

ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความเครียดและการเผชิญความเครียด ของนักเรียนพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลกองทัพบก

Factors Related to Stress and Coping Stress of Nursing Students in The Royal Thai Army Nursing College

เบญจวรรณ วงศ์ปราชญ์*

Benjawan Wongprach*

วิทยาลัยพยาบาลกองทัพบก กรุงเทพฯ ประเทศไทย 10400

The Royal Thai Army Nursing College, Bangkok, Thailand 10400

บทคัดย่อ

การศึกษาครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงพรรณนาเพื่อศึกษาความเครียดและการเผชิญความเครียดของนักเรียนพยาบาลกองทัพบก เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถาม ประชากรที่ศึกษาคือนักเรียนพยาบาล ปีการศึกษา 2559 จำนวน 236 คน วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สันและสเปียร์แมน ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนพยาบาลมีระดับความเครียดอยู่ในระดับน้อยและมีความสามารถเผชิญความเครียดอยู่ในระดับน้อย ความเครียดไม่มีความสัมพันธ์กับการเผชิญความเครียดของนักเรียนพยาบาลกองทัพบกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ สิ่งอำนวยความสะดวกด้านการเรียนการสอนและสิ่งสนับสนุนทางสังคมอยู่ในระดับมากและมีความสัมพันธ์ทางลบกับความเครียดของนักเรียนพยาบาลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ส่วนอายุ ชั้นปี และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนไม่มีความสัมพันธ์กับความเครียดของนักเรียนพยาบาลกองทัพบกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ จากผลการศึกษา ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะ ดังนี้ ควรสนับสนุนให้นักเรียนพยาบาลสามารถติดต่อกับอาจารย์ได้ทุกช่องทางและมีการประเมินระบบการให้คำปรึกษาระหว่างอาจารย์กับนักเรียนพยาบาล ในทุกภาคการศึกษา ควรจัดโครงการหรือกิจกรรมการสร้างเสริมการจัดการอารมณ์ ควรสนับสนุนการพัฒนาระบบสารสนเทศให้มื่ออย่างทั่วถึงและมีความเสถียรเพื่อส่งเสริมประสิทธิภาพการเรียนรู้ของนักเรียนพยาบาลทั้งในและนอกหลักสูตร

คำสำคัญ: นักเรียนพยาบาลกองทัพบก สิ่งอำนวยความสะดวกด้านการเรียนการสอน สิ่งสนับสนุนทางสังคม ความเครียด การเผชิญความเครียด

Abstract

This study was a descriptive research to study stress and coping of nursing students. Data were collected by questionnaire. The study population consisted of 236 students academic year 2017 in the Royal Thai Army Nursing College. The data were analyzed by using frequency, percentage, mean, standard deviation, Pearson's Product Moment Correlation Coefficient Spearman. The results revealed that the nursing students had low level of stress and had low coping ability. Stress did not correlated with coping. The School facilities and social support of nursing students were at a high level, a statistically significance negatively correlation among school facilities, social support and stress. No statistically significant correlation between age, grade, and learning achievement of nursing students and stress. Researcher had suggested to develop a proactive

counseling system for teachers, advisors and the instructors of the division. Nursing students should be encouraged to contact all faculties and to evaluate the counseling system between faculty and nursing students every semester. To support the development of a comprehensive and stable information system should promote both on-the-job and off-the-job learning.

Keyword : Nursing students, School facilities, Social support, Stress, Coping stress

บทนำ

ปัจจุบันสภาพสังคมโลกมีการพัฒนารุดหน้าไปสู่ความทันสมัยมากขึ้นอย่างรวดเร็วและต่อเนื่องทั้งด้านวิชาการ เทคโนโลยีสารสนเทศ เศรษฐกิจ และสังคม ทำให้ส่งผลกระทบต่อ การปรับตัวในบทบาทหน้าที่ และสภาพความเป็นอยู่ที่เกิด การเปลี่ยนแปลงตลอดเวลา การดำเนินชีวิตของแต่ละบุคคลที่ ต้องเผชิญกับสภาพการณ์ต่างๆ ที่ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลง และปัญหาอยู่ตลอดเวลาทำให้คนเรานั้นจำเป็นต้องมีการ ปรับตัวเพื่อให้สามารถดำรงชีวิตอยู่รอดได้ในสังคมปัจจุบัน¹ การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นส่งผลให้บุคคลเกิดความเครียดทั้งด้าน ร่างกายและจิตใจ ความเครียดเป็นภาวะที่บุคคลรู้สึกกดดันทาง จิตใจ ไม่สบายใจ วิตกกังวล สับสน ความเครียดที่เกิดขึ้นนั้น ทำให้บุคคลเสียสมดุลและการที่บุคคลจะรักษาสมดุลดังกล่าวไว้ ได้ บุคคลนั้นจะต้องมีวิธีตอบสนองต่อความเครียดของตนเองให้ เหมาะสม ทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ จึงจะสามารถดำรงชีวิต อยู่ได้อย่างมีความสุขและมีประสิทธิภาพ²

ทุกคนล้วนแล้วแต่เคยเผชิญกับความเครียดกันทั้งสิ้น และไม่สามารถหลีกเลี่ยงความเครียดในรูปแบบต่างๆ ได้ ความเครียดหากอยู่ในระดับที่เหมาะสม ก็จะกระตุ้นให้บุคคล มีการตื่นตัว สนใจปฏิบัติกิจกรรมการดำเนินชีวิตประจำวัน แต่หากความเครียดอยู่ในระดับที่ไม่เหมาะสม เช่น มีความเครียด มากเกินไปจะทำให้เกิดผลเสียต่อสุขภาพร่างกายและจิตใจ ผลกระทบต่อร่างกาย อาทิเช่น กล้ามเนื้อเกร็งผิดปกติ เหงื่อออก มาก หัวใจเต้นแรงและเร็ว วิงเวียนศีรษะ ผลกระทบต่อจิตใจ อาทิเช่น วิตกกังวล เกิดความกลัว กระวนกระวายใจ ไม่มีสมาธิ นอนไม่หลับ และหากมีในระดับที่มากจนไม่สามารถปรับตัวได้ ก็จะเป็นอันตรายและอาจนำมาสู่การฆ่าตัวตายได้ แต่หาก ความเครียดอยู่ในระดับที่ต่ำเกินไป จะทำให้เกิดความเฉา ขาดความสนใจในการทำสิ่งต่างๆ³ สำหรับนักศึกษาที่ศึกษา ในระดับอุดมศึกษาเป็นบุคคลที่ต้องปรับตัวสูงเพื่อให้เข้ากับ สภาพการณ์ต่างๆ อีกทั้งการมีความวิตกกังวลเรื่องการศึกษา หาความรู้ การเพิ่มพูนความรู้ให้กับตนเอง มุ่งเน้นไปที่ผลสัมฤทธิ์

