

# ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล ความเครียด ความฉลาดทางอารมณ์ กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษา

คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏชัยภูมิ

The Relationships between the Personal Factors, Stress,  
Emotional Intelligence and Academic Achievement

of the Students at Faculty of Nursing, Chaiyaphum Rajabhat University.

กมลรัตน์ ทองสว่าง\*

Kamonrut Tongsawang\*

คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏชัยภูมิ จ.ชัยภูมิ, ประเทศไทย, 36000

Faculty of Nursing, Chaiyaphum Rajabhat University, Chaiyaphum Province, Thailand, 36000

## บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ดังนี้ คือ 1) เพื่อศึกษาระดับความเครียดและความฉลาดทางอารมณ์ 2) เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล ระดับความเครียด ความฉลาดทางอารมณ์ กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน 3) เพื่อสร้างสมการในการพยากรณ์ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษา คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏชัยภูมิ กลุ่มตัวอย่างคือนักศึกษา ชั้นปีที่ 1 และ 2 คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏชัยภูมิ ปีการศึกษา 2556 จำนวน 159 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยมี 3 ส่วน คือ แบบสอบถามข้อมูลส่วนตัว แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ และแบบวัดความเครียด สถิติที่ใช้ได้แก่ สถิติพื้นฐาน สัมประสิทธิ์ความสัมพันธ์แบบเพียร์สัน การวิเคราะห์สมการถดถอยแบบพหุคูณ และคัดเลือกตัวแปรเข้าสมการแบบหลายขั้นตอน ผลการวิจัยพบว่า นักศึกษามีคะแนนระดับความเครียดอยู่ในระดับสูง มีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ โดยรวมเฉลี่ยอยู่ในเกณฑ์ปกติ ชั้นปีที่ศึกษา จำนวนพี่น้อง ความเห็นใจผู้อื่น การรับผิดชอบ และความฉลาดทางอารมณ์มีความสัมพันธ์กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05 ความฉลาดทางอารมณ์ส่วนองค์ประกอบด้านดีในด้านความรู้จักเห็นใจผู้อื่น (X1) ชั้นปีที่ศึกษา (X2) และจำนวนพี่น้อง (X3) สามารถร่วมกันพยากรณ์ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษา คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏชัยภูมิ และได้สมการคือ  $Y = 0.97 + 0.06X1 - 0.217X2 + 0.132X3$  ผลการศึกษาครั้งนี้สามารถนำไปเป็นข้อมูลพื้นฐานในการวางแผนการให้คำปรึกษาสำหรับนักศึกษาที่มีปัญหาเกี่ยวกับเรื่องสุขภาพจิตของคณะพยาบาลศาสตร์ เพื่อส่งผลกระทบต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนที่ดีของนักศึกษา

**คำสำคัญ :** ความเครียด ความฉลาดทางอารมณ์ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน นักศึกษาพยาบาล

## Abstract

The purpose of this research was 1) to study the level of stress and emotional intelligence; 2) to study the relationship between personal factors; Stress level and Emotional intelligence 3) to create an equation for predicting academic achievement of students, of Faculty of Nursing, Chaiyaphum Rajabhat University.

The sample was 159, 1st and 2nd year students of Faculty of Nursing, Chaiyaphum Rajabhat University, Academic year 2556. The instrument used in this study was a questionnaire including personal information, Emotional Intelligence questionnaire and the Suanprung Stress SPST-20. The statistics used in the study were frequency, percentage, mean, S.D., the Pearson's product-moment correlation coefficient and the step wise multiple regression analysis. The results indicated that the nursing students have a high stress level and normal average scores of emotional Intelligence. Year of study, number of siblings, sympathy for others, responsibility and emotional Intelligence had correlated with GPA. statistically significant ( $p < 0.05$ ). Emotional Intelligence component side of compassionate person (X1) Year of Study (X2) and number of siblings (X3) could predict academic achievement of students and the equation was  $Y = 0.97 + 0.06X1 - 0.217X2 + 0.132X3$ . The results of this study can be used as a basis for planning counseling for students with mental health problems of the Faculty of Nursing. To affect students' good academic achievement.

**Keywords :** stress, emotional intelligence, academic achievement, nursing student

## บทนำ

การศึกษาเป็นกระบวนการที่ทำให้มนุษย์สามารถพัฒนาคุณภาพชีวิตของตนให้สามารถดำเนินชีวิตในสังคมได้อย่างมีความสุขและสามารถเกื้อหนุนการพัฒนาประเทศได้อย่างเหมาะสม สอดคล้องกับความเปลี่ยนแปลงในทุกๆ ด้านของประเทศชาติ ในปัจจุบันการพัฒนาในระยะแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 12 (พ.ศ. 2560-2564)<sup>1</sup> โดยยุทธศาสตร์หนึ่งในแผนพัฒนาฯ ฉบับที่ 12 คือ ยึดหลัก “ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง” “การพัฒนาที่ยั่งยืน” และ “คนเป็นศูนย์กลางการพัฒนา” ที่ต่อเนื่องจาก 2 แผนพัฒนาฯ ฉบับที่ 9-11 ทั้งนี้จะเห็นได้ว่า สถาบันการศึกษานั้นมีบทบาทสำคัญในการเตรียมคนซึ่งถือว่า “คนเป็นศูนย์กลางการพัฒนา” สถาบันการศึกษาจะส่งเสริมบุคคลที่จะจบการศึกษาระดับอุดมศึกษาออกไปเป็นบุคคลที่เป็นศูนย์กลางการพัฒนา ซึ่งมุ่งเน้นการยกระดับคุณภาพทุนมนุษย์ของประเทศ โดยพัฒนาคนให้เหมาะสมตามช่วงวัย เพื่อให้เติบโตอย่างมีคุณภาพ การหล่อหลอมให้คนไทยมีค่านิยมตามบรรทัดฐานที่ดีทางสังคม เป็นคนดี มีสุขภาวะที่ดี มีคุณธรรมจริยธรรม มีระเบียบวินัย และมีจิตสำนึกที่ดีต่อสังคมส่วนรวมซึ่งพร้อมจะต่อสู้สร้างสรรค์สิ่งใหม่ที่มีคุณค่า เป็นผู้นำเป็นนักคิดที่ใช้สติปัญญาอย่างเต็มที่และมีอุดมคติเพื่ออนาคตที่ดีกว่าอย่างแท้จริง ซึ่งนำไปสู่การพัฒนาประเทศที่ยั่งยืนต่อไป

