

การสร้างแบบวัดทักษะการจัดการเวลาสำหรับนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น

Development of a Time Management Skill Test for Early Secondary School Students

อุไร จักษ์ตรีมงคล¹Urai Chaktrimongkhon¹¹ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. สำนักทดสอบทางการศึกษาและจิตวิทยา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ¹Assistant Professor Dr., Educational and Psychological Test Bureau, Srinakharinwirot University

E-mail: urai@g.swu.ac.th

Received: January 12, 2026; Revised: April 16, 2026; Accepted: April 24, 2026

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อสร้างแบบวัดทักษะการจัดการเวลาสำหรับนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น และตรวจสอบคุณภาพของแบบวัดที่สร้างขึ้น ตัวอย่างวิจัยเป็นนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นของโรงเรียนในสังกัดกรุงเทพมหานครที่กำลังศึกษาในภาคเรียนที่ 2/2568 จำนวน 406 คน ซึ่งได้มาจากการสุ่มแบบหลายขั้นตอน (Multistage random sampling) เครื่องมือสำหรับการวิจัยเป็นแบบวัดทักษะการจัดการเวลา ชนิดสถานการณ์ 3 ตัวเลือก จำนวน 30 ข้อ

ผลการศึกษาพบว่า

1. เครื่องมือที่สร้างขึ้นผ่านเกณฑ์การพิจารณาคุณภาพและความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Index of Item Objective Congruence) ว่าข้อคำถามและตัวเลือกที่สร้างขึ้นทั้ง 30 ข้อ สอดคล้องกับนิยามและพฤติกรรมขององค์ประกอบของทักษะการจัดการเวลา

2. วิเคราะห์ค่าอำนาจจำแนกรายข้อด้วยวิธีการเปรียบเทียบคะแนนระหว่างกลุ่มที่มีคะแนนสูงและคะแนนต่ำ โดยใช้การทดสอบสมมติฐาน t ด้วยสถิติ Independent t-test พบว่าข้อคำถามทั้ง 30 ข้อ สามารถจำแนกผู้สอบได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 และ 0.05

3. วิเคราะห์ค่าความสอดคล้องภายในโดยใช้วิธีวิเคราะห์สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนประจำข้อกับคะแนนรวมของแต่ละองค์ประกอบ (item-total correlation) พบว่าข้อคำถามทั้ง 30 ข้อ มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์กับคะแนนรวมของแต่ละองค์ประกอบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติทุกข้อ

4. ค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับที่วิเคราะห์ด้วยสถิติสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha) มีค่าเท่ากับ 0.738

5. ผลการวิเคราะห์ความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้างโดยใช้การวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันอันดับที่สองพบว่า ข้อมูลเชิงประจักษ์สอดคล้องกับโมเดลโครงสร้าง ($\chi^2 = 41.41$, $df = 26$, $p = 0.0282$, AGFI = 0.96, RMSEA = 0.038) มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบ (factor loading) ระหว่าง 0.23 – 0.65

คำสำคัญ: ทักษะการจัดการเวลา, การสร้างแบบวัด, นักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น

Abstract

The aim of this research were to develop a time management skills test for early secondary school students and to analyze the quality of the test. The sample consisted of 406 early secondary school students of Bangkok Metropolitan Administration, studying in the second semester of the 2025 academic year, obtained through multistage random sampling. The research instrument was a 30-item, situational-based time management skills assessment with three options.

The results of this research had the following features:

1. The 30 questions were qualified for content validity by the IOC (Index of Item Objective Congruence) showed that questions and options aligned with the definition and behavior of time management skills components.
2. Analysis on the power of item discrimination by comparing the scores between the high and low score groups. Using the independent-samples t-test, it was found that all 30 questions statistical significantly at the 0.01 and 0.05.
3. Internal consistency analysis using item-total correlation coefficient revealed that all 30 questions showed statistically significant correlation with the total score of each component.
4. The Cronbach's alpha coefficient (α -Coefficient) was 0.738.
5. According to confirmatory factor analysis (CFA), the scale had construct validity with chi-square (χ^2) of 41.41 (df = 26, p = 0.0282, AGFI = 0.96, RMSEA = 0.038). The factor loading was between 0.23 and 0.65.

Keywords: Time Management Skills, Tests Construction, Early Secondary School Students

บทนำ

นักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นเป็นกลุ่มประชากรที่มีอายุน้อยระหว่าง 12 – 14 ปี นับเป็นช่วงรอยต่อระหว่างวัยเด็กและวัยรุ่นซึ่งเป็นระยะที่ต้องมีการปรับตัวอย่างมาก โดยเฉพาะเรื่องการเรียนรู้ เนื่องจากเพิ่งผ่านพ้นการเรียนรู้ระดับประถมศึกษาและเข้าสู่การเรียนรู้ระดับมัธยมศึกษา นักเรียนต้องปรับสภาพจากการเรียนรู้กับครูคนเดียวเป็นตารางเรียนที่มีหลายวิชาและมีครูผู้สอนหลายคน ทำให้มีงานที่ได้รับมอบหมายและการทดสอบระหว่างเรียนเพิ่มขึ้น ดังนั้นการใช้เวลาในการเรียนจึงเป็นเรื่องที่มีความสำคัญ เนื่องจากการใช้เวลาเพื่อการเรียนรู้เป็นปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน สอดคล้องกับงานวิจัยของวัลลภา จันทรพิชญ์ (2527) ที่พบว่านักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงจะใช้เวลาในการเรียนต่อวันมากกว่านักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ และเมื่อเข้าสู่มหาวิทยาลัย การจัดการเวลาจึงมีความสำคัญมากยิ่งขึ้น (Trueman & Hartley, 1996)

จากงานวิจัยในอดีตที่ศึกษาภาระงานผู้เรียนระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน (สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา, 2550 อ้างถึงใน อุษณีย์ ลลิตพสาน, 2551) โดยเก็บข้อมูลในกลุ่มนักเรียนระดับการศึกษาขั้นพื้นฐานจำนวน 12,158 คน พบว่า ในหนึ่งสัปดาห์นักเรียนจะใช้เวลาทำกิจกรรมในการเรียนน้อยกว่าทำกิจกรรมเวลาว่าง ทั้งนี้เวลาที่นักเรียนใช้กับการเรียนนั้นเป็นภาระงานที่ได้รับมอบหมายจากโรงเรียน ส่วนเวลาว่างส่วนใหญ่ใช้ไปกับการดูโทรทัศน์ เล่นเกมคอมพิวเตอร์ คุยโทรศัพท์ ซึ่งเมื่อพิจารณาสภาพของเด็กและเยาวชนในปัจจุบันก็พบว่าไม่แตกต่างจากเดิม แต่ในยุคปัจจุบันเด็กเติบโตมาพร้อมกับเทคโนโลยีดิจิทัลที่เข้ามามีส่วนเกี่ยวข้องกับการใช้ชีวิต ซึ่งผลจากการสำรวจของสำนักงานสถิติแห่งชาติ พบว่า เด็กและเยาวชนมีการใช้

