

การวิเคราะห์ห่อภิมานปัจจัยเชิงสาเหตุที่ส่งผลต่อการปรับตัว
ด้านการเรียนของนักศึกษาระดับปริญญาตรีในประเทศไทย*
A Meta-Analysis Study on Causal Factors Affecting Academic
Adjustment of Undergraduate Students in Thailand

¹อัจฉราพรรณ กันสุขะ และ ²จิราภรณ์ เรืองยิ่ง

¹Ajcharapun Kunsuya and ²Jiraporn Ruangying

¹คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนครศรีอยุธยา

²สถาบันสันติศึกษา มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตหาดใหญ่

¹Faculty of Education Phranakhon Si Ayutthaya, Rajabhat University, Thailand.

²Institute for Peace Studies, Prince of Songkla University, Hatyai Campus, Thailand.

¹Corresponding Author's Email: ningyonggg@gmail.com



บทคัดย่อ

บทความวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อศึกษาคุณลักษณะของงานวิจัยที่ศึกษาปัจจัยเชิงสาเหตุที่ส่งผลต่อการปรับตัวด้านการเรียน และ 2) เพื่อสังเคราะห์องค์ความรู้เกี่ยวกับการปรับตัวด้านการเรียนของนักศึกษาระดับปริญญาตรีในประเทศไทย งานวิจัยที่นำมาสังเคราะห์ จำนวน 50 เล่ม เครื่องมือที่ใช้ ได้แก่ แบบบันทึกข้อมูลงานวิจัย วิเคราะห์ข้อมูลด้วยการวิเคราะห์เนื้อหา และการวิเคราะห์ห่อภิมาน

ผลการวิจัยพบว่า 1) ผลการศึกษาคุณลักษณะของงานวิจัยที่ศึกษาปัจจัยเชิงสาเหตุที่ส่งผลต่อการปรับตัวด้านการเรียนของนักศึกษาระดับปริญญาตรีในประเทศไทย พบว่า ส่วนใหญ่มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ มีการสุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน ใช้แบบสอบถามเป็นเครื่องมือในการวิจัยและตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือด้วยการหาค่าความเชื่อมั่น และส่วนใหญ่ใช้ค่าสถิติพื้นฐาน และ 2) ผลการวิเคราะห์ค่าขนาดอิทธิพล พบว่า ปัจจัยเชิงสาเหตุมีผลต่อการปรับตัวด้านการเรียนของนักศึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยกลุ่มปัจจัยที่ส่งผลมากที่สุด คือ กลุ่มปัจจัยโปรแกรม เช่น โปรแกรมฝึกทักษะชีวิต รองลงมาคือ กลุ่มปัจจัยภายในบุคคล เช่น ความหวัง นิสัยทางการเรียน การเห็นคุณค่าในตนเอง ลักษณะการมุ่งอนาคต ความหมายในชีวิต และกลุ่มปัจจัยภายนอก เช่น สัมพันธภาพกับผู้อื่น การสนับสนุนทางสังคม สภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัย และการเข้าร่วมกิจกรรมของนักศึกษา

คำสำคัญ: การปรับตัวด้านการเรียน; นักศึกษาระดับปริญญาตรี; การวิเคราะห์ห่อภิมาน

*Received March 5, 2021; Revised April 24, 2021; Accepted June 15, 2021



Abstract

The research article consisted of the following objectives: 1) to study the characteristics of the causal factors affecting the academic adjustment; and 2) to synthesize the body of knowledge on academic adjustment of undergraduate students in Thailand. There were 50 researches used for synthesis. The research instrument employed a record for research data. The obtained data were analyzed by way of content analysis and meta-analysis.

From the study, the following results are found: From studying the characteristics of the causal factors influencing the academic adjustment of undergraduate students in Thailand, it is found that most of them aim at studying the correlation. There was the use of the multi-stage random sampling while a questionnaire was used as the research instrument, which was tested for reliability. The data was analyzed by way of descriptive statistics. From analyzing the level of influence, it is found that the causal factors influence the academic adjustment of undergraduate students with a statistical significance of 0.01. The most influencing factor is program, such as life skills program. Followed by internal factors of a person, such as hope, learning habits, self-esteem, determination and goal in life, etc. While the external factors of a person refer to relationship with others, social support, environment within the university, and participation in activities of students.

Keywords: Academic Adjustment; Undergraduate Students; Meta-Analysis

บทนำ

พันธกิจสำคัญประการหนึ่งของสถาบันอุดมศึกษา คือการพัฒนาศักยภาพนิสิตนักศึกษา เพื่อให้ได้บัณฑิตที่มีคุณลักษณะที่พึงประสงค์ มีคุณภาพ และมีสมรรถนะในการแข่งขันทั้งตลาดแรงงานในประเทศและต่างประเทศได้ รวมถึงการพัฒนาทักษะที่จำเป็นต่อการทำงานในศตวรรษที่ 21 ความพร้อมในการปรับเปลี่ยนเพื่อให้เข้ากับงานใหม่หรือความรู้ใหม่ได้ในอนาคต มีความสนใจพัฒนาตนเองและรักความก้าวหน้า การพัฒนาทักษะพื้นฐานที่จำเป็นต่อการสร้างความรู้ใหม่และการปรับตัวในด้านต่าง ๆ ให้พร้อมรับการเปลี่ยนแปลงของโลกในอนาคต (Office of Student Promotion and Development, 2018) สอดคล้องกับกรอบมาตรฐานคุณวุฒิระดับอุดมศึกษาแห่งชาติ (TQF) (Office of the Higher Education Commission, 2014) 5 ด้าน ได้แก่ ด้านคุณธรรมและจริยธรรม ด้านความรู้ ด้านทักษะทางปัญญา ด้านทักษะความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและความรับผิดชอบ และด้านทักษะการวิเคราะห์เชิงตัวเลข การสื่อสาร และการใช้เทคโนโลยีสารสนเทศ รวมถึงการเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ที่สถาบันอุดมศึกษาจัดให้ทั้งในและนอกหลักสูตร (Boonsong, 2014)

ด้วยภารกิจหลักของสถาบันอุดมศึกษามีเป้าหมายในการผลิตบัณฑิตให้สอดคล้องกับความต้องการของประเทศและผู้ใช้บัณฑิต จึงส่งผลต่อรูปแบบการจัดการเรียนการสอนในมหาวิทยาลัย มีความแตกต่างจาก



