

# การพัฒนาแบบวัดการจัดการชีวิต ด้านการเรียนของนักเรียนวัยรุ่น Development of life management in study of adolescent students test

สรสรเสริญ หุ่นแสน<sup>1,\*</sup> และจิราภรณ์ พจนาวารีย์วงศ์<sup>1</sup>  
Sunsuen Hunsuen<sup>1,\*</sup>, Jiraporn Potjanaareewong<sup>1</sup>

## บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อพัฒนาแบบวัดการจัดการตนเองด้านการเรียนของนักเรียนวัยรุ่น และตรวจสอบค่าอำนาจจำแนก ความเที่ยงตรง และค่าความเชื่อมั่น กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนวัยรุ่นระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย จำนวน 560 คน ที่ได้มาจากการสุ่มแบบแบ่งชั้น วิเคราะห์ข้อมูลด้วยค่าดัชนีความสอดคล้อง ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน และค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค ผลการวิจัย พบว่า 1) แบบวัดการจัดการตนเองด้านการเรียนของนักเรียนวัยรุ่นที่สร้างขึ้นเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ คือ จริงที่สุด ส่วนใหญ่จริง จริงพอประมาณ จริงเพียงเล็กน้อย ไม่จริงเลย มีข้อคำถาม จำนวน 30 ข้อ มี 3 องค์ประกอบ คือ การเลือก การปฏิบัติที่เหมาะสม และการทดแทน 2) แบบวัด มีค่าอำนาจจำแนก .29 - .74 มีความเที่ยงตรงตามทฤษฎีโดยมีสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรวมในแต่ละองค์ประกอบและระหว่างคะแนนรวมในแต่ละองค์ประกอบกับคะแนนรวมทั้งหมด .43 - .66 และ .66 - .75 ตามลำดับ และมีค่าความเชื่อมั่น .89

**คำสำคัญ:** แบบวัดการจัดการชีวิตด้านการเรียน, นักเรียนวัยรุ่น

## ABSTRACT

The objectives of this research were to develop life management in study of adolescent students test and measure the discrimination validity and reliability. The samples were 560 adolescent students in the upper secondary school level. They were selected by Stratified Random Sampling. The instruments used in data analysis were based on Index of Item-objective congruence, Pearson product moment correlation, and Cronbach's alpha coefficient. The results of this research were; 1) the life management in study of adolescent students test was designed as a five-level scale. Essentially, most real, actually modestly, a little real, not at all. There were 30 questions and consisted of three factors; Selection, Optimization, and Compensation, 2) the life management in study of adolescent students test had item discrimination index, which were in the range of .29 - .74, the construct validity correlation coefficients between each component; and between each component and total score were .43 - .66 and .66 - .75 respectively, the reliability of the test was .89.

**Keywords:** Life management in study of adolescent students test, Adolescent students

<sup>1</sup> คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏราชนครินทร์, ฉะเชิงเทรา 24000

<sup>1</sup> Faculty of Education, Rajabhat Rajanagarindra University, Chachoengsao 24000 Thailand

\*Corresponding author, e-mail: ajsunsuen@gmail.com

## บทนำ

การจัดการชีวิตด้านการเรียนเป็นการที่บุคคลใช้ความสามารถในการคิดวิเคราะห์ การหาทางออกในการแก้ปัญหาชีวิตด้านการเรียนของตนเอง โดยมีการกำหนดแนวทางการปฏิบัติตนที่เหมาะสม เพื่อให้บรรลุถึงเป้าหมายที่ต้องการ การจัดการชีวิตด้านการเรียนจึงเป็นกระบวนการพัฒนาของบุคคลเพื่อให้รู้จักการประยุกต์ใช้ทักษะชีวิตในการแก้ไขปัญหาทางด้านการเรียนโดยบุคคลจะสามารถจัดการกับตนเองให้มีพฤติกรรมทางการเรียนที่ถูกต้อง และแสดงพฤติกรรมในทางที่เป็นประโยชน์ต่อตนเองในชีวิตประจำวันได้ (Wikipedia, 2018)