เทคโนโลยีมากขึ้นทุก ๆ ปี ไม่ว่าจะเป็นคอมพิวเตอร์ โทรศัพท์มือถือ หรืออินเทอร์เน็ต จากผลสำรวจการใช้ไอซีทีของเด็กและเยาวชนในปี พ.ศ. 2566 พบว่า เด็กอายุ 12 – 14 ปีใช้โทรศัพท์มือถือและอินเทอร์เน็ตถึงร้อยละ 99.1 (สำนักงานสถิติแห่งชาติ, 2566: 3-7) และโทรศัพท์ที่ใช้ส่วนใหญ่เป็นสมาร์ทโฟนซึ่งเป็นอุปกรณ์ที่เข้าถึงได้ง่าย ใช้งานสะดวก และถูกพัฒนาจนทำให้การเข้าถึงข้อมูลและเชื่อมต่อระหว่างกันทำได้ง่ายและตลอดเวลา พฤติกรรมการใช้งานส่วนใหญ่เพื่อความบันเทิงทั้งการใช้สื่อสังคมออนไลน์ การสนทนา หรือดูวิดีโอผ่านแอปพลิเคชันต่าง ๆ ทำให้ใช้เวลาอยู่ในโลกออนไลน์มากขึ้น โดยจะพบว่ามิจงานวิจัยที่กำหนดให้จำนวนเวลาที่ใช้อุปกรณ์อิเล็กทรอนิกส์ในแต่ละวันเป็นปัจจัยส่วนบุคคลที่ส่งผลต่อตัวแปรตามเช่นทักษะชีวิต (พิชญ์สินี ณ ระนอง และธีรพัฒน์ วงศ์คุ้มสิน, มกราคม - มิถุนายน 2567: 31) จากข้อมูลดังกล่าวสะท้อนให้เห็นว่านักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นต้องการความสามารถในการจัดการเวลาที่ดีเพื่อตอบสนองต่อความต้องการต่าง ๆ ทั้งในด้านการเรียนและกิจกรรมเสริมอื่น ๆ จึงมีความจำเป็นต้องได้รับการพัฒนาให้มีทักษะการจัดการเวลา (Time Management Skill) เพื่อช่วยให้นักเรียนสามารถวางแผนกิจกรรมต่าง ๆ ได้อย่างเป็นระเบียบ และลดความเครียดที่เกิดจากการจัดการเวลาที่ไม่ดี

ทักษะการจัดการเวลาสามารถพัฒนาได้เหมือนกับทักษะอย่างอื่น ที่ผ่านมามีงานวิจัยที่พัฒนาทักษะการจัดการเวลาด้วยเทคนิควิธีต่าง ๆ ได้แก่ การไม่ผัดวันประกันพรุ่ง การหาสถานที่เฉพาะสำหรับทำงานหรืออ่านหนังสือ การเรียนรู้เทคนิคการอ่าน การมีสมาธิกับงาน การแบ่งงานที่ยากออกเป็นส่วน ๆ รวมทั้งการใช้เครื่องมือเพื่อช่วยในการจัดการเวลา เช่น การทำตารางเวลา การใช้ปฏิทินวางแผน เป็นต้น แต่ทั้งนี้การที่บุคคลจะพัฒนาทักษะการจัดการเวลาได้จะต้องมีข้อมูลเกี่ยวกับความสามารถในการจัดการเวลาของตนเองก่อน จากการศึกษางานวิจัยเกี่ยวกับการพัฒนาเครื่องมือประเมินทักษะการจัดการเวลาพบว่าเครื่องมือที่สร้างและพัฒนาขึ้นส่วนใหญ่มักจะใช้รูปแบบมาตรฐานค่า (งามพันธุ์ สัยศรี, 2554) แต่ยังไม่มิจงานวิจัยที่สร้างเครื่องมือในรูปแบบของข้อคำถามเชิงสถานการณ์ และจากการศึกษาเบื้องต้นของผู้วิจัยพบว่า มิจงานวิจัยที่ระบุถึงคุณภาพของเครื่องมือที่เป็นแบบวัดเชิงสถานการณ์อยู่จำนวนหนึ่ง เช่นงานวิจัยของญาณิ วัฒนกร (2558) และ ณิช อาจเดช (2555) ที่สร้างเครื่องมือที่เป็นแบบวัดเชิงสถานการณ์พบว่าคุณภาพของเครื่องมืออยู่ในเกณฑ์ดีทั้งค่าความเชื่อมั่น และค่าความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้าง นอกจากนี้ยังมิจงานวิจัยที่เปรียบเทียบเครื่องมือที่เป็นแบบวัดชนิดสถานการณ์กับเครื่องมือชนิดอื่น เช่น มาตรฐานวัดประมาณค่า ซึ่งผลการวิจัยพบว่าแบบวัดชนิดสถานการณ์มีค่าความเชื่อมั่นสูงกว่า (อารีรัตน์ หมื่นมา, 2546; ภัคณัฐ สมพงษ์ธรรม, 2551; ปัทมา นาถมเงิน และคณะ, 2560)

การสร้างเครื่องมือวัดทักษะการจัดการเวลาที่มีคุณภาพจะช่วยให้ นักเรียนทราบความสามารถในการจัดการเวลาของตนเอง ครูสามารถวัดและติดตามพัฒนาการทักษะการจัดการเวลาของนักเรียนได้อย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งจะเป็ประโยชน์ต่อการพัฒนาการศึกษาและการเรียนรู้ของนักเรียนในระดับมัธยมศึกษาตอนต้น และส่งเสริมให้นักเรียนมีทักษะการจัดการเวลาที่ดีเพื่อความสำเร็จในชีวิตประจำวันและอนาคต

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อสร้างแบบวัดทักษะการจัดการเวลาสำหรับนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น
2. เพื่อตรวจสอบคุณภาพรายข้อและรายฉบับของเครื่องมือวัดทักษะการจัดการเวลาที่สร้างขึ้น

แนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง

เวลาเป็นทรัพยากรที่มีความสำคัญที่สุด ในกระบวนการทรัพยากรทั้งหมด เวลาจะมีจำกัด เพราะวันหนึ่งมีเวลาให้ใช้ได้เพียง 24 ชั่วโมง หรือ 1,440 นาทีเท่านั้น และไม่สามารถที่จะหาเวลามาเพิ่มเติมได้มากกว่านี้เลย และนอกจากนี้ เวลายังเป็นทรัพยากรที่ทุกคนมีเท่ากัน เวลาให้โอกาสแก่คนอย่างยุติธรรม ไม่มีฐานะ เศรษฐกิจ และชนชั้น จะมีความแตกต่างกันอยู่ที่ว่าใครจะใช้เวลาให้เกิดประโยชน์มากกว่ากันเท่านั้น และเวลาก็เป็นทรัพยากรที่ไม่มีสิ่งใดมาทดแทนได้ มนุษย์สามารถประหยัดทรัพยากรอื่นได้ หากใช้เวลาคุ้มค่าถือว่าประหยัดเวลาได้ เวลาไม่สามารถสะสมเหมือนเงินทองหรือทรัพย์สินอื่นได้ หากไม่ใช้

