

การศึกษาองค์ประกอบของความเหนื่อยหน่ายในการเรียน ของนิสิตนักศึกษาระดับอุดมศึกษา*

ชัยพร พงษ์พิสันต์รัตน์¹ ภมรพรรณ ยูระยาตร์²

(รับบทความ: 23 เมษายน 2562; แก้ไขบทความ: 13 สิงหาคม 2562; ตอรับบทความ: 23 สิงหาคม 2562)

บทคัดย่อ

งานวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาองค์ประกอบของความเหนื่อยหน่ายในการเรียนของนิสิตนักศึกษา โดยการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันอันดับที่สอง กลุ่มตัวอย่างทำการสุ่มกลุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน (Multi-Stage Sampling) จำนวน 2,000 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยคือ แบบสอบถามปลายเปิดเกี่ยวกับความเหนื่อยหน่ายในการเรียน และแบบวัดพฤติกรรมความเหนื่อยหน่ายในการเรียน จำนวน 64 ข้อ มีค่าอำนาจจำแนก .261 - .818 ค่าความเชื่อมั่น .968 สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล คือ การวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยัน (Confirmatory Factor Analysis) จากผลการวิจัยได้องค์ประกอบของความเหนื่อยหน่ายในการเรียนของนิสิตนักศึกษาทั้งหมด 3 องค์ประกอบ โดยองค์ประกอบที่ 1 ความอ่อนล้าทางอารมณ์ มี 4 ตัวบ่งชี้ ได้แก่ ตัวบ่งชี้ที่ 1 ความเครียดในการเรียน ตัวบ่งชี้ที่ 2 ความอ่อนเพลียในการเรียน ตัวบ่งชี้ที่ 3 ความซึมเศร้า ตัวบ่งชี้ที่ 4 แรงจูงใจในการเรียน องค์ประกอบที่ 2 ความอ่อนล้าทางสภาวะบุคคล มี 3 ตัวบ่งชี้ ได้แก่ ตัวบ่งชี้ที่ 1 การเห็นคุณค่าในตนเอง ตัวบ่งชี้ที่ 2 เจตคติต่อการเรียน ตัวบ่งชี้ที่ 3 สมรรถภาพในการเรียน องค์ประกอบที่ 3 ความอ่อนล้าทางผลลัพธ์ของบุคคล มี 2 ตัวบ่งชี้ ได้แก่ ตัวบ่งชี้ที่ 1 การรับรู้ความสามารถของตนเองในการเรียน ตัวบ่งชี้ที่ 2 การปฏิเสธการเรียน แล้วนำองค์ประกอบทั้งหมดมาทดสอบความสอดคล้อง โดยใช้โปรแกรม LISREL ช่วยในการวิเคราะห์ องค์ประกอบเชิงยืนยันอันดับที่สอง ผลการวิจัยพบว่าองค์ประกอบมีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์เป็นอย่างดี ได้ค่า Chi-Square = 29.26, df = 22, p-value = 0.14, RMSEA = 0.013, GFI = 1.00, AGFI = 0.99, RMR = 0.014 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงว่าองค์ประกอบทั้ง 3 ด้าน 9 ตัวบ่งชี้เป็นองค์ประกอบของความเหนื่อยหน่ายในการเรียนของนิสิตนักศึกษา

คำสำคัญ: องค์ประกอบ, ตัวบ่งชี้, ความเหนื่อยหน่ายในการเรียน

* วิทยานิพนธ์ปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว มหาวิทยาลัยมหาสารคาม, 2561

¹ นิสิตปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว มหาวิทยาลัยมหาสารคาม, E-mail: Nakoyabuki2018@gmail.com

² ผู้ช่วยศาสตราจารย์, คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม



The Study of Components of Learning Burnout of College Students *

Chaiporn Pongpisanrat¹ Phamornpun Yurayat²

(Received: April 23, 2019; Revised: August 13, 2019; Accepted: August 23, 2019)

Abstract

The objective of this research was to study the components of learning burnout of college students by using a second-order confirmatory factor analysis. Multi-stage sampling was used to sample the 2,000 college students. The research instrument was a questionnaire of learning burnout and measure of learning burnout of college students, total of 64 items. The result showed the discrimination was at .261-.818 and the reliability was at .968. The statistic data used in analysis is the Confirmatory Factor Analysis (CFA). From the research result, the components of learning burnout of college students was 3 components. Component 1 Emotional Exhaustion has 4 indicates is Stress, Exhaust, Depression and Motivation. Component 2 Depersonalization has 3 indicates is Self-Esteem, Attitude and Competency. Component 3 Reduced Personal Accomplishment has 2 indicates is Self-Efficacy and Denial. Then, the all components were used to test the consistency. LISREL was used to analyze the result of second-order confirmatory factor. The result of second-order confirmatory factor analysis showed that the resulted model fitted the empirical data: Chi-Square = 29.26, df = 22, p-value = 0.14, RMSEA = 0.013, GFI = 1.00, AGFI = 0.99, RMR = 0.014 with statistically significant at p = .05. From the mention result, it showed that the 3 components 9 indicates of learning burnout of college students.

