

ความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมการดำเนินชีวิตในความปกติใหม่ของ
นิสิตนักศึกษามหาวิทยาลัยในกำกับของรัฐ กรุงเทพมหานคร

Knowledge, Attitude, and Lifestyle Behaviors in New Normal of State Autonomous University Student, Bangkok

ปพน กลายเจริญ^{1*} จินตนา กาญจนวิสุทธิ¹ และนฤมล ศราธพันธุ์¹

Papon Klaycharoen^{1*} Chintana Kanjanavisut¹ and Narumon Saratapun¹

Received: December 2, 2023; Revised: January 29, 2024; Accepted: January 30, 2024

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา 1) ความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมการดำเนินชีวิตในความปกติใหม่ของนิสิตนักศึกษา และ 2) ความสัมพันธ์ระหว่าง ความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมการดำเนินชีวิตในความปกติใหม่ของนิสิตนักศึกษามหาวิทยาลัยในกำกับของรัฐ กรุงเทพมหานคร กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือนิสิตนักศึกษาในระดับปริญญาตรีมหาวิทยาลัยในกำกับของรัฐ กรุงเทพมหานคร จำนวน 400 คน เครื่องมือที่ใช้คือแบบทดสอบวัดความรู้ และแบบสอบถามทักษะและพฤติกรรมวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ ค่าความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน สถิติเชิงอ้างอิง คือการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน ผลการศึกษาพบว่า นิสิตนักศึกษามหาวิทยาลัยในกำกับของรัฐ ในกรุงเทพมหานคร มีการดำเนินชีวิตในความปกติใหม่ ด้านความรู้อยู่ในระดับดี ($\bar{X} = 8.04$) ด้านทักษะอยู่ในระดับเห็นด้วย ($\bar{X} = 3.91$) ด้านพฤติกรรมอยู่ในระดับปฏิบัติบ่อยครั้ง ($\bar{X} = 3.84$) และการวิเคราะห์สหสัมพันธ์ระหว่าง ความรู้ ทักษะ กับพฤติกรรมการดำเนินชีวิตในความปกติใหม่ของนิสิตนักศึกษาพบว่า ความรู้มีความสัมพันธ์ในเชิงบวกกับพฤติกรรมการดำเนินชีวิตในความปกติใหม่ในระดับต่ำมาก ($r = 0.18$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.01 และทักษะมีความสัมพันธ์ในเชิงบวกกับพฤติกรรมเกี่ยวกับการดำเนินชีวิตในความปกติใหม่ในระดับสูง ($r = 0.68$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.01

คำสำคัญ : ความรู้; ทักษะ; พฤติกรรม; การดำเนินชีวิตในความปกติใหม่

¹ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

¹ Faculty of Education, Kasetsart University

* Corresponding Author, Tel. 09 5420 9918, E - mail: papon.kl@ku.th, feducnk@ku.ac.th, fedunms@ku.ac.th

Abstract

The objectives of this study were 1) to investigate the knowledge, attitude, and lifestyle behavior in new normal of students and 2) to explore the relationship among knowledge, attitude and lifestyle behavior in new normal of state autonomous university students, Bangkok. The sample of this research consisted of 400 undergraduate students at state autonomous universities in Bangkok. The instruments were knowledge test and questionnaires measuring attitudes and behavior. The data analysis was using descriptive statistics to determine frequency, percentage, mean, and standard deviation. The inferential statistics was analysis of the Pearson correlation coefficient. The results of this study indicated that the respondents' knowledge was at good levels ($\bar{X} = 8.04$), attitude was at agree levels ($\bar{X} = 3.91$), and behavior was at an often practical levels ($\bar{X} = 3.84$). The results of analysis of the correlation among knowledge, attitude and lifestyle behavior in the new normal of students revealed that knowledge was positively related to lifestyle behavior in new normal at a very low level ($r = 0.18$) with a statistical significance level of 0.01. Attitude was positively related to lifestyle behavior in the new normal at a high level ($r = 0.68$) with a statistical significance level of 0.01.

Keywords: Knowledge; Attitude; Behavior; Lifestyle Behaviors in New Normal

บทนำ

สถานการณ์ทั่วโลกเผชิญกับการแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโควิด 19 ในหลากหลายสายพันธุ์ที่ติดต่อกับคนสังคมของแต่ละประเทศ ส่งผลกระทบต่อเศรษฐกิจ สังคม สุขภาพ การศึกษา และมีการดำเนินชีวิตในความปกติใหม่ เป็นการเปลี่ยนแปลงไปสู่มาตรฐานใหม่ (บดีนทร์, 2563; รุจาพงศ์, 2563; บัญชา และคณะ, 2563; มาลี, 2563; สุรพล, 2563) ที่ทุกคนต้องปฏิบัติตามมาตรการของกรมสุขภาพจิตอย่างเคร่งครัด คือการเว้นระยะห่างกับคนอื่นอย่างน้อย 1 - 2 เมตร การสวมหน้ากากอนามัย การล้างมือบ่อย ๆ การตรวจวัดอุณหภูมิร่างกายและการสแกนแอปไทยชนะ (กระทรวงสาธารณสุข, 2564) ในการประเมินสุขภาพจิตช่วงโควิด 19 พบว่าเด็กวัยรุ่นอายุต่ำกว่า 20 ปี มีปัญหาภาวะเครียดสูง มีความเสี่ยงเป็นโรคซึมเศร้าและการฆ่าตัวตาย (กระทรวงสาธารณสุข, 2565) ซึ่งนิสิตนักศึกษามหาวิทยาลัยในกำกับของรัฐมีอายุอยู่ในช่วงวัยรุ่น อาจมีความกังวลใจในค่าใช้จ่ายการลงทะเบียนและมีค่าใช้จ่ายอื่น ๆ สูงกว่ามหาวิทยาลัยของรัฐ มีผลให้นิสิตนักศึกษามีปัญหาความเครียดกับการเรียนไม่สามารถปรับตัวได้ ครอบครัวตกงานหรือถูกเลิกจ้าง และสัมพันธภาพในครอบครัวลดลงจากการรักษาระยะห่างทางสังคม (บัญญัติ และคณะ, 2563) ดังนั้นนิสิตนักศึกษาจำเป็นต้องมีความรู้เกี่ยวกับการดำเนินชีวิตในความปกติใหม่อย่างถูกต้องและชัดเจน

ความรู้ของการดำเนินชีวิตในความปกติใหม่ เป็นสารสนเทศที่เป็นข้อเท็จจริงกฎเกณฑ์รายละเอียดต่าง ๆ ที่ผ่านกระบวนการวัดความรู้ โดยมีเครื่องมือคือ แบบทดสอบชนิดอัตนัยหรือปรนัย (ราชบัณฑิตยสถาน, 2556; พิสนุ, 2558; เพชรชาติ, 2561) นิสิตนักศึกษาขาดความรู้เกี่ยวกับการเดินทางไปสถานที่ที่มีความเสี่ยงด้วยการไม่สวมหน้ากากอนามัย (เสถียร และคณะ, 2565) ซึ่งต้องมีความรู้ในการป้องกันตนเองและผู้อื่นได้ตรงตามข้อเท็จจริง มโนทัศน์ วิธีการ และหยั่งรู้วิธีคิดของตนเองได้ มีส่วนช่วยให้เกิดประโยชน์ต่อสังคมโดยรวม จากความเสี่ยงการติดเชื้อโควิด 19 (พิศิษฐ์, 2558; สำนักงานพัฒนาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีแห่งชาติ, 2557) เช่น มีความรู้ในการใช้หน้ากากและแอลกอฮอล์เจล หลีกเลี่ยงการอยู่ในสถานที่ปิดหรือมีคนหนาแน่น การใช้บริการรถโดยสาร การซื้อสินค้า การรับประทานอาหาร ผัก ผลไม้ตามหลักโภชนาการ การออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ การสวมหน้ากาก

หรือนั่งสมาธิ และการฉีดวัคซีนป้องกันไวรัสโควิด19 (สถาบันธรรมนิติ, 2563; จุลศักดิ์, 2564) นอกจากความรู้แล้ว สิ่งสำคัญอีกปัจจัยหนึ่งคือ ทักษะต่อการดำเนินชีวิตในความปกติใหม่

ทัศนคติของการดำเนินชีวิตในความปกติใหม่ เป็นความรู้สึกลึกซึ้งเชิงบวกหรือลบ มีความคงที่หรือเปลี่ยนแปลงค่อนข้างยาก การไม่ปรับความรู้สึกลึกซึ้งให้สอดคล้องกับสิ่งแวดล้อมรอบตัวใหม่ อาจมีโอกาสนำให้ตนเอง และผู้อื่นติดเชื้อโควิด 19 (ฉัตยาพร, 2556; ชูชัย, 2562) เช่น มีทัศนคติที่ไม่ดีต่อการจัดการกับโควิด 19 ไม่ใส่ใจ/รักตนเอง ไม่เลือกซื้อและรับประทานอาหารที่ปรุงสุกและสะอาด ไม่นำเทคโนโลยีมาใช้ในชีวิตประจำวัน ไม่ยอมรับสังคมไร้เงินสด ไม่ใช้สิ่งอำนวยความสะดวกแบบดิจิทัลในชีวิตประจำวัน (บดีรินทร์, 2563) หากมีการยอมรับในความปกติใหม่ก็มีโอกาสน้อยในการแพร่เชื้อไวรัสโควิด 19 ไปสู่บุคคลหรือกลุ่มบุคคลในสังคม ผลการศึกษาพบว่า ทักษะที่ดีมีโอกาสน้อยมากในการติดเชื้อโควิด 19 (ณัฐวรรณ, 2564) ทักษะจึงเชื่อมโยงกับพฤติกรรม

