

# การศึกษาความสุขของนักเรียนพยาบาลทหารอากาศ

## A study of the Happiness of Air Force Student Nurses

เกษร เกษมสุข กรรณิกา วิชัยเนตร\*

Kesorn Kasemsuk Kannika Wichainate\*

วิทยาลัยพยาบาลทหารอากาศ กรุงเทพฯ ประเทศไทย 10220

Royal Thai Air Force Nursing College, Bangkok, Thailand 10220

### บทคัดย่อ

การศึกษานี้เป็นการวิจัยเชิงพรรณนา มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความสุขของนักเรียนพยาบาลทหารอากาศ (นพอ.) และเปรียบเทียบความสุขของ นพอ. จำแนกตามชั้นปี กลุ่มตัวอย่าง คือ นพอ.ชั้นปีที่ 1-4 ปีการศึกษา 2559 จำนวน 137 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ ดัชนีชี้วัดสุขภาพจิตคนไทยฉบับสมบูรณ์ใหม่ ปี 2550 (55 ข้อ) วิเคราะห์ข้อมูลโดยการแจกแจงความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ยเลขคณิต และการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว

ผลการวิจัยพบว่า นพอ. มีความสุขเท่ากับคนทั่วไป คะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 173.7 ส่วนใหญ่มีความสุขเท่ากับคนทั่วไป ร้อยละ 64.96 (n = 89) รองลงมามีความสุขมากกว่าคนทั่วไป ร้อยละ 27.74 (n = 38) และมีความสุขน้อยกว่าคนทั่วไปร้อยละ 7.30 (n = 10) เมื่อศึกษาความสุขจำแนกตามชั้นปี พบว่า ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 (F = 0.715, p = 0.545) โดย นพอ.ชั้นปีที่ 2 มีคะแนนเฉลี่ยความสุขมากที่สุด (174.92) รองลงมาคือ นพอ.ชั้นปีที่ 4, 1 และ 3 มีคะแนนเฉลี่ยความสุขเท่ากับ 174.9, 174 และ 171.03 ตามลำดับ

**ข้อเสนอแนะ:** จากผลการศึกษา มีข้อเสนอแนะ 3 ประการ ดังนี้ 1) ควรดำรงไว้ซึ่งสัมพันธภาพที่ดีระหว่างเพื่อน พี่ และน้อง ด้วยการจัดกิจกรรมที่ให้นพอ.ทุกชั้นปีทำร่วมกัน 2) ควรดำรงไว้ซึ่งการจัดระบบสิ่งแวดล้อมที่ดีให้กับ นพอ. และพัฒนาให้ดียิ่งขึ้นอย่างต่อเนื่อง 3) ควรประเมินความสุขของ นพอ. ทุกคน ในทุกภาคการศึกษา เพื่อติดตามประเมินระดับความสุขของ นพอ. และสามารถช่วยเหลือ นพอ. ที่มีปัญหาได้อย่างทันทั่วทั้งที่ และเหมาะสม

**คำสำคัญ :** ความสุข นักเรียนพยาบาลทหารอากาศ วิทยาลัยพยาบาลทหารอากาศ

### Abstract

This descriptive research aimed to examine the happiness of Air Force Student Nurses (AFSNs) and compared the happiness classified by year of studying. The sample consisted of 137 AFSNs from 1<sup>st</sup> year to 4<sup>th</sup> year Academic Year 2016. The research instrument was Thai Mental Health Indicator Version 2007. Data were analyzed using descriptive statistics and one-way ANOVA.

The research finding: The average score of happiness of the AFSNs were 173.7 which similar to normal people. The majority of the Air Force Student Nurses 'happiness were the same as normal people 64.96% (n = 89), more happiness than normal people 27.74% (n = 38) and less happiness than normal people 7.30% (n = 10). When classify by year of studying, it was found not different of happiness at significance level of 0.05 (F = 0.715, p = 0.545). The finding defined 2<sup>nd</sup> year, 4<sup>th</sup> year, 1<sup>st</sup> year and 3<sup>rd</sup> year of AFSNs had mean scores of happiness 174.92, 174.90, 174.00 and 171.03 respectively.

ผู้แต่งหลัก (Corresponding Author) : \*E-mail: kanni.banana@gmail.com

\*อาจารย์ภาควิชาความรู้พื้นฐาน กองการศึกษา วิทยาลัยพยาบาลทหารอากาศ

Recommendation: The study suggested three ways were 1) Should maintain good relationship among junior and senior with group activities. 2) Should maintain an organized environment favorable to AFSNs and develop consistently. 3) Should assess the happiness of AFSNs in everyone and very semester to follow the level of happiness for helping is timely and appropriate.

**Keywords :** Happiness, Air Force Nursing Students, Royal Thai Air Force Nursing College

## บทนำ

การพยาบาลเป็นวิชาชีพที่ให้บริการแก่บุคคล ทุกกลุ่มวัย ในระดับบุคคล ครอบครัวและ ชุมชน ทั้งใน ภาวะปกติ และเจ็บป่วย เป็นการจัดระบบการช่วยเหลือ อย่างต่อเนื่องที่ครอบคลุมทั้งด้านการส่งเสริมสุขภาพ การป้องกันโรค การดูแลรักษาและการฟื้นฟูสภาพ เพื่อให้ ประชาชนมีสุขภาพกายและจิตใจที่สมบูรณ์และมีคุณภาพชีวิตที่ดี<sup>1</sup> แต่เมื่อเทียบอัตราส่วนระหว่างพยาบาลต่อจำนวนประชากรพบว่า ปัจจุบันประเทศไทยยังขาดแคลนพยาบาลวิชาชีพซึ่งถือว่าเป็นกำลังหลักในการขับเคลื่อนระบบสุขภาพเป็นจำนวนมาก โดยเป็นการขาดแคลนในกระทรวงสาธารณสุขมากที่สุดประมาณ 31,250 คน และการขาดแคลนนี้อาจทวีความรุนแรงมากยิ่งขึ้น<sup>2</sup> ดังนั้นการเร่งผลิตและรักษากำลังพลด้านพยาบาลจึงเป็นวาระเร่งด่วนของชาติ

