

ความสัมพันธ์ระหว่างสัมพันธภาพระหว่างนักศึกษากับครอบครัว และลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนกับคุณภาพชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต

จิตรภาณุ แยมยั้ง^{1*}

อริวัฒน์ รัตนวงศ์แหะ²

บทคัดย่อ

การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ (1) ศึกษาระดับคุณภาพชีวิตของนักศึกษา มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต (2) เปรียบเทียบคุณภาพชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต จำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล ประกอบด้วย เพศ ชั้นปี และรายได้ที่ได้รับต่อเดือน (3) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างสัมพันธภาพระหว่างนักศึกษากับครอบครัว กับคุณภาพชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต และ (4) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตน กับคุณภาพชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต กลุ่มตัวอย่าง คือ นักศึกษาระดับปริญญาตรี ปีการศึกษา 2562 มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต จำนวน 390 คน เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา คือ แบบสอบถามจำนวน 4 ตอน ได้แก่ แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล แบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างนักศึกษากับครอบครัว แบบสอบถามลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตน และแบบสอบถามคุณภาพชีวิต สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ สถิติเชิงบรรยาย การทดสอบค่าทีแบบอิสระต่อกัน สถิติวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว และสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน คำนวณโดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป ผลการวิจัยพบว่า (1) นักศึกษาที่มีคุณภาพชีวิตโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง มีจำนวนร้อยละ 54.62 และนักศึกษาที่มีคุณภาพชีวิตโดยรวมอยู่ในระดับดี มีจำนวนร้อยละ 45.38 (2) นักศึกษาที่มีเพศและรายได้ที่ได้รับต่อเดือนต่างกันมีคุณภาพชีวิตไม่แตกต่างกัน (3) นักศึกษาที่มีชั้นปีต่างกันมีคุณภาพชีวิตแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยนักศึกษาชั้นปีที่ 2 มีคุณภาพชีวิตดีกว่าชั้นปีที่ 1 (4) สัมพันธภาพระหว่างนักศึกษากับครอบครัวมีความสัมพันธ์ทางบวกกับคุณภาพชีวิต อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ($r=.625$) มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของคุณภาพชีวิตแบบรายด้าน เรียงลำดับจากมากไปน้อย คือ ด้านจิตใจ ($r=.566$) ด้านสิ่งแวดล้อม ($r=.528$) ด้านสุขภาพกาย ($r=.474$) และด้านความสัมพันธ์ทางสังคม ($r=.427$) และ (5) ลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนมีความสัมพันธ์ทางบวกกับคุณภาพชีวิต อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ($r=.573$) มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของคุณภาพชีวิตแบบรายด้าน เรียงลำดับจากมากไปน้อย คือ ด้านสิ่งแวดล้อม ($r=.492$) ด้านจิตใจ ($r=.476$) ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม ($r=.458$) และด้านสุขภาพกาย ($r=.439$)

คำสำคัญ: สัมพันธภาพระหว่างนักศึกษาและครอบครัว, ลักษณะมุ่งอนาคต, การควบคุมตน, คุณภาพชีวิต

Received: June 5, 2021 Revised: August 13, 2021 Accepted: December 26, 2021

¹ นักศึกษาหลักสูตรศิลปศาสตรบัณฑิต คณะจิตวิทยา มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต

* Corresponding author; e-mail: Jitpanu.yae@kbu.ac.th

² อาจารย์ ดร., คณะจิตวิทยา มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต

e-mail: athiwat.rat@kbu.ac.th

The Relationship among Students and Family Relations, Future Orientation and Self-Control, and Quality of Life of Kasem Bundit University Students

Jitpanu Yaemying^{1}*

Athiwat Rattanawongkhae²

Abstract

The objectives of this study were to (1) study the levels of quality of Life of Kasem Bundit University students (2) compare quality of Life of Kasem Bundit University students classifying from the personal factors of sex college years and Income per month (3) study the relationship between relationship between students and family and quality of life of Kasem Bundit University students and (4) study the relationship between future orientation and self-control and quality of life of Kasem Bundit University students. Participants were 390 undergraduate students who enrolled in 2019 at Kasem Bundit University. Instrument was a questionnaire that contained four parts: personal information, students and their family relationship, future orientation and self-control, and quality of life. Data were analyzed using descriptive statistics, t-test for independent sample, One-way ANOVA ,and Pearson's product moment correlation coefficient. Computer software was also used to process and analyze data. The results to this study indicated as follows: (1) Overall quality of life of the respondents was at a medium level with mean 52.62 and quality of life of the respondents was at a good level with mean 45.38. (2) The respondents who were different in sex and Income per month had no different in levels of quality of life. (3) The respondents who were different in college years had different in levels of quality of life. With a statistical significance level of 0.5. Students second-year were over quality of life students first-year. (4) Relationship between students and family were positively related with quality of life. With a statistical significance level of .01 ($r=.625$). Considering each aspect ordered from the highest to the least, they were

Psychological Domain ($r=.566$), Environment ($r=.528$) Physical Domain ($r=.474$) and Social Relationships ($r=.427$) and (5) Future orientation and self-control were positively related with quality of life. With a statistical significance level of .01 ($r=.573$). Considering each aspect ordered from the highest to the least, they were Environment ($r=.492$) Psychological Domain ($r=.476$) Social Relationships ($r=.458$) and Physical Domain ($r=.439$)

Key words: Student and family relations, Future orientation, Self-control, Quality of life

Received: June 5, 2021 **Revised:** August 13, 2021 **Accepted:** December 26, 2021

