

ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาสาธารณสุขชุมชน คณะสาธารณสุขศาสตร์และสหเวชศาสตร์ สถาบันพระบรมราชชนก

Factors Associated with Emotional Intelligence among Bachelor of Public Health Students in Community Public Health, Faculty of Public Health and Allied Health Sciences, Praboromarajchanok Institute

สุธัญญา คิมหะจันทร<sup>1</sup>, เจตนิพิฐ สมมตย์<sup>1\*</sup>

Sutanya Kimhachan<sup>1</sup> and Jetnipit Sommart<sup>1\*</sup>

<sup>1</sup>วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดขอนแก่น

คณะสาธารณสุขศาสตร์และสหเวชศาสตร์ สถาบันพระบรมราชชนก

<sup>1</sup>Sirindhorn College of Public Health Khon Kaen Province,

Faculty of Public Health and Allied Health Sciences, Praboromarajchanok Institute

(Received : October 3, 2025., Revised : December 3, 2025., Accepted : January 27, 2026)

บทคัดย่อ

การวิจัยเชิงวิเคราะห์แบบภาคตัดขวางนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความฉลาดทางอารมณ์ และปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษา กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต ชั้นปีที่ 1 - 4 วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จำนวน 7 แห่ง จำนวน 336 คน โดยการสุ่มแบบหลายขั้นตอน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบสอบถามออนไลน์ วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ การแจกแจง ความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่ามัธยฐาน ค่าต่ำสุด และค่าสูงสุด และสถิติเชิงอนุมาน วิเคราะห์แบบถดถอยพหุคูณจิสติก

ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ร้อยละ 81.85 มีอายุระหว่าง 18 - 21 ปี ร้อยละ 66.96 ศึกษาอยู่ชั้นปีที่ 4 ร้อยละ 37.80 มีผลการเรียนระหว่าง 3.0 - 3.55 ร้อยละ 46.43 มีความฉลาดทางอารมณ์ในระดับสูง ร้อยละ 81.85 คะแนนเฉลี่ย 110.43 (S.D.=12.93) ผลการวิเคราะห์ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษา พบว่า ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ คือ แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ด้านการเรียน ( $OR_{adj} = 4.94$ , 95% CI: 3.14 - 14.10, P-value < 0.001) โดยนักศึกษาที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ด้านการเรียนระดับสูง มีโอกาสมีความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่านักศึกษาที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ด้านการเรียนระดับต่ำถึงปานกลาง เป็น 4.94 เท่า ความสามารถในการปรับตัว ( $OR_{adj} = 4.49$ , 95% CI: 2.65 - 12.08, P-value < 0.001) โดยนักศึกษาที่มีความสามารถในการปรับตัวระดับสูง มีโอกาสมีความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่านักศึกษาที่มีความสามารถในการปรับตัวระดับต่ำถึงปานกลาง เป็น 4.49 เท่า และเพศ ( $OR_{adj} = 2.22$ , 95% CI: 1.15 - 9.45, P-value < 0.05) โดยนักศึกษาเพศหญิง มีโอกาสมีความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่านักศึกษาเพศชาย เป็น 2.22 เท่า

ดังนั้น การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาควรให้ความสำคัญกับการส่งเสริมแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ด้านการเรียน และความสามารถในการปรับตัวของนักศึกษา นอกจากนี้ยังควรส่งเสริมการจัดกิจกรรมการบริหารจัดการความเครียดเพื่อส่งเสริมสุขภาพจิตและประสิทธิภาพการเรียนรู้ให้แก่นักศึกษา

**คำสำคัญ:** ความฉลาดทางอารมณ์, แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ด้านการเรียน, ความสามารถในการปรับตัว, นักศึกษาหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต

\*ผู้ให้การติดต่อ (Corresponding e-mail: jetnipit@scphkk.ac.th)

## Abstract

This cross-sectional analytical study aimed to examine emotional intelligence and the factors associated with emotional intelligence among students. The sample consisted of 336 undergraduate students enrolled in the Bachelor of Public Health program (Years 1–4) from seven Sirindhorn Colleges of Public Health, selected through multistage sampling. Data were collected using an online questionnaire. Descriptive statistics included frequency, percentage, mean, standard deviation, median, minimum, and maximum values. Inferential statistics were performed using multiple logistic regression analysis.

The results showed that the majority of participants were female (81.85%), aged 18 – 21 years (66.96%), and fourth-year students (37.80%). Nearly half of the students (46.43%) had a grade point average between 3.0 and 3.55. Overall, 81.85% of the participants demonstrated a high level of emotional intelligence, with a mean score of 110.43 (S.D. = 12.93). Analysis of factors associated with students' emotional intelligence revealed several statistically significant predictors. Achievement motivation in academic learning was significantly associated with emotional intelligence (Adjusted OR = 4.94, 95% CI: 3.14–14.10, p-value < 0.001). Students with high academic achievement motivation were 4.94 times more likely to have high emotional intelligence compared with those with low to moderate motivation. Adaptability was also significantly associated with emotional intelligence (Adjusted OR = 4.49, 95% CI: 2.65–12.08, p-value < 0.001). Students with high adaptability were 4.49 times more likely to have high emotional intelligence than those with low to moderate adaptability. Sex was another significant factor (Adjusted OR = 2.22, 95% CI: 1.15–9.45, p-value < 0.05), with female students being 2.22 times more likely to have high emotional intelligence than male students.

Therefore, efforts to enhance students' emotional intelligence should emphasize strengthening academic achievement motivation and adaptability. In addition, stress management activities should be promoted to support students' mental well-being and improve learning effectiveness.

**Keywords:** Emotional Intelligence, Academic Achievement Motivation, Adaptability, Bachelor of Public Health Students

## บทนำ

ความฉลาดทางอารมณ์ (Emotional intelligence) เป็นองค์ประกอบของความสามารถส่วนบุคคล อารมณ์ และสังคมที่เอื้อต่อความสำเร็จ ประกอบด้วย การปรับตัวต่อสิ่งแวดล้อม การเอาใจเขามาใส่ใจเรา การสร้างและรักษาความสัมพันธ์รวมถึงการจัดการอารมณ์และความเครียดอย่างมีประสิทธิภาพ การขาดความฉลาดทางอารมณ์จะบั่นทอนความก้าวหน้าของบุคคลและองค์กร (Bar-On, 2000) ท่ามกลางความเปลี่ยนแปลงทางเศรษฐกิจ สังคม การเมือง สิ่งแวดล้อม และเทคโนโลยี การมีความฉลาดทางอารมณ์ สำคัญไม่แพ้การมีความฉลาดทางปัญญา (Intelligence Quotient) ซึ่งผู้ที่มีความฉลาดทางอารมณ์นั้นเป็นผู้ที่รับรู้ เข้าใจ และสามารถจัดการกับอารมณ์ ความรู้สึกของตนเองได้ดี รวมถึงเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่นด้วย ความฉลาดทางอารมณ์เป็นสิ่งสำคัญที่จะช่วยผลักดันให้บุคคลประสบความสำเร็จในการทำกิจกรรมตลอดช่วงชีวิต เริ่มจากการเรียน การทำงาน และการดำเนินชีวิต เป็นผู้ที่มีความสัมพันธ์ที่ดี สามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุขและส่งเสริมให้ประสบความสำเร็จในชีวิต (Valaiporn, Sukhum & Chanasuek, 2021) จากการศึกษาที่ผ่านมาพบว่าความฉลาดทางอารมณ์สามารถทำนายถึงความสำเร็จในชีวิตและการทำงานของบุคคลได้มากกว่าความฉลาดทางปัญญาถึง 2 เท่า (Neidniyamart & Wipaporn, 2022) การมีความฉลาดทางอารมณ์ต่ำมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมเสี่ยงในวัยรุ่น เช่น การใช้สารเสพติด การมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร เป็นต้น (Pimrat & Arpaporn, 2019)

