

# ปัจจัยที่ส่งผลต่อความสุขในการเรียนออนไลน์ของนักศึกษาพยาบาล ในสถานการณ์การระบาดของเชื้อไวรัสโควิด-19

รัศมีสุนันท์ จันทระภักดี, พย.ม<sup>1\*</sup> พิชามณูชู่ อินทะพุดม, ปร.ด.<sup>2</sup>

## บทคัดย่อ

การวิจัยแบบหาความสัมพันธ์เชิงทำนายนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความสุขในการเรียนออนไลน์และปัจจัยที่ส่งผลต่อความสุขในการเรียนออนไลน์ของนักศึกษาพยาบาล ในสถานการณ์การระบาดของเชื้อไวรัสโควิด-19 กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ นักศึกษาพยาบาลหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา จำนวน 152 คน ซึ่งได้มาด้วยการสุ่มแบบแบ่งชั้น เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่ แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล ความเครียดในการเรียนออนไลน์ ความกังวลต่อไวรัสโควิด-19 ความแข็งแกร่งและยืดหยุ่นของชีวิต กลยุทธ์ในการรับมือกับความเครียด และความสุขในการเรียนรู้ของนักศึกษาพยาบาล ซึ่งมีค่าความสัมพันธ์อัลฟาของครอนบาคเท่ากับ .84, .75, .84, .72 และ .88 ตามลำดับ วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติเชิงพรรณนา และสถิติถดถอยพหุคูณแบบขั้นต้น

ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มตัวอย่างมีค่าเฉลี่ยความสุขในการเรียนออนไลน์ของนักศึกษาพยาบาล อยู่ในระดับสูง ( $\bar{x} = 124.11$ ,  $SD = 16.15$ ) และปัจจัยที่สามารถร่วมทำนายความสุขในการเรียนออนไลน์ ได้แก่ กลยุทธ์ในการรับมือกับความเครียด ( $\beta = .44$ ) ความแข็งแกร่งและยืดหยุ่นของชีวิต ( $\beta = .28$ ) และความวิตกกังวลเกี่ยวกับการแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโควิด-19 ( $\beta = -.13$ ) โดยสามารถร่วมกันทำนายความสุขในการเรียนออนไลน์ของนักศึกษาพยาบาล ได้ร้อยละ 39 (Adjusted  $R^2 = .39$ ,  $p < .001$ ) ผลการวิจัยมีข้อเสนอแนะว่า ผู้บริหารในสถาบันการศึกษาสามารถนำผลการวิจัยไปใช้เป็นข้อมูลพื้นฐานในการออกแบบกิจกรรมการเรียนการสอนแบบออนไลน์ที่ส่งเสริมและคงไว้ซึ่งความสุขแก่นักศึกษาพยาบาลในช่วงที่มีการแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโควิด-19

**คำสำคัญ:** ความสุขในการเรียนออนไลน์ นักศึกษาพยาบาล สถานการณ์การระบาดของเชื้อไวรัสโควิด-19

<sup>1</sup> อาจารย์ประจำคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา

<sup>2</sup> ผู้ช่วยศาสตราจารย์ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา

\* ผู้เขียนหลัก e-mail: russunan@gmail.com

# Factors affecting Happiness in Online Learning among Nursing Students during the COVID-19 Pandemic Situation

Russunan Jantarapakdee, M.N.S.<sup>1\*</sup>, Pichamon Intaput, Ph.D.<sup>2</sup>

## Abstract

This study aimed to describe the happiness in online learning and examine factors affecting happiness in online learning among nursing students during the COVID-19 pandemic situation. A stratified random sampling technique was used to recruit 152 undergraduate nursing students. Research instruments included self-report questionnaires comprising demographic information, the stress of online learning, the anxiety about COVID-19, Connor-Davidson Resilience Scale [CD-RISC (Thai version)], the Brief COPE inventory (Thai version), and happiness learning of nursing students. Their Cronbach's alpha coefficients were .84, .75, .84, .72, and .88, respectively. Descriptive statistics and Stepwise multiple regression were used to analyze the data.

The results revealed that nursing students had a high level of happiness in online learning ( $\bar{x} = 124.11$ ,  $SD = 16.15$ ). Factors such as the strategies for coping with stress ( $\beta = .44$ ), resilience ( $\beta = .28$ ), and anxiety about COVID-19 ( $\beta = -.13$ ) were the significant predictors of happiness in online learning among nursing students. These predictors explained 39% of the variance in happiness in online learning among nursing students ( $R^2 = .39$ ,  $p < .001$ ). The findings could aid administrators in the educational institutions in developing activities for online learning that enhance happiness in nursing students during the COVID-19 pandemic.

**Key words:** Happiness in online learning, nursing students, COVID-19 pandemic situation.

---

<sup>1</sup> Instructor, Faculty of Nursing, Burapha University

<sup>2</sup> Assistant Professor, Faculty of Nursing, Burapha University

\* Corresponding author e-mail: russunan@gmail.com

## ความสำคัญของปัญหา

สถานการณ์การระบาดของเชื้อไวรัสโคโรนา-19 ซึ่งเป็นโรคอุบัติใหม่ ที่เกิดขึ้นเมื่อ ปี พ.ศ. 2562 จนถึงปัจจุบัน ส่งผลกระทบด้านสุขภาพอย่างแพร่หลายต่อประชากรทั่วโลก ทั้งภาวะสุขภาพองค์รวมของบุคคล ครอบครัว เศรษฐกิจ สังคม และประเทศชาติ องค์การอนามัยโลกได้ประกาศให้การระบาดของเชื้อไวรัสโคโรนา-19 เป็นภาวะฉุกเฉินทางสาธารณสุขระหว่างประเทศ (Public health emergency of international concern [PHEIC]) ทั้งนี้ ในประเทศไทย ได้มีมาตรการทางสังคมที่สำคัญในการป้องกันการแพร่ระบาดเป็นระยะตามสถานการณ์ จนกระทั่งรัฐบาลไทยได้มีการประกาศใช้พระราชกำหนด (พ.ร.ก.) การบริหารราชการในสถานการณ์ฉุกเฉิน เพื่อควบคุมสถานการณ์แพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโคโรนา-19 และมีมาตรการปิดเมือง (Lockdown) ในหลายพื้นที่พร้อมกับให้ทุกคนเว้นระยะห่างทางสังคม (Social distancing) และกักตัวเอง (Self- quarantine) จนกว่าจะมีเปลี่ยนแปลงในทางที่ดีขึ้น (Department of Mental Health, 2020) นอกจากนี้การระบาดของเชื้อไวรัสโคโรนา-19 ยังกระทบต่อรูปแบบการจัดการเรียนการสอนของสถาบันการศึกษาในทุกระดับ จากมาตรการป้องกันการแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโคโรนา-19 จำเป็นต้องงดการจัดการเรียนการสอนในที่ตั้ง และปรับเปลี่ยนรูปแบบการเรียนการสอนในระบบออนไลน์แทน โดยการเรียนการสอนออนไลน์ในสถานการณ์การแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโคโรนา-19 นั้นถือเป็นเรื่องใหม่ที่สถาบันการศึกษาต้องมีการปรับตัวแทบทุกสถาบัน ส่งผลให้สถาบันศึกษานำเทคโนโลยีต่าง ๆ มาใช้เพื่อจัดการเรียนการสอนผ่านระบบออนไลน์ด้วยการใช้เครื่องมือสื่อสารด้านเทคโนโลยีที่ทันสมัยและโปรแกรมต่าง ๆ ในการเชื่อมโยงเข้าสู่ห้องเรียนออนไลน์อย่างมีประสิทธิภาพ หรือมีการใช้การเรียนการสอนเสมือนจริง (Virtual education) เพื่อให้ผู้เรียนสามารถเรียนได้จากทางไกล ติดต่อสื่อสารให้การปรึกษา ร่วมแลกเปลี่ยนเรียนรู้ นำเสนอผลงานในชั้นเรียนออนไลน์เสมือนห้องเรียนจริง และสามารถเรียนได้ทุกที่ทุกเวลา (Prasertsong, Sanghirunrutana, & Kladdkaew, 2021) นอกจากนี้การเปลี่ยนแปลงดังกล่าวยังนำไปสู่การปรับเปลี่ยนที่รวดเร็วของสถาบันศึกษาพยาบาลด้วย อาทิเช่น การไม่อนุญาตให้นักศึกษาชั้นฝึกปฏิบัติงานในสถานการณ์ที่มีการแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโคโรนา-19 การลดจำนวนวันฝึกปฏิบัติในคลินิกหรือในชุมชนเพื่อลดความเสี่ยงต่อการสัมผัสผู้ติดเชื้อ ผู้ที่มีความเสี่ยงสูง และเพิ่มความปลอดภัยทั้งต่อผู้รับบริการ นักศึกษาและอาจารย์นิเทศ

