



**ความเครียดในการเรียนของนักศึกษา: กรณีศึกษา สาขาวิชาการบริหารงาน  
ตำรวจ คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา**

Educational Stress in Students: a case study in Major of Police  
Administration, Faculty of Human Science and Social Science,  
Suan Sunandha Rajabhat University

สรวิชัย ก้วยไข่มุก<sup>1</sup> และชนิกา แสงทองดี<sup>2</sup>

Sorawit Khuaykaimook and Chanika Saengthongdee

**บทคัดย่อ**

บทความวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1. ศึกษาความเครียดในการเรียนของนักศึกษาสาขาวิชาการบริหารงานตำรวจ คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา และ 2. เปรียบเทียบปัจจัยส่วนบุคคลกับความเครียดในการเรียนของนักศึกษาสาขาวิชาการบริหารงานตำรวจ คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา กลุ่มตัวอย่างได้แก่ นักศึกษาสาขาวิชาการบริหารงานตำรวจ คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา จำนวน 210 คน จากประชากรทั้งหมด 425 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบสอบถาม ประกอบด้วย 5 ด้าน ได้แก่ ด้านร่างกาย ด้านครอบครัว ด้านจิตใจ ด้านสังคม และด้านสิ่งแวดล้อม การวิเคราะห์ข้อมูลโดยการหาค่าความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยกรณี 2 ตัวอย่าง (t-test independent) การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One-way ANOVA) การวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปทางสังคมศาสตร์

ผลการวิจัย พบว่า 1. ส่วนใหญ่ความเครียดในการเรียนของนักศึกษาสาขาวิชาการบริหารงานตำรวจ คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา อยู่ในระดับเล็กน้อย ( $\bar{X} = 2.12$ , S.D. = 0.81) และเมื่อพิจารณารายด้านพบว่า ด้านที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด 3 ลำดับแรกคือ ด้านที่ 2 ด้านจิตใจ ( $\bar{X} = 2.42$ , S.D. = 0.97) อยู่ในระดับเล็กน้อย รองลงมา

<sup>1-2</sup> มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา; Suan Sunandha Rajabhat University

Corresponding author, e-mail: armtrongkz@hotmail.com, Tel. 085-0871498



คือ ด้านที่ 1 ด้านร่างกาย อยู่ในระดับเล็กน้อย ( $\bar{X} = 2.24$ , S.D. = 0.98) รองลงมาคือ ด้านที่ 3 ด้านครอบครัว อยู่ในระดับเล็กน้อย ( $\bar{X} = 2.24$ , S.D. = 1.00)

2. การเปรียบเทียบปัจจัยส่วนบุคคลกับความเครียดในการเรียนของนักศึกษา สาขาวิชาการบริหารงานตำรวจ พบว่า นักศึกษาที่มีภูมิลำเนาแตกต่างกัน พบว่า โดยภาพรวมมีความเครียดในการเรียนแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนนักศึกษาที่มีเพศ อายุ ระดับชั้นปีที่ศึกษา แตกต่างกัน พบว่า โดยภาพรวมมีความเครียดในการเรียนไม่แตกต่างกัน

**คำสำคัญ:** ความเครียด, การเรียน, นักศึกษาสาขาวิชาการบริหารงานตำรวจ

### Abstract

The objectives of this research were 1) to study the educational stress levels of students in Police Administration major, Faculty of Human Science and Social Science, Suan Sunandha Rajabhat University, 2) to compare the personal factors with the educational stress of students in Police Administration major. A sample was selected from the number of 210 Police Administration students. The research instruments were a questionnaire of 5 aspects which were Physical, Family, Psychological, Social, and Environmental. This analysis tools of this research were by finding frequency, percentage, mean, and standard deviation. This compared 2 sampling set by t-test independent and one-way ANOVA.

The results of this study are as following presentation:

1. Most of the educational stress in the major of Police Administration students was in a low level ( $\bar{X} = 2.12$ , S.D. = 0.81). When considering each aspect, the highest average value of the top 3 was Psychological ( $\bar{X} = 2.42$ , S.D. = 0.97) at a low level. The second one is Physical ( $\bar{X} = 2.24$ , S.D. = 0.98) at a low level. The third one was Family ( $\bar{X} = 2.24$ , S.D. = 1.00) at a low level.

2. Comparison between personal factors with educational stress in the major of Police Administration students classified by homeland found that



significant difference at 0.05. The aspect is classified by ages and birthplaces is not different perspective.