Keywords: Components, Indicators, Learning Burnout

* Research Article from Thesis for the Doctor of Research and Evaluation Program, Maharakham University, 2018

¹ Student in Doctor of Research and Evaluation Program, Maharakham University, E-mail: Nakoyabuki2018@gmail.com

² Assistant Professor, Faculty of Education, Maharakham University

ความสำคัญและปัญหาการวิจัย

ความเหนื่อยหน่ายเป็นปัญหาที่เกิดขึ้นในระดับโลก (Burnout as a Global Problem) การศึกษาบุคคล 15,000 คน จาก 15 ประเทศสมาชิกในกลุ่มสหภาพยุโรป โดยคณะกรรมการการยุโรป เผยแพร่ว่า ร้อยละ 57 ของบุคคลนั้นรู้สึกว่าการเรียน และการทำงานมีผลต่อสุขภาพ ปัญหาสุขภาพที่บุคคลประสบเป็นส่วนมาก คือ การปวดหลังร้อยละ 30 ความเครียดร้อยละ 28 ความอ่อนล้าทั่วไป ร้อยละ 20 การขาดงานเนื่องจากปัญหาด้านสุขภาพ ร้อยละ 25 และความเสี่ยงด้านสุขภาพและความปลอดภัยร้อยละ 28 ซึ่งมีผลต่อจิตใจในระดับมาก (Ladstätter and Garrosa, 2008: 3)

ความเหนื่อยหน่าย (Burnout) เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นทีละน้อยเป็นการสะสมของความอ่อนเพลีย ซึ่งนำไปสู่ความอ่อนล้าทางอารมณ์ หากการเอาใจใส่และปล่อยทิ้งไว้จะทำให้มีความรุนแรงขึ้นเรื่อย ๆ (Heugten, 2011: 26) Ling et al. (2013: 608-609 cited from Yang and Lian, 2005) ได้อธิบายถึงความเหนื่อยหน่ายในการเรียนเป็นความรู้สึกเหนื่อยล้าทั้งทางร่างกายและจิตใจของนิสิตนักศึกษาจนก่อให้เกิดความไม่สนใจเรียน ไม่มีความกระตือรือร้นในการเรียน โดยเกิดจากความเครียดที่สะสมไว้เป็นระยะเวลานาน จนกระทั่งไม่เอาใจใส่ในการเรียนรู้ ล้มเหลวทางด้านการเรียนรู้ สิ่งเหล่านี้ทำให้บุคคลไม่เห็นคุณค่า ความสามารถของตนเอง มีเจตคติในเชิงลบกับบุคคลอื่น การไม่ต้องการทำงานกับบุคคลอื่น การขาดสัมพันธภาพที่ดีกับส่วนรวม โดยความเหนื่อยหน่ายในการเรียนมี 3 องค์ประกอบได้แก่ ความอ่อนล้าทางอารมณ์ ความอ่อนล้าทางสภาวะบุคคล และความอ่อนล้าทางด้านผลลัพธ์ของบุคคล Wu (2010: 132-133) ได้อธิบายถึงลักษณะของนิสิตนักศึกษาที่มีความอ่อนล้าทางอารมณ์นั้นเป็นผู้ที่ขาดความกระตือรือร้นทางด้านการเรียนของตนเอง มีความรู้สึกกระวนกระวาย กระสับกระส่าย ไม่พอใจ ความผิดหวัง ไม่เอาใจใส่ในการเรียน และอ่อนเพลีย

Wu (2010: 132); Kenworthy et al. (2014: 94) ได้อธิบายว่าความเหนื่อยหน่ายในการเรียน (Learning Burnout) หมายถึง ความรู้สึกทางจิตใจ ความเฉื่อยชาในการเรียนที่เกิดจากความเครียดในการเรียน เป็นความเหนื่อยล้าทั้งทางร่างกายและจิตใจ ซึ่งเป็นความรู้สึกทางลบที่ส่งผลต่อบุคคล โดยบุคคลจะมีปฏิกิริยาที่แสดงออกให้เห็นเป็นรูปธรรม โดยการพูด สิ้นน้ำ ท้าทาง ไม่พึงพอใจกับสถานะที่เป็นอยู่ในปัจจุบัน มีความเครียด ไม่ใส่ใจ ไม่สนใจ ไม่กระตือรือร้นในการเรียน มีความเหน็ดเหนื่อยเมื่อยล้า มีการแสดงอารมณ์หงุดหงิด ไม่พอใจบุคคลรอบข้าง ไม่ต้องการเห็นบุคคลอื่นดีกว่าตนเองในด้านการเรียน ประเภทของความเหนื่อยหน่ายในการเรียน

การศึกษาเกี่ยวกับองค์ประกอบของความเหนื่อยหน่ายในการเรียนนั้น (Heikkila, 2011: 26 cited from Salmela-Aro and Kunttu, 2010; Schaufeli et al., 2002) สามารถจัดว่าเป็นการศึกษาเกี่ยวกับการมีประสบการณ์ที่มีความเกี่ยวข้องกับความคิด ความอ่อนล้าที่เกิดขึ้นเรื้อรัง เป็นเวลานาน ซึ่งเป็นผลจาก

