

ปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดในการสอบวัดความรู้ระดับชาติขั้นพื้นฐาน

ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ในโรงเรียนสังกัด

สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาเขต 29

Factors Affecting Stress in Taking the Ordinary National Educational Test of Mathayom Suksa 3 Students of the Schools under the Jurisdiction of Secondary Educational Service Area Office 29

ธิดาทิพย์ อุทธา¹ และสาวลีย์ อักษรวงศ์²

Thidathip Uttha¹ and Rosewalee Ugsornwong²

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาความเครียดในการสอบวัดความรู้ระดับชาติขั้นพื้นฐานของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 2) เปรียบเทียบระดับความเครียดในการสอบของนักเรียนที่มาจากการเรียนที่มีขนาดและแหล่งที่ตั้งแตกต่างกัน 3) ศึกษาตัวพยากรณ์ที่ดีของความเครียดและสร้างสมการพยากรณ์ความเครียดในการสอบ ตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาคือนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาเขต 29 จำนวน 400 คน ได้มาโดยการสุ่มแบบหลายขั้นตอน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบวัดจำนวน 13 ฉบับ ความเชื่อมั่นระหว่าง 0.62 - 0.97 วิเคราะห์ข้อมูลโดยการวิเคราะห์ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การทดสอบค่าที่ การวิเคราะห์ความแปรปรวน และการวิเคราะห์ผลโดยพหุคุณแบบมีขั้นตอน

ผลการวิจัยพบว่า

1. นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 มีความเครียดอยู่ในระดับต่ำ ($\bar{X} = 2.04$, $SD = 0.99$)
2. นักเรียนในโรงเรียนขนาดใหญ่พิเศษมีความเครียดต่ำกว่านักเรียนในโรงเรียนขนาดใหญ่และขนาดกลางอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ สำนักเรียนที่มาจากการเรียนในเมืองและนอกเมืองมีความเครียดไม่แตกต่างกัน
3. ตัวแปรพยากรณ์ที่ดีของความเครียดคือบุคลิกภาพแบบเบ (BEHA) การอบรมเลี้ยงดูแบบอำนวย (AUTH) ความคาดหวังของผู้ปกครอง (EXP) ความพร้อมในการสอบ (RDY) การจัดการความเครียดที่มุ่งจัดการกับอารมณ์ (EFC) และแรงจูงใจไฟสมฤทธิ์ (ACH) สามารถเขียนสมการพยากรณ์ในรูปแบบแนวคิดและคะแนนมาตรฐานได้ดังนี้

$$\hat{Y} = 28.377 + 1.813 X_{BEHA} + 1.188 X_{AUTH} - 1.184 X_{EXP} - 0.563 X_{RDY} + 1.125 X_{EFC} - 0.746 X_{ACH}$$

$$\hat{Z} = 0.301 Z_{BEHA} + 0.298 Z_{AUTH} - 0.261 Z_{EXP} - 0.130 Z_{RDY} + 0.229 Z_{EFC} - 0.162 Z_{ACH}$$

คำสำคัญ: ความเครียด, การสอบวัดความรู้ระดับชาติขั้นพื้นฐาน, การวิจัยเชิงสหสัมพันธ์, นักเรียนชั้นมัธยมศึกษา

¹ ครุศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตและประเมินผลการศึกษา คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏอุบลราชธานี 16 ม. 9 ต.น้ำปักอ.เมือง จ.อุบลราชธานี 37000 E-mail : Thidesign16@gmail.com

² อาจารย์ ดร. คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏอุบลราชธานี : อาจารย์ที่ปรึกษาที่ยานินพนธ์

Abstract

The purposes of this study were: (1) to investigate stress of students in taking the Ordinary National Educational Test (ONET) of Mathayom Suksa 3 students; (2) to compare stress of students in different size school and the location of school (3) identify good predictors of the stress and form the equation for predicting the stress. The samples were 400 students under the Jurisdiction of Secondary Educational Service Area Office 29 selected by multi-stage random sampling. The instruments were 13 tests with reliability ranging from 0.62 to 0.97. The data were analyzed using percentage, mean, standard deviation, t-test, F-test and multiple regression analysis.

The research findings were as follows:

1. Mathayom Suksa 3 students had stress at a low level. ($\bar{X} = 2.04$, $SD = 0.99$)
2. Those from an extra large school had lower stress than large, medium and a small school with significant difference, but those from urban schools and rural schools did not have different stress.
3. Good predicting variables of stress were type-A personality(BEHA), authoritarian rearing style(AUTH), guardians' expectation (EXP), readiness for the test (RDY), Emotional-focused Coping (EFC), and motivation for achievement (ACH), as presented in the equation for prediction in raw score and standard score below.

$$\hat{Y} = 28.377 + 1.813 X_{BEHA} + 1.188 X_{AUTH} - 1.184 X_{EXP} - 0.563 X_{RDY} + 1.125 X_{EFC} - 0.746 X_{ACH}$$

$$\hat{Z} = 0.301 Z_{BEHA} + 0.298 Z_{AUTH} - 0.261 Z_{EXP} - 0.130 Z_{RDY} + 0.229 Z_{EFC} - 0.162 Z_{ACH}$$

Keywords: Stress, Ordinary National Educational Test, Correlational Research, Secondary Students