พฤติกรรมการดำเนินชีวิตในความปกติใหม่ เป็นการกระทำของบุคคลที่สังเกตได้หรือสังเกตไม่ได้จากกิจกรรมหรือปฏิกิริยาที่เกิดขึ้น โดยตอบสนองต่อสภาพการณ์ที่เกิดขึ้น (สมโภชน์, 2562; ราชบัณฑิตยสถาน, 2556) หากนิสิตนักศึกษามีพฤติกรรมที่ไม่ตอบสนองกับการดำเนินชีวิตในความปกติใหม่ โดยไม่สวมหน้ากากอนามัย ทุกครั้งตลอดระยะเวลาที่ออกจากบ้าน ไม่ล้างมือและทำความสะอาดร่างกายทุกครั้งหลังทำกิจกรรมนอกบ้าน ไม่เว้นระยะทางทางสังคม ไม่ใช้บริการ Food Delivery ไม่ทำอาหารเอง ไม่ใช้จ่ายและชำระเงินผ่าน Internet Banking ไม่ใช้ชุดตรวจโควิด ATK เป็นต้น มีผลให้ตนเอง คนใกล้ชิด แพร่กระจายเชื้อไวรัสโควิด 19 ไปสู่คนในสังคมได้ จากการศึกษาพบว่า คนติดเชื้อคนหนึ่ง สามารถแพร่เชื้อไปให้คนอื่นได้ประมาณ 2 - 6 คน (ธีระ, 2563) นิสิตนักศึกษาต้องมีการควบคุมและจัดระเบียบพฤติกรรมการดำเนินชีวิตในความปกติใหม่ (อรุณย์, 2561; เสถียร และคณะ, 2565)

ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมในความปกติใหม่จึงเชื่อมโยงความสัมพันธ์ของ 3 ตัวแปร คือ 1) ความรู้ (Knowledge) เป็นการรับรู้เบื้องต้นผ่านประสบการณ์ จัดระบบโครงสร้างความรู้ กับความจำ (ข้อมูล) 2) ทักษะ (Attitude) เป็นการแสดงออกทางความคิดและรู้สึกในสถานการณ์ต่าง ๆ มีรากฐานมาจากความเชื่อที่อาจส่งผลถึงพฤติกรรมในอนาคตได้ และ 3) พฤติกรรม (Behavior) หรือการยอมรับปฏิบัติ (Practice) โดยมีพื้นฐานจากความรู้และทัศนคติแตกต่างกัน มีผลต่อพฤติกรรมที่เกิดขึ้นในสังคม (สุรพงษ์, 2563; ชูชัย, 2562) ดังนั้นความรู้ และทัศนคติ จึงมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการดำเนินชีวิตในความปกติใหม่

จากเหตุผลและปัญหาดังกล่าวผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาว่า ความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมการดำเนินชีวิตในความปกติใหม่ของนิสิตนักศึกษามหาวิทยาลัยในกำกับของรัฐ กรุงเทพมหานคร อยู่ในระดับใด และมีความสัมพันธ์กันหรือไม่ ผลการศึกษานำไปใช้ในการกำหนดนโยบาย แผนงาน แผนปฏิบัติการในโครงการหรือกิจกรรมที่เสริมสร้างพลังความรู้ ทักษะ พฤติกรรม ที่มีแนวทางการปฏิบัติสำหรับการดำเนินชีวิตในความปกติใหม่ที่ถูกต้องในการป้องกัน สร้างภูมิคุ้มกัน และลดการติดไวรัสโควิด 19 ได้อย่างยั่งยืนต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมการดำเนินชีวิตในความปกติใหม่ของนิสิตนักศึกษามหาวิทยาลัยในกำกับของรัฐ กรุงเทพมหานคร
2. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมการดำเนินชีวิตในความปกติใหม่ของนิสิตนักศึกษามหาวิทยาลัยในกำกับของรัฐ กรุงเทพมหานคร

สมมติฐานการวิจัย

ความรู้ ทักษะ มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการดำเนินชีวิตในความปกติใหม่ของนิสิตนักศึกษามหาวิทยาลัยในกำกับของรัฐ กรุงเทพมหานคร

การทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง

แนวคิดเกี่ยวกับการดำเนินชีวิตในความปรกติใหม่

การดำเนินชีวิตในความปรกติใหม่ เป็นปรากฏการณ์ของรูปแบบการดำเนินชีวิตแตกต่างไปจากอดีต เป็นสิ่งที่นิสิตนักศึกษาต้องเรียนรู้ ปรับตัว ในวิถีชีวิตที่ไม่คุ้นเคยต่อสภาพแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงไป และส่งผลกระทบต่อแบบแผนการดำเนินชีวิตที่เปลี่ยนแปลงไปสู่มาตรฐานใหม่ (บดินทร์, 2563; มาลี, 2563; สุรพล, 2563) ซึ่งมีผลต่อเศรษฐกิจ การศึกษา และชีวิตประจำวันเพื่อลดการแพร่กระจายของเชื้อโควิด 19 คนในสังคมต้องมีการปรับวิธีการดำเนินชีวิตของความปรกติใหม่ตามมาตรการ DMHTT ของกรมสุขภาพจิต อย่างเคร่งครัด ได้แก่ Distancing คือการเว้นระยะห่างกับคนอื่นอย่างน้อย 1 - 2 เมตร เพราะละอองฝอยจากการพูด ไอ จาม จะฟุ้งมากในระยะ 1 - 2 เมตร Mask Wearing คือ การสวมหน้ากากผ้า หรือหน้ากากอนามัย เพื่อลดการฟุ้งกระจายของละอองฝอย Hand Washing คือ การหมั่นล้างมือบ่อย ๆ ทั้งน้ำสบู่ และเจลแอลกอฮอล์ มาเชื้อ Testing คือตรวจวัดอุณหภูมิร่างกายสม่ำเสมอ และ Thai Cha na คือการสแกนแอปไทยชนะทุกครั้ง ที่เดินทางไปสถานที่ต่าง ๆ และโหลดแอปหมอชนะพร้อมลงทะเบียน (กระทรวงสาธารณสุข, 2564) การปรับการดำเนินชีวิตใหม่ของคนในสังคมต้องมีวิธีคิด วิธีเรียนรู้ วิธีสื่อสาร วิธีปฏิบัติ และปรับสมดุลชีวิต สังคมมีแพลตฟอร์มด้านสุขภาพเป็นบริการพื้นฐาน การสื่อสารด้วยโซเชียลมีเดีย เพื่อลดการแพร่กระจายของเชื้อโควิด 19 (สถาบันธรรมนิติ, 2563; บัญชา และคณะ, 2563)

แนวคิดเกี่ยวกับความรู้

ความรู้ เป็นสารสนเทศที่เป็นข้อเท็จจริงกฎเกณฑ์รายละเอียดต่าง ๆ ที่สั่งสมมาจากการศึกษาเล่าเรียน การค้นคว้านำไปสู่การปฏิบัติ โดยผ่านกระบวนการจำ เข้าใจ นำไปใช้ วิเคราะห์ สังเคราะห์และประเมินผล ความรู้วัดจากการทดสอบที่เป็นแบบอัตนัยหรือแบบปรนัย (ราชบัณฑิตยสถาน, 2556; พิสนุ, 2558; เพชรชาติ, 2561) ทฤษฎีความรู้จำแนกออกเป็น 4 มิติ คือ 1) ข้อเท็จจริง เป็นระดับความรู้ ความจำ ความเข้าใจ ใช้วิธีการตีความ 2) มโนทัศน์ เป็นการจัดกลุ่ม จัดประเภท หลักการร่วม และสรุปอ้างอิงทฤษฎี แบบจำลอง และโครงสร้าง 3) วิธีการหรือขั้นตอน เป็นเทคนิคที่มีเกณฑ์เฉพาะของการดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ และ 4) พุทธิปัญญาเชิงอภิमान ที่หยั่งรู้วิธีคิดของตนเองในการเรียนรู้การคิดและการแก้ปัญหา (พิศิษฐ, 2558; สำนักงานพัฒนาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีแห่งชาติ, 2557; Bloom, Engelhart, M. D. et al., 1956; Pintrich, P., 2002) ความรู้จำแนกออกเป็น ความจำ เป็นการจำหรือระลึกได้ ความเข้าใจ ใช้วิธีการและตีความ (พิศิษฐ, 2558) ซึ่งความรู้ในการดำเนินชีวิตในความปรกติใหม่ เกี่ยวกับหน้ากากอนามัยและแอลกอฮอล์เจลเป็นอุปกรณ์พื้นฐานในการป้องกันโควิด การอยู่ภายนอกอาคารหรือสถานที่กลางแจ้ง การใช้บริการรถโดยสารสาธารณะ การหลีกเลี่ยงพบปะผู้คนในสถานที่ปิดอากาศไม่ถ่ายเทและมีผู้คนแออัดจำนวนมาก การรับประทานอาหาร การออกกำลังกาย การนั่งสมาธิสวดมนต์ และการฉีดวัคซีนป้องกันไวรัสโควิด 19 (สถาบันธรรมนิติ, 2563; จุลศักดิ์, 2564)