รูปแบบการเรียนการสอนในระบบออนไลน์นั้น อาจจะมีรูปแบบการถ่ายทอดความรู้ที่แตกต่างกัน การใช้สื่อและเทคโนโลยีมากขึ้น แต่กระบวนการเรียนรู้ที่เกิดขึ้นกับผู้เรียนยังคงต้องกำหนดตามวัตถุประสงค์การเรียนรู้ในแต่ละรายวิชาที่ระบุในหลักสูตรของแต่ละสถาบันการศึกษา ในขณะที่เดียวกันนักศึกษาจำเป็นต้องมีความรับผิดชอบในการเรียนมากกว่าปกติ (Anekpunyakul, 2020) เช่น การปรับตัว การมีส่วนร่วม การมีสมาธิในการเรียน ความไม่เท่าเทียมกันของทักษะด้านดิจิทัลและการเข้าถึงอุปกรณ์เพื่อใช้สนับสนุนการเรียนการสอนออนไลน์ที่อาจมีข้อจำกัดบางประการ อีกทั้งการใช้เวลาผ่านหน้าจออิเล็กทรอนิกส์เป็นเวลานาน อาจส่งผลกระทบต่อสุขภาพทั้งด้านร่างกายและจิตสังคม ทำให้เกิดความเมื่อยล้าทางสายตาหรือร่างกาย การปรับตัวต่อการเรียนการสอนรูปแบบใหม่ที่แตกต่างไปจากเดิม การสร้างสัมพันธภาพกับคณาจารย์และเพื่อนผ่านช่องทางออนไลน์ สิ่งเหล่านี้อาจก่อให้เกิดภาวะเครียดและวิตกกังวลได้ (Jantarapakdee, Hengudomsab, & Vatanasin, 2022) นอกจากนี้ สถานการณ์ระบาดของเชื้อไวรัสโคโรนา-19 นักศึกษาพยาบาลอาจเผชิญปัญหาในด้านอื่น ๆ ร่วมด้วย ได้แก่ ความเครียดในสถานการณ์ที่ต้องเว้นระยะห่างทางสังคม ค่าใช้จ่ายในการศึกษา (Samathakul, 2020) มาตรการรับมือในสถานการณ์การแพร่ระบาด รวมถึงข้อจำกัดในการใช้แหล่งทรัพยากร หรือการสนับสนุนทางสังคมที่ตามปกติสามารถเข้าถึงได้ง่าย ส่งผลให้การเผชิญปัญหาไม่มีประสิทธิภาพที่เพียงพอ กระทบความสนใจไปสู่อารมณ์ซึมเศร้าได้มากขึ้น (Thailand Nursing Honor Society, 2021; Moawad, 2020) ซึ่งความสุขในการเรียนรู้นั้นถือเป็นความรู้สึกที่ดีที่ผู้เรียนมีต่อการเรียน ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงของพฤติกรรมด้านการเรียน ประกอบด้วย ความต้องการที่จะเรียนรู้ ร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ในการเรียน การทำกิจกรรมร่วมกับเพื่อนและอาจารย์ผู้สอน มีความสนุกสนานเพลิดเพลินในการเรียน มีความสุขในการเรียน รู้สึกผ่อนคลายขณะทำกิจกรรม และมีความรู้สึกที่ดีที่ได้อยู่กับเพื่อน และอาจารย์ผู้สอน (Julrat, 2010)

รูปแบบการจัดการเรียนการสอนในสถานการณ์การแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโควิด-19 แม้จะเปลี่ยนมาเป็นรูปแบบออนไลน์ แต่สถาบันการศึกษาต้องมุ่งเน้นความสุขของผู้เรียน เพราะความสุขเป็นพลังสำคัญในการเกิดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนที่ดี และช่วยให้ผู้เรียนสามารถทำกิจกรรมที่สร้างสรรค์ในชีวิต พร้อมทั้งจะก้าวเข้าสู่วิชาชีพพยาบาลได้อย่างมีประสิทธิภาพ อย่างไรก็ตาม ความสุขในการเรียนออนไลน์นั้นไม่แตกต่างจากความสุขในการเรียนรู้ เพราะเป็นความรู้สึกที่ดีที่ผู้เรียนมีต่อการเรียน เพื่อน และอาจารย์ผู้สอน ถึงแม้ว่าการเรียนออนไลน์จะมีความแตกต่างในรูปแบบการถ่ายทอดความรู้โดยใช้สื่อและเทคโนโลยีมากขึ้นก็ตาม การเรียนออนไลน์นั้นถ้าส่งผลให้ผู้เรียนเกิดอารมณ์ทางบวกมีความสุขสนุกสนานเพลิดเพลินในการเรียน มีความสุข มีความรู้สึกผ่อนคลายย่อมก่อให้เกิดความสุขในการเรียนได้ และก่อให้เกิดการเรียนรู้หรือผลลัพธ์จากการเรียนที่ไม่แตกต่างจากการเรียนการสอนในรูปแบบเดิม แต่การปรับรูปแบบการเรียนการสอนมาเป็นแบบออนไลน์อย่างกะทันหันจากสถานการณ์แพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโควิด-19 ย่อมส่งผลให้นักศึกษาพยาบาลต้องเผชิญกับการปรับตัวที่หลากหลาย มีความเครียดในการเรียน (Prasertsong et al., 2021) และความวิตกกังวลเพิ่มขึ้น (Srisoem, Chitrak, Jaimun, & Chuakan, 2021; Luo, Gheshlagh, Dalvand, Saedmoucheshi, & Li, 2021) ทั้งนี้หากนักศึกษาพยาบาลไม่สามารถปรับตัวกับสิ่งเหล่านี้ได้ ย่อมมีผลกระทบต่อนักศึกษาพยาบาลเอง เช่น ความสุขในการเรียนลดลง พักการเรียน ลาออกจากการเรียน หรือส่งผลต่อการเจ็บป่วยทางจิต ซึ่งหากนักศึกษาเกิดปัญหาสุขภาพจิตขึ้นก็จะส่งผลกระทบต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ครอบครัว สังคม และประเทศชาติได้ (Jantarapakdee et al., 2022)

