

ปัจจัยที่สัมพันธ์กับการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 วิทยาลัยพยาบาลแห่งหนึ่งในจังหวัดชายแดนใต้

ยุซรอ เลาะแม¹ มยุรี ยีปาโล๊ะ²
เชมพัทธ์ ขจรกิตติยา³ ภาชีนา บุญลาภ⁴

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงพรรณนา (descriptive research) มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาปัจจัยที่สัมพันธ์กับการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 วิทยาลัยพยาบาลแห่งหนึ่งในจังหวัดชายแดนใต้ กลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาเป็นนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 จำนวน 100 คน เครื่องมือเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นแบบสอบถามทัศนคติต่อวิชาชีพพยาบาล แบบสอบถามความฉลาดทางอารมณ์ แบบสอบถามความเครียด แบบสอบถามแรงสนับสนุนทางสังคม และแบบสอบถามการปรับตัว ตรวจสอบความเชื่อมั่นโดยหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's alpha coefficient) ได้เท่ากับ .84, .96, .89, .93 และ .85 ตามลำดับ วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติพรรณนา และหาค่าความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรโดยใช้สถิติสหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson product moment correlation coefficient) ผลการศึกษาพบว่า คะแนนการปรับตัวโดยรวมอยู่ในระดับสูง ($\bar{x}=111$, $SD=13.3$) โดยปัจจัยด้านทัศนคติต่อวิชาชีพพยาบาล ความฉลาดทางอารมณ์ และแรงสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการปรับตัว อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r=.43$, $p<.001$; $r=.50$, $p<.001$ และ $r=.39$, $p<.01$ ตามลำดับ) ส่วนความเครียดไม่มีความสัมพันธ์กับการปรับตัว ผลการศึกษานี้ วิทยาลัยพยาบาลสามารถนำไปเป็นข้อมูล เพื่อสร้างเป็นโปรแกรมพัฒนาและส่งเสริมการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 รวมทั้งเป็นข้อมูลพื้นฐานให้งานพัฒนานักศึกษาใช้ในการติดตามและดูแลนักศึกษาอย่างต่อเนื่อง

คำสำคัญ: ปัจจัย, การปรับตัว, นักศึกษาพยาบาล

วันที่รับ: 15 มิถุนายน 2564 วันที่แก้ไข: 19 ธันวาคม 2564 วันที่ตอบรับ: 26 ธันวาคม 2564

¹ พย.ม. วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนียะลา คณะพยาบาลศาสตร์ สถาบันพระบรมราชชนก กระทรวงสาธารณสุข
ผู้ติดต่อหลัก อีเมลล์: userow@bcnyala.ac.th

² ศษ.ม. วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนียะลา คณะพยาบาลศาสตร์ สถาบันพระบรมราชชนก กระทรวงสาธารณสุข

³ พย.ม. วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนียะลา คณะพยาบาลศาสตร์ สถาบันพระบรมราชชนก กระทรวงสาธารณสุข

⁴ พย.ม. วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนียะลา คณะพยาบาลศาสตร์ สถาบันพระบรมราชชนก กระทรวงสาธารณสุข

Factors related to adaptations of the first year nursing students studying at a nursing college in a southern border province of Thailand

Userow Lohmae¹ Mayuree Yeepaloh²
Khemmapat Kajornkittiya³ Paseena Bunlap⁴

Abstract

This descriptive research aimed to examine the factors related to adaptations of the 1st year nursing students studying at a nursing college located in a southern border province of Thailand. One-hundred first year nursing students completed a set of questionnaires including: attitudes towards nursing profession questionnaire, emotional intelligence questionnaire, stress questionnaire, social support questionnaire, and adaptation questionnaire. The reliabilities were determined using Cronbach's alpha coefficient of which the following values were obtained .84, .96, .89, .93 and .85 respectively. Data were analyzed by descriptive statistics, and relationships between each variable were examined by a Pearson's product moment correlation coefficient. The results showed that the adaptation was rated at a high level ($\bar{x}=111$, $SD.=13.3$). The attitudes towards nursing profession, emotional intelligence and social support were significantly positive correlated with adaptation ($r=.43$, $p<.001$; $r=.50$, $p<.001$; $r=.39$, $p<.01$), respectively whereas stress was not significantly correlated with adaptations. The results of this study could be applied to create a program for promoting and improving adaptations of the first year nursing students. The information could be also used by the student affair department for further monitoring the students' adaptation.

Keywords: Factors, Adaptation, Nursing student

Received: June 15, 2021 Revised: December 19, 2021 Accepted: December 26, 2021

¹ M.N.S, Boromarajonani College of Nursing Yala, Faculty of Nursing, Praboromarajchanok Institute, MOPH
Corresponding author, e-mail: userow@bcnyala.ac.th

² M.Ed., Boromarajonani College of Nursing Yala, Faculty of Nursing, Praboromarajchanok Institute, MOPH

³ M.N.S, Boromarajonani College of Nursing Yala, Faculty of Nursing, Praboromarajchanok Institute, MOPH

⁴ M.N.S, Boromarajonani College of Nursing Yala, Faculty of Nursing, Praboromarajchanok Institute, MOPH

บทนำ

การปรับตัวเป็นพฤติกรรมของบุคคลที่พยายามปรับตนเองให้เหมาะสมกับสภาพแวดล้อมจนสามารถดำเนินชีวิตได้อย่างเหมาะสม (สุริยัน อันทองทิม, ภูกิจ เล้าจรรย์กุล, ศศิวิมล พจน์พาณิชย์พงศ์ และชลิตตาภรณ์ ดวงดีบ, 2560) บุคคลจะมีการปรับตัวอย่างต่อเนื่องตามการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น ซึ่งการเรียนในระดับอุดมศึกษาก็เป็นสถานการณ์หนึ่งที่สำคัญในการปรับตัว จะเกิดขึ้นเมื่อมีการเปลี่ยนแปลงจากการเลื่อนระดับการศึกษาจากมัธยมศึกษาสู่การเรียนในระดับอุดมศึกษา โดยนักศึกษาต้องเรียนรู้ในการปรับตัวในด้านต่างๆ ทั้งด้านการเรียน การมีสัมพันธภาพกับเพื่อนใหม่ การใช้ชีวิตแบบพหุวัฒนธรรม การอยู่ในหอพักที่ต้องอาศัยร่วมกับผู้อื่น การปฏิบัติตามกฎระเบียบของสถานศึกษา และการเตรียมตัวเข้าสู่วิชาชีพ เหล่านี้ล้วนส่งผลต่อการดำเนินชีวิตนักศึกษาทั้งสิ้น หากนักศึกษามีการปรับตัวได้อย่างเหมาะสม ก็จะมีคามมั่นคงทางอารมณ์ สามารถแสดงบทบาทของตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ สามารถใช้ชีวิตอย่างมีความสุข มีทัศนคติที่ดี และพึงพอใจต่อการมีปฏิสัมพันธ์กับคนรอบข้าง แต่หากล้มเหลวในการปรับตัว อาจทำให้เกิดความเครียด ความวิตกกังวลในการเรียนและการใช้ชีวิต เกิดความสับสน ขบข้องใจ และรู้สึกขัดแย้งในตนเอง จนทำให้เกิดพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ อันจะส่งผลต่อสุขภาพจิตที่มีผลกระทบต่อการเรียนในอนาคตได้ (กนกพร เรืองเพิ่มพูล, สุดา รongเมือง, และพัชรินทร์ นินทจันทร์, 2554)