การจัดการชีวิตด้วยรุ่นจึงมีความสำคัญและจำเป็นอย่างยิ่ง โดยเฉพาะการจัดการชีวิตด้านการเรียน พรอยด์และเบลท์ (Freund & Baltes, 2002, p. 82; Kianoosh. et al., 2015, pp. 373-374; เจริญ เดชแสง, 2559, น. 2115) กล่าวโดยสรุปว่า การจัดการชีวิต (Life management) ตามรูปแบบ SOC Model เป็นเรื่องที่มีความน่าสนใจซึ่งจะสามารถช่วยวัยรุ่นในการจัดการชีวิตด้านการเรียนได้ประสบความสำเร็จ ซึ่งการจัดการชีวิตด้านการเรียนมี 3 องค์ประกอบ คือ การเลือก (Selection) การปฏิบัติที่เหมาะสม (Optimization) และการทดแทน (Compensation) ซึ่งเรียกว่า รูปแบบการเลือก การปฏิบัติที่เหมาะสม และการทดแทน (The model of selection, optimization, and compensation; The SOC model) (Robinson, Rickenbach & Lachman, 2016, p. 126) ซึ่งทำให้วัยรุ่นมีเป้าหมาย สามารถตัดสินใจไปสู่แนวทางการดำเนินชีวิตทางการเรียนได้อย่างเหมาะสมกับตนเองจนนำไปสู่เป้าหมายแห่งความสำเร็จทางการเรียน สอดคล้องกับการศึกษาของซาเชอร์และคนอื่นๆ (Zacher et al., 2015, pp. 101-102) ที่ได้ศึกษานักเรียนที่ประสบความสำเร็จในการทำงานและการดำเนินชีวิต พบว่ากลุ่มตัวอย่างที่ประสบความสำเร็จในการดำเนินชีวิต มีการพัฒนาตนเองด้วยกระบวนการ SOC ด้วยการเลือก ซึ่งหมายถึง การตั้งเป้าหมายในชีวิต มีการกำหนดบทบาทหน้าที่ และแนวทางปฏิบัติที่จะเป็นไปได้ตามทางเลือกของเป้าหมายนั้น ภาวะที่เหมาะสม คือ สิ่งที่ได้มาจากการเลือกสรรสิ่งที่ต้องการ การประยุกต์ใช้

และการปรับเป้าหมายให้ตรงกับความต้องการของชีวิต การทดแทน หมายถึง การคงไว้ซึ่งบทบาทหน้าที่เมื่อต้องเผชิญกับความล้มเหลว หรือการสูญเสียทั้งการสูญเสียชั่วคราวและถาวร โดยการทดแทนหรือปรับเปลี่ยนเปลี่ยนเป้าหมายใหม่ จากผลการศึกษาของของซาเชอร์ และคนอื่นๆ แสดงให้เห็นว่าบุคคลที่ได้ใช้กระบวนการ SOC ส่งผลให้บุคคลประสบความสำเร็จในชีวิต และสามารถจัดการชีวิตของตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ นักเรียนวัยรุ่นในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายจัดเป็นกลุ่มบุคคลกลุ่มหนึ่งที่ต้องมีการจัดการชีวิตด้านการเรียน เนื่องจากนักเรียนวัยรุ่นในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายมีปัญหาในด้านการเรียนหลายเรื่องด้วยกัน ประกอบกับในช่วงการเรียนในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายจะต้องมีการเรียนเพื่อเตรียมตัวสอบเข้าศึกษาต่อในระดับอุดมศึกษา ซึ่งส่งผลให้นักเรียนวัยรุ่นไม่สามารถจัดการกับชีวิตตนเองด้านการเรียนได้

