

ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความพึงพอใจของนักศึกษาต่างชาติเกี่ยวกับการเรียนออนไลน์
ในวิชาจิตวิทยาทั่วไปในช่วงการระบาดของโรคโควิด 19
Factors Affected to International Student's Satisfaction with Learning
Online Model in Subject Core Course of General Psychology
during Covid 19 Epidemiology

ชุติวรรณ ภัทรานุรักษ์กุล¹ ดารารัตน์ โลบุญ² ภัควลัญชญ์ ภาณิตพิเชฐวงศ์³
นุชนาฏ บัวศรี⁴ เสี่ยวอิง เฉิน⁵ และคชาภรณ์ ทองสาดี⁶

Chutiwan Phattranurakkul¹ Dararat Lobun² Pakvalunh Panitpichetvong³
Nutchanat Buasri⁴ Xiaoying Chen⁵ and Kachaporn Thongsadee⁶

¹ อาจารย์ประจำหลักสูตรสาขาเทคโนโลยีสารสนเทศและสาขาสาธารณสุขศาสตร์ คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยกรุงเทพธนบุรี

^{2,3} อาจารย์ประจำหลักสูตรสาขาเทคโนโลยีสารสนเทศ คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยกรุงเทพธนบุรี

⁴ อาจารย์ประจำหลักสูตรสาขามิสารสนเทศศาสตร์ คณะวิทยาการสารสนเทศ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม

⁵ อาจารย์ล่ามภาษาจีน ประจำสถาบันศึกษานานาชาติ มหาวิทยาลัยกรุงเทพธนบุรี

⁶ เลขานุการวิจัย คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยกรุงเทพธนบุรี

¹ Lecturer of the Information Technology Program and Public Health Program, Faculty of Science and Technology, Bangkokthonburi University

^{2,3} Lecturer of the Information Technology Program, Faculty of Science and Technology, Bangkokthonburi University

⁴ Lecturer of the Geoinformatics Program, Faculty of Informatics, Mahasarakham University

⁵ Chinese Translation Lecturer of International Education Institute, Bangkokthonburi University

⁶ Research Secretary, Faculty of Science and Technology, Bangkokthonburi University

E-mail: camellia99@hotmail.com, dararat.lobun@gmail.com, pakvalunh.pan@bkkthon.ac.th,

Nutchanat.b@msu.ac.th, xiaoying.che@bkkthon.ac.th, kachaporn26@gmail.com

Received: Jan 18, 2024; Revised: Feb 7, 2024; Accepted: Feb 9, 2024

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความพึงพอใจของนักศึกษาต่างชาติในการเรียนออนไลน์วิชาจิตวิทยาทั่วไป เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบสอบถาม กลุ่มตัวอย่างจำนวน 115 คน วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สันและวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอน

ผลการวิเคราะห์ระดับความสัมพันธ์ของตัวแปรพบว่าความพึงพอใจมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความเครียดในระดับปานกลาง ($r=0.629$, $p\text{-value}<0.01$) ผลการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอนพบว่าความเครียดต่อการเรียนออนไลน์และแรงสนับสนุนทางสังคม สามารถร่วมกันอธิบายความพึงพอใจในการเรียนออนไลน์ของกลุ่มตัวอย่างได้ร้อยละ 54.5 ($F=14.149$, $p\text{-value} < 0.05$) และสมการถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอนในรูปคะแนนมาตรฐาน คือ $Z = 0.589$ Z(ความเครียดต่อการเรียนออนไลน์) + 0.416 Z(แรงสนับสนุนทางสังคม) จากสมการพบว่าความเครียดต่อการเรียนออนไลน์มีความสำคัญอันดับแรกในการพยากรณ์ความพึงพอใจในการเรียนออนไลน์ รองลงมาคือ แรงสนับสนุนทางสังคม โดยอ้อมร้อยละ 45.5 เป็นผลมาจากปัจจัยอื่น

คำสำคัญ: ความพึงพอใจในการเรียนออนไลน์ ความเครียดต่อการเรียนออนไลน์ แรงสนับสนุนทางสังคม

Abstract

This research aimed to study affecting factors of international student's satisfaction related to online teaching models in subject core course of general psychology. The research instruments in this study were questionnaires. Total samplings were 115 persons. The research analysis that composed of inferential statistics of Pearson Product Moment Correlation Coefficient and Enter Multiple Regression.

The finding of the inferential statistics correlated to the relationship between variable show that international student's satisfaction had positively significant related to stress as middle level ($r=0.629$, $p\text{-value}<0.01$). The finding analysis of Enter Multiple Regression statistics showed that stress related to online teaching models and social support accounted 54.5% ($F=14.149$, $p\text{-value}< 0.05$) of variance in predicting International student's satisfaction related to online teaching models. And the standard equation of Enter Multiple Regression showed that $\hat{Z} = 0.589 Z(\text{Stress related to online teaching models}) + 0.416 Z(\text{Social support})$. From the standard equation presented to the first predictive factor of International student's satisfaction related to online teaching models as stress related to online teaching models, second factor as social support respectively. In addition to 45.5% as other factors.

Keywords: International student's satisfaction related to online teaching model,
Stress related to online teaching models, Social support

บทนำ

รัฐบาลได้ประกาศสถานการณ์ฉุกเฉินกรณีการแพร่ระบาดไวรัส โควิด 2019 หรือ COVID 19 ฉบับแรกเมื่อเดือน มีนาคม 2563 หลังจากมีการแพร่ระบาดของไวรัสเข้ามาในประเทศไทยเมื่อต้นปี 2563 โดยเฉพาะเข้ามาทางประเทศจีนที่เป็นต้นกำเนิดของสถานการณ์แพร่ระบาดทั่วโลกนั่นเอง การแพร่ระบาดของไวรัสเกิดขึ้นโดยอาศัยตัวพาหะน้ำลาย น้ำมูกแพร่กระจายให้ผู้อื่น การรับมีระยะแรกเป็นการใช้มาตรการทางสาธารณสุขมาช่วย คือ การใส่หน้ากากอนามัย การใช้เจลแอลกอฮอล์ ล้างมือ ลดการสัมผัส ลดการรวมกลุ่ม และการรับประทานอาหารโดยใช้ช้อนตัวเอง (กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข, 2563) ผลของการประกาศสถานการณ์ฉุกเฉินในพระราชกิจจานุเบกษา ทำให้ประเทศไทยหยุดชะงักทุกด้านไม่ว่าจะเป็นด้านการท่องเที่ยว ด้านพาณิชย์ การทำงานและด้านการศึกษา ส่วนในสถานการณ์ศึกษาระดับอุดมศึกษาหลายๆ สถาบัน จำเป็นต้องยุติการเรียนการสอนในห้องเรียน เพื่อเปลี่ยนมาจัดการเรียนการสอนในระบบออนไลน์ หลายคนคิดว่าสถานการณ์เลวร้ายนี้จะอยู่เพียงชั่วคราวชั่วคราว จึงไม่คิดว่าผลกระทบจะรุนแรงและส่งผลกระทบต่อวิถีชีวิตของคนไทยมากนัก แต่เมื่อถึงปัจจุบันเรารู้ได้ว่า ผลกระทบของสถานการณ์ทั้งในประเทศไทยและทั่วโลกมีมากเพียงใดที่มีการแพร่ระบาดไม่หยุด จนรัฐบาลประเทศไทยต้องขยายประกาศสถานการณ์ฉุกเฉินออกไปแล้วเรื่อยๆ และส่งผลกระทบต่อสังคมในด้านเศรษฐกิจที่พังทลายลง เมื่อการแพร่ระบาดไวรัสโควิด 2019 เป็นส่วนหนึ่งของการดำเนินชีวิต มนุษย์เริ่มมีการปรับตัวในการใช้ชีวิต ซึ่งเป็นคุณสมบัติอย่างหนึ่งของคนเราที่อยู่รอดปลอดภัยจากอดีตมาจนปัจจุบัน ชีวิตประจำวันที่ถูกตีกรอบตามมาตรการเว้นระยะห่างทางสังคม (Social Distancing) ตลอดจนความกลัวการติดเชื้อ COVID-19 ได้เกิดแนวทางการทำงานที่บ้าน (work from home) และคนไทยก็ได้รู้จักโปรแกรมที่เป็นตัวช่วยในการทำงานที่บ้านมากมาย หนึ่งในนั้นคือ โปรแกรมที่ใช้ในการประชุมออนไลน์ เช่น ZOOM, MEET, Digtalk, Hangout และ MS Team (ธนาคารแห่งประเทศไทย และ ชินัน บุญเรืองรัตน์, 2563) ในด้านการศึกษาได้มีการปรับเปลี่ยนการเรียนการสอน โดยมีสิ่งที่คนเคยได้ยินแต่ไม่ค่อยรู้จักนั่นคือรูปแบบการเรียนการสอนออนไลน์ได้เป็นที่รู้จักมากขึ้นจากผลกระทบของสถานการณ์โรคโควิด 19 (Covid 19) สำหรับในวิชาจิตวิทยาทั่วไปก่อนมีการระบาดของโรคโควิด 19 มีการจัดการเรียนการสอนแบบในห้องเรียน (Face to Face's learning) ในนักศึกษาต่างชาติ(นักศึกษาจีน) นักศึกษาจำนวนมากมาเรียนตรงเวลา ตั้งใจเรียน และมีส่วนร่วมในการซักถามหลังบรรยายผ่านเอกสารประกอบการสอน Power point ทุกครั้ง โดยผู้สอนจะสอนเป็นภาษาอังกฤษและสื่อการสอนก็เป็น