วิทยาลัยพยาบาลทหารอากาศเป็นสถาบันการศึกษาพยาบาล ในสังกัดกระทรวงกลาโหม มีหน้าที่รับบุคคลพลเรือน เป็นนักเรียนพยาบาลทหารอากาศ (นพอ.) เพื่อเข้าสู่กระบวนการผลิตเป็นพยาบาลวิชาชีพที่มีคุณภาพต่อไปในอนาคต ซึ่ง นพอ. จะต้องได้รับการฝึกฝน และมีความพร้อมในการดูแลช่วยเหลือผู้ป่วยทั้งร่างกายและจิตใจ เพื่อให้ผู้ป่วยอยู่ในสภาวะที่สามารถต่อสู้กับสภาพความเจ็บป่วยได้อย่างดีที่สุดเท่าที่จะสามารถทำได้ รวมทั้งให้บริการแก่บุคคลทุกวัย ในระดับบุคคล ครอบครัวและชุมชน ทั้งในภาวะปกติและเจ็บป่วย จัดระบบการช่วยเหลืออย่างต่อเนื่องที่ครอบคลุม 4 มิติทางการพยาบาล เนื่องจากพยาบาลที่มีคุณภาพ มีความพร้อมและสมบูรณ์ทางด้านร่างกายและจิตใจ หรือกล่าวอีกนัยหนึ่งคือ พยาบาลที่มีความสุข หรือสุขภาพจิตดี จะสามารถให้การพยาบาลผู้มารับบริการได้อย่างมีประสิทธิภาพ ตามความคาดหวังของสังคม<sup>1</sup> จะเห็นว่าความสุข เป็นเป้าหมายสูงสุดและเป้าหมายสุดท้ายที่แต่ละคนพึงปรารถนาที่จะได้รับ โดยที่ความสุขจะอยู่เบื้องหลังของการดำเนินกิจกรรมต่างๆ ในชีวิต ไม่ว่าจะเป็นการตัดสินใจทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งหรือแม้แต่การตัดสินใจที่จะไม่ทำสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ในที่สุดแล้วเหตุผลสุดท้ายในการตัดสินใจเลือกกระทำหรือไม่กระทำนั้นขึ้นอยู่กับความสุข

ของแต่ละบุคคล<sup>3, 4</sup> ความสุขจึงเป็นอีกตัวบ่งชี้หนึ่งที่แสดงถึงความพร้อมในการปฏิบัติงานและการมีจิตบริการ (service mind)<sup>1</sup> ดังนั้น นพอ. ทุกคนจึงเป็นผู้ที่ต้องได้รับการพัฒนาให้เป็นบัณฑิตที่พึงประสงค์ นอกจากจะเป็นคนเก่งแล้ว จะต้องเป็นคนดีและมีความสุขด้วย ซึ่งจะส่งผลโดยตรงต่อตนเอง คนรอบข้าง และผู้ป่วย กล่าวคือ เมื่อเป็นนักเรียนพยาบาลที่มีความสุขก็มีแนวโน้มที่จะเป็นพยาบาลที่มีความสุข เกิดความตั้งใจในการทำงานและพร้อมที่จะดูแลผู้ป่วยอย่างเต็มความสามารถ และไม่เกิดข้อผิดพลาดในการปฏิบัติงาน<sup>5</sup>

จากการทบทวนวรรณกรรม<sup>6, 7, 8</sup> พบว่านักศึกษาพยาบาลเป็นกลุ่มที่อยู่ภายใต้ความกดดัน มีความเครียดสูง และมีความสุขในการเรียนค่อนข้างน้อย เนื่องมาจากการที่ต้องปรับตัวกับสิ่งแวดล้อมใหม่ การใช้ชีวิตภายใต้กฎระเบียบในหอพัก การดำรงชีวิตกับบุคคลที่มีความแตกต่างหลากหลาย วิชาเรียนที่มีความซับซ้อน การมอบหมายงานที่จำนวนมาก และการฝึกปฏิบัติงานที่เกี่ยวข้องกับความเจ็บป่วยและความสูญเสีย ส่งผลให้นักศึกษาเกิดความเบื่อหน่ายในการเรียน เกิดการเรียนรู้ที่ไม่ดี ทำให้ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ จนต้องลาออกกลางคัน ในทางตรงกันข้ามหากนักศึกษามีความสุขในการเรียนรู้เพิ่มขึ้น จะก่อให้เกิดการเรียนรู้ที่ดี เพิ่มความสามารถในการจดจำ และต้องการที่จะเรียนรู้เพิ่มขึ้น ดังนั้นจึงจำเป็นต้องเสริมสร้างความสุขในการเรียนพยาบาลเพื่อให้นักศึกษามีความสุขเพิ่มขึ้น มีความสามารถในการปรับตัวที่ดี และคงอยู่ในวิชาชีพเพิ่มมากขึ้น เนื่องจากความสุขนั้น จะส่งผลให้ สมองหลังสารเคมีที่เกี่ยวข้องกับความสุข เช่น โดปามีน นอร์เอพิเนพรีน และเอ็นดอร์ฟินและสารเคมีที่เกี่ยวข้องกับสติปัญญาและการเรียนรู้ เช่น อะซิติลโคลีน และเซโรโทนิน ซึ่งมีผลต่ออารมณ์ คือ เกิดความสุขในการเรียนรู้ มีผลต่อสติปัญญาคือ สมองต้นตัวที่จะเรียนรู้ และมีผลต่อพฤติกรรมดังนี้ ทำให้เกิดความอยากรู้อยากเห็น กระตือรือร้น สนใจใฝ่คว้า อยากรู้อยากรู้ สนุกที่จะได้เรียนรู้ เกิดพลังที่จะทำสิ่งต่าง ๆ เรียนรู้อย่างต่าง ๆ จำได้ในสิ่งที่เรียนรู้

