

รูปแบบการพัฒนาสมรรถนะผู้นำการเปลี่ยนแปลงของแกนนำนักศึกษา ในการส่งเสริมสุขภาพของนักศึกษาพยาบาล

A Model of Transformational Leadership Competency Development of Student Peer Leader for Enhancing Health Promotion among Nursing Students

นางณภัทร รุ่งเนย*¹ เพ็ญแข ดิษฐบรรจง¹ กนกภรณ์ อ่วมพราหมณ์¹ อริสมันต์ ศิริลาภ² สุชาดา บุญธรรม¹
Nongnaphat Rungnoi*¹ Penkhae Dittabunjong¹ Kanokporn Oumpram¹ Arisaman Sirilarp² Suchada Boonthum¹

¹วิทยาลัยพยาบาลพระจอมเกล้า จังหวัดเพชรบุรี คณะพยาบาลศาสตร์ สถาบันพระบรมราชชนก เพชรบุรี ประเทศไทย 76000

¹Prachomklao College of Nursing Phetchaburi Province, Faculty of Nursing,

Praboromarajchanok Institute, Phetchaburi Thailand 76000

²สถาบันจิตเวชศาสตร์สมเด็จเจ้าพระยา กรุงเทพมหานคร ประเทศไทย 10600

²Somdet Chaopraya Institute of Psychiatry, Bangkok, Thailand 10600

บทคัดย่อ

การวิจัยและพัฒนานี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ (1) ศึกษาเจตคติและพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของนักศึกษาพยาบาล (2) พัฒนา
รูปแบบการพัฒนาสมรรถนะผู้นำการเปลี่ยนแปลงของแกนนำนักศึกษาในการส่งเสริมสุขภาพของนักศึกษาพยาบาล และ (3) ประเมิน
ประสิทธิผลของรูปแบบฯ ที่พัฒนาขึ้น เครื่องมือการวิจัย ประกอบด้วย แนวคำถามปลายเปิด แบบสอบถามเจตคติต่อการส่งเสริมสุขภาพ
แบบสอบถามพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ และแบบสอบถามสมรรถนะผู้นำการเปลี่ยนแปลง ซึ่งแบบสอบถามมีค่าความเชื่อมั่น
เท่ากับ 0.86, 0.81, 0.89 ตามลำดับ วิธีดำเนินการวิจัยมี 2 ระยะ ประกอบด้วย การวิจัยเชิงคุณภาพและเชิงปริมาณ ระยะที่ 1
สัมภาษณ์เจาะลึกอาจารย์พยาบาล 17 คน และใช้แบบสอบถามถามนักศึกษาพยาบาล 308 คน แล้วนำผลการวิจัยมาพัฒนารูปแบบ
การพัฒนาสมรรถนะผู้นำการเปลี่ยนแปลงของแกนนำนักศึกษา ประกอบด้วยกระบวนการ 3 ขั้นตอน ได้แก่ (1) การพัฒนาสมรรถนะ
ผู้นำการเปลี่ยนแปลง (2) การวางแผนการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ (3) การนำแผนไปสู่การปฏิบัติและการประเมินผล ระยะที่ 2
ทดลองใช้และประเมินประสิทธิผลของรูปแบบฯ ที่พัฒนาขึ้น โดยใช้แบบแผนการวิจัยแบบกลุ่มเดียววัดก่อนและหลังการทดลองใน
แกนนำนักศึกษา 50 คน และนักศึกษาพยาบาล 150 คน การวิเคราะห์ข้อมูลใช้สถิติเชิงบรรยาย ได้แก่ ความถี่ ร้อยละ ส่วนเบี่ยง
เบนมาตรฐาน การทดสอบค่าที และการวิเคราะห์เนื้อหา ผลการวิจัยพบว่ารูปแบบฯ ที่พัฒนาขึ้นสามารถพัฒนาสมรรถนะผู้นำการ
เปลี่ยนแปลงของแกนนำนักศึกษา เจตคติและพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของนักศึกษาพยาบาล รวมทั้งช่วยให้ดัชนีมวลกายของ
นักศึกษาที่มีน้ำหนักเกินลดลงได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ($p < .001$)

คำสำคัญ: รูปแบบ, แกนนำนักศึกษา, สมรรถนะผู้นำการเปลี่ยนแปลง, การส่งเสริมสุขภาพ, นักศึกษาพยาบาล

Abstract

This research and development aimed to (1) study attitude and health promotion behavior among nursing students, (2) develop a model of student peer leader development for enhancing health promoting behaviors among nursing students, and (3) evaluate the effectiveness of developed model. Instruments consisted of open-ended questions, attitude of health promotion questionnaire, health promotion behavior questionnaire, and transformative leadership competency questionnaire. Reliability was reported as Cronbach's alpha 0.86, 0.81, 0.89 consequently. The two-phase study consisted of qualitative and quantitative approaches. In Phase I, in-depth interviews and questionnaire administration were carried out to obtain information. Seventeen lecturers were interviewed. In addition, questionnaires were administered to 308 nursing students. Student peer leader development process for enhancing health promoting behaviors among nursing students consisted of 3 stages as follows: (1) developing transformational Leadership competencies of student leaders, (2) planning for health promotion projects, and (3) implementing and evaluating health promotion projects. Phase II, consisted of administration and evaluation of the developed model, via use of a pre-test /post-test one group design, with 50 student peer leaders and 150 nursing students. Data was analyzed by descriptive statistics (frequency, percentage, mean, standard deviation), paired t-test and content analysis. The developed model was found to enhance the nursing students' transformational leadership competencies, attitude, health promoting behaviors and decrease body mass index of overweight nursing students with statistically significant differences at .01 level ($p < .001$).

Keywords: model, student peer leader, transformational leadership competency, health promotion, nursing student

บทนำ

การพัฒนาภาวะผู้นำการเปลี่ยนแปลงของนักศึกษา ระดับอุดมศึกษามีความสำคัญมาก^{1,2} เพราะบัณฑิตถือเป็นกำลังสำคัญในการพัฒนาประเทศ การศึกษาในระดับอุดมศึกษาต้องพัฒนาให้บัณฑิตมีทั้งสติปัญญา ร่างกายที่แข็งแรง และมีจิตใจที่ดีงาม และการช่วยให้นักศึกษามีภาวะสุขภาพที่ดีซึ่งจะส่งผลต่อการพัฒนาในด้านอื่นๆ ได้อย่างสมบูรณ์³ การสร้างเสริมสุขภาพในสถาบันอุดมศึกษาให้เป็นมหาวิทยาลัยสร้างเสริมสุขภาพจึงเป็นประเด็นที่ควรเร่งดำเนินการ⁴ โดยการสนับสนุนให้มีกิจกรรมส่งเสริมการมีสุขภาพและสุขภาวะที่ดี (health and wellness) ของนักศึกษา มีสิ่งแวดล้อมทั้งด้านกายภาพ จิตสังคม และอารมณ์ที่เอื้อต่อการมีสุขภาพดี และต้องบูรณาการการสร้างเสริมสุขภาพเข้ากับแผนงานทั้งหมดของสถาบัน^{5,6} จากการทบทวนวรรณกรรมพบว่ามีการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับการพัฒนากิจกรรมนักศึกษาในลักษณะวิจัยเชิงสำรวจและเชิงทดลอง เพื่อพัฒนาการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพในสถาบันอุดมศึกษาพบว่า นักศึกษามีพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพในระดับปานกลางถึงดี การจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพช่วยให้นักศึกษามีสุขภาพดี

