

ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อความเครียดของการขึ้นฝึกปฏิบัติของ  
นักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 3 มหาวิทยาลัยเอกชน

Factors Correlated to Nursing Practice Stress among 3<sup>rd</sup> year of Nursing  
Students in Private University

สุภาพรณ คงพรหม\*, มกรา พิทักษิณาเจนกิจ, กมลวรรณ พันธุ์ทริยะ, จิรัชญา ไชยแสง, กุหลาบ สกุลรัตน์ะดี,

ศุภนุช โพธิ์สุวรรณ, เขาวรัตน์ แสงจันทร์, วันเพ็ญ จันทร์ฉาย

คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ

\*Email : mae5337307@hotmail.co.th

### บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีจุดประสงค์เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อความเครียดของการขึ้นฝึกปฏิบัติ ของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 3 ในมหาวิทยาลัยเอกชน กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาจำนวน 122 คน เครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล คือ แบบสอบถามที่เกี่ยวกับข้อมูลส่วนบุคคล ข้อมูลด้านสังคม ข้อมูลด้านการศึกษา และแบบวัดความเครียดของกรมสุขภาพจิต (SPST - 20) โดยใช้สถิติสหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson's correlation) ในการวิเคราะห์ข้อมูล

จากการศึกษา พบว่า ตัวแปรที่มีความสัมพันธ์ต่อระดับความเครียดของนักศึกษาพยาบาลศาสตร์ชั้นปีที่ 3 ได้แก่ ปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ รายวิชาที่ขึ้นฝึก และปัจจัยด้านการศึกษา จากการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ผู้วิจัยเสนอแนะให้มีการจัดกิจกรรมแลกเปลี่ยน ประสบการณ์ของรุ่นพี่ เพื่อให้มีแนวทางในการขึ้นฝึก ปฏิบัติและสามารถปรับตัวต่อความเครียดที่จะเกิดขึ้นได้

**คำสำคัญ :** ความเครียด ฝึกปฏิบัติ นักศึกษาพยาบาล

### Abstract

The purpose of this research was to study the factors related to stress of the 3<sup>rd</sup> year of Nursing Students in Private University. The sampling was 122 of Nursing Students from the Faculty of Nursing. The research instrument Composed of the questionnaires include demographic, social and educational information and Suan Prung stress measurement (SPST - 20) from Department of Mental Health. The data were collected and analyzed statistic results by using The Pearson Product Moment Correlation Coefficient.

The finding found that sex, Practical courses and education factor correlated to students' stress on Nursing student. The researchers suggested that students should have an activity to reduce the stress by exchanging students' experience between junior and senior students for

stress improvement. Moreover, junior students who don't undergo the nursing practicing should be provided advice, knowledge, and experience exchange on nursing practicing.

