

สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงบรรยาย (Descriptive Research) โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการใช้เวลาในการทำกิจกรรมด้านการศึกษาเล่าเรียน ด้านกิจวัตรประจำวัน และด้านการใช้เวลาว่างของนักศึกษายาบาล วิทยาลัยพยาบาลสังกัดกระทรวงสาธารณสุข และเปรียบเทียบการใช้เวลาของนักศึกษายาบาล จำแนกตามระดับชั้นปี ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ระดับการศึกษาของบิดา มารดา ลักษณะกลุ่มเพื่อน อัตมโนทัศน์ และพฤติกรรมเผชิญสถานการณ์ชีวิต

ประชากรคือนักศึกษายาบาลชั้นปีที่ 2, 3 และ 4 ของวิทยาลัยพยาบาลสังกัดกระทรวงสาธารณสุข จำนวน 4,592 คน

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยเป็นนักศึกษายาบาล วิทยาลัยพยาบาลสังกัดกระทรวงสาธารณสุข ได้จากการสุ่มแบบหลายขั้นตอน ได้แก่ วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี กรุงเทพมหานคร วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ราชบุรี 1 วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ชลบุรี วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี พะเยา วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สวรรค์ประชารักษ์ วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สงขลา วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สุราษฎร์ธานี วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี นครราชสีมา วิทยาลัยพยาบาลศรีมหาสารคาม จำนวนทั้งหมด 538 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย มี 2 ชุด เป็นแบบสอบถามและแบบบันทึกการใช้เวลาที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเอง ชุดที่ 1 ตอนที่ 1 เป็นแบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล ตอนที่ 2 แบบสอบถามลักษณะกลุ่มเพื่อน ตอนที่ 3 แบบวัดอัตมโนทัศน์ ตอนที่ 4 แบบวัดพฤติกรรมเผชิญสถานการณ์ชีวิต ชุดที่ 2 เป็นแบบบันทึกการใช้เวลาในการทำกิจกรรมต่าง ๆ

การตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาของเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย โดยผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 10 ท่าน ให้ความเห็นชอบเมื่อปรับปรุงแก้ไขแล้ว ผู้วิจัยได้หาความเที่ยงของแบบสอบถาม โดยนำไปทดลองใช้กับนักศึกษายาบาล วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ชัยนาท ชั้นปีที่ 2, 3 และ 4 ชั้นปีละ 10 คน รวม 30 คน จากนั้นนำมาหาค่าความเที่ยงของแบบสอบถามโดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach' Coefficient of

Alpha) ได้ค่าความเที่ยงตอนที่ 2 = 0.70 ตอนที่ 3 = 0.70 และตอนที่ 4 = 0.71 และเมื่อผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างทั้งหมดเรียบร้อยแล้ว นำมาหาค่าความเที่ยงของแบบสอบถามทั้ง 3 ตอน อีกครั้ง ได้ค่าความเที่ยงเท่ากับ 0.70 , 0.92 และ 0.75 ตามลำดับ

การเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลในวิทยาลัยพยาบาล สังกัดกระทรวงสาธารณสุข ทั้ง 9 แห่ง โดยการส่งแบบสอบถามถึงผู้อำนวยการวิทยาลัยพยาบาล 6 แห่ง ทางไปรษณีย์และรับคืนทางไปรษณีย์ ส่วนวิทยาลัยพยาบาลอีก 3 แห่ง ผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง แบบสอบถามส่งไปทั้งหมด 540 ฉบับ ได้รับคืนมาและเป็นแบบสอบถามที่สมบูรณ์ 538 ฉบับ คิดเป็นร้อยละ 99.63 ใช้เวลาในการเก็บรวบรวมข้อมูลทั้งสิ้น 6 สัปดาห์

การวิเคราะห์ข้อมูลผู้วิจัยนำข้อมูลมาวิเคราะห์โดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป SPSS-PC คำนวณหาค่าสถิติต่าง ๆ ดังนี้ ข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่างวิเคราะห์โดยการแจกแจงความถี่และหาค่าร้อยละ ข้อมูลเกี่ยวกับลักษณะกลุ่มเพื่อน อ้อมโนทัศน์ และพฤติกรรมเผชิญสถานการณ์ชีวิตและการใช้เวลาของนักศึกษา วิเคราะห์โดยหาค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ย จำแนกตามพฤติกรรมเผชิญสถานการณ์ชีวิตและอ้อมโนทัศน์ โดยการทดสอบค่าที (t-test) ทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ย จำแนกตามระดับชั้นปี ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ระดับการศึกษาของบิดา มารดา และลักษณะกลุ่มเพื่อน โดยการวิเคราะห์ความแปรปรวน ทดสอบค่าเอฟ (F-test) และทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยเป็นรายคู่ โดยวิธีการทดสอบของเชฟเฟ (Scheffe's test)

### สรุปผลการวิจัย

1. การศึกษาการใช้เวลาของนักศึกษานายบาลในการปฏิบัติกิจกรรมประจำวัน
  - 1.1 ในวันปกติ พบว่า นักศึกษาใช้เวลาในการนอน 440.6 นาที (7 ชั่วโมง 20 นาที) ใช้เวลาในการเข้าชั้นเรียนและชั้นฝึกปฏิบัติงานในคลินิก 375.8 นาที (6 ชั่วโมง 15 นาที) การอ่านหนังสือเรียนและทำรายงานใช้เวลา 124.1 นาที (2 ชั่วโมง 4 นาที) ส่วนกิจกรรมอื่น ๆ ที่ใช้เวลาประมาณ 1 ชั่วโมง คือ รับประทานอาหาร เข้าห้องน้ำ อาบน้ำ และแต่งตัว คุยกับเพื่อน และดูโทรทัศน์ ( $\bar{X}$  = 90.9 86.4 59.9 58.3 นาที) กิจกรรมที่ใช้เวลาน้อยที่สุด คือ ทำงานอดิเรกใช้เวลา 6.26 นาที

1.2 ในวันหยุด จะพบว่ากิจกรรมส่วนใหญ่จะใช้เวลาเพิ่มขึ้นกว่าในวันปกติ นั่นคือ นักศึกษาใช้เวลานอน 493.5 นาที (8 ชั่วโมง 13 นาที) ใช้เวลาในการดูโทรทัศน์ 186.8 นาที (3 ชั่วโมง 6 นาที) การอ่านหนังสือเรียนและทำรายงาน 147.2 นาที (2 ชั่วโมง 27 นาที) ส่วนกิจกรรมอื่น ๆ ที่ใช้เวลาประมาณ 1 ชั่วโมง คือ คุยกับเพื่อน กิจกรรมส่วนตัวอื่น ๆ ที่เที่ยวเตร่ในเมือง เดินทาง และกิจกรรมที่ทำในเวลาว่างอื่น ๆ ( $\bar{x}$  = 74.8 70.5 55.8 52.9 50.1 นาที) กิจกรรมที่ใช้เวลาน้อยที่สุด คือ การเข้าห้องสมุดใช้เวลา 5.70 นาที

1.3 ในวันปกติ พบว่า นักศึกษาใช้เวลาในด้านการทำกิจวัตรประจำวัน มากที่สุดคือ 706.8 นาที (11 ชั่วโมง 46 นาที) รองลงมาใช้เวลาในด้านการศึกษาล่าเรียนคือ 532.3 นาที (8 ชั่วโมง 52 นาที) และใช้เวลาในด้านการใช้เวลาว่างน้อยที่สุดคือ 256.9 นาที (4 ชั่วโมง 16 นาที)

1.4 ในวันหยุด พบว่า นักศึกษาใช้เวลาในด้านการทำกิจวัตรประจำวัน มากที่สุดคือ 837.7 นาที (13 ชั่วโมง 57 นาที) รองลงมานักศึกษาใช้เวลาในด้านการใช้เวลาว่าง คือ 476.6 นาที (7 ชั่วโมง 56 นาที) และใช้เวลาในด้านการศึกษาล่าเรียนน้อยที่สุดคือ 166.9 นาที (2 ชั่วโมง 46 นาที)

2. การศึกษาการใช้เวลาในการปฏิบัติกิจกรรมประจำวันของนักศึกษานายบาลที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง

2.1 ในวันปกติ พบว่า นักศึกษาใช้เวลาส่วนใหญ่ไปในการนอน 7 ชั่วโมง 21 นาที รองลงมาใช้เวลาในการเข้าชั้นเรียนและชั้นฝึกปฏิบัติงานในคลินิก 6 ชั่วโมง 10 นาที อ่านหนังสือและทำรายงาน 2 ชั่วโมง 10 นาที ส่วนกิจกรรมอื่น ๆ ที่ใช้เวลาประมาณ 1 ชั่วโมง คือ รับประทานอาหาร 1 ชั่วโมง 32 นาที เข้าห้องน้ำอาบน้ำ แต่งตัว 1 ชั่วโมง 25 นาที ดูโทรทัศน์ 60.8 นาที คุยกับเพื่อนและญาติพี่น้อง 59.8 นาที กิจกรรมที่ใช้เวลาน้อยที่สุด คือ ทำงานอดิเรกใช้เวลา 10.9 นาที

2.2 ในวันหยุดจะพบว่านักศึกษาใช้เวลาในการทำกิจกรรมบางอย่างเพิ่มขึ้นว่าในวันปกตินักศึกษาใช้เวลาส่วนใหญ่ในการนอน 8 ชั่วโมง 21 นาที รองลงมาใช้เวลาในการดูโทรทัศน์ 3 ชั่วโมง 6 นาที อ่านหนังสือเรียนและทำรายงาน 2 ชั่วโมง 49 นาที

ใช้เวลารับประทานอาหาร 1 ชั่วโมง 34 นาที เข้าห้องน้ำ อาบน้ำ แต่งตัว 1 ชั่วโมง 21 นาที คุยกับเพื่อนและญาติพี่น้อง 1 ชั่วโมง 13 นาที กิจกรรมที่ใช้เวลาน้อยที่สุดคือ เข้าห้องสมุดอ่านตำราวิชาการ 4.8 นาที

2.3 ในวันปกติพบว่า นักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงใช้เวลาในด้านการทำกิจกรรมประจำวันมากที่สุด คือ 11 ชั่วโมง 43 นาที รองลงมานักศึกษาใช้เวลาในด้านการศึกษเล่าเรียน 8 ชั่วโมง 40 นาที และใช้เวลาในด้านการใช้เวลาว่างน้อยที่สุดคือ 4 ชั่วโมง 27 นาที

2.4 ในวันหยุดพบว่า นักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงใช้เวลาในการทำกิจกรรมประจำวันมากที่สุด คือ 13 ชั่วโมง 44 นาที รองลงมานักศึกษาใช้เวลาในด้านการใช้เวลาว่าง 7 ชั่วโมง 54 นาที และใช้เวลาในด้านการศึกษเล่าเรียนน้อยที่สุดคือ 3 ชั่วโมง 1 นาที