จากการทบทวนวรรณกรรมที่ผ่านมา พบว่า ส่วนใหญ่จะเป็นการศึกษาเชิงสำรวจความสุขของนักศึกษาพยาบาลในสถานการณ์ทั่วไป โดยมีทั้งเลือกศึกษาบางชั้นปี และศึกษาเปรียบเทียบทั้ง 4 ชั้นปี โดยพบผลการศึกษาที่หลากหลายแตกต่างกันไปตามบริบทของการศึกษา เช่น การศึกษาของ Saito, Voraham, and Senarak (2011) พบว่า นักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 มีคะแนนเฉลี่ยความสุขมากที่สุด รองลงมาคือชั้นปีที่ 4 ชั้นปีที่ 2 และชั้นปีที่ 3 ตามลำดับ ส่วนการศึกษาของ Poonnotok and Napkasorn (2016) ที่ศึกษาความสุขของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 2 ถึง ชั้นปีที่ 4 พบว่าความสุขของนักศึกษาพยาบาลทั้ง 3 ชั้นปีไม่แตกต่างกัน โดยชั้นปีที่ 2 และ 3 มีระดับคะแนนเฉลี่ยความสุขใกล้เคียงกัน และนักศึกษาชั้นปีที่ 4 มีระดับคะแนนเฉลี่ยความสุขมากที่สุด มีบางการศึกษาที่ให้ความสนใจต่อภาวะสุขภาพจิตของนักศึกษาพยาบาลในสถานการณ์การแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโควิด-19 แต่มุ่งเน้นไปที่การสำรวจความเครียดในการเรียนออนไลน์ (Prasertsong et al., 2021) และความวิตกกังวลเกี่ยวกับการแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโควิด-19 ที่พบทั้งในและต่างประเทศ (Srisoem et al., 2021; Luo et al., 2021) นอกจากนี้ ยังมีบางการศึกษาที่มุ่งหาปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความสุขของนักศึกษาพยาบาล โดยพบว่า มีปัจจัยภายใน ได้แก่ ความฉลาดทางอารมณ์ การเห็นคุณค่าในตนเอง ความรู้สึกเชื่อมั่นในคุณค่าที่เกี่ยวข้องกับความสามารถของตนเอง ส่วนปัจจัยภายนอก ได้แก่ สัมพันธภาพกับเพื่อน สัมพันธภาพกับครอบครัว สัมพันธภาพกับอาจารย์ และการสนับสนุนทางสังคม ซึ่งมีความสัมพันธ์ทางบวกระดับกลางกับความสุข (Poonnotok & Napkasorn, 2016) นอกจากนี้ ยังมีอีกการศึกษาที่พบตัวแปรอื่นที่เกี่ยวข้องกับความสุขของนักศึกษาพยาบาล ได้แก่ ทักษะคิดต่อวิชาชีพที่ดี มีความพึงพอใจต่อการเรียน มีความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง ความแข็งแกร่งและยืดหยุ่นของชีวิต และความวิตกกังวล (Bundasak, Nabkasorn, & Vatanasin, 2017)

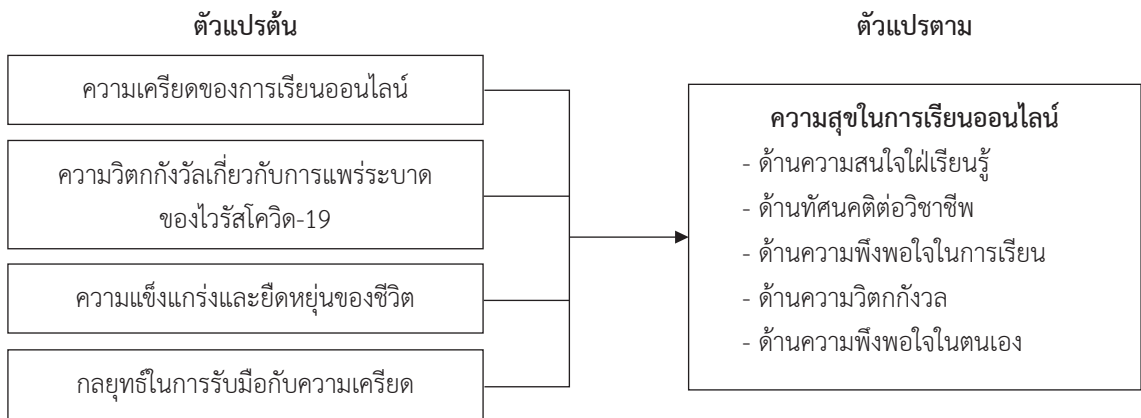
อย่างไรก็ตาม จากการทบทวนวรรณกรรมที่กล่าวมา ยังไม่ค่อยมีการศึกษาเกี่ยวกับปัจจัยที่ส่งผลต่อความสุขในการเรียนออนไลน์ของนักศึกษาพยาบาล ดังนั้น ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาอิทธิพลของปัจจัยคัดสรร ได้แก่ ความเครียดของการเรียนออนไลน์ ความวิตกกังวลเกี่ยวกับการแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโควิด-19 ความแข็งแกร่งและยืดหยุ่นของชีวิต และกลยุทธ์ในการรับมือกับความเครียดต่อความสุขในการเรียนออนไลน์ของนักศึกษาพยาบาลในช่วงที่มีการระบาดของเชื้อไวรัสโควิด-19 ซึ่งสถาบันการศึกษาพยาบาลและอื่น ๆ สามารถนำผลการศึกษาที่ได้ไปใช้ประกอบในการออกแบบกิจกรรมเพื่อส่งเสริมและคงไว้ซึ่งความสุขแก่นักศึกษาพยาบาลในช่วงที่มีการจัดการเรียนการสอนแบบออนไลน์ ส่งเสริมและป้องกันปัญหาสุขภาพจิตของนักศึกษาพยาบาลหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิตต่อไป

## วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับความสุขในการเรียนออนไลน์ของนักศึกษาพยาบาล ในช่วงที่มีการระบาดของเชื้อไวรัสโควิด-19
2. เพื่อศึกษาอำนาจการทำนายของปัจจัย ได้แก่ ความเครียดของการเรียนออนไลน์ ความวิตกกังวลเกี่ยวกับการแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโควิด-19 ความแข็งแกร่งและยืดหยุ่นของชีวิต และกลยุทธ์ในการรับมือกับความเครียดต่อความสุขในการเรียนออนไลน์ของนักศึกษาพยาบาลในช่วงที่มีการระบาดของเชื้อไวรัสโควิด-19