ภาษาอังกฤษ ผ่านการแปลเอกสารประกอบการสอนเป็นภาษาจีนโดยอาจารย์ล่ามจีน เพื่อเพิ่มประสิทธิภาพการเรียนการสอนให้นักศึกษาเข้าใจมากขึ้น นักศึกษาจึงเรียนสนุก มีความสุขในการเรียน ไม่เครียด แต่เมื่อเกิดการระบาดของโรคโควิด 19 อย่างหนักเป็นระยะเวลายาวนาน นักศึกษาต้องปรับตัวต่อรูปแบบการเรียนใหม่เป็น Online เพื่อลดการแพร่กระจายเชื้อตามมาตรการของการควบคุมและป้องกันโรคของแต่ละประเทศ ดังนั้นมหาวิทยาลัยมีนโยบายให้อาจารย์ปรับรูปแบบการสอนให้นักศึกษาได้เข้าถึงองค์ความรู้ได้มากที่สุดไม่สะดุดหรือหยุดชะงักการเรียนการสอน ทำให้วิชาจิตวิทยาทั่วไปต้องสอนแบบออนไลน์โดยการใช้โปรแกรมต่างๆ เพื่อให้เชื่อมต่อระบบอินเทอร์เน็ตของนักศึกษาจีนในประเทศจีน(ภายหลังการระบาดของโรคโควิด นักศึกษาจีนส่วนมากเดินทางกลับประเทศจีน)และอาจารย์ผู้รับผิดชอบสอนวิชาจิตวิทยาทั่วไปต้องสอนที่ไทย แต่ต้องใช้โปรแกรมสอนออนไลน์ที่เชื่อมต่อเครือข่ายอินเทอร์เน็ตในประเทศไทย เช่น โปรแกรม VOOM, DIGITALK, TEAM LINK เท่านั้น เพราะประเทศจีนไม่เปิดรับสัญญาณเครือข่าย Google เหมือนในไทยจึงไม่สามารถใช้ Google class room สอนออนไลน์เหมือนของนักศึกษาไทยได้ เป็นผลให้นักศึกษาจีนและอาจารย์ผู้สอนต้องเรียนรู้และปรับตัวในการใช้โปรแกรมเชื่อมต่อระบบออนไลน์ด้วยความเครียด เพราะวิตกกังวลว่าสัญญาณอินเทอร์เน็ตไม่เสถียรเป็นผลให้การเรียนออนไลน์สะดุดสัญญาณขาดๆหายๆ ตลอดจนนักศึกษาสะท้อนว่าขาดการปฏิสัมพันธ์กับอาจารย์และเพื่อนๆไม่เหมือนเรียนในห้องเรียน นักศึกษาบางคนขาดสมาธิในการเรียนเพราะการเชื่อมต่อสัญญาณอินเทอร์เน็ตในพื้นที่ชนบทของประเทศจีนไม่ค่อยดีเมื่อเรียนออนไลน์ที่บ้าน ผลทำให้เกิดความเบื่อหน่ายและเครียด นักศึกษาจีนส่วนมากสนใจเรียนวิชาจิตวิทยาทั่วไปเพราะสามารถนำมาใช้ประโยชน์ในชีวิตประจำวันได้ และมีความคาดหวังที่จะได้รับผลสัมฤทธิ์ในการเรียน(เกรด) ระดับสูง จากสถานการณ์การเรียนการสอนออนไลน์ในวิชาจิตวิทยาทั่วไปในช่วงการระบาดของโรคโควิด ทำให้ผู้วิจัยตระหนักถึงความสำคัญในการปรับปรุงและพัฒนาการจัดการเรียนการสอนให้สอดคล้องกับสถานการณ์และบริบทของผู้เรียนอย่างแท้จริง ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความพึงพอใจของนักศึกษาต่างชาติเกี่ยวกับการเรียนออนไลน์ในวิชาจิตวิทยาทั่วไป มหาวิทยาลัยกรุงเทพธนบุรี ในช่วงการระบาดของโรคโควิด 19 ซึ่งความพึงพอใจจะมีแนวคิดหลักใน 5 ด้าน คือ ได้แก่ ด้านรายวิชาในหลักสูตร ด้านผู้สอน ด้านวิธีการสอนและกิจกรรมการเรียนการสอน ด้านการวัดและประเมินผลการเรียนการสอน และด้านปัจจัยสนับสนุนการเรียนการสอน เพื่อใช้เป็นแนวทางในการปรับปรุงและพัฒนาการจัดการเรียนการสอนในหลักสูตรให้เกิดผลดีแก่ผู้เรียนและทำให้ผู้เรียนมีความพึงพอใจมากที่สุด อีกทั้งเพื่อสนับสนุนนโยบายในการป้องกันและควบคุมการติดเชื้อของ Covid 19

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความเครียดต่อการเรียนออนไลน์กับความพึงพอใจของนักศึกษาต่างชาติเกี่ยวกับการเรียนออนไลน์ในวิชาจิตวิทยาทั่วไป มหาวิทยาลัยเอกชนแห่งหนึ่ง ในช่วงการระบาดของโรคโควิด 19
2. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างแรงสนับสนุนทางสังคมกับความพึงพอใจของนักศึกษาต่างชาติเกี่ยวกับการเรียนออนไลน์ในวิชาจิตวิทยาทั่วไป มหาวิทยาลัยเอกชนแห่งหนึ่ง ในช่วงการระบาดของโรคโควิด 19
3. เพื่อศึกษาปัจจัยการทำนายความพึงพอใจของนักศึกษาต่างชาติเกี่ยวกับการเรียนออนไลน์ในวิชาจิตวิทยาทั่วไป มหาวิทยาลัยเอกชนแห่งหนึ่ง ในช่วงการระบาดของโรคโควิด 19

สมมติฐานการวิจัย

1. ความเครียดต่อการเรียนออนไลน์ มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจของนักศึกษาต่างชาติที่มีต่อการจัดการเรียนการสอนรูปแบบออนไลน์ในวิชาจิตวิทยาทั่วไป มหาวิทยาลัยเอกชนแห่งหนึ่ง
2. แรงสนับสนุนทางสังคม มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจของนักศึกษาต่างชาติที่มีต่อการจัดการเรียนการสอนรูปแบบออนไลน์ในวิชาจิตวิทยาทั่วไป มหาวิทยาลัยเอกชนแห่งหนึ่ง
3. ความเครียดต่อการเรียนออนไลน์ และแรงสนับสนุนทางสังคม สามารถร่วมทำนายความพึงพอใจของนักศึกษาต่างชาติที่มีต่อการจัดการเรียนการสอนรูปแบบออนไลน์ในวิชาจิตวิทยาทั่วไป มหาวิทยาลัยเอกชนแห่งหนึ่ง

แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ความเครียดในการเรียนออนไลน์

ความเครียดในการเรียนออนไลน์ หมายถึง ความเครียดตามแนวคิดของลาซารัสและโฟล์คแมน เป็นทฤษฎีหนึ่งที่มีผู้วิจัยใช้เป็นกรอบแนวคิดในการศึกษาวิจัย แนวคิดทฤษฎีความเครียดของ ลาซารัสและโฟล์คแมน กล่าวถึง ความเครียดว่าเป็นปฏิสัมพันธ์ที่เกิดขึ้นระหว่างคนกับสิ่งแวดล้อมที่มีอิทธิพลซึ่งกันและกัน โดยบุคคลได้ประเมินแล้วว่าเหตุการณ์นั้นมีผลต่อสวัสดิภาพของตน และต้องใช้แหล่งประโยชน์ในการปรับตัวอย่างเต็มที่หรือเกินกำลัง ดังนั้นเหตุการณ์ที่เผชิญจะเกิดความเครียดหรือไม่ขึ้นอยู่กับ การประเมินความสมดุลระหว่างความต้องการ (Demand) กับแหล่งประโยชน์ที่มีอยู่ (Resources) ของบุคคลนั้น โดยผ่านการประเมินตัดสิน (Cognitive Appraisal) ซึ่งเป็นกระบวนการที่มีการเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลาโดยการประเมินตัดสินความสำคัญ และความหมายของเหตุการณ์นั้น การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยวัดความเครียดต่อการเรียนออนไลน์ จากแบบประเมินความเครียดในการเรียนออนไลน์ที่ดัดแปลงมาจากแบบประเมินความเครียดของ รัศมีสุนันท์ จันทระกิติ และพิชามญชู่ อินทะพุด (2565) ซึ่งดัดแปลงมาจากแบบประเมินความเครียดของ ปราโมทย์ ครองยุทธ์ (2560) แบบประเมินความเครียดนี้สามารถประเมินอาการหรือความรู้สึกที่เกิดขึ้นในระยะ 2-4 สัปดาห์ แต่ละข้อคำถามเป็นแบบมาตราส่วนประเมินค่า (Rating scale)

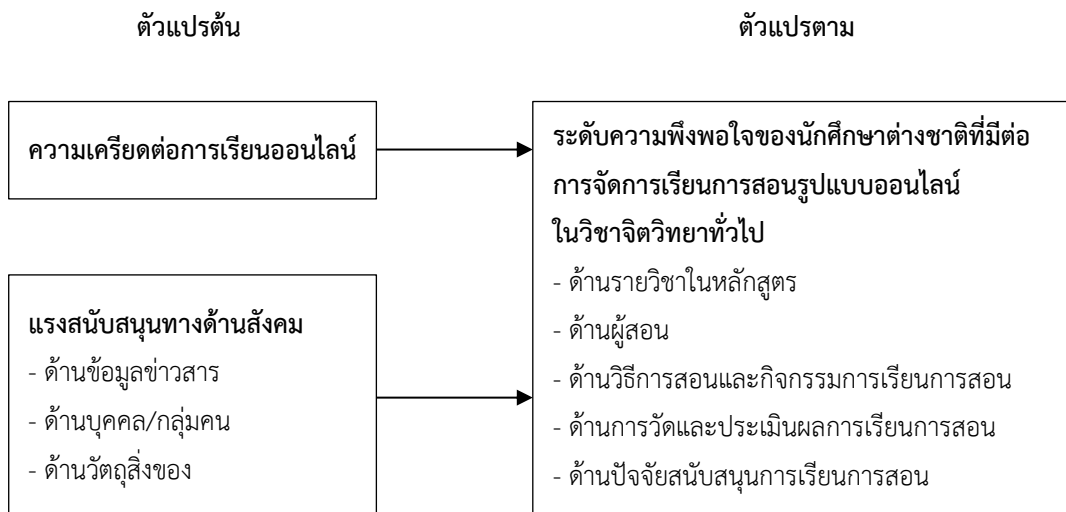
แรงสนับสนุนทางสังคม

แรงสนับสนุนทางสังคม หมายถึง การที่บุคคลมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมทำให้ได้รับความช่วยเหลือประคับประคองจากบุคคลในเครือข่ายสังคมในด้านต่างๆ ได้แก่การช่วยเหลือทางด้านอารมณ์ ข้อมูล คำแนะนำในการแก้ปัญหา สิ่งของ หรือเงินทองรับรู้ถึงความรักใคร่ผูกพันรับรู้ว่าเป็นส่วนหนึ่งของสังคม ทำให้มีขวัญกำลังใจและรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง การศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยใช้ทฤษฎีของลาซารัสและโฟล์คแมน พิจารณาว่าแรงสนับสนุนทางสังคมเป็นปรากฏการณ์ซึ่งมีความสัมพันธ์กับความเครียดทำหน้าที่เป็นกันชนหรือเบาะรองรับความเครียดหรือเป็นตัวทำหน้าที่ป้องกันบุคคลให้ปราศจากความเครียดที่เกิดขึ้นซึ่งจัดเป็นส่วนหนึ่งของกระบวนการเผชิญปัญหามากกว่าองค์ประกอบของสิ่งแวดล้อมทางสังคมของบุคคล แรงสนับสนุนทางสังคมจึงเป็นตัวแปรที่ผู้วิจัยสนใจศึกษาเนื่องจากเป็นตัวแปรที่มีความสำคัญกับความเครียดและการเผชิญความเครียด การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยวัดแรงสนับสนุนทางสังคม จากแบบประเมินการได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมที่ดัดแปลงมาจากแบบประเมินแรงสนับสนุนทางสังคมของ รัศมีสุนันท์ จันทระกิติ และพิชามญชู่ อินทะพุด (2565) ซึ่งดัดแปลงมาจากแบบประเมินความเครียดของ ปราโมทย์ ครองยุทธ์ (2560) แต่ละข้อคำถามเป็นแบบมาตราส่วนประเมินค่า (Rating scale)

ความพึงพอใจของนักศึกษาต่างชาติที่มีต่อการจัดการเรียนการสอนรูปแบบออนไลน์ในวิชาจิตวิทยาทั่วไป

ความพึงพอใจของนักศึกษาต่างชาติที่มีต่อการจัดการเรียนการสอนรูปแบบออนไลน์ในวิชาจิตวิทยาทั่วไป หมายถึง ระดับความรู้สึกพอใจ ซึ่งเป็นผลจากความสนใจและทัศนคติที่ดีของนักศึกษาที่มีต่ออาจารย์ผู้สอน ซึ่งประเมินจากแนวคิดหลักใน 5 ด้าน คือ ได้แก่ ด้านรายวิชาในหลักสูตร ด้านผู้สอน ด้านวิธีการสอนและกิจกรรมการเรียนการสอน ด้านการวัดและประเมินผลการเรียนการสอน และด้านปัจจัยสนับสนุนการเรียนการสอน เพื่อใช้เป็นแนวทางในการปรับปรุงและพัฒนาการจัดการเรียนการสอนในหลักสูตรให้เกิดผลดีแก่ผู้เรียนและทำให้ผู้เรียนมีความพึงพอใจมากที่สุด การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยวัดความพึงพอใจของนักศึกษาต่างชาติที่มีต่อการจัดการเรียนการสอนรูปแบบออนไลน์ในวิชาจิตวิทยาทั่วไป จากแบบประเมินความพึงพอใจที่ดัดแปลงมาจากแบบประเมินความพึงพอใจของของ รัศมีสุนันท์ จันทระกิติ และพิชามญชู่ อินทะพุด (2565) ซึ่งดัดแปลงมาจากแบบประเมินความเครียดของ ปราโมทย์ ครองยุทธ์ (2560) แต่ละข้อคำถามเป็นแบบมาตราส่วนประเมินค่า (Rating scale)

กรอบแนวคิดในการวิจัย



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาครั้งนี้ใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงอธิบายความสัมพันธ์เชิงสาเหตุ (Causal Relationship Research) เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความพึงพอใจของนักศึกษาต่างชาติที่มีต่อการจัดการเรียนการสอนรูปแบบออนไลน์ในวิชาจิตวิทยาทั่วไป

