

ความเครียดและการจัดการกับความเครียดของนักศึกษาพยาบาล ในการฝึกปฏิบัติงานห้องคลอด

STRESS AND STRESS MANAGEMENT OF NURSING STUDENTS DURING PRACTICING IN THE LABOR ROOM

รัศมี ศรีนนท์, วิมลมาส ตังบุญ, อมรรัตน์ สว่างเกตุ และ ทศนีย์ ตรีศายลักษณ์

วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ราชบุรี, วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ราชบุรี, วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ราชบุรี,

และ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม

Rassamee Srinon, Wimonmas Tingboon, Amonrat Sawangket and Thasaneer Trisayaluk

Boromarajonani College of Nursing, Ratchaburi, Boromarajonani College of Nursing, Ratchaburi,

Boromarajonani College of Nursing, Ratchaburi and Faculty of Nursing, Nakhon Pathom Rajabhat University

*Corresponding author Email : rassamee9985@gmail.com

(วันที่รับบทความ : กันยายน 4, 2565 ; วันที่แก้ไขบทความ : กันยายน 23, 2565 ; วันที่ตอบรับบทความ : กันยายน 27, 2565)

บทคัดย่อ

งานวิจัยนี้เป็นวิจัยแบบบรรยายมีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อศึกษาระดับความเครียดของนักศึกษาพยาบาลในการฝึกปฏิบัติงานห้องคลอด 2) เพื่อศึกษาสาเหตุของความเครียดของนักศึกษาพยาบาลในการฝึกปฏิบัติงานห้องคลอด 3) เพื่อศึกษาการจัดการกับความเครียดของนักศึกษาพยาบาลในการฝึกปฏิบัติงานห้องคลอด 4) เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อความเครียดของนักศึกษาพยาบาลในการฝึกปฏิบัติงานห้องคลอด ประชากรในการศึกษา เป็นนักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ราชบุรี ชั้นปีที่ 3 จำนวน 146 คน ที่เรียนรายวิชาปฏิบัติการพยาบาลมารดาทารกและผดุงครรภ์ 1 ที่ฝึกปฏิบัติงานห้องคลอด ภาคการศึกษาที่ 2-3 ปีการศึกษา 2561 เครื่องมือวิจัยประกอบด้วย 1) แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล 2) แบบสอบถามความเครียด 3) แบบสอบถามสาเหตุความเครียด 4) แบบสอบถามการจัดการความเครียด มีค่า (IOC : Index of item objective congruence) มีค่าระหว่าง 0.67-1.00 ส่วนความเชื่อมั่นของเครื่องมือ (Reliability) โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) ค่าตั้งแต่ 0.80 ขึ้นไป สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้ ความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน และการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ

ผลการวิจัยพบว่า

1. ระดับความเครียดของนักศึกษาในการฝึกปฏิบัติงานห้องคลอด พบว่า ส่วนใหญ่นักศึกษามีความเครียดน้อย ร้อยละ 59.59 ความเครียดมาก และความเครียดมากที่สุด เท่ากัน ร้อยละ 4.11
2. สาเหตุของความเครียดส่วนใหญ่ของนักศึกษาพยาบาลในการฝึกปฏิบัติงานห้องคลอดจากการเรียน (Mean = 2.19, S.D. = 1.01) และความเครียดของนักศึกษาส่วนน้อยจากครอบครัว (Mean = 1.29, S.D. = 0.75)
3. นักศึกษาส่วนใหญ่จัดการความเครียด โดยการพักผ่อน นอนหลับ/ออกกำลังกาย/เล่นกีฬาอยู่ในระดับมาก (Mean=4.05, S.D.=0.99) และกิจกรรมที่นักศึกษาปฏิบัติในการจัดการความเครียดอยู่ในระดับน้อย ได้แก่ หนีปัญหา/ไม่เผชิญปัญหาในขณะนั้น (Mean = 1.37, S.D. = 1.01)
4. ปัจจัยด้านครอบครัว ด้านความสัมพันธ์กับคนอื่น ด้านการเรียน ด้านสุขภาพ ด้านบุคลิกภาพส่วนตัว ด้านการเงิน ด้านสิ่งแวดล้อมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความเครียดของนักศึกษาพยาบาลในการฝึกปฏิบัติงาน ($r = .149, .289, .295, .342, .342, .344, .724$ ตามลำดับ) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และปัจจัยด้านบุคลิกภาพส่วนตัว ด้านการเงิน ด้านสิ่งแวดล้อม สามารถร่วมทำนายการเกิดความเครียดของนักศึกษาพยาบาลได้ ร้อยละ 34.4 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

คำสำคัญ : ความเครียด, การจัดการความเครียด, นักศึกษาพยาบาล, การฝึกปฏิบัติงานในห้องคลอด

Abstract

This research was a descriptive study and the objectives were 1) to study the stress level of nursing students in the labor room practice, 2) to study the cause of stress of nursing students

in the labor room practice, 3) to study stress management of nursing students in the labor room practice, 4) to study factors affecting the stress of nursing students in the labor room practice. The population consisted of 146 third year nursing students in the Bachelor of Nursing Science Program, Boromarajonani College of Nursing, Ratchaburi, who studied in the course of Maternal, Infant and Midwifery Nursing Practicum 1 in the semester 2-3 of the 2018 academic year. Research tools consisted of 1) Personal information questionnaire, 2) Stress Questionnaire 3), Questionnaire on causes of stress, 4) Stress management questionnaire. The value of IOC (Index of item objective congruence) was 0.67-1.00 and the value of reliability which was analyzed by Cronbach's Alpha Coefficient formula was 0.80 or higher. The statistics used in this study were Frequency Percentage, Mean, Standard Deviation, Pearson Product Moment Correlation Coefficient and Multiple Linear Regression.

The results of the research showed that :

1.The stress level of the students in the labour room practice indicated that most of the students had the low level of stress at 59.59 and 4.11 percent of them had the high and highest levels of stress equally.

2. The most cause of stress of nursing students in the labor room practice were from their study (Mean = 2.19, S.D. = 1.01) and the least stress among students from their families (Mean = 1.29, SD. = 0.75) and stress among minority students from their families (Mean = 1.29, SD. = 0.75).

3. Most of the students managed their stress by taking a rest, sleeping, exercising and playing sports at a high level (Mean = 4.05, S.D. = 0.99) and activities that students practiced in managing stress were at a low level, i.e. running away from problems/not facing problems at that time (Mean = 1.37, S.D. = 1.01).

4. Family factor, relationship with others, education, health, personal personality, financial and environmental aspects were positively correlated with the stress of the nursing students on labor practice respectively ($r = .149, 289, 295, 342, 342, 344, 724$) with a statistical significance at the .01 level and Personal personality, financial, environmental factors can predict the incidence of stress in the nursing students at 34.4 % with a statistical significance at the .01 level.

