



ปัจจัยที่มีผลต่อการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาลศาสตร์ ชั้นปีที่ 1

วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สุรินทร์

จิรสุดา ทะเรรัมย์^{1*}, สุรศักดิ์ ปลื้มจิต¹, กมลรส กลองชัย¹, กรรณิการ์ เสาธงทอง¹, กรองทอง ชานีพันธ์¹,
กัญญานันท์ พักตร์ใส¹, คเชนทร์ เชื้อบัณฑิต¹, จุฑามาศ ตีสันท¹, ศรชัย สิงห์ทอง¹ และศุภาวดี มีทอง¹
¹วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สุรินทร์, คณะพยาบาลศาสตร์ สถาบันพระบรมราชชนก

(วันที่รับบทความ: 3 กุมภาพันธ์ 2568; วันที่แก้ไข: 7 เมษายน 2568; วันที่ตอบรับ: 10 เมษายน 2568)

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงพรรณนาแบบภาคตัดขวาง มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาระดับการปรับตัวและปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาลศาสตร์ ชั้นปีที่ 1 วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สุรินทร์ กลุ่มตัวอย่างคือนักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต ชั้นปีที่ 1 จำนวน 136 คน ใช้วิธีเลือกแบบเฉพาะเจาะจง เก็บรวบรวมข้อมูลระหว่างเดือนสิงหาคมถึงเดือนธันวาคม 2567 เครื่องมือวิจัยประกอบด้วย 1) แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ 2) แบบสอบถามแรงสนับสนุนทางสังคม 3) แบบสอบถามการเผชิญปัญหา 4) แบบสอบถามการเห็นคุณค่าในตนเอง และ 5) แบบสอบถามการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาลศาสตร์ ตรวจสอบความเชื่อมั่นของเครื่องมือโดยใช้ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาคได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.88, 0.67, 0.93, 0.79 และ 0.98 ตามลำดับ วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และหาความสัมพันธ์ของตัวแปรโดยใช้สถิติสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05

ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง และมีภูมิลำเนาในจังหวัดสุรินทร์ ระดับการปรับตัวโดยรวมของนักศึกษาพยาบาลศาสตร์ ชั้นปีที่ 1 วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สุรินทร์ อยู่ในระดับสูง ($\bar{X}=112.92$, $S.D.=15.72$) ได้แก่ ด้านสังคม การเข้าร่วมกิจกรรมของวิทยาลัย ผู้สอน สภาพแวดล้อม และกลุ่มเพื่อน แสดงให้เห็นถึงการมีระบบสนับสนุนทางสังคมที่เข้มแข็งและการดูแลนักศึกษาที่มีประสิทธิภาพ ขณะที่การปรับตัวด้านการเรียนอยู่ในระดับปานกลาง ซึ่งสะท้อนถึงความท้าทายในการเปลี่ยนผ่านสู่การเรียนรู้ระดับอุดมศึกษา สำหรับความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร พบว่าการเผชิญปัญหา ($r=.812$, $p\text{-value}<.01$) มีผลสูงสุด รองลงมาคือ การเห็นคุณค่าในตนเอง ($r=.547$, $p\text{-value}<.01$) ความฉลาดทางอารมณ์ ($r=.456$, $p\text{-value}<.01$) และแรงสนับสนุนทางสังคม ($r=.433$, $p\text{-value}<.01$) จากผลวิจัยนี้สามารถนำไปใช้ในการพัฒนาโปรแกรมเสริมสร้างทักษะการเผชิญปัญหา การจัดระบบที่ปรึกษาระหว่างอาจารย์กับนักศึกษา การส่งเสริมทักษะการคิดวิเคราะห์ และการเสริมสร้างแรงจูงใจ โดยนำแนวทางเหล่านี้บูรณาการเข้ากับกิจกรรมเสริมหลักสูตร เพื่อส่งเสริมให้นักศึกษาปรับตัวได้ดีทั้งด้านวิชาการ อารมณ์ และสังคม ซึ่งส่งเสริมให้นักศึกษาประสบความสำเร็จทั้งในการศึกษาและการประกอบวิชาชีพพยาบาลในอนาคต

คำสำคัญ: ปัจจัย, การปรับตัว, นักศึกษาพยาบาล

***ผู้รับผิดชอบบทความ:** จิรสุดา ทะเรรัมย์; jirasuda.wk@gmail.com



Factors Affecting the Adjustment of First-Year Nursing Students

Boromarajonani College of Nursing, Surin

Jirasuda Tareram^{1*}, Surasak Pluemjit¹, Kamonrot Klongchai¹, Kannika Saothongthong¹, Krongthong Chamniphon¹,
Kanyanat Paksai¹, Kachen Chuebundit¹, Jutamas Deesanit¹, Sonchai Singthong¹, Supawadee Meethong¹

¹Boromarajonani College of Nursing Surin, Faculty of nursing, Praboromranchanok institute

(Received: 3 February 2025; Revised: 7 April 2025; Accepted: 10 April 2025)

Abstract

The cross-sectional descriptive research aimed to examine the level of adaptation and its associated factors among the first-year nursing students at Boromarajonani College of Nursing, Surin. The sample consisted of 136 first-year students enrolled in the Bachelor of Nursing Science program. The sample were purposive sampling. Data were collected from August to December 2024. The research instruments were: 1) The Emotional Intelligence Assessment, 2) The Social Support Questionnaire, 3) The Problem Coping Questionnaire, 4) The Self-Esteem Questionnaire, and 5) The Adaptation Questionnaire. The reliabilities were tested using Cronbach's alpha coefficient, the following values were obtained 0.88, 0.67, 0.93, 0.79 and 0.98, respectively. The data were analyzed using descriptive statistics, including percentage, mean, and standard deviation, and Pearson's correlation coefficient at a significance level of .05.

The research found that most participants were female and domiciled in Surin Province. The overall adaptation among first-year nursing students was high level ($\bar{x}$ =112.92, S.D.=15.72), particularly in the areas of social, participation in college activities, instructors, environment, and peer groups. These findings indicated the presence of strong social support systems and effective student care. Meanwhile, academic adaptation was moderate level, which reflects the challenges of the transition to higher education. The relationships between variables found that problem-solving ability was the highest correlation with adaptation (r =.812, p -value<.01), followed by self-esteem (r =.547, p -value<.01), emotional intelligence (r =.456, p -value<.01), and social support (r =.433, p -value<.01).