แนวคิดเกี่ยวกับทัศนคติ

ทัศนคติ เป็นความรู้สึกนึกคิดเชิงบวกหรือเชิงลบที่มีต่อบุคคล วัตถุ สิ่งของ สถานการณ์ หรือสิ่งอื่นใด ที่บุคคลนั้นได้รับรู้หรือสัมผัส และแสดงความคิดเห็นลัทธิทางการเมืองของตนเองและผู้อื่น (Hussein, N. R. et al., 2020) ทัศนคติการดำเนินชีวิตในความปรกติใหม่เป็นความรู้สึกหรือเชื่อเกี่ยวกับการใส่ใจ/รักตนเองมากขึ้น ซื้อหรือเลือกรับประทานอาหารที่ปรุงสุกและสะอาด นำเทคโนโลยีมาใช้ในชีวิตประจำวัน มีความรู้สึกที่ดีต่อสังคมไร้เงินสด และการใช้งานดิจิทัลเป็นสิ่งอำนวยความสะดวกในชีวิตประจำวัน (บดินทร์, 2563) บุคคลที่มีทัศนคติเชิงบวกจะส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงความรู้สึกไปตามระยะเวลาและความเข้าใจสิ่งต่าง ๆ อย่างรวดเร็ว หากมีทัศนคติเชิงลบ จะมีความรู้สึกลึกลับ ๆ ต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่งที่คงที่และเปลี่ยนแปลงค่อนข้างยากต่อการปรับตัว ในสภาพแวดล้อมต่าง ๆ หรือสร้างความพอใจให้ตนเอง จากการตีความหรือประเมินค่าสิ่งที่อยู่รอบตัว ไปทางบวกหรือลบ (ฉัตยาพร, 2556; Loudon, D. L. and Della Bitta, A. J., 1993)

แนวคิดเกี่ยวกับพฤติกรรมการดำเนินชีวิตในความปกติใหม่

พฤติกรรม เป็นการกระทำของบุคคลทั้งภายในและภายนอกที่สังเกตได้หรือสังเกตไม่ได้ จากกิจกรรมหรือปฏิกิริยาที่เกิดขึ้น ความคิดความรู้สึก ทักษะทัศนคติ และพฤติกรรมที่ชัดเจนหรือแอบแฝง ด้วยความตั้งใจหรือไม่ได้ตั้งใจ ด้วยการตอบสนอง หรือโต้ตอบต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่งในแต่ละสภาพการณ์ (สมโภชน์, 2562; ราชบัณฑิตยสถาน, 2556) ลักษณะของพฤติกรรมเป็นแบบที่ไม่สามารถควบคุมได้เรียกว่า เป็นปฏิกิริยาสะท้อนส่วนแบบควบคุมและจัดระเบียบได้ เมื่อมีสิ่งเร้ามากระทบ สติปัญญาหรืออารมณ์จะเป็นตัวตัดสินว่า ควรจะปล่อยปฏิกิริยาใดออกไป เรียกว่าเป็นการกระทำตามความคิด หรือทำด้วยสมอง แต่ถ้าอารมณ์ควบคุมเรียกว่าเป็นการทำตามอารมณ์ หรือปล่อยตามใจ (อรุณย์, 2561) พฤติกรรมการดำเนินชีวิตในความปกติใหม่ คือสวมหน้ากากอนามัยทุกครั้งตลอดระยะเวลาที่ออกจากบ้าน ล้างมือและทำความสะอาดร่างกายทุกครั้งหลังทำกิจกรรมนอกบ้าน เว้นระยะทางทางสังคม ใช้บริการ Food Delivery ทำอาหารเอง ใช้จ่ายและชำระเงินผ่าน Internet Banking ซื้อชุดตรวจโควิด ATK เป็นต้น (เสถียร และคณะ, 2565)

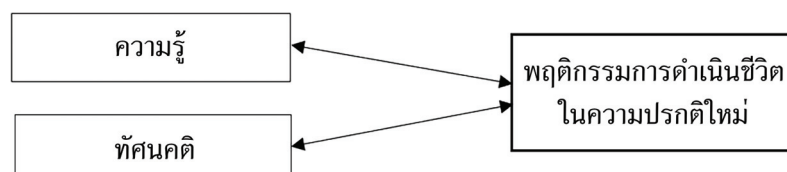
ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมในความผิดปกติใหม่

ทฤษฎีที่ระบุถึงความสัมพันธ์ของ 3 ตัวแปร คือ 1) ความรู้ (Knowledge) เป็นการรับรู้เบื้องต้นผ่านประสบการณ์จากการเรียนรู้และตอบสนองต่อสิ่งเร้า จัดระบบเป็นโครงสร้างของความรู้ที่ผสมผสานระหว่างความจำ (ข้อมูล) 2) ทักษะ (Attitude) เป็นดัชนีชี้ว่าแต่ละบุคคลมีความคิดและรู้สึกอย่างไรต่อคนรอบข้าง วัตถุหรือสิ่งแวดล้อมตลอดจนสถานการณ์ต่าง ๆ มีรากฐานมาจากความเชื่อที่อาจส่งผลถึงพฤติกรรมในอนาคตได้ และ 3) พฤติกรรม (Behavior) หรือการยอมรับปฏิบัติ (Practice) มีพื้นฐานจากความรู้และทัศนคติแตกต่างกัน ความแตกต่างระหว่างความรู้และทัศนคติเกิดขึ้นเพราะความแตกต่างในการรับสารและแปลสารที่ได้รับ จึงก่อให้เกิดประสบการณ์สิ่งสมที่แตกต่างกัน และมีผลต่อพฤติกรรมของบุคคล กลุ่มคนข้างเคียง และระดับสังคม ดังนั้นความรู้และทัศนคติก่อให้เกิดพฤติกรรม ความรู้และทัศนคติมีความสัมพันธ์กันโดยความรู้เป็นพื้นฐานของการปรับเปลี่ยนทัศนคติ เนื่องจากหากบุคคลมีความรู้ความเข้าใจในเรื่องใดเรื่องหนึ่งก็ส่งผลให้มีทัศนคติในแต่ละด้าน และแสดงออกมาในรูปแบบการกระทำหรือปฏิบัติของพฤติกรรม (สุรพงษ์, 2563; ชูชัย, 2562)

สรุป ความรู้เป็นข้อเท็จจริงที่เกิดจากการเรียนรู้ผ่านกระบวนการจำข้อมูลที่ตอบสนองต่อสิ่งเร้าจากเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น ส่วนทัศนคติเป็นความคิดและรู้สึกต่อบุคคล กลุ่ม วัตถุในสภาพแวดล้อมของเหตุการณ์ที่ส่งผลต่อพฤติกรรมนำสู่การปฏิบัติตามสถานการณ์และมาตรการที่เกิดขึ้น ดังนั้นความรู้ ทักษะ ทัศนคติ จึงมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการดำเนินชีวิตในความปกติใหม่

กรอบแนวคิดการวิจัย

ผู้วิจัยศึกษากรอบแนวคิดการวิจัยจากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง เพื่อนำมาใช้ประโยชน์ในการกำหนดกรอบแนวคิดการวิจัยมีตัวแปรต้นจำนวน 2 ตัวแปร คือ 1) ด้านความรู้ (สำนักงานพัฒนาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีแห่งชาติ, 2557; พิศฐ, 2558; พิสนุ, 2558; เพชรชาติ, 2561; สถาบันธรรมนิติ, 2563; มาลี, 2563; จุลศักดิ์, 2564; Bloom, Engelhart, M. D. et al., 1956; Pintrich, P., 2002) และ 2) ด้านทัศนคติ (บดีรินทร์, 2563; สุรพล, 2563; ฉัตยาพร, 2556; Loudon, D. L. and Della Bitta, A. J., 1993; Hussein, N. R., 2020) ตัวแปรตาม คือพฤติกรรมการดำเนินชีวิตในความปกติใหม่ (อรุณย์, 2561; สมโภชน์, 2562; บัญชา และคณะ, 2563; กระทรวงสาธารณสุข, 2564; เสถียร และคณะ, 2565) ได้กรอบแนวคิดในการวิจัยดังรูปที่ 1



รูปที่ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นวิธีการวิจัยเชิงปริมาณด้วยการวิเคราะห์เชิงสหสัมพันธ์ (Correlation Research)

ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ นิสิตนักศึกษาที่กำลังศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยในกำกับของรัฐ กรุงเทพมหานคร จำนวน 120,136 คน จาก 8 มหาวิทยาลัย (กระทรวงการอุดมศึกษา วิทยาศาสตร์ วิจัยและนวัตกรรม, 2565) กลุ่มตัวอย่างคือ นิสิตนักศึกษาที่กำลังศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยในกำกับของรัฐ กรุงเทพมหานคร จำนวน 384 คน ประมาณการขนาดของกลุ่มตัวอย่างโดยใช้ตารางของ Krejcie & Morgan (Krejcie, R. V. and Morgan, D. W., 1970) ซึ่งในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้เพิ่มกลุ่มตัวอย่างเป็น 400 คน โดยการสุ่มกลุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน (Multi-Stage Random Sampling) เริ่มจากการสุ่มกลุ่มตัวอย่างแบบง่าย (Simple Random Sampling) ด้วยวิธีการจับฉลากมหาวิทยาลัยร้อยละ 50 เหลือจำนวน 4 มหาวิทยาลัย ต่อจากนั้นสุ่มคณะโดยสุ่มกลุ่มตัวอย่างแบบง่าย (Simple Random Sampling) ด้วยวิธีการจับฉลาก และสุ่มกลุ่มตัวอย่างแบบแบ่งชั้นตามสัดส่วน (Proportional Stratified Random Sampling) ได้กลุ่มตัวอย่างจากมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์จำนวน 209 คน จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยจำนวน 67 คน มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์จำนวน 21 คน และมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ จำนวน 103 คน หลังจากนั้นเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบบังเอิญ (Accidental Sampling) ในการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วย Google Form