Keywords : Stress, Stress Management, Nursing Students, the Labor Room Practice

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

การจัดการเรียนการสอนทางพยาบาลศาสตร์มีทั้งภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติเป็นการจัดการศึกษาที่เตรียมบัณฑิตพยาบาลให้เป็นผู้ที่มีความสามารถทั้งด้านวิชาการและมีความสามารถในการปฏิบัติการพยาบาลตามลักษณะของวิชาชีพในการศึกษาภาคปฏิบัตินักศึกษาต้องปฏิบัติงานบนหอผู้ป่วยซึ่งถือว่าเป็นหัวใจของการเรียนการสอนทางการพยาบาล แต่อย่างไรก็ตามการฝึกภาคปฏิบัติก็เป็นสาเหตุหนึ่งทำให้นักศึกษาเกิดความเครียดได้เนื่องจากเป็นงานที่ต้องรับผิดชอบเป็นชีวิตมนุษย์ทำให้นักศึกษาพยาบาลต้องมีความรับผิดชอบสูงทั้งต่อตนเองและบุคคลอื่น ต้องปฏิบัติการพยาบาลกับผู้ป่วยจริง ๆ มีความอดทน ละเอียดรอบคอบ ระมัดระวังและมีความรับผิดชอบต่ออย่างสูง เพราะความผิดพลาดที่เกิดขึ้นอาจก่อให้เกิดอันตรายต่อชีวิตของผู้ป่วยได้ ในการฝึกปฏิบัติวิชาการพยาบาลมารดาทารก และการผดุงครรภ์นั้นมีลักษณะเฉพาะที่แตกต่างจากการปฏิบัติงานในหอผู้ป่วยทั่ว ๆ ไปโดยเฉพาะอย่างยิ่งการปฏิบัติงานในส่วนห้องคลอดซึ่งจัดได้ว่าเป็นภาวะที่ค่อนข้างวิกฤตพบว่านักศึกษาส่วนใหญ่ขาดความมั่นใจในความสามารถของตนเองที่จะทำคลอดเพื่อให้เกิดความปลอดภัยทั้งมารดาและทารกแรกเกิดแม้ว่าจะมีการเตรียมความพร้อมทั้งทางด้านทฤษฎีและฝึกปฏิบัติกับหุ่นจำลองในห้องปฏิบัติการพยาบาลในระดับหนึ่งแล้วก็ตาม (มาลีวัล เลิศสาครศิริ และคณะ, 2555 : 91-98; มาลีวัล เลิศสาครศิริ, 2558 : 7) นอกจากนี้ยังพบว่าลักษณะความเครียดของนักศึกษาพยาบาลที่เกิดขึ้นขณะฝึกปฏิบัติงานห้องคลอดมักเกี่ยวข้องกับความกลัวที่เฉพาะเจาะจง ได้แก่ กลัวความล้มเหลว กลัวการประเมินของอาจารย์ผู้สอนภาคปฏิบัติ กลัวอันตรายที่ผู้คลอดจะได้รับ กลัวการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้

คลอดและญาติ ขาดความมั่นใจในความสามารถทางการพยาบาลของตนเอง งานหนัก วิตกกังวลกับการพยาบาล กังวลกับการฝึกทักษะปฏิบัติต่าง ๆ เช่น การให้สารน้ำทางหลอดเลือดดำ การฉีดยาทาง การทำคลอด การดูแลผู้คลอด ระหว่างเจ็บครรภ์คลอดสิ่งเหล่านี้ล้วนก่อให้เกิดความเครียดแก่นักศึกษา (วิจัย สุชวนวัฒน์ และคณะ, 2553 : 77-89; สุมาลี จุมทอง และคณะ, 2552 : 39-56)

ลาซารัสและโฟลค์แมน (Lazarus and Folkman, 1984) ได้เสนอแนวคิดทฤษฎีความเครียดและการเผชิญความเครียดไว้ว่า ความเครียดจะเกิดขึ้นหรือไม่ขึ้นอยู่กับการประเมินเหตุการณ์นั้นมีว่าผลต่อสวัสดิภาพของตนเองหรือไม่และตนต้องใช้แหล่งประโยชน์ที่มีอยู่อย่างเต็มที่หรือเกินกำลังในการปรับตัวหรือไม่ ส่วนการเผชิญความเครียด (coping) เป็นความพยายามที่จะจัดการกับความเครียด บุคคลที่เผชิญความเครียดได้ดีคือบุคคลที่รู้จักเลือกใช้วิธีการที่เหมาะสมกับสถานการณ์ในการเผชิญความเครียดซึ่งแบ่งเป็น 2 รูปแบบ ได้แก่ 1) การเผชิญความเครียดโดยมุ่งเน้นการวิธีการแก้ปัญหา (Problem-Focused Coping) ซึ่งเป็นการแก้ไขปัญหาที่สาเหตุโดยตรง โดยกำหนดขอบเขตของปัญหาและหาวิธีการแก้ปัญหาหลาย ๆ วิธี เลือกวิธีการที่เหมาะสม และลงมือแก้ปัญหามุ่งเน้นการเผชิญปัญหา 2) การเผชิญความเครียดโดยมุ่งเน้นที่อารมณ์ (Emotional-Focused Coping) เป็นความพยายามในการลดบรรเทาความไม่สบายใจที่เกิดจากความเครียดในทางที่เหมาะสม (Lazarus and Folkman, 1987 : 141-170)

