

ปัจจัยทำนายความแข็งแกร่งในชีวิตของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี อุตรดิตถ์

Factors Predicting Resilience in Nursing Students
of Boromarajonani Nursing College, Uttaradit

อนัญญา คูอาริยะกุล กศ.ด. (Anaya Kooariyakul Ed.D., RN)¹

วิมล อ่อนเส็ง พย.ม. (Wimon Onseng M.N.S., RN)¹

ศศิธร ชิดนายี่ กศ.ด. (Sasidhorn Chidnayee Ed.D., RN)²

ศุภิสรา สุวรรณชาติ พย.ม. (Supisara Suwanachat M.N.S., RN)³

ณัฐธิดา สร้อยเพชร พย.ม. (Nutchra Soiphet M.N.S., RN)⁴

Corresponding author E-mail: ananya@unc.ac.th

(Received: August 28, 2019; Revised: December 6, 2019; Accepted: December 12, 2019)

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบศึกษาความสัมพันธ์เชิงทำนาย (Predictive Correlational research) เพื่อศึกษาปัจจัยทำนายความแข็งแกร่งในชีวิตของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี อุตรดิตถ์ ในสังกัดสถาบันพระบรมราชชนก กลุ่มตัวอย่างคือ นักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี อุตรดิตถ์ จำนวน 232 คน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ประกอบด้วยแบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล แบบประเมินความแข็งแกร่งในชีวิต แบบประเมินความเครียด และแบบสอบถามสัมพันธภาพกับเพื่อน วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติบรรยาย และการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณแบบเป็นขั้นตอน

ผลการวิจัยพบว่า สัมพันธภาพกับเพื่อน ความเครียด และค่าใช้จ่ายที่ได้รับต่อเดือน สามารถร่วมกันทำนายความแข็งแกร่งในชีวิตของนักศึกษาพยาบาลได้ร้อยละ 37.3 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .01$) โดยปัจจัยที่มีอำนาจการทำนายสูงสุดคือ สัมพันธภาพกับเพื่อน ($\beta = .537, p < .01$) รองลงมาคือ ความเครียด ($\beta = -.191, p < .01$) และค่าใช้จ่ายที่ได้รับต่อเดือน ($\beta = .146, p < .01$) และสามารถสร้างสมการทำนายในรูปแบบค่าคะแนนมาตรฐาน (standardized score) ดังนี้ $Z_{(ความแข็งแกร่งในชีวิต)} = .537Z_{(สัมพันธภาพกับเพื่อน)} - .191Z_{(ความเครียด)} + .146Z_{(รายได้ที่ได้รับต่อเดือน)}$

คำสำคัญ: ความแข็งแกร่งในชีวิต, นักศึกษาพยาบาล

1 พยาบาลวิชาชีพชำนาญการพิเศษ วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี อุตรดิตถ์
RN., Senior Professional at Boromarajonani College of Nursing, Uttaradit

อีเมล: ananya@unc.ac.th

E-mail: ananya@unc.ac.th

2 พยาบาลวิชาชีพชำนาญการพิเศษ วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี เชียงใหม่
RN., Senior Professional at Boromarajonani College of Nursing, Chiang Mai

3 พยาบาลวิชาชีพชำนาญการพิเศษ วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี นครราชสีมา
RN., Senior Professional at Boromarajonani College of Nursing, Nakhon Ratchasima

4 อาจารย์ วิทยาลัยการพยาบาล มหาวิทยาลัยราชภัฏพิบูลสงคราม
RN., Nurse Instructor, College of Nursing Pibulsongkram Rajabhat University

ABSTRACT

This predictive correlation research aimed to examine factors predicting resilience among nursing students at Boromarajonani Nursing College, Uttaradit. A total of 232 undergraduate nursing students were recruited. A data was collected using the following questionnaires: 1) the demographic data 2) the resilience inventory 3) the Thai-stress test and 4) the peer relationship questionnaire. Data were analyzed by using descriptive statistics and stepwise multiple regression. The results revealed that the peer relationship, stress, and income could jointly explain 37.3 percentages of the variance of resilience in undergraduate nursing students ($p < .01$). For each of factors was statistically significant as follows: the peer relationship ($\beta = .537, p < .01$), stress ($\beta = -.191, p < .01$) and income ($\beta = .146, p < .01$). The equation of predictor was presented below : $Z_{(\text{resilience})} = .537Z_{\text{peer relationship}} - .191Z_{(\text{stress})} + .146Z_{(\text{income})}$

Keywords: Resilience, Nursing Students

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

วิชาชีพพยาบาลเป็นวิชาชีพที่มีการปฏิบัติโดยตรงกับผู้รับบริการ ดังนั้นผู้ประกอบการวิชาชีพพยาบาลจะต้องเป็นผู้ที่มีความรู้ ความสามารถและทักษะในการปฏิบัติการพยาบาลรวมถึงมีความรับผิดชอบสูง เพื่อความปลอดภัยของผู้รับบริการในการจัดการเรียนการสอนวิชาชีพพยาบาล ประกอบไปด้วย การจัดการเรียนการสอนภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติ เพื่อเตรียมความพร้อมให้นักศึกษาพยาบาลเป็นบัณฑิตพยาบาลที่มีความสามารถทั้งเชิงวิชาการและการปฏิบัติการพยาบาลตามลักษณะของวิชาชีพ โดยการจัดการเรียนการสอนภาคทฤษฎี นักศึกษาต้องเรียนรายวิชาต่างๆทั้งหมดวิชาการศึกษาทั่วไป หมวดวิชาพื้นฐานวิชาชีพและหมวดวิชาชีพ ซึ่งเรียนหนัก มีการทำรายงาน การสอบ การใช้สถานการณ์จำลอง และอื่นๆ เพื่อให้ นักศึกษามีความรู้ในเชิง

หลักการและทฤษฎี และเมื่อเรียนภาคทฤษฎีแล้ว นักศึกษาต้องขึ้นฝึกปฏิบัติในสถานการณ์จริงบนคลินิกหรือในชุมชนเพื่อให้ นักศึกษานำความรู้ที่ได้รับจากการเรียนภาคทฤษฎีไปประยุกต์ใช้ในการปฏิบัติในสถานการณ์จริงได้อย่างเหมาะสมโดยอยู่ภายใต้การดูแลของอาจารย์พยาบาลหรือพยาบาลที่เลี้ยงบนหอผู้ป่วยหรือในชุมชน ขณะฝึกภาคปฏิบัติ นักศึกษาต้องดูแลให้การพยาบาลผู้ป่วยที่มีความทุกข์ทรมานหรือไม่สุขสบายจากการเจ็บป่วย ปฏิบัติงานท่ามกลางความกดดันและความคาดหวังของผู้ป่วยและครอบครัว มีการทำรายงานการเรียนการสอนที่เกี่ยวข้องกับการดูแลรักษาพยาบาลผู้ป่วย มีการฝึกปฏิบัติงานในเวรเช้า-บ่าย-ดึก ทำให้แบบแผนการนอนหลับเปลี่ยนแปลง ขณะเดียวกัน ต้องมีการปรับตัวกับการสร้างสัมพันธภาพกับอาจารย์ผู้สอนในคลินิกและทีมสุขภาพต่างๆ นอกจากนี้การที่นักศึกษาต้องเข้าพักอาศัยอยู่ใน