ภาระการเรียนรู้ที่หนักเกินไป โดยอีกมุมหนึ่งจะเป็นการที่นิสิตนักศึกษาไม่รู้สึกไม่ใส่ใจ การมีเจตคติที่ต้องการแยกตัวออกจากการเรียนรู้ การรู้สึกว่าการเรียนนั้นไร้ความหมาย ซึ่งเกิดขึ้นจากสิ่งแวดล้อมในมหาวิทยาลัย โดยสิ่งเหล่านี้ทำให้สามารถคาดการณ์เกี่ยวกับอนาคตทางการศึกษาของนิสิตนักศึกษาได้ (Heikkila, 2011: 26 cited from Makinen et al., 2004) จากการศึกษารายงาน พบว่า การที่นิสิตนักศึกษาไม่ใส่ใจในการเรียนปีแรก สามารถใช้คาดการณ์การลาออกในช่วงก่อนตั้งแต่ปีที่ 1 ถึงปีที่ 3 ของการเรียนในระดับมหาวิทยาลัยได้ (Heikkila, 2011: 26)

การศึกษาความเหนื่อยหน่ายในการเรียนเป็นแนวคิดที่นำมาใช้เพื่อการศึกษาเกี่ยวกับความเป็นอยู่ของนิสิตนักศึกษาที่ศึกษาในระดับมหาวิทยาลัย เนื่องจากเป็นแนวคิดที่มีความแตกต่างจากแนวคิดอื่น ๆ โดยการสร้างบริบทที่มีความเฉพาะเจาะจง และมุ่งที่จะศึกษาในบริบทอื่น ๆ เพิ่มมากขึ้น (Heikkila, 2011: 27 cited from Salmela-Aro and Kunttu, 2010) เนื่องจากนิสิตนักศึกษามหาวิทยาลัยที่ศึกษาแบบเต็มเวลานั้นมักจะทำงานนอกมหาวิทยาลัยไปด้วยในระหว่างเรียน จึงเป็นเรื่องสำคัญที่จะนำเกณฑ์บริบทที่เฉพาะเจาะจงมาใช้เพื่อตรวจสอบและศึกษาเกี่ยวกับปัจจัยของความเครียดในการเรียนที่ส่งผลต่อความเป็นอยู่ของนิสิตนักศึกษา และนักวิจัยได้มีความสนใจในการวิจัยเกี่ยวกับความเหนื่อยหน่ายในการเรียนมากขึ้น (Heikkila, 2011: 27 cited from Schaufeli et al., 2002; Salmela-Aro and Kunttu, 2010)

การศึกษาความเหนื่อยหน่ายในการเรียนจึงเป็นสิ่งที่จำเป็นเนื่องด้วยเหตุผลหลายประการ เช่น เป็นแนวทางสู่การทำความเข้าใจพฤติกรรมของนิสิตนักศึกษาในขณะที่กำลังศึกษาอยู่ความเหนื่อยหน่ายมีผลกระทบต่อความสัมพันธ์กับบุคคลอื่น ทั้งในปัจจุบันและอนาคต รวมถึงความสัมพันธ์กับสถาบันการศึกษา เพื่อน ผู้สอนและอื่น ๆ

จากข้อมูลข้างต้นทำให้ผู้วิจัยมีความสนใจที่จะดำเนินการทำวิจัยเกี่ยวกับการศึกษาองค์ประกอบของความเหนื่อยหน่ายในการเรียนของนิสิตนักศึกษาที่กำลังศึกษาในมหาวิทยาลัย

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาองค์ประกอบของความเหนื่อยหน่ายในการเรียนของนิสิตนักศึกษา

แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง

ความเหนื่อยหน่ายในการเรียน (Learning Burnout) หมายถึง ความรู้สึกทางจิตใจที่เกิดจากความเครียดในการเรียน ซึ่งเป็นความรู้สึกทางลบที่ส่งผลต่อบุคคลอย่างเป็นรูปธรรม ความเหน็ดเหนื่อยเมื่อยล้า การแสดงอารมณ์หงุดหงิด การไม่พอใจบุคคลรอบข้าง การไม่ต้องการเห็นบุคคลอื่นดีกว่าตนเอง ในด้านการเรียน (Wu, 2010: 132; Kenworthy et al., 2014: 94)

ประเภทของความเหนื่อยหน่ายในการเรียนมีดังนี้ (Wu, 2010: 132)

1. ความอ่อนล้าทางอารมณ์ (Emotional Exhaustion) หมายถึง การที่บุคคลเรียน และทำงานที่ได้รับมอบหมายจากครูผู้สอนมากเกินไปจนเกิดความเหนื่อยหน่าย ความเครียด ความรู้สึกอ่อนเพลีย ความรู้สึกซึมเศร้า ไม่มีแรงที่จะเรียน และทำงานต่อไปได้ โดย Wu (2010: 132) ได้อธิบายถึงลักษณะของบุคคลที่มีความอ่อนล้าทางอารมณ์ว่าจะเป็นผู้ที่ขาดความกระตือรือร้นในการเรียนของตนเอง และมีความรู้สึกกระวนกระวาย กระสับกระส่าย ไม่พอใจ ผิดหวัง ไม่เอาใจใส่ในการเรียน อ่อนเพลีย

2. ความอ่อนล้าทางสภาวะบุคคล (Depersonalization) หมายถึง การมีเจตคติในทางลบต่อการเรียน การไม่มีแรงกระตุ้น มีความรู้สึกผิดต่อครู เพื่อน และบุคคลรอบข้างไม่มีความไว้วางใจมีมุมมองต่อบุคคลรอบข้างในแง่ลบกับตนเอง การคิดว่าบุคคลอื่นจะคอยจับผิดตนเอง มีความรู้สึกว่าคุณค่าของตนเองอยู่ตลอด ไม่เห็นคุณค่าในตนเอง การไม่พึงพอใจบุคคลอื่น มีการแสดงออกด้วยพฤติกรรมก้าวร้าว ชอบความรุนแรง ปฏิบัติต่อบุคคลอื่นเหมือนเป็นวัตถุ โดยไม่สนใจว่ามีสิ่งใดเกิดขึ้นกับตนเอง (Wu, 2010: 132)