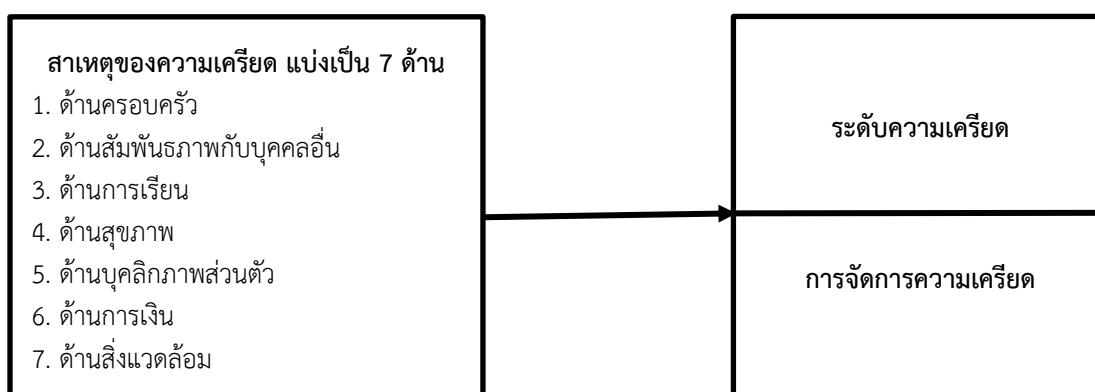
สำหรับนักศึกษาพยาบาลจากการทบทวนวรรณกรรมที่ผ่านมาพบว่าสาเหตุของความเครียดสามารถแบ่งเป็น 7 ด้าน ได้แก่ ด้านครอบครัว ด้านสัมพันธภาพกับบุคคลอื่น ด้านการเรียน ด้านสุขภาพ ด้านบุคลิกภาพส่วนตัว ด้านการเงิน และด้านสิ่งแวดล้อม (สืบทระกูล ต้นตลานุกูล และปราโมทย์ วงศ์สวัสดิ์, 2560 : 86-87) แต่อย่างไรก็ตาม นักศึกษาพยาบาลมีการใช้วิธีการต่าง ๆ ที่หลากหลายเพื่อจัดการกับความเครียดขณะเรียน เช่น การเผชิญหน้ากับปัญหา การบรรเทาความรู้สึกรุนแรง การจัดการกับอารมณ์ การคิดเชิงบวก การสนับสนุนจากครอบครัว การใช้สติบำบัด วิธีการดังกล่าวจะครอบคลุมทั้งการจัดการกับปัญหาโดยตรงและการจัดการกับอารมณ์ของบุคคล หากนักศึกษาสามารถเลือกใช้วิธีการที่เหมาะสมกับสถานการณ์ความเครียดก็จะทำให้สามารถลดความเครียด และปรับตัวกับการใช้ชีวิตและการเรียนอย่างมีประสิทธิภาพต่อไป ดังนั้น ผู้วิจัยจึงต้องการศึกษาระดับของความเครียด สาเหตุ วิธีการจัดการความเครียดและปัจจัยที่ต่อความเครียดของนักศึกษาซึ่งมีความจำเป็นและมีประโยชน์ในนำข้อมูลไปใช้ประกอบการวางแผนกลยุทธ์นักศึกษาในการฝึกปฏิบัติงานห้องคลอดในวิชาปฏิบัติการพยาบาลมารดาทารกและผดุงครรภ์ 1 ต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับความเครียดของนักศึกษาพยาบาลในการฝึกปฏิบัติงานห้องคลอด
2. เพื่อศึกษาสาเหตุของความเครียดของนักศึกษาพยาบาลในการฝึกปฏิบัติงานห้องคลอด
3. เพื่อศึกษาการจัดการกับความเครียดของนักศึกษาพยาบาลในการฝึกปฏิบัติงานห้องคลอด
4. เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อความเครียดของนักศึกษาพยาบาลในการฝึกปฏิบัติงานห้องคลอด

กรอบแนวคิดการวิจัย

ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสาร ตำรา และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความเครียดและการจัดการกับความเครียดของนักศึกษาพยาบาลในการฝึกปฏิบัติงานห้องคลอด ผู้วิจัยประยุกต์ใช้กรอบแนวคิดการจัดการความเครียดของลาซารัสและโฟลค์แมน (Lazarus R.S. & Folkman S., 1984; Lazarus, R.S. and Folkman, S., 1987 : 141-170) ดังแผนภาพที่ 1



วิธีดำเนินการวิจัย

ประชากร

ประชากรที่ศึกษาครั้งนี้ คือ นักศึกษาพยาบาลศาสตรบัณฑิต ชั้นปีที่ 3 ปีการศึกษา 2561 จำนวน 146 คน ที่ฝึกปฏิบัติวิชาปฏิบัติการพยาบาลมารดาทารกและผดุงครรภ์ 1

ตัวแปรที่ศึกษา

ตัวแปรต้น เป็นสาเหตุของความเครียด แบ่งเป็น 7 ด้าน ได้แก่ ด้านครอบครัว ด้านสัมพันธภาพกับบุคคลอื่น ด้านการเรียนด้านสุขภาพ ด้านบุคลิกภาพส่วนตัว ด้านการเงิน และด้านสิ่งแวดล้อม

ตัวแปรตาม ได้แก่ ความเครียด และการจัดการความเครียด

การพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่าง

การวิจัยครั้งนี้ได้รับการรับรองจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในคนวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนราธิวาส เลขที่ 013/2561 ผู้วิจัยขออนุญาตให้ประชากรที่ศึกษา พร้อมทั้งอธิบายวัตถุประสงค์ ขั้นตอนการเก็บรวบรวมข้อมูล ประโยชน์และข้อจำกัด โดยละเอียด และให้กลุ่มตัวอย่างลงลายมือชื่อไว้ในหนังสือยินยอมโดยได้รับการบอกกล่าวและเต็มใจ กลุ่มตัวอย่างสามารถปฏิเสธการเข้าร่วมวิจัยหรือถอนตัวจากการร่วมวิจัยได้ตลอดเวลาโดยไม่มีผลกระทบต่อการผลการเรียนในวิชาที่ฝึกปฏิบัติวิชานี้ สำหรับข้อมูลที่ได้จะเก็บไว้เป็นความลับและใช้ในการวิเคราะห์และนำเสนอในภาพรวม

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ เป็นแบบสอบถามซึ่งประกอบด้วย 4 ตอน ดังนี้

1. แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพครอบครัวของบิดามารดา รายได้ครอบครัวต่อเดือน และสถานที่ฝึกปฏิบัติงาน

2. แบบสอบถามความเครียดของนักศึกษาพยาบาลในการฝึกปฏิบัติงานห้องคลอด เป็นแบบสอบถาม ซึ่งใช้สอบถามเกี่ยวกับความเครียดของนักศึกษาพยาบาลในการฝึกปฏิบัติงานห้องคลอดวิชาปฏิบัติการพยาบาลมารดาทารกและผดุงครรภ์ 1 วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนราธิวาส โดยผู้วิจัยใช้แบบประเมินความเครียดของกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข เป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 5 ระดับ จำนวน 20 ข้อ โดยมีเกณฑ์การให้คะแนน ดังนี้ คะแนน 1 หมายถึง ไม่รู้สึกเครียด คะแนน 2 หมายถึง รู้สึกเครียดเล็กน้อย คะแนน 3 หมายถึง รู้สึกเครียดปานกลาง คะแนน 4 หมายถึง รู้สึกเครียดมาก คะแนน 5 หมายถึง รู้สึกเครียดมากที่สุด

การแปลผล แบ่งคะแนน เป็น 4 ช่วง ได้แก่ คะแนน 0-23 หมายถึง มีความเครียดระดับน้อย คะแนน 24-41 หมายถึง มีความเครียดระดับปานกลาง คะแนน 42-61 หมายถึง มีความเครียดระดับมาก คะแนน 62 ขึ้นไป หมายถึง เครียดระดับมากที่สุด

3. แบบสอบถามสาเหตุความเครียดของนักศึกษาพยาบาลในการฝึกปฏิบัติงานห้องคลอดเป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับเกี่ยวกับสาเหตุของความเครียดของนักศึกษาพยาบาลในการฝึกปฏิบัติงานห้องคลอดวิชาปฏิบัติการพยาบาลมารดาทารกและผดุงครรภ์ 1 ผู้วิจัยได้สร้างขึ้นจากการทบทวนวรรณกรรม แบบวัดเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 6 ระดับ จำนวน 44 ข้อ แบ่งออกเป็น 7 ด้าน ดังนี้ 1) ด้านครอบครัว จำนวน 4 ข้อ 2) ด้านสัมพันธภาพกับบุคคลอื่น จำนวน 6 ข้อ 3) ด้านการเรียน จำนวน 10 ข้อ 4) ด้านบุคลิกภาพส่วนตัว จำนวน 7 ข้อ 5) ด้านสุขภาพ จำนวน 3 ข้อ 6) ด้านการเงิน จำนวน 6 ข้อ 7) ด้านสิ่งแวดล้อม จำนวน 8 ข้อ โดยมีเกณฑ์การให้คะแนน ดังนี้ คะแนน 5 หมายถึง สาเหตุที่ทำให้เกิดความเครียดมากที่สุด คะแนน 4 หมายถึง สาเหตุที่ทำให้เกิดความเครียดมาก คะแนน 3 หมายถึง สาเหตุที่ทำให้เกิดความเครียดปานกลาง คะแนน 2 หมายถึง สาเหตุที่ทำให้เกิดความเครียดน้อย คะแนน 1 หมายถึง สาเหตุที่ทำให้เกิดความเครียดน้อยที่สุด