ขึ้น^{3,5,7} นักศึกษาส่วนใหญ่มีการออกกำลังกายน้อย⁸ เจตคติความรับผิดชอบต่อสุขภาพมีผลต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของนักศึกษา⁹ แต่ยังไม่พบการศึกษาเกี่ยวกับการพัฒนาสมรรถนะผู้นำการเปลี่ยนแปลงซึ่งสอดคล้องกับการปฏิบัติงานในยุคสังคมแห่งการเรียนรู้และการก้าวสู่ประชาคมอาเซียนสำหรับการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพของนักศึกษาที่ผ่านมาของวิทยาลัยพยาบาลพระจอมเกล้า จังหวัดเพชรบุรี ดำเนินการในลักษณะกิจกรรมพัฒนานักศึกษาทุกชั้นปี ไม่มีรูปแบบในการพัฒนาแกนนำนักศึกษา และไม่ได้ติดตามผลลัพธ์อย่างเป็นรูปธรรม ผู้วิจัยในฐานะอาจารย์ผู้สอนตระหนักถึงความสำคัญของการพัฒนานักศึกษาดังกล่าว จึงสนใจศึกษาวิจัยเพื่อพัฒนารูปแบบการพัฒนาสมรรถนะผู้นำการเปลี่ยนแปลงของแกนนำนักศึกษาในการเสริมสร้างเจตคติ พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ และภาวะสุขภาพของนักศึกษา เพื่อพัฒนานักศึกษาให้มีความสมรรถนะผู้นำการเปลี่ยนแปลงและมีสุขภาวะซึ่งเป็นองค์ประกอบสำคัญสำหรับการเรียนรู้ในศตวรรษที่ 21 และการประกอบวิชาชีพการพยาบาลต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาเจตคติและพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของนักศึกษาพยาบาล
2. เพื่อพัฒนารูปแบบการพัฒนาสมรรถนะผู้นำการเปลี่ยนแปลงของแกนนำนักศึกษาในการส่งเสริมสุขภาพของนักศึกษาพยาบาล
3. เพื่อประเมินประสิทธิผลของรูปแบบการพัฒนาสมรรถนะผู้นำการเปลี่ยนแปลงของแกนนำนักศึกษาในการส่งเสริมสุขภาพของนักศึกษาพยาบาล

กรอบแนวคิดการวิจัย

กรอบแนวคิดที่ใช้ในการศึกษาวิจัยประกอบด้วย ทฤษฎีปัจจัยนำเข้า-สภาพแวดล้อม-ผลลัพธ์ (Input-Environment-Output model)¹⁰ ซึ่งกล่าวถึงผลของสภาพแวดล้อมในสถาบันอุดมศึกษาต่อการพัฒนานักศึกษา ปัจจัยนำเข้า (input) หมายถึง ลักษณะของนักศึกษาเมื่อแรกเข้าสู่สถาบันอุดมศึกษา สภาพแวดล้อม (environment) หมายถึง สภาพแวดล้อมที่มีผลกระทบต่อนักศึกษา เช่น โปรแกรม นโยบาย กลุ่มเพื่อน และผลลัพธ์ (output) หมายถึง คุณลักษณะที่พึงประสงค์ของนักศึกษา และการพัฒนาภาวะผู้นำการเปลี่ยนแปลงโดยเสริมสร้างแรงบันดาลใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและการเป็นต้นแบบที่ดีของผู้นำ¹¹ ร่วมกับแนวคิดการสร้างเสริมสุขภาพในสถาบันอุดมศึกษาซึ่งเป็นการสร้างสรรค์สิ่งแวดล้อมสำหรับการมีสุขภาพดีทั้งด้านการเรียนและการดำเนินชีวิต การบูรณาการการสร้างเสริมสุขภาพเข้ากับการเรียนการสอนและกิจกรรมพัฒนานักศึกษา⁵ และแบบจำลองการส่งเสริมสุขภาพ¹² ซึ่งเป้าหมายสำคัญของการส่งเสริมสุขภาพ คือ ทำให้บุคคลเกิดพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ มีสุขภาพที่ดี มีคุณภาพชีวิต ประกอบด้วย การปฏิบัติกิจกรรม 6 ด้าน คือ (1) ด้านความรับผิดชอบต่อสุขภาพ (2) ด้านการออกกำลังกาย (3) ด้านโภชนาการ (4) ด้านการหลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่ และดื่มแอลกอฮอล์ (5) ด้านการป้องกันอุบัติเหตุและการรักษาความปลอดภัย และ (6) ด้านการจัดการกับความเครียด

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยและพัฒนา (research & development) แบ่งเป็น 2 ระยะ คือ ระยะที่ 1 ศึกษาข้อมูลและพัฒนารูปแบบฯ ใช้กระบวนการเชิงปริมาณและเชิงคุณภาพ

โดยใช้แบบสอบถาม การศึกษาเอกสารและการสัมภาษณ์เจาะลึก และระยะที่ 2 ทดลองใช้และประเมินประสิทธิผลของรูปแบบฯ ที่พัฒนาขึ้น ใช้แบบแผนการวิจัยกึ่งทดลอง กลุ่มเดียววัดก่อนและหลังทดลอง (quasi-experimental research, one group pretest-posttest design) โดยกำหนดขั้นตอนการวิจัยดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 ศึกษาสภาพปัจจุบันเกี่ยวกับเจตคติและพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของนักศึกษาพยาบาล กลุ่มตัวอย่าง คือ นักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1-4 ที่กำลังศึกษาในหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิตของวิทยาลัยพยาบาลพระจอมเกล้า จังหวัดเพชรบุรี ปีการศึกษา 2560 ภาคเรียนที่ 2 คำนวณจากโปรแกรม G* power version 3.1 9.713 เลือกใช้ Statistical test-ANOVA: Fixed effect, omnibus, one way ที่กำหนดค่าอิทธิพลขนาดกลาง (medium effect size) = 0.214 ระดับนัยสำคัญ (α) เท่ากับ .05 อำนาจการทดสอบ (power of test) ($1-\beta$) เท่ากับ 0.95 จำนวนจำนวนกลุ่มตัวอย่างได้เท่ากับ 280 คน และเพิ่มกลุ่มตัวอย่างเพื่อป้องกันการสูญหายร้อยละ 10 ดังนั้น จำนวนกลุ่มตัวอย่างทั้งหมดเท่ากับ 308 คน หลังจากนั้นคำนวณจำนวนนักศึกษาแต่ละชั้นปีตามสัดส่วน โดยเลือกสุ่มตัวอย่างแบบแบ่งชั้นภูมิ (stratified random sampling)