ดังนั้นการประเมินการจัดการชีวิตด้านการเรียนของนักเรียนวัยรุ่นจึงเป็นสิ่งที่มีความสำคัญ ซึ่งจะทำให้ทราบระดับการจัดการตนเองด้านการเรียน และจะเป็นข้อมูลสำหรับให้ผู้ที่เกี่ยวข้องนำไปใช้ในการพัฒนาหรือเสริมสร้างการจัดการชีวิตด้านการเรียนของนักเรียนวัยรุ่นต่อไปได้ ในประเมินการจัดการชีวิตด้านการเรียนของนักเรียนวัยรุ่นต้องมีเครื่องมือวัดที่เชื่อถือได้ จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยพบว่ามีการพัฒนาเครื่องมือวัดคุณลักษณะอันพึงประสงค์หลายด้านแต่ในการจัดการชีวิตด้านการเรียนยังไม่พบเครื่องมือที่สอดคล้องกับการวัดการจัดการชีวิตด้านการเรียนในระดับชั้นที่ต้องการ และเครื่องมือที่พบเป็นเครื่องมือวัดการจัดการชีวิตด้านการเรียนในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ไม่พบงานวิจัยการสร้างและพัฒนาเครื่องมือวัดการจัดการชีวิตด้านการเรียนของวัยรุ่นในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ผู้วิจัยจึงมีความประสงค์ที่จะสร้างแบบวัดการจัดการชีวิตด้านการเรียนของนักเรียนวัยรุ่น สำหรับนักเรียนในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย เพื่อให้ผู้ที่เกี่ยวข้องสามารถนำไปประเมินการจัดการชีวิตด้านการเรียนของนักเรียนวัยรุ่นได้อย่างมีประสิทธิภาพ

## วัตถุประสงค์

1. เพื่อพัฒนาแบบวัดการจัดการชีวิตด้านการเรียนของนักเรียนวัยรุ่น
2. เพื่อตรวจสอบค่าอำนาจจำแนก ความเที่ยงตรง และค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดการจัดการชีวิตด้านการเรียนของนักเรียนวัยรุ่นให้มีคุณภาพตามเกณฑ์

## กรอบแนวคิดในการวิจัย

แนวคิดการจัดการชีวิตของฟรอยด์และเบลล์ใช้พัฒนานุคคลทั่วไปให้ประสบความสำเร็จในชีวิต มี 3 องค์ประกอบ ได้แก่

1. การเลือก (Selection) เป็นการตั้งเป้าหมายในชีวิต การกำหนดบทบาทหน้าที่และความเป็นไปได้ของทางเลือกในเป้าหมายนั้น
  2. การปฏิบัติที่เหมาะสม (Optimization) เป็นสิ่งที่ได้มาจากการเลือกสรรตามความต้องการ รวมถึงการประยุกต์ใช้ และเป็นการปรับเป้าหมายให้ตรงกับความต้องการของชีวิต
  3. การทดแทน (Compensation) เป็นการรักษาไว้ซึ่งบทบาทหน้าที่ที่ต้องเผชิญกับความล้มเหลว หรือความสูญเสียชั่วคราวหรือถาวร โดยการทดแทนสิ่งใหม่ หรือการปรับเปลี่ยนเป้าหมายใหม่
- โดยผู้วิจัยได้นำแนวคิดของฟรอยด์และเบลล์ มาสร้างแบบวัดชนิดมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ โดยกำหนดเป็นกรอบแนวคิดการวิจัย ดังนี้

## วิธีดำเนินการวิจัย

### ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยเป็นนักเรียนวัยรุ่นระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายของโรงเรียนในจังหวัดฉะเชิงเทรา ปีการศึกษา 2560 จำนวน 11,668 คน

### กลุ่มตัวอย่าง

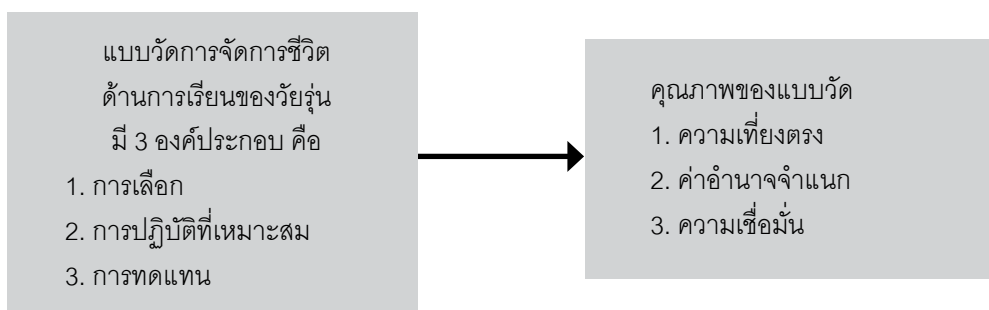
กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยเป็นนักเรียนวัยรุ่นระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายของโรงเรียนในจังหวัดฉะเชิงเทรา ปีการศึกษา 2560 จำนวน 560 คน ซึ่งได้มาจากการสุ่มแบบแบ่งชั้น โดยมีขนาดโรงเรียนเป็นชั้น (Strata) ซึ่งได้แก่ โรงเรียนขนาดใหญ่ ขนาดกลาง และขนาดเล็ก และมีห้องเรียนในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 เป็นหน่วยในการสุ่ม (Sampling unit) และจากการสุ่มอย่างง่ายจากประชากรโดยใช้ระดับความเชื่อมั่น .05 (Gurnsey, 2018, p. 155)

