

ความสามารถในการปรับตัวของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต

ชื่อผู้เขียน นายธนภณ จงกลพรรณ**

ชื่ออาจารย์ที่ปรึกษาหลัก รองศาสตราจารย์ ดร.ปกรณ์ ปรียากร

ชื่ออาจารย์ที่ปรึกษาร่วม อาจารย์ ดร. อรพิน ปิยะสกุลเกียรติ

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยความความสามารถในการปรับตัวของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้คือ นักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต ประจำปีการศึกษา 2559 โดยมีทั้งหมด 10 คณะ 1 สถาบัน โดยสุ่มตัวอย่าง จำนวน 360 คน ใช้สถิติเชิงพรรณนา หาค่าสถิติพื้นฐานได้แก่ ความถี่ และร้อยละ

ผลการศึกษาพบว่า

1. นักศึกษาส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ศึกษาคณะบริหารธุรกิจ มีภูมิลำเนาอยู่ภาคอีสานผู้ปกครองทำอาชีพเกษตรกร สถานะภาพของบิดามารดาอยู่ด้วยกัน และมีค่าใช้จ่ายต่อเดือน 6,000 - 10,000 บาท

2. ความสามารถในการปรับตัวของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต ในภาพรวมพบว่านักศึกษามีการปรับตัวอยู่ในระดับมากที่สุด เมื่อแยกระดับความสามารถในการปรับตัวเป็นรายด้านโดยเรียงลำดับจากมากไปหาน้อย ดังนี้ ความสามารถด้านการปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมในมหาวิทยาลัย ความสามารถด้านการปรับตัวด้านการเข้ากิจกรรมของมหาวิทยาลัย ความสามารถด้านการปรับตัวด้านการเรียน และความสามารถด้านการปรับตัวด้านอารมณ์ ตามลำดับ

** นักศึกษาหลักสูตร ปริญญารัฐประศาสนศาสตรมหาบัณฑิต

Abstract

This paper focuses on the adaptation of the first year students of Kasem Bundit University by surveying the opinions of 360 students from 10 faculties and institute in 2016 academic year on their adaptation. The data collected, have been descriptively analyzed and interpreted through frequency percentage Mean and standard Deviation. The result reveals that most of them are females, studying in faculty of business administration, with northeastern domicline, agriculturalists, parents live together, monthly earned in 6,000-10,000 baht. On their adaptation, it states that highest levels, in general, have been found, but, in particular, it is, environment, activities, learning, and emotion respectively.

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

การดำรงชีวิตร่วมกันในสังคมไม่ว่าจะมีบทบาทใดหน้าที่ใดก็ตามจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องมีการปรับตัวเพื่อส่งผลต่อความสำเร็จในการดำรงชีวิตในสังคมปัจจุบัน เมื่อต้องการมุ่งสู่ความสำเร็จในชีวิตจะต้องมีส่วนประกอบที่สำคัญคือการมีสุขภาพจิตที่ดี จิตใจเข้มแข็ง กล้าตัดสินใจ และแก้ไขปัญหายุ่งยากที่เข้ามา ซึ่งบุคคลที่สามารถดำรงชีวิตอยู่ได้อย่างมีความสุขนั้นจะต้องมีความสามารถที่จะปรับตัวให้เข้ากับสังคมนั้นๆ ได้เป็นอย่างดี การปรับตัว จึงเป็นส่วนสำคัญที่เข้ามา มีบทบาทในชีวิตของคนเรามากที่สุด ดังนั้น บุคคลจะสามารถปรับตัวได้ถ้าเขามีความรู้ความเข้าใจตัวเอง รู้จักและเข้าใจสังคม เพราะเขาจะสามารถตัดสินใจเลือกวิธีการดำเนินชีวิต หรือแก้ปัญหาได้อย่างมีทิศทางและมีเหตุผล โดยการใช้ข้อมูลที่เขาได้จากประสบการณ์ในสังคมมาประกอบในการที่จะพิจารณาจนสามารถสร้างความสอดคล้องหรือยืดหยุ่นระหว่างความต้องการและเป้าหมายที่พึง

ประสงค์ของคนกับสภาพทางสังคม จากแนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวของบุคคลดังกล่าวอาจสรุปได้ว่าบุคคลจำเป็นต้องมีการปรับตัวเพื่อสามารถดำรงตนอยู่ในสังคมได้ วิลเลียมสัน (Williamson;1949 อ้างถึงในนิรมล สุวรรณโคตร, 2553)

การศึกษาในประเทศไทย ได้กำหนดเกณฑ์มาตรฐานหลักสูตรระดับปริญญาตรี พ.ศ. 2548 สำหรับการผลิตบัณฑิตระดับอุดมศึกษาที่เหมาะสมกับพลวัตของโลกที่เปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็ว ได้แบ่งหลักสูตรออกเป็น 2 กลุ่ม คือ (1) หลักสูตรปริญญาตรีทางวิชาการ ที่แบ่งเป็น 2 แบบ คือ 1) หลักสูตรปริญญาตรีทางวิชาการ ที่มุ่งผลิตบัณฑิตให้มีความรอบรู้ทั้งภาคทฤษฎี และภาคปฏิบัติ เน้นความรู้และทักษะด้านวิชาการ สามารถนำความรู้ไปประยุกต์ใช้ในสถานการณ์จริงได้อย่างสร้างสรรค์ 2) หลักสูตรปริญญาตรีแบบก้าวหน้าทางวิชาการ ซึ่งเป็นหลักสูตรปริญญาตรีสำหรับผู้เรียนที่มีความสามารถพิเศษ มุ่งเน้นผลิตบัณฑิตที่