วิทยาลัยพยาบาล เป็นสถาบันอุดมศึกษาที่เปิดสอนในหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต ซึ่งนักศึกษาใหม่ที่เข้าเรียนในชั้นปีที่ 1 มีการคัดเลือกจากทั่วประเทศ เมื่อเข้าศึกษานักศึกษาต้องปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อมใหม่และสถานการณ์ต่างๆที่ไม่คุ้นเคย ทั้งสถานศึกษา อาจารย์ เพื่อน รุ่นพี่ กฎระเบียบต่างๆของวิทยาลัย ตลอดจนวิธีการเรียนการสอนที่ต่างไปจากเดิม (ผุสนีย์ แก้วมณีนี และเรวัตร คงผาสุก, 2557) โดยนักศึกษาจะต้องรับผิดชอบตนเองมากขึ้น มีการตัดสินใจต่างๆด้วยตนเอง เรียนรู้การบริหารเวลาในการเรียน เรียนรู้หลักสูตรการเรียน ตลอดจนรูปแบบวิธีการเรียนใหม่ๆ ที่ต้องรับผิดชอบและมีการศึกษาค้นคว้าที่มากกว่าเดิม รวมทั้งยังต้องปรับตัวในเรื่องของการปฏิบัติตามกฎระเบียบของวิทยาลัย ได้แก่ กฎระเบียบการเข้า-ออกวิทยาลัย การปฏิบัติหน้าที่เป็นเวรสุขภาพ การอยู่หอประจำ การอยู่ร่วมกันเป็นแถวหรือพี่น้องในสายรหัส การเข้าร่วมกิจกรรมที่ทางวิทยาลัยจัดขึ้น และด้วยวิทยาลัยตั้งอยู่ในพื้นที่จังหวัดชายแดนใต้ นักศึกษาจึงต้องเรียนรู้การอยู่ร่วมกันตามพหุวัฒนธรรมที่มีทั้งผู้ที่นับถือศาสนาพุทธ อิสลาม คริสต์ หรืออื่นๆ ที่มีการปฏิบัติศาสนกิจหรือขนบธรรมเนียมต่างกัน เช่น มุสลิมจะมีการละหมาดเป็นเวลาทุกวัน ส่วนไทยพุทธจะมีการสวดมนต์ บายศรีสู่ขวัญ เป็นต้น สิ่งเหล่านี้ล้วนเป็นที่เราที่มีผลต่อการปรับตัวทั้งสิ้น เห็นได้จากการศึกษาการปรับตัวในนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ยะลา พบว่านักศึกษามีการปรับตัวโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง โดยการปรับตัวด้านการเรียนและด้านสิ่งแวดล้อมมีคะแนนเฉลี่ยน้อยที่สุด (ผุสนีย์ แก้วมณีนี และเรวัตร คงผาสุก, 2557) เช่นเดียวกับการศึกษาการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 วิทยาลัยพยาบาลในเขตภาคเหนือ พบว่ามีปัญหาการปรับตัวในทุกๆด้าน โดยเฉพาะด้านการเรียนนักศึกษาจะมีปัญหาการปรับตัวมากที่สุด (วิไลวรรณ บุญเรือง, 2554)

การปรับตัวเป็นพฤติกรรมที่มีความซับซ้อน จากการทบทวนวรรณกรรมพบว่ามีหลายปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวของนักศึกษา ได้แก่ เพศ อายุ รายได้ ศาสนา สิ่งแวดล้อม กิจกรรม แรงสนับสนุนทางสังคม ความเครียด ความฉลาดทางอารมณ์ และการอบรมเลี้ยงดู (สุทธิรักษ์ ไชยรักษ์, 2556; กนกพร เรืองเพิ่มพูลและคณะ, 2554; สุริยัน อันทองทิม และคณะ, 2560; ไหมไทย ไชยพันธุ์ และจิระสุข สุขสวัสดิ์, 2560; สืบตระกูล ตันตลานกุล และปราโมทย์ วงศ์สวัสดิ์, 2560; กนกพร หมู่พยัคฆ์, จรินทร์พย์ อุดมพันธุ์รัก, ชลียา กัญพัฒน์พร, ชัญญา แสงจันทร์ และ พวงเพชร เกสรสมุทร, 2558; จุฬาลักษณ์ สมภารวงศ์, 2552) ซึ่งปัจจัยดังกล่าวมีทั้งปัจจัยภายในและปัจจัยภายนอก สอดคล้องกับทฤษฎีของบรอนเฟนเนอร์ (Bronfenbrenner, 2009) ที่กล่าวว่าพฤติกรรมของบุคคลเป็นความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมของมนุษย์กับสิ่งแวดล้อม โดยอิทธิพลภายในตัวบุคคลจะเป็นอิทธิพลทางจิตวิทยา ทั้งความเชื่อ การรับรู้ ทัศนคติ และความรู้ของบุคคล ส่วนอิทธิพลระหว่างบุคคลเป็นอิทธิพลจากสิ่งแวดล้อม เช่น ครอบครัว เพื่อนสนิทหรือกลุ่มทางสังคม เป็นต้น อย่างไรก็ตาม การปรับตัวจะขึ้นกับบริบทที่แตกต่างกัน งานวิจัยที่ผ่านมาส่วนใหญ่เป็นการศึกษาปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัว

ของนักศึกษาในมหาวิทยาลัย ซึ่งมีบริบทการใช้ชีวิตแตกต่างกันโดยเฉพาะในเรื่องของกฎระเบียบความเป็นอยู่ในวิทยาลัย (สุทธิรักษ์ ไชยรักษ์, 2556) ส่วนการศึกษาในวิทยาลัยพยาบาลเป็นการศึกษาในวิทยาลัยที่มีความแตกต่างกับบริบทวัฒนธรรมในสามจังหวัดชายแดนใต้ที่มีสภาพแวดล้อมแบบพหุวัฒนธรรมและอยู่ภายใต้สถานการณ์ความไม่สงบ (วิไลวรรณ บุญเรือง, 2554) ดังนั้นผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาปัจจัยที่สัมพันธ์กับการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 วิทยาลัยพยาบาลแห่งหนึ่งในจังหวัดชายแดนใต้ เพื่อให้สอดคล้องกับบริบทที่แท้จริง ที่จะเป็แนวทางในการส่งเสริมให้นักศึกษาพยาบาลสามารถปรับตัวและดำเนินชีวิตในการเรียนได้อย่างเหมาะสม ตลอดจนประสบความสำเร็จในการเรียนอย่างมีประสิทธิภาพ

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 วิทยาลัยพยาบาลแห่งหนึ่งในจังหวัดชายแดนใต้
2. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างทัศนคติต่อวิชาชีพพยาบาล ความฉลาดทางอารมณ์ แรงสนับสนุนทางสังคม และความเครียดกับการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 วิทยาลัยพยาบาลแห่งหนึ่งในจังหวัดชายแดนใต้

สมมติฐานการวิจัย

1. ปัจจัยด้านทัศนคติต่อวิชาชีพพยาบาล ความฉลาดทางอารมณ์ และแรงสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 วิทยาลัยพยาบาลแห่งหนึ่งในจังหวัดชายแดนใต้
2. ปัจจัยด้านความเครียดมีความสัมพันธ์ทางลบกับการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 วิทยาลัยพยาบาลแห่งหนึ่งในจังหวัดชายแดนใต้

กรอบแนวคิดวิจัย

จากการศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยใช้แนวคิดการปรับตัวของรอยและแอนดรูว์ (Roy & Andrews, 1999) ร่วมกับการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องมาเป็นกรอบแนวคิด โดยมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

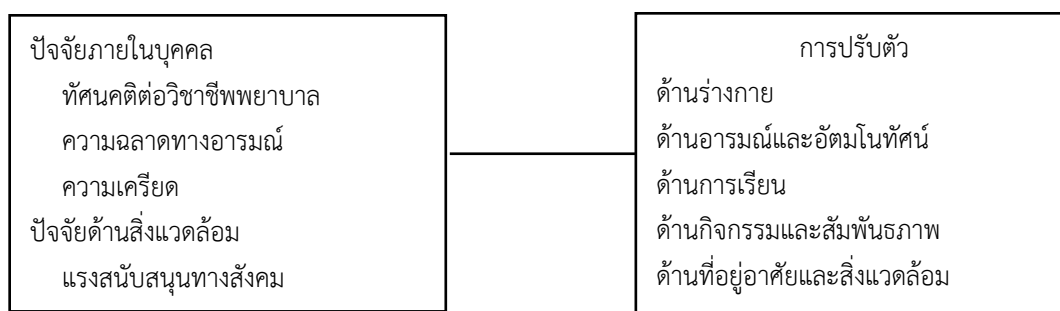
รอย (Roy & Andrews, 1999) ได้อธิบายระบบการปรับตัวของบุคคลประกอบด้วย สิ่งเร้า (stimuli) เป็นทุกสถานการณ์หรือทุกภาวะการณ์ที่อยู่รอบตัวบุคคล ซึ่งประกอบด้วย 1) สิ่งเร้าตรง (focal stimuli) ที่บุคคลเผชิญโดยตรง ส่งผลกระทบโดยตรง 2) สิ่งเร้าร่วม (contextual stimuli) เป็นสิ่งเร้าอื่นที่ปรากฏอยู่ในเหตุการณ์มีผลรองจากสิ่งเร้าตรง และ 3) สิ่งเร้าแฝง (residual stimuli) เป็นผลจากประสบการณ์ ซึ่งสิ่งเร้าเหล่านี้ เป็นปัจจัยนำเข้าผ่านกระบวนการปรับตัว (process) เมื่อบุคคลเผชิญกับสิ่งเร้าจะส่งผลให้เกิดกลไกการปรับตัว (coping mechanism) เพื่อควบคุมตนเองโดยอาศัยกลไกการควบคุมและกลไกการคิดรู้ ประสานการทำงานภายในตัวบุคคล จนเกิดเป็นผลลัพธ์ (output) โดยบุคคลแสดงออกถึงพฤติกรรม การปรับตัว 4 ด้าน คือ 1) ด้านร่างกาย (physiological mode) เป็นการปรับตัวเพื่อรักษาความมั่นคงทางร่างกาย สนองต่อความต้องการพื้นฐานในการดำรงชีวิต มีความเป็นรูปธรรมสูง 2) ด้านอัตมโนทัศน์ (self-concept mode) เป็นการปรับตัวเพื่อรักษาความมั่นคงทางด้านจิตใจและจิตวิญญาณ เป็นความเชื่อและความรู้สึกที่บุคคลมีต่อตนเองในช่วงเวลาหนึ่ง 3) ด้านบทบาทหน้าที่ (role function mode) เป็นการปรับตัวเพื่อรักษาความมั่นคงทางสังคมเกี่ยวข้องกับการทำหน้าที่ตามบทบาทที่ตนดำรงอยู่ในสังคม และ 4) ด้านการพึ่งพาระหว่างกัน (interdependent mode) เป็นการปรับตัวเพื่อรักษาความมั่นคงทางสังคมด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลหรือกลุ่มคน

อย่างไรก็ตามเพื่อให้สอดคล้องกับการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 ผู้วิจัยจึงได้ปรับเพิ่มองค์ประกอบของการปรับตัวเป็น 5 ด้าน คือ 1) การปรับตัวด้านร่างกาย ได้แก่ การพักผ่อน โภชนาการ และการขับถ่าย 2) การปรับตัวด้านอารมณ์และอัตมโนทัศน์ ความรู้สึกและความสามารถในการควบคุมอารมณ์ของตนเอง และการรับรู้ต่อตนเองขณะศึกษาที่วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี แห่งหนึ่งในจังหวัดชายแดนใต้ 3) การปรับตัวด้านการเรียน คือ การปรับตัวในเรื่องของการเรียนให้สามารถบรรลุตามเป้าหมายที่วางไว้ 4) การปรับตัวด้านกิจกรรมและ

สัมพันธภาพ คือ การที่นักศึกษาที่มีสัมพันธภาพระหว่างบุคคลในวิทยาลัย การทำกิจกรรมร่วมกันกับผู้อื่น และ 5) การปรับตัวด้านที่อยู่อาศัยและสิ่งแวดล้อม คือ การปรับตัวเกี่ยวกับการใช้ชีวิตในวิทยาลัยและหอพัก

ส่วนปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวของของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 วิทยาลัยพยาบาลแห่งหนึ่งในจังหวัดชายแดนใต้ ผู้วิจัยใช้กรอบแนวคิดของบรอนเฟนเบรนเนอร์ (Bronfenbrenner, 2009) ที่อธิบายความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมของมนุษย์กับสิ่งแวดล้อม ซึ่งในแนวคิดนี้ได้แบ่งสิ่งแวดล้อมออกเป็นระบบอย่างต่อเนื่องกัน โดยแต่ละระบบจะมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลและมีปฏิสัมพันธ์ต่อกัน โดยอิทธิพลภายในตัวบุคคลจะเป็นอิทธิพลทางจิตวิทยา ไม่ว่าจะเป็นความเชื่อ การรับรู้ทัศนคติ และความรู้ของบุคคลส่วนอิทธิพลระหว่างบุคคลเป็นอิทธิพลจากครอบครัว เพื่อนสนิทหรือกลุ่มทางสังคมต่างๆ ซึ่งการปรับตัวเป็นพฤติกรรมที่มีความซับซ้อน เกิดจากพหุปัจจัยทั้งปัจจัยภายในตัวบุคคลเองและจากสิ่งแวดล้อมภายนอก ซึ่งมีความสัมพันธ์กันอย่างซับซ้อนเป็นระดับชั้น ดังนั้นในการศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยได้นำทฤษฎีระบบนิเวศวิทยาร่วมกับการทบทวนวรรณกรรมมาใช้เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการปรับตัวของของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 วิทยาลัยพยาบาลแห่งหนึ่งในจังหวัดชายแดนใต้ โดยแบ่งปัจจัยที่ศึกษาออกเป็น 2 กลุ่ม คือ ปัจจัยภายในตัวบุคคล ได้แก่ ทัศนคติต่อวิชาชีพพยาบาล ความฉลาดทางอารมณ์ และความเครียด ส่วนปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อม ได้แก่ แรงสนับสนุนทางสังคม ซึ่งครอบคลุมการสนับสนุนจากผู้ปกครอง เพื่อน รุ่นพี่ อาจารย์ และวิทยาลัย

จากแนวคิดที่กล่าวมาข้างต้นสามารถนำมาประกอบแนวคิดที่ผู้วิจัยใช้เป็นแนวทางในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ โดยเขียนแผนภาพดังปรากฏในภาพ 1