3. ความอ่อนล้าทางด้านผลลัพธ์ของบุคคล (Reduced Personal Accomplishment) หมายถึง การที่บุคคลประเมินความสามารถของตนเองในระดับที่ต่ำ ปฏิเสธการเรียน (Wu, 2010: 132) ความรู้สึกว่าคุณค่าของตนเองไม่ประสบความสำเร็จในการเรียน ไม่สามารถเรียนได้ตามที่คาดหวัง จนอาจเกิดความอิจฉาบุคคลอื่นที่สามารถเรียนหรือทำงานได้ดีกว่าตนเอง การไม่เข้าใจตนเองและบุคคลอื่นส่งผลต่อสัมพันธภาพระหว่างบุคคลด้วย

ระเบียบวิธีวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ

ประชากร ได้แก่ นิสิตนักศึกษาในระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1-4 ปีการศึกษา 2560 ที่กำลังศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยอุดมศึกษาในประเทศไทย ประกอบด้วยมหาวิทยาลัยอุดมศึกษาในประเทศไทย สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษารวมจำนวน 42 แห่ง จำนวน 311,137 คน (คณะกรรมการการอุดมศึกษา, 2561: เว็บไซต์)

กลุ่มตัวอย่าง แบ่งเป็น 2 กลุ่ม ได้แก่

1) กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยเพื่อสำรวจความเหนื่อยหน่ายในการเรียน โดยการใช้แบบสอบถามปลายเปิดเป็นนิสิตนักศึกษาในระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1-4 ปีการศึกษา 2560 ที่กำลังศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยอุดมศึกษาในประเทศไทย สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษาได้มาจากการสุ่มกลุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน (Multi-Stage Sampling)

2) กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยเพื่อวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงสำรวจเป็นนิสิตนักศึกษาระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1-4 ปีการศึกษา 2560 ที่กำลังศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยอุดมศึกษาในประเทศไทย สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษา ได้มาจากการสุ่มกลุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน (Multi-Stage Sampling) จำนวน 2,000 คน

ตัวแปรที่ศึกษา ได้แก่ ความเหนื่อยหน่ายในการเรียน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. แบบสอบถามปลายเปิดเกี่ยวกับความเหนื่อยหน่ายในการเรียน
2. แบบวัดพฤติกรรมความเหนื่อยหน่ายในการเรียน

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยแบ่งการวิเคราะห์ข้อมูลเป็น 2 ขั้นตอนใหญ่ ๆ ดังนี้

1. วิเคราะห์องค์ประกอบเชิงสำรวจด้วยวิธีวิเคราะห์องค์ประกอบหลัก และหมุนแกนองค์ประกอบแบบตั้งฉาก ด้วยวิธี Varimax ซึ่งใช้เกณฑ์การพิจารณาองค์ประกอบคือ 1) องค์ประกอบต้องมีความแปรปรวนมากกว่า 1 ขึ้นไป 2) ค่าของตัวแปรสังเกตได้แต่ละตัว ในแต่ละองค์ประกอบต้องมีค่าน้ำหนักองค์ประกอบขั้นต่ำ 0.30 ขึ้นไป 3) องค์ประกอบแต่ละตัวต้องมีตัวแปรสังเกตได้ ตั้งแต่ 3 ตัวแปรขึ้นไป และ 4) กำหนดชื่อองค์ประกอบร่วมจากตัวแปรสังเกตได้หลายๆ ตัว ที่ร่วมกันชี้วัดในแต่ละองค์ประกอบ (สมบัติ ท้ายเรือคำ, 2553: 132,138)

2. การสกัดองค์ประกอบและตรวจสอบความตรงเชิงโครงสร้าง หลังการเก็บรวบรวมข้อมูลแต่ละครั้ง ผู้วิจัยได้ดำเนินการบันทึกข้อมูลในโปรแกรมสำเร็จรูป และดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลดังนี้

2.1 วิเคราะห์หาค่าสถิติบรรยาย ได้แก่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์

2.2 วิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันอันดับสอง เพื่อตรวจสอบความตรงเชิงโครงสร้างขององค์ประกอบและตัวชี้วัดสมรรถนะการวัดและประเมินผลการเรียนรู้ โดยมีเกณฑ์การตรวจสอบความตรงเชิงโครงสร้างดังนี้ (สมบัติ ท้ายเรือคำ, 2553: 267) ดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 เกณฑ์การตรวจสอบความสอดคล้อง

ดัชนีวัดระดับความกลมกลืน	ระดับการยอมรับ หรือมีความสอดคล้อง
ค่าไค-สแควร์ (χ^2)	χ^2 ที่ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ
ค่าดัชนี GFI (Goodness of Fit Index)	มีค่าตั้งแต่ 0.90 ขึ้นไป
ค่าดัชนี AGFI (Adjusted Goodness of Fit Index)	มีค่าตั้งแต่ 0.90 ขึ้นไป
ค่า RMSEA (Root Mean Square Error of Approximation)	น้อยกว่า 0.08
ค่า Largest Standardized Residual	มีค่า -2 ถึง 2