มีความรู้ ความสามารถระดับสูง โดยใช้หลักสูตรปกติที่เปิดสอนอยู่แล้ว ให้รองรับศักยภาพของผู้เรียน โดยกำหนดให้ผู้เรียนได้ศึกษาบางรายวิชาในระดับบัณฑิตศึกษาที่เปิดสอนอยู่แล้ว และสนับสนุนให้ผู้เรียนได้ทำวิจัยที่ลุ่มลึกทางวิชาการ (2)หลักสูตรปริญญาตรีทางวิชาชีพหรือปฏิบัติการ ที่แบ่งเป็น 2 แบบ คือ 1) หลักสูตรปริญญาตรีทางวิชาชีพหรือปฏิบัติการ ที่มุ่งผลิตบัณฑิตให้มีความรอบรู้ทั้งภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติ เน้นความรู้ สมรรถนะ และทักษะด้านวิชาชีพตามข้อกำหนดของมาตรฐานวิชาชีพ 2) หลักสูตรปริญญาตรีแบบก้าวหน้าทางวิชาชีพหรือปฏิบัติการ ซึ่งเป็นหลักสูตรปริญญาตรีสำหรับผู้เรียนที่มีความสามารถพิเศษ มุ่งเน้นผลิตบัณฑิตที่มีความรู้ สมรรถนะทางวิชาชีพหรือปฏิบัติการขั้นสูง โดยใช้หลักสูตรปกติที่เปิดสอนอยู่แล้ว ให้รองรับศักยภาพของผู้เรียน โดยกำหนดให้ผู้เรียนได้ศึกษาบางรายวิชาในระดับบัณฑิตศึกษาที่เปิดสอนอยู่แล้ว และทำวิจัยที่ลุ่มลึกหรือได้รับการฝึกปฏิบัติขั้นสูงในหน่วยงาน องค์กร หรือสถานประกอบการ ทำให้นักศึกษาที่ไม่ค่อยมีความรู้ทางด้านภาษาอังกฤษต้องมีการปรับความรู้ทางด้านภาษาเพิ่มมากขึ้น และยิ่งประเทศก้าวเข้าสู่ AEC ทำให้นักศึกษาต้องมีปรับตัวให้ก้าวทันต่อการเปลี่ยนแปลงที่กำลังเกิดขึ้นนี้

มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิตเป็นสถาบันอุดมศึกษาของเอกชนแห่งหนึ่งของประเทศไทย ได้รับการสถาปนาเป็นสถาบันอุดมศึกษามาตั้งแต่ พ.ศ. 2530 ด้วยปณิธานอันแน่วแน่ของคณะผู้บริหารสถานศึกษาในการร่วมพัฒนาประเทศด้วยการแบ่งเบาภาระของภาครัฐด้านการจัดการศึกษา และจะต้องพัฒนาแต่ละทางเลือกให้เข้มแข็งอย่างจริงจังและสถาบันอุดมศึกษาจะต้องมีทางเลือกที่

หลากหลายให้กับสังคม มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิตแบ่งออกเป็น 2 วิทยาเขต คือ วิทยาเขตพัฒนาการและวิทยาเขตร่มเกล้า ซึ่งวิทยาเขตร่มเกล้าจัดตั้งขึ้นในภายหลังเพื่อรองรับจำนวนนักศึกษาที่มีจำนวนเพิ่มมากขึ้นในทุกปี นักศึกษาที่เข้าศึกษาในมหาวิทยาลัยส่วนใหญ่มีอายุระหว่าง 17-25 ปี ซึ่งเป็นวัยรุ่นตอนปลายเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงที่สำคัญทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์และสังคม การปรับตัวของนักศึกษาระดับอุดมศึกษาในช่วงปีแรกนั้นมักจะเกิดปัญหาเมื่อมีการเปลี่ยนมาจากการศึกษาในระดับมัธยมศึกษา ซึ่งมีการเปลี่ยนแปลงที่สำคัญทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม สภาพแวดล้อม วิธีการเรียนการสอน การใช้ชีวิตด้านต่างๆ ซึ่งอาจทำให้นักศึกษาเกิดความเครียดและมีปัญหาการปรับตัวได้ง่าย เพราะเมื่อนักศึกษาเข้าศึกษาในมหาวิทยาลัยต้องมีการปรับตัวต่อสถานการณ์สิ่งแวดล้อม การจัดการเรียนการสอนที่เปลี่ยนแปลงจากระดับมัธยมศึกษา ซึ่งไม่คุ้นเคยกับลักษณะวิธีการเรียนในระดับอุดมศึกษา จึงอาจเกิดความสับสน ท้อแท้ต่อการเรียนและยังต้องคิดตัดสินใจด้วยตนเอง ต้องเรียนรู้ในการสร้างสัมพันธ์ภาพกับอาจารย์ การคบเพื่อนทั้งในเพศเดียวกันและต่างเพศ การพบกลุ่มเพื่อนใหม่ที่มีพื้นฐานที่ต่างกัน การที่ต้องพักอยู่ในหอพักกับบุคคลอื่น ซึ่ง แตกต่างไปจากการพักอยู่กับครอบครัวหรือบุคคลใกล้ชิดคุ้นเคย การเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆของมหาวิทยาลัย ล้วนแต่ต้องอาศัยความพยายามเป็นอย่างมาก (Ohlsen., 1983 ; อ้างถึงในสุมาลี สุวรรณภักดี, 2541) โดยเฉพาะนักศึกษาชั้น ปีที่ 1 ในมหาวิทยาลัยเป็นก้าวแรกและก้าวสำคัญสำหรับชีวิตทางการศึกษา เป็นช่วงชีวิตแห่งการปรับตัวเพื่อก่อให้เกิดความพร้อมต่อการเป็นผู้เรียนในระดับอุดมศึกษาและพร้อมที่จะ