บทนำ

สภาพการเรียนการสอนในโรงเรียนมัธยมศึกษาในปัจจุบันทำให้นักเรียนมีการแข่งขันกันสูงเพื่อความสำเร็จในการศึกษา เพราะความสำเร็จในการศึกษาย่อมนำมาสู่การมีหน้าที่การงานที่ดี ฐานะ และเกียรติยศซึ่งสืบสาน ให้บรรลุเป้าหมายนี้ ท่อแม่เจํงเข้มงวดกับผลการเรียนของลูก และรู้สึกละเอียดเมื่อลูกประสบความล้มเหลวในการเรียน เช่นสอบเข้ามหาวิทยาลัยไม่ได้ จึงพบว่าเด็กในปัจจุบันต้องเรียนพิเศษ มีการแข่งขันสูงและมีความเครียดสูง (สุนิสา ทะสัย 2550 : 13) เมื่อเกิดความเครียดการตอบสนองต่อความเครียดทั้งทางร่างกายและจิตใจอาจแตกต่างกัน ถ้าบุคคลมีความเครียดมากเกินไปไม่สามารถจัดการกับความเครียดหรือปรับลดพฤติกรรมที่ก่อให้เกิดความเครียดก็จะส่งผลกระทบต่อร่างกายและจิตใจตัวของนักเรียนนี้ ยังส่งผลต่อครอบครัว สังคม และประเทศชาติ ทั้งในด้านเศรษฐกิจ และความมั่นคง (วรรณวิไล ชุมกิริมย์ และคนอื่น ๆ 2547 : ไม่มีเลขหน้า, อ้างถึงใน อาชาน ตนย่าหมัด 2556 : 2) โดยเฉพาะการจัดกิจกรรมตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 ที่กำหนดให้มีการทดสอบทางการศึกษาระดับชาติขั้นพื้นฐาน (Ordinary National Test หรือ O – NET) โดยดำเนินการสอบวัดความรู้ของผู้เรียนที่เรียนในปัจจุบันทั้งของแต่ละชั้นชั้นคือ ป.6 ม.3 และ ม.6 โดยกระทรวงศึกษาธิการเห็นชอบในการใช้ผล

การสอบ O –NET เป็นองค์ประกอบในการจบหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐานโดยใช้วิธีการปรับปรุงเพิ่มค่าคะแนนสอบกับผลการประเมินรายวิชาพื้นฐานของกลุ่มสาระการเรียนรู้หลัก 5 กลุ่มสาระ (อัญญา เรืองแก้ว 2550 : 79)

ในการศึกษาปัญหาความเครียดเมื่อมีการสอบวัดความรู้นั้นพบว่า ปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดในการเรียนตัวสอบเข้าศึกษาต่อในระดับอุดมศึกษาของนักเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 ได้แก่ แรงจูงใจไม่สมสุจ อายุ แผนการเรียนวิทยาศาสตร์ คณิตศาสตร์ การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน ความคาดหวังของผู้ปกครอง นอกจากนี้ นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายที่ใช้วิธีเผชิญความเครียดแบบบุ่งแก่ไขปัญหาสูง และนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายที่ใช้วิธีเผชิญความเครียดแบบบุ่งแก่ไขปัญหาต่ำ มีความเครียดแตกต่างกันและนักเรียนที่มีความไม่พร้อมในการเรียนตัวสอบมาก ทำให้มีค่าคะแนนความเครียดมาก (ชนินทร์ เจริญชัย 2549 : 144 ; วรารณ์ มูลชาวดี 2547 : 109 ; ปัทมา อินทร์พรหม ; สุภารัท ทนเลื่อน 2553 : 70-71) ซึ่งสอดคล้องการศึกษาความเครียดของวัยรุ่นที่กำลังศึกษาในโรงเรียน พบว่า ปัจจัยสิ่งแวดล้อมในโรงเรียนมีผลต่อการพัฒนาด้านสติปัญญา เช่น สถานการณ์การสอบ การแข่งขันทางวิชาการ เป็นต้น และปัจจัยด้านบุคคล ได้แก่ การพัฒนาด้านอารมณ์ และสังคม เช่น การสร้างสัมพันธภาพกับบุคคลอื่น การทะเลกันเพื่อน การทะเลกันพ่อแม่ สิ่งเหล่านี้อาจทำให้เกิดความเครียด (นิสาณารถ สารเลื่อนแก้ว 2546 : 4) นอกจากนี้ ผลวิจัยพบว่า นักเรียนมีความเครียดในระดับสูงจากปัญหาการเรียน ปัญหาเพื่อนร่วมชั้นเรียน ปัญหาครอบครัว ปัญหาเศรษฐกิจและการเงิน (กรมสุขภาพจิต 2546 : ไม่มีเลขหน้า, อ้างถือใน เนตรนารี ห้าวโสม 2555 : 3)