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ

1. แบบสอบถามข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง สำหรับสอบถามนักศึกษาพยาบาลเกี่ยวกับเพศ อายุ ชั้นปีที่ศึกษา สถานะของการเป็นกรรมการของสโมสรนักศึกษา หรือชมรม น้าหนัก ส่วนสูงและโรคประจำตัว

2. แบบสอบถามเจตคติต่อการส่งเสริมสุขภาพของนักศึกษาพยาบาล ซึ่งผู้วิจัยพัฒนาขึ้นจากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องตามแนวคิดของเพนเดอร์¹² ประกอบด้วยข้อคำถามจำนวน 35 ข้อ เป็นมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ เลือกตอบในลักษณะเห็นด้วยอย่างยิ่ง = 5 ถึงไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง = 1

3. แบบสอบถามเกี่ยวกับพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของนักศึกษาพยาบาล ซึ่งผู้วิจัยพัฒนาขึ้นจากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องตามแนวคิดของเพนเดอร์¹² ประกอบด้วยข้อคำถามจำนวน 50 ข้อ เป็นมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ เลือกตอบในลักษณะปฏิบัติเป็นประจำ = 5 ถึงไม่เคยปฏิบัติ = 1

เกณฑ์ การแปลความหมายของค่าคะแนนแบบสอบถามแบ่งเป็น 5 ระดับ ดังนี้ 4.51-5.00 หมายถึง

ระดับดีมาก, 3.51-4.50 หมายถึงระดับดี, 2.51-3.50 หมายถึงระดับปานกลาง, 1.51-2.50 หมายถึงระดับน้อย, 1.00-1.50 หมายถึงระดับน้อยมาก¹⁵ และตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาของแบบสอบถามโดยผู้ทรงคุณวุฒิ 3 ท่าน หาค่าดัชนีความสอดคล้อง (Item objective congruence; IOC) เท่ากับ 0.67-1.00 ปรับแก้และนำไปทดลองใช้กับนักศึกษาพยาบาลที่มีคุณสมบัติเหมือนกลุ่มตัวอย่างจำนวน 30 คน คำนวณหาความเชื่อมั่นด้วยสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาคได้เท่ากับ 0.86 และ 0.81 ตามลำดับ ปรับแก้ไขก่อนนำไปใช้จริง

การเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยแจกแบบสอบถามให้แก่กลุ่มตัวอย่าง โดยใช้เวลาในการตอบแบบสอบถามประมาณ 10-15 นาที และแจ้งให้กลุ่มตัวอย่างส่งแบบสอบถามคืนทางกล่องรับแบบสอบถามหรือผู้วิจัย/ผู้ช่วยวิจัยติดต่อรับคืนด้วยตนเอง

ขั้นตอนที่ 2 วิเคราะห์และสังเคราะห์เอกสารงานวิจัยและศึกษาข้อมูลเพื่อศึกษาแนวทางพัฒนาแกนนำนักศึกษาในการสร้างเสริมพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ โดยการศึกษาเอกสารและสัมภาษณ์เจาะลึกเกี่ยวกับแนวทางการพัฒนารูปแบบฯ ผู้ให้ข้อมูล คือ อาจารย์พยาบาลจากวิทยาลัยพยาบาลในสังกัดสถาบันพระบรมราชชนก จำนวน 17 คน เลือกแบบเจาะจง กำหนดคุณสมบัติ คือ (1) เป็นอาจารย์ประจำปฏิบัติงานวิทยาลัยพยาบาลสังกัดสถาบันพระบรมราชชนก ในปีการศึกษา 2560 (2) มีประสบการณ์ในการสอนและจัดกิจกรรมพัฒนานักศึกษาอย่างน้อย 5 ปี และ (3) มีประวัติได้รับรางวัลดีเด่นด้านการพัฒนานักศึกษาในระดับเครือข่ายขึ้นไป เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แบบสัมภาษณ์ซึ่งผู้วิจัยพัฒนาขึ้นเอง ประกอบด้วยแนวคำถามปลายเปิดจำนวน 10 ข้อ ตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาของเครื่องมือโดยผู้ทรงคุณวุฒิ 3 ท่าน และทดลองสัมภาษณ์อาจารย์ที่มีคุณสมบัติเหมือนกลุ่มตัวอย่างจำนวน 2 คน ปรับแก้ก่อนนำไปใช้จริง

การสัมภาษณ์เจาะลึกผู้รับผิดชอบงานเกี่ยวกับการพัฒนานักศึกษา ผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเองโดยนัดวันเวลา สถานที่ที่กลุ่มตัวอย่างสะดวกหรือนัดสัมภาษณ์ทางโทรศัพท์ และสัมภาษณ์เจาะลึกประมาณ 45-60 นาที โดยขออนุญาตบันทึกเทปเสียงขณะสนทนา ข้อมูลเสียงจากการสัมภาษณ์จะทำลายทิ้งภายใน 1 ปี

ขั้นตอนที่ 3 พัฒนารูปแบบการพัฒนาสมรรถนะผู้นำเพื่อการเปลี่ยนแปลงของแกนนำนักศึกษาในการส่งเสริมสุขภาพของนักศึกษาพยาบาล โดยนำผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ในขั้นตอนที่ 1 และ 2 มาเป็นแนวทางในการพัฒนารูปแบบฯ และนำเสนอร่างรูปแบบฯ ให้ผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 คน ตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาและความชัดเจนของภาษา โดยใช้แบบประเมินความเหมาะสมและสอดคล้องของรูปแบบคำนวณได้ค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับดีมาก ($\bar{X} = 4.70$, $SD = 0.18$) ปรับปรุงแก้ไขรูปแบบฯ ก่อนนำไปทดลองใช้

ขั้นตอนที่ 4 ทดลองใช้และประเมินประสิทธิผลของรูปแบบการพัฒนาสมรรถนะผู้นำการเปลี่ยนแปลงของแกนนำนักศึกษาในการส่งเสริมสุขภาพของนักศึกษาพยาบาล