## กรอบแนวคิดการวิจัย

กรอบแนวคิดของการวิจัยครั้งนี้ใช้กรอบแนวคิดทฤษฎีการมีสุขภาวะที่สมบูรณ์ (Wellness model) ของ Hettler ร่วมกับการทบทวนวรรณกรรม โดยกรอบแนวคิดทฤษฎีของ Hettler (1984) กล่าวว่า สุขภาวะที่สมบูรณ์ต้องประกอบด้วยด้วยสุขภาวะทั้ง 6 ด้าน ได้แก่ ด้านร่างกาย จิตวิญญาณ ปัญญา และการรู้จักอารมณ์ สังคม และอาชีพ ซึ่ง Thongsom (2011) ได้นำกรอบแนวคิดทฤษฎีดังกล่าว มาประยุกต์ใช้เพื่อพัฒนาดัชนีชี้วัดความสุขในการเรียนรู้ให้กับนักศึกษาพยาบาล โดยแบ่งองค์ประกอบความสุขในการเรียนรู้ของนักศึกษาพยาบาลออกเป็น 5 ด้าน คือ ด้านความสนใจใฝ่เรียนรู้ ด้านทัศนคติต่อวิชาชีพ ด้านความพึงพอใจในการเรียน ด้านความวิตกกังวล และด้านความพึงพอใจในตนเอง โดยพบว่าหากนักศึกษาพยาบาลมีความสนใจใฝ่เรียนรู้ในวิชาที่ตนเรียน มีทัศนคติต่อวิชาชีพที่ดี มีความพึงพอใจต่อการเรียน มีความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง และไม่มีความวิตกกังวลต่อการเรียนและการฝึกปฏิบัติงาน จะส่งผลให้นักศึกษามีความสุขในการเรียนได้ อย่างไรก็ตามจากการศึกษาที่ผ่านมาพบว่า ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความสุขของนักศึกษาพยาบาลในการเรียนแบ่งได้ 2 ปัจจัย ได้แก่ ปัจจัยภายใน ประกอบด้วย ภาวะสุขภาพ ความฉลาดทางอารมณ์และความแข็งแกร่งในชีวิต และการเห็นคุณค่าในตนเอง อีกทั้งปัจจัยภายนอก ประกอบด้วย สัมพันธภาพกับเพื่อน ครอบครัว อาจารย์ การสนับสนุนทางสังคม และการจัดการเรียนการสอน เป็นต้น มีความเกี่ยวข้องกับความสุขของนักศึกษาพยาบาล โดยพบว่า ความฉลาดทางอารมณ์ และการเห็นคุณค่าในตนเองจะส่งผลให้นักศึกษาเกิดความพึงพอใจและมีความสุขในชีวิต รวมถึงการได้รับการสนับสนุนทางสังคมที่ดีย่อมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความสุข (Poonnotok, & Napkasorn, 2016) นอกจากนี้ยังพบว่าความแข็งแกร่งและยืดหยุ่นของชีวิต ทัศนคติต่อวิชาชีพ และความวิตกกังวลมีความสัมพันธ์กับความสุขของนักศึกษาพยาบาลเช่นกัน (Grotberg, 1995; Bundasak et al., 2017) จากสถานการณ์ในปัจจุบันเกี่ยวกับการแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโควิด-19 ที่ส่งผลให้เกิดการปรับเปลี่ยนรูปแบบการใช้ชีวิตและการศึกษาของนักศึกษาพยาบาลอย่างกะทันหัน และมีการนำเทคโนโลยีต่าง ๆ มาใช้ในการจัดการเรียนการสอนผ่านระบบออนไลน์เพื่อลดความเสี่ยงในการติดเชื้อ ก่อให้เกิดปัจจัยที่มีความสำคัญกับความสุขในการเรียนออนไลน์ของนักศึกษาพยาบาล แต่ทั้งนี้หากนักศึกษาพยาบาลมีวิธีในการรับมือกับความเครียด ความอดทน หรือลดความเครียดที่เกิดขึ้นจากเหตุการณ์ที่เปลี่ยนแปลงกะทันหันหรือภาวะอันตรายที่เกิดขึ้นในชีวิตได้ ย่อมส่งผลกับความสุขในการเรียนออนไลน์ ในช่วงที่มีการระบาดของเชื้อไวรัสโควิด-19 ได้ แสดงดังภาพที่ 1



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย

### สมมุติฐานการวิจัย

ความเครียดของการเรียนออนไลน์ ความวิตกกังวลเกี่ยวกับการแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโควิด-19 ความแข็งแกร่งและยืดหยุ่นของชีวิต และกลยุทธ์ในการรับมือกับความเครียดสามารถร่วมกันทำนายความสุขในการเรียนออนไลน์ของนักศึกษาพยาบาล ในการแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโควิด-19

### วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงพรรณนาเพื่อวิเคราะห์ความสัมพันธ์เชิงทำนาย (Descriptive predictive correlational research)

#### ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

**ประชากร** คือ นักศึกษาพยาบาลหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา

**กลุ่มตัวอย่าง** คือ นักศึกษาพยาบาลหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต ของคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา มีคุณสมบัติตามเกณฑ์คัดเลือก (Inclusion criteria) ดังนี้ 1) เป็นนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1-4 ที่ศึกษาอยู่ในปีการศึกษา 2564 และมีประสบการณ์การเรียนออนไลน์ 2) มีอายุตั้งแต่ 18 ปีขึ้นไป 3) ยินดีเข้าร่วมงานวิจัยด้วยความสมัครใจ 4) สามารถเข้าถึงการใช้สัญญาณ internet 5) สามารถใช้โทรศัพท์มือถือ คอมพิวเตอร์ส่วนตัว หรืออุปกรณ์อิเล็กทรอนิกส์ในการตอบแบบสอบถามได้

#### การกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่าง

การวิจัยครั้งนี้กำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างด้วยโปรแกรม G\*power 3.1.2 โดยมีจำนวนตัวแปร (Predictors) เท่ากับ 4 ตัวแปร กำหนดขนาดอิทธิพล (Effect size) เท่ากับ 0.15 ซึ่งอยู่ในระดับปานกลาง (Medium) ค่าความคลาดเคลื่อนจากการสุ่มตัวอย่างเท่ากับ 0.05 และค่าอำนาจทดสอบ (Power of test) เท่ากับ 0.95 (Srisathainarakul, 2010) ได้ขนาดกลุ่มตัวอย่างจำนวน 129 ราย เพื่อเป็นการป้องกันการได้รับแบบสอบถามที่ไม่สมบูรณ์ จึงได้เพิ่มขนาดตัวอย่างอีก ร้อยละ 20 ดังนั้นงานวิจัยนี้จะทำการเก็บข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักศึกษาพยาบาลรวมทั้งสิ้น 155 ราย หลังจากที่เก็บรวบรวมข้อมูลเรียบร้อยแล้วผู้วิจัยตรวจสอบพบว่ากลุ่มตัวอย่างตอบแบบสอบถามกลับมาทั้งหมดเพียง 152 ราย คิดเป็นร้อยละ 98.06 ที่นำมาใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบแบ่งชั้น (Stratified random sampling) โดยจะทำการสุ่มเพื่อคัดเลือกนักศึกษาที่เป็นตัวแทนในระดับชั้นจากนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ถึง 4 ตามสัดส่วนของนักศึกษาจากจำนวนกลุ่มตัวอย่างที่ต้องการทั้งหมด

### เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูลและการตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ ประกอบด้วย 6 ส่วน ดังนี้

**ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล** เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นจากการทบทวนวรรณกรรม เพื่อสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล ได้แก่ ชั้นปี เกรตเฉลี่ยในปีการศึกษาล่าสุด ภูมิภาค ค่าใช้จ่ายช่วงระหว่างเรียน ที่พักอาศัย ขณะเรียน และอุปกรณ์ที่ใช้ในการเรียนออนไลน์

**ส่วนที่ 2 แบบประเมินความเครียดในการเรียนออนไลน์** เป็นแบบประเมินที่พัฒนามาจาก Prasertsong et al. (2021) ประกอบด้วยข้อคำถามจำนวน 9 ข้อ คำตอบเป็นมาตราประมาณค่า (Rating scale) 4 ระดับ โดยมีคะแนนอยู่ในช่วง 1.00-4.00 คะแนน การแปลผล คะแนนมาก หมายถึง มีความเครียดในการเรียนออนไลน์มาก แบ่งคะแนนเป็น 4 ระดับ ได้แก่ ค่าเฉลี่ย 1.00-1.99 หมายถึง มีความเครียดในการเรียนออนไลน์อยู่ในระดับน้อย ค่าเฉลี่ย 2.00 -2.99 หมายถึง มีความเครียดในการเรียนออนไลน์อยู่ในระดับปานกลาง ค่าเฉลี่ย 3.00-4.00 หมายถึง มีความเครียด ในการเรียนออนไลน์อยู่ในระดับมาก แบบประเมินนี้มีการนำไปใช้ศึกษาในนักศึกษาพยาบาลโดยในงานวิจัยของ Prasertsong et al. (2021) ได้ค่าความความเที่ยงเท่ากับ 0.91 และมีค่าความเที่ยงในงานวิจัยนี้เท่ากับ 0.84

