



วารสาร

การพยาบาล การสาธารณสุข และการศึกษา

Nursing Public Health and Education Journal

ปีที่ 20 ฉบับที่ 2 พฤษภาคม - สิงหาคม 2562 ISSN 2651-1908

ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับประสิทธิผลการจัดการเรียนการสอนแบบสถานการณ์จำลองในหมวดวิชาชีพการพยาบาล
ของวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนี พะเยา

* ธาณิ กล่อมใจ, ทักษิภา ชัยวรรัตน์, สมัยพร อาชาล

ประสิทธิผลของโปรแกรมการเสริมสร้างความแข็งแกร่งในชีวิตต่อความแข็งแกร่งในชีวิตการเห็นคุณค่าในตนเอง
ความฉลาดทางอารมณ์ และแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ในการเรียนของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดตรัง

* ไพบุลย์ ขาวสวนศรีเจริญ, กรรณิกา เรืองเดช ขาวสวนศรีเจริญ, เสาวลักษณ์ คงสนธิ

การพัฒนารูปแบบการบูรณาการจัดการเรียนการสอนกับการบริการวิชาการในการดูแลผู้สูงอายุที่มีภาวะพึ่งพิงตามแนวคิด
University-community Engagement

* ธาณิ กล่อมใจ, ทักษิภา ชัยวรรัตน์, สิริสุดา เตชะวิเศษ

ความสัมพันธ์ระหว่างสมดุลชีวิตกับการทำงาน ดัชนีความสุขคนทำงานกับความผูกพันในองค์กร
ของบุคลากรวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนี ยะลา

* ปริญญช ชัยกองเกียรติ, สาธิตาน มาบุญชิต, อนุชิต คลังม้น

การศึกษาภาวะสุขภาพจิตและระดับความแข็งแกร่งในชีวิตของนักศึกษาพยาบาล : กรณีศึกษาวิทยาลัยพยาบาลแห่งหนึ่ง
ในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ

* จงลักษณ์ ทวีแก้ว, วิจิตรา จิตร์รักษ์, ชนุกร แก้วมณี, น้ำฝน ศรีเสน

ผลของโปรแกรมติดตามส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาผ่านสื่อสังคมออนไลน์
ต่อความสำเร็จในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาอย่างเดียวนาน 12 สัปดาห์ ของมารดาทำงานนอกบ้าน

* ศุทธิณี รุจิระพงศ์, พรเพ็ญ ศิริสัตยวงค์

ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับระดับความเครียดของอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน ตำบลพระอาจารย์ อำเภอองครักษ์
จังหวัดนครนายก

* อ้อมใจ แต่เจริญวิริยะกุล, ปรินทร์ จำปาทอง, ชนัญญา มงคล, เนตรชนก ศิริเลิศรุ่งเรือง

ประสิทธิผลของโปรแกรมพัฒนาความรู้ด้านสุขภาพในกลุ่มเสี่ยงโรคความดันโลหิตสูงที่มีน้ำหนักเกิน

* ศิริภา วรรณประเสริฐ

ประสิทธิผลของโปรแกรมป้องกันการฆ่าตัวตายในผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้าในชุมชน

* อธิพงษ์ อังทิมะ, สุทธิพร มูลศาสตร์, ปราการ ถมยางกูร

ผลของโปรแกรมโภชนาการที่มุ่งเน้นและชี้แนะที่มุ่งเน้นเพื่อสุขภาพสายตาในผู้ใหญ่และผู้สูงอายุ

* วิภาดา แซ่เล้า, กานต์สุดา วันจันทร์, สุนิศา ศิริพัฒน์กุล, ประไพศรี ศิริจักรวาล

ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการป้องกันการบาดเจ็บจากการทำงาน ของพนักงานจัดระวางสินค้า สยามบิณสุวรรณภูมิ
จังหวัดสมุทรปราการ

* ประหยัด ทิพย์สุทธิ

การศึกษาผลของการสูดดมกลิ่นน้ำมันดอกอานันทาสีต่อระบบประสาทอัตโนมัติและอารมณ์ความรู้สึก

* อำพล บุญเพียร, วรินทร์ เขตชูธิกุล, วิมล สยอวรรณ, สุติภัทร โพศรี



วารสารการพยาบาล การสาธารณสุขและการศึกษา วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนี พะเยา

ปีที่ 20 ฉบับที่ 2 พฤษภาคม – สิงหาคม 2562 ISSN 2651-1908

วัตถุประสงค์

เพื่อส่งเสริมและเผยแพร่ผลงานวิชาการในรูปแบบรายงานวิจัย (Research Article) และบทความปริทัศน์ (Review Article) สาขาการพยาบาล การสาธารณสุขและการศึกษา

กำหนดการออกวารสาร

ทุกๆ 4 เดือน (ปีละ 3 ฉบับ)