Keywords: factor, adaptation, student nurse

***Corresponding author:** Jirasuda Tareram; jirasuda.wk@gmail.com



บทนำ

ปัจจุบันโลกมีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วในหลายด้านทั้งด้านเศรษฐกิจ สังคม เทคโนโลยี วัฒนธรรม และสภาพแวดล้อม การเปลี่ยนแปลงเหล่านี้ส่งผลให้บุคคลต้องมีการปรับตัวอย่างรวดเร็ว เพื่อให้สามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุขและมีประสิทธิภาพ (เนติยา แจ่มทิม, ปุรินทร์ ศรีศัลักษณ์ และดารินทร์ พนาสันต์, 2566) การปรับตัวจึงเป็นกระบวนการสำคัญที่ช่วยให้บุคคลสามารถดำรงชีวิตอยู่ได้ด้วยความสะดวกทั้งในด้านร่างกายและจิตใจ สภาพแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงมีผลโดยตรงต่อสุขภาพจิตและความสามารถในการเผชิญกับอุปสรรคต่าง ๆ บุคคลที่มีความยืดหยุ่นทางจิตใจนั้นสามารถจัดการกับความเครียดได้ดี รักษาสุขภาพจิตในระดับที่เหมาะสม และสามารถดำเนินชีวิตต่อไปได้อย่างมีประสิทธิภาพ (Southwick et al, 2016)

สำหรับนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 ซึ่งอยู่ในช่วงการเปลี่ยนแปลงจากระดับมัธยมศึกษาสู่ระดับอุดมศึกษา การปรับตัวถือเป็นกระบวนการที่สำคัญต่อความสำเร็จในการเรียนและพัฒนาสู่บทบาทวิชาชีพพยาบาล นักศึกษาต้องเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงในหลายมิติ เช่น การเรียนที่มีเนื้อหาซับซ้อนขึ้น การเรียนรู้ที่ต้องการการวิเคราะห์และปฏิบัติจริง รวมถึงการปรับตัวกับตารางเรียนที่เข้มข้น แรงกดดันจากการฝึกปฏิบัติ และความเครียดจากความคาดหวังในวิชาชีพ (จุฑาภรณ์ ยอดเสนีย์, 2563; ธเนศ แม้นอินทร์, 2564) การสร้างความสัมพันธ์ใหม่กับเพื่อนร่วมชั้น คณาจารย์ และบุคลากรทางการแพทย์ก็เป็นส่วนสำคัญในการปรับตัวด้านสังคมและอารมณ์ เพื่อช่วยให้นักศึกษาสามารถเรียนรู้และปฏิบัติได้อย่างมีประสิทธิภาพ (ยุซรอ เล้าะแม, มยุรี ยีปาไล๊ะ, เขมพัทธ์ ขจรกิตติยา และคณะ, 2564) นอกจากนี้ความสามารถในการพัฒนาทักษะการเรียนรู้ด้วยตนเองและการมีสุขภาพจิตที่เข้มแข็งยังเป็นปัจจัยที่ช่วยให้นักศึกษาพยาบาลสามารถเผชิญกับความท้าทายต่าง ๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพ หากไม่มีการสนับสนุนที่เหมาะสม อาจทำให้เกิดความเครียดสะสมและส่งผลกระทบต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ดังนั้น การศึกษาการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาลจึงเป็นสิ่งสำคัญในการพัฒนาหลักสูตรและแนวทางการสนับสนุนที่เหมาะสม เพื่อให้นักศึกษาสามารถปรับตัวได้ดีและเติบโตเป็นพยาบาลที่มีคุณภาพในอนาคต (สุรียัน อันทองทิม, ภูกิจ เล้าจิริณกุล, ศศิวิมล พจน์พาณิขพงศ์ และคณะ, 2560; Wong & Chan, 2020)

วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สุรินทร์ เป็นสถาบันการศึกษาที่เปิดสอนหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิตมาอย่างยาวนาน และมีการรับนักศึกษาใหม่ในทุกปี โดยนักศึกษาที่เข้าศึกษาได้รับการคัดเลือกจากทั่วประเทศ เมื่อเข้าสู่การศึกษานักศึกษาต้องปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อมของวิทยาลัยในหลายด้าน เช่น ด้านการเรียน ด้านสังคม ด้านการเข้าร่วมกิจกรรมของวิทยาลัย ด้านผู้สอน ด้านสภาพแวดล้อม และด้านกลุ่มเพื่อน ซึ่งล้วนเป็นปัจจัยที่มีผลต่อการปรับตัวของนักศึกษา (นุชนาถ อุมูดี, พวงสร้อย วรกุล, บุญโรม สุวรรณพาหุ และคณะ, 2565) ทั้งนี้มีความสอดคล้องกับการศึกษาของยุซรอ เล้าะแม และคณะ (2564) ที่ศึกษาการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาลศาสตรชั้นปีที่ 1 ในวิทยาลัยพยาบาลแห่งหนึ่งในจังหวัดชายแดนใต้ พบว่า โดยรวมแล้วนักศึกษามีระดับการปรับตัวอยู่ในระดับสูง ($\bar{X}=111$, S.D.=13.30) อย่างไรก็ตามเมื่อพิจารณาในแต่ละด้าน พบว่า การปรับตัวด้านอารมณ์และอัตมโนทัศน์ ด้านกิจกรรมและสัมพันธภาพ และด้านที่อยู่อาศัยและสิ่งแวดล้อม อยู่ในระดับสูง ขณะที่การปรับตัวด้านร่างกายและด้านการเรียนอยู่ในระดับปานกลาง ผลการศึกษา



นี้สะท้อนให้เห็นว่านักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 แม้จะสามารถปรับตัวได้ดีในหลายด้าน แต่ยังคงเผชิญความท้าทายในบางมิติ โดยเฉพาะด้านร่างกายและด้านการเรียน ซึ่งอาจเป็นผลมาจากความเข้มข้นของหลักสูตร ลักษณะของการเรียนการสอนที่แตกต่างจากระดับมัธยมศึกษา รวมถึงการเปลี่ยนแปลงของสภาพแวดล้อมการเรียนรู้ ดังนั้น การพัฒนาแนวทางสนับสนุนเพื่อช่วยให้นักศึกษาสามารถปรับตัวได้อย่างเหมาะสมในทุกมิติ จึงเป็นสิ่งสำคัญที่ช่วยส่งเสริมให้นักศึกษาพยาบาลประสบความสำเร็จทั้งในด้านการเรียนและการดำเนินชีวิตภายในรั้ววิทยาลัย

การปรับตัวจึงเป็นกระบวนการที่มีบทบาทสำคัญต่อการดำเนินชีวิตและการอยู่ร่วมกันในสังคม ซึ่งแต่ละบริบทย่อมมีความแตกต่างกันไป นักศึกษาพยาบาลศาสตร์ชั้นปีที่ 1 ที่เข้าสู่สภาพแวดล้อมใหม่ จำเป็นต้องปรับตัวในหลายด้าน และจากความสำคัญของการปรับตัวของนักศึกษา ผู้วิจัยจึงมีความสนใจศึกษาการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาลศาสตร์ชั้นปีที่ 1 วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สุรินทร์ โดยเน้นวิเคราะห์ใน 6 มิติดังกล่าว เพื่อให้ได้ข้อมูลที่สะท้อนถึงบริบทที่แท้จริงของนักศึกษาในสถาบันแห่งนี้ เพื่อเป็นแนวทางสำคัญในการพัฒนาแนวทางส่งเสริมการปรับตัวของนักศึกษาให้เหมาะสม และช่วยสนับสนุนการเรียนรู้การใช้ชีวิตในรั้ววิทยาลัย ตลอดจนการพัฒนาไปสู่วิชาชีพพยาบาลอย่างมีประสิทธิภาพต่อไป