**Keywords:** Stress, Educational, Police Administration students

## บทนำ

ในปัจจุบันโลกมีการพัฒนาไปอย่างรวดเร็วในทุก ๆ ด้าน ส่งผลให้ให้มนุษย์เกิดการแข่งขันเพิ่มมากขึ้น ทำให้เกิดแรงกดดัน หรือส่งผลกระทบในหลาย ๆ ด้าน และพบปัญหาอยู่ตลอดเวลา จึงก่อให้เกิดความเครียดขึ้นได้กับการดำเนินชีวิตของตน ในบรรดาโรคทางจิตเวชที่พบบ่อยที่สุด คือ โรคเครียดที่เป็นโรคที่เกิดขึ้นง่ายที่สุด เพราะความเครียดเป็นความรู้สึกที่คู่กับมนุษย์ เนื่องจากสมองมีการใช้ความคิดมาก ๆ ก็อาจจะทำให้เกิดความกังวลและเกิดความเครียดขึ้นได้ (ปิยะวรรณ เลิศพานิช, 2542) ได้ศึกษาเรื่องความเครียดพบว่า สาเหตุของความเครียดในชีวิตประจำวันมีเพิ่มมากกว่าในอดีตเพราะการต่อสู้ดิ้นรนให้ชีวิต และความเป็นอยู่ดีขึ้น แต่ปรากฏการณ์ที่เป็นจริงในปัจจุบันคือความเครียดซึ่งเป็นโรคเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมมีแนวโน้มสูงขึ้นอย่างมาก

ความเครียดเป็นอีกหนึ่งปัจจัยที่สามารถเกิดขึ้นได้กับทุกเพศ ทุกวัย ทุกสถานการณ์ตลอดเวลา ซึ่งเป็นภาวะที่มนุษย์ไม่อาจหลีกเลี่ยงได้ ในสภาพสังคมปัจจุบันที่ค่อนข้างสับสนวุ่นวายเต็มไปด้วยการแข่งขันอย่างมาก อีกทั้งสภาวะทางอากาศก็เป็นอีกหนึ่งปัจจัยที่ทำให้เกิดความเครียด (นิธิพันธ์ บุญเพิ่ม, 2553) จากรายงานขององค์การอนามัยโลก สำหรับประเทศไทยมีคนฆ่าตัวตาย เฉลี่ยวันละ 1 คน ซึ่งอายุที่พบมากที่สุด คือ 15-35 ปี นอกจากนี้การศึกษาในระดับอุดมศึกษานับเป็นการเปลี่ยนแปลงที่สำคัญของชีวิต เริ่มตั้งแต่การแต่งกาย สังคมใหม่ วิธีการเรียนการสอนใหม่ จากวิธีการเรียนที่มีครูดูแลอย่างใกล้ชิด มาสู่การรับผิดชอบการเรียนรู้ด้วยตนเอง ซึ่งการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น ก่อให้เกิดความเครียด ส่งผลต่อสุขภาพจิตของบุคคล เนื่องจากผู้เรียนยังไม่มีวุฒิภาวะเพียงพอ

ความเครียดในวัยรุ่น มักจะพบบ่อยเพราะมีการเปลี่ยนแปลงมาก มีประสบการณ์น้อย ความเครียด (นิธิพันธ์ บุญเพิ่ม, 2553) สาเหตุความเครียดมาจากปัญหาหลาย ๆ อย่าง เช่น 1. ทางด้านร่างกาย เกี่ยวกับสุขภาพและการเจ็บป่วย การพักผ่อนไม่เพียงพอ ฯลฯ 2. ทางด้านจิตใจ เช่น ผู้ที่มีความรับผิดชอบสูง หรือเป็นผู้ที่วิตกกังวลง่าย ขาดทักษะในการปรับตัว

3. ทางด้านสังคม มีสิ่งที่กระตุ้นให้เกิดความบกพร่องในเรื่องของการปรับตัว ขาดผู้ที่คอยให้ความช่วยเหลือ ถ้ามีผู้ที่ให้ความช่วยเหลือก็จะทำให้ความเครียดลดน้อยลงไป มีสิ่งมากระตุ้นมากเกินไปความสามารถของตนเอง ความขัดแย้งในครอบครัว ฯลฯ (สุดสบาย จุลกัทัพพะ, 2554) การศึกษาในระดับอุดมศึกษา เป็นช่วงที่มีการเปลี่ยนแปลงในหลายๆ ด้านพร้อมกันนั้นจะต้องมีการพัฒนา กระบวนการคิด โดยเฉพาะการคิดในเชิงนามธรรม รวมถึงต้องมีการปรับตัวให้เหมาะสมต่อช่วงวัยที่มีการเปลี่ยนแปลง ซึ่งมีผลต่อภาวะความเครียดของบุคคล

จากที่กล่าวมาข้างต้นผู้วิจัยจึงทำการศึกษาเรื่องความเครียดในการเรียนของนักศึกษาสาขาวิชาการบริหารงานตำรวจ คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา เนื่องจากเล็งเห็นถึงความสำคัญในการศึกษาต่อความเครียดของนักศึกษาสาขาวิชาการบริหารงานตำรวจ คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา เพื่อศึกษาระดับความเครียดของนักศึกษาสาขาวิชาการบริหารงานตำรวจ และเปรียบเทียบปัจจัยส่วนบุคคลกับความเครียดของนักศึกษาสาขาวิชาการบริหารงานตำรวจ ให้เห็นว่ามีความเครียดในเรื่องใดด้านใดมากที่สุด

