



## บทความวิจัย

# ปัจจัยทำนายสมรรถนะทางการเรียนของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

นุชนาถ บรรทมพพร\* สารรัตน์ วุฒิมือภา\*\* และ สุกนธ์ วรรณระอมร\*\*\*

คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ต.คลองหนึ่ง อ.คลองหลวง จ.ปทุมธานี 12121

### บทคัดย่อ

**วัตถุประสงค์:** เพื่อศึกษาปัจจัยทำนายสมรรถนะทางการเรียนของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

**รูปแบบการวิจัย:** การวิจัยแบบพรรณนาเชิงทำนาย

**วิธีดำเนินการวิจัย:** การศึกษานี้ใช้แนวคิดทฤษฎีการตัดสินใจด้วยตนเอง (Self-Determination Theory: STD) ของ Deci และ Ryan กลุ่มตัวอย่างคือ นักศึกษาที่กำลังศึกษาในระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ จำนวน 250 คน เครื่องมือวิจัยประกอบด้วย แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล แบบสอบถามการเห็นคุณค่าในตนเองฉบับนักเรียนของคูเปอร์สมิธ แบบคัดกรองภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่น และแบบวัดทักษะการจัดการกับสถานการณ์ และหาค่าความเที่ยงของแบบสอบถามได้เท่ากับ 0.71, 0.83 และ 0.81 ตามลำดับ วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติบรรยาย และสถิติการวิเคราะห์สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบพหุคูณและการถดถอยพหุคูณแบบเป็นขั้นเป็นตอน

**ผลการวิจัย:** พบว่า การเห็นคุณค่าในตนเองมีความสัมพันธ์ทางบวกกับสมรรถนะทางการเรียน และพบว่าการเห็นคุณค่าในตนเองเป็นตัวแปรเดียวที่สามารถทำนายสมรรถนะทางการเรียนของนักศึกษาได้ร้อยละ 2.70 ผลจากการศึกษาครั้งนี้แสดงให้เห็นว่าการส่งเสริมให้นักศึกษามีความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองจะส่งผลต่อสมรรถนะทางการเรียนที่ดีด้วย

**สรุป:** พยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวชและพยาบาลในหน่วยบริการสุขภาพที่ดูแลนักศึกษาที่มีปัญหาด้านการเรียนในมหาวิทยาลัยควรจัดการให้การปรึกษาหรือโปรแกรมที่ส่งเสริมความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองเพื่อส่งเสริมสมรรถนะนักศึกษาสู่ความสำเร็จต่อไป

**คำสำคัญ:** ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง/ ภาวะซึมเศร้า/ ทักษะการจัดการกับสถานการณ์/ สมรรถนะทางการเรียน

\* ผู้รับผิดชอบหลัก ผู้ช่วยศาสตราจารย์ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ Email: nutchanart\_6@hotmail.com

\*\* อาจารย์ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

\*\*\* อาจารย์ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ



# Predictors of Academic Performance among Baccalaureate Students Thammasat University

Nutchanart Bunthumporn\* Sararud Vuthiarpa\*\* and Sukan Vattanaamorn\*\*\*

## Abstract

**Purpose:** To examine the factors predicting academic performance in baccalaureate students Thammasat University.

**Design:** Descriptive predictive research

**Method:** Data were collected from 250 baccalaureate students Thammasat University; using a personal data, the Coopersmith Self-esteem Inventory School Form, the Center for Epidemiologic Studies Depression scale (CES-D), and the Resourcefulness Scale (RS). The reliabilities of these questionnaires were 0.71, 0.83 and 0.81 respectively. The data were analyzed using descriptive statistics and multiple regression analysis.

**Finding:** The study found that self-esteem was significantly positively correlated with academic performance. Only self-esteem could accounted for 2.70% of the variance explained in academic performance in baccalaureate students. The findings suggest that enhancement of self-esteem in baccalaureate students may help them improve their academic performance.

**Conclusion:** Mental health and psychiatric nurses or nurses in student health services division should provide a counseling or program to enhance self-esteem in baccalaureate students. This may help them improve their academic performance.

**Keywords:** Self-esteem/ Depressive symptoms/ Resourcefulness/ Academic performance



## บทนำ

การเรียนรู้ในระดับอุดมศึกษาจะมีความแตกต่างจากการเรียนในระดับมัธยมศึกษาเป็นอย่างมาก ตั้งแต่วิธีการจัดการเรียนการสอนที่มีความแตกต่างกัน ตลอดจนนักศึกษาจะต้องมีการวางแผนการเรียนด้วยตนเอง รับผิดชอบงานที่ได้รับมอบหมายในแต่ละรายวิชาซึ่งมีความแตกต่างกันไป ซึ่งนักศึกษาแต่ละคนก็จะมีความสามารถในการจัดการที่ต่างกัน ส่งผลให้มีสมรรถนะหรือผลการเรียนที่แตกต่างกันในแต่ละบุคคล ซึ่งสมรรถนะทางการเรียนเป็นสิ่งที่สำคัญสำหรับนักศึกษาในระดับมหาวิทยาลัย เนื่องจากเป็นตัวชี้วัดว่านักศึกษาเป็นผู้มีความรู้ความสามารถในศาสตร์สาขาที่ศึกษาหรือไม่ และจะมีผลต่อโอกาสในการเข้าทำงานหรือศึกษาต่อในระดับที่สูงขึ้นเมื่อสำเร็จการศึกษา ซึ่งการที่นักศึกษาจะมีสมรรถนะการเรียนที่ดีนั้นไม่ได้ขึ้นอยู่กับปัจจัยทางด้านสติปัญญาเพียงอย่างเดียวแต่ปัจจัยอื่นๆที่เกี่ยวข้องกับนักศึกษาก็มีความสำคัญต่อการส่งเสริมหรืออาจเป็นตัวขัดขวางต่อสมรรถนะทางการเรียนได้เช่นกัน ซึ่งได้แก่ปัจจัยส่วนบุคคล เช่น เพศ การมีโรคประจำตัว ปัจจัยทางด้านจิตใจ เช่น ภาวะซึมเศร้า ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง และปัจจัยสนับสนุน เช่น ทักษะการจัดการกับสถานการณ์ การมีเพื่อนสนิท และรายได้<sup>1,2</sup>