การจัดการศึกษาพยาบาลศาสตร์ในปัจจุบันเป็นการศึกษาระดับอุดมศึกษาที่มีเป้าหมายที่สำคัญคือ มุ่งผลิตบัณฑิตพยาบาลให้มีคุณภาพเพื่อได้ออกไปเป็นส่วนหนึ่งของ

สังคมในการเป็นส่วนหนึ่งของศูนย์กลางการพัฒนาตามนโยบายของประเทศ ดังนั้นการที่จะให้นักศึกษาในสถาบันอุดมศึกษามีคุณภาพเหมาะสมตามวัย ประสบความสำเร็จและมีความสุขในชีวิตอย่างแท้จริงได้นั้น การรับรู้อารมณ์ของตนเองและการแสดงออกทางด้านอารมณ์อย่างเหมาะสมมีส่วนช่วยอย่างมากกว่าการมีสติปัญญาสูง บุคคลต้องมีเขาวินิจฉัยจึงจะทำให้บุคคลสามารถแก้ปัญหา เอาชนะอุปสรรคและเอาชนะผู้อื่นได้ ซึ่งคุณลักษณะของพยาบาลนั้นส่วนหนึ่งคือต้องเป็นผู้ที่มีความมั่นคงทางอารมณ์ ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดเรื่องความฉลาดทางอารมณ์ ซึ่งเป็นความสามารถทางอารมณ์ในการดำเนินชีวิตอย่างสร้างสรรค์และมีความสุข<sup>2</sup> นักศึกษาพยาบาล คือผู้ที่เจอญติเติบโตเป็นพยาบาลวิชาชีพในอนาคต ต้องฝึกฝนและควบคุมตนเองให้มีความรับผิดชอบสูง เสียสละ อดทน รู้จักแก้ปัญหา มีการตัดสินใจที่ถูกต้องรวดเร็วเพื่อให้การพยาบาลเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ<sup>3</sup> นอกจากนี้นักศึกษาพยาบาลยังต้องเผชิญกับความคาดหวังของผู้รับบริการและคนในสังคม ขณะที่นักศึกษาพยาบาลซึ่งอยู่ในช่วงวัยที่เป็นวัยรุ่น เป็นวัยที่อยู่ในช่วงระยะคาบเกี่ยวระหว่างความเป็นเด็กต่อเนื่องกับความเป็นผู้ใหญ่ มีความอ่อนไหว มีการเปลี่ยนแปลงพัฒนาการทั้งทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคมและสติปัญญา ทำให้เกิดปัญหาต่างๆ ได้ง่าย การที่นักศึกษาพยาบาลต้องเผชิญกับภาวะที่สร้างความกดดันไม่ว่าจะเป็นการเรียนพยาบาล การปรับตัวสำหรับการเข้าเรียนเป็นนักศึกษามหาวิทยาลัย รวมไปถึงเหตุการณ์ต่างๆ จากสังคมและสิ่งแวดล้อมก่อให้เกิดความเครียดแก่นักศึกษาแต่ละคนในระดับที่ต่างกัน ซึ่งความเครียดส่งผลกระทบต่อ

ทั้งทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และ สังคม<sup>4</sup>

ความเครียดนั้นเป็นผลของปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลกับสถานการณ์ โดยบุคคลประเมินสถานการณ์ที่เข้ามากระทบ ว่าเกินกำลังกว่าแหล่งประโยชน์ที่มีอยู่และส่งผลกระทบต่อความผาสุกของบุคคล เมื่อบุคคลประเมินสถานการณ์ว่าเกิดความเครียด บุคคลจะพยายามใช้กลวิธีต่างๆ เพื่อช่วยทำให้ความเครียดที่กำลังเผชิญอยู่ลดลง<sup>5</sup> ความเครียดเป็นปัญหาที่พบได้บ่อยในการจัดการเรียนการสอนทางการพยาบาล และอาจส่งผลกระทบต่อภาวะสุขภาพของนักศึกษา<sup>6</sup> สาเหตุของความเครียดในนักศึกษาส่วนหนึ่งเป็นความเครียดที่เกิดจากพัฒนาการตามวัยเนื่องจากนักศึกษาที่เข้ารับการศึกษาระดับปริญญาตรีส่วนใหญ่เป็นวัยรุ่น มีอายุระหว่าง 18-22 ปี ซึ่งพัฒนาการของวัยรุ่นอยู่ในช่วงวัยรุ่นตอนปลายและเข้าสู่วัยผู้ใหญ่ตอนต้น เป็นวัยที่ต้องมีการปรับตัวกับการเปลี่ยนแปลงที่รวดเร็วของร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคมและสติปัญญา และเมื่อเรียนในสาขาพยาบาลศาสตร์ ซึ่งเป็นสาขาที่นักศึกษาต้องปรับตัวต่อสภาพการเรียนการสอนที่มีลักษณะเฉพาะ มีความเกี่ยวข้องกับกรับผิดชอบชีวิตและความปลอดภัยของมนุษย์ นักศึกษาต้องใช้ความระมัดระวังใช้ความอดทน ความเสียสละต้องอยู่ในกฎระเบียบในการปฏิบัติกรพยาบาลนักศึกษาต้องปรับตัวในการสร้างสัมพันธ์ภาพกับผู้ร่วมวิชาชีพผู้ปฏิบัติงานรวมทั้งผู้ป่วยและญาติ สิ่งต่างๆ เหล่านี้ส่งผลต่อระดับความเครียดของนักศึกษายพยาบาลทั้งสิ้น<sup>7</sup> ความเครียดในนักศึกษายพยาบาลเป็นเรื่องที่ไม่ควรมองข้ามหรือละเลยเนื่องจากผ่านมาพบว่า ความเครียดส่งผลกระทบต่อภาวะสุขภาพและภาวะจิตสังคมของนักศึกษายพยาบาล<sup>6</sup>

จากการทบทวนวรรณกรรมและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องพบว่า ความฉลาดทางอารมณ์กับความเครียดของนักศึกษายพยาบาลมีความสัมพันธ์กัน โดยพบว่าความฉลาดทางอารมณ์มีความสัมพันธ์กับความเครียดในทางลบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ กล่าวคือ เมื่อมีความฉลาดทางอารมณ์สูงขึ้นค่าเฉลี่ยของคะแนนความเครียดจะลดลง<sup>3, 8</sup> นอกจากความเครียดแล้วยังพบว่าความฉลาดทางอารมณ์นั้นมีความสัมพันธ์กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนอีกด้วย<sup>9, 10</sup> ส่วนปัจจัยที่มีผลต่อความเครียดได้แก่ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ระยะเวลาที่ศึกษา ระดับชั้นปี<sup>11</sup> โดยนักศึกษาที่เรียนอยู่ในชั้นปีที่ต่ำจะมีระดับความเครียดสูงสุด<sup>12</sup> แต่ก็ยังมีบางงานวิจัย ได้แก่ งานวิจัยของมาลีวรรณเลิศสาครศิริ<sup>7</sup> และงานวิจัยของปิยอร วจนะทินภัทร และคณะ<sup>13</sup>

ที่พบว่าระดับความเครียดไม่มีความสัมพันธ์กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ระดับชั้นปี และอายุ และพบว่าปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความฉลาดทางอารมณ์ ได้แก่ เพศ ภูมิลำเนา และรายได้ของผู้อุปการะของนักศึกษาและปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ทางลบ ได้แก่ ลำดับที่การเป็นบุตรและสถานภาพสมรสของผู้ปกครอง<sup>9</sup> ซึ่งจากงานวิจัยที่เกี่ยวข้องดังกล่าว จะเห็นได้ว่าผลการวิจัยเกี่ยวกับปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อความเครียด ความฉลาดทางอารมณ์และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ยังมีผลที่แตกต่างกันอยู่ ไม่ได้เป็นไปในแนวทางเดียวกันทุกงานวิจัย

คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏชัยภูมิ เป็นสถาบันการศึกษาที่ผลิตนักศึกษายพยาบาลซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อผลิตบัณฑิตพยาบาลที่มีคุณภาพสู่สังคม ซึ่งการศึกษาที่มีประสิทธิภาพนั้นต้องคำนึงถึงคุณภาพชีวิตของผู้เรียนทั้งด้านสุขภาพกายและสุขภาพจิต จึงมีความจำเป็นอย่างยิ่งที่ผู้วิจัยต้องศึกษาความสัมพันธ์ของปัจจัยส่วนบุคคล ระดับความเครียด ความฉลาดทางอารมณ์ กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษา คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏชัยภูมิ เพื่อเป็นประโยชน์ให้นักศึกษายพยาบาลได้รับรู้ระดับความเครียดและความฉลาดทางอารมณ์ของตนเอง ซึ่งอาจส่งผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษารวมถึงเป็นประโยชน์ในการที่คณาจารย์และบุคลากรที่เกี่ยวข้องกับนักศึกษา จะนำผลของการศึกษาที่ได้มาเป็นข้อมูลพื้นฐานในการส่งเสริมภาวะสุขภาพจิตของนักศึกษายพยาบาล ซึ่งจะส่งผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษาและเป็นบัณฑิตที่มีคุณภาพออกไปสู่สังคมเพื่อเป็นศูนย์กลางในการพัฒนาที่ยั่งยืนต่อไป

## วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับความเครียดและความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษา คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏชัยภูมิ
2. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล ระดับความเครียด ความฉลาดทางอารมณ์ กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษา คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏชัยภูมิ
3. เพื่อสร้างสมการในการพยากรณ์ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษา คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏชัยภูมิ

## กรอบแนวคิดการวิจัย

กรอบแนวคิดการวิจัยในการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ ทบทวนวรรณกรรมและงานวิจัยและได้กรอบแนวคิดการวิจัย ดังนี้ ปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ ชั้นปีที่กำลังศึกษา ลำดับการ เกิด จำนวนพี่น้อง สถานภาพสมรสของบิดามารดา ระดับ ความเครียด ความฉลาดทางอารมณ์ มีความสัมพันธ์กับผล สัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษาพยาบาล

## วิธีดำเนินการวิจัย

เป็นการวิจัยเชิงพรรณนา (Descriptive research) ประชากร คือ นักศึกษา คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัย ราชภัฏชัยภูมิ ปีการศึกษา 2556 กลุ่มตัวอย่าง คือ นักศึกษา คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏชัยภูมิ ปีการศึกษา 2556 ชั้นปีที่ 1 และ 2 จำนวน 159 คน

## เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย และคุณภาพของเครื่องมือ

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาเป็นแบบสอบถาม ประกอบด้วย 3 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนตัว ได้แก่ เพศ ชั้นปีที่กำลังศึกษา ลำดับการเกิด จำนวนพี่น้อง สถานภาพ การสมรสของบิดามารดา เกรดเฉลี่ยสะสม

ส่วนที่ 2 แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ ของกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข ซึ่งเป็นแบบประเมิน ความฉลาดทางอารมณ์สำหรับประชาชนไทย อายุ 12-60 ปี ประกอบด้วยข้อคำถามจำนวนทั้งสิ้น 52 ข้อ จำแนกเป็น ความฉลาดทางอารมณ์ด้านดี จำนวน 18 ข้อ ด้านเก่ง จำนวน 18 ข้อ และด้านสุข จำนวน 16 ข้อ โดยแบ่งมาตรการประเมิน เป็น 4 ระดับ มีค่าสัมประสิทธิ์ความเชื่อมั่นในด้าน ดี เก่ง สุข และภาพรวม คือ 0.75, 0.76, 0.81 และ 0.85 ตามลำดับ 3 ข้อคำถามจำแนกออกเป็น 3 องค์ประกอบ ดังนี้