หอพักของสถาบันการศึกษา ซึ่งต้องปฏิบัติตามระเบียบหอพัก มีการปรับตัวเพื่อการอยู่รวมกันตลอดจนการทำกิจกรรมเสริมหลักสูตรที่ช่วยพัฒนาให้นักศึกษามีความพร้อมทางด้านสังคมก่อนสำเร็จการศึกษา สิ่งต่างๆเหล่านี้ส่งผลให้นักศึกษาพยาบาลเกิดความเครียดได้ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของนักวิชาการหลายท่านที่พบว่า นักศึกษาพยาบาลส่วนใหญ่มีความเครียดอยู่ในระดับปานกลางถึงสูง (Nintachan, Taweekoon, Wittayasuprom & Orathai, 2011; Sonpaveerawong, Dammee, Nimsuwan, Mad-a-dam, Laiadkan & Sopon, 2016; Seehawong et al., 2018) ผลจากการเผชิญสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียดนี้ นักศึกษาแต่ละคนจะมีวิธีจัดการกับสถานการณ์เหล่านั้นที่แตกต่างกันและผลลัพธ์จากการจัดการนั้นก็แตกต่างกันไป นักศึกษาพยาบาลที่ไม่สามารถจัดการกับสถานการณ์นั้นได้อาจส่งผลให้เกิดปัญหาต่างๆตามมา เช่น ปัญหาสุขภาพกาย ปัญหาสุขภาพจิต ซึ่งจะมีผลกระทบต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ตลอดจนการสำเร็จการศึกษาตามระยะเวลาที่กำหนดจนในที่สุดอาจมีการลาออกจากการศึกษา (Sethaphumirin, 2012; Division of Student, 2016 cite in Tantalankul, & Wongsawat, 2017) ก่อให้เกิดความสูญเสียบุคลากรทางวิชาชีพ และทำให้มีบุคลากรไม่เพียงพอต่อการปฏิบัติหน้าที่ ในขณะที่บางคนสามารถยืดหยุ่นปรับตัวใช้พลังงานและพลังใจในการต่อสู้ให้ตนเองผ่านพ้นจากสภาวะการณ์นั้นๆ และเรียนรู้จากประสบการณ์อันจะนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงในทางบวก (Greene, Galambos & Lee, 2003; Grotberg, 2005; Luther, Cicchetti & Becker, 2000 cited in Nintachan, Taweekoon, Wittayasuprom & Orathai, 2011) ซึ่งเรียกว่า มีความแข็งแกร่งในชีวิต

ความแข็งแกร่งในชีวิต (resilience) เป็นความสามารถหรือศักยภาพของบุคคลในการยืนหยัดอยู่ได้อย่างมีประสิทธิภาพท่ามกลางสถานการณ์อันเลวร้ายในชีวิต หรือเหตุการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียดในชีวิต พร้อมทั้งสามารถที่จะฟื้นตัวและนำพาชีวิตของตนให้ผ่านพ้นจากการได้รับผลกระทบที่เกิดจากสถานการณ์นั้นได้ในเวลารวดเร็ว อันจะนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงที่ดีขึ้น เติบโตขึ้นและเข้าใจชีวิตมากขึ้น (Nintachan et al., 2009 cited in Nintachan, 2015) ซึ่งความแข็งแกร่งในชีวิตตามแนวคิดของกร็อทเบิร์ก มี 3 องค์ประกอบหลักคือ 'I have' 'I am' และ 'I can' โดยที่ I have (ฉันมี...) เป็นแหล่งสนับสนุนภายนอกที่ส่งเสริมให้เกิดความแข็งแกร่งในชีวิต I am (ฉันเป็นคน...) เป็นความเข้มแข็งภายในของแต่ละบุคคล และ I can (ฉันสามารถที่จะ...) เป็นปัจจัยด้านทักษะในการจัดการกับปัญหาและสัมพันธภาพระหว่างบุคคล (Grotberg, 1995; 1997; 2005 cited in Nintachan, 2015) ซึ่งความแข็งแกร่งในชีวิตนั้นมีความสำคัญอย่างมาก จากการทบทวนวรรณกรรม พบว่า ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความแข็งแกร่งในชีวิตในนักศึกษาพยาบาลและวัยรุ่น มีหลายปัจจัย ได้แก่ เพศ โดยเพศชายมีความแข็งแกร่งในชีวิตน้อยกว่าเพศหญิง (Nintachan, wanaleesin, Sanseeha, Thummathai & Orathai, 2011) อายุ บุคคลที่อายุน้อยมีความแข็งแกร่งในชีวิตต่ำกว่าบุคคลที่มีอายุมาก สถานะทางการเงิน (ความเพียงพอของเงินที่ได้รับ) บุคคลที่มีสถานะทางการเงินที่ดีมีแนวโน้มที่จะมีความแข็งแกร่งในชีวิตสูง เนื่องจากสถานะทางการเงินที่ดีจะเป็นตัวเสริมให้บุคคลมีโอกาสอันดีในสังคมที่จะได้รับการสนับสนุนด้านต่างๆ อันเป็นการเสริมสร้างความแข็งแกร่งในชีวิต ด้านความเครียดนั้นบุคคลที่มี

ความเครียดสูงจะมีแนวโน้มที่จะมีความแข็งแกร่งในชีวิตต่ำ ด้านสัมพันธภาพกับเพื่อน วัยรุ่นที่มีสัมพันธภาพที่ดีกับเพื่อนจะทำให้มีความแข็งแกร่งในชีวิตมากขึ้น และเหตุการณ์ที่สร้างความยุ่งยากใจ (negative events) โดยบุคคลที่รับรู้เหตุการณ์ที่เกิดขึ้นว่าเป็นเหตุการณ์ที่สร้างความยุ่งยากใจให้ตนเองน้อยจะมีความแข็งแกร่งในชีวิตสูง เป็นต้น (Wongkhan, Nintachan & Sangon, 2015; Sagon, Nintachan & Kingkaew, 2018)

อย่างไรก็ตามจากการทบทวนวรรณกรรมพบว่า ยังมีการศึกษาเกี่ยวกับปัจจัยทำนายความแข็งแกร่งในชีวิตในนักศึกษาพยาบาลค่อนข้างจำกัด โสภณ แสงอ่อน, พัชรินทร์ นินทจันทร์ และจุฑาทิพย์ กิ่งแก้ว ได้ศึกษาปัจจัยทำนายความแข็งแกร่งในชีวิตในนักศึกษาพยาบาล ซึ่งผลการศึกษาพบว่า เหตุการณ์ที่สร้างความยุ่งยากใจ บรรยากาศในครอบครัวและสัมพันธภาพกับเพื่อน สามารถร่วมกันอธิบายความแปรปรวนของความแข็งแกร่งในชีวิตในนักศึกษาพยาบาลระดับปริญญาตรีได้ ร้อยละ 34.60 (Sagon, Nintachan & Kingkaew, 2018) ส่วนงานวิจัยอื่นๆจะเป็นการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยต่างๆ กับความแข็งแกร่งในชีวิตของนักศึกษาพยาบาล (Ananchaipattana, Pechkwang, Mahamitwongsan & Kansompoj, 2018) สำหรับวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี อุตรดิตถ์ ยังไม่มีการศึกษาถึงปัจจัยที่มีความสัมพันธ์หรือทำนายความแข็งแกร่งในชีวิตของนักศึกษาพยาบาล ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาปัจจัยทำนายความแข็งแกร่งในชีวิตของนักศึกษาพยาบาล โดยคัดสรรปัจจัยที่เกี่ยวข้อง ได้แก่ เพศ อายุ ชั้นปีที่ศึกษา เกรดเฉลี่ยสะสม รายได้ที่ได้รับต่อเดือน ความเพียงพอของรายได้ที่ได้รับ สัมพันธภาพกับเพื่อน และความเครียด เพื่อเป็นข้อมูลพื้นฐานในการวางแผน

