

# ความเครียดของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย ในกรุงเทพมหานครที่เรียนพิเศษเพื่อ เตรียมสอบเข้ามหาวิทยาลัย

กีรติ ผลิรัตน์\*

ณัฏฐร พิทยรัตน์เสถียร\*\*

**Palirat K, Pityaratstian N. Stress in high school students in Bangkok being tutored for national admission examination. Chula Med J 2015 Jul – Aug; 59(4): 445 - 55**

- Background** : *At present tutoring for national admission examination creates tremendous stress in high school students in Thai society. Expectation to be admitted into major universities or institutions of their desire, gender, individual expectation, parental expectation, period of studying and study plan all of these may contribute to stress factors.*
- Objective** : *To study the stress level and the relation between stress factors and causes of stress in high school students tutoring for national admission examination in Bangkok.*
- Design** : *A cross-sectional Study.*
- Setting** : *Wannasorn Building, which is the biggest tutoring building in Bangkok.*
- Materials and Methods** : *Data were collected from 384 high school students in Bangkok who were being tutored for national admission examination in the first semester of academic year 2014 at Wannasorn Building. The instruments were: 1) Personal Data Questionnaire; 2) Suanprung Stress Test-20. Data were analyzed by descriptive statistics, i.e. ,percentage, proportion, standard deviation and*

\* นิสิตปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาสุขภาพจิต ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

\*\*ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

*mean  $\pm$  SD. Inferential statistics used to examine the relationship between stress level and stress factors of high school students were Independent sample t-test, One-way ANOVA, multiple linear regression, regression analysis and Pearson correlation.*

**Results** : *The study found that most of high school students being tutored for national admission examination in Bangkok had high stress level (48.2%), individual expectations (70.3%), parental expectations (68.5%) had moderate level. The personal factors predicting stress level of high school students were individual expectations, parental expectations and gender. These found individual expectations ( $p < 0.01$ ), parental expectations ( $p < 0.05$ ) and gender ( $p < 0.05$ )*

**Conclusion** : *In this study, most high school students being tutored for national admission examination in Bangkok had high stress level. Gender, individual expectation and parental expectation were related to stress level.*

**Keywords** : *Stress, tutoring for admission.*

Reprint request: Pityaratstian N. Department of Psychiatry, Faculty of Medicine,  
Chulalongkorn University, Bangkok 10330, Thailand.

Email address: Drnuttorn@yahoo.com

Received for publication. February 2, 2015.

กิริติ ผลิตน์, ณัฏฐา พิทยรัตน์เสถียร. ความเครียดของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายใน  
กรุงเทพมหานครที่เรียนพิเศษเพื่อเตรียมสอบเข้ามหาวิทยาลัย. จุฬาลงกรณ์เวชสาร 2558  
ก.ค. - ส.ค.;59(4): 445 - 55

**เหตุผลของการทำวิจัย :** การเรียนพิเศษเพื่อเตรียมสอบเข้ามหาวิทยาลัยส่งผลให้นักเรียน  
มัธยมศึกษาตอนปลายเกิดความเครียดขึ้น ซึ่งเป็นสถานการณ์ที่สังคมไทย  
ปัจจุบันเผชิญอยู่ปัจจัยด้านต่าง ๆ เช่น เพศ ความคาดหวังต่อตนเอง  
ความคาดหวังของผู้ปกครอง ระยะเวลาการเรียนพิเศษ แผนการเรียน ฯลฯ  
ปัจจัยต่าง ๆ เหล่านี้อาจส่งผลต่อความเครียดของนักเรียนได้

**วัตถุประสงค์ :** เพื่อศึกษาระดับความเครียดและความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยที่ก่อให้เกิด  
ความเครียดของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในกรุงเทพมหานคร  
ที่เรียนพิเศษเพื่อเตรียมสอบเข้ามหาวิทยาลัย

**รูปแบบการวิจัย :** การศึกษานี้เป็นวิจัยเชิงพรรณนาโดยศึกษา ณ จุดเวลาใดเวลาหนึ่ง

**สถานที่ทำการศึกษา :** อาคารวรรณสรณ์ ซึ่งเป็นอาคารแหล่งรวมสถาบันกวดวิชาที่ใหญ่ที่สุด  
ตั้งอยู่บริเวณแยกถนนพญาไท กรุงเทพมหานคร