งานวิจัยที่ผ่านมาที่ทำการศึกษเกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์ในนักศึกษาสาขาวิทยาศาสตร์สุขภาพ พบว่านักศึกษามีความฉลาดทางอารมณ์อยู่ในระดับปกติถึงระดับสูง (Sukanya & Kritkantorn, 2024) (Suphakit, Chommanard, Pavimon & Wipada, 2024) (Kanya, Danulada & Kannika, 2023) (Jeerawan, Utsanee, Nongyao & Nitita, 2021) Valaiporn, Sukhum & Chanasuek, 2021) (Supatana & Waraporn, 2017) ปัจจัยที่เกี่ยวข้อง ได้แก่ ชั้นปี ผลการเรียน การดื่มแอลกอฮอล์ การสูบบุหรี่ ที่พักอาศัย ผู้ร่วมอาศัย ค่าใช้จ่ายต่อเดือน การใช้สื่อสังคม ลักษณะการเลี้ยงดู (Sukanya & Kritkantorn, 2024) ความเครียด (Suphakit, Chommanard, Pavimon & Wipada, 2024) ภาวะซึมเศร้า บุคลิกภาพ (Kanya, Danulada & Kannika, 2023) การใช้อำนาจ แรงจูงใจไม่สัมพันธ์ (Valaiporn, Sukhum & Chanasuek, 2021) ทักษะชีวิต และบุคลิกแบบเปิดเผย (Supatana & Waraporn, 2017) อย่างไรก็ตามแม้มีการศึกษาในนักศึกษาระดับอุดมศึกษาสาขาวิทยาศาสตร์สุขภาพ และส่วนมากศึกษาในกลุ่มอื่น เช่น นักศึกษาพยาบาล เป็นต้น แต่ยังไม่มีการศึกษาในกลุ่มนักศึกษาหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาสาธารณสุขชุมชน บริบทของสถาบันพระบรมราชชนก โดยหนึ่งในผลลัพธ์การเรียนรู้ที่คาดหวังของหลักสูตรนี้เน้นการพัฒนาความเข้าใจตนเองและผู้อื่น การยอมรับความแตกต่างระหว่างบุคคล การทำงานเป็นทีมร่วมกับวิชาชีพอื่น ๆ ซึ่งทั้งหมดนี้มุ่งส่งเสริมให้นักศึกษาสามารถปฏิบัติงานในชุมชนอย่างมีประสิทธิภาพ ตลอดจนการสื่อสารเพื่อการส่งเสริมความรู้ด้านสุขภาพเพื่อพัฒนาสู่ความเป็นมืออาชีพในวิชาชีพ (Praboromarajchanok Institute, 2021) เนื่องจากลักษณะการปฏิบัติงานในอนาคตของนักศึกษาในกลุ่มนี้ต้องทำงานเชิงรุกในชุมชน ซึ่งมีบริบททางสังคม วัฒนธรรม และสภาวะอารมณ์ที่หลากหลายซับซ้อน สถานการณ์ความขัดแย้งภายในชุมชน ตลอดจนความกดดันและความเครียดส่วนบุคคล นักศึกษาจึงต้องอาศัยความเข้าใจอย่างลึกซึ้งต่อความรู้สึกและความต้องการของคนในชุมชน ความฉลาดทางอารมณ์เป็นกลไกสำคัญที่ช่วยให้นักศึกษาสามารถรับรู้ ทำความเข้าใจ และบริหารจัดการอารมณ์ บริหารจัดการความเครียดของตนเอง เพื่อป้องกันผลกระทบเชิงลบต่อสภาวะทางจิต และการปฏิบัติงานได้ ควบคู่ไปกับการรับรู้และเข้าใจอารมณ์ของผู้อื่น สมรรถนะดังกล่าวเป็นรากฐานในการพัฒนาทักษะการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ โดยเฉพาะการสื่อสารด้วยความเห็นอกเห็นใจ ซึ่งจำเป็นอย่างยิ่งต่อการเข้าถึงความต้องการที่แท้จริงของชุมชน การให้คำแนะนำ และการโน้มน้าวใจ นำไปสู่การสร้างความสัมพันธ์อันดีและความไว้วางใจ อันเป็นปัจจัยพื้นฐานแห่งความสำเร็จในการดำเนินงานสาธารณสุขชุมชน นอกจากนี้ นักศึกษาสาขาสาธารณสุขชุมชน ยังถูกคาดหวังให้มีบทบาทในการเป็นผู้นำการเปลี่ยนแปลงด้านสุขภาพ และต้องสามารถทำงานเป็นทีมร่วมกับบุคลากรสาธารณสุขอื่นและภาคีเครือข่ายในชุมชนได้อย่างราบรื่น ความฉลาดทางอารมณ์

จะช่วยสนับสนุนกระบวนการตัดสินใจในฐานะผู้นำ ส่งเสริมการยอมรับความแตกต่าง และส่งเสริมทัศนคติเชิงบวก ซึ่งไม่เพียงแต่จำเป็นต่อการทำงานร่วมกับผู้อื่น แต่ยังทำให้นักศึกษาสามารถเป็นแบบอย่างที่ดีและสร้างแรงบันดาลใจในการสร้างเสริมสุขภาพที่ดีให้แก่ชุมชนได้อย่างมีประสิทธิภาพ

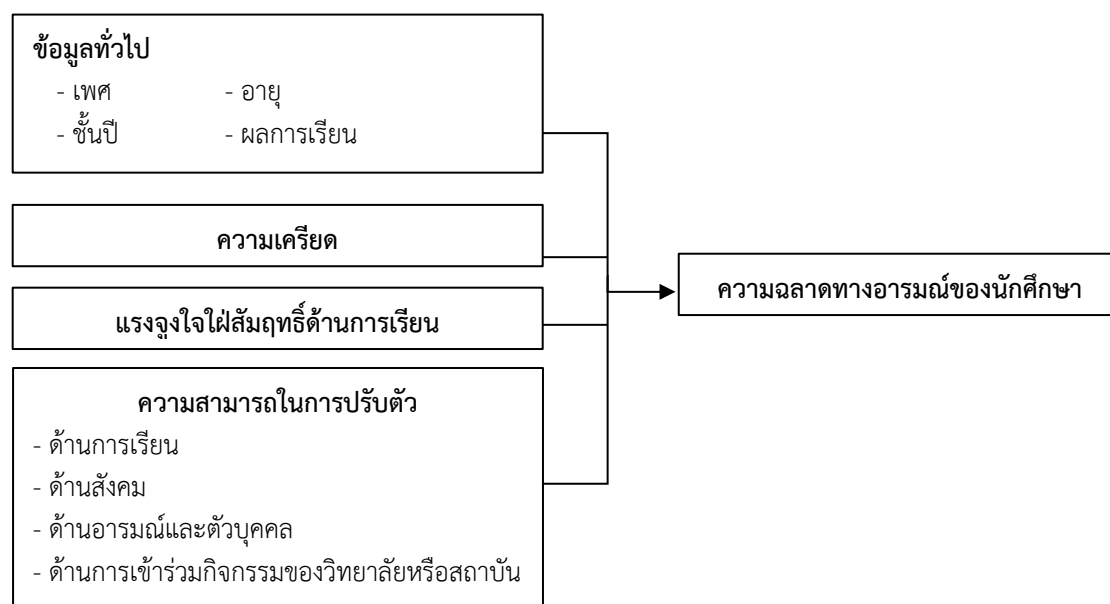
จากความสำคัญดังกล่าวข้างต้น จึงจำเป็นที่จะศึกษาเกี่ยวกับปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาสาธารณสุขชุมชน โดยมุ่งเน้นไปที่การประเมินระดับความฉลาดทางอารมณ์และปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษา เพื่อให้ทราบถึงสถานการณ์ปัจจุบันและทำความเข้าใจองค์ประกอบที่จำเป็นต้องได้รับการส่งเสริม องค์ความรู้ที่ได้จากการวิจัยครั้งนี้จะเป็นข้อมูลพื้นฐานที่มีคุณประโยชน์อย่างยิ่งต่อสถาบันการศึกษาและผู้กำหนดนโยบายในการนำไปวางแผนพัฒนาหลักสูตร ออกแบบกระบวนการเรียนรู้ หรือจัดกิจกรรมเสริมหลักสูตรที่มุ่งเน้นการพัฒนาทักษะทางอารมณ์และสังคม ควบคู่ไปกับการเป็นเลิศทางวิชาการ เพื่อเตรียมความพร้อมให้นักศึกษามีคุณลักษณะที่พึงประสงค์ สามารถปฏิบัติงานในชุมชนได้อย่างมีประสิทธิภาพ และนำไปสู่การสร้างเสริมสุขภาพของประชาชนได้อย่างยั่งยืนต่อไป

### วัตถุประสงค์วิจัย

1. เพื่อศึกษาความฉลาดทางอารมณ์ในนักศึกษาหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาสาธารณสุขชุมชน คณะสาธารณสุขศาสตร์และสหเวชศาสตร์ สถาบันพระบรมราชชนก
2. เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความฉลาดทางอารมณ์ในนักศึกษาหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาสาธารณสุขชุมชน คณะสาธารณสุขศาสตร์และสหเวชศาสตร์ สถาบันพระบรมราชชนก

### กรอบแนวคิดการวิจัย

จากการทบทวนวรรณกรรมและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง พบว่า ตัวแปรที่มีความสัมพันธ์กับความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาจากงานวิจัยที่ผ่านมา ได้แก่ เพศ ชั้นปี เกรด แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ และการปรับตัว (Sukanya & Kritkantorn (2025) Neidniyamart & Wipaporn (2022) Valaiporn, Sukhum & Chanasuek (2021) Jeerawan, Utsanee, Nongyao & Nitita (2021) Pimrat & Arpaporn Powwattana (2019) Userow, Mayuree, Khemmapat & Paseena (2021) จากข้อมูลดังกล่าว ผู้วิจัยได้นำมาสร้างกรอบแนวคิดการวิจัย ดังนี้



ภาพ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย

## ระเบียบวิธีวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาเชิงวิเคราะห์แบบภาคตัดขวาง (Cross-Sectional Analytical Research)

## ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร คือ นักศึกษาหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาสาธารณสุขชุมชน วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จำนวน 7 แห่ง สังกัดคณะสาธารณสุขศาสตร์และสหเวชศาสตร์ สถาบันบรมราชชนก ชั้นปีที่ 1 - 4 ปีการศึกษา 2567 จำนวน 1,934 คน กำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างจากการคำนวณโดยใช้สถิติ Multiple logistic regression ของ Hsieh Y.F. Bloch, et.al (1998) ดังนี้

$$n = \frac{\left\{ Z_{1-\alpha/2} \sqrt{\frac{p(1-p)}{B}} + Z_{1-\beta} \sqrt{p_0(1-p_0) + \frac{p_1(1-p_1)(1-B)}{B}} \right\}^2}{[(p_0 - p_1)^2(1-B)]}$$

แทนค่า

$$n = \frac{\left\{ 1.96 \frac{[0.75(1-0.75)]^2}{0.27} + 0.84 \frac{[0.80(1-0.80) + 0.62(1-0.62)(1-0.27)]^2}{0.13} \right\}}{[(0.80-0.62)^2(1-0.27)]}$$

$$n = 251.263 \approx 252$$

แทนค่าในสูตร โดยอ้างอิงค่าจากการศึกษาของ Mervat E. A. El Dashan (2020) คำนวณกลุ่มตัวอย่างได้ 252 คน และปรับขนาดกลุ่มตัวอย่างเลือกค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เชิงพหุเท่ากับ 0.5 ได้กลุ่มตัวอย่างเท่ากับ 336 คน

การสุ่มตัวอย่าง ใช้วิธีการสุ่มแบบหลายขั้นตอน (Multi-stage Sampling) ) โดยทำการสุ่ม 2 ครั้ง ดังนี้

1) จำแนกตามวิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร คณะสาธารณสุขศาสตร์และสหเวชศาสตร์ สถาบันพระบรมราชชนก จำนวน 7 แห่ง ได้แก่ วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดขอนแก่น วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดชลบุรี วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดตรัง วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดพิษณุโลก วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดยะลา วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดสุพรรณบุรี และวิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดอุบลราชธานี 2) จำแนกตามชั้นปี ได้แก่ นักศึกษาหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาสาธารณสุขชุมชน ในแต่ละชั้นปีที่ 1 - 4 ปีการศึกษา 2567 ที่กำลังศึกษาในวิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร ทั้ง 7 แห่ง

คำนวณสัดส่วนประชากรและตัวอย่าง (proportional to size: PPS) โดยแบ่งตามสัดส่วนของประชากรของแต่ละวิทยาลัย โดยใช้สูตรดังนี้

$$n_i = N_i \frac{n}{N}$$

โดย  $n_i$  = กลุ่มตัวอย่างในแต่ละวิทยาลัย

$n$  = ขนาดของกลุ่มตัวอย่าง

$N_i$  = จำนวนนักศึกษาที่อยู่ในแต่ละวิทยาลัย

$N$  = จำนวนประชากรนักศึกษาที่อยู่ในวิทยาลัยทั้ง 7 แห่ง

จากนั้นผู้วิจัยสุ่มตัวอย่างโดยใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างอย่างง่าย (Simple Random Sampling) โดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์ในการสุ่มรหัสนักศึกษาตามสัดส่วนที่คำนวณได้

เกณฑ์การคัดเข้า (Inclusion Criteria)

1) เป็นนักศึกษาหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต สาขาสาธารณสุขชุมชน คณะสาธารณสุขศาสตร์และสหเวชศาสตร์ สถาบันพระบรมราชชนก ชั้นปีที่ 1 - 4 ปีการศึกษา 2567

2) ยินดีเข้าร่วมการวิจัย

เกณฑ์การคัดออก (Exclusion Criteria)

1) นักศึกษาที่ได้รับการวินิจฉัยตามหลัก DSM-5 ที่มีอาการทางจิตปรากฏชัดเจน ได้แก่ หูแว่ว เห็นภาพหลอน การรับรู้ผิดปกติ และมีพฤติกรรมก้าวร้าวรุนแรง

## 2) ภายหลัง ลาพักการศึกษา หรือลาออก จากสถานศึกษาในช่วงเวลาที่ทำการศึกษ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ผู้วิจัยสร้างเครื่องมือโดยการทบทวนวรรณกรรมจากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องโดยกำหนดขอบเขต และโครงสร้างของเนื้อหาให้ครอบคลุมตัวแปรที่ศึกษาโดยแบบสอบถามแบ่งออกเป็น 5 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป จำนวน 4 ข้อ ประกอบด้วย เพศ อายุ ชั้นปี ผลการเรียน เป็นคำถามให้เลือกตอบ และคำถามปลายเปิด

ส่วนที่ 2 แบบสำรวจความฉลาดทางอารมณ์ ผู้วิจัยได้ปรับปรุงและพัฒนาให้สอดคล้องกับตัวแปรที่ศึกษาในงานวิจัย โดยประยุกต์มาจากแบบวัดความฉลาดทางอารมณ์ที่พัฒนาโดย Naruedom (2016) ซึ่งได้รับการปรับปรุงจากแบบจำลองของ Bar-On (1988) ให้สอดคล้องกับบริบทของนักศึกษาระดับปริญญาตรีเป็นเครื่องมือประเภทแบบสำรวจรายงานตนเอง จำนวน 27 ข้อ แบ่งออกเป็น 5 องค์ประกอบ ได้แก่ 1) การรับรู้ตนเอง จำนวน 5 ข้อ 2) การแสดงออก จำนวน 6 ข้อ 3) มนุษยสัมพันธ์ จำนวน 7 ข้อ 4) การตัดสินใจ จำนวน 3 ข้อ 5) การจัดการความเครียด ประกอบด้วย จำนวน 6 ข้อ ใช้มาตราประมาณค่า 5 ระดับ ของ Likert (1967) กำหนดคะแนน ดังนี้ จริงที่สุด/เกือบจริงที่สุด = 5 คะแนน จริงมาก = 4 คะแนน จริงปานกลาง = 3 คะแนน จริงเป็นบางครั้ง = 2 คะแนน ไม่จริงเลย/แทบจะไม่จริงเลย = 1 คะแนน การแปลผลใช้เกณฑ์ของ Best (1981) ระดับสูง คือ มากกว่า 100 คะแนน ระดับปานกลาง คือ 64 - 100 คะแนน และระดับต่ำ คือ น้อยกว่า 64 คะแนน

ส่วนที่ 3 แบบประเมินความเครียด ST-5 (Stress Test 5) ของกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข (Department of Mental Health, Thailand, 2021) จำนวน 5 ข้อ แบ่งการวัดดังนี้ คะแนน 0 หมายถึง เป็นน้อยมาก หรือแทบไม่มี คะแนน 1 หมายถึง เป็นบางครั้ง คะแนน 2 หมายถึง เป็นบ่อยครั้ง คะแนน 3 หมายถึง เป็นประจำ การแปลผลดังนี้ คะแนน 0 - 4 หมายถึง ความเครียดน้อย คะแนน 5 - 7 หมายถึง ความเครียดปานกลาง คะแนน 8 - 9 หมายถึง ความเครียดมาก และคะแนน 10 - 15 หมายถึง ความเครียดมากที่สุด

ส่วนที่ 4 แบบสอบถามแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ด้านการเรียนของนักศึกษา จำนวน 15 ข้อ เป็นคำถามแบบมาตราส่วน ประมาณค่า 5 ระดับ ของ Likert (1967) แสดงถึงระดับความคิดเห็น ดังนี้ เห็นด้วยมากที่สุด = 5 คะแนน เห็นด้วยมาก = 4 คะแนน เห็นด้วยปานกลาง = 3 คะแนน เห็นด้วยน้อย = 2 คะแนน เห็นด้วยน้อยที่สุด = 1 คะแนน การแปลผลใช้เกณฑ์ของ Best (1981) ระดับสูง คือ คะแนน มากกว่า 57 คะแนน ระดับปานกลาง คือ คะแนน 36 - 56 คะแนน และระดับต่ำ คือ คะแนน น้อยกว่าหรือเท่ากับ 15 คะแนน

ส่วนที่ 5 แบบสอบถามความสามารถในการปรับตัวของนักศึกษา จำนวน 22 ข้อ ประกอบด้วย 4 ด้าน ได้แก่ 1) การปรับตัวด้านการเรียน จำนวน 6 ข้อ 2) การปรับตัวด้านสังคม จำนวน 6 ข้อ 3) การปรับตัวด้านอารมณ์แต่ละบุคคล จำนวน 5 ข้อ 4) การปรับตัวด้านการเข้าร่วมกิจกรรมของวิทยาลัยหรือสถาบัน จำนวน 5 ข้อ เป็นคำถามแบบมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ ของ Likert (1967) แสดงถึงระดับความจริง ดังนี้ จริงที่สุด/ เกือบจริงที่สุด = 5 คะแนน จริงมาก = 4 คะแนน จริงปานกลาง = 3 คะแนน จริงเป็นบางครั้ง = 2 คะแนน ไม่จริงเลย/ แทบจะไม่จริงเลย = 1 คะแนน การแปลผล ใช้เกณฑ์ของ Best (1981) ระดับสูง คือ คะแนนมากกว่า 82 คะแนน ระดับปานกลาง คือ คะแนน 52 - 81 คะแนน และระดับต่ำ คือ คะแนนน้อยกว่า 22 คะแนน

## การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ

เครื่องมือการวิจัยนี้ผ่านการตรวจสอบคุณภาพความตรงเชิงเนื้อหาจากผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 3 ท่าน นำมาคำนวณค่า IOC = 0.67 - 1.0 และได้ทำการทดลองใช้ (Try out) กับกลุ่มตัวอย่างที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างในการวิจัยจำนวน 30 คน คือนักศึกษาหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตเฉลิมพระเกียรติสกลนคร ได้ค่าความเที่ยง (reliability) ของแบบสอบถามแต่ละส่วน เป็นดังนี้ ส่วนที่ 2 แบบสำรวจความฉลาดทางอารมณ์ มีค่าเท่ากับ 0.93 ส่วนที่ 3 แบบประเมินความเครียด มีค่าเท่ากับ 0.80 ส่วนที่ 4 แบบสอบถามแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ด้านการเรียนของนักศึกษา มีค่าเท่ากับ 0.92 และส่วนที่ 5 แบบสอบถามความสามารถในการปรับตัวของนักศึกษา มีค่าเท่ากับ 0.93

### การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลหลังจากได้รับอนุมัติจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ และดำเนินการเก็บข้อมูล ระหว่างเดือนกุมภาพันธ์ - เดือนมีนาคม 2568 โดยใช้แบบสอบถามออนไลน์ (Microsoft Form) ซึ่งมีขั้นตอนในการเก็บรวบรวมข้อมูล ดังนี้

1. ผู้วิจัยทำหนังสือขออนุญาตในการทำวิจัยและเก็บรวบรวมข้อมูล ถึงผู้อำนวยการวิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร ทั้ง 7 แห่ง เพื่อขออนุญาตเก็บรวบรวมข้อมูลกับนักศึกษาหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาสาธารณสุขชุมชน ชั้นปีที่ 1 - 4

2. ผู้วิจัยดำเนินการจัดประชุมออนไลน์ แนะนำตัว พร้อมทั้งชี้แจงรายละเอียด วัตถุประสงค์ในการศึกษา นัดหมายวัน เวลา ในการเก็บรวบรวมข้อมูล และส่งคืนแบบสอบถาม แก่ผู้ประสานงาน

3. ผู้วิจัยส่งรหัสนักศึกษาของแต่ละวิทยาลัยแก่ผู้ประสานงาน เพื่อดำเนินการส่งลิงก์แบบสอบถามออนไลน์ ให้กับกลุ่มตัวอย่างตอบแบบสอบถามตามจำนวนที่กำหนด

4. ผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลและนำข้อมูลที่ได้มาตรวจสอบความครบถ้วน จากนั้นนำมาบันทึกหาค่าตามคู่มือการลงรหัสที่สร้างขึ้นแล้ววิเคราะห์ ประมวลผลข้อมูลด้วยโปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป STATA Version 16.1 (ลิขสิทธิ์วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดขอนแก่น)

### การวิเคราะห์ข้อมูล

1. สถิติเชิงพรรณนา (descriptive statistics) โดยใช้การแจกแจงความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่ามัธยฐาน ค่าต่ำสุด และค่าสูงสุด

2. สถิติเชิงอนุมาน (inferential statistics) โดยใช้สถิติการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ (Multiple Logistic Regression) วิเคราะห์ ทีละคู่ (Bivariable analysis) ใช้ สถิติ Simple logistic regression ในการวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรตามและตัวแปรต้นทีละคู่ โดยไม่คำนึงถึงผลกระทบของตัวแปรอื่น ๆ โดยพิจารณา ค่า Crude odds ratio และ P-value < 0.25 ในการคัดเลือกตัวแปรอิสระเข้าสู่โมเดล การวิเคราะห์คร่าวหลายตัวแปร ในขั้นตอนต่อไป วิเคราะห์คร่าวหลายตัวแปร (Multivariable analysis) โดยใช้สถิติ Multiple logistic regression ในการวิเคราะห์ ความสัมพันธ์ ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์ กับตัวแปรอิสระคร่าวหลายตัวแปร โดยนำตัวแปรอิสระที่ผ่านการคัดเลือกในขั้นตอนการวิเคราะห์ Bivariable analysis เข้าสู่โมเดล Multivariable analysis จากนั้นใช้วิธีการตัดตัวแปรออกทีละตัวแปร (Backward elimination) โดยขจัดตัวแปรที่มีค่า P-value > 0.05 ออกทีละตัวแปรและทำการประเมินความเหมาะสมของโมเดล (Goodness of fit) โดยพิจารณาจากค่า Log Likelihood (ค่าเข้าใกล้ศูนย์ แสดงว่าโมเดลเหมาะสม) และ P-value < 0.05 จึงจะถือว่าเป็นโมเดลที่มีความเหมาะสม นำเสนอค่า  $OR_{Crude}$ ,  $OR_{Adj}$ , 95% CI และ P-value

### จริยธรรมวิจัย

การศึกษานี้ผ่านการพิจารณาจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดขอนแก่น เลขที่ HE671131 ลงวันที่ 6 มกราคม 2568 และผู้วิจัยได้ให้ความสำคัญด้านจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ ผ่านการอบรมจริยธรรมด้านการวิจัยในมนุษย์หลักสูตร Human Subject Protection (HSP) ของกองมาตรฐานการวิจัย สำนักงานการวิจัยแห่งชาติ เมื่อวันที่ 31 มีนาคม 2567

### ผลการวิจัย

1. ข้อมูลทั่วไป

ตาราง 1 จำนวนร้อยละของกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษา จำแนกตามข้อมูลทั่วไป (n = 336 คน)

ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวน	ร้อยละ
<b>เพศ</b>		
ชาย	61	18.15
หญิง	275	81.85
<b>อายุ (ปี)</b>		
อายุ 18-21	225	66.96
อายุ 22-24	111	33.04
Mean = 20.68, S.D. = 1.31, Min = 18, Max = 24		
<b>ระดับชั้นปี</b>		
ชั้นปีที่ 1	79	23.51
ชั้นปีที่ 2	84	25.00
ชั้นปีที่ 3	46	13.69
ชั้นปีที่ 4	127	37.80
<b>ผลการเรียน</b>		
1.79 – 2.34	51	15.18
2.35 – 2.90	82	24.40
3.00 – 3.55	156	46.43
3.56 – 4.00	47	13.99
Mean = 3.05, S.D. = 0.45, Min = 1.79, Max = 4.00		

จากตาราง 1 พบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ร้อยละ 81.85 ส่วนใหญ่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นปีที่ 4 ร้อยละ 37.80 ส่วนใหญ่ อายุระหว่าง 18 - 21 ปี ร้อยละ 66.96 อายุเฉลี่ย 20.68 (S.D. = 1.31) อายุต่ำสุด 18 ปี และอายุสูงสุด 24 ปี ส่วนใหญ่มีผลการเรียน ระหว่าง 3.00 – 3.55 ร้อยละ 46.43 โดยมีผลการเรียนเฉลี่ย 3.05 (S.D. = 0.45) ผลการเรียนต่ำสุด 1.79 และผลการเรียนสูงสุด 4.00

### 2. ความฉลาดทางอารมณ์ของกลุ่มตัวอย่าง

**ตาราง 2** จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานความฉลาดทางอารมณ์ของกลุ่มตัวอย่าง (n = 336)

ระดับความฉลาดทางอารมณ์โดยภาพรวม	จำนวน	ร้อยละ
ระดับสูง (101 – 135 คะแนน)	275	81.85
ระดับปานกลาง (64 - 100 คะแนน)	61	18.15
ระดับต่ำ (27 – 63 คะแนน)	0	0
Mean (S.D.): 110.43 (12.93), Median (Min.-Max.): 110 (67-135)		

จากตาราง 2 พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีระดับความฉลาดทางอารมณ์ในภาพรวมในระดับสูง ร้อยละ 81.85 โดยมีคะแนนเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์ 110.43 คะแนน (S.D. = 12.93) คะแนนต่ำสุด 67 คะแนน และคะแนนสูงสุด 135 คะแนน

### 3. ความเครียดของกลุ่มตัวอย่าง

**ตาราง 3** จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานความเครียดของกลุ่มตัวอย่าง (n = 336)

ความเครียด	จำนวน	ร้อยละ
ความเครียดมากที่สุด (คะแนน 10 - 15)	40	11.90
ความเครียดมาก (คะแนน 8 - 9)	37	11.01
ความเครียดปานกลาง (คะแนน 5 - 7)	112	33.33
ความเครียดน้อย (คะแนน 0 - 4)	147	43.75
Mean (S.D.): 5.35 (3.23), Median (Min. - Max.): 5 (0 - 15)		