สรุปผลการวิจัย

ตอนที่ 1 การพัฒนาตัวบ่งชี้

1. วิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยัน

1.1 การตรวจสอบความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรขององค์ประกอบความเหนื่อยหน่ายในการเรียน
รายละเอียดปรากฏดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2 สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สันของตัวบ่งชี้ความเหนื่อยหน่ายในการเรียน

ตัวแปร	E1	E2	E3	E4	D5	D6	D7	R8	R9
E1	1.00								
E2	0.80**	1.00							
E3	0.81**	0.77**	1.00						
E4	0.77**	0.74**	0.76**	1.00					
D5	0.76**	0.77**	0.81**	0.80**	1.00				
D6	0.75**	0.73**	0.74**	0.72**	0.82**	1.00			
D7	0.70**	0.71**	0.70**	0.64**	0.74**	0.76**	1.00		
R8	0.79**	0.80**	0.78**	0.70**	0.82**	0.75**	0.80**	1.00	
R9	0.75**	0.70**	0.73**	0.66**	0.74**	0.70**	0.70**	0.84**	1.00

จากตารางที่ 2 ผลการวิเคราะห์สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พบว่าค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ภายใน
ข้อความมีความสัมพันธ์กัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ทุกค่า

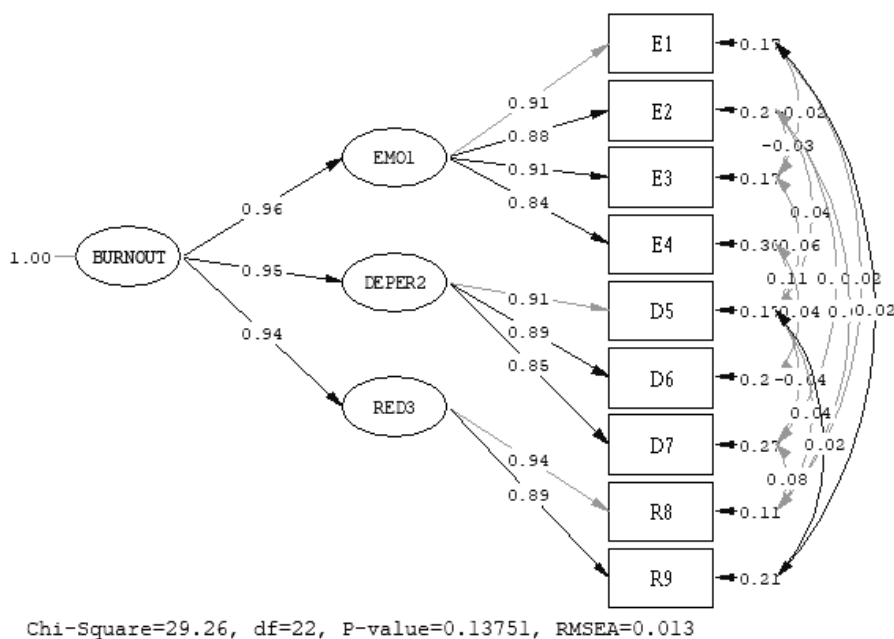
1.2 การวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันอันดับสอง ผลการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยัน
อันดับสองความเหนื่อยหน่ายในการเรียน รายละเอียดดังตารางที่ 3

ตารางที่ 3 ผลการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันอันดับสองความเหนื่อยหน่ายในการเรียน

องค์ประกอบ/ตัวบ่งชี้	b	SE	t	β	R ²
องค์ประกอบที่ 1 ความอ่อนล้าทางอารมณ์ (EMO1)	0.62	0.00	48.72	0.96	0.91
ตัวบ่งชี้ที่ 1 ความเครียดในการเรียน	1.00	-	-	0.91	0.83
ตัวบ่งชี้ที่ 2 ความอ่อนเพลียในการเรียน	1.02	0.00	60.85	0.88	0.77
ตัวบ่งชี้ที่ 3 ความซึมเศร้า	1.08	0.00	62.93	0.91	0.83
ตัวบ่งชี้ที่ 4 แรงงูใจในการเรียน	1.02	0.01	54.33	0.84	0.70
องค์ประกอบที่ 2 ความอ่อนล้าทางสภาวะบุคคล (DEPER2)	0.59	0.00	48.44	0.95	0.90
ตัวบ่งชี้ที่ 1 การเห็นคุณค่าในตนเอง	1.00	-	-	0.91	0.83
ตัวบ่งชี้ที่ 2 เจตคติต่อการเรียน	1.01	0.00	61.95	0.89	0.80
ตัวบ่งชี้ที่ 3 สมรรถภาพในการเรียน	1.07	0.01	51.84	0.85	0.73
องค์ประกอบที่ 3 ความอ่อนล้าทางผลลัพธ์ของบุคคล (RED3)	0.61	0.00	50.32	0.94	0.89
ตัวบ่งชี้ที่ 1 การรับรู้ความสามารถของตนเองในการเรียน	1.00	-	-	0.94	0.89
ตัวบ่งชี้ที่ 2 การปฏิเสธการเรียน	1.04	0.01	63.65	0.89	0.79

Chi-Square = 29.26 df = 22 p-value = 0.14 RMSEA = 0.013 GFI = 1.00 AGFI = 0.99 RMR = 0.014