**ตัวอย่างและวิธีการ :** เป็นการศึกษาในนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลายทั้งเพศหญิงและ  
ชาย อายุ 16 - 18 ปี จำนวน 384 คน ในภาคการเรียนที่ 1 ปีการศึกษา  
2557 โดยใช้แบบสอบถามส่วนบุคคล จำนวน 10 ข้อ และแบบประเมิน  
ความเครียดสวนปรุง (SPST-20) วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา  
ในการหาข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง แสดงค่าสถิติเป็นค่าเฉลี่ยเลขคณิต  
ความถี่ ร้อยละและใช้ค่า Mean  $\pm$  SD และใช้สถิติเชิงอนุมานในการหา  
ข้อมูลสถิติเชิงลักษณะในการเปรียบเทียบปัจจัยที่อาจจะมีความ  
ความเครียดของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายที่เรียนพิเศษ โดยใช้สถิติ  
Independent sample t-test, One-way ANOVA, multiple linear  
regression, regression analysis and Pearson correlation

**ผลการศึกษา :** พบว่านักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในกรุงเทพมหานคร ที่เรียนพิเศษ  
เพื่อเตรียมสอบเข้ามหาวิทยาลัย ส่วนใหญ่มีความเครียดในระดับสูง  
(ร้อยละ 48.2) มีความคาดหวังต่อตนเอง (ร้อยละ 70.3) สำหรับความ  
คาดหวังของผู้ปกครองต่อนักเรียน (ร้อยละ 68.5) อยู่ในระดับปานกลาง

**สรุป** : นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายที่เรียนกวดวิชาเพื่อเข้าศึกษาต่อในระดับอุดมศึกษา ในเขตกรุงเทพมหานคร มีความเครียดอยู่ในระดับสูง นักเรียนมีความคาดหวังต่อตนเองและผู้ปกครองมีความคาดหวังต่อตัวนักเรียนอยู่ในระดับปานกลาง

**คำสำคัญ** : ความเครียด, เรียนพิเศษ.

ผู้ปกครองและนักเรียนต่างเห็นความสำคัญในการเตรียมตัวสอบเข้าศึกษาต่อในระดับมหาวิทยาลัย และมีค่านิยมที่จะศึกษาในสถาบันที่มีชื่อเสียง ในสาขาที่เป็นที่นิยม หรือเป็นที่ต้องการของตลาดแรงงานในอนาคต หนทางหนึ่งที่นักเรียนสนใจเพื่อเตรียมความพร้อมและเพิ่มพูนความรู้ของตนเองเพื่อเพิ่มโอกาสในการสอบเข้าคือการเรียนพิเศษเพิ่มเติมจากการเรียนในห้องเรียน<sup>(1)</sup> ในมุมมองของบุคคลทั่วไปเชื่อว่าการเรียนพิเศษสามารถเพิ่มศักยภาพ ความรู้ และความสามารถของบุตรหลานตนเองได้ แต่ในความจริงแล้วการเรียนพิเศษที่มากเกินไปหรือเกินความสามารถของร่างกายและจิตใจของนักเรียนที่จะรับได้ อาจส่งผลให้เกิดความเครียดตามมา<sup>(2)</sup> ความคาดหวังเพื่อให้สามารถเข้าสอบเข้ามหาวิทยาลัยหรือคณะที่ตนเองคาดหวัง รายวิชา ระยะเวลาการเรียน และแผนการเรียน ฯลฯ ต่างเป็นปัจจัยที่ทำให้เกิดความเครียด ดังนั้นผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาถึงความเครียดของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในกรุงเทพมหานคร ที่เรียนพิเศษเพื่อเตรียมสอบเข้ามหาวิทยาลัย เพื่อเป็นประโยชน์ต่อนักเรียน ผู้ปกครอง ผู้ประกอบการธุรกิจสถาบันสอนพิเศษ รวมถึงครูอาจารย์ ได้เข้าใจในปัจจัยที่สามารถก่อให้เกิดความเครียดต่อนักเรียนที่เรียนพิเศษได้

## วิธีการศึกษา

การศึกษานี้เป็นวิจัยเชิงพรรณนาโดยศึกษา ณ จุดเวลาใดเวลาหนึ่งโดยเก็บข้อมูลในภาคการเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2557 กลุ่มตัวอย่างคือ นักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย (อายุ 16 - 18 ปี) ในกรุงเทพมหานครที่เรียนพิเศษเพื่อเตรียมสอบเข้ามหาวิทยาลัย จำนวน 384 คน และมีความยินดีในการตอบแบบสอบถามและแบบประเมิน และการศึกษานี้ได้ผ่านการพิจารณาจริยธรรมการวิจัย คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยนี้เป็นแบบสอบถาม จำนวน 2 ชุด ประกอบด้วย

