

ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับประสิทธิภาพการเรียนรู้ ด้านการเรียนของนักศึกษาพยาบาล

พูนสุข ช่วยทอง¹ พรพรรณ วรสีหะ² เปรมวดี คฤหเดช³ สุรางค์ เชื้อวณิชชากร⁴
วิทยาลัยพยาบาลและสุขภาพ, มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา, กรุงเทพมหานคร^{1,2,3,4}

บทคัดย่อ

การมีประสิทธิภาพด้านการเรียนรู้นำมาซึ่งการพัฒนาสติปัญญาสามารถนำไปประยุกต์ใช้ได้เหมาะสมกับทุกสถานการณ์ การวิจัยแบบสำรวจภาคตัดขวางนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาประสิทธิภาพการเรียนรู้ ด้านการเรียน และปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับประสิทธิภาพการเรียนรู้ด้านการเรียนของนักศึกษาพยาบาล กลุ่มตัวอย่างนักศึกษาพยาบาล 260 ราย ใช้วิธีการสุ่มอย่างง่ายจากนักศึกษาพยาบาลทุกชั้นปี เก็บรวบรวมข้อมูลด้วยแบบประเมินความสุข และแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น มีค่าความเชื่อมั่น ดังนี้ ประสิทธิภาพการเรียนรู้ด้านการเรียน .956 ความสุข .891 และเทคนิคการสร้างความสุข .966 วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติเชิงพรรณนา การทดสอบแบบไคสแควร์ และสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน

ผลการวิจัย พบว่า กลุ่มตัวอย่างนักศึกษาพยาบาลส่วนใหญ่ (ร้อยละ 90.0) เป็นเพศหญิง มีอายุระหว่าง 20 – 24 ปี (ร้อยละ 74.2) มีประสิทธิภาพการเรียนรู้ด้านการเรียนโดยรวมเหมาะสม ร้อยละ 48.5 ส่วนรายด้าน พบว่า เหมาะสม 2 ด้าน ได้แก่ มนุษย์สัมพันธ์ (ร้อยละ 67.3) แนวทางการปฏิบัติงาน (ร้อยละ 47.7) ความรู้ด้านวิชาการ พบระดับปานกลาง (ร้อยละ 50.4)

ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .01$) กับประสิทธิภาพการเรียนรู้ด้านการเรียนโดยรวม คือ ชั้นปีที่ศึกษา ($r = .222$) ความสุข ($r = .279$) และเทคนิคการสร้างความสุข ($r = .423$) ส่วน เพศ อายุ และค่าใช้จ่ายที่ได้รับต่อเดือนไม่มีความสัมพันธ์ทางสถิติ ($p > .05$)

คำสำคัญ : ความสุข, เทคนิคการสร้างความสุข, ประสิทธิภาพการเรียนรู้ด้านการเรียน, นักศึกษาพยาบาล

Factors Related to Learning Efficiency toward Studying Dimensions among Nursing Students

Poonsook Shuaytong¹ Ponpun Vorasiha² Premwadee Karuhadej³
Surang Cherwanitchakorn⁴

College of Nursing and Health, Suan Sunandha Rajabhat University, Bangkok^{1,2,3,4}

Abstract

Learning efficiency leads to the development of intelligence when appropriately applied in every situation. The objective of this cross-sectional survey research was to study learning efficiency toward studying dimensions and factors related to learning efficiency toward studying dimensions among nursing students. A sample of 260 nursing students from all years was drawn using a simple random method. Data were collected through happiness assessments and questionnaires created by the researcher. The reliability of questionnaires was learning efficiency toward studying dimensions =.956, happiness =.891, and techniques to build happiness =.966. The data analysis was using descriptive statistics, chi-square test, and Pearson's Product Moment Correlation Coefficient.

The study result found that most nursing students in the sampling group (90.0%) were female, aged 20–24 (74.2%). Learning efficiency toward studying dimensions as a whole was an appropriate level (48.5%). For dimensions, they were an appropriate level on two dimensions, namely human relationships (67.3%) and performance guidelines (47.7%), including academic knowledge, which was at a moderate level (50.4%).

Factors positively significant associated ($p < .01$) with learning efficiency toward studying dimensions were educational level ($r = .222$), happiness ($r = .279$), and technique to build happiness ($r = .423$). Oppositely, genders, age, and earning monthly expenses did not have statistical relation ($p > .05$).

Keywords: Happiness, Techniques to build happiness, Academic learning performance, Nursing students

บทนำ

นักศึกษาพยาบาลจำเป็นต้องมีความสามารถในการประยุกต์ใช้พื้นฐานทางการพยาบาลและทักษะในการดูแลผู้ป่วย (Sheikhaboumasoudi, Bagheri, Hossein, Ashouri, & Elahi, 2018) ประสิทธิภาพการเรียนรู้เป็นหัวใจสำคัญที่จะช่วยให้นักศึกษาพยาบาลเกิดการพัฒนาระบบการคิด เจตคติ จริยธรรม คุณธรรม การตัดสินใจ การแก้ปัญหา ความคิดสร้างสรรค์ และทักษะต่างๆรอบด้าน การกำหนดการสอนเพื่อให้เกิดประสิทธิภาพในการเรียนจึงจำเป็นต้องอาศัยทฤษฎีการเรียนรู้มาช่วย ดังเช่น ทฤษฎีอนุกรมวิธานของบลูม (Bloom, 1979) นำเสนอจุดมุ่งหมายในการเรียน 3 ด้าน คือ ด้านพุทธิพิสัย ด้านจิตพิสัย และด้านทักษะพิสัย ทฤษฎีพฤติกรรมนิยมของสกินเนอร์ที่เพิ่มแรงจูงใจให้แก่ผู้เรียน ซึ่งส่งผลให้เกิดประสิทธิภาพในการเรียนการสอนในหลักสูตรพยาบาลศาสตร์ การเปลี่ยนจุดเน้นจากการสอนเป็นการเรียนรู้ ทำให้การเรียนรู้มีความลึกซึ้งและถาวรมากขึ้น (Sheikhaboumasoudi, Bagheri, Hossein, Ashouri, & Elahi, 2018) มีพัฒนาการด้าน

ความรู้ ความสามารถอันเป็นคุณลักษณะของผู้ประกอบวิชาชีพพยาบาล ด้วยหลักสูตรการพยาบาลมีเนื้อหาทั้งภาคทฤษฎีและเน้นการฝึกปฏิบัติ เพื่อให้ผู้เรียนมีความรู้ความสามารถทั้งสองด้านนี้ตามมาตรฐานของวิชาชีพ มีคุณธรรมและจริยธรรมในการดำเนินชีวิตและประกอบวิชาชีพ มีภาวะผู้นำ (College of Nursing and Health, Suan Sunandha Rajabhat University, 2020) และสามารถนำความรู้ที่เรียนไปใช้ประโยชน์สูงสุดได้ในการให้การพยาบาลแก่ผู้ป่วย ผู้รับบริการและประชาชนในสถานการณ์จริง รวมทั้งสามารถให้คำแนะนำด้านสุขภาพได้อย่างถูกต้องเหมาะสม

การเรียนรู้ต้องมีการประมวลความรู้ทั้งภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติ ทำให้เกิดความมั่นใจ ลดความเครียด เพิ่มการรับรู้ตนเองและประเมินตนเอง (Sheikhaboumasoudi, Bagheri, Hossein, Ashouri, & Elahi, 2018) ในการออกไปปฏิบัติให้บริการสุขภาพอนามัยแก่ประชาชน และผู้รับบริการอย่างมีคุณภาพและประสิทธิภาพ ทั้งในภาวะปกติและเจ็บป่วยอย่างปลอดภัย ประสิทธิภาพการเรียนรู้เป็นความสามารถในการเชื่อมโยงความรู้กับข้อมูลที่มีอยู่ก่อนและการเพิ่มขีดความสามารถสำหรับการดำเนินการอย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งเป็นผลมาจากประสบการณ์ ความรู้ความเข้าใจทักษะและเจตคติ พร้อมนำไปประยุกต์ใช้ให้เหมาะสมกับสิ่งแวดล้อมและสถานการณ์ เพื่อบรรลุจุดมุ่งหมาย โดยประเมินจากความสามารถด้านการเรียน ประกอบด้วยความรู้ด้านวิชาการ แนวทางการปฏิบัติงาน และมนุษยสัมพันธ์