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการทดลอง ประกอบด้วย

1) แกนนักศึกษา ได้แก่ นักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1-2 ที่ทำหน้าที่คณะกรรมการสโมสรนักศึกษาหรือชมรมของวิทยาลัยพยาบาลพระจอมเกล้าจังหวัดเพชรบุรี ในปีการศึกษา 2561 คำนวณจากโปรแกรม G* power version 3.1 9.713 เลือกใช้ Statistical test-t-test: Difference between two group means (matched pairs) ที่กำหนดค่าอิทธิพลขนาดกลาง (medium effect size) = 0.514 ระดับนัยสำคัญ (α) เท่ากับ 0.05 อำนาจการทดสอบ (Power of test) ($1-\beta$) เท่ากับ 0.95 คำนวณจำนวนกลุ่มตัวอย่างได้เท่ากับ 45 คน และเพิ่มกลุ่มตัวอย่างเพื่อป้องกันการสูญหายร้อยละ 10 รวมจำนวนกลุ่มตัวอย่าง 50 คน

2) นักศึกษาพยาบาลที่เข้าร่วมกิจกรรมตามรูปแบบที่พัฒนาขึ้น คือ นักศึกษาชั้นปีที่ 1-2 ทุกคนที่ยินดีเข้าร่วมการวิจัย และไม่ใชแกนนำนักศึกษา จำนวน 150 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง ได้แก่ รูปแบบที่พัฒนาขึ้น และแบบบันทึกการเรียนรู้ของแกนนำนักศึกษา เป็นแบบบันทึกผลการเข้าร่วมกิจกรรมและสิ่งที่ได้เรียนรู้ของแกนนำนักศึกษา ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นโดยใช้แนวคิดเกี่ยวกับการพัฒนาภาวะผู้นำและการส่งเสริมสุขภาพ ตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาของเครื่องมือโดยผู้ทรงคุณวุฒิ 3 ท่าน และปรับแก้ไขก่อนนำไปใช้จริง

เครื่องมือที่ใช้ในการประเมินประสิทธิผลของรูปแบบ ได้แก่ แบบสอบถามชุดเดิมที่ใช้ในการวิจัยขั้นตอนที่ 1 และแบบประเมินรวมทั้งประเด็นคำถามในการอภิปรายกลุ่ม ดังนี้

1. แบบประเมินสมรรถนะผู้นำการเปลี่ยนแปลงของแกนนำนักศึกษา ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นจากการทบทวนวรรณกรรม มีลักษณะมาตราประมาณค่า 5 ระดับ จำนวน 25 ข้อ เลือกตอบในลักษณะมีสมรรถนะในระดับดีมาก = 5 จนถึงระดับต้องปรับปรุง = 1 ใช้เกณฑ์การแปลความหมาย

5 ระดับเช่นเดียวกับแบบสอบถาม¹⁵ ตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาของเครื่องมือโดยผู้ทรงคุณวุฒิ 3 ท่าน หาค่าดัชนีความสอดคล้อง IOC เท่ากับ 1.00 ปรับแก้และนำไปทดลองใช้กับนักศึกษาพยาบาลที่มีคุณสมบัติเหมือนกลุ่มตัวอย่างจำนวน 30 คน และคำนวณหาค่าความเชื่อมั่นด้วยสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาคได้เท่ากับ 0.89

2. ประเด็นคำถามในการอภิปรายกลุ่ม ใช้สำหรับการอภิปรายกลุ่มแก่นำนักศึกษาและนักศึกษาพยาบาลที่ร่วมกิจกรรม ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นเพื่อประเมินความเหมาะสมของรูปแบบที่นำไปทดลองใช้และศึกษาแนวทางพัฒนาปรับปรุงรูปแบบ ตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาของเครื่องมือโดยผู้ทรงคุณวุฒิ 3 ท่าน และปรับแก้ก่อนนำไปใช้จริง

การทดลองใช้รูปแบบและการเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยทำหนังสือหรือบันทึกขออนุญาตทดลองใช้รูปแบบ และ เก็บรวบรวมข้อมูลถึงหน่วยงาน ชี้แจงวัตถุประสงค์การวิจัยและขอความร่วมมือในการวิจัยจากกลุ่มตัวอย่างก่อนดำเนินการวิจัย และทดลองใช้รูปแบบที่พัฒนาขึ้น 16 สัปดาห์ โดยจัดกิจกรรมในช่วงกิจกรรมพัฒนานักศึกษา วันศุกร์ เวลา 13.00-16.00 น. หรือช่วงเวลาที่นักศึกษาสะดวก จำนวน 10 ครั้ง รวมจำนวน 30 ชั่วโมง รายละเอียดการจัดกิจกรรมตามรูปแบบที่พัฒนาขึ้นมีดังนี้

การเก็บรวบรวมข้อมูลจากแบบสอบถามและแบบประเมิน ผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเองก่อนและหลังการทดลอง สำหรับการอภิปรายกลุ่มนักศึกษาแก่นนำ

ระยะ	กิจกรรม	รายละเอียดกิจกรรม	จำนวนชั่วโมง
ระยะที่ 1 การพัฒนา สมรรถนะ ผู้นำการ เปลี่ยนแปลง (สัปดาห์ที่ 1-2)	1) กิจกรรม “ก้าว ใหม่สำหรับนักศึกษา ยุค 4.0”	1) วิเคราะห์ตนเองและประเมินสมรรถนะผู้นำการเปลี่ยนแปลงของแก่นำนักศึกษา	3
	2) กิจกรรม “สานพลังสร้างทีม”	2) กิจกรรมให้ความรู้เกี่ยวกับผู้นำการเปลี่ยนแปลงและเสริมสร้างเจตคติที่ดีต่อตนเอง	3
	3) กิจกรรม “เทคนิคการสร้าง แรงบันดาลใจ”	3) ค้นหาบุคคลต้นแบบ วาดภาพผู้นำในฝันสำหรับการทำงานในยุคไทยแลนด์ 4.0 1) กิจกรรมเล่นเกมเกี่ยวกับการพัฒนาทีมงาน 2) บรรยายแบบมีส่วนร่วมและให้ข้อมูลที่จำเป็นเกี่ยวกับการทำงานเป็นทีมและการพัฒนา ภาวะผู้นำการเปลี่ยนแปลง 1) กิจกรรมให้ความรู้เกี่ยวกับเทคนิคการสร้างแรงบันดาลใจ เทคนิคการพูดโน้มน้าวและให้ ฝึกการสังเกตตัวแบบในสถานการณ์ 2) ฝึกปฏิบัติทักษะการสร้างแรงบันดาลใจ	3
ระยะที่ 2 การวางแผน การจัดกิจกรรม ส่งเสริมสุขภาพ (สัปดาห์ที่ 3-4)	4) กิจกรรม “สุขภาพ ดีสร้างได้”	1) กิจกรรมให้ความรู้และเสริมสร้างเจตคติต่อการส่งเสริมสุขภาพสำหรับแก่นำนักศึกษา	3
	5) กิจกรรม “วางแผน สร้างสุขภาพ for all”	2) กิจกรรมค้นหาบุคคลต้นแบบด้านการส่งเสริมสุขภาพและแลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกัน 1) แก่นำนักศึกษาวิเคราะห์ปัญหาและความต้องการด้านการส่งเสริมสุขภาพของนักศึกษา พยาบาล 2) แก่นำนักศึกษาวางแผนจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพสำหรับนักศึกษาพยาบาลโดยใช้ แนวคิดของเพนเดอร์ หลัก 3 อ. 2 ส. และการสร้างเสริมสุขภาพในสถาบันอุดมศึกษา	3
ระยะที่ 3 การนำแผนไปสู่ การปฏิบัติและ ประเมินผล (สัปดาห์ที่ 5-16)	6) กิจกรรม “ชวนเพื่อน สร้างสุขภาพ”	1) แก่นำนักศึกษาจัดกิจกรรมเสริมสร้างเจตคติและให้ความรู้เกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพ ของนักศึกษาพยาบาลตามแนวคิดของเพนเดอร์และหลัก 3 อ. 2 ส. 2) จัดกลุ่ม “ชวนเพื่อนสร้างสุขภาพ” โดยใช้สัดส่วนแก่นนำต่อนักศึกษา 2: 5-6 คน เพื่อให้ คำปรึกษาและติดตามการส่งเสริมสุขภาพ 3) จัดบอร์ดนิทรรศการและป้ายประชาสัมพันธ์ส่งเสริมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเพื่อสร้าง สุขภาพ “ใส่ใจ 3 อ. บอกลา 2 ส.”	3
	7) กิจกรรม “Fit for fun”	1) จัดกิจกรรมให้ความรู้เกี่ยวกับเทคนิคการจัดการความเครียด 2) แก่นำนักศึกษาและอาสาสมัครเป็นผู้นำจัดกิจกรรมออกกำลังกายอย่างน้อยสัปดาห์ละ 3 วัน วันละ 45 นาทีถึง 1 ชั่วโมง รวม 12 สัปดาห์	3
	8) กิจกรรม “PCK healthy club รักษสุขภาพ”	1) แก่นำนักศึกษาจัดกิจกรรมการส่งเสริมการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ของสมาชิกในช่วง กิจกรรมพัฒนานักศึกษา และติดตามให้คำปรึกษา รวมทั้งประเมินผลลัพธ์ทุก 4 สัปดาห์ (ครั้ง ละ 3 ชั่วโมง รวม 3 ครั้ง) 2) ส่งเสริมการแลกเปลี่ยนเรียนรู้เกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพผ่านแอปพลิเคชันไลน์	9

