

## ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อเป้าหมายในชีวิตของนักศึกษาพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเอกชนแห่งหนึ่งในจังหวัดบุรีรัมย์

สุกิตา ขำเอนก, พย.ม.\*, ญัฐพร คุณโน, พย.ม.\*\*<sup>a</sup>, อภิสรากรณ หิรัณย์วิชญกุล, พย.ม.\*

### บทคัดย่อ

การวิจัยเชิงสำรวจครั้งนี้ เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อเป้าหมายในชีวิตของนักศึกษาพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเอกชนแห่งหนึ่งในจังหวัดบุรีรัมย์ กลุ่มตัวอย่างคือนักศึกษาพยาบาล ชั้นปีที่ 1-4 จำนวน 264 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบสอบถามเป้าหมายชีวิต แบบประเมินความเครียด แบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างนักศึกษากับผู้ปกครอง และแบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างนักศึกษากับเพื่อน วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และสถิติทดสอบสหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน

ผลการวิจัยพบว่า เป้าหมายในชีวิตของนักศึกษาพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเอกชนแห่งหนึ่งในจังหวัดบุรีรัมย์ พบว่า นักศึกษาพยาบาล มีเป้าหมายในชีวิตในภาพรวมทั้ง 4 ชั้นปี อยู่ในระดับสูง ร้อยละ 65.50 และปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อเป้าหมายในชีวิตของนักศึกษาพยาบาล อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 ได้แก่ ปัจจัยด้านความเครียด ( $r=-0.348$ ) ปัจจัยด้านสัมพันธภาพระหว่างนักศึกษากับผู้ปกครอง ( $r=0.328$ ) และปัจจัยด้านสัมพันธภาพระหว่างนักศึกษากับเพื่อน ( $r=0.313$ ) ซึ่งผลการศึกษานี้แสดงให้เห็นว่าการสร้างเป้าหมายชีวิตที่มั่นคงของนักศึกษาพยาบาล มีความสัมพันธ์กับสภาพแวดล้อมทางครอบครัวและเพื่อน รวมถึงการจัดการกับความเครียด การพัฒนากิจกรรมหรือโปรแกรมที่ส่งเสริมทักษะการจัดการความเครียด การเสริมสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้ปกครองและเพื่อน ตลอดจนการให้คำปรึกษาเชิงบวก จึงมีความสำคัญต่อการส่งเสริมให้นักศึกษาพยาบาลสามารถกำหนดเป้าหมายในชีวิตได้อย่างมั่นคงและยั่งยืนต่อไป

คำสำคัญ: เป้าหมายในชีวิต; นักศึกษาพยาบาล; ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์

\* อาจารย์ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏบุรีรัมย์

\*\* อาจารย์ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเวสเทิร์น วิทยาเขตบุรีรัมย์

<sup>a</sup> Corresponding author: ญัฐพร คุณโน Email: nathaporn15122@gmail.com

รับบทความ: 20 ก.ย. 68; รับบทความแก้ไข: 14 ต.ค. 68; ตอรับตีพิมพ์: 15 ต.ค. 68; ตีพิมพ์ออนไลน์: 6 ธ.ค. 68

## Factors related to Purpose in Life of Nursing Students from a Private University in Buriram Province

Supisa Khamanek, M.N.S.\* , Nathaporn Kunno, M.N.S.\*\*<sup>a</sup>,  
Apisarakorn Hiranwichayakun, M.N.S.\*

### Abstract

This survey research aimed to examine factors related to life goals among nursing students at a private university in Buriram Province. The sample consisted of 264 nursing students in their first to fourth years. The research instruments used were a life goals questionnaire, a stress assessment form, a student-parent relationship questionnaire, and a student-peer relationship questionnaire. Data were analyzed using percentages, means, standard deviations, and Pearson's product moment correlation coefficients.

The results revealed that 65.50% of nursing students at a private university in Buriram Province had high levels of life goals across all four years. Factors significantly related to life goals at the 0.01 level included stress ( $r=-0.348$ ), student-parent relationship ( $r=0.328$ ), and student-peer relationship ( $r=0.313$ ). This study demonstrated that establishing a stable life goal in nursing students is related to their family and peer environment, stress management, and the development of activities or programs that promote stress management skills. Fostering good relationships with parents and peers, as well as providing positive mentoring, is therefore crucial to enabling nursing students to achieve steadfast and sustainable life goals.