มีปัจจัยหลายอย่างที่มีอิทธิพลต่อผลการเรียนทั้งในทางบวกหรือทางลบ จากผลการวิจัยส่วนใหญ่ชี้ให้เห็นว่าแรงจูงใจทางวิชาการเป็นปัจจัยและองค์ประกอบพื้นฐานที่สำคัญในการเรียนรู้ (Ebenywa-Okoh, 2010) แรงจูงใจทางวิชาการของนักศึกษาพยาบาลเป็นแนวคิดที่กว้างและหลายมิติ ซึ่งได้รับผลกระทบจากปัจจัยส่วนบุคคล ครอบครัว สังคม การศึกษา และวิชาชีพต่าง ๆ นอกจากนี้ยังเป็นปัจจัยในการประสบความสำเร็จทางวิชาการ คุณภาพการเรียนรู้ที่ดีขึ้น ความคิดสร้างสรรค์ ความพึงพอใจทางวิชาการ การลดความวิตกกังวลต่อการศึกษา (Rafi, Maryam, & Parvizi, 2019) บุคคลควรจะต้องมีการเรียนรู้และพัฒนาตนเอง เพราะเป็นกระบวนการที่เกิดขึ้นกับมนุษย์ทุกคนตลอดชีวิต เพื่อเพิ่มศักยภาพให้ตนเองมีพัฒนาการ

การเรียนรู้สามารถหาได้จากทุกแหล่งข้อมูลและทุกสภาพการณ์ หลักในการเรียนรู้เน้น เริ่มต้นด้วยการสำรวจ พิจารณา วิเคราะห์และนำมาสู่การพัฒนาอย่างมีประสิทธิภาพ ประสิทธิภาพการเรียนรู้เกี่ยวข้องกับตัวผู้เรียน ผู้สอน สื่อการเรียนรู้ และสิ่งแวดล้อม ซึ่งตัวผู้เรียนสำคัญที่สุด ในการเพิ่มประสิทธิภาพการเรียนรู้ โดยมีปัจจัยส่วนบุคคลมาเสริมให้เพิ่มประสิทธิภาพในตนเอง การเรียนรู้เป็นกระบวนการตลอดชีวิต มิใช่กระบวนการที่ยุติลงเมื่อบรรลุถึงระดับใดระดับหนึ่งของความสำเร็จ ถ้าคนรู้ในสิ่งที่ควรรู้หมดแล้ว ก็คงยากที่จะมีความคิดสร้างสรรค์ได้อีก ในการเรียนการสอนนั้นเป็นการแลกเปลี่ยนกันระหว่างผู้เรียนกับผู้สอน ผู้สอนมีความรู้ที่ผู้เรียนอาจจะยังไม่มี และผู้เรียนก็พร้อมที่จะรับฟังแลกเปลี่ยนเรียนรู้จากผู้สอน เพราะยังมีประสบการณ์และความรู้ไม่เท่ากับผู้สอน ผู้สอนไม่ควรคิดว่าตนรู้หมดแล้ว และควรเปิดโอกาสให้ตนเองมีโอกาสสร้างสรรค์ โดยการเรียนรู้จากผู้เรียนไปพร้อม ๆ กับการสอน (UNESCO Asia-Pacific Education Thematic Brief, 2017)

ไม่สามารถปฏิเสธได้ว่าการศึกษานำไปสู่ความสุขและยังเป็นแหล่งแห่งความสุขในตัวเองดังนั้น ผู้เรียนสามารถที่จะเรียนรู้อย่างมีความสุขและมีความสุขที่ได้เรียนรู้ (Shunhashavee, 2002) การศึกษาเป็น ปัจจัยสำคัญในชีวิตของเรา ดังนั้น การเพิ่มความสุขระหว่างเรียนจึงทำให้ความสามารถในการเรียนรู้เพิ่ม (Al-Ani, 2019) ความสุขจะคอยเอื้อประโยชน์ ในการเป็นตัวกระตุ้นให้เกิดความสนใจ เป็นสิ่งเสริมแรงทางบวกที่สำคัญ ทำให้บุคคลสามารถมีความมานะอดทนในการเรียนรู้ มุ่งประเด็นให้งานต่าง ๆ สำเร็จตามวัตถุประสงค์ และเวลาที่กำหนดไว้ ความสุขเป็นตัวกระตุ้นเสริมสร้างพลังอำนาจให้มีความสามารถในการรอกงามทาง ความคิด คิดริเริ่มสร้างสรรค์ มุ่งมั่นและสามารถฟันฝ่าอุปสรรคต่าง ๆ ไปได้ (Kraithaworn & Kittipimpanon, 2014) จากการศึกษาในประเทศไทยพบว่า ความรู้สึกว่าเป็นส่วนหนึ่งของสถาบันมีความสัมพันธ์ทางบวกกับ ความสุขในการเรียน และการมีสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการเรียนการสอนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ความสุขในการเรียนมีความสัมพันธ์ทางบวกกับผลสัมฤทธิ์ทางการศึกษา และการมีสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการเรียนการสอนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (Kraithaworn & Kittipimpanon, 2014) ทั้งปัจจุบันขณะที่กำลังศึกษา และในอนาคตภายหลังจากสำเร็จการศึกษา ในการฝึกปฏิบัติงานนักศึกษาพยาบาลนอกจากจะเสี่ยงต่อการติดเชื้อแล้วยังจะต้องปฏิบัติงานร่วมกับบุคคลากรหลากหลายวิชาชีพ ตลอดจนการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้ป่วยและญาติ จึงมีความจำเป็นที่จะต้องมีการเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพ มีทักษะในการปฏิบัติงาน มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี

ด้วยเหตุนี้ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาเรื่อง ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับประสิทธิภาพการเรียนรู้ด้านการเรียนของนักศึกษาพยาบาล จากการศึกษา พบว่า มีการศึกษาเรื่องนี้ในประเทศไทยน้อยมาก และไม่พบ การศึกษาในนักศึกษาพยาบาล เพื่อใช้ประโยชน์ในการบริหารจัดการส่งเสริมประสิทธิภาพการเรียนรู้ด้านการเรียนให้นักศึกษาพยาบาลในสถาบันการศึกษา โดยมีคำถามวิจัยว่าประสิทธิภาพการเรียนรู้ด้านการเรียนของ นักศึกษาพยาบาลเป็นอย่างไร และมีปัจจัยอะไรบ้างที่เกี่ยวข้อง

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับประสิทธิภาพการเรียนรู้ด้านการเรียนของนักศึกษาพยาบาล

ระเบียบวิธีวิจัย

รูปแบบการวิจัย การวิจัยแบบสำรวจภาคตัดขวาง (Cross-sectional survey research)

ประชากร นักศึกษาพยาบาลทุกชั้นปีที่กำลังเรียนอยู่ในปีการศึกษา 2562 จำนวน 479 ราย

กลุ่มตัวอย่าง นักศึกษาพยาบาล จำนวน 260 ราย ได้จากการสุ่มอย่างง่ายจากนักศึกษาทุกชั้นปีใน สัดส่วนที่เท่ากัน ชั้นปีละ 65 ราย ดังตารางที่ 1 และเข้าร่วมโครงการวิจัยตามความสมัครใจ โดยคำนึงถึง จริยธรรมการทำวิจัยและพิทักษ์สิทธิ์ของกลุ่มตัวอย่าง ใช้เกณฑ์การคัดผู้ยินยอมตนให้ทำการวิจัยเข้าร่วม โครงการ (Inclusion Criteria) ดังนี้ คือ สมัครใจเข้าร่วมโครงการวิจัย โดยได้รับการบอกกล่าวอย่างเต็มใจ และลงลายมือชื่อยินยอมเป็นลายลักษณ์อักษร

ขนาดตัวอย่าง กลุ่มตัวอย่างนักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตร์ ชั้นปีที่ 1-4 คำนวณหาขนาดตัวอย่างด้วยตารางสำเร็จรูปของ เครซีและมอร์แกน (Pasunon, 2014) ได้ขนาดตัวอย่าง 214 คน โดยเพิ่มจำนวนกลุ่มตัวอย่าง 20 เปอร์เซ็นต์ เพื่อป้องกันการสูญหายของข้อมูล ได้กลุ่มตัวอย่างทั้งสิ้น 260 คน และแบ่งสัดส่วนของนักศึกษาพยาบาลแต่ละชั้นปีเท่ากัน คือ 65 คนต่อชั้นปี เนื่องจากนักศึกษาแต่ละชั้นปีมีจำนวนเท่ากัน