3. การศึกษาการใช้เวลาในการปฏิบัติกิจกรรมประจำวันของนักศึกษานพยาบาลที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ

3.1 ในวันปกติ พบว่า นักศึกษาใช้เวลาส่วนใหญ่ไปในการนอน 7 ชั่วโมง 35 นาที รองลงมาใช้เวลาในการเข้าชั้นเรียน 6 ชั่วโมง 24 นาที อ่านหนังสือเรียนและทำรายงาน 1 ชั่วโมง 49 นาที เวลาที่ใช้ในการรับประทานอาหารเช้าก็เคียงกับเวลาเข้าห้องน้ำ อาบน้ำ แต่งตัว 92.5 นาที และ 92.1 นาที ใช้เวลาคุยกับเพื่อนและญาติพี่น้อง 56.7 นาที ดูโทรทัศน์ 53.4 นาที กิจกรรมที่ใช้เวลาน้อยที่สุดคือ เข้าห้องสมุดอ่านตำราวิชาการ 7.05 นาที

3.2 ในวันหยุดจะพบว่านักศึกษาใช้เวลาในการทำกิจกรรมบางอย่างเพิ่มขึ้นกว่าในวันปกติ นักศึกษาใช้เวลาส่วนใหญ่ในการนอน 8 ชั่วโมง 20 นาที รองลงมาใช้เวลาในการดูโทรทัศน์ 3 ชั่วโมง 27 นาที อ่านหนังสือเรียนและทำรายงาน 2 ชั่วโมง 18 นาที เวลาที่ใช้ในการเข้าห้องน้ำ อาบน้ำ แต่งตัว ก็เคียงกับรับประทานอาหารเช้าคือ 94.9 นาที และ 94.7 นาที คุยกับเพื่อนและญาติพี่น้อง 69.7 นาที เที่ยวเตร่ในเมือง 55.8 นาที กิจกรรมที่ใช้เวลาน้อยที่สุดคือทำงานอดิเรก 1.5 นาที และกิจกรรมที่ไม่ได้ทำเลยคือ การเข้าชั้นเรียนและขึ้นฝึกปฏิบัติงานในคลินิก

3.3 ในวันปกติพบว่านักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำใช้เวลาในการทำกิจวัตรประจำวันมากที่สุด คือ 12 ชั่วโมง 8 นาที รองลงมาใช้เวลาในด้านการศึกษาน้อยที่สุดคือ 8 ชั่วโมง 41 นาที และใช้เวลาในด้านการใช้เวลาว่างน้อยที่สุดคือ 4 ชั่วโมง 14 นาที

3.4 ในวันหยุดพบว่านักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำใช้เวลาในการทำกิจวัตรประจำวันมากที่สุด คือ 14 ชั่วโมง 14 นาที รองลงมาใช้เวลาในด้านการใช้เวลาว่าง 7 ชั่วโมง 44 นาที และใช้เวลาในด้านการศึกษาน้อยที่สุดคือ 2 ชั่วโมง 30 นาที

4. การศึกษาการใช้เวลาในการปฏิบัติกิจกรรมประจำวันของนักศึกษายาบาล ชั้นปีที่ 2

4.1 ในวันปกติ พบว่า นักศึกษาใช้เวลาส่วนใหญ่ไปในการนอน 7 ชั่วโมง 18 นาที รองลงมาใช้เวลาในการเข้าชั้นเรียนและชั้นฝึกปฏิบัติงานในคลินิก 6 ชั่วโมง 35 นาที การอ่านหนังสือและการทำรายงาน 2 ชั่วโมง 9 นาที ส่วนกิจกรรมอื่น ๆ ที่ใช้เวลาประมาณ 60 นาที คือ รับประทานอาหาร 91.9 นาที เข้าห้องน้ำ อาบน้ำ แต่งตัว 89.2 นาที คุยกับเพื่อนและญาติพี่น้อง 63.4 นาที กิจกรรมที่ใช้เวลาน้อยที่สุดคือการเข้าห้องสมุดอ่านตำราวิชาการใช้เวลา 10.17 นาที

4.2 ในวันหยุด พบว่า นักศึกษาใช้เวลาส่วนใหญ่ไปในการนอน 8 ชั่วโมง 16 นาที รองลงมาใช้เวลาในการอ่านหนังสือเรียนและทำรายงาน 2 ชั่วโมง 47 นาที ใช้เวลาดูโทรทัศน์ 2 ชั่วโมง 44 นาที ส่วนกิจกรรมอื่น ๆ ที่ใช้เวลาประมาณ 60 นาที คือ เข้าห้องน้ำ อาบน้ำ แต่งตัว 90.8 นาที รับประทานอาหาร 90.6 นาที คุยกับเพื่อนและญาติพี่น้อง 81.3 นาที กิจกรรมส่วนตัวอื่น ๆ 66.7 นาที เที่ยวเตร่ในเมือง 55.6 นาที กิจกรรมที่ใช้เวลาน้อยที่สุดคือ ทำงานอดิเรก 3.16 นาที

4.3 ในวันปกติพบว่า นักศึกษาชั้นปีที่ 2 ใช้เวลาในด้านกิจวัตรประจำวันมากที่สุด คือ 11 ชั่วโมง 45 นาที รองลงมาใช้เวลาในด้านการศึกษาน้อยที่สุดคือ 9 ชั่วโมง 8 นาที และใช้เวลาในด้านการใช้เวลาว่างน้อยที่สุดคือ 4 ชั่วโมง 15 นาที

4.4 ในวันหยุดพบว่า นักศึกษาชั้นปีที่ 2 ใช้เวลาในด้านกิจวัตรประจำวันมากที่สุด คือ 13 ชั่วโมง 44 นาที รองลงมาใช้เวลาในด้านการใช้เวลาว่าง 7 ชั่วโมง 54 นาที และใช้เวลาในด้านการศึกษาน้อยที่สุดคือ 2 ชั่วโมง 28 นาที

5. การศึกษาการใช้เวลาในการปฏิบัติกิจกรรมประจำวันของนักศึกษาพยาบาล  
ชั้นปีที่ 3

5.1 ในวันปกติ พบว่า นักศึกษาใช้เวลาส่วนใหญ่ไปในการนอน 7 ชั่วโมง 24 นาที รองลงมาใช้เวลาในการเข้าชั้นเรียนและขึ้นฝึกปฏิบัติงานในคลินิก 6 ชั่วโมง 4 นาที อ่านหนังสือเรียนและการทำรายงาน 1 ชั่วโมง 56 นาที ส่วนกิจกรรมอื่น ๆ ที่ใช้เวลาประมาณ 60 นาที คือ รับประทานอาหาร 91.7 นาที เข้าห้องน้ำ อาบน้ำ แต่งตัว 87.4 นาที คุ้ยกับเพื่อนและญาติพี่น้อง 63.6 นาที ดูโทรทัศน์ 60.7 นาที กิจกรรมที่ใช้เวลาน้อยที่สุดคือการทำงานอดิเรกใช้เวลา 2.5 นาที

5.2 ในวันหยุด พบว่า นักศึกษาใช้เวลาส่วนใหญ่ไปในการนอน 8 ชั่วโมง 16 นาที รองลงมาใช้เวลาในการดูโทรทัศน์ 3 ชั่วโมง 14 นาที ใช้เวลาในการอ่านหนังสือเรียนและทำรายงาน 2 ชั่วโมง 9 นาที ส่วนกิจกรรมอื่น ๆ ที่ใช้เวลาประมาณ 60 นาที คือ รับประทานอาหาร 96.8 นาที เข้าห้องน้ำ อาบน้ำ แต่งตัว 85.5 นาที คุ้ยกับเพื่อนและญาติพี่น้อง 77 นาที กิจกรรมส่วนตัวอื่น ๆ 75.7 นาที เดินทาง 58.8 นาที และเที่ยวเตร่ในเมือง 57.6 นาที กิจกรรมที่ใช้เวลาน้อยที่สุดคือ เข้าห้องสมุดอ่านตำราวิชาการ 3.3 นาที

5.3 ในวันปกติพบว่า นักศึกษาชั้นปีที่ 3 ใช้เวลาในด้านกิจวัตรประจำวันมากที่สุด คือ 12 ชั่วโมง 4 นาที รองลงมาใช้เวลาในด้านการศึกษาเล่าเรียน 8 ชั่วโมง 36 นาที และใช้เวลาในด้านการใช้เวลาว่างน้อยที่สุดคือ 4 ชั่วโมง 13 นาที

5.4 ในวันหยุดพบว่า นักศึกษาชั้นปีที่ 3 ใช้เวลาในด้านกิจวัตรประจำวันมากที่สุด คือ 14 ชั่วโมง 11 นาที รองลงมาใช้เวลาในด้านการใช้เวลาว่าง 7 ชั่วโมง 59 นาที และใช้เวลาในด้านการศึกษาเล่าเรียนน้อยที่สุดคือ 2 ชั่วโมง 26 นาที

6. การศึกษาการใช้เวลาในการปฏิบัติกิจกรรมประจำวันของนักศึกษาพยาบาล  
ชั้นปีที่ 4

6.1 ในวันปกติ พบว่า นักศึกษาใช้เวลาส่วนใหญ่ไปในการนอน 7 ชั่วโมง 18 นาที รองลงมาใช้เวลาในการเข้าชั้นเรียนและขึ้นฝึกปฏิบัติงานในคลินิก 6 ชั่วโมง 6 นาที อ่านหนังสือเรียนและการทำรายงาน 2 ชั่วโมง 5 นาที ส่วนกิจกรรมอื่น ๆ ที่ใช้เวลาประมาณ 60 นาที คือ รับประทานอาหาร 89 นาที เข้าห้องน้ำ อาบน้ำ แต่งตัว

82.8 นาที ดูโทรทัศน์ 69.3 นาที และคุยกับเพื่อนและญาติพี่น้อง 52.9 นาที กิจกรรมที่ใช้เวลาน้อยที่สุดคือการทำงานอดิเรกใช้เวลา 3.8 นาที

6.2 ในวันหยุด พบว่า นักศึกษาใช้เวลาในการทำกิจกรรมบางอย่างเพิ่มขึ้นกว่าในวันปกติ นักศึกษาใช้เวลาส่วนใหญ่ไปในการนอน 8 ชั่วโมง 6 นาที รองลงมาใช้เวลาในการดูโทรทัศน์ 3 ชั่วโมง 21 นาที ใช้เวลาในการอ่านหนังสือเรียนและทำรายงาน 2 ชั่วโมง 24 นาที ส่วนกิจกรรมอื่น ๆ ที่ใช้เวลาประมาณ 60 นาที คือ รับประทานอาหาร 93 นาที เข้าห้องน้ำ อาบน้ำ แต่งตัว 82.6 นาที กิจกรรมส่วนตัวอื่น ๆ 75.2 นาที คุยกับเพื่อนและญาติพี่น้อง 66 นาที เดินทาง 59.5 นาที และเที่ยวเตร่ในเมือง 54.1 นาที กิจกรรมที่ใช้เวลาน้อยที่สุดคือ เข้าห้องสมุดอ่านตำราวิชาการ 8.4 นาที