นอกจากจะก่อให้เกิดผลดีต่อด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์แล้วยังนำไปสู่การประสบความสำเร็จ ทั้งในด้านการเรียน การงาน และความสัมพันธ์ที่ดีต่อผู้อื่น มีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น และประสบความสำเร็จในชีวิตด้านอื่น ๆ อีกด้วย สอดคล้องกับการศึกษาที่ผ่านมา<sup>9</sup> ที่พบว่าความสุขเป็นปัจจัยสำคัญในการดำรงชีวิต และมีผลอย่างมากในการศึกษาและขึ้นฝึกปฏิบัติงานบนหอผู้ป่วยของนักศึกษาพยาบาลโรงเรียนพยาบาลรามาธิบดี ซึ่งกลยุทธ์เพื่อเพิ่มความสุขให้กับนักเรียนพยาบาลมีหลายวิธี เช่น การฝึกอารมณ์ความคิดให้มีความสุข การทำกิจกรรมต่างๆ ด้วยตนเอง และร่วมกับผู้อื่น บำเพ็ญตนให้เกิดประโยชน์ต่อส่วนรวม การจัดการเรียนการสอนที่กระตุ้นให้ผู้เรียนสนใจ สนุกสนาน ประทับใจ เน้นการปฏิบัติ เป็นต้น<sup>7,8</sup> นอกจากนี้ยังพบว่า การเรียนการสอนที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญและความภาคภูมิใจในตนเองมีอิทธิพลทางตรงเชิงบวกต่อความสุข<sup>10</sup> และควรปลูกฝังให้ผู้เรียนเกิดความยึดมั่นผูกพันในวิชาชีพการพยาบาลเพื่อแก้ไขปัญหาการขาดแคลนพยาบาลวิชาชีพต่อไป โดยพัฒนาปัจจัยหลักสูตรและปัจจัยเกื้อหนุน ซึ่งทั้งสองปัจจัยสามารถร่วมกันอธิบายความผันแปรของความยึดมั่นผูกพันในวิชาชีพพยาบาล ได้ร้อยละ 51.40<sup>11</sup>

ดังนั้นการศึกษาเกี่ยวกับความสุขของ นพอ. จึงเป็นเรื่องที่สำคัญลำดับแรกในการพัฒนาผู้เรียนสู่บัณฑิตที่พึงประสงค์และเป็นพยาบาลวิชาชีพที่มีคุณภาพ อย่างไรก็ตามที่ผ่านมา ยังไม่มีการศึกษาความสุขของ นพอ. ในแต่ละชั้นปีว่าเป็นอย่างใด มีความเหมือนหรือแตกต่างกันหรือไม่ ดังนั้นคณะผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะทำการศึกษาความสุขของนักเรียนพยาบาลทหารอากาศ ปีการศึกษา 2559 เพื่อเป็นแนวทางในการเตรียมความพร้อมและพัฒนาความสุขของ นพอ. ให้มีสุขภาพกายและสุขภาพใจที่ดี และนำไปสู่การจัดการบริการหรือจัดกิจกรรมที่สนับสนุนและส่งเสริมสุขภาพจิตของ นพอ. ให้สามารถดำเนินชีวิตในวิทยาลัยพยาบาลทหารอากาศได้อย่างมีความสุข ประสบความสำเร็จในการศึกษาและพร้อมที่จะเป็นพยาบาลที่มีหัวใจที่ดีในการให้บริการต่อไป

## วัตถุประสงค์การวิจัย

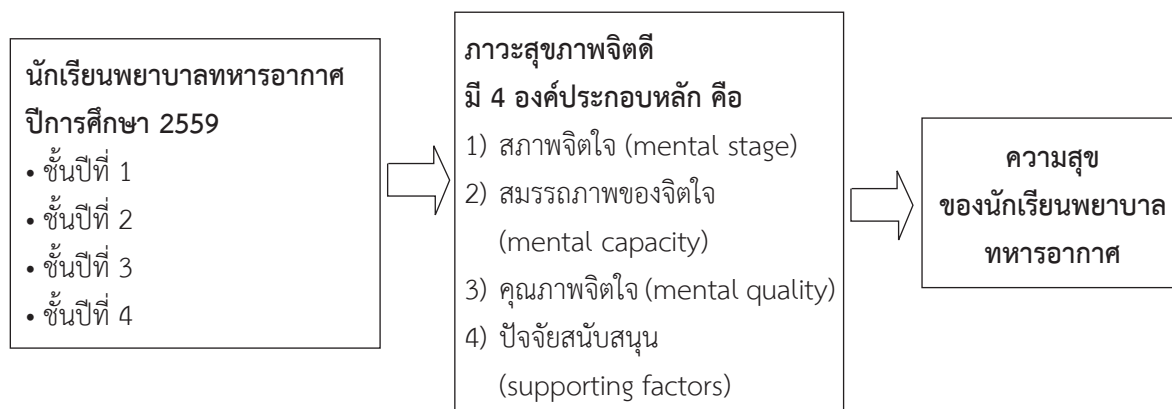
1. เพื่อศึกษาความสุขของ นพอ.ชั้นปีที่ 1-4 ปีการศึกษา 2559
2. เพื่อเปรียบเทียบระดับความสุขของ นพอ. จำแนกตามชั้นปี

## สมมติฐานการวิจัย

1. นพอ.ชั้นปีที่ 1-4 มีความสุขในระดับปกติ
2. ความสุขของ นพอ. จำแนกตามชั้นปีแตกต่างกัน