ภาพ 1 กรอบแนวคิด

ระเบียบวิธีวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงพรรณนา (descriptive research) โดยเก็บรวบรวมข้อมูลในช่วงเดือน กันยายน 2562-กุมภาพันธ์ 2563

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ทำการศึกษาในประชากร คือ นักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 รุ่นที่ 19 วิทยาลัยพยาบาลแห่งหนึ่งในจังหวัดชายแดนใต้ จำนวน 100 คน

เครื่องมือวิจัย

การดำเนินการวิจัยครั้งนี้เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามประกอบด้วย 6 ส่วนคือ 1) แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป 2) แบบสอบถามทัศนคติต่อวิชาชีพพยาบาล 3) แบบสอบถามความฉลาดทางอารมณ์ 4) แบบสอบถามความเครียด 5) แบบสอบถามแรงสนับสนุนทางสังคม และ 4) แบบสอบถามการปรับตัว มีรายละเอียดดังนี้

1. แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป ผู้วิจัยได้สร้างขึ้นจากการทบทวนวรรณกรรม ดังนี้ เพศ อายุ รายได้ครอบครัว สถานภาพครอบครัว ภูมิภาคนา ศาสนา เกรดเฉลี่ย และประสบการณ์การศึกษาในระดับอุดมศึกษา

2. แบบสอบถามทัศนคติต่อวิชาชีพพยาบาล ผู้วิจัยใช้แบบสอบถามทัศนคติต่อวิชาชีพพยาบาลของปราณี อ่อนศรี (2560) ลักษณะเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ มีทั้งหมด 33 ข้อ ประกอบด้วย 3 ด้าน ได้แก่ ด้านความเชื่อและความคิด 12 ข้อ ด้านความรู้สึก 11 ข้อ และด้านพฤติกรรม 10 ข้อ โดยมีเกณฑ์การแปลผลระดับทัศนคติต่อ

วิชาชีพพยาบาล ดังนั้น มีทัศนคติต่อวิชาชีพพยาบาลระดับดีมาก (คะแนนเฉลี่ย 4.50-5.00) มีทัศนคติต่อวิชาชีพพยาบาลระดับดี (คะแนนเฉลี่ย 3.50-4.49) มีทัศนคติต่อวิชาชีพพยาบาลระดับปานกลาง (คะแนนเฉลี่ย 2.50-3.49) มีทัศนคติต่อวิชาชีพพยาบาลระดับไม่ค่อยดี (คะแนนเฉลี่ย 1.50-2.49) และมีทัศนคติต่อวิชาชีพพยาบาลระดับไม่ดี (คะแนนเฉลี่ย 1.00-1.49)

3. แบบสอบถามความฉลาดทางอารมณ์ ใช้แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์สำหรับผู้ใหญ่ (อายุ 18-60 ปี) ของกรมสุขภาพจิต (2555) มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า 4 ระดับ จำนวนทั้งหมด 52 ข้อ ประกอบ 3 ด้าน คือ ด้านดี 18 ข้อ ด้านเก่ง 18 ข้อ และด้านสุข 16 ข้อ โดยมีเกณฑ์การแปลระดับคะแนนรวมความฉลาดทางอารมณ์ ดังนี้ มีความฉลาดทางอารมณ์ในระดับต่ำกว่าปกติ (คะแนน<138) มีความฉลาดทางอารมณ์ในระดับปกติ (คะแนน 138-170) และมีความฉลาดทางอารมณ์ในระดับสูงกว่าปกติ (คะแนน>170)

4. แบบสอบถามความเครียด ผู้วิจัยได้นำแบบวัดความเครียดสวนปรง (SPST-20) ของกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข (กรมสุขภาพจิต, 2550) เป็นมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ จำนวนทั้งหมด 20 ข้อ โดยมีเกณฑ์การแปลระดับคะแนนความเครียด ดังนี้ มีความเครียดอยู่ในระดับน้อย (คะแนน 0-23) มีความเครียดในระดับปานกลาง (คะแนน 24-41) มีความเครียดในระดับสูง (คะแนน 42-61) มีความเครียดในระดับรุนแรง (คะแนน >62)

5. แบบสอบถามแรงสนับสนุนทางสังคม ผู้วิจัยได้ดัดแปลงแบบสอบถามแรงสนับสนุนทางสังคมของ ไพศาล แยมวงษ์ (2555) มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ ประกอบด้วย 4 ด้าน 1) แรงสนับสนุนจากครอบครัว 6 ข้อ 2) แรงสนับสนุนจากเพื่อน 9 ข้อ 3) แรงสนับสนุนจากชุมชน 9 ข้อ และ 4) แรงสนับสนุนจากอาจารย์และวิทยาลัย 9 ข้อ รวมทั้งหมด 33 ข้อ โดยมีเกณฑ์การแปลผลระดับคะแนนแรงสนับสนุนทางสังคมโดยรวมแบ่งตามอัตรภาคชั้น ดังนี้ คะแนน 33.00-76.99 ได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมในระดับต่ำ คะแนน 77.00-120.99 ได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมระดับปานกลาง คะแนน 121.00-165.00 ได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมระดับสูง

6. แบบสอบถามการปรับตัว ผู้วิจัยสร้างจากแนวคิดทฤษฎีการปรับตัวของรอย (Roy & Andrews, 1999) มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ ประกอบด้วย 5 ด้าน 1) ด้านร่างกาย 6 ข้อ 2) ด้านอารมณ์และ อัตมโนทัศน์ 6 ข้อ 3) ด้านการเรียนรู้ 6 ข้อ 4) ด้านกิจกรรมและสัมพันธภาพ 6 ข้อ และ 5) ด้านที่อยู่อาศัยและสิ่งแวดล้อม 6 ข้อ รวมทั้งหมด 30 ข้อ โดยมีเกณฑ์การแปลผลระดับคะแนนการปรับตัวทั้งรายด้านและโดยรวมแบ่งตามอัตรภาคชั้น ดังนี้

	ระดับต่ำ	ระดับปานกลาง	ระดับสูง
การปรับตัวรายด้าน	6.00-13.99	14.00-21.99	22.00-30.00
การปรับตัวโดยรวม	30.00-70.00	70.01-110.01	110.02-150.00

ตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา (CVI) ของแบบสอบถามทัศนคติต่อวิชาชีพพยาบาล แบบสอบถามแรงสนับสนุนทางสังคม และแบบสอบถามการปรับตัว โดยผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 3 ท่าน คือ อาจารย์พยาบาลที่เชี่ยวชาญด้านการพยาบาลสุขภาพจิต 1 ท่าน อาจารย์พยาบาลที่เชี่ยวชาญด้านการวิจัย 1 ท่าน และอาจารย์พยาบาลที่ดูแลเกี่ยวกับการปรับตัวของนักศึกษาใหม่ 1 ท่าน ได้ค่าเท่ากับ .80, .94 และ .89 ตามลำดับ ส่วนแบบสอบถามความฉลาดทางอารมณ์และแบบสอบถามความเครียดเป็นเครื่องมือของกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุขซึ่งมีมาตรฐานและใช้อย่างแพร่หลายผู้วิจัยจึงไม่นำไปหาความตรงตามเนื้อหาเพิ่ม จากนั้นผู้วิจัยนำแบบสอบถามไปทดลองใช้ กับนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 ของวิทยาลัยพยาบาลอีกแห่งหนึ่ง จำนวน 30 คน โดยหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's alpha coefficient) ของแบบสอบถามทัศนคติต่อวิชาชีพพยาบาล แบบสอบถามความฉลาดทางอารมณ์ แบบสอบถามความเครียด แบบสอบถามแรงสนับสนุนทางสังคม และแบบสอบถามการปรับตัว ได้ค่าเท่ากับ .84, .96, .89, .93, .85 ตามลำดับ

การพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่าง

ผู้วิจัยได้รับการรับรองจริยธรรมการวิจัยผ่านคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ของวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ยะลา BCNYA 04/2562 โดยก่อนการเก็บรวบรวมข้อมูลผู้วิจัยจะมีการชี้แจงข้อมูลอย่างชัดเจนถึงสิทธิในการเข้าร่วมวิจัยว่าจะขึ้นอยู่กับความสมัครใจ กลุ่มตัวอย่างมีความเป็นอิสระในการเข้าร่วมวิจัยและสามารถออกจาก การวิจัยได้ทุกเมื่อ โดยการเข้าร่วมวิจัยจะไม่มีผลกระทบใด ๆ ต่อการเรียนรู้ของกลุ่มตัวอย่าง รวมทั้งข้อมูลที่ได้จากการวิจัยจะเก็บเป็นความลับและนำเสนอในภาพรวมเท่านั้น

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ภายหลังได้รับการรับรองจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย ผู้วิจัยทำหนังสือขออนุญาตเก็บรวบรวมข้อมูล และดำเนินการเก็บข้อมูล ดังนี้

1. ผู้วิจัยแนะนำตัวเอง พิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่าง ชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัยวิธีการตอบแบบสอบถามให้กลุ่มตัวอย่างเข้าใจ และลงชื่อยินยอมเข้าร่วมวิจัยตามความสมัครใจ
2. ผู้วิจัยแจกแบบสอบถามให้กลุ่มตัวอย่างทำ โดยใช้เวลาประมาณ 10-15 นาที ในการตอบแบบสอบถามจะเน้นย้ำเกี่ยวกับลักษณะแบบสอบถามที่มีทั้งคำถามเชิงลบและเชิงบวก
3. ตรวจสอบความครบถ้วนสมบูรณ์และนำแบบสอบถามที่ได้ไปวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูล

วิเคราะห์คะแนนการปรับตัว โดยหาค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างทัศนคติต่อวิชาชีพพยาบาล ความฉลาดทางอารมณ์ ความเครียด แรงสนับสนุนทางสังคม และการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 วิทยาลัยพยาบาลแห่งหนึ่งในจังหวัดชายแดนใต้ โดยใช้สถิติสหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson product moment correlation coefficient) กำหนดนัยสำคัญทางสถิติที่ $p < .05$

ผลวิจัย

กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 ส่วนใหญ่อายุ 19 ปี (ร้อยละ 70.00) และเป็นเพศหญิง (ร้อยละ 95.00) มีสถานะโสด (ร้อยละ 98.75) ส่วนใหญ่อาศัยอยู่ในพื้นที่สามจังหวัดภาคใต้และนครศรีธรรมราช (ร้อยละ 43.75 และ 18.75 ตามลำดับ) และเคยมีประสบการณ์ศึกษาในระดับอุดมศึกษา (ร้อยละ 12.50) ซึ่งส่วนใหญ่มีระยะเวลาที่เคยศึกษาในระดับอุดมศึกษา 1 ปี (ร้อยละ 73.30 จากผู้เคยศึกษาทั้งหมด 15 คน)

ตาราง 1 แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับการปรับตัวของกลุ่มตัวอย่าง (N= 100)

การปรับตัว	$\bar{x}$	SD.	ระดับ
การปรับตัวโดยรวม	111	13.30	สูง
การปรับตัวในแต่ละด้าน			
การปรับตัวด้านร่างกาย	20.00	2.49	ปานกลาง
การปรับตัวด้านอารมณ์และอัตมโนทัศน์	23.30	3.71	สูง
การปรับตัวด้านการเรียน	20.20	2.31	ปานกลาง
การปรับตัวด้านกิจกรรมและสัมพันธภาพ	24.30	4.27	สูง
การปรับตัวด้านที่อยู่อาศัยและสิ่งแวดล้อม	22.74	4.98	สูง

จากตาราง 1 พบว่าการปรับตัวโดยรวมอยู่ในระดับสูง ($\bar{x}=111$, $SD.=13.30$) สำหรับการปรับตัวในแต่ละด้าน พบว่าการปรับตัวด้านอารมณ์และอัตมโนทัศน์ ด้านกิจกรรมและสัมพันธภาพ และด้านที่อยู่อาศัยและสิ่งแวดล้อมอยู่ในระดับสูง ส่วนการปรับตัวด้านร่างกาย และด้านการเรียนอยู่ในระดับปานกลาง

ตาราง 2 ตารางแสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับของทัศนคติต่อวิชาชีพพยาบาล ความฉลาดทางอารมณ์ ความเครียด และแรงสนับสนุนทางสังคมของกลุ่มตัวอย่าง (N= 100)

ปัจจัย	$\bar{x}$	SD.	ระดับ
ทัศนคติต่อวิชาชีพพยาบาล	4.05	0.39	ดี
ความฉลาดทางอารมณ์	158.21	13.98	ปกติ
ความเครียด	57.10	16.50	สูง
แรงสนับสนุนทางสังคม	138.00	21.40	สูง

จากตาราง 2 พบว่าปัจจัยทัศนคติต่อวิชาชีพพยาบาลอยู่ในระดับดี ($\bar{x}=4.05$, $SD.=0.39$) ความฉลาดทางอารมณ์อยู่ในระดับปกติ ($\bar{x}=158.21$, $SD.=13.98$) และความเครียดกับแรงสนับสนุนทางสังคมอยู่ในระดับสูง ($\bar{x}=57.10$, $SD.=16.50$ และ $\bar{x}=138.00$, $SD.=21.40$ ตามลำดับ)

การวิเคราะห์ข้อมูลปัจจัยที่สัมพันธ์กับการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 วิทยาลัยพยาบาลแห่งหนึ่งในจังหวัดชายแดนใต้ ผู้วิจัยใช้สถิติสหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน ผลทดสอบข้อตกลงเบื้องต้นของการใช้สถิติ พบว่าชุดข้อมูลมีการแจกแจงเป็นโค้งปกติ และมีความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรเชิงเส้นตรง

ตาราง 3 สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สันระหว่างปัจจัยด้านทัศนคติต่อวิชาชีพพยาบาล ความฉลาดทางอารมณ์ ความเครียด และแรงสนับสนุนทางสังคมกับการปรับตัว (N= 100)

ตัวแปร	การปรับตัว (r)	p
ทัศนคติต่อวิชาชีพพยาบาล	.43	.000
ความฉลาดทางอารมณ์	.50	.000
ความเครียด	-.20	.081
แรงสนับสนุนทางสังคม	.39	.001

จากตาราง 3 พบว่าปัจจัยด้านทัศนคติต่อวิชาชีพพยาบาล และความฉลาดทางอารมณ์มีความสัมพันธ์ทางบวกในระดับปานกลางกับการปรับตัว อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r=.43$, $p<.001$ และ $r=.50$, $p<.001$ ตามลำดับ) และแรงสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางบวกในระดับต่ำกับการปรับตัว อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r=.39$, $p<.01$) ส่วนปัจจัยด้านความเครียดมีความสัมพันธ์ทางลบในระดับต่ำกับการปรับตัว อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

