

Research Article

พฤติกรรมกรรมการดำเนินชีวิตประจำวันแบบวิถีใหม่ของนักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหง

NEW NORMAL DAILY LIFESTYLE BEHAVIORS OF RAMKHAMHAENG UNIVERSITY STUDENTS

เอกสิทธิ์ ชาตินทุ*

ภาควิชาการศึกษาต่อเนื่องและอาชีวศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง

Eakkasit chatinthu*

Department of Continuing and Vocational Education, Faculty of Education,
Ramkhamhaeng University

*E-mail: eakasit007@gmail.com

Received: 2022-05-21

Revised: 2022-08-02

Accepted: 2022-08-02

บทคัดย่อ

งานวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาพฤติกรรมกรรมการดำเนินชีวิตประจำวันแบบวิถีใหม่ของนักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหง 2) เปรียบเทียบพฤติกรรมกรรมการดำเนินชีวิตประจำวันแบบวิถีใหม่ของนักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหง ตามตัวแปรเพศ อายุ คณะที่ศึกษา เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ ใช้การสุ่มตัวอย่างแบบง่าย (Simple random sampling) และกำหนดกลุ่มตัวอย่างด้วยสูตรของทาโร่ ยามาเน่ (Taro Yamane) กลุ่มตัวอย่าง 400 คน สุ่มแบบแบ่งชั้นภูมิ เพื่อตอบแบบสอบถามระดับความคลาดเคลื่อนของการสุ่มตัวอย่าง 0.05 ที่ได้มา เครื่องมือที่ใช้คือแบบสอบถาม (Questionnaire) โดยใช้เกณฑ์สัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha Coefficient) ที่ค่าระดับความเชื่อมั่นของแบบสอบถามมากกว่า 0.77 จึงจะถือได้ว่าแบบสอบถามมีความน่าเชื่อถือและสามารถนำไปศึกษากับกลุ่มตัวอย่างจริงได้สำหรับงานวิจัยฉบับนี้มีค่าความเชื่อมั่นที่ 0.873 กลุ่มผู้ให้ข้อมูลการสัมภาษณ์เลือกแบบเจาะจง จำนวน 3 คน ผลการวิจัยพบว่าความคิดเห็นของนักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหงที่มีต่อพฤติกรรมกรรมการดำเนินชีวิตประจำวันแบบวิถีใหม่โดยรวมอยู่ในระดับมาก ผลการเปรียบเทียบความคิดเห็นของนักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหงที่มีเพศต่างกัน ต่อพฤติกรรมกรรมการดำเนินชีวิตประจำวันแบบวิถีใหม่ โดยรวม มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ผลการเปรียบเทียบความคิดเห็นของนักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหงที่มีช่วงอายุ

ต่างกัน ต่อพฤติกรรมการดำเนินชีวิตประจำวันแบบวิถีใหม่ โดยรวม มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 จากนั้นนำมาเปรียบเทียบความแตกต่างรายคู่ด้วยวิธีเชฟเฟ่ พบว่า โดยภาพรวม นักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหงช่วงอายุต่ำกว่า 25 ปี คู่กับ ตั้งแต่ 30 ปี ขึ้นไป และช่วงอายุ 26-30 ปี คู่กับ ตั้งแต่ 30 ปี ขึ้นไป มีความคิดเห็นต่อพฤติกรรมการดำเนินชีวิตประจำวันแบบวิถีใหม่ แตกต่างกัน โดยนักศึกษาช่วงอายุตั้งแต่ 30 ปี ขึ้นไป มีค่าเฉลี่ยสูงกว่านักศึกษาที่มีช่วงอายุต่ำกว่า 25 ปี และมีค่าเฉลี่ยสูงกว่านักศึกษาที่มีช่วงอายุ 26-30 ปี ส่วนผลการเปรียบเทียบความคิดเห็นของนักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหงที่สังกัดคณะต่างกัน ต่อพฤติกรรมการดำเนินชีวิตประจำวันแบบวิถีใหม่ โดยรวม มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 และทดสอบด้วยเชฟเฟ่ไม่พบความแตกต่างในทุกคู่ของตัวแปร

คำสำคัญ: พฤติกรรม การดำเนินชีวิตประจำวัน แบบวิถีใหม่

ABSTRACT

The objectives of this research were to 1) study the New Normal daily lifestyle behaviors of Ramkhamhaeng University students, and 2) compare the New Normal daily lifestyle behaviors of Ramkhamhaeng University students based on gender, age, and faculty. This was survey research. The samples were 400 students who were selected by using Simple Random Sampling. The samples were also identified by using Taro Yamane. Moreover, stratified random sampling was also used to explain the 0.05 errors of the said sampling. The research instrument was a questionnaire using Cronbach's Alpha Coefficient with a reliability of 0.873. Basically, the acceptable reliability of the questionnaire must be over 0.77. The three informants were selected by purposive sampling. The research results showed that the overall aspect of opinions of Ramkhamhaeng University students towards the New Normal daily lifestyle behavior was at a high level. The overall aspect of Ramkhamhaeng University students' opinion comparison with different genders towards the New Normal daily lifestyle behavior was different at the statistical significance level of 0.05. The overall aspect of Ramkhamhaeng University students' opinion comparison with different ages towards the New Normal daily lifestyle behavior was different at the statistical significance level of 0.05. Also, the results of opinion comparison with different ages were compared using Scheffe's Post-Hoc Comparison Test. This was compared among students under the age of 25 paired with students above the age of 30 and students between the ages of 26-30 paired with students above the age of 30, so it was found that the overall aspect of Ramkhamhaeng University students' opinions

towards the New Normal daily lifestyle behavior was different, which can be explained as follows: Students above the age of 30 showed a higher point average than students under the age of 25 and students between the ages of 26–30. Aside from that, the overall aspect of Ramkhamhaeng University students' opinion comparison with different faculties towards the New Normal daily lifestyle behavior was different at the statistical significance level of 0.05. In the same way, it was compared using Scheffe's Post-Hoc Comparison Test, which showed that no differences were found in all pairs of variables.