การสุ่มตัวอย่าง ใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างอย่างง่าย (Simple random sampling technique) โดยการจับฉลากแบบไม่คืนที่จากรายชื่อนักศึกษาพยาบาลในชั้นปีที่ 1-4

เครื่องมือวิจัย

แบบสอบถาม ประกอบด้วย 4 ส่วน

ส่วนที่ 1 แบบสอบถาม ข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคล ประกอบด้วย เพศ อายุ ชั้นปีที่ศึกษา ค่าใช้จ่ายที่ได้รับต่อเดือน และ ความพอเพียงของค่าใช้จ่ายที่ได้รับต่อเดือน

ส่วนที่ 2 แบบประเมินความสุข นำมาจากแบบสอบถามที่พูนสุข ช่วยทอง และคณะ (Shuaytong, Suphan, Sirimongkhon, Karuhadej, & Cherwanitchakorn, 2014) ใช้ในการศึกษาเรื่องปัจจัยด้านบุคคล ครอบครัวและสังคมที่มีความสัมพันธ์กับความสุขของผู้สูงอายุในจังหวัดศรีสะเกษ ได้แก่ แบบประเมินความสุขของ Oxford (ค่าความเชื่อมั่น .891) มีรายละเอียดของแบบวัด ดังนี้ ความสุข 30 ข้อ (ร่างกาย อารมณ์ สังคม สติปัญญา และจิตวิญญาณ) ประกอบด้วยข้อความเชิงบวก 18 ข้อ เชิงลบ 12 ข้อ เป็นมาตรวัดประเมินค่ามี 6 ระดับ (Rating scale) มีค่าพิสัย (Range) ช่วงคะแนนของแบบวัดเท่ากับ 30 – 180 เกณฑ์การแปลผลคะแนน นำคะแนนรวมทั้งฉบับ 180 ทหารด้วย 30 มีค่าพิสัย (Range) เท่ากับ 1- 6 คะแนน แบ่งออกเป็น 7 ระดับ ดังนี้ (1) 1 – 2 คะแนน ไม่มีความสุข (2) 2 – 3 คะแนน ค่อนข้างไม่มีความสุข (3) 3 – 4 คะแนน ไม่ระบุเจาะจงว่ามีความสุขหรือไม่มีความสุข (4) 4 คะแนน มีความสุขระดับปานกลาง (5) 4 – 5 คะแนน ค่อนข้างมีความสุข (6) 5 – 6 คะแนน มีความสุขมาก (7) 6 คะแนน มีความสุขอย่างยิ่ง

ส่วนที่ 3 เทคนิคการสร้างความสุข เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น นำเนื้อหาจากแนวคิดการสร้างสุขด้วยจิตวิทยาเชิงบวกของ เกสร มุ้ยจิ้น (Muijeen, 2016) ประกอบด้วย การดูแลสุขภาพร่างกาย การดูแลสุขภาพจิต การปรับความคิดของตนเอง และการกำหนดเป้าหมายในชีวิต เป็นแบบสอบถามชนิดมาตราส่วน (Rating Scale) 4 ระดับ เป็นข้อคำถามแบบเลือกตอบ จำนวน 22 ข้อ มีเกณฑ์การให้คะแนน ดังนี้ ปฏิบัติเป็นประจำ ปฏิบัติบ่อยครั้ง ปฏิบัตินานๆครั้ง และไม่เคยปฏิบัติ คะแนนเท่ากับ 4, 3, 2, และ 1 ตามลำดับ คะแนนรวมทั้งฉบับเท่ากับ 88 คะแนน มีค่าพิสัย (Range) ช่วงคะแนนของแบบวัด เท่ากับ 21 – 88 คะแนน เกณฑ์การแปลผลคะแนน แบ่งออกเป็น 3 ระดับ โดยอิงเกณฑ์ของ (Bloom, 1979) ดังนี้ เหมาะสม (คะแนน \geq ร้อยละ 80) ปานกลาง (คะแนน = ร้อยละ 60-79) ไม่เหมาะสม (คะแนน \leq ร้อยละ 59) คะแนนมาก แสดงว่า มีเทคนิคการสร้างความสุขมาก

ส่วนที่ 4 ประสิทธิภาพการเรียนรู้ด้านการเรียน ประกอบด้วย ความรู้ด้านวิชาการ แนวทางการปฏิบัติงาน และมนุษยสัมพันธ์เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นนำเนื้อหาจากการศึกษา เรื่อง การประเมินประสิทธิภาพการฝึกงานของนักศึกษาคณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

วิทยาเขตปัตตานี ของบุญเลิศ จันทรไสย์ และพรธณี เจริญธนวิธ (Junsai & Chareontanawit, 2010) เป็นแบบสอบถามชนิดมาตราส่วน (Rating Scale) 5 ระดับ เป็นข้อคำถามแบบเลือกตอบ จำนวน 21 ข้อ มีเกณฑ์การให้คะแนน ดังนี้ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย และน้อยที่สุด คะแนนเท่ากับ 5, 4, 3, 2, และ 1 ตามลำดับ คะแนนรวมทั้งฉบับ เท่ากับ 105 คะแนน มีค่าพิสัย (Range) ช่วงคะแนนของแบบวัด เท่ากับ 21-105 คะแนน เกณฑ์การแปลผลคะแนน แบ่งออกเป็น 3 ระดับ โดยอิงเกณฑ์ของ (Bloom, 1979) ดังนี้ เหมาะสม (คะแนน \geq ร้อยละ 80) ปานกลาง (คะแนน=ร้อยละ 60-79) ไม่เหมาะสม (คะแนน \leq ร้อยละ 59) คะแนนมาก แสดงว่ามีประสิทธิภาพการเรียนรู้ด้านการเรียนมาก

ความเชื่อถือได้ของเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ผู้วิจัยนำแบบสอบถามไปตรวจสอบความถูกต้องของภาษาและความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content validity) โดยผู้ทรงคุณวุฒิทางการศึกษาจำนวน 3 ท่าน มีดัชนีความตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity Index: CVI) ของแบบประเมินความสุข แบบสอบถามเทคนิคการสร้างความสุข และแบบสอบถามประสิทธิภาพการเรียนรู้ด้านการเรียน เท่ากับ .97, .91, และ .90 ตามลำดับ มาทดลองใช้กับกลุ่มนักศึกษาพยาบาลที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างที่จะศึกษา จำนวน 30 คน และวิเคราะห์ความเชื่อมั่น (Reliability) โดยวิธีวิเคราะห์หาสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาค (Cronbach's alpha Coefficient) ได้ค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือ

เครื่องมือ (คะแนน)	ความเชื่อมั่น (Reliability)
- ความสุข (30 ข้อ) (1-180 คะแนน)	.891
- เทคนิคการสร้างความสุข (21 ข้อ) (21 - 84 คะแนน)	.966
- ประสิทธิภาพการเรียนรู้ด้านการเรียนรู้ (21 ข้อ) (21-105 คะแนน)	.956

การรวบรวมข้อมูล

1. หลังจากที่ได้รับ การอนุมัติจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในคนจากมหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา และได้รับอนุญาตเก็บรวบรวมข้อมูลจาก คณบดีวิทยาลัยพยาบาลและสุขภาพ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา

2. ผู้วิจัยเข้าพบนักศึกษาพยาบาลเพื่อให้ข้อมูล อธิบายวัตถุประสงค์ และรายละเอียดในการทำวิจัย พร้อมให้รายละเอียดเกี่ยวกับการเข้าร่วมและสามารถถอนตัวไม่เข้าร่วมวิจัยได้ตลอดเวลา โดยให้นักศึกษาพยาบาลลงนามยินยอมเข้าร่วมวิจัย ก่อนการเก็บรวบรวมข้อมูล