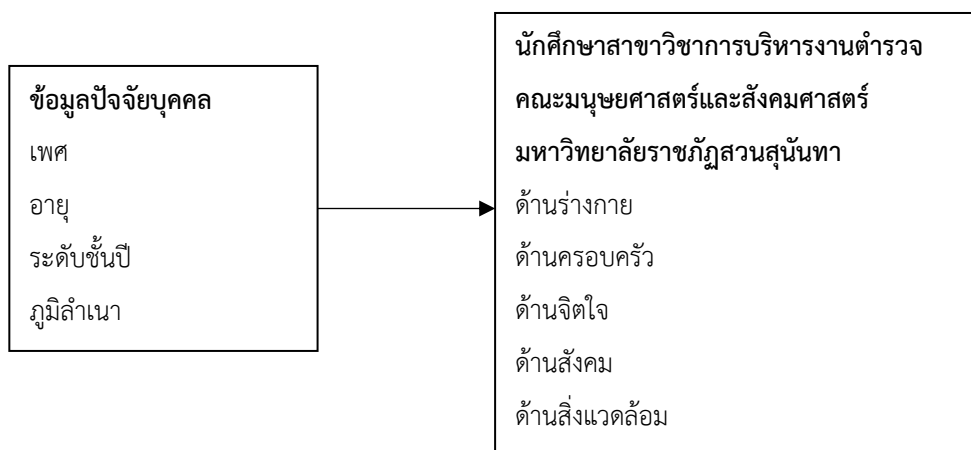
### วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับความเครียดของนักศึกษาสาขาวิชาการบริหารงานตำรวจ คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา
2. เพื่อเปรียบเทียบปัจจัยส่วนบุคคลกับความเครียดของนักศึกษาสาขาวิชาการบริหารงานตำรวจ คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา

### ขอบเขตการวิจัย

บทความวิจัยเรื่อง “ความเครียดในการเรียนของนักศึกษา : กรณีศึกษา สาขาวิชาการบริหารงานตำรวจ คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา” ผู้วิจัยได้กำหนดขอบเขตด้านเนื้อหาเป็นการวิเคราะห์เอกสาร (Documentary Analysis) ในเรื่องที่กล่าวถึงในกรอบแนวคิดและทฤษฎีการวิจัยด้วยการสืบค้นข้อมูล โดยอาศัยเอกสารเป็นหลัก ด้วยวิธีการศึกษาสืบค้นข้อมูลต่าง ๆ จากแนวคิดตามทฤษฎีอื่น ๆ ตำราวิชาการ บทความ เอกสารต่าง ๆ ที่มีความเกี่ยวข้องและจากการศึกษาข้อมูลแนวคิดเรื่องวิธีการบริหารความเครียด ซึ่งแบ่งออกเป็น 5 ด้าน ได้แก่ 1) ด้านร่างกาย 2) ด้านครอบครัว 3) ด้านจิตใจ 4) ด้านสังคม 5) ด้านสิ่งแวดล้อม ตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย คือ ตัวแปรต้น (Independent

Variables) ปัจจัยส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถามได้แก่ เพศ อายุ ระดับชั้นปี และภูมิลำเนา ตัวแปรตาม (Dependent Variables) ความเครียดในการเรียนของนักศึกษาสาขาวิชาการบริหารงานตำรวจ คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา ประชากรที่ใช้ในการศึกษา ได้แก่ นักศึกษาสาขาวิชาการบริหารงานตำรวจ จำนวน 425 คน กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษานักศึกษาสาขาวิชาการบริหารงานตำรวจ คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา โดยใช้ตารางกำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่างของ Krcjcie and Mogan (สุวิมล ติรกานันท์, 2551) ระยะเวลาการดำเนินวิจัย ตั้งแต่ เดือนมกราคม ถึง เมษายน พ.ศ.2562 รวมเป็นระยะเวลา 4 เดือน



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

## วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) โดยใช้วิธีการวิจัยเชิงสำรวจ (Survey Research) จากแบบสอบถาม (Questionnaire) กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษานักศึกษาสาขาวิชาการบริหารงานตำรวจ คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา จำนวนทั้งหมด 425 คน โดยใช้ตารางกำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่างของ Krcjcie and Mogan (สุวิมล ติรกานันท์, 2551) ได้กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 210 คน สถิติที่ใช้ได้แก่ ค่าความถี่ (Frequency) ค่าร้อยละ (Percentage) ค่าเฉลี่ย (Mean) ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ คือ การทดสอบค่า (t-test) ทดสอบค่าเอฟ (F-test) โดยวิธีการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One-way

ANOVA) และเปรียบเทียบความแตกต่างรายคู่ด้วยวิธีผลต่างนัยสำคัญน้อยสุด (Least Significant Difference: LSD)

## สรุปผลการวิจัย

การวิจัยเกี่ยวกับ ความเครียดในการเรียนของนักศึกษาสาขาวิชาการบริหารงานตำรวจ คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา จากการวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) โดยใช้วิธีการวิจัยเชิงสำรวจ (Survey Research) จากแบบสอบถาม (Questionnaire) ผู้วิจัยนำข้อมูลมาสรุปผลได้ดังนี้

### 1. ปัจจัยส่วนบุคคล

ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่ปัจจัยส่วนบุคคลของปัจจัยส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม ส่วนใหญ่เป็น เพศหญิง คิดเป็นร้อยละ 67.6 จำนวน 142 คน มีอายุ 22-23 ปี คิดเป็นร้อยละ 37.1 จำนวน 78 คน ระดับชั้นปีที่ 4 คิดเป็นร้อยละ 36.2 จำนวน 76 คน อยู่ภูมิลำเนา ภาคกลาง คิดเป็นร้อยละ 29.5 จำนวน 62 คน