ประชากรศึกษา คือ ประชากรที่ใช้ในการวิจัย คือ นักศึกษาระดับปริญญาตรีหลักสูตรนานาชาติ ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยกรุงเทพธนบุรี ประจำปีการศึกษา 2566 มีนักศึกษาจำนวน 242 คน

กลุ่มตัวอย่าง คือ กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ คือ นักศึกษาปริญญาตรีหลักสูตรนานาชาติ ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยกรุงเทพธนบุรี ประจำปีการศึกษา 2566 มีนักศึกษาจำนวน 115 คน คำนวณกลุ่มตัวอย่างโดยใช้โปรแกรม G*Power 3.1.9.7 สำหรับการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ (multiple regression analysis) โดยการกำหนดระดับนัยสำคัญทางสถิติ 0.05 (α) อำนาจการทดสอบ (Power มาจาก $1 - \beta$) = 0.95, ขนาดอิทธิพลระดับกลาง (medium effect size) = 0.15 และ error prob. = 0.05 จากการคำนวณสูตรได้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 104 คน แต่เพื่อป้องกัน Type II error ผู้วิจัยจึงเพิ่มกลุ่มตัวอย่างร้อยละ 10 จึงได้ขนาดตัวอย่างน้อยที่สุดในการศึกษาครั้งนี้จำนวน $114.4 \approx 115$ คน

วิธีการสุ่มตัวอย่าง ใช้การสุ่มตัวอย่างแบบง่าย แบบจับสลาก (Simple Random Sampling) ประชากรที่ศึกษา 242 คน จากการกำหนดขนาดตัวอย่างโดยยอมให้เกิดความคลาดเคลื่อน 10% ได้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 115 คน

เกณฑ์การเลือกกลุ่มตัวอย่าง 1) นักศึกษาระดับปริญญาตรี หลักสูตรนานาชาติ ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยกรุงเทพธนบุรี ประจำปีการศึกษา 2566 2) สามารถเข้าใจและสื่อสารภาษาอังกฤษหรือภาษาไทยได้ (ผ่านการแปลความหมายจากอาจารย์ล่ามภาษาจีน) 3) ยินยอมเข้าร่วมการวิจัยด้วยความเต็มใจและลงนามแบบลายลักษณ์อักษรในแบบความยินยอมให้ทำการวิจัยโดยการบอกกล่าวและเต็มใจ

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยข้อมูลในครั้งนี้ คือ แบบสอบถาม เพื่อเก็บรวบรวมข้อมูลจากนักศึกษาปริญญาตรีต่างชาติที่เรียนโดยรูปแบบออนไลน์ในวิชาจิตวิทยาทั่วไป (GS101: General psychology) คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยกรุงเทพธนบุรี ประจำปีการศึกษา 2566 ซึ่งแบ่งแบบสอบถามเป็น 4 ตอน

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม ได้แก่ เพศ อายุ

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามความเครียดต่อการเรียนออนไลน์ การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยวัดความเครียดต่อการเรียนออนไลน์ จากแบบประเมินความเครียดในการเรียนออนไลน์ที่ดัดแปลงมาจากแบบประเมินความเครียดของของรัศมีสุนันท์ จันทระภักดีและพิชามญชุ์ อินทะพุดม (รัศมีสุนันท์ จันทระภักดี และพิชามญชุ์ อินทะพุดม, 2565; ปราโมทย์ ครองยุทธ์, 2560) แบบประเมินความเครียดนี้สามารถประเมินอาการหรือความรู้สึกที่เกิดขึ้นในระยะ 2-4 สัปดาห์ แต่ละข้อคำถามเป็นแบบมาตราส่วนประเมินค่า (Rating scale) 5 ระดับ ได้แก่

1. กรณีข้อคำถามเชิงบวก กำหนดค่า ดังนี้คือ 1) ไม่เครียด ค่าคะแนน 5 คะแนน 2) เครียดเล็กน้อย ค่าคะแนน 4 คะแนน 3) เครียดปานกลางค่าคะแนน 3 คะแนน 4) เครียดมาก ค่าคะแนน 2 คะแนน 5) เครียดมากที่สุด ค่าคะแนน 1 คะแนน

2. กรณีข้อคำถามเชิงลบ กำหนดค่า ดังนี้คือ 1) ไม่เครียด ค่าคะแนน 1 คะแนน 2) เครียดเล็กน้อย ค่าคะแนน 2 คะแนน 3) เครียดปานกลางค่าคะแนน 3 คะแนน 4) เครียดมาก ค่าคะแนน 4 คะแนน 5) เครียดมากที่สุด ค่าคะแนน 5 คะแนน

การแปลผลคะแนนความเครียดต่อการเรียนออนไลน์ ดังนี้คือ 1) ระดับคะแนนต่ำกว่า 10 คะแนน พบว่าความเครียดระดับต่ำ 2) ระดับคะแนน 10-23 คะแนน พบว่าความเครียด ระดับปานกลาง 3) ระดับคะแนน 23 คะแนนขึ้นไป พบว่าความเครียด ระดับสูง

ส่วนที่ 3 แรงสนับสนุนทางสังคม การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยวัดแรงสนับสนุนทางสังคม จากแบบประเมินการได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมที่ดัดแปลงมาจากแบบประเมินความเครียดของปราโมทย์ ครองยุทธ์ แต่ละข้อคำถามเป็นแบบมาตราส่วนประเมินค่า (Rating scale) 5 ระดับ ได้แก่

1. กรณีข้อคำถามเชิงบวก กำหนดค่า ดังนี้คือ 1) มากที่สุด ค่าคะแนน 5 คะแนน 2) มาก ค่าคะแนน 4 คะแนน 3) ปานกลาง ค่าคะแนน 3 คะแนน 4) น้อย ค่าคะแนน 2 คะแนน 5) น้อยที่สุด ค่าคะแนน 1คะแนน

2. กรณีข้อคำถามเชิงลบ กำหนดค่า ดังนี้คือ 1) มากที่สุด ค่าคะแนน 1 คะแนน 2) มาก ค่าคะแนน 2 คะแนน 3) ปานกลาง ค่าคะแนน 3 คะแนน 4) น้อย ค่าคะแนน 4 คะแนน 5) น้อยที่สุด ค่าคะแนน 5 คะแนน

การแปลผลคะแนนการได้รับแรงสนับสนุนทางสังคม ดังนี้คือ 1) ระดับคะแนนต่ำกว่า 10 คะแนน พบว่าได้รับแรงสนับสนุนทางสังคม ระดับต่ำ 2) ระดับคะแนน 10-23 คะแนน พบว่าได้รับแรงสนับสนุนทางสังคม ระดับปานกลาง 3) ระดับคะแนน 23 คะแนนขึ้นไป พบว่าได้รับแรงสนับสนุนทางสังคม ระดับสูง

ส่วนที่ 4 ความพึงพอใจของนักศึกษาต่างชาติที่มีต่อการจัดการเรียนการสอนรูปแบบออนไลน์ในวิชาจิตวิทยาทั่วไป การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยวัดความพึงพอใจของนักศึกษาต่างชาติที่มีต่อการจัดการเรียนการสอนรูปแบบออนไลน์ในวิชาจิตวิทยาทั่วไป จากแบบประเมินความพึงพอใจที่ดัดแปลงมาจากแบบประเมินความพึงพอใจของปราโมทย์ ครองยุทธ์ แต่ละข้อคำถามเป็นแบบมาตราส่วนประเมินค่า (rating scale) 5 ระดับ ได้แก่

1. กรณีข้อคำถามเชิงบวก กำหนดค่า ดังนี้คือ 1) มากที่สุด ค่าคะแนน 5 คะแนน 2) มาก ค่าคะแนน 4 คะแนน 3) ปานกลาง ค่าคะแนน 3 คะแนน 4) น้อย ค่าคะแนน 2 คะแนน 5) น้อยที่สุด ค่าคะแนน 1 คะแนน