### เครื่องมือ

แบบวัดการจัดการชีวิตด้านการเรียนของนักเรียนวัยรุ่น ซึ่งเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ ซึ่งครอบคลุมทั้ง 3 องค์ประกอบ คือ ด้านการเลือก มีข้อคำถาม จำนวน 10 ข้อ ด้านการปฏิบัติที่เหมาะสม มีข้อคำถาม จำนวน 10 ข้อ และด้านการทดแทน มีข้อคำถาม จำนวน 10 ข้อ รวมทั้งฉบับ จำนวน 30 ข้อ

### การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยได้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลโดยเก็บรวบรวมข้อมูลจากนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย สำหรับการหาคุณภาพของแบบวัดทั้งค่าอำนาจจำแนก ความเที่ยงตรง และความเชื่อมั่น



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดในการพัฒนาแบบวัดการจัดการชีวิตด้านการเรียนของวัยรุ่น

**การวิเคราะห์และสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล**

1. ทดสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content validity) โดยใช้ค่าดัชนีความสอดคล้อง (Index of Item-objective congruence: IOC) ซึ่งมีผู้เชี่ยวชาญทางจิตวิทยาจำนวน 5 ท่านเป็นผู้ประเมินแบบวัดการจัดการชีวิตด้านการเรียนของนักเรียนวัยรุ่น

2. ตรวจสอบค่าอำนาจจำแนก (Discrimination) ของแบบวัดการจัดการชีวิตด้านการเรียนของนักเรียนวัยรุ่น โดยใช้วิธีการวิเคราะห์ค่าสหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson product moment correlation)

3. ตรวจสอบความเชื่อมั่น (Reliability) ของแบบวัดการจัดการชีวิตด้านการเรียนของนักเรียนวัยรุ่น ซึ่งใช้การวิเคราะห์ค่าความเชื่อมั่นโดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's alpha coefficient)

**ผลการวิจัย**

1. แบบวัดการจัดการชีวิตด้านการเรียนของนักเรียนวัยรุ่น ซึ่งเป็นแบบวัดแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) ตามแบบของลิเคิร์ต (Likert) มี 5 ระดับ

คือ จริงที่สุด ส่วนใหญ่จริง จริงพอประมาณ จริงเพียงเล็กน้อย ไม่จริงเลย ซึ่งครอบคลุมทั้ง 3 องค์ประกอบ คือ ด้านการเลือก มีข้อคำถาม จำนวน 10 ข้อ ด้านการปฏิบัติที่เหมาะสม มีข้อคำถาม จำนวน 10 ข้อ และด้านการทดแทน มีข้อคำถามจำนวน 10 ข้อ รวมทั้งฉบับ จำนวน 30 ข้อ

2. คุณภาพของแบบวัดการจัดการชีวิตด้านการเรียนของนักเรียนวัยรุ่น

2.1 ความเที่ยงตรงตามเนื้อหา ที่ผู้เชี่ยวชาญได้จากการพิจารณาและตัดสินค่าดัชนีความสอดคล้องของนิยามศัพท์กับข้อคำถามและพฤติกรรมบ่งชี้การจัดการชีวิตด้านการเรียนของนักเรียนวัยรุ่นในแบบวัด มีค่าอยู่ระหว่าง 0.8-1.0