การจัดการเรียนการสอนในระดับชั้นพื้นฐาน ดังนั้นการเรียนในมหาวิทยาลัยของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 นับเป็นก้าวแรก และก้าวสำคัญสำหรับชีวิตทางการศึกษา เป็นช่วงชีวิตแห่งการปรับตัวเพื่อก่อให้เกิดความพร้อมต่อการเป็นผู้เรียนในระดับอุดมศึกษา และพร้อมที่จะก้าวอย่างมั่นคงต่อการเรียนรู้ในวิชาชีพในระดับที่สูงขึ้น จึงถือได้ว่าเป็นก้าวแรกแห่งการวางรากฐานชีวิตการเรียนรู้ เนื่องจากสภาพแวดล้อม กลุ่มเพื่อน สังคม และลักษณะวิธีการเรียนที่เปลี่ยนไป การเปลี่ยนแปลงดังกล่าวอาจทำให้นักศึกษาเกิดความสับสน ท้อแท้ต่อการเรียน และยังต้องคิดตัดสินใจด้วยตนเอง ต้องเรียนรู้ในการสร้างสัมพันธ์สภาพกับอาจารย์ การคบเพื่อนทั้งในเพศเดียวกัน และ ต่างเพศ การพบกลุ่มเพื่อนใหม่ที่มีพื้นฐานที่ต่างกัน การเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ ของมหาวิทยาลัย ล้วนแต่ต้องอาศัยความพยายามเป็นอย่างมาก (Office of the Education Council Secretariat Ministry of Education, 2008; Ohlsen, 1983; Suwanphakdee, 1998) การปรับตัวทางการเรียนของนักศึกษาเกิดขึ้นในทุกช่วงชั้นปีที่ศึกษา เช่น การปรับทัศนคติตนเองให้สอดคล้องกับความเป็นผู้เรียนในระดับอุดมศึกษา เพื่อวางแผนการเรียนรู้ของตนเองให้บรรลุเป้าหมาย การปรับพฤติกรรมใช้ชีวิตทางการศึกษาที่เหมาะสม ด้วยการแสวงหาประสบการณ์การเรียนรู้จากการเข้าร่วมกิจกรรมเสริมหลักสูตร หรือ กิจกรรมทวีปัญญาที่หน่วยงานของมหาวิทยาลัยจัดขึ้น การฝึกบริหารเวลาการใช้ชีวิต สร้างโอกาสในการเปิดตนเองให้มีกลุ่มเพื่อนเพิ่มมากขึ้น ทั้ง การพัฒนาตนเองจากเดิมที่เคยพึ่งพาผู้อื่นในเรื่องการเรียนไปสู่การพึ่งตนเองมากขึ้น รวมถึงการปรับรูปแบบการเรียนรู้ให้เหมาะสมกับการเรียนรู้ยุคใหม่ เนื่องจากการเรียนรู้ในปัจจุบันเป็นการเรียนรู้ที่ไร้พรมแดน แหล่งความรู้มีอยู่ทั่วโลกที่นักศึกษาสามารถเข้าถึงได้ ดังนั้นนักศึกษาจึงต้องปรับเปลี่ยนท่าทีการเรียนรู้ใหม่ มีการพัฒนาทักษะการเรียนรู้ของตนเองให้เหมาะสมกับการเรียนรู้ยุคใหม่ เช่น ทักษะการคิดเชิงวิเคราะห์และสังเคราะห์ ทักษะการนำเสนอมีการพัฒนาทักษะการใช้ ภาษาต่างประเทศ โดยเฉพาะภาษาอังกฤษ เพื่อสร้างศักยภาพในการเข้าถึงข้อมูลข่าวสาร การพัฒนาทักษะการแสวงหาความรู้ พัฒนาศักยภาพการเรียนรู้ให้เกิดขึ้นในตนเอง และ พัฒนาตนเองให้ก้าวทันกับข้อมูลความเคลื่อนไหวเหตุการณ์ที่เกี่ยวข้องกับศาสตร์ที่ตนศึกษา (Chairak, 2013; Wirangkon, 2005) รวมทั้งปรับตัวให้พร้อมกับการเป็นบัณฑิตที่มีคุณภาพ ตามความต้องการของผู้ใช้บัณฑิต

ขณะเดียวกันปัจจุบันทั่วโลกเผชิญกับสถานการณ์การระบาดของเชื้อโคโรนาไวรัส (Corona Virus Disease: COVID 19) ซึ่งส่งผลกระทบต่อในทุกมิติ ทั้งด้านเศรษฐกิจ สังคม และการศึกษา ในด้านการศึกษา สถาบันการศึกษาทั่วโลก รวมถึงประเทศไทยต้องปรับเปลี่ยนรูปแบบการเรียนการสอน ส่งผลให้ผู้สอน ผู้เรียน และสถาบันการศึกษา ต้องปรับตัว ดังนั้นจะเห็นได้ว่าการปรับตัวด้านการเรียนของนักศึกษาเกิดขึ้นตลอดเวลาในทุกช่วงของการศึกษาในระดับอุดมศึกษา การปรับตัวเพื่อพร้อมรับการเปลี่ยนแปลงดังกล่าวถือเป็นเรื่องที่สำคัญ ส่งผลต่อความสำเร็จในชีวิต หากนักศึกษาประสบความสำเร็จในการปรับตัวด้านเรียน ถือเป็นภูมิคุ้มกันทางสังคมประการหนึ่งซึ่งส่งเสริมความเชื่อมั่นในการเผชิญกับปัญหาในอนาคต ในทางกลับกัน หากนักศึกษาประสบความสำเร็จล้มเหลวในการปรับตัว ก่อให้เกิดความท้อถอย ความเครียด ความวิตกกังวลในการเรียน และการใช้ชีวิตในสังคม (Chaiyachompoo, 2006)

จากที่กล่าวมาข้างต้นและการทบทวนผลการวิจัยที่ผ่านมา พบว่า มีการผลิตงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางการเรียนของนักศึกษามีเป็นจำนวนมาก ทั้งงานวิจัยเชิงปริมาณและงานวิจัยเชิงคุณภาพ

ซึ่งส่วนใหญ่เป็นการศึกษาในแง่เฉพาะบริบท ด้วยเหตุนี้การรวบรวม และสังเคราะห์องค์ความรู้จากงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวทางการเรียนของนักศึกษา จึงมีความจำเป็นเนื่องจากเป็นการรวบรวมและสังเคราะห์องค์ความรู้อย่างเป็นระบบ เพื่อให้ได้มาซึ่งองค์ความรู้ใหม่ ที่สามารถนำไปสู่การออกแบบโปรแกรมหรือกิจกรรมในการส่งเสริมการปรับตัวด้านการเรียนของนักศึกษา ดังนั้นการวิจัยครั้งนี้ จึงทำการสังเคราะห์องค์ความรู้ในมิติของปัจจัยเชิงสาเหตุที่ส่งผลต่อการปรับตัวด้านการเรียนของนักศึกษาระดับปริญญาตรีในประเทศไทย ผ่านการศึกษาด้วยวิธีการวิเคราะห์ห่อภิมาณ (Meta-Analysis) ซึ่งจะทำให้ได้สารสนเทศ และข้อค้นพบที่มีความลุ่มลึกเกี่ยวกับการปรับตัวด้านการเรียนของนักศึกษา อันเป็นประโยชน์ต่อการวางแผนส่งเสริมและพัฒนาเรื่องการปรับตัวด้านการเรียนของนักศึกษาในระดับอุดมศึกษาต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาคุณลักษณะของงานวิจัยที่ศึกษาปัจจัยเชิงสาเหตุที่ส่งผลต่อการปรับตัวทางการเรียนของนักศึกษาระดับปริญญาตรีในประเทศไทย
2. เพื่อสังเคราะห์องค์ความรู้เกี่ยวกับการปรับตัวทางการเรียนของนักศึกษาระดับปริญญาตรีในประเทศไทย

วิธีดำเนินการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ ใช้ระเบียบวิธีวิจัยของการสังเคราะห์งานวิจัย โดยใช้เทคนิคการวิเคราะห์ห่อภิมาณ ดังนี้

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ คือ รายงานวิจัย บทความวิจัย วิทยานิพนธ์หรือปริยญาานิพนธ์ หรือ สารนิพนธ์ที่ทำการศึกษาในประเด็นที่เกี่ยวกับการปรับตัวของนักศึกษาระดับปริญญาตรีในประเทศไทยที่ได้ทำการศึกษาในรอบ 10 ปีที่ผ่านมา ตั้งแต่ปี พ.ศ. 2552-2562 (ค.ศ. 2009-2019) ที่สามารถสืบค้นได้จากฐานข้อมูลออนไลน์ของโครงการเครือข่ายห้องสมุดในประเทศไทย หรือ Thai Digital Collection (ThaiLis) ฐานข้อมูลวารสารอิเล็กทรอนิกส์กลางของประเทศไทยหรือ Thai Journal Online (ThaiJO) รวมทั้งฐานข้อมูลออนไลน์ในต่างประเทศ ได้แก่ PubMed, ScienceDirect และ SCOPUS เป็นต้น ซึ่งจากการสืบค้นข้อมูลพบว่า มีงานวิจัยที่สอดคล้องกับขอบเขตการศึกษาที่กำหนดไว้จำนวน 69 เรื่อง กลุ่มตัวอย่าง สำหรับกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาครั้งนี้ คัดเลือกจากประชากรที่มีคุณลักษณะตามที่ปรากฏในคุณลักษณะของประชากรแล้ว ยังต้องเป็นเอกสารที่เผยแพร่แล้ว อยู่ในรูปเล่มที่สามารถสืบค้นได้ และสามารถดาวน์โหลดเอกสารฉบับสมบูรณ์ได้ (Full-text) ซึ่งจากการสืบค้นข้อมูลและคัดเลือกตามเกณฑ์ที่กำหนดพบว่า มีกลุ่มตัวอย่างงานวิจัยที่นำมาสังเคราะห์ จำนวน 50 เล่ม