องค์ประกอบที่ 1 ความฉลาดทางอารมณ์ ด้านดี มีข้อคำถามจำนวน 18 ข้อ (ข้อ 1-18) ได้แก่ ความสามารถในการควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง (ข้อ1-6) การรู้จักเห็นใจผู้อื่น (ข้อ 7-12) และมีความรับผิดชอบต่อ ส่วนรวม (ข้อ 13-18)

องค์ประกอบที่ 2 ความฉลาดทางอารมณ์ ด้านเก่ง มีข้อคำถามจำนวน 18 ข้อ (ข้อ 19-36) ได้แก่ ความสามารถในการรู้จักตนเองและมีแรงจูงใจในตนเอง (ข้อ 19-24) สามารถตัดสินใจแก้ปัญหาและแสดงออกได้อย่างมีประสิทธิภาพ (ข้อ 25-30) มีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น (ข้อ 31-36)

องค์ประกอบที่ 3 ความฉลาดทางอารมณ์ ด้านสุข มีข้อคำถามจำนวน 16 ข้อ (ข้อ 37-52) ได้แก่ ภูมิใจในตนเอง (ข้อ 37-40) พึงพอใจในชีวิต (ข้อ 41-46) และมีความสุขสงบ ทางใจ (ข้อ 47-52)

แบบประเมินนี้ประกอบด้วยข้อคำถามทางบวก และทางลบ โดยมีข้อความที่เกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์ ทางบวก 28 ข้อ และทางลบ 24 ข้อ ซึ่งข้อที่เป็นความในทาง ลบต้องให้คะแนนกลับกับข้อความในทางบวก (Reverse Score) ก่อนที่จะรวมคะแนน

การให้คะแนน แบ่งเป็น 2 กลุ่มในการให้คะแนน ดังต่อไปนี้

กลุ่มที่ 1 ข้อความทางบวก จำนวน 28 ข้อ แต่ละข้อ ให้คะแนนดังต่อไปนี้

ตอบไม่จริง ให้ 1 คะแนน ตอบจริงบางครั้ง ให้ 2 คะแนน

ตอบค่อนข้างจริง ให้ 3 คะแนน ตอบจริงมาก ให้ 4 คะแนน

กลุ่มที่ 2 ข้อความทางลบ จำนวน 24 ข้อ แต่ละข้อ ให้คะแนนดังต่อไปนี้

ตอบไม่จริง ให้ 4 คะแนน ตอบจริงบางครั้ง ให้ 3 คะแนน

ตอบค่อนข้างจริง ให้ 2 คะแนน ตอบจริงมาก ให้ 1 คะแนน

การให้คะแนนรวมการประเมิน คือ จำนวนข้อ  $(52) \times 4 = 208$  คะแนน

การแปลผล

การแปลผลคะแนนความฉลาดทางอารมณ์โดยรวม รายด้าน ดี เก่ง สุข ในกลุ่มประชากร อายุ 18-25 ปี เป็นดังนี้

องค์ประกอบความฉลาดทางอารมณ์	ต่ำกว่าปกติ	เกณฑ์ปกติ	สูงกว่าปกติ
คะแนนรวม	<138	138 - 170	>170
1. องค์ประกอบด้าน ดี	<48	48 - 58	>58
1.1 ควบคุมอารมณ์	<14	14 - 18	>18
1.2 เห็นใจผู้อื่น	<16	16 - 20	>20
1.3 รับผิดชอบ	<17	17 - 23	>23
องค์ประกอบความฉลาดทางอารมณ์ ต่ำกว่าปกติ เกณฑ์ปกติ สูงกว่าปกติ			
2. องค์ประกอบด้าน เก่ง	<45	45 - 59	>59
2.1 มีแรงจูงใจ	<15	15 - 21	>21
2.2 ตัดสินใจและแก้ปัญหา	<14	14 - 20	>20
2.3 สัมพันธภาพกับผู้อื่น	<15	15 - 21	>21
3. องค์ประกอบด้าน สุข	<42	42 - 56	>56
3.1 ภูมิใจในตนเอง	<9	9 - 13	>13
3.2 พึ่งพอใจในชีวิต	<16	16 - 22	>22
3.3 สุขสงบทางใจ	<15	15 - 21	>21

ส่วนที่ 3 แบบวัดความเครียด โดยใช้แบบวัดความเครียดสวนปรุง SPST-2015 โรงพยาบาลสวนปรุง กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข มีค่าสัมประสิทธิ์ความเชื่อมั่นมากกว่า 0.7 แบบวัดความเครียดสวนปรุง ชุด 20 ข้อ เป็นมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ (ให้คะแนน 1-2-3-4-5) ดังนี้

ตอบไม่รู้สึกรู้สึกเครียด ให้ 1 คะแนน ตอบเครียดเล็กน้อย ให้ 2 คะแนน

ตอบเครียดปานกลาง ให้ 3 คะแนน ตอบเครียดมาก ให้ 4 คะแนน

ตอบเครียดมากที่สุด ให้ 5 คะแนน ไม่ตอบ ให้ 0 คะแนน

การแปลผล แบบวัดความเครียดสวนปรุง ชุด 20 ข้อ มี คะแนนรวมไม่เกิน 100 คะแนน โดยผลรวมที่ได้ แบ่งออกเป็น 4 ระดับ ดังนี้

คะแนน 0-24 เครียดน้อย  
คะแนน 43-62 เครียดสูง  
คะแนน 25-42 เครียดปานกลาง คะแนน 63 ขึ้นไป เครียดรุนแรง

### การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ

เครื่องมือที่ใช้ ผู้วิจัยได้นำทั้งแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข จำนวน

52 ข้อ และแบบวัดความเครียดสวนปรุง SPST-20 โรงพยาบาลสวนปรุง กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข จำนวน 20 ข้อ ไปทดลองใช้กับนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลแห่งหนึ่ง ที่มีคุณสมบัติเหมือนกับกลุ่มประชากรที่ศึกษา จำนวน 30 ราย แล้วนำมาหาค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือ โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ มีค่าความเชื่อมั่น เท่ากับ 0.85 และแบบวัดความเครียด มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.78

### จริยธรรมการวิจัยและการพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่าง

การทำวิจัยครั้งนี้ผ่านการพิจารณาและได้รับการอนุมัติจากคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน ของคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏชัยภูมิ ในการพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง ผู้วิจัยได้ชี้แจงให้ผู้ร่วมโครงการวิจัยทราบถึงความสำคัญและวัตถุประสงค์ของโครงการวิจัย พร้อมทั้งอธิบายรายละเอียดของแบบประเมินจนเข้าใจ ทั้งนี้ นักศึกษาผู้ร่วมโครงการมีสิทธิ์ที่จะปฏิเสธการตอบแบบสอบถาม และแบบประเมินหรือขอยกเลิกได้โดยไม่มีผลกระทบใดๆ ข้อมูลที่ได้จะนำเสนอเป็นภาพรวมโดยไม่มีเปิดเผยข้อมูลส่วนบุคคลในทุกกรณี แต่นักศึกษาสามารถขอใช้ผลการประเมินส่วนตัว ให้เป็นประโยชน์ในการพัฒนาตนเองเป็นรายบุคคล

## การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยได้ทำหนังสือขออนุญาตจากคณบดีคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏชัยภูมิ ในการขอเก็บข้อมูลจากนักศึกษา คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏชัยภูมิ ปีการศึกษา 2556 จำนวน 159 คน และได้ขอความร่วมมือจากนักศึกษาในการตอบแบบสอบถามข้อมูลส่วนตัว ร่วมกับแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของกรมสุขภาพจิต และแบบวัดความเครียดสวนปรง SPST-20 แล้วนำมาตรวจสอบความสมบูรณ์และความครบถ้วนของข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยประมวลผลและวิเคราะห์ข้อมูลหาค่าความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน สัมประสิทธิ์ความสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson's product - moment correlation coefficient) การวิเคราะห์สมการถดถอยแบบพหุคูณ (multiple regression) และคัดเลือกตัวแปรเข้าสมการแบบหลายขั้นตอน (Stepwise selection)

## ผลการวิจัย

1. ข้อมูลทั่วไป พบว่า นักศึกษา คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏชัยภูมิ ปีการศึกษา 2556 ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง คิดเป็นร้อยละ 91.2 ชั้นปีที่ 1 และ 2 มีจำนวน 78 และ 81 คน คิดเป็นสัดส่วนร้อยละ 49.1 และ 50.9 ตามลำดับ

นักศึกษาเป็นบุตรคนแรกมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 49.7 รองลงมาเป็นบุตรคนที่สอง และคนที่สาม ร้อยละ 41.5 และ 6.9 ตามลำดับ ร้อยละ 61.6 มีจำนวนพี่น้อง 3 คน รองลงมาคือมีจำนวนพี่น้อง 2 คน และ 4 คน คิดเป็นร้อยละ 15.7 และ 12.6 ตามลำดับ และร้อยละ 10.1 ที่เป็นบุตรคนเดียว

บิดามารดาอยู่ด้วยกันมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 83.6 รองลงมามีบิดามารดาหย่าร้าง และบิดาเสียชีวิต คิดเป็นร้อยละ 10.7 และ 3.8 ตามลำดับ

## ตารางที่ 1 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามระดับความเครียด

ระดับคะแนน	ระดับความเครียด	จำนวน (คน)	ร้อยละ
0-24	เครียดน้อย	5	3.14
25-42	เครียดปานกลาง	59	37.11
43-62	เครียดสูง	73	45.91
63 ขึ้นไป	เครียดรุนแรง	22	13.84
รวม		159	100

ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษา คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏชัยภูมิ ปีการศึกษา 2556 มีเกรดสะสมเฉลี่ย 2.63 และ 2.53 ตามลำดับ และเกรดสะสมเฉลี่ยโดยรวม มีค่าเท่ากับ 2.59

2. นักศึกษา ชั้นปีที่ 1 และ 2 มีคะแนนระดับความเครียดโดยเฉลี่ยอยู่ในระดับสูงทั้งสองชั้นปี คือ มีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 49.08 และ 45.44 คะแนน ตามลำดับ โดยรวมเฉลี่ย นักศึกษา คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏชัยภูมิ มีคะแนนระดับความเครียดโดยเฉลี่ยอยู่ในระดับสูงคือ มีคะแนนเฉลี่ยอยู่ที่ 47.23 คะแนน

3. ระดับคะแนนความเครียดของนักศึกษา คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏชัยภูมิ ส่วนใหญ่อยู่ในระดับสูง จำนวน 73 คน คิดเป็นร้อยละ 45.91 รองลงมา มีระดับความเครียดปานกลาง จำนวน 59 คน คิดเป็นร้อยละ 37.11 และน้อยที่สุดคือระดับความเครียดน้อย จำนวน 5 คน คิดเป็นร้อยละ 3.14 (ตารางที่ 1)

4. นักศึกษาชั้นปีที่ 1 และชั้นปีที่ 2 มีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์อยู่ในเกณฑ์ปกติ โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 168.87 และ 164.09 คะแนน ตามลำดับ ความฉลาดทางอารมณ์โดยรวมเฉลี่ยของนักศึกษา คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏชัยภูมิ ปีการศึกษา 2556 มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 166.44 ซึ่งอยู่ในเกณฑ์ปกติ เมื่อพิจารณารายองค์ประกอบและรายด้านพบว่า มีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ในองค์ประกอบด้านดีโดยเฉลี่ยอยู่ในระดับปกติค่อนข้างสูง คือ 58.80 โดยในด้านความสามารถในการควบคุมอารมณ์และด้านความต้องการของตนเอง ที่อยู่ในระดับปกติค่อนข้างสูง คือ 18.81 (ตารางที่ 2)

ตารางที่ 2 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและช่วงคะแนนความฉลาดทางอารมณ์โดยรวมและรายด้าน