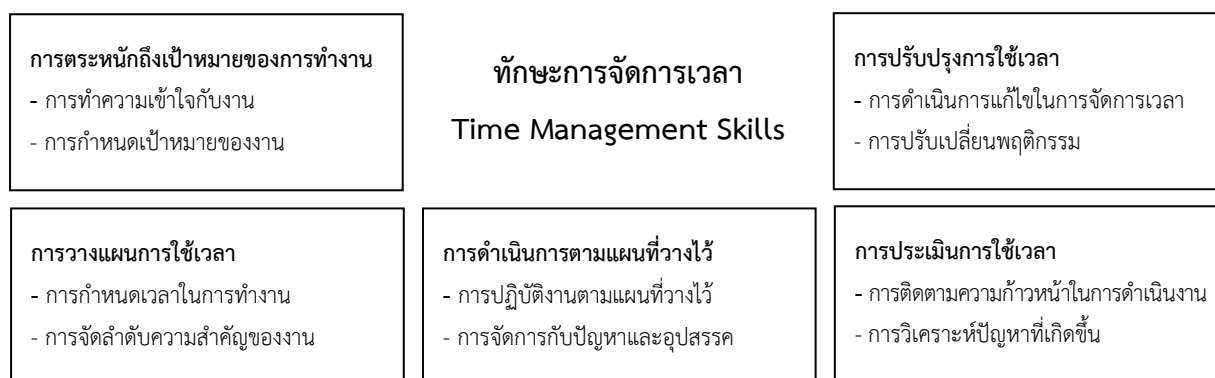
เวลาก็จะล่วงเลยไป ไม่มีหวนกลับมาคืนมา จะเรียกหรือหยุดเวลากลับคืนให้อยู่กับที่ ไม่อาจทำได้ การกระทำทุกอย่างต้องใช้เวลา สิ่งของอื่น ๆ หากไม่ใช้ก็ไม่หมดเปลือง แต่สำหรับเวลา แม้แต่อนอนหลับไม่มีปฏิกิริยาต่อสิ่งแวดลอมเลย เวลายังถูกใช้อย่างสม่ำเสมอ ดังนั้นเวลาจึงมีค่ายิ่งกว่าเงิน หรือมีความสำคัญมากกว่าเงิน เพราะเงินทองเมื่อสูญเสียไปแล้วสามารถหาทดแทนใหม่ได้ แต่เวลาไม่อาจหามาทดแทนได้ (ขจรศักดิ์ หาญณรงค์, 2519)

การบริหารเวลา คือการรู้จักวางแผนและจัดสรรเวลาในการทำงานอย่างถูกต้องเหมาะสม เพื่อให้สามารถกำหนดและควบคุมการปฏิบัติงานให้บรรลุผลตามเวลาและวัตถุประสงค์ที่กำหนด (ส่วนพัฒนาและบริหารจัดการความรู้ สถาบันดำรงราชานุภาพ, 2553) ทักษะบริหารจัดการเวลามีประโยชน์หลายประการที่ส่งผลต่อชีวิตทั้งในด้านการเรียน การทำงาน และการใช้ชีวิตประจำวัน ตามรายละเอียดดังนี้

1. **เพิ่มประสิทธิภาพ:** การจัดการเวลาอย่างมีประสิทธิภาพช่วยให้เราสามารถทำงานต่าง ๆ ได้สำเร็จตามเวลาที่กำหนด โดยไม่ต้องรีบเร่งหรือล่าช้า
2. **ลดความเครียด:** เมื่อเรามีแผนการทำงานที่ชัดเจน เราจะรู้สึกควบคุมสถานการณ์ได้มากขึ้น ซึ่งช่วยลดความเครียดและความกังวล
3. **สร้างสมดุลในชีวิต:** การบริหารจัดการเวลาช่วยให้เราสามารถจัดการกับความสมดุลระหว่างการทำงาน การเรียน และการพักผ่อนได้ดีขึ้น ทำให้มีชีวิตที่มีความสุขมากขึ้น
4. **เพิ่มโอกาสความสำเร็จ:** การมีทักษะในการจัดการเวลาเป็นปัจจัยสำคัญที่ช่วยให้เราสามารถบรรลุเป้าหมายในชีวิตและการทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ
5. **พัฒนาทักษะการตัดสินใจ:** การวางแผนและจัดการเวลาช่วยให้เราสามารถตัดสินใจได้ดีขึ้น เนื่องจากเราสามารถจัดลำดับความสำคัญของงานและกิจกรรมต่าง ๆ ได้
6. **การเรียนรู้และพัฒนาตนเอง:** การบริหารจัดการเวลาที่ดีช่วยให้เรามีเวลาว่างในการพัฒนาทักษะใหม่ ๆ และเรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ ที่เป็นประโยชน์ต่อชีวิตและการทำงาน
7. **การทำงานเป็นทีม:** การมีทักษะบริหารจัดการเวลาช่วยให้เราสามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้น เนื่องจากสามารถกำหนดเวลาและตารางการทำงานที่ชัดเจนได้

นักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นมักจะประสบปัญหาในการบริหารจัดการเวลาหลายด้าน ซึ่งอาจมีสาเหตุมาจากหลายปัจจัย ได้แก่ 1) การเพิ่มขึ้นของภาระการเรียน เนื่องจาก เด็กในช่วงมัธยมศึกษาตอนต้นมักจะมีงานบ้านและการทดสอบที่มากขึ้นเมื่อเทียบกับระดับประถม ทำให้บางครั้งยากที่จะจัดการเวลาให้เพียงพอสำหรับทุกภาระงาน 2) การจัดลำดับความสำคัญไม่ดี เด็กมักจะไม่ค่อยให้ความสำคัญของการจัดลำดับความสำคัญของงาน ทำให้บางครั้งทำงานที่ไม่สำคัญก่อนและงานสำคัญไม่ทัน 3) การผัดวันประกันพรุ่ง เป็นปัญหาที่พบได้บ่อย เด็กบางคนมักจะเลื่อนการทำงานไปทำในภายหลัง ทำให้เกิดความเร่งรีบและเครียดในภายหลัง 4) การบริหารเวลาในกิจกรรมนอกหลักสูตร การทำกิจกรรมนอกหลักสูตร เช่น กีฬาหรือกิจกรรมชมรม อาจทำให้เวลาที่ใช้ในการเรียนหรือทำการบ้านลดลง 5) การใช้เทคโนโลยีมากเกินไป การเล่นเกมหรือใช้โซเชียลมีเดียมากเกินไปทำให้เวลาที่ใช้ในการเรียนหรือทำงานลดลง 6) การไม่มีแผนการทำงานที่ชัดเจน การขาดการวางแผนและการติดตามงาน ทำให้ไม่สามารถทำงานให้เสร็จตามเวลาที่กำหนด 7) การจัดการกับความเครียดไม่ดี ความเครียดจากการเรียนหรือการสอบอาจทำให้เด็กไม่สามารถจัดการเวลาได้ดี

ปนัดดา กองมนต์ (2565) สร้างแบบวัดทักษะการจัดการเวลาสำหรับนิสิตระดับบัณฑิตศึกษา โดยสังเคราะห์เอกสารและงานวิจัยของ Razali และคณะ (2022), Bernardo Tabuenca และคณะ (2021), Robert Wilson และคณะ (2021), และพิมพ์ โหลคำ (2550) เพื่อใช้เป็นองค์ประกอบและกรอบแนวคิดการวิจัย โดยเชื่อมโยงองค์ประกอบที่มีความคล้ายคลึงกันเข้าด้วยกัน มีจำนวน 5 ด้านและองค์ประกอบย่อย 10 ตัว ดังภาพ 1