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ แบบบันทึกข้อมูลการสังเคราะห์งานวิจัย ประกอบด้วย 2 ส่วน ได้แก่ ส่วนที่ 1 ข้อมูลพื้นฐานงานวิจัย และส่วนที่ 2 รายละเอียดเกี่ยวกับงานวิจัย ตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือโดยผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 ท่าน



วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูลและการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยได้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลและวิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 สืบค้นหาเอกสารที่เกี่ยวข้องข้องกับการปรับตัวของนักศึกษาระดับปริญญาตรีในประเทศไทย จากฐานข้อมูลออนไลน์ของโครงการเครือข่ายห้องสมุดในประเทศไทยหรือ Thai Digital Collection (ThaiLis) ฐานข้อมูลวารสารอิเล็กทรอนิกส์กลางของประเทศไทยหรือ Thai Journal Online (ThaiJO) รวมทั้งฐานข้อมูลออนไลน์ในต่างประเทศ ได้แก่ PubMed, ScienceDirect และ SCOPUS โดยใช้คำสืบค้นหลัก คือ การปรับตัวของนักศึกษา และ College Adjustment เป็นต้น

ขั้นตอนที่ 2 การคัดเลือกเอกสารงานวิจัย ได้แก่ รายงานวิจัย บทความวิจัย วิทยานิพนธ์หรือปริญญา นิพนธ์ หรือ สารนิพนธ์ที่ทำการศึกษาในประเทศที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวของนักศึกษาระดับปริญญาตรีในประเทศไทยที่ได้ทำการศึกษาในรอบ 10 ปีที่ผ่านมา ตั้งแต่ปี พ.ศ. 2552-2562 (ค.ศ. 2009-2019) ที่สามารถสืบค้นได้จากฐานข้อมูลดังขั้นตอนที่ 1 ซึ่งต้องเป็นเอกสารที่สามารถดาวน์โหลดฉบับสมบูรณ์ได้ (Full-text) โดยกำหนดเกณฑ์ในการคัดเลือก ดังนี้ 1) เป็นการศึกษาที่มีองค์ความรู้เกี่ยวกับปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวของนักศึกษาระดับปริญญาตรีในประเทศไทย 2) เป็นการศึกษาเชิงปริมาณ ได้แก่ การวิจัยเชิงสหสัมพันธ์ และการวิจัยเชิงทดลอง ที่ใช้วิธีวิทยาการวิจัยที่เหมาะสมและมีคุณภาพ มีการวิเคราะห์ข้อมูลที่ใช้สถิติเหมาะสมกับข้อมูล ตลอดจนมีการสรุปผลการวิจัยที่สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของการวิจัย เป็นการศึกษาเกี่ยวกับการปรับตัวของนักศึกษาระดับปริญญาตรีที่ศึกษาอยู่ในสถาบันอุดมศึกษาหรือมหาวิทยาลัยในประเทศไทยเท่านั้น ซึ่งในฐานข้อมูลต่างประเทศ ต้องเป็นงานวิจัยที่ศึกษาบริบทการปรับตัวในประเทศไทย จำนวน 69 เรื่อง

ขั้นตอนที่ 3 คัดเลือกและคัดกรองงานวิจัยตามเกณฑ์ดังกล่าวข้างต้น นอกจากนี้ยังพิจารณางานวิจัยที่มีข้อมูลและค่าสถิติครบถ้วน ได้แก่ ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ ค่าสถิติ t, F, χ^2 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) องศาอิสระ (df) และขนาดกลุ่มตัวอย่าง เพื่อนำมาคำนวณค่าขนาดอิทธิพล (Effect size) และค่าขนาดอิทธิพลมาตรฐาน จนได้กลุ่มตัวอย่างงานวิจัยที่นำมาสังเคราะห์ จำนวน 50 เรื่อง

ขั้นตอนที่ 4 บันทึกข้อมูลงานวิจัย ด้วยแบบบันทึกข้อมูล ซึ่งประกอบด้วย 2 ส่วน ได้แก่ ข้อมูลพื้นฐานงานวิจัย เช่น ชื่อผู้วิจัย ชื่องานวิจัย หน่วยงาน/สถานศึกษา ปีที่เผยแพร่ ประเภทของงานวิจัย และลักษณะงานวิจัย และรายละเอียดเกี่ยวกับงานวิจัย เช่น ลักษณะของตัวแปรตาม ลักษณะของตัวแปรอิสระ (ด้านปัจจัยภายในบุคคล ด้านปัจจัยภายนอกบุคคล และลักษณะประชากรศาสตร์) จำนวนประชากร จำนวนกลุ่มตัวอย่าง วิธีการเลือกตัวอย่าง พื้นที่เก็บข้อมูล วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ตารางสถิติสำหรับคำนวณขนาดอิทธิพล และสรุปผลการวิจัยที่สำคัญ

ขั้นตอนที่ 5 การวิเคราะห์ข้อมูล

1. ข้อมูลพื้นฐานงานวิจัย ใช้วิธีการวิเคราะห์เนื้อหา (Content analysis)

2. ข้อมูลรายละเอียดเกี่ยวกับงานวิจัย ใช้วิธีการวิเคราะห์อภิมาน (Meta-analysis) ดังนี้

1) ประมาณค่าแนวโน้มเข้าสู่ส่วนกลาง การกระจาย ความโต่ง และความเบ้ ของค่าขนาดอิทธิพล

เพื่อให้ทราบถึงการแจกแจงของค่าขนาดอิทธิพล

2) ประมาณค่าขนาดอิทธิพลตามวิธีการของโรเซนทาลและเฮดเจส

3) ตรวจสอบความไม่เป็นเอกพันธ์หรือความแตกต่างของผลการวิจัย (Heterogeneity) ด้วยสถิติ Cochrane's Q (Higgins, Thompson, Deeks, and Altman, 2003)

ขั้นตอนที่ 6 สรุปผลการศึกษาวิจัย และการนำเสนอผลการศึกษาวิจัย เพื่อต่อบัณฑิตประสงค์ 2 ประการ ดังนี้ 1) เพื่อศึกษาคุณลักษณะของงานวิจัยที่ศึกษาปัจจัยเชิงสาเหตุที่ส่งผลต่อการปรับตัวด้านการเรียน และ 2) เพื่อสังเคราะห์องค์ความรู้เกี่ยวกับการปรับตัวด้านการเรียนของนักศึกษาระดับปริญญาตรีในประเทศไทย

ผลการวิจัย

ผลการวิเคราะห์ห่อภิมานปัจจัยเชิงสาเหตุที่ส่งผลต่อการปรับตัวด้านการเรียนของนักศึกษาระดับปริญญาตรีในประเทศไทย สรุปผลการศึกษาได้ดังนี้