การที่นักศึกษาจะมีสมรรถนะทางการเรียนที่ดีนั้นจะต้องเป็นบุคคลที่มีภาวะสุขภาพที่สมบูรณ์ แข็งแรง หากบุคคลมีปัญหาการเจ็บป่วยทางด้านร่างกายที่เรื้อรังหรือรุนแรง จะมีผลทำให้มีความล้มเหลวทางการเรียน และอาจจะต้องหยุดเรียนหรือลาออกจากการเรียน<sup>3</sup> นอกจากนี้เพศยังมีผลต่อสมรรถนะทางการเรียน อย่างไรก็ตามยังไม่แน่ชัดว่าเพศใดมีสมรรถนะทางการเรียนที่ดีกว่ากัน บางการศึกษาพบว่าเพศหญิงมีสมรรถนะการเรียนดีกว่าเพศชาย<sup>4</sup> แต่บางการศึกษาพบว่าเพศชายมีสมรรถนะการเรียนดีกว่าเพศหญิง<sup>5</sup>

หากบุคคลมีปัญหาด้านจิตใจ เช่น ภาวะซึมเศร้า ซึ่งเป็นภาวะที่บุคคลมีการรับรู้ตนเองทางลบ มีภาวะจิตใจที่หม่นหมอง หดหู่ เศร้า รู้สึกท้อแท้ หมดหวัง มองโลกใน

แง่ร้าย ตลอดจนมีการรับรู้คุณค่าในตนเองต่ำ ก็จะส่งผลกระทบต่อสมรรถนะทางการเรียนด้วย จากการศึกษาพบว่าภาวะซึมเศร้ามีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการเรียนของนักศึกษา<sup>6</sup> เมื่อนักศึกษามีพฤติกรรมการเรียนที่ไม่มีคุณภาพก็จะส่งผลกระทบต่อสมรรถนะทางการเรียนได้ นอกจากนี้ภาวะซึมเศร้ามีความสัมพันธ์กับความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง หากบุคคลมีการรับรู้การมีคุณค่าในตนเองต่ำก็จะนำไปสู่ภาวะซึมเศร้า<sup>7</sup> และจากการศึกษาพบว่าผู้ที่มีความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองในระดับที่สูงก็จะเป็นผู้ที่มีสมรรถนะทางการเรียนสูงด้วย<sup>8</sup>

สำหรับปัจจัยสนับสนุนต่างๆ เช่น ทักษะการจัดการกับสถานการณ์ ซึ่งเป็นทักษะทางด้านความคิดหรือพฤติกรรมที่ส่งเสริมการควบคุมจากภายในเพื่อจะช่วยลดความเครียด และพัฒนาการเรียนรู้อาจส่งผลให้ผลการเรียนดีขึ้นได้ จากการศึกษาในนักศึกษาระดับมหาวิทยาลัยพบว่าผู้ที่มีทักษะในการจัดการกับสถานการณ์ในระดับที่สูงจะมีความสามารถในการลดผลกระทบในด้านลบของความเครียด จัดการกับเหตุการณ์หรือภาวะคุกคามได้ดี พัฒนาความมั่นใจและการเรียนได้ดีขึ้น นอกจากนี้ยังทำให้ความวิตกกังวลและความท้อแท้สิ้นหวังลดลงด้วย<sup>9</sup> นอกจากนี้ยังพบว่าความเครียดจากการเรียนทำให้สมรรถนะทางการเรียนลดลง แต่ทักษะการจัดการกับสถานการณ์จะช่วยลดผลกระทบนั้นลงได้<sup>10</sup> ดังนั้นนักศึกษาที่มีทักษะการจัดการกับสถานการณ์ต่ำ เมื่อเกิดความเครียดทางการเรียนก็จะส่งผลกระทบต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนได้ นอกจากนี้การที่นักศึกษามีค่าใช้จ่ายที่เพียงพอจะส่งผลทำให้ไม่ต้องมีความกังวลกับค่าใช้จ่ายต่างๆ ซึ่งหากมีปัญหาเรื่องค่าใช้จ่ายก็อาจส่งผลกระทบต่อเรียนได้ จากการศึกษาพบว่านักศึกษาที่มีเศรษฐกิจที่ดีจะมีสมรรถนะทางการเรียนที่ดีกว่าผู้ที่ไม่มีเศรษฐกิจต่ำ<sup>4</sup> และการมีเพื่อนสนิทจะทำให้ นักศึกษามีที่ปรึกษาปัญหาต่างๆ ทั้งปัญหาส่วนตัว และปัญหาทางการเรียน ช่วยส่งเสริมความสามารถในการปรับตัวกับการเรียนในระดับมหาวิทยาลัยได้ดีขึ้น และเพื่อนยังมีผลต่อความสำเร็จในการเรียนของนักศึกษาด้วย<sup>11</sup>