1. แบบสอบถามส่วนบุคคล ประกอบด้วยข้อคำถามจำนวน 10 ข้อ ได้แก่ เพศ จำนวนพี่น้องในครอบครัว

ระดับการศึกษา แผนการเรียน ผลการเรียนเฉลี่ยในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย (GPAX) ประเภทโรงเรียนวิชาที่เรียนพิเศษ จำนวนชั่วโมงการเรียนพิเศษต่อสัปดาห์ ความคาดหวังต่อตนเอง การรับรู้ความคาดหวังของผู้ปกครองที่มีต่อตนเอง

2. แบบประเมินความเครียดสวนปรง (SPST-20) เป็นแบบประเมินความเครียดที่เหมาะสมสำหรับคนไทย กรอบแนวคิดทางด้านชีวภาพ จิตใจ และสังคมเหมาะที่จะนำมาใช้เพื่อหาข้อมูลการใช้ชีวิตประจำวันหรือการปรับตัวและอาการของความเครียดที่เกิดขึ้น<sup>(3)</sup>

## ขั้นตอนการทำวิจัย

ผู้วิจัยสุ่มตัวอย่างนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายที่เรียนพิเศษเพื่อเตรียมสอบเข้ามหาวิทยาลัย ที่อาคารวรรณสรณ์ โดยใช้การสุ่มแบบ Purposive sampling จากกลุ่มประชากรที่เป็นนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย (ม.4 - ม.6) และอาสาสมัครได้รับการขอความยินยอมก่อนเข้าร่วมการวิจัย โดยให้ข้อมูลคำอธิบาย วัตถุประสงค์ วิธีการที่จะปฏิบัติต่ออาสาสมัคร ประโยชน์และความเสี่ยง ฯลฯ โดยผู้วิจัยจะขอยินยอมโดย Consent by action ก่อนเข้าร่วมในการวิจัย เมื่ออาสาสมัครให้ความยินยอมในการเก็บข้อมูล ผู้ทำวิจัยแจกแบบสอบถามและแบบประเมิน โดยให้ระยะเวลาในการทำประมาณ 10 - 15 นาที ผู้วิจัยตั้งกล่องรับแบบสอบถามและแบบประเมินที่อาสาสมัครตอบแล้วไว้บริเวณนั้น

## การวิเคราะห์ข้อมูล

วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนาในการหาข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง แสดงค่าสถิติเป็น ค่าเฉลี่ย ความถี่ ร้อยละ และใช้ค่า Mean  $\pm$  SD และใช้สถิติเชิงอนุมานในการหาข้อมูลสถิติเชิงลักษณะในการเปรียบเทียบปัจจัยที่สัมพันธ์ต่อความเครียดของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย ที่เรียนพิเศษ โดยใช้สถิติ Independent sample t-test, One-way ANOVA, multiple linear regression, regression analysis and Pearson correlation

## ผลการวิจัย

ในกรุงเทพมหานครที่เรียนพิเศษเพื่อเตรียมสอบเข้า

ตอนที่ 1. ข้อมูลทั่วไปของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 1. ข้อมูลทั่วไปของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในกรุงเทพมหานคร ที่เรียนพิเศษเพื่อเตรียมสอบเข้ามหาวิทยาลัย (N = 384)

ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวน	ร้อยละ
เพศ		
เพศชาย	136	35.4
เพศหญิง	248	64.6
ระดับการศึกษา		
มัธยมศึกษาปีที่ 4	117	30.5
มัธยมศึกษาปีที่ 5	117	30.5
มัธยมศึกษาปีที่ 6	150	39.0
แผนการเรียน		
วิทยาศาสตร์	329	85.7
ศิลป์	49	12.7
อื่น ๆ	6	1.6
ผลการเรียนเฉลี่ย (GPAX)		
ต่ำกว่า 2.00	2	0.5
2.01 - 2.50	12	3.1
2.51 - 3.00	40	10.4
3.01 - 3.50	137	35.7
3.51 - 4.00	193	50.3
ประเภทของโรงเรียน		
รัฐบาล	261	68.0
เอกชน	83	21.6
นานาชาติ	2	0.5
สาธิต	38	9.9
จำนวนพี่น้อง (ไม่รวมตัวนักเรียน)		
ลูกคนเดียว	98	25.5
มีพี่น้อง 1 คน	188	49.0
มีพี่น้อง 2 คน	84	21.9
มีพี่น้อง 3 คน	12	3.0
มีพี่น้อง 4 คน	1	0.3
มีพี่น้อง 5 คน	1	0.3
จำนวนชั่วโมงการเรียนพิเศษต่อสัปดาห์		
1 - 2 ชั่วโมง	28	7.3
3 - 4 ชั่วโมง	80	20.8
5 - 6 ชั่วโมง	103	26.8
7 - 10 ชั่วโมง	103	26.8
มากกว่า 10 ชั่วโมง	70	18.3