## กรอบแนวคิดในการวิจัย

การศึกษาในครั้งนี้ใช้กรอบแนวคิดของความหมายของสุขภาพจิต ซึ่งความสุขจัดเป็นองค์ประกอบหนึ่งที่สำคัญเกี่ยวกับสุขภาพจิต ความสุข หมายถึง สภาพชีวิตที่เป็นสุขของบุคคล ซึ่งเกิดจากการมีความสามารถที่จะจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิต การมีจิตใจที่ดีงาม และการพัฒนาดตนเองให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีท่ามกลางความเปลี่ยนแปลงทางสังคมได้ การมีภาวะสุขภาพจิตดีมีองค์ประกอบที่สำคัญ 4 ด้าน คือ 1) สภาพจิตใจ (mental stage) 2) สมรรถภาพของจิตใจ (mental capacity) 3) คุณภาพจิตใจ (mental quality) และ 4) ปัจจัยสนับสนุน (supporting factors) อธิบายได้ดังนี้ 1) สภาพจิตใจ คือ การรับรู้สภาพที่เป็นสุขหรือเป็นทุกข์ของจิตใจตนเองและการเจ็บป่วยทางกายที่มีผลต่อจิตใจ การพิจารณาสภาพจิตใจของบุคคลจึงจากความผาสุกในปัจจุบัน ซึ่งบุคคลจะแสดงออกทางอารมณ์ ความคิด ความรู้สึก และการรับรู้สภาวะสุขภาพของตนเอง 2) สมรรถภาพของจิตใจ คือ ความสามารถในการสร้างสัมพันธ์ภาพกับผู้อื่น และสามารถในการเผชิญและแก้ไขปัญหา ในชีวิต 3) คุณภาพจิตใจ คือ ลักษณะของจิตใจที่ดีงามที่เป็นประโยชน์ต่อตนเองและสังคม ช่วยให้ดำเนินชีวิต ได้อย่างเป็นสุขและมีคุณภาพชีวิตที่ดี และ 4) ปัจจัยสนับสนุน คือปัจจัยที่ส่งเสริมให้บุคคลมีสุขภาพจิตที่ดี เช่น ครอบครัว ชุมชน ศาสนา ความเชื่อ และสิ่งแวดล้อมที่ช่วยให้รู้สึกมั่นคงปลอดภัย เป็นต้น ปัจจัยสนับสนุนจึงมุ่งเน้นที่การรับรู้เกี่ยวกับบุคคลแวดล้อม และสิ่งแวดล้อมที่มีอิทธิพลต่อจิตใจและการดำเนินชีวิต<sup>12</sup> ดังแผนภาพที่ 1



แผนภาพที่ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย

### วิธีการดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาเชิงพรรณนา (Descriptive Research) โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาระดับความสุขของ นพอ.ชั้นปีที่ 1-4 ปีการศึกษา 2559 และเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความสุขของ นพอ.จำแนกตามชั้นปี

กลุ่มตัวอย่างคือ นพอ.ชั้นปีที่ 1-4 ปีการศึกษา 2559 จำนวน 137 คน จากจำนวนประชากรคือ นพอ. ทั้งหมด 208 คน กำหนดให้  $N$  = จำนวนประชากร,  $n$  = ขนาดกลุ่มตัวอย่าง,  $e$  = ค่าความคลาดเคลื่อนที่จะยอมรับได้ และใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบชั้นภูมิ (Stratified sampling) โดยมีรายละเอียดของกลุ่มตัวอย่าง ดังนี้ นพอ. ชั้นปีที่ 1 จำนวน 37 คน จาก 56 คน นพอ. ชั้นปีที่ 2 จำนวน 36 คน จาก 55 คน นพอ. ชั้นปีที่ 3 จำนวน 34 คน จาก 52 คน และ นพอ. ชั้นปีที่ 4 จำนวน 30 คน จาก 45 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้คือ ดัชนีชี้วัดสุขภาพจิตคนไทยฉบับสมบูรณ์ (55 ข้อ) ของกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข<sup>14</sup> ประกอบด้วย 2 ส่วน ได้แก่ แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป และแบบวัดความสุขของ นพอ. ซึ่งมีคะแนนเต็มทั้งหมด 220 คะแนน แปลผลคะแนนดังนี้ 179–220 คะแนน หมายถึง มีความสุขมากกว่าคนทั่วไป (Good) 158–178 คะแนน หมายถึง มีความสุขเท่ากับคนทั่วไป (Fair) 157 คะแนนหรือน้อยกว่า หมายถึง มีความสุขน้อยกว่าคนทั่วไป (Poor) ผู้วิจัยนำเครื่องมือไปตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา และความเหมาะสมของ ภาษาที่ปรับให้เหมาะสมกับบริบทของกลุ่มตัวอย่างโดยผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 ท่าน โดยใช้ดัชนีสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับวัตถุประสงค์ หรือเนื้อหา (Index of item objective congruence : IOC) มีค่า IOC ระหว่าง 0.5-1 ทุกข้อ และ นำเครื่องมือไปทดลองใช้กับ นพอ. ซึ่งมีลักษณะคล้ายคลึงกับ กลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาจำนวน 30 คน คำนวณหาค่าความเชื่อมั่น

โดยหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) พบว่ามีค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม (Reliability) เท่ากับ 0.91

วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูลทำโดยให้กลุ่มตัวอย่างตอบแบบสอบถาม และตรวจสอบความสมบูรณ์ของแบบสอบถามก่อนนำไปวิเคราะห์ ข้อมูลทั่วไปวิเคราะห์โดยใช้สถิติการแจกแจงความถี่ ค่าร้อยละ และค่าเฉลี่ยเลขคณิต ข้อมูลความสุขของ นพอ. วิเคราะห์โดยใช้สถิติค่าเฉลี่ยเลขคณิต และเปรียบเทียบความสุขของ นพอ. จำแนกตามชั้นปี โดยใช้สถิติการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One-way ANOVA) กำหนดนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

### การพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่าง

ผู้วิจัยอธิบายและตอบข้อสงสัยแก่กลุ่มตัวอย่างเกี่ยวกับวัตถุประสงค์ของการวิจัย วิธีการวิจัย ความปลอดภัย อาการ หรืออันตรายที่อาจเกิดขึ้น รวมทั้งประโยชน์ที่จะได้รับจากการวิจัยโดยละเอียดตามเอกสารชี้แจงผู้เข้าร่วมการวิจัย พร้อมให้กลุ่มตัวอย่างลงลายมือชื่อยินยอมเข้าร่วมวิจัยตามความสมัครใจ ผู้วิจัยเก็บข้อมูลส่วนตัวของกลุ่มตัวอย่างเป็นความลับ และนำเสนอข้อมูลในภาพรวม กลุ่มตัวอย่างมีสิทธิ์ที่จะตอบรับหรือปฏิเสธการเข้าร่วมวิจัยได้อย่างอิสระโดยไม่มีผลกระทบต่อการเรียน และการดำรงชีวิตในวิทยาลัยพยาบาลทหารอากาศ และสามารถถอนตัวออกจากการศึกษาได้ตลอดเวลาโดยไม่มีผลกระทบใดๆทั้งสิ้น และได้รับการพิจารณาด้านจริยธรรมโดยคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ของโรงพยาบาลภูมิพลอดุลยเดช กรมแพทย์ทหารอากาศเลขที่รับรอง IRB. No.071/60

## ผลการวิจัย

## 1. ข้อมูลส่วนบุคคล

นพอ.ชั้นปีที่ 1-4 มีอายุระหว่าง 18-22 ปีอายุเฉลี่ย 19.86 ปี มีภูมิลำเนาจากภาคกลางมากที่สุด ร้อยละ 35.77 รองลงมาคือภาคเหนือ ร้อยละ 25.55 ปีดาและมารดาประกอบอาชีพรับราชการมากที่สุดคิดเป็นร้อยละ 29.93 และ 22.63 ตามลำดับ รองลงมาคือ รับจ้างและค้าขาย ร้อยละ 22.63 และ 21.17 ตามลำดับ ส่วนใหญ่ มีสถานะทางการเงินเพียงพอ ร้อยละ 82.48 ผลการศึกษาในปีที่ผ่านมาส่วนใหญ่อยู่ในช่วง 3.01-3.50 ร้อยละ 43.07 รองลงมาคือ 3.51-4.00 ร้อยละ 28.47 ได้รับทุนกองทัพอากาศ ร้อยละ 67.15 และสมัครใจในการตัดสินใจเข้าศึกษาต่อที่ วพอ.พอ. ร้อยละ 88.32

## 2. ข้อมูลความสุขของ นพอ.

ผลการศึกษาครั้งนี้พบว่า นพอ. มีค่าเฉลี่ยคะแนนความสุขอยู่ในระดับปกติเท่ากับคนทั่วไป เท่ากับ 173.70 คะแนน โดยคะแนนเฉลี่ยความสุขของ นพอ.ชั้นปีที่ 1, 2, 3

และ 4 อยู่ในระดับเท่ากับคนทั่วไป มีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 174.00, 174.91, 171.02 และ 174.90 ตามลำดับ มี นพอ. ที่มีค่าเฉลี่ยคะแนนความสุขมากกว่าคนทั่วไป จำนวน 38 คน คิดเป็นร้อยละ 27.74 นพอ. ที่มีค่าเฉลี่ยคะแนนความสุขเท่ากับคนทั่วไป จำนวน 89 คน คิดเป็นร้อยละ 64.96 และ นพอ. ที่มีค่าเฉลี่ยคะแนนความสุขน้อยกว่าคนทั่วไป จำนวน 10 คน คิดเป็นร้อยละ 7.30 เมื่อเปรียบเทียบโดยแยกเป็นชั้นปี พบว่า นพอ. ชั้นปีที่ 3 มีค่าเฉลี่ยคะแนนความสุขน้อยกว่าคนทั่วไปมากที่สุด ( $n = 4$ , ร้อยละ 11.76) รองลงมา คือ นพอ. ชั้นปีที่ 2 ( $n = 3$ , ร้อยละ 8.33), นพอ.ชั้นปีที่ 1 จำนวน 2 คน (ร้อยละ 5.40) และนพอ.ชั้นปีที่ 4 จำนวน 1 คน (ร้อยละ 3.33) ตามลำดับ ดังตารางที่ 1

## 3. ความสุขของ นพอ. จำแนกตามชั้นปี

พบว่าความสุขของ นพอ. จำแนกตามชั้นปีไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ( $F = .715$ ,  $p = .545$ ) ดังตารางที่ 2

ตารางที่ 1 คะแนนเฉลี่ยความสุขและระดับความสุขของ นพอ.ชั้นปีที่ 1-4

| ชั้นปี | คะแนนความสุขเฉลี่ย<br>$\bar{X}$ | ค่าต่ำสุด<br>(min) | ค่าสูงสุด<br>(max) | น้อยกว่า<br>คนทั่วไป<br>( $\leq 157$ คะแนน)<br>n (ร้อยละ) | ระดับความสุข<br>เท่ากับคนทั่วไป<br>(158-178 คะแนน)<br>n (ร้อยละ) | มากกว่า<br>คนทั่วไป<br>(179-220 คะแนน)<br>n (ร้อยละ) |
|--------|---------------------------------|--------------------|--------------------|-----------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|
| 1      | 174.00                          | 155                | 203                | 2 (5.40)                                                  | 26 (70.27)                                                       | 9 (24.32)                                            |
| 2      | 174.92                          | 153                | 210                | 3 (8.33)                                                  | 20 (55.56)                                                       | 13 (36.11)                                           |
| 3      | 171.03                          | 146                | 195                | 4 (11.76)                                                 | 24 (70.59)                                                       | 6 (17.65)                                            |
| 4      | 174.90                          | 144                | 200                | 1 (3.33)                                                  | 19 (63.33)                                                       | 10 (33.33)                                           |
| รวม    | 173.70                          | 144                | 210                | 10 (7.30)                                                 | 89 (64.96)                                                       | 38 (27.74)                                           |

ตารางที่ 2 ผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความสุขของ นพอ. จำแนกตามชั้นปี

|                | Sum of Squares | df  | Mean Square | F    | p-value |
|----------------|----------------|-----|-------------|------|---------|
| Between Groups | 342.309        | 3   | 114.103     | .715 | .545    |
| Within Groups  | 21230.421      | 133 | 159.627     |      |         |
| Total          | 21572.730      | 136 |             |      |         |