**Keywords :** Stress, Nursing Students, Practical Nursing

## บทนำ

ความเครียดในระดับที่เหมาะสมจะเป็นแรงกระตุ้นในการต่อสู้กับชีวิต ช่วยในการผลักดันและเอาชนะปัญหาที่เกิดขึ้นได้ (อรุณี มิ่งประเสริฐ, 2557) หากร่างกายปรับตัวไม่ได้อาจมีผลต่อสุขภาพหรือทำให้เกิดความผิดปกติของร่างกายที่เกี่ยวกับการกิน นอนไม่หลับเสี่ยงต่อการเกิดมะเร็ง ตีตสารเสพติด และอ่อนล้าเรื้อรัง (Chronic fatigue) เป็นต้น (จิตชนก นาชัยเวช, 2554) สำหรับนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 3 ที่มีประสบการณ์ในการดูแลผู้ป่วยที่มีความหลากหลายและเปลี่ยนแปลงแหล่งฝึกให้มีความเหมาะสมกับรายวิชาต่างๆ ทำให้เกิดความกดดันอาจส่งผลทำให้กลุ่มคนบางกลุ่มมีปัญหาด้านการปรับตัว ซึ่งปรากฏออกมาหลายด้าน เช่น ปัญหาด้านยาเสพติด ปัญหาทางอาชญากรรม และปัญหาทางเพศ เป็นต้น นอกจากนี้ปัญหาภายนอกได้แก่ สภาพแวดล้อมทางสังคมที่เปลี่ยนแปลงไป และปัญหาภายในได้แก่ การเปลี่ยนแปลงภายในร่างกายที่ส่งผลต่อการปรับตัวสุขภาพจิต และพฤติกรรม ที่เป็นปัญหาของวัยนี้แล้ว การทะเลาะกับเพื่อนสนิท การที่ไม่ได้ในสิ่งที่ตนคาดหวัง การสูญเสียคนที่เรารัก อีกทั้งยังมีปัญหาด้านอารมณ์และพฤติกรรม เช่น ปัญหาการก้าวร้าว การเรียนตกต่ำผิดสังเกต เบื่อหน่าย ท้อแท้ แยกตัวและไม่คบหาสมาคมกับเพื่อน การขึ้นฝึกปฏิบัติตามแผนการเรียนของนักศึกษาทำให้เกิดการปรับตัวและความกังวลต่อการเปลี่ยนแปลงในหลายด้าน ทั้งในด้านร่างกาย จิตใจ สังคม และสติปัญญา รวมถึงต้องเผชิญ กับสิ่งที่เปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็ว โดยเฉพาะนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 3 ที่เปลี่ยนแปลงแหล่งฝึกให้มีความเหมาะสมกับรายวิชาต่าง ๆ ทำให้เกิดความเครียดต่อการเปลี่ยนแหล่งฝึกและเปลี่ยนรายวิชาที่ขึ้นฝึก ซึ่งอาจส่งผลทำให้นักศึกษาไม่สามารถปรับตัวได้ (หงส์ศิริ ภิโยติลภชัย และคณะ, 2558) สิ่งที่ทำให้เกิดความเครียดมีหลายปัจจัย ได้แก่ ปัจจัยสภาพแวดล้อมทางสังคมที่เปลี่ยนแปลงไป และปัญหาภายใน ได้แก่ การเปลี่ยนแปลง ภายในร่างกายที่ส่งผลต่อการปรับตัวสุขภาพจิตและพฤติกรรมที่เป็นปัญหาของวัยนี้แล้ว (สิริทรัพย์ สีหะวงษ์, 2561) ความสัมพันธ์กับเพื่อนสนิท การที่ไม่ได้ในสิ่งที่ตนคาดหวัง การสูญเสียคนที่เรารัก อีกทั้งยังมีปัญหาด้าน อารมณ์และพฤติกรรม เช่น ปัญหาการก้าวร้าว การเรียนตกต่ำผิดสังเกต เบื่อหน่าย ท้อแท้ แยกตัว และไม่คบหาสมาคมกับเพื่อน

จากปัญหาดังกล่าวคณะผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาปัญหาความเครียดและการปรับตัวของการขึ้นฝึก ปฏิบัติงานของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 3 มหาวิทยาลัยเอกชนแห่งหนึ่ง ซึ่งข้อมูลและผลที่ได้จากการศึกษาค้นคว้านี้จะนำมาเป็นแนวทางในการปฏิบัติเพื่อลดการเกิดความเครียดในนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 3 ตลอดจนการจัดการเรียนการสอน การขึ้นฝึกปฏิบัติงาน และกิจกรรมที่เหมาะสม เพื่อช่วยลดปัญหาอันเกิดจากความเครียด และการปรับตัวให้นักศึกษารวมถึงบุคคลที่เกี่ยวข้อง

## วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อความเครียดของการฝึกปฏิบัติในนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 3
2. เพื่อนำผลการที่ได้จากการศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อความเครียดของการฝึกปฏิบัติในนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 3 มาพัฒนากิจกรรมเตรียมความพร้อมในการขึ้นฝึกปฏิบัติงาน

## สมมติฐานการวิจัย

1. ปัจจัยส่วนบุคคลที่มีผลต่อความเครียดของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 3
2. ปัจจัยทางสังคมที่มีผลต่อความเครียดของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 3
3. ปัจจัยด้านการศึกษาที่มีผลต่อความเครียดของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 3

## ขอบเขตการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาเชิงปริมาณ เพื่อศึกษาเกี่ยวกับปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อความเครียดของการฝึกปฏิบัตินักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 3 จำนวน 122 คน เก็บรวบรวมข้อมูลระหว่างเดือนกันยายน-ตุลาคม พ.ศ. 2561