3. คณะผู้วิจัยดำเนินการเก็บข้อมูลด้วยตนเองในเดือนมกราคม 2562 ผู้วิจัยอธิบายชี้แจงในการตอบแบบสอบถามทั้งหมดและให้กลุ่มตัวอย่างตอบแบบสอบถามอย่างอิสระตามความสมัครใจ โดยแจกแบบสอบถามให้นักศึกษาพยาบาลตามที่อยู่ได้ในแต่ละชั้นปีด้วยวิธีการสุ่มตัวอย่างอย่างง่าย ให้นักศึกษาพยาบาลทำแบบสอบถามรอบละ 1 ชั้นปีจนครบ 4 ชั้นปี และรอรับแบบสอบถามกลับคืนทันที เมื่อนักศึกษา

พยาบาลทำแบบสอบถามเสร็จให้นำแบบสอบถามบรรจุใส่ซองและหย่อนใส่ในกล่องที่บิที่เตรียมไว้หน้าห้อง ใช้เวลาตอบแบบสอบถามคนละประมาณ 30 นาที

การพิทักษ์สิทธิ์ของกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างเข้าร่วมการวิจัยตามความสมัครใจโดยคำนึงถึงจริยธรรมการทำวิจัย และพิทักษ์สิทธิ์ สอบถามความยินยอมด้วยความสมัครใจให้ลงนาม การเก็บข้อมูลเป็นความลับและการนำเสนอผลการวิจัยในภาพรวม การวิจัยนี้ผ่านการรับรองจริยธรรมการวิจัย จากคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ของมหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา เลขที่รับรองจริยธรรมการทำวิจัย COA. 2- 068/2018 เมื่อวันที่ 1 ธันวาคม 2561

การวิเคราะห์ข้อมูล

วิเคราะห์หาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าสูงสุด ค่าต่ำสุด และทดสอบความสัมพันธ์โดยใช้การทดสอบไคสแควร์ สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน ข้อมูลที่ทดสอบมีการกระจายแบบโค้งปกติ

ผลการวิจัย

- ปัจจัยส่วนบุคคล จากตารางที่ 2 พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง มีอายุระหว่าง 20– 24 ปี (ร้อยละ 90.0 และ ร้อยละ 74.2 ตามลำดับ) มีรายรับต่อเดือน มากกว่า 9,000 บาท/เดือน (ร้อยละ 44.7) ส่วนใหญ่มีความเพียงพอของค่าใช้จ่ายพอใช้ โดยพอใช้แต่ไม่เหลือเก็บร้อยละ 61.5 และพอใช้มีเหลือเก็บร้อยละ 31.6

ตารางที่ 2 จำนวน และร้อยละของกลุ่มตัวอย่างนักศึกษาพยาบาลจำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล (n=260)

ปัจจัยส่วนบุคคล	จำนวน (คน)	ร้อยละ
เพศ		
ชาย	26	10.0
หญิง	234	90.0
อายุ (ปี)		
18 – 19	64	24.6
20 – 24	193	74.2
25 – 29	3	1.2
\bar{X} = 20.7, S. D. = 1.42, Max = 28, Min = 18.06		
ค่าใช้จ่ายที่ได้รับ (บาท: เดือน)		
1,000 – 3,000	6	2.3
3,001 – 6,000	53	20.4
6,001 – 9,000	77	29.6

> 9,000	124	44.7
$\bar{X} = 9271.2, S. D. = 3522.20, \text{Max} = 15000, \text{Min} = 1000$		
ความพอใจของค่าใช้จ่ายต่อเดือน		
พอใจและมีเหลือเก็บ	82	31.6
พอใจแต่ไม่เหลือเก็บ	160	61.5
ไม่พอใจแต่ไม่มีหนี้สิน	14	5.4
ไม่พอใจและมีหนี้สิน	4	1.5

- ความสุข พบว่า กลุ่มตัวอย่างนักศึกษาพยาบาล ไม่ระบุเจาะจงว่ามีความสุขหรือไม่มีความสุข ร้อยละ 48.8 รองลงมาค่อนข้างมีความสุข ร้อยละ 47.7 และค่อนข้างไม่มีความสุขร้อยละ 2.3 ตามลำดับ ที่เหลือมีความสุขมากเพียงร้อยละ 1.2 เท่านั้น (ตารางที่ 3)

- เทคนิคการสร้างความสุข พบว่า เทคนิคการสร้างความสุขโดยรวม ไม่เหมาะสม ร้อยละ 70.4 เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า ด้านที่มีเทคนิคการสร้างความสุข ไม่เหมาะสม ได้แก่ การดูแลสุขภาพร่างกาย และการดูแลด้านสุขภาพจิต คิดเป็น ร้อยละ 70.4 และร้อยละ 56.5 ตามลำดับ ในขณะที่การปรับความคิดของตนเอง และการกำหนดเป้าหมายในชีวิตปานกลาง คิดเป็น ร้อยละ 49.6 และร้อยละ 38.1 ตามลำดับ ดังตารางที่ 4

- ประสิทธิภาพการเรียนรู้ด้านการเรียนโดยรวมและรายด้าน พบว่า กลุ่มตัวอย่าง มีประสิทธิภาพการเรียนรู้ด้านการเรียนโดยรวมเหมาะสม ร้อยละ 48.5 และเมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า เหมาะสม 2 ด้าน ได้แก่ มนุษยสัมพันธ์ (ร้อยละ 67.3) และแนวทางการปฏิบัติงาน (ร้อยละ 47.7) ส่วนความรู้ด้านวิชาการ พบว่าปานกลาง (ร้อยละ 50.4) ดังตารางที่ 5

ตารางที่ 3 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างนักศึกษาพยาบาลจำแนกตามระดับความสุข (n=260)

ความสุขระดับที่	ความหมาย	จำนวน	ร้อยละ
1	1-2 ไม่มีความสุข	0	0.0
2	2-3 ค่อนข้างไม่มีความสุข	6	2.3
3	3-4 ไม่ระบุเจาะจงว่ามีความสุขหรือไม่มีความสุข	127	48.8
4	4-5 ค่อนข้างมีความสุข	124	47.7
5	5-6 มีความสุขมาก	3	1.2
6	6 มีความสุขอย่างยิ่ง	0	0.0

$\bar{X} = 4.45, S. D. = .541, \text{Max} = 6, \text{Min} = 3$

ตารางที่ 4 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างนักศึกษาพยาบาลจำแนกตามเทคนิคการสร้างความสุขโดยรวม และรายด้าน (n=260)

เทคนิคการสร้างความสุข (คะแนน)	จำนวน (คน)	ร้อยละ
เทคนิคการสร้างความสุขโดยรวม		
เหมาะสม (≥ ร้อยละ 80)	11	4.2
ปานกลาง (ร้อยละ 60-79)	66	25.4
ไม่เหมาะสม (≤ ร้อยละ 59)	183	70.4
การดูแลสุขภาพร่างกาย		
เหมาะสม (≥ ร้อยละ 80)	11	4.2
ปานกลาง (ร้อยละ 60-79)	66	25.4
ไม่เหมาะสม (≤ ร้อยละ 59)	183	70.4
การดูแลด้านสุขภาพจิต		
เหมาะสม (≥ ร้อยละ 80)	9	3.5
ปานกลาง (ร้อยละ 60-79)	104	40.0
ไม่เหมาะสม (≤ ร้อยละ 59)	147	56.5
การปรับความคิดของตนเอง		
เหมาะสม (≥ ร้อยละ 80)	10	3.8
ปานกลาง (ร้อยละ 60-79)	129	49.6
ไม่เหมาะสม (≤ ร้อยละ 59)	121	46.6
การกำหนดเป้าหมายในชีวิต		
เหมาะสม (≥ ร้อยละ 80)	75	28.8
ปานกลาง (ร้อยละ 60-79)	99	38.1
ไม่เหมาะสม (≤ ร้อยละ 59)	86	33.1

ตารางที่ 5 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างนักศึกษาพยาบาลจำแนกตามประสิทธิภาพการเรียนรู้ ด้านการเรียนโดยรวม และรายด้าน (n=260)

ประสิทธิภาพการเรียนรู้ด้านการเรียน (คะแนน)	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ประสิทธิภาพการเรียนรู้ด้านการเรียนโดยรวม		
เหมาะสม (≥ ร้อยละ 80)	126	48.5
ปานกลาง (ร้อยละ 60-79)	109	41.9
ไม่เหมาะสม (≤ ร้อยละ 59)	25	9.6
ความรู้ด้านวิชาการ		
เหมาะสม (≥ ร้อยละ 80)	103	39.6