ทางการส่งเสริมความแข็งแกร่งในชีวิตของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี อุตรดิตถ์ และสามารถให้หน่วยงานการจัดการศึกษานำเสนอข้อมูลให้แก่พยาบาลพี่เลี้ยงแหล่งฝึกเพื่อเป็นข้อมูลพื้นฐานในการดูแลและส่งเสริมความแข็งแกร่งของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี อุตรดิตถ์ ขณะขึ้นฝึกปฏิบัติ เพื่อให้นักศึกษาพยาบาลยืนหยัดผ่านพ้นภาวะวิกฤติต่างๆ พัฒนาเป็นพยาบาลที่มีคุณภาพต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาความแข็งแกร่งในชีวิตของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี อุตรดิตถ์
2. เพื่อศึกษาปัจจัยทำนายความแข็งแกร่งในชีวิตของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี อุตรดิตถ์

ระเบียบวิธีวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบศึกษาความสัมพันธ์เชิงทำนาย (Predictive Correlational research) เพื่อศึกษาปัจจัยทำนายความแข็งแกร่งในชีวิตของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี อุตรดิตถ์ โดยความแข็งแกร่งในชีวิตแบ่งเป็น 3 องค์ประกอบหลัก คือ 'I have' 'I am' และ 'I can' โดยที่ I have (ฉันมี.....) เป็นแหล่งสนับสนุนภายนอกที่ส่งเสริมให้เกิดความแข็งแกร่งในชีวิต I am (ฉันเป็นคน.....) เป็นความเข้มแข็งภายในของแต่ละบุคคล และ I can (ฉันสามารถที่จะ....) เป็นปัจจัยด้านทักษะในการจัดการกับปัญหาและสัมพันธภาพระหว่างบุคคล

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ นักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี อุตรดิตถ์ ปีการศึกษา 2561 จำนวน 443 คน

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ นักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี อุตรดิตถ์ ภาคการศึกษาที่ 3 ปีการศึกษา 2561 คำนวณขนาดกลุ่มตัวอย่างโดยใช้สูตรทาโร่ ยามาเน่ ได้ขนาดกลุ่มตัวอย่างเท่ากับ 210 คน เป็น นักศึกษาชั้นปีที่ 1 จำนวน 65 คน, ชั้นปีที่ 2 จำนวน 44 คน, ชั้นปีที่ 3 จำนวน 47 คน และชั้นปีที่ 4 จำนวน 54 คน และเพื่อป้องกันการสูญหาย และข้อมูลไม่ครบ ผู้วิจัยเพิ่มกลุ่มตัวอย่างอีก 20% ได้กลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 252 คน และในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยใช้วิธีการสุ่มอย่างง่ายในการได้มาซึ่งกลุ่มตัวอย่าง

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยและการตรวจสอบ คุณภาพ

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป ได้แก่ เพศ อายุ ชั้นปีที่ศึกษา เกรดเฉลี่ยสะสม และจำนวนเงินที่ได้รับต่อเดือน

ส่วนที่ 2 แบบประเมินความแข็งแกร่งในชีวิต (The Resilience Inventory) ของ พัชรินทร์ นินทจันทร์ และคณะ ซึ่งพัฒนาจากแนวคิดความแข็งแกร่งของชีวิตของ Grotberg (1995;1997) แบ่งเป็น 3 องค์ประกอบหลัก คือ 'I have' 'I am' และ 'I can' โดยที่ I have (ฉันมี.....) เป็นแหล่งสนับสนุนภายนอกที่ส่งเสริมให้เกิดความแข็งแกร่งในชีวิต I am (ฉันเป็นคน.....) เป็นความเข้มแข็งภายในของแต่ละบุคคล และ I can (ฉันสามารถที่จะ....) เป็นปัจจัยด้านทักษะในการจัดการกับปัญหาและสัมพันธภาพระหว่างบุคคล แบบประเมินมี 28 ข้อ ข้อคำถามแต่ละข้อมีคำตอบ

ให้เลือกเพื่อแสดงระดับความเห็นด้วย หรือไม่เห็นด้วย 5 ระดับ คือ 5 หมายถึง เห็นด้วยอย่างยิ่ง, 4 หมายถึง เห็นด้วย, 3 หมายถึง เฉยๆ, 2 หมายถึง ไม่เห็นด้วย, 1 หมายถึง ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง คะแนนความแข็งแกร่งในชีวิต คือ คะแนนรวมทั้ง 28 ข้อ มีค่าตั้งแต่ 28-140 คะแนน คะแนนสูงแสดงว่า มีความแข็งแกร่งในชีวิตมาก จากการตรวจสอบความตรงเชิงโครงสร้างขององค์ประกอบความแข็งแกร่งในชีวิต พบว่า องค์ประกอบความแข็งแกร่งในชีวิตมีความตรงเชิงโครงสร้างโดยวัดได้จาก 3 ตัวชี้วัด คือ I have (ฉันมี.....), I am (ฉันเป็นคน.....) และ I can (ฉันสามารถที่จะ....) และแบบประเมินนี้ทดสอบความเชื่อมั่นในกลุ่มวัยรุ่นนักศึกษามหาวิทยาลัยและประชาชนในชุมชนได้ค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาค (Cronbach's alpha coefficient) เท่ากับ .86-.91 (Nintachan, 2015) ทดสอบความเชื่อมั่นในกลุ่มนักศึกษาพยาบาลได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .83-.89 (Nintachan, Taweekoon, Wittayasuprom & Orathai, 2011; Samarksavee & Sangon, 2015; Sagon, Nintachan & Kingkaew, 2018) และการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยนำไปทดลองใช้กับนักศึกษาพยาบาลศาสตร์ ชั้นปีที่ 1-4 ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างในการวิจัย จำนวน 30 คน แล้วนำมาหาค่าความเชื่อมั่นโดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาค ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .89

ส่วนที่ 3 แบบประเมินความเครียด (ST-5) ของกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข เป็นแบบสอบถามที่ได้รับการพัฒนามาจากแบบสอบถามความเครียดของกรมสุขภาพจิต จำนวน 20 ข้อ (ST-20) ประกอบด้วย ข้อคำถาม 5 ข้อ ให้ผู้ตอบประเมินตนเอง โดยให้คะแนน 0-3 ที่ตรงกับความคิดเห็นและความรู้สึกของผู้ตอบ