ทางการเรียนที่ดี ซึ่งจะเป็นตัวบ่งชี้คุณภาพการเรียน ความมุ่งหวัง ของสถาบันการศึกษาที่ต้องการให้นักเรียนหรือนักศึกษา ในสถาบัน มีความรู้ มีความรับผิดชอบ รู้จักวางแผนการเรียน ของตนเอง รวมถึงการปรับตัวให้เข้ากับเพื่อนหรือสภาพ แวดล้อมในสถาบัน สิ่งต่างๆ เหล่านี้มีผลต่อการเกิดความเครียด และจะส่งผลกระทบต่อ การดำเนินชีวิตของนักเรียนหรือนักศึกษา ในระดับอุดมศึกษาได้⁴ นอกจากนี้เคยมีรายงานการศึกษา ความเครียดของนิสิตพยาบาลพบว่า นิสิตพยาบาลมัก เกิดความเครียดง่ายโดยเฉพาะเมื่อต้องศึกษาในชั้นเรียนควบคู่ ไปกับการฝึกปฏิบัติงานในหอผู้ป่วย จนบางครั้งไม่สามารถ ดำเนินชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสมทำให้ช่วงเวลาในการทำ กิจกรรมที่ผ่อนคลายขาดหายไป ส่งผลให้เกิดความเครียดง่าย กว่านักศึกษาที่ศึกษาในระดับอุดมศึกษาทั่วไป⁵

วิทยาลัยพยาบาลกองทัพบกเป็นสถาบันอุดมศึกษา ที่มีภารกิจหลักในการผลิตบัณฑิตพยาบาลวิชาชีพสังกัดกองทัพบก และพัฒนาบุคลากรทางการพยาบาลให้ได้คุณภาพตาม มาตรฐาน นักเรียนพยาบาลกองทัพบกที่กำลังศึกษาในสถาบัน แห่งนี้ จะได้รับการประเมินผลการเรียนรู้ตามกรอบมาตรฐาน คุณวุฒิระดับอุดมศึกษาทั้ง 6 ด้าน ประกอบด้วย ด้านคุณธรรม จริยธรรม ด้านความรู้ ด้านทักษะทางปัญญา ด้านทักษะ ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและความรับผิดชอบ ด้านทักษะ การวิเคราะห์เชิงตัวเลข การสื่อสารและการใช้เทคโนโลยี สารสนเทศ และด้านทักษะการปฏิบัติทางวิชาชีพนักเรียน พยาบาลกองทัพบกจึงต้องมีการปรับตัวให้เข้ากับหลักสูตร ของวิทยาลัยพยาบาลกองทัพบก การจัดการเรียนการสอน การวัดและการประเมินผล สังคมและสภาพแวดล้อม ความเป็น อยู่ในหอพัก การจัดการเรียนการสอนของหลักสูตรพยาบาล ศาสตร์บัณฑิตที่มีทั้งภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติ รวมทั้งสถาบัน ที่มุ่งเน้นให้นักเรียนพยาบาลมีความรู้ความสามารถด้านวิชาการ และการปฏิบัติกรพยาบาล ให้นักเรียนพยาบาลรู้จักรับผิดชอบ รู้จักวางแผนการเรียนของตนเองและมีวินัยในตนเอง สิ่งเหล่านี้ จึงเป็นปัจจัยที่อาจส่งผลให้นักเรียนพยาบาลวิทยาลัยพยาบาล

กองทัพบกเกิดความเครียดได้ ซึ่งการเปลี่ยนแปลงในชีวิตเป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้เกิดความเครียดโดยเฉพาะอย่างยิ่งในช่วงวัยรุ่นเป็นวัยหัวเลี้ยวหัวต่อของชีวิต เป็นวัยแห่งปัญหา วัยแห่งการปรับตัว และเป็นวัยที่มีความเครียดทางอารมณ์ มักใช้อารมณ์ในการตัดสินใจ รวดเร็วและรุนแรง จะพบปัญหาในการปรับตัวต่อ สภาพแวดล้อมใหม่ทั้งด้านสถานที่ ครูอาจารย์ รูปแบบของการศึกษาและเพื่อนซึ่งแต่ละคนมีการปรับตัวที่ แตกต่างกันอย่างเนื่องมาจากครอบครัวที่แตกต่างกัน ฐานะเศรษฐกิจ ความคาดหวังในการศึกษาของตนเอง อุปนิสัยส่วนตัว ซึ่งส่งผลกระทบต่อการพบเพื่อนใหม่ การอยู่หอพักร่วมกับผู้อื่นที่ไม่ใช่ญาติพี่น้องเพื่อพึ่งพาอาศัยกัน สถานที่ศึกษาที่แตกต่างจากระดับมัธยมศึกษา รูปแบบการศึกษาที่ผู้เรียนจะต้องศึกษาด้วยตนเอง จึงทำให้เกิดการปรับตัวในการอยู่ร่วมกันในวิทยาลัย^{6,7} อีกทั้งการดำรงตนในบทบาทนักเรียนพยาบาลกองทัพบกที่ส่งผลกระทบต่อให้เกิดความเครียดง่าย ด้วยเหตุนี้ทำให้ผู้วิจัยมีความสนใจที่จะศึกษาระดับของความเครียด การเผชิญความเครียดและปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อความเครียดของนักเรียนพยาบาลวิทยาลัยพยาบาลกองทัพบก เพื่อทราบถึงระดับของความเครียดของนักเรียนพยาบาลกองทัพบกและเป็นแนวทางในการวางแผนลดปัจจัยดังกล่าวเพื่อให้นักเรียนพยาบาลกองทัพบกสามารถเรียนรู้วิชาการอย่างมีประสิทธิภาพและมีความสุขในการดำเนินชีวิตในทุกๆ ด้าน