2. กรณีข้อคำถามเชิงลบ กำหนดค่า ดังนี้คือ 1) มากที่สุด ค่าคะแนน 1 คะแนน 2) มาก ค่าคะแนน 2 คะแนน 3) ปานกลาง ค่าคะแนน 3 คะแนน 4) น้อย ค่าคะแนน 4 คะแนน 5) น้อยที่สุด ค่าคะแนน 5 คะแนน

การแปลผลคะแนนความพึงพอใจ ดังนี้คือ 1) ระดับคะแนนต่ำกว่า 22 คะแนน พบว่าความพึงพอใจ ระดับต่ำ 2) ระดับคะแนน 22-51 คะแนน พบว่าความพึงพอใจ ระดับปานกลาง 3) ระดับคะแนน 51 คะแนนขึ้นไป พบว่าความพึงพอใจ ระดับสูง

การวิเคราะห์ข้อมูล

ข้อมูลเชิงพรรณนา วิเคราะห์ลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง ด้วยความถี่ ร้อยละ และจัดกลุ่มตามเกณฑ์การแปรผล และวิเคราะห์ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานโดยรวมและรายด้าน

สถิติวิเคราะห์ คำนวณค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของข้อมูลทั่วไปข้อมูลโดยใช้สูตรสหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson's Product Moment Correlation Coefficient) และใช้วิธีการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ (Enter Multiple

Regression) เพื่ออธิบายความผันแปรระหว่างความเครียดต่อการเรียนออนไลน์, แรงสนับสนุนทางสังคมและความพึงพอใจ โดยนำมาวิเคราะห์ห่าปัจจัยตัวใดที่มีอิทธิพลต่อความพึงพอใจของนักศึกษาต่างชาติที่มีต่อการจัดการเรียนการสอนรูปแบบออนไลน์ในวิชาจิตวิทยาทั่วไป คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยกรุงเทพมหานคร และสามารถอธิบายได้มากน้อยเพียงใด

จริยธรรมการวิจัยในมนุษย์

การวิจัยในครั้งนี้ได้รับการรับรองจริยธรรมการวิจัยจากคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์สาขา สังคมศาสตร์และพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยกรุงเทพมหานคร หมายเลขการรับรอง 188/2566

ผลการวิจัย

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

1. เพศ พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศชายมีจำนวนมากที่สุด พบว่า จำนวน 75 คน (คิดเป็นร้อยละ 65.2) รองลงมาคือ เพศหญิง จำนวน 40 คน (คิดเป็นร้อยละ 34.8)

2. อายุ พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีอายุ 18 ปี มีจำนวนมากที่สุด พบว่า จำนวน 65 คน (คิดเป็นร้อยละ 56.5) รองลงมาคือ มีอายุ 19 ปี พบว่า จำนวน 34 คน (คิดเป็นร้อยละ 29.6) อายุ 20 ปี พบว่า จำนวน 16 คน (คิดเป็นร้อยละ 13.9)

ส่วนที่ 2 ความเครียดต่อการเรียนออนไลน์ (SPST-20)

ความเครียดต่อการเรียนออนไลน์ (SPST-20) มีค่าถาม 20 ข้อ ค่าพิสัยของคะแนนของกลุ่มตัวอย่างคือ 68 คะแนนต่ำสุด 28 คะแนน คะแนนสูงสุด 96 คะแนน คะแนนเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่าง 72.29 คะแนน ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 12.018 จากการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีระดับความเครียดปานกลาง (ร้อยละ 62) รองลงมาคือ ระดับความเครียดสูง (ร้อยละ 22) และระดับความเครียดต่ำ (ร้อยละ 16) ดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ความเครียดต่อการเรียนออนไลน์ (SPST-20)

ความเครียดต่อการเรียนออนไลน์	กลุ่มตัวอย่าง (n=115)	
	จำนวน	ร้อยละ
มีความเครียดต่อการเรียนออนไลน์ระดับต่ำ	10	8.7
มีความเครียดต่อการเรียนออนไลน์ระดับปานกลาง	79	68.7
มีความเครียดต่อการเรียนออนไลน์ ระดับสูง	26	22.6
คะแนนต่ำสุด 20 คะแนน คะแนนสูงสุด 85 คะแนน คะแนนเฉลี่ย 65.6350 คะแนน ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 2.45958		

ส่วนที่ 3 แรงสนับสนุนทางสังคม

แรงสนับสนุนทางสังคม มีค่าถาม 15 ข้อ ค่าพิสัยของคะแนนอยู่ระหว่าง 15-70 คะแนน คะแนนเฉลี่ย 62.7856 คะแนน จากการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีแรงสนับสนุนทางสังคมระดับปานกลาง พบว่า จำนวน 72 คน (คิดเป็นร้อยละ 62.6) รองลงมาคือ มีแรงสนับสนุนทางสังคมระดับสูง พบว่า จำนวน 32 คน (คิดเป็นร้อยละ 27.8) ดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2 แรงสนับสนุนทางสังคม

แรงสนับสนุนทางสังคม	กลุ่มตัวอย่าง (n=115)	
	จำนวน	ร้อยละ
มีแรงสนับสนุนทางสังคมระดับต่ำ	11	9.6
มีแรงสนับสนุนทางสังคมระดับปานกลาง	72	62.6
มีแรงสนับสนุนทางสังคมระดับสูง	32	27.8
คะแนนต่ำสุด 15 คะแนน คะแนนสูงสุด 70 คะแนน คะแนนเฉลี่ย 62.7856 คะแนน ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 2.34564		

ส่วนที่ 4 ความพึงพอใจที่มีต่อการจัดการเรียนการสอนออนไลน์

ความพึงพอใจที่มีต่อการจัดการเรียนการสอนออนไลน์ มีคำถาม 22 ข้อ ค่าพิสัยคะแนนอยู่ระหว่าง 22-95 คะแนน คะแนนเฉลี่ย 88.3342 คะแนน จากการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีความพึงพอใจที่มีต่อการจัดการเรียนการสอนออนไลน์ ระดับสูง พบว่า จำนวน 86 คน (คิดเป็นร้อยละ 74.8) รองลงมาคือความพึงพอใจที่มีต่อการจัดการเรียนการสอนออนไลน์ ระดับปานกลาง พบว่า จำนวน 26 คน (คิดเป็นร้อยละ 22.6) ดังตารางที่ 3

ตารางที่ 3 ความพึงพอใจที่มีต่อการจัดการเรียนการสอนออนไลน์

ความพึงพอใจที่มีต่อการจัดการเรียนการสอนออนไลน์	กลุ่มตัวอย่าง (n=115)	
	จำนวน	ร้อยละ
มีความพึงพอใจระดับต่ำ	3	2.6
มีความพึงพอใจระดับปานกลาง	26	22.6
มีความพึงพอใจระดับสูง	86	74.8
คะแนนต่ำสุด 22 คะแนน คะแนนสูงสุด 95 คะแนน คะแนนเฉลี่ย 88.3342 คะแนน ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 2.56569		

ส่วนที่ 5 ผลการวิเคราะห์สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรที่ศึกษา

ผลการวิเคราะห์สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรที่ศึกษา ได้แก่ ความเครียดต่อการเรียนออนไลน์ แรงสนับสนุนทางสังคม และความพึงพอใจที่มีต่อการจัดการเรียนการสอนออนไลน์ของกลุ่มตัวอย่างในงานวิจัย ดังตารางที่ 4 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรที่ศึกษาในรูปของเมตริกสหสัมพันธ์ (Correlation matrix)

ตารางที่ 4 ผลการวิเคราะห์สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรที่ศึกษา

ตัวแปรที่ศึกษา	1	2	3
1. ความเครียด	1.0000		
2. แรงสนับสนุนทางสังคม	0.488*	1.0000	
3. ความพึงพอใจ	0.629**	0.589**	1.0000

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ส่วนที่ 6 การวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ

การวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณเพื่ออธิบายความผันแปรระหว่างความเครียดต่อการเรียนออนไลน์ แรงสนับสนุนทางสังคม และความพึงพอใจของนักศึกษาต่างชาติที่มีต่อการจัดการเรียนการสอนรูปแบบออนไลน์ในวิชาจิตวิทยาทั่วไป ดังตารางที่ 5 แสดงค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ (R) ระหว่างความเครียดต่อการเรียนออนไลน์ แรงสนับสนุนทางสังคม กับความพึงพอใจที่มีต่อการจัดการเรียนการสอนรูปแบบออนไลน์ในวิชาจิตวิทยาทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง ในการพยากรณ์ความพึงพอใจของกลุ่มตัวอย่างที่ได้จากการคัดเลือกตัวแปรด้วยวิธีแบบขั้นตอนเดียว (Enter Multiple Regression)

ตารางที่ 5 การวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ

Model	R Square	Unstandardized Standardize			t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
ความเครียดต่อการเรียนออนไลน์		0.612	0.072	0.589	0.535	0.014*
แรงสนับสนุนทางสังคม		0.415	0.056	0.416	0.411	0.000*
(Constant)= 81.235	0.545	F = 14.149			4.514	0.001*

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05

จากตารางที่ 5 แสดงให้เห็นว่าความเครียดต่อการเรียนออนไลน์, แรงสนับสนุนทางสังคม สามารถร่วมกันอธิบายความแปรปรวนของความพึงพอใจที่มีต่อการจัดการเรียนการสอนรูปแบบออนไลน์ในวิชาจิตวิทยาทั่วไปของกลุ่มตัวอย่างได้ 54.5% โดยสามารถสร้างสมการทำนายความพึงพอใจที่มีต่อการจัดการเรียนการสอนรูปแบบออนไลน์ในวิชาจิตวิทยาทั่วไป ได้ดังนี้ สมการถดถอยพหุคูณที่ดีที่สุด ในรูปคะแนนมาตรฐานคือ

$$\hat{Z}(\text{ความพึงพอใจ}) = 0.589 Z(\text{ความเครียดต่อการเรียนออนไลน์}) + 0.416 Z(\text{แรงสนับสนุนทางสังคม})$$

แสดงว่าความเครียดต่อการเรียนออนไลน์ มีความสำคัญอันดับแรกในการ พยากรณ์ความพึงพอใจที่มีต่อการจัดการเรียนการสอนรูปแบบออนไลน์ในวิชาจิตวิทยาทั่วไป รองลงมาอันดับที่ 2 คือแรงสนับสนุนทางสังคม

อภิปรายผล

สมมุติฐานที่ 1 ความเครียดต่อการเรียนออนไลน์ มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจของนักศึกษาต่างชาติที่มีต่อการจัดการเรียนการสอนรูปแบบออนไลน์ในวิชาจิตวิทยาทั่วไป มหาวิทยาลัยเอกชนแห่งหนึ่ง

จากการศึกษาพบว่าความเครียดต่อการเรียนออนไลน์มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจของนักศึกษาต่างชาติที่มีต่อการจัดการเรียนการสอนรูปแบบออนไลน์ในวิชาจิตวิทยาทั่วไป ซึ่งเป็นไปตามสมมุติฐานข้อที่ 1 ที่มีนัยสำคัญทางสถิติ ($r=0.629$, $p\text{-value}<0.01$) นั่นคือตัวแปรทั้งสองตัวมีความสัมพันธ์กันในระดับปานกลาง ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของรัศมีสุนันท์ จันทระภักดี และพิชามญชุ์ อินทะพุด (2565) ศึกษาเรื่องปัจจัยที่ส่งผลต่อความสุขในการเรียนออนไลน์ของนักศึกษาพยาบาลในสถานการณ์การระบาดของเชื้อไวรัสโคโรนา-19 ผลการวิจัยพบว่าปัจจัยที่สามารถร่วมทำนายความสุขในการเรียนออนไลน์ ได้แก่ กลยุทธ์ในการรับมือกับความเครียด ($\beta = 0.44$) ความแข็งแกร่งและความยืดหยุ่นของชีวิต ($\beta = 0.28$) และความวิตกกังวลเกี่ยวกับการแพร่ระบาดของเชื้อโคโรนา 19 ($\beta = -0.13$) โดยสามารถร่วมกันทำนายความสุขในการเรียนออนไลน์ของนักศึกษาพยาบาลได้ ร้อยละ 39 (Adjusted R2 = .39, $p<.001$) ผลการวิจัยมีข้อเสนอแนะว่า ผู้บริหารในสถาบันการศึกษาสามารถนำผลการวิจัยไปใช้เป็นข้อมูลพื้นฐานในการออกแบบกิจกรรมการเรียนการสอนแบบออนไลน์ที่ส่งเสริมและคงไว้ซึ่งความสุขแก่นักศึกษาพยาบาลในช่วงที่มีการแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโคโรนา-19 สอดคล้องกับงานวิจัยของสุภารัตน์ ไผทเครือวัลย์ และธิดาทิพย์ ปานโรจน์ (2564) ศึกษาเรื่องปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวล ปัจจัยความพึงพอใจในการศึกษาและการจัดการความวิตกกังวลและในช่วงวิกฤตการณ์

โรคโควิด-19 กรณีศึกษานักศึกษาคณะวิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยศิลปากร ผลการศึกษาพบว่า 1) ปัจจัยความพึงพอใจทางการศึกษา และปัจจัยด้านการรับรู้ข่าวสารส่งผลต่อการจัดการความวิตกกังวลอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับความเชื่อมั่น 0.05 2) ปัจจัยด้านความวิตกกังวลในการเข้าถึงสังคมกับสุขภาวะทางจิตที่ส่งผลต่อความยืดหยุ่นทางจิตใจอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับความเชื่อมั่น 0.05 และ 3) ความยืดหยุ่นทางจิตใจส่งผลต่อการจัดการความวิตกกังวล การเปลี่ยนแปลงทัศนคติอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับความเชื่อมั่น 0.05 โดยปัจจัยด้านความวิตกกังวลในการเข้าถึงสังคมกับสุขภาวะทางจิตที่ส่งผลต่อความยืดหยุ่นทางจิตใจ และปัจจัยความพึงพอใจทางการศึกษา ปัจจัยด้านการรับรู้ข่าวสาร ความยืดหยุ่นทางจิตใจส่งผลต่อการจัดการความวิตกกังวล ซึ่งปัจจัยความพึงพอใจในการศึกษาทางการศึกษาและปัจจัยด้านการรับรู้ข่าวสารส่งผลต่อการจัดการความวิตกกังวลมากที่สุด สอดคล้องกับงานวิจัยของ Young Hee Park et. al. (2022) ศึกษาเรื่องความเครียดและกลยุทธ์การเผชิญปัญหาของนักศึกษาในช่วงโควิด-19 ในเกาหลี: บทบาทไกล่เกลี่ยของการยืดหยุ่นของอัตตา ผลการวิจัยพบว่าการแก้ปัญหาเป็นกลยุทธ์การเผชิญปัญหาที่ใช้มากที่สุดในกลุ่มตัวอย่าง (26.02 ± 4.65) รองลงมาคือการแสวงหาการสนับสนุนทางสังคม (25.08 ± 5.23) ช่วยลดความเครียดที่เกิดจากการแพร่ระบาดของนักศึกษามหาวิทยาลัย และควรได้รับการพิจารณาว่าเป็นปัจจัยสำคัญในการพัฒนากลยุทธ์การเผชิญความเครียดแบบปรับตัวในกลุ่มตัวอย่าง

สมมติฐานที่ 2 แรงสนับสนุนทางสังคม มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจของนักศึกษาต่างชาติที่มีต่อการจัดการเรียนการสอนรูปแบบออนไลน์ในวิชาจิตวิทยาทั่วไป มหาวิทยาลัยเอกชนแห่งหนึ่ง