เกี่ยวกับอาการหรือความรู้สึกที่เกิดในระยะ 2-4 สัปดาห์ที่ผ่านมา ลักษณะของแบบประเมินเป็นมาตราส่วนประมาณค่า 4 ระดับ คือ แทบไม่มี บางครั้ง บ่อยครั้ง และเป็นประจำ โดยมีเกณฑ์การให้คะแนน ดังนี้ คะแนน 0 หมายถึง แทบไม่มี คะแนน 1 หมายถึง เป็นบางครั้ง คะแนน 2 หมายถึง บ่อยครั้ง คะแนน 3 หมายถึง เป็นประจำ ค่าคะแนนรวมที่ได้มีค่า ตั้งแต่ 0 - 15 ผลรวมที่ได้แบ่งออกเป็น 4 ระดับ คือ คะแนน 0-4 หมายถึง เครียดน้อย คะแนน 5-7 หมายถึง เครียดปานกลาง คะแนน 8-9 หมายถึง เครียดมาก และ คะแนน 10-15 เครียดมากที่สุด การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยหาความเชื่อมั่นโดยทดลองใช้กับนักศึกษาพยาบาลศาสตร์ ชั้นปีที่ 1-4 ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างในการวิจัย จำนวน 30 คน แล้วนำมาวิเคราะห์หาค่าความเชื่อมั่นโดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาค ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .82

ส่วนที่ 4 แบบสอบถามสัมพันธภาพกับเพื่อน ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้นจากการทบทวนเอกสารตำราต่างๆ จำนวน 10 ข้อ ลักษณะของแบบสอบถามเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (rating scale) 5 ระดับ คือ จริงที่สุด จริงบ้าง จริงน้อย จริงน้อยที่สุด โดยมีเกณฑ์การให้คะแนน ดังนี้ 5 หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักศึกษามากที่สุด 4 หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักศึกษามาก 3 หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักศึกษาบ้าง ไม่ตรงบ้าง 2 หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักศึกษาน้อย และ 1 หมายถึง ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของนักศึกษาน้อยที่สุด โดยมีเกณฑ์การแปลความหมายคะแนนคือ คะแนนเฉลี่ย 3.68-5.00 หมายถึง มีสัมพันธภาพกับเพื่อนดี คะแนนเฉลี่ย 2.34-3.67 หมายถึง มีสัมพันธภาพกับเพื่อนปานกลาง และ

คะแนนเฉลี่ย 1.00-2.33 หมายถึง มีสัมพันธภาพกับเพื่อนไม่ดี แบบสอบถามนี้ผ่านการตรวจสอบความตรงเชิงโครงสร้าง จากทรงคุณวุฒิจำนวน 3 ท่าน ประกอบด้วย จิตแพทย์ 1 ท่าน อาจารย์พยาบาลด้านการพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวช จำนวน 2 ท่าน และนำไปหาความเชื่อมั่นโดยทดลองใช้กับนักศึกษาพยาบาลศาสตร์ ชั้นปีที่ 1-4 ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างในการวิจัย จำนวน 30 คน แล้วนำมาวิเคราะห์หาค่าความเชื่อมั่นโดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาค ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.71

การพิทักษ์สิทธิ์ของกลุ่มตัวอย่าง

งานวิจัยนี้ได้รับการอนุมัติจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ของสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดอุตรดิตถ์ เลขที่ 042/62 ก่อนการเข้าร่วมวิจัย ผู้วิจัยชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัย วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล สิทธิ์ที่จะถอนตัวจากการวิจัยและการนำเสนอผลการวิจัยในภาพรวม

การรวบรวมข้อมูล

หลังจากได้รับอนุมัติจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ ผู้วิจัยขออนุญาตเก็บรวบรวมข้อมูลจากผู้อำนวยการวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี อุตรดิตถ์ และเข้าพบนักศึกษาแต่ชั้นปีเพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์และขอความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล หลังจากนั้นนับชุดแบบสอบถามให้ตัวแทนนักศึกษาเพื่อให้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล เมื่อได้รับแบบสอบถามกลับคืน ผู้วิจัยตรวจสอบความครบถ้วนสมบูรณ์ของแบบสอบถามทั้งหมดและนำมาวิเคราะห์ทางสถิติต่อไป สำหรับการวิจัยครั้งนี้ได้รับแบบสอบถามตอบกลับที่มีความครบถ้วนสมบูรณ์ จำนวน 232 ฉบับ คิดเป็นร้อยละ 92.06

การวิเคราะห์ข้อมูล

ข้อมูลส่วนบุคคล วิเคราะห์โดยการแจกแจงความถี่และร้อยละ ข้อมูลความแข็งแรงในชีวิต วิเคราะห์โดยการหาค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และวิเคราะห์ปัจจัยทำนายความแข็งแรงในชีวิตของนักศึกษาพยาบาล โดยใช้การวิเคราะห์สมการถดถอยพหุคูณแบบเป็นขั้นตอน (Stepwise regression analysis) จากการทดสอบข้อตกลงเบื้องต้นของการใช้สถิติผลการทดสอบเป็นไปตามข้อตกลงเบื้องต้น

ผลการวิจัย

1. ข้อมูลส่วนบุคคล

ตาราง 1 คะแนนต่ำสุด-คะแนนสูงสุด คะแนนเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของความแข็งแรงในชีวิตของนักศึกษาพยาบาล จำแนกตามรายองค์ประกอบและโดยรวม (n = 232)

ความแข็งแรงในชีวิต	คะแนนที่เป็นไปได้	คะแนนต่ำสุด-สูงสุด	คะแนนเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
I have (ฉันมี...)	9-45	29-45	39.68	3.15
I am (ฉันเป็นคน...)	10-50	29-50	42.90	3.98
I can (ฉันสามารถที่จะ....)	9-45	28-45	37.62	3.70
โดยรวม	28-140	91-140	120.19	9.89

จากตาราง 1 พบว่า นักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี อุตรดิตถ์ มีความแข็งแรงในชีวิตอยู่ในระดับสูง ($\bar{x} = 120.19$, $SD = 9.89$) เมื่อพิจารณาเป็นรายองค์ประกอบ พบว่า องค์ประกอบที่นักศึกษาพยาบาลมีความแข็งแรงในชีวิตสูงสุด คือ องค์ประกอบที่เป็นความเข้มแข็งภายในของแต่ละบุคคล (I am) ($\bar{x} = 42.90$, $SD = 3.98$) รองลงมาคือ องค์ประกอบที่เป็นแหล่งสนับสนุนภายนอกที่ส่งเสริมให้เกิดความแข็งแรงในชีวิต (I have) และองค์ประกอบที่เป็น

กลุ่มตัวอย่างเป็นเพศหญิง ร้อยละ 89.66 เพศชาย ร้อยละ 10.34 ส่วนใหญ่ อายุ 21 ปี ร้อยละ 23.28 และเป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 3 มากที่สุด ร้อยละ 22.84 เกรดเฉลี่ยสะสมอยู่ระหว่าง 2.51-3.00 มากที่สุด ร้อยละ 46.12 ส่วนใหญ่ค่าใช้จ่ายที่ได้รับต่อเดือนอยู่ระหว่าง 2,000-4,000 บาท ร้อยละ 43.54 และพบว่าเพียงพอ ร้อยละ 79.74 ไม่เพียงพอ ร้อยละ 20.26