**Keywords:** Purpose in life; Nursing students; Related factors

---

\* Lecturer, Faculty of Nursing, Buriram Rajabhat University

\*\* Lecturer, Faculty of Nursing, Western University, Buriram Campus

<sup>a</sup> Corresponding author: Nathaporn Kunno Email: nathaporn15122@gmail.com

*Received: Sep. 20, 25; Revised: Oct. 14, 25; Accepted: Oct. 15, 25; Published Online: Dec. 6, 25*

## บทนำ

“เป้าหมายในชีวิต” (Life goals) เป็นองค์ประกอบสำคัญที่สะท้อนถึงความหมายและทิศทางของการดำเนินชีวิตในอนาคต การมีเป้าหมายที่ชัดเจนช่วยให้บุคคลสามารถวางแผน กำกับตนเอง และเผชิญกับอุปสรรคได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยเฉพาะในช่วงวัยรุ่นตอนปลายและวัยผู้ใหญ่ตอนต้นซึ่งเป็นช่วงเปลี่ยนผ่านของการเรียนรู้และการสร้างตัวตน การมีเป้าหมายชีวิตที่มั่นคงจึงเป็นปัจจัยสำคัญต่อการพัฒนาศักยภาพในด้านการศึกษา อาชีพ และสุขภาวะทางจิตใจ<sup>(1)</sup> สำหรับนักศึกษาพยาบาลศาสตร์ การมีเป้าหมายชีวิตมีความสำคัญอย่างยิ่ง เนื่องจากการเรียนพยาบาลต้องเผชิญกับภาระงานหนัก ความกดดันทางวิชาการ และการฝึกปฏิบัติจริงในคลินิก ซึ่งเป็นสาเหตุสำคัญของความเครียดในกลุ่มนักศึกษา หากนักศึกษาไม่สามารถจัดการความเครียดได้อย่างเหมาะสม อาจส่งผลกระทบต่อทัศนคติ ความมุ่งมั่น และการกำหนดเป้าหมายในชีวิต<sup>(2)</sup> ในขณะเดียวกัน ความสัมพันธ์กับครอบครัวและเพื่อนก็เป็นปัจจัยแวดล้อมที่มีบทบาทสำคัญ โดยความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้ปกครองสามารถเป็นแหล่งสนับสนุนทางอารมณ์และแรงจูงใจ ในขณะที่เพื่อนมีบทบาทในการให้การยอมรับและเป็นกำลังใจในสถานการณ์ที่ท้าทาย<sup>(3,4)</sup>

จากการทบทวนวรรณกรรมพบว่าการมีสัมพันธภาพที่ดีกับครอบครัวและเพื่อนเป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งผลให้นักศึกษามีการรับรู้เป้าหมายในชีวิตที่มั่นคงและเป็นบวกมากขึ้น เนื่องจากได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมในด้านต่าง ๆ ทั้งการให้คำแนะนำ การเป็นที่ปรึกษา การให้กำลังใจ และการช่วยเหลือ ซึ่งช่วยส่งเสริมพัฒนาการทางอารมณ์และการกำหนดทิศทางชีวิตของนักศึกษาให้มีความชัดเจนมากยิ่งขึ้น<sup>(5)</sup> ในทางตรงกันข้าม หากมีความเครียดในชีวิตย่อมส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิต<sup>(6)</sup> ดังนั้น การศึกษาปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับเป้าหมายชีวิตของนักศึกษาพยาบาลจึงมีความสำคัญทั้งในด้านการวิชาการและการพัฒนาระบบสนับสนุน เพื่อส่งเสริมให้นักศึกษามีความพร้อมในการเรียน การทำงาน และการสร้างอนาคตที่ยั่งยืน จากบริบทดังกล่าว การวิจัยเรื่อง “ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อเป้าหมายในชีวิตของนักศึกษาพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเอกชนแห่งหนึ่งใน จังหวัดบุรีรัมย์” จึงมุ่งศึกษาระดับเป้าหมายในชีวิตของนักศึกษา รวมถึงวิเคราะห์ปัจจัยด้านความเครียด ความสัมพันธ์กับผู้ปกครอง และความสัมพันธ์กับเพื่อนที่อาจมีผลต่อการกำหนดเป้าหมายชีวิต การศึกษาในประเด็นนี้จะช่วยสร้างองค์ความรู้ในการส่งเสริมการเรียนรู้และการปรับตัวเชิงบวกของนักศึกษาพยาบาล รวมทั้งสามารถนำไปใช้เป็นแนวทางในการพัฒนากิจกรรมหรือโปรแกรมที่ช่วยให้นักศึกษามีเป้าหมายในชีวิตที่มั่นคงและยั่งยืนต่อไป

### วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับเป้าหมายในชีวิตของนักศึกษาพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเอกชนแห่งหนึ่งในจังหวัดบุรีรัมย์
2. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความเครียด สัมพันธภาพระหว่างนักศึกษากับผู้ปกครอง และสัมพันธภาพระหว่างนักศึกษากับเพื่อน กับเป้าหมายในชีวิตของนักศึกษาพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเอกชนแห่งหนึ่งในจังหวัดบุรีรัมย์

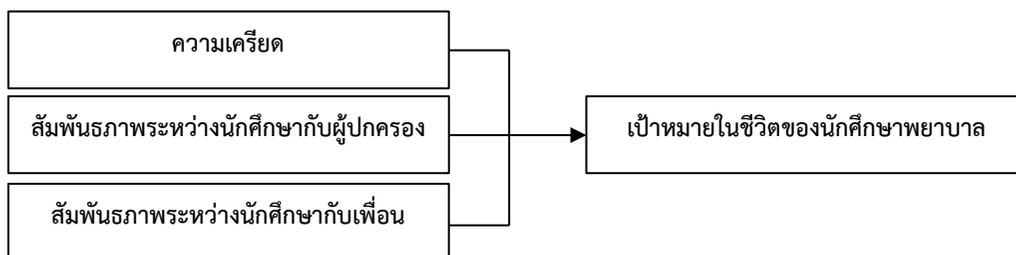
### คำถามการวิจัย

1. นักศึกษาพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเอกชนแห่งหนึ่งในจังหวัดบุรีรัมย์ มีเป้าหมายในชีวิตอยู่ในระดับใด

2. ปัจจัยด้านความเครียด สัมพันธภาพระหว่างนักศึกษากับผู้ปกครอง และสัมพันธภาพระหว่างนักศึกษากับเพื่อน มีความสัมพันธ์กับเป้าหมายในชีวิตของนักศึกษาพยาบาลศาสตร์หรือไม่

### กรอบแนวคิดการวิจัย

จากการทบทวนวรรณกรรม ผู้วิจัยได้นำแนวคิดเรื่อง “เป้าหมายในชีวิต” มาประยุกต์ใช้เป็นกรอบแนวคิดพื้นฐานของการศึกษา Bronk อธิบายว่า ปัจจัยที่ส่งผลต่อเป้าหมายในชีวิตประกอบด้วย 3 ด้านหลัก ได้แก่ ปัจจัยด้านส่วนตัว ปัจจัยด้านครอบครัว และปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อม โดยกล่าวว่า เป้าหมายชีวิตเป็นสิ่งที่บุคคลให้ความหมายและคุณค่า โดยได้รับอิทธิพลจากปัจจัยทั้งสามด้านนี้ร่วมกัน หากปัจจัยเหล่านี้สมดุลกัน บุคคลจะมีโอกาสกำหนดเป้าหมายชีวิตที่ชัดเจนและยั่งยืนมากขึ้น<sup>(7)</sup> ดังนั้นผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาปัจจัยด้านส่วนตัว ได้แก่ ความเครียด ปัจจัยด้านครอบครัว ได้แก่ สัมพันธภาพระหว่างนักศึกษากับผู้ปกครอง และปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อม ได้แก่ สัมพันธภาพระหว่างนักศึกษากับเพื่อน ซึ่งกรอบแนวคิดในการวิจัยสามารถสรุปได้ดังภาพที่ 1



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย

### วิธีดำเนินการวิจัย

**รูปแบบการวิจัย** การวิจัยเชิงพรรณนาเชิงสัมพันธ์ (Descriptive correlational design)

**ประชากร** นักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต ชั้นปีที่ 1-4 ที่กำลังศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยเอกชนแห่งหนึ่งในจังหวัดบุรีรัมย์ ปีการศึกษา 2567 มีจำนวนทั้งสิ้น 592 คน