เนื่องจากการศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดในการสอบของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นพบไม่มากนัก ดังนั้นผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาปัจจัยที่ส่งผลให้นักเรียนเกิดความเครียดในการสอบ O – NET ของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ในภาระวิชายุรังษี ผู้วิจัยได้ศึกษาตัวแปรจากการสังเคราะห์งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความเครียด และการเผชิญความเครียดของคนไทยของ อังศินันท์ อินทร์กำแหง (2551 : 95-96, 101-102) โดยคัดเลือกปัจจัยสำคัญที่คาดว่าจะส่งผลความเครียดในการสอบคือปัจจัยทางจิตลักษณะและปัจจัยทางสังคมเพื่อเป็นประโยชน์ต่อ การหาแนวทางแก้ไขปัญหาความเครียดของนักเรียนได้อย่างเหมาะสม และช่วยให้นักเรียนพร้อมต่อการเผชิญกับ สถานการณ์ที่กดดัน สามารถจัดการกับสิ่งที่ก่อให้เกิดความเครียดได้อย่างถูกวิธี ตลอดจนสามารถปรับตัวให้เข้ากับ สิ่งแวดล้อมในปัจจุบันได้

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

- เพื่อศึกษาระดับความเครียดของนักเรียนในการสอบวัดความรู้ระดับชาติขั้นพื้นฐานของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 29
- เพื่อเปรียบเทียบระดับความเครียดของนักเรียนในการสอบวัดความรู้ระดับชาติขั้นพื้นฐานของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 29 จำแนกตามขนาดโรงเรียน และแหล่งที่ตั้งของโรงเรียน
- เพื่อศึกษาตัวพยากรณ์ที่ดีของความเครียดและสร้างสมการพยากรณ์ความเครียดในการสอบวัดความรู้ ระดับชาติขั้นพื้นฐานของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 29

สมมติฐานการวิจัย

- นักเรียนที่เรียนในโรงเรียนที่มีขนาดต่างกัน มีความเครียดในการสอบวัดความรู้ระดับชาติขั้นพื้นฐาน ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 แตกต่างกัน

2. นักเรียนที่เรียนโรงเรียนในเมืองในเมือง และโรงเรียนนอกเมืองความเครียดในการสอบวัดความรู้ระดับชาติขั้นพื้นฐานของนักเรียนขั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 แตกต่างกัน

3. ตัวแปรพยากรณ์ทั้ง 10 ตัวเป็นตัวพยากรณ์ที่ดีของความเครียดในการสอบวัดความรู้ระดับชาติขั้นพื้นฐานของนักเรียนขั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3

ขอบเขตของการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยในครั้งนี้ได้แก่ นักเรียนขั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่กำลังศึกษาอยู่ในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2557 โรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 29 จำนวน 13,986 คน

ตัวแปรที่ศึกษา ตัวแปรที่ศึกษาในครั้งนี้ได้แก่

ตัวแปรเกณฑ์ ได้แก่ ความเครียดในการสอบวัดความรู้ระดับชาติขั้นพื้นฐานนักเรียนขั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ตามกลุ่มอาการของความเครียด 3 ประเภทได้แก่ อาการทางอารมณ์และความคิด อาการทางพฤติกรรม และอาการทางร่างกาย

ตัวแปรพยากรณ์ ได้แก่ ตัวแปรปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดในการสอบวัดความรู้ระดับชาติขั้นพื้นฐานของนักเรียนขั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาเขต 29 มี 2 ปัจจัยได้แก่

1. ปัจจัยทางจิตลักษณะ จำนวน 5 ตัวแปรได้แก่ บุคลิกภาพแบบ เอ การจัดการความเครียดที่มุ่งจัดการกับปัญหา การจัดการความเครียดที่มุ่งจัดการกับอารมณ์ แรงจูงใจฝึกสกิล และความพร้อมในการสอบ

2. ปัจจัยด้านสังคม จำนวน 5 ตัวแปร ได้แก่ การอบรมเลี้ยงดูแบบอำนวยนิยม ความคาดหวังจากผู้ปกครอง สภาพแวดล้อมในโรงเรียน สัมพันธภาพระหว่างครูกับนักเรียน และสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน

วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงสหสัมพันธ์ (Correlational Research) โดยมีรายละเอียดขั้นตอนในการดำเนินการวิจัยดังนี้

ตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่นักเรียนขั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่กำลังศึกษาอยู่ในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2557 โรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาเขต 29 จำนวน 400 คน ได้มาจากการสุ่มแบบหลายขั้นตอน (Multi - Stage Random Sampling)

เครื่องมือในการวิจัยมีลักษณะเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 5 ระดับ ประกอบด้วยแบบวัดปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดในการวัดความรู้ระดับชาติขั้นพื้นฐานของนักเรียนขั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 10 ฉบับ มีค่าอำนาจจำแนกอยู่ระหว่าง 0.30 ถึง 0.70 และมีค่าความเชื่อมั่นอยู่ระหว่าง 0.62 ถึง 0.80 และแบบวัดความเครียดของนักเรียนเชิงวัดการแสดงออกถึงความเครียด 3 ทาง คือ ทางพฤติกรรม อารมณ์และความคิด และร่างกาย มีค่าอำนาจจำแนกอยู่ระหว่าง 0.36 ถึง 0.90 มีค่าความเชื่อมั่นระหว่าง 0.86 ถึง 0.97 ดังแสดงในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 คุณภาพของแบบบัดปั๊จย์ที่ส่งผลต่อความเครียดในการวัดความรู้ระดับชาติชั้นพื้นฐานของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3