### 2. ระดับความเครียดในการเรียนของนักศึกษาสาขาวิชาการบริหารงานตำรวจ คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา

ระดับความเครียดในการเรียนของนักศึกษาสาขาวิชาการบริหารงานตำรวจ คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา โดยภาพรวมอยู่ในระดับเล็กน้อย มีค่าเฉลี่ย 2.12 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.81 เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน สรุปได้ดังนี้

1) ด้านร่างกาย ระดับความเครียดในการเรียนของนักศึกษาสาขาวิชาการบริหารงานตำรวจ ด้านร่างกาย โดยภาพรวมอยู่ในระดับเล็กน้อย ค่าเฉลี่ย 2.24

2) ด้านจิตใจ ระดับความเครียดในการเรียนของนักศึกษาสาขาวิชาการบริหารงานตำรวจ ด้านจิตใจ โดยภาพรวมอยู่ในระดับเล็กน้อย ค่าเฉลี่ย 2.42

3) ด้านครอบครัว ระดับความเครียดในการเรียนของนักศึกษาสาขาวิชาการบริหารงานตำรวจ ด้านครอบครัว โดยภาพรวมอยู่ในระดับเล็กน้อย ค่าเฉลี่ย 2.24

4) ด้านสิ่งแวดล้อม ระดับความเครียดในการเรียนของนักศึกษาสาขาวิชาการบริหารงานตำรวจ ด้านสิ่งแวดล้อม โดยภาพรวมอยู่ในระดับเล็กน้อย ค่าเฉลี่ย 1.87

5) ด้านสังคม ระดับความเครียดในการเรียนของนักเรียนนักศึกษาสาขาวิชาการบริหารงานตำรวจ ด้านสังคม โดยภาพรวมอยู่ในระดับเล็กน้อย ค่าเฉลี่ย 1.82

**ตารางที่ 1** ผลการวิเคราะห์ความเครียดในการเรียนของนักศึกษาสาขาวิชาการบริหารงานตำรวจโดยภาพรวม

| ความเครียดในการเรียนของนักศึกษาสาขาวิชาการบริหารงานตำรวจ | $\bar{X}$ | S.D  | ระดับ    |
|----------------------------------------------------------|-----------|------|----------|
| ด้านร่างกาย                                              | 2.24      | 0.98 | เล็กน้อย |
| ด้านจิตใจ                                                | 2.42      | 0.97 | เล็กน้อย |
| ด้านครอบครัว                                             | 2.24      | 1.00 | เล็กน้อย |
| ด้านสิ่งแวดล้อม                                          | 1.87      | 0.78 | เล็กน้อย |
| สังคม                                                    | 1.82      | 0.91 | เล็กน้อย |
| รวม                                                      | 2.12      | 0.81 | เล็กน้อย |

จากตารางที่ 1 พบว่า โดยความเครียดในการเรียนของนักศึกษาสาขาวิชาการบริหารงานตำรวจ คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา อยู่ระดับเล็กน้อย ( $\bar{X} = 2.12$ , S.D. = 0.81) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านทั้ง 5 ด้าน โดยด้านที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด คือ ด้านจิตใจ ( $\bar{X} = 2.42$ , S.D. = 0.97) รองลงมาด้านร่างกาย ( $\bar{X} = 2.24$ , S.D. = 0.98) รองลงมาด้านครอบครัว ( $\bar{X} = 2.24$ , S.D. = 1.00) รองลงมาด้านสิ่งแวดล้อม ( $\bar{X} = 1.87$ , S.D. = 0.78) รองลงมาด้านสังคม ( $\bar{X} = 1.82$ , S.D. = 0.91) ส่วนด้านที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด คือ ด้านสังคม ( $\bar{X} = 1.82$ , S.D. = 0.91) ตามลำดับ

### 3. ผลการเปรียบเทียบปัจจัยส่วนบุคคลกับความเครียดในการเรียนของนักศึกษาสาขาวิชาการบริหารงานตำรวจ คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา

**ตารางที่ 2** การวิเคราะห์ความแปรปรวนของระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับความเครียดในการเรียนของนักศึกษาสาขาวิชาการบริหารงานตำรวจที่มีเพศต่างกัน

| เพศ  | N   | $\bar{X}$ | S.D  | t     | Sig  |
|------|-----|-----------|------|-------|------|
| ชาย  | 68  | 1.92      | 0.75 | -2.46 | 0.18 |
| หญิง | 142 | 2.21      | 0.82 | -2.54 |      |

จากตารางที่ 2 ผลการเปรียบเทียบปัจจัยส่วนบุคคลด้านเพศกับความเครียด นักศึกษาสาขาวิชาการบริหารงานตำรวจที่มีเพศแตกต่างกันมีคะแนนเฉลี่ยความคิดเห็นเกี่ยวกับความเครียดของนักศึกษาสาขาวิชาการบริหารงานตำรวจที่ไม่แตกต่างกัน