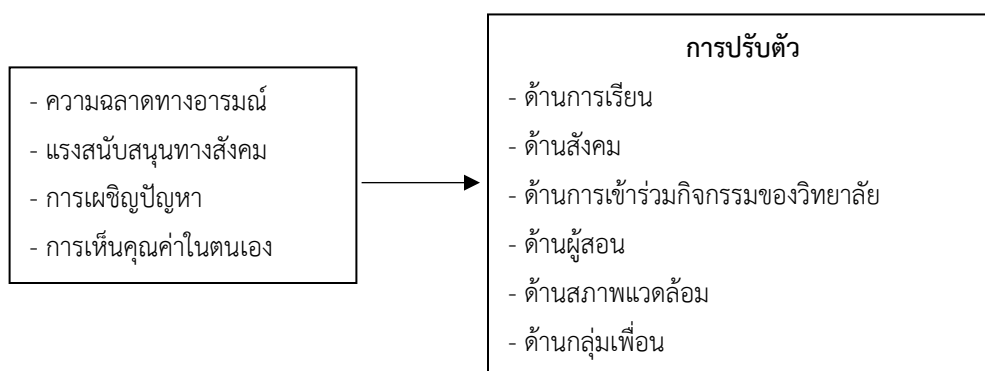
วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาลศาสตร์ ชั้นปีที่ 1 วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สุรินทร์
2. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ของความฉลาดทางอารมณ์ แรงสนับสนุนทางสังคม การเผชิญปัญหา การเห็นคุณค่าในตนเอง ต่อการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาลศาสตร์ ชั้นปีที่ 1 วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สุรินทร์

สมมติฐานการวิจัย

ปัจจัยด้านความฉลาดทางอารมณ์ แรงสนับสนุนทางสังคม การเผชิญปัญหา และการเห็นคุณค่าในตนเอง มีความสัมพันธ์กับการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาลศาสตร์ ชั้นปีที่ 1 วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สุรินทร์

กรอบแนวคิดการวิจัย



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย



ระเบียบวิธีวิจัย

รูปแบบการวิจัย การวิจัยนี้ใช้การวิจัยเชิงพรรณนาแบบภาคตัดขวาง (Cross sectional descriptive study)

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง การศึกษาครั้งนี้ทำการศึกษาในประชากรคือนักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต ชั้นปีที่ 1 รุ่นที่ 37 วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีสุนทรินทร์ ที่ลงทะเบียนเรียนในปีการศึกษา 2567 จำนวน 136 คน เก็บข้อมูลระหว่างเดือนสิงหาคมถึงเดือนธันวาคม 2567

เกณฑ์การคัดเข้า มีดังนี้

1. นักศึกษาพยาบาลศาสตร ชั้นปีที่ 1 ในปีการศึกษา 2567
2. ยินดีและเต็มใจเข้าร่วมการวิจัยครั้งนี้

เกณฑ์การคัดออก มีดังนี้

1. นักศึกษาพยาบาลศาสตร ชั้นปีที่ 1 ที่ไม่สามารถตอบแบบสอบถามได้สมบูรณ์หรือเจ็บป่วยกะทันหัน
2. นักศึกษาที่ทำเรื่องลาออกระหว่างเก็บข้อมูล

เครื่องมือการวิจัย

ผู้วิจัยได้นำเครื่องมือวิจัยจากการทบทวนวรรณกรรมและการขออนุญาตใช้เครื่องมือต่าง ๆ มาปรับปรุงและปรับเนื้อหาให้เหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่างและให้เหมาะสมกับประเด็นที่ต้องการศึกษา โดยเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้แบ่งแบบสอบถามออกเป็น 6 ส่วน ดังนี้

ตอนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป จำนวน 4 ข้อ ได้แก่ เพศ ภูมิลำเนา ประเภทโรงเรียน เกรดเฉลี่ยสะสม (GPAX) ในระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย คำถามเป็นแบบปลายปิดและปลายเปิด

ตอนที่ 2 แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ ผู้วิจัยใช้แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ สำหรับผู้ใหญ่ (อายุ 18 – 60 ปี) ของกรมสุขภาพจิต (กรมสุขภาพจิต, 2546) จำนวน 52 ข้อ แบ่งออกเป็น 3 ด้าน ดังนี้

1) ด้านดี หมายถึง ความสามารถในการควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง รู้จักเห็นใจผู้เห็นใจผู้อื่นและมีความรับผิดชอบต่อส่วนรวม ประกอบด้วย 3 ด้านย่อย ได้แก่ 1.1) ด้านควบคุมตนเอง (ข้อ 1 ถึง ข้อ 6) 1.2) ด้านเห็นใจผู้อื่น (ข้อ 7 ถึง ข้อ 12) 1.3) ด้านรับผิดชอบ (ข้อ 13 ถึง ข้อ 18)

2) ด้านเก่ง หมายถึง ความสามารถในการรู้จักตนเอง มีแรงจูงใจ สามารถตัดสินใจแก้ปัญหาและแสดงออกได้อย่างมีประสิทธิภาพ รวมทั้งมีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น ประกอบด้วย 3 ด้านย่อย ได้แก่ 2.1) ด้านมีแรงจูงใจ (ข้อ 19 ถึง ข้อ 24) 2.2) ด้านตัดสินใจและแก้ปัญหา (ข้อ 25 ถึง ข้อ 30) 2.3) ด้านสัมพันธภาพ (ข้อ 31 ถึง ข้อ 36)

3) ด้านสุข หมายถึง ความสามารถในการดำเนินชีวิตอย่างเป็นสุข ประกอบด้วย 3 ด้านย่อย ได้แก่ 3.1) ด้านภูมิใจในตนเอง (ข้อ 37 ถึง ข้อ 40) 3.2) ด้านพอใจในชีวิต (ข้อ 41 ถึง ข้อ 46) 3.3) ด้านสุขสงบทางใจ (ข้อ 47 ถึง ข้อ 52)



การให้คะแนนแบ่งเป็น 2 กลุ่ม โดยการให้คะแนนดังต่อไปนี้

กลุ่มที่ 1 ได้แก่ข้อ 1, 4, 6, 7, 10, 12, 14, 15, 17, 20, 22, 23, 25, 28, 31, 32, 34, 36, 38, 39, 41, 42, 43, 44, 46, 48, 49 และ 50 แต่ละข้อกำหนดเกณฑ์การให้คะแนน ดังนี้ ไม่จริง 1 คะแนน จริงบางครั้ง 2 คะแนน ค่อนข้างจริง 3 คะแนน จริงมาก 4 คะแนน

กลุ่มที่ 2 ได้แก่ข้อ 2, 3, 5, 8, 9, 11, 13, 16, 18, 19, 21, 24, 26, 27, 29, 30, 33, 35, 37, 40, 45, 47, 51 และ 52 แต่ละข้อกำหนดเกณฑ์การให้คะแนน ดังนี้ ไม่จริง 4 คะแนน จริงบางครั้ง 3 คะแนน ค่อนข้างจริง 2 คะแนน จริงมาก 1 คะแนน