ก้าวอย่างมั่นคงต่อการเรียนรู้ในวิชาชีพในระดับที่สูงขึ้น จึงถือได้ว่าเป็นก้าวแรกแห่งการวางรากฐานชีวิตการเรียนรู้ซึ่งแนวทางในการปรับตัวจากชีวิตนักเรียนมาสู่วิถีการเป็นนักศึกษาระดับอุดมศึกษา การปรับตัวของนิสิตนักศึกษาในช่วงเริ่มต้นการศึกษาใหม่มีหลายประการด้วยกัน ไม่ว่าจะเป็น การปรับทัศนคติตนเองให้สอดคล้องกับความเป็นผู้เรียนในระดับอุดมศึกษา เพื่อจะได้วางแผนการเรียนรู้ของตนเองให้บรรลุเป้าหมาย ปรับพฤติกรรมใช้ชีวิตทางการศึกษาที่เหมาะสม ด้วยการแสวงหาประสบการณ์การเรียนรู้จากการเข้าร่วมกิจกรรม เสริมหลักสูตรหรือกิจกรรมที่ปัญญาที่หน่วยงานของมหาวิทยาลัยจัดขึ้น การฝึกบริหารเวลาการใช้ชีวิตในรูปแบบการจัดทำแผน สร้างโอกาสในการเปิดตนเองให้มีกลุ่มเพื่อนเพิ่มมากขึ้น ปรับรูปแบบการเรียนรู้ให้เหมาะสมกับการเรียนรู้ยุคใหม่ เนื่องจากการเรียนรู้ในปัจจุบันเป็นการเรียนรู้ที่ไร้พรมแดน แหล่งความรู้มีอยู่ทั่วโลกที่นักศึกษาสามารถเข้าถึงได้ ดังนั้นนักศึกษาจึงต้องปรับเปลี่ยนท่าทีการเรียนรู้ใหม่ จากเดิมที่พึ่งพาความรู้จากอาจารย์ ตำราเรียน และห้องสมุดของสถาบันเป็นหลักไปสู่การเรียนรู้ด้วยตนเองจากแหล่งการเรียนรู้ทั่วโลก มีการพัฒนาทักษะการเรียนรู้ของตนให้เหมาะสมกับการเรียนรู้ยุคใหม่ การที่นักศึกษาจะประสบความสำเร็จในการปรับตัวและการดำเนินชีวิตในมหาวิทยาลัยเป็นปัจจัยที่ช่วยพัฒนาตนเองและเป็นตัวส่งเสริมความเชื่อมั่นในการเผชิญกับปัญหาในอนาคตแต่ถ้านักศึกษาประสบความล้มเหลวในการปรับตัวทำให้นักศึกษาเกิดความท้อถอย จนเกิดความเครียด ความวิตกกังวลในการเรียน การใช้ชีวิตในมหาวิทยาลัย ซึ่งอาจทำให้นักศึกษาเกิดพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ การที่นักศึกษาไม่สามารถปรับตัวให้เข้ากับ

สถานการณ์และสิ่งแวดล้อมได้จึงเป็นวิกฤตที่สำคัญที่มีผลต่อการเรียนต่อไปจนสำเร็จการศึกษา อาจทำให้ถึงขั้นลาพักการเรียน ลาออก หรือหมดสภาพการเป็นนิสิตเนื่องจากผลการเรียนไม่ถึงเกณฑ์ที่มหาวิทยาลัยกำหนด ซึ่งเป็นการสูญเสียเปล่าทางการศึกษา (ปวีณา ไชยชมภู, 2549) การปรับตัวให้เข้ากับลักษณะการเรียนการสอนระดับอุดมศึกษา ซึ่งมีความแตกต่างจากการเรียนการสอนระดับมัธยมศึกษาโดยนิสิตนักศึกษาที่พยายามตั้งใจและสามารถปรับตัวได้ จะทำให้การเรียนมีประสิทธิภาพ

ผู้วิจัยในฐานะบุคลากรของมหาวิทยาลัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาเรื่องการปรับตัวทางการศึกษาของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาระดับการปรับตัวการศึกษาของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต

ขอบเขตของการวิจัย

ขอบเขตด้านประชากร

- ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักศึกษาชั้นปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต ปีการศึกษา 2559 จำนวน 3,547 คน

ขอบเขตด้านเนื้อหา

- ศึกษาถึงปัจจัยที่ส่งผลต่อนักศึกษาในด้าน การปรับตัว ปัญหาที่ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในตัวนักศึกษาใน 4 ด้านได้แก่ 1. ด้านการปรับตัวเข้ากับสิ่งแวดล้อมในมหาวิทยาลัย 2. การปรับตัวด้านการเรียน 3. การปรับตัวด้านการ

เข้าร่วมกิจกรรมของมหาวิทยาลัย 4. การปรับตัว
ด้านอารมณ์

ขอบเขตด้านพื้นที่

- มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต วิทยาเขต
ร่มเกล้า

ขอบเขตด้านเวลา

- ระยะเวลาในการวิจัยครั้งนี้ ในช่วง
เดือนตุลาคม 2559 – เดือนมีนาคม 2560

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. ทำให้ทราบระดับของการปรับตัว
การศึกษาของนักศึกษาดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 ทุก
คณะในมหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต

2. ทำให้ทราบปัจจัยในการปรับตัวที่มี
ความสัมพันธ์ต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของ
นักศึกษา

3. ผลการวิจัยสามารถนำไปใช้เป็น
ประโยชน์ในการพัฒนาเนื้อหาการพัฒนาของ ศูนย์
ให้คำปรึกษานักศึกษามหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิตได้
ในการที่จะเป็นหน่วยงานที่ช่วยให้คำปรึกษาแก่นัก
ศึกษาอีกทางหนึ่ง

4. เป็นแนวทางสำหรับผู้บริหาร และ
หน่วยงานที่เกี่ยวข้องของมหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต
ทราบถึงระดับการปรับตัวของนักศึกษา และเป็น
แนวทางเพื่อพัฒนานักศึกษาต่อไป

5. เป็นแนวทางในการศึกษา ค้นคว้าและ
วิจัยสำหรับผู้สนใจต่อไป

นิยามศัพท์เฉพาะ

การปรับตัว หมายถึง การปฏิบัติตนเอง
ของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ของมหาลัยเกษมบัณฑิต ปี
การศึกษา 2559 ให้เข้ากับสภาพ แวดล้อมและ
สถานการณ์ต่างๆ ในมหาวิทยาลัย เพื่อรักษาความ
สมดุลของชีวิตเป็นผลให้เกิดความสุขกาย สบายใจ
ประสบความสำเร็จในด้านการเรียนและการใช้ชีวิต
ในมหาวิทยาลัย

การศึกษา หมายถึง กระบวนการเรียนรู้
การฝึกหัด การลองผิดลองถูก

นักศึกษาปีที่ 1 หมายถึง นักศึกษา
มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิตชั้นปีที่ 1 ทุกคณะ
มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต เป็นมหาวิทยาลัย
เอกชน มี 2 วิทยาเขต คือ วิทยาเขตพัฒนาการ
และวิทยาเขตร่มเกล้า กรุงเทพมหานคร

แนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยความสามารถในการปรับตัวของ
นักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต
ครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาค้นคว้าเอกสารและงานวิจัยที่
เกี่ยวข้อง เพื่อแสวงหาความรู้ที่นำมาใช้กำหนด
กรอบแนวคิดของการวิจัยจึงได้รวบรวมเอกสาร
และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องและได้นำเสนอ ดังนี้

- 1.แนวคิดเกี่ยวกับการปรับตัว
- 2.ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัว
- 3.ข้อมูลของมหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต
- 4.วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง
- 5.กรอบแนวคิดการวิจัย

แนวคิดเกี่ยวกับการปรับตัว

ความหมายการปรับตัว

ผู้วิจัยได้ศึกษาแนวคิดเกี่ยวกับการปรับตัว โดยได้รวบรวมแนวคิดของนักวิชาการหลายท่าน เพื่อสร้างความรู้ความเข้าใจแก่การศึกษาและในการวิจัยดังนี้

จุมจินต์ สลัดทุกซ์ (2543) ได้มีบุคคลจาก ศาสตร์สาขาต่างๆ ทั้งนักจิตวิทยาและนักการศึกษา ให้ความหมายไว้ ดังนี้ Bernard ได้ กล่าวถึงการปรับตัวว่า หมายถึง การที่บุคคลสามารถปรับตัวว่า หมายถึง การที่บุคคลสามารถปรับตัวให้เข้ากับ ตนเองและโลกภายนอกได้อย่างมีประสิทธิภาพ ความพึงพอใจ ความแจ่มใสอย่างสูงสุดมีพฤติกรรม ที่เหมาะสมกับสภาพสังคม มีความสามารถที่จะ เผชิญและยอมรับความจริงของชีวิต

ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัว

ผู้วิจัยได้ศึกษาทฤษฎีเกี่ยวกับการปรับตัว โดยได้ศึกษาและรวบรวมแนวคิดจากนักวิชาการ หลายท่านเพื่อสร้างความรู้ความเข้าใจในการวิจัย ดังนี้

โรเจอร์ส (Rogers., 1967 อ้างถึงใน จุมจินต์ สลัดทุกซ์. 2543) ผู้นำทฤษฎีว่าด้วยตน และทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบผู้รับเป็นศูนย์กลาง ได้พิจารณาการปรับตัวในแง่ของการปรับตัวภายใน ตนเอง โดยเชื่อว่ามนุษย์ทุกคนเป็นศูนย์กลางของ ประสบการณ์ต่างๆรอบตัว ซึ่งเปลี่ยนแปลงตลอดเวลา ส่วนหนึ่งของประสบการณ์ที่บุคคลได้รับรู้ คือ บุคคลมีการปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นรวมทั้งมีการ ประเมินผลจากการปฏิสัมพันธ์นั้นเกิดขึ้นเป็นตัวเรา (Self) หรือ “โครงสร้างของตน” ขึ้นมา เป็นการ รับรู้เกี่ยวกับตนในด้านต่างๆ เช่น บุคลิกลักษณะ ความสามารถบทบาทต่างๆ ของตนในการ

เกี่ยวข้องกับผู้อื่นและสิ่งแวดล้อม ทักษะคติและ ค่านิยมต่างๆ ของตัวเราประสบการณ์ที่แต่ละ บุคคลได้รับจึงมีส่วนสำคัญในการกำหนด บุคลิกภาพบุคคลให้แตกต่างกัน โดยที่แต่ละคนจะ เข้าใจและรู้จักโลกส่วนตัวของเขาให้ดีที่สุด