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับความเครียดและการเผชิญความเครียดของนักเรียนพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลกองทัพบก
2. เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อความเครียดของนักเรียนพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลกองทัพบก
3. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความเครียดกับการเผชิญความเครียดของนักเรียนพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลกองทัพบก

คำถามการวิจัย

1. ระดับความเครียดและการเผชิญความเครียดของนักเรียนพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลกองทัพบกเป็นอย่างไร
2. ปัจจัยใดบ้างที่มีความสัมพันธ์ต่อความเครียดของนักเรียนพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลกองทัพบก

3. ความเครียดมีความสัมพันธ์กับการเผชิญความเครียดของนักเรียนพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลกองทัพบกหรือไม่

ขอบเขตการวิจัย

1. ขอบเขตด้านประชากรที่ศึกษา

1.1 ประชากรที่ศึกษา คือ นักเรียนพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลกองทัพบก

1.2 กลุ่มตัวอย่างที่ศึกษา คือ นักเรียนพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลกองทัพบก ชั้นปีที่ 2, 3 และ 4 ที่กำลังศึกษา ในปีการศึกษา 2559 และสมัครใจเข้าร่วมโครงการวิจัย จำนวน 236 คน ประกอบด้วย

นักเรียนพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลกองทัพบก ชั้นปีที่ 2 รุ่นที่ 52 จำนวน 85 คน

นักเรียนพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลกองทัพบก ชั้นปีที่ 3 รุ่นที่ 51 จำนวน 83 คน

นักเรียนพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลกองทัพบก ชั้นปีที่ 4 รุ่นที่ 50 จำนวน 68 คน

เก็บข้อมูลโดยใช้แบบสอบถาม ใช้เวลารวบรวมข้อมูล 3 สัปดาห์ (18 กันยายน - 5 ตุลาคม 2559)

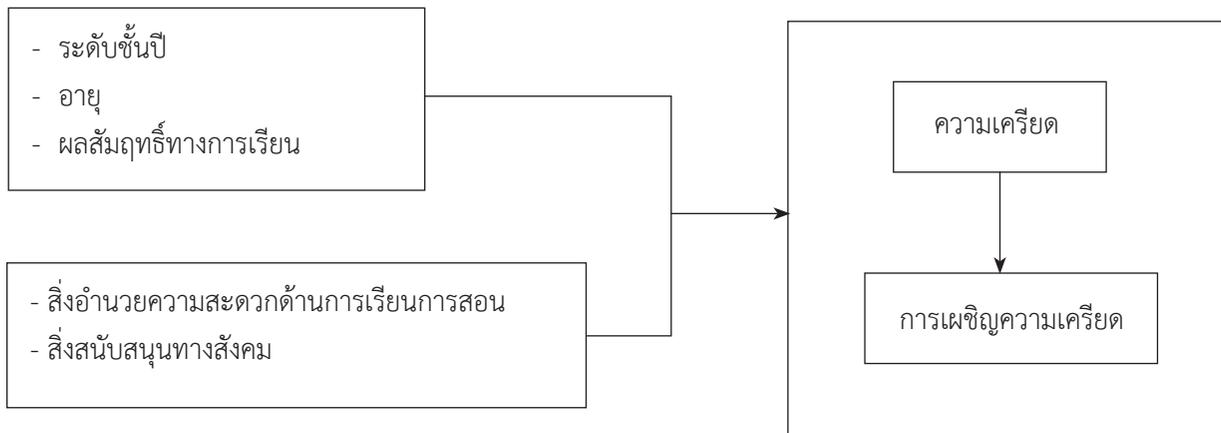
2. ขอบเขตด้านตัวแปรที่ศึกษา

2.1 ตัวแปรอิสระ ได้แก่ ชั้นปี อายุ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน (GPAx) สิ่งอำนวยความสะดวกด้านการเรียนการสอน และสิ่งสนับสนุนทางสังคม

2.2 ตัวแปรตาม ได้แก่ ความเครียด และการเผชิญความเครียดของนักเรียนพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลกองทัพบก

กรอบแนวคิดในการวิจัย

จากการศึกษาแนวคิดทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ผู้วิจัยได้ใช้แนวคิดและทฤษฎีเรื่องความเครียดและสาเหตุความเครียด⁸ โดยนำมาใช้ในการสร้างกรอบแนวคิดในการวิจัยด้านตัวแปรอิสระและแบบประเมินความเครียดของกรมสุขภาพจิตกระทรวงสาธารณสุขโดยนำมาใช้เป็นตัวแปรดังนี้



เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย และการตรวจสอบคุณภาพ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. การหาความตรงตามเนื้อหา (Content validity) ผู้วิจัยนำแบบสอบถามไปหาความตรงของเนื้อหาจากผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 ท่าน จากนั้นนำผลการพิจารณา ความคิดเห็น ข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญทั้ง 3 ท่าน มาปรับปรุงคำถามในเครื่องมือวิจัยรายชื่อ และประเมินค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) เลือกข้อที่มีค่าดัชนีความสอดคล้องเท่ากับหรือมากกว่า 0.70 ขึ้นไป เป็นข้อคำถามที่นำไปใช้ได้ก่อนนำเครื่องมือที่ผ่านการตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาไปทดลองใช้