โดยเลือกตอบเพียงข้อเดียวที่ตรงกับความคิดเห็นในข้อคำถามนั้น การแปลผลระดับคะแนนรวมความฉลาดทางอารมณ์ แบ่งเป็น 3 ระดับ ตามกรมสุขภาพจิต ดังนี้ ระดับต่ำกว่าปกติ (คะแนน<138) ระดับปกติ (138-170 คะแนน) และระดับสูงกว่าปกติ (คะแนน>170)

ตอนที่ 3 แบบสอบถามแรงสนับสนุนทางสังคม ผู้วิจัยได้ทบทวนวรรณกรรมและพัฒนาดัดแปลงจากไพศาล แยมวงษ์ (2555) จำนวน 15 ข้อ มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ และเป็นข้อคำถามเชิงบวกทั้งหมด ประกอบด้วย 3 ด้าน ดังนี้ การสนับสนุนจากอาจารย์ จำนวน 5 ข้อ การสนับสนุนจากครอบครัว จำนวน 5 ข้อ การสนับสนุนจากเพื่อน จำนวน 5 ข้อ กำหนดเกณฑ์การให้คะแนน ดังนี้ มากที่สุด 5 คะแนน มาก 4 คะแนน ปานกลาง 3 คะแนน น้อย 2 คะแนน น้อยที่สุด 1 คะแนน โดยเลือกตอบเพียงข้อเดียวที่ตรงกับความคิดเห็นในข้อคำถามนั้น การแปลผลระดับคะแนนรวมแรงสนับสนุนทางสังคม แบ่งเป็น 3 ระดับ ตาม Rating Scale (Best, 1977) ดังนี้ ระดับต่ำ (15.00-34.99 คะแนน) ระดับปานกลาง (35.00-54.99 คะแนน) และระดับสูง (55.00-75 คะแนน)

ตอนที่ 4 แบบสอบถามการเผชิญปัญหา ผู้วิจัยได้ทบทวนวรรณกรรมและพัฒนาดัดแปลงจากอนุพงศ์ จันทร์จุฬา และชัยพฤติน ชำนาญ (2559) จำนวน 10 ข้อ มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ และเป็นข้อคำถามเชิงบวกทั้งหมด ประกอบด้วย 2 ด้าน ดังนี้ การเผชิญความเครียดแบบมุ่งแก้ปัญหา จำนวน 5 ข้อ การเผชิญปัญหาแบบจัดการกับอารมณ์ จำนวน 5 ข้อ กำหนดเกณฑ์การให้คะแนน ดังนี้ มากที่สุด 5 คะแนน มาก 4 คะแนน ปานกลาง 3 คะแนน น้อย 2 คะแนน น้อยที่สุด 1 คะแนน โดยเลือกตอบเพียงข้อเดียวที่ตรงกับความคิดเห็นในข้อคำถามนั้น การแปลผลระดับคะแนนรวมการเผชิญปัญหา แบ่งเป็น 3 ระดับ ตาม Rating Scale (Best, 1977) ดังนี้ ระดับต่ำ (10.00-23.32 คะแนน) ระดับปานกลาง (23.33-36.65 คะแนน) และระดับสูง (36.66-50 คะแนน)

ตอนที่ 5 แบบสอบถามการเห็นคุณค่าในตนเอง ผู้วิจัยได้ทบทวนวรรณกรรมและพัฒนาดัดแปลงจากมนต์สินี วิเศษคามินทร์ (2565) จำนวน 10 ข้อ มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ แบ่งเป็นการเห็นคุณค่าในตนเองเชิงบวก จำนวน 5 ข้อ และการเห็นคุณค่าในตนเองเชิงลบ จำนวน 5 ข้อ กำหนดเกณฑ์การให้คะแนนเชิงบวก ดังนี้ มากที่สุด 5 คะแนน มาก 4 คะแนน ปานกลาง 3 คะแนน น้อย 2 คะแนน น้อยที่สุด 1 คะแนน และคะแนนเชิงลบ ดังนี้ มากที่สุด 1 คะแนน มาก 2 คะแนน ปานกลาง 3 คะแนน น้อย 4 คะแนน น้อยที่สุด 5 คะแนน โดยเลือกตอบเพียงข้อเดียวที่ตรงกับ



ความคิดเห็นในข้อคำถามนั้น การแปลผลระดับคะแนนรวมการเห็นคุณค่าในตนเอง แบ่งเป็น 3 ระดับ ตาม Rating Scale (Best, 1977) ดังนี้ ระดับต่ำ (10.00-23.32 คะแนน) ระดับปานกลาง (23.33-36.65 คะแนน) และระดับสูง (36.66-50 คะแนน)

ตอนที่ 6 แบบสอบถามการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาลศาสตร์ ผู้วิจัยได้ทบทวนวรรณกรรมและพัฒนาคัดแปลงจากนันทิชา บุญละเอียด (2554); นิรมล สุวรรณโคตร (2553) และจุฑาภรณ์ ยอดเสนีย์ (2563) จำนวน 29 ข้อ มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ และเป็นข้อคำถามเชิงบวกทั้งหมด ประกอบด้วย 6 ด้าน ดังนี้ การปรับตัวด้านการเรียน จำนวน 5 ข้อ การปรับตัวด้านสังคม จำนวน 5 ข้อ การปรับตัวด้านการเข้าร่วมกิจกรรมของวิทยาลัย จำนวน 5 ข้อ การปรับตัวด้านผู้สอน จำนวน 5 ข้อ การปรับตัวด้านสภาพแวดล้อม จำนวน 4 ข้อ และการปรับตัวด้านเพื่อน จำนวน 5 ข้อ กำหนดเกณฑ์การให้คะแนน ดังนี้ มากที่สุด 5 คะแนน มาก 4 คะแนน ปานกลาง 3 คะแนน น้อย 2 คะแนน น้อยที่สุด 1 คะแนน โดยเลือกตอบเพียงข้อเดียวที่ตรงกับความคิดเห็นในข้อคำถามนั้น การแปลผลระดับคะแนนรวมการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาลศาสตร์ แบ่งเป็น 3 ระดับ ตาม Rating Scale (Best, 1977) ดังนี้ ระดับต่ำ (29.00-67.66 คะแนน) ระดับปานกลาง (67.67-106.33 คะแนน) และระดับสูง (106.34-145 คะแนน) เมื่อกำหนดเกณฑ์การแปลผลคะแนน แบ่งเป็นแต่ละรายด้าน 3 ระดับ ตาม Rating Scale (Best, 1977) การปรับตัวด้านการเรียน ด้านสังคม ด้านการเข้าร่วมกิจกรรมของวิทยาลัย ด้านผู้สอน และด้านเพื่อนระดับต่ำ (5.00-11.66 คะแนน) ระดับปานกลาง (11.67-18.33 คะแนน) และระดับสูง (18.34-25 คะแนน) และการปรับตัวด้านสภาพแวดล้อมระดับต่ำ (4.00-9.32 คะแนน) ระดับปานกลาง (9.33-14.65 คะแนน) และระดับสูง (14.66-20 คะแนน)

การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ

ผู้วิจัยตรวจสอบความเที่ยงตรงตามเนื้อหาของแบบสอบถาม (Content Validity) โดยแบบสอบถามนั้นได้ผ่านผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 3 ท่าน จากนั้นนำไปหาค่าความเที่ยงตรงของแบบสอบถาม หรือค่าสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับวัตถุประสงค์ (IOC : Index of item objective congruence) ความฉลาดทางอารมณ์ แรงสนับสนุนทางสังคม การเผชิญปัญหา การเห็นคุณค่าในตนเอง และการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาลศาสตร์ ได้ค่า IOC เท่ากับ 0.97, 0.91, 0.97, 1.00 และ 0.94 ตามลำดับ ซึ่งมีค่าในช่วง 0.91 - 1.00 นำแบบสอบถามไปทดลองใช้ (Try out) กับกลุ่มตัวอย่างที่มีลักษณะคล้ายคลึงกับประชากร จำนวน 30 คน แล้วนำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์หาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ของแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ แบบสอบถามแรงสนับสนุนทางสังคม แบบสอบถามการเผชิญปัญหา แบบสอบถามการเห็นคุณค่าในตนเอง และแบบสอบถามการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาลศาสตร์ โดยใช้ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.88, 0.67, 0.93, 0.79 และ 0.98 ตามลำดับ

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ภายหลังได้รับการพิจารณาจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ของวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนิ สุรินทร์ ผู้วิจัยขออนุญาตผู้อำนวยการวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนิ สุรินทร์ และอาจารย์ประจำชั้น จากนั้นผู้วิจัยชี้แจงกลุ่มตัวอย่างและให้ทำแบบสอบถามด้วยตนเอง โดยผู้วิจัยชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัย การพิทักษ์สิทธิ์ของกลุ่มตัวอย่าง



และการแสดงความยินยอมเข้าร่วมวิจัย โดยใช้ระยะเวลาในการตอบแบบสอบถามการวิจัยประมาณ 1 ชั่วโมง ผู้วิจัยจัดเตรียมแบบสอบถามในรูปแบบออนไลน์ คือ Google Forms เพื่ออำนวยความสะดวกแก่ผู้ตอบแบบสอบถามโดยส่งลิงค์เข้ากลุ่มไลน์ชั้นปีผ่านอุปกรณ์ส่วนตัว ได้แก่ โทรศัพท์มือถือ หรือคอมพิวเตอร์ และเก็บรวบรวมข้อมูลจนครบตามจำนวนกลุ่มตัวอย่างที่กำหนดไว้

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยทำการวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้คอมพิวเตอร์โปรแกรมสำเร็จรูป ดังรายละเอียดต่อไปนี้

1. สถิติเชิงพรรณนา ใช้สถิติร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ในการวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไป
2. สถิติเชิงอนุมาน ใช้สถิติสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson's Correlation Coefficient) ในการวิเคราะห์ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับตัวแปรต้น (ความฉลาดทางอารมณ์ แรงสนับสนุนทางสังคม การเผชิญปัญหา การเห็นคุณค่าในตนเอง) และตัวแปรตาม (การปรับตัวของนักศึกษาพยาบาลศาสตร์)

จริยธรรมการวิจัย

ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ โครงการได้ผ่านการพิจารณารับรองจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีสุนทร รหส P-EC 03-08-67 รับรองวันที่ 23 สิงหาคม 2567 ผู้วิจัยได้ชี้แจงให้กลุ่มตัวอย่างได้ทราบถึงวัตถุประสงค์ของการวิจัย วิธีการดำเนินการวิจัย เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย และสิทธิในการเข้าร่วมโครงการวิจัยและสามารถถอนตัวได้ตลอดเวลา โดยไม่มีผลกระทบใด ๆ ต่อผลการเรียน รวมถึงแจ้งข้อมูลแก่กลุ่มตัวอย่างเกี่ยวกับข้อมูลทั้งหมดผู้วิจัยนำไปวิเคราะห์ในการศึกษาเท่านั้น ข้อมูลที่ได้จะถูกเก็บเป็นความลับและนำเสนอผลการวิจัยในภาพรวม ตลอดจนนำไปใช้ประโยชน์เพื่อการวิจัยเท่านั้น ผู้วิจัยจะเก็บรักษาข้อมูลไว้เป็นอย่างดี และทำลายข้อมูลทั้งหมดภายหลังจากเผยแพร่งานวิจัยเรียบร้อยแล้ว

ผลการวิจัย

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

กลุ่มตัวอย่างเป็นเพศหญิง ร้อยละ 89.7 และเป็นเพศชาย ร้อยละ 10.3 ภูมิลำเนาในจังหวัดสุรินทร์ ร้อยละ 63.2 และต่างจังหวัด ร้อยละ 36.8 ประเภทของโรงเรียนมัธยมมีขนาดกลาง ร้อยละ 41.9 และเกรดเฉลี่ยสะสม (GPAX) คือ เกรดเฉลี่ย 3.51 - 4.00 ร้อยละ 89.7 ดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามเพศ ภูมิลำเนา ประเภทของโรงเรียน และเกรดเฉลี่ยสะสม (GPAX) (n=136)

ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวน	ร้อยละ
เพศ		
หญิง	122	89.7
ชาย	14	10.3



ตารางที่ 1 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามเพศ ภูมิสำเนา ประเภทของโรงเรียน และเกรดเฉลี่ยสะสม (GPAX) (ต่อ)

ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวน	ร้อยละ
ภูมิสำเนา		
ในจังหวัดสุรินทร์	86	63.2
ต่างจังหวัด	50	36.8
ประเภทของโรงเรียน		
โรงเรียนขนาดเล็ก	23	16.9
โรงเรียนขนาดกลาง	57	41.9
โรงเรียนขนาดใหญ่	24	17.6
โรงเรียนขนาดใหญ่พิเศษ	32	23.5
เกรดเฉลี่ยสะสม(GPAX)		
เกรดเฉลี่ย 3.51-4.00	122	89.7
เกรดเฉลี่ย 3.01-3.50	13	9.6
เกรดเฉลี่ย 2.51-3.00	1	0.7

ส่วนที่ 2 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการแปลผลคะแนนระดับการปรับตัวของกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างมีค่าเฉลี่ยการปรับตัวโดยรวมอยู่ในระดับสูง ($\bar{X}=112.92$, S.D.=15.72) สำหรับการปรับตัวในแต่ละด้านพบว่า การปรับตัวด้านสังคม ด้านการเข้าร่วมกิจกรรมของวิทยาลัย ด้านผู้สอน ด้านสภาพแวดล้อม และด้านกลุ่มเพื่อน อยู่ในระดับสูง ส่วนการปรับตัวด้านการเรียนอยู่ในระดับปานกลาง ดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการแปลผลคะแนนระดับการปรับตัวของกลุ่มตัวอย่าง (n=136)