**กลุ่มตัวอย่าง** นักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต ชั้นปีที่ 1-4 ที่กำลังศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยเอกชนแห่งหนึ่งในจังหวัดบุรีรัมย์ ปีการศึกษา 2567 คำนวณขนาดกลุ่มตัวอย่างเพื่อใช้ในการศึกษาครั้งนี้ โดยใช้สูตรคำนวณขนาดตัวอย่างของสูตร Yamané<sup>(8)</sup> และได้ขนาดกลุ่มตัวอย่างจำนวน 239 คน และได้เพิ่มขนาดของกลุ่มตัวอย่าง 10 เพื่อป้องกันการสูญหายได้จำนวนกลุ่มตัวอย่างรวม 264 คนในการวิจัยครั้งนี้ ได้คำนวณขนาดกลุ่มตัวอย่างตามสัดส่วน (Proportional) ของนักศึกษาพยาบาลในแต่ละชั้นปี เพื่อให้ได้ตัวแทนที่ศึกษาของการวิจัยในครั้งนี้ หลังจากนั้นจึงใช้วิธีการสุ่มอย่างง่าย (Simple random sampling) ในการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างในแต่ละชั้นปี เพื่อนำมาศึกษาตามวัตถุประสงค์ที่กำหนดไว้

**เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย**

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลครั้งนี้เป็นแบบสอบถาม ประกอบด้วย 5 ส่วนดังนี้

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป เป็นข้อคำถามแบบให้เลือกตอบ ประกอบด้วยข้อคำถาม จำนวน 8 ข้อ ได้แก่ เพศ อายุ ระดับชั้น ผลการเรียน สถานภาพสมรสบิดามารดา การพักอาศัย รายได้ ความเพียงพอของรายได้

ส่วนที่ 2 แบบวัดเป้าหมายความหมายชีวิต จำนวน 18 ข้อ<sup>(9)</sup> ลักษณะข้อคำถามเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Likert scales) 7 ระดับ โดย 1 หมายถึง ไม่เห็นด้วยมากที่สุด 2 หมายถึง ไม่เห็นด้วยมาก 3 หมายถึง ไม่เห็นด้วย 4 หมายถึง ไม่แน่ใจ 5 หมายถึง เห็นด้วย 6 หมายถึง เห็นด้วยมาก และ 7 หมายถึง เห็นด้วยมากที่สุด

ส่วนที่ 3 แบบประเมินความเครียด (ST-5) จำนวน 5 ข้อ<sup>(10)</sup> โดยให้คะแนน 0-3 ที่ตรงกับความรู้สึกของผู้ที่ทำแบบทดสอบโดยให้คะแนน 0 หมายถึง เป็นน้อยมากหรือแทบไม่มี คะแนน 1 หมายถึง เป็นบางครั้ง คะแนน 2 หมายถึง เป็นบ่อยครั้ง คะแนน 3 หมายถึง เป็นประจำ

ส่วนที่ 4 แบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างนักศึกษากับผู้ปกครอง จำนวน 15 ข้อ<sup>(11)</sup> ลักษณะข้อคำถามเป็นมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ ได้แก่ จริงที่สุด จริง จริงบ้าง จริงน้อย และจริงน้อยที่สุด การแปลผล พิจารณาจากคะแนนรวม โดยคะแนนมาก หมายถึง มีสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครองดี คะแนนน้อย หมายถึง มีสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครองที่ไม่ดี

ส่วนที่ 5 แบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างนักศึกษากับเพื่อน จำนวน 15 ข้อ<sup>(11)</sup> ลักษณะข้อคำถามเป็นมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ ได้แก่ จริงมากที่สุด ค่อนข้างจริง ปานกลาง ไม่ค่อยจริง ไม่จริงมากที่สุด การแปลผล พิจารณาจากคะแนนรวม โดยคะแนนมาก หมายถึง มีสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อนสูง คะแนนน้อย หมายถึง มีสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อนต่ำ

#### **การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ**

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาในครั้งนี้ใช้แบบสอบถามประเมินเป้าหมายในชีวิต แบบสอบถามความเครียด แบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างนักศึกษากับผู้ปกครอง และแบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างนักศึกษากับเพื่อน เป็นแบบสอบถามที่ผ่านการพัฒนาแล้ว จึงไม่ได้ทำการตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา (Content validity) และผู้วิจัยนำแบบสอบถามดังกล่าวไปหาค่าความเที่ยง (Reliability) โดยนำไปทดลองใช้ (Tryout) กับกลุ่มตัวอย่างที่มีคุณสมบัติและสภาพแวดล้อมคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษา จำนวน 30 คน แล้วนำแบบสอบถามประเมินเป้าหมายในชีวิต แบบสอบถามความเครียด แบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างนักศึกษากับผู้ปกครอง และแบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างนักศึกษากับเพื่อน มาวิเคราะห์หาความเที่ยงของแบบสอบถามด้วยครอนบาคแอลฟา (Cronbach's alpha coefficient) ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.91, 0.70, 0.82 และ 0.92 ตามลำดับ