6.3 ในวันปกติพบว่า นักศึกษาชั้นปีที่ 4 ใช้เวลาในด้านกิจวัตรประจำวันมากที่สุด คือ 11 ชั่วโมง 30 นาที รองลงมาใช้เวลาในด้านการศึกษาเล่าเรียน 8 ชั่วโมง 51 นาที และใช้เวลาในการใช้เวลาว่างน้อยที่สุดคือ 4 ชั่วโมง 21 นาที

6.4 ในวันหยุดพบว่า นักศึกษาชั้นปีที่ 4 ใช้เวลาในด้านกิจวัตรประจำวันมากที่สุด คือ 13 ชั่วโมง 57 นาที รองลงมาใช้เวลาในการใช้เวลาว่าง 7 ชั่วโมง 56 นาที และใช้เวลาในการศึกษาเล่าเรียนน้อยที่สุดคือ 2 ชั่วโมง 48 นาที

7. การศึกษาตัวแปร ระดับชั้นปี ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ระดับการศึกษาของบิดา ระดับการศึกษาของมารดา ลักษณะกลุ่มเพื่อน อ้อมโนทัศน์ และพฤติกรรมเพชฌัญสถการณชีวิต

7.1 ระดับชั้นปี พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีจำนวนใกล้เคียงกันในแต่ละชั้นปี นักศึกษาชั้นปีที่ 2 มีจำนวนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 33.6 และนักศึกษาระดับชั้นปีที่ 3 มีจำนวนน้อยที่สุด คิดเป็นร้อยละ 32.9

7.2 ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน นักศึกษาที่มีคะแนนเฉลี่ยสะสม 2.50-3.24 มีจำนวนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 65.8 และนักศึกษามีคะแนนเฉลี่ยสะสม 1.00-2.49 มีจำนวนน้อยที่สุด คิดเป็นร้อยละ 15.1

7.3 ระดับการศึกษาของบิดา บิดาที่จบการศึกษาระดับประถมศึกษาที่มีจำนวนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 48.7 และบิดาที่จบการศึกษาระดับปริญญาโทหรือสูงกว่ามีจำนวนน้อยที่สุด คิดเป็นร้อยละ 0.8

7.4 ระดับการศึกษาของมารดา มารดาที่จบการศึกษาระดับประถมศึกษา มีจำนวนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 69.3 และมารดาที่จบการศึกษาระดับมัธยมศึกษา มีจำนวนน้อยที่สุด คิดเป็นร้อยละ 7.3

7.5 ลักษณะกลุ่มเพื่อน พบว่า นักศึกษาที่มีเพื่อนเป็นกลุ่มมุ่งกิจกรรมมีจำนวนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 50.2 และกลุ่มเก็บตัวมีจำนวนน้อยที่สุด คิดเป็นร้อยละ 3.2

7.6 อັตมโนทัศน์ พบว่า นักศึกษาที่มีอັตมโนทัศน์บวกและอັตมโนทัศน์เป็นกลาง มีจำนวนใกล้เคียงกัน นักศึกษาที่มีอັตมโนทัศน์บวกมีจำนวนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 52.4 และนักศึกษามีอັตมโนทัศน์ลบ มีจำนวนน้อยที่สุด คิดเป็นร้อยละ 0.6

7.7 อັตมโนทัศน์ของนักศึกษาพยาบาล ในด้านร่างกายและบุคลิกภาพ อยู่ในระดับบวก ในด้านสติปัญญาอยู่ในระดับปานกลาง ในด้านอารมณ์ความรู้สึก อุ่นนัยใจคออยู่ในระดับบวก ส่วนในด้านเศรษฐกิจอยู่ในระดับปานกลาง และอັตมโนทัศน์โดยรวมอยู่ในระดับบวก

7.8 พฤติกรรมเผชิญสถานการณ์ชีวิต พบว่า นักศึกษามีพฤติกรรมเผชิญสถานการณ์ชีวิตแบบมุ่งความสำเร็จสูงและมุ่งความสำเร็จต่ำมีจำนวนใกล้เคียงกัน โดยนักศึกษามุ่งความสำเร็จสูงมีจำนวนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 50.9 และนักศึกษามุ่งความสำเร็จต่ำ มีจำนวนน้อยที่สุด คิดเป็นร้อยละ 49.1

8. การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของการใช้เวลาในการทำกิจกรรมด้านการศึกษาล่าเรียน ด้านกิจวัตรประจำวัน และด้านการใช้เวลาว่างของนักศึกษาพยาบาล จำแนกตามระดับชั้นปี ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ระดับการศึกษาของบิดา มารดา ลักษณะกลุ่มเพื่อน อັตมโนทัศน์ และพฤติกรรมเผชิญสถานการณ์ชีวิตได้ข้อค้นพบ ดังนี้

8.1 ค่าเฉลี่ยของการใช้เวลาในการทำกิจกรรมประจำวันของนักศึกษาพยาบาลที่มีระดับชั้นปีต่างกัน มีความแตกต่างกันในด้านการศึกษาล่าเรียน และด้านกิจวัตรประจำวัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ส่วนด้านการใช้เวลาว่าง ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

8.2 เมื่อทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของการใช้เวลาในการทำกิจกรรมประจำวันของนักศึกษาพยาบาลเป็นรายด้านระหว่างกลุ่มที่มีระดับชั้นปีต่างกันทีละคู่ โดยวิธีการทดสอบของเชฟเฟ่ แล้วพบว่าด้านการศึกษาล่าเรียน นักศึกษาชั้นปีที่ 2 และนักศึกษาระดับชั้นปีที่ 3 มีค่าเฉลี่ยการใช้เวลาในการทำกิจกรรมแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทาง



สถิติที่ระดับ 0.05 โดยนักศึกษาชั้นปีที่ 2 มีค่าเฉลี่ยของการใช้เวลาในการทำกิจกรรมด้านการศึกษาเล่าเรียนมากกว่านักศึกษาชั้นปีที่ 3

ด้านกิจกรรมประจำวัน นักศึกษาชั้นปีที่ 3 มีค่าเฉลี่ยของการใช้เวลาในการทำกิจกรรมแตกต่างกับนักศึกษาชั้นปีที่ 4 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยนักศึกษาชั้นปีที่ 3 มีค่าเฉลี่ยของการใช้เวลาในการทำกิจกรรมประจำวันมากกว่านักศึกษาชั้นปีที่ 4

8.3 ค่าเฉลี่ยของการใช้เวลาในการทำกิจกรรมประจำวันของนักศึกษาศูนย์สุขภาพที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่างกัน ในด้านการศึกษาเล่าเรียน ด้านกิจกรรมประจำวัน ด้านการใช้เวลาว่าง ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

8.4 ค่าเฉลี่ยของการใช้เวลาในการทำกิจกรรมประจำวันของนักศึกษาศูนย์สุขภาพที่มีบิดา มีระดับการศึกษาต่างกันเป็นรายด้าน ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

8.5 ค่าเฉลี่ยของการใช้เวลาในการทำกิจกรรมประจำวันของนักศึกษาศูนย์สุขภาพที่มีมารดา มีระดับการศึกษาต่างกันเป็นรายด้าน ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

8.6 ค่าเฉลี่ยของการใช้เวลาในการทำกิจกรรมประจำวันของนักศึกษาศูนย์สุขภาพที่มีกลุ่มเพื่อนต่างกันเป็นรายด้าน ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

8.7 ค่าเฉลี่ยของการใช้เวลาในการทำกิจกรรมประจำวันของนักศึกษาศูนย์สุขภาพที่มีอัตราโน้ตต่างกัน พบว่า นักศึกษาศูนย์สุขภาพที่มีอัตราโน้ตในทางบวก และอัตราโน้ตปานกลางและลบ มีการใช้เวลาในการทำกิจกรรมประจำวันในด้านการศึกษาเล่าเรียนแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยนักศึกษาที่มีอัตราโน้ตในทางบวกมีการใช้เวลาในด้านการศึกษาเล่าเรียนมากกว่านักศึกษาที่มีอัตราโน้ตปานกลางและลบ ส่วนในด้านกิจกรรมประจำวัน และด้านการใช้เวลาว่าง มีการใช้เวลาในการทำกิจกรรมไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

8.8 ค่าเฉลี่ยของการใช้เวลาในการทำกิจกรรมประจำวันของนักศึกษาศูนย์สุขภาพที่มีพฤติกรรมเผชิญสถานการณ์ชีวิตต่างกัน พบว่า นักศึกษาศูนย์สุขภาพที่มีพฤติกรรมเผชิญสถานการณ์ชีวิต แบบมุ่งความสำเร็จสูงและมุ่งความสำเร็จต่ำ มีการใช้เวลาในการทำกิจกรรม

ประจำวันด้านการศึกษาเล่าเรียนแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดย นักศึกษาที่มีพฤติกรรมเผชิญสถานการณ์ชีวิตแบบมุ่งความสำเร็จสูงจะมีการใช้เวลาในด้านการ ศึกษาเล่าเรียนมากกว่านักศึกษาที่มีพฤติกรรมเผชิญสถานการณ์ชีวิตแบบมุ่งความสำเร็จต่ำ ใน ด้านกิจวัตรประจำวัน มีการใช้เวลาแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 โดยนักศึกษาที่มีพฤติกรรมเผชิญสถานการณ์ชีวิตแบบมุ่งความสำเร็จสูง จะมีการใช้เวลาใน ด้านกิจวัตรประจำวันส่วนตัวน้อยกว่านักศึกษาที่มีพฤติกรรมเผชิญสถานการณ์ชีวิตแบบมุ่งความ สำเร็จต่ำ ส่วนด้านการใช้เวลาว่าง มีการใช้เวลาว่างทำกิจกรรมประจำวัน ไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

### อภิปรายผลการวิจัย

1. การศึกษาการใช้เวลาในการทำกิจกรรมต่าง ๆ ใน 1 วัน ของนักศึกษา พยาบาล แบ่งออกเป็น ด้านการศึกษาเล่าเรียน ด้านกิจวัตรประจำวัน และด้านการใช้เวลาว่าง ซึ่งกล่าวถึงการใช้เวลาในวันปกติและในวันหยุด มีรายละเอียดแต่ละด้าน ดังนี้