จากตารางที่ 3 พบว่า ผลการตรวจสอบความตรงเชิงโครงสร้างขององค์ประกอบและตัวบ่งชี้ความเหนื่อยหน่ายในการเรียน โดยใช้โมเดลการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันอันดับสอง โมเดลองค์ประกอบและตัวบ่งชี้ความเหนื่อยหน่ายในการเรียนที่พัฒนาขึ้น สอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ โดยสามารถแสดงโมเดลองค์ประกอบและตัวบ่งชี้ความเหนื่อยหน่ายในการเรียน ดังภาพประกอบ 1 ค่าสถิติไคสแควร์ (χ^2) เท่ากับ 29.26 ($p = 0.14$) ค่าดัชนีวัดระดับความกลมกลืน (GFI) เท่ากับ 1.00 ค่าดัชนีวัดระดับความกลมกลืนที่ปรับแก้แล้ว (AGFI) เท่ากับ 0.99 ค่าดัชนีรากของกำลังสองเฉลี่ยของเศษ (RMR) เท่ากับ 0.014 และค่าดัชนีรากที่สองเฉลี่ยของความคลาดเคลื่อนในการประมาณค่า (RMSEA) เท่ากับ 0.013



ภาพที่ 1 โมเดลการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันอันดับสอง

1.3 การตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้างของความเหนื่อยหน่ายในการเรียน เพื่อตรวจสอบความสอดคล้องของโมเดลกับข้อมูลเชิงประจักษ์

ค่าน้ำหนักองค์ประกอบของความเหนื่อยหน่ายในการเรียน ทั้ง 3 องค์ประกอบ มีค่าอยู่ระหว่าง 0.94 – 0.96 และมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทุกองค์ประกอบ โดยองค์ประกอบที่มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบสูงสุดอันดับแรก คือ องค์ประกอบที่ 1 ความอ่อนล้าทางอารมณ์ (EMO1) ($\beta = 0.96$) อันดับสอง คือ องค์ประกอบที่ 2 ความอ่อนล้าทางสภาวะบุคคล (DEPER2) ($\beta = 0.95$) และอันดับสาม คือ องค์ประกอบที่ 3 ความอ่อนล้าทางผลลัพธ์ของบุคคล (RED3) ($\beta = 0.94$) ตามลำดับ เมื่อพิจารณาเป็นรายองค์ประกอบ พบว่า

องค์ประกอบที่ 1 ความอ่อนล้าทางอารมณ์ (EMO1) ประกอบด้วย 4 ตัวบ่งชี้ มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบอยู่ระหว่าง 0.84 – 0.91 และมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทุกตัวบ่งชี้ โดยตัวบ่งชี้ที่มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบสูงสุด ได้แก่ ความเครียดในการเรียน ($\beta = 0.91$) ความซึมเศร้า ($\beta = 0.91$) รองลงมาคือ ความอ่อนเพลียในการเรียน ($\beta = 0.88$) และการไม่มีแรงจูงใจในการเรียน ($\beta = 0.84$) ตามลำดับ

องค์ประกอบที่ 2 ความอ่อนล้าทางสภาวะบุคคล (DEPER2) ประกอบด้วย 3 ตัวบ่งชี้ มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบอยู่ระหว่าง 0.85 – 0.91 และมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทุกตัวบ่งชี้ โดยตัวบ่งชี้ที่มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบสูงสุด ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเอง ($\beta = 0.91$) รองลงมาคือ เจตคติต่อการเรียน ($\beta = 0.89$) สมรรถภาพในการเรียน ($\beta = 0.85$) ตามลำดับ

องค์ประกอบที่ 3 ความอ่อนล้าทางผลลัพธ์ของบุคคล (RED3) ประกอบด้วย 2 ตัวบ่งชี้ มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบอยู่ระหว่าง 0.89 – 0.94 และมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทุกตัวบ่งชี้ โดยตัวบ่งชี้ที่มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบสูงสุด ได้แก่ การรับรู้ความสามารถของตนเองในการเรียน ($\beta = 0.94$) รองลงมาคือ การปฏิเสธการเรียน ($\beta = 0.89$) ตามลำดับ

อภิปรายผลการวิจัย

ผลการพัฒนาและตรวจสอบความตรงเชิงโครงสร้างขององค์ประกอบและตัวชี้วัดความเหนื่อยหน่ายในการเรียนของนิสิตนักศึกษาที่ศึกษาในมหาวิทยาลัยในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ พบว่า ความเหนื่อยหน่ายในการเรียนมี 3 องค์ประกอบโดยมีค่าน้ำหนักองค์ประกอบของความเหนื่อยหน่ายในการเรียน ตั้งแต่ .94 - .96 และมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทุกองค์ประกอบ เมื่อพิจารณาเป็นรายองค์ประกอบ รายละเอียดดังนี้