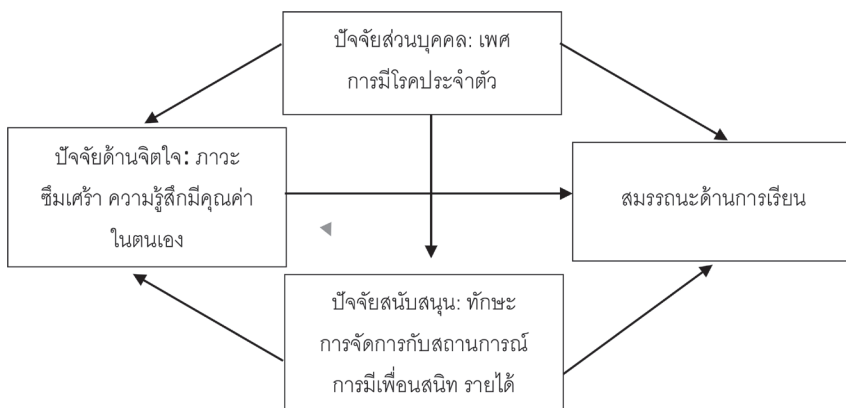
ในการดูแลนักศึกษาในระดับอุดมศึกษานั้น นอกจากจะมีการดูแลทางด้านการเรียนแล้ว การดูแลด้านร่างกาย จิตใจ และปัจจัยสนับสนุนต่างๆ เป็นสิ่งสำคัญมาก ซึ่งมีมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ได้ให้ความสำคัญกับเรื่องนี้เป็นอย่างดี จึงมีระบบการดูแลนักศึกษาที่ครอบคลุมในทุกด้าน จากการทบทวนวรรณกรรม พบว่า ปัจจัยดังกล่าวข้างต้น มีผลต่อสมรรถนะทางการเรียนของนักศึกษา โดยเฉพาะอย่างยิ่งการมีภาวะซึมเศร้า ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง และทักษะการจัดการกับสถานการณ์นั้น เป็นปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กัน และมีผลต่อสมรรถนะทางการเรียนด้วย ในทางกลับกัน หากนักศึกษามีปัญหาทางการเรียนก็จะส่งผลกระทบต่อปัจจัยดังกล่าว ซึ่งหากนักศึกษาเหล่านี้ไม่ได้รับการดูแลที่เหมาะสมก็จะทำให้เกิดปัญหาทางด้านจิตใจที่รุนแรงตามมาจนถึงขั้นฆ่าตัวตายได้ ในการดูแลทางด้านสุขภาพจิตนั้นเป็นบทบาทที่สำคัญของพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวชทั้งในการส่งเสริม ป้องกัน และดูแลเมื่อมีปัญหาเกิดขึ้นแล้ว เมื่อบุคคลมีสุขภาพจิตที่ดีแล้วก็จะส่งผลให้สามารถปรับตัวและใช้ศักยภาพของตนเองได้อย่างเต็มความสามารถในการเผชิญกับเหตุการณ์ต่างๆ ในชีวิตประจำวันต่อไป

จากการศึกษาที่ผ่านมาจะพบว่าสมรรถนะทางการเรียน ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง ภาวะซึมเศร้า และทักษะการจัดการกับสถานการณ์ นั้นมีความเกี่ยวข้องและสัมพันธ์กัน แต่ยังไม่มีการศึกษาความสัมพันธ์ของตัวแปรทั้งหมด โดยเฉพาะอย่างยิ่งการหาความสัมพันธ์เชิงทำนายของสมรรถนะทางการเรียนจากตัวแปรดังกล่าว ดังนั้นผู้วิจัยในฐานะที่เป็นพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวชจึงมีความสนใจและเห็นความสำคัญของการ

ศึกษาความสัมพันธ์ของตัวแปรดังกล่าว และปัจจัยทำนายสมรรถนะทางการเรียนในนักศึกษาระดับปริญญาตรี เพื่อนำองค์ความรู้ที่ได้มาเป็นข้อมูลพื้นฐานในการพัฒนาโปรแกรมเพื่อส่งเสริมสมรรถนะทางการเรียนสำหรับนักศึกษาต่อไป

### กรอบแนวคิดการวิจัย

การศึกษครั้งนี้ใช้แนวคิดทฤษฎีการตัดสินใจด้วยตนเอง (Self-Determination Theory: STD)<sup>1</sup> ซึ่งอธิบายเกี่ยวกับความรู้ ความเข้าใจของแรงจูงใจ การตัดสินใจ และกระบวนการทางด้านจิตใจที่ส่งเสริมการเรียน การทำงาน และสุขภาพของบุคคลสู่ความสำเร็จ ซึ่งรวมถึงบทบาทของสิ่งที่อยู่ภายในและภายนอกของการตัดสินใจด้วยตนเอง นอกจากนี้การตัดสินใจด้วยตนเองยังรวมถึงกระบวนการที่ควบคุมสิ่งต่างๆ รวมทั้งพฤติกรรมที่มีอิทธิพลต่อการกระทำของแต่ละบุคคลในการบรรลุเป้าหมายที่ต้องการ ซึ่งพบว่านักศึกษามหาวิทยาลัยที่มีการตัดสินใจด้วยตนเองสูง จะมีสมรรถนะทางการเรียนสูงเช่นกัน<sup>2</sup> เนื่องจากนักศึกษาต้องการพัฒนาด้านตนเองเพื่อให้สามารถเรียนได้สำเร็จ มีความสามารถในการจัดระเบียบตนเอง และควบคุมตนเองในขณะที่มีความมุ่งมั่นเพื่อให้บรรลุความต้องการ และเป้าหมายส่วนบุคคล นั่นคือสมรรถนะทางการเรียนที่สูง<sup>1</sup> จากการทบทวนวรรณกรรมที่ผ่านมาพบว่าปัจจัยส่วนบุคคลได้แก่ เพศ การมีโรคประจำตัว ปัจจัยด้านจิตใจได้แก่ ภาวะซึมเศร้า และความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง และปัจจัยสนับสนุนได้แก่ ทักษะการจัดการกับสถานการณ์ การมีเพื่อนสนิท และรายได้ มีอิทธิพลต่อการตัดสินใจสู่เป้าหมายด้านวิชาการของนักศึกษา คือ สมรรถนะทางการเรียน ดังแสดงในแผนภาพที่ 1