1.1 การใช้เวลาในด้านการศึกษาเล่าเรียน ในวันปกติผลการวิจัยแสดงให้เห็นว่านักศึกษาใช้เวลาส่วนใหญ่ในการเข้าชั้นเรียนและขึ้นฝึกปฏิบัติงานในคลินิก โดยเฉลี่ย เท่ากับ 6 ชั่วโมง 15 นาที ใช้เวลาในการอ่านหนังสือและทำรายงาน 2 ชั่วโมง 4 นาที ใช้เวลาในการเข้าห้องสมุดเพื่ออ่านตำราและค้นคว้าโดยเฉลี่ย 12.8 นาที และใช้เวลา ในการทำกิจกรรมด้านการศึกษาเล่าเรียนอื่น ๆ โดยเฉลี่ยเท่ากับ 19 นาที 58 วินาที ซึ่งถือว่านักศึกษาใช้เวลาในการเข้าชั้นเรียนตามปกติ เพราะตามหลักสูตรการศึกษานพยาบาล ของวิทยาลัยพยาบาลได้กำหนดให้ภาคการศึกษาปกติเรียนภาคละ 16 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 5 วัน วันหนึ่งมีการเรียนการสอน ประมาณ 7 คาบ คาบละ 50 นาที ในภาคการศึกษาที่ 1 นักศึกษา ชั้นปีที่ 2 เรียนภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติรวม 34 ชั่วโมง/สัปดาห์ นักศึกษาชั้นปีที่ 3 เรียน ภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติ รวม 45 ชั่วโมง/สัปดาห์ นักศึกษาชั้นปีที่ 4 เรียนภาคทฤษฎีและ ภาคปฏิบัติรวม 21 ชั่วโมง/สัปดาห์ ซึ่งโดยเฉลี่ยทั้ง 3 ชั้นปี ใช้เวลาเรียนภาคทฤษฎีและ ภาคปฏิบัติรวม 33.3 ชั่วโมง/สัปดาห์ (วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ราชบุรี 1, 2528) ซึ่งตรงกับการศึกษาของ พรพนนิภา ธรรมวิรัช (2528) พบว่า นักศึกษาจำนวนมากถึงร้อยละ

52.7 มีชั่วโมงเรียนในชั้นเรียนวันละไม่เกิน 5 ชั่วโมง รองลงมาคือร้อยละ 20.8 มีชั่วโมงเรียนในชั้นเรียนวันละ 6 ชั่วโมง นักศึกษาใช้เวลาในการอ่านหนังสือทำรายงานและการเข้าห้องสมุดค้นคว้าในวันหนึ่ง ๆ อยู่ในระดับปานกลาง อาจเป็นเพราะว่านักศึกษาต้องขึ้นฝึกปฏิบัติงานในคลินิกควบคู่ไปกับการเรียนในภาคทฤษฎี ซึ่งการขึ้นเวรบาย-ดึก ทำให้นักศึกษาอ่อนเพลีย ในเวลากลางวันจึงพักผ่อนชดเชย จึงทำให้มาใช้บริการห้องสมุดน้อย ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาของอารมณ วุฒินฤกษ์ (2522) ที่พบว่า นักศึกษาบางคนเข้าห้องสมุดไม่บ่อยนัก เนื่องจากอยากพักผ่อน หลังจากต้องฝึกปฏิบัติงานมาเหน็ดเหนื่อย โดยเฉพาะต้องฝึกปฏิบัติในเวรดึก ซึ่งต้องอดนอนด้วย ประกอบกับวิทยาลัย พยาบาลส่วนใหญ่จะให้บริการห้องสมุดในช่วงวันธรรมดา ตั้งแต่ 8.00-16.00 น. นอกจากนี้ในช่วงที่มีนักศึกษาขึ้นฝึกปฏิบัติงานในคลินิกห้องสมุดจะเปิดบริการในวันธรรมดา ตั้งแต่ 8.00-18.00 น. และปิดทำการในวันหยุดเสาร์-อาทิตย์ และในวันหยุดนักขัตฤกษ์ ระเบียบนี้ทำให้นักศึกษาพยาบาลไม่สะดวกในการใช้เวลามาศึกษาค้นคว้าในห้องสมุด และสอดคล้องกับงานวิจัยของ ดุษฎี สรรประดิษฐ์ (2529) ที่พบว่า นักศึกษาและอาจารย์พยาบาลพิจารณาเห็นว่าปัจจัยที่สนับสนุนการเรียนการสอน ได้แก่ สภาพแวดล้อมของห้องสมุดยังไม่เอื้ออำนวยต่อการใช้เวลาศึกษาค้นคว้าของนักศึกษาเท่าที่ควร ห้องสมุดมีตำรา เอกสาร เพื่อการศึกษาค้นคว้าไม่เพียงพอแก่ผู้ให้บริการ ดังนั้นเมื่อนักศึกษาต้องการค้นคว้าหรือต้องทำรายงานส่งอาจารย์ นักศึกษาส่วนใหญ่จะใช้วิธีขอยืมหนังสือจากห้องสมุด แล้วนำกลับไปอ่านที่หอพักมากกว่า

ในวันหยุด กิจกรรมที่ใช้เวลามากที่สุดในด้านการศึกษาเล่าเรียน คือ การอ่านหนังสือเรียนและทำรายงาน ซึ่งมีค่าเฉลี่ยการใช้เวลาเท่ากับ 2 ชั่วโมง 27 นาที รองลงมาใช้เวลาในการทำกิจกรรมการเรียนอื่น ๆ 14 นาที และใช้เวลาในการเข้าห้องสมุดน้อยที่สุด คือ 5 นาที อธิบายได้ว่านักศึกษาใช้เวลาในการอ่านหนังสือและทำรายงานในวันหยุดอยู่ในระดับปานกลาง ซึ่งใกล้เคียงกับการใช้เวลาในวันธรรมดา อาจเป็นเพราะว่านักศึกษาส่วนใหญ่จะกลับบ้านในวันหยุด ซึ่งบ้านนักศึกษาจะอยู่ต่างจังหวัด การเดินทางจะทำให้นักศึกษาเหนื่อย อยากพักผ่อน พุดคุยกับพ่อแม่ และไปเที่ยวเตร่กับเพื่อนฝูง อีกประการหนึ่ง นักศึกษาคิดว่าวันหยุดควรใช้เวลาในการพักผ่อน เช่น เที่ยวเตร่ ดูทีวี อ่านหนังสืออ่านเล่นมากกว่า เพราะในวันธรรมดานักศึกษาต้องเรียนหนักและขึ้นฝึกปฏิบัติงานในคลินิกมากแล้ว และดังได้กล่าวมาข้างต้นแล้วว่าห้องสมุดส่วนใหญ่จะปิดบริการในวันหยุด จึงทำให้นักศึกษาใช้เวลาเข้าห้องสมุดน้อยที่สุดเพียง 5 นาทีเท่านั้น และเข้าห้องสมุดเพียงเพื่อเลือกหนังสือ

แล้วขออิมกลับมาอ่านที่หอพักมากกว่า อีกประการหนึ่งห้องสมุดอาจจะอยู่ไกลจากหอพักทำให้นักศึกษาไม่สะดวกในการมาใช้ห้องสมุด จึงควรจัดให้มีห้องสมุดประจำหอพัก โดยให้นักศึกษาพยาบาลผลิตเปลี่ยนการดูแล เพื่อเป็นการส่งเสริมให้นักศึกษามาใช้ห้องสมุดมากขึ้น

การใช้เวลาในด้านการศึกษเล่าเรียนโดยรวม คือ 8 ชั่วโมง 50 นาที ซึ่งนับว่ามีการใช้เวลาอยู่ในระดับปานกลาง แต่เมื่อเปรียบเทียบกับนิสิตปริญญาตรีในต่างประเทศแล้ว พบว่า นักศึกษาพยาบาลใช้เวลาในด้านการศึกษเล่าเรียนมากกว่า ดังผลการวิจัยของโมฟเฟต (Moffatt, 1991) ที่ทำการวิจัยชีวิตของนักศึกษาระดับอุดมศึกษาที่อยู่ในหอพัก ผลการวิจัยพบว่าในช่วงวันธรรมดา นักศึกษาส่วนใหญ่ 60-70 % ใช้เวลาในด้านการศึกษาประมาณ 2 ชั่วโมงต่อวัน มีเพียงนักศึกษา 10-15 % เท่านั้น ที่ใช้เวลาในด้านการศึกษา 6-7 ชั่วโมงต่อวัน

1.2 การใช้เวลาในด้านกิจวัตรประจำวัน ในวันปกติผลการวิจัยแสดงให้เห็นว่านักศึกษาใช้เวลาส่วนใหญ่ในการนอนโดยเฉลี่ยวันละ 7 ชั่วโมง 20 นาที รองลงมาใช้เวลาในการรับประทานอาหารโดยเฉลี่ยวันละ 90 นาที ซึ่งใกล้เคียงกับการใช้เวลาในการเข้าห้องน้ำ อาบน้ำ แต่งตัว วันละ 86 นาที ใช้เวลาเดินทางวันละ 32 นาที และใช้เวลาอย่างน้อยที่สุดในการซักผ้าโดยเฉลี่ยวันละ 16 นาที อธิบายได้ว่านักศึกษาใช้เวลาในการนอนอย่างเหมาะสม ซึ่งสอดคล้องกับที่ สุชา จันทรเอม (2525) ได้กล่าวถึงเคล็ดลับในการศึกษาว่านักศึกษาจะต้องจัดแบ่งเวลาในกิจกรรมในชีวิตอย่างเหมาะสม เวลานอนจะใช้เวลา 7-8 ชั่วโมง เพื่อที่จะตื่นขึ้นมาทำกิจกรรมอย่างมีประสิทธิภาพ และสอดคล้องกับที่ สมบัติ จำปาเงิน (2533) ได้กล่าวไว้ในเรื่องประสิทธิภาพของการเรียนว่าสิ่งหนึ่งก็คือเวลานอนต้องให้เต็มอิม อย่างน้อยประมาณ 7 ชั่วโมง และตรงกับที่ Bammel & Bammel (1992) ได้กล่าวไว้ว่าเวลานอนปกติของนักศึกษาคือ 7-8 ชั่วโมง นักศึกษาใช้เวลารับประทานอาหารวันละประมาณ 90 นาที มีเวลา 30 นาที นับว่าเหมาะสม ตามปกติวิทยาลัยพยาบาลจะจัดอาหารให้นักศึกษาครบทั้ง 3 มื้อ รวมทั้งอาหารว่างก่อนและหลังการขึ้นเวร บ่าย-ดึก ทำให้นักศึกษามีความสะดวกในการรับประทานอาหาร

ในด้านเวลาที่ใช้เข้าห้องน้ำ อาบน้ำ แต่งตัว ใน 1 วัน ใช้เวลา 86 นาที จะเห็นว่าเหมาะสม เพราะนักศึกษาพยาบาลอยู่ในช่วงวัยที่รักสวยงาม ต้องการความประณีตในการแต่งกาย อาจจะใช้เวลาตรงส่วนนี้พอสมควร อีกประการหนึ่งบางครั้งห้องน้ำมีไม่พอกับจำนวนนักศึกษา จึงต้องเสียเวลารอคิว โดยเฉพาะในช่วงเร่งด่วน คือ