#### **การเก็บรวบรวมข้อมูล**

หลังจากการวิจัยได้ผ่านการรับรองจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยจากสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดบุรีรัมย์ ผู้วิจัยได้ติดต่อประสานงานกับอาจารย์ประจำชั้น เพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัย และขอความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล หลังจากนั้นได้เก็บข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างด้วยตนเอง โดยใช้แบบสอบถาม และนำข้อมูลที่ได้ตรวจสอบความถูกต้องเพื่อนำไปวิเคราะห์ข้อมูลต่อไป

### การพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง

โครงการวิจัยได้รับการรับรองจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ของสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดบุรีรัมย์ หมายเลข BRO 2025-058 ลงวันที่ 5 มิถุนายน 2568 และชี้แจงวัตถุประสงค์และวิธีดำเนินการวิจัย แก่ผู้สนใจเข้าร่วมการวิจัย โดยให้ลงนามยินยอมก่อนเข้าร่วมการวิจัย

### การวิเคราะห์ข้อมูล

วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูปและนำเสนอผลการศึกษาด้วยสถิติพรรณนา โดยการแจกแจงความถี่ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และสถิติทดสอบสหสัมพันธ์แบบเพียร์สันที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ 0.05

### ผลการวิจัย

แบบสอบถามที่เก็บรวบรวมได้ มีความถูกต้องครบถ้วนสมบูรณ์ ทั้ง 264 ฉบับ ผลการวิเคราะห์พบว่า ข้อมูลส่วนบุคคล กลุ่มตัวอย่าง เป็นเพศหญิง ถึงร้อยละ 91.3 มีอายุระหว่าง 18-21 ปี ร้อยละ 73.1 ส่วนใหญ่เป็นนิสิตชั้นปี 2 ร้อยละ 25.8 มีผลการเรียนอยู่ระหว่าง 3.01-3.50 ร้อยละ 41.7 สถานภาพสมรส บิดามารดา สมรสอยู่ด้วยกัน ร้อยละ 73.1 มีรายได้ที่ใช้ต่อเดือนน้อยกว่า 10,000 ร้อยละ 89.0 และรายได้ที่ใช้จ่ายต่อเดือนมีความเพียงพอ ร้อยละ 81.4

ส่วนเป้าหมายในชีวิตของนักศึกษาพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเอกชนแห่งหนึ่งในจังหวัดบุรีรัมย์ พบว่า นักศึกษาพยาบาล มีเป้าหมายในชีวิตในภาพรวมทั้ง 4 ชั้นปี อยู่ในระดับสูง ร้อยละ 65.50 เมื่อพิจารณาตามระดับชั้นปี พบว่านักศึกษพยาบาล ชั้นปีที่ 4 และปีที่ 2 มีเป้าหมายในชีวิตอยู่ในระดับสูง ร้อยละ 72.58 และร้อยละ 65.68 รองลงมาคือ นักศึกษาพยาบาลศาสตร์ชั้นปีที่ 3 มีเป้าหมายในชีวิตอยู่ในระดับสูง ร้อยละ 65.22 และชั้นปีที่ 1 มีเป้าหมายในชีวิตอยู่ในระดับสูง ร้อยละ 59.09 ตามลำดับ ดังในตารางที่ 1

**ตารางที่ 1** จำนวนและร้อยละของเป้าหมายในชีวิตของนักศึกษาพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเอกชนแห่งหนึ่งในจังหวัดบุรีรัมย์ (n=264)

ชั้นปี	จำนวน (คน)	ระดับเป้าหมายในชีวิตของนักศึกษาพยาบาล		
		ต่ำ	ปานกลาง	สูง
ชั้นปีที่ 1	66	4 (6.07)	23 (34.84)	39 (59.09)
ชั้นปีที่ 2	67	2 (2.98)	21 (31.34)	44 (65.68)
ชั้นปีที่ 3	69	5 (7.25)	19 (27.53)	45 (65.22)
ชั้นปีที่ 4	62	4 (6.46)	13 (20.96)	45 (72.58)
รวม	264	15 (5.70)	76 (28.80)	173 (65.50)

จากการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างความเครียด สัมพันธภาพระหว่างนักศึกษากับผู้ปกครอง สัมพันธภาพระหว่างนักศึกษากับเพื่อนต่อเป้าหมายในชีวิตของนักศึกษาพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเอกชนแห่งหนึ่งในจังหวัดบุรีรัมย์ พบว่า ปัจจัยด้านความเครียด ( $r=-0.348$ ) ปัจจัยด้านสัมพันธภาพระหว่างนักศึกษากับผู้ปกครอง ( $r=0.328$ ) และปัจจัยด้านสัมพันธภาพระหว่างนักศึกษากับเพื่อน ( $r=0.313$ ) มีความสัมพันธ์

ต่อเป้าหมายในชีวิตของนักศึกษาพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเอกชนแห่งหนึ่งในจังหวัดบุรีรัมย์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ  $p < 0.01$  ดังตารางที่ 2

**ตารางที่ 2** ความสัมพันธ์ระหว่างความเครียด สัมพันธภาพระหว่างนักศึกษากับผู้ปกครอง สัมพันธภาพระหว่างนักศึกษากับเพื่อนต่อเป้าหมายในชีวิตของนักศึกษาพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเอกชนแห่งหนึ่งในจังหวัดบุรีรัมย์ (n=264)

ปัจจัย	ความสัมพันธ์ (r)	p-value
ความเครียด	-0.348	0.000*
สัมพันธภาพระหว่างนักศึกษากับผู้ปกครอง	0.328	0.000*
สัมพันธภาพระหว่างนักศึกษากับเพื่อน	0.313	0.000*

\*มีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < 0.01$ )

### การอภิปรายผลการวิจัย

ผลการวิจัยพบว่า นักศึกษาพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเอกชนแห่งหนึ่งในจังหวัดบุรีรัมย์ มีเป้าหมายในชีวิตในภาพรวมทั้ง 4 ชั้นปีอยู่ในระดับสูง ร้อยละ 65.50 แสดงให้เห็นว่านักศึกษามีการตระหนักรู้ถึงคุณค่าและความหมายของชีวิต รวมถึงการกำหนดทิศทางการอนาคตที่ชัดเจน ซึ่งสอดคล้องกับงานของ Burrow & Hill ที่ระบุว่า การมีเป้าหมายชีวิตเป็นองค์ประกอบสำคัญในการพัฒนาวัยรุ่นและวัยผู้ใหญ่ตอนต้น เนื่องจากช่วยให้สามารถปรับตัวและสร้างพลังใจต่อการเรียนและการดำเนินชีวิตได้ดียิ่งขึ้น<sup>(1)</sup>

ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อเป้าหมายชีวิตในครั้งนี้ ได้แก่ ความเครียด สัมพันธภาพระหว่างนักศึกษากับผู้ปกครอง และสัมพันธภาพระหว่างนักศึกษากับเพื่อน โดยพบว่าความเครียดมีความสัมพันธ์เชิงลบกับเป้าหมายชีวิต ( $r = -0.348$ ) ผลลัพธ์นี้สอดคล้องกับการศึกษาของ Wong ที่รายงานว่าความเครียดสูงส่งผลกระทบต่อความรู้สึกถึงความหมายและเป้าหมายชีวิตของนักศึกษา<sup>(6)</sup> แสดงให้เห็นว่าการจัดการความเครียดมีบทบาทสำคัญในการส่งเสริมให้นักศึกษามีเป้าหมายที่มั่นคงและยั่งยืนในด้านความสัมพันธ์กับผู้ปกครอง พบว่ามีความสัมพันธ์เชิงบวกกับเป้าหมายชีวิต ( $r = 0.328$ ) สอดคล้องกับงานของ Padilla-Walker ที่กล่าวว่าความสัมพันธ์ในครอบครัวที่ดีช่วยเสริมสร้างแรงจูงใจและทิศทางชีวิตที่มีคุณค่า<sup>(3)</sup> นอกจากนี้ ความสัมพันธ์กับเพื่อนก็มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับเป้าหมายชีวิต ( $r = 0.313$ ) สอดคล้องกับการศึกษาของ Jose ที่พบว่าการสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อนมีบทบาทสำคัญต่อการกำหนดเป้าหมายและการปรับตัวของนักศึกษา<sup>(4)</sup>

#### ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปปฏิบัติ

1. ควรจัดกิจกรรมแนะแนวหรือโครงการเสริมสร้างทักษะชีวิต เพื่อช่วยให้นักศึกษามีการวางแผนเป้าหมายชีวิตที่ชัดเจน และสามารถจัดการกับความเครียดได้อย่างเหมาะสม
2. ควรให้ความสำคัญกับการให้คำปรึกษาเชิงบวก และติดตามดูแลนักศึกษาเป็นรายบุคคล เพื่อสร้างแรงจูงใจและความมั่นใจในการตั้งเป้าหมายชีวิต

#### ข้อเสนอแนะสำหรับการศึกษาวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรศึกษาปัจจัยอื่น ๆ เพิ่มเติม เช่น แรงจูงใจภายใน บุคลิกภาพ ความยืดหยุ่นทางใจ หรือการสนับสนุนจากสังคม ที่อาจมีความสัมพันธ์กับเป้าหมายชีวิต

2. ควรใช้ระเบียบวิธีวิจัยแบบผสมผสาน โดยเก็บข้อมูลเชิงปริมาณและเชิงคุณภาพ เพื่อให้ได้ข้อมูลเชิงลึกเกี่ยวกับประสบการณ์และมุมมองของนักศึกษา

### เอกสารอ้างอิง

- Burrow AL, Hill PL. Purpose as a form of identity capital for positive youth adjustment. *Dev Psychol.* 2011 Jul;47(4):1196-1206. doi: 10.1037/a0023818.
- Lo R. A longitudinal study of perceived level of stress, coping and self-esteem of undergraduate nursing students: an Australian case study. *J Adv Nurs.* 2002 Jul;39(2):119-26. doi: 10.1046/j.1365-2648.2000.02251.x.
- Padilla-Walker LM, Carlo G, Memmott-Elison MK. Longitudinal Change in Adolescents' Prosocial Behavior Toward Strangers, Friends, and Family. *J Res Adolesc.* 2018 Sep;28(3):698-710. doi: 10.1111/jora.12362.
- Jose PE, Ryan N, Pryor J. Does Social Connectedness Promote a Greater Sense of Well-Being in Adolescence Over Time. *Journal of Research on Adolescence.* 2012;22(2):235-51. doi: 10.1111/j.1532-7795.2012.00783.x
- กัญญ์สิริ จันทร์เจริญ, สุกันยา นัครามนตรี. ความสัมพันธ์ระหว่างการสนับสนุนทางสังคมกับทักษะชีวิตของนักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต. *วารสารเครือข่ายวิทยาลัยพยาบาลและการสาธารณสุขภาคใต้.* 2559;3(2):85-99.
- Parsaei R, Roohafza H, Feizi A, Sadeghi M, Sarrafzadegan N. How Different Stressors Affect Quality of Life: An Application of Multilevel Latent Class Analysis on a Large Sample of Industrial Employees. *Risk Manag Healthc Policy.* 2020 Aug 20;13:1261-1270. doi: 10.2147/RMHP.S256800.
- Bronk KC. *Purpose in life: A critical component of optimal youth development.* Dordrecht: Springer; 2014.
- Yamane T. *Statistics: An Introductory Analysis.* 2<sup>nd</sup> ed. New York: Harper and Row; 1967.
- พิมพ์พนิต ภาศรี, กาญจน์สุนภัส บาลทิพย์, อังศุมา อภิชาโต, อาภรณ์ทิพย์ บัวเพชร. เป้าหมายชีวิตของนักเรียนในภาคใต้. *วารสารพยาบาลสงขลานครินทร์.* 2564;41(1):104-14.
- กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. *แบบวัดความเครียด กรมสุขภาพจิต [อินเตอร์เน็ต].* ม.ป.ป. [เข้าถึงเมื่อ 2568 มิถุนายน 2]. เข้าถึงได้จาก: [https://kkhos.moph.go.th/kkhos/data\\_office/SPST20.pdf](https://kkhos.moph.go.th/kkhos/data_office/SPST20.pdf)
- สุภิกา จิตต์สม, ภรภัทร เสงอุดมทรัพย์, พิชามณูชู้ อินทะพุดม. ปัจจัยด้านจิตสังคมที่มีอิทธิพลต่อการถูกรังแกผ่านโลกไซเบอร์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย. *วารสารวิจัยสุขภาพและการพยาบาล.* 2565;38(3):249-61.