วัตถุประสงค์ที่ 1 ผลการศึกษาคุณลักษณะของงานวิจัยที่ศึกษาปัจจัยเชิงสาเหตุที่ส่งผลต่อการปรับตัวด้านการเรียนของนักศึกษาระดับปริญญาตรีในประเทศไทย พบว่า งานวิจัยที่นำมาสังเคราะห์จำนวน 50 เรื่อง เป็นงานวิจัยที่ตีพิมพ์ในปี 2556 มากที่สุด (ร้อยละ 14.50) ส่วนใหญ่เป็นบทความวิจัยตีพิมพ์เผยแพร่ (ร้อยละ 53.60) และส่วนใหญ่เป็นงานวิจัยเชิงสหสัมพันธ์ (ร้อยละ 39.10) เมื่อสังเคราะห์ตามตัวแปรคุณลักษณะของงานวิจัย จำแนกตามวัตถุประสงค์ของการวิจัย พบว่า ส่วนใหญ่งานวิจัยมีวัตถุประสงค์ของการวิจัยเพื่อศึกษาความสัมพันธ์ (ร้อยละ 40.9) เมื่อจำแนกตามวิธีการเลือกกลุ่มตัวอย่าง พบว่า ส่วนใหญ่งานวิจัยมีการสุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน (ร้อยละ 32.0) เมื่อจำแนกตามประเภทของเครื่องมือ พบว่า ส่วนใหญ่งานวิจัยใช้แบบสอบถาม (ร้อยละ 83.0) เมื่อจำแนกตามการตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ พบว่า ส่วนใหญ่งานวิจัยมีการตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือด้วยความเชื่อมั่น (ร้อยละ 40.7) และเมื่อจำแนกตามสถิติที่ใช้วิเคราะห์ข้อมูล พบว่า ส่วนใหญ่ใช้ค่าสถิติพื้นฐาน Descriptive statistics (ร้อยละ 32.4)

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเบื้องต้นของค่าขนาดอิทธิพล พบว่า ค่าขนาดอิทธิพลที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้มีจำนวน 56 ค่า พบว่า ค่าขนาดอิทธิพลมีค่าเฉลี่ย เท่ากับ 0.120 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน เท่ากับ 0.017 มีช่วงความเชื่อมั่นที่ระดับ 95% อยู่ระหว่าง 0.087-0.153 เมื่อพิจารณาการแจกแจงของข้อมูล พบว่า การแจกแจงของข้อมูลมีลักษณะเบ้ซ้าย (Skewness = 2.349) แสดงว่าค่าขนาดอิทธิพลส่วนใหญ่สูงกว่าค่าเฉลี่ย และมีการแจกแจงของข้อมูลสูงกว่าโค้งปกติ (Kurtosis = 6.805)

วัตถุประสงค์ที่ 2 การสังเคราะห์องค์ความรู้เกี่ยวกับการปรับตัวทางด้านการเรียนของนักศึกษาระดับปริญญาตรีในประเทศไทย พบว่า ค่าขนาดอิทธิพลของปัจจัยเชิงสาเหตุมีผลต่อการปรับตัวด้านการเรียนของนักศึกษามากที่สุด คือ กลุ่มปัจจัยโปรแกรม เช่น โปรแกรมฝึกทักษะชีวิต รองลงมาคือ กลุ่มปัจจัยภายในบุคคล เช่น ความหวัง และผลการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณของขนาดอิทธิพลจำแนกตามตัวแปรคุณลักษณะของงานวิจัย พบว่า มีเพียงตัวแปรวิธีการเลือกกลุ่มตัวอย่างที่มีอิทธิพลต่อขนาดอิทธิพลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 โดยสามารถอธิบายความแปรปรวนของขนาดอิทธิพลได้ร้อยละ 39.10 ($R^2 = 0.391$)

การวิเคราะห์ค่าขนาดอิทธิพลของปัจจัยเชิงสาเหตุของการปรับตัวด้านการเรียนของนักศึกษาระดับปริญญาตรีในประเทศไทย พบว่า ปัจจัยเชิงสาเหตุทั้ง 56 ค่า มีความแปรปรวนของความไม่เป็นเอกพันธ์ ($I^2 =$



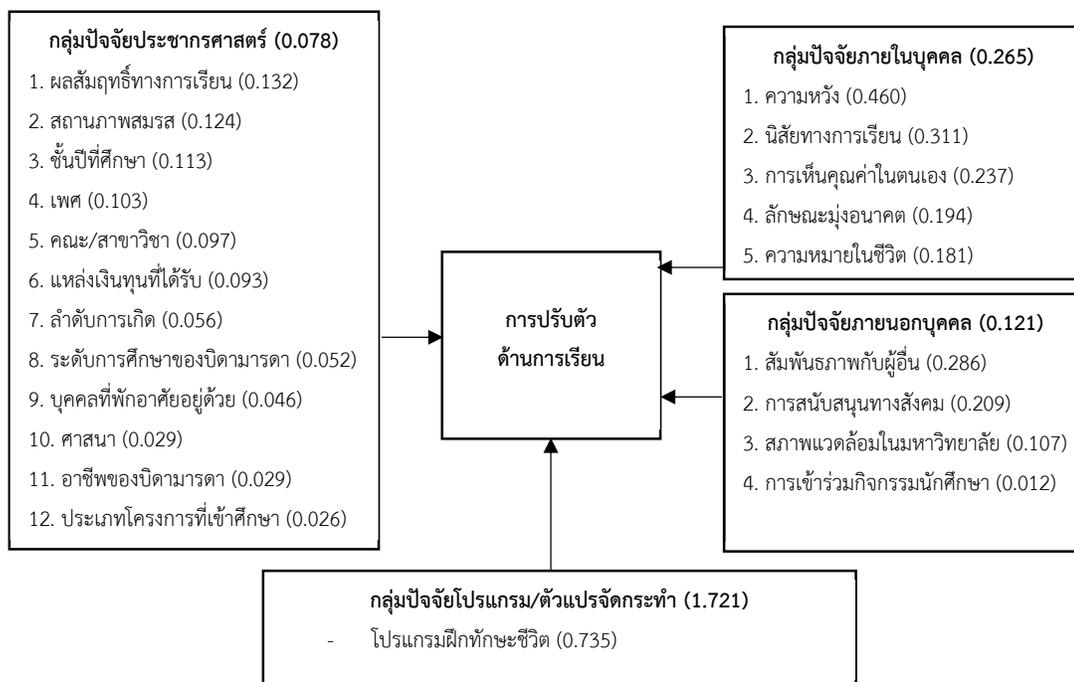
82.48%, $P = 0.000$) ดังนั้น จึงใช้รูปแบบอิทธิพลสุ่ม (Random-effect model) โดยพบว่า ปัจจัยเชิงสาเหตุ มีผลต่อการปรับตัวด้านการเรียนของนักศึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยมีค่าเฉลี่ยขนาดอิทธิพลเท่ากับ 0.120 (95% CI = 0.087-0.153) เมื่อพิจารณาตามกลุ่มปัจจัย พบว่า กลุ่มปัจจัยโปรแกรม/ตัวแปรจัดกระทำ เป็นกลุ่มปัจจัยที่มีผลต่อการปรับตัวด้านการเรียนของนักศึกษาระดับปริญญาตรีมากที่สุด มีค่าเฉลี่ยขนาดอิทธิพลเท่ากับ 0.735 (95% CI = 0.519-0.951) รองลงมาคือ กลุ่มปัจจัยภายในบุคคล และกลุ่มปัจจัยภายนอกบุคคล มีค่าเฉลี่ยขนาดอิทธิพลเท่ากับ 0.265 (95% CI = 0.164-0.366) และ 0.121 (95% CI = 0.053-0.189) ตามลำดับ ส่วนกลุ่มปัจจัยประชากรศาสตร์ เป็นกลุ่มปัจจัยที่มีค่าเฉลี่ยขนาดอิทธิพลต่ำสุด เท่ากับ 0.078 (95% CI = 0.056-0.099) เมื่อพิจารณาตามแต่ละปัจจัย ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