## สรุปและอภิปรายผล

ผลการศึกษาครั้งนี้พบว่า นพอ. มีค่าเฉลี่ยคะแนนความสุขอยู่ในระดับปกติเท่ากับคนทั่วไป เท่ากับ 173.70 คะแนน โดยส่วนใหญ่ นพอ. มีค่าเฉลี่ยคะแนนความสุขเท่ากับคนทั่วไป คิดเป็นร้อยละ 64.96 มีค่าเฉลี่ยคะแนนความสุขมากกว่าคนทั่วไป คิดเป็นร้อยละ 27.74 และมีค่าเฉลี่ยคะแนนความสุขน้อยกว่าคนทั่วไป คิดเป็นร้อยละ 7.30 อาจจะเป็นไปได้ว่า ห้วงเวลาการเก็บข้อมูลอยู่ในช่วงต้นของปีการศึกษาคือระหว่างปลายเดือนสิงหาคมและต้นเดือนกันยายน ซึ่งเพิ่งเริ่มเข้าสู่กิจกรรมการเรียนการสอน ยังไม่มีการสอบ หรืองานมอบหมายที่มีจำนวนมาก จึงทำให้ค่าเฉลี่ยคะแนนความสุขของ นพอ. ส่วนใหญ่อยู่ในระดับเท่ากับ คนทั่วไป และเมื่อเปรียบเทียบกับแยกเป็นชั้นปีพบว่า นพอ. ชั้นปีที่ 3 มีค่าเฉลี่ยคะแนนความสุขน้อยที่สุด และมีจำนวนผู้ที่มีค่าเฉลี่ยคะแนนความสุขน้อยกว่าคนทั่วไปมากที่สุด ( $n = 4$ , ร้อยละ 11.76) อาจอธิบายได้ว่า นพอ. ชั้นปีที่ 3 อยู่ในระหว่างการเรียนวิชาการพยาบาลมารดา-ทารกและการผดุงครรภ์ 3 เพื่อเตรียมความพร้อมก่อนการขึ้นฝึกปฏิบัติการพยาบาลมารดา-ทารกและการผดุงครรภ์ 1 วิชาการพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวช 2 และมีการขึ้นฝึกปฏิบัติการพยาบาลเด็กและวัยรุ่น 2 ปฏิบัติการพยาบาลผู้ใหญ่ 2 และปฏิบัติการพยาบาลผู้สูงอายุ 15 ซึ่งอาจส่งผลให้ความสุขลดลงจากภาวะกดดันทางด้านการเรียนทั้งภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติสอดคล้องกับวรรณกรรมและการศึกษาที่ผ่านมา<sup>1,8</sup> ซึ่งพบว่าในภาพรวมนักศึกษาคณะพยาบาลศาสตร์มีความสุขเท่ากับคนทั่วไปคิดเป็นร้อยละ 41.8 และมีความสุขมากกว่าคนทั่วไปคิดเป็นร้อยละ 49.4 เมื่อเปรียบเทียบโดยแยกเป็นชั้นปี พบว่าชั้นปีที่ 3 มีความสุขน้อยกว่าคนทั่วไปมากที่สุด ( $n = 19$ , ร้อยละ 3) และมีค่าเฉลี่ยคะแนนความสุขต่ำที่สุด ซึ่งชั้นปีที่ 3 เป็นชั้นปีที่มีการเรียนการสอนค่อนข้างหนักทั้งภาคทฤษฎีและปฏิบัติเช่นเดียวกับชั้นปีที่ 3 ของการศึกษาคครั้งนี้ อีกทั้งจากผลการวิเคราะห์ข้อมูลส่วนตัวของกลุ่มตัวอย่างในการศึกษาคครั้งนี้พบว่า ส่วนใหญ่มีสถานะทางเศรษฐกิจที่ดีคือ ครอบครัวมีรายได้เพียงพอเหลือเก็บ 126 คน คิดเป็นร้อยละ 91.97 ได้รับทุนกองทัพอากาศ จำนวน 93 คน คิดเป็นร้อยละ 67.88 ซึ่งทำให้มีภาระค่าใช้จ่ายในการเรียนน้อยกว่าผู้ที่ใช้ทุนส่วนตัว และสมัครใจเข้ารับการการศึกษาที่ วพอ.พอ. จำนวน 122 คน คิดเป็นร้อยละ 89.05 จึงอาจทำให้มีค่าเฉลี่ยคะแนนความสุขในภาพรวมอยู่ในระดับเท่ากับคนทั่วไป และมีค่าค่อนข้างไปในระดับดีกว่าคนทั่วไป ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาที่ผ่านมา<sup>1</sup> ที่พบว่านักศึกษาที่มีรายรับเพียงพอต่อค่าใช้จ่าย