บุคคลที่ปรับตัวได้ คือ บุคคลที่เป็นตัวของ ตัวเอง เข้าใจ ยอมรับตนเองและผู้อื่น รวมทั้ง สามารถรับรู้ประสบการณ์ต่างๆ ตามความเป็นจริง ประสบการณ์นั้นมาจัดให้สอดคล้องกับโครงสร้าง หรือบุคลิกลักษณะของตนอย่างไม่ขัดแย้งหรือ บิดเบือน และมีการรับรู้ความคิดเกี่ยวกับตนเองใน ทางบวก ส่วนบุคคลที่ปรับตัว ไม่ได้จะมีความ ขัดแย้ง ระหว่าง ความคิดเกี่ยวกับตนกับ ประสบการณ์ที่เกิดขึ้นมาใหม่อย่างมาก ทำให้เกิด ความตึงเครียด วิตกกังวล สับสน ไม่แน่ใจ สูญเสีย ความเป็นตัวของตัวเอง และมีความคิดเกี่ยวกับ ตนเองในทางลบ

ผู้วิจัยได้ศึกษาและค้นคว้าองค์ประกอบ ของการปรับตัวโดยได้ศึกษาแนวคิดเพื่อสร้าง ความรู้ความเข้าใจในการวิจัยดังนี้

วารารณ ตระกูลสฤษฎดี (2545) กล่าวถึง สาเหตุของการปรับตัวว่า มนุษย์ต้องมีการปรับตัว เพื่อความอยู่รอดของชีวิตและเพื่อความสุขและ ราบรื่นในชีวิตมนุษย์ โดยมีเหตุผลสำคัญดังนี้

1. เพื่อความอยู่รอดของชีวิต ตลอดชั่ว ชีวิตของบุคคลหนึ่งๆ ย่อมผ่านช่วงชีวิตมากมาย พบกับความเปลี่ยนแปลง ทั้งที่เป็นการ เปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นเองตามธรรมชาติเริ่มตั้งแต่ ปฏิสนธิ เป็นตัวอ่อน อยู่ในครรภ์มารดา เจริญเติบโตมาเป็นทารกอยู่ในครรภ์มารดาต่อมา คลอดเป็นทารกแรกเกิดและเติบโตมาจนถึงทุกวันนี้ เราทุกคนต้องพบกับสภาพความเปลี่ยนแปลงมา โดยตลอดซึ่งทุกคนต้องปรับตัวเพื่อจะอยู่รอดให้ได้

ในแต่ละช่วงชีวิต เช่น เมื่อทารกแรกเกิดก็ดูดนม กินนมมารดาเพียงอย่างเดียวเมื่อโตขึ้นสักหนอย ราวๆ 3 เดือน มารดาก็เริ่มจะให้อาหารอื่น ทดแทน ลักษณะการปรับตัวเช่นนี้เหตุผลคือ ความ จำเป็นต้องปรับตัวเองให้เข้ากับสภาพความ เปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับตัวเรา “เพื่อความอยู่รอด ของชีวิต”

2. เพื่อความสุข หากมีคำถามว่า ความสุข คืออะไร ความสุข คือ การไม่มีความทุกข์ ความทุกข์ คือ การไม่มีความสุข การปรับตัว ช่วยให้เรามีความสุขได้อย่างไร การปรับตัวช่วยให้เราอมรับ สภาพการณ์ สภาพปัญหาที่เกิดขึ้น แล้วพยายาม หาวิธีการแก้ไข ขจัดปัดเป่าปัญหาหรือสภาพที่ ค่อนข้างเลวร้ายหรือสภาพการณ์ที่เลวร้ายมากๆ ที่ เกิดขึ้นกับตัวเราให้บรรเทาเบาบางลง ซึ่งอาจจะ พยายามแก้ไขด้วยตนเองหรือมีการแสวงหาบุคคล อื่นมาช่วยแก้ไขปัญหา สุดท้ายเมื่อปัญหาคือคลาย มีการแก้ไขแล้ว ความคิด ความรู้สึก ของเราก็จะดี ขึ้นผ่อนคลายความตึงเครียดลงไป เมื่อความทุกข์ หายความสุขสบายใจย่อมเกิดขึ้น

ข้อมูลของมหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต

มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิตเปิดสอน หลักสูตรบัณฑิตศึกษา ระดับปริญญาเอก 3 หลักสูตร ได้แก่ หลักสูตรปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยา หลักสูตรปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชานโยบายสาธารณะและการจัดการ และ หลักสูตรปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการ อุตสาหกรรมบริการและการท่องเที่ยว ระดับ ปริญญาโท 13 หลักสูตร ได้แก่ หลักสูตร บริหารธุรกิจมหาบัณฑิต หลักสูตรวิศวกรรมศาสตร มหาบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการงานวิศวกรรม และสาขาวิชาวิศวกรรมโยธา หลักสูตรรัฐประศาสน