จากตาราง 3 พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีระดับความเครียดระดับปานกลางถึงมากที่สุด โดยกลุ่มตัวอย่างมีความเครียดระดับปานกลาง ร้อยละ 33.33 และมากถึงมากที่สุด ร้อยละ 22.91 โดยมีคะแนนเฉลี่ยความเครียด 5.35 คะแนน (S.D. = 3.23) คะแนนต่ำสุด 0 คะแนน และคะแนนสูงสุด 15 คะแนน

4. แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ด้านการเรียนของกลุ่มตัวอย่าง

ตาราง 4 จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ด้านการเรียนของกลุ่มตัวอย่าง (n = 336)

แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ด้านการเรียน	จำนวน	ร้อยละ
ระดับสูง (คะแนน 57 - 75)	250	74.4
ระดับปานกลาง (คะแนน 36 - 56)	85	25.3
ระดับต่ำ (คะแนน 15 - 35)	1	0.3

Mean (S.D.): 60.65 (7.72), Median (Min. - Max.): 60 (30 - 75)

จากตาราง 4 พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีระดับแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ด้านการเรียนในระดับสูง ร้อยละ 74.4 โดยมีคะแนนเฉลี่ยแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ด้านการเรียน 60.65 คะแนน (S.D. = 7.72) คะแนนต่ำสุด 30 คะแนน และคะแนนสูงสุด 75 คะแนน

5. ความสามารถในการปรับตัวของกลุ่มตัวอย่าง

ตาราง 5 จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานความสามารถในการปรับตัวของกลุ่มตัวอย่าง (n = 336)

ระดับคะแนนความสามารถในการปรับตัว	จำนวน	ร้อยละ
ระดับสูง (82 - 110 คะแนน)	266	79.17
ระดับปานกลาง (52 - 81 คะแนน)	70	20.83

Mean (S.D.): 89.25 (10.91), Median (Min. - Max.): 89 (57 - 110)

จากตาราง 5 พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีระดับความสามารถในการปรับตัวในภาพรวมอยู่ในระดับสูง ร้อยละ 79.17 โดยมีคะแนนเฉลี่ยความสามารถในการปรับตัว 89.25 คะแนน (S.D. = 10.91) คะแนนต่ำสุด 57 คะแนน และคะแนนสูงสุด 110 คะแนน

ตาราง 6 ผลการวิเคราะห์ตัวแปรที่มีความสัมพันธ์กับความฉลาดทางอารมณ์ของกลุ่มตัวอย่าง โดยการวิเคราะห์ตัวแปรทีละคู่ (n = 336)

ปัจจัย	ความฉลาดทางอารมณ์ ของนักศึกษา		OR <sub>Crude</sub>	(95% CI)	P-value
	ระดับสูง	ระดับปานกลาง และระดับต่ำ			
<b>เพศ</b>					
หญิง	220 (80.00)	55 (20.00)	2.29	0.93 - 5.59	0.069
ชาย	55 (90.16)	6 (9.84)	1	1	
<b>อายุ (ปี)</b>					
> 21	90 (81.88)	21 (18.92)	1.07	0.60 - 1.93	0.26
≤ 21	185 (82.22)	40 (17.78)	1	1	
<b>ระดับชั้นปีที่</b>					
ชั้นปีที่ 1	65 (82.28)	14 (17.72)	1.22	(0.57 - 2.60)	0.660
ชั้นปีที่ 2	63 (75.00)	21 (25.00)	1.89	(0.94 - 3.79)	0.071
ชั้นปีที่ 3	39 (84.78)	7 (15.22)	1.02	(0.39 - 2.61)	0.067
ชั้นปีที่ 4	108 (85.04)	19 (14.96)	1	1	
<b>ผลการเรียน</b>					

ปัจจัย	ความฉลาดทางอารมณ์ ของนักศึกษา		OR <sub>Crude</sub>	(95% CI)	P-value
	ระดับสูง	ระดับปานกลาง และระดับต่ำ			
>3.00	159 (84.57)	29 (15.43)	0.66	(0.37 - 1.15)	0.145
≤ 3.00	116 (78.38)	32 (21.62)	1	1	
<b>ความเครียด</b>					
ระดับต่ำ - ปานกลาง	131 (89.12)	16 (10.88)	2.55	(1.37 - 4.74)	0.003*
ระดับสูง	144 (76.19)	45 (23.81)	1	1	
<b>แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ด้านการเรียน</b>					
ระดับสูง	231 (92.40)	19 (7.60)	11.60	(6.17 - 21.80)	< 0.001**
ระดับต่ำ - ปานกลาง	44 (51.16)	42 (48.84)	1	1	
<b>ความสามารถในการปรับตัว</b>					
ระดับสูง	242 (90.90)	24 (9.02)	11.30	(6.02 - 21.21)	< 0.001**
ระดับต่ำ - ปานกลาง	33 (47.14)	37 (52.86)	1	1	

\*P-value < 0.05 \*\*P-value < 0.001

จากตาราง 6 ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ตัวแปรที่ละคู่ ปัจจัย พบว่า ปัจจัยความเครียด มีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาโดยนักศึกษาที่มีความเครียดระดับต่ำถึงปานกลาง มีโอกาสมีความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่านักศึกษาที่มีความเครียดระดับสูงเป็น 2.55 เท่า (P-value < 0.05, 95% CI: 1.37 - 4.74) ปัจจัยแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ด้านการเรียนมีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาโดยนักศึกษาที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ด้านการเรียนระดับสูง มีโอกาสมีความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่านักศึกษาที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ด้านการเรียนระดับต่ำถึงปานกลาง เป็น 11.60 เท่า (P-value < 0.001, 95% CI: 6.17 - 21.80) ปัจจัยความสามารถในการปรับตัวมีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษา โดยนักศึกษาที่มีความสามารถในการปรับตัว ระดับสูง มีโอกาสมีความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่านักศึกษาที่มีความสามารถในการปรับตัว ระดับต่ำถึงปานกลางเป็น 11.30 เท่า (P-value < 0.001, 95% CI: 6.02 - 21.21) ส่วนปัจจัยด้านเพศ อายุ ระดับชั้นปี และผลการเรียน มีความสัมพันธ์อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ (P-value > 0.05)

**ตาราง 7** ผลการวิเคราะห์ตัวแปรที่มีความสัมพันธ์กับความฉลาดทางอารมณ์ของกลุ่มตัวอย่าง โดยการวิเคราะห์คร่าวละหลายตัวแปร

ปัจจัย	ความฉลาดทางอารมณ์		OR <sub>Crude</sub>	OR <sub>Adj</sub>	(95% CI)	P-value
	ระดับสูง	ระดับปานกลางและระดับต่ำ				
<b>เพศ</b>						
หญิง	220 (80.00)	55 (20.00)	3.29	2.22	(1.15-9.45)	0.026*
ชาย	55 (90.16)	6 (9.84)	1	1	1	
<b>ระดับชั้นปีที่</b>						
ชั้นปีที่ 1	65 (82.28)	14 (17.72)	2.61	1.95	(0.99-6.86)	0.051
ชั้นปีที่ 2	63 (75.00)	21 (25.00)	2.24	1.83	(0.94-5.34)	0.067
ชั้นปีที่ 3	39 (84.78)	7 (15.22)	1.14	0.24	(0.38-3.44)	0.80

ปัจจัย	ความฉลาดทางอารมณ์		OR <sub>Crude</sub>	OR <sub>Adj</sub>	(95% CI)	P-value
	ระดับสูง	ระดับปานกลางและระดับต่ำ				
ชั้นปีที่ 4	108 (85.04)	19 (14.96)	1	1	1	
<b>แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ด้านการเรียน</b>						
ระดับสูง	231 (92.40)	19(7.60)	11.60	4.94	(3.14-14.1)	<0.001**
ระดับต่ำ-ปานกลาง	44 (51.16)	42 (48.84)	1	1	1	
<b>ความสามารถในการปรับตัว</b>						
ระดับสูง	242 (90.90)	24 (9.02)	11.30	4.49	(2.65-12.08)	<0.001**
ระดับต่ำ-ปานกลาง	33 (47.14)	37 (52.86)	1	1	1	

\*P-value < 0.05 \*\*P-value < 0.001

จากตาราง 7 พบว่า ปัจจัยแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ด้านการเรียน โดยนักศึกษาที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ด้านการเรียนระดับสูงมีโอกาสมีความฉลาดทางอารมณ์ระดับสูงกว่านักศึกษาที่มีปัจจัยแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ด้านการเรียนระดับต่ำถึงปานกลาง เป็น 4.94 เท่า (P-value < 0.001, 95% CI: 3.14-14.1) ปัจจัยความสามารถในการปรับตัว โดยนักศึกษาที่มีปัจจัยความสามารถในการปรับตัวระดับสูง มีโอกาสมีความฉลาดทางอารมณ์ระดับสูงกว่านักศึกษาที่มีปัจจัยความสามารถในการปรับตัวระดับต่ำถึงปานกลาง เป็น 4.49 เท่า (P-value < 0.001, 95% CI: 2.65-12.08) นอกจากนี้พบว่า เพศ มีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับความฉลาดทางอารมณ์ โดยนักศึกษาเพศหญิง มีโอกาสมีความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่านักศึกษาเพศชาย เป็น 2.22 เท่า (P-value < 0.05, 95% CI: 1.15-9.45) ส่วนปัจจัยด้านระดับชั้นปี ผลการเรียน ความเครียด มีความสัมพันธ์อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติกับความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษา (P-value > 0.05)