จ่ายมีค่าเฉลี่ยคะแนนความสุขโดยรวมสูงกว่ากลุ่มที่มีรายรับไม่เพียงพอต่อค่าใช้จ่าย และกลุ่มที่เลือกเรียนพยาบาลด้วยความสมัครใจมีค่าเฉลี่ยคะแนนความสุขโดยรวมสูงกว่ากลุ่มที่เลือกเรียนพยาบาลด้วยความไม่สมัครใจ และเมื่อพิจารณาในด้านปัจจัยสนับสนุนที่ วพอ.พอ. จัดให้มีขึ้น และยังถือว่าเป็นสิ่งแวดล้อมรอบตัวที่มีผลต่อทั้ง 4 มิติ ได้แก่ กาย จิต สังคม และจิตวิญญาณ พบว่า วพอ.พอ. มีความปลอดภัยต่อชีวิตและทรัพย์สิน เนื่องจากมีระบบรักษาความปลอดภัยที่ดี มีนายทหารเวรของกรมแพทย์ทหารอากาศ สารวัตรทหาร รพ.ของ รพ.ภูมิพลอดุลยเดช อาจารย์และนพอ.เวรประจำวันคอยดูแลความปลอดภัย เมื่อมีปัญหาข้อขัดข้องจะได้รับช่วยเหลือตามที่ต้องการจากเพื่อน รุ่นพี่ รุ่นน้อง อาจารย์หรือบุคคลอื่นๆ ใน วพอ.พอ. เสมอ อีกทั้งมี รพ.ภูมิพลอดุลยเดช ซึ่งตั้งอยู่ใกล้ วพอ.พอ. ที่สามารถไปใช้บริการได้ตลอดเวลาเมื่อเจ็บป่วย มีห้องสโมสรม นพอ. เพื่อทำกิจกรรมต่างๆ มีห้องพักผ่อนในหอพักและอาคารเรียน และมีกิจกรรมเสริมหลักสูตรที่หลากหลายเพื่อส่งเสริมให้ผู้เรียนมีขวัญและกำลังใจ และความสามารถปรับตัวเข้ากับสถานการณ์ต่างๆ ได้เป็นอย่างดี เช่น กิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ ชมรมดนตรี ชมรมพุทธศาสนา ชมรมหัตถศิลป์ กิจกรรมรับขวัญสวี่แด่ พิธีมอบหมวกพยาบาล กิจกรรม วพอ. สัมพันธ์การยิงชีพินป่าและการฝึกทหารร่วม 4 ชั้นปี เพื่อฝึกความเข้มแข็งด้านจิตใจให้มีความอดทน เสียสละ และความเป็นผู้นำ รวมถึงการจัดโปรแกรมปฏิบัติธรรมเพื่อพัฒนาจิตใจให้เกิดความสงบภายใน เป็นต้น สอดคล้องกับแนวคิดสุขภาพจิตดี<sup>12</sup> และผลการศึกษาที่ผ่านมา<sup>16</sup> พบว่าแหล่งที่มาของความสุขของนักศึกษามาจาก 1) ด้านการเรียนการสอน เช่น การมีกิจกรรมการเรียนเสริมหลักสูตร เป็นต้น 2) ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก เช่น มีบริการเครื่องซักผ้าหยอดเหรียญ เป็นต้น 3) ด้านสถานที่ เช่น มีสถานพยาบาลที่ให้บริการทางสุขภาพที่พอเพียงและสะดวก มีโรงอาหารกลางวัน/กลางคืน และซุ้มใต้อาคารเรียนขายอาหาร/เครื่องดื่ม เป็นต้น และ 4) ด้านกิจกรรม คือมีกิจกรรมทางศาสนาต่างๆ ได้ร่วมกิจกรรมสำคัญ เช่น พิธีพระราชทานปริญญาบัตร พิธีไหว้ครู มีกิจกรรมเฉพาะวิชา (รับหมวก/ขีด/เข็ม/กาวน/ซิป/ป้ายชื่อ) มีกิจกรรมรับน้องของสาขาวิชา/กิจกรรมรุ่นพี่-รุ่นน้อง มีกิจกรรมของหอพัก มีกิจกรรมรับน้องของมหาวิทยาลัย/กลุ่มสัมพันธ์/กีฬา เป็นต้น และยังสอดคล้องกับการศึกษาที่ผ่านมา<sup>17, 18</sup> ซึ่งพบว่าสภาพแวดล้อมในสถาบันการศึกษามีความสัมพันธ์ทางบวกกับความสุขในการเรียนรู้ของนักศึกษา

นอกจากนี้ผลการศึกษายังพบว่า ไม่มีความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนความสุขเมื่อเปรียบเทียบตามชั้นปีอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ทั้งนี้อธิบายได้ดังนี้ เนื่องจากช่วงอายุของ นพอ. ในทุกชั้นปีจัดอยู่ในกลุ่มอายุเดียวกัน มีความต้องการคล้าย ๆ กัน ได้รับประสบการณ์ทางด้านต่าง ๆ ที่ใกล้เคียงกัน ศึกษาเล่าเรียนและดำเนินชีวิตอยู่ภายใน วพอ. ซึ่งเป็นโรงเรียนประจำ (แบบกินนอน) อย่างน้อย 5 วันต่อสัปดาห์ มีระเบียบข้อบังคับที่ นพอ. ทุกคนต้องยึดถือปฏิบัติเหมือนกัน ซึ่งถือว่าอยู่ภายใต้สิ่งแวดล้อมเดียวกัน อีกทั้งเป็นช่วงเปิดภาคการศึกษาใหม่ นพอ. ทั้ง 4 ชั้นปี ยังมีกิจกรรมการเรียนการสอนที่ไม่ต่างกันมากนัก ส่วนใหญ่เป็นการเรียนภาคทฤษฎี ยังไม่มีการฝึกปฏิบัติการพยาบาลบนหอผู้ป่วย ยกเว้น นพอ. ชั้นปีที่ 3 ที่เริ่มเรียนภาคปฏิบัติการพยาบาล<sup>15</sup> และนพอ. ชั้นปีที่ 4 ยังไม่เข้าสู่ช่วงของการเตรียมตัวสอบบรรจุยศความรู้ของมหาวิทยาลัยมหิดลและการสอบความรู้ผู้ขอขึ้นทะเบียนและรับใบอนุญาตประกอบวิชาชีพฯ จึงทำให้มีค่าเฉลี่ยคะแนนความสุขและระดับความสุขไม่แตกต่างกันในแต่ละชั้นปี ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาที่ผ่านมา<sup>19</sup> ที่พบว่าสุขภาพจิตของนิสิตพยาบาลศาสตร์ในแต่ละชั้นปีไม่แตกต่างกัน และคล้ายคลึงกับการศึกษาที่ผ่านมา<sup>16</sup> ซึ่งพบว่าค่าเฉลี่ยคะแนนความสุขของนักศึกษาแยกตามกลุ่มวิชาไม่มีความแตกต่างกัน แต่ผลการศึกษาในครั้งนี้แตกต่างจากผลการศึกษาที่ผ่านมา<sup>1</sup> ที่พบว่าความสุขของนักศึกษาพยาบาลศาสตร์ในแต่ละชั้นปีมีความแตกต่างกัน ทั้งนี้อาจเป็นไปได้ว่า กลุ่มตัวอย่างในการศึกษาอาศัยอยู่ในสิ่งแวดล้อมที่แตกต่างกัน เดินทางมาเรียนด้วยกัน และแยกย้ายกลับบ้านหรือที่พักของแต่ละคนเมื่อเรียนหรือทำกิจกรรมเสร็จ ซึ่งแตกต่างจากกลุ่มตัวอย่างในการศึกษาครั้งนี้ที่อาศัยอยู่ในโรงเรียนประจำ

