



วารสารสวนสุนันทาวิชาการและวิจัย

Suan Sunandha Academic & Research Review

การพัฒนาแบบวัดความเครียดทางวิชาการของนิสิตบัณฑิตศึกษา

อัจฉราพร เมทา¹ ณัฐกานต์ ประจันบาน²

คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยนครสวรรค์^{1,2}

E-mail: atcharapornm63@nu.ac.th¹

Received 16 Jan 2022

Revised 22 Feb 2022

Accepted 30 May 2022

บทคัดย่อ

การวิจัยในครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อพัฒนาแบบวัดความเครียดทางวิชาการของนิสิตบัณฑิตศึกษา 2) เพื่อตรวจสอบคุณภาพของแบบวัดความเครียดทางวิชาการของนิสิตบัณฑิตศึกษา และ 3) เพื่อสร้างเกณฑ์ปกติของแบบวัดความเครียดทางวิชาการของนิสิตบัณฑิตศึกษา กลุ่มตัวอย่าง คือ นิสิตบัณฑิตศึกษาจาก 4 ภูมิภาคของประเทศไทย จำนวน 240 คน ซึ่งได้มาจากการสุ่มหลายขั้นตอน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แบบวัดความเครียดทางวิชาการของนิสิตบัณฑิตศึกษา วิธีดำเนินการวิจัย ขั้นตอนที่ 1 พัฒนาและตรวจสอบคุณภาพองค์ประกอบและตัวบ่งชี้ และสร้างแบบวัดความเครียดทางวิชาการของนิสิตบัณฑิตศึกษา ขั้นตอนที่ 2 การตรวจสอบคุณภาพของแบบวัด ด้านความตรงเชิงเนื้อหา ค่าอำนาจจำแนก ค่าความเชื่อมั่น และความตรงเชิงโครงสร้างของโมเดลการวัด ขั้นตอนที่ 3 เป็นการพัฒนากลยุทธ์ปกติระดับชาติของแบบวัด วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป

ผลการวิจัย 1) แบบวัดความเครียดทางวิชาการ ประกอบด้วย 4 องค์ประกอบ 9 ตัวบ่งชี้ 21 ข้อคำถาม มีความเหมาะสมอยู่ในระดับมากถึงมากที่สุด 2) ความตรงเชิงเนื้อหา IOC อยู่ระหว่าง 0.60 - 1.00 ค่าอำนาจจำแนกอยู่ระหว่าง 0.334 - 0.823 และความเชื่อมั่น 2 ครั้ง มีค่าเท่ากับ 0.951 และ 0.921 ตามลำดับ ความตรงเชิงโครงสร้าง โดยการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันอันดับที่ 2 พบว่า โมเดลความเครียดทางวิชาการของนิสิตบัณฑิตศึกษามีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ โดยมีค่าสถิติทดสอบ Chi-square = 23.660, p-value = 0.129, CFI = 0.996, TLI = 0.992, RMSEA = 0.040, SRMR = 0.028 3) เกณฑ์ปกติระดับชาติของแบบวัดความเครียดทางวิชาการของนิสิตบัณฑิตศึกษา $\bar{X}$ = 61.07, S.D. = 19.17 มีช่วงคะแนนเปอร์เซ็นต์ไทล์ (Percentile Rank) อยู่ระหว่าง 1.3-100.0 และมีช่วงคะแนนทีปกติ (Normalized T-score) อยู่ระหว่าง 28 - 89

คำสำคัญ : ความเครียด, ความเครียดทางวิชาการ, เกณฑ์ปกติระดับชาติ

ปีที่ ๑๖ ฉบับที่ ๑ (มกราคม-มิถุนายน) ๒๕๖๕

Volume 16 Number 1 (January-June) 2022



วารสารสนวนสุนันทาวิชาการและวิจัย

Suan Sunandha Academic & Research Review

The development of Academic Stress Scale of Graduate Students

Atcharaporn Metha¹ Nattakan Prachanban²

Faculty of Education, Naresuan University^{1,2}

E-mail: atcharapornm63@nu.ac.th¹

Abstract

The objectives of this research were 1) to develop the Academic Stress Scale of graduate students, 2) to examine the quality of the Academic Stress Scale of graduate students, and 3) to create a norm of the Academic Stress Scale of the graduate students. graduate student the sample group consisted of 240 graduate students from 4 regions of Thailand, which were obtained by multistage randomization. The research instrument was the Academic Stress Scale of Graduate Students. Research Methods Step 1 Develop and verify the quality of components and indicators. and create an academic stress test of graduate students. Step 2: Checking the quality of the measure. In terms of content accuracy classification power Confidence and the structural validity of the measurement model. Step 3 is the development of the national norms of the measurement model. Data were analyzed by using a packaged program.

Research results 1) Academic Stress Scale consisted of 4 components, 9 indicators, 21 questions, the appropriateness was at the highest level. 2) The IOC content accuracy was between 0.60 - 1.00 power factor. Classified between 0.334 – 0.823 and 2 confidence levels were 0.951 and 0.921 respectively. By analyzing the second corroborative component, it was found that the academic stress model of graduate students was consistent with the empirical data. with statistical test values Chi-square = 23.660, p-value = 0.129, CFI = 0.996, TLI = 0.992, RMSEA = 0.040, SRMR = 0.028 3) The national norm of the Academic Stress Scale of Graduate Students $\bar{X}$ = 61.07, SD = 19.17 with a percentile rank of 1.3-100.0 and a normalized T-score of 28 – 89.

Keywords: Stress, Academic Stress, National Norms

บทนำ

สถานการณ์โลกในปัจจุบันทั้งทางด้านเศรษฐกิจ วิชาการ และเทคโนโลยีมีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว ส่งผลกระทบต่อบทบาทหน้าที่และชีวิตความเป็นอยู่ของคนไทยในสังคมที่เกิดการเปลี่ยนแปลงตลอดเวลา บุคคลต้องเผชิญกับสภาพการณ์ต่าง ๆ อาจก่อให้เกิดความเครียดขึ้นได้กับการดำเนินชีวิตของตน ความเครียดนั้นยังคง

ปีที่ ๑๖ ฉบับที่ ๑ (มกราคม-มิถุนายน) ๒๕๖๕

Volume 16 Number 1 (January-June) 2022



วารสารสวนสุนันทาวิชาการและวิจัย

Suan Sunandha Academic & Research Review

เป็นสิ่งสำคัญในทางวิชาการและในสังคมการศึกษา สังคมการแข่งขันที่เปลี่ยนแปลงไปได้สร้างแรงกดดันและความเครียดใหม่ ๆ ให้กับเยาวชน อันเนื่องมาจากความเครียดและความวิตกกังวลที่สูงขึ้นในหมู่ผู้เรียน ซึ่งเป็นความเครียดที่เกี่ยวข้องกับความกังวลด้านวิชาการ (Boswell, Olson-Buchanan, & LePine, 2004)