2. การตรวจสอบความเที่ยงของเครื่องมือ (Reliability) โดยนำแบบสอบถามที่ผ่านการตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหาจากผู้เชี่ยวชาญไปทดลองใช้ (Try out) กับนักเรียนพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลกองทัพเรือชั้นปี ที่ 2, 3 และ 4 ปีการศึกษา 2559 ชั้นปีละ 10 คน รวมทั้งสิ้นจำนวน 30 คน แล้วนำมาคำนวณหาค่าความเชื่อมั่นโดยวิธีสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) โดยด้าน สิ่งอำนวยความสะดวกด้านการเรียนการสอนมีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.92 ด้านแรงสนับสนุนทางสังคมมีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.89 แบบวัดความเครียดค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.86 และแบบวัดการเผชิญความเครียดค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.88 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ผู้วิจัยการเก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถาม 3 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคลของนักเรียนพยาบาล

ส่วนที่ 2 แบ่งเป็น 3 ตอน ประกอบด้วย

1) แบบสอบถามสิ่งอำนวยความสะดวกด้านการเรียนการสอน ผู้วิจัยได้สร้างเครื่องมือขึ้นเอง มีค่าความเชื่อมั่น

โดยวิธีสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) เท่ากับ 0.92

2) แบบสอบถามสิ่งสนับสนุนทางสังคมปรับปรุงเครื่องมือจากงานวิจัยของไพศาล แยมวงษ์⁷ มีค่าความเชื่อมั่นโดยวิธีสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) เท่ากับ 0.89

3) แบบสอบถามวัดระดับความเครียด ปรับปรุงแบบสอบถามจากกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข⁹ มีค่าความเชื่อมั่นโดยวิธีสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) เท่ากับ 0.86

ส่วนที่ 3 แบบสอบถามการเผชิญความเครียด ปรับปรุงเครื่องมือจากงานวิจัยของสุภาพ หวังช่อกลาง¹⁰ มีค่าความเชื่อมั่นโดยวิธีสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) เท่ากับ 0.88

การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. เสนอโครงการวิจัยเพื่อขอรับข้อเสนอแนะ และขออนุมัติโครงการจากสำนักงานพิจารณาโครงการวิจัย กรมแพทย์ทหารบก (IRB)

2. ผู้วิจัยชี้แจง อธิบายวัตถุประสงค์การวิจัยให้กลุ่มตัวอย่างทราบขั้นตอนการเก็บรวบรวมข้อมูล โดยใช้แบบสอบถาม การเข้าร่วมการวิจัยครั้งนี้เป็นไปด้วยความสมัครใจและขอความร่วมมือให้เซ็นใบยินยอมในการเข้าร่วมโครงการวิจัย ดำเนินการรวบรวมข้อมูล ใช้เวลา 3 สัปดาห์ (18 กันยายน - 5 ตุลาคม 2559)

3. การวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สันและสเปียร์แมน

การพิทักษ์สิทธิประชาชนที่ศึกษา

ผู้วิจัยคำนึงถึงการพิทักษ์สิทธิของประชากรที่ศึกษา และยินยอมเข้าร่วมโครงการวิจัย โดยได้นำโครงการวิจัยเสนอต่อสำนักงานพิจารณาโครงการวิจัย กรมแพทยทหารบก เพื่อขออนุญาตเก็บรวบรวมข้อมูลของประชากรที่ศึกษา และได้รับการอนุมัติให้ดำเนินโครงการวิจัยได้ (IRBRTA 1270/59) วันที่อนุมัติ 12 กันยายน 2559 จากนั้นผู้วิจัยได้อธิบายวัตถุประสงค์ ขั้นตอนการเก็บรวบรวมข้อมูลให้ประชากรที่ศึกษาทราบ พร้อมทั้งชี้แจงกับประชากรที่ศึกษา การเข้าร่วมการวิจัยครั้งนี้เป็นไปด้วยความสมัครใจ และขอความร่วมมือให้เซ็นใบยินยอมในการเข้าร่วมโครงการวิจัย และแจ้งให้ทราบว่า หลังเข้าร่วมโครงการวิจัยแล้วหากต้องการออกจากกรวิจัยสามารถกระทำได้ตลอดเวลา โดยไม่มีผลกระทบใดๆ ข้อมูลที่ได้จากการตอบแบบสอบถามหรือการแสดงความคิดเห็นจะปกปิดเป็นความลับ ไม่นำไปเปิดเผยภายนอก โดยจะนำข้อมูลในภาพรวมที่ได้ไปนำเสนอและใช้ในประโยชน์ทางวิชาการเฉพาะงานวิจัยฉบับนี้เท่านั้น

ผลการวิจัย: ผลการศึกษาพบว่า

1. นักเรียนพยาบาลมีระดับความเครียดอยู่ในระดับน้อย ($\bar{X} = 2.02, SD = 0.55$) และมีความสามารถเผชิญความเครียดอยู่ในระดับน้อย ($\bar{X} = 2.01, SD = 0.23$) ดังตาราง 1
2. สิ่งอำนวยความสะดวกด้านการเรียนการสอนอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.56, SD = 0.51$) และมีความสัมพันธ์ทางลบกับความเครียดของนักเรียนพยาบาล อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r = .167, p - \text{value} < 0.05$) ดังตาราง 2 และ 4
3. สิ่งสนับสนุนทางสังคมของนักเรียนพยาบาลอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.21, SD = 0.43$) และมีความสัมพันธ์ทางลบกับความเครียดของนักเรียนพยาบาลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r = .132, p - \text{value} < 0.05$) ดังตาราง 3 และ 4
4. อายุ ชั้นปี และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนไม่มีความสัมพันธ์กับความเครียดของนักเรียนพยาบาลกองทัพบกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ดังตาราง 4
5. ความเครียดไม่มีความสัมพันธ์กับการเผชิญความเครียดของนักเรียนพยาบาล อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r = -.264, p - \text{value} < 0.05$) ดังตาราง 4

ตาราง 1 แสดงระดับความเครียดการเผชิญความเครียดของนักเรียนพยาบาล (n = 236)