## ตัวแปรที่ใช้ในการศึกษา

1. **ต้นแปรต้น** ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อความเครียด
  - 1.1 ปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ อายุ รายรับ-จ่าย เกรดเฉลี่ย สถานภาพ ลักษณะครอบครัว โรคประจำตัว ภูมิลาเนา และศาสนา
  - 1.2 ปัจจัยทางสังคม ได้แก่ ความสัมพันธ์ระหว่างเพื่อน ความสัมพันธ์กับรุ่นพี่ การเข้าร่วมกิจกรรมทางมหาวิทยาลัยหรือคณะวิชา
  - 1.3 ปัจจัยจากการศึกษา ได้แก่ การเตรียมความพร้อมด้านทักษะและความรู้ทั้งก่อนและขณะขึ้นฝึกปฏิบัติ แหล่งฝึกการปฏิบัติงาน ที่พักเมื่อขึ้นฝึกปฏิบัติงาน อาจารย์ และการปรับตัวในการขึ้นฝึกปฏิบัติงาน
2. **ตัวแปรตาม** ได้แก่ ความเครียดในการขึ้นฝึกปฏิบัติงาน

## วิธีการศึกษาวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาเชิงสำรวจ (Survey Research) เพื่อศึกษาเกี่ยวกับปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อความเครียดของการฝึกปฏิบัตินักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 3 จำนวน 114 คน เก็บรวบรวมข้อมูลระหว่างเดือน ตุลาคมถึง พฤศจิกายน พ.ศ. 2561

**กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย** ประชากร ได้แก่ นักศึกษาชั้นปีที่ 3 คณะพยาบาลศาสตร์ในมหาวิทยาลัยเอกชนแห่งหนึ่ง

กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ นักศึกษาชั้นปีที่ 3 คณะพยาบาลศาสตร์ที่ขึ้นฝึกปฏิบัติในหอผู้ป่วย คำนวณกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาโดยใช้สูตร Taro Yamane ได้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 103 คนและคำนวณเพื่อป้องกันความคลาดเคลื่อน 10% ได้กลุ่ม ตัวอย่างจำนวน 114 คน กำหนดค่านัยสำคัญที่ 0.05 เลือกสุ่มกลุ่มตัวอย่างแบบง่าย (Sample random sampling)

### คุณสมบัติที่คัดเลือกไว้ศึกษา (inclusion criteria)

1. เป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 3 คณะพยาบาลศาสตร์
2. อยู่ในช่วงขึ้นฝึกปฏิบัติงานบนหอผู้ป่วย
3. แผนการเรียนอยู่ในภาคปกติ (นักศึกษารหัส 59)

**เครื่องมือที่ใช้วิจัย** เครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินการวิจัย คือ แบบสอบถามเกี่ยวกับปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อความเครียดของการขึ้นฝึกปฏิบัตินักศึกษาชั้นปีที่ 3 ในมหาวิทยาลัยเอกชนแห่งหนึ่ง โดยแบ่งเป็น 4 ตอน ดังนี้

#### ตอนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคล

แบบบันทึกข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง ประกอบด้วย ข้อมูลเพศ อายุ สถานภาพ ลักษณะครอบครัว ภูมิลำเนา รายรับ-รายจ่ายต่อเดือน ศาสนา เกรตเฉลี่ย โรคประจำตัว

#### ตอนที่ 2 แบบสอบถามด้านสังคม

เป็นการสอบถามความสัมพันธ์ระหว่างเพื่อน ความสัมพันธ์ระหว่างรุ่นพี่ รวมทั้งการร่วมทำ กิจกรรมของคณะและมหาวิทยาลัย ผู้วิจัยตัดแปลงมาจากงานวิจัยของเพาพะงา จิตต์สวาสดี (2553)

#### ตอนที่ 3 แบบสอบถามด้านการศึกษา

เป็นการสอบถามเกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมทักษะ สถานที่ฝึกปฏิบัติ ผู้รับบริการ บุคลากรทาง การแพทย์ การให้ความร่วมมือของทีมสุขภาพ บรรยากาศการทำงานบนหอผู้ป่วย หอพักเมื่อขึ้นฝึกปฏิบัติ ความสัมพันธ์กับอาจารย์นิเทศ และอาจารย์ที่ปรึกษา ผู้วิจัยตัดแปลงมาจากงานวิจัยนิรมล สุวรรณโคตร (2553) และเพาพะงา จิตต์สวาสดี (2553)

#### ตอนที่ 4 แบบวัดความเครียด กรมสุขภาพจิต (SPST - 20)

เป็นการสอบถามความเครียดที่เกิดขึ้นในระยะ 6 เดือนที่ผ่านมา มีเหตุการณ์ในข้อใดเกิดขึ้นกับตัวคุณบ้างและคุณมีความรู้สึกอย่างไรต่อเหตุการณ์นั้น ทั้งในด้านการทำงาน ด้านการเงิน ด้านความรู้สึก และ ด้านสุขภาพร่างกาย