ปัจจัยประชากรศาสตร์ ตัวแปรผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน มีผลต่อการปรับตัวด้านการเรียนมากที่สุด (ค่าเฉลี่ยขนาดอิทธิพล เท่ากับ 0.132, 95% CI = 0.054-0.210) รองลงมา คือ เพศ (ค่าเฉลี่ยขนาดอิทธิพล เท่ากับ 0.103, 95% CI = 0.059-0.147) นอกจากนี้ ยังมีตัวแปรที่มีผลต่อการปรับตัวด้านการเรียนของนักศึกษา ได้แก่ คณะ/สาขาวิชา เป็นต้น เนื่องจากข้อจำกัดในการรวมงานวิจัย บางตัวแปรไม่เพียงพอที่จะวิเคราะห์ถ้อยความได้ เพราะมีงานวิจัยน้อยกว่า 2 เรื่อง พบว่า ตัวแปรที่ส่งผลต่อการปรับตัวด้านการเรียนของนักศึกษา โดยมีค่าเฉลี่ยขนาดอิทธิพลระดับต่ำ (0.10-0.30) ได้แก่ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน สถานภาพสมรส ชั้นปีที่ศึกษา ส่วน เพศ คณะ/สาขาวิชา แหล่งเงินทุนที่ได้รับ ลำดับการเกิด ระดับการศึกษาของบิดามารดา บุคคลที่พักอาศัยอยู่ด้วย อาชีพของบิดามารดา ศาสนา และประเภทโครงการที่เข้าศึกษา ส่งผลต่อการปรับตัวด้านการเรียนของนักศึกษา แต่มีค่าเฉลี่ยขนาดอิทธิพลที่อยู่ในระดับต่ำมาก (< 0.10)

ปัจจัยภายในบุคคล พบว่า ตัวแปรที่ส่งผลต่อการปรับตัวด้านการเรียนของนักศึกษา โดยมีค่าเฉลี่ยขนาดอิทธิพลระดับปานกลาง (0.30-0.50) ได้แก่ ความหวัง และนิสัยทางการเรียน ส่วนค่าเฉลี่ยขนาดอิทธิพลระดับต่ำ (0.10-0.30) ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเอง ลักษณะมุ่งอนาคต และความหมายในชีวิต

ปัจจัยภายนอกบุคคล มีเพียงสัมพันธ์ภาพกับผู้อื่นเท่านั้น มีผลต่อการปรับตัวด้านการเรียนของนักศึกษา (ค่าเฉลี่ยขนาดอิทธิพล เท่ากับ 0.286, 95% CI = 0.191-0.382) พบว่า ตัวแปรที่ส่งผลต่อการปรับตัวด้านการเรียนของนักศึกษา โดยมีค่าเฉลี่ยขนาดอิทธิพลระดับต่ำ (0.10-0.30) ได้แก่ สัมพันธ์ภาพกับผู้อื่น การสนับสนุนทางสังคม และสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัย นอกจากนี้ ยังมีตัวแปรที่มีค่าเฉลี่ยขนาดอิทธิพลที่อยู่ในระดับต่ำมาก (< 0.10) ได้แก่ การเข้าร่วมกิจกรรมนักศึกษา

ปัจจัยโปรแกรม/ตัวแปรจัดกระทำ พบว่า ตัวแปรที่ส่งผลต่อการปรับตัวด้านการเรียนของนักศึกษา โดยมีค่าเฉลี่ยขนาดอิทธิพลระดับสูง (> 0.50) ได้แก่ โปรแกรมฝึกทักษะชีวิต จากผลการศึกษาข้างต้น สรุปเป็นแผนภาพได้ดังภาพที่ 1

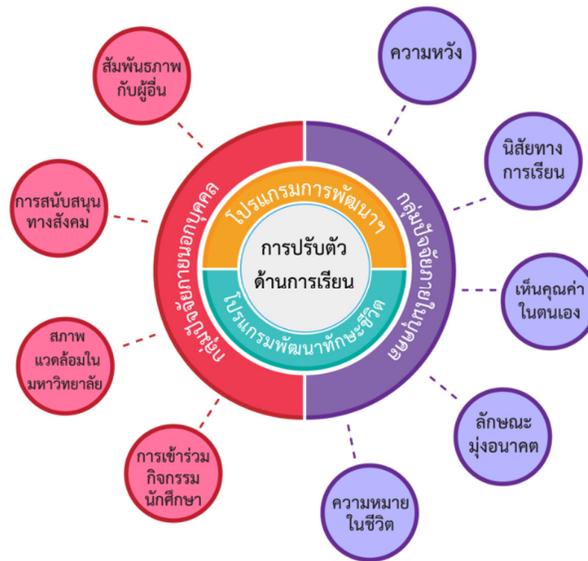


หมายเหตุ ตัวเลขในวงเล็บ หมายถึง ค่าน้ำหนักอิทธิพล

ภาพที่ 1: อิทธิพลของปัจจัยเชิงสาเหตุของการปรับตัวด้านการเรียนของนักศึกษาระดับปริญญาตรี

องค์ความรู้ใหม่

จากผลการสังเคราะห์องค์ความรู้เกี่ยวกับการปรับตัวทางด้านการเรียนของนักศึกษาระดับปริญญาตรีในประเทศไทย ผู้วิจัยได้ค้นพบองค์ความรู้ใหม่ ที่มีผลต่อการปรับตัวด้านการเรียนของนักศึกษาให้ประสบความสำเร็จ โดยปัจจัยที่มีอิทธิพลมากที่สุด คือ กลุ่มปัจจัยโปรแกรม เช่น โปรแกรมฝึกทักษะชีวิต รองลงมาคือกลุ่มปัจจัยภายในบุคคล เช่น ความหวัง นิสัยทางการเรียน การเห็นคุณค่าในตนเอง ลักษณะการมุ่งอนาคต และความหมายในชีวิต และกลุ่มปัจจัยภายนอก เช่น สัมพันธภาพกับผู้อื่น การสนับสนุนทางสังคม สภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัย และการเข้าร่วมกิจกรรมของนักศึกษา ซึ่งหากหน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนานักศึกษา ของมหาวิทยาลัยทั้งภาครัฐและเอกชน คณะต่างๆ ฝ่ายกิจการนิสิตนักศึกษา นำองค์ความรู้นี้ไปใช้ประโยชน์ในการออกแบบกิจกรรม/โปรแกรมฝึกทักษะชีวิตเพื่อเสริมสร้างการปรับตัวด้านการเรียนของนักศึกษา ควรคำนึงถึงปัจจัยทั้งภายในและภายนอกตัวบุคคล ดังนี้



ภาพที่ 2: ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวทางการเรียนของนักศึกษาระดับปริญญาตรีในประเทศไทย

โปรแกรมฝึกทักษะชีวิตเพื่อเสริมสร้างการปรับตัวด้านการเรียน หมายถึง กิจกรรมที่ช่วยเพิ่มทักษะชีวิต และเสริมสร้างความสามารถในการจัดการกับสิ่งต่างๆ ที่พบเจอได้อย่างเหมาะสม เป็นความสามารถในการจัดการได้อย่างมีประสิทธิภาพ ทั้งด้านอารมณ์ การรู้คิด การตัดสินใจ ความสามารถในการปรับตัว และแสดงพฤติกรรมได้อย่างเหมาะสม เมื่อต้องเผชิญกับสถานการณ์ต่างๆ ในช่วงการเรียนในมหาวิทยาลัย โดยการพัฒนาโปรแกรมฝึกทักษะชีวิตเพื่อเสริมสร้างการปรับตัวด้านการเรียน ควรประกอบด้วยกิจกรรมที่ทำให้มีความสำคัญกับการพัฒนาปัจจัยภายในตัวบุคคล และปัจจัยภายนอกตัวบุคคลควบคู่กัน

ปัจจัยภายในบุคคล หมายถึง สิ่งต่างๆ ที่เกี่ยวกับบุคคล ทั้งความคิด ความเชื่อ ความรู้สึกของนักศึกษาเกี่ยวกับประเด็น ดังนี้

ความหวังต่อการเรียน หมายถึง กระบวนการคิดของนักศึกษาที่มีต่อการเรียน ประกอบด้วย การวางแผนเป้าหมายทางการเรียน การค้นหาวิถีทางที่จะบรรลุเป้าหมายทางการเรียน ความตั้งใจที่จะบรรลุเป้าหมายทางการศึกษา ความเชื่อมั่นว่าจะบรรลุเป้าหมายในการเรียน ความพยายามที่จะบรรลุเป้าหมาย และความอดทนต่อการที่จะบรรลุเป้าหมายทางการเรียน