ปัจจุบันการศึกษาต่อในระดับปริญญาโทและระดับปริญญาเอกนั้น ได้มีผู้นิยมเข้าศึกษาต่อกันมากขึ้น เนื่องจากระบบการศึกษาขั้นพื้นฐานของไทยได้ขยายตัวเพิ่มขึ้น แต่คุณภาพและมาตรฐานการศึกษาของประเทศในทุกๆระดับมีแนวโน้มที่ลดลงเรื่อย ๆ ในขณะที่ความก้าวหน้าทางวิชาการในโลกดูเหมือนจะก้าวหน้าไปอย่างรวดเร็ว การจัดการศึกษาในระดับบัณฑิตศึกษาถือเป็นการจัดการศึกษาเพื่อผลิตนักวิชาการและนักปฏิบัติ ในสาขาวิชาต่าง ๆ ในระดับมืออาชีพ เพื่อมาเสริมสร้างและผลักดันกระบวนการพัฒนาประเทศในมิติต่าง ๆ ให้ก้าวหน้าในท่ามกลางกระแสของการแข่งขันกัน (อุทัย ดุลยเกษม. 2014) การศึกษาในมหาวิทยาลัยสามารถตอบสนองความต้องการบางอย่างของนิสิตนักศึกษาได้ และกำหนดคุณภาพชีวิตในอนาคต อย่างไรก็ตาม ในกระบวนการศึกษาในมหาวิทยาลัย นิสิตบัณฑิตศึกษามักประสบกับความเครียด และความเครียดที่ผู้เรียนมักประสบคือความเครียดทางวิชาการ (Taufik, Ifdil, & Ardi, 2013) ความเครียดทางวิชาการก่อให้เกิดผลการเรียนที่อาจนำไปสู่ความล้มเหลวและการออกจากสถานศึกษากลางคัน (Fernández-Hileman, Corengia, & Durand, 2014)

เนื่องจากการศึกษาต่อในระดับปริญญาโทและระดับปริญญาเอกมีการเข้าศึกษาต่อมากขึ้น นิสิตบัณฑิตศึกษาต้องเผชิญกับสถานการณ์ตึงเครียดที่เกี่ยวข้องกับตารางงาน การสอบ การรอผลการเรียน หรือความไม่แน่นอนเกี่ยวกับอนาคตของเขาในฐานะมืออาชีพ และความคาดหวังทางวิชาการมากขึ้น ก็จะประสบกับความเครียดในระดับที่สูงขึ้น (Peñacoba & Moreno-Jiménez, 1999) จึงจำเป็นต้องมีการวัดระดับความเครียดทางวิชาการ แต่ประเทศไทยยังไม่มีเครื่องมือวัดความเครียดทางวิชาการ ดังนั้นผู้วิจัยจึงมีความสนใจในการวัดความเครียดในนิสิตบัณฑิตศึกษา เพื่อวัดระดับความเครียดของนิสิตบัณฑิตศึกษา เพราะความเครียดของแต่ละคนไม่เหมือนกัน ความเครียดทางวิชาการก็ย่อมแตกต่างกันและระดับความเครียดทางวิชาการก็แตกต่างกันด้วย อีกทั้งยังไม่มีผู้วิจัยท่านใดสร้างเครื่องมือวัดความเครียดทางวิชาการมาก่อน และเพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนานิสิตบัณฑิตศึกษาให้มีสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่ดี รวมทั้งนำไปพัฒนาทางด้านการกิจกรรมและการเรียนของนิสิตบัณฑิตศึกษา เพื่อส่งเสริมสุขภาพจิตของนิสิตบัณฑิตศึกษาให้สามารถดำเนินชีวิตในมหาวิทยาลัยได้อย่างมีประสิทธิภาพและปราศจากความเครียดทางวิชาการ

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อพัฒนาแบบวัดความเครียดทางวิชาการของนิสิตบัณฑิตศึกษา
2. เพื่อตรวจสอบคุณภาพของแบบวัดความเครียดทางวิชาการของนิสิตบัณฑิตศึกษา
3. เพื่อสร้างเกณฑ์ปกติของแบบวัดความเครียดทางวิชาการของนิสิตบัณฑิตศึกษา

ปีที่ ๑๖ ฉบับที่ ๑ (มกราคม-มิถุนายน) ๒๕๖๕

Volume 16 Number 1 (January-June) 2022



วารสารสวนสุนันทาวิชาการและวิจัย
Suan Sunandha Academic & Research Review

ระเบียบวิธีวิจัย

ผู้วิจัยดำเนินการโดยใช้ระเบียบวิธีวิจัยและพัฒนา (Research and Development) แบ่งการดำเนินการออกเป็น 3 ขั้นตอน โดยมีขั้นตอนการดำเนินการวิจัย ดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 การพัฒนาแบบวัดความเครียดทางวิชาการของนิสิตบัณฑิตศึกษา

แหล่งข้อมูลของขั้นตอนการพัฒนาองค์ประกอบและตัวบ่งชี้ความเครียดทางวิชาการของนิสิตบัณฑิตศึกษา ประกอบด้วยผู้เชี่ยวชาญจำนวน 5 ท่าน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย เป็นแบบประเมินความเหมาะสมขององค์ประกอบและตัวบ่งชี้ความเครียดทางวิชาการของนิสิตบัณฑิตศึกษา มีลักษณะเป็นแบบมาตราประมาณค่า 5 ระดับ

การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ผู้วิจัยติดต่อขอหนังสือจากบัณฑิตวิทยาลัยมหาวิทยาลัยนเรศวร เพื่อขอความอนุเคราะห์ในการเป็นผู้เชี่ยวชาญ

2. ผู้วิจัยจัดทำแบบประเมินความเหมาะสมขององค์ประกอบและตัวบ่งชี้ความเครียดทางวิชาการของนิสิตบัณฑิตศึกษา ซึ่งเป็นแบบมาตราประมาณค่า 5 ระดับ และแนบหนังสือขอความอนุเคราะห์ในการเป็นผู้เชี่ยวชาญไปยังผู้เชี่ยวชาญแต่ละท่าน และนัดหมายการขอรับแบบประเมินกลับคืนประมาณ 2 สัปดาห์

3. เมื่อครบกำหนดเวลานัดหมาย ผู้วิจัยขอรับแบบประเมินคืนจากผู้เชี่ยวชาญ ปรับปรุงแก้ไของค์ประกอบและตัวบ่งชี้ความเครียดทางวิชาการของนิสิตบัณฑิตศึกษา และนำไปวิเคราะห์ข้อมูลต่อไป

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. ผู้วิจัยดำเนินการนำแบบประเมินแบบมาตราประมาณค่า 5 ระดับ มาตรวจให้คะแนน
2. รวมคะแนนของผู้เชี่ยวชาญทั้งหมดแล้วนำมาคำนวณหาค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
3. นำค่าเฉลี่ยที่คำนวณได้มาเทียบกับเกณฑ์เพื่อแปลผลคะแนน โดยมีเกณฑ์ในการคัดเลือกองค์ประกอบและตัวบ่งชี้ที่มีความเหมาะสม คือ มีค่าเฉลี่ยไม่น้อยกว่า 3.51
4. สรุปผลขององค์ประกอบและตัวบ่งชี้ความเครียดทางวิชาการของนิสิตบัณฑิตศึกษาที่พัฒนาได้