2.2 ค่าอำนาจจำแนกโดยใช้วิธีสหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน โดยการหาค่าความสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวม (Item total correlation) แล้วคัดเลือกข้อคำถามที่มีค่าอำนาจจำแนก ตั้งแต่ .20 ขึ้นไปปรากฏว่าข้อคำถามผ่านเกณฑ์ทุกข้อโดยมีค่าอำนาจจำแนกอยู่ระหว่าง .29 - .74 โดยผลการวิเคราะห์คุณภาพปรากฏดังในตารางที่ 1

**ตารางที่ 1 ผลการวิเคราะห์อำนาจจำแนกของข้อคำถามในแบบวัดการจัดการชีวิตด้านการเรียนของนักเรียนวัยรุ่น**

| องค์ประกอบการจัดการชีวิตด้านการเรียน | ค่าอำนาจจำแนก |
|--------------------------------------|---------------|
| การเลือก                             | .32 - .72     |
| การปฏิบัติที่เหมาะสม                 | .33 - .70     |
| การทดแทน                             | .29 - .74     |
| รวมทั้งฉบับ                          | .29 - .74     |

จากตารางที่ 1 พบว่า ข้อคำถามในแบบวัดมีค่าอำนาจจำแนกอยู่ระหว่าง .29 - .74 ซึ่งมีค่าสูงกว่า .20 ขึ้นไป และสามารถนำไปใช้วัดการจัดการชีวิตด้านการเรียนของนักเรียนวัยรุ่นได้

2.3 ผลการตรวจสอบความเชื่อมั่นของแบบวัดการจัดการชีวิตด้านการเรียนของนักเรียนวัยรุ่น โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟา ของครอนบาค (Cronbach's alpha coefficient) (Coefficient) ได้ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาเท่ากับ 0.89 ซึ่งแสดงว่าแบบวัดมีความเชื่อมั่นอยู่ในระดับสูง มีรายละเอียดดังตารางที่ 2

## ตารางที่ 2 ผลการตรวจสอบความเชื่อมั่นของแบบวัดการจัดการชีวิตด้านการเรียนของนักเรียนวัยรุ่น

| องค์ประกอบการจัดการชีวิตด้านการเรียน | ค่าความเชื่อมั่น |
|--------------------------------------|------------------|
| การเลือก                             | .53              |
| การปฏิบัติที่เหมาะสม                 | .61              |
| การทดแทน                             | .67              |
| รวมทั้งฉบับ                          | .89              |

จากตารางที่ 2 พบว่า ค่าความเชื่อมั่นรายองค์ประกอบ มีค่าอยู่ในช่วง .53 - .67 และทั้งฉบับ .89 ซึ่งองค์ประกอบที่มีค่าความเชื่อมั่นสูงสุด คือ การทดแทน และองค์ประกอบที่มีค่าความเชื่อมั่นต่ำที่สุด คือ การเลือก

### สรุปผลการวิจัย

แบบวัดการจัดการชีวิตด้านการเรียนของนักเรียนวัยรุ่น มีค่าที่เป็นไปตามคุณภาพของการสร้างแบบวัดดังนี้

1. มีค่าความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา ที่ผู้เชี่ยวชาญได้จากการพิจารณาและตัดสินค่าดัชนีความสอดคล้องของนิยามศัพท์กับข้อความคำถามและพฤติกรรมบ่งชี้ มีค่าอยู่ระหว่าง 0.8 - 1.0
2. มีค่าอำนาจจำแนก อยู่ระหว่าง .29 - .74
4. มีค่าความเชื่อมั่นรายองค์ประกอบ มีค่าอยู่ในช่วง .53 - .67 และทั้งฉบับ .89 ซึ่งเป็นแบบวัดที่อยู่ในระดับที่มีคุณภาพตามเกณฑ์

### อภิปรายผล

1. แบบวัดการจัดการชีวิตด้านการเรียนของนักเรียนวัยรุ่น แบบวัดแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) ตามแบบของลิเคิร์ต (Likert) มี 5 ระดับ คือ จริงที่สุด ส่วนใหญ่จริง จริงพอประมาณ จริงเพียงเล็กน้อย ไม่จริงเลย ซึ่งครอบคลุมทั้ง 3 องค์ประกอบ คือ ด้านการเลือก มีข้อความคำถาม จำนวน 10 ข้อ ด้านการปฏิบัติที่เหมาะสม มีข้อความคำถาม จำนวน 10 ข้อ และด้านการทดแทน มีข้อความคำถาม จำนวน 10 ข้อ รวมทั้งฉบับ จำนวน 30 ข้อ ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดในการสร้างแบบวัดของ