แผนภาพที่ 1 แสดงกรอบแนวคิดในการวิจัย

### วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยด้านจิตใจ ปัจจัยสนับสนุน และสมรรถนะทางการเรียนของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์
2. เพื่อศึกษาปัจจัยทำนายสมรรถนะทางการเรียนของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ได้แก่ ปัจจัยส่วนบุคคล: เพศ การมีโรคประจำตัว ปัจจัยด้านจิตใจ: ภาวะซึมเศร้า ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง และปัจจัยสนับสนุน: ทักษะการจัดการกับสถานการณ์ การมีเพื่อนสนิท และรายได้

### สมมติฐานการวิจัย

1. ปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยด้านจิตใจ และปัจจัยสนับสนุน มีความสัมพันธ์กับสมรรถนะทางการเรียนของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์
2. ปัจจัยส่วนบุคคล: เพศ การมีโรคประจำตัว ปัจจัยด้านจิตใจ: ภาวะซึมเศร้า ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง และปัจจัยสนับสนุน: ทักษะการจัดการกับสถานการณ์ การมีเพื่อนสนิท และรายได้สามารถร่วมกันทำนายสมรรถนะทางการเรียนของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

### วิธีดำเนินการวิจัย

**รูปแบบการวิจัย:** เป็นการศึกษาความสัมพันธ์เชิงทำนาย (predictive correlational study)

**ประชากร** นักศึกษาที่กำลังศึกษาในระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ทั้งเพศชายและเพศหญิง ปีการศึกษา 2557

**กลุ่มตัวอย่าง** นักศึกษาที่กำลังศึกษาในระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ทั้งเพศชายและเพศหญิง ปีการศึกษา 2557 ที่มีสถิติสัมปชัญญะสมบูรณ์ รับผิดชอบ เวลามาเรียน และบุคคลได้ดี สามารถอ่าน เขียน เข้าใจและสื่อสารภาษาไทยได้ จำนวน 250 คน

ผู้วิจัยคำนวณขนาดกลุ่มตัวอย่าง (sample size) โดยใช้กฎพื้นฐาน (rules of thumb) สำหรับสถิติสหสัมพันธ์แบบพหุคูณและถดถอยแบบเป็นขั้นตอน ในช่วงความเชื่อมั่น 95% ซึ่งกลุ่มตัวอย่างจะต้องมีจำนวน 200 คน ซึ่งเป็นกลุ่มตัวอย่างที่มีขนาดเหมาะสม<sup>13</sup> และเพื่อป้องกันการลดลงของขนาดกลุ่มตัวอย่างจากการถอนตัวจากงานวิจัย ดังนั้นผู้วิจัยจึงกำหนดให้กลุ่มตัวอย่างมีจำนวน 250 คน



## เครื่องมือวิจัย

1. แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล มีลักษณะให้เลือกตอบและเติมคำในช่องว่างให้สมบูรณ์ โดยผู้วิจัยสร้างขึ้นเอง ซึ่งประกอบด้วย คณะที่กำลังศึกษา เพศ ค่าใช้จ่ายที่ได้รับต่อเดือน โรคประจำตัว การมีเพื่อนสนิท ในมหาวิทยาลัย และเกรดเฉลี่ยในภาคการศึกษาที่ผ่านมา

2. แบบประเมินการเห็นคุณค่าในตนเองฉบับนักศึกษาของคูเปอร์สมิธ (Coopersmith Self-esteem Inventory School Form) ซึ่งแปลและเรียบเรียงโดย Pakwan<sup>14</sup> ประกอบด้วยข้อคำถามทั้งหมด 58 ข้อ แบ่งเป็นด้านต่างๆไป 26 ข้อ ด้านสังคมและเพื่อน 8 ข้อ ด้านครอบครัว 8 ข้อ และด้านโรงเรียน 8 ข้อ โดยแบบประเมินประกอบด้วยข้อคำถามทางบวกจำนวน 18 ข้อ และข้อคำถามทางลบจำนวน 32 ข้อ และข้อคำถามที่สำรวจความจริงใจในการตอบจำนวน 8 ข้อ มีเกณฑ์การให้คะแนน คือ ข้อคำถามทางบวก ถ้าตอบว่า “ใช่” ให้ 1 คะแนน ตอบ “ไม่ใช่” ให้ 0 คะแนน ข้อคำถามทางลบ ถ้าตอบว่า “ใช่” ให้ 0 คะแนน ตอบ “ไม่ใช่” ให้ 1 คะแนน และข้อคำถามที่สำรวจความจริงใจในการตอบ ถ้าตอบ “ใช่ ” ให้ 1 คะแนน คะแนนส่วนนี้ไม่นำมาคิดคะแนนรวม แต่ถ้าได้คะแนนจากข้อคำถามที่วัดความจริงใจในการตอบมากกว่า 4 คะแนนจะไม่นำแบบสำรวจนั้นมาคิดคะแนน จากงานข้อมูลพบว่าคะแนนในส่วนนี้ไม่เกิน 4 คะแนน จึงสามารถนำมาคิดได้ทั้งหมด

แบบประเมินการเห็นคุณค่าในตนเองฉบับนักศึกษานี้ ได้รับการทดสอบความตรงตามเนื้อหาและความตรงตามโครงสร้างในนักศึกษาระดับมหาวิทยาลัยจำนวน 154 คน พบว่าเครื่องมือมีความตรงและมีค่า stability coefficients ภายใน 3 ปี เท่ากับ 0.42, 0.62, และ 0.70 นั่นคือเครื่องมือมีความตรงแม้เวลาจะเปลี่ยนไป และมีค่าความเที่ยงภายในจากการทดสอบ test-retest reliability อยู่ในช่วง 0.72-0.85 ค่า Cronbach's alpha coefficient เท่ากับ 0.86 และค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามในกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ เท่ากับ 0.71

3. แบบคัดกรองภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่น (the Center for Epidemiologic Studies Depression scale, CES-D) ซึ่งพัฒนาขึ้นโดย Radloff<sup>15</sup> และได้มีการแปลเป็นภาษาไทยโดย Trangkasombat et al<sup>16</sup> ประกอบด้วยข้อคำถามจำนวน 20 ข้อ ซึ่งจะสอบถามเกี่ยวกับอาการซึมเศร้าในระยะเวลา 1 สัปดาห์ที่ผ่านมา การให้คะแนนจะเป็นมาตรวัดประมาณค่า 4 ระดับ โดย 0 หมายถึง ไม่เลย 1 หมายถึง บางครั้ง 2 หมายถึง บ่อยๆ และ 3 หมายถึง ตลอดเวลา คะแนนรวมมีค่าระหว่าง 0-60 คะแนน ถ้าคะแนนรวมสูงกว่า 22 คะแนน ถือว่าอยู่ในเกณฑ์ที่ต้องได้รับการดูแลช่วยเหลือ แบบคัดกรองภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่นนี้ได้ถูกนำไปทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่างที่เป็นวัยรุ่นไทย พบว่าแบบวัดมีความเที่ยง โดยค่า Cronbach's alpha coefficient เท่ากับ 0.86 มีความไวร้อยละ 72 ความจำเพาะร้อยละ 85 และความแม่นยำร้อยละ 82 ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามในกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ เท่ากับ 0.83

4. แบบวัดทักษะการจัดการกับสถานการณ์ (Resourcefulness scale, RS) ซึ่งพัฒนาขึ้นโดย ซอซนิวสกี และคณะ (Zauszniewski, Lai, & Tithiphontumrong)<sup>17</sup> ประกอบด้วยข้อคำถามที่อธิบายพฤติกรรมที่มีทักษะและไม่มีทักษะในการจัดการกับสถานการณ์ จำนวน 28 ข้อ และแปลเป็นภาษาไทยโดย Bunthumporn<sup>18</sup> การให้คะแนนจะเป็นมาตรวัดประมาณค่า 6 ระดับ เริ่มจาก 0 ซึ่งหมายถึง ไม่เหมือนฉันเลย จนถึง 5 หมายถึง เหมือนฉันอย่างมาก คะแนนรวมมีค่าระหว่าง 0-140 คะแนนสูง หมายถึงมีทักษะในการจัดการกับสถานการณ์ที่ดี แบบวัดที่แปลแล้วได้นำไปใช้กับผู้สูงอายุไทยจำนวน 100 คน จำนวน 2 ครั้ง พบว่าค่า Cronbach's alpha coefficient เท่ากับ 0.93 และ 0.94 ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามในกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ เท่ากับ 0.81

## การพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่าง

โครงการวิจัยได้รับการรับรองจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในคน มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ชุดที่ 2 รหัสโครงการ COA No. 346/2556



และผู้วิจัยพิทักษ์สิทธิ์กลุ่มตัวอย่างโดยชี้แจงวัตถุประสงค์ รูปแบบและประโยชน์ของการวิจัย การเก็บรักษาความลับ และนำเสนอในภาพรวม และการลงนามในหนังสือ ให้ความยินยอมในการเข้าร่วมโครงการวิจัย

### การเก็บรวบรวมข้อมูล

เก็บรวบรวมข้อมูลตั้งแต่เดือนมิถุนายน 2557 - เดือนมีนาคม 2558 โดยมีขั้นตอนดังนี้

1. ผู้วิจัยทำหนังสือผ่านคณบดีคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ พร้อมแนบโครงร่างวิจัย ฉบับสมบูรณ์ และเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ไปยังคณะต่างๆ ในมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ เพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์ และขออนุญาตเข้าเก็บรวบรวมข้อมูล

2. ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยเข้าพบนักศึกษา เพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์ ขั้นตอนการรวบรวมข้อมูล รวมทั้งขอความร่วมมือในการวิจัย

3. ผู้ช่วยวิจัยคัดเลือกนักศึกษาที่ผ่านคุณสมบัติ ตามเกณฑ์ที่กำหนด

4. ผู้ช่วยวิจัยให้นักศึกษา ลงนามในใบยินยอม เข้าร่วมวิจัย (informed consent form) โดยก่อนลงนาม อาสาสมัครวิจัยจะได้อ่านทำความเข้าใจข้อมูลสำหรับ อาสาสมัครวิจัย (participant information sheet) และ เปิดโอกาสให้สอบถามข้อสงสัยจนมีความเข้าใจตรงกัน ทั้งผู้ช่วยวิจัยกับอาสาสมัครวิจัย

5. ผู้ช่วยวิจัยรวบรวมข้อมูลของกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งประกอบด้วย แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล แบบสอบถามความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง แบบวัดภาวะ ซึมเศร้า และ แบบวัดทักษะการจัดการกับสถานการณ์

### การวิเคราะห์ข้อมูล

วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์ สำเร็จรูป โดยใช้สถิติบรรยาย และสถิติการวิเคราะห์ ถดถอยพหุคูณ

### ผลการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างทั้งหมดจำนวน 250 คน จาก 18 คณะ โดยจัดกลุ่มคณะที่มีลักษณะแตกต่างกันอย่างชัดเจนได้ เป็นสองกลุ่มหลัก คือ คณะวิทยาศาสตร์สุขภาพ (Health Science) จำนวน 80 คน (ร้อยละ 32.00) และคณะที่ไม่ใช่วิทยาศาสตร์สุขภาพ จำนวน 170 คน (ร้อยละ 68.00) ส่วนใหญ่เป็นนักศึกษาเพศหญิงจำนวน 169 คน (ร้อยละ 67.60) การมีโรคประจำตัว พบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ ไม่มีโรคประจำตัว จำนวน 209 คน (ร้อยละ 83.60) การมีเพื่อนสนิท พบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีเพื่อนสนิท จำนวน 248 คน (ร้อยละ 99.20) ด้านสมรรถนะด้านการเรียน พบว่ามีเกรดเฉลี่ยเท่ากับ 2.92 ข้อมูลด้านค่าใช้จ่ายต่อเดือน พบว่ามีค่าใช้จ่ายต่อเดือนเฉลี่ยเท่ากับ 8,116.20 บาท

จากการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างเพศ การมีโรคประจำตัว การมีเพื่อนสนิท รายได้ ภาวะซึมเศร้า ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง ทักษะการจัดการกับสถานการณ์ กับสมรรถนะด้านการเรียน พบว่า ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง กับสมรรถนะด้านการเรียน มีความสัมพันธ์กันทางบวก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $r=0.16, p < .05$ ) ส่วนความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอื่นๆ กับสมรรถนะด้านการเรียน มีค่าความสัมพันธ์ทั้งทางบวกและทางลบ อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p > .05$ ) ดังแสดงในตารางที่ 1



ตารางที่ 1 เมตริกซ์สหสัมพันธ์ของปัจจัยทำนายสมรรถนะทางการเรียน (n = 250)

ตัวแปร	ผลการเรียน	เพศหญิง	โรคประจำตัว	เพื่อนสนิท	รายได้	ภาวะซึมเศร้า	ทักษะการจัดการฯ	ความรู้สึกมีคุณค่า
ผลการเรียน	1.000							
เพศหญิง	.04	1.000						
โรคประจำตัว	-.08	.13	1.000					
เพื่อนสนิท	-.03	.03	.04	1.000				
รายได้	-.05	-.06	.002	-.08	1.000			
ภาวะซึมเศร้า	-.05	-.06	.05	-.08	-.10	1.000		
ทักษะการจัดการฯ	.06	-.03	-.01	.15	-.04	-.15	1.000	
ความรู้สึกมีคุณค่า	.16*	.09	.002	.04	.00	-.43	.30	1.000

หมายเหตุ \*p &lt; .05

จากการวิเคราะห์ปัจจัยทำนายสมรรถนะด้านการเรียนของนักศึกษา พบว่ามีเพียงความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองเท่านั้นที่สามารถทำนายสมรรถนะด้านการเรียนได้ร้อยละ 2.7 ( $R^2=0.027$ ) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p<.05$ ) (ตารางที่ 2)

ดังนั้น สมการทำนายสมรรถนะด้านการเรียนของนักศึกษา โดยใช้คะแนนมาตรฐาน (Standardized score) คือ

$$Z(\text{สมรรถนะด้านการเรียน}) = 1.74 + 0.03Z(\text{การเห็นคุณค่าแห่งตน})$$

ตารางที่ 2 ผลการวิเคราะห์ปัจจัยทำนายสมรรถนะทางการเรียนด้วยวิธีเพิ่มตัวแปรต้นเป็นขั้นตอน (N=250)

ตัวแปรทำนาย	b	S.E.	Beta	t	p-value
ค่าคงที่	1.74	.45		3.83	.00
ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง	0.03*	.01	.16	2.61	.01

R = .164    R<sup>2</sup> = .027    R<sup>2</sup> adj = .023    F = 6.829

\*p &lt; .05

### อภิปรายผล

ผลที่ได้จากการศึกษานี้ช่วยให้เข้าใจถึงความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลได้แก่ เพศ และภาวะสุขภาพ ปัจจัยด้านจิตใจได้แก่ ภาวะซึมเศร้า และความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง ปัจจัยสนับสนุนได้แก่ ทักษะการจัดการกับสถานการณ์ การมีเพื่อนสนิท และรายได้ และสมรรถนะด้านการเรียน ตลอดจนปัจจัยทำนายสมรรถนะด้านการเรียน

ในระดับปริญญาตรี ของนักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ซึ่งพบว่าผลการศึกษาบางอย่างสอดคล้องกับงานวิจัยที่ผ่านมา ในขณะที่ผลการศึกษาบางอย่างก็ยังไม่สอดคล้องกับการศึกษาที่ผ่านมา ดังนี้

ปัจจัยส่วนบุคคลด้านเพศ พบว่าเพศหญิงมีความสัมพันธ์ทางบวกกับสมรรถนะด้านการเรียนอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ( $r=.04$ ,  $p>.05$ ) สามารถอภิปรายผล





ได้ว่า ความแตกต่างทางเพศส่งผลต่อสมรรถนะทางการเรียน โดยพบว่าเพศหญิงจะมีความมุ่งมั่นสู่ความสำเร็จ และการจัดการเวลาในการเรียนสูงกว่าเพศชายทำให้สามารถสำเร็จได้ตามเวลาที่กำหนดด้วยผลการเรียนที่ดีกว่า ในขณะที่เพศชายแม้ว่าจะมีกลยุทธ์ในการเรียน และเป้าหมายด้านประสิทธิภาพที่สูงกว่าเพศหญิง แต่ไม่พบความสัมพันธ์ทางบวกกับสมรรถนะด้านการเรียน<sup>4</sup> ส่วนการมีโรคประจำตัว จากการศึกษาที่ผ่านมาพบว่า ปัญหาทางสุขภาพทั้งด้านร่างกายและจิตใจเช่น การใช้สารเสพติด ภาวะโภชนาการ สุขภาพจิต โรคเรื้อรัง เป็นต้น ล้วนเป็นอุปสรรคต่อสมรรถนะด้านการเรียนของนักศึกษา เช่น ความล้มเหลวในการเรียน การออกจากการศึกษา ทั้งที่ยังไม่สำเร็จ<sup>3</sup> ซึ่งการศึกษานี้พบว่าภาวะสุขภาพมีความสัมพันธ์ทางลบกับสมรรถนะด้านการเรียนอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ( $r = -.08, p > .05$ ) จึงสอดคล้องกับการศึกษาที่ผ่านมา