มกราคม – เมษายน

พฤษภาคม – สิงหาคม

กันยายน – ธันวาคม

เจ้าของ

วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนี พะเยา

312 หมู่ 11 ต.บ้านต้อม อ.เมือง จ.พะเยา 56000

โทรศัพท์ 0-5443-1779 โทรสาร 0-5443-1889

ที่ปรึกษา

ศาสตราจารย์ ดร.เวทิน นพนิตย์

ผู้อำนวยการ Professional Associates of Thailand

ดร.ธานี กล่อมใจ

ผู้อำนวยการวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนี พะเยา

บรรณาธิการ

ดร.ทักษิภา ชัชรรัตน์

ผู้ช่วยบรรณาธิการ

อาจารย์ฐิติพร เรือนกุล

เลขานุการ

อาจารย์จรรยา แก้วใจบุญ

อาจารย์สมศรี ทาทาน

อาจารย์อัมพร ยานะ

นางสาว ชนิดาภา อินตะมุด

นายเอกชัย หมั่นขัตติย์

กองบรรณาธิการ

รองศาสตราจารย์ ดร.ประวิต เอรารวรรณ

สำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษา

รองศาสตราจารย์ ดร.สุดารัตน์ สิทธิสมบัติ

มหาวิทยาลัยเนชั่น

รองศาสตราจารย์ ดร.พรณพินโล ศรีอาภรณ์

มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

รองศาสตราจารย์ ดร.สุรพล นธการกิจกุล

มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

รองศาสตราจารย์ ดร.เดชา ทำดี

มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สมยศ ชิดมงคล

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สมานจิต ภิรมย์รัตน์

มหาวิทยาลัยการจัดการและเทคโนโลยีอีสเทิร์น

ดร.วิยะดา รัตนสุวรรณ

มหาวิทยาลัยพะเยา

ดร.ประจวบ แผลมหลัก

มหาวิทยาลัยพะเยา

ดร.สุภาภรณ์ อุดมลักษณ์

มหาวิทยาลัยเนชั่น

ดร.นุสรา ประเสริฐศรี

วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนี สรรพสิทธิประสงค์

ดร.จุไรรัตน์ ห้าวหาญ

วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนี สุรินทร์

ดร.ดาราวรรณ รองเมือง

วิทยาลัยพยาบาลพระปกเกล้า จันทบุรี

ดร.ดลนภา หงส์ทอง

วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนี พะเยา

ดร.กฤตพัทธ์ ผิกฝน

วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนี พะเยา

ดร.ปรศนีย์ สมิทธิ์

วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนี พะเยา

ดร. พิมพิมล วงศ์ไชยา

วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนี พะเยา

สารบัญ

หน้า

- ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับประสิทธิผลการจัดการเรียนการสอนแบบสถานการณ์จำลอง
ในหมวดวิชาชีวะการพยาบาล ของวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี พะเยา 3
- ประสิทธิภาพของโปรแกรมการเสริมสร้างความแข็งแกร่งในชีวิตต่อความแข็งแกร่งในชีวิต
การเห็นคุณค่าในตนเอง ความฉลาดทางอารมณ์ และแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ในการเรียน
ของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดตรัง 16
- การพัฒนารูปแบบการบูรณาการจัดการจัดการเรียนการสอนกับการบริการวิชาการในการดูแลผู้สูงอายุ
ที่มีภาวะพึ่งพิงตามแนวคิด University- community Engagement 31
- ความสัมพันธ์ระหว่างสมดุลชีวิตกับการทำงาน ดัชนีความสุขคนทำงานกับความผูกพันในองค์กร
ของบุคลากรวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ยะลา 48
- การศึกษาภาวะสุขภาพจิตและระดับความแข็งแกร่งในชีวิตของนักศึกษาพยาบาล :
กรณีศึกษาวิทยาลัยพยาบาลแห่งหนึ่งในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ 60
- ผลของโปรแกรมติดตามส่งเสริมการรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดา
ผ่านสื่อสังคมออนไลน์ ต่อความสำเร็จในการเลี้ยงบุตรด้วยนมมารดาอย่างเดียวนาน 12 สัปดาห์
ของมารดาทำงานนอกบ้าน 69
- ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับระดับความเครียดของอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน
ตำบลพระอาจารย์ อำเภองครักษ์ จังหวัดนครนายก 82
- ประสิทธิภาพของโปรแกรมพัฒนาความรู้ด้านสุขภาพในกลุ่มเสี่ยงโรคความดันโลหิตสูงที่มีน้ำหนักเกิน 92
- ประสิทธิภาพของโปรแกรมป้องกันการฆ่าตัวตายในผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้าในชุมชน 105
- ผลของโปรแกรมโภชนาการศึกษาร้านอาหารที่มีลูทีนและซีแซนทีนสูงเพื่อสุขภาพสายตาในผู้ใหญ่และผู้สูงอายุ 119
- ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมป้องกันการบาดเจ็บจากการทำงาน ของพนักงานจัดระวางสินค้า
สนามบินสุวรรณภูมิ จังหวัดสมุทรปราการ 132
- การศึกษาผลของการสูดดมกลิ่นน้ำมันดอกอัญชันมหาหงส์ต่อระบบประสาทอัตโนมัติ
และอารมณ์ความรู้สึก 147



ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับระดับความเครียดของอาสาสมัคร สาธารณสุขประจำหมู่บ้าน ตำบลพระอาจารย์ อำเภอองครักษ์ จังหวัดนครนายก

อ้อมใจ แต่เจริญวิริยะกุล ปรินทร์ จำปาทอง
ชนัญญู มงคล เนตรชนก ศิริเลิศรุ่งเรือง
คณะกายภาพบำบัด มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

Received : October 26, 2018

Revised : May 13, 2019

Accepted : May 27, 2019

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้เป็นวิจัยเชิงพรรณนา (Cross-Sectional Descriptive Research) มีจุดประสงค์เพื่อ ศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับระดับความเครียดของอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) กลุ่มประชากร คือ อสม. ตำบลพระอาจารย์ อำเภอองครักษ์ จังหวัดนครนายก จำนวน 74 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบสอบถาม โดยแบ่งเป็น 4 ตอน คือ ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม ตอนที่ 2 การสนับสนุนจากเจ้าหน้าที่สาธารณสุข ตอนที่ 3 พฤติกรรมการจัดการความเครียด ตอนที่ 4 ระดับความเครียดของกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข และวิเคราะห์ความสัมพันธ์ด้วยสถิติค่าไคสแควร์ (Chi-square test) และสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สัน (Pearson's Product Moment Correlation Coefficient) ในการทดสอบสมมติฐานที่ระดับนัยสำคัญ 0.05 ผลการศึกษาพบว่า อสม. ตำบลพระอาจารย์ อำเภอองครักษ์ จังหวัดนครนายก ส่วนใหญ่ร้อยละ 82.4 เป็นเพศหญิง มีอายุระหว่าง 51-60 ปี มีการศึกษาระดับประถมศึกษาร้อยละ 48.6 มีประสบการณ์เป็นอาสาสมัครสาธารณสุขมากกว่าหรือเท่ากับ 3 ปี และมีรายได้ต่อเดือนน้อยกว่าหนึ่งพันบาท ร้อยละ 32.4 (ค่าเฉลี่ย = 3,955.4 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน = 3383.2 บาท) โดยได้รับแรงสนับสนุนจากเจ้าหน้าที่ในระดับสูง มีพฤติกรรมการจัดการความเครียด 3 อันดับแรก คือ การพักผ่อน เช่น กิจกรรมดูหนัง ฟังเพลง ทำกิจกรรมร่วมกับผู้อื่นในชุมชน และออกกำลังกาย อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน มีระดับความเครียดอยู่ในระดับน้อย และจากการศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับระดับความเครียด มีเพียงระดับการศึกษาที่มีผลต่อระดับความเครียดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p - value < 0.05$) ผลการศึกษาครั้งนี้สามารถนำมาใช้ในการป้องกันและให้ความช่วยเหลือ อสม. ที่มีความเครียดจากการทำงานในการป้องกันไม่ให้ความเครียดระดับต่ำพัฒนาไปเป็นความเครียดระดับปานกลาง และระดับสูงต่อไป ซึ่งอาจส่งผลกระทบต่อการทำงานได้ในอนาคต โดยส่งเสริมสิ่งแวดล้อมในการปฏิบัติงาน รวมถึงการ เพิ่มการสนับสนุนทางสังคม เพื่อลดภาวะเครียดที่เกิดจากการทำงานของอสม.

คำสำคัญ : ความเครียด, อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.)



Factors related with stress level among Village Health Volunteers in Phra-Arjan, Ongkharak District, Nakhon Nayok Province.

Ormjai Taejarenwiriyaikul, Parinthong Champathong

Chananyu Mongkol, Netchanok Sirilerdrungrueang

Faculty of Physical Therapy, Srinakharinwirot University

Abstract

This cross-sectional descriptive research was conducted to investigate factors related with stress level among village health volunteers. The populations of the study were 74 village health volunteers in Phra-Arjan, Ongkharak District, Nakhon Nayok Province. The research instrument was a questionnaire divided into 4 parts 1) General information 2) Support from public health staff 3) Stress management behaviors 4) Stress level according to Stress test of Department of Mental Health, Ministry of Public Health. Chi-square test and Pearson's Correlation were used to test the hypothesis at significance level of 0.05. The research finding was as follows: Most of these village health volunteers are female (82.4%), age between 51-60 years old, primary education (48.6%), being a volunteer for more than 3 years, monthly income less than 1,000 (32.4%; $\mu = 3,955.4$; $\sigma = 3383.2$ baht) and a high level of public health staffs supported. It was also found that, stress management behavior of village health volunteers were relaxation such as watching movies, listening to music, sharing with others in the community and exercise. Most of village health volunteers had low level of stress. Factors significant associated with stress levels was education ($p < 0.05$).