ตัวแปร	$\bar{X}$	S.D.	การแปลผล
การปรับตัวโดยรวม	112.92	15.72	สูง
การปรับตัวในแต่ละด้าน			
ด้านการเรียน	18.19	2.96	ปานกลาง
ด้านสังคม	20.60	3.17	สูง
ด้านการเข้าร่วมกิจกรรมของวิทยาลัย	18.94	3.62	สูง
ด้านผู้สอน	19.71	2.71	สูง
ด้านสภาพแวดล้อม	14.90	2.70	สูง
ด้านกลุ่มเพื่อน	20.58	3.08	สูง



ส่วนที่ 3 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการแปลผลคะแนนระดับความฉลาดทางอารมณ์ แรงสนับสนุนทางสังคม การเผชิญปัญหา การเห็นคุณค่าในตนเองต่อการปรับตัวของกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างมีค่าเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์ในระดับสูงกว่าปกติ ($\bar{X}=179.68$, S.D.=15.82) รองลงมาคือการเผชิญปัญหา ($\bar{X}=38.90$, S.D.=5.96) การเห็นคุณค่าในตนเอง ($\bar{X}=37.70$, S.D.=5.90) และแรงสนับสนุนทางสังคมในระดับปานกลาง ($\bar{X}=47.78$, S.D.=5.39) ตามลำดับ ดังตารางที่ 3

ตารางที่ 3 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการแปลผลระดับ ความฉลาดทางอารมณ์ แรงสนับสนุนทางสังคม การปรับตัวของนักศึกษา การเผชิญปัญหา การเห็นคุณค่าในตนเอง ของกลุ่มตัวอย่าง (n=136)

ตัวแปร	$\bar{X}$	S.D.	การแปลผล
ความฉลาดทางอารมณ์	179.68	15.82	สูงกว่าปกติ
แรงสนับสนุนทางสังคม	47.78	5.39	ปานกลาง
การเผชิญปัญหา	38.90	5.96	สูง
การเห็นคุณค่าในตนเอง	37.70	5.90	สูง

ส่วนที่ 4 ความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์ แรงสนับสนุนทางสังคม การเผชิญปัญหา การเห็นคุณค่าในตนเองต่อการปรับตัวของกลุ่มตัวอย่าง

ความฉลาดทางอารมณ์มีความสัมพันธ์ทางบวกในระดับปานกลางต่อการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาลศาสตร์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ($r=.456$) แรงสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางบวกในระดับปานกลางต่อการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาลศาสตร์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ($r=.433$) การเผชิญปัญหามีความสัมพันธ์ทางบวกในระดับสูงต่อการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาลศาสตร์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ($r=.812$) และการเห็นคุณค่าในตนเองมีความสัมพันธ์ทางบวกในระดับปานกลางต่อการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาลศาสตร์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ($r=.547$) ดังตารางที่ 4

ตารางที่ 4 แสดงค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ (r) ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์ แรงสนับสนุนทางสังคม การเผชิญปัญหา การเห็นคุณค่าในตนเอง ต่อการปรับตัวของกลุ่มตัวอย่าง (n=136)

ตัวแปร	การปรับตัว (r)	p-value
ความฉลาดทางอารมณ์	.456	.01*
แรงสนับสนุนทางสังคม	.433	.01*
การเผชิญปัญหา	.812	.01*
การเห็นคุณค่าในตนเอง	.547	.01*

*p-value<.05



อภิปรายผล

1. ระดับการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาลศาสตร์ ชั้นปีที่ 1 รุ่นที่ 37 วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สุรินทร์

ระดับการปรับตัวโดยรวมของนักศึกษาพยาบาลมีคะแนนอยู่ในระดับสูง ($\bar{X}=112.92$, $S.D.=15.72$) ซึ่งอาจเป็นผลมาจากระบบสนับสนุนที่มีประสิทธิภาพภายในวิทยาลัย โดยวิทยาลัยมีโครงการเตรียมความพร้อมสำหรับนักศึกษาใหม่ ก่อนเข้าศึกษา และมีระบบการดูแลจากอาจารย์ที่ปรึกษาในรูปแบบ "ครอบครัวกัลยาณมิตร" ซึ่งช่วยให้อาจารย์สามารถดูแลนักศึกษาได้อย่างใกล้ชิด นอกจากนี้ยังมีระบบ "พี่เถาว์" และ "พี่เทค" ที่เป็นรุ่นพี่คอยให้คำแนะนำและดูแลนักศึกษาใหม่ รวมถึงมีครูประจำชั้นที่ช่วยดูแลทั้งด้านการเรียนและการใช้ชีวิตภายในวิทยาลัย กิจกรรมเหล่านี้ช่วยเสริมสร้างสายสัมพันธ์ระหว่างรุ่นพี่รุ่นน้อง รวมถึงระหว่างอาจารย์และนักศึกษา ส่งผลให้นักศึกษาส่วนใหญ่สามารถปรับตัวได้ดี ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของยุซรอ เล้าแม, มยุรี ยิปาโล๊ะ, เชมพัทธ์ ขจรกิตติยา และคณะ (2564) และวนสนันท์ ขลิบปิ่น และมนสนันท์ หัตถศักดิ์ (2563) ที่พบว่านักศึกษาส่วนใหญ่มีการปรับตัวอยู่ในระดับสูง แต่เมื่อพิจารณารายด้านพบว่า การปรับตัวด้านการเรียนอยู่ในระดับปานกลาง ซึ่งอาจเกิดจากการเปลี่ยนแปลงของวิถีชีวิตเมื่อนักศึกษาเข้าสู่สถาบันการศึกษาใหม่ นักศึกษาต้องปรับตัวต่อการใช้ชีวิตในหอพัก รวมถึงต้องปรับตัวให้เข้ากับรูปแบบการเรียนที่แตกต่างจากระดับมัธยมศึกษา นักศึกษาต้องมีความรับผิดชอบเพิ่มมากขึ้น และต้องมีทักษะในการบริหารเวลาให้เหมาะสม ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ Karimi Mirzanezam et al (2024) พบว่าความสามารถในการรับรู้และปรับตัวต่อสภาพแวดล้อมการเรียนการสอนทางคลินิกมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับการปรับตัวทางวิชาการของนักศึกษาพยาบาล

2. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ของความฉลาดทางอารมณ์ แรงสนับสนุนทางสังคม การเผชิญปัญหา การเห็นคุณค่าในตนเอง ต่อการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาลศาสตร์ ชั้นปีที่ 1 วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สุรินทร์

ความฉลาดทางอารมณ์เป็นปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ทางบวกในระดับปานกลางต่อการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาล ความสามารถในการรับรู้ เข้าใจ และควบคุมอารมณ์ของตนเอง รวมถึงการเข้าใจผู้อื่น ช่วยให้นักศึกษาสามารถจัดการกับความเครียด ปรับตัวเข้ากับสถานการณ์ใหม่ และสร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับเพื่อนร่วมชั้นและอาจารย์ได้ดีขึ้น (Jawabreh, 2024; Tung & Rong, 2022) สอดคล้องกับงานวิจัยของ Codier et al (2019) พบว่านักศึกษาพยาบาลที่มีระดับความฉลาดทางอารมณ์สูงมีแนวโน้มที่จะมีผลการเรียนและการตัดสินใจทางคลินิกที่ดีกว่า