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเกี่ยวกับความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมการดำเนินชีวิตของนิสิตนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยในกำกับของรัฐ กรุงเทพมหานคร มีจำนวน 1 ชุด ประกอบด้วย 4 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลพื้นฐานส่วนบุคคล เป็นตัวแปรแบบ Nominal Scale ได้แก่ เพศ ชั้นปีที่ศึกษา สถานที่อยู่อาศัย และตัวแปรแบบ Ordinal Scale ได้แก่ อายุ ผลการเรียน (GPA) รายได้ต่อเดือน จำนวนสมาชิกอาศัยร่วมกัน แบบสอบถามเป็นแบบตรวจสอบรายการ (Check List)

ตอนที่ 2 แบบทดสอบความรู้การดำเนินชีวิตในความปรกติใหม่ เป็นตัวแปรแบบ Interval Scale เป็นแบบทดสอบปรนัยชนิดถูก-ผิด (พิสนุ, 2558) จำนวน 10 ข้อ

ตอนที่ 3 แบบสอบถามทัศนคติการดำเนินชีวิตในความปรกติใหม่ เป็นตัวแปรแบบ Interval Scale แบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) (Best, J. W. and Kahn, J. V., 2005) 5 ระดับ คือ เห็นด้วยอย่างยิ่ง เห็นด้วย ไม่เห็นด้วย และไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง จำนวน 10 ข้อ

ตอนที่ 4 แบบสอบถามพฤติกรรมการดำเนินชีวิตในความปรกติใหม่ เป็นตัวแปรแบบ Interval Scale แบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) (Best, J. W. and Kahn, J. V., 2005) 5 ระดับ คือ ปฏิบัติทุกครั้ง ปฏิบัติบ่อยครั้ง ปฏิบัติบางครั้ง ปฏิบัตินาน ๆ ครั้ง และไม่เคยปฏิบัติจำนวน 10 ข้อ

2. การหาคุณภาพเครื่องมือ ผู้วิจัยหาความตรงเชิงเนื้อหา (Payne, D. A., 2003) ของเครื่องมือ โดยหาค่า IOC โดยกำหนดค่า IOC 0.50 ขึ้นไป (Turner, R. C. and Carlson, L., 2003) ผลการหาค่า IOC รายข้อทั้งฉบับอยู่ระหว่าง 0.67 - 1.00 แบบทดสอบความรู้หาค่าความเชื่อมั่น KR-20 ของ Kuder and Richardson (Fraenkel, J. R. and Wallen, N. E., 2012) เท่ากับ 0.70 แบบสอบถามทัศนคติ และพฤติกรรมการดำเนินชีวิตในความปรกติใหม่ โดยหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาช (Cronbach, L. J., 1990) มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.93 และ 0.88

การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ผู้วิจัยศึกษาแหล่งข้อมูลทุติยภูมิจากบทความ งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เอกสารที่ศึกษาแนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง

2. นำหนังสือจากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ถึงคณบดีคณะที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง คือ นิสิตนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยในกำกับของรัฐ กรุงเทพมหานคร จำนวน 400 คน เพื่อขออนุญาต

เก็บรวบรวมข้อมูลการทำวิจัย ด้วยแบบทดสอบและแบบสอบถามที่สร้างจาก Google Form มี QR Code แบนรายละเอียดของกลุ่มตัวอย่าง และใบรับรองจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ เลขที่รับรอง COE No. COE66/001 โดยจัดส่งไปทางอีเมลให้แก่เจ้าหน้าที่ของแต่ละคณะที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง เพื่อจัดส่งแบบทดสอบและแบบสอบถามให้แก่กลุ่มตัวอย่างทางออนไลน์ได้รับแบบทดสอบและสอบถามกลับคืนมาจำนวน 400 ชุด คิดเป็นร้อยละ 100

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Statistics) คือ ค่าความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และสถิติเชิงอ้างอิง (Inferential Statistics) คือ ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson Product Moment Correlation) กำหนดเกณฑ์คะแนนความรู้ (ศิริชัย และคณะ, 2559) คือ คะแนน 7 - 10 หมายถึง มีความรู้ในระดับดี คะแนน 4 - 6 หมายถึง มีความรู้ในระดับปานกลาง คะแนน 0 - 3 หมายถึง มีความรู้ในระดับไม่ดี และพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์โดยใช้เกณฑ์ของ Borg's Descriptors เนื่องจากกลุ่มตัวอย่างมีจำนวน 100 คนขึ้นไป (พ่วงพรรณ และสุภาพ, 2555) ดังนี้

ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์

สูงกว่า 0.85
0.65 - 0.85
0.35 - 0.64
0.20 - 0.34
ต่ำกว่า 0.20

คำบรรยาย

มีความสัมพันธ์ในระดับสูงมาก
มีความสัมพันธ์ในระดับสูง
มีความสัมพันธ์ในระดับปานกลาง
มีความสัมพันธ์ในระดับต่ำ
มีความสัมพันธ์ในระดับต่ำมาก

ผลการวิจัย

1. ข้อมูลพื้นฐานส่วนบุคคลของนิสิตนักศึกษา นิสิตนักศึกษาที่เป็นกลุ่มตัวอย่างจำนวน 400 คน พบว่า มากกว่าสามในห้า (62.5 %) เป็นเพศหญิง มากกว่าครึ่ง (51.5 %) มีอายุ 20 - 22 ปี เกือบสองในห้า (37.2 %) กำลังศึกษาในชั้นปีที่ 1 จำนวน 149 คน เกือบสองในห้า (39.5 %) มีผลการเรียน 3.01 - 3.49 คน เกือบหนึ่งในห้า (18.0 %) มีผลการเรียน 2.50 - 3.00 มีรายได้ 5,001 - 10,000 บาท มากกว่าสามในห้า (64.3 %) มีจำนวนสมาชิกอาศัยร่วมกัน 1 - 3 คน เกือบครึ่ง (48.0 %) อาศัยอยู่ในบ้านเช่าหรือหอพักภายนอกมหาวิทยาลัย

2. ด้านความรู้ พบว่านิสิตนักศึกษามีความรู้โดยรวมมีคะแนนเฉลี่ยอยู่ในระดับดี ($\bar{X} = 8.04$) โดยข้อที่มีค่าร้อยละตอบถูกต่ำสุดคือ นิสิตนักศึกษาร้อยละ 55.00 มีการรับประทานอาหารตามหลักโภชนาการเป็นหลัก มีส่วนช่วยให้สุขภาพแข็งแรงหรือลดความเสี่ยงในการติดเชื้อไวรัสโควิด 19 ผลการศึกษารายข้อ ดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ผลการวิเคราะห์ความรู้การดำเนินชีวิตในความปกติใหม่ของนิสิตนักศึกษามหาวิทยาลัย ในกำกับของรัฐ กรุงเทพมหานคร จำแนกเป็นรายข้อ

ข้อที่	ความรู้การดำเนินชีวิตในความปกติใหม่	ระดับคะแนน	
		ถูก จำนวน (ร้อยละ)	ผิด จำนวน (ร้อยละ)
1.	หน้ากากอนามัยและแอลกอฮอล์เจล เป็นอุปกรณ์พื้นฐานในการป้องกันความเสี่ยงในการติดเชื้อโรค และการแพร่กระจายเชื้อโรคไปยังบุคคลอื่น	386 (96.50)	14 (3.50)
2.	การอยู่ภายนอกอาคารหรือสถานที่กลางแจ้ง จำเป็นต้องสวมหน้ากากอนามัย	224 (56.00)	176 (44.00)

ตารางที่ 1 ผลการวิเคราะห์ความรู้การดำเนินชีวิตในความปรกติใหม่ของนิสิตนักศึกษามหาวิทยาลัย ในกำกับของรัฐ กรุงเทพมหานคร จำแนกเป็นรายข้อ (ต่อ)

ข้อที่	ความรู้การดำเนินชีวิตในความปรกติใหม่	ระดับคะแนน	
		ถูก จำนวน (ร้อยละ)	ผิด จำนวน (ร้อยละ)
3.	การใช้บริการรถโดยสารสาธารณะจำเป็นต้องสวมหน้ากากอนามัยตลอดเวลา	333 (83.30)	67 (16.70)
4.	สถานที่ปิดอากาศไม่ถ่ายเท และมีผู้คนแออัดจำนวนมาก ควรใส่หน้ากากอนามัยตลอดเวลา	325 (81.20)	75 (18.80)
5.	วัยรุ่นที่ร่างกายแข็งแรง ได้รับการฉีดวัคซีนป้องกันไวรัสโควิด 19 ให้เพียงพอต่อการป้องกันการติดเชื้อโควิดได้	313 (78.20)	87 (21.80)
6.	การซื้อสินค้าผ่านระบบออนไลน์ เป็นวิธีการหลีกเลี่ยงพบปะผู้คนที่เป็นส่วนหนึ่งในการป้องกันการแพร่ระบาดหรือติดเชื้อไวรัสโควิด 19	359 (89.70)	41 (10.30)
7.	การรับประทานอาหารตามหลักโภชนาการเป็นหลักมีส่วนช่วยให้สุขภาพแข็งแรงหรือลดความเสี่ยงในการติดไวรัสโควิด 19	220 (55.00)	180 (45.00)
8.	การรับประทานผักและผลไม้ ช่วยเพิ่มภูมิคุ้มกันในร่างกาย และปลอดภัยห่างไกลไวรัสโควิด 19	341 (85.20)	59 (14.80)
9.	การออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ มีส่วนช่วยสร้างภูมิคุ้มกันให้แก่ร่างกายแข็งแรง	379 (94.70)	21 (5.30)
10.	การนั่งสมาธิสวดมนต์ภาวนา เป็นส่วนหนึ่งที่ทำให้มีสติในการดูแลตนเองให้ปลอดภัยหรือช่วยสร้างภูมิคุ้มกันในการต้านเชื้อโควิด 19 ได้	337 (84.20)	63 (15.80)