Keywords: Behavior, Daily lifestyles, New normal

บทนำ

องค์การอนามัยโลกได้รายงานการแพร่ระบาดของโรคติดต่อจากเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (Coronavirus that was discovered in 2019) และมีการพบผู้ป่วยด้วยเชื้อไวรัสดังกล่าวจำนวน 193 ประเทศรวมถึงประเทศไทยด้วย ประกอบกับองค์การอนามัยโลกประกาศการแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสนี้เป็นภาวะฉุกเฉินด้านสาธารณสุขระหว่างประเทศ (Public Health Emergency of International Concern) เพื่อให้รัฐทั่วโลกเพิ่มมาตรการป้องกันการแพร่ระบาด และนำมาสู่การกำหนดให้เชื้อไวรัสโคโรนา 2019 เป็นเชื้อโรคที่ต้องควบคุมตามพระราชบัญญัติเชื้อโรคและพิษจากสัตว์ พ.ศ. 2558 การระบาดของไวรัสโคโรนา 2019 เริ่มตั้งแต่ พ.ศ. 2562 พบผู้ติดเชื้อในประเทศไทยตั้งแต่วันที่ 13 มกราคม พ.ศ. 2563 และยังคงมีรายงานสถานการณ์โรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 อย่างต่อเนื่อง ผู้ติดเชื้อทั่วโลก 54,863,865 เสียชีวิต 1,325,092 คน (Department of Disease Control, 2020)

ส่งผลกระทบต่อการดำเนินชีวิตประจำวันของมวลมนุษยชาติได้เปลี่ยนแปลงไป ไม่ว่าจะเป็น

การทำงานหรือการเรียนการสอนที่ต้องพึ่งพาเทคโนโลยีการสื่อสารผ่านระบบเครือข่ายมากยิ่งขึ้น การเรียนออนไลน์ สิ่งเหล่านี้ล้วนเป็นวิถีชีวิตใหม่ที่ทุกคนต้องปรับตัวแบบก้าวกระโดดส่งผลกระทบต่อคนในสังคมจำนวนมาก ซึ่งในปัจจุบันเป็นที่ทราบกันดีอยู่แล้วว่าเทคโนโลยีการสื่อสารที่เข้ามา มีบทบาทเป็นอย่างมากในการใช้ชีวิตประจำวันแบบวิถีใหม่ เป็นแนวทางที่หลาย ๆ คนจะต้องปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในช่วงไวรัสตัวนี้ออกมาระบาด รวมไปถึงสถานศึกษาต่าง ๆ ก็มีการเปลี่ยนแปลงตนเองด้วยเช่นกัน ทำให้การดำเนินชีวิตประจำวันของนักศึกษาที่เปลี่ยนไปไม่ว่าจะเป็นด้านสุขภาพ ด้านการขนส่ง ด้านการศึกษา จะเป็นปัญหาส่วนหนึ่งในอนาคตกับหลายมหาวิทยาลัย จากเหตุการณ์ดังกล่าว มหาวิทยาลัยต้องเรียนรู้และรับรู้ถึงพฤติกรรมของนักศึกษาที่เปลี่ยนแปลงไป เป็นจุดเริ่มต้นของการศึกษาวิจัยพฤติกรรมกาารดำเนินชีวิตประจำวันแบบวิถีใหม่ของนักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหง

ประชาชนต้องปรับเปลี่ยนการใช้ชีวิตเป็นแบบวิถีใหม่เรียกว่า (Chataveethi, 2020)

New Normal หรือ ความปกติใหม่ เป็นรูปแบบการดำเนินชีวิตที่แตกต่างจากอดีต เป็นวิวัฒนาการใหม่ ของสังคมมนุษย์ และระบบสังคมใหม่ของโลกจากการแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่ หรือ COVID-19 ในช่วงที่ผ่านมาเห็นได้ว่าทุกคนต้องปรับตัวอย่างมากในเรื่องการดูแลตนเอง ซึ่งรูปแบบชีวิตวิถีใหม่นี้ ประกอบด้วย วิธีคิด วิธีเรียนรู้ วิธีสื่อสาร วิธีปฏิบัติตัว การเปลี่ยนแปลงทางด้านพฤติกรรมและการใช้ชีวิต ที่ชัดเจนที่สุดคือ การสวมหน้ากากอนามัย ใช้แอลกอฮอล์เจล การเว้นระยะห่างทางสังคม (social distancing) ผู้คนหันมาให้ความสำคัญกับรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ต่อสุขภาพ ปลอดภัย และมีความสะอาด โดยเน้นอาหารที่มาจากธรรมชาติ หรือ ออร์แกนิกมากขึ้นผู้คนนิยมการออกกำลังกายมากขึ้น หันมาดูแลสุขภาพของตนเองมากขึ้น ใส่ใจตนเอง และรักตัวเองมากขึ้นลดการพบเจอผู้คนในสังคม ใช้สื่อออนไลน์ และทำงานที่บ้าน มีเวลาอยู่กับครอบครัวมากขึ้น ทำให้ผู้คนมองเห็นแนวทางที่จะสร้างสมดุลชีวิตระหว่างอยู่บ้านมากขึ้น และจะเป็นแนวทางในการปรับสมดุลชีวิตระหว่างเวลาส่วนตัว การงาน และสังคมให้สมดุลมากยิ่งขึ้น หลีกเลี่ยงการสัมผัสกันโดยไม่จำเป็น วัฒนธรรมในการทักทายของผู้คนโดยเฉพาะหลาย ๆ ชาติในตะวันตกที่เคยจับมือสัมผัสตัวกัน จะเปลี่ยนแปลงไปดิจิทัลจะกลายเป็นความสำคัญหลักในการดำรงชีวิต ไม่ใช่แค่คน Gen C แต่คือ คนทุกรุ่นทุกวัยจะสามารถใช้งานดิจิทัลได้อย่างคุ้นเคย เทคโนโลยีจะกลายเป็นเรื่องปกติในชีวิตประจำวัน ทั้งการ work from home, food delivery, shopping online หรือ การเรียนออนไลน์ ด้วยเหตุผลทางด้านความปลอดภัย หรือ