Keywords : Stress, Village Health Volunteers



บทนำ

องค์การอนามัยโลก (WHO) ประเมินการว่าประชากรโลกประมาณ 1,500 ล้านคน มีปัญหาทางด้านสุขภาพจิต โดยเฉพาะปัญหาความเครียด และภาวะแปรปรวนทางอารมณ์ สำหรับประเทศไทยปัญหาทางจิตสูงขึ้นตามความเจริญของประเทศ และสภาพเมืองที่เปลี่ยนไป ผลจากการสำรวจสุขภาพจิตในปี พ.ศ. 2560 พบว่า คนไทยมีความผิดปกติทางจิต จำนวน 98 คน ต่อประชากรแสนคน โดยเป็นความผิดปกติทางจิตที่มีสาเหตุมาจากความเครียด จำนวน 42 คน ต่อประชากรแสนคน (คมกริช นันทะโรจวงศ์ และคณะ, 2561) ความเครียด คือ ความรู้สึกที่เกิดขึ้นเมื่อเผชิญกับปัญหาต่าง ๆ ที่ทำให้รู้สึกไม่สบายใจ คับข้องใจ หรือถูกบีบคั้น กดดันจนทำให้เกิดความรู้สึกทุกขใจ สับสน โกรธหรือเสียใจ ความเครียดถือเป็นหนึ่งในสาเหตุของอาการและการเกิดโรคต่าง ๆ เช่น ปวดหัว ปวดเมื่อยตามส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย ความผิดปกติของหัวใจ ความดันโลหิตสูง เป็นต้น (มัทนา วังธนอมศักดิ์, 2558) นอกจากนี้ยังส่งผลกระทบต่อการใช้ชีวิตตามมาภายหลังจากการเป็นโรคได้ สำหรับปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับระดับความเครียด ได้แก่ รายได้ ฐานะทางการเงิน และปัจจัยจากการทำงาน เช่น โครงสร้างของงาน ลักษณะงาน สภาพทางกายภาพและองค์กร ความก้าวหน้าในสาขาอาชีพ การปรับตัวเข้ากับสภาพแวดล้อมในการทำงานใหม่ การปฏิบัติงานที่หนักเกินกว่าความสามารถและมากเกินไปจนมีเวลาพักผ่อนไม่เพียงพอ เป็นต้น โดยเฉพาะอย่างยิ่งวิชาชีพด้านบุคลากรทางการแพทย์และสาธารณสุข ซึ่งบุคคลกลุ่มนี้มีบทบาทสำคัญในการให้การดูแลช่วยเหลือผู้มีปัญหาทางด้านสุขภาพอนามัยนับตั้งแต่ความเจ็บป่วยไปจนกระทั่งถึงวิกฤติในชีวิต ต้องมีความรับผิดชอบสูงและต้องไม่มีข้อผิดพลาดในการทำงาน เป็นผลให้บุคลากร

ทางการแพทย์และสาธารณสุขส่วนใหญ่จึงมีความเครียดอยู่ในระดับสูง (จุไรลักษณ์ เหลียงกอบกิจ, 2553; ปาณิกา เสี่ยงเพราะ และคณะ, 2557; อีระพล ปัญญาวิ และวริศรา สุวีระ, 2559)

รัฐบาลและกระทรวงสาธารณสุขไทยได้ตระหนักและให้ความสำคัญอย่างยิ่งต่อระบบบริการสุขภาพภาคประชาชน โดยเฉพาะอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) ถือเป็นหัวใจสำคัญต่อระบบสุขภาพ ในปี 2560 โดย อสม. เป็นรูปแบบหนึ่งของการมีส่วนร่วมของประชาชน การดูแลสุขภาพของตนเอง ครอบครัว และชุมชน โดยผ่านกระบวนการอบรมให้ความรู้จากเจ้าหน้าที่สาธารณสุข และปฏิบัติงานด้วยความเสียสละต่อประชาชน โดยมีบทบาทสำคัญในฐานะผู้นำการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสุขภาพอนามัย (change agents) การสื่อสารสาธารณสุข การแนะนำเผยแพร่ความรู้ การวางแผนและประสานกิจกรรมพัฒนาสาธารณสุข (โกมาตร จึงเสถียรทรัพย์, 2550) โดยจะพบว่า อสม. ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิงและยังมีภาระหน้าที่หลักทางครอบครัวที่ต้องดูแล อสม. ร้อยละ 44.4 มีอาชีพเป็นเกษตรกรและร้อยละ 25.4 ทำงานรับจ้าง ข้อจำกัดในเรื่องอาชีพที่ต้องทำมาหากินและต้องเลี้ยงดูครอบครัวจึงไม่สามารถคาดหวังให้อสม. ให้อาสาอย่างต่อเนื่องสม่ำเสมอตลอดเวลาได้ ภาระที่อสม. ต้องรับผิดชอบดูแลนี้ อาจก่อให้เกิดความเครียดซึ่งอาจส่งผลกระทบต่อสุขภาพจิตของผู้ปฏิบัติงานได้ ปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดของบุคลากรสาธารณสุข ได้แก่ อายุ ระดับการศึกษา รายได้ครัวเรือน หน่วยงาน และวิชาชีพ นอกจากนี้ยังพบว่าผู้ป่วยมีเรื่องร้องเรียนบุคลากรทางการแพทย์เพิ่มมากขึ้น ส่งผลให้ผู้ปฏิบัติงานเกิดความเครียด และลาออกจากงานเพิ่มมากขึ้น ส่งผลให้การดำเนินการทางด้านสาธารณสุขในพื้นที่ขาดความต่อเนื่อง และต้องสูญเสียงบประมาณในการจัดอบรมให้ความรู้แก่



บุคลากรใหม่ที่เข้ามาทดแทนตำแหน่งเดิม (ดิเรก ภาคกุล, 2550)

จากสภาพการณ์ตามที่กล่าวข้างต้น ทางกลุ่มผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาเรื่องความเครียดของ อสม. ตำบลพระอาจารย์ อำเภองครักษ์ จังหวัดนครนายก โดยประยุกต์แนวคิดทฤษฎีของ ออลโทแมน (Piippo and Aaltonen, 2004) ที่สรุปปัจจัยในการทำงานที่อาจนำไปสู่ความเครียด และ PRECEDE MODEL ของ Green and Kreuter. (1991) ที่เชื่อว่าพฤติกรรมสุขภาพของบุคคลจะเกิดขึ้นได้ หรือเปลี่ยนแปลงได้จะต้องมาจาก 3 ปัจจัย คือ ปัจจัยเอื้อ ปัจจัยนำ และปัจจัยเสริม ได้แก่ 1) ปัจจัยนำ เช่น ลักษณะประชากร ความรู้ ทักษะ 2) ปัจจัยเอื้อ เช่น การเข้าถึงบริการสุขภาพ 3) ปัจจัยเสริม เช่น การได้รับแรงสนับสนุนทางสังคม ซึ่งเป็นปัจจัยที่ความครอบคลุมทั้งตัวแปรในระดับบุคคล สิ่งแวดล้อม และพฤติกรรมสุขภาพที่มีผลต่อความเครียด มาเป็นกรอบแนวคิดทั้งนี้ผลของการศึกษาทำให้ทราบถึงสถานการณ์ความเครียดที่ชัดเจน ทราบปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับระดับความเครียด ตลอดจนภาระงานที่ต้องปฏิบัติ เพื่อนำข้อมูลไปใช้เป็นแนวทางในการแก้ปัญหาด้านสุขภาพจิต วิธีการลดภาวะความเครียดที่เกิดขึ้นจากการปฏิบัติงาน และแนวทางในการหากลยุทธ์ในการส่งเสริมสุขภาพของอสม. ให้เหมาะสมกับพื้นที่ต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับความเครียดของ อสม. ในตำบลพระอาจารย์ อำเภองครักษ์ จังหวัดนครนายก
2. เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับระดับความเครียดของอสม. ในตำบลพระอาจารย์ อำเภองครักษ์ จังหวัดนครนายก