จากการศึกษาพบว่า แรงสนับสนุนทางสังคม มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความพึงพอใจของนักศึกษาต่างชาติที่มีต่อการจัดการเรียนการสอนรูปแบบออนไลน์ในวิชาจิตวิทยาทั่วไป ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 2 ที่มีนัยสำคัญทางสถิติ ($r=0.589$, $p\text{-value}<0.01$) สอดคล้องกับงานวิจัยของ ณิชกานต์ แก้วจันทร์ และ ธนินท์รัฐ รัตนพงศ์ภิญโญ (2564) ศึกษาเรื่องความพร้อมในการจัดการเรียนการสอน และความคาดหวังประสิทธิผลการศึกษาในระบบการเรียนการสอนออนไลน์ในทรนระของนักศึกษาคณะวิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยศิลปากร การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาปัจจัยความพร้อมด้านผู้เรียนที่ส่งผลต่อการเรียนการสอนออนไลน์ วิเคราะห์ข้อมูลการถดถอยพหุคูณ (Multiple regression) ผลการศึกษาพบว่า (1) กลุ่มตัวอย่างให้ความสำคัญกับปัจจัยด้านคุณภาพและประสบการณ์ของผู้สอนในการเรียนการสอนออนไลน์มากที่สุด (2) ความพร้อมด้านผู้เรียนส่งผลต่อการเรียนออนไลน์ อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.05 (3) ความพร้อมด้านการเรียนการสอนออนไลน์ส่งผลต่อการเรียนการสอนออนไลน์ อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.05 (4) การเรียนการสอนออนไลน์ส่งผลต่อความคาดหวังประสิทธิผลการศึกษา อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.05 สอดคล้องกับงานวิจัยของธนาภรณ์ ตั้งทองสว่าง และชินัน บุญเรืองรัตน์ (2563) ศึกษาเรื่องแรงสนับสนุนทางสังคมจากมหาวิทยาลัยในสถานการณ์โควิด-19 ของนักศึกษามหาวิทยาลัยศิลปากร วังท่าพระ ผลการวิจัยพบว่า นักศึกษามหาวิทยาลัยศิลปากร วังท่าพระ มีแรงสนับสนุนทางสังคมจากมหาวิทยาลัยในสถานการณ์โควิด19 โดยรวม อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{x} = 3.121$) แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 สอดคล้องกับงานวิจัยของอรุณรัตน์ ปานรอด และคณะ (2564) ศึกษาเรื่องทัศนคติต่อการเรียนออนไลน์ของนักศึกษาสาขาวิชาภาษาอังกฤษ คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา พบว่า นักศึกษาเห็นว่าสื่อการเรียนออนไลน์เป็นสื่อที่เป็นประโยชน์และสามารถเข้าถึงได้ง่ายอยู่ในระดับมาก และสอดคล้องกับงานวิจัยของผลการศึกษาของ Mukhtar, Javed, Arooj & Sethi (2020) พบว่า จากมุมมองของนักศึกษาแพทย์และอาจารย์ทันตแพทย์เห็นว่ารูปแบบการเรียนรู้ออนไลน์เป็นแหล่งที่มีความยืดหยุ่นและมีประสิทธิภาพในการสอนและการเรียนรู้ เนื่องจากส่วนใหญ่เห็นด้วยว่าการเรียนการสอนออนไลน์จะช่วยให้การเรียนรู้ทางไกลง่ายต่อการจัดการและการเข้าถึงผู้เรียนสามารถเข้าถึงการเรียนรู้ได้อย่างง่ายดายโดยไม่มีข้อจำกัดของเวลา เป็นการส่งเสริมการเรียนรู้ที่มีผู้เรียนเป็นศูนย์กลางและสามารถจัดการได้ง่ายในสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคโควิด-19

สมมติฐานที่ 3 ความเครียดต่อการเรียนออนไลน์ และแรงสนับสนุนทางสังคม สามารถร่วมทำนายความพึงพอใจของนักศึกษาต่างชาติที่มีต่อการจัดการเรียนการสอนรูปแบบออนไลน์ในวิชาจิตวิทยาทั่วไป มหาวิทยาลัยเอกชนแห่งหนึ่ง

ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 3 ที่มีนัยสำคัญทางสถิติ สามารถอธิบายความพึงพอใจของนักศึกษาต่างชาติที่มีต่อการจัดการเรียนการสอนรูปแบบออนไลน์ในวิชาจิตวิทยาทั่วไป ได้ร้อยละ 54.5 ($R^2 = 0.545$, $p < 0.05$) โดยความเครียดต่อการเรียนออนไลน์ มีความสำคัญอันดับแรกในการพยากรณ์ความพึงพอใจที่มีต่อการจัดการเรียนการสอนรูปแบบออนไลน์ในวิชาจิตวิทยาทั่วไป โดยมีความสัมพันธ์ในทางบวก ($\beta = 0.589$) รองลงมาคือ แรงสนับสนุนทางสังคม ($\beta = 0.416$) เมื่อการแพร่ระบาดไวรัสโคโรนา 2019 มนุษย์เริ่มมีการปรับตัวในการใช้ชีวิตต่อการป้องกันและควบคุมการติดเชื้อโควิด-19 ในด้านการศึกษาได้มีการปรับเปลี่ยนการเรียนการสอน คือรูปแบบการเรียนการสอนออนไลน์ ผ่านโปรแกรมคอมพิวเตอร์ที่เป็นตัวช่วยเช่นโปรแกรม Google classroom, VOOM, ZOOM, MEET, Digtalk, Hangout และ MS Team ในการจัดการเรียนการสอนออนไลน์ย่อมส่งผลกระทบต่อความเครียดทั้งของผู้สอนและผู้เรียนจากการไม่คุ้นเคยในการเรียนการสอนทางอินเทอร์เน็ตเนื้หาก่อน ซึ่งปกติจะเป็นการสอนในห้องเรียน จากผลการวิจัยสะท้อนว่ากลุ่มตัวอย่างมีความเครียดต่อการจัดการเรียนการสอนออนไลน์ในวิชาจิตวิทยาทั่วไปในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณารายชื่อคำถามเกี่ยวกับความเครียดต่อการเรียนออนไลน์ พบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มักมีความวิตกกังวลกับเรื่องเรียนออนไลน์อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{x} = 3.335$, $SD = 0.1568$) กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มักจะรู้สึกกังวลเกี่ยวกับการระบาดของโควิด 19 ที่ทำให้ต้องเรียนทางออนไลน์ไปเรื่อยๆ อยู่ในระดับสูง ($\bar{x} = 5.126$, $SD = 0.3589$) สอดคล้องกับงานวิจัยของรัศมีสุนันท์ จันทระกิติ และพิชามณูญ์ อินทะพุด (2565) ศึกษาเรื่องปัจจัยที่ส่งผลต่อความสุขในการเรียนออนไลน์ของนักศึกษาพยาบาลในสถานการณ์การระบาดของเชื้อไวรัสโควิด-19 ผลการวิจัยพบว่ากลุ่มตัวอย่างมีค่าเฉลี่ยความสุขในการเรียนออนไลน์ของนักศึกษาพยาบาล อยู่ในระดับสูง ($\bar{x} = 124.11$, $SD = 16.15$) และปัจจัยที่สามารถร่วมทำนายความสุขในการเรียนออนไลน์ ได้แก่ กลยุทธ์ในการรับมือกับความเครียด ($\beta = 0.44$) ความแข็งแกร่งและความยืดหยุ่นของชีวิต ($\beta = 0.28$) และความวิตกกังวลเกี่ยวกับการระบาดของเชื้อโควิด 19 ($\beta = -0.13$) โดยสามารถร่วมกันทำนายความสุขในการเรียนออนไลน์ของนักศึกษาพยาบาลได้ ร้อยละ 39 (Adjusted $R^2 = 0.39$, $p < 0.001$) ผลการวิจัยมีข้อเสนอแนะว่า ผู้บริหารในสถาบันการศึกษาสามารถนำผลการวิจัยไปใช้เป็นข้อมูลพื้นฐานในการออกแบบกิจกรรมการเรียนการสอนแบบออนไลน์ที่ส่งเสริมและคงไว้ซึ่งความสุขแก่นักศึกษาพยาบาลในช่วงที่มีการแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโควิด-19 สอดคล้องกับงานวิจัยของนิธิสนี รุจิรังสีเจริญ, นิดา ลี้มสุวรรณ, ศิริไชย หงส์สงวนศรี และบัญญัติ ยงย่วน (2564) ศึกษาเรื่องปัจจัยที่สัมพันธ์กับระดับความเครียดของนักเรียนระดับมัธยมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร ผลการศึกษาพบว่ากลุ่มตัวอย่างมีความเครียดอยู่ในระดับสูง โดยพบว่าปัจจัยที่ร่วมกันทำนายระดับความเครียด คือ ความภาคภูมิใจในตัวเอง สาเหตุที่ก่อให้เกิดความเครียด การทำหน้าที่ของครอบครัว และปัจจัยพื้นฐานส่วนบุคคล โดยพบว่าตัวแปรทั้งหมดร่วมกันทำนายความเครียดของนักเรียน ได้ประมาณ ร้อยละ 44.8 ($R^2 = 0.448$)