การแปลผล แบ่งคะแนน เป็น 4 ช่วง ได้แก่ ระดับคะแนน 1.00-1.80 หมายถึง เป็นสาเหตุที่ทำให้เกิดความเครียดน้อยที่สุด ระดับคะแนน 1.81-2.60 หมายถึง เป็นสาเหตุที่ทำให้เกิดความเครียดน้อย ระดับคะแนน 2.61-3.40 หมายถึง เป็นสาเหตุที่ทำให้เกิดความเครียดปานกลาง ระดับคะแนน 3.41-4.20 หมายถึง เป็นสาเหตุที่ทำให้เกิดความเครียดมาก ระดับคะแนน 4.21-5.00 หมายถึง เป็นสาเหตุที่ทำให้เกิดความเครียดมากที่สุด

4. แบบสอบถามการจัดการกับความเครียดของนักศึกษาพยาบาลในการฝึกการฝึกปฏิบัติงานห้องคลอดเป็น

แบบสอบถามเกี่ยวกับการจัดการกับความเครียดของนักศึกษาพยาบาลในการฝึกการฝึกปฏิบัติงานห้องคลอดวิชาปฏิบัติการพยาบาลมารดาทารกและผดุงครรภ์ 1 ผู้วิจัยได้สร้างขึ้นจากการทบทวนวรรณกรรม เป็นแบบวัดเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 5 ระดับ จำนวน 15 ข้อ โดยมีเกณฑ์การให้คะแนนดังนี้ คะแนน 5 หมายถึง บ่อยที่สุด คะแนน 4 หมายถึง บ่อยมาก คะแนน 3 หมายถึง ค่อนข้างบ่อย คะแนน 2 หมายถึง บางครั้ง คะแนน 1 หมายถึง นาน ๆ ครั้ง

การแปลผล ระดับคะแนน 1.00-1.80 หมายถึง ปฏิบัติน้อยที่สุด ระดับคะแนน 1.81-2.60 หมายถึง ปฏิบัติน้อย ระดับคะแนน 2.61-3.40 หมายถึง ปฏิบัติปานกลาง ระดับคะแนน 3.41-4.20 หมายถึง ปฏิบัติมาก ระดับคะแนน 4.21-5.00 หมายถึง ปฏิบัติมากที่สุด

การสร้างและหาคุณภาพเครื่องมือ

1. เครื่องมือที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นจากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง หลังจากนั้นให้ผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบความตรงเนื้อหา (Content Validity) และความตรงตามโครงสร้าง (Construct Validity) จำนวน 3 ท่าน ได้แก่ อาจารย์พยาบาลด้านการพยาบาลแม่และเด็ก จำนวน 2 ท่าน อาจารย์พยาบาลด้านการพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวช จำนวน 1 ท่าน เพื่อให้แบบสอบถามที่มีสาระตรงกับสิ่งที่ต้องการมากที่สุด เมื่อพิจารณาค่า (IOC : Index of item objective congruence) มีค่าระหว่าง 0.67-1.00 ได้แก่ แบบสอบถามความเครียดของนักศึกษาพยาบาลในการฝึกปฏิบัติงานห้องคลอด แบบสอบถามสาเหตุความเครียดของนักศึกษาพยาบาลในการฝึกปฏิบัติงานห้องคลอด และแบบสอบถามการจัดการกับความเครียดของนักศึกษาพยาบาลในการฝึกการฝึกปฏิบัติงานห้องคลอด

2. ส่วนการหาความเชื่อถือของเครื่องมือโดยการนำเครื่องมือที่แก้ไขแล้วไปทดลองใช้ (Try Out) กับกลุ่มนักศึกษาที่ฝึกวิชาภาคปฏิบัติครั้งแรก ของวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ราชบุรี จำนวน 30 คน แล้วนำมาหาความเชื่อมั่นของเครื่องมือ (Reliability) โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) ได้ค่าตั้งแต่ 0.80 ขึ้นไป ได้แก่ แบบสอบถามความเครียดของนักศึกษาพยาบาลในการฝึกปฏิบัติงานห้องคลอด ได้ความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.87 แบบสอบถามสาเหตุความเครียดของนักศึกษาพยาบาลในการฝึกปฏิบัติงานห้องคลอด ได้ความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.89 และแบบสอบถามการจัดการกับความเครียดของนักศึกษาพยาบาลในการฝึกการฝึกปฏิบัติงานห้องคลอด ได้ความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.82

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเองหลังเสร็จสิ้นการฝึกปฏิบัติงานวิชาวิชาชีพปฏิบัติการพยาบาลมารดาทารกและผดุงครรภ์ 1 ตั้งแต่เดือนมีนาคม ถึงเดือนมิถุนายน พ.ศ. 2561

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. วิเคราะห์ข้อมูลส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพ ครอบครัวของบิดามารดา รายได้ครอบครัวต่อเดือน และสถานที่ฝึกปฏิบัติงาน และระดับของความเครียด โดยใช้ความถี่ และร้อยละ
2. วิเคราะห์สาเหตุของความเครียดและการจัดการความเครียดของนักศึกษาพยาบาลในการฝึกปฏิบัติงานห้องคลอด โดยหาค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
3. วิเคราะห์ศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อความเครียดของนักศึกษาพยาบาลในการฝึกปฏิบัติงานห้องคลอดใช้การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างสาเหตุและความเครียดโดยการหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson Product Moment Correlation Coefficient) และวิเคราะห์ความสามารถในการทำนายของสาเหตุโดยการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ (Multiple Linear Regression)

ผลการวิจัย

1. วิเคราะห์ข้อมูลส่วนบุคคล พบว่า นักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ราชบุรี จำนวน 146 คน เพศหญิง จำนวน 139 คน คิดเป็น ร้อยละ 95.20 เพศชาย จำนวน 7 คน ร้อยละ 4.80 อายุ ระหว่าง 22-23 ปี ร้อยละ 100 สถานภาพครอบครัวของบิดามารดา อยู่ด้วยกัน จำนวน 98 คน ร้อยละ 67.1 แยกกันอยู่ จำนวน 19 คน ร้อยละ 13 บิดาหรือมารดาเสียชีวิต จำนวน 31 คน ร้อยละ 21.9 รายได้ของครอบครัวต่อเดือน มากกว่า 20,000 บาท จำนวน 3 คน ร้อยละ 2.1 ระหว่าง 15,001-20,000 บาท จำนวน 47 คน ร้อยละ 32.2 ระหว่าง 5,000-10,000 บาท จำนวน 21 คน ร้อยละ 14.4 การฝึกงานวิชาปฏิบัติการพยาบาลมารดาทารกและผดุงครรภ์ 1 ในโรงพยาบาลระดับตติยภูมิและปฐมภูมิ ในเขตบริการสุขภาพที่ 5 จำนวน 7 โรงพยาบาล ได้แก่ โรงพยาบาล