ระเบียบวิธีการวิจัย

การวิจัยแบบ Cross - Sectional Descriptive Research ประชากรที่ใช้ในการวิจัยคือ อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน ตำบลพระอาจารย์ อำเภองครักษ์ จังหวัดนครนายก จำนวน 74 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แบบสอบถาม ประกอบด้วย 4 ส่วน ได้แก่ 1. แบบสอบถามข้อมูลข้อมูลด้านปัจจัยปัจเจกบุคคล และข้อมูลด้านปัจจัยนำ ประกอบด้วย เพศ อายุ สถานภาพ ระดับการศึกษา อาชีพหลัก ระดับรายได้ โรคประจำตัว ระยะเวลาในการทำงาน อสม. ภาระงาน 2. แบบสอบถามข้อมูลด้านปัจจัยเอื้อ ได้แก่ การติดเชื้อโรคจากการทำงาน การเกิดอุบัติเหตุ 3. แบบสอบถามข้อมูลด้านปัจจัยเสริม ได้แก่ แรงสนับสนุนทางสังคมจากเจ้าหน้าที่สาธารณสุข พฤติกรรมการจัดการความเครียดของประชาชนกลุ่มวัยทำงาน 4. แบบประเมินความเครียด (ST5) กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข

การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ การตรวจสอบความตรงของเนื้อหา (Content Validity) โดยผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่าน เป็นผู้ตรวจสอบความถูกต้องในด้านความตรงตามเนื้อหา (Content Validity) เพื่อหาค่า IOC เพื่อพิจารณาเลือกข้อที่มีค่า IOC ตั้งแต่ 0.60-1.00 และนำแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ไปทดลองใช้กับกลุ่มที่มีคุณสมบัติคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 30 คน พบว่าได้ค่าสัมประสิทธิ์ความเชื่อมั่นชนิด Cronbach's Alpha เท่ากับ 0.753

การเก็บรวบรวมข้อมูล ได้เข้าติดต่อประสานงานกับผู้อำนวยการ เจ้าหน้าที่และอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้านเพื่อนัดหมายเข้าเก็บข้อมูลและชี้แจงวัตถุประสงค์และรายละเอียดการวิจัยแก่ อสม. พร้อมทั้งให้ลงนามยินยอมให้ข้อมูล ในวันนัดหมายให้อาสาสมัครตอบแบบสอบถามโดยมีคณะผู้วิจัยคอย



ให้ความช่วยเหลือ ผู้วิจัยตรวจสอบความครบถ้วนของแบบสอบถามและนำมาวิเคราะห์ทางวิธีทางสถิติ

วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Statistics) ได้แก่ ค่าเฉลี่ย ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน เพื่อใช้วิเคราะห์ข้อมูลปัจเจกบุคคล ข้อมูลปัจจัยนำ ข้อมูลปัจจัยเอื้อ ข้อมูลปัจจัยเสริม และข้อมูลระดับความเครียด และใช้สถิติเชิงวิเคราะห์ (Analytical Statistics) ได้แก่ สถิติ Chi-square test และ F-test ในการหาความสัมพันธ์ของตัวแปร ได้แก่ เพศ สถานภาพ ระดับการศึกษา อาชีพหลัก ระดับรายได้ โรคประจำตัว การติดเชื้อโรคจากการทำงาน การเกิดอุบัติเหตุ และพฤติกรรมจัดการความเครียด กับระดับความเครียด และสถิติสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สัน ในการหาความสัมพันธ์ของตัวแปร ได้แก่ อายุ ระยะเวลาในการทำงานเป็น อสม. และแรงสนับสนุนทางสังคมจากเจ้าหน้าที่สาธารณสุข กับระดับความเครียด

ข้อพิจารณาด้านจริยธรรมการวิจัย

โครงการวิจัยนี้ได้ผ่านการพิจารณาเห็นชอบจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ คณะกายภาพบำบัด มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ตามเอกสารรับรอง เลขที่ PTHP 2017-002

ผลการวิจัย

ข้อมูลทั่วไปของประชากร จากการศึกษาพบว่า อสม. ที่ตอบแบบสอบถาม จำนวนทั้งหมด 74 คน ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง จำนวน 61 คน คิดเป็นร้อยละ 82.4 และเพศชาย จำนวน 13 คน คิดเป็นร้อยละ 17.6 อสม. มีอายุในช่วง 51 - 60 ปี จำนวน 22 คน คิดเป็นร้อยละ 29.7 นับถือศาสนาอิสลาม จำนวน 48 คน คิดเป็นร้อยละ 64.9 มีสถานภาพสมรส จำนวน 54 คน

คิดเป็นร้อยละ 73.0 ระดับการศึกษา ประถมศึกษา จำนวน 36 คน คิดเป็นร้อยละ 48.6 มีรายได้ต่อเดือนไม่เกิน 1,000 บาทต่อเดือน จำนวน 24 คน คิดเป็นร้อยละ 32.4 ($\mu = 3,955.4$ $\sigma = 3383.2$ บาท) ประกอบอาชีพรับจ้าง จำนวน 24 คน คิดเป็นร้อยละ 32.4 ไม่มีโรคประจำตัว จำนวน 46 คน คิดเป็นร้อยละ 62.2 ไม่พบการติดเชื้อโรคจากการปฏิบัติงาน ไม่เคยเกิดอุบัติเหตุจากการปฏิบัติงาน จำนวน 71 คน อสม. ได้รับแรงสนับสนุนจากเจ้าหน้าที่อยู่ในระดับสูง จำนวน 73 คน คิดเป็นร้อยละ 98.6 มีพฤติกรรมจัดการความเครียด จำนวน 69 คน คิดเป็นร้อยละ 93.2 มีวิธีการจัดการกับความเครียด 3 อันดับแรก คือ การพักผ่อน เช่น กิจกรรมบันเทิง (ดูหนัง ฟังเพลง) จำนวน 60 คน คิดเป็นร้อยละ 81.1 การมีกิจกรรมร่วมกับผู้อื่นในชุมชน จำนวน 60 คน คิดเป็นร้อยละ 81.1 รองลงมา คือ การออกกำลังกาย จำนวน 57 คน คิดเป็นร้อยละ 77.0 และระยะเวลาในการเป็น อสม. เฉลี่ย 13 ปี (ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน = 10.92)

ระดับความเครียดของอสม. พบว่า ส่วนใหญ่มีระดับความเครียดอยู่ที่ระดับน้อย (ร้อยละ 71.6) รองลงมา คือ ความเครียดระดับปานกลาง (ร้อยละ 25.7) ความเครียดระดับมาก (ร้อยละ 1.4) และระดับมากที่สุด (ร้อยละ 1.4) ตามลำดับ ดังแสดงในตารางที่



ตารางที่ 1 แสดงจำนวนและร้อยละระดับความเครียดของอสม. (N = 74)

ระดับความเครียด	จำนวน	ร้อยละ
น้อย	53	71.6
ปานกลาง	19	25.6
มาก	1	1.4
มากที่สุด	1	1.4
รวม	74	100

ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับระดับความเครียดของอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน จากการศึกษพบว่า มีเพียงระดับการศึกษาที่มีผลต่อระดับความเครียดของอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้านอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (p - value = 0.045) เพศ สถานภาพสมรส อาชีพ ระดับรายได้ โรคประจำตัว การติดเชื้อโรคจากการทำงาน การเกิดอุบัติเหตุ พฤติกรรมการจัดการความเครียด อายุ ระยะเวลาในการทำงานเป็น อสม. และแรงสนับสนุนทางสังคมจากเจ้าหน้าที่สาธารณสุข ไม่มีความสัมพันธ์กับระดับความเครียดที่ระดับ 0.05 ดังแสดงในตารางที่ 2 ตารางที่ 3

ตารางที่ 2 แสดงการทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยกับระดับความเครียดของ อสม. (N = 74)

ปัจจัย	ระดับความเครียด				p - value
	น้อย (%)	ปานกลาง (%)	มาก (%)	มากที่สุด (%)	
เพศ					
ชาย	13	0	0	0	0.051
	(17.57%)	(0%)	(0%)	(0%)	
หญิง	40	19	1	1	
	(54.05%)	(25.68%)	(1.35%)	(1.35%)	
โรคประจำตัว					0.403
มี	19	7	1	1	
	(25.68%)	(9.46%)	(1.35%)	(1.35%)	
ไม่มี	34	12	0	0	
	(45.94%)	(16.22%)	(0%)	(0%)	
ระดับการศึกษา					0.045*
ประถมศึกษา	25	11	0	0	
	(33.78%)	(14.86%)	(0%)	(0%)	
มัธยมศึกษาตอนต้น	15	4	0	1	
	(20.27%)	(5.41%)	(0%)	(1.35%)	