ความเครียด	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ระดับสูง (67 - 100)	-	-
ระดับปานกลาง (34 - 66)	127	53.81
ระดับต่ำ (0 - 33)	109	46.19
รวม	236	100.00
$\bar{X} = 15.45, SD = 4.99$		
การเผชิญความเครียด	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ระดับดี (3.67 - 5.00)	9	3.81
ระดับปานกลาง (2.34 - 3.66)	221	93.65
ระดับต่ำ (1.00 - 2.33)	6	2.54
รวม	236	100.00
$\bar{X} = 2.01, SD = 0.23$		

จากตาราง 1 พบว่านักเรียนพยาบาลส่วนใหญ่มีความเครียดระดับปานกลางคิดเป็นร้อยละ 53.81 โดยในภาพรวมพบว่านักเรียนพยาบาลมีค่าเฉลี่ยความเครียดอยู่ในระดับต่ำ ($\bar{X} = 15.45, SD = 4.99$) และนักเรียนพยาบาลส่วนใหญ่มีความสามารถในการเผชิญความเครียดระดับปานกลางคิดเป็นร้อยละ 93.65 รองลงมาที่มีความสามารถในการเผชิญความเครียดระดับสูง คิดเป็นร้อยละ 3.81 โดยในภาพรวมพบว่านักเรียนพยาบาลมีค่าเฉลี่ยการเผชิญความเครียดอยู่ในระดับต่ำ ($\bar{X} = 2.01, SD = 0.23$)

ตาราง 2 แสดงระดับสิ่งอำนวยความสะดวกด้านการเรียนการสอน จำแนกตามรายชื่อ (n = 236)

สิ่งอำนวยความสะดวกด้านการเรียนการสอน	\bar{X}	SD
1. จำนวนที่นั่งในห้องเรียนเพียงพอ	4.48	0.56
2. มีแหล่งฝึกปฏิบัติงานหลัก (รพ.ร.ร.6) ที่ให้บริการการพยาบาลครอบคลุมทุกสาขา เพื่อส่งเสริมการเรียนรู้และฝึกประสบการณ์	4.15	0.69
3. การเดินทางไปแหล่งฝึกปฏิบัติงานมีความสะอาดและปลอดภัย	4.14	0.71
4. มีแหล่งฝึกปฏิบัติงานสนับสนุนเพื่อใช้สำหรับการเรียนการสอนภาคปฏิบัติ ครอบคลุมทุกระดับทั้งปฐมภูมิ ทติยภูมิและตติยภูมิ	4.08	0.74
5. แหล่งฝึกปฏิบัติงานมีจำนวนผู้ใช้บริการเพียงพอ สำหรับการเรียนรู้และฝึกประสบการณ์	4.04	0.73
6. การจัดที่นั่งในห้องเรียนมีความเหมาะสม	4.03	0.80
7. นักเรียนพยาบาลสามารถเข้าใช้ห้องฝึกปฏิบัติการทางการพยาบาลที่หอพัก (ชั้น 3, 5) ได้อย่างสะดวก	3.92	0.80
8. มีบริการให้ยืมอุปกรณ์ทางการพยาบาลเพื่อฝึกทักษะทางการพยาบาลนอกเวลา	3.78	0.79
9. อุณหภูมิในห้องเรียนอยู่ในระดับที่เหมาะสม	3.76	0.77
10. แสงสว่างในห้องเรียนเอื้อต่อการเรียนการสอน	3.76	0.88
11. มีสื่อการเรียนการสอนที่ทันสมัย เช่น หุ่นเปิดเส้นให้สารน้ำทางหลอดเลือดดำ หุ่นสวนปัสสาวะ หุ่นตรวจครรภ์ เป็นต้น	3.76	0.79
12. นักเรียนพยาบาลสามารถเข้าใช้ห้องฝึกปฏิบัติการทางการพยาบาลชั้น 6 อาคารกองการศึกษาได้อย่างสะดวก	3.69	0.79
13. ห้องสมุดมีหนังสือ ตำรา สิ่งพิมพ์เฉพาะทางวิชาชีพพยาบาลที่เอื้อต่อการพัฒนาความรู้ เช่น วารสารทางการพยาบาล หนังสือการพยาบาล	3.50	0.84
14. มีห้องสมุดหรือแหล่งสืบค้นข้อมูลที่ทันสมัย	3.35	0.88
15. มีบอร์ดประชาสัมพันธ์เพื่อแจ้งข่าวสารทางการศึกษา	3.24	0.84
16. ตำราหรือเอกสารประกอบการเรียนการสอนมีจำนวนเพียงพอ	3.22	0.88
17. เครื่องคอมพิวเตอร์มีให้บริการอย่างเพียงพอ	3.03	1.00
18. มีระบบเครือข่ายที่สามารถเรียนรู้ได้ด้วยตนเองเช่น E-learning, Computer Assisted Instruction (CAI)	2.87	1.00
19. เครือข่ายอินเทอร์เน็ตไร้สายให้บริการอย่างทั่วถึง	2.35	0.97
20. ระบบเครือข่ายอินเทอร์เน็ตไร้สายมีเสถียรภาพ	2.16	0.91
รวม	3.56	0.51

จากตาราง 2 พบว่านักเรียนพยาบาลได้รับสิ่งอำนวยความสะดวกด้านการเรียนการสอนเกี่ยวกับจำนวนที่นั่งในห้องเรียนเพียงพอมากที่สุด ($\bar{X} = 4.48$, $SD = 0.56$) รองลงมาคือมีแหล่งฝึกปฏิบัติงานที่ให้บริการพยาบาลครอบคลุมทุกสาขาเพื่อส่งเสริมการเรียนรู้และฝึกประสบการณ์ ($\bar{X} = 4.15$, $SD = 0.69$) ส่วนด้านระบบเครือข่ายอินเทอร์เน็ตไร้สายมีเสถียรภาพน้อยที่สุด ($\bar{X} = 2.16$, $SD = 0.91$)

ตาราง 3 แสดงระดับสิ่งสนับสนุนทางสังคมของนักเรียนพยาบาล จำแนกตามรายด้าน (n = 236)