การคำนึงถึงสุขอนามัยระบบสาธารณสุขสุขจะมีแพลตฟอร์มด้านสุขภาพเป็นบริการพื้นฐาน และการป้องกันความเจ็บป่วยจะมีความสำคัญมากยิ่งขึ้นเช่นเดียวกับ New normal คือ วิถีชีวิตใหม่ที่มนุษย์เรียนรู้ที่จะนำมาใช้เพื่อปรับตัวให้อยู่รอดได้ในสภาพแวดล้อมนั้น ๆ หรือมีเหตุการณ์อย่างใดอย่างหนึ่งเกิดขึ้นที่ส่งผลกระทบต่อการดำรงชีวิตของมนุษย์ มนุษย์เราก็มักจะมีการปรับตัวใหม่อีกครั้งเพื่อความอยู่รอดของเรานั้นเองอย่างไรก็ตาม ไม่ว่าจะสถานการณ์ในปัจจุบันหรืออนาคตจะเป็นอย่างไร เรายังคงต้องปฏิบัติตัวดูแลตัวเองให้มีสุขภาพที่แข็งแรง จิตใจที่แจ่มใสอยู่เสมอ เพื่อพร้อมรับมือกับสิ่งที่จะเกิดขึ้นอีกมากมาย (Bangkok Business, 2020) อ้างถึง มาลี บุญศิริพันธ์ กรรมการบัญญัติศัพท์นิเทศศาสตร์ราชบัณฑิตยสภา ได้อธิบายคำว่า New normal แปลว่า ความปกติใหม่ รูปแบบการดำเนินชีวิตอย่างใหม่ที่แตกต่างจากอดีต อันเนื่องจากมีบางสิ่งมากระทบจนแบบแผนและแนวทางปฏิบัติที่คนในสังคมคุ้นเคย รูปแบบวิถีชีวิตใหม่นี้ ประกอบด้วยวิธีคิด วิธีเรียนรู้ วิธีสื่อสาร วิธีปฏิบัติและการจัดการ การใช้ชีวิตแบบใหม่เกิดขึ้นหลังจากเกิดการเปลี่ยนแปลงอย่างใหญ่หลวงและรุนแรงอย่างใดอย่างหนึ่ง ทำให้มนุษย์ต้องปรับตัวเพื่อรับมือกับสถานการณ์ปัจจุบันมากกว่าจะดำรงรักษาวิถีดั้งเดิมหรือวนหาถึงอดีต นอกจากนี้ยังมีการใช้คำว่า “New Normal” ในมุมมองทางเศรษฐศาสตร์และธุรกิจ โดยคำนี้กำเนิดขึ้นในช่วงหลังวิกฤติเศรษฐกิจถดถอยทั่วโลก ในช่วงต้นคริสต์ศตวรรษที่ 21 (ค.ศ. 2007–2008) ได้เกิดการเปลี่ยนแปลงในระบบเศรษฐกิจครั้งใหญ่ การจัดการบางอย่างซึ่งแต่เดิมเคยถูกมองว่า

ผิดปกติ ได้กลับกลายมาเป็นสิ่งที่พบเห็นกันได้ทั่วไป และถูกนำมาใช้ในบริบทอื่น ๆ อย่างเช่นด้านวิทยาศาสตร์ เพื่อสื่อสารและทำความเข้าใจถึงสภาวะการเปลี่ยนแปลงของภูมิอากาศ เช่น อุณหภูมิที่สูงขึ้นและความเปลี่ยนแปลงของฤดูกาล ส่วน “New Normal” ในบริบทสถานการณ์การแพร่ระบาดของ “โควิด-19” ช่วงปลายพ.ศ.2562 ถึง พ.ศ. 2563 นั้น อธิบายได้ว่า เป็นสถานการณ์ที่เกิดขึ้นอย่างรวดเร็วและรุนแรงจนแพร่กระจายไปในประเทศต่าง ๆ ทั่วโลก ผู้คนเจ็บป่วยและล้มตายจำนวนมาก จนกลายเป็นความสูญเสียอย่างใหญ่หลวงอีกครั้งหนึ่งของมนุษยชาติ มนุษย์จึงจำเป็นต้องป้องกันตนเอง เพื่อให้มีชีวิตรอดด้วยการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการดำรงชีวิตที่ผิดไปจากวิถีเดิม โดยมีการปรับวิถีการดำรงชีวิตแบบใหม่เพื่อให้ปลอดภัยจากการติดเชื้อ ควบคู่ไปกับความพยายามรักษาและฟื้นฟูศักยภาพทางเศรษฐกิจและธุรกิจ นำไปสู่การสรรค์สร้างสิ่งประดิษฐ์ใหม่ ๆ เทคโนโลยีใหม่ ๆ มีการปรับแนวคิด วิสัยทัศน์ วิธีการจัดการ ตลอดจนพฤติกรรมที่เคยทำมาเป็นกิจวัตร เกิดการบ้ายเบนออกจากความคุ้นเคยอันเป็นปกติมาแต่เดิม ในหลายมิติ ทั้งในด้านอาหาร การแต่งกาย การรักษา สุขอนามัย การเดินทางขนส่ง การศึกษาเล่าเรียน ฯลฯ ซึ่งสิ่งใหม่เหล่านี้ได้กลายเป็นความปกติใหม่ จนในที่สุดเมื่อเวลาผ่านไป จะทำให้เกิดความคุ้นชินซึ่งจะกลายเป็นส่วนหนึ่งของวิถีชีวิตปกติของผู้คนในสังคม

จากเหตุการณ์ ดังกล่าว ทั่วโลกทำการดำเนินชีวิตประจำวันของมวลมนุษยชาติ ได้เปลี่ยนแปลงไปแล้ว ไม่ว่าจะเป็นการทำงาน หรือการเรียนการสอนที่ต้องพึ่งพาเทคโนโลยี การสื่อสารผ่านระบบเครือข่ายมากยิ่งขึ้น การเรียน