จากตารางที่ 1 พบว่าอาสาสมัครที่เข้าร่วมการวิจัยทั้งหมดจำนวน 384 คน ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง (ร้อยละ 64.6) กำลังศึกษาในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 (ร้อยละ 39.0) แผนการเรียนวิทยาศาสตร์ (ร้อยละ 85.7) มีผลการเรียนเฉลี่ยตลอดหลักสูตร 3.51 - 4.00 (ร้อยละ 50.3) เรียนโรงเรียนประเภทรัฐบาล (ร้อยละ 68.0) มีจำนวนพี่น้อง (ไม่รวมตัวนักเรียน) 1 คน (ร้อยละ 49.0) และมีจำนวนชั่วโมงการเรียนพิเศษต่อสัปดาห์ 5 - 6 ชั่วโมง

และ 7 - 10 ชั่วโมง (ร้อยละ 26.8)

จากตารางที่ 2 พบว่าอาสาสมัครที่เข้าร่วมการวิจัยมีการรับรู้ระดับความคาดหวังของผู้ปกครองต่อตนเองว่าผู้ปกครองมีความคาดหวังต่อตนเองระดับปานกลาง (ร้อยละ 68.5) รับรู้ว่าผู้ปกครองมีความคาดหวังระดับมาก (ร้อยละ 16.7) และรับรู้ว่าผู้ปกครองมีความคาดหวังระดับน้อย (ร้อยละ 14.8) ตามลำดับ

**ตารางที่ 2.** จำนวนและร้อยละของการรับรู้ระดับความคาดหวังของผู้ปกครองต่อตนเองของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในกรุงเทพมหานคร ที่เรียนพิเศษเพื่อเตรียมสอบเข้ามหาวิทยาลัย (N = 384)

การรับรู้ความคาดหวังของผู้ปกครองต่อตนเอง	จำนวน	ร้อยละ
ผู้ปกครองมีความคาดหวังระดับน้อย	57	14.8
ผู้ปกครองมีความคาดหวังระดับปานกลาง	263	68.5
ผู้ปกครองมีความคาดหวังระดับมาก	64	16.7

**ตารางที่ 3.** จำนวนและร้อยละของระดับความคาดหวัง ความกังวลเกี่ยวกับอัตราการแข่งขันการประเมินความพร้อมของตนเอง และปัจจัยจากเพื่อนของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในกรุงเทพมหานคร ที่เรียนพิเศษเพื่อเตรียมสอบเข้ามหาวิทยาลัย (N = 384)

ความคาดหวังต่อตนเองของนักเรียน	จำนวน	ร้อยละ
ความคาดหวังต่อตนเองของนักเรียนโดยรวม		
มีความคาดหวังระดับน้อย	54	14.1
มีความคาดหวังระดับปานกลาง	270	70.3
มีความคาดหวังระดับมาก	60	15.6
ความคาดหวังต่อตนเองในการสอบคัดเลือกเข้ามหาวิทยาลัย		
มีความคาดหวังระดับน้อย	62	16.1
มีความคาดหวังระดับปานกลาง	260	67.8
มีความคาดหวังระดับมาก	62	16.1
ความกังวลเกี่ยวกับอัตราการแข่งขันในการสอบเข้าคณะหรือมหาวิทยาลัยที่ตนเองสนใจ		
มีความกังวลระดับน้อย	42	10.9
มีความกังวลระดับปานกลาง	264	68.8
มีความกังวลระดับมาก	78	20.3
การประเมินความพึงพอใจต่อการเตรียมพร้อมในการสอบเข้ามหาวิทยาลัย		
มีความพร้อมระดับน้อย	55	14.3