1. จากการวิจัยพบว่า องค์ประกอบที่ 1 ความอ่อนล้าทางอารมณ์ มีค่าน้ำหนักสูงสุด มีน้ำหนักองค์ประกอบ 0.96 โดยประกอบด้วย 4 ตัวบ่งชี้ ได้แก่ ความเครียดในการเรียน ความอ่อนเพลียในการเรียน ความซึมเศร้า แรงจูงใจในการเรียน จากแนวคิดของ Wang and Xu (2011: 36) ได้อธิบายถึงความเหนื่อยหน่ายในการเรียนของนิสิตนักศึกษาเป็นปัญหาทั่วไปที่เกิดขึ้นในการเรียนมหาวิทยาลัย ซึ่งส่งผลให้นิสิตนักศึกษามีสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่ไม่เอื้ออำนวยต่อการพัฒนาคุณภาพการศึกษาของนิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัย คุณภาพของการศึกษาของนิสิตนักศึกษาจะขึ้นอยู่กับการใส่ใจ การเอาใจใส่ในการเรียน และปัญหาเกี่ยวกับความเหนื่อยหน่ายในการเรียน ซึ่งกำลังมีเพิ่มขึ้นและขยายวงกว้างเพิ่มขึ้นเรื่อย ๆ ซึ่ง Kaplan and Geoffroy (1993: 3) ได้อธิบายว่า ลักษณะของนิสิตนักศึกษาที่มีความเหนื่อยหน่ายในการเรียน จะมีความเครียด มีความอ่อนเพลียทางด้านร่างกายความอ่อนล้าจิตใจ และอารมณ์เศร้า มีความเบื่อหน่าย ซึมเศร้าและสิ้นหวัง ไม่มีความสุขในการเรียน ซึ่งส่งผลต่อการเรียน Heugten (2011: 25-26) ได้อธิบายว่า

การเรียนรู้ที่หนักเกินไปเป็นสาเหตุของความอ่อนเพลียอาจเกิดจากการช่วยเหลือบุคคลอื่น การเรียนระยะเวลานาน การมีความสามารถไม่เพียงพอ การขาดแรงจูงใจในการเรียน ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของ Wang and Xu (2011: 36-39) ที่ได้ศึกษาเกี่ยวกับความเหนื่อยหน่ายในการเรียน และพฤติกรรมที่แสดงออกต่อความเหนื่อยหน่ายในการเรียนของนิสิตนักศึกษาในระดับปริญญาตรี จุดมุ่งหมายของการวิจัยเพื่อศึกษาสาเหตุของความเหนื่อยหน่ายในการเรียน ผลการวิจัยพบว่าความอ่อนเพลีย ความซึมเศร้าเป็นองค์ประกอบส่วนหนึ่งที่ทำให้เกิดความเหนื่อยหน่ายในการเรียนของนิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัย ในส่วนแรงจูงใจในการเรียนเป็นองค์ประกอบที่ทำให้เกิดปัญหาความเหนื่อยหน่ายในการเรียนเช่นกัน

2. จากการวิจัยพบว่า องค์ประกอบที่ 2 ความอ่อนล้าทางสภาวะบุคคล มีน้ำหนักองค์ประกอบ .95 โดยประกอบด้วย 3 ตัวบ่งชี้ ได้แก่ การเห็นคุณค่าในการเรียน เจตคติต่อการเรียน สมรรถภาพในการเรียน Kaplan and Geoffroy (1993: 3) ได้อธิบายว่า ลักษณะของนิสิตนักศึกษาที่มีความเหนื่อยหน่ายในการเรียนจะมีความสัมพันธ์กับเจตคติในการเรียนของตนเอง การไม่มีความสุขในการเรียนทำให้มีการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ จากการวิจัยของ Zeng (2014: 106) ที่ได้ทำการวิจัยเกี่ยวกับการหาความสัมพันธ์ระหว่างการเห็นคุณค่าในตนเอง และความเหนื่อยหน่ายในการเรียนของนิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัย กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยเป็นนิสิตนักศึกษาที่ศึกษาในมหาวิทยาลัยจำนวน 184 คน พบว่านิสิตนักศึกษามีระดับการเห็นคุณค่าในตนเองสูงจะสามารถลดความเหนื่อยหน่ายในการเรียนของนิสิตนักศึกษาได้ จากการวิจัยของ Norez (2017: 8, 11-12, 19) ได้ทำการวิจัยเกี่ยวกับผลกระทบของคุณลักษณะส่วนบุคคล บุคลิกภาพ และความเหนื่อยหน่ายในการเรียนของนิสิตนักศึกษามหาวิทยาลัย จุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาความสัมพันธ์ของบุคลิกภาพและความเหนื่อยหน่ายในการเรียน กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยเป็นนิสิตนักศึกษา จำนวน 436 คน ผลการวิจัยพบว่าสมรรถภาพในการเรียนมีความสัมพันธ์ทางลบกับความเหนื่อยหน่ายในการเรียน

3. จากการวิจัยพบว่า องค์ประกอบที่ 3 ความอ่อนล้าทางผลลัพธ์ของบุคคล มีน้ำหนักองค์ประกอบ .94 โดยประกอบด้วย 2 ตัวบ่งชี้ ได้แก่ การรับรู้ความสามารถของตนเองในการเรียน การปฏิเสธการเรียน Thambirajah et al. (2008: 11-12) ได้อธิบายว่า การที่ส่วนใหญ่ในเด็กและคนหนุ่มสาวไม่มาเรียนหรือการขาดเรียนนั้นส่วนมากเป็นผู้เรียนที่ล้มเหลวในการเรียน มีลักษณะพฤติกรรม การปฏิเสธการเรียน การปฏิเสธการเรียนนั้นอาจมีเหตุผลหรือไม่มีเหตุผล อาจเกิดขึ้นเป็นบางครั้งหรือเกิดขึ้นอย่างต่อเนื่อง ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของ Wang and Xu (2011: 36-39) ที่ได้ศึกษาเกี่ยวกับความเหนื่อยหน่ายในการเรียน และพฤติกรรมที่แสดงออกต่อความเหนื่อยหน่ายในการเรียนของนิสิตนักศึกษาระดับปริญญาตรี จุดมุ่งหมายของการวิจัยเพื่อศึกษาสาเหตุของความเหนื่อยหน่ายในการเรียน ผลการวิจัยพบว่า การรับรู้ความสามารถของตนเองในการเรียนเป็นองค์ประกอบที่ส่งผลต่อความเหนื่อยหน่ายในการเรียน ซึ่งนิสิตนักศึกษาต้องได้รับการฝึกเกี่ยวกับการรับรู้ความสามารถของตนเองในการเรียน