## อภิปรายผล

จากผลการศึกษาความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีความฉลาดทางอารมณ์ระดับสูง ร้อยละ 81.85 แสดงให้เห็นว่ากลุ่มตัวอย่างมีความสามารถในการรับรู้และเข้าใจอารมณ์ของตนเองและผู้อื่น สามารถจัดการกับอารมณ์และแสดงออกได้อย่างเหมาะสม ผลการศึกษานี้ สอดคล้องกับการศึกษาของ Sukanya & Kritkantorn (2025) Suphakit, Chommanard, Pavimon & Wipada (2024) Prapas (2023) Neidniyamart & Wipaporn (2023) Jeerawan, Utsanee, Nongyao & Nitita (2021) ที่ผลการศึกษา พบว่า นักศึกษาส่วนใหญ่มีความฉลาดทางอารมณ์โดยรวมอยู่ในระดับปกติถึงสูง ซึ่งแสดงให้เห็นว่าการศึกษาระดับมหาวิทยาลัยถือเป็นจุดเปลี่ยนสำคัญในการพัฒนาบุคลิกภาพและทักษะชีวิตของผู้เรียน ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดทฤษฎีความฉลาดทางอารมณ์ของบาร์ - ออน (Bar-On, 1988) ที่กล่าวถึงการพัฒนาความสามารถทางอารมณ์และสังคมใน 5 มิติ ได้แก่ 1) การพัฒนาความสามารถภายในตน นักศึกษาได้รับการส่งเสริมจากสภาพแวดล้อมผ่านการเรียนรู้และกิจกรรมที่ช่วยสร้างความมั่นใจ ความตระหนักในศักยภาพของตนเอง และความรับผิดชอบต่อการเรียน 2) การเสริมสร้างทักษะความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล การอยู่ร่วมกันกับเพื่อนที่หลากหลายวัฒนธรรม รวมถึงการทำกิจกรรมร่วมกัน ทำให้นักศึกษาเข้าใจผู้อื่นมากขึ้น 3) การเสริมสร้างความสามารถในการปรับตัว นักศึกษาต้องเผชิญกับระบบการเรียนและความท้าทายใหม่ๆ ทำให้ได้พัฒนาทักษะการแก้ปัญหา การวิเคราะห์ข้อมูล และการตัดสินใจบนพื้นฐานของข้อเท็จจริงผ่านการเรียนรู้ และการวิจัย 4) การจัดการกับความเครียด การเรียน การสอบ การส่งงาน การเข้าร่วมกิจกรรม และความกดดันต่าง ๆ ซึ่งนักศึกษาก็ได้พัฒนาทักษะการจัดการความเครียดโดยเรียนรู้วิธีการผ่อนคลาย เช่น การดูหนัง ฟังเพลง การควบคุมอารมณ์ การจัดการเวลา และการตัดสินใจที่มีผลต่อการศึกษา ทำให้สามารถรักษาสมดุลระหว่างความสนุกสนานกับความรับผิดชอบ และหลีกเลี่ยงพฤติกรรมที่กระทบต่อเป้าหมายระยะยาว 5) การพัฒนาภาวะอารมณ์ การเรียนในสาขาที่ตนเองสนใจและการมีเป้าหมายที่ชัดเจนช่วยส่งเสริมการมองโลก

ในแง่ดี แม้จะเผชิญกับความยากลำบาก แต่นักศึกษามีความหวังและทัศนคติที่ดีต่ออนาคต เนื่องจากเชื่อมั่นว่าการศึกษานำไปสู่โอกาสที่ดีกว่า การได้ทำในสิ่งที่ชอบ การมีเพื่อน การเรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ และการรู้สึกรู้ว่าตนเองกำลังก้าวไปสู่เป้าหมาย ประสบการณ์เหล่านี้สร้างความพึงพอใจและความสุขในชีวิต ซึ่งเป็นพื้นฐานสำคัญของความฉลาดทางอารมณ์

จากผลการวิเคราะห์ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความฉลาดทางอารมณ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ เมื่อควบคุมอิทธิพลของตัวแปรอื่น ๆ พบ 3 ตัวแปร ได้แก่

1. แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ด้านการเรียน ผลการศึกษาพบว่า นักศึกษาที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ด้านการเรียนระดับสูง มีโอกาสมีความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่านักศึกษาที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ด้านการเรียนระดับต่ำถึงปานกลาง เป็น 4.94 เท่า เนื่องจากแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ด้านการเรียนเป็นแรงผลักดันภายในที่ทำให้นักศึกษามีความมุ่งมั่นในการตั้งเป้าหมายทางการเรียนและพยายามบรรลุผลสำเร็จตามที่ตั้งไว้ นักศึกษาที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูงมักจะมี ความตระหนักรู้ในตนเองและรู้จักควบคุมอารมณ์เมื่อเผชิญกับอุปสรรค ซึ่งเป็นองค์ประกอบสำคัญของความฉลาดทางอารมณ์ (Goleman, 1995) นอกจากนี้ แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ยังช่วยให้นักศึกษามองความล้มเหลวเป็น ประสบการณ์ที่มีคุณค่าและเป็นโอกาสในการเรียนรู้ แทนที่จะรู้สึกท้อแท้หรือล้มเลิกความพยายาม ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ Atkinson (1964) ที่อธิบายว่า บุคคลที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูงจะมีความยืดหยุ่นทางอารมณ์และความอดทนสูงเมื่อเผชิญกับความท้าทายทางการเรียน ส่งผลให้สามารถปรับตัวและพัฒนาแนวทางการเรียนรู้ที่เหมาะสมยิ่งขึ้น การจัดการอารมณ์ในลักษณะนี้จึงเป็นกลไกสำคัญที่ช่วยเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ในด้านการควบคุมอารมณ์และการเผชิญปัญหาอย่างมีประสิทธิภาพ ในอีกมิติหนึ่ง แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ยังมีอิทธิพลต่อการสร้างความสัมพันธ์ทางสังคมที่ดี นักศึกษาที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูงมักมีความรับผิดชอบ มีความพยายามร่วมมือกับผู้อื่น และให้ความสำคัญกับการทำงานเป็นทีมเพื่อให้บรรลุเป้าหมายร่วมกัน ซึ่งแสดงถึงความสามารถด้านทักษะทางสังคม และความเข้าอกเข้าใจผู้อื่นซึ่งเป็นองค์ประกอบสำคัญของความฉลาดทางอารมณ์ (Salovey & Mayer, 1990) ดังนั้น แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์จึงไม่เพียงส่งผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเท่านั้น แต่ยังเป็นปัจจัยที่ส่งเสริมให้นักศึกษามีการพัฒนาด้านอารมณ์และสังคมอย่างสมดุล อันนำไปสู่ความสำเร็จทั้งทางการศึกษาและการดำรงชีวิตในระยะยาว โดยผลการศึกษาสอดคล้องกับแนวคิดของ McClelland (1961) ที่ระบุว่าบุคคลที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูงจะตั้งเป้าหมายที่มีความท้าทายและสามารถปรับตัวต่อการเผชิญกับอุปสรรคได้อย่างมีประสิทธิภาพและมุ่งมั่นทำงานให้บรรลุเป้าหมายอย่างต่อเนื่อง และสอดคล้องกับงานวิจัยของ Chanthip, Kanokorn, Suwaree & Thanita Phuengching (2020) ที่ระบุว่า แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์เป็นพลังผลักดันภายในที่ทำให้นักศึกษามีเป้าหมายชัดเจน มุ่งมั่น และพยายามปรับตัวต่ออุปสรรคที่ทำให้บุคคลไม่ย่อท้อต่อความล้มเหลว และสามารถควบคุมอารมณ์ได้เพื่อให้บรรลุเป้าหมายทางการเรียน

กล่าวโดยสรุป แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ด้านการเรียนส่งผลโดยตรงต่อความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษา ผ่านกระบวนการตั้งเป้าหมาย การจัดการอารมณ์ การปรับตัวต่อความล้มเหลว และการสร้างปฏิสัมพันธ์ที่ดีในสังคมการเรียนรู้ ซึ่งทั้งหมดนี้เป็นรากฐานสำคัญของการเติบโตทั้งทางสติปัญญาและอารมณ์ของนักศึกษา