ขั้นตอนที่ 2 การตรวจสอบคุณภาพของแบบวัดความเครียดทางวิชาการของนิสิตบัณฑิตศึกษา

ประชากร ได้แก่ นิสิต/นักศึกษาระดับปริญญาโทและปริญญาเอก ในสถาบันอุดมศึกษาในประเทศไทย

กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ นิสิต/นักศึกษาระดับปริญญาโทและปริญญาเอก ในสถาบันอุดมศึกษาในประเทศไทย ที่ได้จากการสุ่มแบบหลายขั้นตอน จำนวน 240 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แบบวัดความเครียดทางวิชาการของนิสิตบัณฑิตศึกษามีลักษณะเป็นแบบวัดแบบมาตราประมาณค่า

ปีที่ ๑๖ ฉบับที่ ๑ (มกราคม-มิถุนายน) ๒๕๖๕

Volume 16 Number 1 (January-June) 2022



วารสารสวนสุนันทาวิชาการและวิจัย

Suan Sunandha Academic & Research Review

การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ผู้วิจัยติดต่อขอหนังสือจากบัณฑิตวิทยาลัยมหาวิทยาลัยนเรศวร ถึงแต่ละสถาบันอุดมศึกษาที่เป็นกลุ่มตัวอย่างเพื่อนำแบบวัดความเครียดทางวิชาการของนิสิตบัณฑิตศึกษา ไปเก็บรวบรวมข้อมูลกับนิสิตระดับบัณฑิตศึกษาที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

2. ผู้วิจัยรวบรวมข้อมูลจากแบบวัดที่นิสิตในสถาบันการศึกษาต่าง ๆ ทำผ่านทางออนไลน์ เพื่อตรวจสอบความสมบูรณ์ครบถ้วน

3. ผู้วิจัยนำข้อมูลมาวิเคราะห์หาค่าทางสถิติเพื่อทดสอบสมมติฐานต่อไป
การวิเคราะห์ข้อมูล

1. การวิเคราะห์ข้อมูลเบื้องต้น โดยใช้สถิติเชิงบรรยาย ได้แก่ ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ด้วยโปรแกรมสำเร็จรูปทางสถิติ

2. การวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อตรวจสอบความตรงเชิงโครงสร้างขององค์ประกอบและตัวบ่งชี้ความเครียดทางวิชาการของนิสิตบัณฑิตศึกษาที่สร้างขึ้น โดยใช้โมเดลการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันอันดับที่สอง ด้วยโปรแกรม Mplus โดยพิจารณาความสอดคล้องกลมกลืนระหว่างโมเดลตามสมมติฐานและข้อมูลเชิงประจักษ์ จากเกณฑ์ดัชนีความสอดคล้องกลมกลืนของโมเดล 6 ประการ 1) ค่าสถิติไคสแควร์ 2) ไคสแควร์ /df 3) RMSEA 4) SRMR 5) TLI 6) CFI

ขั้นตอนที่ 3 การสร้างเกณฑ์ปกติของแบบวัดความเครียดทางวิชาการของนิสิตบัณฑิตศึกษา

ประชากร ได้แก่ นิสิต/นักศึกษาระดับปริญญาโทและปริญญาเอก ในสถาบันอุดมศึกษาในประเทศไทย

กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ นิสิต/นักศึกษาระดับปริญญาโทและปริญญาเอก ในสถาบันอุดมศึกษาในประเทศไทย ที่ได้จากการสุ่มแบบหลายขั้นตอน (Multi-Stage Random Sampling) จำนวน 240 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แบบวัดความเครียดทางวิชาการของนิสิตบัณฑิตศึกษาที่ผ่านการตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือเรียบร้อยแล้ว

การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ผู้วิจัยติดต่อขอหนังสือจากบัณฑิตวิทยาลัยมหาวิทยาลัยนเรศวร ถึงแต่ละสถาบันอุดมศึกษาที่เป็นกลุ่มตัวอย่างเพื่อนำแบบวัดความเครียดทางวิชาการของนิสิตบัณฑิตศึกษา ไปเก็บรวบรวมข้อมูลกับนิสิตระดับบัณฑิตศึกษาที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

2. ผู้วิจัยรวบรวมข้อมูลจากแบบวัดที่นิสิตในสถาบันการศึกษาต่าง ๆ ทำผ่านทางออนไลน์ เพื่อตรวจสอบความสมบูรณ์ครบถ้วน

3. ผู้วิจัยนำข้อมูลมาพัฒนาเกณฑ์ปกติระดับชาติต่อไป
การวิเคราะห์ข้อมูล

ปีที่ ๑๖ ฉบับที่ ๑ (มกราคม-มิถุนายน) ๒๕๖๕

Volume 16 Number 1 (January-June) 2022



วารสารสวนสุนันทาวิชาการและวิจัย

Suan Sunandha Academic & Research Review

การวิเคราะห์ข้อมูลในขั้นตอนนี้ เป็นการพัฒนาเกณฑ์ปกติระดับชาติ (National Norms) โดยผู้วิจัยใช้โปรแกรม SPSS (Statistical Package for Social Science)

- 1.เรียงลำดับคะแนน แจกแจงความถี่และความถี่สะสมของคะแนนความเครียดทางวิชาการ
- 2.ทำการหาค่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ (Percentile Rank) และนำค่าที่คำนวณได้ มาเปรียบเทียบกับตารางเทียบตำแหน่งเปอร์เซ็นต์ไทล์เป็นคะแนนที่ปกติ (Normalized T-score) ทั้งนี้ผู้วิจัยได้แบ่งเกณฑ์การแปลผลความเครียดทางวิชาการของนิสิตบัณฑิตศึกษาไว้ 4 ระดับ โดยใช้ช่วงของเปอร์เซ็นต์ไทล์เป็นเกณฑ์ในการแบ่ง (Clark, 205)

ผลการวิจัย

โดยผู้วิจัยแบ่งผลการวิเคราะห์ข้อมูลออกเป็น 3 ตอน เพื่อให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ ดังนี้

1.ผลการพัฒนาแบบวัดความเครียดทางวิชาการของนิสิตบัณฑิตศึกษา

จากการสังเคราะห์องค์ประกอบและตัวบ่งชี้ความเครียดทางวิชาการของนิสิตบัณฑิตศึกษาได้ 4 องค์ประกอบ 9 ตัวบ่งชี้ และตรวจสอบคุณภาพขององค์ประกอบและตัวบ่งชี้ความเครียดทางวิชาการของนิสิตบัณฑิตศึกษา โดยผู้เชี่ยวชาญ พบว่าองค์ประกอบความเครียดทางวิชาการทั้ง 4 องค์ประกอบและ 9 ตัวบ่งชี้ มีความเหมาะสมอยู่ในระดับมากถึงมากที่สุด และแบบวัดที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นมีโครงสร้างเป็น 4 องค์ประกอบ 9 ตัวบ่งชี้ 21 ข้อคำถาม

2.ผลการตรวจสอบคุณภาพของแบบวัดความเครียดทางวิชาการของนิสิตบัณฑิตศึกษา แบ่งออกเป็น 3 ส่วน ดังนี้

2.1 ด้านความตรงเชิงเนื้อหา (Content validity) พบว่าแบบวัดความเครียดทางวิชาการของนิสิตบัณฑิตศึกษาจำนวน 21 ข้อผ่านการประเมินความตรงเชิงเนื้อหาโดยผู้เชี่ยวชาญจำนวน 5 คน และมีค่าดัชนีความสอดคล้อง IOC อยู่ระหว่าง 0.60 - 1.00 แสดงว่าแบบวัดความเครียดทางวิชาการมีความตรงเชิงเนื้อหาทุกข้อ

2.2 ด้านค่าอำนาจจำแนก (Discriminant Index) และความเชื่อมั่น (Reliability) ครั้งที่ 1 ข้อคำถามจำนวน 21 ข้อ มีค่าอำนาจจำแนกอยู่ระหว่าง 0.334 – 0.823 และมีค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับเท่ากับ 0.951 แสดงว่าแบบวัดความเครียดทางวิชาการมีความเชื่อมั่นในระดับสูง

2.3 ด้านความเชื่อมั่น (Reliability) ครั้งที่ 2 ค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับเท่ากับ 0.921 แสดงว่าแบบวัดมีความเชื่อมั่นอยู่ในระดับสูง และความตรงเชิงโครงสร้าง (Construct validity) ของโมเดลการวัดความเครียดทางวิชาการของนิสิตบัณฑิตศึกษา โดยการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันอันดับที่ 2 มีรายละเอียด ดังนี้

ปีที่ ๑๖ ฉบับที่ ๑ (มกราคม - มิถุนายน) ๒๕๖๕

Volume 16 Number 1 (January-June) 2022



วารสารสวนสุนันทาวิชาการและวิจัย

Suan Sunandha Academic & Research Review

ตารางที่ 1 ผลการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ (Pearson Correlation) ของโมเดลความเครียดทางวิชาการของนิสิตบัณฑิตศึกษา (n=240)

	X1	X2	X3	X4	X5	X6	X7	X8	X9
X1	1.000								
X2	.448**	1.000							
X3	.521**	.594**	1.000						
X4	.477**	.582**	.685**	1.000					
X5	.426**	.578**	.668**	.672**	1.000				
X6	.153**	.555**	.339**	.389**	.493**	1.000			
X7	.211**	.632**	.488**	.543**	.650**	.475**	1.000		
X8	.294**	.665**	.623**	.596**	.784**	.557**	.749**	1.000	
X9	.298**	.645**	.597**	.623**	.767**	.519**	.769**	.936**	1.000

**ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตารางที่ 1 พบว่า ตัวบ่งชี้ความเครียดทางวิชาการของนิสิตบัณฑิตศึกษา ทั้ง 9 ตัวบ่งชี้ มีจำนวน 45 คู่ โดยมีความสัมพันธ์กันอย่างน้อยมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และมีความสัมพันธ์กันในทิศทางบวก ซึ่งมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อยู่ระหว่าง 0.153 ถึง 0.936 ทั้งนี้ตัวบ่งชี้ที่มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์สูงสุด คือ ตัวบ่งชี้ที่ 8 ความมั่นใจในตนเอง กับ ตัวบ่งชี้ที่ 9 การกำหนดตนเองมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ 0.936 ส่วนตัวบ่งชี้ที่มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ต่ำสุด คือ ตัวบ่งชี้ที่ 1 ความคาดหวังทางวิชาการ กับตัวบ่งชี้ที่ 6 ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ 0.153

ตารางที่ 2 ผลการวิเคราะห์ความตรงเชิงโครงสร้าง (Construct Validity) ของโมเดลการวัดความเครียดทางวิชาการของนิสิตบัณฑิตศึกษา (n=240)

องค์ประกอบและตัวบ่งชี้	น้ำหนักองค์ประกอบ			
	Factor loading	SE	t	R ²
1 ภาวะกดดันในการดำเนินการ (E1)	0.779	0.047	16.407*	0.774
1.1 ความคาดหวังทางวิชาการ (X1)	0.476	0.048	9.882*	0.012
1.2 การจัดการเวลา (X2)	0.994	0.050	16.951*	0.314

ปีที่ ๑๖ ฉบับที่ ๑ (มกราคม-มิถุนายน) ๒๕๖๕

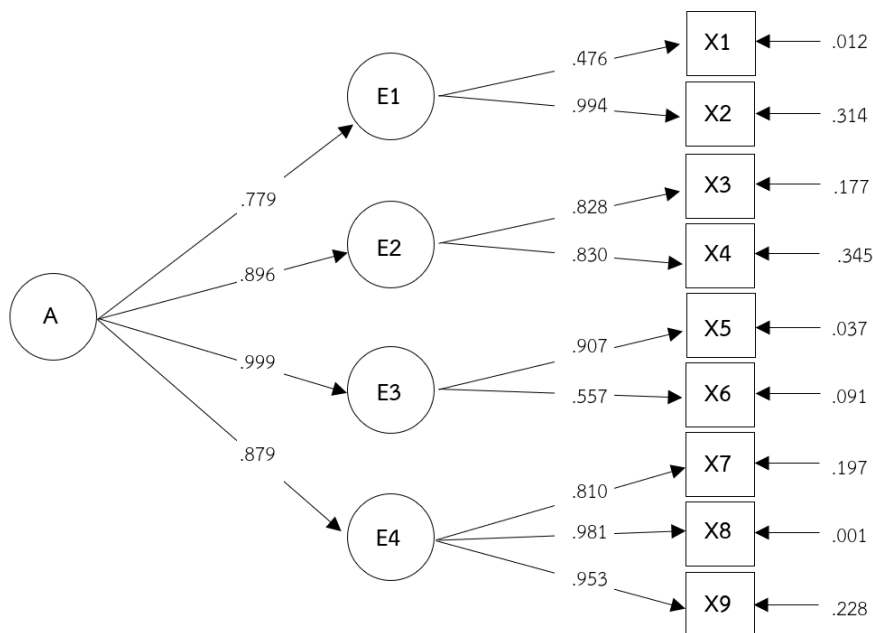
Volume 16 Number 1 (January-June) 2022



องค์ประกอบและตัวบ่งชี้	น้ำหนักองค์ประกอบ			
	Factor loading	SE	t	R ²
2 การรับรู้ภาระงานและการสอบ (E2)	0.896	0.026	33.825*	0.312
2.1 การรับรู้ภาระงาน (X3)	0.828	0.028	29.891*	0.177
2.2 การรับรู้การสอบ (X4)	0.830	0.028	29.792*	0.690
3 ปฏิสัมพันธ์ในชั้นเรียน (E3)	0.999	0.000	12600.912*	0.345
3.1 การมีส่วนร่วมในชั้นเรียน (X5)	0.907	0.019	47.138*	0.037
3.3 ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล (X6)	0.557	0.047	11.961*	0.091
4 การรับรู้ตนเองทางวิชาการ (E4)	0.879	0.021	42.354*	0.394
4.1 การรับรู้ความสามารถของตนเอง (X7)	0.810	0.025	32.072*	0.197
4.2 ความมั่นใจในตนเอง (X8)	0.981	0.008	127.361*	0.001
4.3 การกำหนดตนเอง (X9)	0.953	0.009	105.671*	0.228
ดัชนีความสอดคล้อง χ^2 (224, n=240)=23.660, p=.129, CFI=.996, TLI=.992, RMSEA=.040, SRMR=.028				

*ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตารางที่ 2 พบว่า ค่าน้ำหนักองค์ประกอบของตัวบ่งชี้ความเครียดทางวิชาการของนิสิตบัณฑิตศึกษา ทั้ง 9 ตัวบ่งชี้ มีค่าอยู่ระหว่าง 0.476 – 0.999 และมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทุกตัวบ่งชี้ และค่าดัชนีความสอดคล้องของโมเดล ประกอบด้วย ค่าสถิติ Chi-square = 23.660, p-value = 0.129, CFI = .996, TLI = .992, RMSEA = .040, SRMR = .028 ซึ่งเป็นไปตามเกณฑ์ค่าสถิติวัดระดับความสอดคล้อง นั่นคือ โมเดลมีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ และมีความตรงเชิงโครงสร้าง และสามารถสร้างโมเดลการวัดความเครียดทางวิชาการของนิสิตบัณฑิตศึกษา แสดงดังภาพ 1



ภาพที่ 1 โมเดลการวัดความเครียดทางวิชาการของนิสิตบัณฑิตศึกษา

3. ผลการพัฒนาเกณฑ์ปกติของแบบวัดความเครียดทางวิชาการของนิสิตบัณฑิตศึกษา

ผลการวิเคราะห์เกณฑ์ปกติระดับชาติ เพื่อใช้เป็นเกณฑ์ในการประเมินผลการวัดความเครียดทางวิชาการของนิสิตบัณฑิตศึกษามีรายละเอียดดังตาราง 3

ตารางที่ 3 ผลการวิเคราะห์เกณฑ์ปกติ (Norms) เพื่อใช้เป็นเกณฑ์ในการประเมินผลการวัดความเครียดทางวิชาการของนิสิตบัณฑิตศึกษา (n=240)

คะแนนดิบ (Raw Score)	เปอร์เซ็นต์ไทล์ (Percentile)	คะแนนมาตรฐานที่ (Normalized T-score)	ระดับ ความเครียดทางวิชาการ
75 คะแนนขึ้นไป	P _{75.00} ขึ้นไป	T ₅₇ ขึ้นไป	สูง
58 – 74 คะแนน	P _{50.00} – P _{74.99}	T ₅₀ – T ₅₆	ค่อนข้างสูง
44 – 57 คะแนน	P _{25.00} – P _{49.99}	T ₄₃ – T ₄₉	ปานกลาง
น้อยกว่า 44 คะแนน	น้อยกว่า P _{25.00}	น้อยกว่า T ₄₃	ต่ำ

จากตาราง 3 พบว่า เกณฑ์ปกติในการแบ่งระดับความเครียดทางวิชาการของนิสิตบัณฑิตศึกษา จำแนกออกเป็น 4 ระดับ ได้แก่ 1) ความเครียดทางวิชาการในระดับสูง มีคะแนนดิบตั้งแต่ 75 คะแนนขึ้นไป มีช่วงคะแนนเปอร์เซ็นต์ไทล์ 75.00 ขึ้นไป และมีช่วงคะแนนที่ปกติ 57 ขึ้นไป 2) ความเครียดทางวิชาการในระดับค่อนข้างสูง มี



วารสารสวนสุนันทาวิชาการและวิจัย

Suan Sunandha Academic & Research Review

คะแนนดิบตั้งแต่ 58 - 74 คะแนน มีช่วงคะแนนเปอร์เซ็นต์ไถลอยู่ระหว่าง 50.00 – 74.99 และมีช่วงคะแนนที่ปกติระหว่าง 50 - 56 3) ความเครียดทางวิชาการในระดับปานกลาง มีคะแนนดิบตั้งแต่ 44 - 57 คะแนน มีช่วงคะแนนเปอร์เซ็นต์ไถลอยู่ระหว่าง 25.00 – 49.99 และมีช่วงคะแนนที่ปกติระหว่าง 43 - 49 4) ความเครียดทางวิชาการในระดับต่ำ มีคะแนนดิบน้อยกว่า 44 คะแนน มีช่วงคะแนนเปอร์เซ็นต์ไถลน้อยกว่า 25.00 และมีช่วงคะแนนที่ปกติน้อยกว่า 43

สรุปและอภิปรายผล

จากผลการพัฒนาแบบวัดความเครียดทางวิชาการของนิสิตบัณฑิตศึกษา มีประเด็นที่น่าสนใจในการนำมาอภิปรายผล 3 ประเด็นตามวัตถุประสงค์ของการวิจัยสามารถแสดงรายละเอียดได้ดังนี้

1. ผลการพัฒนาแบบวัดความเครียดทางวิชาการของนิสิตบัณฑิตศึกษา

จากผลการวิจัยพบว่าองค์ประกอบและตัวบ่งชี้ความเครียดทางวิชาการของนิสิตบัณฑิตศึกษามีจำนวน 4 องค์ประกอบ และ 9 ตัวบ่งชี้ ได้มาจากการที่ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารและงานที่เกี่ยวข้อง ซึ่งความเครียดและความเครียดทางวิชาการเป็นประเด็นของการวิจัยและการอภิปรายในโลกวิชาการ เนื่องจากส่งผลกระทบต่อชีวิตทางสังคมและวิชาการประจำวันของนิสิตบัณฑิตศึกษา จึงได้มีนักวิจัยหลายท่านได้ศึกษาและการกล่าวถึงความเครียดทางวิชาการ ว่าเป็นสภาวะอารมณ์ความรู้สึกที่ถูกบีบบังคับกดดันในการดำเนินการ การรับรู้ถึงภาระงานและการสอบ การมีปฏิสัมพันธ์ในชั้นเรียน และการปรับปรุงตนเองทางด้านวิชาการ ซึ่งสอดคล้องกับ (Bedewy & Gabriel, 2015) ได้ศึกษาเรื่อง การตรวจสอบการรับรู้ความเครียดทางวิชาการและที่มาของความเครียดทางวิชาการของนักศึกษามหาวิทยาลัย พบว่า ความเครียดทางวิชาการเป็นการรับรู้ของนักเรียนเกี่ยวกับแรงกดดันที่พวกเขาเผชิญ ข้อจำกัดด้านเวลาในการทำงานที่ได้รับมอบหมาย ปริมาณงานด้านวิชาการ และการรับรู้ตนเองทางวิชาการ (Adom, Chukwuere, & Osei, 2020) ได้กล่าวเพิ่มเติมไว้ว่า สิ่งต่าง ๆ ที่ก่อให้เกิดความตึงเครียด ล้วนขัดขวางการเติบโตทางวิชาการในสถาบันการศึกษา ซึ่งสอดคล้องกับ (Fernández-Hileman, Corengia, & Durand, 2014) ความเครียดทางวิชาการก่อให้เกิดผลการเรียนที่อาจนำไปสู่ความล้มเหลวและการออกจากสถานศึกษากลางคัน ดังนั้นจึงจำเป็นที่จะต้องมีการวัดระดับความเครียดทางวิชาการเพื่อลดปัญหาที่อาจจะนำไปสู่ความล้มเหลวและการออกจากสถานศึกษากลางคัน และเพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนา นิสิตบัณฑิตศึกษาให้มีสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่ดีอีกด้วย