ฮูลิน ลิสแซค และ ดรากลอร์ (Hulin; Lissak; & Drasgow, 1982 อ้างอิงจาก มิ่ง เทพครเมือง, 2554, น. 13) ที่กล่าวว่าแบบสอบถามสำหรับกลุ่มตัวอย่างวัยรุ่น ควรจะมีข้อความคำถามประมาณ 30 ข้อ ซึ่งจะทำให้วัยรุ่นไม่เบื่อหน่ายในการตอบ และได้ข้อมูลตรงตามความเป็นจริง โดยการวิจัยในครั้งนี้กำหนดเวลาในการทำแบบวัด 30 นาที ซึ่งมีความเหมาะสมกับนักเรียนวัยรุ่นในระดับชั้นมัธยมศึกษา โดยภาษาที่ใช้มีความเหมาะสม ข้อคำถามตรงตามคุณลักษณะที่ต้องการวัด และจำนวนข้อความคำถามของแบบวัดไม่มากเกินไป จึงส่งผลให้ผู้ตอบแบบวัดมีความตั้งใจจริงในการตอบ สอดคล้องกับ จิตติรัตน์ แสงเลิศอุทัย (2558, น. 18) กล่าวโดยสรุปว่า หลักการในการสร้างแบบวัดข้อความคำถามจะต้องถูกสร้างขึ้นตามกรอบของทฤษฎีหรือของตัวแปรที่ต้องการวัด ซึ่งการออกแบบวัดจะต้องมีความเหมาะสมกับประเด็นที่ต้องการวัด โดยจะต้องพิจารณาขอบข่ายของข้อมูลทั้งหมดจากทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เลือกรูปแบบข้อความคำถามให้สอดคล้องกับกลุ่มตัวอย่างที่ต้องการวัด สร้างประเด็นคำถามให้ครอบคลุม ถามให้ชัดเจน ตรงประเด็น ใช้ภาษาง่าย หลีกเลี่ยงภาษาทางเทคนิค และสอดคล้องกับสมบัติ ท้ายเรือคำ (2559, น. 35) กล่าวว่า แบบวัดจะต้องมีข้อความคำถามที่เกี่ยวข้องกับข้อเท็จจริง หรือคุณลักษณะที่ต้องการวัด ซึ่งเป็นส่วนสำคัญที่สุดซึ่งจะช่วยให้ได้ข้อมูลหรือรายละเอียดเกี่ยวกับเรื่องที่ต้องการศึกษา

2. การตรวจสอบคุณภาพของแบบวัดการจัดการชีวิตด้านการเรียนของนักเรียนวัยรุ่น พบว่า แบบวัดการจัดการชีวิตด้านการเรียนของนักเรียนวัยรุ่นมีคุณภาพเป็น