**ตารางที่ 3.** (ต่อ) จำนวนและร้อยละของระดับความคาดหวัง ความกังวลเกี่ยวกับอัตราการแข่งขัน การประเมินความพร้อมของตนเอง และปัจจัยจากเพื่อนของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย ในกรุงเทพมหานคร ที่เรียนพิเศษเพื่อเตรียมสอบเข้ามหาวิทยาลัย (N = 384)

ความคาดหวังต่อตนเองของนักเรียน	จำนวน	ร้อยละ
มีความพร้อมระดับปานกลาง	296	77.1
มีความพร้อมระดับมาก	33	8.6
ความต้องการเข้าศึกษาในคณะหรือมหาวิทยาลัยเดียวกันกับเพื่อน		
มีความต้องการระดับน้อย	43	11.2
มีความต้องการระดับปานกลาง	263	68.5
มีความต้องการระดับมาก	78	20.3

จากตารางที่ 3 อาสาสมัครที่เข้าร่วมการวิจัยมีความคาดหวังต่อตนเองโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง (ร้อยละ 70.3) มีความคาดหวังต่อตนเองในการสอบเข้ามหาวิทยาลัยระดับปานกลาง (ร้อยละ 67.8) มีความกังวลเกี่ยวกับอัตราการแข่งขันในการสอบเข้ามหาวิทยาลัยระดับปานกลาง (ร้อยละ 68.8) มีการประเมินความพึงพอใจต่อการเตรียมพร้อมต่อการสอบเข้ามหาวิทยาลัยระดับความพร้อมปานกลาง (ร้อยละ 77.1) และมีความต้องการเข้าศึกษาในคณะหรือมหาวิทยาลัยเดียวกับเพื่อนอยู่ในระดับปานกลาง (ร้อยละ 68.5)

จากตารางที่ 4 พบว่าอาสาสมัครที่เข้าร่วมการวิจัยมีส่วนใหญ่มีระดับความเครียดวัดโดยแบบประเมิน

สวนปรุง (SPST-20) ระดับความเครียดสูง (ร้อยละ 48.2)

**ตอนที่ 2.** การวิเคราะห์ปัจจัยที่สัมพันธ์กับระดับคะแนนความเครียดของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในกรุงเทพมหานคร ที่เรียนพิเศษเพื่อเตรียมสอบเข้ามหาวิทยาลัย

ผู้วิจัยนำตัวแปรต้นที่มีความสัมพันธ์จากการทำ Univariate analysis ที่มีความสัมพันธ์กับระดับคะแนนความเครียดของนักเรียน ผู้วิจัยจึงนำตัวแปรต่อไปนี้เข้าสมการถดถอยพหุคูณ (Multiple regression) ด้วยวิธี Stepwise ได้แก่ เพศ การรับรู้ความคาดหวังของผู้ปกครองต่อตนเอง และความคาดหวังต่อตนเอง

**ตารางที่ 4.** จำนวนและร้อยละของระดับความเครียดวัดโดยแบบวัดสวนปรุง (SPST-20) ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในกรุงเทพมหานคร ที่เรียนพิเศษเพื่อเตรียมสอบเข้ามหาวิทยาลัย (N = 384)

ระดับความเครียดของนักเรียน	จำนวน	ร้อยละ
ระดับความเครียดของนักเรียนวัดโดยแบบวัดความเครียดสวนปรุง (SPST-20)		
ความเครียดระดับน้อย	8	2.1
ความเครียดระดับปานกลาง	93	24.2
ความเครียดระดับสูง	185	48.2
ความเครียดระดับรุนแรง	98	25.5



**ตารางที่ 5.** การวิเคราะห์ปัจจัยทำนายระดับคะแนนความเครียดโดยรวมของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในกรุงเทพมหานคร ที่เรียนพิเศษเพื่อเตรียมสอบเข้ามหาวิทยาลัย (N = 384) โดยใช้การวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ (Multiple linear regression) ด้วยวิธี Stepwise

ปัจจัย	b	S.E.	t	p-value	r <sup>2</sup>
ความคาดหวังต่อตนเอง	0.357	0.125	2.850	0.005**	0.058
การรับรู้ความคาดหวังของผู้ปกครองต่อตนเอง	0.478	0.191	2.505	0.013*	0.075
เพศ (หญิง)	3.447	1.474	2.339	0.020*	0.088
Constant	12.647	6.678	1.894	0.059	