#### ขั้นตอนการเก็บรวบรวมข้อมูล

1. สํารวจจํานวนนักศึกษาชั้นปีที่ 3 คณะพยาบาลศาสตร์ ในมหาวิทยาลัยเอกชนแห่งหนึ่งที่ขึ้นฝึกปฏิบัติงานจํานวน 122 คน
2. เมื่อได้กลุ่มตัวอย่างที่จะศึกษา จํานวน 122 คน ชี้แจงรายละเอียดของการศึกษาวิจัยและลงลายมือชื่อในแบบยินยอมเข้าร่วมงานวิจัย
3. ทำแบบสอบถามเกี่ยวกับปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อความเครียดของการขึ้นฝึกปฏิบัตินักศึกษาชั้นปีที่ 3

#### การพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่าง

โครงการวิจัยนี้ได้ผ่านการรับรองจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในคน มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ หมายเลขเอกสารรับรองการวิจัยเลขที่ อ.724/2561 ลงวันที่ 17 ตุลาคม 2561

**การวิเคราะห์ข้อมูล** วิเคราะห์ข้อมูลด้วยโปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป โดยข้อมูลลักษณะประชากร ข้อมูลด้านสังคม ข้อมูลด้านการศึกษา และระดับความเครียด วิเคราะห์โดยการหาค่าความถี่ (Frequency) ค่าร้อยละ (Percentage) ค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) ข้อมูลความสัมพันธ์ของปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยด้านสังคมและปัจจัยด้านการศึกษาต่อระดับความเครียดของนักศึกษาพยาบาลศาสตร์ชั้นปีที่ 3 วิเคราะห์โดยใช้สถิติ สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson's correlation)

#### ผลการวิจัย

1. **ลักษณะกลุ่มตัวอย่าง** เป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 3 จำนวนทั้งหมด 122 คน ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง (ร้อยละ 96.72) อายุอยู่ระหว่าง 20 – 23 ปี สถานภาพโสด (ร้อยละ 76.23) อาศัยอยู่กับพ่อและแม่ ส่วนมากรายได้รับจากผู้ปกครองร่วมกับกองทุนกู้ยืมหรือทุนการศึกษา ซึ่งรายรับ-รายจ่ายต่อเดือนอยู่ระหว่าง 5,001 – 10,000 บาท เกรดเฉลี่ยส่วนใหญ่อยู่ในช่วง 2.01 – 3.00 และ ชั้นฝึกปฏิบัติรายวิชามารดาและทารกเป็นอันดับแรก

2. **ปัจจัยด้านสังคม :** พบว่า คะแนนค่าเฉลี่ยปัจจัยด้านสังคมในภาพรวมอยู่ในระดับมาก เท่ากับ 3.50 (SD = 0.37) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า อันดับแรก คือ คะแนนเฉลี่ยความสัมพันธ์ระหว่าง เพื่อนที่ชั้นฝึกปฏิบัติ เท่ากับ 3.73 (SD = 0.50) รองลงมา คือ คะแนนเฉลี่ยด้านการร่วมทำกิจกรรมของคณะ/ มหาวิทยาลัย เท่ากับ 3.58 (SD = 0.53) ลำดับสุดท้าย คือ คะแนนเฉลี่ยด้านความสัมพันธ์ระหว่างรุ่นพี่ เท่ากับ 2.96 (SD = 0.56) ตามลำดับ ดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 แสดงการวิเคราะห์ข้อมูลปัจจัยทางด้านสังคม โดยหาระดับความคิดเห็น ค่าเฉลี่ย ส่วน เบี่ยงเบนมาตรฐาน

ด้าน	mean	SD	การแปลผล
ด้านความสัมพันธ์ระหว่างเพื่อนที่ชั้นฝึกปฏิบัติ	3.73	0.50	ระดับมาก
ด้านความสัมพันธ์ระหว่างรุ่นพี่	2.96	0.56	ระดับปานกลาง
ด้านการร่วมทำกิจกรรมของคณะ/ มหาวิทยาลัย	3.58	0.53	ระดับมาก
<b>ภาพรวม</b>	<b>3.50</b>	<b>0.37</b>	<b>ระดับมาก</b>