สิ่งสนับสนุนทางสังคม	\bar{X}	SD
1. ด้านครอบครัว	4.56	0.46
2. ด้านเพื่อน	4.35	0.56
3. ด้านอาจารย์	3.95	0.63
4. ด้านสถานศึกษา	3.56	0.61
รวม	4.21	0.43

จากตาราง 3 พบว่านักเรียนพยาบาลได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมด้านครอบครัวมากที่สุด ($\bar{X} = 4.56$, $SD = 0.46$) รองลงมาคือแรงสนับสนุนทางสังคมด้านเพื่อน ($\bar{X} = 4.35$, $SD = 0.56$) และแรงสนับสนุนทางสังคมด้านสถานศึกษามีน้อยที่สุด ($\bar{X} = 3.56$, $SD = 0.61$)

ตาราง 4 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างความเครียดกับ อายุ ชั้นปี ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน สิ่งอำนวยความสะดวกด้านการเรียนการสอน และแรงสนับสนุนทางสังคม (n = 236)

ตัวแปรที่ศึกษา	ความเครียด		การเผชิญความเครียด	
	r	p - value	r	p - value
อายุ	-.064	.33	-.036	.58
ชั้นปี	-.120	.06	-.095	.14
ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน	-.046	.48	.253**	.00
สิ่งอำนวยความสะดวกด้านการเรียนการสอน	-.167*	.01	.219**	.00
สิ่งสนับสนุนทางสังคมด้านอาจารย์	-.164*	.01	.265**	.00
สิ่งสนับสนุนทางสังคมด้านผู้ปกครอง	-.054	.41	.194**	.00
สิ่งสนับสนุนทางสังคมด้านเพื่อน	-.046	.48	.234**	.00
สิ่งสนับสนุนทางสังคมด้านสถานศึกษา	-.123	.05	.307**	.00
สิ่งสนับสนุนทางสังคม	-.132*	.04	.331**	.00
การเผชิญความเครียด	-.264**	.00		

r แทน ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน / สเปียร์แมน

* p - value < 0.05

**p - value < 0.01

จากตาราง 4 พบว่าค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร อายุ ชั้นปี และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนกับความเครียดของนักเรียนพยาบาลไม่มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r = -.064$, $p - value = 0.33$) ($r = -.120$, $p - value = 0.6$) ($r = -.046$, $p - value = 0.48$) ตามลำดับ

ส่วนตัวแปรด้านสิ่งอำนวยความสะดวกด้านการเรียน การสอนของนักเรียนพยาบาลมีความสัมพันธ์ทางลบกับ ความเครียดของนักเรียนพยาบาลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r = -.167, p - \text{value} = 0.01$) และตัวแปรด้านแรงสนับสนุน ทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางลบกับความเครียดของนักเรียน พยาบาลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r = -.132, p - \text{value} = 0.04$)

สรุปและอภิปรายผลการวิจัย

1. ผลการศึกษาพบว่า ชั้นปี อายุ ผลสัมฤทธิ์ทางการ เรียนของนักเรียนพยาบาลวิทยาลัยพยาบาลกองทัพบกไม่มีความสัมพันธ์กับความเครียดของนักเรียนพยาบาลวิทยาลัย พยาบาลกองทัพบก เนื่องจากอายุและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน มีความแตกต่างไม่มากนัก อีกทั้งหลักสูตรแต่ละชั้นปีที่ศึกษามี การจัดการเรียนรู้ตามกรอบมาตรฐานคุณวุฒิอุดมศึกษาตาม เกณฑ์ของสำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษาและสภาการ พยาบาล อีกทั้งเคยมีการศึกษาเชิงคุณภาพเกี่ยวกับความรู้สึก ผูกพันต่อสถาบันการศึกษาของนักเรียนพยาบาลกองทัพบก ผลการวิจัยสรุป 6 ประเด็นสำคัญของความผูกพันต่อสถาบัน การศึกษาของนักเรียนพยาบาลกองทัพบก ได้แก่ (1) ความภาค ภูมิใจในการเป็นนักเรียนพยาบาลกองทัพบก (2) ความผูกพันที่ มีต่อเพื่อนรุ่นพี่รุ่นน้อง และอาจารย์ (3) ความผูกพันกับวิชาชีพ พยาบาลและลักษณะทางทหาร (4) ข้อผูกมัดต่อเป้าหมายของ การสำเร็จการศึกษา (5) การมีส่วนร่วมในกิจกรรมและการเป็น ตัวแทนของสถาบันการศึกษาและ (6) อิทธิพลจากครอบครัว¹⁰ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาความเครียดและการเผชิญ ความเครียดของนักศึกษาระดับอุดมศึกษา พบว่าปัจจัยส่วน บุคคลไม่มีความสัมพันธ์กับความเครียดและการจัดการ ความเครียดของนักศึกษา^{11, 12} แต่ไม่สอดคล้องกับงานวิจัย ที่ได้ศึกษาระดับความเครียดและการเผชิญความเครียด ของนักศึกษาพยาบาลมหาวิทยาลัยวงษ์ชวลิตกุล ผลการ เปรียบเทียบพบว่าชั้นปีที่ 3 มีระดับความเครียดมากกว่าชั้นปีที่ 2 และชั้นปีที่ 4 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ระดับ ความเครียดด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล นักศึกษาพยาบาล ชั้นปีที่ 4 และชั้นปีที่ 3 มีระดับความเครียดด้านความสัมพันธ์ ระหว่างบุคคลมากกว่าชั้นปีที่ 2 ชั้นปีที่ 4 มีระดับความเครียด ด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลมากกว่าชั้นปีที่ 3 อย่างมีนัย สำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ส่วนผลความเครียดด้านสิ่ง แวดล้อมพบว่าชั้นปีที่ 2 มีระดับความเครียดมากกว่าชั้นปีที่ 3 และชั้นปีที่ 4 นอกจากนั้นชั้นปีที่ 4 มีระดับความเครียดด้าน