นิสัยทางการเรียน หมายถึง พฤติกรรมการเรียนที่แสดงออกสม่ำเสมอเกี่ยวกับการใช้เวลาอย่างเหมาะสมในการเรียน รู้จักแบ่งเวลา ไม่ผัดผ่อนหลีกเลี่ยง รอเวลา และไม่เสียเวลาไปกับเรื่องที่ไม่เป็นเรื่อง

การเห็นคุณค่าในตนเอง หมายถึง ความรู้สึกของนักศึกษาที่รับรู้ว่ามีคุณค่า นำไปสู่ความเชื่อมั่นในตนเอง และการยอมรับนับถือตนเอง ซึ่งเป็นผลจากการประเมินตนเองโดยภาพรวมในด้านความสามารถ ความสำคัญ และความสำเร็จของตนเอง และแสดงออกมาในรูปแบบของทัศนคติในแง่บวกที่มีต่อตนเอง



ลักษณะการมุ่งอนาคต หมายถึง ความสามารถในการคาดการณ์ที่จะเล็งเห็นความสำคัญของผลดีผลเสียที่จะเกิดขึ้นในอนาคต การตัดสินใจและการแก้ไขปัญหา การวางแผน การรู้จักเลือกที่จะกระทำ รอคอย และเพียรพยายามในปัจจุบัน เพื่อประสบความสำเร็จในชีวิต

ความหมายในชีวิต หมายถึง การรับรู้ถึงเหตุผลในการมีชีวิตอยู่ของตนเอง เป็นสิ่งที่ทำให้มีกำลังใจ ดำรงชีวิตอยู่อย่างมั่นคงเมื่อเผชิญกับอุปสรรคหรือวิกฤตของชีวิต ความหมายในชีวิตเป็นสิ่งที่เชื่อมโยงให้บุคคลมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมรอบตัวในลักษณะของการทำกิจกรรมต่าง ๆ ในชีวิตอย่างมุ่งมั่น และมีทัศนคติต่อชีวิตที่เข้มแข็ง

ปัจจัยภายนอกบุคคล หมายถึง สิ่งต่างๆที่เกี่ยวกับบุคคล ทางด้านสภาพแวดล้อมที่มีผลต่อของนักศึกษาโดยตรง ดังนี้

สัมพันธภาพกับผู้อื่น หมายถึง ความสามารถของนักศึกษาในการสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น แสดงออกโดยมีความผูกพันทางอารมณ์ รวมทั้งรู้จักการให้ การรับความรัก การเอาใจใส่ และยอมรับความรู้สึกของผู้อื่น

การสนับสนุนทางสังคม หมายถึง การมีปฏิสัมพันธ์อย่างมีจุดมุ่งหมายที่นำมาซึ่งการช่วยเหลือในด้านต่างๆ ทั้งรูปธรรมและนามธรรม เช่น การรับรู้ เข้าใจ และตอบสนองทางอารมณ์ความรู้สึก การให้ข้อมูลให้วัตถุประสงค์ของ รวมถึงการยอมรับให้เป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม

การปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัย หมายถึง การที่นักศึกษาสามารถปรับตัวให้เข้ากับลักษณะใด ๆ ภายในมหาวิทยาลัย ได้แก่ บรรยากาศ วัสดุ สิ่งของ ความเพียงพอสำหรับนักศึกษา และลักษณะบริเวณอาคารสถานที่ที่จะส่งเสริมและเอื้ออำนวยต่อชีวิตการปรับตัวของนักศึกษา

การเข้าร่วมกิจกรรมของนักศึกษา หมายถึง การที่นิสิตสามารถตัดสินใจเลือก กิจกรรมที่สนใจเข้าร่วมตามข้อบังคับของมหาวิทยาลัยได้อย่างเต็มใจ สามารถเข้าร่วมกิจกรรมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข การรู้จักการเป็นผู้ตามและผู้นำที่ดี การใช้เวลาวางให้เป็นประโยชน์ เข้าใจและเห็นประโยชน์ของการเข้าร่วมกิจกรรม การแสดงความสามารถของนักศึกษา

อภิปรายผลการวิจัย

ผู้วิจัยอภิปรายผลการวิจัยตามวัตถุประสงค์การวิจัย ดังนี้

ผลจากการวิจัยวัตถุประสงค์ข้อที่ 1 ผลการวิเคราะห์คุณลักษณะของงานวิจัยที่ศึกษาปัจจัยเชิงสาเหตุที่ส่งผลต่อการปรับตัวทางการเรียนของนักศึกษาระดับปริญญาตรีในประเทศไทย พบว่า งานวิจัยเกี่ยวกับการปรับตัวทางการเรียนของนักศึกษาระดับปริญญาตรีในประเทศไทย ในระหว่างปี พ.ศ. 2552 – 2562 ส่วนใหญ่เป็นงานวิจัยที่ตีพิมพ์เผยแพร่ในปี 2556 โดยส่วนใหญ่ตีพิมพ์เผยแพร่ในรูปแบบบทความวิจัยเป็นผลงานที่มีคุณภาพเนื่องจากการตรวจสอบ และประเมินคุณภาพก่อนเผยแพร่ สอดคล้องกับผลการวิจัยของ Pootrakul (2009) ที่ได้ศึกษาคุณภาพวิทยานิพนธ์ระดับมหาบัณฑิต คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ปีการศึกษา 2547 - 2549 จำนวน 406 เรื่อง แบ่งเป็นวิทยานิพนธ์ที่ใช้วิธีวิจัยเชิงปริมาณ วิธีวิจัยเชิงคุณภาพ และวิธีวิจัยแบบผสมวิธี พบว่า วิทยานิพนธ์มีคุณภาพอยู่ในระดับดี



ผลการวิเคราะห์ค่าสถิติพื้นฐานของค่าขนาดอิทธิพลการปรับตัวด้านการเรียน พบว่า ค่าขนาดอิทธิพลมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 0.120 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน เท่ากับ 0.017 มีช่วงความเชื่อมั่นที่ระดับ 95% ผลการวิจัยดังกล่าวสอดคล้องกับงานวิจัยของ Suwannakhot (2010) และ Bunlaead (2011) ซึ่งพบว่านักศึกษาระดับปริญญาตรีมีการปรับตัวด้านการเรียนอยู่ในระดับมาก