3. **ปัจจัยด้านการศึกษา :** พบว่า คะแนนเฉลี่ยปัจจัยด้านการศึกษาในภาพรวมอยู่ในระดับ มาก เท่ากับ 3.76 (SD = 0.38) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า อันดับแรก คือ คะแนนเฉลี่ยด้านการปรับตัวในการชั้นฝึกปฏิบัติ (mean = 3.95, SD = 0.45) รองลงมา ได้แก่ คะแนนเฉลี่ยด้านการเตรียมพร้อมทางทักษะ (mean = 3.59, SD = 0.67) และคะแนนเฉลี่ยด้านอาจารย์นิเทศและอาจารย์ที่ปรึกษา (mean = 3.59, SD = 0.50 ) คะแนนเฉลี่ยด้านแหล่งฝึกปฏิบัติงาน (mean = 3.54, SD = 0.56) และคะแนนเฉลี่ยด้าน ที่พักเมื่อชั้นฝึกปฏิบัติ (mean = 2.95, SD = 0.87) ตามลำดับ ดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2 แสดงการวิเคราะห์ข้อมูลปัจจัยทางด้านสังคม โดยหาระดับความคิดเห็น ค่าเฉลี่ย ส่วน เบี่ยงเบนมาตรฐาน

ด้าน	mean	SD	การแปลผล
ด้านการเตรียมพร้อมทางทักษะ	3.59	0.67	ระดับมาก
ด้านแหล่งฝึกปฏิบัติงาน	3.54	0.56	ระดับมาก
ด้านที่พักเมื่อชั้นฝึกปฏิบัติ	2.95	0.87	ระดับปานกลาง
ด้านอาจารย์นิเทศและอาจารย์ที่ปรึกษา	3.59	0.50	ระดับมาก

ด้าน	mean	SD	การแปลผล
ด้านการปรับตัวในการขึ้นฝึกปฏิบัติ	3.59	0.45	ระดับมาก
ภาพรวม	3.76	0.38	ระดับมาก

4. ปัจจัยด้านความเครียด: พบว่า คะแนนเฉลี่ยของระดับความเครียดตามแบบวัดความเครียดอยู่ในระดับมาก (mean = 50.85, SD= 18.47) เมื่อแบ่งตามระดับความเครียด พบว่า ส่วนใหญ่ ร้อยละ 37.7 มีความเครียดระดับมาก รองลงมา คือ มีความเครียดอยู่ในระดับมากที่สุด ร้อยละ 28.7 และ ระดับปานกลาง ร้อยละ 27.9 ตามลำดับ ดังตารางที่ 3

ตารางที่ 3 แสดงจำนวนของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 3 มหาวิทยาลัยเอกชนที่กำลังขึ้นฝึกปฏิบัติ แบ่ง ระดับความเครียดตามการประเมินคะแนนของ SPST-20

ระดับความเครียด	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ระดับน้อย คะแนน 0 – 23 คะแนน	7	5.7
ระดับปานกลาง คะแนน 24 – 41 คะแนน	34	27.9
ระดับมาก คะแนน 42 – 61 คะแนน	46	37.7
ระดับรุนแรง คะแนน 62 คะแนนขึ้นไป	35	28.7
รวม	122	100.00

5. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อความเครียดของการขึ้นฝึกปฏิบัติของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 3 มหาวิทยาลัยเอกชน พบว่า

ปัจจัยส่วนบุคคลที่มีผลต่อความเครียดของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 3 พบว่า ปัจจัยด้านส่วนบุคคลที่มีผลต่อความเครียดของนักศึกษาคณะพยาบาลศาสตร์ชั้นปีที่ 3 มี 2 ตัวแปร ได้แก่ เพศ ( $r=0.18, p= 0.04$ ) และ รายวิชาที่ขึ้นฝึก ( $r=-0.21, p= 0.01$ ) ส่วนตัวแปรที่ไม่มีผลต่อความเครียดของนักศึกษาคณะพยาบาลศาสตร์ชั้นปีที่ 3 ได้แก่ อายุ สถานภาพ ลักษณะครอบครัว ภูมิฐานะ ศาสนา รายรับ-รายจ่าย เกรดเฉลี่ยสะสม โรคประจำตัว และยาที่ใช้ประจำ

ปัจจัยด้านสังคมที่มีผลต่อความเครียดของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 3 พบว่า ไม่มีปัจจัยด้านสังคมในภาพรวมที่มีผลต่อความเครียดของนักศึกษาคณะพยาบาลศาสตร์ชั้นปีที่ 3 ( $r=-0.16, p= 0.06$ ) แต่เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ปัจจัยทางสังคมด้านความสัมพันธ์ระหว่างเพื่อนที่ขึ้นฝึกปฏิบัติ ( $r=-0.22, p= 0.01$ ) และ ด้านการร่วมทำกิจกรรมของคณะ/ มหาวิทยาลัย ( $r=-0.20, p= 0.02$ ) มีผลต่อความเครียดของนักศึกษาคณะพยาบาลศาสตร์ชั้นปีที่ 3

