
ปีที่ 2 ฉบับที่ 2 (กรกฎาคม-ธันวาคม) 2563

- สถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์ องค์การยูนิเซฟ แห่งประเทศไทย. (2561). *คู่มือปฏิบัติการดูแลวัยรุ่นที่มีภาวะซึมเศร้า*. สถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์ กรมสุขภาพจิต.
- สายฝน เอกวางกูร. (2542). *รู้จัก เข้าใจดูแลภาวะซึมเศร้า*. กรุงเทพมหานคร : บริษัท ส.เอเชียเพรส (1989) จำกัด.
- อรพรรณ ลือบุญธวัชชัย และ พีรพนธ์ ลือบุญธวัชชัย. (2553). *การบำบัดรักษาทางจิตสังคมสำหรับโรคซึมเศร้า*. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- อริยญา จันทร์ตุง. (2536). *สุขภาพจิตของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนมัธยมศึกษาสังกัดกรมสามัญศึกษาจังหวัดบุรีรัมย์*. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารจิต มหาวิทยาลัยนครสวรรค์.
- Bibring, E. (1954). Psychoanalysis and the dynamic psychotherapies. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 2(4), 745-770.
- Blazer. (1982) *Depression in late life*. St. Louis: C.V. Mosby.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss: Attachment*. New York: Basic Books.