แรงสนับสนุนทางสังคมเป็นปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ทางบวกในระดับปานกลางต่อการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาล โดยแรงสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัว เพื่อน และอาจารย์ มีบทบาทสำคัญในการช่วยให้นักศึกษาสามารถเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงได้อย่างมั่นคง โดยเฉพาะในช่วงเปลี่ยนผ่านจากมัธยมศึกษาสู่วิชาชีพในระดับอุดมศึกษา การมีผู้ที่สามารถให้คำปรึกษาช่วยเหลือ หรือรับฟัง จะช่วยลดความวิตกกังวล ลดความรู้สึกโดดเดี่ยว เพิ่มความมั่นคงทางจิตใจ และเสริมสร้างความมั่นคงทางอารมณ์ (Reeve et al, 2021) เช่นเดียวกับการศึกษาของ Labrague et al (2018) พบว่าแรงสนับสนุนจากครอบครัว และเพื่อนมีผลอย่างมากต่อการลดภาวะความเครียดในนักศึกษาพยาบาล ซึ่งนำไปสู่การปรับตัวในเชิงบวก

การเผชิญปัญหาเป็นปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ทางบวกในระดับสูงต่อการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาล โดยเฉพาะการใช้กลยุทธ์การเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นการแก้ปัญหา (problem-focused coping) ซึ่งมีประสิทธิภาพมากกว่ากลยุทธ์



แบบหลีกเลี่ยง (avoidance coping) ในการลดความเครียดและปรับตัวเข้าสู่สิ่งแวดล้อมใหม่ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ Li et al(2022) ยืนยันว่าการเสริมสร้างทักษะการเผชิญปัญหาช่วยส่งเสริมความเป็นอยู่ทางจิตใจและสมรรถภาพการเรียนรู้ของนักศึกษา

การเห็นคุณค่าในตนเองเป็นปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ทางบวกในระดับปานกลางต่อการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาล โดยกล่าวได้ว่านักศึกษาที่มีความเชื่อมั่นและเห็นคุณค่าในตนเองจะมีแนวโน้มในการตัดสินใจอย่างมีเหตุมีผล สามารถยอมรับจุดอ่อนของตน และกล้าเผชิญกับความล้มเหลวโดยไม่ย่อท้อ การมีทัศนคติที่ดีต่อตนเอง ความเชื่อมั่นในความสามารถของตนส่งผลต่อความสามารถในการเผชิญกับปัญหาและการปรับตัว นักศึกษาที่มีระดับการเห็นคุณค่าในตนเองสูงมักจะมีแรงจูงใจในการเรียน และมีความสามารถในการเผชิญกับสถานการณ์ท้าทายได้ดี สอดคล้องกับการศึกษาของไฉไล เทียงกมล และคณะ (2564) พบว่าการเห็นคุณค่าในตนเองมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการเผชิญปัญหาของนักศึกษา ในขณะที่การศึกษาโดย Akçan & Sönmez (2020) พบว่าการเห็นคุณค่าในตนเองมีความสัมพันธ์กับระดับการปรับตัวและคุณภาพชีวิตของนักศึกษา

สรุปได้ว่า ความฉลาดทางอารมณ์ แรงสนับสนุนทางสังคม การเผชิญปัญหา และการเห็นคุณค่าในตนเอง มีความสัมพันธ์ต่อการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาลศาสตร์ ชั้นปีที่ 1 วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สุรินทร์ การพัฒนาและส่งเสริมปัจจัยเหล่านี้จะช่วยให้ นักศึกษามีความพร้อมทั้งด้านจิตใจและทักษะในการเผชิญกับความท้าทายและปรับตัวเข้าสู่สภาพแวดล้อมการเรียนรู้ใหม่ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

การนำผลการวิจัยไปใช้ประโยชน์

ผลการวิจัยครั้งนี้สามารถนำไปเป็นข้อมูลออกแบบกิจกรรมการเตรียมความพร้อมนักศึกษาใหม่ โดยให้นักศึกษาได้รับการประเมินความฉลาดทางอารมณ์ แรงสนับสนุนทางสังคม การเผชิญปัญหา และการเห็นคุณค่าในตนเอง เพื่อเป็นข้อมูลพื้นฐานในการพัฒนาเป็นรายบุคคล ให้สามารถปรับตัวในการเรียนระดับอุดมศึกษาได้ดียิ่งขึ้น ตลอดจนเป็นแนวทางให้อาจารย์ประจำชั้นหรืออาจารย์ที่ปรึกษาได้ติดตามและดูแลนักศึกษาในกำกับติดตามให้นักศึกษาสามารถใช้ชีวิตในการเรียนระดับอุดมศึกษาจนสำเร็จต่อไป

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. การศึกษาครั้งนี้กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาพยาบาลศาสตร์ ชั้นปีที่ 1 จึงควรมีการศึกษากับกลุ่มตัวอย่างนักศึกษาพยาบาลศาสตร์ในชั้นปีอื่น ๆ เพื่อใช้เป็นข้อมูลในภาพรวมของสถาบันเกี่ยวกับการปรับตัวของนักศึกษาศาสตร์แต่ละชั้นปี
2. ควรมีการศึกษาปัจจัยอื่น ๆ ที่มีความสัมพันธ์และสามารถทำนายการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาลศาสตร์ ชั้นปีที่ 1 เพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาโปรแกรมการส่งเสริมการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาลศาสตร์ ชั้นปีที่ 1 ให้มีประสิทธิภาพมากขึ้น
3. ควรศึกษาวิจัยเชิงทำนายเพื่อหาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาลศาสตร์



กิตติกรรมประกาศ

ขอขอบพระคุณ วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีสรรพสิทธิ์ คณะพยาบาลศาสตร์ สถาบันพระบรมราชชนก ที่ให้การสนับสนุนการศึกษาครั้งนี้ ตลอดจนขอขอบคุณนักศึกษาพยาบาลศาสตร์ ชั้นปีที่ 1 ที่ให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถาม ทำให้การศึกษาวิจัยครั้งนี้สำเร็จลุล่วงด้วยดี