ออนไลน์ สิ่งเหล่านี้ล้วนเป็นวิถีชีวิตใหม่ที่ทุกคนต้องปรับตัวแบบก้าวกระโดด ซึ่งในปัจจุบันเป็นที่ทราบกันดีอยู่แล้วว่าเทคโนโลยีการสื่อสารที่เข้ามา มีบทบาทเป็นอย่างมากในการใช้ชีวิตประจำวันแบบวิถีใหม่ เป็นแนวทางที่หลายๆ คนจะต้องปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ในช่วงไวรัสตัวนี้ออกมาระบาด รวมไปถึงสถานศึกษาต่าง ๆ ก็มีการเปลี่ยนแปลงตนเองด้วยเช่นกัน ทำให้การดำเนินชีวิตประจำวันของนักศึกษาเปลี่ยนไปไม่ว่าจะเป็นด้านสุขภาพ ด้านการขนส่ง ด้านการศึกษา จะเป็นปัญหาส่วนหนึ่งในอนาคตกับหลาย ๆ มหาวิทยาลัย มหาวิทยาลัยจึงควรปรับตัวให้เข้ากับเหตุการณ์ในปัจจุบัน โดยจะต้องเรียนรู้และรับรู้ถึงพฤติกรรมของนักศึกษาที่เปลี่ยนแปลงไป ซึ่งล้วนเกิดจากเหตุการณ์บังคับดังกล่าวจึงเป็นเหตุผลสำคัญที่ผู้วิจัยมีแนวความคิดที่จะศึกษาพฤติกรรม การดำเนินชีวิตประจำวันแบบวิถีใหม่ของนักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหงและกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาคือนักศึกษาระดับปริญญาตรีของมหาวิทยาลัยรามคำแหง เพราะเป็นตลาดวิชาที่มีนักศึกษาที่มีความหลากหลายของพฤติกรรมของผู้เรียนอยู่จำนวนมาก

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาพฤติกรรม การดำเนินชีวิตประจำวันแบบวิถีใหม่ของนักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหง
2. เพื่อศึกษาเปรียบเทียบพฤติกรรม การดำเนินชีวิตประจำวันแบบวิถีใหม่ของนักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหง ตามตัวแปรเพศ อายุ คณะที่ศึกษา

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับจากการวิจัย

1. ได้ข้อมูลพฤติกรรมกรรมการดำเนินชีวิตประจำวันแบบวิถีใหม่ของนักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหง
2. สามารถนำผลข้อมูลการวิจัยไปบริหารการจัดการวางแผนการเรียนการสอนให้สอดคล้องกับพฤติกรรมของนักศึกษาที่เปลี่ยนแปลงไป

ขอบเขตการวิจัย

1. ประชากรที่ใช้ในการศึกษา ได้แก่ นักศึกษาระดับบัณฑิตศึกษาระดับปริญญาตรี
2. กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาระดับบัณฑิตศึกษา มหาวิทยาลัยรามคำแหง ส่วนกลาง และภูมิภาค ใช้สูตรของทาโร่ ยามาเน่ (Yamane) เทียบขนาดประชากรในการกำหนดกลุ่มตัวอย่าง

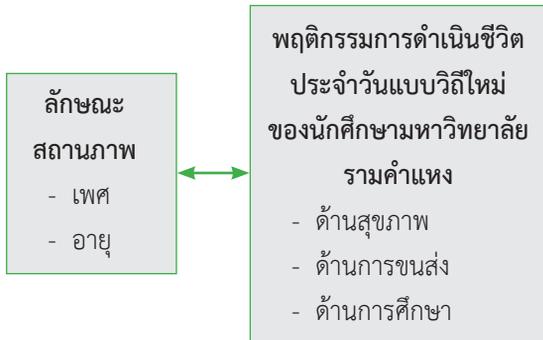
ทบทวนแนวคิด

ผู้วิจัยได้รวบรวมแนวคิดเกี่ยวกับพฤติกรรม รวมถึงพฤติกรรมด้านสุขภาพ พฤติกรรมด้านสุขภาพ ตามพระราชบัญญัติสุขภาพแห่งชาติ พ.ศ. 2550 หมายถึง ภาวะของมนุษย์ที่สมบูรณ์ทั้งทางกาย ทางจิต ทางปัญญา และทางสังคม เชื่อมโยงกัน เป็นองค์รวมอย่างสมดุล นอกจากนี้ health education committee (1996) กล่าวถึง พฤติกรรมสุขภาพ หมายถึง การกระทำหรือการปฏิบัติ ของบุคคลที่มีผลต่อสุขภาพซึ่งเป็นผลมาจาก

การเรียนรู้ของบุคคลเป็นสำคัญโดยแสดงออกให้เห็นได้ในลักษณะของการกระทำและไม่กระทำ ในสิ่งที่เป็นผลต่อสุขภาพ หรือผลเสียต่อสุขภาพ พฤติกรรมหมายถึงการกระทำซึ่งเป็นการแสดงออก ถึงความรู้สึกนึกคิดความต้องการของจิตใจที่ตอบสนอง ต่อสิ่งเร้าซึ่งอาจสังเกตเห็นได้โดยทางตรงหรือทางอ้อม บางลักษณะอาจสังเกตได้โดยไม่ใช้เครื่องมือช่วย หรือต้องใช้เครื่องมือช่วย นอกจากนี้สุขภาพ (Health) ตามนิยามของ WHO หมายถึง สภาวะความ สมบูรณ์แข็งแรงของร่างกาย และจิตใจ รวมถึง ความสามารถในการดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้ด้วยดี ทั้งนี้ไม่ใช่หมายถึงเพียงต้องการปราศจากโรค หรือปราศจากทุพพลภาพเท่านั้น มีรายละเอียด ดังนี้ สุขภาพทางกาย สุขภาพทางจิต สุขภาพ ทางสังคม ประเภทพฤติกรรมสุขภาพของคน แบ่งเป็น 3 ประเภท ได้แก่ โดยสามารถสรุป แบ่งเป็นลำดับได้ดังนี้ พฤติกรรมป้องกันโรค และส่งเสริมสุขภาพ พฤติกรรมเมื่อเจ็บป่วย และพฤติกรรมที่เป็นบทบาทของการเจ็บป่วย

ตัวกำหนดพฤติกรรมสุขภาพคือแนวคิด เกี่ยวกับพฤติกรรมสุขภาพสุขภาพ เช่น ทางสังคม และวัฒนธรรมทางชีววิทยาทางศาสนาทางมนุษยชาติ ในแง่ของความเป็นมนุษย์ และตัวกำหนดพฤติกรรม สุขภาพขึ้นอยู่กับวิถีการดำรงชีวิตและสภาพ ความเป็นอยู่