**ส่วนที่ 3 แบบประเมินความกังวลต่อไวรัสโควิด-19** เป็นแบบประเมินที่พัฒนาโดย Department of Mental Health (2020) ประกอบด้วยข้อคำถามจำนวน 5 ข้อ คำตอบเป็นมาตราประมาณค่า (Rating scale) 3 ระดับ โดยมีคะแนนอยู่ในช่วง 5-15 คะแนน การแปลผล คะแนนมาก หมายถึง มีความกังวลต่อไวรัสโควิด-19 มาก โดยแบ่งค่าคะแนน 1-5 คะแนน ไม่มีความกังวล ค่าคะแนน 6-10 คะแนน มีความกังวลระดับปานกลาง และค่าคะแนน 11-15 คะแนน มีความกังวลระดับมาก/ประจำ แบบประเมินนี้เป็นเครื่องมือมาตรฐานที่นำไปใช้ประเมินความวิตกกังวลต่อไวรัสโควิด-19 ของกรมสุขภาพจิต และนำไปใช้ศึกษาในนักศึกษาพยาบาลโดยในงานวิจัยของ Srisoem et al. (2021) ได้ค่าความความเที่ยงเท่ากับ 0.81 และมีค่าความเที่ยงในงานวิจัยนี้เท่ากับ 0.75

**ส่วนที่ 4 แบบประเมินความแข็งแกร่งและยืดหยุ่นของชีวิต (Connor-Davidson Resilience Scale [CD-RISC])** เป็นแบบประเมินที่พัฒนาโดย Connor and Davidson (2003) แปลเป็นภาษาไทยด้วยวิธีการแปลย้อนกลับ (Back-translation) โดย Vongsirimas, Thanoi, and Klainin-Yobas (2017) ประกอบด้วยข้อคำถามจำนวน 10 ข้อ คำตอบเป็นมาตราประมาณค่า (Rating scale) 5 ระดับ โดยมีคะแนนอยู่ในช่วง 10-50 คะแนน การแปลผล คะแนนมาก หมายถึง มีความแข็งแกร่งและยืดหยุ่นของชีวิตมาก โดยแบ่งค่าคะแนน 10 -29 คะแนน มีความแข็งแกร่งและยืดหยุ่นของชีวิตในระดับต่ำ และค่าคะแนนมากกว่า 30 คะแนนขึ้นไป มีความแข็งแกร่งและยืดหยุ่นของชีวิตในระดับสูง แบบประเมินนี้มีการนำไปใช้ศึกษาในกลุ่มตัวอย่างที่อยู่ในวัยรุ่นตอนปลาย โดยในงานวิจัยของ Jirathikrengkrai, Vongsirimas, Thanoi, and Phetrasuwan (2021) ได้ค่าความความเที่ยงเท่ากับ 0.77 และมีค่าความเที่ยงในงานวิจัยนี้เท่ากับ 0.84

**ส่วนที่ 5 แบบประเมินกลยุทธ์ในการรับมือกับความเครียด แบบสั้นฉบับภาษาไทย (the Brief COPE inventory)** พัฒนาโดย Carver (1997) ซึ่งแบบประเมินถูกพัฒนามาจาก พื้นฐานแนวคิดการจัดการความเครียดของ Lazarus and Folkman (1984) แปลเป็นภาษาไทยด้วยวิธีการแปลย้อนกลับ (Back-translation) โดย Numsang, and Tantrungroj (2018) ซึ่งแบ่งเป็น 2 รูปแบบ คือ การจัดการความเครียดแบบมุ่งแก้ไขปัญหา และการจัดการความเครียดแบบมุ่งจัดการอารมณ์ ประกอบด้วยข้อคำถามจำนวน 28 ข้อ คำตอบเป็นมาตราประมาณค่า (Likert scale) และการศึกษาครั้งนี้แปลผลในภาพรวมไม่ได้หาความสัมพันธ์รายด้าน โดยมีค่าคะแนนอยู่ในช่วง 28-112 คะแนน การแปลผล คะแนนมาก หมายถึง มีกลยุทธ์ในการรับมือกับความเครียดมาก แบ่งเป็น ค่าคะแนน 28-69 คะแนน มีการเลือกใช้กลยุทธ์ด้านนั้นในการรับมือกับความเครียดระดับต่ำ และค่าคะแนนมากกว่า 69 คะแนนขึ้นไป มีการเลือกใช้กลยุทธ์ด้านนั้นในการรับมือกับความเครียดระดับสูง แบบประเมินนี้มีการนำไปใช้ศึกษาในกลุ่มตัวอย่างที่อยู่ในวัยรุ่นตอนปลาย โดยในงานวิจัยของ Jirathikrengkrai et al. (2021) ได้ค่าความความเที่ยงเท่ากับ 0.80 และมีค่าความเที่ยงในงานวิจัยนี้เท่ากับ 0.72

**ส่วนที่ 6 แบบสอบถามความสุขในการเรียนรู้ของนักศึกษาพยาบาล** เป็นแบบสอบถามความสุขในการเรียนรู้ที่พัฒนามาจาก Thongsom (2011) ประกอบด้วยข้อคำถาม 32 ข้อ แบ่งเป็นองค์ประกอบของความสุขในการเรียนรู้ 5 ด้าน ได้แก่ ด้านความสนใจใฝ่เรียนรู้ ด้านความพึงพอใจในการเรียน ด้านความพึงพอใจในตนเอง ด้านทัศนคติต่อวิชาชีพ ด้านความวิตกกังวล คำตอบเป็นมาตราประมาณค่า (Likert scale) 5 ระดับ โดยมีค่าคะแนนอยู่ในช่วง 32-160 คะแนน แบ่งเป็น ค่าคะแนน 32 -95 คะแนน มีความสุขในการเรียนออนไลน์ต่ำ และค่าคะแนนมากกว่า 96 คะแนนขึ้นไป มีการมีความสุขในการเรียนออนไลน์สูง แบบประเมินนี้มีการนำไปใช้ศึกษาในกลุ่มตัวอย่างนักศึกษาพยาบาล โดยในงานวิจัยของ Bundasak, Nabkasorn, and Vatanasin (2017) ได้ค่าความความเที่ยงเท่ากับ 0.85 และมีค่าความเที่ยงในงานวิจัยนี้เท่ากับ 0.88

#### การพิทักษ์สิทธิ์กลุ่มตัวอย่าง

งานวิจัยนี้ได้รับการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยจากคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยบูรพา เลขที่การได้รับรองจริยธรรมการวิจัย คือ IRB1-036/2565 เพื่อป้องกันอิทธิพลของผู้วิจัยที่เป็นอาจารย์ผู้สอนในคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา ที่จะส่งผลต่อการตัดสินใจเข้าร่วมงานวิจัย ผู้วิจัยจะมอบหมายผู้ช่วยวิจัยซึ่งมิใช่อาจารย์ที่สอนนักศึกษา ซึ่งเป็นนักวิชาการการศึกษาด้านการบริหารงานวิจัย ทำการชี้แจงรายละเอียดเกี่ยวกับงานวิจัย ประกอบด้วย วัตถุประสงค์ ความเสี่ยง และประโยชน์ในการเข้าร่วมการวิจัย ตลอดจนการรักษาความลับของกลุ่มตัวอย่าง การเข้าถึงและขั้นตอนในการตอบแบบสอบถามออนไลน์ก่อนดำเนินการทำแบบสอบถามเพื่อให้เกิดความอิสระในการตอบแบบสอบถาม รวมถึงย้ำถึงการไม่ระบุชื่อนามสกุล และรหัสนักศึกษาที่จะทราบข้อมูลที่จะระบุตัวตนของผู้ตอบแบบสอบถามออนไลน์ เพื่อให้กลุ่มตัวอย่างมั่นใจได้ว่าจะไม่สามารถระบุตัวตนได้

#### การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยใช้การตอบแบบสอบถามออนไลน์ โดยกลุ่มตัวอย่างสามารถตอบแบบสอบถามออนไลน์ ซึ่งในการตอบแบบสอบถามนี้จะไม่มีการให้นักศึกษาระบุชื่อและนามสกุลหรือข้อมูลที่จะระบุตัวตนได้ ในการตอบแบบสอบถามออนไลน์นี้ นักศึกษาสามารถเข้าถึงอินเทอร์เน็ตได้หลายช่องทาง ทั้งนี้ในช่วงเวลาการเก็บข้อมูลผู้วิจัยจะอำนวยความสะดวกโดยจัด Notebook ไว้ที่ห้องวิจัยซึ่งนักศึกษาสามารถมาใช้ในการตอบคำถาม และการตอบคำถามออนไลน์นี้นักศึกษาสามารถตอบได้ผ่านทางโทรศัพท์มือถือเช่นกัน งานวิจัยนี้กลุ่มตัวอย่างไม่จำเป็นต้องลงนามในใบยินยอม การที่กลุ่มตัวอย่างคลิกที่ปุ่มตอบแบบสอบถาม จากนั้นทำการตอบแบบสอบถาม แล้วทำการคลิกที่ปุ่ม (ส่ง) เป็นการแสดงว่ากลุ่มตัวอย่างยินยอมและอนุญาตให้ผู้วิจัยทำการศึกษาข้อมูลตามที่ได้ถามในแบบสอบถาม

#### การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลส่วนบุคคลด้วยการหาค่าความถี่ ค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และวิเคราะห์การพยากรณ์ตัวแปรด้วย Stepwise multiple regression analysis

### ผลการวิจัย

1. นักศึกษาส่วนใหญ่มีภูมิลำเนาอยู่ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ คิดเป็นร้อยละ 35.5 มีค่าเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนอยู่ที่ 3.30 มีค่าใช้จ่ายเฉลี่ยช่วงระหว่างเรียน 5,000 - 10,000 บาท (ต่อเดือน) คิดเป็นร้อยละ 65.1 นักศึกษาส่วนใหญ่ไม่ได้หารายได้เสริม คิดเป็นร้อยละ 81.6 ที่พักขณะเรียนอยู่นอกมหาวิทยาลัยคิดเป็นร้อยละ 63.8 อุปกรณ์ที่ใช้ในการเรียนออนไลน์ส่วนใหญ่มักใช้ Smartphone, iPad และ Notebook คิดเป็นร้อยละ 42.8

2. กลุ่มตัวอย่างมีความเครียดของการเรียนออนไลน์และความวิตกกังวลเกี่ยวกับการแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโควิด-19 อยู่ในระดับปานกลาง ( $\bar{x} = 2.53, SD = 0.42; \bar{x} = 9.39, SD = 1.77$  ตามลำดับ) มีความแข็งแรงและยืดหยุ่นของชีวิต กลยุทธ์ในการรับมือกับความเครียดอยู่ระดับ และความสุขในการเรียนออนไลน์อยู่ในระดับสูง ( $\bar{x} = 43.66, SD = 5.85; \bar{x} = 79.13, SD = 4.94; \bar{x} = 124.11, SD = 16.15$  ตามลำดับ) ดังตารางที่ 1



**ตารางที่ 1** ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และช่วงคะแนนของปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความสุขในการเรียนออนไลน์ (n=152)

ตัวแปรที่ศึกษา	Possible Range	Actual Range	Mean	SD	ระดับ
- ความเครียดของการเรียนออนไลน์	1-4	2-3.89	2.53	0.42	ปานกลาง
- ความวิตกกังวลเกี่ยวกับการแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโควิด-19	5-15	5-13	9.39	1.77	ปานกลาง
- ความแข็งแรงและยืดหยุ่นของชีวิต	10-50	23-50	43.66	5.85	สูง
- กลยุทธ์ในการรับมือกับความเครียด	28-112	63-87	79.13	4.94	สูง
- ความสุขในการเรียนออนไลน์	32-160	76-160	124.11	16.15	สูง

3. ปัจจัยที่สามารถร่วมทำนายความสุขในการเรียนออนไลน์ของนักศึกษาพยาบาลมีทั้งหมด 3 ปัจจัย ได้แก่ กลยุทธ์ในการรับมือกับความเครียด ความแข็งแรงและยืดหยุ่นของชีวิต และความวิตกกังวลเกี่ยวกับการแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโควิด-19 โดยสามารถร่วมกันทำนายความสุขในการเรียนออนไลน์ของนักศึกษาพยาบาล ได้ร้อยละ 39 (Adjusted R<sup>2</sup> = .39, p < .001) โดยปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความสุขในการเรียนออนไลน์ของนักศึกษาพยาบาล มากที่สุดคือ กลยุทธ์ในการรับมือกับความเครียด ( $\beta$  = .44) รองลงมาคือ ความแข็งแรงและยืดหยุ่นของชีวิต ( $\beta$  = .28) และความวิตกกังวลเกี่ยวกับการแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโควิด-19 ( $\beta$  = -.13) ดังตารางที่ 2

**ตารางที่ 2** ผลการวิเคราะห์สมการถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอนของปัจจัยทำนายความสุขในการเรียนออนไลน์ของนักศึกษาพยาบาล (n=152)

ตัวแปรทำนาย	b	SE	$\beta$	t	p-value
Constant	-10.84	17.68		-.61	.541
- กลยุทธ์ในการรับมือกับความเครียด	1.43	.23	.44	6.27	<.001
- ความแข็งแรงและยืดหยุ่นของชีวิต	.77	.20	.28	3.94	<.001
- ความวิตกกังวลเกี่ยวกับการแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโควิด-19	-1.22	.59	-.13	-2.07	.040

R<sup>2</sup> = .40; Adjust R<sup>2</sup> = .39; F<sub>3, 148</sub> = 33.26; p < .001

**การอภิปรายผล**

จากผลการศึกษานี้สามารถอภิปรายผลการวิจัยได้ตามวัตถุประสงค์ ดังนี้

1. ระดับความสุขในการเรียนออนไลน์ของนักศึกษาพยาบาล ในช่วงที่มีการระบาดของเชื้อไวรัสโควิด-19 มีค่าคะแนนโดยรวมอยู่ในระดับสูง ( $\bar{x}$  = 124.11, SD = 16.15) จากงานวิจัยสามารถอภิปรายได้ว่าการศึกษาที่มีความพึงพอใจในตนเอง รวมถึงการมีทัศนคติที่ดีต่อวิชาชีพการพยาบาลนั้นเป็นปัจจัยภายในที่ก่อให้เกิดความสุขในการเรียนรู้ โดยเป็นตัวกระตุ้นให้นักศึกษาพยาบาลมีความสนใจใฝ่เรียนรู้เพื่อพัฒนาตนเอง อีกทั้งทัศนคติที่ดีจะแสดงออกในด้านความรักต่อวิชาชีพ ความรู้ความเข้าใจและพฤติกรรมในด้านบวก ส่งผลให้นักศึกษาพยาบาลมีความรับผิดชอบในหน้าที่ มีความพอใจในชีวิตการเรียน ตั้งใจเรียน มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนที่ดี แม้การเรียนพยาบาลจะมีความยุ่งยากซับซ้อนก็ตาม