ราชบุรี โรงพยาบาลโพธาราม โรงพยาบาลสมุทรสาคร โรงพยาบาลกระทุ่มแบน โรงพยาบาลสมเด็จพระพุทธเลิศหล้า โรงพยาบาลพลพยุหเสนา โรงพยาบาลมะการักษ์

2. ระดับความเครียดของนักศึกษาในการฝึกปฏิบัติงานห้องคลอดวิชาปฏิบัติการพยาบาลมารดาทารกและ
ผดุงครรภ์ 1 พบว่า ส่วนใหญ่นักศึกษา ระดับของความเครียดน้อย (คะแนน 0-23) จำนวน 87 คน ร้อยละ 59.59
ระดับของความเครียดปานกลาง (คะแนน 24-41) จำนวน 47 คน ร้อยละ 32.19 เครียดมาก (คะแนน 42-61) เครียด
มากที่สุด (คะแนน 62 คะแนน ขึ้นไป) จำนวน 6 คน ร้อยละ 4.11 ดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ระดับความเครียดของนักศึกษาในการฝึกปฏิบัติงานห้องคลอดวิชาปฏิบัติการพยาบาลมารดาทารกและ
ผดุงครรภ์ 1

ระดับของความเครียด	จำนวน	ร้อยละ
น้อย (คะแนน 0-23)	87	59.59
ปานกลาง (คะแนน 24-41)	47	32.19
มาก (คะแนน 42-61)	6	4.11
มากที่สุด (คะแนน 62 ขึ้นไป)	6	4.11
คะแนนรวม	146	100

3. สาเหตุความเครียดของนักศึกษาในการฝึกปฏิบัติงานห้องคลอดวิชาปฏิบัติการพยาบาลมารดาทารกและ
ผดุงครรภ์ 1 เมื่อพิจารณาารายด้าน พบว่า ส่วนใหญ่สาเหตุของความเครียดนักศึกษาจากการเรียน (Mean = 2.19, SD.
= 1.01) รองลงมาคือ ด้านบุคลิกภาพส่วนตัว (Mean = 2.16, SD. = 1.03) และด้านสุขภาพ (Mean = 2.04, SD. =
1.05) ซึ่งอยู่ในระดับน้อย ส่วนสาเหตุของความเครียดนักศึกษาจากครอบครัวน้อยที่สุด (Mean = 1.29, SD. = 0.75)
เมื่อพิจารณาารายข้อ พบว่า ส่วนใหญ่สาเหตุของความเครียดนักศึกษาจากการฝึกปฏิบัติแต่ละวันค่อนข้างหนัก (Mean
= 2.69, SD. = 0.91) ใกล้เคียงกับพักผ่อนไม่เพียงพอ (Mean = 2.68, SD. = 1.01) ส่วนสาเหตุของความเครียดที่น้อย
ที่สุดคือการที่บิดามารดาเอาใจใส่ลูกไม่เท่ากัน (Mean = 1.16, SD. = 0.54) ดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2 สาเหตุของการเกิดความเครียดของนักศึกษาพยาบาลในการฝึกปฏิบัติงานห้องคลอดวิชาปฏิบัติการ
พยาบาลมารดาทารกและผดุงครรภ์ 1

ข้อที่	สาเหตุของความเครียด	ค่าเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐาน	แปลผล
	1. ด้านครอบครัว	1.29	.75	น้อยที่สุด
1	บิดา มารดา แยกทางกัน	1.22	.72	น้อยที่สุด
2	เกิดความขัดแย้งในครอบครัว	1.49	.89	น้อยที่สุด
3	บิดาหรือมารดามักใช้อารมณ์ในการอบรมสั่งสอน	1.31	.78	น้อยที่สุด
4	บิดาหรือมารดาเอาใจใส่ลูกไม่เท่ากัน	1.16	.54	น้อยที่สุด
	2. ด้านความสัมพันธ์กับคนอื่น	1.58	.82	น้อย
5	รู้สึกประหม่าไม่มั่นใจเมื่อต้องเข้าสังคม	2.20	.91	น้อย
6	ไม่เป็นที่ยอมรับในกลุ่มเพื่อน/อาจารย์/พี่พยาบาล	1.59	.81	น้อย
7	ผิดหวังในความรัก	1.55	.79	น้อย
8	รู้สึกไม่เป็นที่ยอมรับ/ถูกเพื่อนล้อเลียนเรื่องปมด้อย	1.39	.69	น้อยที่สุด
9	ไม่สามารถปฏิบัติงานร่วมกับคนอื่นได้	1.38	.68	น้อยที่สุด
10	ไม่สามารถปรับตัวเข้ากับเพื่อนในกลุ่มและคนอื่นได้	1.37	.69	น้อยที่สุด
	3. ด้านการเรียน	2.19	1.01	น้อย
11	เนื้อหาวิชาที่ฝึกปฏิบัติยากเกินไป	2.64	.76	ปานกลาง
12	การฝึกปฏิบัติหนักเกินไปในแต่ละวัน	2.69	.91	ปานกลาง