2. ผลการตรวจสอบคุณภาพของแบบวัดความเครียดทางวิชาการของนิสิตบัณฑิตศึกษา

จากผลการวิจัย พบว่า แบบวัดความเครียดทางวิชาการของนิสิตบัณฑิตศึกษามีโครงสร้างจำนวน 4 องค์ประกอบ 9 ตัวบ่งชี้และ 21 ข้อคำถาม ตรวจสอบคุณภาพได้แก่ 1) ด้านความตรงเชิงเนื้อหาพบว่าข้อคำถามทุกข้อผ่านเกณฑ์การพิจารณาความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับนิยามศัพท์ของตัวบ่งชี้ 2) ค่าอำนาจจำแนก

ปีที่ ๑๖ ฉบับที่ ๑ (มกราคม - มิถุนายน) ๒๕๖๕

Volume 16 Number 1 (January-June) 2022



วารสารสวนสุนันทาวิชาการและวิจัย

Suan Sunandha Academic & Research Review

และค่าความเชื่อมั่นทั้ง 2 ครั้งคือ 0.951 และ 0.921 และ 3) ความตรงเชิงโครงสร้างของแบบวัดมีความตรงเชิงโครงสร้างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงว่าแบบวัดความเครียดทางวิชาการของนิสิตบัณฑิตศึกษามีคุณภาพ ทั้งนี้เป็นเพราะว่าผู้วิจัยได้มีการสังเคราะห์องค์ประกอบเพื่อกำหนดเป็นตัวบ่งชี้และกำหนดเป็นพฤติกรรมย่อยที่ต้องมีการจะวัด และแบบวัดที่ใช้เป็นรูปแบบมาตราส่วนประมาณค่าของลิเคิร์ต และใช้เทคนิควิธีการรายงานตนเอง โดยให้ผู้ที่ได้รับการทดสอบได้แสดงความรู้สึกของตนเองตามสิ่งเร้าที่ได้สัมผัสหรือแสดงพฤติกรรม เป็นลักษณะของข้อความ และผู้รับการทดสอบมีโอกาสตอบได้ตามความรู้สึกหรือพฤติกรรมของตนเอง ตามระดับที่กำหนดไว้ สอดคล้องกับ พิชิต ฤทธิ์จรูญ (Siriyotha, 2015) กล่าวว่า เครื่องมือหรือแบบวัดมีหลายประเภท ซึ่งแต่ละประเภทมีลักษณะและความเหมาะสมกับพฤติกรรมที่จะวัดแตกต่างกัน และแบบวัดที่ดีต้องให้ผู้รับการทดสอบมีโอกาสตอบได้ตามความรู้สึกหรือพฤติกรรมของตนเอง

เมื่อทำการวิเคราะห์ความตรงเชิงโครงสร้างของโมเดลการวัดความเครียดทางวิชาการ ในการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันอันดับที่ 2 พบว่า โมเดลการวัดความเครียดทางวิชาการของนิสิตบัณฑิตศึกษาที่วัดโดยองค์ประกอบและตัวบ่งชี้ทั้ง 4 องค์ประกอบและ 9 ตัวบ่งชี้มีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์และมีความตรงเชิงโครงสร้าง โดยมีค่าน้ำหนักองค์ประกอบ มีค่าอยู่ระหว่าง 0.476 – 0.999 และมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทุกองค์ประกอบ เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า

องค์ประกอบที่ 1 ภาวะกดดันในการดำเนินการซึ่งประกอบด้วยตัวบ่งชี้ 2 ตัวบ่งชี้ คือ ความคาดหวังทางวิชาการและการจัดการเวลา พบว่า ค่าน้ำหนักองค์ประกอบอยู่ระหว่าง 0.476- 0.994 ซึ่งมีระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทุกตัว แสดงว่ามีความตรงเชิงโครงสร้างทั้งนี้สอดคล้องกับแนวคิดของ (Sun, Dunne, Hou, & Xu, 2011) ที่กล่าวว่าแรงกดดันจากการศึกษาที่เกี่ยวข้องเนื่องมาจากความคาดหวังของผู้ปกครองที่คาดหวังว่าต้องประสบความสำเร็จทางด้านการเรียน และ (Tan & Yates, 2011) กล่าวว่านอกจากความกดดันที่มาจากผู้ปกครองนั้นยังจะได้รับแรงกดดันจากความคาดหวังของตนเองรวมถึงผู้สอนด้วย สัญลักษณ์ ปรัชญาเมธธา (Prachanametha, 2008) กล่าวอีกว่า ความคาดหวังเป็นเหตุของการจูงใจให้ปฏิบัติงานไปสู่ความสำเร็จ นอกจากความคาดหวังยังคงมีเรื่องของการจัดการเวลาในการกำหนดหรือควบคุมการปฏิบัติกิจกรรมทางวิชาการให้บรรลุผลได้ตามเวลาที่กำหนด ดังนั้น ภาวะกดดันในการดำเนินการจึงประกอบไปด้วยความคาดหวังทางวิชาการและการจัดการเวลา

องค์ประกอบที่ 2 การรับรู้ภาระงานและการสอบ ประกอบด้วยตัวบ่งชี้ของตัวบ่งชี้ คือ การรับรู้ภาระงานและการรับรู้การสอบ พบว่า ค่าน้ำหนักองค์ประกอบอยู่ระหว่าง 0.828-0.830 ซึ่งมีระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทุกตัว แสดงว่ามีความตรงเชิงโครงสร้าง ทั้งนี้สอดคล้องกับแนวคิดของ (Stankovska, Dimitrovski, Angelkoska, Ibraimi, & Uka, 2018) กล่าวว่าความวิตกกังวลและความเครียดที่มาจากการเรียนและการศึกษามีความเกี่ยวข้องกับการเรียน การบ้าน การทดสอบ แลป หรือการอ่าน อีกทั้ง (Liu, 2017) ยังกล่าวอีกว่าพฤติกรรม

ปีที่ ๑๖ ฉบับที่ ๑ (มกราคม-มิถุนายน) ๒๕๖๕

Volume 16 Number 1 (January-June) 2022



วารสารสวนสุนันทาวิชาการและวิจัย

Suan Sunandha Academic & Research Review

ของผู้เรียนที่แสดงออกเมื่อได้รับการงานที่มากเกินไปรวมถึงการมีทดสอบหรือการแข่งขันที่มากเกินไปจนกดดันจิตใจของบุคคลที่จะทำได้ จะทำให้ผู้เรียนนั้นเกิดความเครียด ดังนั้น การรับรู้ภาระงานและการสอบ จึงประกอบไปด้วยการรับรู้ภาระงานและการรับรู้การสอบ