ปัจจัย	ระดับความเครียด				p - value
	น้อย (%)	ปานกลาง (%)	มาก (%)	มากที่สุด (%)	
มัธยมศึกษาตอนปลาย/ปวช.	9 (12.17%)	2 (2.70%)	0 (0%)	0 (0%)	
อนุปริญญา/ปวส.	4 (5.41%)	0 (0%)	0 (0%)	0 (0%)	
ปริญญาตรี	0 (0%)	2 (2.70%)	1 (1.35%)	0 (0%)	

* p value <0.05

ตารางที่ 3 แสดงการทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างความเครียดของอสม. (N = 74)

ปัจจัย	ระดับความเครียดของ อสม.	
	r	p - value
อายุ	-0.097	0.421
ระยะเวลาในการทำงานเป็น อสม.	0.024	0.840
แรงสนับสนุนทางสังคมจากเจ้าหน้าที่สาธารณสุข	-0.061	0.608

อภิปรายผล

จากการศึกษาระดับความเครียดของ อสม. ตำบลพระอาจารย์ พบว่า มีความเครียดอยู่ในระดับเล็กน้อย คิดเป็นร้อยละ 71.6 อธิบายได้ว่า อสม. ตำบลพระอาจารย์ที่มีความเครียดอยู่ในระดับน้อย อาจเนื่องมาจากผลการศึกษาวิจัยครั้งนี้ พบว่า อสม. ส่วนใหญ่ได้รับการช่วยเหลือในการปฏิบัติงานจากเจ้าหน้าที่สาธารณสุขที่อยู่ในระดับสูง และปัญหาจากการทำงานเป็น อสม. เกิดขึ้นน้อย รวมถึงไม่เคยเกิดความผิดพลาดหรืออุบัติเหตุจากการเป็น อสม. เป็นต้น อีกทั้งส่วนใหญ่มีวิธีการที่สามารถจัดการกับความเครียดได้ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ ลัดดา เหล็กมัน (2550) เรื่อง ปัจจัยที่มีผลต่อความเครียดในการปฏิบัติงานของ

บุคลากร สังกัดอนามัยจังหวัดอุดรดิตถ์ ที่พบว่า ระดับความเครียดของบุคลากรอยู่ในระดับเล็กน้อย

จากการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยปัจเจกบุคคล ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพสมรส อาชีพ ระดับรายได้ โรคประจำตัว และข้อมูลปัจจัยนำ ได้แก่ ระยะเวลาในการเป็น อสม. กับความเครียดของ อสม. ตำบลพระอาจารย์ พบว่า ไม่มีความสัมพันธ์กับความเครียด อธิบายได้ว่า อสม. ที่เข้ามาปฏิบัติงานได้นั้นจะต้องได้รับการยอมรับจากชุมชน ซึ่งในการเข้าทำงานนี้อาจไม่มีการกำหนดคุณสมบัติของ อสม. ทั้ง เพศ อายุ อาชีพ สถานภาพ รายได้ โรคประจำตัว เพียงแต่ต้องมีความเสียสละเท่านั้น ทำให้คุณลักษณะดังกล่าวที่มีความแตกต่างกันไม่มีผลต่อความเครียด ซึ่ง



สอดคล้องกับการศึกษาของราตรี ศรีกระสัง (2556) เรื่องความเครียดและปัจจัยที่เกี่ยวข้องของอสม. ตำบลบ้านราษฎร์ อำเภอสว่าง จังหวัดนครราชสีมา ที่วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลกับความเครียดของ อสม. พบว่า เพศ อายุ สถานภาพสมรส อาชีพ รายได้ต่อเดือน สถานะของรายได้ โรคประจำตัว ประสบการณ์การเป็น อสม. ไม่มีความสัมพันธ์กับความเครียดของ อสม. ส่วนระยะเวลาในการปฏิบัติงานไม่มีความสัมพันธ์กับความเครียด อธิบายได้ว่า อสม. อาจมีความคุ้นชินกับงานที่ต้องปฏิบัติเป็นประจำ มีรูปแบบการปฏิบัติที่ไม่ซับซ้อนและเหมือนเดิม ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ ดิเรก ภาคกุล (2550) ที่พบว่าปัจจัยด้านระยะเวลาการปฏิบัติงานของบุคลากรสาธารณสุขไม่มีผลต่อความเครียด และจากการศึกษาพบว่ามีความสัมพันธ์เพียงหนึ่งปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความเครียด คือ ระดับการศึกษาของ อสม. อธิบายได้ว่า อสม. ที่เข้ามาปฏิบัติงานนั้นมีการศึกษาที่มีทั้งระดับสูงและระดับต่ำ อาจทำให้เกิดปัญหาในเรื่องความคิดเห็นที่แตกต่างกันในการทำงานกลุ่ม ความรู้ไม่เพียงพอต่องานที่ได้รับมอบหมาย ซึ่งส่งผลทำให้เกิดความกังวล ความเครียดในการปฏิบัติงาน อสม. ได้ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ ดิเรก ภาคกุล (2550) เรื่องปัจจัยที่ส่งผลต่อความสุขและความเครียดของบุคลากรสาธารณสุข จังหวัดฉะเชิงเทรา ที่พบว่าระดับการศึกษามีผลเกี่ยวข้องกับความสุขและความเครียดอย่างมีนัยสำคัญ และการศึกษาของ ศิริลักษณ์ จ้าวณาเสียว และอนงค์ หาญสกุล (2555) พบว่า อสม. มีพฤติกรรมการจัดการกับความเครียดอยู่ในระดับปานกลางและต่ำกว่าร้อยละ 80 แสดงให้เห็นว่า อสม. ยังมีพฤติกรรมการส่งเสริมด้านสุขภาพด้านการจัดการความเครียดที่ไม่ดี และยังแสดงให้เห็นถึงความจำเป็นของการดูแลจัดการความเครียดในแต่ละพื้นที่ซึ่งมีความแตกต่างกัน แต่จากผลการศึกษา พบว่า ความสามารถ

ในการจัดการกับความเครียดไม่มีความสัมพันธ์กับระดับความเครียดของ อสม. ส่วนแรงงานสนับสนุนทางสังคมของ อสม. ตำบล พระอาจารย์ พบว่า มีการสนับสนุนอยู่ในระดับสูง คิดเป็นร้อยละ 98.6 เมื่อพิจารณารายด้านและรายชื่อพบว่ามีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับสูงทั้งหมด โดยเรียงลำดับรายด้านจากคะแนนเฉลี่ยสูงสุด ได้แก่ ด้านอารมณ์ ด้านการให้การประเมินด้านข้อมูลข่าวสาร และด้านเครื่องมือหรือสิ่งของตามลำดับ แสดงให้เห็นว่าผู้อำนวยการและบุคลากรของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลพระอาจารย์ให้การสนับสนุนในการปฏิบัติงานของ อสม. เป็นอย่างดี ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของกันยพัชร จินายง (2558) และจิตกาญจนา ชาญศิลป์. (2558) ที่พบว่า การสนับสนุนทางสังคมทางด้านผู้บังคับบัญชานั้นอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณารายข้อพบว่าทุกข้อมีค่าเฉลี่ยของคะแนนอยู่ในระดับมาก ยกเว้นข้อ ท่านได้รับการสนับสนุนงบประมาณ วัสดุ อุปกรณ์ เพื่อนำมาบริหารงานอยู่ในระดับปานกลาง