ผลจากการวิจัยวัตถุประสงค์ข้อที่ 2 ผลการสังเคราะห์องค์ความรู้เกี่ยวกับการปรับตัวทางด้านการเรียนของนักศึกษาระดับปริญญาตรีในประเทศไทย พบว่าผลการวิเคราะห์ค่าขนาดอิทธิพลของปัจจัยเชิงสาเหตุที่ส่งผลต่อการปรับตัวด้านการเรียนของนักศึกษาระดับปริญญาตรีในประเทศไทย พบว่า ปัจจัยเชิงสาเหตุมีผลต่อการปรับตัวด้านการเรียนของนักศึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 เมื่อพิจารณาตามกลุ่มปัจจัยพบว่า ปัจจัยโปรแกรม/ตัวแปรจัดกระทำมีผลต่อการปรับตัวด้านการเรียนของนักศึกษาระดับปริญญาตรีมากที่สุด โดยตัวแปรโปรแกรมฝึกทักษะชีวิตส่งผลต่อการปรับตัวด้านการเรียนของนักศึกษามากที่สุด สอดคล้องกับงานวิจัยของ Ramrit (2014) ซึ่งพบว่าโปรแกรมการปรับตัวด้านการเรียนมีอิทธิพลต่อการปรับตัวด้านการเรียนของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 คณะวิทยาการจัดการ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 โดยที่ภายหลังการเข้าร่วมโปรแกรมการปรับตัวด้านการเรียน นักศึกษาชั้นปีที่ 1 คณะวิทยาการจัดการ มีคะแนนการปรับตัวด้านการเรียนสูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรมการปรับตัวด้านการเรียน และสอดคล้องกับงานวิจัยของ Phuipha (2017) ซึ่งพบว่าโปรแกรมฝึกทักษะชีวิตสามารถลดภาวะซึมเศร้าในการเรียนของนักเรียนได้ และสามารถขยายผลโดยนำไปประยุกต์ใช้กับนักเรียนนักศึกษาที่มีคุณลักษณะใกล้เคียงได้ ทั้งนี้กลุ่มปัจจัยภายนอกบุคคล พบว่า ตัวแปรสัมพันธ์ภาพกับผู้อื่นมีผลต่อการปรับตัวด้านการเรียนของนักศึกษามากที่สุด รองลงมา คือตัวแปรการสนับสนุนทางสังคม สภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัย และการเข้าร่วมกิจกรรมนักศึกษา สอดคล้องกับผลงานวิจัยของ Pongsuvan (1997) ซึ่งพบว่าปัญหาการปรับตัวด้านการเรียนของนักศึกษาปริญญาตรีปีที่ 1 ได้แก่ ด้านสภาพแวดล้อม ความสัมพันธ์กับเพื่อน ด้านส่วนตัว และด้านอาจารย์ผู้สอน และสอดคล้องกับงานวิจัยของ Sladtook (2000) พบว่า ตัวแปรด้านภายนอกบุคคลด้านสิ่งแวดล้อมและสังคม ที่มีผลต่อการปรับตัวของนักศึกษา ได้แก่ การอบรมเลี้ยงดูแบบความคุม บรรยากาศด้านการสอนของอาจารย์ การอบรมเลี้ยงดูแบบรักสนับสนุน สัมพันธภาพกับเพื่อนและรุ่นพี่ ทั้งนี้การสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่นเป็นกระบวนการหนึ่งของการปรับตัว ซึ่งจะช่วยให้สามารถทำกิจกรรม ดำเนินชีวิตในสังคมได้อย่างไม่รู้สึกลำบากใจ และผลงานวิจัยของ Praphosri (2000) พบว่า การเข้าร่วมกิจกรรมของนักศึกษามีความสัมพันธ์ทางบวกกับการปรับตัวด้านการเรียนของนักศึกษา นอกจากนี้ Suwannakhot (2010) ได้กล่าวถึงการเข้าร่วมกิจกรรมของนักศึกษา ได้ว่ากิจกรรมนักศึกษาเป็นสิ่งหนึ่งที่จะช่วยพัฒนานักศึกษาให้เป็นบุคคลที่สมบูรณ์ ฝึกให้นักศึกษามีความรับผิดชอบ และพัฒนานักศึกษาให้มีบุคลิกภาพที่เหมาะสม ยังคงมีนักศึกษาบางส่วนมีปัญหาเกี่ยวกับการปรับตัวในการเข้าร่วมกิจกรรม โดยการปรับตัวด้านกิจกรรม มีผลกระทบต่อการศึกษาเนื่องจากนักศึกษาบางส่วนแบ่งเวลาไม่เหมาะสม ซึ่งนักศึกษาที่เข้าร่วมกิจกรรมจะมีการปรับตัวได้ดีกว่า นอกจากนี้ การเปลี่ยนแปลงสภาพแวดล้อมที่อยู่รอบตัวของนักศึกษา ล้วนเป็นสิ่งที่ส่งผลกระทบต่อนักศึกษาทั้งสิ้น ทั้งด้านผู้สอน สังคมเพื่อน สภาพแวดล้อม และกิจกรรมต่างๆที่นักศึกษาต้องเข้าร่วม ซึ่งสิ่งเหล่านี้เป็นสิ่งสำคัญต่อการศึกษาในระดับอุดมศึกษา หากนักศึกษาสามารถปรับตัวได้ดีก็จะส่งผลให้นักศึกษาเรียนรู้ได้อย่างมีความสุข และ

ประสบความสำเร็จตามความมุ่งหมาย แต่ถ้านักศึกษาไม่สามารถปรับตัวได้ผลกระทบที่ตามมาจะส่งผลต่อการเรียน อาจส่งผลให้นักศึกษาเกิดความท้อแท้ เบื่อหน่ายในการเรียน รู้สึกอึดอัดเมื่ออยู่กับเพื่อน ผลที่ตามมาคือ การตกออกกลางคัน ส่งผลให้นักศึกษาไม่ประสบความสำเร็จในการเรียนได้ ส่วนกลุ่มปัจจัยประชากรศาสตร์ เป็นกลุ่มปัจจัยที่มีค่าเฉลี่ยขนาดอิทธิพลต่ำสุด พบว่า ตัวแปรผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน มีผลต่อการปรับตัวด้านการเรียนมากที่สุด สอดคล้องกับผลการวิจัยของ Praphosri (2000); Pongsuvan (1997); Onthong, Pojpanitphong and Duangtip (2017) พบว่า เพศ ภูมิลำเนา ซึ่งจัดอยู่ในกลุ่มปัจจัยประชากรศาสตร์ ไม่มีความสัมพันธ์กับการปรับตัวด้านการเรียนของนักศึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ นอกจากนี้ผลงานวิจัยของ Bunlaead (2011) พบว่า การปรับตัวด้านการเรียน มีความสัมพันธ์ทางบวกกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 อาจกล่าวได้ว่านักศึกษาที่มีการปรับตัวด้านการเรียนได้ดี จะมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงขึ้นด้วย

สรุป

การปรับตัวทางการเรียนของนักศึกษาเกิดขึ้นในทุกช่วงของการเรียนในระดับอุดมศึกษา โดยเฉพาะช่วงปีแรกของการเข้าศึกษาในมหาวิทยาลัย อาจเนื่องจากการที่นักศึกษาต้องพบวิธีการเรียนการสอนที่ต่างจากเดิม สภาพแวดล้อม หลักสูตรการเรียนการสอน อาจารย์ผู้สอน การเข้าร่วมกิจกรรม รวมไปถึงการอยู่ร่วมกับสังคมกลุ่มเพื่อนในมหาวิทยาลัย นักศึกษาจะต้องรู้จักแบ่งเวลาและรับผิดชอบตนเอง หากนักศึกษาไม่สามารถปรับตัวได้ อาจส่งผลกระทบต่อผลการเรียน และตกออกกลางคันได้ ทั้งนี้หากนักศึกษาได้รับการส่งเสริมฝึกทักษะชีวิตตั้งแต่ในระยะแรกของการเข้าเรียน หรือเสริมสร้างการปรับตัวด้านการเรียนทั้งในมิติการสร้างคามเข้มแข็งภายในบุคคล เช่น การเสริมสร้างความหวัง นิสัยทางการเรียน การเห็นคุณค่าในตนเอง ลักษณะมุ่งอนาคต ความหมายในชีวิต ร่วมกับการสร้างสัมพันธ์ภาพกับผู้อื่น การสนับสนุนทางสังคม การปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัย การปรับตัวในการเข้าร่วมกิจกรรมนักศึกษา จัดเป็นมิติด้านสภาพแวดล้อมภายนอก ซึ่งนักศึกษาควรได้รับการพัฒนาทั้งสองมิติควบคู่กัน จะช่วยให้นักศึกษาสามารถปรับตัวได้ดี รวมทั้งมีสุขภาพจิตที่ดีพร้อมรับการเปลี่ยนแปลง ซึ่งเป็นแนวทางในการส่งเสริมสนับสนุนให้นักศึกษาประสบความสำเร็จในการศึกษา อันจะส่งผลให้นักศึกษาสำเร็จเป็นบัณฑิตที่มีคุณภาพในอนาคต