ไปตามเกณฑ์ ซึ่งพิจารณาได้จากผลการตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหาที่ได้จากการพิจารณาและตัดสินคำดัชนีความสอดคล้องของนิยามศัพท์กับข้อความและพฤติกรรมบ่งชี้การจัดการชีวิตด้านการเรียนของนักเรียนวัยรุ่นในแบบวัด มีค่าอยู่ระหว่าง 0.8 - 1.0 แสดงว่าข้อความสามารถวัดการจัดการชีวิตด้านการเรียนของนักเรียนวัยรุ่นในพฤติกรรมบ่งชี้การจัดการชีวิตด้านการเรียนที่กำหนดได้ ข้อคำถามในแบบวัดมีค่าอำนาจจำแนกอยู่ระหว่าง .29 - .74 ซึ่งมีค่าสูงกว่า .20 ขึ้นไป และสามารถนำไปใช้วัดการจัดการชีวิตด้านการเรียนของนักเรียนวัยรุ่นได้ ค่าความเชื่อมั่นรายองค์ประกอบ มีค่าอยู่ในช่วง .53 - .67 และทั้งฉบับ .89 ซึ่งองค์ประกอบที่มีค่าความเชื่อมั่นสูงที่สุดคือการทดแทน และองค์ประกอบที่มีค่าความเชื่อมั่นต่ำที่สุดคือการเลือก ซึ่งผลการพัฒนาแบบวัดนี้เป็นไปตามเกณฑ์การพัฒนาแบบวัด ดังนั้นข้อคำถามในแบบวัดการจัดการตนเองทางการเรียนของวัยรุ่นแบบมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ จึงมีความสอดคล้องและกลมกลืนกับแนวคิดการจัดการชีวิตของ ฟรอยด์และเบลลาห์ว่ามี 3 องค์ประกอบ ได้แก่ การเลือก การปฏิบัติที่เหมาะสม และการทดแทน ทั้งนี้เนื่องมาจากผู้วิจัยได้สร้างข้อคำถามจากจากแนวคิดของฟรอยด์และเบลลาห์ ประกอบกับผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับวัยรุ่น และการจัดการตนเอง จึงทำให้มีข้อคำถามที่มีความเที่ยงตรง ค่าอำนาจจำแนกและความเชื่อมั่นอยู่ในเกณฑ์ สามารถนำไปใช้จัดการตนเองทางการเรียนของวัยรุ่นได้ สอดคล้องกับ ทฤษฎีการตอบข้อสอบ (Item Response Theory: IRT) (มิ่ง เทพรเมือง, 2554, น. 22) ที่กล่าวว่า การกำหนดลักษณะของข้อคำถามด้วยค่าอำนาจจำแนกจะทำให้แบบวัดมีความสมบูรณ์มากยิ่งขึ้น และสอดคล้องกับ ปราณีย์ หล้าเบญญะ (2559, น. 1) ที่กล่าวโดยสรุปว่า หลักการของการตรวจสอบคุณภาพของแบบวัดที่ใช้ในการวัดผลจะต้องทำการตรวจสอบคุณภาพด้านต่างๆ ที่จำเป็นของแบบวัดแต่ละชนิด โดยการตรวจสอบคุณภาพนั้นจะต้องมีความเที่ยงตรงสอดคล้องกับสิ่งที่ต้องการจะวัด มีค่าอำนาจจำแนกซึ่งเป็นลักษณะของแบบวัดที่สามารถแบ่งกลุ่มอ่อนจนถึงเก่งสุดได้ทุกระดับ และมีค่าความเชื่อมั่นที่เป็นความ

คงเส้นคงวาของคะแนนในการวัดแต่ละครั้ง ซึ่งผลการวิจัยที่ได้มีลักษณะใกล้เคียงกับงานวิจัยของเดือนเพ็ญ บุญลา และศิริพันธ์ ดิยะวงศ์สุวรรณ (2560, น. 116) ที่ได้พัฒนาแบบวัดการร่วมมือรวมพลังเชิงสถานการณ์สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ผลการวิจัยพบว่า การพัฒนาแบบวัดมีคุณภาพเป็นไปตามเกณฑ์ มีความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหาของแบบวัด มีค่าอำนาจจำแนกของแบบวัด มีความตรงเชิงโครงสร้าง มีความเที่ยงของแบบวัดทั้งฉบับและรายองค์ประกอบผ่านเกณฑ์คุณภาพ

## ข้อเสนอแนะ

### 1. ข้อเสนอแนะในการนำผลการศึกษาไปใช้

ผลการวิเคราะห์สามารถจัดกลุ่มการจัดการชีวิตด้านการเรียนของนักเรียนวัยรุ่นจากตัวแปรที่ทำการศึกษาได้เป็น 3 องค์ประกอบ ซึ่งสะท้อนให้เห็นถึงบริบทของนักเรียนวัยรุ่นในการจัดการชีวิตด้านการเรียน ผู้ที่เกี่ยวข้องจึงต้องจัดการศึกษาโดยการวางหลักสูตรให้เกี่ยวข้องกับการจัดการชีวิตด้านการเรียน การจัดการเรียนการสอนที่มุ่งเน้นให้ผู้เรียนสามารถจัดการชีวิตตนเองด้านการเรียนได้ ตลอดจนพัฒนาผู้เรียนในด้านต่างๆ ให้สามารถการจัดการชีวิตด้านการเรียนทั้ง 3 องค์ประกอบ โดยหน่วยงานทางการศึกษาและโรงเรียนควรกำหนดนโยบายและแนวทางการปฏิบัติในโรงเรียนเพื่อเสริมสร้างให้นักเรียนวัยรุ่นสามารถจัดการชีวิตตนเองด้านการเรียนได้ดียิ่งขึ้น