**ตารางที่ 3** การวิเคราะห์ความแปรปรวนของระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับความเครียดในการเรียนของนักศึกษา สาขาวิชาการบริหารงานตำรวจที่มีอายุต่างกัน

| แหล่งรวมความแปรปรวน | SS     | df  | MS   | F    | Sig. |
|---------------------|--------|-----|------|------|------|
| ระหว่างกลุ่ม        | 4.12   | 3   | 1.38 | 2.15 | 0.10 |
| ภายในกลุ่ม          | 131.50 | 206 | 0.64 |      |      |
| รวม                 | 135.63 | 209 |      |      |      |

จากตารางที่ 3 ผลการตรวจสอบความเป็นเอกพันธ์ของความแปรปรวนของระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับความเครียดในการเรียนของนักศึกษาสาขาวิชาการบริหารงานตำรวจที่มีอายุต่างกัน พบว่า ความแปรปรวนของนักศึกษาสาขาวิชาการบริหารงานตำรวจทั้ง 4 กลุ่ม ไม่แตกต่างกัน

**ตารางที่ 4** การวิเคราะห์ความแปรปรวนของระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับความเครียดในการเรียนของนักศึกษา สาขาวิชาการบริหารงานตำรวจที่มีระดับชั้นปีต่างกัน

| แหล่งรวมความแปรปรวน | SS     | df  | MS   | F    | Sig. |
|---------------------|--------|-----|------|------|------|
| ระหว่างกลุ่ม        | 1.64   | 3   | 0.55 | 0.84 | 0.47 |
| ภายในกลุ่ม          | 133.99 | 206 | 0.65 |      |      |
| รวม                 | 135.63 | 209 |      |      |      |

จากตารางที่ 4 ผลจากการตรวจสอบความเป็นเอกพันธ์ของความแปรปรวน ของระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับความเครียดในการเรียนของนักศึกษาสาขาวิชาการบริหารงานตำรวจที่มีระดับชั้นปีต่างกัน พบว่าความแปรปรวนของนักศึกษาสาขาวิชาการบริหารงานตำรวจ ไม่แตกต่างกัน

**ตารางที่ 5** การวิเคราะห์ความแปรปรวนของระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับความเครียดในการเรียนของนักศึกษา สาขาวิชาการบริหารงานตำรวจ ที่มีภูมิสำเนาต่างกัน

| แหล่งรวมความแปรปรวน | SS     | df  | MS   | F    | Sig. |
|---------------------|--------|-----|------|------|------|
| ระหว่างกลุ่ม        | 10.78  | 5   | 2.16 | 3.52 | 0.00 |
| ภายในกลุ่ม          | 124.85 | 204 | 0.61 |      |      |
| รวม                 | 135.63 | 209 |      |      |      |



จากตารางที่ 5 จากการตรวจสอบความเป็นเอกพันธ์ของความแปรปรวน ของระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับความเครียดในการเรียนของนักศึกษาสาขาวิชาการบริหารงานตำรวจที่มีภูมิลำเนาต่างกัน พบว่า ความแปรปรวนของประชากรทั้ง 6 แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จึงใช้การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียวด้วยเทคนิค LDS พบว่าคะแนนเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่างทั้ง 6 กลุ่มแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 6 ผลการเปรียบเทียบความแตกต่างรายคู่ของระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับความเครียดของนักศึกษาสาขาวิชาการบริหารงานตำรวจ คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา ที่มีภูมิลำเนาต่างกัน ด้วยเทคนิค LSD

| ภูมิลำเนา             | ค่าเฉลี่ย | ภาคเหนือ | ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ | ภาคตะวันออก | ภาคใต้   | ภาคกลาง  | ภาคใต้ |
|-----------------------|-----------|----------|-----------------------|-------------|----------|----------|--------|
| ภาคเหนือ              | 1.8833    | -        |                       |             |          |          |        |
| ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ | 2.0617    | -0.17838 | -                     |             |          |          |        |
| ภาคตะวันออก           | 1.6022    | 0.28111  | 0.45949               | -           |          |          |        |
| ภาคใต้                | 2.1133    | -0.23    | -0.05162              | -0.51111    | -        |          |        |
| ภาคกลาง               | 2.3987    | -0.51538 | -0.3337               | -0.79649    | -0.28538 | -        |        |
| ภาคใต้                | 2.0283    | -0.14496 | 0.03342               | -0.42607    | 0.08504  | -0.37042 | -      |

จากตารางที่ 6 ผลการเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างระดับความคิดเห็นเป็นรายคู่ ผลการวิเคราะห์ค่าเฉลี่ยของนักศึกษาสาขาวิชาการบริหารงานตำรวจ ที่มีภูมิลำเนาต่างกัน พบว่า นักศึกษาสาขาวิชาการบริหารงานตำรวจที่อยู่ภาคเหนือ มีระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับความเครียดในการเรียนแตกต่างจากนักศึกษาสาขาวิชาการบริหารงานตำรวจที่อยู่ภาคกลาง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยนักศึกษาสาขาวิชาการบริหารงานตำรวจที่อยู่ภาคกลาง มีระดับความคิดเห็นสูงกว่านักศึกษาสาขาวิชาการบริหารงานตำรวจที่อยู่ภาคเหนือ และนักศึกษาสาขาวิชาการบริหารงานตำรวจที่อยู่ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ มีระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับความเครียดในการเรียนแตกต่างจาก นักศึกษาสาขาวิชาการบริหารงานตำรวจที่อยู่ภาคตะวันออก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยนักศึกษาสาขาวิชาการบริหารงานตำรวจที่อยู่ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ มีระดับความคิดเห็นสูงกว่านักศึกษาสาขาวิชาการบริหารงานตำรวจ ภาคตะวันออก นักศึกษาสาขาวิชาการบริหารงานตำรวจ ที่อยู่ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ มีระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับความเครียดในการเรียนแตกต่างจาก