กรอบแนวคิดของการวิจัย



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดของการวิจัย

ระเบียบวิธีการวิจัย

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1.1 ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ นักศึกษาระดับบัณฑิตศึกษา จากนักศึกษาในภาคการศึกษาที่ 2 ปี 2562 โดยเรียงลำดับจากคณะที่มีจำนวนนักศึกษามากที่สุด ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้ คณะรัฐศาสตร์ จำนวน 31,429 คน คณะนิติศาสตร์ จำนวน 20,729 คน คณะบริหารธุรกิจ จำนวน 18,927 คน คณะมนุษยศาสตร์ จำนวน 13,732 คน คณะศึกษาศาสตร์ จำนวน 9,434 คน คณะสื่อสารมวลชน จำนวน 6,461 คน คณะวิทยาศาสตร์ จำนวน 2,136 คน คณะพัฒนาศาสตร์ จำนวน 1,068 คน และ คณะเศรษฐศาสตร์ จำนวน 944 คน รวมทั้งหมด 9 คณะ จะมีนักศึกษาทั้งสิ้นจำนวน 104,860 คน

1.2 กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาระดับบัณฑิตศึกษา มหาวิทยาลัยรามคำแหง ส่วนกลาง สำหรับกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยในครั้งนี้ใช้การกำหนดกลุ่มตัวอย่างด้วยสูตรของทาโรยามาเน่

(Yamane, 1967) จำนวน 400 คน และสุ่มตัวอย่างแบบง่าย (Simple random sampling) จำนวน 3 คน

2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

2.1 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ 1) แบบสอบถามพฤติกรรมกรดำเนินชีวิตประจำวันแบบวิถีใหม่ของนักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหง 2) แบบสัมภาษณ์พฤติกรรมกรดำเนินชีวิตประจำวันแบบวิถีใหม่ของนักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหง

2.2 การสร้างเครื่องมือในการวิจัย

ขั้นที่ 1 นำข้อมูลจากกระบวนการศึกษาหาความรู้จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง บทความ วารสาร ตำรา หรือบทความจากเว็บไซต์จากการประกาศของกรมควบคุมโรคกระทรวงสาธารณสุขนำข้อมูลที่ได้จากการศึกษาที่เกี่ยวข้องมาสร้างข้อคำถามให้ครอบคลุมถึงเนื้อหาตามกรอบแนวคิดของการวิจัยในแบบสอบถามพฤติกรรมกรดำเนินชีวิตประจำวันแบบวิถีใหม่ของนักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหง

ขั้นที่ 2 นำข้อมูลจากขั้นที่ 1 มาสร้างประเด็นของคำถามในรูปแบบของการวิจัยเชิงสำรวจ (Survey Research Method) คือ แบบสอบถามปลายปิด (Close ended questions) และแบบสอบถามมาตราประมาณค่า (Rating Scale) ของ วิธีการของลิเคอร์ท (Likert Scale) จากนั้นนำไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบแบบสอบถามแล้วนำมาแก้ไขปรับปรุงใหม่ โดยแบบสอบถามที่ได้ประกอบด้วย 3 ตอน ที่ผ่านการหาค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามแล้ว ประกอบไปด้วย 3 ตอนดังนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปสถานภาพส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ อายุ สถานศึกษา ลักษณะการพักอาศัย และรายได้ที่ได้รับต่อเดือน โดยเป็นแบบสำรวจรายการ (Check list)

ตอนที่ 2 แบบสอบถามเกี่ยวกับพฤติกรรมการดำเนินชีวิตประจำวันแบบวิถีใหม่ของนักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหง โดยแบ่งออกเป็น 3 ประเภท ได้แก่ ด้านสาธารณสุข ด้านการศึกษา ด้านการคมนาคม จำนวน 30 ข้อ เป็นแบบสอบถามแบบมาตราส่วนประมาณค่า กำหนดช่วงคะแนนและการแปลความหมายค่าเฉลี่ยมาตรฐานค่า 5 ระดับของลิเคอร์ท แบ่งออกเป็น 5 ระดับคือ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย และน้อยที่สุด

ตอนที่ 3 ข้อเสนอแนะของผู้ตอบแบบสอบถาม ซึ่งคำถามเป็นแบบปลายเปิด (Open End)

ขั้นที่ 3 นำข้อมูลที่ได้จากขั้นที่ 1 มาสร้างเป็นแบบสัมภาษณ์ปลายเปิด จากนั้นนำไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบแบบสัมภาษณ์พฤติกรรมการดำเนินชีวิตประจำวันแบบวิถีใหม่ของนักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหง เมื่อตรวจสอบแล้วนำมาแก้ไขปรับปรุงใหม่อีกครั้ง

ขั้นที่ 4 จัดทำเครื่องมือใช้เก็บข้อมูลฉบับสมบูรณ์เพื่อเตรียมเก็บข้อมูลต่อไป

2.3 การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

การจะตรวจสอบคุณภาพของแบบสอบถามและแบบสัมภาษณ์ ดังนี้

2.3.1 นำแบบสอบถามที่สร้างให้ผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 ท่าน ตรวจสอบเพื่อหาค่าเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Conceptual Validity)

โดยพิจารณาความสอดคล้องระหว่าง ประเด็นคำถามกับวัตถุประสงค์ของการศึกษา กรอบแนวคิด ทฤษฎี และเอกสารที่เกี่ยวข้อง ตรวจสอบความเหมาะสมของข้อความ ความครอบคลุมของเนื้อหา การใช้ภาษา และปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำ โดยข้อความทั้งหมดต้องมีค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้อง (Index of congruence : IOC) ด้วยเกณฑ์ ตั้งแต่ 0.5-1.00 ขึ้นไป

2.3.2 นำแบบสอบถามที่ปรับปรุงแก้ไขตามผู้เชี่ยวชาญเสนอแนะเรียบร้อยแล้ว ไปทดลองใช้ กับตัวแทนนักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหง (ส่วนกลาง) ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน วิเคราะห์หาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ของแบบสอบถามโดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha Coefficient) ของครอนบัท (Cronbach, 1974, p.302) โดยเกณฑ์การยอมรับความเชื่อมั่นอยู่ที่ 0.77 ขึ้นไป ซึ่งพบว่าค่าสัมประสิทธิ์ของความเชื่อมั่นที่ได้เท่ากับ 0.873