ข้อเสนอแนะ

จากผลการวิจัย ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะ ดังนี้

1. ข้อเสนอแนะจากการวิจัย

1.1 ในช่วงเวลา 10 ปีที่ผ่านมา มีการผลิตผลงานวิจัยที่ศึกษาปัจจัยเชิงสาเหตุที่ส่งผลต่อการปรับตัวด้านการเรียนของนักศึกษาระดับปริญญาตรีในประเทศไทย จำนวนค่อนข้างมาก โดยส่วนใหญ่มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ สะท้อนให้เห็นว่านักวิจัยให้ความสำคัญกับการค้นหาสาเหตุของการปรับตัวด้านการเรียนของนักศึกษา ดังนั้น หน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ได้แก่ มหาวิทยาลัย/สถาบันการศึกษาในฐานะหน่วยงานผลิตบัณฑิตให้มีคุณภาพทั้งด้านวิชาการ คุณธรรมจริยธรรม และมีทักษะในวิชาชีพ เพื่อพัฒนาสังคมในฐานะ



พลเมืองไทยและพลเมืองโลก อาจนำผลการวิจัยไปวางแผนดำเนินการจัดตั้งหรือส่งเสริมระบบการพัฒนานักศึกษาโดยคำนึงถึงความรอบด้านของการให้บริการ (One Stop Service Center) ที่เน้นการให้บริการดูแลนักศึกษาทั้งด้านวิชาการ ด้านจิตใจ และด้านสังคม มีระบบที่ชัดเจนทั้งในแง่กระบวนการทำงานและโครงสร้างของศูนย์/ระบบ ควรสร้างระบบฐานข้อมูลในการรวบรวมสาเหตุและผลของการปรับตัวของนักศึกษา และสร้างฐานข้อมูลหลักเกณฑ์และมาตรฐานในการพัฒนานักศึกษา

2.2 กลุ่มปัจจัยเชิงสาเหตุที่มีผลต่อการปรับตัวด้านการเรียนของนักศึกษา แบ่งเป็น 3 กลุ่ม ได้แก่ กลุ่มปัจจัยโปรแกรม เช่น โปรแกรมฝึกทักษะชีวิต กลุ่มปัจจัยภายในบุคคล เช่น ความหวัง นิสัยทางการเรียน การเห็นคุณค่าในตนเอง ลักษณะการมุ่งอนาคต ความหมายในชีวิต และกลุ่มปัจจัยภายนอก เช่น สัมพันธภาพกับผู้อื่น การสนับสนุนทางสังคม สภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัย และการเข้าร่วมกิจกรรมของนักศึกษา ดังนั้น กองพัฒนานักศึกษา หรือฝ่ายกิจการนักศึกษาของมหาวิทยาลัย/สถาบันการศึกษาต่าง ๆ อาจนำผลการวิจัยไปวางแผนดำเนินการออกแบบกิจกรรม/โปรแกรมส่งเสริมการปรับตัวด้านการเรียนของนักศึกษาตั้งแต่แรกรับเข้าศึกษา โดยคำนึงถึงความเหมาะสมของช่วงวัย และบริบทสภาพแวดล้อมทั้งภายในและภายนอกของมหาวิทยาลัย รวมถึงบริบทสังคมไทยและสังคมโลก

2. ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

สำหรับประเด็นในการวิจัยครั้งต่อไปควรทำวิจัยในประเด็นเกี่ยวกับ

2.1 การพัฒนาโปรแกรม การออกแบบกิจกรรม หรือการพัฒนารูปแบบที่ส่งเสริมการปรับตัวด้านการเรียน ควรคำนึงถึงมิติปัจจัยภายในบุคคล เช่น การเสริมสร้างความหวัง นิสัยทางการเรียน การเห็นคุณค่าในตนเอง ลักษณะมุ่งอนาคต ความหมายในชีวิต และมิติปัจจัยภายนอก เช่น การสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่น การสนับสนุนทางสังคม สภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัย การปรับตัวในการเข้าร่วมกิจกรรมนักศึกษา ทั้งนี้ เพื่อให้ นักศึกษาสามารถปรับตัวให้สามารถเข้ากับบริบทที่เปลี่ยนแปลงได้เป็นอย่างดี เรียนรู้อย่างมีความสุข และประสบความสำเร็จตามความมุ่งหมายได้อย่างมีประสิทธิภาพ

2.2 ควรมีการพัฒนาต่อยอดองค์ความรู้ในการพัฒนางานวิจัยครั้งต่อไปด้านการปรับตัวด้านการเรียนของนักศึกษาระดับปริญญาตรี โดยออกแบบการวิจัยแบบผสมผสานวิธี (Mixed Methods Design) เพื่อให้เกิดการขยายองค์ความรู้ในมิติที่ลุ่มลึก และครอบคลุมมากขึ้น

References

- Boonsong, S. (2014). *Cooperation Strategies between higher education institutions and professional organizations for the promotion of Thai higher education institution excellence*. (Doctoral dissertation). Chulalongkorn University. Bangkok.
- Bunlaead, N. (2011). *The Adjustment of the First Year Undergraduate Students of Faculty of Science at Burapha University*. (Master's Thesis). Burapha University. Chon Buri.



- Chairak, S. (2013). *The adjustment problems of the first year students of Suranaree University of Technology Suranaree*. Nakhon Ratchasima: *University of Technology Intellectual Respository*.
- Chaiyachompoo, P. (2006). *Factors affecting the adjustment of students Ratchathani University Udon Thani Campus*. (Master's Thesis). Khon Kaen University. Khon Kaen.
- Higgins, T. J., Thompson, S. G., Deeks J. J., & Altman. D. G. (2003). Measuring inconsistency in meta-analyses. *Journal of Education and debate*, 237(7414), 557-560.
- Office of Student Promotion and Development. (2018). *Report of the audit of information about management and development of service systems to speak with students in educational institutions, colleges, 2017*. Bangkok: Office of the Higher Education Commission.
- Office of the Education Council Secretariat Ministry of Education. (2008). *Strategy for Educational Quality Development National Agenda 2008 - 2012*. Bangkok: Office of the Education Council Secretariat Ministry of Education.
- Office of the Higher Education Commission. (2014). *Manual of educational quality assurance in schools Higher Education Level 2014*. Bangkok: Office of the Higher Education Commission.
- Ohlsen, M. M. (1983). *Introduction to Counseling*. Illinois, IL: Peacock.
- Onthong Tim, S., Laojiranakun, P., Pojpanitphong, S., & Duangtip, C. (2017). Adjustment of undergraduate students Year 1, higher education institutions within the district Mueang District, Chiang Rai Province. *Journal of Association of Private Higher Education Institutions of Thailand Under the royal patronage Her Royal Highness Princess Maha Chakri Sirindhorn Siam Boromrajakumari*. 23(1), 18-25.
- Phuipha, T. (2017). *The effect of a life-skill training program on the depressive symptoms of senior high school students* (Master's Thesis). Thammasat University. Pathum Thani.
- Pootrakul, K. (2009). *An analysis and comparison of lengths of study time and the quality of master's degree thesis of education students with different characteristics* (Master's Thesis). Chulalongkorn University. Bangkok.
- Pongsuvan, R. (1997). *A Study of Ramkhamhaeng University First Year Students Problems in Learning* (Master's thesis). Srinakharinwirot University. Bangkok.
- Praphosri, S. (2000). *Variables Related to Learning Adjustment of Trimester of the Students of Suranaree University of Technology in Changwat Nakornratchasima* (Master's Thesis). Srinakharinwirot University. Bangkok.



- Ramrit, W. (2014). *The Results of the Adjustment Program for Learning Development of First Year Students of the Faculty of Management Sciences* (Master's Thesis). Prince of Songkla University. Songkla.
- Sladtook, C. (2000). *Variables Related to Adjustment of Freshmen of Srinakharinwirot University* (Master's Thesis). Srinakharinwirot University. Bangkok.
- Suwannakhot, N. (2010). *The Adjustment of The First Year Undergraduate Students at Naresuan University* (Master's Thesis). Srinakharinwirot University. Bangkok.
- Suwanphakdee, S. (1998). *Factors related to the adjustment of nursing education program in the southern region Under the Ministry public health* (Master's Thesis). Srinakharinwirot University. Bangkok.
- Wirangkorn, J. (2005). *New Student Life Book*. Bangkok: The first step towards a new graduate, Kasetsart University.