3. ด้านทัศนคติ นิสิตนักศึกษามีทัศนคติโดยรวมมีคะแนนเฉลี่ยในระดับเห็นด้วย ($\bar{X} = 3.91$) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า อยู่ในระดับเห็นด้วยทุกข้อ โดยข้อที่มีคะแนนต่ำสุดคือ นิสิตนักศึกษามีทัศนคติในเรื่องวัคซีนป้องกันโควิด สามารถบรรเทาอาการติดเชื้อโควิดให้เบาลง มีคะแนนเฉลี่ยอยู่ในระดับเห็นด้วย ($\bar{X} = 3.64$) ดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2 ผลการวิเคราะห์ทัศนคติการดำเนินชีวิตในความปรกติใหม่ของนิสิตนักศึกษามหาวิทยาลัย ในกำกับของรัฐ กรุงเทพมหานคร โดยรวมและรายข้อ

ข้อที่	ทัศนคติการดำเนินชีวิตในความปรกติใหม่	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	อันดับ
1.	การรับรู้ข้อมูลสารสนเทศจากสถานการณ์โควิด 19 ช่วยปรับความคิดหรือปรับตัวในการดำเนินชีวิตที่แตกต่างไปจากเดิม	3.94	1.01	เห็นด้วย	6
2.	ความเชื่อในวัคซีนป้องกันโควิด สามารถบรรเทาอาการติดเชื้อโควิด 19 ให้เบาลง	3.64	1.06	เห็นด้วย	10
3.	ความพร้อมของบุคคลในการจัดการโควิด 19 ส่งผลกระทบบทที่ดีต่อความรู้สึกของตนเองหรือบุคคลอื่น	3.76	1.07	เห็นด้วย	9

ตารางที่ 2 ผลการวิเคราะห์ทัศนคติการดำเนินชีวิตในความปกติใหม่ของนิสิตนักศึกษามหาวิทยาลัย ในกำกับของรัฐ กรุงเทพมหานคร โดยรวมและรายข้อ (ต่อ)

ข้อที่	ทัศนคติการดำเนินชีวิตในความปกติใหม่	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	อันดับ
4.	ความเชื่อในการเรียนรู้เกี่ยวกับสถานการณ์โควิด 19 เป็นการป้องกันตนเองและผู้อื่นอย่างถูกต้อง ช่วยให้บุคคลมีความพึงพอใจในการดำเนินชีวิต	3.94	0.96	เห็นด้วย	7
5.	การใส่ใจ/รักตนเองมากขึ้น โดยออกกำลังกายหรือรับประทาน อาหารที่มีประโยชน์เป็นวิธีการดูแลสุขภาพที่ดี เชื่อว่าสามารถป้องกันไวรัสโควิด 19 ได้	3.94	1.08	เห็นด้วย	5
6.	การรับประทานอาหารที่ปรุงสุกหรือสะอาด เชื่อว่าเป็นส่วนหนึ่งในการป้องกันโควิด 19 ได้	3.98	1.05	เห็นด้วย	4
7.	การมองเห็นความสำคัญในการเลือกซื้ออาหารจากผู้ขายหรือผู้จัดส่งอาหารที่ปฏิบัติตามมาตรการด้านสาธารณสุข เชื่อว่ามีส่วนช่วยในการป้องกันโควิด 19 ได้	3.89	1.04	เห็นด้วย	8
8.	การนำเทคโนโลยีมาใช้ในชีวิตประจำวัน มีความรู้สึกว่าเป็นเรื่องปกติของทุกคน เช่น การทำงานที่บ้าน (WFH) การเรียน การสั่งอาหาร การช้อปปิ้งทางออนไลน์ เป็นต้น	4.05	1.02	เห็นด้วย	1
9.	ความรู้สึกที่ดีต่อสังคมไร้เงินสด เช่น การสแกนจ่ายเงิน การโอนเงิน เป็นต้น เป็นปัจจัยหนึ่งในการดำเนินชีวิตที่สามารถป้องกันตนเองหรือผู้อื่นในการรับเชื้อโควิด 19	4.01	1.07	เห็นด้วย	2
10.	การใช้งานดิจิทัลเป็นสิ่งอำนวยความสะดวก ทุกคนยอมรับและคุ้นเคยในการนำไปใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวัน	3.99	1.01	เห็นด้วย	3
คะแนนเฉลี่ยรวม		3.91	0.83	เห็นด้วย	

4. ด้านพฤติกรรม นิสิตนักศึกษามีพฤติกรรมโดยรวมมีคะแนนเฉลี่ยอยู่ในระดับปฏิบัติบ่อยครั้ง ($\bar{X} = 3.84$) โดยข้อที่มีคะแนนต่ำสุดคือ นิสิตนักศึกษามีพฤติกรรมการทำอาหารเอง โดยหลีกเลี่ยงการไปรับประทานอาหารนอกบ้านมีคะแนนเฉลี่ยอยู่ในระดับปฏิบัติบางครั้ง ($\bar{X} = 3.48$) ดังตารางที่ 3

ตารางที่ 3 ผลการวิเคราะห์พฤติกรรมการดำเนินชีวิตในความปกติใหม่ของนิสิตนักศึกษามหาวิทยาลัย ในกำกับของรัฐ กรุงเทพมหานคร โดยรวมและรายข้อ

ข้อที่	ทัศนคติการดำเนินชีวิตในความปกติใหม่	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	อันดับ
1.	สวมใส่หน้ากากอนามัยทุกครั้งตลอดระยะเวลา ที่ออกจากบ้านพร้อมทั้งฉีดแอลกอฮอล์เจลเมื่อสัมผัสสิ่งต่าง ๆ	3.86	1.10	ปฏิบัติบ่อยครั้ง	6
2.	อาบน้ำทำความสะอาดร่างกายทุกครั้งหลังจากกลับมาถึงบ้าน	3.99	1.04	ปฏิบัติบ่อยครั้ง	4
3.	ล้างมือฟอกสบู่ทุกครั้งหลังจากใช้บริการห้องน้ำสาธารณะ	3.89	1.10	ปฏิบัติบ่อยครั้ง	5
4.	พูดคุยกับเพื่อนโดยสวมหน้ากากอนามัยตลอดเวลา	3.74	1.08	ปฏิบัติบ่อยครั้ง	7
5.	มีการเว้นระยะห่างทางสังคม (Social Distancing) ทุกครั้ง เมื่อไปพบกลุ่มเพื่อน ๆ	3.50	1.76	ปฏิบัติบ่อยครั้ง	9

ตารางที่ 3 ผลการวิเคราะห์พฤติกรรมการดำเนินชีวิตในความปรกติใหม่ของนิสิตนักศึกษามหาวิทยาลัย
 ในกำกับของรัฐ กรุงเทพมหานคร โดยรวมและรายข้อ (ต่อ)

ข้อที่	ทัศนคติการดำเนินชีวิตในความปรกติใหม่	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	อันดับ
6.	ใช้บริการ Food Delivery เพื่อหลีกเลี่ยงผู้คนและสถานที่แออัด	3.73	1.22	ปฏิบัติบ่อยครั้ง	8
7.	ทำอาหารเองโดยหลีกเลี่ยงการไปรับประทานอาหารนอกบ้าน	3.48	1.26	ปฏิบัติบางครั้ง	10
8.	มีการใช้จ่ายและชำระเงินผ่าน Internet Banking เพื่อลดการสัมผัสในสถานการณ์โควิด 19	4.07	1.05	ปฏิบัติบ่อยครั้ง	2
9.	ใช้ชุดตรวจโควิด ATK เมื่อมีความเสี่ยงในการติดเชื้อโควิด	4.02	1.07	ปฏิบัติบ่อยครั้ง	3
10.	หยุดเรียนเมื่อมีอาการป่วยและอยู่ในกลุ่มเสี่ยงโควิด 19 เพื่อไปพบแพทย์รักษาจนกระทั่งหายป่วย	4.08	1.08	ปฏิบัติบ่อยครั้ง	1
คะแนนเฉลี่ยรวม		3.84	0.87	ปฏิบัติบ่อยครั้ง	

5. ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ ทัศนคติ กับพฤติกรรมการดำเนินชีวิตในความปรกติใหม่ของนิสิตนักศึกษามหาวิทยาลัยในกำกับของรัฐ กรุงเทพมหานคร พบว่า ความรู้เกี่ยวกับการดำเนินชีวิตในความปรกติใหม่มีความสัมพันธ์กันในเชิงบวก หรือในทิศทางเดียวกับพฤติกรรมเกี่ยวกับการดำเนินชีวิตในความปรกติใหม่เป็นความสัมพันธ์ในระดับต่ำมาก ($r = 0.18$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.01 และทัศนคติเกี่ยวกับการดำเนินชีวิตในความปรกติใหม่มีความสัมพันธ์กันในเชิงบวก หรือในทิศทางเดียวกับพฤติกรรมเกี่ยวกับการดำเนินชีวิตในความปรกติใหม่ เป็นความสัมพันธ์ในระดับสูง ($r = 0.68$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.01 ดังตารางที่ 4

ตารางที่ 4 ค่าสหสัมพันธ์ของความสัมพันธ์ระหว่าง ความรู้ ทัศนคติกับพฤติกรรมการดำเนินชีวิตในความปรกติใหม่
 ของนิสิตนักศึกษามหาวิทยาลัยในกำกับของรัฐ กรุงเทพมหานคร