2.3.3 นำแบบสัมภาษณ์และแบบสอบถามไปให้ผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 คน เพื่อตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา โดยพิจารณาแบบสอบถาม ลงความเห็นและให้คะแนน และวิเคราะห์หาค่าดัชนีความสอดคล้อง โดยที่ข้อความทั้งหมดต้องมีค่าดัชนีความสอดคล้องตั้งแต่ 0.5 ขึ้นไป ซึ่งพบว่าค่า IOC อยู่ระหว่าง 0.6-1

2.3.4 การวิจัยได้ผ่านการพิจารณาจากคณะกรรมการจริยธรรม และจรรยาบรรณการวิจัยมหาวิทยาลัยรามคำแหง เลขที่ใบรับรอง RU-HRE 64/0053 วันที่รับรอง 15 กุมภาพันธ์ 2564

3. วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูลในการวิจัยเชิงสำรวจ ดำเนินการดังนี้

1. ทำหนังสือบันทึกข้อความเพื่อขออนุญาตแจกแบบสอบถามขอความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลไปยังหน่วยงานคณะต่าง ๆ ภายในมหาวิทยาลัยรามคำแหง เพื่อขออนุญาตเข้าเก็บข้อมูล

2. ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลตามคณะที่ได้กำหนดเลือกกลุ่มแบบเจาะจง จำนวน 400 และสัมภาษณ์กับผู้ให้ข้อมูลที่เลือกแบบเฉพาะเจาะจงจำนวน 3 คน

3. งานวิจัยนี้ผ่านการพิจารณาจากคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน

4. ตรวจสอบความสมบูรณ์ของข้อมูลที่ได้จากการเก็บข้อมูลเพื่อนำไปวิเคราะห์ข้อมูลต่อไป

4. วิเคราะห์ข้อมูล

นำแบบสอบถามที่รวบรวมได้มาทำการวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์เป็นการวิเคราะห์เชิงปริมาณและนำผลที่ได้จากการวิเคราะห์มาแปลความหมายและสรุปผลวิจัย ดังนี้

1. การวิเคราะห์คุณลักษณะของผู้ตอบแบบสอบถามแบบสถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Statistics) ใช้ค่าร้อยละ (Percentage)

2. การวิเคราะห์พฤติกรรมประกอบไปด้วยข้อมูลส่วนบุคคลพฤติกรรมการดำเนินชีวิตโดยใช้การหาค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)

3. วิเคราะห์เปรียบเทียบพฤติกรรมการดำเนินชีวิตแบบวิถีใหม่ของนักศึกษามหาวิทยาลัย

รามคำแหงโดยการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One-way ANOVA) เมื่อพบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 เมื่อพบความแตกต่างค่าเฉลี่ยจะทำการทดสอบรายคู่โดยใช้วิธีของเชฟเฟ่ (Scheffe')

สรุปผลการวิจัยและอภิปรายผลการวิจัย

จากการศึกษาวิจัย เรื่องพฤติกรรม การดำเนินชีวิตประจำวันแบบวิถีใหม่ของนักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหงสรุปผลการวิจัยได้ดังนี้

1. ข้อมูลทั่วไปของนักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหงเป็นเพศชาย 226 คน ร้อยละ 56.50 และเพศหญิง 174 คน ร้อยละ 43.50 โดยมีช่วงอายุต่ำกว่า 25 ปี มากที่สุด จำนวน 175 คน ร้อยละ 43.80 แล่งอายุ 26-30 ปี จำนวน 154 ร้อยละ 38.50 และช่วงอายุตั้งแต่ 30 ปี ขึ้นไป จำนวน 71 ร้อยละ 17.80

2. พฤติกรรมการดำเนินชีวิตประจำวันแบบวิถีใหม่ของนักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหงมีความคิดเห็นโดยรวมและรายด้านอยู่ในระดับมาก

3. ผลการเปรียบเทียบความคิดเห็นของนักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหงที่มีเพศแตกต่างกัน ต่อพฤติกรรมการดำเนินชีวิตประจำวันแบบวิถีใหม่ของนักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหงโดยรวม มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า รายด้านมีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ดังนี้

3.1 ด้านสุขภาพ พบว่า นักศึกษาที่เป็นเพศหญิงมีความคิดเห็นต่อพฤติกรรม การดำเนินชีวิตประจำวันแบบวิถีใหม่ของนักศึกษา

มหาวิทยาลัยรามคำแหงที่ สูงกว่านักศึกษาที่เป็นเพศชาย

3.2 ด้านการขนส่ง พบว่า นักศึกษาที่เป็นเพศหญิง มีความคิดเห็นต่อพฤติกรรมการดำเนินชีวิตประจำวันแบบวิถีใหม่ของนักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหงสูงกว่านักศึกษาที่เป็นเพศชาย

3.3 ด้านการศึกษา พบว่า นักศึกษาที่เป็นเพศหญิง มีความคิดเห็นต่อพฤติกรรมการดำเนินชีวิตประจำวันแบบวิถีใหม่ของนักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหงสูงกว่านักศึกษาที่เป็นเพศชาย

4. ผลการเปรียบเทียบความคิดเห็นของนักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหงที่มีช่วงอายุต่างกัน ต่อพฤติกรรมการดำเนินชีวิตประจำวันแบบวิถีใหม่ของนักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหงโดยรวม มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อพิจารณาทางด้าน พบว่า มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังนี้

4.1 ด้านสุขภาพ พบว่า นักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหงที่มีช่วงอายุต่างกันั้น จะมีความคิดเห็นต่อพฤติกรรมการดำเนินชีวิตประจำวันแบบวิถีใหม่ของนักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหงแตกต่างกัน

4.2 ด้านการขนส่ง พบว่า นักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหงที่มีช่วงอายุต่างกันั้น จะมีความคิดเห็นต่อพฤติกรรมการดำเนินชีวิตประจำวันแบบวิถีใหม่ของนักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหงแตกต่างกัน

4.3 ด้านการศึกษา พบว่า นักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหงที่มีช่วงอายุต่างกันั้น

จะมีความคิดเห็นพฤติกรรมการดำเนินชีวิตประจำวันแบบวิถีใหม่ของนักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหงแตกต่างกัน