ข้อเสนอแนะ

ผลการศึกษาพบว่า ระดับความเครียดของอสม. ส่วนใหญ่ มีความเครียดอยู่ในระดับเล็กน้อย ดังนั้น ผู้ที่เกี่ยวข้องกับการทำงานของอสม. ควรตระหนักถึงปัจจัยที่จะทำให้อสม. มีความเครียดเพิ่มมากขึ้น รวมทั้งมีการวางแผนทางในการป้องกันและให้ความช่วยเหลือ อสม. ที่มีความเครียดที่เกิดจากการจากการทำงาน ซึ่งจะทำให้ในเกิดความเครียดเพิ่มขึ้น ในระดับความเครียดระดับปานกลาง และระดับสูงต่อไป

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป ควรศึกษาตัวแปรที่มีอิทธิพลต่อระดับความเครียดของอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน เช่น บทบาท/หน้าที่ในการปฏิบัติงาน ความเพียงพอของรายได้ และใช้วิธีการเก็บข้อมูลในรูปแบบอื่น ๆ ที่นอกเหนือจาก



การใช้แบบสอบถาม เช่น การสัมภาษณ์ รวมถึงขยายขอบเขตการศึกษาเกี่ยวกับอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้านในอำเภออื่นของจังหวัดนครนายก หรือในจังหวัดที่มีอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน เพื่อที่จะนำผลการศึกษาไปใช้เป็นแนวทางในการป้องกันและลดความเครียดให้กับอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน

กิตติกรรมประกาศ

ขอขอบพระคุณผู้อำนวยการโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพปากคลอง 22 และโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพปึงพระอาจารย์ ที่สนับสนุนและประสานงานกับกลุ่มเป้าหมายในการลงเก็บข้อมูลในพื้นที่อสม. ตำบลพระอาจารย์ทุกท่านที่ให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถาม และขอขอบพระคุณคณาจารย์สาขาการส่งเสริมสุขภาพและท่านอื่นที่มีได้กล่าวถึงที่มีส่วนช่วยในการทำให่วิจัยครั้งนี้สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี



เอกสารอ้างอิง

- กันยพัชร จินายง. (2558). การวิเคราะห์อภิมานความสัมพันธ์ระหว่างการสนับสนุนทางสังคมของหัวหน้าที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการทำงานของลูกน้อง. *วารสารวิชาการ สาขามนุษยศาสตร์ สังคมศาสตร์ และศิลปะ มหาวิทยาลัยศิลปากร*, 8(1), 714-728.
- โกมาตร จึงเสถียรทรัพย์ และคณะ. (2550). *อาสาสมัครสาธารณสุข จัดอาสาสมัครสุขภาพไทย*. กรุงเทพฯ : สำนักวิจัยสังคมและสุขภาพ (สวสส.)
- คมกริช นันทะโรจวงศ์, ภูธิป มีถาวรกุล และธีระวัฒน์ จันทิก. (2561). การวิเคราะห์ความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมจัดการความเครียดของวัยรุ่นตอนกลาง. *วารสารสงขลานครินทร์ ฉบับสังคมศาสตร์ และมนุษยศาสตร์*. 24(1), 3-38.
- จิตกาญจนา ขาญศิลป์. (2558). *ความเครียดและการสนับสนุนทางสังคมที่ส่งผลต่อความเหนื่อยหน่ายในการทำงานของพนักงานเทศบาลในจังหวัดสงขลา*. วิทยานิพนธ์ศิลปปริวรรตศาสนศาสตร์มหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.
- จุไรลักษณ์ เหลียงกอบกิจ. *ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลการทุ่มเทในงานและการสนับสนุนทางสังคมกับความเครียดในการทำงานของพยาบาลวิชาชีพโรงพยาบาลเอกชนในเขตกรุงเทพมหานคร*. วิทยานิพนธ์ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย; 2553.
- ดิเรก ภาคกุล. (2550). ปัจจัยที่ส่งผลต่อความสุขและความเครียดของบุคลากรสาธารณสุข จังหวัดฉะเชิงเทรา. *วารสารวิจัยระบบสาธารณสุข*, 1(2), 419-429.
- ธีระพล ปัญญาวิ และวริสรา สุวิระ. (2559). ความเครียดของเจ้าหน้าที่สาธารณสุขที่ปฏิบัติงานในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล จังหวัดหนองบัวลำภู. *วารสารการพัฒนาสุขภาพชุมชน มหาวิทยาลัยขอนแก่น*, 4(2), 185-197.
- ปานิภา เสียงเพราษะ, ทศนีย์ รวีวรกุล และอรรพรรณ แก้วบุญชู. (2557). ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความเครียดจากการทำงานของพยาบาลในโรงพยาบาลเฉพาะทางโรคแม่เรื้อรัง เขตภาคกลาง. *วารสารวิจัยทางวิทยาศาสตร์สุขภาพ*, 8(1), 17-27.
- มัทนา วังถนอมศักดิ์. (2558). ความเครียดกับผู้บริหาร. *วารสารบริหารการศึกษา มหาวิทยาลัยศิลปากร*, 6(1), 293-305.
- ราตรี ศรีกระสัง. (2556). *ความเครียดและปัจจัยที่เกี่ยวข้องของอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน ตำบลบ้านราษฎร์ อำเภอลำปาง จังหวัดนครราชสีมา*. วิทยานิพนธ์หลักสูตรสาธารณสุขศาสตร์ บัณฑิต คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล.
- ลัดดา เหล็กมัน. (2550). *ปัจจัยที่มีผลต่อความเครียดในการปฏิบัติงานของบุคลากร สังกัดสถานีอนามัย จังหวัดอุดรธานี*. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการวิจัยและพัฒนาท้องถิ่น มหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี.
- ศิริลักษณ์ จ้าวานเสียว และอนงค์ หายสกุล. (2555). ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสร้างเสริมสุขภาพของอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้านอำเภอบำเหน็จณรงค์ จังหวัดชัยภูมิ. *วารสารคณะพลศึกษา*, 15(1), 108-118.
- Green, L. & Kreuter, M. (1991). *Health Promotion Planning: An Educational and Environmental Approach*. California: Mayfield, Mountain View.
- Piippo, J., Aaltonen, J. (2004). Mental health: Integrated network and family-oriented model for co-operation between mental health patients, adult mental health services and social services. *J. Clin. Nurs*, 13, 876-885.



คำแนะนำ



การส่งผลงานวิชาการลงตีพิมพ์

ในวารสารการพยาบาล การสาธารณสุข และการศึกษา พ.ศ.2562

เพื่อให้การจัดทำวารสารการพยาบาล การสาธารณสุข และการศึกษา เป็นไปด้วยความเรียบร้อย และมีคุณภาพ ดังนี้

วารสารจะดำเนินการในลักษณะ E- journal ไม่จัดพิมพ์เป็นรูปเล่ม

ผู้ทรงคุณวุฒิ หมายถึง ผู้ที่มีความรู้ความสามารถและเชี่ยวชาญในสาขาวิชานั้นๆ

ผลงานวิชาการที่ได้รับการพิจารณาตีพิมพ์ หมายถึง ผลงานที่ผ่านการพิจารณาจากผู้ทรงคุณวุฒิอย่างน้อย 2 คน ในลักษณะ Double blinded ที่มีความเห็นตรงกันว่าเป็นผลงานที่มีคุณภาพสามารถลงตีพิมพ์เผยแพร่ในวารสารได้

ผลงานวิชาการที่รับตีพิมพ์ หมายถึง บทความวิจัย และบทความปริทรรศน์

คำแนะนำของการเตรียมบทความ

1. ข้อกำหนดการตีพิมพ์ผลงานวิชาการในวารสารการพยาบาล การสาธารณสุข และการศึกษามีดังต่อไปนี้