(Vichitvatee, 2018; Saito et al., 2011) อีกทั้งนักศึกษาส่วนใหญ่จะอยู่ในวัย Generation Z เติบโตท่ามกลางสังคมแบบดิจิทัลที่ทันสมัย สามารถสืบค้นความรู้ผ่านอินเทอร์เน็ตได้ง่ายและรวดเร็วกว่าการเปิดตำรา คู่กันเคยกับการดำเนินชีวิตด้วยการติดต่อผ่านเทคโนโลยี การเรียนการสอนผ่านรูปแบบออนไลน์จึงอาจส่งผลกระทบต่อความสุขในการเรียนได้น้อย ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ Wanna, Chaimongkol, and Poonnotok (2017) ที่พบว่า ความสุขของนักศึกษาพยาบาลในมหาวิทยาลัยเอกชนอยู่ในระดับสูง โดยพบว่า ความแข็งแกร่งในชีวิต ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง และการสนับสนุนทางสังคมเป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความสุขของนักศึกษาพยาบาล ทั้งนี้ความสุขในการเรียนรู้ของนักศึกษานั้น มีปัจจัยหลากหลายเข้ามาเกี่ยวข้อง ประกอบด้วยปัจจัยทางภายใน ได้แก่ ความฉลาดทางอารมณ์ การเห็นคุณค่าในตนเอง ทักษะคิดต่อวิชาชีพ วิธีการจัดการปัญหา เป็นต้น รวมถึงปัจจัยภายนอก ได้แก่ รายรับที่เพียงพอในแต่ละเดือน สัมพันธภาพกับเพื่อน ครอบครัวและอาจารย์ ส่งผลให้นักศึกษาเกิดความพึงพอใจและความสุขในชีวิต ซึ่งตัวแปรดังกล่าวมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความสุข (Saito et al., 2011) ซึ่งไม่สอดคล้องกับการศึกษาของ Thongsom (2011) ที่พบว่า นักศึกษาพยาบาลมีค่าเฉลี่ยของความสุขในการเรียนอยู่ในระดับปานกลาง ซึ่งเป็นการเก็บข้อมูลความสุขของนักศึกษาพยาบาลที่ไม่ได้มาจากการเรียนออนไลน์

2. ปัจจัยที่สามารถร่วมทำนายความสุขในการเรียนออนไลน์ของนักศึกษาพยาบาล ในช่วงที่มีการระบาดของเชื้อไวรัสโควิด-19 ได้แก่ กลยุทธ์ในการรับมือกับความเครียด ความแข็งแกร่งและยืดหยุ่นของชีวิต และความวิตกกังวลเกี่ยวกับการแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโควิด-19 ซึ่งเป็นไปตามสมมุติฐานที่ตั้งเอาไว้ และสามารถอภิปรายได้ ดังนี้

2.1 กลยุทธ์ในการรับมือกับความเครียด เป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลทางบวก และสามารถทำนายความสุขในการเรียนออนไลน์ของนักศึกษาพยาบาลได้มากที่สุด ( $\beta = .44$ ) ผลการศึกษาครั้งนี้ พบว่านักศึกษาพยาบาลมีกลยุทธ์ในการรับมือกับความเครียดและมีความสุขในการเรียนออนไลน์ระดับสูงด้วย อธิบายได้ว่า การมีกลยุทธ์ในการรับมือกับความเครียดที่สูงนั้น ทำให้นักศึกษาผ่อนคลายและมีความสุขกับการเรียนออนไลน์ (Prasertsong et al., 2021) ซึ่งกลยุทธ์ในการจัดการกับความเครียด (Coping strategies) เป็นความพยายามของบุคคลทั้งทางพฤติกรรมและจิตใจเพื่อลดความเครียดที่เกิดขึ้น Carver (1997) แบ่งออกเป็น 2 แบบ คือ การจัดการความเครียดแบบมุ่งแก้ปัญหา และการจัดการความเครียดแบบมุ่งแก้ที่อารมณ์ โดยผู้ที่มีวิธีการจัดการความเครียดที่เหมาะสมจะมีความสุขและสุขภาพจิตดี (Jirathkengkrai et al., 2021) นอกจากนี้ ช่วงระยะเวลาในการเก็บข้อมูลวิจัยเป็นช่วงที่นักศึกษาทุกชั้นปีเคยผ่านการเรียนในรูปแบบออนไลน์มาก่อนแล้ว ส่งผลให้มีการเตรียมความพร้อมล่วงหน้าและมีการปรับตัวต่อความเครียดในการเรียนที่ปรับเปลี่ยนตลอดเวลา สอดคล้องกับการศึกษาของ Mayordomo-Rodriguez, Melendez, Viguier, and Sales-Galan (2015) ที่พบว่าวัยรุ่นที่ใช้วิธีการจัดการกับความเครียดอย่างเหมาะสมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับสุขภาวะทางจิตใจ

2.2 ความแข็งแกร่งและยืดหยุ่นของชีวิตเป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลทางบวก และสามารถทำนายความสุขในการเรียนออนไลน์ของนักศึกษาพยาบาลรองจากกลยุทธ์ในการรับมือกับความเครียด โดยความแข็งแกร่งและยืดหยุ่นของชีวิต เป็นความสามารถของบุคคลในการจัดการกับปัญหาในช่วงวิกฤตของชีวิต แม้ในสถานการณ์ที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างกะทันหันทั้งรูปแบบการใช้ชีวิตและการศึกษา (Grotberg, 1995) ในการศึกษาครั้งนี้ พบว่านักศึกษาพยาบาลมีความแข็งแกร่งและยืดหยุ่นของชีวิตอยู่ระดับสูง ( $\bar{x} = 43.66, SD = 5.85$ ) อธิบายได้ว่า นักศึกษาพยาบาลที่มีความแข็งแกร่งและยืดหยุ่นของชีวิต หรือมีความสามารถในการเผชิญปัญหาที่วิกฤตจะสามารถดำเนินชีวิตได้อย่างปกติ และมีความสุขในการเรียนออนไลน์ สอดคล้องกับการศึกษาของ Bundasak et al. (2017) ที่พบว่า นักศึกษาพยาบาลที่มีความแข็งแกร่งในชีวิตมักพร้อมที่จะเรียนรู้สิ่งต่าง ๆ ได้อย่างมีความสุข

2.3 ความวิตกกังวลเกี่ยวกับการแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโควิด-19 เป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลทางลบ และสามารถทำนายความสุขในการเรียนออนไลน์ของนักศึกษาพยาบาลได้ นั่นหมายถึงว่าหากนักศึกษาพยาบาลมีความวิตกกังวลเกี่ยวกับการแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโควิด-19 จะส่งผลให้ความสุขในการเรียนออนไลน์ลดลง จากผลการวิจัยครั้งนี้