นักศึกษาศาขวิชากการบริหารงานตำรวจที่อยู่ภาคกลาง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยนักศึกษาศาขวิชากการบริหารงานตำรวจที่อยู่ภาคกลาง มีระดับความคิดเห็นสูงกว่า นักศึกษาศาขวิชากการบริหารงานตำรวจที่อยู่ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ นักศึกษาศาขวิชากการบริหารงานตำรวจ ที่อยู่ภาคตะวันตก มีระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับความเครียดในการเรียน แตกต่างจาก นักศึกษาศาขวิชากการบริหารงานตำรวจที่อยู่ภาคตะวันออก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยนักศึกษาศาขวิชากการบริหารงานตำรวจ ที่อยู่ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ มีระดับความคิดเห็นสูงกว่านักศึกษาศาขวิชากการบริหารงานตำรวจ ที่อยู่ภาคตะวันตก นักศึกษาศาขวิชากการบริหารงานตำรวจที่อยู่ภาคตะวันตก มีระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับความเครียดในการเรียนแตกต่างจาก นักศึกษาศาขวิชากการบริหารงานตำรวจที่อยู่ภาคกลาง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยนักศึกษาศาขวิชากการบริหารงานตำรวจที่อยู่ภาคกลาง มีระดับความคิดเห็นสูงกว่านักศึกษาศาขวิชากการบริหารงานตำรวจ ที่อยู่ภาคตะวันตก และ นักศึกษาศาขวิชากการบริหารงานตำรวจที่อยู่ภาคกลาง มีระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับความเครียดในการเรียนแตกต่างจาก นักศึกษาศาขวิชากการบริหารงานตำรวจที่อยู่ใต้ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยนักศึกษาศาขวิชากการบริหารงานตำรวจที่อยู่ภาคกลาง มีระดับความคิดเห็นสูงกว่านักศึกษาศาขวิชากการบริหารงานตำรวจที่อยู่ภาคใต้

## อภิปรายผลการวิจัย

จากข้อค้นพบของการวิจัย มีประเด็นที่สำคัญสามารถมาอภิปรายผลเพื่อให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของการวิจัย ดังมีรายละเอียด ดังนี้

### 1. ระดับความเครียดในการเรียนของนักศึกษาศาขวิชากการบริหารงานตำรวจ คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา

ความเครียดในการเรียนของนักศึกษาศาขวิชากการบริหารงานตำรวจ โดยภาพรวม และรายข้ออยู่ในระดับเล็กน้อยและรายด้าน พบว่า ส่วนใหญ่มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับเล็กน้อย เรียงลำดับค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อยได้ ดังนี้ ด้านจิตใจ ด้านร่างกาย ด้านครอบครัว ด้านสิ่งแวดล้อม ด้านสังคม ไม่สอดคล้องกับ ธีธัญญรัตน์ จันทระเสนา (2555) ได้ศึกษาเรื่อง ความเครียดของนิสิตระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ นิสิต มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ พบว่า นิสิตมีความเครียดโดยรวมและในแต่ละด้านอยู่ในระดับปานกลาง

## 2. การเปรียบเทียบปัจจัยส่วนบุคคลกับความเครียดในการเรียนของนักศึกษาสาขาวิชาการบริหารงานตำรวจ คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา

ผลการเปรียบเทียบปัจจัยส่วนบุคคลกับความเครียดในการเรียนของนักศึกษาสาขาวิชาการบริหารงานตำรวจ คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา พบว่า นักศึกษาสาขาวิชาการบริหารงานตำรวจ ที่มีเพศต่างกัน จะมีความเครียดไม่แตกต่างกัน สอดคล้องกับการศึกษาของ ไพรัช วงศ์ศรีตระกูล (2533) ได้ศึกษาเรื่อง ปัจจัยทางการศึกษาที่มีผลต่อความเครียดและความวิตกกังวลของนักศึกษามหาวิทยาลัยธนบุรี พบว่า สถานภาพส่วนบุคคล ไม่มีความสัมพันธ์กับปัจจัยที่มีผลกับความเครียดและความวิตกกังวล ซึ่งสามารถอธิบายได้ว่า บริบทของมหาวิทยาลัยทั้งสองแห่งเป็นสถาบันอุดมศึกษาเอกชนเหมือนกัน มีสภาพความเป็นอยู่ วิถีชีวิตของนักศึกษาจึงมีความคล้ายคลึงกัน ประกอบกับความพร้อมเรื่องสถานะทางเศรษฐกิจของนักศึกษามีความพร้อมในการเข้าศึกษาในสถาบันเอกชน