เอกสารอ้างอิง

- กรมสุขภาพจิต (2546). แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์สำหรับผู้ใหญ่ (อายุ 18-60 ปี). กรมสุขภาพจิตกระทรวงสาธารณสุข.
- จุฑาภรณ์ ยอดเสนีย์. (2563). ปัจจัยที่ส่งผลต่อการปรับตัวของนักศึกษา คณะบริหารธุรกิจมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรี ระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 หลักสูตร 4 ปี ภาคปกติ ที่เข้าศึกษาปีการศึกษา 2563. มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรี.
- ไฉไล เทียงกมล, อารญา โถวรุ่งเรือง, เนาวนิจ พึ่งจันทร์เดช, กานดา สายวงศ์เทือก, ยุวดี แตรประสิทธิ์, กาญจนา คงมัน และคณะ. (2564). ปัจจัยทำนายพฤติกรรมการเผชิญปัญหาของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลตำรวจ. วารสารวิจัยเพื่อการส่งเสริมสุขภาพและคุณภาพชีวิต, 1(3). 1-12.
- ธเนศ แม้นอินทร์. (2564). การปรับตัวของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 สถาบันเทคโนโลยีจิตรลดา. วารสารวิชาการ มหาวิทยาลัยรัตนบัณฑิต, 16(2), 75-91.
- นิรมล สุวรรณโคตร. (2553). การปรับตัวของนิสิตระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยนเรศวร. [ปริญญาานิพนธ์ ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาการอุดมศึกษา]. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- นุชนาถ อุมดี, พวงสร้อย วรกุล, บุญโรม สุวรรณพาหุ และจิระวัฒน์ ต้นสกุล. (2565). ปัจจัยที่ส่งผลต่อการปรับตัวของนักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคในพื้นที่สามจังหวัดชายแดนใต้. วารสารมหาวิทยาลัยนราธิวาสราชนครินทร์, 14(3), 34-48.
- นันทิชา บุญละเอียด. (2554). การปรับตัวของนิสิตระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 คณะวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา. มหาวิทยาลัยบูรพา.
- เนติยา แจ่มทิม, ปุรินทร์ ศรีศัลักษณ์ และ ดารินทร์ พนาสันต์. (2566). ปัจจัยการปรับตัวที่มีความสัมพันธ์กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษาพยาบาลศาสตรบัณฑิตชั้นปี ที่ 1 วิทยาลัยพยาบาลในสังกัดคณะพยาบาลศาสตร์ สถาบันพระบรมราชชนก. วารสารวิจัยทางการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, 18(2), 140-152.
- ไพศาล แยมวงษ์. (2555). การสนับสนุนทางสังคมที่ส่งผลต่อความพึงพอใจในชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ [สารนิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการแนะแนว]. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.



เอกสารอ้างอิง

- มนต์สินี วิเศษคามินทร์. (2565). การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการเห็นคุณค่าในตนเองและการสนับสนุนทางสังคมกับการปรับตัวในการดำเนินชีวิตวิถีใหม่ของพนักงานบริษัท ฟู้ดฟิล์ม บิสซิเนส อินโนเวชั่น (ประเทศไทย) จำกัด. จิตวิทยา คณะจิตวิทยา มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต.
- ยุซรอ เล้าะแมม, มยุรี ยีปาโล๊ะ, เหมพัทธ์ ขจรกิตติยา และภาชีนา บุญลาภ. (2564). ปัจจัยที่สัมพันธ์กับการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาลศาสตร์ชั้นปีที่ 1 วิทยาลัยพยาบาลแห่งหนึ่งในจังหวัดชายแดนใต้. *วารสารวิจัยการพยาบาลและสุขภาพ*, 22(3), 135-146.
- วันสนันท์ ขลิบปิ่น และมนัสสนันท์ หัตถศักดิ์. (2563). ปัจจัยที่มีต่อความสัมพันธ์กับการปรับตัวของนักศึกษาระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 วิทยาลัยดุสิตธานี. *วารสารวิทยาลัยดุสิตธานี*, 14(3), 578-594.
- สุรียัน อันทองทิม, ภูกิจ เล้าจรรย์กุล, ศศิวิมล พงษ์พานิชพงศ์ และชลิตตาภรณ์ ดวงดีบ. (2560). การปรับตัวของนักศึกษาระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 สถาบันอุดมศึกษาภายในเขตอำเภอเมือง จังหวัดเชียงราย. *วารสารวิชาการฉบับมนุษยศาสตร์ และสังคมศาสตร์สมาคมสถาบันอุดมศึกษาเอกชนแห่งประเทศไทย*, 23(1), 18-25.
- อนุพงศ์ จันทร์จุฬา และชัยพฤติน ชำนาญ. (2559). ความเครียดและการเผชิญความเครียดของผู้ป่วยชายที่เข้ารับการบำบัดรักษาเยาเสพติดระยะฟื้นฟูสมรรถภาพโรงพยาบาลธัญญารักษ์สงขลา. กลุ่มภารกิจบริการวิชาการ โรงพยาบาลธัญญารักษ์สงขลา กรมการแพทย์ กระทรวง สาธารณสุข.
- Akçan, R., & Sönmez, M. (2020). The role of self-esteem in adjustment and quality of life in nursing education. *Journal of Psychiatric Nursing*, 11(3), 167–173. Retrieved from: <https://doi.org/10.14744/phd.2020.00017>
- Karimi Mirzanezam, A., Ghahramanian, A., Ghafourifard, M., Davoodi, A., Bagheriyeh, F., & Hajieskandar, A. (2024). Nursing students' perception of the clinical learning environment and its impact on academic adjustment: a cross-sectional descriptive study. *BMC Medical Education*, 24(1), 1543. <https://doi.org/10.1186/s12909-024-06562-0>
- Best, J. W. (1977). *Research in education* (3rd ed.). Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Codier, E., Kamikawa, C., & Kuhn, P. (2019). Emotional intelligence and self-efficacy in nursing students. *Journal of Nursing Education*, 58(5), 301-306. Retrieved from: <https://doi.org/10.3928/01484834-20190419-02>
- Jawabreh, H. A. (2024). The relationship between emotional intelligence and clinical decision-making among fourth-year nursing students. *SAGE Open Nursing*, 10, 1–8. Retrieved from: <https://doi.org/10.1177/23779608241272459>



เอกสารอ้างอิง

- Labrague, L. J., McEnroe-Petitte, D. M., & Gloe, D. S. (2018). Social support and coping strategies as predictors of perceived stress among nursing students. *Journal of Nursing Education*, 57(6), 347-352. Retrieved from: <https://doi.org/10.3928/01484834-20180522-06>
- Li, Y., Zhang, J., & Wang, L. (2022). The role of problem-solving coping strategies in enhancing psychological well-being and academic performance in nursing students. *Journal of Nursing Education and Practice*, 12(4), 45-55. Retrieved from: <https://doi.org/10.5430/jnep.v12n4p45>
- Reeve, J., Tseng, C. M., & Tseng, Y. M. (2021). How students' perceptions of support from teachers and classmates influence their academic outcomes: A meta-analytic review. *Educational Psychology Review*, 33(3), 621-639. Retrieved from: <https://doi.org/10.1007/s10648-021-09515-7>
- Southwick, S. M., Bonanno, G. A., Masten, A. S., Panter-Brick, C., & Yehuda, R. (2016). Resilience definitions, theory, and challenges: Interdisciplinary perspectives. *European Journal of Psychotraumatology*, 7(1), 293-301. Retrieved from: <https://doi.org/10.3402/ejpt.v7.29303>
- Tung, Y. T., & Rong, J. R. (2022). Exploring the mediating effect of emotional intelligence on perceived stress and interpersonal relationships among nursing students. *Journal of Professional Nursing*, 38, 57-63. Retrieved from: <https://doi.org/10.1016/j.profnurs.2021.11.009>
- Wong, M. L., & Chan, C. Y. (2020). Psychosocial adjustment and academic performance in nursing students: A longitudinal study. *Journal of Nursing Education*, 59(6), 312-319.