องค์ประกอบที่ 3 ปฏิสัมพันธ์ในชั้นเรียน ประกอบด้วยตัวบ่งชี้ 2 ตัวบ่งชี้ คือ การมีส่วนร่วมในชั้นเรียนและความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล พบว่า คำนวณหาค่าขององค์ประกอบอยู่ระหว่าง 0.557 - 0.907 ซึ่งมีระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทุกตัว แสดงว่าความตรงเชิงโครงสร้างทั้งนี้สอดคล้องกับแนวคิดของ (Gunawati, Hartati, & Listiara, 2010) กล่าวว่า การมีส่วนร่วมในชั้นเรียนและการมีความสัมพันธ์ที่ดี เป็นหนึ่งสิ่งสำคัญที่จะทำให้ผู้เรียนประสบความสำเร็จด้านวิชาการ เป็นที่ชื่นชอบ เป็นที่ยอมรับและยกย่องจากสังคมอย่างสูง แต่ในทางกลับกันถ้าผู้เรียนไม่มีปฏิสัมพันธ์จะทำให้ผู้เรียนถูกมองว่าเป็นคนสร้างปัญหาถูกการปฏิเสธและการเพิกเฉย และทำให้ส่งผลต่อความสำเร็จทางด้านวิชาการ นอกจากนี้ (Adom, Chukwuere, & Osei, 2020) กล่าวว่าความเครียดเกี่ยวข้องกับความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล สังคม และสิ่งแวดล้อม ซึ่งขัดขวางการเติบโตทางวิชาการในสถาบันการศึกษา ดังนั้น ปฏิสัมพันธ์ในชั้นเรียน จึงประกอบไปด้วย การมีส่วนร่วมในชั้นเรียนและความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล

องค์ประกอบที่ 4 การรับรู้ตนเองทางวิชาการ ประกอบด้วยตัวบ่งชี้ 3 ตัวบ่งชี้ คือ การรับรู้ความสามารถของตนเอง ความมั่นใจในตนเอง และการกำหนดตนเอง พบว่า คำนวณหาค่าขององค์ประกอบอยู่ระหว่าง 0.810 - 0.981 ซึ่งมีระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทุกตัว แสดงว่ามีความตรงเชิงโครงสร้าง ทั้งนี้สอดคล้องกับแนวคิดของ (Gangloff & Mazilescu, 2014) กล่าวว่า การรับรู้เกี่ยวกับความสามารถทางวิชาการของตนเอง เป็นการดำเนินการกระทำพฤติกรรมให้บรรลุเป้าหมาย หรือประเมินตัดสินว่าตนเองมีความสามารถในระดับใด Yoder & Proctor (1998) กล่าวอีกว่า พฤติกรรมการแสดงออกของบุคคลที่เกิดจากแรงขับภายในตนเองเป็นการแสดงออกของอารมณ์ภายในที่เป็นผลมาจากความรู้สึกที่มีคุณค่าในตนเองเชื่อมั่นว่าจะประสบความสำเร็จ ซึ่งสิ่งเหล่านี้ส่งผลต่อระดับความเครียดทางการศึกษา ดังนั้น การรับรู้ตนเองทางวิชาการ จึงประกอบไปด้วย การรับรู้ความสามารถของตนเอง ความมั่นใจในตนเอง และการกำหนดตนเอง

3. ผลการพัฒนาเกณฑ์ปกติของแบบวัดความเครียดทางวิชาการของนิสิตบัณฑิตศึกษา

การพัฒนาเกณฑ์ปกติระดับชาติในครั้งนี้ แสดงในรูปของตำแหน่งเปอร์เซ็นต์ไทล์และคะแนนที่ปกติสามารถแบ่งระดับความเครียดทางวิชาการได้เป็น 4 ระดับตามที่ (Clark, 205) ได้เสนอว่าการแบ่งเกณฑ์ที่มีความน่าเชื่อถือจะต้องใช้เปอร์เซ็นต์ไทล์ 25 เปอร์เซ็นต์ไทล์ 50 เปอร์เซ็นต์ไทล์ 75 และเปอร์เซ็นต์ไทล์ 100 เพื่อที่จะสามารถจัดอันดับความเครียดทางวิชาการของผู้ตอบได้ว่าเป็นอย่างไรเมื่อเทียบกับจำนวนผู้ตอบทั้งหมด โดยผู้วิจัยใช้ตำแหน่งเปอร์เซ็นต์ไทล์ในการแบ่งระดับของความเครียดทางวิชาการ แบ่งออกเป็น 4 ระดับคือ ความเครียดทางวิชาการในระดับสูง ค่อนข้างสูง ปานกลาง และต่ำ ทั้งนี้เนื่องจากตำแหน่งเปอร์เซ็นต์ไทล์จะสามารถบอกได้ว่านิสิตบัณฑิตศึกษามีความเครียดทางวิชาการอย่างไรเมื่อเทียบกับนิสิตบัณฑิตศึกษาคนอื่น ๆ

ปีที่ ๑๖ ฉบับที่ ๑ (มกราคม-มิถุนายน) ๒๕๖๕

Volume 16 Number 1 (January-June) 2022



วารสารสวนสุนันทาวิชาการและวิจัย

Suan Sunandha Academic & Research Review

เมื่อพิจารณาค่าสถิติพื้นฐานที่วิเคราะห์ได้ประกอบด้วยคะแนนเฉลี่ยของความเครียดทางวิชาการมีค่าเท่ากับ เท่ากับ 61.07 คะแนน ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน เท่ากับ 19.17 เมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์การกระจายข้อมูล ค่าเท่ากับ 31.40 ค่าความเบ้ เท่ากับ 0.325 และค่าความโด่งเท่ากับ -0.957 ซึ่งค่าสถิติต่างๆเหล่านี้บ่งบอกได้ว่านิสิตบัณฑิตศึกษาส่วนใหญ่มีความเครียดทางวิชาการที่แตกต่างกันออกไปทั้งนี้เป็นเพราะในการเก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มนิสิตบัณฑิตศึกษาในการพัฒนาเกณฑ์ปกตินั้น ผู้วิจัยใช้การสุ่มแบบหลายขั้นตอน (Multi-stage Random Sampling) และซึ่งสถาบันอุดมศึกษาที่ครอบคลุมทั้ง 4 ภูมิภาค โดยมีจำนวนทั้งสิ้น 240 คน ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ (Hair, Blak, Barbin, Anderson, & Tatham, 2010) ได้เสนอว่าควรจะมีกลุ่มตัวอย่างอย่างน้อย 200 คน (Tabachnick & Fidell, 2007) ได้เสนอว่า ให้พิจารณาขนาดของกลุ่มตัวอย่างให้เหมาะสมกับขนาดของโมเดล ตัวอย่างเช่น กลุ่มตัวอย่าง ตั้งแต่ 200 คนขึ้นไป เหมาะสมกับโมเดลขนาดกลาง