ความฉลาดทางอารมณ์ โดยรวม	เกณฑ์มาตรฐาน 138-170	คะแนนเฉลี่ย 166.44	S.D. 12.92	การแปลความหมาย ปกติ
<b>องค์ประกอบด้านดี</b>	48-58	58.80	5.48	ปกติค่อนข้างสูง
1. การควบคุมอารมณ์	14-18	18.81	2.38	ปกติค่อนข้างสูง
2. การรู้จักเห็นใจผู้อื่น	16-20	19.41	2.19	ปกติ
3. มีความรับผิดชอบ	17-23	20.58	2.36	ปกติ
<b>องค์ประกอบด้านเก่ง</b>	45-59	55.21	11.70	ปกติ
1. รู้จักตนเองและมีแรงจูงใจในตนเอง	15-21	18.60	2.69	ปกติ
2. ตัดสินใจแก้ปัญหา	14-20	17.83	3.05	ปกติ
3. มีสัมพันธภาพกับผู้อื่น	15-21	18.79	10.29	ปกติ
<b>องค์ประกอบด้านสุข</b>	42-56	52.43	6.24	ปกติ
1. ภูมิใจในตนเอง	9-13	12.18	1.93	ปกติ
2. พึงพอใจในชีวิต	16-22	20.82	2.79	ปกติ
3. มีความสุขสงบทางใจ	15-21	19.42	2.71	ปกติ

5. เมื่อพิจารณาแยกตามระดับความฉลาดทางอารมณ์ พบว่า นักศึกษา คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏชัยภูมิ มีความฉลาดทางอารมณ์ด้านดีส่วนใหญ่อยู่ในระดับสูงกว่าปกติ คิดเป็นร้อยละ 55.98 รองลงมาคืออยู่ในระดับปกติ และต่ำกว่าปกติ คิดเป็นร้อยละ 40.88 และ 3.14 ตามลำดับ ความฉลาดทางอารมณ์ด้านเก่ง ส่วนใหญ่อยู่ในระดับปกติ รองลงมาคือสูงกว่าปกติ และต่ำกว่าปกติ คิดเป็นร้อยละ 24.53 และ 10.69 ตามลำดับ และความฉลาดทางอารมณ์ด้านสุข ส่วนใหญ่อยู่ในระดับปกติ คิดเป็นร้อยละ 66.67 รองลงมาคืออยู่ใน

ระดับสูงกว่าปกติ และต่ำกว่าปกติ คิดเป็นร้อยละ 28.30 และ 5.03 ตามลำดับ และความฉลาดทางอารมณ์โดยรวมทุกด้าน นักศึกษาส่วนใหญ่มีความฉลาดทางอารมณ์อยู่ในระดับปกติ (ตารางที่ 3)

6. ชั้นปีที่ศึกษา จำนวนพี่น้อง และความฉลาดทางอารมณ์ในส่วนขององค์ประกอบด้านดี ในด้านการรู้จักเห็นใจผู้อื่น และด้านการรับผิดชอบ มีความสัมพันธ์กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05 (ตารางที่ 4)

ตารางที่ 3 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามระดับความฉลาดทางอารมณ์

ความฉลาดทางอารมณ์	ระดับความฉลาดทางอารมณ์					
	ต่ำกว่าปกติ		ปกติ		สูงกว่าปกติ	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ด้านดี	5	3.14	65	40.88	89	55.98
ด้านเก่ง	17	10.69	103	64.78	39	24.53
ด้านสุข	8	5.03	106	66.67	45	28.30
ค่าเฉลี่ยรวม	9	5.66	83	52.20	67	42.14

ตารางที่ 4 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างคู่ของปัจจัยส่วนบุคคล ความฉลาดทางอารมณ์กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

	GPA	ชั้นปีที่	จำนวนพี่น้อง	รู้จักเห็นใจ	ความรับผิดชอบ
GPA	1	-.157(*)	.156(*)	.205(*)	.157(*)
ชั้นปีที่		1	.061	-.012	-.187(*)
จำนวนพี่น้อง			1	.040	.075
รู้จักเห็นใจ				1	.522(**)
ความรับผิดชอบ					1

ตารางที่ 5 สมการพยากรณ์ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษาพยาบาล

	Unstandardized		Standardized	t	p-value
	Coefficients		Coefficients		
	B	Std. Error	Beta		
(Constant)	.970	.502		1.931	.055
รู้จักเห็นใจ	.060	.023	.197	2.571	.011
ชั้นปีที่	-.217	.102	-.164	-2.135	.034
จำนวนพี่น้อง	.132	.064	.158	2.058	.041

P < .05

7. ความฉลาดทางอารมณ์ส่วนบุคคลประกอบด้านดี ในด้านการรู้จักเห็นใจผู้อื่น (X<sub>1</sub>) ชั้นปีที่ศึกษา (X<sub>2</sub>) และจำนวน พี่น้อง (X<sub>3</sub>) สามารถรวมกันพยากรณ์ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ของนักศึกษาพยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัย ราชภัฏชัยภูมิ และได้สมการ ดังนี้ (ตารางที่ 5)

$$Y = 0.97 + 0.06X_1 - 0.217X_2 + 0.132X_3$$

**สรุปและอภิปรายผล**

จากการวิจัยเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล ระดับความเครียด ความฉลาดทางอารมณ์ กับผลสัมฤทธิ์ ทางการเรียนของนักศึกษาพยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏชัยภูมิ ผู้วิจัยมีประเด็นที่จะอภิปรายผล ดังนี้

ระดับความเครียด นักศึกษา คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏชัยภูมิส่วนใหญ่มีคะแนนความเครียดโดย เฉลี่ยอยู่ในระดับเครียดสูง สอดคล้องกับงานวิจัยของลักขณา เทศเปี่ยม<sup>4</sup> ได้ศึกษาเรื่องความฉลาดทางอารมณ์กับระดับ ความเครียดของนักศึกษาพยาบาล ชั้นปีที่ 1 คณะพยาบาล ศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ที่พบว่า นักศึกษาพยาบาลมีค่า