ปัจจัยด้านจิตใจ จากผลการศึกษาพบว่าความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองเป็นปัจจัยเดียวที่สามารถทำนายสมรรถนะทางการเรียนและมีความสัมพันธ์ทางบวก ( $r = .16, p < .05$ ) สอดคล้องกับการศึกษาจำนวนมากที่พบว่าความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองเป็นปัจจัยด้านจิตใจที่สำคัญที่ส่งผลต่อความสำเร็จในการศึกษา เนื่องจากบุคคลที่มีความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองสูงกว่าจะไม่ยอมแพ้เมื่อประสบกับความล้มเหลว และมีความทะเยอทะยานมากกว่าบุคคลที่ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองต่ำ<sup>8, 19, 20</sup> ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาในครั้งนี้ ซึ่งค่าคะแนนความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของนักศึกษาอยู่ในระดับปานกลางค่อนข้างไปทางสูง จึงส่งผลต่อการมุ่งมั่นสู่ความสำเร็จ และประสิทธิภาพในการเรียน ส่วนภาวะซึมเศร้า พบว่าภาวะซึมเศร้า มีความสัมพันธ์ทางลบกับสมรรถนะด้านการเรียนอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ( $r = -.05, p > .05$ ) สามารถอภิปรายผลได้ว่า นักศึกษาที่มีภาวะซึมเศร้าและท้อแท้ อาจเสียความสนใจในชีวิตประจำวัน การปฏิบัติกิจกรรม และความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองต่ำ เป็นผลให้ภาวะซึมเศร้า มีอิทธิพลทางลบต่อประสิทธิภาพทางวิชาการและการเรียน<sup>21</sup> ยิ่งไปกว่านั้นยังพบว่าภาวะซึมเศร้ามีความสัมพันธ์เชิงลบกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน โดยเฉพาะกับนักศึกษาหญิง

ที่มีระดับของภาวะซึมเศร้าที่สูงขึ้น<sup>22</sup>

สำหรับปัจจัยสนับสนุน ด้านทักษะการจัดการกับสถานการณ์ จากการศึกษาในนักศึกษาระดับมหาวิทยาลัยพบว่าผู้ที่มีทักษะในการจัดการกับสถานการณ์ในระดับที่สูงจะมีความสามารถในการลดผลกระทบในด้านลบของความเครียด จัดการกับเหตุการณ์หรือภาวะคุกคามได้ดี พัฒนาความมั่นใจและการเรียนได้ดีขึ้น<sup>9</sup> นอกจากนี้ยังพบว่าความเครียดจากการเรียนทำให้สมรรถนะทางการเรียนลดลง แต่ทักษะการจัดการกับสถานการณ์จะช่วยลดผลกระทบนั้นลงได้<sup>10</sup> แต่จากการศึกษาครั้งนี้พบว่าทักษะการจัดการกับสถานการณ์มีความสัมพันธ์กับสมรรถนะด้านการเรียนอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ( $r = .06, p > .05$ ) และไม่ได้เป็นปัจจัยทำนายสมรรถนะทางการเรียน ส่วนรายได้พบว่ารายได้ของนักศึกษามีความสัมพันธ์ทางลบกับสมรรถนะด้านการเรียนอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ( $r = -.05, p > .05$ ) ซึ่งแตกต่างจากผลการศึกษาที่ผ่านมาซึ่งพบว่านักศึกษาที่มีรายได้น้อยมักประสบปัญหาการขาดแรงจูงใจในการเรียน ไม่ประสบความสำเร็จในการเรียน และออกจากการศึกษา<sup>4</sup> ซึ่งอาจเป็นผลจากนักศึกษากลุ่มตัวอย่างในการศึกษานี้มีรายได้ในระดับปานกลางถึงสูง ( $M = 8,116.20, S.D = 3,684.62$ ) ทำให้นักศึกษา มีรายได้ที่เพียงพอ นอกจากนี้การมีเพื่อนสนิท พบว่ามีความสัมพันธ์ทางลบกับสมรรถนะด้านการเรียนอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ( $r = -.03, p > .05$ ) สามารถอภิปรายได้ว่า เพื่อนสนิทจะมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมในการเรียนของนักศึกษา เนื่องจากเพื่อนเป็นแหล่งสนับสนุนด้านการปรึกษาปัญหาต่างๆ ส่งเสริมความสามารถในการปรับตัวกับการเรียน และมีผลต่อความสำเร็จในการเรียน<sup>11</sup> แต่อย่างไรก็ตามผลการศึกษาในครั้งนี้พบว่ารายได้ของนักศึกษาและการมีเพื่อนสนิท ไม่ได้เป็นปัจจัยทำนายสมรรถนะทางการเรียน

## สรุป

การศึกษาปัจจัยทำนายสมรรถนะทางการเรียน ของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ โดยตัวแปรที่ศึกษาประกอบด้วยปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ และภาวะสุขภาพ ปัจจัยด้านจิตใจ



ได้แก่ ภาวะซึมเศร้า และความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง และปัจจัยสนับสนุน ได้แก่ ทักษะการจัดการกับสถานการณ์ การมีเพื่อนสนิท และรายได้ ซึ่งพบว่าความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองมีความสัมพันธ์ทางบวกกับสมรรถนะทางการเรียน และเป็นเพียงปัจจัยเดียวที่สามารถทำนายสมรรถนะทางการเรียนของนักศึกษาได้ แต่อย่างไรก็ตามเพศชาย การมีโรคประจำตัว ภาวะซึมเศร้า ทักษะการจัดการกับสถานการณ์ และการมีเพื่อนสนิทมีความสัมพันธ์กับสมรรถนะทางการเรียนทั้งทางบวกและลบเช่นกัน โดยที่ไม่ได้เป็นปัจจัยทำนาย