ปานกลาง (ร้อยละ 60-79)	131	50.4
ไม่เหมาะสม (\leq ร้อยละ 59)	26	10.0
แนวทางการปฏิบัติงาน		
เหมาะสม (\geq ร้อยละ 80)	124	47.7
ปานกลาง (ร้อยละ 60-79)	107	41.2
ไม่เหมาะสม (\leq ร้อยละ 59)	29	11.1
มนุษยสัมพันธ์		
เหมาะสม (\geq ร้อยละ 80)	175	67.3
ปานกลาง (ร้อยละ 60-79)	61	23.5
ไม่เหมาะสม (\leq ร้อยละ 59)	24	9.2

ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยที่ศึกษากับประสิทธิภาพการเรียนรู้ด้านการเรียน

ประสิทธิภาพการเรียนรู้ด้านการเรียนโดยรวม จากตารางที่ 6 และ 10 พบว่า ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .01$) ได้แก่ ชั้นปีที่ศึกษา ($r = .222$) ความสุข ($r = .279$) และเทคนิคการสร้างความสุข ($r = .423$) ส่วน เพศ อายุ และค่าใช้จ่ายที่ได้รับต่อเดือนไม่มีความสัมพันธ์ทางสถิติ ($p > .05$)

ความรู้ด้านวิชาการ จากตารางที่ 7 และ 10 พบว่า ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับความรู้ด้านวิชาการ ได้แก่ อายุ ($r = .135$, $p < .05$) ชั้นปีที่ศึกษา ($r = .158$, $p < .05$) ความสุข ($r = .174$, $p < .01$) และ เทคนิคการสร้างความสุข ($r = .380$, $p < .01$) ส่วน เพศ และค่าใช้จ่ายที่ได้รับต่อเดือน ไม่มีความสัมพันธ์ทางสถิติ ($p > .05$)

แนวทางการปฏิบัติงาน จากตารางที่ 8 และ 10 พบว่า ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .01$) กับแนวทางการปฏิบัติงาน ได้แก่ อายุ ($r = .161$) ชั้นปีที่ศึกษา ($r = .239$) ความสุข ($r = .260$) และเทคนิคการสร้างความสุข ($r = .426$) ส่วน เพศ และค่าใช้จ่ายที่ได้รับต่อเดือน ไม่มีความสัมพันธ์ทางสถิติ ($p > .05$)

มนุษยสัมพันธ์ จากตารางที่ 9 พบว่า เพศมีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .01$) และ ตารางที่ 10 พบว่า ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .01$) กับมนุษยสัมพันธ์ ได้แก่ ชั้นปีที่ศึกษา ($r = .221$) ความสุข ($r = .239$) และเทคนิคการสร้างความสุข ($r = .337$) ส่วน อายุ และค่าใช้จ่ายที่ได้รับต่อเดือนไม่มีความสัมพันธ์ทางสถิติ ($p > .05$)

ตารางที่ 6 ทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างเพศกับประสิทธิภาพการเรียนรู้ด้านการเรียนโดยรวมของกลุ่มตัวอย่างนักศึกษาพยาบาลโดยใช้การทดสอบไคสแควร์ (n=260)

เพศ	ประสิทธิภาพการเรียนรู้ด้านการเรียนโดยรวม						χ^2	df	p-value
	เหมาะสม		ปานกลาง		ไม่เหมาะสม				
	n=126	ร้อยละ	n=109	ร้อยละ	n=25	ร้อยละ			
							1.687	2	.430
ชาย	10	38.5	14	53.8	2	7.7			
หญิง	116	49.6	95	40.6	23	9.38			

ตารางที่ 7 ทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างเพศกับความรู้ด้านวิชาการของกลุ่มตัวอย่างนักศึกษาพยาบาลโดยใช้การทดสอบไคสแควร์ (n=260)

เพศ	ความรู้ด้านวิชาการ						χ^2	df	p-value
	เหมาะสม		ปานกลาง		ไม่เหมาะสม				
	n=103	ร้อยละ	n=131	ร้อยละ	n=26	ร้อยละ			
							2.619	2	.270
ชาย	7	26.9	17	65.4	2	7.7			
หญิง	96	41.0	114	48.7	24	10.3			

ตารางที่ 8 ทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างเพศกับแนวทางการปฏิบัติงานของกลุ่มตัวอย่างนักศึกษาพยาบาลโดยใช้การทดสอบไคสแควร์ (n=260)

เพศ	แนวทางการปฏิบัติงาน						χ^2	df	p-value
	เหมาะสม		ปานกลาง		ไม่เหมาะสม				
	n=124	ร้อยละ	n=107	ร้อยละ	n=29	ร้อยละ			
							3.266	2	.195
ชาย	9	34.6	15	57.7	2	7.7			
หญิง	115	49.2	92	39.3	27	11.5			

ตารางที่ 9 ทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างเพศกับมนุษยสัมพันธ์ของกลุ่มตัวอย่างนักศึกษาพยาบาลโดยใช้การทดสอบไคสแควร์ (n=260)

เพศ	ด้านมนุษยสัมพันธ์						χ^2	df	p-value
	เหมาะสม		ปานกลาง		ไม่เหมาะสม				
	n=175	ร้อยละ	n=61	ร้อยละ	n=24	ร้อยละ			
							11.429	2	.003**
ชาย	11	42.3	13	50.0	2	7.7			
หญิง	164	70.1	48	20.5	22	9.4			

**p<.01

ตารางที่ 10 ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยที่ศึกษากับประสิทธิภาพการเรียนรู้ด้านการเรียนโดยรวม และรายด้านของกลุ่มตัวอย่างนักศึกษาพยาบาล โดยใช้ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สัน (n=260)

ปัจจัยที่ศึกษา	ประสิทธิภาพการเรียนรู้ด้านการเรียน							
	โดยรวม		ความรู้ด้านวิชาการ		ด้านแนวทางการปฏิบัติงาน		ด้านมนุษยสัมพันธ์	
	r	p-value	r	p-value	r	p-value	r	p-value
อายุ	.100	.106	.135	.030*	.161	.009**	.100	.106
ชั้นปีที่ศึกษา	.222	.000**	.158	.011**	.239	.000**	.221	.000**
ค่าใช้จ่ายที่ได้รับต่อเดือน	-.006	.919	.039	.530	.057	.363	.067	.279
ความสุข	.279	.000**	.174	.005**	.260	.000**	.239	.000**
เทคนิคการสร้างความสุข	.423	.000**	.380	.000**	.426	.000**	.337	.000**

**p <.01, *p <.05

สรุปและอภิปรายผล

- ประสิทธิภาพการเรียนรู้ด้านการเรียน จากผลการศึกษา สรุปได้ว่า กลุ่มตัวอย่างนักศึกษาพยาบาลมีไม่ถึงครึ่งหนึ่ง (ร้อยละ 48.5) ที่มีประสิทธิภาพการเรียนรู้ด้านการเรียนโดยรวมเหมาะสม และเมื่อพิจารณารายด้านนั้น ด้านที่เหมาะสมที่สุด ได้แก่ มนุษยสัมพันธ์ โดยมีเพียงสองในสาม (ร้อยละ 67.3) ของกลุ่มตัวอย่างนักศึกษาพยาบาลเท่านั้น รองลงมา คือ ด้านแนวทางการปฏิบัติงาน ซึ่งมีไม่ถึงครึ่งหนึ่ง (ร้อยละ 47.7) ส่วนที่เหลืออีกหนึ่งด้าน คือ ความรู้ด้านวิชาการนั้น พบว่า ครึ่งหนึ่ง (ร้อยละ 50.4) อยู่ในระดับปานกลาง ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาเรื่อง การประเมินประสิทธิภาพการฝึกงานของนักศึกษาคณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี ที่พบว่ากลุ่มตัวอย่างนักศึกษาประเมินตนเองว่าทักษะด้านความรู้ด้านวิชาการโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง (Junsai & Chareontanawit, 2010) สำหรับ

