

# การศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความสุขของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลล้านนา เชียงใหม่

## The factors that were related to students' happiness level of Bachelor Degree students at Rajamangala University of Technology Lanna Chiangmai

มิ่งขวัญ กันจินะ<sup>1</sup>, ปาริชาติ บัวเจริญ<sup>1</sup>, นพรัตน์ เตชะพันธ์รัตนกุล<sup>1</sup> และ ปวันรัตน์ บัวเจริญ<sup>2</sup>

Mingkwan Gunjina<sup>1</sup>, Parichat Buachareon<sup>1</sup>, Noparat Techapunratanakul<sup>1</sup> and Pawanrat Buochareon<sup>2</sup>

<sup>1</sup> มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลล้านนา 128 ถนนห้วยแก้ว ตำบลช้างเผือก อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ 50300

<sup>2</sup> มหาวิทยาลัยแม่โจ้ 63 หมู่ 4 ตำบลหนองหาร อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่ 50290

<sup>1</sup> Rajamangala University of Technology Lanna: 128 Huay Kaew Road, Muang, Chiang Mai, Thailand, 50300

<sup>2</sup> Maejo University: 63 M. 4, Sansai, Chiang Mai, Thailand, 50290

*Received June 11, 2019; Revised December 10, 2019; Accepted February 26, 2020*

### บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ของการวิจัยเพื่อศึกษาระดับความสุขของนักศึกษา และศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับระดับความสุขของนักศึกษาระดับปริญญาตรี กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้คือ นักศึกษาของมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลล้านนา เชียงใหม่ ระดับปริญญาตรี ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2561 โดยใช้วิธีการสุ่มแบบอย่างง่าย (Simple random sampling) จำนวน 380 คน เครื่องมือในการศึกษาวิจัยครั้งนี้คือ แบบสอบถาม วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และสถิติไคสแควร์ (Chi-Square) ผลการวิจัยพบว่า ระดับความสุขของนักศึกษาส่วนใหญ่มีระดับความสุขอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 69.7 รองลงมาคือระดับน้อย คิดเป็นร้อยละ 26.9 และระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 3.4 และปัจจัยด้านรายได้ของนักศึกษา ทุนกู้ยืมเพื่อการศึกษา ที่พักอาศัยของนักศึกษา มีความสัมพันธ์กับระดับความสุขของนักศึกษา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05

**คำสำคัญ:** ระดับความสุข

### Abstract

This research aimed to study the factors that were related to students' happiness level of Bachelor Degree students at Rajamangala University of Technology Lanna Chiangmai. The samples were 380 Bachelor Degree students at Rajamangala University of Technology Lanna Chiangmai who enrolled in the second semester, academic year 2018 by using Simple random sampling. The instrument was used in this research was the questionnaire. The data were analyzed by percentage, mean score, standard deviation (SD) and Chi-Square. The results showed that students' happiness level were firstly at moderate level of happiness (69.7%), secondly at low level of happiness (26.9%), and thirdly at high level (3.4%). Factors that were correlated to students' happiness level: students' income, students' education and housing loan. The statistical significance was 0.05.

**Keywords:** Happiness Level

## 1. ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ความสุขเป็นตัวบ่งชี้ถึงความพร้อมทางการศึกษา นักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลล้านนา เชียงใหม่ จึงจำเป็นต้องได้รับการพัฒนาให้เป็นบัณฑิตที่พึงประสงค์ ตามวิสัยทัศน์ คือ “มหาวิทยาลัยชั้นนำด้านวิชาชีพและเทคโนโลยี ในการผลิตบัณฑิตนักปฏิบัติ เพื่อยกระดับคุณภาพชีวิตของสังคม ชุมชน ท้องถิ่น อย่างยั่งยืน” อัตลักษณ์ (Identity) คือ “บัณฑิตนักปฏิบัติมืออาชีพที่ใช้เทคโนโลยีเป็นฐาน” และเอกลักษณ์ (Uniqueness) คือ “มหาวิทยาลัยนวัตกรรมเพื่อชุมชน” นอกจากจะเป็นคนเก่งแล้วจะต้องเป็นคนดีและมีความสุขด้วย การส่งเสริมให้นักศึกษาเกิดความสุขจึงเป็นสิ่งสำคัญ เพราะจะส่งผลให้เกิดพลังในการเรียนและส่งเสริมให้ทำกิจกรรมได้อย่างสร้างสรรค์

ความสุขคือสภาวะที่บุคคลรับรู้ว่าคุณได้ทำในสิ่งที่ตนต้องการและทำได้สำเร็จ มีความคิดเชิงบวก มีสุขภาพกายและจิตที่ดี มีความสัมพันธ์ที่ดี มีความเป็นตัวของตัวเอง มีความภาคภูมิใจในการกระทำของตนเอง มีความกระตือรือร้นในการดำเนินชีวิต มีแรงจูงใจ สามารถควบคุมตัวเองให้ทำในสิ่งที่ต้องการได้ มีการพัฒนาตนเอง มีเป้าหมายในชีวิต การรับรู้ถึงความสำเร็จ การสำเร็จ การศึกษา และการมีงานทำ ความสุขที่สัมผัสได้จากจิต คือ ความสบายใจ ความสุขใจ ความภูมิใจ ความพอใจ อันเกิดจากจิตใจที่สงบและเย็น อันเป็นความสุขที่สะอาด เป็นความสุขที่แท้จริง

ความสุขหมายถึง สภาพอารมณ์และความรู้สึก ในทางบวกที่สนองตอบความต้องการ ความพึงพอใจในชีวิต เป็นความรู้สึกปราศจากความซึมเศร้า ความเศร้าโศกเสียใจ และอารมณ์ด้านลบ ซึ่งเป็นความปรารถนาของบุคคลทุกวัย ทุกช่วงอายุ นักศึกษาก็เป็นอีกกลุ่มที่ต้องการมีความสุข เพราะการมีความสุขจะส่งผลต่อการดำรงชีวิต สุขภาพทางกายและสุขภาพทางใจ รวมกับเป็นแรงผลักดันให้สามารถดำรงตนอยู่ในสังคมได้ดี ถ้าไม่มีความสุขเกิดขึ้นในชีวิต จะส่งผลต่อร่างกายในทางลบได้ การศึกษาเรื่องความสุขในนักศึกษามีความสำคัญ ถ้านักศึกษามีความสุข จะส่งผลต่อการสร้างพลังในการศึกษาเล่าเรียนและช่วยส่งเสริมให้เกิดกิจกรรมที่สร้างสรรค์ต่อการดำเนินชีวิต ในทางตรงกันข้ามถ้านักศึกษาไม่มีความสุขในชีวิต โดยเฉพาะเกิดความเครียด ซึ่งเป็นปัจจัยหนึ่งที่ทำให้นักศึกษาไม่มีความสุข ซึ่งนักศึกษาที่เรียนในมหาวิทยาลัย

มักได้รับความคาดหวังจากครอบครัวและสังคมสูง อีกทั้งในการเรียนก็มีการแข่งขันกันมาก จากการศึกษาของวิศิษฐ์ วัชรเทวินทร์กุล (2545) พบว่าปัจจัยภายนอกที่ส่งผลต่อความสุขของนักศึกษา ได้แก่สภาพและฐานะทางเศรษฐกิจและสังคม การสนับสนุนทางสังคม รวมทั้งการมีสมาชิกในครอบครัว เพื่อน ญาติหรือบุคคลที่รู้จักใกล้ชิด เจ้าหน้าที่ทางด้านสุขภาพหรือกลุ่มสมาคมต่าง ๆ ที่ให้การสนับสนุนช่วยเหลือ

จากการสำรวจเบื้องต้นโดยการสอบถามและการแสดงความคิดเห็นในกลุ่มช่องทางการติดต่อกับมหาวิทยาลัยในกลุ่มของโลกออนไลน์หรือ Facebook นักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลล้านนา เชียงใหม่ ไม่มีความสุขในระหว่างการศึกษาในมหาวิทยาลัยแห่งนี้คือ นักศึกษาไม่ได้รับการบริการในส่วนต่างๆ ของมหาวิทยาลัยอย่างดีและเพียงพอ ไม่มีอุปกรณ์อำนวยความสะดวก เช่น คอมพิวเตอร์ที่จะช่วยในเรื่องของการลงทะเบียนและการชำระค่าบริการต่างๆ การไม่ได้รับบริการสัญญาณ WIFI หรือสัญญาณไม่ดี ขั้วโม้มในการทำกิจกรรมกีฬาและกิจกรรมจิตอาสา และสิ่งสำคัญที่สุดที่นักศึกษาต้องการคือ เรื่องทุนการศึกษาและข้อกำหนดของกองทุนกู้ยืมเพื่อการศึกษา ซึ่งเป็นผลต่อการศึกษาดูด้วย

ดังนั้น ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะทำการศึกษาดังระดับความสุขของนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลล้านนา เชียงใหม่ เพื่อเป็นแนวทางในการเตรียมความพร้อมและส่งเสริมความสุขของนักศึกษาให้มีสุขภาพกายและสุขภาพใจที่ดี รวมทั้งนำไปสู่การจัดการบริการหรือจัดกิจกรรมที่สนับสนุนและส่งเสริมสุขภาพจิตของนักศึกษาให้สามารถดำเนินชีวิตในมหาวิทยาลัยได้อย่างมีความสุข ประสบความสำเร็จและพร้อมที่จะเป็นบัณฑิตที่พึงประสงค์ ตรงตามอัตลักษณ์ (Identity) ของมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลล้านนา เชียงใหม่ คือ “บัณฑิตนักปฏิบัติมืออาชีพที่ใช้เทคโนโลยีเป็นฐาน” และเอกลักษณ์ (Uniqueness) คือ “มหาวิทยาลัยนวัตกรรมเพื่อชุมชน” ต่อไป

## 2. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับความสุขของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลล้านนา เชียงใหม่

2. เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความสุขของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลล้านนา เชียงใหม่

### 3. ขอบเขตการวิจัย

1. ประชากร ได้แก่ นักศึกษานักศึกษาระดับปริญญาตรีของมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลล้านนา เชียงใหม่ ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2561 ขนาดและประชากร จำนวน 8,915 คน

2. กลุ่มตัวอย่างที่ตอบแบบสอบถามใช้วิธีสุ่มตัวอย่างจากประชากรโดยใช้วิธีการสุ่มแบบอย่างง่าย (Simple random sampling)

3. เนื้อหาในการศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความสุขของนักศึกษาเกี่ยวกับความสุข 9 ด้าน ตามคู่มือการวัดความสุขด้วยตนเอง (Happinometer) ของกระทรวงสาธารณสุข (ศิริพันธ์, 2555) ซึ่งได้ปรับให้มีความเหมาะสมกับการวัดความสุขของนักศึกษา ได้แก่ 1) ด้าน Happy Body / สุขภาพดี 2) ด้าน Happy Heart / น้ำใจดี 3) ด้าน Happy Relax/ผ่อนคลายดี 4) ด้าน Happy Soul / จิตวิญญาณดี 5) ด้าน Happy Family / ครอบครัวดี 6) ด้าน Happy Society / สังคมดี 7) ด้าน Happy Brain / ใฝ่รู้ดี 8) ด้าน Happy Money / สุขภาพเงินดี 9) ด้าน Happy Environment / สิ่งแวดล้อมดี

### 4. ตัวแปรการวิจัย

ตัวแปรที่ใช้ในการศึกษา

1. ตัวแปรต้น (Independent variables) คือ เพศ อายุ ระดับชั้นปี คะแนนเฉลี่ยสะสม รายได้ของนักศึกษาทุนกู้ยืมเพื่อการศึกษา และที่พักอาศัยของนักศึกษา

2. ตัวแปรตาม (Dependent variables) ได้แก่ ความสุข 9 ด้าน ได้แก่ 1) ด้าน Happy Body / สุขภาพดี 2) ด้าน Happy Heart / น้ำใจดี 3) ด้าน Happy Relax / ผ่อนคลายดี 4) ด้าน Happy Soul / จิตวิญญาณดี 5) ด้าน Happy Family / ครอบครัวดี 6) ด้าน Happy Society / สังคมดี 7) ด้าน Happy Brain / ใฝ่รู้ดี 8) ด้าน Happy Money / สุขภาพเงินดี 9) ด้าน Happy Environment / สิ่งแวดล้อมดี

## 5 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. ทำให้รู้ถึงระดับและปัจจัยที่มีผลต่อความสุขของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลล้านนา เชียงใหม่ และแนวทางในการกำหนดนโยบายที่จะปรับปรุง เปลี่ยนแปลงปัจจัยต่างๆ เพื่อเสริมสร้างความสุขในการเรียนของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลล้านนา เชียงใหม่

2. ทำให้ทราบแนวทางในการมีความสุขของนักศึกษาระดับปริญญาตรี สำหรับฝ่ายกิจการนักศึกษา จะได้นำมาพัฒนาปรับปรุงระบบบริหารจัดการ เพื่อให้คุณภาพชีวิตนักศึกษาดีขึ้น มีความสุขทั้งกายและใจ พร้อมทั้งจะศึกษาเล่าเรียนอย่างมีความสุข เป็นแนวทางที่สอดคล้องกับนโยบายมหาวิทยาลัย

3. ทำให้ทราบถึงปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับระดับความสุขของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลล้านนา เชียงใหม่

## 6. วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยเรื่อง การศึกษาปัจจัยที่สัมพันธ์กับความสุขของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลล้านนา เชียงใหม่ โดยมีวิธีการดำเนินการวิจัยเกี่ยวกับประชากร เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย การเก็บข้อมูล และการวิเคราะห์ข้อมูล ดังรายละเอียด ต่อไปนี้

1. การกำหนดประชากรและการสุ่มกลุ่มตัวอย่าง

1.1 ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลล้านนา เชียงใหม่ระดับปริญญาตรี ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2561 ทั้งหมดจำนวน 8,915 คน

1.2 การกำหนดขนาดตัวอย่าง (Sample) กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาคือ นักศึกษาของมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลล้านนา เชียงใหม่ ทำการกำหนดกลุ่มประชากรตัวอย่างโดยใช้สูตรของ Taro Yamane หาขนาดตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยและกำหนดให้ระดับความเชื่อมั่นของตัวอย่างอยู่ที่ 95% จากการคำนวณตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ เท่ากับ 380 ตัวอย่าง กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ ได้แก่ นักศึกษาของมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลล้านนา เชียงใหม่ในระดับปริญญาตรี ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2561 โดยใช้วิธีการสุ่มแบบอย่างง่าย (Simple random sampling)

## 2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ (Survey Research) เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นจากการศึกษาเอกสาร ทฤษฎี แนวคิดต่าง ๆ รวมถึงงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง และสอดคล้องตามวัตถุประสงค์ รวมทั้งกรอบแนวคิดที่กำหนดขึ้น เพื่อศึกษาปัจจัยที่สัมพันธ์กับความสุขของนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลล้านนา เชียงใหม่ ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2561 โดยมีส่วนประกอบที่สามารถแบ่งได้ 2 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

ส่วนที่ 2 ข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับความสุขของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลล้านนา เชียงใหม่ ปีการศึกษา 2561 ข้อมูลระดับความสุขของผู้ตอบแบบสอบถาม 9 ด้าน โดยแบบสอบถามมีลักษณะเป็นแบบมาตราส่วนประเมินค่า (Rating Scale) 5 อันดับ โดยผู้ตอบแบบสอบถามเลือกตอบตรงกับความคิดเห็นในระดับใดระดับหนึ่ง การให้คะแนนถือเกณฑ์ ตามวิธีของลิเคิร์ท (Likert) เป็นระดับการประเมิน

## 3. การหาคุณภาพของเครื่องมือ

3.1 การหาความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content validity) โดยนำแบบสอบถาม ระดับความสุขของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลล้านนา เชียงใหม่ ให้ผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเพื่อพิจารณาความเที่ยงตรงตามเนื้อหาเป็นรายข้อแล้ววิเคราะห์หาดัชนีความสอดคล้องของข้อคำถาม โดยใช้สูตร IOC และเลือกข้อคำถามที่มีค่าดัชนีความสอดคล้องตั้งแต่ 0.5 ขึ้นไป

3.2 การวิเคราะห์ค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ของแบบสอบถามระดับความสุขของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลล้านนา เชียงใหม่โดยนำแบบสอบถามไปทดสอบหาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) กับกลุ่มนักศึกษาที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha-Coefficient) ของครอนบาค (Cronbach) ได้ค่าความเชื่อมั่น 0.80

3.3 จัดทำแบบสอบถามฉบับสมบูรณ์ แล้วนำไปใช้เก็บรวบรวมข้อมูลกับกลุ่มตัวอย่าง

## 4. การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยได้นำแบบสอบถามที่ได้จัดทำขึ้นไปให้กลุ่มตัวอย่างตอบแบบสอบถาม และเก็บรวบรวมแบบสอบถาม

ที่ได้นำมาตรวจสอบความเรียบร้อยของแบบสอบถามที่ได้รับคืนมา แล้วคัดเฉพาะแบบสอบถามที่สมบูรณ์จำนวน 380 ชุด มาวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปสำหรับการวิจัย

## 5. การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยได้วิเคราะห์ข้อมูลโดยการหาค่าความถี่ และค่าร้อยละ สถิติที่ใช้สำหรับการวิเคราะห์ข้อมูล เป็นสถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ ค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

5.1 วิเคราะห์ข้อมูลส่วนบุคคล ประกอบด้วย เพศ อายุ ระดับชั้นปี คะแนนเฉลี่ยสะสม รายได้ของนักศึกษา ทุนกู้ยืมเพื่อการศึกษา และที่พักอาศัยของนักศึกษา นำมาวิเคราะห์โดยใช้สถิติการแจกแจงความถี่ (Frequency) ร้อยละ (Percent) ค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard deviation)

5.2 วิเคราะห์ข้อมูลระดับความสุข โดยใช้ค่าเฉลี่ย (Mean) ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard deviation) และประเมินระดับค่าเฉลี่ยตามเกณฑ์ของลิเคิร์ท (Likert) โดยแบ่งเกณฑ์การประเมินระดับความสุขจากแบบสอบถาม ออกเป็น 3 ระดับตามค่าเฉลี่ย ดังนี้

| ความสุข             | ระดับค่าเฉลี่ย |
|---------------------|----------------|
| ความสุขระดับสูง     | 5.00-3.68      |
| ความสุขระดับปานกลาง | 3.67-2.34      |
| ความสุขระดับต่ำ     | 2.33-1.00      |

5.3 วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรเพศ อายุ ระดับชั้นปี คะแนนเฉลี่ยสะสม รายได้ของนักศึกษา ทุนกู้ยืมเพื่อการศึกษา และที่พักอาศัยของนักศึกษากับระดับความสุขของนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลล้านนา เชียงใหม่ โดยการวิเคราะห์สถิติไคสแควร์ (Chisquare test) ที่ระดับ .05 เนื่องจากในการวิเคราะห์หาการแจกแจงแบบปกติของตัวแปรพบว่าไม่เป็นการแจกแจงแบบปกติ โดยคะแนนของปัจจัยส่วนใหญ่อยู่ในระดับสูงไค้ความถี่มีลักษณะเบ้ซ้าย ดังนั้น การวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยกับความสุขของนักศึกษา จึงไม่สามารถใช้การวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรแบบเพียร์สัน จำเป็นต้องใช้สถิติไคสแควร์ซึ่งเป็นสถิตินอนพาราเมตริกที่ไม่คำนึงถึงลักษณะการแจกแจงของประชากร โดยปัจจัยแต่ละตัวได้รับการจัดเป็น 2 กลุ่มโดยใช้ค่ามัธยฐาน (Median) เป็นจุดตัด ส่วนระดับความสุขเป็นตัวแปรที่แบ่งตามทฤษฎีที่จัดความสุข

ออกเป็น 3 ระดับได้แก่ มีความสุขมาก ความสุขปานกลาง และความสุขน้อย

## 7. ผลการวิจัย

การศึกษาปัจจัยที่สัมพันธ์กับความสุขของนักศึกษา ระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลล้านนา เชียงใหม่ เสนอผลการวิจัยตามวัตถุประสงค์ในการวิจัย ดังนี้

### 1. ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้ตอบแบบสอบถามระดับความสุข ของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยี

ราชมงคลล้านนา เชียงใหม่ กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ เป็นเพศหญิง 114 คน (ร้อยละ 30.0) เพศชาย 266 คน (ร้อยละ 70.0) ส่วนใหญ่ อายุ 18-21 ปี (ร้อยละ 85.5) คะแนนเฉลี่ยสะสมส่วนใหญ่อยู่ในช่วง 2.00-2.50 (ร้อยละ 39.2) รายได้ของนักศึกษาส่วนใหญ่อยู่ในช่วง 7,000-8,999 (ร้อยละ 34.7) ระดับชั้นส่วนใหญ่อยู่ชั้นปีที่ 2 (ร้อยละ 32.4) ทุนกู้ยืมเพื่อการศึกษา (ร้อยละ 26.0) ที่พักอาศัย ของนักศึกษาเป็น หอพักภายนอกมหาวิทยาลัย/บ้านเช่า (ร้อยละ 74.2)

### 2. ระดับความสุขของนักศึกษา

**ตารางที่ 1** ระดับความสุขของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลล้านนา เชียงใหม่ โดยภาพรวม (n=380)

| ระดับความสุขของนักศึกษา  | จำนวน (n=380) | ร้อยละ |
|--------------------------|---------------|--------|
| ระดับน้อย (2.33-1.00)    | 102           | 26.9   |
| ระดับปานกลาง (3.67-2.34) | 265           | 69.7   |
| ระดับมาก (5.00-3.68)     | 13            | 3.4    |

จากตารางที่ 1 ระดับความสุขของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลล้านนา เชียงใหม่ พบว่าส่วนใหญ่มีระดับความสุขอยู่ใน

ระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 69.7 รองลงมาคือระดับน้อย คิดเป็นร้อยละ 26.9 และระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 3.4

**ตารางที่ 2** แสดงค่าเฉลี่ย และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ระดับความสุขของนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลล้านนา เชียงใหม่ จำแนกเป็น 9 ด้าน

| ระดับความสุข             | ค่าเฉลี่ย $\bar{X}$ | S.D. | การแปลความหมาย |
|--------------------------|---------------------|------|----------------|
| ความสุขด้านสุขภาพ        | 2.94                | .07  | ปานกลาง        |
| ความสุขด้านความมีน้ำใจ   | 3.57                | .10  | ปานกลาง        |
| ความสุขด้านการผ่อนคลาย   | 2.98                | .12  | ปานกลาง        |
| ความสุขด้านจิตวิญญาณ     | 3.33                | .13  | ปานกลาง        |
| ความสุขด้านครอบครัว      | 3.38                | .09  | ปานกลาง        |
| ความสุขด้านสังคม         | 3.40                | .04  | ปานกลาง        |
| ความสุขด้านการใฝ่รู้     | 3.36                | .12  | ปานกลาง        |
| ความสุขด้านสุขภาพการเงิน | 3.18                | .25  | ปานกลาง        |
| ความสุขด้านสิ่งแวดล้อม   | 3.01                | .09  | ปานกลาง        |
| ความสุขโดยรวมทุกด้าน     | 3.23                | .06  | ปานกลาง        |

จากตารางที่ 2 พบว่าระดับความสุขของนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลล้านนา เชียงใหม่ โดยรวมทุกด้านอยู่ในระดับปานกลาง ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.23 ถ้าจำแนกเป็นรายด้านโดยเรียงค่าเฉลี่ยจากมาก

ไปหาน้อย 3 ลำดับ มีดังนี้ ความสุขด้านความมีน้ำใจ ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.57 ความสุขด้านสังคม ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.40 และความสุขด้านครอบครัว ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.38

### 3. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความสุขของนักศึกษา

**ตารางที่ 3** แสดงการทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้าน เพศ อายุ ระดับชั้นปี คะแนนเฉลี่ยสะสม รายได้ของนักศึกษา ทุนกู้ยืมเพื่อการศึกษา และที่พักอาศัยของนักศึกษา กับระดับความสุหนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลล้านนา เชียงใหม่

| ปัจจัยส่วนบุคคล        | ความสุขของนักศึกษา |         |
|------------------------|--------------------|---------|
|                        | $\chi^2$           | P-value |
| เพศ                    | 46.245             | .641    |
| อายุ                   | 148.226            | .309    |
| รายได้ของนักศึกษา      | 589.317            | .006*   |
| ระดับชั้นปี            | 65.235             | .194    |
| คะแนนเฉลี่ยสะสม        | 89.044             | .145    |
| ทุนกู้ยืมเพื่อการศึกษา | 524.124            | .026*   |
| ที่พักอาศัยของนักศึกษา | 558.416            | .032*   |

\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

จากตารางที่ 3 ผลการทดสอบปัจจัยส่วนบุคคลด้านเพศ อายุ ระดับชั้นปี คะแนนเฉลี่ยสะสม รายได้ของนักศึกษา ทุนกู้ยืมเพื่อการศึกษา และที่พักอาศัยของนักศึกษา กับระดับความสุหนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลล้านนา เชียงใหม่ ด้วยสถิติไคสแควร์ พบว่าปัจจัยรายด้าน มีค่า P-value น้อยกว่า 0.05 หมายความว่า ปัจจัยด้านรายได้ของนักศึกษา ทุนกู้ยืมเพื่อการศึกษา ที่พักอาศัยของนักศึกษา มีความสัมพันธ์กับระดับความสุขของนักศึกษา ส่วนปัจจัยด้านอื่น ๆ ได้แก่ เพศ อายุ ระดับชั้นปี คะแนนเฉลี่ยสะสม ไม่มีความสัมพันธ์กับระดับความสุขของนักศึกษา

## 8. สรุปและอภิปรายผล

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงบรรยาย (Descriptive research) เพื่อศึกษาระดับความสุขของนักศึกษา และศึกษาความสัมพันธ์ของปัจจัยด้านเพศ อายุ ระดับชั้นปี คะแนนเฉลี่ยสะสม รายได้ของนักศึกษา ทุนกู้ยืมเพื่อการศึกษา และที่พักอาศัยของนักศึกษา กับระดับความสุหนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลล้านนา เชียงใหม่ จากผลการวิจัยสามารถนำมาอภิปรายผลได้ ดังนี้

จากการศึกษาระดับความสุขของนักศึกษา พบว่า ระดับความสุขของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลล้านนา เชียงใหม่ ส่วนใหญ่มีระดับความสุขอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็น

ร้อยละ 69.7 รองลงมาคือ ระดับน้อย คิดเป็นร้อยละ 26.9 และระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 3.4 ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของสุวรรณภา (2015) ที่พบว่านักศึกษาพยาบาลมีระดับความสุขในการเรียนรู้อยู่ในระดับปานกลาง เนื่องจากนักศึกษาซึ่งอยู่ในช่วงวัยรุ่นตอนปลายที่มีการเรียนรู้การพัฒนาถึงขีดสูงสุด ทั้งด้านภาษาและด้านความคิดเพื่อเข้าสู่ระดับวุฒิภาวะสูงสุดหรือคิดแบบผู้ใหญ่ สามารถคิดแบบตรรกะเงื่อนไข คิดเปรียบเทียบสัดส่วน คิดแบบแยกตัวแปร และองค์ประกอบเพื่อสรุปผลและคิดหาข้อสรุปในเชิงองค์รวมได้ยังไม่สมบูรณ์ ลักษณะความคิดแบบนี้เองที่ทำให้นักศึกษาจะต้องมีการปรับตัว และค้นหาแนวทางวิธีในการสร้างความสุขให้กับตนเอง จากแนวทางในการทำตัวเองให้มีความสุข คือ การรักษาสุขภาพทางร่างกายให้แข็งแรง มีความสุขกับการทำงานรู้จักตัวเองอย่างแท้จริง และค้นหาเป้าหมายของชีวิต ซึ่งนักศึกษาของมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคล ส่วนใหญ่เลือกเรียนในสาขาที่นักศึกษาตั้งเป้าหมายในชีวิตไว้ ดังนั้นการที่นักศึกษาได้เข้าศึกษาในมหาวิทยาลัยที่มีชื่อเสียงเป็นที่ยอมรับและได้เรียนในสาขาวิชาที่นักศึกษาสนใจ จึงทำให้นักศึกษามีความพึงพอใจและความสุขกับชีวิตการเรียนในมหาวิทยาลัย ประกอบกับมหาวิทยาลัยได้พยายามจัดสภาพแวดล้อมของมหาวิทยาลัยให้เอื้อต่อการเรียนและการใช้ชีวิตของนักศึกษา ซึ่งองค์ประกอบเหล่านี้ส่งผลให้นักศึกษามีความสุขและพึงพอใจในชีวิตของตนเอง สอดคล้องตามทฤษฎีของแอสติน (Astin, 1993) ได้กล่าวไว้ว่า มหาวิทยาลัยควรจัด

สภาพแวดล้อมที่มีผลต่อการพัฒนาและประสบการณ์ของนักศึกษา เพื่อให้ให้นักศึกษามีคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของสถาบัน และเมื่อพิจารณาระดับความสุขในแต่ละด้านพบว่า ระดับความสุขของนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลล้านนา เชียงใหม่ โดยรวมทุกด้าน อยู่ในระดับปานกลาง ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.23 ถ้าจำแนกเป็นรายด้าน ระดับความสุขทุกด้านอยู่ในระดับปานกลาง โดยเรียงค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย 3 ลำดับ มีดังนี้ ความสุขด้านความมีน้ำใจ ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.57 ความสุขด้านสังคม ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.40 และความสุขด้านครอบครัว ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.38 โดยพบว่าระดับความสุขด้านความมีน้ำใจด้านสังคม และด้านครอบครัว นักศึกษาอยู่ในช่วงวัยรุ่นตอนปลายจึงทำให้การเข้าใจและทำตามกฎเกณฑ์ศีลธรรมที่เป็นสากล ยอมรับหน้าที่และสิทธิผู้อื่น ถึงแม้ว่าจะมีความขัดแย้งบ้างในบางครั้ง แต่เมื่อนักศึกษาเผชิญปัญหาในชีวิต ก็จะสามารถใช้เหตุผลและมโนธรรมของตนเองตัดสินใจเลือกกระทำให้ตนเองมีความสุขได้ และระบบการศึกษายังได้มีการปลูกฝังคุณธรรมจริยธรรมโดยการสอดแทรกในกระบวนการเรียนการสอนและกิจกรรมต่างๆ ภายในมหาวิทยาลัย ซึ่งสอดคล้องกับสำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษา (2552) ที่กำหนดให้สถาบันอุดมศึกษาจัดการศึกษาเพื่อพัฒนาให้นักศึกษามีคุณลักษณะที่พึงประสงค์ เป็นผู้มีความรู้ มีคุณธรรม จริยธรรม มีความสามารถในการเรียนรู้ สามารถประยุกต์ใช้ความรู้เพื่อการดำรงชีวิตในสังคมได้อย่างมีความสุขทั้งทางร่างกาย จิตใจ มีความสำนึกและความรับผิดชอบในฐานะพลเมืองและพลโลก นอกจากนั้นวิถีชีวิตของคนไทยยังมีกรอบวัฒนธรรมประเพณีและคำสอนทางศาสนาที่สอนให้นักศึกษารู้จักกตัญญูต่อผู้มีพระคุณ ให้มีความรับผิดชอบต่อหน้าที่ของตนในสถาบันครอบครัว และการปฏิบัติหน้าที่ต่อพ่อแม่ ในฐานะผู้มีความกตัญญูเป็นตัวเสริมให้มีความสุขเพิ่มขึ้น (พุทธทาสภิกขุ, 2542) ส่วนระดับความสุขด้านสังคมพบว่า นักศึกษามีระดับความสุขมากที่สุดในเรื่องสมาชิกในครอบครัวมีความรักและผูกพันต่อกัน ซึ่งฝน แสงสิงแก้ว (2558) กล่าวว่า ชีวิตตั้งต้นจากครอบครัวความผูกพันรักใคร่ในครอบครัวจึงเป็นรากฐานของความสุขแห่งชีวิตเป็นรากฐานของความเป็นปึกแผ่นแห่งสังคมของประเทศชาติและของโลก ดังนั้นการที่นักศึกษาได้อยู่กับครอบครัว และทำกิจกรรมร่วมกันในครอบครัวส่งผลให้เกิดความรักและ

ผูกพันขึ้นในครอบครัว สอดคล้องกับการศึกษาของเรวดี เพชรศิริวัฒน์ (2550) ที่ศึกษาความสุขและวิถีการสร้างเสริมสุขภาพ ความต้องการที่แตกต่างระหว่างคนสามวัยในครอบครัวไทย พบว่า การได้ทำกิจกรรมร่วมกันของสมาชิกในครอบครัวสามารถเสริมสร้างความสุขในครอบครัวได้ และช่วยเป็นสื่อกลางให้ครอบครัวเข้าใจกัน เช่น การเล่นเกม การทำอาหาร การทำกิจกรรมอื่นๆ ที่ทุกวัยสามารถทำได้ไม่น่าเบื่อและทำได้ทุกวัน เป็นต้น และสอดคล้องกับการศึกษาของนุสรา นามเดช และคณะ (2549) ที่พบว่า ปัจจัยภายนอกที่มีผลต่อความสุขและความทุกข์ของนักศึกษายาบาลของวิทยาลัยพยาบาลแห่งหนึ่ง ได้แก่ ความสัมพันธ์กับเพื่อน ความสัมพันธ์กับครอบครัว และความสัมพันธ์ที่ดีกับอาจารย์

ระดับความสุขของนักศึกษาที่มีค่าเฉลี่ยน้อย 3 ลำดับ คือ ด้านสุขภาพ ด้านการผ่อนคลาย และด้านสิ่งแวดล้อม สำหรับความสุขด้านสุขภาพ เนื่องจากนักศึกษาเป็นวัยที่ร่างกายมีเจริญเติบโตเต็มที่และสมบูรณ์แข็งแรง สามารถทำกิจกรรมและเคลื่อนไหวร่างกายได้อย่างดี สามารถกระทำสิ่งที่ตนต้องการได้จึงทำให้มีความพึงพอใจและมีความสุขในการทำกิจกรรมต่างๆ แต่เมื่อมีปัญหาสุขภาพเกิดขึ้นย่อมเป็นอุปสรรคต่อการเรียนและการดำเนินชีวิต จึงทำให้ความสุขในชีวิตลดลงได้ ทำให้ส่งผลต่อการดำเนินชีวิตทั้งการเรียนและการใช้ชีวิตประจำวัน ทั้งนี้เป็นส่วนใหญ่มนุษย์ต้องได้รับการตอบสนองความต้องการขั้นพื้นฐานอย่างเพียงพอ ซึ่งทฤษฎีลำดับขั้นความต้องการ (Hierarchy of Needs) ของ Maslow (1965) เสนอองค์ประกอบพื้นฐานของความต้องการของมนุษย์ไว้ว่า 5 ขั้น คือ ความต้องการด้านกายภาพ ความต้องการความมั่นคงปลอดภัย ความต้องการทางสังคม ความต้องการที่จะได้รับการยอมรับ และความต้องการประสบความสำเร็จ นักศึกษาเป็นวัยที่ยังไม่ประสบความสำเร็จในชีวิต และรายได้ยังไม่เพียงพอ รวมทั้งฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวนักศึกษายอยู่ในระดับปานกลาง จึงมีความต้องการที่จะช่วยเหลือแบ่งเบาภาระทางบ้าน ทำให้นักศึกษาต้องหารายได้ด้วยวิธีการต่างๆ เพื่อแบ่งเบาภาระทางบ้าน เนื่องจากนักศึกษาส่วนใหญ่มีภูมิลำเนาอยู่ต่างจังหวัดฐานะของครอบครัวอยู่ในระดับปานกลาง กอปรกับค่าใช้จ่ายในการเรียนและการดำรงชีวิตค่อนข้างสูง ทำให้บางครั้งนักศึกษามีค่าใช้จ่ายไม่เพียงพอ แต่ไม่เอายากจน

ค่าใช้จ่ายทางบ้าน จึงต้องทำงานเพื่อหารายได้มาใช้จ่ายให้เพียงพอในแต่ละเดือน ทำให้มีเวลาในการเรียนและพักผ่อนน้อยลง และไม่สามารถรวมกิจกรรมกับเพื่อนๆ ได้นอกจากนี้นักศึกษาต้องการพัฒนาคุณภาพชีวิตของตนเองและครอบครัวให้ดีขึ้น รวมทั้งต้องการการยอมรับจากครอบครัวและคนใกล้ชิด ดังนั้นการที่นักศึกษามีความสุขกับการพยายามทำเป้าหมายให้บรรลุผลสำเร็จจึงเป็นแรงจูงใจหนึ่งที่จะช่วยให้นักศึกษาประสบความสำเร็จ เพราะการตั้งเป้าหมายและวางแผนอนาคตช่วยให้การดำเนินชีวิตมีจุดหมาย มีทิศทาง ประสบความสำเร็จ ดังที่ มาร์ติน เซลิเกแมน (Seligman, 2011) กล่าวว่าความสำเร็จ (Accomplishment / Achievement) เป็นปัจจัยหนึ่งในการขับเคลื่อนให้ชีวิตมีความสุขอย่างแท้จริง ที่ทุกคนต่างแสวงหาความสำเร็จให้กับชีวิต ทั้งด้านการศึกษา สังคม การทำงานหรือการแข่งขันต่าง ๆ หากสิ่งที่ได้มาประสบความสำเร็จที่สั่งงานและมีความหมายก็จะนำพาความสุขมาสู่ชีวิตเมื่อผู้วิจัยทำการทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลด้าน เพศ อายุ ระดับชั้นปี คณะแผนกเฉลี่ยสะสม รายได้ของนักศึกษา ทุนกู้ยืมเพื่อการศึกษา และที่พักอาศัยของนักศึกษา กับระดับความสับสนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลล้านนา เชียงใหม่ ด้วยสถิติไคสแควร์ (Chi-Square Test) พบว่าปัจจัยด้านรายได้ของนักศึกษา ทุนกู้ยืมเพื่อการศึกษา ที่พักอาศัยของนักศึกษา มีความสัมพันธ์กับระดับความสุขของนักศึกษา ส่วนปัจจัยด้านอื่นๆ ได้แก่ เพศ อายุ ระดับชั้นปี คณะแผนกเฉลี่ยสะสม ไม่มีความสัมพันธ์กับระดับความสุขของนักศึกษา ซึ่งจากผลการศึกษาดังกล่าวแตกต่างจากการศึกษาที่ผ่านมาเนื่องจากสถาบันการศึกษาของภาครัฐและเอกชนนั้น มีปัจจัยเกื้อหนุนที่แตกต่างกัน เช่น การศึกษาของณภัทรรัตน์ ขาวสะอาด (2556) ที่กล่าวว่ารายได้ไม่นับมีความสัมพันธ์กับระดับความสุขของนักศึกษาพยาบาล เนื่องจากนักศึกษาส่วนใหญ่อาศัยอยู่ในหอพักที่สถาบันการศึกษาจัดให้ และมีสวัสดิการบางส่วนให้ ซึ่งแตกต่างจากบริบทของมหาวิทยาลัยอื่นๆ ที่นักศึกษาส่วนใหญ่เช่าหอพักนอกมหาวิทยาลัย และมียค่าใช้จ่ายที่มากกว่านักศึกษาพยาบาลที่อาศัยอยู่ในหอพัก

## 9. ข้อเสนอแนะ

1. มหาวิทยาลัยควรจัดระบบการดูแลให้เข้าถึงนักศึกษา โดยเฉพาะนักศึกษาบางส่วนที่ระบุตัวตนเองมีความสุขน้อย ค้นหาสาเหตุ และช่วยเหลือนักศึกษา รวมทั้งมีการจัดกิจกรรมสร้างเสริมความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองร่วมกับจัดระบบการสนับสนุนทางสังคมให้นักศึกษา อย่างต่อเนื่องเพื่อให้นักศึกษาเกิดความภาคภูมิใจและมีความสุขในชีวิต อีกทั้งยังสามารถนำปัจจัยที่สัมพันธ์และไม่สัมพันธ์กับความสุขของนักศึกษานำมาใช้ โดยนำไปเฝ้าระวังปัจจัยที่จะทำให้ นักศึกษามีความสุขและมีความสุข

2. มหาวิทยาลัยควรจัดสถานที่เพื่อให้นักศึกษาได้ออกกำลังกาย ได้ผ่อนคลาย เช่น สถานที่ออกกำลังกาย โรงยิม ฟิตเนส จัดกิจกรรม เพิ่มเวลาในการเข้าร่วมกิจกรรม ให้นักศึกษาได้เข้าร่วมกิจกรรม เพื่อส่งเสริมให้นักศึกษามีช่วงเวลาในการทำกิจกรรมต่างๆ การทำกิจกรรม จิตอาสา กิจกรรมบำเพ็ญประโยชน์ กิจกรรมตามความถนัด กิจกรรมด้านวิชาการ

3. มหาวิทยาลัยควรจัดสรรทุนการศึกษาให้กับนักศึกษาที่ขาดแคลนทุนการศึกษาเพิ่มมากขึ้น เพิ่มการจ้างงานนักศึกษา

4. มหาวิทยาลัยควรส่งเสริมให้นักศึกษาได้ดำเนินกิจกรรมร่วมกัน ทั้งกิจกรรมภายในและภายนอกมหาวิทยาลัย ตรงตามอัตลักษณ์ (Identity) บัณฑิตนักปฏิบัติมืออาชีพที่ใช้เทคโนโลยีเป็นฐาน และเอกลักษณ์ (Uniqueness) มหาวิทยาลัยนวัตกรรมเพื่อชุมชน

## เอกสารอ้างอิง

- ณภัทรรัตน์ ขาวสะอาด และณัฏฐา อภานันท์กุล. (2556). ปัจจัยคัดสรรที่มีความสัมพันธ์กับความสุขของนักศึกษาพยาบาล. *วารสารสมาการพยาบาล*, 28(1): 19-33.
- ณรงค์ เพ็ชรประเสริฐ และกนกพร นิตยนิธิฤทธิ์. (2553). *ความสุข มณฑลความสุขใหม่ในทฤษฎีเศรษฐศาสตร์*. กรุงเทพฯ: บริษัท เอ็ดดิสันเพลส โปรดักส์ จำกัด.
- นุสรา นามเดช และคณะ. (2549). *ความสุขของนักศึกษาพยาบาลวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีสระบุรี* (รายงานการวิจัย). วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีสระบุรี.

- พุทธทาสภิกขุ. (2542). *ธรรมทศน์ของพุทธทาส เห็นลัทธิจะ*. กรุงเทพฯ
- เวรดี เพชรศิริศักดิ์ และคณะ. (2550). ความสุขและวิธีการสร้างเสริมสุขภาพ: ความต้องการที่แตกต่างกันระหว่างคน สามวัยในครอบครัวไทย. *วารสารพยาบาล*, 56(1): 11-19.
- วิศิษฐ์ วัชรเทวินทร์กุล. (2545). *ปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดและวิธีจัดการความเครียดของนักศึกษา สถาบันราชภัฏนครปฐม* (รายงานการวิจัย). มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม.
- ศิรินันท์ กิตติสุขสถิต และคณะ. (2555). *คู่มือการวัดความสุขด้วยตนเอง HAPPYNOMETER: The Happiness Self Assessment*. นครปฐม: สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล.
- สำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษา. (2552). *กรอบมาตรฐานคุณวุฒิระดับอุดมศึกษาแห่งชาติ พ.ศ.2552*. กรุงเทพฯ: สำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษา.
- องอาจ นัยพัฒน์. (2548). *วิธีวิทยาการวิจัยเชิงปริมาณและเชิงคุณภาพทางพฤติกรรมศาสตร์และสังคมศาสตร์*. กรุงเทพฯ: สามลดา.
- Maslow, H. A. (1965). A philosophy of psychology: The need for a mature science of human nature. In severin, R. (Ed.), *Humanistic viewpoints in Psychology*. New York, N.Y: McGraw Hill.
- Seligman, M. E. P. (2011). *Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being*. New York: Atria Books.
- Suwannapha, C. (2015). Integrated Learning Management for Thinking Skill Development in A Social Studies Seminar Course for Social Studies Students at Mahachulalongkornrajavidyalaya University: Phrae Campus, *Journal of MCU Peace Studies*, 3(2): 1-19.
- Yamane, T. (1967). *Statistics: an introductory analysis*. New York: Harper & Row.

# คำแนะนำในการเตรียมบทความ เพื่อลงตีพิมพ์ในวารสารบริหารธุรกิจและศิลปศาสตร์ ราชชมงคลล้านนา

วารสารบริหารธุรกิจและศิลปศาสตร์ ราชชมงคลล้านนาเป็นเอกสารวิชาการ ออกปีละ 2 ฉบับ (ฉบับที่ 1 ประจำเดือนมกราคม ถึง มิถุนายน และฉบับที่ 2 ประจำเดือนกรกฎาคม ถึง ธันวาคม) รับพิจารณาบทความครอบคลุมสาขาทางมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์โดยบทความแต่ละเรื่องจะรับการประเมินคุณภาพทางวิชาการโดยผู้ทรงคุณวุฒิในสาขาที่เกี่ยวข้อง จำนวน 2 ท่านต่อฉบับ และบทความที่ส่งมาเพื่อรับการพิจารณาจะตีพิมพ์ในวารสารฉบับนี้ จะต้องไม่อยู่ ระหว่างการพิจารณาจากที่อื่น หรือได้รับการตีพิมพ์ในวารสารอื่นมาก่อน

เป็นวารสารเพื่อจัดเก็บ รวบรวมและเผยแพร่องค์ความรู้ทางด้านสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์ และองค์ความรู้ด้านบริหารธุรกิจ โดยเผยแพร่ความรู้ทางวิชาการแก่บุคคลทั่วไป และส่งเสริมให้อาจารย์ประจำและผู้ทรงคุณวุฒิในสาขาต่าง ๆ ได้เสนอผลงานทางวิชาการ : วารสารบริหารธุรกิจและศิลปศาสตร์ ราชชมงคลล้านนา นี้ อยู่ในสาขาวิชาบริหารธุรกิจ การบัญชี เศรษฐศาสตร์และการจัดการ /สหวิทยาการด้านมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์

## ขนาดของบทความ

บทความควรมีความยาวระหว่าง 8-15 หน้า (ไม่รวมหน้าปก) พิมพ์หน้าเดียวบนกระดาษ A4 พิมพ์แบบแนวตั้ง (Portrait) ใส่หมายเลขหน้าทุกหน้าที่ด้านบนขวาของกระดาษ ตั้งค่าน้ำกระดาษ (Page setup) และส่วนระยะขอบ (margins) ดังนี้

|                        |      |     |
|------------------------|------|-----|
| ด้านบน (Top)           | 2.54 | ซม. |
| ด้านล่าง (Bottom)      | 2.54 | ซม. |
| ด้านซ้าย (Left)        | 2.54 | ซม. |
| ด้านขวา (Right)        | 2.54 | ซม. |
| ขอบเย็บกระดาษ (Gutter) | 0    | ซม. |
| หัวกระดาษ (Header)     | 1.25 | ซม. |
| ท้ายกระดาษ (Footer)    | 1.25 | ซม. |

## รูปแบบการพิมพ์บทความ

พิมพ์ด้วยโปรแกรม Microsoft Word 2003 ขึ้นไป รูปแบบตัวอักษร (Font) ให้ใช้ตัวอักษร TH SarabunNew หรือ TH SarabunPSK และขนาดอักษร (Size) 16 ระยะห่างระหว่างบรรทัด 1 บรรทัด

## ประเภทของผลงานวิชาการ

ที่รับลงตีพิมพ์ในวารสาร

### 1. บทความวิชาการ (Academic article)

ประกอบด้วย บทนำ สารระสำคัญที่จะเสนอสรุป และเอกสารอ้างอิง

### 2. บทความวิจัย (Research article)

ประกอบด้วย บทนำ วัตถุประสงค์ของการวิจัย วิธีดำเนินการวิจัย ผล อภิปรายผล สรุปผลหรือข้อเสนอแนะ กิตติกรรมประกาศ (ถ้ามี) และเอกสารอ้างอิง

### 3. บทความปริทัศน์ (Review article)

ประกอบด้วย บทนำ สารปริทัศน์ในประเด็นต่าง ๆ อภิปรายผล กิตติกรรมประกาศ (ถ้ามี) และเอกสารอ้างอิง

### 4. บทวิจารณ์หนังสือ (Book review)

ประกอบด้วย ชื่อหนังสือที่ต้องการนำมาวิจารณ์ ชื่อผู้เขียนและสังกัด ชื่อผู้แต่งหนังสือ รายละเอียดการตีพิมพ์ของหนังสือ ภาพหน้าปกหนังสือ รายละเอียดการวิจารณ์หนังสือให้แสดงข้อดีและข้อด้อยของหนังสือ และข้อเสนอแนะ ควรมีจำนวนหน้าอยู่ระหว่าง 3-5 หน้า

## รายละเอียดของหัวข้อหลักแบ่งออกเป็น 2 ส่วน ดังนี้

### 1. ส่วนของหน้าปก (Title page) ประกอบด้วย

- ชื่อเรื่อง (Title)

ไม่ควรใช้ชื่อเรื่องที่ยาวเกินไป ควรมีความกระชับ ชัดเจน และครอบคลุมเนื้อหาที่สำคัญ

- ชื่อผู้เขียน (Author)

ระบุชื่อ และนามสกุลของผู้เขียนทุกคน โดยไม่ต้อง ใส่ชื่อตำแหน่งหน้าชื่อ

- ที่อยู่ (Address)

ให้ระบุสังกัดและสถานที่ติดต่อโดยละเอียด เช่น มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลล้านนา ตำบลช้างเผือก อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ 50300 เป็นต้น และอีเมล

(เฉพาะผู้ติดต่อหลัก)

\*ส่วนของหน้าปกต้องมีทั้งภาษาไทยและภาษาอังกฤษ

### 2. ส่วนของเนื้อหา (Content) ประกอบด้วย

- บทคัดย่อ (Abstract)

บทคัดย่อต้องมีทั้งภาษาไทยและภาษาอังกฤษ และเขียนให้อยู่คนละหน้า และให้ใส่ชื่อเรื่องไว้บนบทคัดย่อ ขนาดตัวอักษร 18 นิ้ว ตัวหนา โดยบทคัดย่อควรระบุ จุดมุ่งหมายและวัตถุประสงค์โดยย่อของงานวิจัย ขอบเขต ของงานวิจัยและผลวิจัยหลัก และมีจำนวนคำระหว่าง 300-350 คำ และต้องมีคำสำคัญจำนวน 3-5 คำ ที่เกี่ยวข้องกับหัวข้อเรื่องที่ทำการศึกษาด้วย

- บทนำ (Introduction)

กล่าวถึงที่มาของงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เขียนเพื่อนำเสนอประเด็นปัญหาการวิจัยและการตีกรอบปัญหา การวิจัยให้ชัดเจน ประกอบด้วยความเป็นมาของปัญหา การวิจัยและความสำคัญ

- วัตถุประสงค์ของการวิจัย (Objectives)

ควรกำหนดวัตถุประสงค์ให้มีความเป็นไปได้ และสามารถปฏิบัติได้จริง นอกจากนี้ยังควรมีความชัดเจน เพื่อให้สามารถเข้าใจความหมายได้ตรงกัน

- การทบทวนวรรณกรรม

ทฤษฎี แนวคิดและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องในงานวิจัยเพื่อนำไปสู่สมมติฐานในการวิจัย

- วิธีดำเนินการวิจัย (Materials and methods)

เขียนบรรยายถึงวัสดุอุปกรณ์ที่ใช้ในการวิจัย วิธีการทดลอง วิธีการสุ่ม เป็นต้น และควรเขียนบรรยาย ให้สามารถทำการทดลองได้

- ผล (Result)

เขียนบรรยายผลการวิจัยให้ละเอียด และ สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ในการศึกษา หากมีภาพ แผนภูมิ หรือตารางที่เกี่ยวข้องให้ใส่ลงในส่วนของผลด้วย

- อภิปรายผล (Discussion)

กล่าวเน้นถึงการค้นพบที่สำคัญของงานวิจัย และอาจเชื่อมโยงผลเพื่อ เปรียบเทียบกับงานวิจัยที่เคยมี ค้นคว้าไว้ก่อน

- กิตติกรรมประกาศ (ถ้ามี) (Acknowledgement)

ให้กล่าวถึงแหล่งเงินทุนที่ได้รับในการทำวิจัย เท่านั้น (หาก ๆ ไม่มีไม่ต้องใส่หัวข้อนี้ในบทความ)

- เอกสารอ้างอิง (References)

ข้อกำหนดในการเขียนเอกสารอ้างอิง มีดังนี้

1. การอ้างอิงใช้ระบบ APA

2. จำนวนบทความที่นำมาอ้างอิงต้องมีไม่เกิน

20 บทความ แต่ละบทความไม่ควรมีอายุเกิน 10 ปี (แต่หาก เป็นบทความที่เกี่ยวข้องกับทฤษฎีที่มีอายุมากกว่า 10 ปี อนุโลมให้นำมาใช้อ้างอิงได้)

3. ต้องมีการอ้างอิงจากบทความที่เกี่ยวข้อง ที่มีการตีพิมพ์ในวารสารบริหารธุรกิจและศิลปศาสตร์ ราชชมคลล้านนา อย่างน้อย 1 บทความ

#### วิธีการอ้างอิงในเนื้อหา

อ้างอิงโดยใช้ชื่อภาษาอังกฤษเท่านั้น และใช้ ระบบนามปี (นามสกุล, ปี หรือ นามสกุล (ปี)) เช่น Weasly (2015) หรือ (Weasly, 2015) หากมีผู้ แต่ง 2 คน ให้ใส่ชื่อ และนามสกุลทั้งสองท่าน เช่น Weasly and Potter (2015) หรือ (Weasly and Potter, 2015) หากมีผู้แต่งมากกว่า 2 คน ให้ใส่ชื่อและนามสกุลของผู้แต่งแรก และตามด้วย “et al.” เช่น Weasly et al. (2012) หรือ (Weasly et al., 2012) เป็นต้น

## การส่งบทความฉบับ 2 ช่องทาง โดย

กำหนดส่งเอกสารเพื่อประกอบการพิจารณา  
ลงตีพิมพ์ด้วยบทความที่พิมพ์ด้วย Microsoft Word  
1 ชุด ตามช่องทาง ดังนี้

1. ส่งบทความผ่านทางอีเมล : balajournalcm@gmail.com
2. เว็บไซต์ : <https://www.tci-thaijo.org/index.php/balajhss/index>.

## ช่องทางการติดต่อสอบถาม

วารสารบริหารธุรกิจและศิลปศาสตร์

ราชมงคลล้านนา : คุณบุษบา พูตา

โทรศัพท์/โทรสาร : 053-921444 ต่อ 2685

มือถือ : 064-9983583

อีเมล : balajournalcm@gmail.com

เว็บไซต์ : <https://www.tci-thaijo.org/index.php/balajhss/index>.