\*p < 0.05, \*\*p < 0.01

จากตารางที่ 5 เมื่อนำตัวแปร ความคาดหวังต่อตนเอง การรับรู้ความคาดหวังของผู้ปกครองต่อตนเอง และเพศ มาวิเคราะห์โดยใช้สถิติการถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอน (Stepwise Multiple Regression Analysis) พบว่าตัวแปรที่มีผลต่อระดับคะแนนความเครียดคือ ความคาดหวังต่อตนเอง สามารถพยากรณ์ ได้ร้อยละ 5.8 โดยเมื่อตัวแปรความคาดหวังเพิ่มขึ้น 1 หน่วย (คะแนน) จะทำให้กลุ่มตัวอย่างมีระดับความเครียดเพิ่มขึ้นเป็น 0.357 คะแนน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติการรับรู้ความคาดหวังของผู้ปกครองต่อตนเองสามารถพยากรณ์ได้ร้อยละ 7.5 โดยเมื่อตัวแปรความคาดหวังเพิ่มขึ้น 1 หน่วย (คะแนน) จะทำให้กลุ่มตัวอย่างมีระดับความเครียดเพิ่มขึ้นเป็น 0.478 คะแนนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และเพศ (หญิง) สามารถพยากรณ์ได้ร้อยละ 8.8 โดยเมื่อกลุ่มตัวอย่างเพศหญิงเพิ่มขึ้นจะทำให้กลุ่มตัวอย่างมีระดับความเครียดเพิ่มขึ้นเป็น 3.447 คะแนนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ จึงสามารถสรุปได้ว่าตัวแปรดังกล่าวมีผลต่อระดับคะแนนความเครียดของนักเรียน

### อภิปรายผลการวิจัย

ผลการศึกษานี้ พบว่านักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในกรุงเทพมหานคร ที่เรียนพิเศษเพื่อเตรียมสอบเข้ามหาวิทยาลัยมีความเครียดอยู่ในระดับสูง ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาของกรมสุขภาพจิต<sup>(4)</sup> ที่ทำการสำรวจนักเรียนในระดับมัธยมศึกษาปีที่ 1 - 6 สังกัดกระทรวงศึกษาธิการ ปีการศึกษา 2546 พบว่าระดับความเครียด

ของนักเรียนมัธยมศึกษาที่มีความเครียดในระดับสูง จากการศึกษาของ กฤษณา ชลวิริยะกุล และคณะ<sup>(5)</sup> พบว่านักเรียนที่เรียนพิเศษเพื่อเตรียมตัวสอบเข้ามหาวิทยาลัยตามสถาบันต่าง ๆ 36.5 % มีปัญหาสุขภาพจิต มีความกดดัน และมีความเครียดในระดับสูง เมื่อพิจารณาจากข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง พบว่านักเรียนส่วนใหญ่เป็นกลุ่มที่มีความพร้อมในการสอบเข้ามหาวิทยาลัยในระดับปานกลาง ส่งผลให้นักเรียนอาจมีความกังวลในความพร้อมในการเตรียมตัวสอบเข้ามหาวิทยาลัย ความคาดหวังต่อตนเอง และการรับรู้ความคาดหวังของผู้ปกครองที่มีต่อตนเอง ปัจจัยเหล่านี้ส่งผลให้นักเรียนมีการเรียนพิเศษต่อเนื่อง เพื่อให้ตนเองมีความพร้อมมากที่สุดเพื่อการสอบแข่งขัน

นอกจากนี้ ยังพบว่าเพศมีความสำคัญกับระดับความเครียดของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในกรุงเทพมหานคร ที่เรียนพิเศษเพื่อเตรียมสอบเข้ามหาวิทยาลัย โดยพบว่าเพศหญิงมีค่าคะแนนความเครียดระดับสูงกว่าเพศชาย ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยก่อนหน้านี้ของกาญจนา เดชคุ้ม<sup>(7)</sup> ที่พบว่าเพศหญิงมีความเครียดมากกว่าเพศชายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติตามการวิจัยของกฤษณนันท์ เครือวรรณ<sup>(6)</sup> มีความเห็นว่าเพศหญิงมีความละเอียดรอบคอบ มีความวิตกกังวลและความอ่อนไหวสูงกว่าเพศชาย ซึ่งอาจเกิดจากปัจจัยทางการเลี้ยงดู และปัจจัยอื่น ๆ ดังนั้น เพศหญิงมีแนวโน้มที่จะเกิดความเครียดได้ง่ายกว่าเพศชาย