และนักศึกษาพยาบาลที่เข้าร่วมกิจกรรม ใช้กลุ่มตัวอย่างกลุ่มละ 8 คน เลือกโดยการสุ่มแบบง่ายและยินดีเข้าร่วมการอภิปรายกลุ่ม จัดการอภิปรายกลุ่ม กลุ่มละ 45 นาที ตามวันเวลาที่กลุ่มตัวอย่างสะดวกเมื่อสิ้นสุดการทดลอง

การวิเคราะห์ข้อมูล การประเมินประสิทธิผลของรูปแบบฯ ได้แก่ สมรรถนะผู้นำการเปลี่ยนแปลงของแกนนำนักศึกษา เจตคติต่อการส่งเสริมสุขภาพ พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของนักศึกษาพยาบาล และดัชนีมวลกายของผู้ที่มีน้ำหนักเกิน เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยก่อนและหลังการทดลองด้วยสถิติ paired t-test ผู้วิจัยได้ทดสอบข้อตกลงเบื้องต้นโดยใช้ Shapiro-Wilk test สำหรับกลุ่มตัวอย่างแกนนำนักศึกษา และใช้สถิติ Kolmogorov-Smirnov test สำหรับนักศึกษาพยาบาลที่เข้าร่วมกิจกรรม พบว่า ข้อมูลมีการแจกแจงเป็นโค้งปกติ ($p > .05$) ซึ่งเป็นไปตามข้อตกลงเบื้องต้นของการใช้สถิติ¹⁶ paired t-test

การพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่าง

การวิจัยนี้ได้รับการอนุมัติจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ของวิทยาลัยพยาบาลพระจอมเกล้า จังหวัดเพชรบุรีตามเอกสารรับรอง PCKCN REC No.11/2561 ลงวันที่ 13 กุมภาพันธ์ 2561 สำหรับการวิจัยขั้นตอนที่ 1-2 และ PCKCN REC No.11/2562 ลงวันที่ 21 มกราคม 2562 สำหรับการวิจัยขั้นตอนที่ 3-4

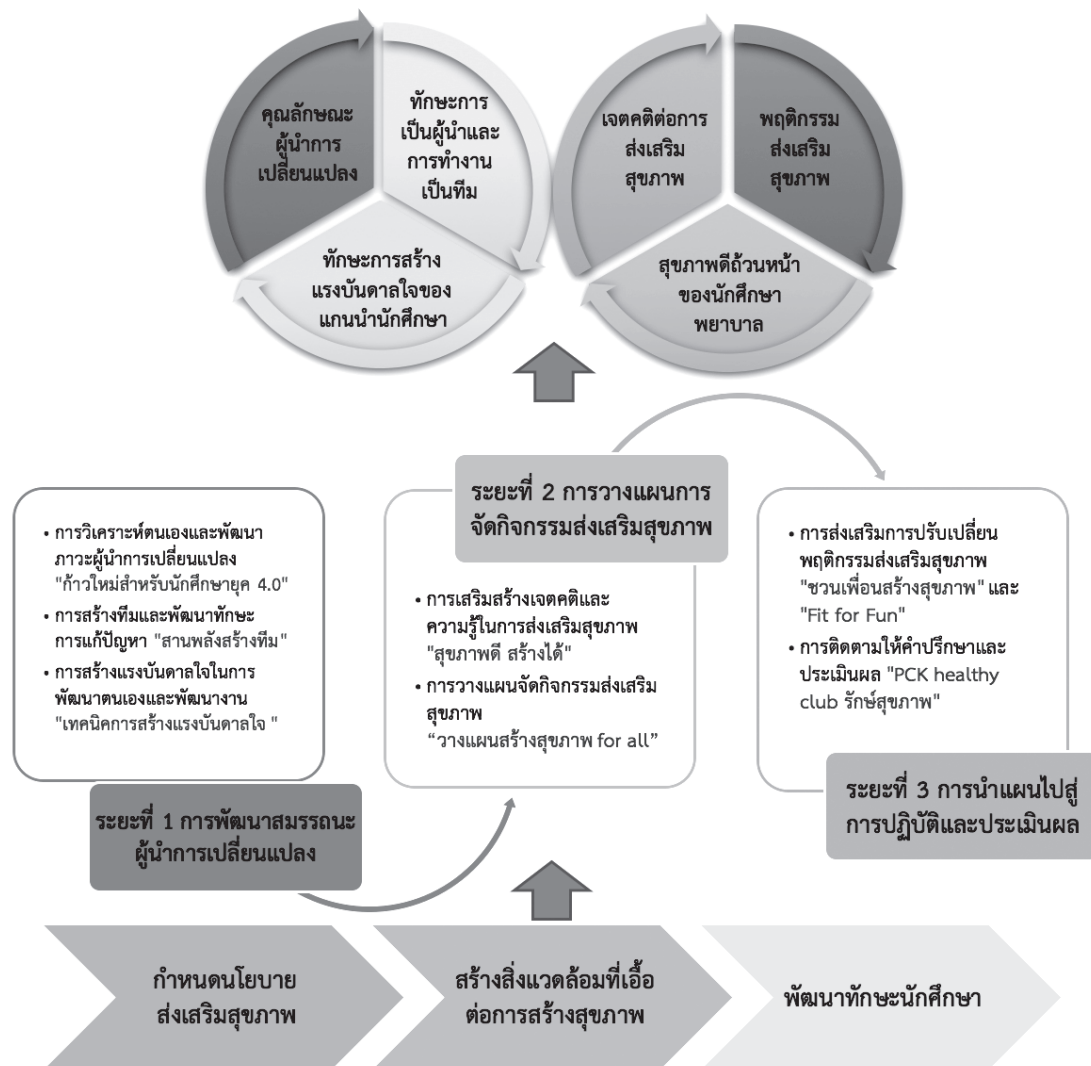
ผลการวิจัย ผลการวิจัยนำเสนอตามวัตถุประสงค์การวิจัย ดังนี้

เจตคติและพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของนักศึกษาพยาบาล

กลุ่มตัวอย่างนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1-4 จำนวน 308 คน อายุเฉลี่ย 20.44 ปี ส่วนใหญ่เพศหญิง (ร้อยละ 95.45) ดัชนีมวลกายส่วนใหญ่อยู่ในเกณฑ์ปกติระหว่าง 18.5-22.9 kg/m² (ร้อยละ 61.69) ดัชนีมวลกายต่ำสุด 16.14 kg/m² และสูงสุด 33.66 kg/m² ผลการศึกษาพบว่า ค่าเฉลี่ยเจตคติต่อการส่งเสริมสุขภาพอยู่ในระดับดี ($\bar{X} = 4.29$, $SD = .23$) ด้านที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด คือ การหลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่และดื่มแอลกอฮอล์ ($\bar{X} = 4.37$, $SD = .34$) ด้านที่มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด คือ โภชนาการ ($\bar{X} = 4.16$, $SD = .35$) และค่าเฉลี่ยพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพอยู่ในระดับดี ($\bar{X} = 4.11$, $SD = .16$) ด้านที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดอยู่ในระดับดีมาก คือ การหลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่และดื่มแอลกอฮอล์ ($\bar{X} = 4.54$, $SD = .39$) และด้านที่มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด คือ การออกกำลังกาย ($\bar{X} = 3.73$, $SD = .31$)

รูปแบบการพัฒนาสมรรถนะผู้นำการเปลี่ยนแปลงของแกนนำนักศึกษาในการส่งเสริมสุขภาพของนักศึกษาพยาบาลที่พัฒนาขึ้น

กระบวนการพัฒนาแกนนำนักศึกษาเพื่อเสริมสร้างพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ ประกอบด้วย 6 ขั้นตอน ได้แก่ (1) การวิเคราะห์ตนเองและพัฒนาภาวะผู้นำเพื่อการเปลี่ยนแปลง (2) การสร้างแรงบันดาลใจในการพัฒนาตนเองและทีมงาน (3) การเสริมสร้างเจตคติและพัฒนาความรู้ในการส่งเสริมสุขภาพ (4) การวิเคราะห์บริบทและวางแผนจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพในสถาบัน (5) การส่งเสริมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ (6) การประเมินผลลัพธ์โดยจัดกิจกรรม 3 ระยะ รวม 30 ชั่วโมง หลังจากทดลองใช้รูปแบบฯ แล้วได้ปรับปรุงรูปแบบให้สมบูรณ์ขึ้น สรุปได้ดังภาพที่ 1



ภาพที่ 1 รูปแบบการพัฒนาสมรรถนะผู้นำการเปลี่ยนแปลงของแกนนำนักศึกษาในการส่งเสริมสุขภาพของนักศึกษาพยาบาล

ประสิทธิผลของรูปแบบการพัฒนาสมรรถนะผู้นำการเปลี่ยนแปลงของแกนนำนักศึกษาในการส่งเสริมสุขภาพของนักศึกษาพยาบาล สรุปผลการประเมินประสิทธิผลของรูปแบบฯ ที่พัฒนาขึ้นได้ดังนี้

1. ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยสมรรถนะผู้นำการเปลี่ยนแปลงของแกนนำนักศึกษา กลุ่มตัวอย่างแกนนำนักศึกษา จำนวน 50 คน ส่วนใหญ่เพศหญิง (ร้อยละ 88.00) ศึกษาอยู่ ชั้นปีที่ 1 และชั้นปีที่ 2 เท่ากัน (ร้อยละ 50) ค่าเฉลี่ย

สมรรถนะผู้นำการเปลี่ยนแปลงก่อนการทดลองอยู่ในระดับดี ($\bar{X} = 3.60$, $SD = .37$) และหลังทดลองมีคะแนนเฉลี่ยเพิ่มขึ้นอยู่ในระดับดี ($\bar{X} = 4.40$, $SD = .23$) ผลการเปรียบเทียบด้วยการทดสอบค่าทีพบว่า ค่าเฉลี่ยสมรรถนะผู้นำการเปลี่ยนแปลงของแกนนำนักศึกษาหลังทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองใช้รูปแบบฯ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ($t = 15.771$, $p < .001$) รายละเอียดดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยสมรรถนะผู้นำการเปลี่ยนแปลงของแกนนำศึกษาก่อนและหลังทดลองด้วยสถิติ paired t-test (n = 50)

สมรรถนะของแกนนำนักศึกษา	ก่อนทดลอง		หลังทดลอง		t	p
	$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD		
สมรรถนะผู้นำการเปลี่ยนแปลง	3.69	.31	4.35	.21	15.771	<.001*
• คุณลักษณะของผู้นำการเปลี่ยนแปลง	3.84	.37	4.34	.22	10.248	<.001*
• ทักษะการเป็นผู้นำและการทำงานเป็นทีม	3.66	.39	4.32	.28	12.098	<.001*
• ทักษะการสร้างแรงบันดาลใจ	3.60	.37	4.40	.23	13.066	<.001*

*p<.01

จากตารางที่ 1 ผลการเปรียบเทียบด้วยการทดสอบค่าทีพบว่า ค่าเฉลี่ยสมรรถนะผู้นำการเปลี่ยนแปลงของแกนนำนักศึกษาหลังทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองใช้รูปแบบฯ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 (t = 15.771, p<.001)

ตารางที่ 2 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยเจตคติและพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของนักศึกษาพยาบาลก่อนและหลังทดลองด้วยสถิติ paired t-test (n = 150)