การศึกษาครั้งนี้พบว่า มีเพียงประมาณร้อยละ 10 เท่านั้นของประสิทธิภาพการเรียนรู้ด้านการเรียนโดยรวม และทั้ง 3 รายด้านที่ไม่เหมาะสม จากข้อมูลดังกล่าวข้างต้นสะท้อน ว่าเมื่อก้าวถึงลักษณะของประสิทธิภาพการเรียนรู้ ส่วนหนึ่งหมายถึง มีความสามารถในการเชื่อมโยงความรู้กับข้อมูลที่มีอยู่ก่อน และการเพิ่มขีดความสามารถสำหรับการดำเนินการอย่างมีประสิทธิภาพ โดยการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมอย่างถาวร ซึ่งเป็นผลมาจากประสบการณ์ความรู้ ความเข้าใจ ทักษะ และเจตคติ แล้วนำไปประยุกต์ใช้ให้เหมาะสมกับสิ่งแวดล้อมและสถานการณ์เพื่อบรรลุจุดมุ่งหมาย (Vageethongrattana, 2005)

กลุ่มตัวอย่างนักศึกษาพยาบาลแต่ละชั้นปีจะต้องพัฒนาการปรับตัวให้เข้ากับระบบการเรียนรู้อาพยาบาลศาสตร์ ดังที่ วิภาดา คุณาวิกติกุล กล่าวไว้ว่า มีความจำเป็นต้องการผลิตพยาบาลให้มีความสามารถหลากหลาย ทั้งการคิดวิเคราะห์ ทักษะในการแก้ไขปัญหา การติดต่อสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ และการมีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ ฉะนั้นวิธีการจัดการเรียนการสอนในหลักสูตรพยาบาลศาสตร์ จึงมุ่งเน้นทั้งเนื้อหาสาระวิชาการรอบด้านที่ทันสมัยทั้งภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติ ทั้งในสถานการณ์จำลองและสถานการณ์จริง เพื่อให้เกิดประสบการณ์เรียนรู้ที่มีคุณค่าต่อผู้เรียน สามารถเชื่อมโยงกับสภาพการณ์จริงให้สามารถปฏิบัติงานพยาบาลได้อย่างมีประสิทธิภาพและประสิทธิผล (Kunaviktikul, 2015) ทั้งนี้ในการปรับตัวเพื่อการเรียนรู้ที่เหมาะสมนั้น ก็น่าจะค่อยเป็นค่อยไปตามลำดับชั้นปี เมื่อพิจารณาจากข้อมูลร้อยละเปรียบเทียบระหว่างชั้นปีพบว่า มีเพียงกลุ่มตัวอย่างนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 เท่านั้น ที่มีประสิทธิภาพการเรียนรู้ด้านการเรียนโดยรวมอยู่ในระดับไม่เหมาะสม ซึ่งพบสูงถึงสองในห้า (ร้อยละ 38.5) ในขณะที่เหมาะสมนั้น เมื่อเปรียบเทียบกับระหว่างชั้นปีก็พบว่า มีร้อยละน้อยที่สุด (ร้อยละ 33.8)

ผลการทดสอบทางสถิติความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยที่ศึกษากับประสิทธิภาพการเรียนรู้ด้านการเรียน

- ความสุข ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับประสิทธิภาพการเรียนรู้ด้านการเรียนโดยรวม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ได้แก่ ความสุข ($r=.279$) หมายความว่า กลุ่มตัวอย่างมีความสุขมาก มีประสิทธิภาพการเรียนรู้ความสามารถด้านการเรียนโดยรวมสูง โดยมีค่าความสัมพันธ์ในระดับต่ำ กล่าวคือบุคคลหรือกลุ่มตัวอย่างนักศึกษาพยาบาลที่มีความสุขช่วงขณะนั้น ขณะที่มีความสุขย่อมมีความรู้สึกลดโปร่ง อารมณ์เบิกบานคลี่คลาย สบายใจ ภาวะอารมณ์ และ จิตใจ พร้อมทั้งจะรับรู้ สมองตื่นตัวพร้อมที่จะสนใจ รับรู้เรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ ได้ดี จิตใจตั้งมั่นจดจ่ออยู่กับการเรียนรู้ โดยปราศจากสิ่งรบกวนทางความคิด และอารมณ์อันเนื่องมาจากภาวะคับข้องใจต่าง ๆ จึงมีความสามารถด้านการเรียนสูง ทั้งนี้กลุ่มตัวอย่างนักศึกษาพยาบาลที่มีความสุขนั้น จะต้องเป็นบุคคลคิดบวก รู้จักมองโลกในแง่ดี ดังเช่นผลการศึกษาค้นคว้า ที่พบว่า กลุ่มตัวอย่างนักศึกษาพยาบาลมีค่าเฉลี่ยรายข้อความสุขสูงในเรื่อง รู้สึกว่าชีวิตเป็นของมีค่าเป็นอย่างยิ่ง รู้สึกว่าชีวิตเป็นสิ่งที่ดี รู้สึกพอใจกับทุกสิ่งในชีวิต และมักให้เวลากับสิ่งที่อยากทำเสมอ ทั้งนี้จากการศึกษาของธนพล บรรดาศักดิ์ กนกอร ชาวเวียง และนฤมล จันทเกษม พบว่า หากนักศึกษามีความสุขในการเรียนรู้ จะก่อให้เกิดการเรียนรู้ที่ดี เพิ่มความสามารถในการจดจำ และต้องการที่จะเรียนรู้เพิ่มขึ้น ความสุขในการเรียนจึงมีความสำคัญ (Bundasak, Chaowiang, & Jangasem, 2017) เกิดประสิทธิภาพการเรียนรู้ด้านการเรียนเพิ่มขึ้น

- เทคนิคการสร้างความสุข ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับประสิทธิภาพการเรียนรู้ความสามารถด้านการเรียนโดยรวม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ได้แก่ เทคนิคการสร้างความสุข ($r=.423$) หมายความว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีเทคนิคการสร้างความสุขมาก มีประสิทธิภาพการเรียนรู้ด้านการเรียนโดยรวมสูง โดยมีค่าความสัมพันธ์ในระดับปานกลาง กล่าวคือ การที่บุคคลใดก็ตาม หรือกลุ่มตัวอย่างนักศึกษาพยาบาลที่สามารถมีเทคนิคการสร้างความสุขให้ตนเองได้นั้น แสดงว่า เป็นบุคคลที่คิดบวก สามารถมองทุกอย่างให้เกิดประโยชน์ต่อตนเอง อันเป็นการสร้างพลังอำนาจให้ตนเอง สร้างสิ่งเสริมแรงทางบวกได้ด้วยตนเอง จากผลการวิจัยเรื่อง Effectiveness of Happiness on Self-efficacy of Students พบว่า การอบรมหรือมีเทคนิคทำให้มีความสุข ช่วยให้มีการรับรู้ความสามารถตนเองเพิ่มขึ้น ซึ่งการรับรู้ความสามารถตนเองมีความสำคัญต่อการมีความสุข ความสุขเป็นแหล่งที่มาของความมั่นใจ มองโลกในแง่ดี มีความคิดคิดเชิงบวก การจัดการศึกษาที่มุ่งเน้นให้เกิดความสุขสร้างอารมณ์เชิงบวกในผู้เรียน เป็นการเพิ่มความมั่นใจในความสามารถของบุคคลและฝึกอบรม เพื่อปรับตัวจัดการความเครียดในชีวิตประจำวันได้ (Bundasak, Chaowiang, & Jangasem, 2017) จากการทบทวนเอกสารและงานวิจัยสรุปได้ว่า ปัจจัยที่มีผลต่อความสุขในการเรียนรู้ ประกอบด้วย (1) ปัจจัยภายใน ได้แก่ ภาวะสุขภาพ ความฉลาดทางอารมณ์ และความแข็งแกร่งในชีวิต (2) ปัจจัยภายนอก ได้แก่ ครอบครัว ลักษณะอาจารย์ การจัดการเรียนการสอน และสภาพแวดล้อม เช่น กิจกรรมนักศึกษา สิ่งสนับสนุนการเรียนรู้และกลุ่มเพื่อน (Zaker, Dadsetan, Nasiri, Azimi, & Rahnama, 2016) ดังเช่นผลการศึกษาคั้งนี้ที่พบว่า กลุ่มตัวอย่างนักศึกษาพยาบาลมีค่าเฉลี่ยรายข้อ ด้านการปรับความคิดตนเองสูง แสดงว่าด้านการปรับความคิดตนเองดี มีความคิดดี คิดเชิงบวกที่เป็นการเรียนรู้ที่มีประโยชน์ ดังเรื่องต่อไปนี้เป็น การให้กำลังใจตนเอง โดยพูดออกเสียงหรือคิดในใจ พูดเรื่องดี ๆ กับตนเอง พูดถึงข้อดีของตนเอง ฝึกให้อภัย ยิ้มให้ตัวเอง ทุกวันมองหาสิ่งดีในตัวเองรวมถึงคนดี และโอกาสดีที่อยู่รอบตัว และนำสิ่งไม่ดีที่เกิดขึ้นในอดีตมาเป็นบทเรียน และหาแนวทางป้องกันไม่ให้เกิดขึ้นอีก ทั้งหมดที่ระบุมาย่างต้นนั้นสามารถกล่าวเปรียบเทียบได้ว่าเป็นลักษณะของปัจจัยภายใน ซึ่งเกี่ยวข้องกับความฉลาดทางอารมณ์ และความแข็งแกร่งในชีวิตของตัวตน กลุ่มตัวอย่างนักศึกษาพยาบาลเอง ในขณะที่ด้านการดูแลสุขภาพกายไม่เหมาะสม โดยเรื่องที่มีค่าเฉลี่ยรายข้อต่ำ ได้แก่ การออกกำลังกายอย่างน้อยสัปดาห์ละ 3 ครั้ง ครั้งละ 30-60 นาที การนอนหลับพักผ่อนอย่างน้อย 7-8 ชั่วโมง การรับประทานอาหารหลากหลาย สมดุล ครบถ้วนทุกหมู่ และการดูแลสุขภาพจิตไม่เหมาะสม ทั้งนี้เรื่องที่มีค่าเฉลี่ยรายข้อต่ำ ประกอบด้วย การบริหารจัดการใจ ฝึกทำสมาธิ ทำจิตใจไม่ให้ฟุ้งซ่าน เมื่อมีปัญหาในสถานการณ์ต่าง ๆ สามารถพิจารณาได้อย่างมีเหตุผล โดยไม่ใช้อารมณ์เป็นหลัก และไม่ปล่อยจิตตนเองไปตามอารมณ์