ปัจจัยด้านการศึกษามีผลต่อความเครียดของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 3 พบว่า ปัจจัยด้านการศึกษาในภาพรวมที่มีผลต่อความเครียดของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 3 ( $r=-0.28$ ,  $p= 0.00$ ) และเมื่อ พิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ตัวแปรด้านด้านการเตรียมพร้อมทางทักษะ ( $r=-0.23$ ,  $p= 0.01$ ) ด้านแหล่งฝึกปฏิบัติงาน ( $r=-0.23$ ,  $p= 0.01$ ) ด้านที่พักเมื่อขึ้นฝึกปฏิบัติ ( $r=-0.33$ ,  $p= 0.00$ ) และด้านการปรับตัวในการขึ้นฝึกปฏิบัติ ( $r=-0.19$ ,  $p= 0.03$ ) มีผลต่อความเครียดของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 3 และตัวแปรด้านอาจารย์นิเทศและ อาจารย์ที่ปรึกษาไม่มีผลต่อความเครียดของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 3 แต่มีผลต่อตัวแปรด้านการปรับตัวในการขึ้นฝึกปฏิบัติ รายละเอียดดังตารางที่ 4

ตารางที่ 4 ปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยด้านสังคม และปัจจัยด้านการศึกษาต่อระดับความเครียดของนักศึกษา คณะพยาบาลศาสตร์ชั้นปีที่ 3

ปัจจัย	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์(r)
- เพศ	0.18*
- อายุ	0.38
- สถานภาพ	0.13
- ลักษณะครอบครัว	0.16
- ภูมิลำเนา	0.05
- ศาสนา	0.05
- รายรับจาก	0.09
- รายรับต่อเดือน	-0.03
- รายจ่ายต่อเดือน	-0.91
- เกรดเฉลี่ยสะสม	-0.03
- โรคประจำตัว	0.13
- ยาที่ใช้ประจำ	0.70
- รายวิชาที่ขึ้นฝึกปฏิบัติในภาพรวม	-0.21*
- ภาพรวมปัจจัยด้านสังคม	-0.16
- ภาพรวมปัจจัยด้านการศึกษา	-0.27*