สำหรับปัจจัยการรับรู้ความคาดหวังของผู้ปกครองที่มีต่อตนเอง พบว่ามีความสัมพันธ์กับระดับความเครียดของนักเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ หากนักเรียนรับรู้ถึงความคาดหวังของผู้ปกครองมีความคาดหวังต่อตนเองสูงทำให้นักเรียนมีระดับความเครียดสูงขึ้นด้วย เนื่องจากนักเรียนที่รับรู้ถึงความคาดหวังไม่ว่าทางตรงหรือทางอ้อมว่าลูกของตนเองจะสามารถเข้าคณะหรือมหาวิทยาลัยที่ผู้ปกครองปรารถนาจะทำให้นักเรียนต้องตั้งใจเรียนและแสวงหาความรู้ทั้งในและนอกห้องเรียนมากขึ้น นักเรียนส่วนใหญ่เลือกที่จะเรียนพิเศษเพิ่มเติมความรู้จากห้องเรียน เพื่อหวังว่าให้ตนเองมีความสามารถสอบเข้าในคณะหรือมหาวิทยาลัยที่ผู้ปกครองมีความคาดหวังไว้ ส่งผลให้นักเรียนมีความกดดัน และความเครียดเพิ่มมากขึ้น ซึ่งผลการศึกษานี้สอดคล้องกับการวิจัยของ อัจฉรา ระตะนะอาพร<sup>(8)</sup> ที่พบว่าสังคมรอบตัวนักเรียนไม่ว่าจะเป็นความคาดหวังของผู้ปกครอง ครู ต่างเป็นสาเหตุที่สร้างความเครียดให้แก่ นักเรียนได้รวมถึงงานวิจัยของ วิภาพรรณ เตือนฉาย<sup>(9)</sup> ที่พบว่าความคาดหวังของผู้ปกครอง มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความเครียด อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ นักเรียนที่ผู้ปกครองมีความคาดหวังสูงจะมีความเครียดสูงกว่านักเรียนที่ผู้ปกครองมีความคาดหวังต่ำ

หากพิจารณาเรื่องความคาดหวังต่อตนเองในการสอบเข้ามหาวิทยาลัย พบว่ามีความสัมพันธ์กับระดับความเครียด โดยพบว่านักเรียนที่มีความคาดหวังในการสอบเข้าในระดับอุดมศึกษาสูง จะมีระดับความเครียดสูงกว่านักเรียนที่มีความคาดหวังต่ำ อาจเป็นเพราะความต้องการของนักเรียนที่มีความมุ่งหวังให้ตนเองสามารถสอบเข้าในคณะและมหาวิทยาลัยที่ต้องการ สามารถเลือกสาขาที่ตนเองมีความสนใจและเป็นที่ต้องการของตลาดตามค่านิยมของสังคมไทยในคณะและมหาวิทยาลัยที่มีชื่อเสียงว่าจะได้รับการยอมรับจากสังคม และมีหน้าที่การทำงานที่ดีในอนาคต อีกทั้งยังเป็นความภาคภูมิใจแก่ตนเองและครอบครัวผลการศึกษานี้สอดคล้องกับการศึกษา

ของ นราทร ศรประสิทธิ์<sup>(10)</sup> ที่พบว่าความมุ่งหวังที่จะสอบเข้ามหาวิทยาลัยของชีวิตนักเรียนมีผลต่อความเครียดจากการศึกษาของ Engel (อ้างใน อัมพร โอตระกูล)<sup>(11)</sup> กล่าวว่า มนุษย์มีความคาดหวัง และหากความคาดหวังนั้นไม่เป็นไปตามที่หวัง จะก่อให้เกิดความคับข้องใจและความเครียด นอกจากนี้ยังมีการศึกษาของ กาญจนา เดชคุ้ม<sup>(7)</sup> พบว่านักเรียนที่คาดหวังว่าต้องสอบเข้ามหาวิทยาลัยให้ได้เพื่อจะได้มีโอกาสที่ดีในการหางานทำ มีความเครียดสูง