จากนั้นนำมาเปรียบเทียบความแตกต่างรายคู่ด้วยวิธีสหพเพ พบว่า โดยมีภาพรวมนักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหงที่มีช่วงอายุต่ำกว่า 25 ปี คู่กับ ตั้งแต่ 30 ปี ขึ้นไป และช่วงอายุ 26-30 ปี คู่กับ ตั้งแต่ 30 ปี ขึ้นไป มีความคิดเห็นต่อพฤติกรรมการดำเนินชีวิตประจำวันแบบวิถีใหม่แตกต่างกัน โดยนักศึกษาที่มีช่วงอายุตั้งแต่ 30 ปี ขึ้นไป มีค่าเฉลี่ยสูงกว่านักศึกษาที่มีช่วงอายุต่ำกว่า 25 ปี และ มีค่าเฉลี่ยสูงกว่านักศึกษาที่มีช่วงอายุ 26-30 ปี ส่วนคู่อื่น ๆ ในด้านภาพรวม ไม่พบความแตกต่าง

5. ผลการเปรียบเทียบความคิดเห็นของนักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหงที่มีต่อพฤติกรรมการดำเนินชีวิตประจำวันแบบวิถีใหม่ของนักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหง จำแนกตามคณะ โดยรวมและรายด้าน โดยรวมมีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติในระดับ 0.05 เมื่อพิจารณาทางด้าน พบว่า มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติในระดับ .05 ดังนี้

1) ด้านการขนส่ง พบว่า นักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหงที่สังกัดคณะต่างกัน จะมีความคิดเห็นต่อพฤติกรรมการดำเนินชีวิตประจำวันแบบวิถีใหม่แตกต่างกัน

2) ด้านการศึกษา พบว่า นักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหงที่สังกัดคณะต่างกัน จะมีความคิดเห็นต่อพฤติกรรมการดำเนินชีวิตประจำวันแบบวิถีใหม่แตกต่างกัน

ส่วนด้านสุขภาพ พบว่า มีความแตกต่างอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

จากนั้นผู้วิจัยนำไปทดสอบด้วยเซฟเฟ่ เพื่อหาความแตกต่างในแต่ละคู่ แต่จากการทดสอบแล้วพบว่า ไม่พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ในทุกคู่ของตัวแปร

อภิปรายผล

จากการศึกษาวิจัยเรื่องพฤติกรรมการดำเนินชีวิตประจำวันแบบวิถีใหม่ของนักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหงมีประเด็นที่น่าสนใจควรนำมาอภิปรายผลดังนี้

1. การแสดงความคิดเห็นของนักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหงที่มีต่อพฤติกรรมการดำเนินชีวิตประจำวันแบบวิถีใหม่ของนักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหงแล้วนั้น มีความคิดเห็นโดยรวมและรายด้านอยู่ในระดับมาก โดยแบ่งแต่ละด้าน ได้ดังนี้

1.1 ด้านสุขภาพ ซึ่งค่าเฉลี่ยในภาพรวมอยู่ในระดับมาก โดยข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด คือ ตรวจวัดไข้ด้วยเครื่องวัดอุณหภูมิทางหน้าผาก

1.2 ด้านการขนส่ง ซึ่งค่าเฉลี่ยในภาพรวมอยู่ในระดับมาก โดยข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด คือ ออกจากบ้านเมื่อจำเป็นเท่านั้น

1.3 ด้านการศึกษา ซึ่งค่าเฉลี่ยในภาพรวมอยู่ในระดับมาก โดยข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด คือ แยกของใช้ส่วนตัวไม่ควรใช้ร่วมกับผู้อื่น

ทั้ง 3 ด้าน สอดคล้องกับแนวทางปฏิบัติการป้องกันตนเองเพื่อป้องกันโรคติดต่อของ กรมควบคุมโรค (2563) ประเทศไทยยังอยู่ในสถานการณ์การระบาดของโรคติดเชื้อไวรัส โควริดา 2019 หรือโควิด 19 ในปัจจุบันเป็นการติดเชื้อ

โรคโคโรนาที่ 4 ซึ่งพฤติกรรมการดำเนินชีวิตประจำวันแบบวิถีใหม่ของนักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหงนั้น จึงเป็นพฤติกรรมที่ควรพึงกระทำตามประกาศของกรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข เพื่อป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 ของนักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหง

2. ผลการเปรียบเทียบความคิดเห็นของนักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหงที่มีเพศต่างกันต่อพฤติกรรมการดำเนินชีวิตประจำวันแบบวิถีใหม่ของนักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหง โดยรวมมีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติระดับ 0.05 คือ ด้านการสุขภาพ พบว่า นักศึกษาที่เป็นเพศหญิงมีความคิดเห็นต่อพฤติกรรมการดำเนินชีวิตประจำวันแบบวิถีใหม่สูงกว่านักศึกษาที่เป็นเพศชาย และด้านการขนส่ง พบว่า นักศึกษาที่เป็นเพศหญิงมีความคิดเห็นต่อพฤติกรรมการดำเนินชีวิตประจำวันแบบวิถีใหม่สูงกว่านักศึกษาที่เป็นเพศชาย ทั้งนี้ อาจเป็นเพราะ นักศึกษาที่เป็นเพศหญิงมีความใส่ใจดูแลตนเองเพื่อการเข้าสังคมมากกว่าเพศชาย และจากงานวิจัย (Khampuenporn, 2007) พบว่า เพศหญิงมีพฤติกรรมการดูแลสุขภาพด้านการจัดการความเครียดได้น้อยกว่าเพศชาย ด้วยสาเหตุนี้จึงมีความรู้ในเรื่องสุขภาพมากกว่าเพศชาย สอดคล้องกับ (Jehtae et al., 2018) จากการศึกษาปัจจัยด้านเพศพบว่า เพศชายเป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพ และสามารถพยากรณ์พฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพ ของบุคคลากรอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.05 มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ การถดถอยของคะแนนมาตรฐาน เท่ากับ 0.573 หน่วย แสดงว่าคะแนนพฤติกรรมการสร้างเสริม สุขภาพของ