1.1. เป็นผลงานวิชาการทั้งภาษาไทยหรือภาษาอังกฤษในสาขาการพยาบาล การสาธารณสุขและการศึกษา

1.2. ผลงานวิชาการต้องไม่เคยลงตีพิมพ์ในหนังสือและวารสารใดมาก่อนยกเว้นเป็นผลงาน

วิชาการที่ได้นำเสนอในการประชุมทางวิชาการที่ไม่มี Proceedings และผู้เขียนจะต้องไม่ส่งบทความเพื่อไปตีพิมพ์ในวารสารฉบับอื่นในเวลาเดียวกัน

1.3. ผลงานวิชาการจะได้รับการพิจารณาถ้อยแถลงจากผู้ทรงคุณวุฒิที่กองบรรณาธิการเห็นสมควร ไม่น้อยกว่า 2 คน

1.4. กองบรรณาธิการจะแจ้งผลการพิจารณาการลงตีพิมพ์ในวารสารหลังจากผ่านการประเมินจากผู้ทรงคุณวุฒิและกองบรรณาธิการเป็นที่เรียบร้อยแล้ว

1.5. หากผลงานวิชาการใดได้รับการพิจารณาตีพิมพ์ เจ้าของผลงานวิชาการจะต้องแก้ไขต้นฉบับให้เสร็จและส่งคืนกองบรรณาธิการภายในเวลาที่กำหนดมิฉะนั้นจะถือว่าสละสิทธิ์การตีพิมพ์

1.6. ผลงานวิจัยต้องได้รับการรับรองจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์จากสถาบันใดสถาบันหนึ่ง (เฉพาะวิจัยในมนุษย์)

2. อัตราค่าบำรุงวารสารฯ / ค่าธรรมเนียมในการนำผลงานวิชาการลงตีพิมพ์ในวารสารฯ อัตราค่าธรรมเนียม 4,000 บาท/ 1 บทความ โดยชำระค่าลงทะเบียนตีพิมพ์บทความ โดยการโอนเงินมาที่บัญชีธนาคารกรุงไทย สาขา พระยา เลขบัญชี 512-0-69285-0 ชื่อบัญชี วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี (งานวารสาร)

3. การเตรียมต้นฉบับบทความวิจัยมีแนวปฏิบัติตามลำดับการเขียน ดังนี้



3.1 ชื่อเรื่อง ทั้งภาษาไทยและภาษาอังกฤษ
3.2 ชื่อ-สกุลและสถานที่ทำงานของผู้แต่ง (ภาษาไทยและภาษาอังกฤษ)

3.3. บทคัดย่อภาษาไทยและภาษาอังกฤษ (Abstract)

3.4. คำสำคัญ (Keywords) ให้ผู้เขียนพิจารณา คำสำคัญทั้งภาษาไทยและภาษาอังกฤษ จำนวน 3-5 คำ

3.5. บทนำเป็นการเขียนความเป็นมาหรือความสำคัญ ควรเขียนสาระหรือข้อมูลสำคัญที่เป็นประเด็นหลักการวิจัยเขียนให้กระชับตรงประเด็นและแสดงถึงความสำคัญหรือปัญหาที่ต้องทำการศึกษ

3.6. วัตถุประสงค์การวิจัย กระชับและชัดเจน

3.7. ระเบียบวิธีการวิจัยเป็นการเขียนอธิบายกระบวนการทำวิจัยตามหลักระเบียบวิธีวิจัยที่มีคุณภาพ โดยมีรายละเอียดพอสังเขปที่แสดงให้เห็นถึงรายละเอียดของกระบวนการ

3.8. ผลการวิจัย เป็นการเขียนผลการวิเคราะห์ข้อมูลหรือข้อค้นพบจากการวิจัยหากจะมีการนำเสนอข้อมูลด้วยตารางควรออกแบบตารางให้เหมาะสมและให้นำเสนอข้อมูลได้ตารางตามที่จำเป็น การอธิบายข้อมูลควรหลีกเลี่ยงการกล่าวซ้ำกับสิ่งที่แสดงในตาราง

3.9. อภิปรายผลเป็นการแปลความหมายของผลการวิจัยและอธิบายเหตุผลว่าข้อค้นพบหรือสิ่งที่เกิดขึ้นสามารถอธิบายด้วยหลักการหรือทฤษฎีใดบ้าง ผลการวิจัยสอดคล้องหรือขัดแย้งกับผลการวิจัยของคนอื่นหรือไม่อย่างไรทั้งนี้ในการอภิปรายควรสนับสนุนด้วยข้อมูลที่เป็นเหตุเป็นผลและอธิบาย โดยใช้หลักฐานเชิงประจักษ์

3.10. ข้อเสนอแนะในการเขียนข้อเสนอแนะจากการวิจัย ควรเขียนข้อเสนอแนะเพื่อการนำผลการวิจัยไปใช้ หรือสำหรับการทำวิจัยต่อยอดในอนาคตทั้งนี้ข้อเสนอแนะควรสืบเนื่องจากข้อค้นพบจากการวิจัยครั้งนี้ไม่ใช่ข้อเสนอแนะตามหลักการโดยทั่วไป

3.11. กิตติกรรมประกาศ (หากมี)

3.12. เอกสารอ้างอิง

4. การเตรียมต้นฉบับบทความปริทัศน์ (Review Article) มีแนวปฏิบัติตามลำดับการเขียนดังนี้

4.1 ชื่อเรื่อง ทั้งภาษาไทยและภาษาอังกฤษ

4.2 ชื่อผู้นิพนธ์ทุกคน และสถานที่ทำงาน โดยใช้ภาษาไทย

4.3 บทคัดย่อ (Abstract) ให้เขียนทั้งภาษาไทยและภาษาอังกฤษเป็นความเรียงย่อหน้าเดียว ประกอบด้วยสาระสังเขปที่สำคัญและครบถ้วน คำสำคัญ (Key words) มีทั้งภาษาไทยและภาษาอังกฤษ จำนวน 3-5 คำ

4.4 บทนำ เป็นการเขียนความสำคัญ ควรเขียนสาระหรือข้อมูลสำคัญที่เป็นประเด็นหลักของเรื่องที่น่าสนใจ เขียนให้กระชับตรงประเด็นและแสดงถึงความสำคัญว่าทำไมจึงนำเสนอบทความนี้

4.5 สาระปริทัศน์ในประเด็นต่างๆ ที่ตรงกับชื่อเรื่อง โดยประเด็นที่น่าสนใจจะต้องกระชับตรงประเด็น ไม่ซ้ำซ้อน

4.6 วิจารณ์ เป็นการสรุปสาระ และแสดงความคิดเห็นของผู้เขียนโดยจะอ้างอิงวรรณกรรมต่างๆมาเพิ่มเติมหรือไม่ก็ได้

4.7. กิตติกรรมประกาศ (หากมี)

4.8 เอกสารอ้างอิง

5. การอ้างอิงเอกสาร

การเขียนเอกสารอ้างอิง (References) ท้ายบทความสำหรับแนวทางของการเขียนเอกสารอ้างอิง โดยใช้ระบบของ APA ฉบับพิมพ์ครั้งที่ 6 (The Publication Manual of the American Psychological Association, 6th edition, published by the American Psychological Association, 2011) มีรายละเอียด ดังนี้

ผู้แต่งเป็นชาวไทยให้ลงทั้งชื่อและนามสกุลตามลำดับ

ผู้แต่งเป็นชาวต่างประเทศให้ลงนามสกุลตามด้วยเครื่องหมายจุลภาค และต่อด้วยอักษรย่อของชื่อต้น และชื่อรอง ทั้งนี้รวมถึงผู้แต่งชาวไทยที่เขียนหนังสือเป็น



ภาษาอังกฤษจะลงรายการผู้แต่ง โดยใช้นามสกุลขึ้นต้น
เหมือนผู้แต่งชาวต่างประเทศดังตัวอย่าง

5.1 หนังสือ

ชื่อผู้นิพนธ์. (ปีที่พิมพ์). ชื่อหนังสือ (ครั้งที่พิมพ์ ตั้งแต่พิมพ์ครั้งที่ 2 เป็นต้นไป). เมืองที่พิมพ์:สำนักพิมพ์

บุญชม ศรีสะอาด. (2547). *วิธีการทางสถิติ
สำหรับการวิจัย*. (พิมพ์ครั้งที่4).
กรุงเทพฯ : สุวีริยาสาส์น.