ภาพ 1 องค์ประกอบหลักและองค์ประกอบย่อยของทักษะการจัดการเวลา

1. ด้านการตระหนักถึงเป้าหมายของการทำงาน หมายถึง การทำความเข้าใจกับงานหรือกิจกรรมที่ได้รับมอบหมายในเชิงบวก และการกำหนดเป้าหมายระยะสั้นและระยะยาวของการทำงานเพื่อให้บรรลุตามเป้าหมายที่กำหนดไว้
 2. ด้านการวางแผนการใช้เวลา หมายถึง การกำหนดเวลา วิธีการในการทำงาน การจัดลำดับความสำคัญของงาน การจัดประเภทของงาน และการจัดระเบียบของสิ่งที่เกี่ยวข้องกับการทำงานเพื่ออำนวยความสะดวกในการดำเนินงาน หรือกิจกรรมต่าง ๆ ประกอบการวางแผนกำกับติดตามงานที่ต้องทำเพื่อให้บรรลุตามเป้าหมายที่วางไว้อย่างมีประสิทธิภาพ
 3. ด้านการดำเนินการตามแผนที่ได้วางไว้ หมายถึง การปฏิบัติงาน หรือทำกิจกรรมตามแผนที่กำหนดไว้ เพื่อให้งานเสร็จตามกำหนดเวลา และมีการจัดการอุปสรรคหรือปัญหาที่ไม่คาดคิดที่เกิดขึ้นในระหว่างการทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ
 4. ด้านการประเมินการใช้เวลา หมายถึง การติดตามความก้าวหน้าในการดำเนินงานและกิจกรรมที่ได้รับมอบหมาย และมีการวิเคราะห์ปัญหาที่เกิดขึ้นในช่วงเวลาก่อนการดำเนินงาน ระหว่างการดำเนินงาน และหลังดำเนินงานเพื่อหาแนวทางในการปรับปรุงแก้ไขหรือปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของตนเองที่ทำให้งานหรือกิจกรรมไม่เป็นไปตามแผนที่วางไว้
 5. ด้านการปรับปรุงการใช้เวลา หมายถึง การดำเนินการแก้ไขปรับปรุงตารางเวลาและปรับปรุงแผนการดำเนินงานที่ส่งผลให้การดำเนินงานหรือกิจกรรมไม่เป็นไปตามที่วางแผนไว้ และดำเนินการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่ทำให้การบริหารจัดการเวลาล้มเหลว โดยการสร้างระเบียบวินัยในการทำงานใหม่ เพื่อให้การดำเนินงานหรือกิจกรรมเป็นไปตามที่วางแผนไว้
- ทั้งนี้ผู้วิจัยเห็นว่าโครงสร้างและองค์ประกอบข้างต้นแม้จะใช้สำหรับผู้ใหญ่หรือผู้ที่กำลังศึกษาในระดับบัณฑิตศึกษา แต่สามารถนำมาประยุกต์ใช้สำหรับนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นได้ จึงดำเนินการสร้างเครื่องมือวัดทักษะการจัดการเวลาตามโครงสร้างองค์ประกอบดังกล่าว โดยใช้การตั้งข้อคำถามรูปแบบสถานการณ์ที่มีบริบททั้งโจทย์และตัวเลือกสอดคล้องกับสภาพปัจจุบันของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น

วิธีดำเนินการวิจัย

ประชากรและตัวอย่างวิจัย

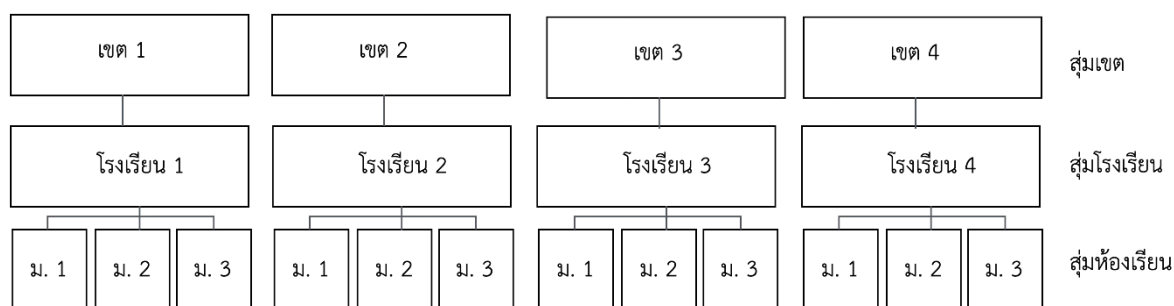
ประชากร ได้แก่ นักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นของโรงเรียนในสังกัดกรุงเทพมหานคร จำนวน 35,622 คน (สำนักงานการศึกษา กรุงเทพมหานคร, 2568)

ตัวอย่างวิจัย ได้แก่ นักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นของโรงเรียนในสังกัดกรุงเทพมหานคร ซึ่งผู้วิจัยคำนวณจำนวนตัวอย่างจากสูตรของทาโร ยามานะ (Taro Yamane, 1973)

$$n = \frac{N}{1 + Ne^2}$$

เมื่อ N คือ จำนวนประชากร (ในที่นี้คือ 35,622)
E คือ ค่าความคลาดเคลื่อนของการประมาณค่า (ในที่นี้กำหนดเป็น .05)

เมื่อแทนค่าตามสูตรการคำนวณข้างต้นแล้วได้ พบว่าตัวอย่างที่คำนวณได้คือ 396 คน ทั้งนี้ผู้วิจัยประมาณการจำนวนนักเรียนในห้องเรียนเป็น 30-35 คน/ห้องเรียน ดังนั้นจึงต้องสุ่มตัวอย่างวิจัยทั้งสิ้น 12 ห้องเรียน จากวิธีการสุ่มแบบหลายขั้นตอน โดยมีวิธีการสุ่มดังนี้ สุ่มเขตของกรุงเทพมหานคร และสุ่มโรงเรียนในสังกัดกรุงเทพมหานคร จำนวน 4 โรงเรียน แต่ละโรงเรียนสุ่มห้องเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1, 2 และ 3 โดยวิธีการสุ่มอย่างง่าย (Simple sampling) ดังภาพ 2 และจากแผนการสุ่มตัวอย่างวิจัย ผู้วิจัยดำเนินการรวบรวมตัวอย่างวิจัยได้จำนวน 406 คน ดังตารางที่ 1



ภาพ 2 แผนการสุ่มตัวอย่างวิจัย

ตารางที่ 1 จำนวนตัวอย่างวิจัย จำแนกตามเขต โรงเรียน และชั้นปีการศึกษา

เขต	โรงเรียน	มัธยมศึกษาปีที่ 1	มัธยมศึกษาปีที่ 2	มัธยมศึกษาปีที่ 3	รวม
จอมทอง	วัดไทร	26	23	52	101
บางบอน	พระยามนธาตุราชศรีพิจิตร	31	30	41	102
ภาษีเจริญ	วัดนิมมานรดี	36	32	35	103
ประเวศ	มัธยมสุวิทย์เสรีอนุสรณ์	36	27	37	100

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

แบบวัดทักษะการจัดการเวลาสำหรับนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นที่สร้างขึ้นสำหรับการวิจัยในครั้งนี้มีจำนวน 30 ข้อ เป็นข้อสอบชนิดสถานการณ์ 3 ตัวเลือก ซึ่งมีเกณฑ์ระดับการให้คะแนนเป็น 0 และ 1 โดยมีวิธีการสร้างดังนี้

1. ศึกษาเอกสารและรายงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับทักษะการจัดการเวลา กำหนดนิยามเชิงปฏิบัติการและกรอบโครงสร้างตัวแปรที่ต้องการวัด โดยให้สอดคล้องกับพฤติกรรมและสภาพแวดล้อมโดยทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง
2. เขียนข้อคำถามและตัวเลือกตามนิยามและกรอบโครงสร้างที่กำหนดไว้ และตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา โดยให้ผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามและตัวเลือกที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นกับนิยามเชิงปฏิบัติการที่กำหนดไว้ พิจารณาความเหมาะสมของเนื้อหาและภาษาที่ใช้ให้เหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่าง รวมถึงข้อเสนอแนะเพิ่มเติม
3. นำข้อคำถามที่ผ่านการตรวจสอบของผู้เชี่ยวชาญไปปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะ ก่อนนำไปทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่าง

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยติดต่อขอความอนุเคราะห์จากโรงเรียนที่เป็นตัวอย่างวิจัย ให้ครูประจำชั้นอธิบายวัตถุประสงค์ของการวิจัยและอธิบายสิทธิ์ของตัวอย่างวิจัย จากนั้นเมื่อกลุ่มตัวอย่างยินดียินยอมให้ความร่วมมือจึงดำเนินการตามขั้นตอนการเข้าร่วมเป็นตัวอย่างวิจัย

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. คำนวณค่าคุณภาพรายข้อ ได้แก่

1) ค่าอำนาจจำแนกรายข้อเพื่อตรวจสอบว่าข้อคำถามแต่ละข้อสามารถแยกผู้ที่มีคุณลักษณะนั้นกับผู้ที่ไม่ได้จริงหรือไม่ ผู้วิจัยตรวจสอบโดยใช้การทดสอบสมมติฐาน t โดยใช้สถิติ Independent t -test

2) ค่าความสอดคล้องภายในเพื่อตรวจสอบคุณภาพรายข้อว่าข้อคำถามแต่ละข้อวัดคุณลักษณะหรือสมรรถนะย่อยเดียวกันหรือไม่ ผู้วิจัยตรวจสอบโดยใช้วิธีวิเคราะห์สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนประจำข้อกับคะแนนรวมของแต่ละข้อประกอบ (item-total correlation)

2. คำนวณค่าคุณภาพรายฉบับ ได้แก่ ค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับ วิเคราะห์ความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้างด้วยวิธีวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยัน (Confirmatory Factor Analysis: CFA)

จริยธรรมในการวิจัย

การวิจัยนี้ผ่านการรับรองจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ จากคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เลขที่รับรอง SWUEC-682538 วันที่ 13 พฤศจิกายน พ.ศ. 2568 และผู้วิจัยดำเนินการวิจัยหลังผ่านการรับรอง

สรุปผลการวิจัย

1. ผลการวิเคราะห์ความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity)

ผู้วิจัยได้นำข้อคำถามที่เป็นสถานการณ์ไปให้ผู้เชี่ยวชาญด้านการวัดผลประเมินผลจำนวน 3 คนตรวจสอบเพื่อพิจารณาคุณภาพและความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหาด้วยวิธี IOC: Index of Item Objective Congruence พบว่าสถานการณ์และตัวเลือกที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นจำนวน 30 ข้อ ผ่านการตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหาจากผู้เชี่ยวชาญโดยมีค่าอยู่ระหว่าง 0.67 – 1.00 ผู้วิจัยได้แก้ไขและปรับปรุงเล็กน้อยตามข้อเสนอแนะจากผู้เชี่ยวชาญแล้วนำไปใช้กับกลุ่มตัวอย่าง

2. ผลการวิเคราะห์ค่าอำนาจจำแนกรายข้อ

การวิเคราะห์ค่าอำนาจจำแนกรายข้อใช้วิธีการเปรียบเทียบคะแนนระหว่างกลุ่มที่มีคะแนนสูงและคะแนนต่ำ ใช้การทดสอบสมมติฐาน t ด้วยสถิติ Independent t -test โดยผู้วิจัยได้นำคะแนนรวมมาเรียงอันดับจากมากไปหาน้อย และแบ่งออกเป็นกลุ่มสูงและกลุ่มต่ำ 27% ได้ตัวอย่างวิจัยกลุ่มสูงและกลุ่มต่ำอย่างละ 110 คน หลังจากนั้นนำมาวิเคราะห์เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยรายข้อ พบว่า ข้อคำถาม 30 ข้อ สามารถจำแนกผู้ตอบในกลุ่มที่มีคะแนนสูงและคะแนนต่ำได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 และ 0.05 รายละเอียดดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2 ผลการเปรียบเทียบความแตกต่างคะแนนเฉลี่ยรายข้อของกลุ่มคะแนนสูงและกลุ่มคะแนนต่ำ

ข้อ	กลุ่ม	ค่าเฉลี่ย	t	sig	ข้อ	กลุ่ม	ค่าเฉลี่ย	t	sig	ข้อ	กลุ่ม	ค่าเฉลี่ย	t	sig
1	สูง ต่ำ	.95 .67	5.73**	.000	11	สูง ต่ำ	.80 .30	8.58**	.000	21	สูง ต่ำ	.75 .25	8.53**	.000
2	สูง ต่ำ	.68 .35	5.28**	.000	12	สูง ต่ำ	.86 .40	8.09**	.000	22	สูง ต่ำ	.45 .29	2.54*	.012
3	สูง ต่ำ	.77 .14	12.26**	.000	13	สูง ต่ำ	.70 .31	6.27**	.000	23	สูง ต่ำ	.67 .32	5.60**	.000
4	สูง ต่ำ	.34 .15	3.19**	.000	14	สูง ต่ำ	.90 .39	9.28**	.000	24	สูง ต่ำ	.78 .47	4.98**	.000
5	สูง ต่ำ	.84 .34	8.70**	.000	15	สูง ต่ำ	.90 .20	14.62**	.000	25	สูง ต่ำ	.97 .35	12.77**	.000
6	สูง ต่ำ	.76 .30	7.75**	.000	16	สูง ต่ำ	.85 .51	5.69**	.000	26	สูง ต่ำ	.93 .22	15.17**	.000
7	สูง ต่ำ	.76 .38	6.18**	.000	17	สูง ต่ำ	.62 .24	6.18**	.000	27	สูง ต่ำ	.76 .21	9.85**	.000
8	สูง ต่ำ	.89 .30	11.13**	.000	18	สูง ต่ำ	.70 .47	3.50**	.001	28	สูง ต่ำ	.55 .39	2.45*	.015
9	สูง ต่ำ	.93 .27	13.26**	.000	19	สูง ต่ำ	.52 .37	2.18*	.030	29	สูง ต่ำ	.80 .37	7.11**	.000
10	สูง ต่ำ	.65 .34	4.96**	.000	20	สูง ต่ำ	.45 .24	3.48**	.001	30	สูง ต่ำ	.37 .19	3.05**	.003

**มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

3. ผลการวิเคราะห์ค่าความสอดคล้องภายใน

เพื่อตรวจสอบคุณภาพรายข้อว่าข้อคำถามแต่ละข้อวัดคุณลักษณะหรือสมรรถนะย่อยเดียวกันหรือไม่ ผู้วิจัยตรวจสอบโดยใช้วิธีวิเคราะห์สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนประจำข้อกับคะแนนรวมของแต่ละองค์ประกอบ (item-total correlation) โดยกำหนดให้องค์ประกอบหลักทั้ง 5 ด้าน และองค์ประกอบย่อย แทนสัญลักษณ์ดังนี้