สิ่งแวดล้อมมากกว่าชั้นปีที่ 3 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ทั้งนี้อาจเป็นเพราะนักเรียนพยาบาลกองทัพบกทั้ง 3 ชั้น ปีได้แก่ ชั้นปีที่ 2, 3 และ 4 แม้ว่าจะมีความเครียดอยู่ในระดับ เดียวกันคือระดับต่ำ แต่การที่บุคคลมีชั้นปีหรืออายุที่แตกต่างกัน จะมีความเครียดที่เกิดจากสาเหตุที่แตกต่างกัน ส่วนหนึ่ง ได้แก่ ชั้นปีที่ 1 อาจมีความเครียดที่เกิดจากการปรับตัวให้ เข้ากับสภาพแวดล้อมใหม่ ชั้นปีที่ 2 และ 3 อาจมีความเครียด ที่เกิดจากการเรียนในภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติที่แตกต่างกัน รวมถึงผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษาไม่มีความสัมพันธ์ กับระดับของความเครียดของนักศึกษาส่วนหนึ่งขึ้นอยู่กับแต่ละ บุคคลมีวิธีการเรียนหรือการจัดการกับความเครียดที่แตกต่าง กันไป¹³ นอกจากนี้จากการศึกษาตัวแปรด้านความสุขของ นักเรียนพยาบาลทหารอากาศ (นพอ.) พบว่า นพอ.ชั้นปีที่ 2 มีคะแนนเฉลี่ยความสุขมากที่สุด รองลงมาคือ นพอ.ชั้นปีที่ 4, 1 และ 3 ตามลำดับ¹⁴ ซึ่งไม่สอดคล้องกับผลการวิจัยฉบับนี้ เช่นกัน

2. ความเครียดไม่มีความสัมพันธ์กับการเผชิญ ความเครียดของนักเรียนพยาบาลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r = -.264, p - \text{value} < 0.05$) ซึ่งอธิบายได้ว่าแม้นักเรียน พยาบาลเป็นกลุ่มที่มีความเครียดเนื่องมาจากการที่ต้องปรับตัว กับสิ่งแวดล้อมใหม่การใช้ชีวิตภายใต้กฎระเบียบในหอพัก การดำรงชีวิตกับบุคคลที่มีความแตกต่างหลากหลาย วิชาเรียน ที่มีความซับซ้อน การมอบหมายงานจำนวนมากและการฝึก ปฏิบัติงานที่เกี่ยวข้องกับความเจ็บป่วยและความสูญเสีย¹⁵ แต่ระดับความเครียดกับการเผชิญความเครียดที่เกิดขึ้นนั้นไม่ เท่ากัน ขึ้นอยู่กับการยอมรับและความสามารถในการปรับตัว ต่อความเครียดที่เกิดขึ้นของแต่ละคน¹⁶ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัย ที่พบว่าความเครียดไม่มีความสัมพันธ์กับการเผชิญความเครียด ของนักศึกษา¹¹ ทั้งนี้เมื่อพิจารณาแนวคิดเรื่องการเผชิญ ความเครียดแต่ละครั้งนั้นบุคคลจะมีพฤติกรรมการเผชิญ ความเครียดแตกต่างกันไปตามสถานการณ์ พฤติกรรม การเผชิญความเครียดแบ่งเป็น 2 แบบ คือ การมุ่งแก้ปัญหา (Problem-focused coping) และการลดอารมณ์ถึงเครียด (Emotional focused coping)¹⁷ ทั้งนี้ในชีวิตประจำวัน จะมีการใช้ทั้ง 2 แบบ เปลี่ยนไปตามสถานการณ์และ การประเมินของบุคคล ซึ่งนักเรียนพยาบาลอาจเลือกวิธีการ เผชิญความเครียดด้านมุ่งเน้นอารมณ์ (Emotional-focused coping) เป็นการเผชิญความเครียดด้วยการใช้ความคิดเช่น เดียวกันแต่เป็นการลดอารมณ์ถึงเครียดเมื่อบุคคลประเมินแล้ว

ว่าไม่สามารถแก้ไขสิ่งทำให้เกิดความเครียดนั้นได้ วิธีเหล่านี้ ได้แก่ การหลีกเลี่ยง การทำให้เป็นเรื่องเล็ก การถอยห่างจากเหตุการณ์นั้น การมองหาคุณค่าในสิ่งนั้น และวิธีอื่นๆ ได้แก่ การออกกำลังกาย การทำสมาธิ การหาสิ่งสนับสนุนทางอารมณ์ และการระบายความโกรธ

ข้อเสนอแนะ

จากผลการศึกษาครั้งนี้ พบประเด็นที่สำคัญคือ สิ่งอำนวยความสะดวกด้านการเรียนการสอนระบบเครือข่าย อินเทอร์เน็ตไร้สายมีเสถียรภาพน้อยที่สุด ($\bar{X} = 2.16$, $SD = 0.91$) สิ่งสนับสนุนทางสังคมด้านสถานศึกษาอยู่ในระดับน้อยที่สุด ($\bar{X} = 3.56$, $SD = 0.61$) รองลงมาคือด้านอาจารย์ ($\bar{X} = 3.95$, $SD = 0.63$) ผู้วิจัยจึงได้เสนอข้อเสนอแนะ ประกอบด้วย 3 ประเด็นหลัก ดังนี้

1. ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

1.1 ควรพัฒนาระบบการให้คำปรึกษาเชิงรุกของอาจารย์ วิทยาลัยพยาบาลกองทัพบก ทั้งด้านอาจารย์ประจำชั้น อาจารย์ที่ปรึกษา และอาจารย์ผู้บังคับหมวด โดยจัดตารางเวลาให้อาจารย์และนักเรียนพยาบาลได้พบปะกันมากขึ้น สนับสนุนให้นักเรียนพยาบาลสามารถติดต่อกับอาจารย์ได้ทุกช่องทางและมีการประเมินระบบการให้คำปรึกษาระหว่างอาจารย์และนักเรียนพยาบาล ในทุกภาคการศึกษา