### ข้อเสนอแนะและการนำผลการวิจัยไปใช้

สามารถนำผลการศึกษาไปพัฒนาโปรแกรมให้ความช่วยเหลือนักศึกษาที่มีปัญหาสมรรถนะด้านการเรียนโดยเน้นการเพิ่มความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง

ร่วมกับเน้นปัจจัยที่เกี่ยวข้องได้แก่ เพศชาย การมีโรคประจำตัว ภาวะซึมเศร้า ทักษะการจัดการกับสถานการณ์ และการมีเพื่อนสนิท ดังนั้น บทบาทของพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวชหรือพยาบาลในหน่วยบริการสุขภาพในสถานศึกษา นอกจากการให้การปรึกษาแก่นักศึกษาที่มีปัญหาแล้ว การจัดโปรแกรมกลุ่มเสริมสร้างทักษะและคุณค่าในตนเองเพื่อเพิ่มผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนก็เป็นอีกบทบาทที่สำคัญอีกบทบาทหนึ่ง นอกจากนี้ในการศึกษาวิจัยครั้งต่อไปควรทำการขยายขอบเขตของกลุ่มตัวอย่างในการศึกษา รวมทั้งเพิ่มปัจจัยในการศึกษาที่ครอบคลุมปัจจัยอื่นๆ ที่มีผลต่อการเรียนของนักศึกษาต่อไป

### กิตติกรรมประกาศ

การศึกษาค้นคว้านี้ได้รับทุนสนับสนุนจากกองทุนวิจัยคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

### References

1. Deci E, Ryan R. Handbook of self-determination research. New York: University of Rochester Press. 2002.
2. Friedlander LJ, Reid GJ, Shupak N, Cribbie R. Social support, self-esteem, and stress as predictors of adjustment to university among first-year undergraduates. *J Coll Stud Dev* 2007; 48: 259-74.
3. Shaw S, Gomes P, Polotskaia A, Jankowska, A. The relationship between student health and academic performance: Implications for school psychologists. *Sch Psychol Int*. 2015; 36(2): 115-34.
4. Smith J, Naylor R. Determinants of degree performance in UK universities: A statistical analysis of the 1993 student cohort. *Oxford Bulletin of Economics and Statistics*, 2001; 63: 29-60. doi:10.1111/1468-0084.00208.
5. Kaushik N, Rani S. A comparative study of achievement motivation, home environment and parent child relationship of adolescents. *J Psychol Res*. 2005; 49: 189-194.
6. Reangsing C, Wongsuraprakiy S. Mental health related factors to the learning behaviors among first year student at Mae Fah Luang University. 2014; 41(1): 122-32. [In Thai]
7. Reangsing C. Predictive factors influence depression among secondary school students, regional education office, Chiang Rai Province. *Thai Journal of Nursing Council*. 2011; 26(2): 42-55. [In Thai]



8. Aryana M. Relationship between self-esteem and academic achievement amongst pre-university students. *J Appl Sci.* 2010; 10(20): 2474-2477.
9. Kennett DJ, Keefer K. Impact of learned resourcefulness and theories of intelligence on academic achievement of university student: An integrated approach. *Educ Psychol.* 2006; 26(3), 441-457.
10. Akgun S, Ciarrochi J. Learned resourcefulness moderates the relationship between academic stress and academic performance. *Educ Psychol.* 2003; 23(3): 287-294.
11. Turner P, Thompson E. College retention initiatives meeting the needs of millennial freshman students. *Col Stud J.* 2014; 48: 94-104.
12. Ryan R, Deci E. Self-Determination Theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *Am Psychol.* 2000; 55(1): 68-78.
13. Lewis-Beck, MS. *Data analysis: An introduction (quantitative applications in the social sciences).* Thousand Oaks, CA: Sage. 1995.
14. Pakwan W. Self-esteem of offenders in cruel cases: a case study of inmates at Samut Prakan Central Prison [thesis]. Cholburi: Burapa University; 2005. (In Thai)
15. Radloff L. The CES-D scale: A self-report depression scale for research in the general population. *Appl Psych Meas.* 1977; 1: 385-401.
16. Trangkasombat U, Lapboonsap W, & Havanon P. Using Center for Epidemiologic Studies-Depression Scale (CES-D) in screening for depression in adolescents. *Journal of the Psychiatric Association of Thailand,* 1997; 42(1): 2-13. (In Thai)
17. Zauszniewski JA, Lai CY, Tithiphontumrong S. Development and testing of the Resourcefulness Scale for older adults. *J Nurs Meas* 2006;14: 57-68.
18. Bunthumporn N. Effects of biofeedback training on negative affect, depressive cognitions, resourceful behaviors, and depressive symptoms in Thai elders [dissertation]. Cleveland, OH: Case Western Reserve University; 2012.
19. Flouri E. Parental interest in children's education, children's self-esteem and locus of control, and later educational attainment: twenty-six year follow-up of the 1970 British Birth Cohort. *Br J Educ Psychol,* 2006 76, 41-55.
20. Winning K. Self-esteem and academic success for urban, migrant, and high socio-economic students. George Fox University, ProQuest Dissertations Publishing, 2009.
21. Hamaideh SH, Hamdan-Mansour AM. Psychological, cognitive, and personal variables that predict college academic achievement among health sciences students. *Nurs Educ Today.* 2014; 34, 703-708.
22. Busari A. Evaluating the relationship between gender age depression and academic performance among adolescents. *Scholar J of Ed.* 2012; 1(1), 6-12.