องค์ประกอบที่ 1 การตระหนักถึงเป้าหมายของการทำงาน (A) ประกอบด้วย การทำความเข้าใจกับงาน (a1) และ การกำหนดเป้าหมายของงาน (a2)

องค์ประกอบที่ 2 การวางแผนการใช้เวลา (B) ประกอบด้วย การกำหนดเวลาในการทำงาน (b1) และ การจัดลำดับความสำคัญของงาน (b2)

องค์ประกอบที่ 3 การดำเนินการตามแผนที่ได้วางไว้ (C) ประกอบด้วย การปฏิบัติงานตามแผนที่ได้วางไว้ (c1) และการจัดการกับปัญหาและอุปสรรค (c2)

องค์ประกอบที่ 4 การประเมินการใช้เวลา (D) ประกอบด้วย การติดตามความก้าวหน้าในการดำเนินงาน (d1) และการวิเคราะห์ปัญหาที่เกิดขึ้น (d2)

องค์ประกอบที่ 5 การปรับปรุงการใช้เวลา (E) ประกอบด้วย การดำเนินการแก้ไขในการจัดการเวลา (e1) และการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม (e2)

จากผลการวิเคราะห์พบว่า องค์ประกอบที่ 1 การตระหนักถึงเป้าหมายของการทำงานมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกับคะแนนรวมตั้งแต่ 0.341 – 0.554 องค์ประกอบที่ 2 การวางแผนการใช้เวลามีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกับคะแนนรวมตั้งแต่ 0.447 – 0.635 องค์ประกอบที่ 3 การดำเนินการตามแผนที่ได้วางไว้มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์

ระหว่างข้อกับคะแนนรวมตั้งแต่ 0.374 – 0.623 องค์ประกอบที่ 4 การประเมินการใช้เวลามีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกับคะแนนรวมตั้งแต่ 0.411 – 0.460 และองค์ประกอบที่ 5 การปรับปรุงการใช้เวลามีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกับคะแนนรวมตั้งแต่ 0.368 – 0.634

แสดงว่าข้อคำถามทั้ง 30 ข้อ มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนประจำข้อกับคะแนนรวมของแต่ละองค์ประกอบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติทุกข้อ รายละเอียดดังตารางที่ 3

ตารางที่ 3 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ (r) ระหว่างคะแนนประจำข้อกับคะแนนรวมขององค์ประกอบ 5 ด้าน และองค์ประกอบย่อย

ข้อ	องค์ประกอบย่อย										องค์ประกอบหลัก				
	a1	a2	b1	b2	c1	c2	d1	d2	e1	e2	A	B	C	D	E
1	.496**										.341**				
2	.664**										.524**				
3	.690**										.554**				
4		.546**									.342**				
5		.608**									.444**				
6		.591**									.521**				
7			.666**								.532**				
8			.731**								.635**				
9			.687**								.561**				
10				.627**							.447**				
11				.655**							.565**				
12				.646**							.545**				
13					.669**							.509**			
14					.748**							.614**			
15					.674**							.623**			
16						.544**						.374**			
17						.521**						.476**			
18						.640**						.398**			
19							.603**						.460**		
20							.613**						.458**		
21							.597**						.444**		
22								.598**					.452**		
23								.602**					.432**		
24								.566**					.411**		
25									.707**					.547**	
26									.756**					.634**	
27									.728**					.659**	
28										.602**				.368**	
29										.643**				.589**	
30										.584**				.434**	

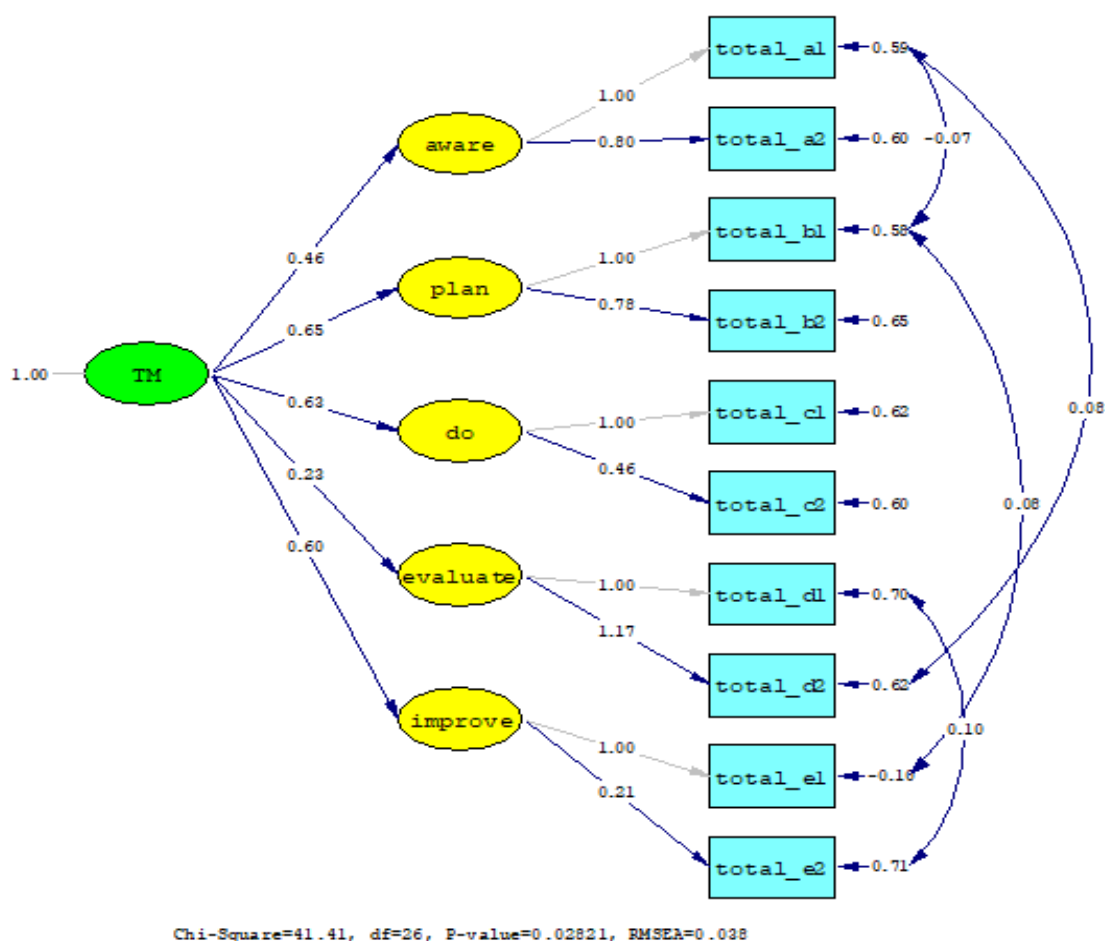
**มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01

4. ผลการวิเคราะห์ค่าความเชื่อมั่น

เพื่อวัดความคงที่ของเครื่องมือวัดทักษะการจัดการเวลา ผู้วิจัยวิเคราะห์ค่าความเชื่อมั่นด้วยวิธีการหาค่า Cronbach's Alpha (Cronbach's Alpha) ผลการวิเคราะห์พบว่าแบบวัดทักษะการจัดการเวลามีค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับเท่ากับ 0.738

5. ผลการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันอันดับสอง

ผลการวิจัยพบว่าองค์ประกอบของทักษะการจัดการเวลา 5 ด้าน มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบอยู่ระหว่าง 0.23 – 0.65 เรียงลำดับค่าน้ำหนักองค์ประกอบจากมากไปน้อยได้ดังนี้ การวางแผนการใช้เวลา การดำเนินการตามแผนที่วางไว้ การปรับปรุงการใช้เวลา การตระหนักถึงเป้าหมายของการทำงาน และการประเมินการใช้เวลา มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบเป็น 0.65 0.63 0.60 0.46 และ 0.23 ตามลำดับ และผลการตรวจสอบความสอดคล้องของโมเดลกับข้อมูลเชิงประจักษ์พบว่า มีค่าไค-สแควร์เท่ากับ 41.41 ค่า P-value เท่ากับ 0.02821 ที่องศาอิสระ 26 ค่าไค-สแควร์ไม่มีนัยสำคัญที่ระดับ 0.01 หมายความว่า โมเดลกับข้อมูลเชิงประจักษ์มีความสอดคล้องกลมกลืนกัน ค่าดัชนีวัดระดับความสอดคล้องที่ปรับแก้แล้ว (AGFI) เท่ากับ 0.96 ค่าดัชนีรากค่าเฉลี่ยกำลังสองของส่วนเหลือมาตรฐาน (Standardized RMR) เท่ากับ 0.035 และค่ารากของค่าเฉลี่ยกำลังสองของความคลาดเคลื่อน (RMSEA) เท่ากับ 0.038 แสดงว่าโมเดลกับข้อมูลเชิงประจักษ์สอดคล้องกันอยู่ในเกณฑ์ดี โดยมีโมเดลการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันอันดับสองของทักษะการจัดการเวลาของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ดังภาพ 3



ภาพ 3 โมเดลการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันอันดับสองของทักษะการจัดการเวลาของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น

อภิปรายผลการวิจัย

1. จากผลการวิเคราะห์คุณภาพของแบบวัดทักษะการจัดการเวลาของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นที่สร้างขึ้น ได้แก่ ผลการวิเคราะห์ความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) ค่าอำนาจจำแนกรายข้อ ค่าความสอดคล้องภายใน ค่าความเชื่อมั่น และการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยัน พบว่าเครื่องมือมีคุณภาพตามเกณฑ์ที่กำหนด ทั้งนี้เนื่องมาจากการระบุงองค์ประกอบและนิยามพฤติกรรมจากกรอบแนวคิดที่ผ่านการวิเคราะห์ความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้างของปนัดดา กองมนต์ (2565) ที่สังเคราะห์เอกสารและงานวิจัยของ Razali และคณะ (2022), Bernardo Tabuenca และคณะ (2021), Robert Wilson และคณะ (2021), และพิมพ์ โหลคำ (2550) ถือได้ว่ามีความแกร่งในเชิงโครงสร้างหรือทฤษฎีที่รองรับ นอกเหนือจากนั้น ในขั้นตอนการสร้างข้อคำถามที่เป็นสถานการณ์นั้น ผู้วิจัยได้กำหนดนิยามและระบุพฤติกรรมให้เป็นรูปธรรมชัดเจน เมื่อเขียนเป็นสถานการณ์ก็ให้ตรงตามนิยามและพฤติกรรมย่อนั้น รวมถึงการเขียนสถานการณ์ให้อยู่ในบริบทและสิ่งแวดล้อมที่ตัวอย่างวิจัยที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับมัธยมศึกษาตอนต้นต้องประสบจริง ซึ่งสะท้อนจากข้อคำถามทั้ง 30 ข้อ ที่ผ่านเกณฑ์การพิจารณาคุณภาพและความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหาเนื้อหาจากผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 คน ว่าสถานการณ์และตัวเลือกที่สร้างขึ้นสอดคล้องกับนิยามและพฤติกรรมที่กำหนดไว้ สำหรับค่าความเชื่อมั่นที่วิเคราะห์ด้วยวิธีการหาค่าครอนบาคแอลฟา (Cronbach's Alpha) มีค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับเท่ากับ 0.738 นั้นถือว่าอยู่ในเกณฑ์ที่ยอมรับได้เนื่องจากค่าสัมประสิทธิ์ความเชื่อมั่นระดับ 0.8 หรือ 0.9 ขึ้นไปเป็นสิ่งที่พบเห็นกันทั่วไปสำหรับแบบสอบมาตรฐานทางด้านความถนัดและผลสัมฤทธิ์ ตามปกติค่าสัมประสิทธิ์ความเชื่อมั่นสำหรับแบบวัดบุคลิกภาพ ความสนใจหรือทัศนคติมักจะมีค่าต่ำกว่า (ศิริชัย กาญจนวาสี, 2556, น. 62)

2. การวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันอันดับสองของทักษะการจัดการเวลา 5 ด้าน เรียงลำดับค่าน้ำหนักองค์ประกอบจากมากไปน้อยได้ดังนี้ การวางแผนการใช้เวลา การดำเนินการตามแผนที่วางไว้ การปรับปรุงการใช้เวลา การตระหนักถึงเป้าหมายของการทำงาน และการประเมินการใช้เวลา มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบเป็น 0.65 0.63 0.60 0.46 และ 0.23 ตามลำดับ สอดคล้องกับงานวิจัยของฐิติกานต์ จรจวบโชค (2560) ที่ระบุว่าปัจจัยด้านการวางแผนเวลาที่มีความสำคัญเป็นอันดับหนึ่ง และสอดคล้องกับงานวิจัยของพิมพ์ โหลคำ (2550) และงานวิจัยของนวรรตน์ ไชวมภู, อัจฉรา มุสิกวัฒน์, สุนีย์ เครานวล. (มกราคม – เมษายน 2562 น. 302) ที่พบว่าองค์ประกอบด้านการประเมินการใช้เวลามีค่าน้ำหนักองค์ประกอบน้อยที่สุด ทั้งนี้การที่ผลการวิเคราะห์ค่าน้ำหนักของการประเมินการใช้เวลามีค่าต่ำ สะท้อนได้ว่าโครงสร้างทักษะการจัดการเวลาของเด็กวัยมัธยมศึกษาตอนต้นนั้น “การประเมิน” อาจจะยังไม่ใช่วิธีหลักของทักษะนี้ แต่แม้ค่าน้ำหนักของการประเมินการใช้เวลาจะมีค่าต่ำ แต่ทว่ายังมีความสำคัญเชิงทฤษฎีจึงยังคงไว้ในโมเดล เนื่องจากทักษะการจัดการเวลาทุกองค์ประกอบต่างก็มีความสำคัญซึ่งสอดคล้องกับผลสรุปจากงานวิจัยของพรนันทน์ อัครมงคลศิริ (2563) ที่พบว่าการจัดการเวลาด้านการกำหนดเป้าหมายของการจัดการ การวางแผนการจัดการเวลา และการประเมินผลมีความสัมพันธ์กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะในการนำผลวิจัยไปใช้

หน่วยงานหรือผู้มีส่วนเกี่ยวข้องกับการพัฒนาผู้เรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นสามารถพัฒนาแบบวัดทักษะการจัดการเวลาได้จากโครงสร้างที่ผู้วิจัยได้วิเคราะห์ไว้แล้ว เพื่อให้ได้ข้อมูลสำหรับการวางแผนพัฒนาผู้เรียนหรือจัดกิจกรรมส่งเสริมการจัดการเวลาให้เหมาะสมต่อไป