บุคลากรครูชาย สูงกว่าเพศหญิง 0.573 หน่วย เพศหญิงจะค่อนข้างละเอียดอ่อนกว่าเพศชาย ทำให้ไม่มีเวลาดูแลสุขภาพของตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ แต่ไม่สอดคล้องกับการศึกษาของ (Srisalak, 2014) พบว่า เพศไม่สามารถพยากรณ์พฤติกรรมการสร้างเสริมสุขภาพของอาจารย์พยาบาลอย่างมีนัยยะสำคัญทางสถิติ 0.05 ศึกษาดังกล่าว ไม่สอดคล้องกับงานวิจัยในครั้งนี้ อาจเป็นเพราะกลุ่มตัวอย่างมีความแตกต่างกัน ในด้านการใช้ชีวิต มีสถานการณ์รวมถึงสิ่งแวดล้อมที่แตกต่างกัน

3. ผลการเปรียบเทียบความคิดเห็นของนักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหงที่มีช่วงอายุต่างกัน ต่อพฤติกรรมกรดำเนินชีวิตประจำวันแบบวิถีใหม่ โดยภาพรวม นักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหงที่มีช่วงอายุต่ำกว่า 25 ปี คู่กับ ตั้งแต่ 30 ปี ขึ้นไป และช่วงอายุ 26-30 ปี คู่กับ ตั้งแต่ 30 ปี ขึ้นไป มีความคิดเห็นต่อพฤติกรรมกรดำเนินชีวิตประจำวันแบบวิถีใหม่แตกต่างกัน โดยนักศึกษาที่มีช่วงอายุตั้งแต่ 30 ปี ขึ้นไป มีค่าเฉลี่ยสูงกว่า นักศึกษาที่มีช่วงอายุต่ำกว่า 25 ปี และ มีค่าเฉลี่ยสูงกว่านักศึกษามหาวิทยาลัยที่มีช่วงอายุ 26-30 ปี ส่วนคู่อื่น ๆ ในด้านภาพรวม ไม่พบความแตกต่าง สอดคล้องกับ

4. ผลการเปรียบเทียบความคิดเห็นของนักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหงที่สังกัดคณะต่างกัน ต่อพฤติกรรมกรดำเนินชีวิตประจำวันแบบวิถีใหม่ โดยรวม พบว่า ความคิดเห็นของนักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหงที่มีต่อพฤติกรรมกรดำเนินชีวิตประจำวันแบบวิถีใหม่ จำแนกตามคณะ

โดยรวมและรายด้าน โดยรวมมีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติในระดับ 0.05 เมื่อพิจารณา รายด้าน พบว่า รายด้านมีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติในระดับ 0.05 โดยรวมรายคู่ พบว่า ไม่พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ในทุกคู่ของตัวแปร ซึ่งสอดคล้องกับ (Niyomtham & Thongthai, 2015) ตามคณะ ไม่พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ในทุกคู่ของตัวแปร นักศึกษาที่อยู่ในคณะที่แตกต่างกันมีเจตคติต่อการเข้าสู่ประชาคมอาเซียนรายด้านและโดยรวมแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยยะสำคัญ ทั้งนี้ อาจเป็นเพราะนักศึกษาศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยเดียวกัน อยู่ในสภาพแวดล้อมที่คล้ายคลึงกัน และมหาวิทยาลัยตั้งอยู่ในส่วนภูมิภาคซึ่งมีลักษณะของสังคมที่มีค่านิยมเฉพาะของสังคมที่หล่อหลอมความคิด ความเชื่อ ความรู้สึกให้เป็นไปในทิศทางเดียวกัน

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะสำหรับทำวิจัยครั้งต่อไป

- 1.1 ควรทำการศึกษาต่อเนื่องถึงเชิงอนาคตของการจัดการเรียนการสอนในระบบออนไลน์
- 1.2 ควรทำการศึกษาความต้องการนักศึกษาต่อการเรียนการสอนในระบบออนไลน์
- 1.3 สามารถศึกษาถึงวิถีใหม่ส่งผลต่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมด้านได้มากที่สุด ในสังคมไทย

REFERENCES

- Announcement of the Ministry of Public Health. (2020). **List of pathogens intended to be controlled under Section.** Government Gazette. Vol. 18, No. 3, p. 137 Retrieved from http://www.ratchakitcha.soc.go.th/DATA/PDF/2563/E/048/T_0002.PDF [2020, 20 Nov.]
- Bangkok Business. (2020). **What is New Normal? when COVID-19 pushes us to a new normal life.** Retrieved, from <https://www.bangkokbiznews.com/news/detail/882508> [2020, 19 Nov.]
- Chataveethi, B. (2020). **Behavior and a new way of life.** Retrieved from <http://www.ttmed.psu.ac.th/blog.php?p=258> [2020, 20 Nov.]
- Cronbach, L. J. (1974). **Essentials of Psychological Testing (3rd ed.).** New York: Harper & Row .
- Department of Disease Control. (2020). **Report on the situation of coronavirus disease 2019.** Retrieved from <https://ddc.moph.go.th/viralpneumonia/> [2020, 10 Jul.]
- Emergency Operations Center. **Department of Disease Control.** No. 318, dated 16 November 2020, Reteieve from [ttps://ddc.moph.go.th/viralpneumonia/file/situation/situation-no318-161163.pdf](https://ddc.moph.go.th/viralpneumonia/file/situation/situation-no318-161163.pdf)
- Health Education Committee Ministry of Public Health. (1996). **National Health Education Policy.** Printing House, Health Education Division, Bangkok. Panyathai Archives <http://www.panyathai.or.th>
- Jehtae, S., Prateepko, T. & Lateh, A. (2018). Factors Influencing Health Promoting Behaviors of Teachers under the Supervision of the Primary Educational Service Area, Pattani Province. **Journal of Education, Prince of Songkla University, Pattani Campus, 29(2),** 113-122.
- Khampuengporn, K. and Saechua, S. (2007). **Health care behavior of students at Nakhon Pathom Rajabhat University.** Nakhon Pathom : Community Public Health Program Faculty of Science Nakhon Pathom Rajabhat University.
- Niyomtham, O. & Thongthai, W. (2015). Attitudes towards entering the ASEAN community of students, Rajamangala University of Technology Lanna, Tak. **Journal of Human Sciences and Social Sciences, 23(41),** 273-290.

- Srisalak, P. (2014). **Factors Influencing Health Promoting Behaviors of Nurse Instructors.** Central College of Nursing Network Ministry of Public Health. degree thesis Master of Nursing Science in Academic Program.
- Yamane, T. (1973). **Statistic: An Introductory Analysis.** (3rd ed.). New York: Harper & Row.
-