6.30-7.30 น. ในเรื่องเวลาที่ใช้ในการเดินทางนักศึกษาใช้เวลาเพียง 32 นาทีต่อวัน เนื่องจากว่าในวันปกตินักศึกษาไม่ค่อยได้ออกนอกบริเวณวิทยาลัย เพราะต้องปฏิบัติตามระเบียบ ขออนุญาตอาจารย์ผู้ปกครอง นอกจากนี้ห้องพักกับอาคารเรียนและสถานที่ฝึกปฏิบัติงานก็อยู่ใกล้กัน จึงทำให้ใช้เวลาในการเดินทางไม่มากนัก ในเรื่องการซักกรีดเสื้อผ้าใช้เวลาเฉลี่ยวันละ 16 นาที ที่ใช้เวลาน้อยเป็นเพราะวิทยาลัยพยาบาลจะมีสวัสดิการซักกรีดเสื้อผ้าให้ฟรี สิ่งที่ต้องซักเองก็เป็นจำพวกชุดชั้นใน ถุงเท้า เป็นต้น

ในวันหยุดนักศึกษาใช้เวลาในการนอน 8 ชั่วโมง 13 นาที ใช้เวลาในการรับประทานอาหาร 1 ชั่วโมง 33 นาที ส่วนการเข้าห้องน้ำ อาบน้ำ แต่งตัว ใช้เวลา 1 ชั่วโมง 26 นาที การเดินทางใช้เวลาโดยเฉลี่ย 52 นาที และใช้เวลาในการซักกรีดเสื้อผ้าโดยเฉลี่ย 31 นาที ใช้เวลาน้อยที่สุดในการสวดมนต์ ไหว้พระ 9.9 นาที จะเห็นว่านักศึกษาใช้เวลาในการทำกิจกรรมต่าง ๆ มากขึ้นกว่าในวันปกติ ยกเว้นการสวดมนต์ไหว้พระ อธิบายได้ว่าในวันหยุดนักศึกษาไม่ต้องเข้าชั้นเรียนหรือชั้นฝึกปฏิบัติงานในคลินิก ทำให้มีเวลาเหลือมากการทำกิจกรรมส่วนตัวต่าง ๆ เช่น การนอน รับประทานอาหาร อาบน้ำ แต่งตัว การเดินทาง และการซักกรีด จึงใช้เวลาทำกิจกรรมเหล่านี้ตามสบาย ไม่เร่งรีบ โดยเฉพาะการเดินทางใช้เวลาเพิ่มขึ้นมากกว่าในวันปกติ เพราะในวันหยุดนักศึกษาจะออกไปเดินตลาด ไปศูนย์การค้า ดูภาพยนตร์ หรืออีกหลายคนต้องใช้เวลาในการเดินทางกลับบ้านอีกด้วย

การใช้เวลาในการทำกิจวัตรประจำวันโดยรวมเฉลี่ย 11 ชั่วโมง 46 นาที นับว่ามีการใช้เวลาเหมาะสม ซึ่งสอดคล้องกับความคิดเห็นของผู้ทรงคุณวุฒิ (ดังรายนามในภาคผนวก) ที่ว่านักศึกษาควรใช้เวลาในการนอนหลับ 7-8 ชั่วโมง และใช้เวลาไปกับการทำกิจวัตรประจำวันอื่น ๆ อีกประมาณ 3-4 ชั่วโมง

1.3 การใช้เวลาในด้านการใช้เวลาว่าง ในวันปกติพบว่า นักศึกษาส่วนใหญ่ใช้เวลาส่วนมากในการพูดคุยกับเพื่อน ๆ โดยเฉลี่ย 59.9 นาที รองลงมาคือ ใช้ในการดูโทรทัศน์ 58 นาที ใช้ในการฟังเพลงและอ่านหนังสือทั่ว ๆ ไป ใกล้เคียงกัน คือ 24.7 นาที และ 23.2 นาที ตามลำดับ การเล่นเกมใช้เวลาเพียงวันละ 16.5 นาที ที่เที่ยวเตร่ในเมืองวันละ 14.3 นาที นักศึกษาใช้เวลาในการทำงานอดิเรกน้อยมากคือวันละ 6.2 นาที อธิบายได้ว่านักศึกษายาบาลจะพักอยู่ในห้องพัก ทำให้ใกล้ชิดกับเพื่อน ๆ มาก ดังนั้นในช่วงที่มีเวลาว่างนอกเวลาเรียน ซึ่งเป็นชั่วโมงผ่อนคลาย เวลาส่วนใหญ่จึงถูกใช้ไปกับการพูดคุยกับเพื่อน ๆ ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของ ยุวดี รัตตะชญ (2522) ที่สำรวจการใช้เวลาว่าง

ของนักศึกษายาบาล วิทยาลัยพยาบาลสภากาชาดไทย ปี 2522 พบว่า การใช้เวลาว่างในตอนเช้า พักกลางวัน และหลังเลิกเรียนของนักศึกษายาบาลส่วนใหญ่ใช้ในการสนทนากัน และสอดคล้องกับคำกล่าวของ Csikszentmihalyi and Larson (cited in Tolan and Cohler, 1993) ที่กล่าวว่า กลุ่มเพื่อนมีบทบาทและอิทธิพลอย่างสูงในช่วงวัยรุ่น นักศึกษาที่อยู่ในช่วงวัยรุ่นจะใช้เวลาอยู่กับเพื่อน ๆ มากขึ้น ดังนั้นนักศึกษาจึงใช้เวลาในการพูดคุยมากที่สุด นอกจากพูดคุยกับเพื่อนแล้วกิจกรรมที่ทำในเวลาว่างอีกอย่างหนึ่งก็คือ การดูโทรทัศน์และฟังวิทยุ ปัจจุบันรายการโทรทัศน์นอกจากให้ความบันเทิงแล้วยังให้ความรู้ที่ทันสมัย มีประโยชน์มากมาย อีกประการหนึ่งรายการทางโทรทัศน์ยังนำเสนอข่าวต่าง ๆ ทำให้ทราบข้อมูลข่าวสารบ้านเมืองอย่างรวดเร็ว ทำให้นักศึกษายาบาลใช้เวลาดูโทรทัศน์ รองลงมาจากการพูดคุย ซึ่งใกล้เคียงกับที่ นิมฟ์พรรณ ศิลปสุวรรณ และคณะ (2529) ทำวิจัยเรื่องศึกษาการใช้เวลาว่างของนักศึกษามหาวิทยาลัยมหิดลในระดับปริญญาตรี พบว่า กิจกรรมที่นักศึกษาทำมากที่สุดคือดูทีวี และฟังวิทยุ รองลงมาได้แก่ การพักผ่อนพูดคุย จำนวน เวลาที่ใช้ในการดูโทรทัศน์มีความใกล้เคียงกับที่ พรรณวิภา ธัญญคุปต์ (2530) ศึกษาการใช้เวลาของนักศึกษาแพทย์ พบว่า นักศึกษาแพทย์ใช้เวลาดูโทรทัศน์วันละ 1 ชั่วโมง 17 นาที นักศึกษาใช้เวลาในการฟังเพลงและอ่านหนังสือทั่วไปค่อนข้างน้อย อาจเป็นเพราะนักศึกษามีกิจกรรมที่ต้องทำหลายอย่าง จึงต้องจัดแบ่งเวลาในการทำกิจกรรมอื่น ๆ ที่น่าสนใจ เช่น เที่ยวเตร่ในเมือง กิจกรรมสังสรรค์บันเทิง เป็นต้น จะสังเกตเห็นว่านักศึกษายาบาลใช้เวลาเล่นกีฬาน้อย โดยเฉลี่ยวันละ 16.5 นาที นักศึกษาบางคนเล่นกีฬาเฉพาะวันที่มีชั่วโมงพลศึกษาเท่านั้น ที่เป็นเช่นนี้อาจเป็นเพราะขาดการส่งเสริมและสนับสนุนจากอาจารย์ อุปกรณ์การเล่นกีฬามีไม่เพียงพอ รวมทั้งสถานที่อาจไม่เหมาะสม ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ วิภาดา กฤติบุตร (2520) พบว่า ในด้านปัญหาและอุปสรรคที่ขัดขวางโอกาสในการเล่นกีฬาของนักศึกษายาบาล พบว่า สถาบันไม่มีอุปกรณ์และสถานที่เพียงพอ โดยเฉพาะอย่างยิ่งกีฬาทางน้ำ และสถาบันไม่ได้จัดบริการที่จะส่งเสริมการกีฬาเลย ในวันปกตินักศึกษาจะต้องเข้าชั้นเรียนและฝึกปฏิบัติงานในคลินิก จึงทำให้ไม่ค่อยได้ออกไปเที่ยวเตร่ในเมือง ตลอดจนการทำงานอดิเรกก็ไม่ค่อยนิยมทำกัน อาจเป็นเพราะไม่ค่อยมีเวลา และมีกิจกรรมอื่น ๆ ที่น่าสนใจมากกว่า

ในวันหยุดนักศึกษาใช้เวลาในการดูโทรทัศน์มากที่สุด โดยเฉลี่ยวันละ 3 ชั่วโมง 6 นาที รองลงมาใช้เวลาในการพูดคุยกับเพื่อนและญาติพี่น้อง 1 ชั่วโมง 14 นาที เทียบเตรในเมือง 55.7 นาที ฟังเพลง 37.7 นาที ใช้เวลาในการทำงานอดิเรกน้อยที่สุด วันละ 5.8 นาที จะสังเกตเห็นว่านักศึกษาใช้เวลาทำกิจกรรมในเวลาว่างมากกว่าในวันปกติ นอกจากการเล่นกีฬาและการทำงานอดิเรก อธิบายได้ว่าในวันหยุดจะไม่มีภาระการเรียนการสอน และไม่ต้องขึ้นฝึกปฏิบัติงานในคลินิก ในวันนี้นักศึกษาจึงใช้เวลาส่วนใหญ่ในการพักผ่อน เทียบเตรดูโทรทัศน์ พูดคุยกับเพื่อน เพื่อเป็นการพักผ่อนหย่อนใจ และคลายเครียด โดยเฉพาะการดูโทรทัศน์ที่นักศึกษาใช้เวลามากกว่ากิจกรรมอื่น ๆ เพราะโทรทัศน์ให้ทั้งความบันเทิง ข่าวสาร สาระความรู้ต่าง ๆ และเวลาที่นักศึกษาดูโทรทัศน์ก็สามารถที่จะพูดคุยกับเพื่อน ๆ ไปพร้อมๆกัน ถือเป็นสถานที่ที่จะพบปะสังสรรค์กันกับเพื่อน ๆ ไปในตัว โดยไม่ต้องเสียเงิน เสียเวลา ออกไปหาความบันเทิงนอกวิทยาลัยอีก

การใช้เวลาว่างโดยรวมแล้วนักศึกษาใช้เวลาว่างในการทำกิจกรรมในวันปกติ โดยเฉลี่ยประมาณ 4 ชั่วโมง 16 นาที ถือว่ามีการใช้เวลาในด้านนี้อยู่ในระดับมากกว่าที่ผู้ทรงคุณวุฒิกล่าวไว้ว่า ควรใช้เวลาประมาณ 3 ชั่วโมง อาจเป็นเพราะว่านักศึกษามีกิจกรรมต่าง ๆ ที่จะต้องทำในเวลาว่างเพิ่มขึ้น เช่น การรับน้องใหม่ การวิ่งการกุศล เป็นต้น

2. การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของการใช้เวลาในการทำกิจกรรมประจำวันของนักศึกษานพยาบาล ด้านการศึกษาเล่าเรียน ด้านกิจวัตรประจำวัน และด้านการใช้เวลาว่างจำแนกตามระดับชั้นปี ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ระดับการศึกษาของบิดา ระดับการศึกษาของมารดา ลักษณะกลุ่มเพื่อน อັตมโนทัศน์ และพฤติกรรมเผชิญสถานการณ์ชีวิตได้ข้อค้นพบ ดังนี้

2.1 ค่าเฉลี่ยของการใช้เวลาในการทำกิจกรรมประจำวันของนักศึกษานพยาบาลที่มีระดับชั้นปีต่างกัน พบว่า มีความแตกต่างกันในด้านการศึกษาเล่าเรียน ด้านกิจวัตรประจำวัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ โดยผลการวิจัยพบว่า นักศึกษาชั้นปีที่ 2 มีการใช้เวลาในด้านการศึกษาเล่าเรียนมากกว่าชั้นปีที่ 3 และ 4 และนักศึกษาชั้นปีที่ 4 ใช้เวลาในด้านการศึกษาเล่าเรียนมากกว่าชั้นปีที่ 3 ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของ ภาวนา ใจประสาท (2534) ที่ได้ศึกษาการดำรงชีวิตของนักศึกษาภายในมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ พบว่า นักศึกษาชั้นปีที่ 1, 2, 3 และ 4 มีการดำรงชีวิตด้านการศึกษา ด้านสังคม และด้านเศรษฐกิจ แตกต่างกัน และสอดคล้องกับผลการวิจัย

ของ พรรณวิภา รัญญคุปต์ (2530) ที่ศึกษาวิถีชีวิตของนักศึกษาแพทย์ กรณีศึกษามหาวิทยาลัยขอนแก่น ที่พบว่าวันปกตินักศึกษาระดับคลินิกใช้เวลาเข้าชั้นเรียนมากกว่านักศึกษาระดับเตรียมคลินิก และนักศึกษาระดับเตรียมแพทย์ และตรงกับคำกล่าวของ อรรถัย ผลเนื่องมา (2529) ที่ว่านิสิตนักศึกษามหาวิทยาลัยในแต่ละชั้นปี มีลักษณะที่แตกต่างกันออกไป ทั้งในด้านความรู้สึกนึกคิด พฤติกรรมเกี่ยวกับการศึกษาเล่าเรียน การร่วมกิจกรรม และการเข้ากลุ่มเพื่อน เป็นต้น นอกจากนี้ นักศึกษาที่มีระดับชั้นปีแตกต่างกัน ส่วนใหญ่อายุต้องแตกต่างกัน ย่อมจะมีลักษณะนิสัย ทศนคติ และการปฏิบัติตัว แตกต่างกันไป ดังที่ วัลลภา เทนหัสติน ณ อัยรยา (2530) กล่าวว่าสภาพของนักศึกษาในมหาวิทยาลัยของอเมริกา มีลักษณะใกล้เคียงกับสภาพนักศึกษาในปัจจุบันของประเทศไทย คือ นักศึกษาชั้นปีที่ 1 จะรู้สึกสนใจกิจกรรมการเรียน และสังคม นักศึกษาอยากจะทำเรียน ตั้งใจในการศึกษา ดังนั้นนักศึกษาชั้นปีที่ 2 เทอมแรกจึงมีลักษณะไม่แตกต่างไปจากนักศึกษาชั้นปีที่ 1 นักศึกษาชั้นปีที่ 2 ยังมีความสนใจ ใฝ่รู้ ตั้งใจในการศึกษา จึงใช้เวลาในด้านการศึกษาเล่าเรียนมากกว่านักศึกษาชั้นปีที่ 3 ซึ่งนักศึกษาชั้นปีที่ 3 นั้น มีลักษณะสงบเงียบ ชอบอยู่กับกลุ่มเพื่อนมากกว่า มีความเฉยเมยต่อสังคมและต่อการเรียน จึงใช้เวลาในด้านการศึกษาเล่าเรียนน้อยกว่าชั้นปีอื่น ๆ ทองเรียน อมรัชกุล (2525) ได้กล่าวถึงนักศึกษาชั้นปีที่ 4 ว่ามีแนวโน้มที่จะหันความสนใจไปจากมหาวิทยาลัยไม่มีส่วนร่วมในกิจกรรมต่าง ๆ ของมหาวิทยาลัย ส่วนมากจะสนใจกับเรื่องส่วนตัว และนักศึกษาชั้นปีที่ 4 คือ ผู้ที่ใกล้จะสำเร็จการศึกษาจึงขยันอ่านตำรา และใช้เวลาในด้านการศึกษาเล่าเรียนมากกว่านักศึกษาชั้นปีที่ 3 เพื่อเตรียมสอบประมวลความรู้สอบใบประกอบโรคศิลปะในปลายปี อีกประการหนึ่งนักศึกษาชั้นปีที่ 4 อยู่ในช่วงออกฝึกการพยาบาลผู้ใหญ่และผู้สูงอายุที่มีความซับซ้อน จึงต้องเตรียมความรู้ในส่วนนี้ เพื่อที่จะจบออกไปทำงานเป็นพยาบาลวิชาชีพที่ดีมีประสิทธิภาพต่อไป

นอกจากที่กล่าวมาข้างต้นแล้ว โปรแกรมการศึกษาของนักศึกษาแต่ละชั้นปียังมีความแตกต่างกัน นักศึกษาชั้นปีที่ 2 ในภาคการศึกษาที่ 1 จะต้องเรียนถึง 22 หน่วยกิต โดยเรียนภาคทฤษฎี 16 ชั่วโมง ภาคปฏิบัติ 18 ชั่วโมง และชั่วโมงฝึกด้วยตนเอง 32 ชั่วโมง ส่วนนักศึกษาชั้นปีที่ 3 นั้น ในภาคการศึกษาที่ 1 จะต้องเรียน 17 หน่วยกิต โดยเรียนภาคทฤษฎี 9 ชั่วโมง ภาคปฏิบัติ 32 ชั่วโมง และชั่วโมงฝึกด้วยตนเอง 13 ชั่วโมง นักศึกษาชั้นปีที่ 4 นั้น ต้องเรียน 11 หน่วยกิต ภาคทฤษฎี 7.5 ชั่วโมง ภาคปฏิบัติ 13.5



ชั่วโมง และชั่วโมงฝึกด้วยตนเอง 14 ชั่วโมง (วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ราชบุรี, 2528) จากหลักสูตรและการจัดโปรแกรมการศึกษาดังกล่าว ผลการวิจัยจึงพบว่านักศึกษาชั้นปีที่ 2 มีการใช้เวลาในด้านการศึกษาเล่าเรียนมากกว่านักศึกษาชั้นปีที่ 3 และชั้นปีที่ 4 ตามลำดับ

เมื่อทดสอบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยของการใช้เวลาในการทำกิจกรรมประจำวันของนักศึกษพยาบาลที่ระดับชั้นปีต่างกันเป็นรายคู่ โดยวิธีการทดสอบของเชฟเฟ่ พบว่า มีความแตกต่างกันในด้านการศึกษาเล่าเรียน และด้านกิจวัตรประจำวัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ด้านการศึกษาเล่าเรียน นักศึกษาชั้นปีที่ 2 มีค่าเฉลี่ยการใช้เวลาในการทำกิจกรรมในด้านนี้มากกว่านักศึกษาชั้นปีที่ 3 เนื่องจากนักศึกษาชั้นปีที่ 2 มีทัศนคติต่อวิชาชีวดีกว่านักศึกษาชั้นปีที่ 3 (อารีย์ สุขก่องวาริ, 2538) จึงทำให้นักศึกษาชั้นปีที่ 2 มีความกระตือรือร้นและสนใจใช้เวลาในการศึกษาเล่าเรียนมากกว่า และอีกประการหนึ่งนักศึกษาชั้นปีที่ 2 นั้น ขึ้นฝึกการปฏิบัติงานในคลินิกเป็นครั้งแรก ต้องมีการเตรียมตัวด้านความรู้ ต้องมีการวางแผนการพยาบาล จึงต้องศึกษาค้นคว้า อ่านตำรา และใช้เวลาเกี่ยวกับการศึกษาเล่าเรียนมากกว่านักศึกษาชั้นปีที่ 3 ที่ผ่านการปฏิบัติงานในคลินิกมานานแล้ว ทำให้เกิดการปรับตัวและมีความรู้ ความชำนาญมากกว่านักศึกษาชั้นปีที่ 2

ด้านกิจวัตรประจำวัน นักศึกษาชั้นปีที่ 3 มีค่าเฉลี่ยในการทำกิจกรรมด้านนี้มากกว่านักศึกษาชั้นปีที่ 4 ดังได้กล่าวมาแล้วว่านักศึกษาชั้นปีที่ 4 อยู่ในช่วงที่ต้องออกฝึกการพยาบาลผู้ใหญ่และผู้สูงอายุที่มีความซับซ้อน ต้องเตรียมความรู้ และใช้เวลาเกี่ยวกับการศึกษาเล่าเรียน จึงทำให้ต้องลดเวลาในการทำกิจวัตรประจำวันลงเช่น ลดเวลานอนรับประทานอาหารเช้า เป็นต้น ส่วนนักศึกษาชั้นปีที่ 3 นั้น จะเห็นว่าใช้เวลาในด้านการศึกษาเล่าเรียนน้อยที่สุด แต่กลับมาใช้เวลาในด้านกิจวัตรประจำวันมาก เพราะลักษณะของนักศึกษาชั้นปีที่ 3 ที่วัลลภา เทพหัสดิน ณ อยุธยา (2530) กล่าวถึงมีลักษณะชอบอยู่กับกลุ่มเพื่อน มีความเฉยเมยต่อการเรียน และอาจมีความคิดที่จะมีเพื่อนต่างเพศ จึงใช้เวลาไปกับการแต่งกาย การเข้าสังคมกับกลุ่มเพื่อนมาก และใช้เวลาเกี่ยวกับกิจวัตรประจำวันมากขึ้น

2.2 ค่าเฉลี่ยของการใช้เวลาในการทำกิจกรรมประจำวันของนักศึกษพยาบาลที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่างกัน พบว่า รายด้านทุกด้าน ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ซึ่งไม่เป็นตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ เนื่องจากว่าองค์ประกอบ