2. ความสามารถในการปรับตัว ผลการศึกษาพบว่า นักศึกษาที่มีความสามารถในการปรับตัวระดับสูง มีโอกาสมีความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่านักศึกษาที่มีความสามารถในการปรับตัวระดับต่ำถึงปานกลาง เป็น 4.49 เท่า ซึ่งสะท้อนให้เห็นว่านักศึกษามีการเรียนรู้ สะท้อนคิด คิดเป็นระบบ คิดอย่างมีวิจารณญาณและวางแผน เพื่อพัฒนาตนเอง แสดงออกซึ่งทักษะความสามารถในการปรับตัวได้ตามบริบทของสังคม (Praboromarajchanok Institute, 2021) แสดงให้เห็นถึงความสำเร็จของหลักสูตรสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาสาธารณสุขชุมชน คณะสาธารณสุขศาสตร์และสหเวชศาสตร์ สถาบันพระบรมราชชนก ในการเตรียมความพร้อมบุคลากรด้านสุขภาพ โดยการที่นักศึกษาสามารถปรับตัวได้ดีมีส่วนสำคัญต่อการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ ซึ่งสอดคล้องกับทฤษฎีของ Rogers (1967) ที่ได้กล่าวไว้ว่า การปรับตัวเป็นการตอบสนองต่อประสบการณ์ที่เปลี่ยนแปลง บุคคลที่ปรับตัวได้ดี มีการยอมรับตนเอง รวมทั้งการรับรู้ประสบการณ์การปรับตัวภายในที่ดีจะสามารถรับมือกับ

สถานการณ์และผู้อื่นได้อย่างดี สอดคล้องกับการศึกษาของ Wichian, Khemaree, Jirassak & Issaraporn (2023) ที่พบว่าผู้ที่มีความสามารถในการปรับตัวสูงจะสามารถจัดการอารมณ์ของตนเองได้ดี เข้าใจผู้อื่น และสามารถเลือกพฤติกรรมที่เหมาะสมกับสถานการณ์ ส่งผลให้มีความฉลาดทางอารมณ์สูงขึ้น นักศึกษาที่มีทักษะในการปรับตัวจะสามารถควบคุมอารมณ์เมื่อเผชิญกับสถานการณ์ตึงเครียด เช่น การเรียนหนัก การทำงานกลุ่ม การสอบ หรือ การปรับตัวในสังคมใหม่ ๆ ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ Bar-On (1988) ที่ระบุว่า “การจัดการความเครียด” เป็นหนึ่งในองค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์ และเป็นปัจจัยที่ช่วยให้บุคคลสามารถรักษาความสมดุลทางอารมณ์ได้เมื่อเผชิญความกดดันในชีวิต การปรับตัวที่เหมาะสมจึงช่วยให้นักศึกษามีความสามารถในการควบคุมและตอบสนองต่ออารมณ์ของตนเองและผู้อื่นได้อย่างเหมาะสม (Goleman, 1995) นอกจากนี้ การปรับตัวที่ดีทำให้นักศึกษาสามารถแสดงพฤติกรรมให้เหมาะสมกับสถานการณ์ได้ นักศึกษาที่มีความยืดหยุ่นทางพฤติกรรมจะสามารถปรับเปลี่ยนวิธีการเรียนรู้ วิธีสื่อสาร หรือการแก้ปัญหาให้เข้ากับบริบทของแต่ละสถานการณ์ได้ ซึ่งสะท้อนถึงความสามารถในด้านการตัดสินใจ และการแสดงออก โดยบุคคลที่สามารถปรับพฤติกรรมได้อย่างเหมาะสมมักมีการรับรู้ทางอารมณ์และเหตุผลที่สมดุล ส่งผลให้สามารถตัดสินใจได้อย่างรอบคอบและสร้างปฏิสัมพันธ์เชิงบวกกับผู้อื่น ความสามารถในการปรับตัวเกี่ยวข้องกับการเข้าใจจุดแข็งและจุดอ่อนของตนเอง การยอมรับความแตกต่างและการเรียนรู้จากข้อผิดพลาด ซึ่งเป็นกระบวนการสำคัญที่นำไปสู่การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ โดยเฉพาะในมิติของการรับรู้ตนเอง ซึ่งเป็นองค์ประกอบสำคัญของความฉลาดทางอารมณ์ตามโมเดลของ Bar-On (1988) โดยผู้ที่มีการตระหนักรู้ในตนเองสูงมักสามารถเข้าใจอารมณ์ ความคิด และแรงจูงใจของตนเองได้ดี ส่งผลให้สามารถควบคุมพฤติกรรมและจัดการอารมณ์ในเชิงบวกได้ (Mayer & Salovey, 1997) อีกประเด็นหนึ่งคือ ความสามารถในการปรับตัวทางสังคมจะช่วยพัฒนาทักษะทางสังคม โดยนักศึกษาที่สามารถสร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับเพื่อน อาจารย์ และบุคลากรในสถาบันได้ จะมีความมั่นคงทางอารมณ์และสามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีประสิทธิภาพ นอกจากนี้การปรับตัวด้านการเข้าร่วมกิจกรรมของวิทยาลัยหรือสถาบันยังช่วยส่งเสริมความสามารถในการทำงานร่วมกับผู้อื่น การร่วมกิจกรรมเป็นช่องทางในการฝึกการควบคุมอารมณ์ การจัดการเวลา และการแก้ปัญหาเฉพาะหน้า ซึ่งช่วยเพิ่มความมั่นใจและทักษะการสื่อสาร ทำให้บุคคลมีความสามารถในการเข้าสังคมได้ดีขึ้น ซึ่งเป็นพื้นฐานของความฉลาดทางอารมณ์ในมิติของการสร้างแรงจูงใจ และการจัดการตนเองตามแนวคิดของ Goleman (1995)

กล่าวโดยสรุป การมีความสามารถในการปรับตัวในด้านต่าง ๆ ทั้งด้านการเรียน ด้านสังคม ด้านอารมณ์ ส่วนบุคคล และด้านการเข้าร่วมกิจกรรม ทั้งหมดนี้สะท้อนให้เห็นว่า ความสามารถในการปรับตัวเป็นปัจจัยพื้นฐานที่ทำให้เกิดความฉลาดทางอารมณ์ ซึ่งเป็นคุณลักษณะสำคัญของนักศึกษาสาธารณสุขที่ต้องเผชิญกับความหลากหลายของผู้คนและสถานการณ์ในการทำงานในอนาคต

3. เพศ จากการการศึกษาจะเห็นได้ว่า นักศึกษาเพศหญิง มีโอกาสมีความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่า นักศึกษาเพศชาย เป็น 2.22 เท่า สอดคล้องกับการศึกษาของ Kitsios et al. (2022) (Kitsios, Papageorgiou, Kamariotou & Perifanis, 2022) ที่ศึกษาเรื่องความฉลาดทางอารมณ์และมุมมองด้านเพศสภาพในหัวหน้ากลุ่มงานด้านสุขภาพ พบว่า เพศหญิงมีความสามารถโดดเด่นด้านการรับรู้และเข้าใจอารมณ์ ความเห็นอกเห็นใจ มนุษยสัมพันธ์ และการสื่อสารระหว่างบุคคลมากกว่าเพศชาย โดยเฉพาะด้านการรับรู้ตนเอง การแสดงออก และการจัดการความเครียด ส่งผลให้เพศหญิงมีระดับความฉลาดทางอารมณ์โดยรวมสูงกว่าเพศชายอย่างมีนัยสำคัญ นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับการศึกษา Neidniyamart & Wipaporn (2022) พบว่า เพศ เป็นปัจจัยส่วนบุคคลที่มีความสัมพันธ์กับระดับความฉลาดทางอารมณ์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยเพศหญิงมีระดับความฉลาดทางอารมณ์เฉลี่ยสูงกว่าเพศชาย ซึ่งสะท้อนให้เห็นถึงความแตกต่างด้านการรับรู้และการจัดการอารมณ์ระหว่างเพศอย่างชัดเจน ผลดังกล่าวสามารถอธิบายได้จากหลายมิติ ทั้งมิติทางจิตวิทยา พัฒนาการทาง