ตัวแปรต้น	พฤติกรรมการดำเนินชีวิตในความปรกติใหม่
ความรู้	0.18**
ทัศนคติ	0.68**

** $P < .01$

อภิปรายผล

1. ความรู้ ทัศนคติ และพฤติกรรมการดำเนินชีวิตในความปรกติใหม่ของนิสิตนักศึกษามหาวิทยาลัยในกำกับของรัฐกรุงเทพมหานคร

1.1 ด้านความรู้เกี่ยวกับการดำเนินชีวิตในความปรกติใหม่ของนิสิตนักศึกษามหาวิทยาลัยในกำกับของรัฐกรุงเทพมหานคร โดยรวมมีความรู้อยู่ในระดับดี ($\bar{X} = 8.04$) ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่านิสิตนักศึกษา มีข้อมูลและสารสนเทศที่เป็นข้อเท็จจริงกฎเกณฑ์รายละเอียดต่าง ๆ ในการป้องกันตนเองและผู้อื่นได้ตรงตามข้อเท็จจริง มโนทัศน์ วิธีการ และหยั่งรู้วิถีคิดของตนเองได้ มีส่วนช่วยให้เกิดประโยชน์ต่อสังคมโดยรวม (พิศิษฐ์, 2558; สำนักงานพัฒนาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีแห่งชาติ, 2557) และข้อที่มีค่าร้อยละตอบถูกต่ำสุดคือ การรับประทานอาหารตามหลักโภชนาการเป็นหลักมีส่วนช่วยให้สุขภาพแข็งแรง ลดความเสี่ยงในการติดเชื้อไวรัสโควิด 19 อาจเนื่องมาจากขาดความเข้าใจเหตุผลของการนำความรู้การดูแลตนเองในสถานการณ์โควิดไปเชื่อมโยงความเป็นจริง ภายใต้สภาวะการณ์ที่เปลี่ยนแปลงไป (พระธวัชชัย รุติสีโล ดอนเทลิอม, 2558) ผลการศึกษาสอดคล้องกับ (เสถียร และคณะ, 2565) พบว่า มีความรู้เกี่ยวกับการป้องกันโรคโควิด 19 ในภาพรวมอยู่ในระดับมาก

1.2 ด้านทัศนคติเกี่ยวกับการดำเนินชีวิตในความปกติใหม่ของนิสิตนักศึกษามหาวิทยาลัยในกำกับของรัฐกรุงเทพมหานคร โดยรวมมีทัศนคติอยู่ในระดับเห็นด้วย ($\bar{X} = 3.91$) ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่านิสิตนักศึกษามีความรู้สึกรู้สึกคิดเชิงบวก ยอมรับหรือปรับความรู้สึกรู้สึกคิดให้สอดคล้องกับสิ่งแวดล้อมรอบตัวใหม่ในสถานการณ์โควิด 19 (ชูชัย, 2562) เป็นที่น่าสังเกตว่าข้อที่นิสิตนักศึกษามีทัศนคติเห็นด้วยที่มีคะแนนเฉลี่ยต่ำสุดคือ บุคคลเชื่อว่าวัคซีนป้องกันโควิด สามารถบรรเทาอาการติดเชื้อโควิด19 ให้เบาลง อาจเนื่องมาจากนิสิตนักศึกษามีความรู้สึกลึก ๆ ต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ที่คงที่ต่อการปรับตัวในสภาพแวดล้อมต่าง ๆ โดยประเมินค่าสิ่งที่อยู่รอบตัวนั้น (ฉัตยาพร, 2556; Loudon, D. L. and Della Bitta, A. J., 1993) ผลการศึกษาสอดคล้องกับ (ภาณุ และคณะ, 2564) พบว่า มีทัศนคติต่อโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก

1.3 ด้านพฤติกรรมการดำเนินชีวิตในความปกติใหม่ของนิสิตนักศึกษามหาวิทยาลัยในกำกับของรัฐ กรุงเทพมหานคร โดยภาพรวมมีพฤติกรรมอยู่ในระดับปฏิบัติบ่อยครั้ง ($\bar{X} = 3.84$) ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากนิสิตนักศึกษามีพฤติกรรมที่ชัดเจนในการตอบสนองหรือได้ต่อการดำเนินชีวิตในความปกติใหม่ (สมโภชน์, 2562) เป็นที่น่าสังเกตว่าข้อที่นิสิตนักศึกษามีพฤติกรรมอยู่ในระดับปฏิบัติบางครั้งโดยมีคะแนนเฉลี่ยต่ำสุดคือ ทำอาหารเอง โดยหลีกเลี่ยงการไปรับประทานอาหารนอกบ้าน มีคะแนนเฉลี่ยอยู่ในระดับปฏิบัติบางครั้ง ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่านิสิตนักศึกษามีพฤติกรรมที่ขาดการควบคุมในการจัดระเบียบการดำเนินชีวิตในความปกติใหม่ (สมโภชน์, 2562) ผลการศึกษาไม่สอดคล้องกับ (บงกช และพรศิริ, 2564) พบว่า ระดับพฤติกรรมการป้องกันโรคโควิด 19 มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับดี

2. ความสัมพันธ์ระหว่าง ความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมการดำเนินชีวิตในความปกติใหม่ของนิสิตนักศึกษามหาวิทยาลัยในกำกับของรัฐ กรุงเทพมหานคร

2.1 ความรู้มีความสัมพันธ์เชิงบวกหรือในทิศทางเดียวกับพฤติกรรมการดำเนินชีวิตในความปกติใหม่ระดับต่ำมาก ($r = 0.18$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.01 กล่าวคือ นิสิตนักศึกษาที่มีความรู้เกี่ยวกับการดำเนินชีวิตในความปกติใหม่ต่ำ จะมีพฤติกรรมเกี่ยวกับการดำเนินชีวิตในความปกติใหม่ต่ำ ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากนิสิตนักศึกษามีความรู้จากการรับรู้เบื้องต้นผ่านกระบวนการคิดที่เชื่อมโยงความรู้ตรงตามข้อเท็จจริงและหยั่งรู้วิธีคิดของตนเองในระดับต่ำมากมีผลต่อการตอบสนองหรือได้ต่อสถานการณ์สู่การนำไปปฏิบัติหรือมีพฤติกรรมในระดับต่ำมาก (พิศิษฐ์, 2558; สมโภชน์, 2562; สุรพงษ์, 2563) สอดคล้องกับผลการศึกษาของ (บงกช และพรศิริ, 2564) พบว่า ความรู้มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการป้องกันโรคโควิด 19 ($r = 0.23$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01

2.2 ทัศนคติมีความสัมพันธ์เชิงบวกหรือในทิศทางเดียวกับพฤติกรรมการดำเนินชีวิตในความปกติใหม่ระดับสูง ($r = 0.68$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.01 กล่าวคือ นิสิตนักศึกษาที่มีทัศนคติเกี่ยวกับการดำเนินชีวิตในความปกติใหม่สูง จะมีพฤติกรรมเกี่ยวกับการดำเนินชีวิตในความปกติใหม่สูง ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่านิสิตนักศึกษามีทัศนคติเชิงบวกที่มีรากฐานมาจากความเชื่อในการเปลี่ยนแปลงสภาพแวดล้อมและสถานการณ์ใหม่อย่างรวดเร็วจึงมีทัศนคติในระดับสูงที่ส่งผลกระทบต่อการยอมรับในการจัดระเบียบพฤติกรรมได้ในระดับสูง (อรุณย์, 2561; ชูชัย, 2562) สอดคล้องกับผลการศึกษาของ (ดวงพร และคณะ, 2564) พบว่า ทัศนคติการปรับตัววิถีชีวิตใหม่มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับพฤติกรรมในวิถีชีวิตใหม่ในระดับสูง ($r = 0.81$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.01

สรุปผลการวิจัย

1. ความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมการดำเนินชีวิตในความปกติใหม่ของนิสิตนักศึกษามหาวิทยาลัยในกำกับของรัฐ กรุงเทพมหานคร มีดังนี้

1.1 ด้านความรู้การดำเนินชีวิตในความปกติใหม่มีคะแนนเฉลี่ยโดยรวมอยู่ในระดับดี ($\bar{X} = 8.04$) โดยข้อที่มีค่าร้อยละตอบถูกต่ำสุดคือ คือ การรับประทานอาหารตามหลักโภชนาการเป็นหลักมีส่วนช่วยให้สุขภาพแข็งแรง ลดความเสี่ยงในการติดเชื้อไวรัสโควิด 19

1.2 ด้านทัศนคติการดำเนินชีวิตในความปรกติใหม่ มีคะแนนเฉลี่ยโดยรวมอยู่ในระดับเห็นด้วย ($\bar{X} = 3.91$) ข้อที่นิสิตนักศึกษามีทัศนคติเห็นด้วย โดยมีคะแนนเฉลี่ยต่ำสุดคือ บุคคลเชื่อว่าวัคซีนป้องกันโควิดสามารถบรรเทาอาการติดเชื้อโควิด 19 ให้เบาลง มีคะแนนเฉลี่ยอยู่ในระดับเห็นด้วย ($\bar{X} = 3.64$)

1.3 ด้านพฤติกรรมการดำเนินชีวิต มีคะแนนเฉลี่ยโดยรวมอยู่ในระดับปฏิบัติบ่อยครั้ง ($\bar{X} = 3.84$) ข้อที่นิสิตนักศึกษาประพฤติปฏิบัติบ่อยครั้งโดยมีคะแนนเฉลี่ยต่ำสุดคือ ทำอาหารเอง โดยหลีกเลี่ยงการไปรับประทานอาหารนอกบ้าน มีคะแนนเฉลี่ยอยู่ในระดับปฏิบัติบางครั้ง ($\bar{X} = 3.48$)