13	สอบทักษะได้ไม่ถึงเกณฑ์/สอบทักษะได้คะแนนไม่ดี	2.43	1.00	น้อย
14	อ่านหนังสือไม่ทัน	3.01	1.02	ปานกลาง
15	ทำรายงานไม่ผ่าน	1.95	.92	น้อย
16	ไม่สามารถปรับตัวเข้ากับการเรียนแต่ละวิชาได้	1.94	.88	น้อย
17	อาจารย์สอนไม่เข้าใจ	2.00	0.80	น้อย
18	อาจารย์ไม่สนใจนักศึกษาหรือไม่เปิดโอกาสให้ซักถาม	1.55	.74	น้อย
19	เพื่อนในกลุ่มไม่ถูกกัน	1.78	.98	น้อย
20	ถูกเพื่อนเอาเปรียบเวลาขึ้นฝึกปฏิบัติงาน	1.78	1.04	น้อย
	4. ด้านบุคลิกภาพส่วนตัว	2.16	1.03	น้อย
21	เป็นคนที่มีความคาดหวังสูงในทุกด้าน	2.23	1.15	น้อย
22	หงุดหงิด ฉุนเฉียวง่าย	1.91	.90	น้อย
23	ขาดความเชื่อมั่นในตนเอง	2.69	1.03	ปานกลาง
24	ไม่พอใจในรูปร่างหน้าตาของตนเอง	1.77	.91	น้อย
25	สมาธิสั้น	2.01	.93	น้อย
26	ขี้อาย	2.29	.95	น้อย
27	มีโลกส่วนตัวสูง	2.23	1.05	น้อย
	5. ด้านสุขภาพ	2.04	1.05	น้อย
28	ปัญหาสุขภาพของตนเอง	1.97	.99	น้อย
29	พักผ่อนไม่เพียงพอ	2.68	1.01	ปานกลาง
30	เป็นโรคที่เกิดขึ้นปัจจุบันทันด่วน	1.48	0.75	น้อย
	6. ด้านการเงิน	1.78	.95	น้อย
31	รายได้ครอบคลุมไม่พอใช้	2.20	.99	น้อย
32	ใช้เงินฟุ่มเฟือย	2.00	.93	น้อย
33	มีหนี้สิน	1.55	.87	น้อยที่สุด
34	มีค่าใช้จ่ายเพิ่มขึ้นในการฝึกปฏิบัติงาน	2.40	.97	น้อย
35	ขอทุนการศึกษาแต่ไม่ได้รับทุน	1.27	.65	น้อยที่สุด
36	ต้องพึ่งพาอาศัยเงินของบุคคลอื่น	1.42	.97	น้อยที่สุด
	7. ด้านสิ่งแวดล้อม	1.84	.97	น้อย
37	จำนวนเคสไม่เพียงพอ	2.44	1.15	น้อย
38	อุปกรณ์ไม่เพียงพอ/ไม่อยู่ในสภาพพร้อมใช้	1.77	.88	น้อย
38	ระบบเครือข่ายขาดประสิทธิภาพ	1.67	.82	น้อย
40	การเดินทางไปแหล่งฝึกไม่สะดวก	1.59	.80	น้อย
41	ที่พักขณะฝึกงานไม่สะดวก	1.69	.93	น้อย
42	ไม่มีสถานที่เพียงพอในการทำรายงาน อ่านหนังสือ	1.88	1.00	น้อย
43	หนังสือไม่เพียงพอในการค้นคว้า	1.86	.96	น้อย
44	ร้านอาหารมีไม่เพียงพอ	1.82	.91	น้อย

4. การจัดการความเครียดของนักศึกษาในการฝึกปฏิบัติงานห้องคลอดวิชาปฏิบัติการพยาบาลมารดาทารก และผดุงครรภ์ 1 พบว่า กิจกรรมที่นักศึกษาปฏิบัติในการจัดการความเครียด 3 อันดับแรก ได้แก่ ดูหนัง/ฟังเพลง/ฟังวิทยุ/ร้องคาราโอเกะ มากที่สุด (Mean = 4.02, SD. = 0.99) พักผ่อน นอนหลับ/ออกกำลังกาย/เล่นกีฬา (Mean = 4.05, SD. = 0.99) เล่นเกมส์/เล่นอินเทอร์เน็ต/ดูหนังออนไลน์ (Mean = 3.79, SD. = 1.16) ส่วนกิจกรรมที่นักศึกษาปฏิบัติในการจัดการความเครียดน้อยที่สุด ได้แก่ หนีปัญหา/ไม่เผชิญปัญหาในขณะนั้น (Mean = 1.37, SD. = 1.01) รองลงมาคือด้านบุคลิกภาพส่วนตัว (Mean = 2.16, SD. = 1.03) และด้านสุขภาพ (Mean = 2.04, SD. = 1.05)

ซึ่งอยู่ในระดับน้อย ส่วนสาเหตุของความเครียดของนักศึกษาจากครอบครัวน้อยที่สุด (Mean = 1.29, SD. = 0.69) ดังตารางที่ 3

ตารางที่ 3 การจัดการความเครียดของนักศึกษาพยาบาลในการฝึกปฏิบัติงานห้องคลอดวิชาปฏิบัติการพยาบาลมารดาทารกและผดุงครรภ์ 1

ข้อที่	การจัดการความเครียด	ค่าเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน	แปลผล
1	ปรึกษาอาจารย์ที่ปรึกษา/อาจารย์ผู้สอน/บุคคลที่นักศึกษาไว้วางใจ	2.71	1.17	ปานกลาง
2	ปรึกษาพ่อแม่/ผู้ปกครอง	3.45	1.25	มาก
3	ปรึกษาเพื่อน	3.46	1.04	มาก
4	ปรึกษารุ่นพี่	2.64	1.16	ปานกลาง
5	ดูหนัง/ฟังเพลง/ฟังวิทยุ/ร้องคาราโอเกะ	4.05	.99	มาก
6	เล่นเกมส์/เล่นอินเทอร์เน็ต/ดูหนังออนไลน์	3.79	1.10	มาก
7	พักผ่อน นอนหลับ/ออกกำลังกาย/เล่นกีฬา/	4.02	.99	มาก
8	ปฏิบัติธรรม/สวดมนต์/นั่งสมาธิ/ทำจิตใจให้สงบ	2.58	1.05	น้อย
9	ซื้อสิ่งของที่ชอบ/เดินเที่ยวห้าง/รับประทานอาหารที่ชอบ	3.38	1.24	ปานกลาง
10	สร้างกำลังใจ/สร้างความเชื่อมั่นให้ตนเอง/มองโลกในแง่ดี	3.47	.88	มาก
11	ร้องไห้คนเดียว/ร้องไห้ระบายความเครียด	2.16	1.21	น้อย
12	เขียนบันทึกส่วนตัว (Diary) หรืออ่านหนังสือสร้างกำลังใจ	1.42	0.85	น้อยที่สุด
13	ทำงานฝีมือ/วาดรูป/ทำงานอดิเรก	1.74	1.07	น้อยที่สุด
14	หนีปัญหา/ไม่เผชิญปัญหาในขณะนั้น	1.37	0.69	น้อยที่สุด
15	บนบานศาลกล่าวต่อสิ่งศักดิ์สิทธิ์	2.22	1.16	น้อย

5. ปัจจัยที่มีผลต่อความเครียดของนักศึกษาพยาบาลในการฝึกปฏิบัติงานห้องคลอด

5.1 ปัจจัยด้านครอบครัว ด้านความสัมพันธ์กับคนอื่น ด้านการเรียน ด้านสุขภาพ ด้านบุคลิกภาพส่วนตัว ด้านการเงิน ด้านสิ่งแวดล้อมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความเครียดของนักศึกษาพยาบาลในการฝึกปฏิบัติงานห้องคลอดวิชาปฏิบัติการพยาบาลมารดาทารกและผดุงครรภ์ 1 ($r = .149, .289, .295, .342, .342, .344, .724$ ตามลำดับ) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ดังตารางที่ 4

ตารางที่ 4 ปัจจัยที่มีผลต่อความเครียดของนักศึกษาพยาบาลในการฝึกปฏิบัติงานห้องคลอด

ตัวแปรด้าน	1	2	3	4	5	6	7	8
1. ครอบครัว	1							
2. ความสัมพันธ์กับคนอื่น	.637**	1						
3. การเรียน	.430**	.599**	1					
4. สุขภาพ	.299**	.449**	.566**	1				
5. บุคลิกภาพส่วนตัว	.299**	.449**	.566**	1.000**	1			
6. การเงิน	.380**	.529**	.617**	.735**	.735**	1		
7. สิ่งแวดล้อม	.329**	.561**	.605**	.446**	.446**	.557**	1	
8. ความเครียด	.149**	.289**	.295**	.342**	.342**	.344**	.724**	1

**นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

5.2 ความสามารถในการทำนายการเกิดความเครียดของนักศึกษาพยาบาลในการฝึกปฏิบัติงานห้องคลอด วิชาปฏิบัติการพยาบาลมารดาทารกและผดุงครรภ์ 1 ได้แก่ ปัจจัยด้านบุคลิกภาพส่วนตัว ด้านการเงิน ด้านสิ่งแวดล้อม โดยสามารถร่วมทำนายได้ ร้อยละ 34.4 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ดังตารางที่ 5

ตารางที่ 5 คำสมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างสาเหตุกับความเครียดของนักศึกษาพยาบาลในการฝึกปฏิบัติงานห้องคลอดวิชาปฏิบัติการพยาบาลมารดาทารกและผดุงครรภ์ 1 โดยวิธี Stepwise ตาม Model ที่ 1

ตัวแปรทำนาย	B	Beta	t	Sig
การเงิน	.203	.344	4.112	.000
บุคลิกภาพส่วนตัว	.202	.332	4.002	.001
สิ่งแวดล้อม	.201	.330	4.001	.002
Constant = 1.057 R = .344 F = 16.907 R ² = .118 Adjusted R ² = .111				

จากตารางที่ 5 ผลการวิจัยสามารถเขียนเป็นสมการทำนายแบบค่าคะแนนมาตรฐาน (Standardize score) ได้ดังนี้ Z (ความเครียด) = .344Z (การเงิน) + .332Z (บุคลิกภาพส่วนตัว) + .330Z (สิ่งแวดล้อม)

อภิปรายผลการวิจัย

1. ระดับความเครียดของนักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนี ราชบุรี จำนวน 146 คน ในการฝึกปฏิบัติงานห้องคลอดวิชาปฏิบัติการพยาบาลมารดาทารกและผดุงครรภ์ 1 พบว่า ส่วนใหญ่นักศึกษา ระดับของความเครียดน้อย เนื่องจากก่อนที่นักศึกษาจะออกฝึกจะมีการเตรียมความพร้อมโดยมอบหมายให้นักศึกษาไปทบทวนความรู้โดยใช้แบบฝึกหัดที่มีคำถามนำให้นักศึกษาค้นคว้า และมีการเฉลยโดยอาจารย์ผู้สอน ภาควิชาปฏิบัติประจำกลุ่ม มีการสาธิตและสาธิตย้อนกลับทักษะการพยาบาลในระยะคลอด การลงบันทึกการคลอด การเข้าร่วมปฏิบัติในสถานการณ์จำลอง (SBL) ส่งเสริมให้นักศึกษามีความรู้ในเนื้อหาวิชาและมีความพร้อมในการฝึกปฏิบัติงานจึงมีความเครียดน้อยสอดคล้องกับการศึกษาของพลทรัพย์ ลาภเจียม (2562 : 42) ได้ทำวิจัยเกี่ยวกับผลของการเตรียมความพร้อมก่อนขึ้นฝึกปฏิบัติงานต่อความรู้และทักษะการปฏิบัติการพยาบาลมารดาทารกและผดุงครรภ์ของนักศึกษาพยาบาลศาสตรบัณฑิต ชั้นปีที่ 3 วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนี เชียงใหม่ พบว่า ความรู้เกี่ยวกับการพยาบาลในระยะตั้งครรภ์ ระยะคลอด และระยะหลังคลอดปกติ ก่อนและหลังเตรียมความพร้อมมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และความพร้อมด้านทักษะการปฏิบัติการพยาบาลก่อนและหลังเข้าร่วมการเตรียมความพร้อมมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

2. สาเหตุของนักศึกษาพยาบาลในการฝึกปฏิบัติงานห้องคลอดสาเหตุของความเครียดของนักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนี ราชบุรี จำนวน 146 คน ในการฝึกปฏิบัติงานห้องคลอดวิชาปฏิบัติการพยาบาลมารดาทารกและผดุงครรภ์ 1 เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า ส่วนใหญ่สาเหตุของความเครียดนักศึกษาจากการเรียน (Mean = 2.19, S.D. = 1.01) รองลงมาคือด้านบุคลิกภาพส่วนตัว (Mean = 2.16, S.D. = 1.03) และด้านสุขภาพ (Mean = 2.04, S.D. = 1.05) อยู่ในระดับน้อยสอดคล้องกับการศึกษาของมาลีวัล เลิศสาครศิริ และคณะ (2555 : 92) ซึ่งกล่าวว่า การเรียนและการฝึกงานวิชาการพยาบาลสูติศาสตร์มีความสำคัญเนื่องจากต้องนำความรู้มาใช้ในการสอบขึ้นทะเบียนประกอบวิชาชีพ และสอดคล้องกับกฤตพัทธ์ ฝึกฝน และคณะ (2561 : 161) ที่ศึกษาความเครียดและปัจจัยที่มีความเครียดของนักศึกษาพยาบาลในการครั้งแรกบนหอผู้ป่วย พบว่า ปัจจัยด้านการจัดการเรียนการสอนภาคปฏิบัติมีความสัมพันธ์ในทางบวกกับความเครียดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3. การจัดการความเครียดของนักศึกษาพบว่ากิจกรรมที่นักศึกษาปฏิบัติในการจัดการความเครียด 3 อันดับแรก ได้แก่ ดูหนัง/ฟังเพลง/ฟังวิทยุ/ร้องคาราโอเกะ มากที่สุด (Mean = 4.02, S.D. = 0.99) พักผ่อน นอนหลับ/ออกกำลังกาย/เล่นกีฬา (Mean = 4.05, S.D. = 0.99) เล่นเกมส์/เล่นอินเทอร์เน็ต/ดูหนังออนไลน์ (Mean = 3.79, S.D. = 1.16) เมื่อพิจารณาพบว่ากิจกรรมคลายเครียดเหล่านี้สามารถทำด้วยตนเองได้สอดคล้องกับการศึกษาของวิสุทธิโนจิตร และคณะ (2563 : 118) พบว่า การจัดการความเครียดของนักศึกษาพยาบาลหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต ความเครียดโดยใช้กิจกรรมออนไลน์ทางอินเทอร์เน็ตมากที่สุด รองลงมา ได้แก่ การดูหนัง/ฟังเพลง/ร้องคาราโอเกะ

4. ปัจจัยที่มีผลต่อความเครียดของนักศึกษาพยาบาลในการฝึกปฏิบัติงานห้องคลอด พบว่า ความสามารถในการทำนายการเกิดความเครียดของนักศึกษาพยาบาลในการฝึกปฏิบัติงานห้องคลอดวิชาปฏิบัติการพยาบาลมารดาทารกและผดุงครรภ์ 1 ได้แก่ ปัจจัยด้านบุคลิกภาพส่วนตัว ด้านการเงิน ด้านสิ่งแวดล้อม โดยสามารถร่วมทำนายได้ร้อยละ 34.4 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 สอดคล้องกับการศึกษาของกร ธรรมนำศีล และคณะ (2564 : 60) ได้ทำการวิจัยเกี่ยวกับปัจจัยส่วนบุคคลและปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมต่อความเครียดของนักศึกษาพยาบาล สถาบันเอกชนแห่งหนึ่งกรุงเทพมหานคร อย่างมีนัยสัมพันธ์ทางสถิติ และการศึกษาของวิสุทธิ โนจิตต์ และคณะ (2563 : 118) พบว่า ปัจจัยด้านบุคลิกภาพสามารถทำนายความเครียดของนักศึกษาพยาบาลหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต และการศึกษาของจันทิมา ช่วยชุม และคณะ (2561 : 60) ได้ทำการวิจัยเกี่ยวกับความเครียดและปัจจัยที่มีความเครียดของนักศึกษาพยาบาลในการครั้งแรกบนหอผู้ป่วย พบว่า ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมร่วมทำนายความเครียดของนักศึกษาพยาบาลในการครั้งแรกบนหอผู้ป่วย

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1. จากสาเหตุของความเครียดจะเกิดจากการเรียนมากที่สุด ดังนั้น จำลองความต้องการนักศึกษาเกี่ยวกับประเด็นที่ต้องการให้อาจารย์ผู้รับผิดชอบวิชาและอาจารย์ผู้สอนช่วยพัฒนาความรู้และทักษะการปฏิบัติการพยาบาลเพื่อจะได้จัดการเตรียมความพร้อมก่อนออกฝึกปฏิบัติให้ครอบคลุมเนื้อหาของรายวิชาและตรงตามความต้องการผู้เรียน ควรมีการจัดการเตรียมความพร้อมการประเมินความเครียดของนักศึกษาเป็นระยะตั้งแต่ก่อนฝึก ระหว่างการฝึก และเมื่อสิ้นสุดการฝึก ในระหว่างการฝึกปฏิบัติงานอาจารย์ผู้สอนภาคปฏิบัติควรมีการสำรวจปัญหาของนักศึกษาและแก้ไขอย่างสม่ำเสมอเพื่อให้ นักศึกษามีความสุขและบรรลุผลลัพธ์การเรียนรู้ของรายวิชา

2. ปัจจัยด้านบุคลิกภาพส่วนตัว ด้านการเงิน ด้านสิ่งแวดล้อม สามารถร่วมกันทำนายการเกิดความเครียดของนักศึกษาพยาบาลในการฝึกปฏิบัติงานห้องคลอด วิชาปฏิบัติการพยาบาลมารดาทารกและผดุงครรภ์ 1 ดังนั้น อาจารย์ผู้สอนภาคปฏิบัติจะต้องสังเกตบุคลิกภาพส่วนตัวของนักศึกษารายบุคคล เพื่อจะได้พัฒนานักศึกษารายบุคคล ส่งเสริมการเรียนรู้ของนักศึกษา

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

ควรมีการจัดทำวิจัยเปรียบเทียบระดับความเครียดของนักศึกษา ก่อนฝึกและหลังฝึกภาคปฏิบัติวิชาปฏิบัติการพยาบาลมารดาทารกและผดุงครรภ์ 1 เพื่อจะได้ นำข้อมูลมาใช้ในการจัดการเรียนการสอนต่อไป

เอกสารอ้างอิง

- กขกร ธรรมนำศีล และคณะ. (2564). ปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดของนักศึกษาพยาบาล สถาบันเอกชนแห่งหนึ่ง กรุงเทพมหานคร. *วารสารสุขภาพกับการจัดการสุขภาพ*, 7 (1), 60-75.
- กฤตพัทธ์ ฝึกฝน และคณะ. (2561). ความเครียดและปัจจัยที่มีความเครียดของนักศึกษาพยาบาลในการครั้งแรกบนหอผู้ป่วย. *วารสารการพยาบาล การสาธารณสุขและการศึกษา*, 19 (1), 161-168.
- จันทิมา ช่วยชุม และคณะ. (2561). ความเครียดและปัจจัยที่มีความเครียดของนักศึกษาพยาบาลในการครั้งแรกบนหอผู้ป่วย. *วารสารการพยาบาล การสาธารณสุขและการศึกษา*, 19 (1), 161-168.
- พูลทรัพย์ ลาภเจียม. (2562). ผลของการเตรียมความพร้อมก่อนขึ้นฝึกปฏิบัติงานต่อความรู้และทักษะการปฏิบัติการพยาบาลมารดาทารกและผดุงครรภ์ของนักศึกษาพยาบาลศาสตรบัณฑิต ชั้นปีที่ 3 วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี เชียงใหม่. *ราชวาทิตสาร*, 9 (2), 42-54.
- มาลีวัล เลิศสาครศิริ และคณะ. (2555). ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับผลการปฏิบัติการพยาบาลสูติศาสตร์ของนักศึกษาสถาบันอุดมศึกษาเอกชน. *วารสารพยาบาลศาสตร์และสุขภาพ*, 35 (2), 91-99.
- มาลีวัล เลิศสาครศิริ. (2558). ความเครียดและการจัดการความเครียดของนักศึกษาพยาบาลขณะฝึกปฏิบัติงานห้องคลอด. *วารสารเกื้อการุณย์*, 22 (1), 7-16.
- วัจมาย สุชวนวัฒน์ และคณะ. (2553). การพัฒนาแบบประเมินการปฏิบัติการพยาบาลมารดา ทารกและการผดุงครรภ์ โดยกำหนดเกณฑ์การประเมินและเกณฑ์การให้คะแนนสำหรับนักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สุราษฎร์ธานี. *วารสารการพยาบาลและการศึกษา*, 5 (2), 77-89.

- วิสุทธิ์ โนจิตต์ และคณะ. (2563). ปัจจัยทำนายความเครียดและการจัดการความเครียดของนักศึกษาพยาบาลหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต. วารสารวิชาการมหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี, 10 (1), 118-128.
- สืบทระกูล ตันตลานุกูล และปราโมทย์ วงศ์สวัสดิ์. (2560). ความเครียดและการจัดการความเครียดของนักศึกษาพยาบาล. วารสารวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี อุตรดิตถ์, 9 (1), 81-92.
- สุมาลี จุ่มทอง และคณะ. (2552). ประสบการณ์ความเครียดและวิธีการเผชิญความเครียดของนักศึกษาพยาบาลจากการเรียนภาคปฏิบัติในห้องคลอด. วารสารพฤติกรรมศาสตร์, 15 (1), 39-56.
- Lazarus R.S. and Folkman S. (1984). **Stress, Appraisal, and Coping**. Springer : New York.
- Lazarus, R.S. and Folkman, S. (1987). Transactional theory and research on emotions and coping. **European Journal of Personality**, 1, 141-170.