ที่	รายการ	จำนวนข้อ	ค่าอำนาจจำแนก	ค่าความเชื่อมั่น
1	แบบวัดบุคลิกภาพแบบ เอ	10	0.32 - 0.39	0.62
2	แบบวัดการจัดการความเครียดแบบมุ่งจัดการกับปัญหา	10	0.38 - 0.61	0.71
3	แบบวัดการจัดการความเครียดแบบมุ่งจัดการกับอารมณ์	10	0.35 - 0.49	0.72
4	แบบวัดเรื่องจูงใจฝีมือที่	10	0.36 - 0.62	0.75
5	แบบวัดความพร้อมในการสอบ	10	0.30 - 0.47	0.72
6	แบบวัดการอบรมเลี้ยงดูแบบอำนวยนิยม	10	0.35 - 0.47	0.81
7	แบบวัดความคาดหวังของผู้ปกครอง	10	0.38 - 0.57	0.76
8	แบบวัดสภาพแวดล้อมในโรงเรียน	10	0.30 - 0.55	0.66
9	แบบวัดสัมพันธภาพระหว่างครุภัณฑ์กับนักเรียน	10	0.32 - 0.70	0.78
10	แบบวัดสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน	10	0.41 - 0.63	0.74
11	แบบวัดอาการความเครียดทางพฤติกรรม	10	0.74 - 0.88	0.97
12	แบบวัดอาการความเครียดทางอารมณ์และความคิด	10	0.36 - 0.75	0.86
13	แบบวัดอาการความเครียดทางร่างกาย	10	0.57 - 0.78	0.93

การเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง โดยใช้เวลาครบรวมข้อมูลระหว่างเดือนกรกฎาคม 2558 ถึงเดือนพฤษภาคม 2558

การวิเคราะห์ข้อมูล วิเคราะห์ข้อมูลโดยหาค่าสถิติพื้นฐาน การทดสอบค่าเออฟ และวิเคราะห์การลดถอยพหุคุณแบบมีขั้นตอน (Stepwise Multiple Regression Analysis)

สรุปผลการวิจัย

- ความเครียดในการสอบวัดความรู้พื้นฐานระดับชาติ ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ในภาพรวม มีความเครียดอยู่ในระดับต่ำ ($\bar{X} = 2.04$, $SD = 0.99$)
- นักเรียนเรียนในโรงเรียนขนาดใหญ่พิเศษ มีความเครียดน้อยกว่านักเรียนในโรงเรียนขนาดใหญ่ และโรงเรียนขนาดกลาง ส่วนนักเรียนที่เรียนในโรงเรียนในเมืองกับนักเรียนเมืองมีความเครียดไม่แตกต่างกัน ดังแสดงในตารางที่ 2

ตารางที่ 2 ระดับความเครียด และการเปรียบเทียบความเครียดในการสอบวัดความรู้พื้นฐานระดับชาติ ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่เรียนในโรงเรียนที่มีขนาดและที่ตั้งโรงเรียนต่างกัน

ตัวแปร		n	Mean	SD	F-test/t-test	p-value
ขนาดโรงเรียน	ขนาดใหญ่พิเศษ	116	2.19	0.69	3.240	0.022*
	ขนาดใหญ่	68	2.49	1.03		
	ขนาดกลาง	162	2.43	0.99		
	ขนาดเล็ก	54	2.36	1.05		
ที่ตั้งโรงเรียน	โรงเรียนในเมือง	87	2.45	1.03	0.185	0.667
	โรงเรียนนอกเมือง	313	2.23	0.90		

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3. ตัวแปรพยากรณ์ที่ดีของความเครียดในการสอบวัดความรู้ระดับชาติชั้นพื้นฐานของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 มี 6 ตัวแปร คือ บุคลิกภาพแบบอ่อน (X_{BEHA}) ($\beta = 0.301$) การอบรมเลี้ยงดูแบบอำนาจนิยม (X_{AUTH}) ($\beta = 0.298$) ความคาดหวังของผู้ปกครอง (X_{EXP}) ($\beta = -0.261$) ความพร้อมในการสอบ (X_{RDY}) ($\beta = -0.130$) การจัดการความเครียดที่มุ่งจัดการกับอารมณ์ (X_{EFC}) ($\beta = 0.229$) และแรงจูงใจฝึกสกิล (X_{ACH}) ($\beta = -0.162$) โดยสามารถร่วมกันพยากรณ์ความเครียดในการสอบวัดความรู้ระดับชาติชั้นพื้นฐานของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ได้ร้อยละ 30.7 สามารถเขียนสมการพยากรณ์ในรูปค่าแหนดดิบและค่าแหนดมาตรฐานได้ตามลำดับดังนี้