พบว่า นักศึกษาพยาบาลมีความวิตกกังวลเกี่ยวกับการแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโควิด-19 อยู่ระดับปานกลาง ( $\bar{x} = 9.39$ ,  $SD = 1.77$ ) ซึ่งมีผลการศึกษาที่ผ่านมาคล้ายกันของ Srisoem et al. (2021) ที่พบว่า นักศึกษาพยาบาลส่วนใหญ่มีความวิตกกังวลเกี่ยวกับสถานการณ์ดังกล่าวในระดับปานกลาง และความวิตกกังวลดังกล่าวมีความสัมพันธ์ทางบวกกับภาวะบีบคั้นทางจิตใจ นอกจากนี้จากการศึกษาของ Luo et al. (2021) พบว่าจากสถานการณ์แพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโควิด-19 ที่กระจายอย่างรวดเร็ว อัตราการเสียชีวิตที่เพิ่มสูงขึ้น การปรับรูปแบบการดำเนินชีวิตแบบใหม่ (New normal) นำไปสู่ความกลัวและความวิตกกังวลในระดับที่สูงขึ้นได้ อย่างไรก็ตาม ความวิตกกังวลเกี่ยวกับการแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโควิด-19 เป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลทางลบ กล่าวคือ หากนักศึกษาพยาบาล มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการป้องกันการติดเชื้อไวรัสโควิด-19 ย่อมสามารถจัดการกับความวิตกกังวลและปรับตัวต่อสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคได้ อีกทั้งยังยอมเข้าใจสถานการณ์การเรียนการสอนที่มีการเปลี่ยนแปลงอยู่เสมอ พร้อมปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลง ส่งผลให้เกิดความสุขในการเรียนรู้

### ข้อเสนอแนะ

1. ควรมีการนำผลการวิจัยไปใช้ประยุกต์ใช้ในการออกแบบจัดกิจกรรมหรือโปรแกรมที่ส่งเสริมและคงไว้ซึ่งความสุขในระหว่างเรียนออนไลน์ และศึกษาผลของกิจกรรมหรือโปรแกรมในรูปแบบการวิจัยกึ่งทดลอง
2. ควรมีการพัฒนาารูปแบบการดูแลติดตามกลุ่มนักศึกษาที่มีความสุขในระดับน้อยกว่าเกณฑ์มาตรฐานสากลที่กำหนดของสถาบันการศึกษาพยาบาล
3. ควรมีการศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความสุขในการเรียนออนไลน์ในนักเรียนกลุ่มอื่น

### กิตติกรรมประกาศ

ผู้วิจัยขอขอบพระคุณมหาวิทยาลัยบูรพาที่สนับสนุนทุนอุดหนุนการวิจัย งบประมาณเงินรายได้ คณะพยาบาลศาสตร์ ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2565

### References

- Anekpunyakul, U. (2020). *Happiness in online learning during COVID-19 of master's degree students in master of business administration, Ramkhamhang University*. Master's Thesis, Business Administration Management, Ramkhamhaeng University, 1-12. (In Thai)
- Bundasak, T., Nabkasorn, C., & Vatanasin, D. (2017). The effects of the resilience enhancement program on happy learning among nursing students. *Journal of MCU Peace Studies*, 5(3), 195-208. (In Thai)
- Carver, C. S. (1997). You want to measure coping but your protocol's too long: Consider the brief COPE. *International Journal of Behavioral Medicine*, 4, 92-100.
- Connor, K. M., & Davidson, J. R. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson resilience scale (CDRISC). *Depress Anxiety*, 18(2), 76-82.
- Department of Mental Health. (2020). *A manual for the operation of mental health support team for people in crisis in the situation Coronavirus disease (COVID-19)*. Retrieved from <https://www.dmh.go.th/covid19/qa/>
- Grotberg, E. (1995). *A guide to promoting resilience in children: Strengthening the human spirit*. Den Haag: Bernard van Leer Foundation.

- Hettler, B. (1984). Wellness: Encouraging a lifetime pursuit of excellence. *Health Values*, 8(4), 13-17.
- Jantarapakdee, R., Hengudomsab, P., & Vatanasin, D. (2022). Psychosocial factors affecting learning behaviors among nursing students. *Royal Thai Navy Medical Journal*, 49(1) 43-59. (In Thai)
- Jirathikrengkrai, C., Vongsirimas, N., Thanoi, W., & Phetrasuwan, S. (2021). Factor in predicting psychological well-being in late adolescents. *Journal of Nursing Science*, 39(2), 77-89. (In Thai)
- Julrat, P. (2010). *The effect of contemplation learning process on learning achievement and happiness in study of graduate student's faculty of education Srinakharinwirot University* (Research report). Bangkok: Srinakharinwirot University. (In Thai)
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress appraisal and coping*. New York: Springer Publishing.
- Luo, F., Gheshlagh, G. R., Dalvand, S., Saedmoucheshi, S., & Li, Q. (2021). Systematic review and meta-analysis of fear of COVID-19. *Frontiers in Psychology*, 12, 1-11.
- Moawad, R. A. (2020). Online learning during the COVID-19 pandemic and academic stress in university students. *Revista Romaneasca Pentru Educatie Multidimensionala*, 12(1), 100-107.
- Mayordomo-Rodriguez, T., Melendez, J., Viguer, P., & Sales-Galan, A. (2015). Coping strategies as predictors of well-being in youth adult. *Social Indicators Research*, 122, 479-89.
- Numsang, T., & Tantrurongroj, T. (2018). Validity and reliability of the brief COPE inventory: Thai version. *Journal of the Psychiatric Association of Thailand*, 63(2), 189-198. (In Thai)
- Poonnotok, P., & Napkasorn, C. (2016). Factors related to happiness of undergraduate nursing students, faculty of nursing, Burapha University. *Nursing Journal of the Ministry of Public Health*, 26(3), 118-129. (In Thai)
- Prasertsong, C., Sanghirunruttana, J., & Kladaew, P. (2021). The factor related to stress of online learning due to the COVID-19 situation among nursing students. *Journal of Somdet Chaopraya Institute of Psychiatry*, 15(1), 14-28. (In Thai)
- Saito, S. A., Voraham, W., & Senarak, W. (2011). Happiness of undergraduate nursing students, Faculty of Nursing, Khon Kaen University. *Journal of Nursing Science & Health*, 34(2), 70-79. (In Thai)
- Samathakul, R. (2020). *Covid-19: Impacts on nursing students' mental health in Buriram Rajabhat University* (Research report). Retrieved from <http://dspace.bru.ac.th/xmlui/bitstream/handle/123456789/7067/.pdf>
- Srisathainarakul, B. (2010). *The methodology in nursing research*. Bangkok: U and I Inter media.
- Srisoem, C., Chitrak, W., Jaimun, B., & Chuakan, P. (2021). Factors related to psychological distress among nursing students during the coronavirus 2019 disease outbreak. *Journal of Health and Nursing Education*, 27(1), 75-90. (In Thai)
- Thailand Nursing Honor Society. (2021). *Clinical nursing experiential learning to enhance the nursing education and practice in the face of COVID-19 pandemic*. Bangkok: Thailand Nursing Honor Society.
- Thongsom, P. (2011). The development of indications of happiness in learning of students in nursing science undergraduate programs under the ministry of public health, *Journal of Nursing and Education*, 4(1), 88-111. (In Thai)

- Vichitvatee, S, (2018). Selected factors affecting academic achievement in nursing professional of students at Mission Faculty of Nursing, Asia-Pacific International University. *Journal of Nursing and Education, 11*(1), 81-97. [in Thai].
- Vongsirimas, N., Thanoi, W., & Klainin-Yobas, P. (2017). Evaluating psychometric properties of the Connor-Davidson resilience scale (10-item CDRISC) among university students in Thailand. *Journal of Nursing Science, 35*(3), 25-35. (In Thai)
- Wanna, K., Chaimongkol, N., & Poonnotok, P. (2017). Factor influencing happiness among nursing students in private universities. *Journal of Nursing Siam University, 18*(34), 97-108. (In Thai)