2. ความแข็งแรงในชีวิตของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี อุตรดิตถ์ ผลการวิเคราะห์ความแข็งแรงในชีวิตของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี อุตรดิตถ์ แสดงดังตาราง 1

ปัจจัยด้านทักษะในการจัดการกับปัญหาและสัมพันธภาพระหว่างบุคคล (I can) ($\bar{x} = 39.68$, 37.62 ; $SD = 3.15$, 3.70) ตามลำดับ

3. ปัจจัยทำนายความแข็งแรงในชีวิตของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี อุตรดิตถ์

ผลการวิเคราะห์ปัจจัยทำนายความแข็งแรงในชีวิตของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี อุตรดิตถ์ แสดงดังตาราง 2-3

ตาราง 2 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณระหว่างสัมพันธภาพกับเพื่อน ความเครียด และค่าใช้จ่ายที่รับต่อเดือน กับความแข็งแกร่งในชีวิตของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี อุตรดิตถ์ (n = 232)

Model	R	R ²	R ² change	F change	p-value
สัมพันธภาพกับเพื่อน	.559	.312	.312	104.504	.000
สัมพันธภาพกับเพื่อน ความเครียด	.593	.352	.039	13.860	.000
สัมพันธภาพกับเพื่อน ความเครียด ค่าใช้จ่ายที่รับต่อเดือน	.611	.373	.021	7.657	.006

ตาราง 3 ค่าสัมประสิทธิ์ถดถอยของตัวแปรสัมพันธภาพกับเพื่อน ความเครียด และค่าใช้จ่ายที่รับต่อเดือนของสมการถดถอยพหุคูณที่ใช้ในการทำนายความแข็งแกร่งในชีวิตของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี อุตรดิตถ์ (n = 232)

ตัวแปรทำนาย	B	SE _b	β	t	p-value
สัมพันธภาพกับเพื่อน	12.697	1.269	.537	10.003	.000
ความเครียด	-.653	.183	-.191	-3.572	.000
ค่าใช้จ่ายที่รับต่อเดือน	1.403	.507	.146	2.767	.006

Constant (a) = 69.293, R = .611, R² = .373, Adj R² = .364, SEE = 7.884, F= 7.657, p < .01

จากตาราง 2 และตาราง 3 ผลการวิเคราะห์สมการถดถอยพหุคูณแบบเป็นขั้นตอนพบว่า สัมพันธภาพกับเพื่อน ความเครียด และค่าใช้จ่ายที่รับต่อเดือน สามารถร่วมกันทำนายความแข็งแกร่งในชีวิตของนักศึกษาพยาบาลได้ร้อยละ 37.3 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .01$) (ตาราง 2) โดยปัจจัยที่มีอำนาจการทำนายสูงสุดคือ สัมพันธภาพกับเพื่อน ($\beta = .537, p < .01$) รองลงมาคือ ความเครียด ($\beta = -.191, p < .01$) และรายได้ที่รับต่อเดือน ($\beta = .146, p < .01$) (ตาราง 3) และสามารถสร้างสมการทำนายในรูปแบบค่าคะแนนมาตรฐาน (standardized score) ดังนี้ $Z_{(ความแข็งแกร่งในชีวิต)} = .537Z_{(สัมพันธภาพกับเพื่อน)} - .191Z_{(ความเครียด)} + .146Z_{(รายได้ที่รับต่อเดือน)}$

การอภิปรายผลการวิจัย

1. ความแข็งแกร่งในชีวิตของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี อุตรดิตถ์ ผลการศึกษา พบว่า นักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี อุตรดิตถ์ มีความแข็งแกร่ง

ในชีวิตอยู่ในระดับสูง ($\bar{x} = 120.19, SD = 9.89$) เมื่อพิจารณาเป็นรายองค์ประกอบ พบว่า องค์ประกอบที่นักศึกษาพยาบาลมีความแข็งแกร่งในชีวิตสูงสุดคือ องค์ประกอบที่เป็นความเข้มแข็งภายในของแต่ละบุคคล (I am) ($\bar{x} = 42.90, SD = 3.98$) รองลงมา คือ องค์ประกอบที่เป็นแหล่งสนับสนุนภายนอกที่ส่งเสริมให้เกิดความแข็งแกร่งในชีวิต (I have) และ องค์ประกอบที่เป็นปัจจัยด้านทักษะในการจัดการกับปัญหาและสัมพันธภาพระหว่างบุคคล (I can) ($\bar{x} = 39.68, 37.62 ; SD = 3.15, 3.70$) ตามลำดับ ที่เป็นเช่นนี้เนื่องจากวิชาชีพพยาบาลเป็นวิชาชีพที่ได้รับการยอมรับจากสังคมเช่นเดียวกับวิชาชีพแพทย์ วิชาชีพครู วิชาชีพวิศวกรรม ฯลฯ (Pichayakorn Sripakho, 2014) ซึ่งการได้รับการยอมรับดังกล่าวจะมีผลต่อความภาคภูมิใจในตนเองของนักศึกษาเมื่อได้รับการคัดเลือกเข้าศึกษาในวิชาชีพพยาบาล จึงทำให้นักศึกษามีความแข็งแกร่งในชีวิตได้ ดังการศึกษาเกี่ยวกับความเข้าใจและบทบาทในการส่งเสริมความแข็งแกร่งในชีวิตของนักศึกษาพยาบาล 38

คนที่คณะพยาบาลศาสตร์ ประเทศแคนาดา พบว่า ปัจจัยพื้นฐานสังคมเป็นส่วนที่ช่วยเพิ่มความแข็งแกร่งให้กับนักศึกษา โดยนักศึกษามีความแข็งแกร่ง สามารถอยู่ในวิชาชีพได้ขึ้นกับ 3 องค์ประกอบ คือ การก้าวเข้าสู่วิชาชีพ การศึกษาและการได้รับการยอมรับ (Reyes, Andrusyszyn, Iwasiv, Forchuk & Babenko-Mould, 2015 cited in Ananchaipattana, Pechkwang, Mahamitwongsan & Kansompoj, 2018) และในการศึกษาครั้งนี้ นักศึกษาส่วนใหญ่ ร้อยละ 52.16 ศึกษาอยู่ในชั้นปีที่ 3 และ 4 ซึ่งได้ผ่านการจัดการเรียนการสอน รายวิชาที่เกี่ยวข้องกับวิชาชีพพยาบาลที่ช่วยส่งเสริมกระบวนการคิด การแก้ปัญหาและการตัดสินใจเพื่อวางแผนการพยาบาลผู้ป่วย รวมถึงได้รับการปลูกฝัง บ่มเพาะให้นักศึกษามีความภาคภูมิใจและเห็นคุณค่าในตนเองและวิชาชีพผ่านกิจกรรมเสริมหลักสูตร ดังนั้น จึงทำให้นักศึกษามีความแข็งแกร่งในชีวิตสูง (I am) สอดคล้องกับ Grotberg (1999 cited in Wongkhan, Nintachan & Sangon, 2015) ที่กล่าวว่า เมื่อบุคคลมีความมีคุณค่าในตนเองสูงก็จะเป็นปัจจัยหนึ่งที่ส่งผลทำให้เกิดความแข็งแกร่งในชีวิตได้ นอกจากนี้การที่วิทยาลัยมีการจัดอาจารย์ที่ปรึกษาโดยดำเนินการในรูปแบบของครอบครัวเสมือนที่มีอาจารย์คอยดูแลนักศึกษาเมื่อมีปัญหาทั้งในด้านการเรียนและปัญหาส่วนตัวทำให้นักศึกษามีที่ปรึกษาเมื่อเกิดความไม่สบายใจ รวมถึงจากการวิเคราะห์ข้อมูลพบว่า นักศึกษามีสัมพันธภาพกับเพื่อนอยู่ในระดับดี ($\bar{x} = 3.92$, $SD = .42$) ทำให้มีแหล่งสนับสนุนภายนอก (I have) ที่จะช่วยส่งเสริมความแข็งแกร่งในชีวิตให้กับนักศึกษา ดังนั้นจึงทำให้นักศึกษามีความแข็งแกร่งในชีวิตสูง การศึกษาครั้งนี้สอดคล้องกับการศึกษาของ นันทิกา อนันตชัยพัชฌนา, ดลฤดี