สมการพยากรณ์ในรูปค่าแหนดดิบ คือ

$$\hat{Y} = 28.377 + 1.813 X_{BEHA} + 1.188 X_{AUTH} - 1.184 X_{EXP} - 0.563 X_{RDY} + 1.125 X_{EFC} - 0.746 X_{ACH}$$

สมการพยากรณ์ในรูปค่าแหนดมาตรฐาน คือ

$$\hat{Z} = 0.301 Z_{BEHA} + 0.298 Z_{AUTH} - 0.261 Z_{EXP} - 0.130 Z_{RDY} + 0.229 Z_{EFC} - 0.162 Z_{ACH}$$

อภิปรายผลการวิจัย

1. ระดับความเครียดในการสอบ O – NET ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ในภาพรวมมีความเครียดในระดับค่อนข้างต่ำ อาจเนื่องมาจากการเรียนยังไม่เข้าใจวัตถุประสงค์และประโยชน์ของการสอบที่มีต่อตนเอง อีกทั้งแรงจูงใจที่จะนำผลสอบ O- NET เพื่อเรียนต่อระดับชั้นที่สูงขึ้น จะใช้ได้ผลกับเด็กในเมืองใหญ่ที่มีการแข่งขันสูงเท่านั้น และเด็กที่ไม่อยากเรียนต่อ ทำให้เด็กไม่ตั้งใจสอบและไม่เห็นความสำคัญของการสอบ (ศิลป์รัตน์ ดำเน็ง 2556 : 98-99, ประวิต เอราวรรณ 2559 : 1) และการเก็บข้อมูลของผู้วิจัยดำเนินการก่อนที่นักเรียนจะสอบวัดความรู้จึงทำให้ นักเรียนไม่รู้สึกกังวลต่อการสอบที่ยังไม่ถึง ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของ อารียา ทรงสิทธิ์โชค (2549 : 105) ที่พบว่า ความเครียดของนักเรียนมัธยมศึกษาอยู่ในระดับต่ำ

2. นักเรียนที่เรียนในโรงเรียนขนาดใหญ่พิเศษมีความเครียดน้อยกว่านักเรียนที่เรียนในโรงเรียนขนาดใหญ่ และโรงเรียนขนาดกลาง และนักเรียนที่มาจากโรงเรียนในเมืองกับนักเรียนในเมืองมีความเครียดไม่แตกต่างกัน ทั้งนี้อาจเป็น เพราะโรงเรียนขนาดใหญ่พิเศษมีความพร้อมด้านครุ บุคลากรทางการศึกษา สื่อวัสดุ อุปกรณ์ต่าง ๆ ที่เอื้อต่อการเรียนรู้

ของนักเรียน อีกทั้งนักเรียนในโรงเรียนขนาดใหญ่พิเศษคุ้นเคยกับสถานการณ์การทดสอบวัดความรู้จากสถาบันต่าง ๆ ที่โรงเรียนจัดขึ้นเกือบทั้งหมดเป็นการศึกษา จึงส่งผลให้ภาพรวมความเครียดอยู่ในระดับค่อนข้างต่ำและในปัจจุบัน ความเจริญก้าวหน้าทางเทคโนโลยี ทำให้นักเรียนศึกษาหาความรู้โดยใช้เทคโนโลยีในทุก ๆ ที่ จึงลดความแตกต่าง เรื่องความเครียดตามที่ตั้งของโรงเรียน สอดคล้องกับ ปฐมพ. กิจวรรณี (2552 : 64) ที่พบร่วมผลกระทบด้านความเครียด ของนักเรียนในการสอบแอดมิสชั่นโรงเรียนขนาดใหญ่พิเศษแตกต่างจากโรงเรียนขนาดใหญ่ โรงเรียนขนาดกลาง และโรงเรียนขนาดเล็ก

3. ตัวแปรพยากรณ์ที่ดีของความความเครียดในการสอบวัดความรู้ระดับชาติขั้นพื้นฐานของนักเรียน ขั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 มี 6 ตัวแปรคือ บุคลิกภาพแบบออ การอบรมเลี้ยงดูแบบอำนวย ความคาดหวังของผู้ปกครอง ความพร้อมในการสอบ การจัดการความเครียดที่มุ่งจัดการกับอารมณ์ และแรงจูงใจใส่สัมฤทธิ์ ผลการวิจัยนี้สังสรุปสนุน สมมุติฐานการวิจัยที่ 3 เพียง 6 ตัวแปร จากทั้งหมด 10 ตัวแปร โดยเรียงลำดับตัวแปรที่ส่งผลมากที่สุดไปหน้ายังที่สุด ข้อค้นพบดังกล่าวอาจน่าอภิปรายได้ดังนี้

บุคลิกภาพแบบออส่งผลทางบวกต่อความเครียดในการสอบวัดความรู้ขั้นพื้นฐานระดับชาติของนักเรียน ขั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 เป็นลำดับแรก อาจเนื่องมาจากการที่นักเรียนที่มีบุคลิกภาพแบบออนั้นมีบุคลิกภาพที่เร่งรีบ ชอบ แข่งขันและก้าวไว้ มีความมานะพยายามในการทำงานอย่างต่อ�่างหนึ่งให้ประสบความสำเร็จ ตั้งนั้นจึงก่อให้เกิด ความเครียดในการสอบวัดความรู้ระดับชาติขั้นพื้นฐานสอดคล้องผลการวิจัยของ Blumenthal (1978 : unpaged, อ้างถึงใน นัยนา เหลืองประวัติ 2547 : 43) ที่พบร่วม เด็กที่มีบุคลิกภาพแบบออ จะเป็นบุคลิกภาพที่มีความเครียด สูงกว่าเด็กที่มีบุคลิกภาพแบบบี