- ชั้นปีที่ศึกษา ความสุข และเทคนิคการสร้างความสุข เมื่อเปรียบเทียบระหว่างปัจจัยที่ศึกษาที่พบว่ามีความสัมพันธ์ทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับประสิทธิภาพการเรียนรู้ด้านการเรียนโดยรวม จะเห็นได้ว่าตัวแปรที่มีค่าน้ำหนักความสัมพันธ์สูงสุด คือ เทคนิคการสร้างความสุข ($r=.423$) รองลงมา ความสุข ($r=.279$) และชั้นปีที่ศึกษา ($r=.222$) ตามลำดับ สามารถกล่าวโดยรวมได้ว่า ตัวผู้เรียนสำคัญที่สุดที่ต้องสามารถจัดการอารมณ์ให้ตนเองมีความสุขได้ ภาวะอารมณ์ต้องพร้อมต่อการเรียนรู้ อีกประเด็นหนึ่งที่มีความสำคัญยิ่ง คือ

ผู้สอน ที่จะต้องคำนึงถึงภาวะจิตใจของผู้เรียน มีชั่วโมงเน้นเฉพาะเพียงเนื้อหาวิชาการ ขณะที่กำลังสอนต้องประเมินความพร้อมของผู้เรียนด้วย ให้ชั่วโมงการเรียนการสอน แต่ละช่วงเป็นช่วงเวลาที่สามารถครอบคลุมได้แบบองค์รวม คือได้ทั้งสาระเนื้อหาวิชาการ รวมทั้งการเสริมสร้างความสุขในการเรียนในแต่ละชั้นปี เพื่อช่วยให้การเรียนของนักศึกษาดำเนินไปอย่างเป็นสุข มีประสิทธิภาพการเรียนรู้ด้านการเรียนดี

- ชั้นปีที่ศึกษา จากตารางที่ 10 พบว่า ชั้นปีที่ศึกษามีความสัมพันธ์ทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .01$) กับประสิทธิภาพการเรียนรู้ด้านการเรียนโดยรวม ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ พูลสุข เจนพานิชย์ วิสุทธิพันธ์ และพรศรี ดิสรเตตวิวัฒน์ เรื่องรูปแบบการเรียนรู้ของนักศึกษาพยาบาลโรงเรียนพยาบาลรามาธิบดี คณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามาธิบดี ที่พบว่า รูปแบบการเรียนรู้ของนักศึกษาพยาบาลรามาธิบดีและระดับชั้นปีมีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .05$) ทั้งนี้ รูปแบบการเรียนรู้ที่ศึกษามี 6 รูปแบบ คือ แบบอิสระ แบบฟังพา แบบร่วมมือ แบบหลีกเลี่ยง แบบแข่งขัน และแบบมีส่วนร่วม (Janepanish Visudtibhan & Disornatitawat, 2015) และการศึกษาในวิทยาลัยเครือข่ายภาคกลาง สังกัดสถาบันพระบรมราชชนก กระทรวงสาธารณสุข (Punsumreang & Klin-ual, 2001) พบว่า ความสามารถในการคิดอย่างมีวิจารณญาณของนักศึกษาชั้นปีต่างกันมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .05$) หรือสืบเนื่องจากการบริหารเวลาของนักศึกษาในแต่ละชั้นปีที่อาจจะมีความสามารถในการบริหารเวลาแตกต่างกัน ดังการศึกษาของ กิตติมาพร โลกาวิทย์ ที่พบว่า ความสามารถในการบริหารเวลาของนักศึกษาพยาบาลมหาวิทยาลัยปทุมธานี ที่ชั้นปีที่ศึกษาแตกต่างกันมีการบริหารเวลาแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .05$) ทุกด้าน (Lokawit, 2011) อีกประการหนึ่งที่สำคัญ คือ ความสามารถในการปฏิบัติการพยาบาล และการประเมินผลการดูแล ก็น่าจะขึ้นอยู่กับชั้นปีที่ศึกษาด้วย ดังจะเห็นได้จากการศึกษาของ ชัชชาภรณ์ และธัญญลักษณ์ บรรลิตชิตกุล ที่ศึกษาเฉพาะในกลุ่มนักศึกษาชั้นปีที่ 2 เรื่องความสามารถของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 2 ในการดูแลผู้รับบริการที่มีบาดแผลในรายวิชาปฏิบัติการพยาบาลพื้นฐาน ที่พบว่า ส่วนใหญ่มีความสามารถในการทำความสะอาดแผลและการประเมินผล การดูแลผู้รับบริการที่มีบาดแผล อยู่ในระดับปานกลาง ส่วนด้านการประเมิน ผู้รับบริการเพื่อการดูแลบาดแผลอยู่ในระดับน้อย (Na Nakorn & Bunlikitkul, 2013)

- เพศ ในกรณีที่ผลการศึกษานี้ พบว่า เพศไม่มีความสัมพันธ์ทางสถิติ ($p > .05$) กับประสิทธิภาพการเรียนรู้ด้านการเรียนโดยรวม ด้านความรู้วิชาการ และด้านแนวทางการปฏิบัติงาน แต่มีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับด้านมนุษยสัมพันธ์ ($p < .01$) ผลการศึกษาที่ได้มีทั้งที่สอดคล้องและไม่สอดคล้องกับการศึกษาเรื่อง การประเมิน ประสิทธิภาพการฝึกงานของนักศึกษา คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์วิทยาเขตปัตตานี โดยเนื้อหาที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วยทักษะ 3 ด้าน ได้แก่ ทักษะด้านความรู้ทางวิชาการ ทักษะด้านการปฏิบัติงาน และทักษะด้านมนุษยสัมพันธ์ทั่วไป (Junsai & Chareontanawit, 2010) ซึ่งกลุ่มตัวอย่างผู้ประกอบการที่ประเมินนักศึกษา และกลุ่มตัวอย่างนักศึกษาประเมินตนเองตรงกันว่า เพศที่แตกต่างกันมีทักษะทั้ง 3 ด้านไม่แตกต่างกัน และเพศที่แตกต่างกันมีทักษะด้านความรู้ด้านวิชาการโดยรวม ทักษะด้านการปฏิบัติงานโดยรวม และทักษะด้านมนุษยสัมพันธ์โดยรวมไม่