Kosslyn, S. M., & Rosenberg, R. S.
(2004). *Psychology: The brain, the
person, the world*. (2nd ed.). Essex,
England: Pearson Education
Limited.

Mussen, P., Rosenzweig, M. R., Aronson,
E., Elkind, D., Feshbach, S., Geiwitz,
P. J., et al. (1973). *Psychology: An
introduction*. Lexington, Mass.:
Health.

5.2 วารสาร

ชื่อผู้นิพนธ์. (ปีที่พิมพ์). ชื่อบทความ. ชื่อ
วารสาร, ปีที่(ฉบับที่), หน้า.

เพชฌัญญู กิจระการ และสมนึก ภัททิยธนี.
(2545). ดัชนีประสิทธิผล Effectiveness
Index:E.I.). *วารสารการวัดผลการศึกษา
มหาวิทยาลัยมหาสารคาม*, 8(1), 30-36.

Klimoski, R., & Palmer, S. (1993). The
ADA and the hiring process in
organizations. *Consulting
Psychology Journal: Practice and
Research*, 45(2), 10-36.

5.3 หนังสือรวมเรื่อง (Book Review)

ชื่อผู้นิพนธ์. (ปีที่พิมพ์). ชื่อเรื่อง. ใน ชื่อบรรณาธิการ
(บรรณาธิการ), ชื่อหนังสือ (ครั้งที่พิมพ์ ตั้งแต่พิมพ์ครั้งที่
2 เป็นต้นไป, หน้า). เมืองที่พิมพ์: สำนักพิมพ์

ประสม เนืองเฉลิม. (2549). *วิทยาศาสตร์พื้นฐาน
การจัดการเรียนรู้มิติทางวัฒนธรรมท้องถิ่น
การบูรณาการ ความรู้พื้นฐานกับการจัดการ
เรียนรู้วิทยาศาสตร์เพื่อชุมชน: กรณีศึกษา
จากแหล่งเรียนรู้ป่าปู้ตา. ใน ฉลาด
จันทร์สมบัติ (บรรณาธิการ), *ศึกษาศาสตร์
วิจัย ประจำปี2548 – 2549* (หน้า 127 –
140). มหาสารคาม: สารคาม-การพิมพ์-สาร
คามเปเปอร์*

Cooper, J., Mirabile, R., & Scher, S. J. (2005).
Actions and attitudes: The theory of
cognitive dissonance. In T. C. Brock &
M. C. Green (Eds.), *Persuasion:
Psychological insights and
perspectives* (2nd ed., pp. 63-79).
Thousand Oaks, CA, US: Sage
Publications, Inc.

5.4 สื่ออิเล็กทรอนิกส์

ชื่อผู้นิพนธ์. (วันที่ เดือน ปีที่ปรับปรุง
ล่าสุด). ชื่อเรื่อง. วันที่ทำการสืบค้น, ชื่อฐานข้อมูล
สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา. (3
ธันวาคม 2548). *ธนาคารหลักสูตร.
สืบค้นเมื่อ 1 มีนาคม 2550*, จาก
[http://db.onec.go.th/thaigifted/les
sonplan/index.php](http://db.onec.go.th/thaigifted/lessonplan/index.php)

Wollman, N. (1999, November 12).
*Influencing attitudes and
behaviors for social change*.
Retrieved July 6, 2005, from
[http://www.radpsynet.org/docs/woll
manattitude.html](http://www.radpsynet.org/docs/wollmanattitude.html)

6. โปรดตรวจสอบ ต้นฉบับดูว่า ท่านได้เขียน
หัวข้อต่างๆ และให้ข้อมูลครบถ้วน ใช้คำต่างๆ ถูกต้อง
ตามพจนานุกรมไทย และอังกฤษ รวมทั้งคำศัพท์ทาง
วิชาการ และระบบการอ้างอิง ได้ถูกต้อง

7. ในการนำผลงานของผู้อื่นมาใช้ในบทความ
ขอให้ผู้เขียนใช้ข้อมูลจากแหล่งที่มีความน่าเชื่อถือและ



ทันสมัยไม่เกิน 10 ปีมีการระบุชื่อผู้แต่งและปีพิมพ์ ปรากฏอย่างชัดเจนควรอ้างอิงจากแหล่งหรือเอกสารที่เป็นต้นตอของข้อมูลและบทความใดที่มีการตรวจสอบพบว่าเข้าข่าย Plagiarism จะถูกตัดสิทธิ์ในการพิจารณาลงตีพิมพ์

8. การตั้งค่าน้ำกระดาษให้ตั้งค่าขนาดกระดาษ A4 จัดหน้าให้มีช่องว่างด้านบน 1 นิ้ว ด้านล่าง 1 นิ้ว ด้านซ้าย 1.25 นิ้ว ด้านขวา 1 นิ้ว อักษรที่ใช้ในการพิมพ์ให้ใช้ฟอนต์ AngsanaNew ขนาด 16 และ single space และมีเนื้อหารวมบทความย่อและเอกสารอ้างอิงไม่เกิน 15 หน้า

9. การส่งต้นฉบับให้ดำเนินการตามขั้นตอนต่อไปนี้

9.1. ส่งต้นฉบับบทความวิชาการหรือบทความวิจัยเป็นอิเล็กทรอนิกส์ไฟล์ (.docx) ไปที่เว็บไซต์ของวารสารที่ <https://www.tci-thaijo.org/index.php/bcnpy> เพื่อทำการลงทะเบียนสมาชิกวารสารและดำเนินการส่งบทความผ่านระบบออนไลน์ของ TCI ทั้งนี้ผู้เขียนสามารถศึกษาข้อมูลคำแนะนำเบื้องต้นสำหรับผู้พิมพ์ที่เมนูด้านขวามือของหน้าเว็บไซต์ หรือตามคู่มือแนบท้าย

9.2. เมื่อบทความผ่านประเมินจากผู้ทรงคุณวุฒิแล้วจะมีการแจ้งจากกองบรรณาธิการ

วารสารให้ผู้เขียนดำเนินการปรับแก้ไขตามข้อเสนอแนะ

9.3. ชำระเงินค่าธรรมเนียมการตีพิมพ์ในวารสารเมื่อได้รับการแจ้งจากกองบรรณาธิการ

ข้อ 8. วารสารมีกำหนดออกปีละ 3 ฉบับคือ ฉบับที่ 1 มกราคม – เมษายน ฉบับที่ 2 พฤษภาคม – สิงหาคม และฉบับที่ 3 กันยายน – ธันวาคม

ผู้พิมพ์หรือผู้อ่านท่านใดประสงค์จะขอข้อมูลหรือรายละเอียดเพิ่มเติมโปรดติดต่อกองบรรณาธิการได้ดังนี้

กองบรรณาธิการวารสารการพยาบาล
การสาธารณสุขและการศึกษา
วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี พะเยา
312 หมู่ 11 ตำบลบ้านต้อม อำเภอเมือง
จังหวัดพะเยา รหัสไปรษณีย์ 56000
โทรศัพท์ 0-5443-1779 ต่อ 105,114
โทรสาร 0-5443-1889
มือถือ 06-1289-5926
E-mail : journal@bcnpy.ac.th