ประเด็น	ก่อนทดลอง		หลังทดลอง		t	p
	$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD		
เจตคติต่อการส่งเสริมสุขภาพ	4.30	.20	4.54	.23	11.065	<.001*
• ความรับผิดชอบต่อสุขภาพ	4.35	.21	4.56	.28	5.724	<.001*
• การออกกำลังกาย	4.27	.47	4.52	.32	5.241	<.001*
• โภชนาการ	4.09	.37	4.56	.30	11.768	<.001*
• การหลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่และดื่มแอลกอฮอล์	4.49	.34	4.61	.27	3.792	<.001*
• การป้องกันอุบัติเหตุและการรักษาความปลอดภัย	4.11	.36	4.51	.31	10.340	<.001*
• การจัดการกับความเครียด	4.19	.44	4.43	.28	3.727	<.001*
พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ	4.12	.16	4.43	.39	9.679	<.001*
• ความรับผิดชอบต่อสุขภาพ	4.16	.36	4.61	.41	10.600	<.001*
• การออกกำลังกาย	3.94	.42	4.18	.25	8.224	<.001*
• โภชนาการ	3.92	.34	4.24	.30	11.640	<.001*
• การหลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่และดื่มแอลกอฮอล์	4.37	.41	4.73	.23	9.280	<.001*
• การป้องกันอุบัติเหตุและการรักษาความปลอดภัย	4.46	.29	4.68	.21	7.534	<.001*
• การจัดการกับความเครียด	3.93	.25	4.34	.29	14.906	<.001*

*p < .01

จากตารางที่ 2 ผลการเปรียบเทียบด้วยการทดสอบค่าทีพบว่า ค่าเฉลี่ยเจตคติและพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพหลังทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองใช้รูปแบบฯ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 (t = 11.065, t = 9.679, p<.001)

ตารางที่ 3 เปรียบเทียบดัชนีมวลกายของนักศึกษาพยาบาลผู้มีน้ำหนักเกินก่อนและหลังทดลองด้วยสถิติ paired t-test (n = 54)

ประเด็น	ก่อนทดลอง		หลังทดลอง		t	p
	$\bar{X}$	SD	$\bar{X}$	SD		
ดัชนีมวลกายของผู้ที่มีน้ำหนักเกิน	24.89	2.13	24.66	1.98	-3.782	<.001*

*p < .01

2. ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยเจตคติและพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของนักศึกษาพยาบาล กลุ่มตัวอย่างนักศึกษาที่เข้าร่วมกิจกรรม จำนวน 150 คน ส่วนใหญ่เพศหญิง (ร้อยละ 97.33) และศึกษาอยู่ชั้นปีที่ 2 (ร้อยละ 64.00)

3. ความแตกต่างของดัชนีมวลกายของนักศึกษาพยาบาลผู้มีน้ำหนักเกิน กลุ่มตัวอย่างที่มีดัชนีมวลกายเกิน คือ มากกว่าหรือเท่ากับ 23 kg/m² จำนวน 54 คน (ร้อยละ 36.00 ของกลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมกิจกรรมทั้งหมด 150 คน) ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง (ร้อยละ 98.15)

จากตารางที่ 3 ผลการเปรียบเทียบความแตกต่าง โดยการทดสอบค่าที พบว่า ดัชนีมวลกายหลังทดลองน้อยกว่า ก่อนทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ($t = -3.782$, $p < .001$)

การอภิปรายผลการวิจัย

จากผลการวิจัยมีประเด็นอภิปรายผลการวิจัยได้ดังนี้ รูปแบบฯ ที่พัฒนาขึ้นเน้นการพัฒนาภาวะผู้นำ การเปลี่ยนแปลงในการสร้างเสริมพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ และจัดสิ่งแวดล้อมให้เอื้อต่อการส่งเสริมสุขภาพ นับเป็นปัจจัยนำเข้าและการส่งเสริมสุขภาพแวดล้อมที่ดีตามแนวคิดของ แอสติน¹⁰ และสอดคล้องกับแนวคิดการพัฒนาภาวะผู้นำเพื่อการเปลี่ยนแปลงของบาสและริกโก¹¹ คือ การพัฒนาผู้นำการเปลี่ยนแปลงทั้งด้านการพัฒนาบุคลิกภาพ ทักษะการสร้างแรงบันดาลใจและพลังในการขับเคลื่อนการดำเนินงานพัฒนา นักศึกษาของสถาบัน ทำให้แกนนำนักศึกษามีบุคลิกภาพที่ดี มีทักษะในการสร้างแรงบันดาลใจและการทำงานเป็นทีม ส่งผลให้นักศึกษาพยาบาลศรัทธาและยอมรับแกนนำนักศึกษา ทำให้เกิดความร่วมมือในการปฏิบัติกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ ผลการประเมินประสิทธิผลของรูปแบบฯ ภายในเวลา 16 สัปดาห์ พบว่า ค่าเฉลี่ยสมรรถนะผู้นำการเปลี่ยนแปลงของ แกนนำนักศึกษา ค่าเฉลี่ยเจตคติและพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ ของนักศึกษาพยาบาลหลังทดลองทุกด้านสูงกว่าก่อนทดลอง และดัชนีมวลกายของผู้ที่มีน้ำหนักเกินหลังทดลองต่ำกว่า ก่อนทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงให้เห็นว่ารูปแบบที่พัฒนาขึ้นสามารถส่งเสริมการพัฒนาทั้ง บุคลิกภาพ ทักษะภาวะผู้นำและการทำงานเป็นทีมรวมทั้ง การสร้างแรงบันดาลใจ และช่วยให้เจตคติ พฤติกรรมส่งเสริม สุขภาพและภาวะสุขภาพของนักศึกษาพยาบาลดีขึ้น สอดคล้อง กับแนวคิดของเพนเดอร์¹² และการศึกษาวิจัยที่ผ่านมาพบว่า การส่งเสริมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมทำให้นักศึกษามีเจตคติ และพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพดีขึ้น^{6,7,8 17,18} นอกจากนี้ พบว่า แกนนำนักศึกษาซึ่งทำหน้าที่คณะกรรมการสโมสรนักศึกษา ของวิทยาลัยสามารถนำความรู้ไปใช้เพื่อเขียนโครงการขอทุน สนับสนุนกิจกรรมเสริมหลักสูตรของนักศึกษาพยาบาลจาก สมาคมศิษย์เก่ากระทรวงสาธารณสุขได้ คือ โครงการส่งเสริม พฤติกรรมสุขภาพและพัฒนาแกนนำสุขภาพเพื่อเสริมสร้าง สุขภาวะชุมชนภายใต้แนวคิด 3อ.2ส. ของนักศึกษาและ ขยายผลไปสู่ชุมชนตำบลธงชัยซึ่งเป็นตำบลที่วิทยาลัยพยาบาล