แตกต่างกัน ทั้งนี้ อาจจะเป็นเพราะว่าเพศเป็นเพียงพื้นฐานลักษณะส่วนบุคคล จึงทำให้ไม่มีความสัมพันธ์ทางสถิติ

- อายุ และค่าใช้จ่ายที่ได้รับต่อเดือนนั้น พบว่า ไม่มีความสัมพันธ์ทางสถิติ ($p > .05$) กับประสิทธิภาพการเรียนรู้ด้านการเรียนโดยรวมและรายด้าน ทั้งนี้ อาจจะเป็นเพราะว่า ตัวแปรตั้งที่กล่าวมาเป็นเพียงพื้นฐานลักษณะส่วนบุคคล และเป็นตัวแปรเสริมที่ไม่ได้ส่งผลโดยตรงต่อความสามารถด้านการเรียน

ข้อดี ข้อจำกัดของการวิจัย

ข้อดี คือ ผู้วิจัยแสดงผลครบทั้ง 3 องค์ประกอบของประสิทธิภาพการเรียนรู้ด้านการเรียน

ข้อเสนอแนะ

1. ผลการศึกษาพบว่า นักศึกษาพยาบาลส่วนใหญ่มีประสิทธิภาพการเรียนรู้ด้านการเรียนระดับเหมาะสมไม่ถึงครึ่งหนึ่ง ดังนั้น จึงควรจัดหาแนวทางเพื่อส่งเสริมให้นักศึกษามีการปฏิบัติประสิทธิภาพการเรียนรู้ด้านการเรียนให้มีระดับที่เหมาะสมมากขึ้น โดยการนำปัจจัยที่ได้จากผลการศึกษามาพิจารณา เช่น ความสุข และเทคนิคการสร้างความสุข

2. ผลการศึกษานี้จะนำไปใช้เพื่อให้เกิดประโยชน์ต่อการศึกษาโดย วิทยาลัยพยาบาลและสุขภาพ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา รวมทั้งสถาบันการศึกษาด้านการพยาบาล สามารถเพิ่มประสิทธิภาพการเรียนรู้ด้านการเรียนของนักศึกษาพยาบาลทั้ง 3 ด้าน ความรู้ด้านวิชาการ ด้านแนวทางการปฏิบัติงาน และมนุษยสัมพันธ์ โดย (1) จัดกิจกรรมให้ เหมาะสมตามระดับชั้นปีการศึกษา (2) จัดกิจกรรมเสริมสร้างความสุข (3) จัดกิจกรรมเสริมสร้างเทคนิคการสร้างความสุข ทั้งด้านการดูแลสุขภาพกาย และสุขภาพจิต การปรับความคิดตนเอง และกำหนดเป้าหมายในชีวิต (4) ออกแบบวิจัยการทดลองรูปแบบการจัดการเรียนการสอนเพิ่มความสุขให้แก่ผู้เรียน

ข้อเสนอแนะการวิจัยครั้งต่อไป

1. วิจัยเชิงทดลองเพื่อพัฒนาให้นักศึกษาพยาบาลมีการปฏิบัติพฤติกรรมประสิทธิภาพการเรียนรู้ด้านการเรียนต่อเนื่อง

กิตติกรรมประกาศ

ขอขอบคุณ สถาบันวิจัยและพัฒนา มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา ที่ได้สนับสนุนงบประมาณในการทำวิจัย

References

- Al-Ani, M. S. (2019). Happiness Measurement through Classroom Based on Face Tracking. *UHD Journal of Science and Technology*, 3(1), 9-18.
- Bloom, B. S. (1979). *Toxonomy of Educational Objectives: The Classification of Educational Goals. Handbook/ Cognitive Domain*. USA: Longman Inc.
- Bundasak, T., Chaowiang, K., & Jangasem, N. (2017). Happily Learning among Nursing Students. *Journal of MUC Peace Studies*, 5(1), 357-369 (In Thai).
- College of Nursing and Health, Suan Sunandha Rajabhat University. (2020). *Philosophy Course*. Retrieved from https://ssru.ac.th/education_college-nurse.php
- Ebenuwa-Okoh, E. E. (2010). Influence of Age, Financial Status, and Gender on Academic Performance among Undergraduates. *Journal of Psychology*, 1(2), 99-103.
- Janepanish Visudtibhan, P., & Disornatitawat, P. (2015). Learning Style Preferences of Nursing Students at Ramathibodi School of Nursing, Faculty of Medicine, Ramathibodi Hospital, Mahidol University. *Nursing Journal of Ministry of Public Health*, 4, 70-82 (In Thai).
- Junsai, B., & Chareontanawit, P. (2010). Evaluation on the Effectiveness of the Practicum of Students from the Faculty of Science and Technology. *Academic Services Journal*, 21(1), 110-137 (In Thai).
- Kraithaworn, P., & Kittipimpanon, K. (2014). The Relationship among Sense of University Belonging, Happiness in Learning, Learning-Facilitating Environment and Academic Achievement among Undergraduate Nursing Science Students. *Ramathibodi Nursing Journal*, 20(3), 415-429 (In Thai).
- Kunaviktikul, W. (2015). Teaching and Learning in the discipline of nursing in the 21st century. *Nursing Journal*, 42(2), 152-156 (In Thai).
- Lokawit, K. (2011). Time Management Ability of Nursing Students in Pathumthani University. *Academic Journal of Pathumthani University*, 3(1), 27-36 (In Thai).
- Muijeen, K. (2016). Creating Happiness with Positive Psychology. *Science and Technology Journal*, 24(4), 673-681 (In Thai).
- Na Nakorn, C., & Bunlikitkul, T. (2013). Ability in caring for clients with wounds among 2nd year nursing students in The Practicum of The Fundamentals of Nursing. *The Thai Red Cross College of Nursing*, 6(1), 34-47 (In Thai).
- Pasunon, P. (2014). Sample Size Determination from Krejcie and Morgan (1970) Approach in Quantitative Research. *The Journal of Faculty of Applied Arts*, 2, 112-120 (In Thai).

-
- Punsumreang, T., & Klin-ual, A. (2001). *The teaching and learning's conditions that promoting critical thinking of the nursing students of Bhoromrajchanok Institute, Central areas, Ministry of Public Health*. Retrieved from <http://www.bcnpb.ac.th/vijai2544.htm> (In Thai)
- Rafi, F., Maryam, S., & Parvizy, S. (2019). Academic Motivation in Nursing Students: A Hybrid Concept Analysis. *Iranian journal of nursing midwifery research*, 24(5), 315-322.
- Sheikhaboumasoudi, R., Bagheri, M., Hossein, S. A., Ashouri, E., & Elahi, N. (2018). Improving Nursing Students' Learning Outcomes in Fundamentals of Nursing Course through Combination of Traditional and e-Learning Methods. *Iranian journal of nursing midwifery research*, 23(3), 217-221.
- Shuaytong, P., Suphan, B., Sirimongkhon, S., Karuhadej, P., & Cherwanitchakorn, S. (2014). Personal, Family and Social Factors Related to Happiness of the Elderly in Srisaket Province. In: Yodshim S. *The 1st National Academic Suan Sunandha Meeting. Rattanakosin Art to Develop Local Thai* (pp. 435-449). Bangkok: Suan Sunandha Rajapaht University (In Thai) .
- Shunhashavee, A. (2002). *Teaching for Successful Intelligence to Increase Student Learning and Achievement*. . Bangkok: Pearson Education Indochina Ltd (In Thai) .
- UNESCO Asia-Pacific Education Thematic Brief. (2017). *Promoting Learner, Happiness and Well-being*. Retrieved from <https://bangkok.unesco.org/sites/default/files/assets/article/Education/files/thematicbriefhappyschools.pdf>
- Vageethongrattana, P. (2005). The Influence of Learning Efficiency toward Job Performance Effectiveness on Accountants in Nakhonratchasima Province. *Journal of the Association of Researchers*, 20(1), 85-94 (In Thai).
- Zaker, A., Dadsetan, A., Nasiri, Z., Azimi, S., & Rahnama, F. (2016). Effectiveness of Happiness on Self-efficacy of Students. *Electronic Journal of Biology*, 12(4), 333-336.