2. ความสัมพันธ์ระหว่าง ความรู้ ทัศนคติ และพฤติกรรมการดำเนินชีวิตในความปรกติใหม่ของนิสิตนักศึกษามหาวิทยาลัยในกำกับของรัฐ กรุงเทพมหานคร มีดังนี้

2.1 ความรู้เกี่ยวกับการดำเนินชีวิตในความปรกติใหม่มีความสัมพันธ์กันในเชิงบวกหรือในทิศทางเดียวกับพฤติกรรมเกี่ยวกับการดำเนินชีวิตในความปรกติใหม่ เป็นความสัมพันธ์ในระดับต่ำมาก ($r = 0.18$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.01

2.2 ทัศนคติเกี่ยวกับการดำเนินชีวิตในความปรกติใหม่มีความสัมพันธ์กันในเชิงบวกหรือในทิศทางเดียวกับพฤติกรรมเกี่ยวกับการดำเนินชีวิตในความปรกติใหม่ เป็นความสัมพันธ์ในระดับสูง ($r = 0.68$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.01

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

การศึกษาในครั้งนี้ ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะ ด้านความรู้ ทัศนคติ และพฤติกรรมการดำเนินชีวิตในความปรกติใหม่ ดังต่อไปนี้

1. ด้านความรู้ จากการศึกษาความรู้เกี่ยวกับการดำเนินชีวิตในความปรกติใหม่ของนิสิตนักศึกษาโดยรวมอยู่ในระดับดี ข้อที่ตอบผิดมากที่สุด คือ การรับประทานอาหารตามหลักโภชนาการเป็นหลักมีส่วนช่วยให้สุขภาพแข็งแรง ลดความเสี่ยงในการติดเชื้อไวรัสโควิด 19 มีข้อเสนอแนะ 3 ส่วน คือ 1) นิสิตนักศึกษาควรศึกษาค้นคว้าความรู้จากข่าวสารที่น่าเชื่อถือได้ในอินเทอร์เน็ต เครือข่ายทางสังคม โซเชียลมีเดียที่ส่งผลต่อการเสริมสร้างความเข้าใจของการดำเนินชีวิตในความปรกติใหม่ที่ถูกต้องมากขึ้น 2) หน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรดำเนินการจัดทำโครงการหรือกิจกรรมให้ความรู้โดยการประชาสัมพันธ์เกี่ยวกับความรู้การดำเนินชีวิตในความปรกติใหม่ผ่านทางเว็บไซต์ของมหาวิทยาลัย การจัดบอร์ด แผ่นพับให้ความรู้ หรือจัดอบรมให้ความรู้และปฏิบัติการป้องกันตนเอง อาจเชิญวิทยากรจากหน่วยงานภายนอก และ 3) มหาวิทยาลัยควรกำหนดนโยบาย และแผนงานเพิ่มพลังความรู้อย่างยั่งยืนในสถานการณ์โควิด 19 ที่ส่งผลต่อการเพิ่มพูนความรู้อย่างถูกต้องต่อการดำเนินชีวิตในความปรกติใหม่

2. ด้านทัศนคติ จากการศึกษาทัศนคติเกี่ยวกับการดำเนินชีวิตในความปรกติใหม่ของนิสิตนักศึกษาโดยรวมอยู่ในระดับเห็นด้วย ข้อที่มีทัศนคติอยู่ในระดับเห็นด้วยคะแนนเฉลี่ยต่ำสุดคือ วัคซีนโควิดสามารถบรรเทาอาการติดเชื้อโควิดให้เบาลง มีข้อเสนอแนะ คือ 1) นิสิตนักศึกษาควรจัดทำกรณีศึกษา โดยให้เพื่อนของนิสิตนักศึกษามาเล่าประสบการณ์ที่ฉีดวัคซีนโควิดแล้วสามารถติดเชื้อโควิด 19 เบาลงได้ ส่งผลต่อการป้องกันและดูแลรักษาตนเองในการสร้างภูมิคุ้มกันของแต่ละบุคคล 2) หน่วยงานที่เกี่ยวข้องหรืออาจารย์ผู้สอนควรจัดทำโครงการหรือกิจกรรมร่วมกันในการปลูกฝังความเชื่อที่ถูกต้องเกี่ยวกับการฉีดวัคซีนโควิด 19 ที่ส่งผลต่อการดูแลตนเอง เพื่อน และครอบครัว และ 3) มหาวิทยาลัยควรกำหนดนโยบาย และแผนงานสร้างความเชื่อในการฉีดวัคซีนป้องกันโควิด 19 เบาลงได้ ส่งผลต่อการลดจำนวนนิสิตนักศึกษาติดเชื้อโควิด 19

3. ด้านพฤติกรรม จากการศึกษาพฤติกรรมเกี่ยวกับการดำเนินชีวิตในความปรกติใหม่ของนิสิตนักศึกษาโดยรวมอยู่ในระดับปฏิบัติบ่อยครั้ง ข้อที่มีพฤติกรรมอยู่ในระดับปฏิบัติบางครั้งคะแนนเฉลี่ยต่ำสุดคือนิสิตนักศึกษาทำอาหารเอง โดยหลีกเลี่ยงการไปรับประทานอาหารนอกบ้าน มีข้อเสนอแนะ คือ 1) นิสิตนักศึกษาควรปฏิบัติการทำอาหารเองร่วมกับเพื่อน ๆ ที่พักห้องเดียวกัน เป็นการลดเวลา ค่าใช้จ่าย และลดการติดเชื้อโควิด 19 จากผู้ให้บริการ Food Delivery 2) หน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับการดูแลรับผิดชอบโรงอาหารและคนขายควรจัดทำข้อปฏิบัติเกี่ยวกับการประกอบอาหารที่ถูกหลักอนามัย สะอาด ปลอดภัย มีการสแกนจ่ายเงิน

มีอุปกรณ์เครื่อง UV ในการฆ่าเชื้อซoonและภาชนะใส่อาหาร โดยติดตั้งไว้หลายพื้นที่ จัดระยะห่างของโต๊ะและเก้าอี้ระยะ 1 เมตร จัดที่นั่งรับประทานอาหารเพิ่มขึ้นแบบ Out Door รวมทั้งมีเจลแอลกอฮอล์ และอ่างล้างมือติดตั้งไว้หลาย ๆ พื้นที่ เพื่อการป้องกันและลดความเสี่ยงในสถานการณ์โควิด และ 3) มหาวิทยาลัยควรมีนโยบายส่งเสริมให้นิสิตนักศึกษาให้มีการกระทำหรือวิถีปฏิบัติที่ถูกต้องโดยทำอาหารเอง และในกรณีที่ไม่สามารถทำอาหารเองในบางครั้ง ควรส่งเสริมให้ซื้ออาหารในมหาวิทยาลัย โดยมีนโยบายปรับลดราคาอาหารในโรงอาหารลงที่ส่งผลต่อการลดค่าใช้จ่ายของนิสิตนักศึกษา และผู้ปกครอง

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการต่อยอดหรือขยายการศึกษาหรือเนื้อหาให้ครอบคลุม โดยเพิ่มตัวแปรต้น เช่น คุณลักษณะส่วนบุคคล การรับรู้ หรือเพิ่มตัวแปรตามที่มีการจำแนกออกเป็นรายด้าน และขยายพื้นที่การศึกษา เช่น ศึกษาในกลุ่มตัวอย่างที่เป็นนิสิตนักศึกษาในมหาวิทยาลัยของรัฐ กรุงเทพมหานคร หรือต่างจังหวัด
2. ควรมีการศึกษาซ้ำเรื่องเดิม แต่เปลี่ยนกลุ่มตัวอย่างใหม่ เช่น กลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักเรียนมัธยมศึกษา กลุ่มวัยทำงาน กลุ่มผู้สูงอายุ เป็นต้น
3. ควรมีการวิจัยเชิงคุณภาพ เช่น การสัมภาษณ์เชิงลึก หรือการจัดสนทนากลุ่ม เป็นต้น หรือการเชิงปริมาณผสมผสานเชิงคุณภาพ เพื่อให้ได้ข้อมูลเชิงกว้างและเชิงลึก เช่น ใช้วิธีการสอบถามผสมผสานกับการสัมภาษณ์ หรือการจัดสนทนากลุ่ม หรือการสังเกต เป็นต้น
4. ควรใช้สถิติในการวิจัยที่แตกต่างกัน เช่น การศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการดำเนินชีวิตในความปกติใหม่ใช้สถิติ Multiple Regression Analysis หรือการเปรียบเทียบความคิดเห็นของนิสิตนักศึกษาเกี่ยวกับพฤติกรรมการดำเนินชีวิตในความปกติใหม่ ใช้สถิติ T-Test Independent และ One Way ANOVA เป็นต้น