\*  $p<.05$

อภิปรายผลการวิจัย

จากการศึกษาความสัมพันธ์ของปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยด้านสังคม และปัจจัยด้านการศึกษาต่อ ระดับความเครียดของนักศึกษาคณะพยาบาลศาสตร์ชั้นปีที่ 3 จากกลุ่มตัวอย่าง 122 คน พบว่า ตัวแปรที่มีผล ต่อระดับความเครียดของนักศึกษาคณะพยาบาลศาสตร์ชั้นปีที่ 3 ได้แก่ เพศ รายวิชาที่ขึ้นฝึกปฏิบัติ และ ปัจจัยด้านการศึกษา และตัวแปรที่ไม่มีผลต่อระดับความเครียดของนักศึกษาคณะพยาบาลศาสตร์ชั้นปีที่ 3 ได้แก่ อายุ สถานภาพ ลักษณะครอบครัว ภูมิลำเนา ศาสนา รายรับ รายจ่าย เกรดเฉลี่ยสะสม โรคประจำตัว ยาที่ใช้ประจำและปัจจัยด้านสังคม จากการศึกษาค่าความสัมพันธ์ของปัจจัยด้านสังคม เพศ มีผลต่อระดับความเครียดของนักศึกษา คณะพยาบาลศาสตร์ชั้นปีที่ 3 ( $r = 0.18, p = 0.04$ ) มีความสอดคล้องกับการศึกษาของตุลยา จิตตะยโสธร (2551) ที่อ้างทฤษฎีสถิติมาด้านเพศของ Bem กล่าวว่า เพศที่แตกต่างกันมีการปรับตัวต่อความเครียดที่แตกต่างกัน โดยบทบาทเพศชายจะมีความมุ่งมั่นต่อความสำเร็จทางด้านวิชาการมากกว่าบทบาทของเพศหญิง ซึ่งจากผลการศึกษาที่พบว่า เพศชาย จำนวน 4 คน มีความเครียดต่อการขึ้นฝึกปฏิบัติอยู่ในระดับน้อยถึงปานกลาง (ร้อยละ 75) และเพศหญิง จำนวน 118 คน ส่วนใหญ่มีความเครียดต่อการขึ้นฝึกปฏิบัติอยู่ในระดับมากถึงมากที่สุด (ร้อยละ 67.8) รายวิชาที่ขึ้นฝึกปฏิบัติ มีผลต่อระดับความเครียดของนักศึกษา คณะพยาบาลศาสตร์ชั้นปีที่ 3 โดย ภาพรวมมีความเครียดอยู่ในระดับมากถึงมากที่สุด ซึ่งรายวิชาที่มีร้อยละของนักศึกษาที่มีความเครียดอยู่ในระดับมากและมากที่สุด ได้แก่ ปฏิบัติการมารดาและทารก ร้อยละ 71.43 และรายวิชาปฏิบัติการผู้ใหญ่ 2 ร้อยละ 87.5 สอดคล้องกับการศึกษาของปราโมทย์ วงศ์สวัสดิ์ และ สืบตระกูล ดันตลานุกูล (2560) พบว่า นักศึกษาพยาบาลที่มีความเครียดและความวิตกกังวลสูง เนื่องจากต้องพบกับสถานการณ์สิ่งแวดล้อมในโรงพยาบาล หรืออาการของผู้ป่วยที่ไม่เคยพบเห็นมาก่อน และยังไม่มีการประสบการณ์การขึ้นฝึกปฏิบัติงานที่มีความเฉพาะเจาะจงมากยิ่งขึ้น แต่ไม่สอดคล้องกับการศึกษาของ ชูติกาญจน์ แซ่ตัน และศศิธร คำพันธ์ (2557) พบว่า นักศึกษาคณะพยาบาลศาสตร์ ชั้นปีที่ 3 วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ตรัง ที่ขึ้นฝึกรายวิชา ปฏิบัติการมารดาและทารกมีความเครียดอยู่ในระดับเล็กน้อยถึงปานกลาง ร้อยละ 54 ซึ่งอาจเป็นเพราะลักษณะของการฝึกปฏิบัติที่มีความแตกต่างกันระหว่างมหาวิทยาลัยเอกชนและรัฐบาล ในมหาวิทยาลัยรัฐบาล มีการเตรียมความพร้อมของนักศึกษาแบบเสมือนจริงก่อนการขึ้นฝึกปฏิบัติทำให้นักศึกษาสามารถปรับตัวได้ จึงมีความเครียดในการขึ้นฝึกปฏิบัติงานลดลง ปัจจัยด้านการศึกษา มีผลต่อระดับความเครียดของนักศึกษาคณะพยาบาลศาสตร์ชั้นปีที่ 3 โดยมี คะแนนเฉลี่ยในระดับมาก ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของปราโมทย์ วงศ์สวัสดิ์ และ สืบตระกูล ดันตลานุกูล (2560) ระวีวรรณ แสงฉาย (2557) และ Kosheleva, Elena & Josiah Amarnor, Amartey & Chernobilsky, Ellina (2015) ที่กล่าวว่า ความเครียดของนักศึกษาเกิดจากการปรับตัวต่อการขึ้นฝึกปฏิบัติ ทั้งในด้านของแหล่งฝึกปฏิบัติ ความหลากหลายของหอผู้ป่วย/อาจารย์ในเทศ จำนวนภาระงานที่ได้รับมอบหมาย ในแต่ละรายวิชา ความรุนแรงและอาการของผู้ป่วย ลักษณะงานที่ต้องฝึกปฏิบัติมีความยุ่งยาก อีกทั้งต้องอาศัย เทคนิคมาก ซึ่งตรงกับลักษณะของนักศึกษาพยาบาลศาสตร์ชั้นปีที่ 3 ที่จะต้องขึ้นฝึกปฏิบัติงาน 2 รายวิชาต่อภาคการศึกษา และไม่มีช่วงเวลาในการเตรียมความพร้อมและทบทวนก่อนการขึ้นฝึกปฏิบัติรายวิชา ต่อไป อีกทั้งยังต้องปรับตัวต่อการเปลี่ยนของสถานที่ขึ้นฝึกปฏิบัติและแหล่งที่พักในทุกลำดับที่ ซึ่งมีผลต่อการ พักผ่อนอีกด้วย