เพชรขวาง, สุทธิณี มหามิตรวงศ์ และเกศินี การสมพจน์ ที่พบว่า นักศึกษาพยาบาลมีค่าคะแนนเฉลี่ยความแข็งแกร่งในชีวิตมากกว่าค่าเฉลี่ยร้อยละ 50.50

(Ananchaipattana, Pechkwang, Mahamitwongsan & Kansompoj, 2018)

2. ปัจจัยทำนายความแข็งแกร่งในชีวิตของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี อุตรดิตถ์

ผลการศึกษา พบว่า ค่าใช้จ่ายที่ได้รับต่อเดือนและสัมพันธภาพกับเพื่อนมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความแข็งแกร่งในชีวิต และความเครียดมีความสัมพันธ์ทางลบกับความแข็งแกร่งในชีวิต และพบว่าทั้ง 3 ปัจจัย คือ สัมพันธภาพกับเพื่อน ความเครียด และค่าใช้จ่ายที่ได้รับต่อเดือนสามารถร่วมกันทำนายความแข็งแกร่งในชีวิตของนักศึกษาพยาบาลได้ ร้อยละ 37.3 โดยสัมพันธภาพกับเพื่อนเป็นตัวแปรที่มีความสามารถในการทำนายสูงสุด รองลงมา คือ ความเครียดและรายได้ที่ได้รับต่อเดือน ซึ่งอภิปรายผลการศึกษาได้ ดังนี้

สัมพันธภาพกับเพื่อน: ผลการศึกษาพบว่า สัมพันธภาพกับเพื่อนเป็นตัวแปรที่มีความสามารถในการทำนายความแข็งแกร่งในชีวิตของนักศึกษาพยาบาลสูงสุด แสดงให้เห็นว่านักศึกษาพยาบาลที่มีสัมพันธภาพกับเพื่อนดีมีแนวโน้มที่จะมีความแข็งแกร่งในชีวิตสูง ที่เป็นเช่นนี้เนื่องจากนักศึกษาพยาบาลส่วนใหญ่อยู่ในช่วงวัยรุ่นซึ่งเป็นวัยที่ให้ความสำคัญกับกลุ่มเพื่อนอย่างมาก ต้องการได้รับการยอมรับและเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม ที่สำคัญไปกว่านั้นคือ การมีกลุ่มเพื่อนทำให้วัยรุ่นมีกลุ่มอ้างอิง (reference group) ในขณะที่กำลังจะผ่านจากการเป็นเด็กเข้าสู่ความเป็นผู้ใหญ่ (Rittakananon, 2007;

Areemith, Inaew, Manaboriboon, Hongsangunsri & Jaruratsirikul, (2016) ขณะเดียวกันวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี อุตรดิตถ์ มีข้อกำหนดให้นักศึกษาพยาบาลพักอาศัยอยู่ในหอพักของวิทยาลัยเพื่อฝึกความมีระเบียบวินัยและการปรับตัวกับผู้อื่น ดังนั้นกลุ่มเพื่อนจึงมีความสำคัญ เพราะเมื่อนักศึกษามีเรื่องไม่สบายใจหรือมีปัญหาการเรียน การฝึกปฏิบัติงานบนหอผู้ป่วย/ชุมชน หรืออื่นๆ ขณะอาศัยอยู่ในหอพัก ถ้านักศึกษามีสัมพันธภาพที่ดีกับเพื่อน จะทำให้สามารถพูดคุยปรึกษาปัญหา ได้ระบายความเครียดกับเพื่อนที่อาศัยอยู่ในหอพักเดียวกันได้ โดยเฉพาะเพื่อนที่มีความสนิทสนมและไว้วางใจได้ ทำให้สามารถหาแนวทางหรือวิธีการช่วยเหลือกันในการแก้ไขปัญหาต่างๆ (Tantalanukul & Wongsawat, 2017) และส่งเสริมให้นักศึกษาสามารถเผชิญกับปัญหาต่างๆ ได้อย่างเหมาะสมมากขึ้น ขณะเดียวกัน สัมพันธภาพกับเพื่อนที่ดีจะเป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้นักศึกษามีความสุขในการเรียน ส่งผลให้มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดีขึ้นด้วยเช่นกัน ดังนั้น สัมพันธภาพกับเพื่อนจึงเป็นแหล่งสนับสนุนภายนอก (I have) ที่มีความสำคัญสำหรับนักศึกษาพยาบาล สอดคล้องกับผลการวิเคราะห์ข้อมูลที่พบว่า นักศึกษาพยาบาลมีสัมพันธภาพกับเพื่อนอยู่ในระดับดี ($\bar{x} = 3.92$, $SD=0.42$) และมีความแข็งแกร่งในชีวิตสูง ($\bar{x}= 120.19$, $SD=9.89$) การศึกษาครั้งนี้สอดคล้องกับการศึกษา ของ โสภณ แสงอ่อน, พัชรินทร์ นินทจันทร์ และจุฑาทิพย์ กิ่งแก้ว (Sagon, Nintachan & Kingkaew, 2018) และ มะลิวรรณ วงษ์จันทร์, พัชรินทร์ นินทจันทร์ และโสภณ แสงอ่อน (Wongkhan, Nintachan & Sangon, 2015) ที่พบว่า สัมพันธภาพกับเพื่อนมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความแข็งแกร่งในชีวิตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ความเครียด: ผลการศึกษา พบว่า ความเครียดเป็นตัวแปรที่มีความสัมพันธ์ทางลบและสามารถทำนายความแข็งแกร่งในชีวิตของนักศึกษาพยาบาลได้แสดงให้เห็นว่านักศึกษาพยาบาลที่มีความเครียดสูง มีแนวโน้มที่จะมีความแข็งแกร่งในชีวิตต่ำเป็นเช่นนี้เนื่องจากความเครียดเป็นภาวะของอารมณ์และความรู้สึกที่เกิดขึ้นเมื่อบุคคลเผชิญกับสถานการณ์ต่างๆ ที่ก่อให้เกิดความกดดัน ความไม่สบายใจ วุ่นวายใจ กลัว และเมื่อบุคคลรับรู้หรือประเมินว่าสถานการณ์นั้นคุกคามต่อจิตใจและมีผลกระทบต่อสวัสดิภาพของตนเอง (Sethaphumirin, 2012; Yodthong, Sane & Chansungnoen, 2018) ผลกระทบที่เกิดขึ้นเมื่อบุคคลเกิดความเครียดจะส่งผลให้ประสิทธิภาพการรับรู้ลดลงและความทนต่อเหตุการณ์ต่างๆ ลดลง ส่งผลให้ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนลดลง และถ้าไม่ได้รับการแก้ไข อาจนำไปสู่การเกิดปัญหาสุขภาพจิตได้ แต่ถ้าบุคคลมีการปรับตัวและสามารถเผชิญกับเหตุการณ์เหล่านั้นได้ดีจะทำให้สามารถจัดการกับปัญหาต่างๆ ได้ดี ส่งผลให้มีความแข็งแกร่งในชีวิตสูง ดังนั้นการส่งเสริมให้นักศึกษาพยาบาลมีสมรรถนะในการจัดการความเครียดและมีการปรับตัวอย่างเหมาะสมซึ่งเป็นปัจจัยด้านทักษะในการจัดการกับปัญหา (I am) จึงมีความสำคัญ สอดคล้องกับผลการวิเคราะห์ข้อมูลจากการศึกษาครั้งนี้ที่พบว่า นักศึกษาพยาบาลมีความเครียดอยู่ในระดับน้อย ($\bar{x}= 3.99$, $SD=2.89$) และมีความแข็งแกร่งในชีวิตสูง ($\bar{x}=120.19$, $SD=9.89$) การศึกษาครั้งนี้สอดคล้องกับการศึกษา ของ พัชรินทร์ นินทจันทร์, วาริรัตน์ ถาน้อย, โสภณ แสงอ่อน, มาณวิภา พัฒนมาศ และช่อทิพย์ อินทรักษา ที่พบว่า ความเครียดมีความสัมพันธ์กับความแข็งแกร่งในชีวิตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (Nintachan, Thanoi, Sangon, Pattanamas & Intharaksa, 2017) และสอดคล้องกับการศึกษาของ พัชรินทร์ นินทจันทร์, ทศนา