ผลการเปรียบเทียบปัจจัยส่วนบุคคลกับความเครียดในการเรียนของนักศึกษาสาขาวิชาการบริหารงานตำรวจ คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา พบว่า นักศึกษาสาขาวิชาการบริหารงานตำรวจที่มีอายุต่างกัน จะมีความเครียดไม่แตกต่างกัน สอดคล้องกับ นางสาวนภัสกร ชันธควร (2558) ได้ทำการวิจัยเรื่อง ความเครียดและปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความเครียดของนิสิตชั้นปีที่ 1 ระดับปริญญาตรี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย พบว่า อายุที่แตกต่างกันไม่มีความสัมพันธ์กับระดับความเครียด เพราะการศึกษานี้อายุของกลุ่มตัวอย่างมีความใกล้เคียงกัน

ผลการเปรียบเทียบปัจจัยส่วนบุคคลกับความเครียดในการเรียนนักศึกษาสาขาวิชาการบริหารงานตำรวจ คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา นักศึกษาสาขาวิชาการบริหารงานตำรวจที่มีระดับชั้นปีต่างกัน จะมีความเครียดไม่แตกต่างกัน ไม่สอดคล้องกับ หงส์ศิริ ภิโยธิตกชัย และคณะ (2558) ได้ทำการวิจัยเรื่อง การแก้ปัญหาความเครียดของนักศึกษาสาขาวิชาเทคโนโลยีสารสนเทศทางธุรกิจ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลรัตนโกสินทร์ บพิตรพิมุข จักรวรรดิ พบว่า ชั้นปี ทั้งทางด้านครอบครัว ด้านความสัมพันธ์กับบุคคลอื่น ด้านการเรียน ด้านบุคลิกภาพส่วนตัว ด้านสุขภาพ ด้านการเงิน ด้านสิ่งแวดล้อม มีความแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อเปรียบเทียบในแต่ละชั้นปี ปรากฏ

ว่านักศึกษาปีที่ 4 มีปัจจัยที่เป็นสาเหตุของความเครียดทุกด้านมีผลต่อความเครียดของนักศึกษาโดยรวมโดย มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.697

ผลการเปรียบเทียบปัจจัยส่วนบุคคลกับความเครียดในการเรียนของนักศึกษา สาขาวิชาการบริหารงานตำรวจ คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา พบว่า นักศึกษาที่มีภูมิลำเนาต่างกัน จะมีความเครียดแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญ .05 และค่าเฉลี่ยความคิดเห็นเกี่ยวกับความเครียดนักศึกษาที่อยู่ภาคกลาง มีระดับความเครียดสูงกว่านักศึกษาที่อยู่ภาคเหนือ และนักศึกษาที่อยู่ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ มีระดับความเครียดในการเรียนแตกต่างจากนักศึกษาที่อยู่ภาคตะวันตก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยนักศึกษาที่อยู่ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ มีระดับความเครียดสูงกว่านักศึกษาภาคตะวันตก นักศึกษาที่อยู่ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ มีระดับความเครียดในการเรียนแตกต่างจาก นักศึกษาที่อยู่ภาคกลาง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยนักศึกษาที่อยู่ภาคกลาง มีระดับความเครียดสูงกว่านักศึกษาที่อยู่ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ นักศึกษาที่อยู่ภาคตะวันตก มีระดับความเครียดในการเรียนแตกต่างจาก นักศึกษาที่อยู่ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยนักศึกษาที่อยู่ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ มีระดับความเครียดสูงกว่านักศึกษาที่อยู่ภาคตะวันตก นักศึกษาที่อยู่ภาคตะวันตก มีระดับความเครียดในการเรียนแตกต่างจาก นักศึกษาที่อยู่ภาคกลาง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยนักศึกษาที่อยู่ภาคกลาง มีระดับความเครียดสูงกว่านักศึกษาที่อยู่ภาคตะวันตก และนักศึกษาที่อยู่ภาคกลาง มีระดับความเครียดในการเรียนแตกต่างจาก นักศึกษาที่อยู่ใต้ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยนักศึกษาที่อยู่ภาคกลาง มีระดับความเครียดสูงกว่านักศึกษาที่อยู่ภาคใต้ ไม่สอดคล้องกับ อรุณี มิ่งประเสริฐ (2556) ได้ทำการวิจัยเรื่องปัจจัยที่ส่งผลต่อความวิตกกังวลของนักศึกษาคณะเกษตรศาสตร์ มหาวิทยาลัยรังสิต พบว่า 1) ความวิตกกังวลของนักศึกษาอยู่ในระดับปานกลาง 2) ปัจจัยที่ไม่ส่งผลความวิตกกังวลของนักศึกษาคือภูมิลำเนา กับอาชีพของผู้ปกครองแตกต่างกัน มีความวิตกกังวลไม่แตกต่างกัน 3) รายได้ต่อเดือนของนักศึกษา สถานภาพสมรสของบิดามารดา เพศ รายได้ต่อเดือนของผู้ปกครอง และที่พักอาศัยของนักศึกษาแตกต่างกัน มีความวิตกกังวลแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05 4) ปัจจัยที่ส่งผลต่อความวิตกกังวลของนักศึกษา โดยเรียงจากปัจจัยที่ส่งผลน้อยที่สุดไปหาปัจจัยที่ส่งผลมากที่สุดมี 5 ปัจจัย ได้แก่ รายได้ต่อเดือนของนักศึกษา สถานภาพสมรสของบิดามารดา เพศ รายได้ต่อเดือนของ