## ข้อเสนอแนะ

1. ควรจัดกิจกรรมลดระดับความเครียด โดยแลกเปลี่ยนประสบการณ์ความคิดเห็นจากรุ่นพี่ในคณะ ชั้นปีที่ 4 สุ่มลงในคณะชั้นปีที่ 3 เพื่อให้มีแนวทางในการขึ้นฝึกปฏิบัติและสามารถปรับตัวต่อความเครียดที่จะ เกิดขึ้นได้
2. ควรจัดกิจกรรมให้ความรู้และเสนอแนะการทำแผนการพยาบาล รวมถึงแลกเปลี่ยนประสบการณ์ ความรู้สึกลงในการขึ้นฝึกปฏิบัติงาน เพื่อลดระดับความเครียด เนื่องจากนักศึกษาชั้นปีที่ 3 ยังไม่มีประสบการณ์ การขึ้นฝึกปฏิบัติงานดังนี้
  - วิชาปฏิบัติการพยาบาลมารดาและทารก
  - วิชาปฏิบัติการพยาบาลผู้สูงอายุ
  - วิชาปฏิบัติการพยาบาลผู้ใหญ่
  - วิชาปฏิบัติการพยาบาลเด็กและวัยรุ่น
  - วิชาปฏิบัติการพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวช
3. จัดทำคู่มือสำหรับการเตรียมความพร้อมในการขึ้นฝึกปฏิบัติงานของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 3 เพื่อเป็นแนวทางในการปฏิบัติตัวให้มีความพร้อมต่อการขึ้นฝึกปฏิบัติงานต่อไป
4. จากผลการศึกษาที่พบว่าอาจารย์นิเทศและอาจารย์ที่ปรึกษามีผลต่อการปรับตัวในการขึ้นฝึกปฏิบัติ จึงควรจัดให้อาจารย์และนักศึกษาได้พบปะพูดคุยเพื่อสร้างความคุ้นชินระหว่างอาจารย์กับนักศึกษา ง่ายต่อ การปรับตัว และลดความวิตกกังวล

## เอกสารอ้างอิง

- จิตชนก นาชัยเวช. (2554). ความสัมพันธ์ระหว่างความเครียดและผลที่ตามมาของความเครียดของพนักงาน สายทรัพยากรบุคคล บริษัท การบินไทย จำกัด(มหาชน). วิทยานิพนธ์ปริญญาบริหารธุรกิจ มหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรี. ปทุมธานี
- ชุติกายุจน์ แซ่ตัน และศศิธร คาพันธ์. (2557). ความเครียดและการเผชิญความเครียดของนักศึกษาพยาบาล ในการฝึกภาคปฏิบัติวิชาการพยาบาลมารดาทารกและการผดุงครรภ์ 1. วารสารวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีกองเทพมหานคร: 30(3), 55-63.
- ตุลยา จิตตะยโสธร. (2551). บทบาททางเพศ: ในทัศนะของนักจิตวิทยา. วารสารวิชาการมหาวิทยาลัย หอการค้าไทย, 28(1), 196-208
- นิรมล สุวรรณโคตร. (2553). การปรับตัวของนิสิตระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยนเรศวร. วิทยานิพนธ์ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. กรุงเทพมหานคร
- ปราโมทย์ วงศ์สวัสดิ์ และสีบตระกูล ตันตลานุกุล. (2560). ความเครียดและการจัดการความเครียดของ นักศึกษาพยาบาล. วารสารวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีกองเทพมหานคร, 9(1), 81-92.
- เพาพะงา จิตต์สวาสติ. (2553). ปัจจัยที่ส่งผลต่อการใช้ชีวิตในมหาวิทยาลัยของนิสิตหลักสูตรการศึกษา บัณฑิต สาขาวิชาสังคมศึกษา (หลักสูตร 5 ปี) คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร. สารนิพนธ์ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพมหานคร.

ระวีวรรณ แสงฉาย และคณะ. (2557). ปัจจัยที่มีผลต่อความเครียดของนักศึกษา คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยกรุงเทพมหานคร. กรุงเทพมหานคร.

สิริทรัพย์ สีหะวงษ์ และคณะ. (2560). ปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดของนักศึกษาคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยอุบลราชธานี. วารสาร มจร.วิชาการ. 21(42), 93-106.

หงษ์ศิริ ภิโยติลภชัย และคณะ. (2558). ความเครียด และการแก้ปัญหาความเครียดของนักศึกษา

อรุณี มิ่งประเสริฐ. (2555). ปัจจัยที่ส่งผลต่อความวิตกกังวลของนักศึกษาคณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัย รังสิต. วารสารจันทร์เกษมสาร, 19(37), 67-74.

Kosheleva, E. , Amarnor, A. , & Chernobilsky, E. (2015). Stress Factors among International and Domestic Students in Russia. Procedia - Social and Behavioral Sciences, 200 . , 460-466.  
doi: 10.1016/j.sbspro.2015.08.096