พระจอมเกล้า จังหวัดเพชรบุรีตั้งอยู่และเป็นชุมชนเป้าหมาย ในการบริการวิชาการ สะท้อนให้เห็นว่า เกิดผลลัพธ์ที่ดีจาก การใช้รูปแบบฯ ที่พัฒนาขึ้น

กล่าวได้ว่า รูปแบบฯ ที่พัฒนาขึ้นมีความเหมาะสม สามารถนำไปปฏิบัติได้จริง สามารถพัฒนาแกนนำนักศึกษา และนักศึกษาพยาบาลไปสู่เป้าหมายของรูปแบบฯ ได้ การพัฒนา ภาวะผู้นำเพื่อการเปลี่ยนแปลงและสุขภาพของนักศึกษา นับเป็นองค์ประกอบสำคัญของการพัฒนานักศึกษาใน ศตวรรษที่ 21 ซึ่งจะเป็นพื้นฐานที่ดีในการเรียนรู้และส่งผล ให้สามารถนำความรู้ไปใช้ในการส่งเสริมสุขภาพผู้ให้บริการ ได้ต่อไป

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะที่ได้จากการทำวิจัย

1.1 การกำหนดนโยบายด้านการส่งเสริมสุขภาพ สถาบันอุดมศึกษาควรกำหนดนโยบายด้านการส่งเสริมสุขภาพ ที่เน้นการมีส่วนร่วมของแกนนำนักศึกษาอย่างเป็นระบบ เพื่อส่งเสริมการนำรูปแบบฯ ไปใช้และการพัฒนาภาวะสุขภาพ ของนักศึกษาในสถาบัน

1.2 การจัดทำคู่มือกิจกรรมพัฒนานักศึกษา ของสโมสรนักศึกษาควรเพิ่มรายละเอียดการพัฒนาสมรรถนะ ผู้นำการเปลี่ยนแปลงของแกนนำนักศึกษาในการเสริมสร้าง พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพตามรูปแบบฯ ที่พัฒนาขึ้น เพื่อให้ สามารถใช้เป็นแนวทางในการปฏิบัติได้อย่างชัดเจน

1.3 อาจารย์ผู้รับผิดชอบงานพัฒนานักศึกษา ควรวางแผนการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพตามรูปแบบฯ ที่พัฒนาขึ้น และมีระบบติดตามให้คำปรึกษาแก่แกนนำ นักศึกษาเพื่อให้นักศึกษามั่นใจและสามารถทำหน้าที่แกนนำ นักศึกษาได้อย่างมีประสิทธิภาพ

1.4 ในระยะการพัฒนาสมรรถนะผู้นำการ เปลี่ยนแปลงของแกนนำนักศึกษาควรเพิ่มกิจกรรมการฝึก วิเคราะห์ปัญหาและแก้ปัญหาเพิ่มขึ้น เพื่อให้แกนนำนักศึกษา มีทักษะในการวิเคราะห์และแก้ปัญหาในขณะจัดกิจกรรม ส่งเสริมสุขภาพเพิ่มขึ้น

2. ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป ควรพัฒนา วิจัยเพื่อการต่อยอดเกี่ยวกับการพัฒนาแกนนำนักศึกษา ในการจัดกิจกรรมพัฒนานักศึกษาในด้านต่าง ๆ เช่น การพัฒนา จิตอาสา การพัฒนาทักษะทางวิชาการและการเรียนรู้ใน ศตวรรษที่ 21 และมีการติดตามประเมินผลภาวะสุขภาพ

ทางคลินิกเพิ่มขึ้น เช่น ผลการตรวจลักษณะและจำนวน
เม็ดเลือด ระดับไขมันในเลือด ระดับความดันโลหิต เป็นต้น

References

1. Stacciarini JMR, McDaniel AM. EMBRACE: Developing an inclusive leadership program with and for undergraduate nursing students. *Journal of Professional Nursing* 2019;35(1): 26-31.
2. Anderson M. Transformational leadership in education: A review of existing literature. *International Social Science Review* 2017; 93(1):1-15.
3. Hanawi SA, Saat NZM, Zulkafly M, Hazlenah H, Taibukahn NH, Yoganathan D, ...Low FJ. Impact of a healthy lifestyle on the psychological well-being of university students. *International Journal of Pharmaceutical Research & Allied Sciences* 2020;9(2):1-7.
4. Holt M, Monk R, Powell S, Dooris M. Student perceptions of a healthy university. *Public Health* 2015;129(6):674-83.
5. Dooris M, Wills J, Newton J. Theorizing healthy settings: a critical discussion with reference to Healthy Universities. *Scandinavian Journal of Public Health* 2014;42(15_suppl):7-16.
6. Çalışkan C, Arberk K, Üner S. Healthy lifestyle behaviors of university students. *Prehospital and Disaster Medicine* 2017;32(S1):S213.
7. Plotnikoff RC, Costigan SA, Williams RL, Hutchesson MJ, Kennedy SG, Robards SL,... Germov J. Effectiveness of interventions targeting physical activity, nutrition and healthy weight for university and college students: a systematic review and meta-analysis. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity* 2015;12(1):1-10.
8. Nassar OS, Shaheen AM. Health-promoting behaviours of university nursing students in Jordan. *Health* 2014;6(19):2756-63.
9. Polat Ü, Özen Ş, Kahraman BB, Bostanoğlu H. Factors affecting health-promoting behaviors in nursing students at a university in Turkey. *Journal of Transcultural Nursing* 2016;27(4): 413-9.
10. Astin AW. Assessment for excellence: The philosophy and practice of assessment and evaluation in higher education. Maryland: Rowman & Littlefield Publishers;2012.
11. Bass BM, Riggio RE. Transformational leadership. New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates Publishers;2006.
12. Pender NJ, Murdaugh CL, Parsons MA. Health promotion in nursing (7th ed.). New Jersey: Pearson;2015.
13. Faul F, Erdfelder E, Lang AG, Buchner A. G* Power 3: A flexible statistical power analysis program for the social, behavioral, and biomedical sciences. *Behavior research methods* 2007;39(2):175-91.
14. Cohen J. A power primer: quantitative methods in psychology. *Psychology Bull* 1992;112(1): 155-9.
15. Best JW, Kahn JV. Research in Education. 10thed. Boston:Pearson;2006.
16. Hair FJ, Black CW, Babin JB, Anderson ER. Multivariate Data Analysis. 7thed. New Jersey:Pearson;2010.
17. Pumsangua K, Prasittivatechakool A. Patterns in developing nursing students of The Royal Thai Army Nursing College to be health promotion leaders in relevance to exercise, food consumption and stress management. *Journal of The Royal Thai Army Nurses* 2014; 15(1):73-80. (in Thai)
18. SuangKaew S, Kooariyakul A. Competency development model of nurse students toward a health promotion practitioner. *Journal of Nursing and Education* 2017;7(2):32-46. (in Thai)