สังคม และมีวิถีทางชีวิตวิทยา ในด้านจิตวิทยาพัฒนาการ เพศหญิงมักมีความสามารถในการรับรู้ เข้าใจ และควบคุมอารมณ์ของตนเองได้ดีกว่าเพศชาย เนื่องจากมีพัฒนาการทางอารมณ์และความสัมพันธ์ทางสังคมที่เติบโตเร็วกว่าเพศชายในช่วงวัยรุ่นและวัยผู้ใหญ่ตอนต้น ซึ่งเป็นช่วงวัยของนักศึกษา สอดคล้องกับแนวคิดของ Mayer และ Salovey (1997) (Mayer & Salovey, 1997) ที่ระบุว่า ความฉลาดทางอารมณ์ หมายถึง ความสามารถในการรับรู้และเข้าใจอารมณ์ของตนเองและผู้อื่น รวมถึงการใช้ความเข้าใจดังกล่าวในการควบคุมพฤติกรรมและส่งเสริมสุขภาวะทางจิตใจ ซึ่งเพศหญิงมักมีความตระหนักรู้ในตนเองและความเข้าใจผู้อื่นสูงกว่าเพศชาย จึงมีแนวโน้มที่จะจัดการอารมณ์ได้อย่างเหมาะสมและสร้างความสัมพันธ์ทางสังคมได้ดีกว่า นอกจากนี้งานวิจัยของ Goleman (1995) ชี้ให้เห็นว่า สมรรถนะของเพศหญิงมีการเชื่อมโยงระหว่างสมองซีกซ้ายซึ่งเกี่ยวข้องกับภาษาและเหตุผล กับสมองซีกขวาซึ่งเกี่ยวข้องกับอารมณ์และสังคมได้ดีกว่าเพศชาย ทำให้เพศหญิงสามารถตีความสื่อสาร และแสดงออกทางอารมณ์ได้อย่างเหมาะสมและละเอียดอ่อนกว่าเพศชาย ความสามารถนี้ช่วยให้เพศหญิงเข้าใจอารมณ์ของตนเองและผู้อื่นได้ดี จึงสามารถปรับตัวและรักษาความสัมพันธ์กับผู้อื่นได้อย่างมีประสิทธิภาพ และเมื่อพิจารณาจากแนวคิดของ Department of Mental Health (2000) ซึ่งระบุว่า บุคคลที่มีความฉลาดทางอารมณ์สูงจะสามารถควบคุมอารมณ์ เห็นอกเห็นใจผู้อื่น และดำเนินชีวิตในสังคมได้อย่างมีความสุข จะเห็นได้ว่าเพศหญิงมักได้รับการปลูกฝังให้มีคุณลักษณะเหล่านี้ตั้งแต่วัยเด็ก ส่งผลให้พัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ได้ดีกว่าเพศชายในวัยผู้ใหญ่ตอนต้น ดังนั้น ความแตกต่างทางเพศจึงมีผลต่อการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ทั้งในด้านพฤติกรรม การแสดงออก การรับรู้ตนเอง และการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคม

### การนำผลการวิจัยไปใช้

สถาบันการศึกษาควรส่งเสริมกิจกรรมที่เพิ่มแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษา เช่น การยกย่องชมเชย การตั้งเป้าหมายและวางแผนการเรียน โดยเน้นการเรียนรู้ด้วยตนเอง ควบคู่กับการส่งเสริมความสามารถในการปรับตัวทั้งด้านการเรียน สังคม และอารมณ์ ผ่านกิจกรรมทำงานเป็นทีม กิจกรรมจิตอาสา ระบบพี่เลี้ยง และการเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ นอกจากนี้ควรจัดกิจกรรมบริหารจัดการความเครียดเพื่อส่งเสริมสุขภาวะจิต ผลการวิจัยนี้สามารถนำไปพัฒนาหลักสูตรและกระบวนการเรียนการสอนเพื่อผลิตบัณฑิตที่มีความพร้อมทั้งด้านสติปัญญาและวุฒิภาวะทางอารมณ์อย่างแท้จริง

### ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

ควรมีการศึกษาเพื่อพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษา เช่น การวิจัยเชิงปฏิบัติการเพื่อออกแบบโปรแกรมหรือกิจกรรมที่ช่วยส่งเสริมในด้านแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ความสามารถในการปรับตัว และการจัดการความเครียดให้แก่นักศึกษา ซึ่งถือเป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งผลต่อความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษา

## References

- Atkinson, J. W. (1964). *An introduction to motivation*. Princeton, NJ: Van Nostrand.
- Chanthip, P., Kanokorn, P., Suwaree, P., & Thanita, P. (2020). Factors affecting achievement motivation in nursing students, Faculty of Nursing, Huachiew Chalermprakiet University. *Journal of Nursing and Education*, 13(1), 98–110.
- Bar-On, R. (1988). *The development of a concept of psychological well-being* (Doctoral dissertation, Rhodes University). Rhodes University.
- Bar-On, R. (2000). Emotional and social intelligence: Insights from the Emotional Quotient Inventory (EQ-i). In R. Bar-On & J. D. A. Parker (Eds.), *Handbook of emotional intelligence* (pp. 363–388). San Francisco, CA: Jossey-Bass.
- Best, J. W. (1981). *Research in education* (4th ed.). Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Burke, J. D., Loeber, R., & Lahey, B. B. (2007). Adolescent conduct disorder and interpersonal callousness as predictors of psychopathy in young adults. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 48(4), 292–300.
- Department of Mental Health. (2000). *EQ: Emotional intelligence*. Bangkok: Mental Health Development Office, Department of Mental Health.
- Department of Mental Health, Thailand. (2021, January 1). *Stress assessment questionnaire (ST5)* [Dataset]. Nonthaburi, Thailand: Department of Mental Health. Retrieved June 10, 2025, from <https://catalog.dmh.go.th/dataset/test-st5>
- El Dahshan, M. E., Elshall, S. E., El-Kholy, S. M., & Dorgham, L. S. (2020). The relationship among emotional intelligence, stress and coping strategies for nursing students. *Journal of Nursing Education and Practice*, 10(4), 34–45.
- Goleman, D. (1995). *Emotional intelligence*. New York: Bantam Books.
- Goleman, D. (1998). *Working with emotional intelligence*. New York, NY: Bantam Books.
- Hsieh, F. Y., Bloch, D. A., & Larsen, M. D. (1998). A simple method of sample size calculation for linear and logistic regression. *Statistics in Medicine*, 17(14), 1623–1634.
- Jeerawan, S., Utsanee, P., Nongyao, C., & Nitita, T. (2021). The emotional quotient of nursing students, Pathum Thani University. *Journal of Pathumthani University*, 13(2), 34–45. [in Thai]
- Kanya, C., Danulada, S., & Kannika, T. (2023). Factors related to emotional intelligence among nursing students of Boromarajonani College of Nursing, Ratchaburi. *Journal of Nursing and Education*, 36(3), 45–56. [in Thai]
- Kitsios, F., Papageorgiou, A., Kamariotou, M., & Perifanis, V. (2022). Emotional intelligence with the gender perspective in health organizations managers. *Heliyon*, 8(5), e09387. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2022.e09387>
- Likert, R. (1967). The method of constructing an attitude scale. In *Attitude measurement* (pp. 90–95). New York, NY: Appleton-Century-Crofts.
- McClelland, D. C. (1961). *The achieving society*. New York, NY: The Free Press.
- Mayer, J. D., & Salovey, P. (1997). *What is emotional intelligence?* In P. Salovey & D. J. Sluyter (Eds.), *Emotional development and emotional intelligence: Educational implications* (pp. 3–31). New York: Basic Books.

- Naruedom, S. (2016). *A development of emotional intelligence inventory based on Bar-On revised model for undergraduate students* [Master's thesis, Burapha University]. [in Thai]
- Neidniyamart, T., & Wipaporn, P. (2022). The guidelines on emotional quotient development for students of the Faculty of Education, Phuket Rajabhat University. *Journal of Education*, 9(1), 56–69. [in Thai]
- Pimrat, T., & Arpaporn, P. (2019). Emotional intelligence and risk behaviors in adolescents. *Journal of Nursing Science*, 37(2), 45–56. [in Thai]
- Praboromarajchanok Institute. (2021). *Bachelor of Public Health program in community public health curriculum (Revised B.E. 2564 [2021])* [in Thai]. Sirindhorn College of Public Health, Trang.
- Praboromarajchanok Institute. (2023). *Annual report 2023* [in Thai]. Bangkok, Thailand: Ministry of Public Health.
- Rogers, C. R. (1967). *Psychotherapy and personality change*. Chicago, IL: University of Chicago Press.
- Sukanya, P., & Kritkantorn, W. (2024). Emotional intelligence of nursing students in a private university, Udon Thani. *Journal of Nursing and Health Care*, 15(2), 10–21. [in Thai]
- Suphakit, T., Chommanard, K., Pavimon, P., & Wipada, P. (2024). Factors related to emotional intelligence of nursing students, Pibulsongkram Rajabhat University. *Journal of Nursing Education*, 38(1), 22–33. [in Thai]
- The Institute of the Royal Patronage Act, B.E. 2562 (2019). *The Institute of the Royal Patronage Act, B.E. 2562 (2019)* [in Thai]. *Royal Gazette*, 136(43 ก), 40–65.
- Userow, L., Yeepaloh, M., Kajornkittiya, K., & Bunlap, P. (2021). *Factors related to adaptations of the first-year nursing students studying at a nursing college in a southern border province of Thailand*. *Journal of Nursing and Health Research (JNHR)*, 22(3), 135–146.
- Valaiporn, S., Sukhum, C., & Chanasuek, N. (2021). Factors affecting emotional intelligence: [A literature review]. *Journal of Nursing*, 40(2), 25–38. [in Thai]
- Wanee, K., Boonmee, P., & Srismorn, S. (2023). The achievement motivation and vocational students. *Journal of Vocational Education*, 12(3), 78–90. [in Thai]
- Wichian, P., Khemaree, S., Jirassak, S., & Issaraporn, K. (2023). Factors affecting emotional quotient development of Rajamangala University of Technology Thanyaburi students. *Journal of Higher Education Research*, 46(2), 56–68. [in Thai]