### 2. ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

2.1 การพัฒนาแบบวัดในการศึกษาครั้งนี้ ยังไม่ได้ดำเนินการในส่วนของการตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้างด้วยวิธีการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันในการวิจัยครั้งต่อไปจึงใช้วิธีการตรวจสอบความเที่ยงตรงดังกล่าวด้วย เพื่อที่จะทำให้แบบวัดมีคุณภาพมากยิ่งขึ้น

2.2 การพัฒนาแบบวัดในการศึกษาครั้งนี้ เป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า ในการวิจัยครั้งต่อไป จึงควรมีการพัฒนาแบบวัดเป็นแบบเลือกตอบ (Multiple Choices) ซึ่งจะช่วยให้รูปแบบการวัดมีหลากหลายมากยิ่งขึ้น

## เอกสารอ้างอิง

- จิตติรัตน์ แสงเลิศอุทัย. (2558). เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย. *วารสารบัณฑิตศึกษา*, 12(58), น. 13-24.
- เจรจา เดชเล็ง. (2559). การให้คำปรึกษากลุ่มที่มีต่อการจัดการชีวิตด้านการเรียนของนักเรียนวัยรุ่น. ในการประชุมวิชาการและนำเสนอผลการวิจัยระดับชาติ ราชธานีวิชาการ ครั้งที่ 1. อุบลราชธานี: มหาวิทยาลัยราชธานี.
- เดือนเพ็ญ บุญลา และศิริพันธ์ ตียะวงศ์สุวรรณ. (2560). การพัฒนาแบบวัดการร่วมมือรวมพลังเชิงสถานการณ์ สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย. *วารสารราชพฤกษ์*, 15(2), น. 111-117.
- ปราณี หล้าเบญจสะ. (2559). การหาคุณภาพเครื่องมือวัดและประเมินผล. ยะลา: คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏยะลา.
- มิ่ง เทพครเมือง. (2554). การตรวจสอบความเท่าเทียมกันของการวัดบนพื้นฐานทฤษฎีการทดสอบแบบคะแนนจริงสัมพันธ์และทฤษฎีการตอบข้อสอบ (วิทยานิพนธ์การศึกษาดุษฎีบัณฑิต, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ).
- สมบัติ ห้ายเรือคำ. (2559). การพัฒนาแบบสอบถามและแบบวัดทางจิตวิทยา. *วารสารวิจัยเพื่อพัฒนาสังคมและชุมชน มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม*, 1(5), น. 35-48.
- Gurnsey, R. (2018). *Statistics for Research in Psychology: a modern approach using estimation*. California: SAGE: Thousand Oaks.
- Freund, Alexandra M. and Baltes, Pual B. (2002). The Adaptive of Selection, Optimization and Compensation as Strategies of Life management: Evidence from a Preference Study on Proverbs. *Psychological Sciences. America*, 5, pp. 426-434.
- Kianoosh. et al. (2015). The Role of Basic Beliefs in Predicting Life Management Strategies (Selection, Optimization, & Compensation). *Journal of Natural and Social Sciences*, 4(2), pp. 373-379.
- Robinson, Stephanie A, Elizabeth H.; & Lachman, Margie E. (2016). Self-regulatory strategies in daily life: Selection, optimization, and compensation and everyday memory problems. *Journal of Behavioral Development*, 40(2), pp. 126–136.
- Wikipedia. (2018). *Lifestyle management programme*. Retrieved. April 1, 2018, from [https://en.wikipedia.org/wiki/Lifestyle\\_management\\_programme](https://en.wikipedia.org/wiki/Lifestyle_management_programme).
- Zacher, et al. (2015). Selection, optimization, and compensation strategies: Interactive effects on daily work engagement. *Journal of Vocational Behavior*, 87, pp. 101–107.