การอบรมเลี้ยงดูของครอบครัวแบบอำนวยนิยมส่งผลทางบวกต่อความเครียดในการสอบวัดความรู้ ขั้นพื้นฐานระดับชาติของนักเรียนขั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 อาจเนื่องมาจากการอบรมเลี้ยงดูของบิดามารดาหรือผู้อี้ลี้ยงดู ที่เข้มงวดในกฎระเบียบกติกาและคาดหวังต่อบุตรบังคับให้บุตรปฏิบัติตามกฎระเบียบกติกา มีแนวโน้มที่จะทำให้ นักเรียนเกิดความเครียดมากกว่าการอบรมเลี้ยงดูแบบอื่นซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ชนินทร์ เจริญไชย (2549 : 145-146) ที่พบร่วม ปัจจัยที่สัมพันธ์ทางบวกกับความเครียดในการสอบคัดเลือกบุคคลเข้าศึกษาต่อในระดับอุดมศึกษา ระบบใหม่ ได้แก่ การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดการดูแล

ความคาดหวังของผู้ปกครองส่งผลทางลบต่อความเครียดในการสอบวัดความรู้ขั้นพื้นฐานระดับชาติ ของนักเรียนขั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 อาจเนื่องมาจากการที่มุ่งหวังหรือคาดหวังให้ลูกเป็นเด็กฉลาดและเก่งมากก่อน มุ่งเน้นการพัฒนาด้านสติปัญญาให้แก่ลูก พยายามเสริมสร้างทุกภารกิจทางเพื่อให้ลูกฉลาดและเก่ง จึงดูแลเอาใจใส่ต่อ การศึกษาของบุตรหลานเป็นพิเศษขณะเดียวกันก็พยายามหาวิธีผ่อนคลายให้บุตรหลานไม่ให้เกิดความเครียด ซึ่ง ไม่สอดคล้องกับผลการวิจัยของ ปัทมา อินทร์พรหม และชัยชนะ นิมนาน (2549 : 189) ที่พบร่วม ผู้ปกครองที่มีความ คาดหวังในตัวนักเรียนมาก ทำให้นักเรียนมีระดับคะแนนความเครียดมาก และสอดคล้องกับ Wang and Yeh (2005 : 106-116) ที่พบร่วม ความคาดหวังของพ่อแม่เป็นสาเหตุสำคัญที่ทำให้นักเรียนเกิดความเครียดในการสอบแข่งขัน เข้ามหาวิทยาลัย

ความพร้อมในการสอบส่งผลทางลบต่อความเครียดในการสอบวัดความรู้ขั้นพื้นฐานระดับชาติของ นักเรียนขั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 อาจเนื่องมาจากการที่นักเรียนทั้งทางร่างกาย และจิตใจ ของนักเรียนที่มีความพร้อม ในการสอบมากกับนักเรียนจะเกิดความเครียดน้อย สอดคล้องกับผลการวิจัยของ ปัทมา อินทร์พรหม และชัยชนะ นิมนาน (2549 : 189) ที่พบร่วมนักเรียนที่มีความไม่พร้อมในการเตรียมตัวสอบมาก ทำให้มีคะแนนความเครียดมาก

การจัดการความเครียดที่มุ่งจัดการกับอารมณ์ส่งผลทางบวกต่อความเครียดในการสอบวัดความรู้ขั้นพื้นฐานระดับชาติของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 อาจเนื่องมาจากการควบคุมหรือปรับอารมณ์ความรู้สึกของตนเอง เมื่อนำมาใช้บอย ๆ โดยขาดความตระหนักรู้ในตนเอง คิด และกระทำที่บิดเบือนความจริง ปัญหามีได้รับการแก้ไข จะกลับให้เกิดความเครียดมากขึ้น สอดคล้องกับผลการวิจัยของ สุภากัทร ทนเลื่อน (2553 : 71) ที่พบว่า วิธีเพิ่มความเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความเครียดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

แรงจูงใจไฟสัมฤทธิ์ส่งผลทางลบต่อความเครียดในการสอบวัดความรู้ขั้นพื้นฐานระดับชาติของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 อาจเนื่องมาจากการเรียนเพื่อให้ประสบความสำเร็จ จึงมีความพร้อมที่จะสอบวัดความรู้ ทำให้ไม่เกิดความเครียดในการสอบ สอดคล้องกับผลการวิจัยของ วรารณ์ มูลชีวะ (2547 : 109) ที่พบว่า แรงจูงใจไฟสัมฤทธิ์ส่งผลต่อความเครียดในการเตรียมตัวสอบเข้าศึกษาต่อในระดับอุดมศึกษาของนักเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แต่ไม่สอดคล้องกับชนินทร์ เจริญไชย (2549 : 144) ที่พบว่า แรงจูงใจไฟสัมฤทธิ์มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความเครียดในการสอบคัดเลือกบุคคลเข้าศึกษาต่อในระดับอุดมศึกษาระบบที่ใหม่