ทวีคุณ, จรียา วิหะษุภกรม และพิศสมัย อรทัย ที่พบว่า ความแข็งแกร่งในชีวิตมีอิทธิพลทางตรงต่อความเครียด และความเครียดมีอิทธิพลทางตรงต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน (Nintachan, Taweekoon, Wittayasuprom & Orathai, 2011) ดังนั้นจะเห็นว่านักศึกษาที่มีความเครียดต่ำ มีแนวโน้มที่จะมีความแข็งแกร่งในชีวิตสูง ส่งผลทำให้นักศึกษามีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดี และสำเร็จเป็นพยาบาลที่มีคุณภาพต่อไป

ค่าใช้จ่ายที่ได้รับต่อเดือน: ผลการศึกษาพบว่า ค่าใช้จ่ายที่ได้รับต่อเดือนเป็นตัวแปรที่สามารถทำนายความแข็งแกร่งในชีวิตของนักศึกษาพยาบาลได้ แสดงให้เห็นว่านักศึกษาพยาบาลที่ได้รับเงินในการใช้จ่ายต่อเดือนมาก มีแนวโน้มที่จะมีความแข็งแกร่งในชีวิตสูง ที่เป็นเช่นนี้เนื่องจากบุคคลที่มีสถานะทางการเงินที่ดีจะเป็นตัวเสริมให้บุคคลมีโอกาสด้านสังคมที่จะได้รับการสนับสนุนด้านต่างๆ อันเป็นการเสริมสร้างความแข็งแกร่งในชีวิต (Nintachan, Thanoi, Sangon, Pattanamas & Intharaksa, 2017) การศึกษาครั้งนี้สอดคล้องกับการศึกษาของ พัชรินทร์ นินทจันทร์, ทศนา ทวีคุณ, จรียา วิหะษุภกรม และพิศสมัย อรทัย ที่พบว่าสถานะทางการเงินมีอิทธิพลต่อความแข็งแกร่งในชีวิต (ในทิศทางบวก) (Nintachan, Taweekoon, Wittayasuprom & Orathai, 2011) แต่ไม่สอดคล้องกับการศึกษาของ พัชรินทร์ นินทจันทร์, วาริรัตน์ ถาน้อย, โสภิณ แสงอ่อน, มาณวิกา พัฒนมาศ และช่อทิพย์ อินทรักษา ที่พบว่าสถานะทางการเงินไม่มีความสัมพันธ์กับความแข็งแกร่งในชีวิตของวัยรุ่นกลุ่มด้อยโอกาส เนื่องจากกลุ่มตัวอย่างอยู่โรงเรียนประจำซึ่งมีหอพักอยู่อาศัย อาหารและสิ่งอำนวยความสะดวกต่างๆ จึงอาจมีความจำเป็นไม่มากนักที่จะต้องใช้จ่ายเงินใน

ชีวิตประจำวัน (Nintachan, Thanoi, Sangon, Pattanamas, & Intharaksa, 2017)

อย่างไรก็ดี จากการศึกษาครั้งนี้พบว่า เพศอายุ ชั้นปีที่ศึกษา และเกรดเฉลี่ยสะสม ไม่สามารถทำนายความแข็งแกร่งในชีวิตของนักศึกษาพยาบาลได้ อาจเนื่องจากจำนวนกลุ่มตัวอย่างที่เป็นเพศชายมีเพียงร้อยละ 10.34 และอายุของนักศึกษาพยาบาลส่วนใหญ่ ร้อยละ 86.70 มีอายุที่ใกล้เคียงกันคือ อายุระหว่าง 19-22 ปี ซึ่งอยู่ในช่วงวัยรุ่นเช่นเดียวกัน และนักศึกษาพยาบาลเมื่อเข้าศึกษาในวิชาชีพ วิทยาลัยพยาบาลจะมีกระบวนการในการจัดการเรียนการสอนและจัดกิจกรรมเสริมหลักสูตรที่ช่วยให้นักศึกษาพยาบาลมีกระบวนการคิด การแก้ปัญหาและการตัดสินใจ การส่งเสริมให้นักศึกษาเห็นคุณค่าในตนเองและวิชาชีพซึ่งได้รับการยอมรับจากสังคม จึงทำให้ปัจจัยเหล่านี้ไม่สามารถทำนายความแข็งแกร่งในชีวิตของนักศึกษาพยาบาลได้ ผลการศึกษาครั้งนี้ไม่สอดคล้องกับการศึกษาของ พัชรินทร์ นินทจันทร์, ทศนา ทวีคุณ, จรียา วิหะษุภกรม และพิศสมัย อรทัย ที่พบว่า วัยรุ่นชายมีความแข็งแกร่งในชีวิตน้อยกว่าวัยรุ่นหญิง (Nintachan, Taweekoon, Wittayasuprom & Orathai, 2011) และ Sun & Stewart, 2007 cited in Wongkhan, Nintachan & Sangon (2015) ที่กล่าวว่า บุคคลที่มีอายุมากจะมีความแข็งแกร่งในชีวิตมากกว่าบุคคลที่มีอายุน้อย

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

ผลการศึกษาครั้งนี้พบว่าตัวแปรทั้ง 3 ตัวคือ สัมพันธภาพกับเพื่อน ความเครียด และรายได้ที่ได้รับต่อเดือน สามารถร่วมกันทำนายความแข็งแกร่งในชีวิตของนักศึกษาพยาบาลได้ร้อยละ

37.3 โดยสัมพันธ์ภาพกับเพื่อนเป็นตัวแปรที่มีความสามารถในการทำนายสูงสุด รองลงมาคือ ความเครียดและค่าใช้จ่ายที่ได้รับต่อเดือน ผู้วิจัยจึงมีข้อเสนอแนะดังนี้

1. จากการศึกษาพบว่า สัมพันธ์ภาพกับเพื่อนเป็นตัวแปรที่มีความสามารถในการทำนายความแข็งแกร่งในชีวิตของนักศึกษาสูงสุด ดังนั้นงานกิจการนักศึกษาควรจัดกิจกรรมเสริมหลักสูตรและสนับสนุนให้นักศึกษามีการจัดกิจกรรมร่วมกันอย่างต่อเนื่อง เพื่อส่งเสริมการมีสัมพันธ์ภาพที่ดีต่อกันของนักศึกษา ซึ่งจะส่งเสริมให้นักศึกษามีแหล่งสนับสนุนที่สำคัญที่จะส่งเสริมให้มีความแข็งแกร่งในชีวิต

2. กลุ่มงานวิชาการควรนำเสนอข้อมูลเกี่ยวกับปัจจัยด้านความเครียดให้แก่อาจารย์และพยาบาลพี่เลี้ยงทราบ เพื่อเป็นข้อมูลพื้นฐานในการดูแลและส่งเสริมความแข็งแกร่งในชีวิตของนักศึกษาพยาบาลขณะขึ้นฝึกปฏิบัติ

3. งานกิจการนักศึกษาควรมีแนวทางช่วยเหลือนักศึกษากรณีที่มีปัญหาด้านการเงิน เช่น จัดหาทุนสนับสนุนการศึกษา การหาแหล่งงานที่เหมาะสมให้นักศึกษาทำเพื่อสร้างรายได้ในช่วงปิดภาคเรียน ซึ่งจะช่วยลดความเครียดเกี่ยวกับภาระค่าใช้จ่าย อันจะให้นักศึกษามีความผ่อนคลาย

จากความเครียด ส่งผลให้มีความแข็งแกร่งในชีวิตมากขึ้น

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

ควรมีการพัฒนารูปแบบการสร้างเสริมความแข็งแกร่งในชีวิตของนักศึกษาพยาบาล โดยนำปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความแข็งแกร่งในชีวิตมาพัฒนา เพื่อส่งเสริมให้นักศึกษาพยาบาลมีความแข็งแกร่งในชีวิตมากขึ้น

กิตติกรรมประกาศ

ผู้วิจัยขอขอบพระคุณผู้อำนวยการวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี อุตรดิตถ์ ที่ให้ทุนสนับสนุนการทำวิจัย และอนุญาตให้เก็บข้อมูลการวิจัย ขอขอบคุณ รศ.ดร.พัชรินทร์ นินทจันทร์ ที่อนุญาตให้ใช้เครื่องมือประเมินความแข็งแกร่งในชีวิต ขอขอบคุณนายแพทย์สันิตย์ ศรีเพชรจิตแพทย์จากโรงพยาบาลอุตรดิตถ์ ดร.เชษฐา แก้วพรม วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี แพร่และ ผศ.ดร.เขาวนีย์ ล่องชุมผล คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร ที่กรุณาตรวจสอบเครื่องมือวิจัย และท้ายสุดขอขอบคุณนักศึกษาพยาบาลทุกคนที่ให้ความร่วมมือในการศึกษาครั้งนี้ ส่งผลให้การศึกษานี้สำเร็จลุล่วงด้วยดี

References

- Ananchaipattana, N., Pechkwang, D., Mahamitwongsan, S. & Kansompoj, K. (2018). Factors related to resilience in nursing students at Boromarajonani College of Nursing, Phayao. *Nursing Public Health and Education Journal*, 19(2),106-119. (in Thai)
- Areemith, R., Inaew, S., Manaboriboon. B., Hongsangunsri. S. & Jaruratsirikul. S. (2016). *Textbook of Adolescent Medicine*. Nontaburi: Pabpim.

- Nintachan. P. (2015). *Resilience: concept, assessment, and application*. Bangkok: Judthong. (in Thai)
- Nintachan. P., Taweekoon, T., Wittayasuprom, J., & Orathai P. (2011). Resilience and stress among nursing students at Ramathibodi School of Nursing. *The Journal of Psychiatric Nursing and Mental Health*, 25(1), 1-13. (in Thai)
- Nintachan. P., Thanoi. W., Sangon. S., Pattanamas, M & Intharaksa, C. (2017). Factors predicting resilience in underprivileged adolescents. *The Journal of Psychiatric Nursing and Mental Health*, 31(1), 13-28. (in Thai)
- Nintachan. P., Wanaleesin, S., Sanseeha, L., Thummathai, K. & Orathai, P. (2011). Resilience and Thai youth risk behavior. *Ramathibodi Nursing Journal*, 17(3),430-442. (in Thai)
- Pichayakorn Sripakho. (2014). Professional nursing development: developing nursing leadership. *Journal of The Royal Thai Army Nurses*, 15(3), 1-8. (in Thai)
- Rittakananon, P., (2007). *Human development*. Bangkok: Thammada press. (in Thai)
- Sagon, S., Nintachan. P., & Kingkaew, J. (2018). Factors Predicting Resilience in Nursing Students. *The Journal of Psychiatric Nursing and Mental Health*, 32(1), 150-167. (in Thai)
- Samarksavee. N. & Sangon. S. (2015). Factors associated with depression in nursing students. *The Journal of Psychiatric Nursing and Mental Health*, 29(3), 11-27. (in Thai)
- Seehawong. S., et.al. (2018). Factors causing to stress of nursing students, Ubon Ratchathani University. *HCU Journal of Health Science*, 21(42), 93-106. (in Thai)
- Sethaphumirin, (2012). Stress and resilience of nursing student experience in training nursing clinical practice. *College of Asian Scholars Journal*, 2(1), 40-45. (in Thai)
- Sonpaveerawong, J., Dammee, M., Nimsuwan, J., Mad-a-dam, C., Laiadkan, S. & Sopon, S. (2016). Stress, Stress management and the need to supports nursing students. *Journal of Nursing and Education*, 9(3), 36-50. (in Thai)
- Srisomboon, P., Damrongsat, P., Peantunyakam, N. & Arttham, W. (2019). Effects of using preparation program by flipped classroom before undertaking nursing practicum on stress and assertiveness for nursing professional Characteristic of Nursing Students. *Journal of Health Research and Innovation*, 2(1), 196-207. (in Thai)
- Tantalanukul, S., & Wongsawat, P., (2017). Stress and stress management in nursing students. *Boromarajonani College of Nursing, Uttaradit Journal*, 9(1), 81-92 (in Thai)
- Wongkhan, M., Nintachan. P. & Sangon. S., (2015). Factors related to resilience in adolescents. *The Journal of Psychiatric Nursing and Mental Health*, 29(1), 57-75. (in Thai)

Yodthong, S., Sanee, N. & Chansungnoen, J. (2018). *Stress and coping among nursing students in principles and nursing techniques practicum, Boromarajonani College of Nursing, Trang*. The 9th Hatyai National and International Conference: 761-772. (in Thai)