เฉลี่ยของคะแนนความเครียดในระดับเครียดสูง มากที่สุด ทั้งนี้ อาจเนื่องมาจากการที่นักศึกษาพยาบาลส่วนใหญ่อยู่ในช่วง วัยรุ่น มีการปรับตัว การเปลี่ยนแปลงตามธรรมชาติ การเป็น นักศึกษาชั้นปีที่ 1 มีการเปลี่ยนสถานที่เรียน ต้องแยกจาก ครอบครัวเข้ามาอยู่หอพักของมหาวิทยาลัย และต้องรับผิดชอบ ชีวิตส่วนตัวในการเรียนรู้ที่จะอยู่ร่วมกับคนใหม่ๆ ในสังคม การที่ต้องเผชิญกับความเจ็บป่วยและความทุกข์ทรมานของ ผู้อื่น ต้องฝึกฝนและควบคุมตนเองให้มีความรับผิดชอบสูง เสียสละ อดทน รู้จักแก้ปัญหา มีการตัดสินใจที่ถูกต้องรวดเร็ว เพื่อให้การพยาบาลเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ<sup>4</sup> สิ่งเหล่านี้จึง น่าจะเป็นสาเหตุทำให้เกิดความเครียด ซึ่งให้ผลต่างกับงานวิจัย ของ ปิยอร วัจนะทินภัทร และคณะ<sup>9</sup> ได้ศึกษาาระดับความเครียด วิธีการเผชิญความเครียดและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ของ นักเรียนพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลกองทัพบก ที่พบว่า นักเรียน พยาบาลมีความเครียดส่วนใหญ่อยู่ในระดับปกติ อาจจะเป็น เพราะนักศึกษาพยาบาลในมหาวิทยาลัย มีชีวิตความเป็นอยู่ใน เรื่องหอพักที่ไม่ถาวร มีการต้องย้ายเข้าออกหอพักทุกเทอม ต่างกับนักเรียนพยาบาลที่ใช้ชีวิตอยู่ในระบบหอพักตั้งแต่เข้า เรียนปี 1 จนจบการศึกษา จึงทำให้มีความเครียดเป็นปกติได้



อย่างไรก็ดีความเครียดมิใช่จะทำให้โทษต่อร่างกายเพียงอย่างเดียว แต่ความเครียดก็มีประโยชน์ต่อนักศึกษาในแง่ของการเป็นแรงผลักดันให้เกิดการเปลี่ยนแปลงสิ่งต่างๆ ด้วย และมีประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิตของนักศึกษา เป็นแรงจูงใจให้มีความกระตือรือร้นและพลังในการจัดการกับสิ่งต่างๆ ให้เกิดผลลัพธ์ออกมาอย่างมีประสิทธิภาพและนำบุคคลไปสู่ความสำเร็จในการดำเนินชีวิต อย่างไรก็ตามยังควรให้ความใส่ใจและหาวิธีป้องกัน และช่วยเหลือให้นักศึกษาที่มีความเครียดสูงเพื่อไม่ให้กระทบต่อการเรียน อนึ่งนักศึกษามีความเครียดต่ำกว่าเกณฑ์ปกติ หมายความว่า นักศึกษาอาจขาดแรงจูงใจในการดำเนินชีวิต มีความเฉื่อยชา ชีวิตจำเจ น่าเบื่อ เป็นกลุ่มที่ควรได้รับการใส่ใจ ป้องกัน แก้ไขและให้ความช่วยเหลือเช่นกัน

ความฉลาดทางอารมณ์ นักศึกษา คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏชัยภูมิ มีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ โดยรวมเฉลี่ยเท่ากับ 166.44 ซึ่งอยู่ในเกณฑ์ปกติยกเว้นในองค์ประกอบด้านดีในด้านความสามารถในการควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง ที่มีคะแนนโดยรวมเฉลี่ยอยู่ในระดับปกติค่อนข้างสูงซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ลักขณา เทศเปี่ยม<sup>4</sup> ได้ศึกษาเรื่อง ความฉลาดทางอารมณ์กับระดับความเครียดของนักศึกษพยาบาล ชั้นปีที่ 1 คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ที่พบว่านักศึกษส่วนใหญ่มีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่าค่าเฉลี่ยปกติ เมื่อพิจารณาทางด้านของความฉลาดทางอารมณ์ พบว่า นักศึกษพยาบาลส่วนใหญ่มีความฉลาดทางอารมณ์ด้านดีสูงกว่าปกติ ความฉลาดทางอารมณ์ด้านเก่งปกติ และความฉลาดทางอารมณ์ด้านสุขสูงกว่าปกติและงานวิจัยของ โนนิน และรัชนี้ สรรเสริญ<sup>11</sup> ที่ทำการศึกษความสัมพันธ์ระหว่างการอบรมเลี้ยงดู สภาพแวดล้อมของสถาบัน การมีส่วนร่วมในกิจกรรมกับผู้อื่น การจัดการเรียนการสอน และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน กับความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลสังกัดสถาบันพระบรมราชชนก เขตภาคตะวันออกเฉียงเหนือ พบว่า เขาวนอารมณ์โดยรวมของนักศึกษพยาบาล วิทยาลัยพยาบาล สังกัดกระทรวงสาธารณสุข อยู่ในระดับปานกลาง ส่วนรายด้านมีความฉลาดทางอารมณ์ด้านเก่งและความฉลาดทางอารมณ์ด้านสุขอยู่ในระดับปกติ มีความฉลาดทางอารมณ์ด้านดีอยู่ในระดับสูงกว่าปกติ และงานวิจัยของ สุรรัตน์ เตียอนุกุล<sup>16</sup> ที่ทำการศึกษาค่าความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษพยาบาล วิทยาลัยเครือข่ายภาคกลาง<sup>2</sup> ผลพบว่าคะแนนความฉลาดทางอารมณ์โดยรวมของนักศึกษพยาบาลอยู่ในเกณฑ์ปกติ จะเห็น