1.2 สนับสนุนปัจจัยด้านงบประมาณ เวลา และบุคลากร เพื่อพัฒนาระบบสารสนเทศของวิทยาลัยพยาบาลกองทัพบก ให้มีอย่างทั่วถึงและมีความเสถียรเพื่อส่งเสริมประสิทธิภาพด้านการเรียนการสอนทั้งในและนอกหลักสูตร

1.3 วางแผนและกำหนดแนวทางการป้องกันเพื่อควบคุมความเสี่ยงที่จะเกิดความเครียดในระดับที่สูงขึ้น ทั้งในด้านการจัดการเรียนการสอน การจัดกิจกรรมและการจัดสภาพแวดล้อมภายในวิทยาลัย เช่น การจัดตั้งศูนย์ให้คำปรึกษา เพื่อให้คำแนะนำแก่นักเรียนพยาบาลไม่ว่าจะเป็นด้านการเรียน การสอบ การปรับตัว ตลอดจนการเลือกใช้วิธีการจัดการความเครียดและความวิตกกังวลได้อย่างเหมาะสม

2. ข้อเสนอแนะเชิงวิชาการ

2.1 จัดโครงการ กิจกรรมอบรมการสร้างเสริมการจัดการอารมณ์ (EQ / AQ)

2.2 ติดตามผลการทดสอบสุขภาพจิตของนักเรียนพยาบาลทุกชั้นปี อย่างน้อยปีการศึกษาละ 1 ครั้ง

3. ข้อเสนอแนะเชิงปฏิบัติการ

3.1 ควรจัดกิจกรรมที่นำผู้ปกครองเข้ามามีส่วนร่วมเพื่อเป็นการให้แรงสนับสนุนทางสังคมด้านครอบครัวแก่นักเรียนพยาบาลมากยิ่งขึ้น อาทิเช่น กิจกรรมอ้อมบุญ กิจกรรมทำวัตรเย็น กิจกรรมวันพ่อ กิจกรรมวันแม่ อย่างต่อเนื่อง

3.2 ควรจัดให้มีบุคลากรที่มีความเชี่ยวชาญเฉพาะสาขา เช่น นักจิตวิทยาหรืออาจารย์พยาบาลภาควิชาสุขภาพจิตและการพยาบาลจิตเวชศาสตร์ให้ความช่วยเหลือ โดยการให้คำปรึกษานักเรียนพยาบาลที่มีความเครียดและต้องการคำปรึกษา

3.3 ด้านการเรียนการสอน ควรมีการพิจารณาจำนวนงานที่มอบหมายให้นักเรียนพยาบาลให้มีปริมาณที่เหมาะสม ส่วนเอกสารคำสอน ควรมีการแจกให้นักเรียนพยาบาลล่วงหน้าก่อนการเรียนการสอน เพื่อให้สามารถไปทำความเข้าใจเนื้อหาก่อนการเรียน

References

1. Ungsinun I. Research Synthesis Concerning the Stress and Coping of Thai People. Journal of Behavioral Science. 2008; 14(1). (in Thai)
2. Roipimjai P. Problem Solution on the Student's Fear and Anxiety in the Industrial Technology Research Subject For Bachelor of Science Program in Industrial Management Technology at Nakorn Si Thammarat Rajabhat University. Narkbthutparitat (NSTRU) Journal. 2015; 6(2): 83-89. (in Thai)
3. Nipisporn M. Analysis of Stress Factors affecting Health and Performance of Personnel: Faculty of Engineering. Thesis of Master degree of Engineering at Prince of Songkla University. 2010. (in Thai)
4. Chisapath C. Correlation between Emotional Quotient Level and Stress Level in Students of Lampang Rajabhat University. Proceedings of the Symposium. 2014: 1573-1582. (in Thai)
5. Gibbons C, Dempster M, Moutray M. Stress and eustress in nursing students. J Adv Nurs. 2007; 61(3): 282-90.

6. Rawiwan K and Rungnapa J. Factors affecting the happier learning of nursing students in the professional production program in order to solve the problem in the southern border provinces, Boromarajonani College of Nursing, Surat Thani. Thai Journal of Nursing. 2011; 60(3): 21-28. (in Thai)
7. Phaisarn Y. A Study of Social Support Affect Life Satisfaction Among Thammasat University Students. Thesis of Master Educational degree in Guidance and Counseling Psychology at Srinakharinwirot University. 2012. (in Thai)
8. Selye H. The Stress of Life. NewYork : Mc.Graw, Prentice Hall; 1956.
9. Department of Mental Health, Ministry of Public Health. Stress Questionnaire Form. 2015. (in Thai)
10. Orawan J. Exploring the Likelihood of the Army Nursing Students Bonding with the Royal Thai Army Nursing College. Journal of the Royal Thai Army Nurses. 2017; 13(2): 18-27. (in Thai)
11. Suphap W. Study of Relationship between Stress and Coping Stress of Public Health Undergraduate Students in Faculty of Public Health and Health Technology at Nakhonratchasima College. Thesis of Master Science degree in Health Educational at Srinakharinwirot University. 2011. (in Thai)
12. Maleewan L. The Stress, Stress Management of Nursing Students during Practice in the Labor Room. Kuakarun Journal of Nursing. 2015; 22(1): 7-16. (in Thai)
13. Chutima A. A study of stressors stress level and coping strategies In clinical nursing practice of nursing students of Vongchavalitkul university. Vongchavalitkul university Journal. 2011; 1: 15-22. (in Thai)
14. Kesorn K, Kannika W. A study of the Happiness of Air Force Student Nurses. Journal of the Royal Thai Army Nurses. 2017; 18(3): 228-235. (in Thai)
15. Ann T, Saisamorn C. Pathways to Happiness for Nursing Students. Journal of the Royal Thai Army Nurses. 2014; 15(2): 92-98. (in Thai)
16. Seubtrakul T, Promote W. Stress and Stress Management in Nursing Students. Boromarajonani College of Nursing, Uttaradit Journal. 2017; 9(1): 81-92. (in Thai)
17. Lazarus R.S., Folkman S. Stress, Appraisal and Coping. New York : Springe Publishing; 1984.