อภิปรายผล

การปรับตัวของนักศึกษาพยาบาล

การปรับตัวโดยรวมของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 วิทยาลัยพยาบาลแห่งหนึ่งในจังหวัดชายแดนใต้ มีคะแนนการปรับตัวโดยรวมอยู่ในระดับสูง ($\bar{x}=111$, $SD.=13.30$) ทั้งนี้เนื่องจาก วิทยาลัยมีการจัดโครงการเตรียมความพร้อมนักศึกษาใหม่ก่อนเข้าศึกษา และมีระบบอาจารย์ที่ปรึกษาในรูปแบบสายรหัสที่สามารถดูแลนักศึกษาได้ใกล้ชิด และนักศึกษาสามารถขอคำปรึกษาได้ทั้งจากอาจารย์และรุ่นพี่ รวมทั้งยังมีอาจารย์ประจำชั้นที่คอยให้การดูแลในเรื่องต่างๆ โดยเฉพาะการเรียน นอกจากนี้พบว่ามียกย่องนักศึกษาส่วนหนึ่งที่เคยมีประสบการณ์การเรียนในระดับอุดมศึกษามาแล้วซึ่งสามารถช่วยเหลือและให้คำแนะนำเพื่อน ๆ ในรุ่นได้ จึงทำให้นักศึกษาพยาบาลส่วนใหญ่สามารถปรับตัวได้ดี สอดคล้องกับงานวิจัยของกนกพร เรืองเพิ่มพูลและคณะ (2554) ที่ศึกษาการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาล โรงเรียนพยาบาลรามธิบดี พบว่า ส่วนใหญ่นักศึกษามีการปรับตัวอยู่ในระดับดี เช่นเดียวกับการศึกษาเกี่ยวกับพฤติกรรม การปรับตัวของนักศึกษาปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 ของมหาวิทยาลัยต่างๆ พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีระดับคะแนนพฤติกรรม

การปรับตัวโดยรวมอยู่ในระดับสูง (ชนิดตา เพ็ชรประยูร, ชุศรี เลิศรัตน์เดชากุล และนนทิรัตน์ พัฒนภักดี, 2554; ชุตีวรรณ ภัทรานุรักษ์กุล, รุ่งโรจน์ พุ่มริ้ว และชิราวุธ ปุณณวิช, 2558)

เมื่อพิจารณาการปรับตัวในแต่ละด้านพบว่า การปรับตัวด้านอารมณ์และอัตมโนทัศน์ ด้านกิจกรรมและสัมพันธภาพ และด้านที่อยู่อาศัยและสิ่งแวดล้อมอยู่ในระดับสูง ส่วนการปรับตัวด้านร่างกาย และด้านการเรียนในระดับปานกลาง ทั้งนี้เนื่องจากวิทยาลัยพยาบาล มีการจัดกิจกรรมโครงการเตรียมความพร้อมนักศึกษาใหม่ กิจกรรมรับน้อง กิจกรรมสายรหัส และส่งเสริมการเคารพการช่วยเหลือซึ่งกันและกัน ซึ่งเป็นกิจกรรมที่สร้างสรรค์ที่ให้นักศึกษาพยาบาล ชั้นปีที่ 1 ได้รู้จักสนิทสนมและสร้างสัมพันธภาพกับคณาจารย์ และรุ่นพี่ ทำกิจกรรมร่วมกับผู้อื่นได้ดี และมีการปรับตัวต่อการใช้ชีวิตในวิทยาลัยและหอพักโดยปฏิบัติตามกฎระเบียบที่วางไว้ได้ และใช้ชีวิตอย่างมีความสุขในวิทยาลัย ด้วยเหตุนี้จึงทำให้นักศึกษาสามารถปรับตัวด้านอารมณ์และอัตมโนทัศน์ ด้านกิจกรรมและสัมพันธภาพ และด้านที่อยู่อาศัยและสิ่งแวดล้อมได้อย่างดี ส่วนการปรับตัวด้านร่างกายเนื่องจากการเข้าศึกษาในสถานศึกษาใหม่นักศึกษาต้องปรับวิถีชีวิตที่ต่างจากเดิม โดยเฉพาะการเปลี่ยนเวลานอนจะทำให้มีอาการอ่อนล้าและรู้สึกง่วงนอนในคาบเรียน และบางรายก็มีน้ำหนักตัวลดลงจากเดิมเนื่องจากรับประทานอาหารได้น้อยซึ่งสอดคล้องกับคะแนนความเครียดที่ส่วนใหญ่พบว่าอยู่ในระดับสูง และการปรับตัวด้านการเรียนโดยเฉพาะในปีแรกที่เริ่มเข้ามาศึกษานักศึกษาต้องปรับตัวการรูปแบบการเรียนใหม่ๆ ที่ต่างจากเดิม เช่น จากวิธีการเรียนที่มีอาจารย์เป็นผู้สอนบรรยาย มาสู่การเรียนที่นักศึกษาต้องรับผิดชอบศึกษาค้นคว้าด้วยตนเองมากขึ้น ต้องคิดวิเคราะห์ และเรียนรู้ในเรื่องการแบ่งเวลาในการเรียนรู้และทำชิ้นงานต่าง ๆ ให้แล้วเสร็จทันเวลาเพื่อให้สามารถบรรลุตามเป้าหมายที่วางไว้ได้ สอดคล้องกับการศึกษาของวิไลวรรณ บุญเรือง (2554) ที่ศึกษาปัญหาการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาล พบว่า นักศึกษาพยาบาลมีปัญหาการปรับตัวด้านการเรียนมากที่สุด

ความสัมพันธ์ระหว่างทัศนคติต่อวิชาชีพพยาบาลกับการปรับตัว

ทัศนคติต่อวิชาชีพมีความสัมพันธ์ทางบวกในระดับปานกลางกับการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 วิทยาลัยพยาบาลแห่งหนึ่งในจังหวัดชายแดนใต้ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r=.43$, $p<.001$) ทั้งนี้อธิบายได้ว่าทัศนคติที่ดีต่อวิชาชีพพยาบาลเป็นตัวกำหนดพฤติกรรมแสดงออกของบุคคล โดยเจตคติที่ดีจะทำให้บุคคลมีความชอบ สนใจ และกระตือรือร้นในการทำสิ่งใดให้บรรลุตามเป้าหมาย ซึ่งนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 มีคะแนนเฉลี่ยทัศนคติต่อวิชาชีพพยาบาลอยู่ในระดับดี ($\bar{x}=4.05$, $SD.=0.39$) ซึ่งแสดงถึงความรู้สึกด้านบวกต่อวิชาชีพพยาบาล มีความภูมิใจในวิชาชีพ จึงทำให้นักศึกษามีความพยายามที่จะปรับตัวในการเรียนพยาบาลให้สามารถเรียนได้อย่างมีความสุข ประสบความสำเร็จตามเป้าหมายที่วางไว้ (อนัญญา คูอาริยะกุล, วราภรณ์ ยศทวี, นัยนา อินธิโชติ, วิภาวรรณ นวลทอง และวิระยุทธ อินพะเนา, 2555)

ความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์กับการปรับตัว

ความฉลาดทางอารมณ์มีความสัมพันธ์ทางบวกในระดับปานกลางกับการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 วิทยาลัยพยาบาลแห่งหนึ่งในจังหวัดชายแดนใต้ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r=.50$, $p<.001$) ทั้งนี้อธิบายได้ว่าความฉลาดทางอารมณ์เป็นความสามารถในการควบคุมอารมณ์ มีจิตใจที่มั่นคง การมองโลกในแง่ดี รู้จักเห็นอกเห็นใจผู้อื่น รู้จักเอาใจเขามาใส่ใจเรา มีความมุ่งมั่นแน่วแน่ มีเหตุผล มีสติ สามารถควบคุมตนเอง มีความสามารถในการรับรู้ถึงความต้องการของคนอื่น รู้จักมารยาททางสังคม รวมถึงความสามารถในการรู้จักตนเอง มีแรงจูงใจ สามารถตัดสินใจแก้ปัญหาและแสดงออกได้อย่างมีประสิทธิภาพ ตลอดจนมีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น ประกอบไปด้วยความสามารถในการดำเนินชีวิตอย่างมีความสุข มีความภูมิใจในตนเองพอใจในชีวิต และมีความสุขสงบทางใจ ซึ่งในการศึกษาครั้งนี้พบว่า นักศึกษาพยาบาลมีความฉลาดทางอารมณ์อยู่ในเกณฑ์ปกติ ($\bar{x}=158.21$, $SD.=13.98$) จึงทำให้สามารถแก้ปัญหาและปรับตัวกับสิ่งต่าง ๆ ได้อย่างดี สอดคล้องกับการศึกษาของชุตีวรรณ ภัทรานุรักษ์กุลและคณะ (2558) พบว่าความฉลาดทางอารมณ์มีความสัมพันธ์ทางบวกกับการปรับตัวของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ของมหาวิทยาลัยแห่งหนึ่ง ($r=.9$, $p<.01$)

ความสัมพันธ์ระหว่างความเครียดกับการปรับตัว

ความเครียดมีความสัมพันธ์ทางลบในระดับต่ำกับการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 วิทยาลัยพยาบาลแห่งหนึ่งในจังหวัดชายแดนใต้ อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ทั้งนี้เนื่องจากการเข้าศึกษาในระดับอุดมศึกษา นักศึกษาต้องมาใช้ชีวิตในสถานที่ใหม่ รูปแบบการเรียนที่หลากหลายและแตกต่างจากเดิม ประกอบกับต้องทำความรู้จักกับเพื่อนใหม่ รวมทั้งมีความคาดหวังในการเรียนทั้งจากตนเองและครอบครัว สถานการณ์เหล่านี้จึงเป็นสิ่งที่ทำให้ให้นักศึกษาเกิดความเครียดอย่างมาก เห็นได้จากคะแนนความเครียดของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 อยู่ในระดับสูง ($\bar{x}=57.1$, $SD.=16.5$) อย่างไรก็ตามนักศึกษาส่วนใหญ่ได้รับการสนับสนุนทางสังคมในระดับสูง ($\bar{x}=138$, $SD.=21.4$) รวมถึงนักศึกษามีทัศนคติที่ดีต่อวิชาชีพและมีความฉลาดทางอารมณ์อยู่ในเกณฑ์ปกติ จึงทำให้นักศึกษาสามารถปรับตัวในการเรียนในระดับอุดมศึกษาได้เป็นอย่างดี เช่นเดียวกับการศึกษาในนักศึกษาระดับปริญญาตรีคณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลล้านนา เชียงใหม่ พบว่าความเครียดไม่มีความสัมพันธ์กับการปรับตัว เนื่องจากความเครียดจะเป็นแรงกระตุ้นให้นักศึกษาเกิดความกระตือรือร้นและความพยายามที่จะปรับตัวและแก้ไขปัญหาต่าง ๆ เพื่อให้ตนเองประสบความสำเร็จและบรรลุตามเป้าหมายที่คาดหวัง (ปาริชาติ บัวเจริญ, นพรัตน์ เตชะพันธ์รัตนกุล, ไกรลาศ ดอนชัย และปวันรัตน์ บัวเจริญ, 2561) ซึ่งต่างจากการปรับตัวของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี ที่พบว่านักศึกษาที่มีการปรับตัวแตกต่างกันจะมีความเครียดต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (นันทิพย์ หาสิน, อังคณา ชันตรีจิตรานนท์ และนนทลี พรธาดาวิทย์, 2559)

ความสัมพันธ์ระหว่างแรงสนับสนุนทางสังคมกับการปรับตัว

แรงสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางบวกในระดับต่ำกับการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 วิทยาลัยพยาบาลแห่งหนึ่งในจังหวัดชายแดนใต้ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r=.39$, $p<.01$) ทั้งนี้อธิบายได้ว่าแรงสนับสนุนทางสังคมเป็นปัจจัยสิ่งแวดล้อมของมนุษย์ที่มีผลต่อพฤติกรรมและการปรับตัว (Bronfenbrenner, 2009) โดยนักศึกษาที่มีแรงสนับสนุนทางสังคมสูงจะสามารถปรับตัวได้ดีขึ้นในทุกด้าน ทั้งด้านร่างกาย ด้านอารมณ์และอัตมโนทัศน์ ด้านการเรียน และด้านที่อยู่อาศัยและสิ่งแวดล้อม ซึ่งจะเป็นแรงผลักดันให้นักศึกษาไปสู่เป้าหมายที่ต้องการได้ สามารถดำเนินชีวิตได้อย่างมั่นคง และแสดงพฤติกรรมได้อย่างเหมาะสมกับสถานการณ์และสิ่งแวดล้อม เกิดความผาสุกในชีวิตทั้งทางร่างกายและจิตใจ อีกทั้งยังส่งเสริมให้นักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 สามารถปรับตัวในการใช้ชีวิตที่ดีต่อไปได้ สอดคล้องตามการศึกษาของ ชุตีวรรณ ภัทรานุรักษ์กุล และคณะ (2558) ที่พบว่าแรงสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการปรับตัวของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ของมหาวิทยาลัยแห่งหนึ่ง ($r=.47$, $p<.01$) เช่นเดียวกับการศึกษาของกัญญ์สิริ จันทรเจริญ และสุกัญยานัคราแมนตรี (2559) พบว่าการสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับทักษะชีวิตของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีสงขลา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r=.47$, $p<.001$)

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

ผลการวิจัยครั้งนี้ วิทยาลัยพยาบาลสามารถนำไปออกแบบกิจกรรมการเตรียมความพร้อมนักศึกษาใหม่ โดยให้นักศึกษาได้ประเมินและรู้จักตนเองทั้งด้านทัศนคติต่อวิชาชีพพยาบาลและความฉลาดทางอารมณ์ เพื่อเป็นข้อมูลพื้นฐานในการพัฒนาเป็นรายบุคคล รวมทั้งควรจัดโปรแกรมที่ให้นักศึกษาได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมทั้งด้านครอบครัว เพื่อน รุ่นพี่ และวิทยาลัย ให้สามารถปรับตัวในการเรียนระดับอุดมศึกษาได้ดียิ่งขึ้น ตลอดจนเป็นแนวทางให้อาจารย์ประจำชั้นหรืออาจารย์ที่ปรึกษาได้ติดตามและดูแลนักศึกษาในกำกับให้สามารถใช้ชีวิตในการเรียนระดับอุดมศึกษาจนสำเร็จต่อไป

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการศึกษาโดยนำตัวแปรด้านทัศนคติต่อวิชาชีพพยาบาล ความฉลาดทางอารมณ์ และแรงสนับสนุนทางสังคมไปพัฒนาเป็นโปรแกรมเพื่อส่งเสริมการปรับตัวในนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 ต่อไป
2. ควรมีการศึกษาปัจจัยอื่น ๆ ที่มีความสัมพันธ์และสามารถทำนายการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 เพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาโปรแกรมการส่งเสริมการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 ให้มีประสิทธิภาพมากขึ้น