References

- กระทรวงการอุดมศึกษา วิทยาศาสตร์ วิจัยและนวัตกรรม. (2565). จำนวนนักศึกษามหาวิทยาลัยในกำกับของรัฐ. เข้าถึงเมื่อ (10 กันยายน 2565). เข้าถึงได้จาก (<http://www.info.mua.go.th/info>)
- กระทรวงสาธารณสุข. (2564). ประกาศมาตรการป้องกันการแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19) กองบริหารระบบบริการสุขภาพจิต. นนทบุรี: กระทรวงสาธารณสุข
- กระทรวงสาธารณสุข. (2565). **Covid-19 and Mental Health**. เข้าถึงเมื่อ (10 มิถุนายน 2565). เข้าถึงได้จาก (<https://www.dmh.go.th/covid19/>)
- จุลศักดิ์ ชาญณรงค์. (2564). แนวทางการประยุกต์ใช้หลักพุทธธรรมเพื่อดูแลสุขภาพในช่วงวิกฤติโควิด-19. วารสารมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยนครพนม. ปีที่ 11 ฉบับที่ 2 หน้า 317-327
- จิตยาพร เสมอใจ. (2556). พฤติกรรมผู้บริโภค. กรุงเทพฯ: ซีเอ็ดดูเคชั่น
- ชูชัย สมितिไกร. (2562). พฤติกรรมผู้บริโภค. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
- ณัฐวรรณ คำแสน. (2564). ความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมในการป้องกันตนเองจากการติดเชื้อไวรัสโควิด-19 ของประชาชนในเขตอำเภออุ้มทอง จังหวัดสุพรรณบุรี. วารสารวิทยาลัยพยาบาลพระจอมเกล้า จังหวัดเพชรบุรี. ปีที่ 4 ฉบับที่ 1 หน้า 33-47
- ดวงพร ฬาสวรรณ, พรพิมล อินกอง, ภรเจริญ แสนเสนยา, ไศรยา เหล่าจันทร์ และสุวลักษณ์ พิมสน. (2564). ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้เรื่อง COVID-19 ทักษะในการปรับตัว กับพฤติกรรมวิถีชีวิตแบบใหม่ เพื่อป้องกันติดเชื้อ COVID-19 ของบุคลากรในมหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม. ใน การประชุมวิชาการระดับชาติ ครั้งที่ 13 มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม. 8 - 9 กรกฎาคม 2564 หน้า 1182-1191
- ธีระ วรธนารัตน์. (2563). โควิดไวรัส 2019 (covid-19): ตอนนี้เราต้องทำอะไรบ้าง?. เข้าถึงเมื่อ (10 มิถุนายน 2565). เข้าถึงได้จาก (<https://www.isranews.org/isranews-article/85871-covid.html>)

- บงกช โมระสกุล และพรศิริ พันธสี. (2564). ความรู้และพฤติกรรมการป้องกันโรคโควิด-19 ของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 วิทยาลัยนานาชาติเซนต์เทเรซา และวิทยาลัยเซนต์หลุยส์. วารสารศูนย์อนามัยที่ 9 : วารสารส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อม. ปีที่ 15 ฉบับที่ 37 หน้า 179-195
- บัญชา เก็ดมณี, สุรัชย์ ธรรมทวีกุล, ญาณพินิจ วชิรสุรงค์, บดินทร์ชาติ สุขบท และสมบัติ ทิมทรัพย์. (2563). แนวคิดและทิศทางการแก้ปัญหาโควิด-19. วารสารก้าวหน้าโลกวิทยาศาสตร์. ปีที่ 20 ฉบับที่ 1 หน้า 1-12
- บดินทร์ ชาติเวที. (2563). พฤติกรรมกับวิถีชีวิตใหม่ (New Normal). เข้าถึงเมื่อ (15 พฤศจิกายน 2563). เข้าถึงได้จาก (<http://www.ttmed.psu.ac.th/blog.php?p=258>)
- ผ่องพรรณ ตรีมงคลกุล และสุภาพ ฉัตรภรณ์. (2555). การออกแบบการวิจัย. พิมพ์ครั้งที่ 7. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
- พิศิษฐ์ ตันทวนิช. (2558). แนวคิดการจำแนกพฤติกรรมการเรียนรู้ตามวัตถุประสงค์การจัดการศึกษาด้านพุทธพิสัยตามแนวคิดของบลูมและคณะฉบับปรับปรุง. วารสารมหาวิทยาลัยราชภัฏรำไพพรรณี. ปีที่ 3 ฉบับที่ 2 หน้า 13-25
- พระธวัชชัย ฐิตสีโล คอนเทลิอม. (2558). ประเภทของความรู้. เข้าถึงเมื่อ (9 พฤศจิกายน 2563). เข้าถึงได้จาก (<https://sites.google.com/site/thwachchay14/prapheth-khxng-khwam-ru>)
- พิสนุ พองศรี. (2558). วิจัยขั้นเรียน: หลักการและเทคนิคการปฏิบัติ. พิมพ์ครั้งที่ 10. กรุงเทพมหานคร : ด้านสหวิทยาการพิมพ์
- เพชรชาติ จงประดับเกียรติ. (2561). เทคนิคการออกข้อสอบแบบเขียนตอบประเภทความเรียง. กรุงเทพมหานคร : สาขาวิชาการประเมินผลและวิจัยทางการศึกษา คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา
- ภาณุ อุดกกลิ่น, สกาวเดือน มงคลสุนทรรัก, อมรรัตน์ อัครเศรษฐสกุล และณัฐนันท์ มุสิกบุญเลิศ. (2564). ความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมในการป้องกันโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 อุดรธานี. วารสารการแพทย์โรงพยาบาลอุดรธานี. ปีที่ 30 ฉบับที่ 1 หน้า 98-109
- มาลี บุญศิริพันธ์. (2563). "New Normal" ฉบับราชบัณฑิตยสภา. เข้าถึงเมื่อ (15 พฤศจิกายน 2563). เข้าถึงได้จาก (<https://news.thaibps.or.th/content/292126>)
- ราชบัณฑิตยสถาน. (2556). พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2554. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : นานมีบุ๊คส์
- รจนาพงศ์ สุขบท. (2563). โควิด-19 กับพฤติกรรม "New Normal" มาตรฐานวิถีชีวิตใหม่ในวันนี้และตลอดไป. เข้าถึงเมื่อ (15 พฤศจิกายน 2563). เข้าถึงได้จาก (www.wearecp.com/new-normal-190563/)
- ศิริชัย กาญจนวาสี, ทวีวัฒน์ ปิตยานนท์ และดิเรก ศรีสุข. (2559). การเลือกใช้สถิติในการวิจัยที่เหมาะสมกับการวิจัย. พิมพ์ครั้งที่ 7. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
- สถาบันธรรมนิติ. (2563). ปรับตัวอย่างไรให้ชีวิตและธุรกิจอยู่รอดในยุค New Normal. เข้าถึงเมื่อ (9 พฤศจิกายน 2563). เข้าถึงได้จาก (www.Dhamniti.co.th)
- สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต. (2562). ทฤษฎีและเทคนิคการปรับพฤติกรรม. พิมพ์ครั้งที่ 9. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
- เสถียร เชื้อลี, รับขวัญ เชื้อลี และคณัฐวุฒิ หลวงเทพ. (2565). ความรู้และพฤติกรรมปฏิบัติตนเกี่ยวกับการป้องกันโรคโควิด 19 (COVID-19) ของนักศึกษา : กรณีศึกษาวิทยาลัยการสาธารณสุขในจังหวัดอุบลราชธานี. วารสารสำนักงานป้องกันโรคที่ 10. ปีที่ 20 ฉบับที่ 1 หน้า 49-62
- สำนักงานพัฒนาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีแห่งชาติ. (2557). ประเภทของความรู้. เข้าถึงเมื่อ (15 ตุลาคม 2563). เข้าถึงได้จาก (https://www.nstda.or.th/home/knowledge_post/)
- สุรพงษ์ โสธนะเสถียร. (2563). ทฤษฎีการสื่อสาร. พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
- สุรพล อิศโรกรศีล. (2563). ราชบัณฑิตยสภายุญัตติศัพท์ New Normal = ความปกติใหม่. เข้าถึงเมื่อ (9 พฤศจิกายน 2563). เข้าถึงได้จาก (<https://voicetv.co.th/read/gEEgnvbnX>)

- อรุณีย์ โรจนไพบุลย์. (2561). เอกสารประกอบการสอน รายวิชาพฤติกรรมมนุษย์เพื่อการพัฒนาตน. บึงกาฬ : มหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี ศูนย์การศึกษาบึงกาฬ
- Best, J. W. and Kahn, J. V. (2005). **Research in Education**. (10th ed.). Boston : Pearson Education Company
- Bloom, Engelhart, M. D., Furst, E. J., Hill, W. H., and Krathwohl, D. R. (1956). **Taxonomy of Educational Objectives, Handbook I: The Cognitive Domain**. New York : David McKay Co Inc
- Cronbach, L. J. (1990). **Essentials of Psychology Testing**. 5th ed. New York : Harper and Row
- Fraenkel, J. R. and Wallen, N. E. (2012). **How to Design and Evaluate Research in Education**. (8th ed.). New York : McGraw-Hill Companies, Inc
- Hussein, N. R., Naqid, I. A., Jacksi, K., and Abdi, B. A. (2020). Assessment of Knowledge, Attitudes, and Practices Toward COVID-19 Virus Among University Students in Kurdistan Region, Iraq. **Journal of Family Medicine and Primary Care**. Vol. 9 No. 9 pp. 4809-4814. DOI: 10.4103/jfmpe.jfmpe_870_20
- Krejcie, R. V. and Morgan, D. W. (1970). Determining Sample Size for Research Activities. **Journal of Educational and Psychological Measurement**. Vol. 30 Issue 3 pp. 607-610. DOI: 10.1177/001316447003000308
- Loudon, D. L. and Della Bitta, A. J. (1993). **Consumer Behavior**. 4th ed. New York : McGraw-Hill
- Payne, D. A. (2003). **Applied Educational Assessment**. 2nd ed. Canada : Nelson Thomson Learning
- Pintrich, P. (2002). The Role of Metacognition Knowledge in Learning, Teaching and Assessing. **Theory into Practice**. Vol. 41 No. 4 pp. 219-226. DOI: 10.1207/s15430421tip4104_3
- Turner, R. C. and Carlson, L. (2003). Indexes of Item-Objective Congruence for Multidimensional Items. **International Journal of Testing**. Vol. 3 Issue 2 pp. 163-171. DOI: 10.1207/S15327574IJT0302_5