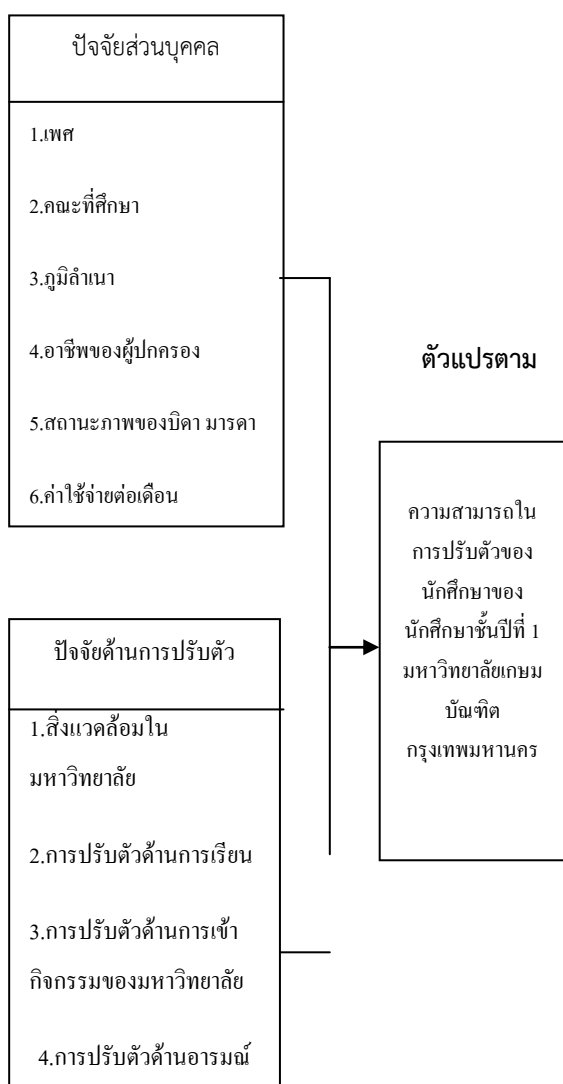
ศาสตรมหาบัณฑิต หลักสูตรนิเทศศาสตร์ มหาบัณฑิต สาขาวิชาการภาพยนตร์-วีดิทัศน์ และ สาขาวิชาการบริหารนวัตกรรมการสื่อสาร หลักสูตร ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาเพื่อการ พัฒนาศักยภาพมนุษย์ สาขาวิชาการจัดการ อุตสาหกรรมบริการและการท่องเที่ยว สาขาวิชา การจัดการการบิน สาขาวิชาภาษาไทยเพื่อการ สื่อสารสมัยใหม่ หลักสูตรวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาภูมิสารสนเทศศาสตร์เพื่อการจัดการ หลักสูตรนิติศาสตร์มหาบัณฑิต หลักสูตร บริหารธุรกิจมหาบัณฑิตภาคภาษาอังกฤษ ระดับ ปริญญาตรีเปิดสอนรวม 10 คณะ ได้แก่ คณะ บริหารธุรกิจ คณะนิติศาสตร์ คณะนิเทศศาสตร์ คณะวิศวกรรมศาสตร์ คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ คณะศิลปศาสตร์ คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี คณะจิตวิทยา คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา คณะ พยาบาลศาสตร์ และ 1 สถาบัน ได้แก่ สถาบัน พัฒนาศักยภาพการบิน และระดับปริญญาตรี หลักสูตรภาษาอังกฤษ 4 หลักสูตร ได้แก่ ด้าน บริหารธุรกิจ ด้านการจัดการอุตสาหกรรมการบิน ด้านภาษาอังกฤษเพื่อการสื่อสาร และด้านการ จัดการโรงแรม โดยมีหลักการ/เป้าหมายพื้นฐาน 3 ประการ ที่เน้นความมี คุณค่า คุณธรรม และ คุณประโยชน์

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ เพื่อศึกษาความคิดเห็นเกี่ยวกับการปรับตัวของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ปี มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต โดยมีขั้นตอนการดำเนินงานดังนี้

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง
2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
3. วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล
4. ตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย
5. การวิเคราะห์ข้อมูล
6. สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

กรอบแนวคิดในการวิจัย

ตัวแปรต้น



วิธีการวิจัย

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้คือนักศึกษาระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต ปีการศึกษา 2559 จำนวน 3,547 คน (มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต 2559)

กลุ่มตัวอย่าง กำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ศึกษา คือนักศึกษาระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 จาก 10 คณะ 1 สถาบัน มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต โดยใช้สูตร ยามาเน (Yamane, 1973) ได้ตัวอย่าง 360 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

การวิจัยนี้ ใช้แบบสอบถามเป็นเครื่องมือในการวิจัย ซึ่งประกอบด้วย 3 ส่วน

ส่วนที่ 1 ปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ 1.เพศ 2. คณะที่ศึกษา 3.ภูมิลำเนา 4.อาชีพของผู้ปกครอง 5.สถานะของบิดามารดา และ 6.ค่าใช้จ่ายแต่ละเดือนของนักศึกษา

ส่วนที่ 2 ข้อมูล ความคิดเห็นด้านการปรับตัวของนักศึกษา คำถามส่วนนี้สอบถามถึงการสามารถในการปรับตัวของนักศึกษาใน 4 ด้าน

ได้แก่ 1 ด้านการปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อม
ภายในมหาวิทยาลัย 2 ด้านการเรียนของนักศึกษา
3 ด้านการปรับตัวให้เข้ากับกิจกรรมของ
มหาวิทยาลัย และ 4 การปรับตัวด้านอารมณ์
รูปแบบการตอบแบบสอบถามเป็นแบบแสดงความ
ต้องการมากน้อย (Scales Questions) ระดับช่วง
คะแนน(Interval Scale) ให้คะแนนความต้องการ
5 ระดับ คือ ระดับความต้องการมากที่สุด มาก
ปานกลาง น้อย และน้อยที่สุด

ส่วนที่ 3 ข้อคิดเห็นและเสนอแนะ ในการ
ปรับตัวให้เข้าการศึกษาต่อในมหาวิทยาลัย

วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูลวิจัยครั้งนี้ เพื่อให้ได้
ข้อมูลที่ครบถ้วนในทุกๆ ด้านจึงรวบรวมข้อมูลโดย
การนำแบบสอบถามไปแจกให้กลุ่มตัวอย่างด้วย
ตนเอง

ตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย

1. **ตัวแปรอิสระ** ได้แก่ ปัจจัยส่วนบุคคล
ของนักศึกษา โดยแบ่ง 1.เพศ 2.ขณะที่ศึกษา 3.
ภูมิลำเนา 4.อาชีพของผู้ปกครอง 5.สถานะของ
บิดามารดา และ 6.ค่าใช้จ่ายแต่ละเดือนของ
นักศึกษา ปัจจัยด้านการปรับตัว 1.ด้านการปรับตัว
ให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมในมหาวิทยาลัย 2.การปรับตัว
ด้านการเรียน 3.การปรับตัวด้านการเข้าร่วม
กิจกรรมของมหาวิทยาลัย และ 4.การปรับตัวด้าน
อารมณ์

2. **ตัวแปรตาม** ได้แก่ ความสามารถในการ
ปรับตัวของนักศึกษาของนักศึกษาชั้นปีที่ 1
มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยนำแบบสอบถามที่รวบรวมได้มา
ดำเนินการดังนี้

1. ตรวจสอบความถูกต้องสมบูรณ์ของ
แบบสอบถามทุกฉบับที่ได้รับคืน
2. นำข้อมูลที่ได้จากการตอบ
แบบสอบถามที่เรียบร้อยสมบูรณ์ มาสร้างตาราง
และบันทึกข้อมูลแต่ละตอนลงในเครื่อง
คอมพิวเตอร์
3. คณะผู้วิจัยได้ทำการวิเคราะห์ข้อมูล
ที่ได้จากแบบสอบถามด้วยเครื่องคอมพิวเตอร์ โดยใช้
โปรแกรมทางคอมพิวเตอร์ โดยหาค่าร้อยละ
ค่าเฉลี่ย และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
4. วิเคราะห์ข้อมูล โดยใช้ค่าร้อยละของ
เพื่อศึกษาความคิดเห็นเกี่ยวกับการปรับตัวของ
นักศึกษาชั้นปีที่ 1 การปรับตัวด้านสิ่งแวดล้อม
ด้านการเรียน ด้านการเข้าร่วมกิจกรรม และด้าน
อารมณ์ แล้วแปลผลเฉลี่ยตามเกณฑ์

สำหรับข้อมูลที่เก็บรวบรวมจากเครื่องมือ
ในการเก็บข้อมูลมีลักษณะเป็นมาตราส่วน
ประมาณค่า 5 ระดับ (Rating Scale) คือ มาก
ที่สุด มาก ปานกลาง น้อย และน้อยที่สุด โดยมี
เกณฑ์ในการพิจารณาและแปลความหมาย ดังนี้
(ศิริชัย พงษ์วิชัย, 2551)

ค่าเฉลี่ยระหว่าง	4.21	–	5.00
หมายถึง	มีการปรับตัวมากที่สุด		
ค่าเฉลี่ยระหว่าง	3.41	–	4.20
หมายถึง	มีการปรับตัวมาก		
ค่าเฉลี่ยระหว่าง	2.61	–	3.40
หมายถึง	มีการปรับตัวปานกลาง		
ค่าเฉลี่ยระหว่าง	1.81	–	2.60
หมายถึง	มีการปรับตัวน้อย		

ค่าเฉลี่ยระหว่าง 1.00 – 1.80
หมายถึง มีการปรับตัวน้อยที่สุด

สถิติที่ใช้ในการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้สถิติแจกแจงความถี่ (Frequency Distribution) ค่าร้อยละ (Percentage) ค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)

การอภิปรายผล

การวิจัยความสามารถในการปรับตัวของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต ผลการวิจัยพบว่า ในภาพรวมมีความสามารถในการปรับตัวอยู่ในระดับดีมาก สอดคล้องกับงานวิจัยของ นันทิชา บุญละเอียด (2554) ได้ศึกษาการปรับตัวของนิสิตระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 คณะวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาระดับการปรับตัวของนิสิตชั้นปีที่ 1 คณะวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา เปรียบเทียบความแตกต่างของการปรับตัวระหว่างนิสิตเพศชายและเพศหญิง เปรียบเทียบความแตกต่างของการปรับตัวระหว่างนิสิตภาคปกติและนิสิตภาคพิเศษ และศึกษาปัจจัยการปรับตัวที่มีความสัมพันธ์กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนิสิต โดยทำการศึกษากับนิสิตระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 คณะวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา ผลจากการศึกษาพบว่า นิสิตระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 คณะวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา มีระดับการปรับตัวในแต่ละด้านและการปรับตัวทั้งหมดอยู่ในระดับมาก และสอดคล้องกับงานวิจัยของ นิรมล สุวรรณโคตร (2553) ได้ศึกษาการปรับตัวของนิสิตระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยนเรศวร โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการปรับตัวและ

เปรียบเทียบการปรับตัวของนิสิตระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยนเรศวร ผลการวิจัยพบว่า นิสิตมีการปรับตัวโดยรวมและในแต่ละด้านในระดับมาก แต่งานวิจัยครั้งนี้ไม่สอดคล้องกับงานวิจัยของอุษากร แซ่เหล่า (2550) ได้ศึกษาการปรับตัวของนิสิตชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาเปรียบเทียบความเครียดและการปรับตัวของนิสิต ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ผลการศึกษาพบว่า นิสิตชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ มีความเครียดอยู่ในระดับสูงกว่าปกติเล็กน้อย และมีการปรับตัวอยู่ในระดับปานกลาง