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรศึกษาตัวแปร “ทักษะการจัดการเวลา” กับตัวแปรอื่นที่ส่งผลหรือมีความสัมพันธ์กัน เช่น ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ความเครียด ความพึงพอใจ ทักษะชีวิต เป็นต้น เพื่อจะได้เป็นฐานข้อมูลเพื่อการอ้างอิงในการพัฒนาทักษะการจัดการเวลาต่อไป
2. ควรศึกษาทักษะการจัดการเวลาในตัวอย่างวิจัยอื่น เนื่องจากแต่ละภูมิภาคมีรูปแบบการดำเนินชีวิตที่แตกต่างกัน การทราบถึงรูปแบบการจัดการเวลาจะช่วยให้ผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องสามารถพัฒนาทักษะการจัดการเวลาได้ตรงตามกลุ่มเป้าหมายมากขึ้น

กิตติกรรมประกาศ

งานวิจัยนี้ได้รับทุนสนับสนุนจากเงินรายได้สำนักทดสอบทางการศึกษาและจิตวิทยา ประจำปีงบประมาณ 2568

เอกสารอ้างอิง

- ขจรศักดิ์ หาญณรงค์. (2519). *แนวการบริหารเวลาสำหรับนักบริหาร*. สถาบันพัฒนบริหารศาสตร์.
- งามพันธุ์ สัยศรี. (2554). *การพัฒนาแบบตรวจสอบรายการประเมินทักษะการจัดการเวลาและเทคนิคการจัดการเวลาสำหรับนักเรียน* [วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย].
- พรนับพัน อัครมงคลศิริ. (2563). *ความสัมพันธ์ระหว่างการจัดการเวลา ความเครียด และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนิสิตนักศึกษา มหาวิทยาลัยของรัฐในกรุงเทพมหานคร* [วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ, มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์].
- พิชญ์สินี ณ ระนอง และ อธิพัฒน์ วงศ์คุ้มสิน. (2567). การศึกษาความสัมพันธ์ของสัมพันธภาพในครอบครัว มิตรภาพ และทักษะชีวิตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนบูรณะรำลึก อำเภอมะนัง จังหวัดตรัง. *วารสารวัดผลการศึกษา สำนักทดสอบทางการศึกษาและจิตวิทยา*, 41(109), 29–39.
- พิมพ์ โหลคำ. (2550). *ความสามารถในการบริหารเวลาของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ* [ปริญญาโทบริหารธุรกิจ, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ].
- ญาณิ วัฒนากร. (2558). *การพัฒนาทักษะเฉพาะของแบบวัดทักษะการทำงานร่วมกับผู้อื่นแห่งศตวรรษที่ 21 ของนิสิตนักศึกษาปริญญาตรี* [วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย].
- ฐิติกานต์ จรจวบโชค. (2560). *การบริหารเวลาและความเครียดในการทำงานที่ส่งผลต่อการปฏิบัติงาน กรณีศึกษาพนักงานขับรถส่งอาหารในเขตกรุงเทพมหานคร* [สารนิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ, สถาบันเทคโนโลยีไทย-ญี่ปุ่น].
- ณิชา อาจเดช. (2555). *การสร้างแบบวัดคุณลักษณะอันพึงประสงค์ด้านการมีวินัยสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 27* [วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ, มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม].
- นวรรตน์ ไชยมฤ. อัจฉรา มุสิกวัฒน์, และ สุนีย์ เครานวล. (2562). ความสามารถในการบริหารเวลาของนักศึกษาพยาบาลวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ยะลา. *วารสารวิชาการมหาวิทยาลัยอีสเทิร์นเอเซีย ฉบับสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์*, 9(1), 296–305.
- ปนัดดา กองมนต์. (2565). *การสร้างแบบวัดการบริหารจัดการเวลา (Time Management: TM) สำหรับนิสิตระดับบัณฑิตศึกษา* [การค้นคว้าอิสระปริญญาโทบริหารธุรกิจ, มหาวิทยาลัยนเรศวร].
- ปัทมา นาแถมเงิน, ทศน์ศิริพันธ์ สว่างบุญ, และ กุลภัสสร ศิริพรรณ. (2560). การพัฒนาแบบวัดเชิงสถานการณ์เพื่อวัดความสามารถในการเผชิญและฟื้นฟ้อุปสรรค (AQ) ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4. *วารสารมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม*, 36(5), 54–62.

- ภักธัญญ์ สมพงษ์ธรรม. (2551). การเปรียบเทียบคุณภาพของแบบวัดความสามารถในการเผชิญและฟื้นฟ้อุปสรรคตามทฤษฎีของสโตลซ์ระหว่างมาตรฐานค่ากับแบบวัดชนิดสถานการณ์: การประยุกต์ใช้ทฤษฎีการตอบสนองข้อสอบแบบพหุวิภาค [วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย].
- วัลลภา จันทน์เพ็ญ. (2527). ปัจจัยคัดสรรที่เกี่ยวข้องกับสัมฤทธิ์ผลทางการเรียนระหว่างนักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงและต่ำ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ในเขตกรุงเทพมหานคร [วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย].
- ศิริชัย กาญจนวาสี. (2556). ทฤษฎีการทดสอบแบบดั้งเดิม (พิมพ์ครั้งที่ 7). โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สรานนท์ อินทนนท์. (2563). การบริหารจัดการเวลาบนโลกดิจิทัล (Screen Time Management). มูลนิธิส่งเสริมสื่อเด็กและเยาวชน.
- ส่วนพัฒนาและบริหารจัดการความรู้ สถาบันดำรงราชานุภาพ. (2553). การบริหารเวลา (Time Management). http://www.stabundamrong.go.th/web/book/53/b17_53.pdf
- สำนักงานการศึกษา กรุงเทพมหานคร. (2568). รายงานสถิติการศึกษา ปีการศึกษา 2568 โรงเรียนสังกัดกรุงเทพมหานคร. <https://webportal.bangkok.go.th/bangkokeducation/page/sub/22896/ปีการศึกษา-2568>
- สำนักงานสถิติแห่งชาติ. (2566). สรุปผลที่สำคัญการใช้ไอซีทีของเด็กและเยาวชน พ.ศ. 2566. https://www.nso.go.th/nsoweb/storage/survey_detail/2024/20240731153627_28521.pdf
- หัตถุภรณ์ แก่นทั่ว. (2564). การบริหารเวลา: บริหารจัดการอย่างไรให้มีประสิทธิภาพและประสิทธิผล. วารสารมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 12(1), 15–24.
- อารีรัตน์ หมื่นมา. (2546). การพัฒนาแบบวัดความฉลาดทางอารมณ์ชนิดมาตราส่วนประมาณค่าและสถานการณ์สำหรับวัยเด็กตอนปลาย [วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่].
- อุษณีย์ ลลิตพาสาน. (2551). การวิจัยและพัฒนาแบบฝึกทักษะการตัดสินใจที่มีผลต่อประสิทธิภาพการบริหารเวลาและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย: การประยุกต์ใช้ทฤษฎีเกม [วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย].
- Trueman, M., & Hartley, J. (1996). A comparison between the time management skills and academic performance of mature and traditional-entry university students. *Higher Education*, 32, 421–434.