ได้ว่านักศึกษพยาบาล ในหลายๆ สถาบัน มีความฉลาดทางอารมณ์อยู่ในระดับปกติเป็นส่วนใหญ่ แสดงให้เห็นว่านักศึกษที่เข้ามาเรียนในสาขาพยาบาลศาสตร์โดยส่วนใหญ่ จะเป็นผู้ที่มีความสามารถในการมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่นได้อย่างเหมาะสม สามารถปรับตัวในการทำงานร่วมกับผู้อื่นในฐานะนักศึกษพยาบาลได้อย่างมีประสิทธิภาพและมีความสุขในการเรียน และคาดหวังได้ว่าการที่นักศึกษามีความฉลาดทางอารมณ์ทั้งด้านดี ด้านเก่ง และด้านสุข จะมีผลโดยตรงต่อการเป็นพยาบาลวิชาชีพที่ดี มีความสุขและประสบความสำเร็จ ดังรายงานที่กล่าวถึงความฉลาดทางอารมณ์เป็นปัจจัยสำคัญร่วมกับปัจจัยทางสติปัญญา ซึ่งต่างมีอิทธิพลต่อการดำรงชีวิตที่เป็นสุขและความสำเร็จในงาน

3. เมื่อพิจารณาถึงความสัมพันธ์และการสร้างสมการพยากรณ์ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในแต่ละด้าน พบว่า ปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ ชั้นปีที่ศึกษา จำนวนพี่น้องและความฉลาดทางอารมณ์ มีความสัมพันธ์กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งให้ผลสอดคล้องกับงานวิจัยของ ศรีสุรางค์ พัฒนารักษ์ และคณะ<sup>10</sup> ที่พบว่าความฉลาดทางอารมณ์มีความสัมพันธ์กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน อย่างไรก็ดีแม้ว่านักศึกษจะมีค่าเฉลี่ยผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนไม่สูงมากนัก แต่การที่มีความฉลาดทางอารมณ์อยู่ในเกณฑ์มาตรฐานย่อมเป็นสิ่งที่มีคุณค่ามากกว่า

### ข้อเสนอแนะ

1. ผู้จัดการเรียนการสอนควรตระหนักถึงความสำคัญของการลดสิ่งทีกระตุ้นให้เกิดความเครียดมากขึ้น โดยการปรับหลักสูตร ปรับรูปแบบการเรียนการสอน วิธีสอน ให้เหมาะกับนักศึกษาแต่ละชั้นปี
2. คณะพยาบาลศาสตร์ ควรมีการจัดกิจกรรม เพื่อส่งเสริมและพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษา โดยเฉพาะผู้ที่มีความฉลาดทางอารมณ์อยู่ในระดับต่ำกว่าปกติ เพื่อเป็นประโยชน์ในการดำเนินชีวิตประจำวันและการเรียน วิชาชีพพยาบาลของนักศึกษา และควรมีการจัดทำแนวทางการดำเนินการให้คำปรึกษาอย่างเป็นระบบ ที่นักศึกษาสามารถเข้าถึงบริการให้คำปรึกษาได้ทุกคน และมีการสร้างระบบป้องกันช่วยเหลือเมื่อนักศึกษามีความเครียดในระดับมาก เพื่อไม่ให้กระทบต่อการเรียนต่อไป

## References

1. National Economic and Social Development Board. The plan of the National Economic and Social Development No. 12. BE. 2560-2564. Bangkok: Prime Minister's Office, 2016. (In Thai)
2. Department of Mental Health, Ministry of Public Health. Guide to Emotional Intelligence. Bangkok: Publisher the War Veterans Organization, 2000. (In Thai)
3. Thetpiam L. Emotional Intelligence and Level of Stress of the First Year Nursing Students at Faculty of Nursing, Chiang Mai University. (Independent Study) Chiang Mai: Chiang Mai University; 2009. (In Thai)
4. Poomsanguan K. and Paikoh K. Nurses and Development of Emotional Quotient. Journal of The Royal Thai Army Nurses. 2014; 15(3): 18-23. (In Thai)
5. Lazarus, R.S., & Folkman, S. Psychological Stress and The Coping Process. New York: Springer Publishing Company; 1984.
6. Labrague L. J., Stress, Stressors, and Stress Responses of Student Nurses in a Government Nursing School. Health Science Journal. 2013; (7)4, 424-435.
7. Lertsakornsiri M., The Relationships between Personal Factors, Environment Factors and Stress, Stress Management during Practice in Labor Room of Nursing Students at Saint Louis College. Journal of The Royal Thai Army Nurses. 2014; 15(2): 270-279. (In Thai)
8. Potong P., Pumpoung S. and Kachat S. Stress, Adaptation, and Emotional Intelligence among the First Year Nursing Students, Boromarajonani College of Nursing, Suphanburi. Journal of Phrapokklao Nursing College. 2011; 22(2): 1-14. (In Thai)
9. Pattananurak S. and Other. Influence of Emotional Intelligence on Academic Achievement of the first year, Western University Kanchanaburi. Research report. Kanchanaburi: Western University Kanchanaburi; 2011. (In Thai)
10. Banneun A. and Sansern R. Factors related to emotional intelligence of nursing students. Journal of Phrapokklao Nursing College. 2008; 19(1): 1-16. (In Thai)
11. Baker, M.L. Nursing Student Stress and Demographic Factors. (Thesis) Master of Science in Nursing. California State: California State University San Marcos; 2012.
12. LeDuc, K. Baccalaureate Nursing Students' Stressors and Coping Resources. Research News. 2010; 17(2): 15-16.
13. Wajanatinnapat P. and et al. Stress, coping strategies, and the achievement of nursing students, The Royal Thai Army Nursing College. Journal of The Royal Thai Army Nurses. 2009; 10(1): 24-31. (In Thai)
14. Mahatnirunkul S. et al. Creating a Suanprung stress model. Research report. Chiang Mai: Suan Phung Hospital, Chiang Mai; 1997. (In Thai)
15. Teianukool S. A study of emotional quotient among nursing students studying in three nursing Colleges of Praboromarajchanok Institute, the central region network 2. (Thesis) M.N.S. (Mental Health and Psychiatric Nursing. Faculty of Nursing). Chonburi: Burapha University; 2010. (In Thai)