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1. ผู้บริหาร คณาจารย์ หรือผู้มีส่วนเกี่ยวข้องสามารถนำองค์ประกอบและตัวบ่งชี้ความเครียดทางวิชาการที่ได้จากการวิจัยในครั้งนี้ นำไปเป็นแนวทางในการพัฒนานิสิตบัณฑิตศึกษาให้มีสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่ดี รวมทั้งนำไปพัฒนาทางด้านกิจกรรมและการเรียนของนิสิตบัณฑิตศึกษา เพื่อส่งเสริมสุขภาพจิตของนิสิตบัณฑิตศึกษาให้สามารถดำเนินชีวิตในมหาวิทยาลัยได้อย่างมีประสิทธิภาพและปราศจากความเครียดทางวิชาการ

2. ผู้บริหาร คณาจารย์ หรือผู้มีส่วนเกี่ยวข้องทางการศึกษา หากนำแบบวัดความเครียดทางวิชาการไปใช้ ควรชี้แจงให้นิสิตบัณฑิตศึกษาตอบตามความรู้สึกรหรือพฤติกรรมที่ตนเองปฏิบัติให้ตรงกับความเป็นจริง เพื่อที่จะสามารถวัดระดับความเครียดทางวิชาการของนิสิตบัณฑิตศึกษาของคณนั้น ๆ ได้อย่างถูกต้อง และได้ทราบถึงระดับความเครียดทางวิชาการว่าอยู่ในระดับใด หากพบว่าอยู่ในระดับที่ค่อนข้างสูงหรือสูง ควรมีการวางแผนเพื่อเตรียมความพร้อมและปรับเปลี่ยนพฤติกรรมความเครียดทางวิชาการของนิสิตบัณฑิตศึกษาให้ต่ำลง

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยในครั้งต่อไป

1. ควรมีการทำวิจัยเพื่อศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดทางวิชาการของนิสิตบัณฑิตศึกษาหรือหรือนิสิตระดับปริญญาตรี เพื่อให้ทราบว่า มีปัจจัยใดที่ส่งผลต่อความเครียดทางวิชาการของนิสิต/นักศึกษา ซึ่งจะทำได้สามารถเตรียมความพร้อม หรือแก้ไขความเครียดทางวิชาการของนิสิตนักศึกษาได้อย่างถูกต้องและแม่นยำยิ่งขึ้น

2. ควรมีการทำวิจัยเพื่อพัฒนาแบบวัดความเครียดทางวิชาการในรูปแบบต่าง ๆ เช่น แบบสถานการณ์ เพื่อให้ให้นิสิต/นักศึกษาได้เข้าถึงหรือทราบบทบาทและพฤติกรรมทางความเครียดทางวิชาการของตนเอง และตอบได้ตรงตามพฤติกรรมที่ตนเองเลือกปฏิบัติได้ชัดเจนยิ่งขึ้น

ปีที่ ๑๖ ฉบับที่ ๑ (มกราคม-มิถุนายน) ๒๕๖๕

Volume 16 Number 1 (January-June) 2022



วารสารสนวนสุนันทาวิชาการและวิจัย

Suan Sunandha Academic & Research Review

References

- Adom, D., Chukwuere, J., & Osei, M. (2020). Academic Stress among Faculty and Students in Higher Institutions. *Pertanika Journal of Social Sciences & Humanities*, 28(2).
- Bedewy, D., & Gabriel, A. (2015). Examining perceptions of academic stress and its sources among university students: The Perception of Academic Stress Scale. *Health psychology open*, 2(2).
- Boswell, W. R., Olson-Buchanan, J. B., & LePine, M. A. (2004). Relations between stress and work outcomes: The role of felt challenge, job control, and psychological strain. *Journal of Vocational Behavior*, 64(1), 165-181.
- Clark, C. (2015). Percentile. In B.S. Everitt, & D.C. Howell (Eds.). *Encyclopedia of Statistics in Behavioral Science*, (pp. 207-227). Chichester: Wiley.
- Fernández-Hileman, M., Corengia, A., & Durand, J. (2014). University desertion and retention: a bibliographical discussion. *Thinking Psychology*, 10(17), 85-96.
- Gangloff, B., & Mazilescu, C. A. (2014). Normative characteristics of perceived self-efficacy. *Social Sciences*, 6(4), 139.
- Gunawati, R., Hartati, S., & Listiara, A. (2010). The relationship between the effectiveness of student-lecturer thesis supervisor and stress in writing a thesis for students of the Psychology Study Program, Faculty of Medicine, Diponegoro University. *Journal of Psychology Undip*, 3(2), 93-115.
- Hair, J., Blak, W. C., Barbin, B. J., Anderson, R. E., & Tatham, R. L. (2010). *Multivariate data analysis*. New Jersey: Upper Sandle River, Prentice Hall.
- Liu, F. (2017). *Academic stress and mental health among adolescents in Shenzhen, China*. Doctoral dissertation. Queensland University of Technology.
- Peñacoba, C., & Moreno-Jiménez, B. (1999). The university stressors scale (EEU) A proposal for the evaluation of stress in specific population groups. *Anxiety & Stress*, 5(1), 61-78.
- Prachanametha, S. (2008). *Parents' expectations towards academic administration of Bang Pho Nuea School, Samkhok District, Pathum Thani Province*. . independent research Department of Educational Administration Phranakhon Rajabhat University. (In Thai).

ปีที่ ๑๖ ฉบับที่ ๑ (มกราคม-มิถุนายน) ๒๕๖๕

Volume 16 Number 1 (January-June) 2022



วารสารสนวนสุนันทาวิชาการและวิจัย

Suan Sunandha Academic & Research Review

- Siriyotha, S. (2015). *Development of a social responsibility measure for students, Faculty of Education Institute of Physical Education*. . Master's Degree Thesis Department of Research and Educational Evaluation Kanchanaburi Rajabhat University. (In Thai).
- Stankovska, G., Dimitrovski, D., Angelkoska, S., Ibraimi, Z., & Uka, V. (2018). *Emotional Intelligence, Test Anxiety and Academic Stress among University Students*. Bulgarian Comparative Education Society.
- Sun, J., Dunne, M. P., Hou, X. Y., & Xu, A. Q. (2011). Educational stress scale for adolescents: development, validity, and reliability with Chinese students. *Journal of psychoeducational assessment*, 29(6), 534-546.
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2007). *Using multivariate statistics*. Boston: Pearson Education.
- Tan, J. B., & Yates, S. (2011). Academic expectations as sources of stress in Asian students. *Social Psychology of Education*, 14(3), 389-407.
- Taufik, T., Ildil, I., & Ardi, Z. (2013). Condition of Academic Stress of State Senior High School Students in Padang City. *Journal of Counseling and Education*, 1(2), 143-150.

ปีที่ ๑๖ ฉบับที่ ๑ (มกราคม-มิถุนายน) ๒๕๖๕

Volume 16 Number 1 (January-June) 2022