สำหรับตัวแปรพยากรณ์ที่พบว่าไม่ส่งผลต่อความเครียดในการสอบวัดความรู้ขั้นพื้นฐานระดับชาติของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ได้แก่ การจัดการความเครียดแบบมุ่งจัดการกับปัญหา สัมพันธภาพระหว่างครูกับนักเรียน และสัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน และสภาพแวดล้อมในโรงเรียน อาจเนื่องมาจากการความเครียดเป็นสภาวะทางอารมณ์ซึ่งอาจมีสาเหตุจากปัจจัยภายนอกของบุคคล (ลักษณา สริรัตน์ 2544 : 156-160) แต่ผลการศึกษารั้งนี้พบว่า กลุ่มนักเรียนที่ศึกษามีความเครียดอยู่ในระดับค่อนข้างต่ำ จึงเป็นไปได้ว่าผลการวิจัยครั้งนี้ไม่พบผลที่สำคัญจากตัวแปรการจัดการความเครียดแบบมุ่งจัดการกับปัญหา สำหรับตัวแปรสัมพันธภาพระหว่างครูกับนักเรียน สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับเพื่อน และสภาพแวดล้อมในโรงเรียน ซึ่งเป็นปัจจัยด้านสังคมนั้น อาจเป็นปัจจัยภายนอกที่มีอิทธิพลอย่างกว่าปัจจัยภายนอกในที่จะทำให้นักเรียนเกิดความเครียด และอาจพบผลที่สำคัญหากตัวอย่างที่ศึกษามีความเครียดในระดับสูง ซึ่งไม่สอดคล้องผลการศึกษาของ วิภาวดี ภูราราม (2553 : 73) ที่พบว่า นักเรียนที่มีสัมพันธภาพในกลุ่มเพื่อนแตกต่างกันมีความวิตกกังวลแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และผลการวิจัยของ อัจฉรา ระตะนะอาพร (2546 : 56) ที่พบว่า ความสัมพันธ์กับเพื่อนเป็นสาเหตุให้นักเรียนเกิดความเครียดโดยรวมระดับต่ำ และผลการวิจัยของ สุพล อนามัย (2549 : 93) ที่พบว่า สภาพแวดล้อมในโรงเรียนมีความสัมพันธ์กับความเครียดและการเรียนรู้ของนักเรียน และสอดคล้องกับผลการศึกษาของ วรารณ์ มูลชีวะ (2547 : 118) ที่พบว่า สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครูไม่มีความสัมพันธ์ต่อการสอบเข้าศึกษาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนพระพุทธยอดมหานาถ

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะในการนำผลวิจัยไปใช้

1.1 จากผลการวิจัยที่พบว่าปัจจัยจิตลักษณะได้แก่บุคลิกภาพแบบอ่อน ส่งผลต่อความเครียด ดังนั้น ผู้บริหาร ครู ผู้ปกครองและผู้เกี่ยวข้องจึงควรให้ความใส่ใจดูแลนักเรียนให้รู้จักควบคุมอารมณ์ของตนเอง จัดกิจกรรมและสภาพแวดล้อมเพื่อปรับพฤติกรรมและปรับบุคลิกภาพของนักเรียนให้ได้ผ่อนคลายความเครียด

1.2 จากผลการวิจัยที่พบว่าการอบรมเลี้ยงดูแบบอำนวยนิยมส่งผลต่อความเครียดในการสอบของนักเรียน ดังนั้น ผู้ปกครองควรใช้เป็นแนวทางในการเลี้ยงดูบุตร ให้ความรัก ให้ความเข้าใจ เอาใจใส่เพื่อนักเรียนมีภูมิคุ้มกันเชิงบวก ที่ดี เกิดทักษะจัดการกับตนเองเมื่อเกิดความเครียด

1.3 ความมีการติดตามประเมินภาวะเครียดของของนักเรียนทุกระดับชั้นเป็นระยะทั้งนี้เพื่อระรดับความเครียดอาจมีการเปลี่ยนแปลงได้ตลอดเวลา หากมีสิ่งมาระตุนและสิ่งแวดล้อมเปลี่ยนแปลงไป

2. ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

2.1 ควรทำการศึกษาวิจัยเพิ่มเติมในรูปแบบของการวิจัยเชิงคุณภาพเพื่อศึกษาผลกระทบของความเครียดและใช้เทคนิคการเก็บข้อมูล การวิเคราะห์รูปแบบอื่นๆ เช่น การวิเคราะห์จำแนกกลุ่ม การวิเคราะห์เส้นทาง เป็นต้น

2.2 ผลการวิจัยพบว่าตัวแปรพยากรณ์ร่วมกันสามารถพยากรณ์ ความเครียดในการสอบวัดความรู้ระดับชาติชั้นพื้นฐานของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ได้ร้อยละ 30.70 แสดงว่ามีตัวแปรอื่นที่สามารถทำนายความเครียดในการสอบวัดความรู้ระดับชาติชั้นพื้นฐานของนักเรียนได้อีก ดังนั้นจึงควรทำการวิจัยโดยอาจเพิ่มเติมตัวแปรอื่น ๆ เช่น รูปแบบการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย ความเชื่ออำนาจในตน เป็นต้น เข้ามาร่วมศึกษาเพื่อเป็นแนวทางให้ศึกษาได้ชัดเจนยิ่งขึ้น

บรรณานุกรม

เขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาเขต 29, สำนักงาน. รายงานผลการสอบวัดความรู้ระดับชาติชั้นพื้นฐานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา 29, สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาเขต 29, 2554. ปีการศึกษา 2554. อุบลราชธานี: สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาเขต 29, 2554.

ชนินทร์ เจริญไชย. ปัจจัยที่สัมพันธ์กับความเครียดในการสอบคัดเลือกบุคคลเข้าศึกษาต่อในระดับอุดมศึกษาระบบใหม่ (Admission) ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ.

ปริญญาณิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยมหาสารคาม, 2549.

ธัญญา เรืองแก้ว. “การทดสอบทางการศึกษาระดับชาติชั้นพื้นฐาน (O – NET) สำคัญอย่างไร,” วารสารวิชาการ 10, 4 (ตุลาคม – ธันวาคม 2550): 79.

นัยนา เหลืองประวัติ. ผลของการใช้วิธีการจัดการกับความเครียดโดยการฝึกสมาธิ การคิดแบบอธิษฐาน และการฝึกเกร็งและคลายกล้ามเนื้อ เพื่อการจัดการกับความเครียดของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ปริญญาณิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, 2547.

เนตรนารี ห้าวโสม. ปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 จังหวัดสุพรรณบุรี.

ปริญญาณิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2555.

ปฐมพร กิจวรณี. การศึกษาผลกระทบของระบบแอดมิสชั่นของนักเรียนช่วงชั้นที่ 4 เขตกรุงเทพมหานคร.

ปริญญาณิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, 2552.

ประวิต เอราวรรณ. ชี้อ่อนตัวเพื่อระเด็กเบื้องต้น ไม่สอนใช้แต้มเลื่อนชั้น สะท้อนสอน - ประเมินไม่สอดคล้อง. (ออนไลน์) 2559 (อ้างเมื่อ 8 สิงหาคม 2559). จาก: <http://campus.sanook.com/1370985/>

ปัทมา อินทร์พรหม และชัยชนะ นิมนานว. ความเครียดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ในการสอบคัดเลือกเข้ามหาวิทยาลัยเขตกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2549.

ลักษณา สริวัฒน์. จิตวิทยาในชีวิตประจำวัน. กรุงเทพฯ: ไอเดียนสโตร์, 2544.

วรารณ์ มุลสชีวะ. ปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดในการเตรียมตัวสอบเข้าศึกษาต่อในระดับอุดมศึกษาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนพระฤทธิคุณวนาร์ เขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร.

กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, 2547.

วิภาวดี ภูาราม. การเปรียบเทียบความวิตกกังวลและพฤติกรรมการเผชิญความเครียดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จังหวัดกาฬสินธุ์ ที่มีสัมพันธภาพในกลุ่มเพื่อนและการเห็นคุณค่าในตนเอง แตกต่างกัน. *วิทยานิพนธ์ครุศาสตร์บัณฑิต มหาวิทยาลัยมหาสารคาม*, 2553.

ศิลป์ธรรม ดำเพ็ง. ปัจจัยเชิงสาเหตุที่มีผลต่อคะแนน (O-NET) ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ต่อ : กรณีศึกษาโรงเรียนในอำเภอพะพระยา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาสระแก้ว เขต 2. ปริญญาอิเล็กทรอนิกส์ศึกษาศาสตร์บัณฑิต มหาวิทยาลัยบูรพา, 2556.

สุนิสา ตะสัย. ความเครียดและการแก้ปัญหาความเครียดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในจังหวัดสิงห์บุรี. *วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตร์บัณฑิต มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี*, 2550.

สุพล อนามัย. การจัดสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการเรียนรู้ของนักเรียนโรงเรียนเอกชนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาเพชรบุรี เขต 1. สารนิพนธ์การบริหารการศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทร์วิโรฒ, 2549.

สุภาวดี ทนเลื่อน. ศึกษาความเครียดและวิธีเผชิญความเครียดของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย. *วิทยานิพนธ์การศึกษาศาสตร์บัณฑิต มหาวิทยาลัยศรีนครินทร์วิโรฒ*, 2553.

อังศินันท์ อินทร์กำแหง. การสังเคราะห์งานวิจัยที่เกี่ยวกับความเครียดและการเผชิญความเครียดของคนไทย. กรุงเทพฯ: สถาบันนิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทร์วิโรฒ, 2551.

อัจฉรา ระตะนะอพร. ปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย. *วิทยานิพนธ์ครุศาสตร์บัณฑิต มหาวิทยาลัยราชภัฏจันทรเกษม*, 2546.

อาษาน ตนย่าหมัด. ปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดและการจัดการความเครียดของนักเรียนโรงเรียนสอนศาสนาเอกชนในอำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา. *วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตร์บัณฑิต มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์*, 2556.

อาเรีย ทรัลิทธิ์. ความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพ ความเครียด และพฤติกรรมการใช้สิ่งเสพติดของนักเรียนมัธยมศึกษา. *วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตร์บัณฑิต มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์*, 2549.

Wang H. F. and M. C. Yeh. "Stress, Coping, and Psychological Health of Vocational High School Nursing Students Associated with a Competitive Entrance Exam," *The Journal of Nursing Research: JNR (J Nurs Res)*. 13 (2005): 106-16.