## สรุป

การศึกษาครั้งนี้พบว่านักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในกรุงเทพมหานคร ที่เรียนพิเศษเพื่อเตรียมสอบเข้ามหาวิทยาลัยมีความเครียดอยู่ในระดับสูง นักเรียนมีความคาดหวังต่อตนเองและผู้ปกครองมีความคาดหวังต่อตัวนักเรียนอยู่ในระดับปานกลาง ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับระดับความเครียดของนักเรียน ได้แก่ ความคาดหวังต่อตนเอง การรับรู้ความคาดหวังของผู้ปกครอง และเพศ จากผลการศึกษาในครั้งนี้อาจทำให้เกิดความตระหนักเพื่อนำไปสู่การป้องกัน ส่งเสริม และพัฒนาให้นักเรียนมีสุขภาพจิตที่ดีสามารถดำเนินชีวิตได้อย่างเต็มศักยภาพและมีความสุข

## ข้อจำกัดการวิจัย

เนื่องจากไม่เคยมีการวิจัยสำรวจจำนวนของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในเขตกรุงเทพมหานคร ที่เรียนพิเศษทั้งหมดมาก่อน ทำให้การวิจัยในครั้งนี้จึงต้องหากลุ่มตัวอย่างเพื่ออ้างอิงประชากรนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในเขตกรุงเทพมหานคร ที่เรียนพิเศษโดยใช้เทคนิคของ Non probability Sampling คำนวณขนาดตัวอย่างใช้วิธีคำนวณโดยไม่ทราบจำนวนประชากรแบบ Purposive Sampling และการวิจัยนี้เป็นการศึกษา ณ ช่วงเวลาใดเวลาหนึ่ง ทำให้ผลการวิจัยไม่สามารถอ้างอิงประชากรอื่นได้ทั้งหมด

### กิตติกรรมประกาศ

ผู้วิจัยขอขอบพระคุณ อ.ดร.ณภัทรวรรต บัวทอง ที่ช่วยเหลือ ให้คำแนะนำตรวจสอบความถูกต้องทางสถิติ และอาสาสมัครทุกท่านที่กรุณาให้ความร่วมมืออย่างดีในการวิจัยครั้งนี้

### อ้างอิง

1. มนชยา อรุณยศ, ศิวพงศ์ ธีรอำพน. การกวดวิชากับความเจริญเติบโตทางเศรษฐกิจ [วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ]. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2547
2. ไพฑูรย์ สิ้นลารัตน์. รายงานการวิจัยการกวดวิชาในระดับมัธยมศึกษาตอนปลายในประเทศไทย. กรุงเทพฯ: คณะกรรมการศึกษาแห่งชาติ, 2545
3. สุวัฒน์ มหันต์นิรันดรกุล, วนิดา พุ่มไพศาลชัย, พิมพ์มาศ ตาปัญญา. รายงานการวิจัยเรื่องการสร้างแบบวัดความเครียดสวนปรุง. เชียงใหม่: โรงพยาบาลสวนปรุง, 2540
4. กรมสุขภาพจิต. คุณภาพชีวิตและความเครียดของนักเรียนมัธยมศึกษาในประเทศไทย. กรุงเทพฯ: ปิยอนด์ พับลิชชิง, 2546
5. กฤษฎา ชลวิริยะกุล, นิวัติ เอี่ยมเที่ยง, กรรณิการ์ วุฒิพงษ์วรโชค. การศึกษาความเครียดของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในจังหวัดชัยนาท. ชัยนาท: ศูนย์สุขภาพจิตชัยนาทกรมสุขภาพจิตกระทรวงสาธารณสุข, 2539
6. กฤษณนันท์ เครือวรรณ. ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความเครียด ของนักเรียนโรงเรียนเอกชน ชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ในกรุงเทพมหานคร [วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต]. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2541
7. กาญจนา เดชคุ้ม. การศึกษาความเครียดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ในภาวะวิกฤตทางเศรษฐกิจ [วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ]. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2541
8. อัจฉรา ระตะนะอาพร. ปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสารวิทยา [วิทยานิพนธ์ปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต]. กรุงเทพฯ: สถาบันราชภัฏจันทรเกษม, 2546
9. วิภาพรรณ เตือนฉาย. ปัจจัยที่สัมพันธ์กับความเครียดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร [วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต]. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2545
10. นราทร ศรีประสิทธิ์. ปัจจัยทางสังคม และจิตวิทยาที่มีความสัมพันธ์กับความเครียดของเด็กวัยรุ่น [วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ]. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยมหิดล, 2529
11. อัมพร โอบตระกุล. สุขภาพจิต. กรุงเทพฯ: วิทย์พัฒนา, 2538: 50