ผู้ปกครอง และที่พักอาศัยของนักศึกษา ตามลำดับ 5) นักศึกษาคณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยรังสิตมีสุขภาพจิตในระดับปกติ

## องค์ความรู้ใหม่

จากการศึกษาวิจัยสามารถสรุปองค์ความรู้ใหม่จากการวิจัย ได้ดังนี้ ความเครียดในการเรียนของนักศึกษาสาขาวิชาการบริหารงานตำรวจ โดยภาพรวมและรายข้ออยู่ในระดับเล็กน้อยและรายด้าน พบว่า ส่วนใหญ่มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับเล็กน้อยเรียงลำดับค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อยได้ ดังนี้ ด้านจิตใจ ด้านร่างกาย ด้านครอบครัว ด้านสิ่งแวดล้อม ด้านสังคม โดยพบว่า นักศึกษาสาขาวิชาการบริหารงานตำรวจ ที่มีเพศต่างกัน จะมีความเครียดไม่แตกต่างกัน นักศึกษาสาขาวิชาการบริหารงานตำรวจที่มีอายุต่างกัน จะมีความเครียดไม่แตกต่างกัน นักศึกษาสาขาวิชาการบริหารงานตำรวจที่มีระดับชั้นปีต่างกัน จะมีความเครียดไม่แตกต่างกัน นักศึกษาสาขาวิชาการบริหารงานตำรวจที่มีภูมิลำเนาต่างกัน จะมีความเครียดแตกต่างกัน

## ข้อเสนอแนะ

### ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

- 1) นำผลการวิจัยไปเป็นข้อมูลในการวางแผนพัฒนาบุคลากรในองค์กรให้มากขึ้น
- 2) นำผลการวิจัยที่ได้จากการเปรียบเทียบด้านระดับชั้นปีมาเป็นข้อมูลในการพัฒนาและมอบหมายภารกิจให้เหมาะสมกับบุคลากรที่มีระดับชั้นปีแตกต่างกัน

### ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้ประโยชน์

- 1) ทำวิจัยความเครียดในการเรียนของนักศึกษาสาขาวิชาการบริหารงานตำรวจ คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา ในแบบเชิงคุณภาพ เพื่อให้ได้ข้อมูลในเชิงลึก และได้รูปแบบการลดความเครียดเชิงประจักษ์
- 2) ทำวิจัยความเครียดกับกลุ่มองค์กรอื่น

## เอกสารอ้างอิง

ธัญญารัตน์ จันทรเสนา. (2555). *ความเครียดของนิสิตระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต). บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.



- นภัสกร ชันธควร. (2558). *ความเครียดและปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความเครียดของนิสิตชั้นปีที่ 1 ระดับปริญญาตรี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย*. (วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต). บัณฑิตวิทยาลัย: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- นายนิธิพันธ์ บุญเพิ่ม. (2553). *ความเครียดและการจัดการความเครียดของนักศึกษาวิทยาลัยการแพทย์แผนไทย มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรี*. (การค้นคว้าอิสระ). บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยศิลปากร.
- ปิยะวรรณ เลิศพานิช. (2542). *การศึกษาความเครียด สาเหตุของความเครียดและวิธีเผชิญความเครียดทางการเรียนของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลายในโรงเรียนมัธยมศึกษาสังกัดกรมสามัญศึกษาล่วงกลางกลุ่มที่ 4*. (วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต). บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ไพรัช วงศ์ศรีตระกูล. (2553). *ปัจจัยทางการศึกษาที่มีผลต่อความเครียดและความวิตกกังวลของนักศึกษามหาวิทยาลัยธนบุรี*. (วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต). บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยธนบุรี.
- สุดสบาย จุลกัทัพพะ. (2554). *ความเครียด. สาเหตุความเครียด*. เข้าถึงได้จาก <https://www.si.mahidol.ac.th/Th/healthdetail.asp?aid=50>.
- อรุณี มิ่งประเสริฐ. (2556). *ปัจจัยที่ส่งผลต่อความวิตกกังวลของนักศึกษาคณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยรังสิต*. *จันทร์เกษมสาร*, 19(37): 67-74.
- หงส์ศิริ ภัยโยติลกชัย, อรุณวรรณ กัมภูสิริพงษ์, มยุรี สวัสดิ์เมือง, ทศนี จันทราส. (2558). *ความเครียดและการแก้ปัญหาความเครียดของนักศึกษาสาขาวิชาเทคโนโลยีสารสนเทศทางธุรกิจ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลรัตนโกสินทร์ บพิตรพิมุข จักรวรรดิ*. (รายงานผลการวิจัย). กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลรัตนโกสินทร์ บพิตรพิมุข จักรวรรดิ.