ที่มีอิทธิพลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนนั้น นอกจากนักศึกษาจะใช้เวลาในการอ่านตำรา ทำการบ้าน และเข้าชั้นเรียนแล้ว ยังมีองค์ประกอบอื่น ๆ ที่มีอิทธิพลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน เช่น ครูผู้สอน ที่อยู่อาศัย สถานที่เรียน เศรษฐกิจ ความเอาใจใส่ของผู้ปกครอง ความสัมพันธ์กับเพื่อน ความพร้อมด้านสมอง และสติปัญญา ซึ่งได้แก่ ความสนใจ แรงจูงใจ เจตคติ และค่านิยม สุขภาพ ความสนใจเกี่ยวกับตนเอง อายุ และเพศ เป็นต้น (Klausmier, 1961) จึงเป็นไปได้ว่าผู้ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงใช้เวลาในด้านการศึกษาล่าเรียน ไม่แตกต่างจากผู้ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ คือ นักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงใช้เวลา 8 ชั่วโมง 46 นาที และนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำใช้เวลา 8 ชั่วโมง 41 นาที ซึ่งเมื่อเทียบกับเกณฑ์ที่ผู้ทรงคุณวุฒิจัดไว้ ถือว่ามีการใช้เวลาอยู่ในระดับปานกลาง สาเหตุอีกประการหนึ่งคือ นักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงจะมีสมาธิในการฟัง มีทักษะในการอ่านและจำ ตลอดจนมีการวางแผนในการเรียน จัดสรรเวลาว่าเวลาไหนควรทำอะไร ดังนั้นจึงมีอยู่บ่อย ๆ ที่พบว่านักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงมีการใช้เวลาในการอ่านหนังสือ ค้นคว้าเข้าชั้นเรียน ไม่แตกต่างจากนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ คือ นักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงใช้เวลา 8 ชั่วโมง 46 นาที และนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำใช้เวลา 8 ชั่วโมง 41 นาที ซึ่งเมื่อเทียบกับเกณฑ์ที่ผู้ทรงคุณวุฒิจัดไว้ถือว่ามีการใช้เวลาอยู่ในระดับปานกลาง ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของ พรณวิภา ธัญญคุปต์ (2530) ที่ศึกษาวิถีชีวิตของแพทย์ พบว่า นักศึกษาแพทย์ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงและต่ำใช้เวลาในการทำกิจกรรมประจำวันไม่ค่อยแตกต่างกันและกลุ่มที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงใช้เวลาในการเข้าชั้นเรียนน้อยกว่านักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ การที่ผลการวิจัยในเรื่องการใช้เวลาในการทำกิจกรรมประจำวันของนักศึกษายาบาลที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่างกัน พบว่า รายด้านทุกด้านไม่มีความแตกต่างกัน เพราะกลุ่มตัวอย่างที่สุ่มมาได้นี้มีนักศึกษาได้เกรดเฉลี่ยอยู่ในระดับสูง 103 คน ระดับกลาง 354 คน และอยู่ในระดับต่ำ 81 คน ซึ่งกลุ่มตัวอย่างที่มีเกรดเฉลี่ยในระดับกลางมีจำนวนมากที่สุดต่างจากกลุ่มอื่น ๆ มาก ทำให้ผลการวิจัยที่ได้ไม่เป็นไปตามสมมติฐาน

### 2.3 ค่าเฉลี่ยของการใช้เวลาในการทำกิจกรรมประจำวันของนักศึกษา

พยาบาลที่มีบิดา มารดา มีระดับการศึกษาต่างกัน พบว่า รายด้านทุกด้าน ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ เนื่องจากว่านักศึกษายาบาลเป็นนักศึกษาที่อยู่ในช่วงวัยรุ่นตอนปลายและวัยผู้ใหญ่ตอนต้น วัยนี้เป็นวัยที่อยู่ในช่วง

ปรับปรุงและเปลี่ยนแปลง ทั้งความเชื่อ ทศคติ และค่านิยมต่าง ๆ เป็นวัยที่เริ่มต้นด้วยความสับสน ยุ่งยาก และมีอุดมคติค่อนข้างแน่วแน่ (ไพฑูรย์ สินลารัตน์, 2532) ตรงกับที่ พรชูลี อาชาวาร์จ (2525) กล่าวว่านักศึกษาวัยนี้มีลักษณะยึดมั่น ถือมั่น เป็นผู้รอบรู้แต่เพียงผู้เดียว และแสวงหาเอกลักษณ์ของตน บุคคลที่มีอิทธิพลอย่างมากต่อชีวิตวัยเด็กคือ บิดา มารดา ต่อมานักศึกษาได้สัมพันธ์กับบุคคลและสิ่งแวดล้อมมากขึ้น เรียนรู้และรับนานาทัศนะมากขึ้น เมื่อมีการเพิ่มเติมสิ่งต่าง ๆ เข้าไป เขาจะสามารถผสมผสานกลมกลืนได้หมด มีโอกาสเลือกกระทำในสิ่งที่ตัวเองพอใจ และใช้เวลาส่วนใหญ่อยู่กับกลุ่มเพื่อน ซึ่งสอดคล้องกับที่ บัสคาเกลีย (Buscaglia, cited in Ellenson (1982) กล่าวว่ามนุษย์เรานั้นทุกอย่างก้าวของชีวิตมุ่งไปสู่ผู้อื่น เริ่มจากวัยเด็ก เราก็จะมุ่งไปสู่บิดา มารดา เมื่อเข้าสู่วัยรุ่นก็จะมุ่งไปสู่กลุ่มเพื่อน และมุ่งไปสู่คนรักเมื่อเข้าสู่วัยผู้ใหญ่ตอนต้น เมื่อเป็นเช่นนั้นบทบาทของบิดา มารดาต่อศึกษาก็จะลดน้อยลงกว่าตอนที่นักศึกษาอยู่ในวัยเด็ก ประกอบกับนักศึกษานายบาล จะต้องอยู่หอพักที่ทางวิทยาลัยจัดให้ และจะกลับบ้านได้ในช่วงเสาร์-อาทิตย์ และนักศึกษาอีกส่วนหนึ่งได้กลับบ้านเพียงเดือนละครั้ง เนื่องจากบ้านอยู่ต่างจังหวัด การเดินทางไปกลับไม่สะดวก จึงทำให้ห่างเหินบิดา มารดา ดังนั้นบิดา มารดา จึงไม่ค่อยมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมในการทำกิจกรรมประจำวันของนักศึกษามากนัก อีกประการหนึ่งกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษามีบิดา มารดา ที่มีระดับการศึกษาปานกลางและต่ำ จึงไม่มีผลต่อการใช้เวลาในการทำกิจกรรมประจำวันของนักศึกษานายบาล ตามที่ผลการวิจัยแสดงออกมาว่าผลการใช้เวลาในการทำกิจกรรมประจำวันของนักศึกษานายบาลที่มีบิดา มารดา มีระดับการศึกษาต่างกัน พบว่ารายด้านทุกด้านไม่มีความแตกต่างกันนั้น เป็นเพราะว่ากลุ่มตัวอย่างที่ศึกษามีบิดา มารดา ที่มีการศึกษาอยู่ในระดับต่ำ คือ มีบิดาจบชั้นประถมศึกษา 262 คน และมารดาจบชั้นประถม 373 คน ซึ่งมีจำนวนแตกต่างจากบิดา มารดา ที่มีการศึกษา ระดับสูงและปานกลาง จึงทำให้ผลการวิจัยไม่เป็นไปตามสมมติฐาน

2.4 ค่าเฉลี่ยของการใช้เวลาในการทำกิจกรรมประจำวันของนักศึกษานายบาลที่มีลักษณะกลุ่มเพื่อนต่างกัน พบว่า รายด้านทุกด้านไม่มีความแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ อธิบายได้ว่าในปัจจุบันหลักสูตรการเรียนการสอนในระดับอุดมศึกษามักจะเน้นให้นักศึกษามีกิจกรรมเกี่ยวกับการเรียนไปพร้อม ๆ กับการทำกิจกรรมเสริมหลักสูตร กิจกรรมของชมรม ไม่มุ่งเน้นในการทำกิจกรรมด้านใดด้านหนึ่ง โดยเฉพาะ เพื่อให้ นักศึกษาพัฒนาบุคลิกภาพความเป็นผู้นำ รู้จักเสียสละ

กล้าแสดงออก และนำประสบการณ์เหล่านี้ไปใช้ได้ ในสภาพการณ์ที่เป็นจริง เมื่อจบการศึกษาแล้ว ดังนั้นจึงมักพบว่านิสิตนักศึกษาที่เรียนเก่งหรือมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง ส่วนใหญ่จะทำกิจกรรมควบคู่กับการเรียน นอกจากนี้การจัดการเรียนการสอนในวิทยาลัยพยาบาลจะมีการเรียนทั้งภาคทฤษฎี และภาคปฏิบัติ นักศึกษาทุกคนค่อนข้างจะเรียนหนัก จึงมีเวลาในการทำกิจกรรมที่ค่อนข้างน้อย ไม่เหมือนนักศึกษาที่เรียนในมหาวิทยาลัยจะมีเวลาทำกิจกรรมมากกว่า กิจกรรมที่ทำในวิทยาลัยพยาบาลส่วนใหญ่ คือ กิจกรรมชมรมต่าง ๆ กิจกรรมการรับน้องใหม่ ไหว้ครู แห่เทียน การแข่งกีฬา เป็นต้น ซึ่งทางวิทยาลัยกำหนดไว้ว่านักศึกษาทุกคนต้องเป็นสมาชิกของชมรมใดชมรมหนึ่ง และต้องมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมอื่น ๆ และอีกประการหนึ่ง นักศึกษาพยาบาล 1 คน จะมีเพื่อนสนิทอย่างน้อย 1-2 คน ดังนั้นจึงเป็นไปได้ว่านักศึกษาที่มีเพื่อนสนิทที่มีลักษณะมุ่งวิชาการ อาจจะมีเพื่อนสนิท อีกคนที่มีลักษณะมุ่งกิจกรรมหรือเก็บตัวก็ได้ และเพื่อนสนิทของนักศึกษาบางคนอาจจะเป็นคนที่มีลักษณะมุ่งวิชาการและมุ่งกิจกรรมก็ได้ จึงทำให้นักศึกษามีลักษณะพฤติกรรมในการใช้เวลาในด้านต่าง ๆ ไม่แตกต่างจากเพื่อนนักศึกษาคณะอื่น ๆ แต่ทั้งนี้การตัดสินใจที่จะใช้เวลาในด้านการศึกษาเล่าเรียน ด้านกิจวัตรประจำวัน และด้านการใช้เวลาว่างส่วนใหญ่ จะขึ้นอยู่กับตัวของนักศึกษาเองที่จะตัดสินใจว่าจะใช้เวลาในการทำกิจกรรมประจำวันในด้านต่าง ๆ มากน้อยเพียงใด กลุ่มเพื่อนสนิทจะมีอิทธิพลไม่มากนัก ดังคำกล่าวของเฟลด์แมนและนิวคอมบ์ (Feldman & Newcomb, 1973 อ้างถึงใน ประขอบ คุปรัตน์, 2525) ที่ว่ากลุ่มเพื่อนสามารถกำหนดพฤติกรรมประจำวันของการเรียนและวิชาการได้ในบางโอกาสเท่านั้น จึงพบว่านักศึกษาที่มีเพื่อนสนิทเป็นกลุ่มมุ่งวิชาการมีการใช้เวลาในด้านการศึกษาเล่าเรียน ด้านกิจวัตรประจำวัน และด้านการใช้เวลาว่าง ไม่แตกต่างจากนักศึกษาที่มีเพื่อนสนิทเป็นกลุ่มกิจกรรมหรือเก็บตัว