ผลการวิจัย

การวิจัยเรื่อง “ความสามารถในการปรับตัวของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต” สรุปผลการวิจัย ดังนี้

1. นักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิตส่วนใหญ่ เป็นเพศหญิง ศึกษาคณะบริหารธุรกิจ มีภูมิลำเนาอยู่ภาคอีสาน ผู้ปกครองทำอาชีพเกษตรกร สถานะภาพของบิดามารดาอยู่ด้วยกัน และมีค่าใช้จ่ายต่อเดือน 6,000 - 10,000 บาท

2. ความสามารถในการปรับตัวของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต ในภาพรวมอยู่ในระดับมาก 4 ด้าน เมื่อแยกระดับความคิดเห็นต่อองค์การเป็นรายด้าน พบว่า

2.1 ด้านการปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมในมหาวิทยาลัย โดยรวมอยู่ในระดับปรับตัวมาก เมื่อแยกพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ข้อที่มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด คือ ข้อ 1.ทุนการศึกษาและค่าใช้จ่ายในชีวิตประจำวัน

2.2 การปรับตัวด้านการเรียน โดยรวมอยู่ในระดับปรับตัวมาก เมื่อแยกพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ข้อที่มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด คือ ข้อ 9. สามารถปรับตัวให้เข้ากับการเรียนการสอน ที่ทางมหาวิทยาลัยจัดไว้

2.3 การปรับตัวด้านการเข้ากิจกรรมของมหาวิทยาลัย โดยรวมอยู่ในระดับปรับตัวมาก เมื่อแยกพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ข้อที่มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด คือ ข้อ 17. นักศึกษาสามารถเข้าร่วมกิจกรรมที่ทางมหาวิทยาลัยจัดขึ้น

2.4 การปรับตัวด้านอารมณ์ โดยรวมอยู่ในระดับปรับตัวมาก เมื่อแยกพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ข้อที่มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด คือ ข้อ 25. นักศึกษาสามารถปรับตัวให้เข้ากับเพื่อนใหม่ๆ

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะจากการวิจัย

1. การปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมในมหาวิทยาลัย ควรมีจัดสรรพื้นที่ให้นักศึกษาได้ใช้

เพื่อทำกิจกรรมต่างๆที่เป็นประโยชน์แก่นักศึกษาอย่างเหมาะสม

2. ด้านการเรียน ควรมีเพิ่มภาระเบี่ยงและบทลงโทษสำหรับนักศึกษาที่เข้าเรียนสาย เพื่อให้นักศึกษาเข้าเรียนตรงตามเวลาเรียนที่มหาวิทยาลัยจัดไว้

3. การปรับตัวด้านการเข้ากิจกรรมของมหาวิทยาลัย ควรมีการจัดกิจกรรมส่งเสริมให้นักศึกษามีภาวะผู้นำเพิ่มมากขึ้น

4.การปรับตัวด้านอารมณ์ ควรมีกิจกรรมให้นักศึกษาได้ฝึกสมาธิ เพื่อให้นักศึกษาผ่อนคลาย ไม่เกิดความเครียดมาก

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1.ควรรศึกษาปัจจัยด้านอื่นๆที่มีผลต่อการปรับตัวของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 ในด้านอื่นๆ เช่น ด้านผู้สอน ด้านสิ่งอำนวยความสะดวกในมหาวิทยาลัย เป็นต้น

2.ควรรศึกษาเพิ่มเติมโดยการวิจัยเชิงคุณภาพเพื่อให้ได้ข้อมูลเชิงลึกยิ่งขึ้น

บรรณานุกรม

หนังสือภาษาไทย

วรภรณ์ ตระกูลสุษดี (2545).จิตวิทยาการปรับตัว พิมพ์ครั้งที่ 2 กรุงเทพฯ : ศูนย์ส่งเสริมวิชาการ.ศิริชัย พงษ์วิชัย. (2551) การวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติด้วยคอมพิวเตอร์ พิมพ์ครั้งที่ 19 ฉบับปรับปรุง กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

บทนิพนธ์

จุมจินต์ สลัดทุกข์. (2543). ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวของนิสิตระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัย ศรีนครินทรวิโรฒ. ปริญญาานิพนธ์ การศึกษามหาบัณฑิต, จิตวิทยาการแนะแนว, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. นันทิชา บุญละเอียด.(2554). การปรับตัวของนิสิตระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 ปริญญาานิพนธ์ คณะวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา.

- นิรมล สุวรรณโคตร.(2553). การปรับตัวของนิสิตระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยนเรศวร. ปริญญาโท, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยนเรศวร.
- ปวีณา ไชยชมพู.(2549). ปัจจัยที่มีผลต่อการปรับตัวของนักศึกษา มหาวิทยาลัยราชธานี วิทยาเขต อุดรธานี.ปริญญาโท การศึกษามหาบัณฑิต, จิตวิทยาการศึกษา, มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- สุมาลี สุวรรณภักดี. (2541). ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาลในเขตภาคใต้สังกัด กระทรวง สาธารณสุข. ปริญญาโท การศึกษามหาบัณฑิต, การอุดมศึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- อุษากร แซ่เหล้า. (2550). ความเครียดและการปรับตัวของนิสิตชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ปริญญาโท การศึกษามหาบัณฑิต. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

หนังสือภาษาอังกฤษ

- Yamane, Taro.(1973). *Statistics: An Introductory Analysis*. Third editio. NewYork : Harper and Row Publication.
- tat/y_stat56.html