ข้อเสนอแนะ

1. จากผลการวิจัยพบว่าความเครียดต่อการเรียนออนไลน์ อยู่ในระดับปานกลาง ต้องมีการจัดกิจกรรมส่งเสริมให้ผ่อนคลายเพื่อลดความเครียดในขณะที่เรียนออนไลน์และพัฒนาารูปแบบบทเรียนออนไลน์ให้มีความหลากหลายสามารถเข้าใจง่ายเพื่อเพิ่มความรู้ความเข้าใจในประเด็นต่างๆ ลดความวิตกกังวลและความเครียดขณะเรียนออนไลน์ ด้วยกลยุทธ์ดังต่อไปนี้ 1) พัฒนารูปแบบบทเรียนออนไลน์ให้ความรู้เกี่ยวกับการลดการแพร่กระจายเชื้อโควิด 19 เพื่อสนับสนุนนโยบายของรัฐบาลให้เรียน online ที่บ้าน (Stay Home) และรักษาระยะห่างทางสังคม (Social Distancing) 2) พัฒนารูปแบบบทเรียนออนไลน์ให้ความรู้เกี่ยวกับทักษะการเรียนการสอนผ่านการเชื่อมต่อด้วยระบบ Internet และคอมพิวเตอร์ในหลายรูปแบบเช่น VOOM, Digtalk, Wechat, Google classroom, Line video call, Zoom เพื่อลดและควบคุมเหตุการณ์ในเรื่องสัญญาณเครือข่ายอินเทอร์เน็ตไม่เสถียร เกิดความขัดข้องระหว่างเรียนออนไลน์ทำให้รู้สึกเครียดในการเชื่อมต่ออินเทอร์เน็ตกับโปรแกรมเรียนออนไลน์ในประเทศจีนให้ง่ายขึ้น 3) พัฒนาระบบการประเมินผลสัมฤทธิ์ทางการศึกษาออนไลน์ เช่น ระบบการจัดการสอบออนไลน์และระบบการมอบหมายงาน 4) ส่งเสริมให้นักศึกษาประเมินความรู้สึกเครียดผ่านแบบประเมินความเครียดสำหรับวิชาจิตวิทยาทั่วไปโดยผ่านลิงค์แบบสอบถามออนไลน์

ทั้งก่อนเรียนและหลังเรียน เพื่อนำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์และแก้ไขปัญหาในนักศึกษาแต่ละรายโดยเบื้องต้นและถ้าพบกรณี นักศึกษาที่มีความเครียดสูงจะทำรายงานเสนอผู้บริหารสถานศึกษาและประสานงานไปที่ผู้ปกครองนักศึกษา เพื่อวางแผนให้ คำปรึกษากับทีมบุคลากรทางการแพทย์เพื่อบำบัดลดอาการวิตกกังวลและความเครียดต่อไป การได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมจาก คณะและมหาวิทยาลัยในสถานการณ์โควิด 19 จะช่วยให้นักศึกษาเผชิญปัญหาและบริหารความเครียดในสถานการณ์โควิด 19 ได้ดียิ่งขึ้น

2. ควรนำผลการวิจัยที่ได้ในครั้งนี้ไปต่อยอดโดยการใช้ระเบียบวิธีวิจัยที่สูงขึ้น เช่น การศึกษาเปรียบเทียบความพึงพอใจ ที่มีต่อการจัดการเรียนการสอนออนไลน์ของนักศึกษาต่างชาติในมหาวิทยาลัย เขตกรุงเทพมหานคร และนักศึกษาในมหาวิทยาลัย ต่างจังหวัด (Comparative Research Study) หรือการศึกษาเชิงกึ่งทดลอง (Quasi experimental design) ในนักศึกษาที่อาศัย อยู่ในชุมชนเมืองของกรุงเทพมหานครแต่อยู่คนละมหาวิทยาลัย

เอกสารอ้างอิง

- กรมสุขภาพจิต. (2563). *คู่มือการดูแลสังคมจิตใจบุคลากรสุขภาพในภาวะวิกฤตโควิด-19*. กรุงเทพฯ: กระทรวงสาธารณสุข.
- ณิกานต์ แก้วจันทร์ และธนินทร์รัฐ รัตนพงศ์ปัญญา. (2564). *ความพร้อมในการจัดการเรียนการสอน และความคาดหวัง ประสิทธิภาพการศึกษาในระบบการเรียนการสอนออนไลน์ในทรศณะของนักศึกษาคณะวิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยศิลปากร* (รายงานการวิจัย). คณะวิทยาการจัดการ. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยศิลปากร.
- ธนาภรณ์ ตั้งทองสว่าง และชินัน บุญเรืองรัตน์. (2563). *การศึกษาแรงสนับสนุนทางสังคมจากมหาวิทยาลัยในสถานการณ์ โควิด-19ของนักศึกษามหาวิทยาลัยศิลปากร วังท่าพระ* (รายงานการวิจัย). ภาควิชาจิตวิทยาและการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์. กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศิลปากร.
- นิธินันท์ รุจิรังสีเจริญ, นิดา ลิ้มสุวรรณ, ศิริโชค หงส์สงวนศรี และบัญญัติ ยงยวน. (2564). ปัจจัยที่สัมพันธ์กับระดับความเครียด ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร. *วารสารสมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย*, 66(1), 53-68.
- ปราโมทย์ ครอบยุทธ์. (2560). *ความพึงพอใจที่มีต่อการจัดการเรียนการสอนในหลักสูตรของภาควิชาสถิติ คณะวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น* (รายงานการวิจัย). ภาควิชาสถิติ คณะวิทยาศาสตร์. ขอนแก่น: มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- รัศมีสุนันท์ จันทร์ภักดี และพิชามณูช อันทะพุด (2565). ปัจจัยที่ส่งผลต่อความสุขในการเรียนออนไลน์ของนักศึกษาพยาบาล ในสถานการณ์การระบาดของเชื้อไวรัสโควิด-19. *วารสารคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา*, 30(2), 95-107.
- สุภารัตน์ ไผทเครือวัลย์ และธิดาทิพย์ ปานโรจน์. (2564). *ศึกษาเรื่องปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวล ปัจจัยความพึงพอใจ ในการศึกษาและการจัดการความวิตกกังวลและในช่วงวิกฤตการณ์โรคโควิด-19 กรณีศึกษานักศึกษา คณะวิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยศิลปากร* (รายงานการวิจัย). สาขาการจัดการธุรกิจทั่วไป คณะวิทยาการจัดการ. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยศิลปากร.
- อุรารัตน์ ปานรอด, เสาวณี ทับเพชร, ชุตินธร สุวรรณมณี และชิตลลิตา สินรักษา. (2564). ทศนคติต่อการเรียนออนไลน์ ของนักศึกษาสาขาวิชาภาษาอังกฤษ คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา. *การประชุมวิชาการมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ระดับชาติ ครั้งที่ 3 “กระบวนทัศน์ใหม่มนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ กับการพัฒนาท้องถิ่น”*. สงขลา: มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา.
- Mukhtar, K., Javed, K., Arooj, M. & Sethi, A. (2020). Advantages, limitations and recommendations for online learning during COVID-19 pandemic era. Pakistan. *Journal of Medical Sciences*, 36(4), 27-31.
- Young Hee Park et. al. (2022). Stress and coping strategy of university students during COVID-19 in Korea: The mediating role of ego-resiliency. *Acta Psychologica*. 227, July 2022, 103615. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2022.103615>.