2.5 ค่าเฉลี่ยของการใช้เวลาในการทำกิจกรรมประจำวันของนักศึกษาพยาบาล ที่มีอัตราโน้ตต่างกัน พบว่า นักศึกษามีค่าเฉลี่ยของการใช้เวลาทำกิจกรรมประจำวันด้านการศึกษาเล่าเรียนแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐาน โดยผลการวิจัยพบว่า นักศึกษาที่มีอัตราโน้ตกันในทางบวกมีการใช้เวลาในด้านการศึกษาเล่าเรียนมากกว่านักศึกษาที่มีอัตราโน้ตคนปานกลางและลบ ส่วนในด้านกิจวัตรประจำวัน และด้านการใช้เวลาว่าง มีการใช้เวลาไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ อธิบายได้ว่านักศึกษาที่มีความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับตนเองในทางบวกเห็นคุณค่าในตัวเองย่อมจะใช้เวลาที่มีอยู่ให้เกิดประโยชน์ต่อตน โดยเฉพาะเกี่ยวกับการศึกษาเล่าเรียน จะมี

ความตั้งใจศึกษาค้นคว้า เพื่อให้ตนเองประสบความสำเร็จในด้านการเรียน ซึ่งสอดคล้องกับที่ Wiggin and Other (1970) กล่าวว่าไว้ว่านักศึกษาที่มีอัตมโนทัศน์บวก จะใช้ตนเองเป็นเครื่องมือได้อย่างมีประสิทธิภาพ สามารถประกอบกิจกรรมต่าง ๆ ได้ตามความมุ่งมั่นเอาไว้มองตนเองตามความเป็นจริง มีความเชื่อมั่นในตนเอง ได้รับการยอมรับในสังคมสูง มีสัมพันธภาพที่ดี สนใจแสวงหาความรู้ใหม่ มีความคิดสร้างสรรค์ ชอบร่วมทำกิจกรรมต่าง ๆ ซึ่งตรงข้ามกับผู้ที่มีอัตมโนทัศน์ในทางลบ จะเป็นผู้ที่ไม่กล้าแสดงออกมักทำอะไรล้มเหลว ไม่มีความเป็นผู้นำ และไม่กล้ากระทำการต่าง ๆ ขาดความคิดสร้างสรรค์ขาดความเชื่อมั่นในตนเอง มองตนเองไม่มีคุณค่า (จินตนา จันทรโคตร, 2530) และสอดคล้องกับผลการวิจัยของ ไดซัน (Dyson, 1967) ที่ศึกษาอัตมโนทัศน์ของนักเรียนกลุ่มต่าง ๆ ที่จัดแบ่งตามระดับความสามารถทางการเรียน โดยใช้กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนระดับ 7 ผลการวิจัยปรากฏว่านักเรียนที่มีสัมฤทธิ์ผลทางการเรียนสูง จะมีอัตมโนทัศน์ดีกว่านักเรียนที่มีสัมฤทธิ์ผลทางการเรียนต่ำ จึงมีความเป็นไปได้ที่นักศึกษายาบาลที่มีอัตมโนทัศน์ในทางบวก จะมีการใช้เวลาในด้านการศึกษาล่าเรียนมากกว่านักศึกษาที่มีอัตมโนทัศน์ในทางปานกลางและลบ จากคำกล่าวของ พรหมทิพย์ เกษะนันท์ (2516) ที่กล่าวว่าไว้ว่าบุคคลที่มีความสำคัญต่อการพัฒนาอัตมโนทัศน์คือ บิดา มารดา ครู อาจารย์ และเพื่อน ดังนั้นเมื่อผลการวิจัยออกมาดังนี้ วิทยาลัยพยาบาลควรที่จะได้มีการจัดกิจกรรมด้านการเรียนการสอน ตลอดจนสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ เพื่อช่วยในการพัฒนาและส่งเสริมอัตมโนทัศน์ของนักศึกษาให้เป็นไปในทางบวก เช่น การให้แรงเสริมต่าง ๆ การเชิญวิทยากรภายนอกมาบรรยายในเรื่องเกี่ยวกับมนุษยสัมพันธ์หรือการจัดกิจกรรมกลุ่มที่ส่งเสริมในด้านความกล้าแสดงออก การเชิญผู้ที่ประสบความสำเร็จในชีวิตมาบรรยาย เป็นต้น

2.6 ค่าเฉลี่ยของการใช้เวลาในการทำกิจกรรมประจำวันของนักศึกษายาบาลที่มีพฤติกรรมเผชิญสถานการณ์ชีวิตต่างกัน พบว่า นักศึกษามีค่าเฉลี่ยของการใช้เวลาในการทำกิจกรรมประจำวัน ด้านการศึกษาล่าเรียนแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานการวิจัย โดยผลการวิจัยพบว่านักศึกษาที่มีพฤติกรรมเผชิญสถานการณ์ชีวิตแบบมุ่งความสำเร็จสูง มีการใช้เวลาในด้านการศึกษาล่าเรียนมากกว่านักศึกษาที่มีพฤติกรรมเผชิญสถานการณ์ชีวิตแบบมุ่งความสำเร็จต่ำ และในด้านกิจวัตรประจำวัน ส่วนตัวมีการใช้เวลาแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 โดยนักศึกษาที่มีพฤติกรรมเผชิญสถานการณ์ชีวิตแบบมุ่งความสำเร็จสูง จะมีการใช้เวลาในด้านกิจวัตรประจำวัน

น้อยกว่านักศึกษาที่มีพฤติกรรมเผชิญสถานการณ์ชีวิตแบบมุ่งความสำเร็จต่ำ ส่วนด้านการใช้เวลาว่างไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติอธิบายได้ว่า นักศึกษาพยาบาลที่มีพฤติกรรมเผชิญสถานการณ์ชีวิตแบบมุ่งความสำเร็จสูงจะมีลักษณะชอบแข่งขัน มีความทะเยอทะยาน ต้องการความก้าวหน้า จะหมกมุ่นกับการเรียนและงานที่ทำ ไม่ค่อยได้หยุดพัก ลักษณะเด่นก็คือจะระมัดระวังเรื่องเวลามาก จะใช้เวลาที่มีอยู่ให้เกิดประโยชน์มากที่สุด ทำงานตามแผน เวลา บ่อยครั้งที่ทำงานพร้อมกัน 2 อย่าง เช่น รับประทานอาหารและอ่านหนังสือเรียนไปพร้อมกัน หรือรับประทานอาหารและดูโทรทัศน์ในเวลาเดียวกัน (Selye, 1980 ; Price, 1982 ; Baron and Byrne, 1987 ; Fontana, et al., 1987) ดังนั้น จึงทำให้นักศึกษาพยาบาลที่มีพฤติกรรมแบบมุ่งความสำเร็จสูง จัดเวลาที่มีอยู่โดยการใช้เวลาไปในด้านการศึกษาเล่าเรียนให้มาก และพยายามใช้เวลาในด้านกิจวัตรประจำวันให้น้อยลง อันจะนำมาซึ่งการมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนที่ดีและประสบผลสำเร็จทางด้านการเรียน ส่วนนักศึกษาที่มีพฤติกรรมเผชิญสถานการณ์ชีวิตแบบมุ่งความสำเร็จต่ำ จะมีลักษณะตรงข้ามกับนักศึกษาที่มีพฤติกรรมแบบมุ่งความสำเร็จสูง คือ จะมีลักษณะผ่อนคลายไม่ชอบแข่งขัน ไม่ทะเยอทะยาน และชอบสังคม จึงใช้เวลาไปในด้านกิจวัตรประจำวันมาก เช่น อาบน้ำ แต่งตัว การรับประทานอาหารกับเพื่อน ๆ และการเดินทางท่องเที่ยว เป็นต้น เหตุผลดังกล่าว จึงทำให้นักศึกษาที่มีพฤติกรรมแบบมุ่งความสำเร็จสูงใช้เวลาในด้านการศึกษาเล่าเรียนและด้านกิจวัตรประจำวันแตกต่างจากนักศึกษาที่มีพฤติกรรมเผชิญสถานการณ์ชีวิตแบบมุ่งความสำเร็จต่ำ

#### ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1. นักศึกษาใช้เวลาในด้านการศึกษาเล่าเรียนโดยรวมเท่ากับ 8 ชั่วโมง 52 นาที อยู่ในระดับปานกลาง โดยเฉพาะนักศึกษาชั้นปีที่ 3 ใช้เวลาในการศึกษาเล่าเรียนน้อยกว่าชั้นปีอื่น ๆ จึงควรที่จะมีการส่งเสริมและสนับสนุนให้นักศึกษาใช้เวลาในการอ่านตำรา ศึกษา ค้นคว้า ทบทวนความรู้ให้มากกว่านี้ โดยเฉพาะการใช้เวลานอกเวลาเรียน ควรมีการส่งเสริมให้นักศึกษาเข้าห้องสมุดมากขึ้น อาจารย์อาจจะมอบหมายงานให้นักศึกษาค้นคว้ามากขึ้น หรือ อาจจัดห้องสมุดให้มีบรรยากาศและสิ่งแวดล้อมจูงใจให้นักศึกษาเข้าไปใช้บริการมากขึ้น

2. ในด้านการใช้เวลาว่าง นักศึกษาพยาบาลมีกิจกรรมเกี่ยวกับการเล่นกีฬา การออกกำลังกายน้อย ควรที่จะมีการส่งเสริมการออกกำลังกาย โดยการจัดหาอุปกรณ์การเล่นกีฬา และจัดสถานที่ให้เหมาะสม หรือจัดให้มีกิจกรรมการออกกำลังกายหรือเต้นแอโรบิค กลางแจ้งทุกเช้า เพราะการเล่นกีฬาทำให้ผ่อนคลายความเครียด และทำให้สุขภาพร่างกาย แข็งแรง

3. ควรมีการส่งเสริมให้นักศึกษารู้จักวางแผนการใช้เวลาอย่างถูกต้องและควรมีการพิจารณาบททวนหลักสูตรการเรียนการสอน โดยการจัดการเรียนการสอน เรื่อง การบริหารเวลาสำหรับนักศึกษาชั้นปีที่ 1 เพื่อเป็นการปูพื้นฐานเรื่องการใช้เวลาตั้งแต่เริ่มแรก และควรมีการสอดแทรกเนื้อหาในทุกชั้นปี

#### **ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป**

1. ควรมีการศึกษาเปรียบเทียบการใช้เวลาของนักศึกษานพยาบาลสังกัดกระทรวงสาธารณสุขกับนักศึกษานพยาบาลในสังกัดอื่น ๆ

2. ควรศึกษาปัจจัยอื่น ๆ ที่อาจมีความสัมพันธ์กับการใช้เวลาของนักศึกษานพยาบาล เช่น ทักษะการบริหารเวลา ลำดับการเกิด ความเชื่อเกี่ยวกับอำนาจภายใน และอำนาจภายนอก เป็นต้น

ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย