ผลของโปรแกรมการเสริมพลังอำนาจต่อความวิตกกังวล ของนักศึกษาพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยปทุมธานี

Effects of Empowerment Programs on Anxiety of Nursing students Pathumthani University

รัชนี หาญสมสกุล และ สาวิตรี แย้มศรีบัว*

Rudchanee Harnsomskul and Savitree Yamsribua

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้เป็นงานวิจัยกึ่งทดลอง แบบหนึ่งกลุ่มทดสอบก่อนและหลังการทดลอง เพื่อศึกษา ผลของโปรแกรมการเสริมพลังอำนาจต่อความวิตกกังวลของนักศึกษาพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยปทุมธานี จำนวน 50 คน เลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจง เครื่องมือที่ใช้ประกอบด้วย แบบบันทึกข้อมูลส่วนบุคคล แบบสอบถามความวิตกกังวลแบบสอบถามสัมพันธภาพ แบบสอบถามแรงจูงใจและโปรแกรมเสริมพลังอำนาจ ตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาของโปรแกรม เท่ากับ .88 แบบสอบถามความวิตกกังวล แบบสอบถามสัมพันธภาพ และแบบสอบถามแรงจูงใจตรวจสอบความเที่ยงได้ค่าสัมประสิทธิ์ครอนบาคแอลฟา เท่ากับ .88, .90, และ.91 ตามลำดับ วิเคราะห์ข้อมูลด้วยค่าสถิติเชิงพรรณนา และสถิติทดสอบค่าที (t-test)

ผลการวิจัย

1. ความวิตกกังวลก่อนได้รับโปรแกรมการเสริมพลังอำนาจ ส่วนใหญ่อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 80 ($\overline{X}$ = 2.65, SD =1.00) และหลังได้รับโปรแกรมมีความวิตกกังวล อยู่ในระดับต่ำ ร้อยละ 84 ($\overline{X}$ = 1.05, SD =.40) และทดสอบค่าที พบว่าความวิตกกังวล ก่อนและหลังได้รับโปรแกรมการเสริมพลังอำนาจ มีความแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 (t= 3.18, P=.01)

2. แบบสอบถามสัมพันธภาพก่อนได้รับโปรแกรมการเสริมพลังอำนาจ ส่วนใหญ่อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 80 ($\overline{X}$ = 2.30, SD. = .39) และหลังได้รับโปรแกรมมีสัมพันธภาพ อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 92 ($\overline{X}$ = 2.79, SD. = .30) และจากการทดสอบค่าที พบว่า สัมพันธภาพก่อนและหลังได้รับโปรแกรมการเสริมพลังอำนาจ มีความแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 (t= 3.54, P=.01)

3. แบบสอบถามแรงจูงใจก่อนได้รับโปรแกรมการเสริมพลังอำนาจ ส่วนใหญ่อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 60 ($\overline{X}$ = 2.31, SD = .53) และหลังได้รับโปรแกรมมีแรงจูงใจ อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 80 ($\overline{X}$ = 2.69, SD =.45) และจากการทดสอบค่าที พบว่า แรงจูงใจก่อนและหลังได้รับ

* *อาจารย์ประจำ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยปทุมธานี*

Lecturer- Faculty of Nursing Science, Pathumthani University

โปรแกรมการเสริมพลังอำนาจ มีความแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 (t= 2.18, P=.01).

คำสำคัญ : ความวิตกกังวล / สัมพันธภาพ / แรงจูงใจ / โปรแกรมการเสริมพลังอำนาจ

Abstract

The purposes of this quasi experimental research one group pre–post test was to study the effects of empowerment programs on anxiety of nursing students Pathumthani University. The study samples were purposive sampling consisted of 50 nursing students. Data were collected using the demographic data record form, the anxiety questionnaire, the relationship questionnaire, the motivation questionnaire, and the empowerment program. The content validity index was at .88, the reliability test was conducted using the Cronbach's alpha which were at .88, .90, and .91 consecutively. Descriptive statistics and independent t- test were used for data analysis.

The results of the study showed that 1) the anxiety before participating in the empowerment program was at high level (80%, $\overline{X}$ = 2.65, SD =1.00), and the program was at low level (84%, $\overline{X}$ = 1.05, SD =.40), and the anxiety before and after participating the program were statistically significant difference at .05 (t= 3.18, P=.01). 2) The relationship before participating in the empowerment program was at medium level (80%, $\overline{X}$ = 2.30, SD. = .39), and after was at high level (92%, $\overline{X}$ = 2.79, SD. = .30), and the relationship before and after participating the program were statistically significant difference at .05 (t= 3.54, P=.01). 3) The motivation before participating in the empowerment was at medium level (60%, $\overline{X}$ = 2.31, SD = .53), and after was at high level (80%, $\overline{X}$ = 2.69, SD =.45), and the anxiety before and after participating the program were statistically significant difference at .05 (t= 2.18, P=.01)

Keywords: The Anxiety / The Relationship / The Motivation / The Empowerment Program

บทนำ

คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยปทุมธานี มีหน้าที่ในการผลิตนักศึกษาพยาบาลศาสตร์ หลักสูตรปริญญาตรี ใช้เวลาศึกษา 4 ปี เพื่อรองรับการขาดแคลนพยาบาล ซึ่งนักศึกษาพยาบาลจะได้รับความรู้ขั้นพื้นฐานตามที่หลักสูตรกำหนด และการเตรียมพร้อมที่จะนำความรู้ไปประยุกต์กับวิชาที่เกี่ยวข้องในการปฏิบัติโดยตรงกับผู้ป่วยเพื่อให้ผู้ป่วยได้รับความปลอดภัย ซึ่งการก้าวเข้าสู่

การศึกษาในระดับอุดมศึกษา เป็นวัยเรียนที่มีอายุในช่วง 18 – 22 ปี ถือเป็นช่วงวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงเป็นอย่างมาก โดยเฉพาะนักศึกษาที่เริ่มเข้าสู่การศึกษาในระดับที่สูงขึ้น ต้องมีการปรับตัวเพื่อให้พร้อมต่อการเปลี่ยนแปลงในด้านต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นด้านสภาพแวดล้อม สังคม การอยู่ร่วมกับเพื่อน รูปแบบการเรียนการสอน และความรับผิดชอบที่ต้องพึ่งพาตนเองมากขึ้น (สุธีรา เทิดวงศ์วรกุล, 2548) ซึ่งล้วนเป็นสาเหตุที่ส่งผลต่อความวิตกกังวลของผู้เรียนได้ ซึ่งความวิตกกังวลที่เกิดขึ้นนั้นบางครั้งเพื่อสนองตอบต่อสถานการณ์โดยเฉพาะอย่างยิ่งสถานการณ์ที่เกิดขึ้นทันทีทันใด หรือเมื่อมีสิ่งใดที่จะทำให้เกิดความไม่พอใจ หรือเกิดอันตรายมากระตุ้นบุคคล จะแสดงพฤติกรรมโต้ตอบแต่หากจัดการกับเหตุการณ์ได้ก็ไม่ก่อให้เกิดอันตราย ถ้าหากไม่สามารถจัดการกับเหตุการณืนั้นๆได้ก็นำไปสู่ความเครียดได้ (Spielberger, 1983) นอกจากนี้ความวิตกกังวลและความเครียดอาจเกิดจากปัญหาจากการเรียน การสอบไม่ผ่าน ปัญหาเศรษฐกิจ ครอบครัว ความกดดันภายในตนเองและจากบุคคลรอบข้าง ล้วนแล้วแต่เป็นสาเหตุที่ก่อให้เกิดความวิตกกังวล (นิธิพันธ์ บุญเพิ่ม, 2553; ธัญญารัตน์ จันทรเสนา, 2555)

จากการที่เป็นอาจารย์ที่ปรึกษารับทราบจากนักศึกษาพยาบาล ชั้นปีที่2 พบว่า เมื่อเกิดความกังวลรู้สึกตนเองอ่อนล้า หมดกำลัง ขาดพลังงาน รวมถึงแบบแผนการนอนหลับ และแบบแผนการรับประทานอาหารเปลี่ยนไป มีผลต่อการทำหน้าที่ของร่างกายบกพร่อง และคุณภาพชีวิต ความวิตกกังวลที่เก็บสะสมไว้ไม่ได้รับการแก้ไขเป็นสัญญาณที่บ่งบอกความรู้สึกทางอารมณ์ของการเกิดความเหนื่อยหน่าย แม้ว่าคนเราจะขจัดความวิตกกังวลให้หมดไปไม่ได้ แต่สามารถลดความวิตกกังวล ให้เหลือน้อยที่สุดได้โดยการให้ได้รับการเสริมสร้างพลังอำนาจซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ (Dara Febriana ,2011) ที่กล่าวว่าการเสริมสร้างพลังอำนาจเป็นแนวคิดที่มีประโยชน์และมีนัยสำคัญในการปฏิบัติการพยาบาล เพื่อลดความวิตกกังวลได้

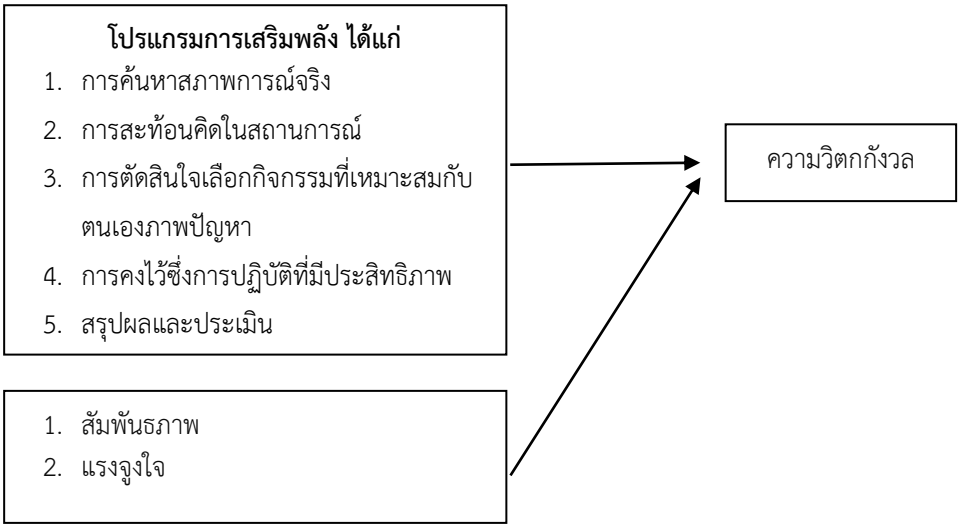
ดังนั้น ผู้วิจัยเป็นอาจารย์รับผิดชอบนักศึกษาพยาบาลในเรื่องการเรียนการสอน เพื่อจะได้เข้าใจความรู้สึกของนักศึกษาพยาบาล ให้สามารถเรียนได้อย่างมีคุณภาพชีวิตที่ดี ไม่วิตกกังวลจนเกิดความเจ็บป่วย อีกทั้งบิดามารดายอมรับในการเลือกทางเดินชีวิตในวิชาชีพการพยาบาล ผู้วิจัยจึงประสงค์ที่จะศึกษาโดยใช้โปรแกรมการเสริมสร้างพลังอำนาจกับ ความวิตกกังวล ของนักศึกษาพยาบาลมหาวิทยาลัยปทุมธานี เพื่อเป็นแนวทางในการส่งเสริมให้นักศึกษาลดความวิตกกังวลและสามารถปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงได้อย่างมีประสิทธิภาพ

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาความวิตกกังวล ของนักศึกษาพยาบาล มหาวิทยาลัยปทุมธานี
2. เพื่อศึกษาผลการใช้โปรแกรมการเสริมสร้างพลังอำนาจ ซึ่งประกอบด้วย สัมพันธภาพและแรงจูงใจต่อความวิตกกังวล ของนักศึกษาพยาบาลปทุมธานี

กรอบแนวคิดในการวิจัย

ตัวแปรต้น **ตัวแปรตาม**



ภาพประกอบที่ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นงานวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi Experimental Research)แบบหนึ่งกลุ่มทดสอบก่อนและหลังการทดลอง (One group pre – post test) เพื่อศึกษา ผลของโปรแกรมการเสริมพลังอำนาจต่อความวิตกกังวลของนักศึกษาพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยปทุมธานี

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ ใช้ในการวิจัยครั้งนี้คือ นักศึกษาพยาบาลศาสตร์ ชั้นปีที่ 2 คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยปทุมธานี จำนวน 80 คน

กลุ่มตัวอย่าง ที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ ผู้เป็นนักศึกษาพยาบาลศาสตร์ ชั้นปีที่ 2 คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยปทุมธานี จำนวน 50 คน (Power = .70, Effect size = .50) (บุญใจ ศรีสถิตย์นรากูร, 2550) โดยการสุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจง

ขั้นตอนการดำเนินการวิจัย

การศึกษานี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi Experimental Research) โดยใช้โปรแกรมการส่งเสริมพลังอำนาจ จำนวน 4 ขั้น ดังนี้

ขั้นที่ 1 ขั้นตอนการเตรียมการวิจัย ได้แก่การค้นหาปัญหาวิเคราะห์ ปัญหา

ขั้นที่ 2 ขั้นวางแผนดำเนินกิจกรรม

ขั้นที่ 3 ขั้นการลงมือปฏิบัติ

ขั้นที่ 4 ขั้นการประเมินผล

ขั้นตอนการศึกษา

1. ขั้นตอนการเตรียมการวิจัย

1.1 จัดทำแผนงานโครงการขอความ อนุเคราะห์ศึกษาและเก็บรวบรวมข้อมูล

1.2 คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างตามคุณสมบัติที่กำหนด

2. ขั้นดำเนินการวิจัย

2.1 ชี้แจงการดำเนินการวิจัยทำความเข้าใจกับกลุ่มตัวอย่าง

2.2 เก็บข้อมูลตามแบบสัมภาษณ์และแบบทดสอบก่อนดำเนินการ

2.3 การจัดประชุมตามโปรแกรม

2.4 เก็บข้อมูลตามแบบสัมภาษณ์และแบบสอบถามก่อนและหลังดำเนินโปรแกรม

3. ตรวจสอบความถูกต้องและครบถ้วน ของข้อมูล

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วย 3 ส่วน ดังนี้

1. ข้อมูลส่วนบุคคลของผู้สูงอายุ ประกอบด้วย เพศ อายุ รายได้

2. แบบประเมินความวิตกกังวล จำนวน 45 ข้อ

3. แบบประเมินโปรแกรมเสริมสร้างพลังอำนาจ ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นโดยใช้แนวคิดการเสริมสร้างพลังอำนาจ ประกอบด้วย สัมพันธภาพ และแรงจูงใจ แบบสอบถามละ 10 ข้อ

การหาความตรงตามเนื้อหาของเครื่องมือ (Content validity)

การตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา (Content validity) ของโปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ ในจังหวัดปทุมธานี โดยผู้วิจัยนำแบบประเมินดังกล่าวไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิที่มีความรู้ ความสามารถและประสบการณ์ตรวจสอบความตรงของเนื้อหาและความเหมาะสมของภาษาที่ใช้จำนวน 3 ท่าน ซึ่งเป็นอาจารย์พยาบาล จำนวน 3 คน สำหรับความตรงตามเนื้อหาของเครื่องมือ มีค่าเท่ากับ .88

การหาความเชื่อมั่นของเครื่องมือ (Reliability)

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยนำแบบประเมินมาหาความเชื่อมั่นของเครื่องมือ ได้แก่ แบบสอบถามความวิตกกังวล แบบสอบถามสัมพันธภาพ และแบบสอบถามแรงจูงใจตรวจสอบสอบความเที่ยง โดยใช้ค่าสัมประสิทธิ์ครอนบาคแอลฟ่า ได้ค่าเท่ากับ .88, .90 และ.91 ตามลำดับ

การพิทักษ์สิทธิ์ของกลุ่มตัวอย่าง

ก่อนดำเนินการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้นำเสนอโครงร่างงานวิจัยพร้อมเครื่องมือ และขออนุญาตผู้บริหาร เมื่อได้รับการพิจารณา ตรวจสอบเรียบร้อยแล้ว จึงดำเนินการวิจัยโดยผู้วิจัยได้ตระหนักถึงการเคารพในความเป็นบุคคลกลุ่มตัวอย่าง เป็นผู้ตัดสินใจเข้าร่วมการวิจัย ผู้วิจัยชี้แจงวัตถุประสงค์การวิจัย ประโยชน์ และความเสี่ยงที่จะได้รับจากการวิจัยครั้งนี้ ข้อมูลต่าง ๆ ที่ได้จากการวิจัย จะมีเฉพาะผู้วิจัยเท่านั้นทราบ และข้อมูลที่ได้จากการวิจัยทุกอย่างจะใช้ประโยชน์ทางวิชาการและเสนอในภาพรวมเท่านั้น ในกรณีที่กลุ่มตัวอย่างปฏิเสธไม่เข้าร่วมการวิจัย หรือถอนตัวจากการวิจัยในภายหลัง ไม่ว่าด้วยเหตุผลใดก็ตามผลจากการปฏิเสธจะไม่ส่งผลกระทบต่อกลุ่มตัวอย่าง เมื่อกลุ่มตัวอย่าง ตัดสินใจ แล้วให้เซ็นยินยอมในใบพิทักษ์สิทธิเก็บไว้เป็นหลักฐาน

วิธีเก็บรวมรวบข้อมูล

การเก็บข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยเป็นผู้ดำเนินการเก็บข้อมูลโดยแบบสอบถาม ซึ่งมีขั้นตอนการเก็บรวบรวมข้อมูลดังนี้

1. ผู้วิจัยเสนอโครงร่างวิจัยต่อคณะกรรมการการวิจัย มหาวิทยาลัยปทุมธานี
2. ผู้วิจัยทำหนังสือขออนุมัติ จากคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยปทุมธานี
3. ผู้วิจัย จะให้กลุ่มตัวอย่างเซ็นใบยินยอมเข้าร่วมการวิจัย และเริ่มดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล โดยขออนุญาตนัดหมายกลุ่มตัวอย่างล่วงหน้าก่อน แต่กรณีกลุ่มตัวอย่างที่ไม่สะดวกในวันนัดหมาย แต่สะดวกในวันนั้น ผู้วิจัยจะทำการสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่างทันที ซึ่งการตอบแบบสอบถามของกลุ่มตัวอย่างจะทำจนกว่าจะได้รับข้อมูลครบตรงตามจำนวนข้อคำถามโดยไม่จำกัดเวลาในการตอบแบบสอบถาม
4. ผู้วิจัยนำข้อมูลที่ได้มาตรวจสอบความถูกต้องสมบูรณ์ของข้อมูลหลังได้รับแบบสอบถามแล้ว ถ้าพบว่าคำตอบใดไม่สมบูรณ์ ผู้วิจัยขอให้กลุ่มตัวอย่างตอบเพิ่มเติมจนครบสมบูรณ์ ถูกต้อง ก่อนนำไปวิเคราะห์ทางสถิติต่อไป

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. ใช้สถิติเชิงพรรณนา ในการวิเคราะห์ ด้านข้อมูลทั่วไป ตามลักษณะประชากร ระดับคะแนนของความวิตกกังวล สัมพันธภาพ และแรงจูงใจโดยใช้ค่าความถี่ ค่าเฉลี่ย ร้อยละ
2. ใช้สถิติวิเคราะห์หาความแตกต่างโดย เปรียบเทียบค่าคะแนนเฉลี่ยของคะแนนของความวิตกกังวลก่อนการทดลองและหลังการทดลองด้วยค่าสถิติ t-test

สรุปผลการวิจัย

1. นักศึกษาพยาบาลเป็นเพศหญิงอายุระหว่าง 19–20 ปี คิดเป็น ร้อยละ 92 ($\overline{X}$ = 19.13, S.D. = 1.59) มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสะสม (GPAX) ส่วนใหญ่อยู่ระหว่าง 2.51-3.00 ร้อยละ 80 และมีภูมิลำเนามาจากต่างจังหวัด ร้อยละ 100
2. ความวิตกกังวลก่อนได้รับโปรแกรมเสริมพลังอำนาจ ส่วนใหญ่อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 80 ($\overline{X}$ = 2.65, S.D. =1.00) และหลังได้รับโปรแกรมมีความวิตกกังวล อยู่ในระดับต่ำ ร้อยละ 84 ($\overline{X}$ = 1.05, S.D. =.40) และทดสอบค่าที พบว่าความวิตกกังวล ก่อนและหลังได้รับโปรแกรมเสริมพลังอำนาจ มีความแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 (t= 3.18, P=.01)
3. สัมพันธภาพก่อนได้รับโปรแกรม ส่วนใหญ่อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 80 (ก่อน $\overline{X}$ = 2.30, S.D. = .39) และหลังได้รับโปรแกรมมีสัมพันธภาพ อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 92 ($\overline{X}$ = 2.79, S.D. = .30) และทดสอบค่าที พบว่า สัมพันธภาพก่อนและหลังได้รับโปรแกรมเสริมพลังอำนาจ มีความแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 (t= 3.54, P=.01)
4. แรงจูงใจก่อนได้รับโปรแกรมเสริมพลังอำนาจ ส่วนใหญ่อยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 60 ($\overline{X}$ = 2.31, S.D. = .53) และหลังได้รับโปรแกรมมีแรงจูงใจ อยู่ในระดับมาก ร้อยละ 80 ($\overline{X}$ = 2.69, S.D. =.45) และทดสอบค่าที พบว่า แรงจูงใจก่อนและหลังได้รับโปรแกรมเสริมพลังอำนาจ มีความแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 (t= 2.18, P=.01)

อภิปรายผล

ผู้วิจัยอภิปรายผลการวิจัยตามวัตถุประสงค์การวิจัย ดังนี้

จากผลการวิจัย พบว่านักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 2 มีระดับความวิตกกังวลโดยหลังได้รับโปรแกรมมีความวิตกกังวล อยู่ในระดับต่ำ ร้อยละ 84 ($\overline{X}$ = 1.05, SD =.40) เนื่องจากนักศึกษาพยาบาลเกิดการเรียนรู้ มีอิสระในการคิดวิเคราะห์และตัดสินใจด้วยตนเอง ต้องมีการปรับตัวเพื่อให้พร้อมต่อการเปลี่ยนแปลงในด้านต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นด้านสภาพแวดล้อม สังคม รูปแบบการเรียนการสอน ทำให้ลดความวิตกกังวลได้ สอดคล้องกับการศึกษาของ Seaward (1999) ที่กล่าวว่า สาเหตุที่ทำให้ช่วงวัยนี้เกิดวิตกกังวลได้นั้นเนื่องจากเป็นช่วงชีวิตที่เป็นการเปลี่ยนแปลงครั้งสำคัญคือ นักศึกษามีอิสระในการตัดสินใจและการดำเนินชีวิตด้วยตนเองเพิ่มมากขึ้น มีความรับผิดชอบที่สูงขึ้น เปลี่ยนจากการพึ่งพิงพ่อแม่มาเป็นการพึ่งพาตนเอง ต้องเรียนรู้ในสิ่งใหม่ที่เกิดขึ้นในชีวิต นอกจากนี้ พบว่าความวิตกกังวล ก่อนและหลังได้รับโปรแกรมเสริมพลังอำนาจมีความแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 (t= 3.18, P=.01) แสดงให้เห็นว่าสัมพันธภาพกับบุคคลอื่นเป็นอีกปัจจัยหนึ่งที่มีมีผลกับความวิตกกังวลของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 2 สอดคล้องกับแนวคิดของประเวศ วะสี (2544) ที่กล่าวว่า ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลที่เกิดความขัดแย้งหรือไม่เข้าใจกัน เป็นปัจจัยที่ก่อให้เกิดความวิตกกังวลและเครียด

นอกจากสัมพันธภาพระหว่างนักศึกษาพยาบาลด้วยกันแล้วยังมีสัมพันธภาพระหว่างนักศึกษาพยาบาลกับอาจารย์ผู้สอน หากต้องเรียนกับอาจารย์หลายท่านและหมุนวนไปเรื่อย ๆ เป็นสาเหตุให้นักศึกษาพยาบาลต้องมีการปรับตัวและทำให้เกิดความวิตกกังวลได้ สอดคล้องกับการศึกษาของศิริวัลห์ วัฒนสินธุ์ (2553) ที่ระบุว่า สัมพันธภาพกับอาจารย์เป็นสาเหตุของความวิตกกังวลได้ อย่างไรก็ตามจากผลการวิจัยพบว่า สัมพันธภาพก่อนและหลังได้รับโปรแกรมเสริมพลังอำนาจ มีความแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 (t= 3.54, P=.01) ทำให้เห็นว่าหากนักศึกษาพยาบาลมีสัมพันธภาพที่ดีระหว่างเพื่อนและอาจารย์ก็สามารถที่จะลดความวิตกกังวลได้

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

การรับรู้ระดับความวิตกกังวลและปัจจัยที่ส่งผลให้ความวิตกกังวลลดลงเป็นสิ่งที่มีความสำคัญที่ต้องตระหนักเป็นอย่างยิ่ง ควรมีการเฝ้าระวังและติดตามประเมินการรับรู้ระดับความวิตกกังวลของนักศึกษาเป็นระยะ ๆ พร้อมทั้งให้การดูแลช่วยเหลือและเปิดโอกาสให้นักศึกษาพยาบาลได้ระบายความรู้สึก หรือสามารถเผชิญกับความวิตกกังวลโดยวิธีที่เหมาะสมได้

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเกิดความวิตกกังวลและควรศึกษาเชิงลึกเกี่ยวกับวิธีการเผชิญ เพื่อให้ได้ข้อมูลที่มีความสมบูรณ์ครบถ้วน และนำมาเป็นแนวทางในการจัดการกับความวิตกกังวลของนักศึกษาพยาบาลอย่างมีประสิทธิภาพ

2. การศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความวิตกกังวลของนักศึกษาพยาบาลในระดับชั้นอื่น ๆ เพื่อนำไปเป็นข้อมูลสนับสนุนและส่งเสริมในการป้องกันแก้ไขปัญหาความวิตกกังวลของนักศึกษาพยาบาลที่จะเกิดขึ้นในอนาคต

บรรณานุกรม

นิธิพันธ์ บุญเพิ่ม. (2553). **ความเครียดและการจัดการความเครียดของนักศึกษาวิทยาลัยการแพทย์แผนไทย มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรี.** วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิทยาการสังคมและการจัดการระบบสุขภาพ. มหาวิทยาลัยศิลปากร.

ธัญญารัตน์ จันทรเสนา. (2555). **ความเครียดของนิสิตระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.** วิทยานิพนธ์ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาอุดมศึกษา. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

บุญใจ ศรีสถิตย์นรากูร. (2550). **ระเบียบการวิจัยทางพยาบาลศาสตร์** (พิมพ์ครั้งที่ 4). กรุงเทพมหานคร : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

ประเวศ วะสี. (2544). **วิธีคลายเครียด.** กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์หมอชาวบ้าน.

ศิริวัลห์ วัฒนสินธุ์. (2553). “การรับรู้ระดับความเครียดและต้นเหตุความเครียดของนิสิตพยาบาลคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา”. **วารสารคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา.** 18(1), 47-59.

สุธีรา ทันสมัย. (2548). **องค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อความวิตกกังวลในการประกอบอาชีพครูของนักศึกษาระดับปริญญาตรีคณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์ในพระบรมราชูปถัมภ์ จังหวัดปทุมธานี.** วิทยานิพนธ์ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาอุดมศึกษา. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

Seaward, B. L. (1999). **The nature of stress: college student. Principles and Strategies for Health and Wellbeing**. Toronto: Jone and Bartlett

Spielberger, C. D. (1983). **Manual for the state- trait anxiety inventory (STAI) Y: Self-evaluation questionnaire. Polo Alto**, CA: Consulting Psychologists.