จากการวิจัยของ Zeng (2014: 106) ที่ได้ทำการวิจัยเกี่ยวกับการหาความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ความสามารถของตนเองในการเรียนกับความเหนื่อยหน่ายในการเรียนของนิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัย กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยเป็นนิสิตนักศึกษาที่ศึกษาในมหาวิทยาลัยจำนวน 184 ผลการวิจัยพบว่าการรับรู้ความสามารถของตนเองในการเรียนมีความสัมพันธ์ทางลบกับความเหนื่อยหน่ายในการเรียน โดยสรุปหากนิสิตนักศึกษามีระดับการรับรู้ความสามารถของตนเองในการเรียนสูงจะทำให้ความเหนื่อยหน่ายในการเรียนของนิสิตนักศึกษาลดลงได้

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะทั่วไป

การนำองค์ประกอบความเหนื่อยหน่ายในการเรียนไปใช้ในการสร้างโปรแกรมเพื่อลดความเหนื่อยหน่ายในการเรียน ผู้วิจัยหรือผู้มีส่วนเกี่ยวข้องสามารถทำได้หลากหลายรูปแบบ เช่น โปรแกรมความเหนื่อยหน่ายในการเรียนของนักเรียน นิสิตนักศึกษามหาวิทยาลัยรัฐ มหาวิทยาลัยเอกชน เป็นต้น

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

ควรทำการศึกษาเกี่ยวกับองค์ประกอบความเหนื่อยหน่ายในการเรียนไปใช้ในการสร้างโปรแกรมเพื่อลดความเหนื่อยหน่ายในการเรียนของนักเรียน นิสิตนักศึกษาที่มีความหลากหลายมากยิ่งขึ้น เพื่อที่จะนำไปสร้างโปรแกรมความเหนื่อยหน่ายในการเรียนของนักเรียน นิสิตนักศึกษาที่มีความหลากหลาย และสามารถใช้ประโยชน์ได้ในขอบเขตที่มากขึ้น

เอกสารอ้างอิง

คณะกรรมการการอุดมศึกษา. (2561). *ข้อมูลสถิติการศึกษา*. สืบค้นเมื่อ 13 พฤษภาคม 2561, จาก

http://www.info.mua.go.th/information/show_all_statdata_table.php?

สมบัติ ท้ายเรือคำ. (2553). *ระเบียบวิธีวิจัยสำหรับมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์*. มหาสารคาม: มหาวิทยาลัยมหาสารคาม.

Heikkila, A. (2011). *University Students' Approaches to Learning, Self-Regulation, and Cognitive and Attributional Strategies: Connections with Well-Being and Academic Success*. Academic Dissertation, the Faculty of Behavioural Sciences, University of Helsinki.

Heugten, K.V. (2011). *Social Work under Pressure: How to Overcome Stress, Fatigue and Burnout in the Workplace*. London and Philadelphia: Jessica Kingsley Publishers.

Kaplan, L.S. and Geoffroy, K.E. (1993). Copout or Burnout? Counseling Strategies to Reduce Stress in Gifted Students. *The School Counselor*, 40(4): 247-252.



- Kenworthy, J., Fay, C. and Petree, R. (2014). A Meta-Analytic Review of the Relationship between Emotional Dissonance and Emotional Exhaustion. *Journal of Applied Social Psychology*, 44: 94-105.
- Ladstatter, F. and Garrosa, E. (2008). *Prediction of Burnout: An Artificial Neural Network Approach*. Hamburg: Diplomica Verlag GmbH.
- Ling, C., Lan, J., Zhu-hui, Y. and Nan, L. (2013). A Survey on College English Learning Burnout. *Sino-US English Teaching*, 10(8): 608-614.
- Norez, D. (2017). *Academic Burnout In College Students: The Impact of Personality Characteristics and Academic Term on Burnout*. Master of Science Thesis, B.S., Fort Hays State University, U.S.A.
- Thambirajah, M.S., Grandison, K.J. and De-Hayes, L. (2008). *Understanding School Refusal: A Handbook for Professionals in Education, Health and Social Care*. London: Jessica Kingsley Publishers.
- Wang, Y. and Xu, S. (2011). The Study on Learning Burnout of Undergraduates and Education Countermeasure. *Psychology Research*, 4: 36-39.
- Wu, W. (2010). Student on College Student's Learning Burnout. *Asian Social Science*, 6(3): 132-134.
- Zeng, X.-Y. (2014). A Revisited Study on the Relationship among the Academic Self-efficacy, Self-esteem and Learning Burnout of University Students. *Journal of Chengdu Normal University*, 30(12): 106.
