

การศึกษาเปรียบเทียบการปรับตัวในช่วงความปกติรูปแบบใหม่ระหว่างกลุ่มนักศึกษาระดับ  
ปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 ที่มีความแตกต่างกันด้านคุณลักษณะส่วนบุคคล  
และการป้องกันตนเองจาก COVID-19

A comparative Study of the Adaptation During the New Normal between  
Groups of First-Year Undergraduate Students with Differences in Personal  
Characteristics and Self-Protection from COVID-19

อธิราช รัตนบุรี (Athirad Rattanaburi)<sup>1</sup>  
เขมิกา พรหมรัตน์ (Khemika Phromrat)<sup>1</sup>  
โกเมนทร์ เอ็งฉ้วน (Komen Aengchuan)<sup>1</sup>  
พัชรพร ปั่นทองพันธ์ (Patcharaporn Pintongpan)<sup>1</sup>  
ประภัสสร แวทไธสง (Prapatsorn Waetthaisong)<sup>1</sup>  
ปณัสยา พหลภักดี (Panatsaya Pahonpakdee)<sup>1</sup>  
ศศิธร พริกบางเข็ม (Sasithon Phrikbangkhem)<sup>1</sup>  
นันทพร กลิ่นจันทร์ (Nuntaporn Klinjun)<sup>2\*</sup>

Corresponding author E-mail: pan.klinjun@gmail.com \*  
(Received: December 1, 2022; Revised: October 26, 2023;  
Accepted: December 20, 2023)

#### บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อศึกษาระดับการปรับตัวในช่วงความปกติรูปแบบใหม่ (New normal) ของนักศึกษาและ 2) เพื่อเปรียบเทียบการปรับตัวของนักศึกษาจำแนกตามเพศ ภูมิภาค รายได้ต่อเดือน แหล่งเงินทุนในการเรียน เกรดเฉลี่ยสะสมระดับมัธยมปลาย (GPAX) สำนักวิชา ลักษณะหอพัก จำนวนสมาชิก ร่มห้องพัก ประวัติการได้รับวัคซีน COVID-19 ประสบการณ์การติดเชื้อ COVID-19 ลักษณะการเรียนและความสามารถในการจัดหาอุปกรณ์ป้องกันตนเอง กลุ่มตัวอย่าง คือ นักศึกษาระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2565 จำนวน 347 คน มีผู้ตอบแบบสอบถาม 283 คน (81.56%) เก็บข้อมูลออนไลน์โดยใช้แบบสอบถามที่ผู้วิจัยได้พัฒนาขึ้น โดยการส่ง QR-Code วิเคราะห์ข้อมูลโดยสถิติเชิงบรรยาย เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยโดยใช้สถิติ t-test และ ANOVA เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยหลังการวิเคราะห์ความแปรปรวนโดยวิธี Least-Significant Difference (LSD)

ผลการศึกษาพบว่าค่าเฉลี่ยการปรับตัวในช่วง New normal ของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์ในภาพรวมและรายด้าน (ด้านการเรียน สังคม อารมณ์และการเข้าร่วมกิจกรรม) อยู่ในระดับมาก ปัจจัยที่แตกต่างกันที่มีผลการปรับตัวของนักศึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ได้แก่ ความสามารถในการจัดหาอุปกรณ์ป้องกันตนเองจาก COVID-19 ของนักศึกษา ประเภทของหอพัก (ห้องปรับอากาศ, ห้องพัดลม) จำนวนสมาชิกร่วมห้องพัก (2, 3, 4 คน) ลักษณะการเรียน (On-site, on-line, on-site

1 นักศึกษาพยาบาลศาสตร์ สำนักวิชาพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์  
Bachelor of Nursing Science Program, School of Nursing, Walailak University

2 คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์  
Faculty of Nursing, Prince of Songkla University

และ on-line) และรายได้ต่อเดือน โดยนักศึกษาที่มีความสามารถในการจัดหาอุปกรณ์ป้องกันตนเองที่แตกต่างกันมีการปรับตัวในภาพรวมและทุกด้านแตกต่างกัน นักศึกษาที่พักหอพักแตกต่างกันมีการปรับตัวในภาพรวมและด้านอารมณ์แตกต่างกัน นักศึกษาที่มีจำนวนสมาชิกร่วมห้องพักแตกต่างกันมีการปรับตัวในด้านการเรียนแตกต่างกัน นักศึกษาที่มีลักษณะการเรียนแตกต่างกันมีการปรับตัวด้านอารมณ์แตกต่างกัน และนักศึกษาที่มีรายได้ต่อเดือนแตกต่างกันมีการปรับตัวด้านการเข้าร่วมกิจกรรมแตกต่างกัน ซึ่งแสดงให้เห็นถึงการปรับตัวในช่วง New Normal ของนักศึกษาระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 จำเป็นต้องให้ความสำคัญกับความพร้อมของอุปกรณ์ป้องกันโควิด-19 รายได้ต่อเดือน รูปแบบการเรียน และจำนวนสมาชิกร่วมห้องในหอพัก

**คำสำคัญ:** การปรับตัว, ความปกติใหม่, โควิด-19, นักศึกษา, มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์

#### ABSTRACT

This research aims were 1) to study the university adaptation during the new normal and 2) to compare university adaptation classified by gender, hometown, monthly income, source of funds for studying, high school cumulative grade point average (GPAX), faculty, dormitory type, number of room members, history of receiving the COVID-19 vaccine, the experience of COVID-19 infection, study modes, and COVID-19 protective equipment availability. The sample comprised 347 first-year undergraduate students in 2022, with 283 respondents (81.56%). Data were collected online using a questionnaire developed by the researcher by sending a QR code. The statistics used for the analysis were frequency, percentage, mean, standard deviation, independent sample t-test, One-way ANOVA, and LSD (Least-Significant Difference).

The study found that the average university adaptation to the new normal after COVID-19 of first-year undergraduate students at Walailak University was high overall, and in each of the four aspects (learning, social, emotional, and activity participation) was high. The following factors show a statistically significant 0.05 for adaptation to the new normal after COVID-19: COVID-19 protective equipment availability, dormitory air circulation (air-conditioned, fan), number of students sharing a dormitory room (2, 3, or 4), study mode (on-campus, online, on-campus with online), and income. The students with different available protective equipment for COVID-19 show different adaptations both overall and for each of the four aspects. Students living in dormitories with different circulation have different overall and emotional adaptations. Students with different numbers of roommates had different learning adaptations. Students with different study modes had different emotional adaptations.

Students with different incomes had different adaptations to activity participation. The result indicates that adaptation during the new normal of first-year undergraduate students needs to focus on COVID-19 protective equipment availability, monthly income, study mode, and number of roommates in dormitory rooms.

**Keywords:** Adaptation, New Normal, COVID-19, Undergraduate students, Walailak University

### ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

การระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19) ตั้งแต่ปี พ.ศ.2562 ส่งผลกระทบต่อการดำเนินชีวิตของประชาชนทั่วโลกในหลายด้านรวมถึงประเทศไทย ส่งผลให้เกิดรูปแบบการดำเนินชีวิตในช่วงความปกติรูปแบบใหม่ที่รู้จักในคำว่า “New normal” (Royal Society of Thailand, 2022) เช่น Work from Home การสั่งอาหารออนไลน์ การทำธุรกรรมออนไลน์ การสวมหน้ากากอนามัยในที่สาธารณะ การเว้นระยะห่างระหว่างบุคคล (Social distancing) ตามสถานที่ต่าง ๆ เช่น ร้านอาหาร รถโดยสารประจำทาง โรงเรียน ห้างสรรพสินค้า นอกจากนี้การดำเนินชีวิตในช่วง New normal ยังส่งผลกระทบต่อระบบการศึกษาทำให้รูปแบบการเรียนการสอนเปลี่ยนไป เช่น รูปแบบการเรียนจากการเรียนในชั้นเรียน (On-site) เป็นเรียนออนไลน์ (On-line) หรือเป็นการเรียนควบคู่กันทั้งการเรียน On-site และ On-line ลักษณะการจัดเตรียมอุปกรณ์สำหรับการเรียนการสอนที่แตกต่างไปจากเดิม มีการนำโปรแกรม Application มาใช้ในการเรียนการสอน เป็นต้น (Sangsawangwatthana, Sirisaiyas & Bodeerat, 2020) การเปลี่ยนแปลงในช่วง New normal เหล่านี้บุคคลที่สามารถปรับตัวได้ตามสถานการณ์ ยอมรับการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น จะสามารถดำเนินชีวิตได้อย่างปกติสุขและมีสุขภาพจิตที่ดี ถ้าไม่สามารถปรับตัวหรือเผชิญกับปัญหาที่เกิดขึ้นได้ จะทำให้เกิดความวิตกกังวล มีภาวะเครียดสะสม ท้อแท้ หมดกำลังใจ ส่งผลกระทบต่อการดำเนินชีวิตประจำวันและอาจส่งผลต่อสุขภาพจิตตามมา

นักศึกษาระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 อยู่ในช่วงวัยรุ่นตอนปลายอายุระหว่าง 17-25 ปี เป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์และสังคมอย่างรวดเร็ว ประกอบกับเป็นปีแรกที่มีการเปลี่ยนแปลงการเรียนจากระดับมัธยมศึกษาเข้าสู่ระดับอุดมศึกษาที่มักเกิดปัญหาการปรับตัวในด้านต่าง ๆ จากการศึกษาที่ผ่านมาพบว่านักศึกษามีปัญหาการปรับตัวเกี่ยวกับการเรียน เช่น การเรียนรวมกันจำนวนมากทำให้ไม่กล้าซักถามในชั้นเรียน การจดคำบรรยายไม่ทัน เข้าชั้นไม่ทันเนื่องจากไม่มีรถส่วนตัว การร่วมกิจกรรมที่เลิกดีกและต้องตื่นเข้ามาเข้าชั้นเรียน ทำให้อ่อนเพลีย ง่วงในเวลาเรียน (Ontongtim, Laochirankul, Pojpanichphong & Duangtip, 2017) การปรับตัวในชีวิตประจำวัน เช่น ห้างไกลครอบครัว ปัญหาการปรับตัวในการใช้ชีวิตอยู่กับเพื่อนร่วมหอพัก ค่าใช้จ่าย การปรับตัวด้านอารมณ์ การแก้ปัญหาด้วยตัวเอง การปรับตัวด้านสังคมกับกฎระเบียบต่าง ๆ ของสถาบัน การเข้าร่วมกิจกรรมของสถาบัน และการศึกษาต่างคณะกันมีการปรับตัวด้านการเรียนและด้านอารมณ์แตกต่างกัน นักศึกษาที่มีผลการเรียนเดิมในระดับมัธยมศึกษาที่ต่างกันมีการปรับตัวด้านการเรียนและด้านสังคมแตกต่างกัน (Maenin, 2021) และจากสถานการณ์การระบาดของ

COVID-19 จนเข้าสู่ช่วง New normal ทำให้นักศึกษาชั้นปีที่ 1 ต้องปรับตัวในการดำเนินชีวิตในมหาวิทยาลัยในด้านต่าง ๆ เช่น ด้านการเรียน ด้านสังคม ด้านอารมณ์ และด้านการเข้าร่วมกิจกรรม ในการป้องกันตนเองจากการติดเชื้อ COVID-19 ในช่วง New normal

มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์เป็นสถาบันระดับอุดมศึกษาที่ได้รับผลกระทบจากสถานการณ์ COVID-19 ได้มีนโยบายการจัดการเรียนการสอนให้สอดคล้องกับมาตรการป้องกันการระบาดของ COVID-19 และเอื้อต่อการจัดการเรียนการสอนให้กับอาจารย์และนักศึกษาในกลุ่มสัมผัสเสี่ยงสูง (High Risk Contact) และกลุ่มที่มีการติดเชื้อ COVID-19 ในรูปแบบต่าง ๆ เช่น จัดรูปแบบการเรียนการสอน On-site ควบคู่กับ On-line ให้กับอาจารย์และนักศึกษาในกลุ่ม High Risk Contact และกลุ่มที่มีการติดเชื้อ COVID-19 เป็นต้น มีการจัดระบบการดูแล การจัดระบบการเฝ้าระวังการติดเชื้อ COVID-19 การจัดเตรียมสถานที่แยกกักในกลุ่ม High Risk Contact และกลุ่มที่มีการติดเชื้อ COVID-19 และระบบการติดตามในกลุ่ม High Risk Contact และกลุ่มที่มีการติดเชื้อ COVID-19 ให้กับบุคลากร อาจารย์ และนักศึกษา (Walailak University, 2022a) ดังนั้นผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาการปรับตัวในช่วง New normal ของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์ เพื่อนำข้อมูลการปรับตัวในช่วง New normal ด้านการเรียน ด้านสังคม ด้านอารมณ์ และด้านการเข้าร่วมกิจกรรมของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มาเป็นแนวทางในการวางแผนป้องกันและให้การดูแลนักศึกษาในมหาวิทยาลัยต่อไป

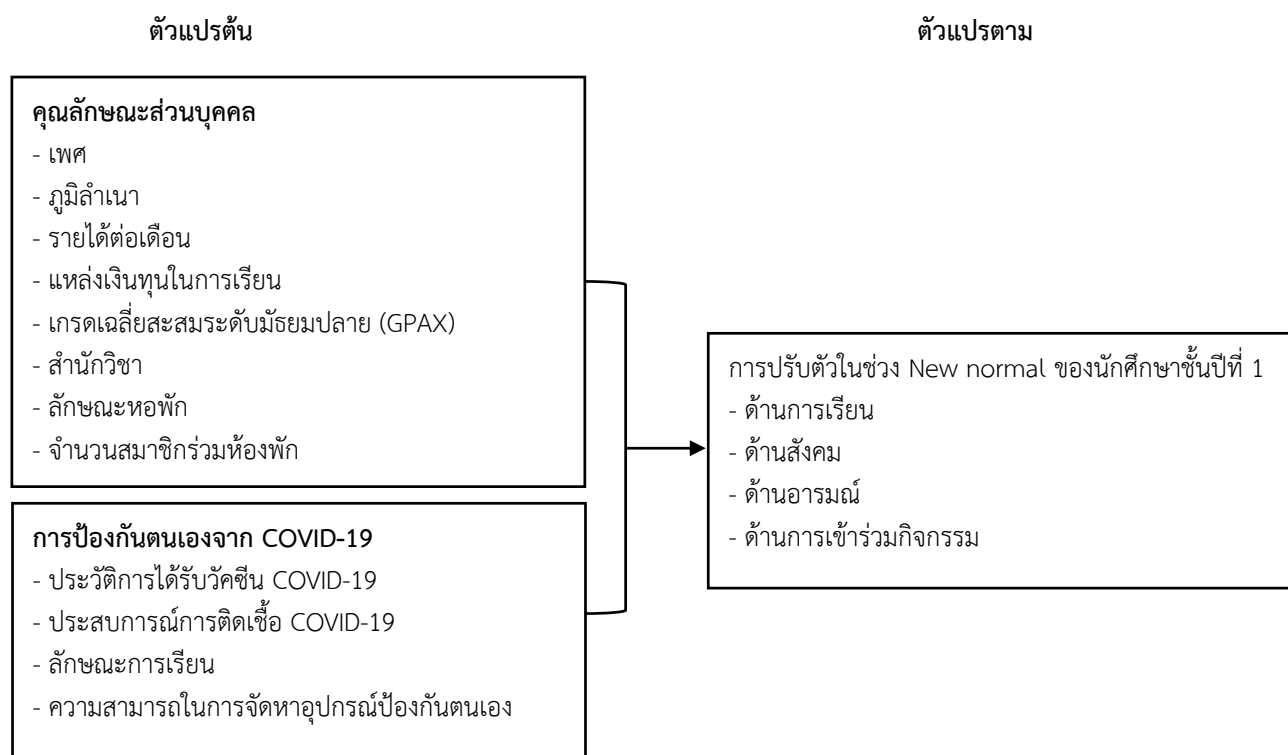
### วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับการปรับตัวในช่วง New normal ของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์
2. เพื่อเปรียบเทียบการปรับตัวในช่วง New normal ของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์ จำแนกตามคุณลักษณะส่วนบุคคล (เพศ ภูมิลำเนา รายได้ต่อเดือน แหล่งเงินทุนในการเรียน เกรดเฉลี่ยสะสมระดับมัธยมปลาย (GPAX) สำนักวิชา ลักษณะหอพัก จำนวนสมาชิกร่วมห้องพัก)
3. เพื่อเปรียบเทียบการปรับตัวในช่วง New normal ของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์ จำแนกตามการป้องกันตนเองจาก COVID-19 (ประวัติการได้รับวัคซีน COVID-19 ประสบการณ์การติดเชื้อ COVID-19 ลักษณะการเรียน และความสามารถในการจัดหาอุปกรณ์ป้องกันตนเอง)

### สมมติฐานการวิจัย

1. นักศึกษาระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์ที่มีคุณสมบัติส่วนบุคคล (เพศ ภูมิลำเนา รายได้ต่อเดือน แหล่งเงินทุนในการเรียน เกรดเฉลี่ยสะสมระดับมัธยมปลาย สำนักวิชา หอพักในมหาวิทยาลัย และจำนวนสมาชิกร่วมห้องพัก) ที่แตกต่างกันมีการปรับตัวในช่วง New normal แตกต่างกัน
2. นักศึกษาระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์ที่มีการป้องกันตนเองจาก COVID-19 (ประวัติการได้รับวัคซีน COVID-19 ประสบการณ์การติดเชื้อ COVID-19 ลักษณะการเรียน และความสามารถในการจัดหาอุปกรณ์ป้องกันตนเอง) ที่แตกต่างกันมีการปรับตัวในช่วง New normal แตกต่างกัน

## กรอบแนวคิดการวิจัย



ภาพ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย

## ระเบียบวิธีวิจัย

การวิจัยในครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบภาคตัดขวาง (Cross-sectional study)

### ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร คือ นักศึกษาระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2565 ที่ศึกษาในมหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์ จำนวน 3,504 คน

กลุ่มตัวอย่าง คือ นักศึกษาระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2565 ที่ศึกษาในมหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์ จำนวน 347 คน คำนวณขนาดตัวอย่างเพื่อประมาณค่าสัดส่วนกรณีประชากรจำกัด โดยใช้โปรแกรม n4Studies ใช้คำสั่ง Estimating a finite population proportion กำหนด Proportion (p)=.50, Error (d)=.05, Alpha ( $\alpha$ )=.05, Z(.975)=1.96 สุ่มตัวอย่างแบบแบ่งชั้น คำนวณกลุ่มตัวอย่างตามสัดส่วน 17 สำนักวิชา และสุ่มแบบบังเอิญตามสัดส่วนสำนักวิชา เกณฑ์การคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง ดังนี้ 1) นักศึกษาปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 ที่ลงทะเบียนเรียนในปีการศึกษา 2565 2) มีอายุตั้งแต่ 18 ปีขึ้นไป 3) ยินยอมเข้าร่วมโครงการวิจัย เกณฑ์การคัดออกกลุ่มตัวอย่าง ดังนี้ 1) ไม่สะดวกในการให้ข้อมูล และ 2) ไม่อยู่ในระยะเวลาเก็บข้อมูล

### เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นจากการทบทวนวรรณกรรมและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง แบ่งเป็น 3 ส่วน ดังนี้

**ส่วนที่ 1** ข้อมูลส่วนบุคคล ประกอบด้วย เพศ อายุ ภูมิลำเนาจังหวัด รายได้ต่อเดือน แหล่งเงินทุนในการเรียน เกรดเฉลี่ยสะสมระดับมัธยมปลาย สำนักวิชา ลักษณะหอพัก และจำนวนสมาชิกร่วมห้องพัก

**ส่วนที่ 2** การป้องกันตนเองจาก COVID-19 ประกอบด้วย ประวัติการได้รับวัคซีน COVID-19 ประสบการณ์การติดเชื้อ COVID-19 ลักษณะการเรียน และความสามารถในการหาอุปกรณ์ป้องกันตนเอง

**ส่วนที่ 3** การปรับตัวในช่วง New normal 65 ข้อ ประกอบด้วยข้อคำถามเชิงบวก 39 ข้อ และข้อคำถามเชิงลบ 26 ข้อ ค่าพิสัยคะแนนเท่ากับ 65-325 คะแนน แบ่งข้อคำถาม 4 ด้าน ดังนี้ ด้านการเรียน 17 ข้อ ด้านสังคม 18 ข้อ ด้านอารมณ์ 14 ข้อ และด้านการเข้าร่วมกิจกรรม 9 ข้อ แบ่งระดับการปรับตัวบนความปกติใหม่ โดยนำคะแนนค่าเฉลี่ยแบ่งเป็น 5 ระดับ (Srisaard, 2010) ดังนี้ ระดับมากที่สุด (ค่าเฉลี่ย 4.51-5.00) ระดับมาก (ค่าเฉลี่ย 3.51-4.50) ระดับปานกลาง (ค่าเฉลี่ย 2.51-3.50) ระดับน้อย (ค่าเฉลี่ย 1.51-2.50) และระดับน้อยที่สุด (ค่าเฉลี่ย 1.00-1.50)

#### การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือวิจัย

1. ความตรงตามเนื้อหา (Content Validity) โดยนำแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นให้ผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่าน นำมาคำนวณค่า IOC มีค่าอยู่ระหว่าง .67-1.00

2. ความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม โดยนำแบบสอบถามไปทดลองใช้กับนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยทักษิณ จังหวัดพัทลุง 30 คน คำนวณหาค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาครอนบราค โดยพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์ตั้งแต่ .80 ขึ้นไป พบว่าการปรับตัวบนความปกติใหม่ มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .94

#### การพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่าง

การศึกษานี้ได้รับการพิจารณารับรองจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์ เลขที่เอกสารรับรอง WUEC22-261-01

#### วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลหลังจากที่ได้รับอนุมัติให้ดำเนินการวิจัยจากคณะกรรมการพิจารณารับรองจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์ โดยแปลงแบบสอบถามเข้าสู่ระบบออนไลน์ผ่าน Google form และส่ง QR Code โดยทำหนังสือถึงคณบดีสำนักวิชาต่าง ๆ เพื่อขออนุญาตทำวิจัยและเก็บข้อมูลงานวิจัย

#### การวิเคราะห์ข้อมูล

1. สถิติเชิงพรรณนาวิเคราะห์ข้อมูลคุณลักษณะส่วนบุคคลและการป้องกันตนเองจาก COVID-19 โดยหาค่าความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)

2. สถิติเชิงอนุมานทดสอบความแตกต่างระหว่างกลุ่มตัวอย่าง 2 กลุ่มระหว่างการปรับตัวในช่วง New normal กับสำนักวิชา ประสบการณ์การติดเชื้อ COVID-19 และความสามารถในการหาอุปกรณ์ป้องกันตนเอง โดยใช้ Independent t-test และทดสอบความแตกต่างระหว่างกลุ่มตัวอย่างที่มีมากกว่า 2 กลุ่ม ได้แก่ เพศ ภูมิลำเนา รายได้ต่อเดือน แหล่งเงินทุน เกรดเฉลี่ยสะสมระดับมัธยมศึกษา ลักษณะหอพัก จำนวนสมาชิกร่วมห้องพัก ประวัติการได้รับวัคซีน COVID-19 และลักษณะการเรียน โดยใช้สถิติ One-way ANOVA และเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยภายหลังการวิเคราะห์ความแปรปรวนโดยวิธี LSD (Least-Significant Difference)

## ผลการวิจัย

1. ข้อมูลคุณลักษณะส่วนบุคคล พบว่ากลุ่มตัวอย่างตอบแบบสอบถาม 283 ราย (ร้อยละ 81.56) ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง 221 ราย (ร้อยละ 78.09) อายุ 19 ปี 162 ราย (ร้อยละ 57.24) อายุเฉลี่ย 18.66 ปี ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน .62 ปี ภูมิลำเนาอยู่ในภาคใต้ 255 ราย (ร้อยละ 90.11) มีรายได้ 1,000-5,000 บาท/เดือน 124 ราย (ร้อยละ 57.67) แหล่งเงินทุนในการเรียนจากบิดามารดาหรือผู้ปกครอง 160 ราย (ร้อยละ 56.54) มีเกรดเฉลี่ยสะสมมัธยมปลายระหว่าง 3.51-4.00 จำนวน 125 ราย (ร้อยละ 44.17) ศึกษาในสำนักวิชาที่ไม่ใช่สายสุขภาพ 186 ราย (ร้อยละ 65.72) พักหอพัสดม 190 ราย (ร้อยละ 67.14) และมีจำนวนสมาชิกร่วมห้องพัก (4 คน) 131 ราย (ร้อยละ 46.29)

2. ข้อมูลการป้องกันตนเองจาก COVID-19 พบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีประวัติได้รับวัคซีน COVID-19 (2 เข็ม) 206 ราย (ร้อยละ 72.79) มีประสบการณ์ติดเชื้อ COVID-19 จำนวน 159 ราย (ร้อยละ 56.18) เรียน On-site ร่วมกับ On-line 207 ราย (ร้อยละ 73.14) และมีความสามารถในการจัดหาอุปกรณ์ป้องกันตนเองอย่างเพียงพอ 259 ราย (ร้อยละ 91.52)

3. การปรับตัวในช่วง New normal พบว่าคะแนนเฉลี่ยการปรับตัวในภาพรวมและรายด้านอยู่ในระดับมาก โดยนักศึกษามีการปรับตัวในช่วง New normal ด้านการเข้าร่วมกิจกรรมมากที่สุด มีคะแนนเฉลี่ย 3.87 มีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน .60 รองลงมาด้านสังคมมีคะแนนเฉลี่ย 3.71 มีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน .45 ดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับการปรับตัวในช่วง New normal

ลำดับที่	การปรับตัวในช่วง New normal	n=347		ระดับการปรับตัว
		$\bar{x}$	SD	
1	ด้านการเรียน	3.70	.39	มาก
2	ด้านสังคม	3.71	.45	มาก
3	ด้านอารมณ์	3.56	.49	มาก
4	ด้านการเข้าร่วมกิจกรรม	3.87	.60	มาก
	รวม	3.70	.39	มาก

## 4. การเปรียบเทียบการปรับตัวในช่วง New normal

4.1 ภาพรวม พบว่านักศึกษามีความสามารถในการจัดหาอุปกรณ์ป้องกันตนเองเพียงพอมีค่าเฉลี่ยการปรับตัว 3.72 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน .38 มากกว่านักศึกษามีอุปกรณ์ป้องกันตนเองไม่เพียงพอมีค่าเฉลี่ยการปรับตัว 3.45 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน .42 ดังนั้นนักศึกษามีความสามารถในการจัดหาอุปกรณ์ป้องกันตนเองเพียงพอและนักศึกษามีอุปกรณ์ป้องกันตนเองไม่เพียงพอมีการปรับตัวในภาพรวมที่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2 เปรียบเทียบภาพรวมการปรับตัวในช่วง New normal

ลักษณะกลุ่มตัวอย่าง	จำนวน	การปรับตัวในภาพรวม		t	p-value
		$\bar{X}$	SD		
<b>สำนักวิชา</b>					
สำนักวิชาสายสุขภาพ	97	3.72	.40	.67	.51
สำนักวิชาไม่ใช่สายสุขภาพ	186	3.68	.39		
<b>ประสบการณ์การติดเชื้อ COVID-19</b>					
ไม่เคยติดเชื้อ COVID-19	124	3.73	.38	1.39	.17
เคยติดเชื้อ COVID-19	159	3.67	.40		
<b>ความสามารถในการหาอุปกรณ์ป้องกันตนเอง</b>					
ไม่เพียงพอ	24	3.45	.42	-3.60	.00*
เพียงพอ	259	3.72	.38		

\* p-value <.05

เปรียบเทียบความแปรปรวนของคะแนนการปรับตัวในช่วง New normal ในภาพรวมจำแนกตามลักษณะกลุ่มตัวอย่าง พบว่านักศึกษาที่พักในหอพักต่างกันมีการปรับตัวในภาพรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังตารางที่ 3

ตารางที่ 3 การวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนการปรับตัวในช่วง New normal ในภาพรวม

ลักษณะกลุ่มตัวอย่าง	แหล่งของความแปรปรวน	df	SS	MS	F
เพศ	ระหว่างกลุ่ม	2	.01	.00	.02
	ภายในกลุ่ม	280	43.15	.15	
รวม		282	43.15		
ภูมิลำเนา	ระหว่างกลุ่ม	3	.29	.10	.63
	ภายในกลุ่ม	278	42.85	.15	
รวม		281	43.14		
รายได้ต่อเดือน	ระหว่างกลุ่ม	3	.52	.17	1.15
	ภายในกลุ่ม	211	32.12	.15	
รวม		214	32.65		
แหล่งเงินทุนในการเรียน	ระหว่างกลุ่ม	2	.52	.26	1.70
	ภายในกลุ่ม	280	42.64	.15	
รวม		282	43.15		
เกรดเฉลี่ยสะสมระดับมัธยมศึกษา	ระหว่างกลุ่ม	3	.34	.11	.74
	ภายในกลุ่ม	279	42.81	.15	
รวม		282	43.15		
ลักษณะหอพัก	ระหว่างกลุ่ม	2	.96	.49	3.27*
	ภายในกลุ่ม	280	42.17	.15	
รวม		282	43.15		

ลักษณะกลุ่มตัวอย่าง	แหล่งของความแปรปรวน	df	SS	MS	F
จำนวนสมาชิกร่วมห้องพัก	ระหว่างกลุ่ม	4	1.29	.32	2.14
	ภายในกลุ่ม	278	41.87	.15	
รวม		282	43.15		
ประวัติการได้รับวัคซีน COVID-19	ระหว่างกลุ่ม	3	.28	.09	0.60
	ภายในกลุ่ม	279	42.88	.15	
รวม		282	43.15		
ลักษณะการเรียน	ระหว่างกลุ่ม	2	.41	.21	1.35
	ภายในกลุ่ม	280	42.74	.15	
รวม		282	43.15		

\*p-value < .05

เปรียบเทียบความแตกต่างการปรับตัวในช่วง New normal ในภาพรวมเป็นรายคู่ พบว่านักศึกษาที่พักหอพัสดลมนักศึกษาที่พักหอปรับอากาศ (ไม่เกิน 2 คน) มีการปรับตัวในภาพรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังตารางที่ 4

ตารางที่ 4 เปรียบเทียบความความแตกต่างการปรับตัวในช่วง New normal ในภาพรวม จำแนกตามหอพักเป็นรายคู่

ลักษณะหอพัก	ค่าเฉลี่ย	หอพัสดลม	หอปรับอากาศ (2-4 คน)	หอปรับอากาศ (ไม่เกิน 2 คน)
หอพัสดลม	3.66	-	-.085	-.180*
หอปรับอากาศ (2-4 คน)	3.74	-	-	-.095
หอปรับอากาศ (ไม่เกิน 2 คน)	3.84	-	-	-

\*p-value < .05

4.2 ด้านการเรียน พบว่านักศึกษาที่มีความสามารถในการจัดหาอุปกรณ์ป้องกันตนเองเพียงพอมีค่าเฉลี่ยการปรับตัว 3.73 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน .38 มากกว่านักศึกษาที่มีอุปกรณ์ป้องกันตนเองไม่เพียงพอมีค่าเฉลี่ยการปรับตัว 3.40 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน .34 ดังนั้นนักศึกษาที่มีความสามารถในการจัดหาอุปกรณ์ป้องกันตนเองเพียงพอและนักศึกษาที่มีอุปกรณ์ป้องกันตนเองไม่เพียงพอมีการปรับตัวในภาพรวมที่ต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

เปรียบเทียบความแปรปรวนของคะแนนการปรับตัวในช่วง New normal ด้านการเรียน พบว่านักศึกษาที่มีจำนวนสมาชิกร่วมห้องพักที่ต่างกันมีการปรับตัวด้านเรียนที่ต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

เปรียบเทียบความแตกต่างการปรับตัวในช่วง New normal ด้านการเรียน เป็นรายคู่ พบว่านักศึกษาที่มีสมาชิกร่วมห้องพัก 1 คนกับนักศึกษาที่มีสมาชิกร่วมห้อง 3 คน นักศึกษาที่มีสมาชิกร่วมห้องพัก 2 คนกับนักศึกษาที่มีสมาชิกร่วมห้องพัก 3 คน และนักศึกษาที่มีสมาชิกร่วมห้องพัก 3 คนกับนักศึกษาที่มีสมาชิกร่วมห้องพัก 4 คน มีการปรับตัวด้านเรียนแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังตารางที่ 5

ตารางที่ 5 เปรียบเทียบความแตกต่างการปรับตัวในช่วงความปกติรูปแบบใหม่ด้านการเรียน จำแนกตามจำนวนสมาชิก  
ร่วมห้อง รายคู่

จำนวนสมาชิกร่วม ห้องพัก	ค่าเฉลี่ย	พักคน เดียว	สมาชิกร่วม ห้องพัก 1 คน	สมาชิกร่วม ห้องพัก 2 คน	สมาชิกร่วม ห้องพัก 3 คน	สมาชิกร่วม ห้องพัก 4 คน
พักคนเดียว	3.73	-	-.002	-.069	.154	.030
สมาชิกร่วมห้องพัก 1 คน	3.73	-	-	-.068	.156*	.031
สมาชิกร่วมห้องพัก 2 คน	3.80	-	-	-	.223*	.099
สมาชิกร่วมห้องพัก 3 คน	3.58	-	-	-	-	-.124*
สมาชิกร่วมห้องพัก 4 คน	3.70	-	-	-	-	-

\*p-value  $\leq$  .05

4.3 การปรับตัวด้านสังคม พบว่านักศึกษาที่มีความสามารถในการจัดหาอุปกรณ์ป้องกันตนเอง  
เพียงพอมีค่าเฉลี่ยการปรับตัว 3.74 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน .44 มากกว่านักศึกษาที่มีอุปกรณ์ป้องกันตนเอง  
ไม่เพียงพอมีค่าเฉลี่ยการปรับตัว 3.49 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน .52 ดังนั้นนักศึกษาที่มีความสามารถในการ  
จัดหาอุปกรณ์ป้องกันตนเองเพียงพอและกลุ่มที่มีอุปกรณ์ป้องกันตนเองไม่เพียงพอมีการปรับตัวด้านสังคม  
แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

เปรียบเทียบความแปรปรวนของคะแนนการปรับตัวในช่วง New normal ด้านสังคม พบว่าเพศ  
ภูมิลำเนา รายได้ต่อเดือน แหล่งเงินทุน เกรดเฉลี่ยสะสมระดับมัธยมปลาย หอพัก จำนวนสมาชิกร่วมห้องพัก  
ประวัติการได้รับวัคซีน COVID-19 และลักษณะการเรียนที่ต่างกันมีการปรับตัวด้านสังคมไม่แตกต่างกัน  
อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

4.4 การปรับตัวด้านอารมณ์ พบว่านักศึกษาที่มีความสามารถในการจัดหาอุปกรณ์ป้องกันตนเอง  
เพียงพอมีค่าเฉลี่ยการปรับตัว 3.58 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน .49 มากกว่านักศึกษาที่มีอุปกรณ์ป้องกันตนเอง  
ไม่เพียงพอมีค่าเฉลี่ยการปรับตัว 3.34 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน .47 ดังนั้นนักศึกษาที่มีความสามารถในการ  
จัดหาอุปกรณ์ป้องกันตนเองเพียงพอและกลุ่มที่มีอุปกรณ์ป้องกันตนเองไม่เพียงพอมีการปรับตัวด้านสังคม  
แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

เปรียบเทียบความแปรปรวนของคะแนนการปรับตัวในช่วง New normal ด้านอารมณ์ พบว่า  
นักศึกษาที่อยู่หอพักแตกต่างกันและนักศึกษาที่มีลักษณะการเรียนที่ต่างกันมีการปรับตัวด้านอารมณ์ที่แตกต่าง  
กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

เปรียบเทียบความแตกต่างการปรับตัวในช่วง New normal ด้านอารมณ์เป็นรายคู่ พบว่านักศึกษาที่  
พักหอพัสดมกับนักศึกษาที่พักหอปรับอากาศ (ไม่เกิน 2 คน) และนักศึกษาที่พักหอปรับอากาศ (2-4 คน) กับ  
นักศึกษาที่หอปรับอากาศ (ไม่เกิน 2 คน) มีการปรับตัวด้านอารมณ์แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่  
ระดับ .05 ดังตารางที่ 6

ตารางที่ 6 เปรียบเทียบความความแตกต่างการปรับตัวในช่วง New normal ด้านอารมณ์ จำแนกตามลักษณะหอพัก รายคู่

ลักษณะหอพัก	ค่าเฉลี่ย	หอพัสดม	หอปรับอากาศ (2-4 คน)	หอปรับอากาศ (ไม่เกิน 2 คน)
หอพัสดม	3.52	-	-.047	-.351*
หอปรับอากาศ (2-4 คน)	3.56	-	-	-.305*
หอปรับอากาศ (ไม่เกิน 2 คน)	3.87	-	-	-

\*p-value  $\leq$  .05

เปรียบเทียบความแตกต่างการปรับตัวในช่วง New normal ด้านอารมณ์เป็นรายคู่ พบว่านักศึกษาที่เรียน On-site กับนักศึกษาที่เรียน On-site ร่วมกับ On-line มีการปรับตัวด้านอารมณ์ที่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังตารางที่ 7

ตารางที่ 7 เปรียบเทียบความความแตกต่างการปรับตัวในช่วง New normal ด้านอารมณ์ จำแนกตามลักษณะการเรียนเป็นรายคู่

ลักษณะการเรียน	ค่าเฉลี่ย	เรียน On-site	เรียน On-line	เรียน On-site ร่วมกับเรียน On-line
เรียน On-site	3.46	-	.251	-.147*
เรียน On-line	3.21	-	-	-.398
เรียน On-site ร่วมกับเรียน On-line	3.61	-	-	-

\*p-value  $\leq$  .05

4.5 การปรับตัวด้านการเข้าร่วมกิจกรรม พบว่านักศึกษาที่มีความสามารถในการจัดหาอุปกรณ์ป้องกันตนเองเพียงพอมีค่าเฉลี่ยการปรับตัว 3.90 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน .57 มากกว่านักศึกษาที่มีอุปกรณ์ป้องกันตนเองไม่เพียงพอ มีค่าเฉลี่ยการปรับตัว 3.50 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน .71 ดังนั้นนักศึกษาที่มีความสามารถในการจัดหาอุปกรณ์ป้องกันตนเองเพียงพอและกลุ่มที่มีอุปกรณ์ป้องกันตนเองไม่เพียงพอมีการปรับตัวด้านสังคมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

เปรียบเทียบความแปรปรวนของคะแนนการปรับตัวในช่วง New normal ด้านการเข้าร่วมกิจกรรม พบว่านักศึกษาที่มีรายได้ต่อเดือนแตกต่างกันมีการปรับตัวด้านการเข้าร่วมกิจกรรมที่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

เปรียบเทียบความแตกต่างการปรับตัวในช่วง New normal ด้านการเข้าร่วมกิจกรรมเป็นรายคู่ พบว่านักศึกษาที่มีรายได้ต่อเดือน 1,000-5,000 บาทกับนักศึกษาที่มีรายได้ต่อเดือน 7,501-10,000 บาท นักศึกษาที่มีรายได้ต่อเดือน 5,001-7,500 บาทกับนักศึกษาที่มีรายได้ต่อเดือน 7,501-10,000 บาท และนักศึกษาที่มีรายได้ต่อเดือน 7,501-10,000 บาทกับนักศึกษาที่มีรายได้ต่อเดือนมากกว่า 10,000 บาท มีการปรับตัวด้านการเข้าร่วมกิจกรรมที่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังตารางที่ 8

ตารางที่ 8 เปรียบเทียบความแตกต่างการปรับตัวในช่วง New normal ด้านการเข้าร่วมกิจกรรม จำแนกตามรายได้ต่อเดือนเป็นรายคู่

รายได้ต่อเดือน (บาท)	ค่าเฉลี่ย	1,000-5,000	5,001-7,500	7,501-10,000	มากกว่า 10,000
1,000-5,000	3.96	-	.076	.384*	-.065
5,001-7,500	3.88	-	-	.308*	-.141
7,501-10,000	3.57	-	-	-	-.450*
มากกว่า 10,000	4.02	-	-	-	-

\*p-value  $\leq$  0.05

### อภิปรายผล

จากการศึกษาสามารถอภิปรายได้ ดังนี้

1. การปรับตัวในช่วง New normal ของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์ ในภาพรวมและรายด้าน 4 ด้าน (ด้านการเรียน ด้านสังคม ด้านอารมณ์ และด้านการเข้าร่วมกิจกรรม) อยู่ในระดับมาก โดยมีการปรับตัวด้านการเข้าร่วมกิจกรรมสูงที่สุด รองลงมาได้แก่ ด้านสังคม ด้านการเรียน และด้านอารมณ์ตามลำดับ ทั้งนี้เนื่องจากนักศึกษามีอายุเฉลี่ย 18.6 ปี อาจมีพื้นฐานทางด้านวุฒิภาวะทางอารมณ์ภายในตัวบุคคลเองดีอยู่แล้ว มีการตระหนักรู้ทางอารมณ์ มีความสามารถในการบริหารจัดการกับตนเองได้เหมาะสมตามสถานการณ์ รับรู้อารมณ์และความต้องการของผู้อื่น สามารถแสดงออกได้อย่างเหมาะสม ร่วมกับมหาวิทยาลัยมีการจัดการที่หลากหลาย นักศึกษาสามารถเลือกกิจกรรมตามความถนัด เมื่อเข้าร่วมกิจกรรมทำให้นักศึกษาเห็นถึงความสำคัญและประโยชน์ของกิจกรรม สามารถสร้างความสัมพันธ์ที่ระหว่างเพื่อนและอาจารย์ โดยกิจกรรมของทางมหาวิทยาลัยจะสร้างประสบการณ์ด้านการใช้ชีวิต การอยู่ร่วมกับผู้อื่น และจากสถานการณ์การติดเชื้อ COVID-19 ที่เริ่มมาตั้งแต่ ปี พ.ศ.2562 ทำให้นักศึกษามีการปรับตัวในช่วง New normal ในการใช้ชีวิตประจำวันด้านต่าง ๆ ภายในมหาวิทยาลัย นักศึกษาที่มีความตระหนักและการเฝ้าระวังตนเอง ระวังระวังในเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม รวมถึงรูปแบบการเรียนที่มีทั้งการเรียน On-site และ การเรียน On-line มาตั้งแต่ระดับมัธยมศึกษาควบคู่กับในมหาวิทยาลัยมีมาตรการป้องกัน COVID-19 อย่างเข้มแข็ง เพื่อป้องกันการแพร่กระจายของ COVID-19 ทั้งในด้านการเรียนและการทำกิจกรรมต่าง ๆ ทำให้ระดับการปรับตัวทุกด้านอยู่ในระดับมาก สอดคล้องกับการศึกษาการปรับตัวในสถานการณ์ COVID-19 ของนักศึกษาคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง ปีการศึกษา 2563 พบว่าการปรับตัวด้านสังคมและด้านการมีส่วนร่วมในกิจกรรมอยู่ในระดับมาก เนื่องจากมหาวิทยาลัยเปิดโอกาสให้ผู้เรียนสามารถเลือกเรียนตามความต้องการและความจำเป็นของแต่ละบุคคล แต่มีบางรายวิชาที่นักศึกษาจำเป็นต้องเข้าเรียนในชั้นเรียนทำให้นักศึกษาต้องพยายามเข้ากับกลุ่มเพื่อนให้ได้ ต้องพึ่งพาอาศัยเพื่อนในการเรียนรู้และการปรับตัวในมหาวิทยาลัย และนอกจากนี้ทางมหาวิทยาลัยได้ปรับกิจกรรมให้เหมาะสมในช่วงสถานการณ์ COVID-19 สอดคล้องกับการศึกษาของ นิรมล สุวรรณโครต (Suwannakhot, 2010); สุริยัน อ้นทองทิม, ภูกิจ เล้าจรรย์กุล, ศศิวิมล พจน์พานิชพงศ์ และชลิตตาภรณ์ ดวงตีบ (Ontongtim, Laochirankul, Pojpanichphong & Duangtip, 2017); กรรณิการ์ แสนสุภา, เอื้อทิพย์ คงกระพันธ์, อาภรณ์ สุขารมย์ และผกาพรรณ นันทะเสน (Sansupa, Kongkranphan, Sucaromana & Nantase, 2020) เช่นเดียวกับการศึกษาการปรับตัวภายใต้

สถานการณ์การแพร่ระบาดของโรค COVID-19 ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาชั้นปีที่ 6 โรงเรียนราชินีบูรณะ ปี 2563 พบว่าการปรับตัวของนักเรียนโดยภาพรวม ด้านสังคม ด้านอารมณ์ ด้านการเรียน และด้านการเข้าร่วมกิจกรรมอยู่ในระดับมาก (Tanyarattanasrisakul et al., 2021) ทั้งนี้ผลการศึกษานี้ไม่สอดคล้องกับการศึกษาการปรับตัวของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 สถาบันเทคโนโลยีจิดรลดา ปีการศึกษา 2563 ที่ผลการศึกษาพบว่าการปรับตัวของนักศึกษาในภาพรวม การปรับตัวด้านการเรียนและด้านสังคมอยู่ในระดับปานกลาง (Maenin, 2021) และการศึกษาความสามารถในการปรับตัวของนิสิตระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 วิทยาลัยการเมืองการปกครอง มหาวิทยาลัยมหาสารคาม พบว่าความสามารถในการปรับตัวด้านสังคม ด้านอารมณ์ และด้านการเข้าร่วมกิจกรรมอยู่ในระดับมาก ในขณะที่ความสามารถในการปรับตัวด้านการเรียนอยู่ในระดับปานกลาง (Khempet, 2018) รวมทั้งการศึกษาความสามารถในการปรับตัวของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ในมหาวิทยาลัยของรัฐ ที่ผลการศึกษาพบว่านักศึกษามีการปรับตัวในภาพรวมและด้านสังคมอยู่ในระดับสูง การปรับตัวด้านการเรียนและด้านอารมณ์อยู่ในระดับปานกลาง (Petchprayoon, Lertratdechakul & Phatthanaphakdi, 2011)

2. เปรียบเทียบการปรับตัวในช่วง New normal ของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์ จำแนกตามคุณลักษณะส่วนบุคคลและการป้องกันตนเองจาก COVID-19 พบว่าคุณลักษณะส่วนบุคคลของนักศึกษา ได้แก่ เพศ ภูมิลำเนา รายได้ต่อเดือน แหล่งเงินทุนในการเรียน เกรดเฉลี่ยสะสมในระดับมัธยมปลาย สำนักวิชา จำนวนสมาชิกร่วมห้องพัก และการป้องกันตนเองจาก COVID-19 ของนักศึกษา ได้แก่ ประวัติการได้รับวัคซีน COVID-19 ประสบการณ์การติดเชื้อ COVID-19 และลักษณะการเรียนที่แตกต่างกันมีการปรับตัวในภาพรวมไม่แตกต่างกัน อาจเนื่องจากการระบาดของ COVID-19 ครอบคลุมทั่วทุกจังหวัด ประชาชนทุกคนได้รับผลกระทบเป็นเวลานาน รัฐบาลมีมาตรการการป้องกันการแพร่ระบาดของ COVID-19 อย่างเข้มข้นและกำหนดแนวปฏิบัติของประชาชนทั้งประเทศมาตั้งแต่เริ่มการระบาดของ COVID-19 ทำให้ประชาชนเกิดการเรียนรู้ เห็นความจำเป็น และจำยอมเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมในการใช้ชีวิตในการป้องกันตนเอง เช่น การสวมหน้ากากอนามัยในชุมชน การล้างมือบ่อย ๆ การเว้นระยะห่างจากผู้อื่น และการกักตัวเองที่บ้านหรือสถานที่กักตามคำแนะนำของกระทรวงสาธารณสุข (Wae, 2020) นอกจากนี้ นักศึกษาระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 อยู่ในวัยเดียวกัน มีความเป็นอยู่ การเรียนการสอนในมหาวิทยาลัยที่คล้ายคลึงกัน และมหาวิทยาลัยมีมาตรการในการป้องกันการติดเชื้อ COVID-19 ทำให้ทุกสำนักวิชาและนักศึกษามีแนวปฏิบัติไปในทิศทางเดียว จึงทำให้การปรับตัวในช่วง New normal ของนักศึกษาไม่แตกต่างกันสอดคล้องกับการศึกษาการปรับตัวของนิสิตระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยนเรศวร (Suwannakhot, 2010) และการศึกษาการปรับตัวของนักศึกษาระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 สถาบันอุดมศึกษาภายในเขตอำเภอเมือง จังหวัดเชียงราย ปีการศึกษา 2558 (Ontongtim, Laochirankul, Pojpanichphong & Duangtip, 2017) ที่ผลการศึกษาพบว่านิสิตชายและหญิงมีการปรับตัวในภาพรวมไม่แตกต่างกัน นิสิตที่มีภูมิลำเนาในจังหวัดที่แตกต่างกันมีการปรับตัวในภาพรวมไม่แตกต่างกัน และการศึกษาการปรับตัวของนักศึกษาในสถานการณ์ COVID-19 (Sansupa, Kongkranphan, Sucaromana & Nantasen, 2020) ที่พบว่าเพศชายและเพศหญิงมีการปรับตัวในสถานการณ์ COVID-19 ในภาพรวม การปรับตัวด้านการเรียน อารมณ์ สังคม และการเข้าร่วมกิจกรรมของมหาวิทยาลัยไม่แตกต่างกัน ไม่สอดคล้องกับการปรับตัวของนักศึกษาระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 สถาบัน

เทคโนโลยีดิจิทัลดา ที่พบว่านักศึกษาที่สังกัดคณะแตกต่างกัน มีการปรับตัวด้านการเรียนและด้านอารมณ์ที่แตกต่างกัน และนักศึกษาที่มีผลการเรียนเดิมที่แตกต่างกันมีการปรับตัวด้านการเรียนและด้านสังคมแตกต่างกัน (Maenin, 2021)

2.1 นักศึกษาที่มีความสามารถในการจัดหาอุปกรณ์ป้องกันตนเองที่ต่างกันมีการปรับตัวในภาพรวมและในทุกด้านแตกต่างกัน โดยนักศึกษาที่มีความสามารถในการจัดหาอุปกรณ์ป้องกันตนเองที่เพียงพอมีค่าเฉลี่ยการปรับตัวสูงกว่านักศึกษาที่มีอุปกรณ์ป้องกันตนเองไม่เพียงพอ เนื่องจากมาตรการในการป้องกันการติดเชื้อ COVID-19 ในประเทศยังคงให้ความสำคัญกับการสวมใส่หน้ากากอนามัย การล้างมือด้วยสบู่หรือเจลแอลกอฮอล์ การเว้นระยะห่างทางสังคม และมหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์มีมาตรการอย่างเข้มข้นในการป้องกัน COVID-19 ในกลุ่มบุคลากร อาจารย์ และนักศึกษา มีแนวปฏิบัติในการจัดการเรียนการสอน การเข้ารับการรักษาที่โรงพยาบาล และการสอบสวนโรคในกลุ่มสัมผัสเสี่ยงสูง (Walailak University, 2022b) สอดคล้องกับการศึกษาความรู้และพฤติกรรมในการป้องกันโรค COVID-19 ของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 วิทยาลัยนานาชาติ เซนต์เทเรซาและวิทยาลัยเซนต์หลุยส์ ปีการศึกษา 2562 ที่พบค่าเฉลี่ยพฤติกรรมในการป้องกัน COVID-19 อยู่ในระดับดี (Morasakul & Punthasee, 2021) สอดคล้องกับการสำรวจพฤติกรรมของคนที่เปลี่ยนแปลงไปในช่วง COVID-19 ของเจนเนอร์ชั่นเบบี้บูมเมอร์ส เจนเนอร์ชั่นเอ็กซ์ เจนเนอร์ชั่นวาย และเจนเนอร์ชั่นแซด พบว่าพฤติกรรมที่เป็นชีวิตวิถีใหม่ ได้แก่ การหลีกเลี่ยงการสัมผัส ตา จมูก หรือปาก หากยังไม่ได้ล้างมือให้สะอาด พยายามอยู่ห่างผู้ที่ไอหรือจาม สวมใส่หน้ากากอนามัยทุกครั้งก่อนออกจากบ้านหรืออยู่ในที่สาธารณะ และล้างมือด้วยสบู่หรือเจลแอลกอฮอล์ก่อนสัมผัสสิ่งต่าง ๆ (Sukviboon, 2020)

2.2 นักศึกษาที่พักในหอพักที่ต่างกันมีการปรับตัวในภาพรวมและด้านอารมณ์ที่แตกต่างกัน โดยนักศึกษาที่พักหอพัสดุมีค่าเฉลี่ยการปรับตัวน้อยกว่านักศึกษาที่พักหอปรับอากาศ (2 คน) และนักศึกษาที่พักในหอปรับอากาศ (2-4 คน) มีค่าเฉลี่ยการปรับตัวน้อยกว่านักศึกษาที่พักหอปรับอากาศ (2 คน) นอกจากนี้ นักศึกษาที่มีจำนวนสมาชิกร่วมห้องพักต่างกันมีการปรับตัวด้านการเรียนแตกต่างกัน โดยนักศึกษาที่มีจำนวนสมาชิกร่วมห้องพัก 1 คนมีค่าเฉลี่ยการปรับตัวมากกว่านักศึกษาที่มีจำนวนสมาชิกร่วมห้องพัก 3 คน นักศึกษาที่มีจำนวนสมาชิกร่วมห้องพัก 2 คนมีค่าเฉลี่ยการปรับตัวมากกว่านักศึกษาที่มีจำนวนสมาชิกร่วมห้องพัก 3 คน ในขณะที่นักศึกษาที่มีจำนวนสมาชิกร่วมห้องพัก 3 คนมีค่าเฉลี่ยการปรับตัวน้อยกว่านักศึกษาที่มีจำนวนสมาชิกร่วมห้องพัก 4 คน เนื่องจากลักษณะห้องพักของมหาวิทยาลัยที่ต่างกันมีสิ่งอำนวยความสะดวกในหอพักและห้องพักแตกต่างกัน ประกอบกับมหาวิทยาลัยกำหนดให้นักศึกษาระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 ต้องอาศัยในหอพักของทางมหาวิทยาลัย โดยมหาวิทยาลัยเป็นผู้จัดห้องพักให้ ทำให้นักศึกษาต่างสำนักวิชาและต่างชั้นปี ซึ่งมีลักษณะการเรียนและชั่วโมงเรียนที่ไม่เหมือนกันต้องพักอาศัยร่วมกัน

2.3 นักศึกษาที่มีลักษณะการเรียนที่แตกต่างกันมีการปรับตัวด้านอารมณ์ที่แตกต่างกัน โดยนักเรียนที่เรียน On-site มีคะแนนเฉลี่ยการปรับตัวด้านอารมณ์น้อยกว่านักเรียนที่มีเรียน On-site ร่วมกับ On-line เนื่องจากที่ผ่านมานักศึกษาจะคุ้นชินกับการเรียนลักษณะใดลักษณะหนึ่งโดยเฉพาะ เช่น เรียน On-site 100%, On-line 100% และสลับกลุ่มกันเรียน On-site และ On-line (Hunsuwan & Wongplomhira, 2020; Puttanont, 2020; Ruangsi, Wisetkan, Noonsakun & Rungrangsee, 2021) มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์มีรูปแบบการจัดการเรียนที่ควบคู่กันระหว่างการเรียน On-site ร่วมกับ On-line ในกลุ่มของนักศึกษาที่ติดเชื้อ

COVID-19 และนักศึกษาที่เป็นผู้สัมผัสเสี่ยงสูง อย่างไรก็ตามการเรียนใน On-site ในบางห้องมีระยะห่างระหว่างที่นั่งน้อยกว่า 1-2 เมตร ทำให้นักศึกษามีความกังวลเกี่ยวกับการติดเชื้อ COVID-19

2.4 รายได้ต่อเดือนที่แตกต่างกันมีการปรับตัวด้านการเข้าร่วมกิจกรรมที่แตกต่างกัน นักศึกษาที่มีรายได้ต่อเดือน 1,000-5,000 บาท มีคะแนนเฉลี่ยการปรับตัวด้านการเข้าร่วมกิจกรรมมากกว่านักศึกษาที่มีรายได้ต่อเดือน 7,501-10,000 บาท และนักศึกษาที่มีรายได้ต่อเดือนมากกว่า 10,000 บาท มีคะแนนการปรับตัวด้านการเข้าร่วมกิจกรรมมากกว่าผู้ที่มีรายได้ต่อเดือน 7,501-10,000 บาท ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากกิจกรรมต่าง ๆ ที่ทางมหาวิทยาลัยหรือทางสำนักวิชาต่าง ๆ มีงบประมาณในการสนับสนุนการจัดกิจกรรมให้กับนักศึกษา ทำให้การเข้าร่วมกิจกรรมไม่เป็นภาระค่าใช้จ่ายกับนักศึกษาที่มีรายได้ต่อเดือน 1,000-5,000 บาท และในการในการเข้าร่วมกิจกรรมของมหาวิทยาลัยสามารถนำมาสะสมคะแนนความดี (Walailak University, 2021) มีผลต่อการปรับตัวในการเข้าร่วมกิจกรรมของทางมหาวิทยาลัย

### ข้อเสนอแนะ

#### ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้ประโยชน์

1. สถาบันการศึกษาควรกำหนดนโยบายในระดับสำนักวิชาและมีอาจารย์ที่ปรึกษาให้คำแนะนำนักศึกษาในเรื่องของการปรับตัวในด้านต่าง ๆ ที่สอดคล้องกับสถานการณ์ปัจจุบัน

2. ฝ่ายกิจการนักศึกษา สโมสรนักศึกษา และคณะกรรมการนักศึกษาแต่ละสำนักวิชาควรวางแผนร่วมกันในการจัดโครงการหรือกิจกรรมที่เหมาะสมกับสถานการณ์ปัจจุบันตามความความสนใจของนักศึกษา

#### ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรศึกษาการปรับตัวในช่วง New normal ของนักศึกษาเพิ่มเติมในด้านทักษะทางสังคม ด้านทักษะการใช้ชีวิต ด้านการใช้เทคโนโลยี เป็นต้น

2. ควรศึกษาต่อเนื่องถึงแนวทางการช่วยเหลือนักศึกษาที่ไม่สามารถปรับตัวได้หรือปรับตัวได้ในระดับน้อย เพื่อเป็นประโยชน์แก่นักศึกษาให้สามารถเรียนภายในมหาวิทยาลัยได้อย่างมีความสุข

3. ควรศึกษาการปรับตัวของนักศึกษาเป็นระยะ ๆ ให้สอดคล้องตามสถานการณ์การเปลี่ยนแปลงในปัจจุบัน

### References

- Hunsuwan, K., Wongplomhiran, S. (2020). Instructional management in the new normal in the COVID-19 Crisis. *Journal of Nisitwang*, 22(2), 51-59. (in Thai).
- Khempet, N., (2018). The ability of adaptation of the undergraduate freshmen in college of politics an governance, Mahasarakham university. *Journal of Politics and Governance*, 8(2), 186-199. (in Thai).
- Maenin, T. (2021). Adaptation of the first year class of bachelor degree level in Chitralada technology institute. *Journal of Rattana Bundit University*, 16(2), 74-90. (in Thai).
- Morasakul, B. & Punthasee, P. (2021). Knowledge and prevention behaviors regarding COVID-19 among the first-year nursing students of Saint Theresa international college and Saint-Louis college. *Regional Health Promotion Center 9 Journal*, 15(37), 179-195. (in Thai).
- Ontongtim, S., Laochirankul, P., Pojpanichphong, S & Duangtip, C. (2017). The adjustment of the first year undergraduate students of higher education in Sittutes within Muang district in Chaing Rai province. *APHEIT Journals*, 6(1), 18-25. (in Thai).
- Petchprayoon, C., Lertratdechakul, C. & Phatthanaphakdi, N. (2011). Self-adjustment ability of first year students in public university. *The Journal of KMUTNB*, 21(1), 157-166. (in Thai).
- Puttanont, W. (2020). "New Normal" Thai education with 4 new ways of learning. Retrieved from <https://www.thebangkokinsight.com/news/business/367124/>. (in Thai).
- Royal Society of Thailand. (2022). "New normal". Retrieved from <https://royalsociety.go.th/ปัญญาดีศัพท์-new-normal/>. (in Thai).
- Ruangsrri, B., Wisetkan, A., Noonsakun, S. & Rungrangsee, W. (2021). Teaching and learning in the new normal Covid-19 era using the format on-site teaching and learning. *Journal of Human Society, The Faculty of Humanities and Social Sciences, Nakhon Si Thammarat Rajabhat University*, 11(2), 29-45. (in Thai).
- Sangawangwatthana, T., Sirisaiyas, N. & Bodeerat, C. (2020). "New normal" a new way of life and adaptation of Thai people after Covid-19: work education and business. *Journal of Local Governance and Innovation*, 4(3), 371-386. (in Thai).
- Sansupa, K., Kongkranphan, U., Sucaromana, U. & Nantasen, P. (2020). The adjustment of undergraduate student in pandemic Covid-19. *Journal of MCU Humanities Review*, 6(2), 83-97. (in Thai).
- Srisaard, B. (2010). Basic research. Bangkok: Suweeriyasan. (in Thai).

- Suwannakhot, N. (2010). The adjustment of the first year undergraduate student at Naresuan University. *Journal of Education Research Faculty of Education, Srinakharinwirot University*, 7(2), 134-141. (in Thai).
- Tanyarattanasrisakul, M., Lamsa-Ard, U., Singthong, N., Paiboon, K., Chamkeaw, C., Jamsawang, P. ...Rodyoo, M. (2021). Adaptation under the coronavirus disease 2019 epidemic situation of matthayomsuksa 6 students of Rachineeburana school. *Journal for Social Sciences Research*, 12(1), 212-228. (in Thai).
- Wae, A. (2020). COVID-19 and learning to change health behaviors today. *Journal of The Health Education Professional Association*, 35(1), 24-29. (in Thai).
- Walailak University. (2021). Graduate passport system for good people. Retrieved from <https://studentpassport.wu.ac.th/>. (in Thai).
- Walailak University. (2022a). Guidelines for teaching and learning management Hospitalization at Walailak university H=hospital and the investigation of high-risk exposed persons in the case of COVID-19 detection among staff and students. Retrieved from <https://www.wu.ac.th/th/news/21454>. (in Thai).
- Walailak University. (2022b). COVID-19. Retrieved from <https://www.wu.ac.th/th/all/COVID-19/222>. (in Thai).