กิตติกรรมประกาศ

งานวิจัยครั้งนี้ได้รับการสนับสนุนทุนวิจัยจากวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ยะลา และขอขอบคุณคณะกรรมการวิจัยที่ให้ข้อเสนอแนะที่เป็นประโยชน์ในการทำวิจัยครั้งนี้ รวมถึงขอบคุณกลุ่มตัวอย่างทุกท่านที่ให้ความร่วมมือในการวิจัย และให้ข้อมูลที่เป็นประโยชน์ต่อการศึกษาปัจจัยที่สัมพันธ์กับการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 เพื่อให้สามารถปรับตัวในการเรียนพยาบาลต่อไป

เอกสารที่อ้างอิง

- กนกพร เรืองเพิ่มพูล, สุตา ร่องเมือง และพัชรินทร์ นินทจันทร์. (2554). ลักษณะการปรับตัวทางสังคมของนักศึกษาพยาบาล. *รามาศิษย์พยาบาลสาร*, 17(3), 478-492.
- กนกพร หมูพยัคฆ์, จรินทร์พย์ อุดมพันธุ์รัก, ชลียา กัญญพัฒน์พร, ชัญญา แสงจันทร์ และพวงเพชร เกษรสมุทร. (2558). ความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์กับพฤติกรรมการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาล. *วารสารพยาบาลศาสตร์*, 33(1), 55-65.
- กรมสุขภาพจิต. (2550). *แบบวัดความเครียดสวนปรุง*. สืบค้นเมื่อ 2 กุมภาพันธ์ 2561, จาก <http://envocc.ddc.moph.go.th/uploads/>
- กรมสุขภาพจิต. (2555). *คู่มือความฉลาดทางอารมณ์*. สืบค้นเมื่อ 16 กุมภาพันธ์ 2561, จาก <https://www.dmh.go.th/download/ebooks/EQ11.pdf>
- กัญญ์สิริ จันทร์เจริญ และสุกัญญา นัครามนตรี. (2559). ความสัมพันธ์ระหว่างการสนับสนุนทางสังคมกับทักษะชีวิตของนักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต. *วารสารเครือข่ายวิทยาลัยพยาบาลและการสาธารณสุขภาคใต้*, 3(2), 85-99.
- จุฬาลักษณ์ สมภารวงศ์. (2552). *เชาว์อารมณ์ รูปแบบการอบรมเลี้ยงดูของบิดามารดา กับการจัดการความขัดแย้งของนักเรียนระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ วิทยาลัยเทคนิคดอนเมือง*. มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์: กรุงเทพฯ. DOI: <https://doi.nrct.go.th/ListDoi/listDetail?Resolve>
- ชนิดดา เพ็ชรประยูร, ชุศรี เลิศรัตน์เดชกุล และนนทรีรัตน์ พัฒนภักดี. (2554). ความสามารถในการปรับตัวของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ในมหาวิทยาลัยของรัฐ. *วารสารวิชาการพระจอมเกล้าพระนครเหนือ*, 21(1), 157-166.
- ชุดิวรรณ ภัทรานุรักษ์กุล, รุ่งโรจน์ พุ่มริ้ว และชิราวุธ ปุณณวิช. (2558). *การศึกษาพฤติกรรมการปรับตัวของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยเอกชนแห่งหนึ่งใน กรุงเทพมหานคร*. คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยกรุงเทพมหานคร.
- นันทิพย์ หาสิน, อังคณา ชันตรีจิตตานนท์ และนนทลี พรธาดาวิทย์. (2559). ความเครียดและการปรับตัวของนักศึกษาปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรี. *วารสารศึกษาศาสตร์ปริทัศน์*, 31(3), 94-101.
- ปราณี อ่อนศรี. (2560). *ทัศนคติต่อวิชาชีพพยาบาลของเจนเนอเรชันซี: กรณีศึกษาโรงเรียนมัธยมศึกษาแห่งหนึ่ง*. *วารสารพยาบาลทหารบก*, 18(3), 170-179.
- ปาริชาติ บัวเจริญ, นพรัตน์ เตชะพันธุ์รัตนกุล, ไกรลาศ ดอนชัย และปวันรัตน์ บัวเจริญ. (2561). ความเครียดและการปรับตัวของนักศึกษาระดับปริญญาตรี คณะวิศวกรรมศาสตร์มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลล้านนา เชียงใหม่. *วารสารบัณฑิตศึกษาปริทรรศน์ มจร วิทยาเขตแพร่*, 4(3), 37-58.
- ผุสณีย์ แก้วมณี และเรวัตร คงผาสุก. (2557). ความฉลาดทางอารมณ์ และการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาลวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ยะลา. *วารสาร อัล-ฮิกมะฮ์ มหาวิทยาลัยฟาฏอนี*, 4(8), 51-61.

- ไพศาล แยมวงษ์. (2555). การศึกษาการสนับสนุนทางสังคมที่ส่งผลต่อความพึงพอใจในชีวิตของ นักศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์. สารนิพนธ์ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- วิไลวรรณ บุญเรือง. (2554). ปัญหาการปรับตัวของนักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต ชั้นปีที่ 1 วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี อุตรดิตถ์. รายงานวิจัย.
- สืบทระกูล ต้นตลานุกูล และปราโมทย์ วงศ์สวัสดิ์. (2560). ความเครียดและการจัดการความเครียดของนักศึกษาพยาบาล. วารสารวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี อุตรดิตถ์, 9(1), 18-25.
- สุทธิรักษ์ ไชยรักษ์. (2556). ปัญหาการปรับตัวของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี. รายงานวิจัย.
- สุรียัน อันทองทิพย์, ภูกิจ เล้าจิรัมย์กุล, ศศิวิมล พงษ์พานิชพงศ์ และชลิตตาภรณ์ ดวงดี. (2560). การปรับตัวของนักศึกษาระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 สถาบันอุดมศึกษาภายในเขตอำเภอเมือง จังหวัดเชียงราย. วารสารวิชาการสมาคมสถาบันอุดมศึกษาเอกชนแห่งประเทศไทย, 23(1), 18-25.
- ไหมไทย ไชยพันธุ์ และจิระสุข สุขสวัสดิ์. (2560). การปรับตัวทางวัฒนธรรมที่ส่งผลต่อความรู้สึกลดคลั่งกลมกลืนในชีวิตของนักศึกษามุสลิม ระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา. วารสารศึกษาศาสตร์ มสธ, 10(1), 191-213.
- อนัญญา คูอาริยะกุล, วราภรณ์ ยศทวี, นัยนา อินธิโชติ, วิภาวรรณ นวลทอง และวีระยุทธ อินพะเนา. (2555). เจตคติต่อวิชาชีพการพยาบาลของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี อุตรดิตถ์. วารสารวิจัยทางวิทยาศาสตร์สุขภาพ, 6(1), 18-26.
- Bronfenbrenner, U. (2009). *The ecology of human development: experiments by nature and design*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Roy, C. & Andrews, H. A. (1999). *The Roy's adaptation model*, Stamford: Appleton & Lange.
- Yamane, T. (1973). *Statistics: an introductory analysis*. 3rd Ed. New York: Harper & Row