### ข้อเสนอแนะ

1. ควรดำรงไว้ซึ่งสัมพันธภาพที่ดีระหว่างเพื่อนพี่และน้องด้วยการจัดกิจกรรมที่ให้ทุกชั้นปีทำร่วมกัน โดยแต่ละกิจกรรมจะประกอบด้วยสมาชิกทุกชั้นปี และดำเนินกิจกรรมโดยใช้กระบวนการกลุ่ม
2. ควรดำรงไว้ซึ่งการจัดระบบสิ่งแวดล้อมที่ดีให้กับ นพอ. และพัฒนาให้ดียิ่งขึ้นอย่างต่อเนื่อง

3. ควรมีการศึกษาในกลุ่ม นพอ. ที่มีความสุขน้อยกว่าปกติหรือคนทั่วไป ด้วยวิจัยเชิงคุณภาพ เพื่อให้ทราบถึงลักษณะ สาเหตุ ที่ทำให้มีความสุขน้อยกว่าปกติหรือน้อยกว่าคนทั่วไป

4. ควรประเมินความสุขของ นพอ. ทุกคนในทุกภาคการศึกษา เพื่อติดตามประเมินระดับความสุขของ นพอ. และสามารถช่วยเหลือ นพอ. ที่มีปัญหาได้อย่างทันทั่วถึง และเหมาะสม

5. ควรมีการศึกษาเกี่ยวกับการปรับตัวของ นพอ. หรือคุณภาพชีวิตของ นพอ.

### References

1. Sricamsuksaito A, Voraharn W, Senarak W. Happiness of undergraduate nursing students. Faculty of Nursing, KhonKaen University. Journal of Nursing Science & Health. 2011;34(2):70-9. (in Thai)
2. Srisuphan W, Sawaengdee K. Suggestion Policy to solve the shortage of professional nurses in Thailand. Thai Journal of Nursing Council. 2012;27(1):5-12. (in Thai)
3. Manion J. Joy at work: creating a positive workplace. Journal of Nursing Administration. 2003;33(12):652-5.
4. Aussawasiroj W. measurement of happiness index of students Chiang Mai University. Research exercise in current economics issues. Faculty of Economics. Chiang Mai University. 2012. (in Thai)
5. Chitpakdee B, Nansupawat R, Wichaikhum O. Relationship between happiness at work and intention to stay among professional nurses. Nursing Journal. 2013;40:33-44. (in Thai)
6. Bundasak T, Chaowiang K, Jangasem N. Happily learning among nursing students. Journal of MCU Peace Studies. 2017;5(1):357-9. (in Thai)

7. Onsri P, Chaleoykitti S. Nursing learning provision for happiness: role of teacher and learners. *Journal of The Royal Thai Army Nurses*. 2013;14(1):8-16. (in Thai)
8. Thaiudom A, Chaleoykitti S. Pathways to happiness for nursing students. *Journal of The Royal Thai Army Nurses*. 2014;15(2):32-9. (in Thai)
9. Kawsaard N, Arpanantikul, M, Putwatana, P. Selected variables related to nursing students' happiness. *Thai Journal of Nursing Council*. 2013;28(1):19-33. (in Thai)
10. Wongsupaluk N, Sirisophon A, Suksawang P, A causal relationship model of the happiness for nursing science students. *Princess of Naradhiwasuniversity Journal*. 2014;6(1):60-72. (in Thai)
11. NimitArnun N, Jangharn T. The influenizing factors of professional commitment amongst nurse students of College of Health Science and Nursing Christian University of Thailand. *Journal of The Royal Thai Army Nurses*. 2012;13(2):60-71. (in Thai)
12. Mongkol A, Hattaphanom W, Chetchotisak P, Chalokul W, Punyoyai L, Suwansheep S. A study of Thai mental health indicators (individual level). *Journal of Psychiatric Association of Thailand*. 2001;40(3):209-25. (in Thai)
13. Yamane T. *Statistics: an introductory analysis*. New York: Harper & Row; 1973.
14. Mongkol A, Wongpiromsarn Y, Tungsaree T, Huttaphanom W, Romsai P, Chutha W. The development and testing of Thai mental health indicator (version 2007): Department of Mental Health, Ministry of Public Health. Printed Agricultural Cooperative Federation of Thailand. Bangkok. 2009. (in Thai)
15. Education division of the Royal Thai Air Force Nursing College. Bachelor of nursing science curriculum (Revised version 2012): Royal Thai Air Force Nursing College. Bangkok. 2012. (in Thai)
16. Sonpaveerawong J, Tieadyor P, Plookmaidee J, Thingsuk S, Sudsawat S, Songpra K. Happiness of Walailak University students. *Songkla Med J*. 2016;34(5):269-79. (in Thai)
17. Vinijkul S, et al. Relationship between academic environments, learning happiness, and academic achievement of nursing students at Kuakarun Faculty of Nursing, Navamindradhiraj University. *Kuakarun Journal of Nursing*. 2014;21:7-24. (in Thai)
18. Khuneepong A, Tuntiakakarat S. The Relationship between environments of educational institute and learning happiness of public health undergraduate students, Valaya Alongkorn Rajabhat University under the Royal Patronage. *Journal of Nursing and Education*. 2017;10(1):64-77. (in Thai)
19. Nabkasorn Ch, Suntornwijit S. Relationship between mental health and academic achievement of student nurse Burapa University. *The Journal of Faculty of Nursing Burapha University*. 1999;7(3): 25-33. (in Thai)