¹ Undergraduate student of Faculty of Psychology, Kasem Bundit University

* Corresponding author; e-mail: Jitpanu.yae@kbu.ac.th

² Ph.D., Faculty of Psychology, Kasem Bundit University

e-mail: athiwat.rat@kbu.ac.th

บทนำ

ในโลกของสังคมยุคปัจจุบันสภาพแวดล้อมต่าง ๆ ได้มีการเปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็วและเหนือความคาดหมายจนทำให้ต้องปรับปรุงและพัฒนารูปแบบการใช้ชีวิตให้สอดคล้องและรองรับกับสถานการณ์ที่จะเกิดขึ้นในอนาคต โดยเฉพาะสังคมอุดมศึกษาที่ต้องเรียนรู้และพัฒนาชีวิตตนเอง ทันปัจจุบันการณอาศัยแนวทางภายใต้วิสัยทัศน์ “มุ่งพัฒนาผู้เรียนให้มีความรู้คู่คุณธรรม มีคุณภาพชีวิตที่ดีมีความสุขในสังคม” ดังแผนพัฒนาการศึกษาของกระทรวงศึกษาธิการ ฉบับที่ 12 (2560, ก) ที่เป็นแผนแม่บทหลักในการพัฒนาประเทศที่จะมุ่งสร้างคุณภาพชีวิตที่ดีพัฒนาคนให้มีความเป็นคนที่สมบูรณ์ มีวินัย ใฝ่รู้ มีความรู้ มีทักษะ มีความคิดสร้างสรรค์ มีทัศนคติที่ดี รับผิดชอบต่อสังคม มีคุณธรรมและจริยธรรม ซึ่งสอดคล้องตามพันธกิจในการพัฒนาระบบการบริหารจัดการการศึกษาตามหลักธรรมาภิบาลที่มุ่งยกระดับคุณภาพการศึกษาตอบสนองการสร้างอาชีพ และเพิ่มคุณภาพชีวิตของผู้เรียน ในยุทธศาสตร์ที่ 1 ว่าด้วยเรื่องของยุทธศาสตร์ในการพัฒนาหลักสูตร กระบวนการเรียนการสอน การวัดและประเมินผลที่มุ่งหวังให้คนไทยมีคุณธรรมจริยธรรม มีภูมิคุ้มกันต่อการเปลี่ยนแปลง และการพัฒนาประเทศในอนาคต ตอบสนองการพัฒนาในด้านคุณภาพ และด้านการตอบโจทย์บริบทที่เปลี่ยนแปลงควบคู่ไปกับแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิต เพื่อกำกับให้การพัฒนาเป็นไปอย่างมีทิศทาง และเกิดประสิทธิภาพมากขึ้นในสังคม ตามแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 12 (2560, น. 4) ดังข้อความตอนหนึ่งว่า การเตรียมความพร้อมด้านกำลังคน และการเสริมสร้างศักยภาพของประชากรในทุกช่วงวัยที่มุ่งเน้นการยกระดับคุณภาพชีวิตกับคุณภาพทุนมนุษย์ของประเทศ โดยพัฒนาคนให้เหมาะสมตามช่วงวัย เพื่อให้เติบโตอย่างมีคุณภาพ แต่ในทางกลับกันทุนมนุษย์ของประเทศไทยยังมีปัญหาในด้านคุณภาพแต่ละช่วงวัย โดยผลลัพธ์ทางการศึกษาของเด็กวัยเรียนค่อนข้างต่ำ การพัฒนาความรู้และทักษะของแรงงานไม่ตรงกับตลาดแรงงาน ในขณะที่คนไทยจำนวนไม่น้อยยังไม่สามารถคัดกรอง และเลือกรับวัฒนธรรมได้อย่างเหมาะสม ซึ่งส่งผลต่อวิกฤตค่านิยมทัศนคติ และพฤติกรรมในการดำเนินชีวิต การพัฒนาในระยะต่อไปจึงต้องให้ความสำคัญกับการวางรากฐานการพัฒนาคนให้มีความสมบูรณ์ เพื่อให้มีทัศนคติ และพฤติกรรมตามบรรทัดฐานที่ดีของสังคม ได้รับการศึกษาที่มีคุณภาพสูงตามมาตรฐานสากล และสามารถเรียนรู้ได้ด้วยตนเองอย่างต่อเนื่องมีสุขภาวะที่ดีขึ้น คนทุกช่วงวัยมีทักษะ ความรู้ และความสามารถเพิ่มขึ้น รวมทั้งสถาบันทางสังคมมีความเข้มแข็ง และมีส่วนร่วมในการพัฒนาอีกด้วย

จากข้อความข้างต้นได้กล่าวถึงความสำคัญของการมีคุณภาพชีวิตที่ดีในทุกช่วงวัยอันจะนำไปสู่การพัฒนาประเทศให้มีประสิทธิภาพในอนาคต เพื่อให้มีความพร้อมในการใช้ชีวิตรองรับกับสถานการณ์ที่เกิดขึ้น รวมถึงรับมือในการเปลี่ยนแปลงในด้านต่าง ๆ ในวัยของการศึกษาเล่าเรียน ดังแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 12 ที่มุ่งยกระดับคุณภาพชีวิตให้เหมาะสมในแต่ละช่วงวัย ทั้งนี้ช่วงวัยหนึ่งที่มีความสำคัญในการพัฒนาคุณภาพชีวิต คือช่วงวัยรุ่น ซึ่งกำลังศึกษาอยู่ในระดับอุดมศึกษาที่ต้องพัฒนาคุณภาพชีวิตให้มีความพร้อมมากที่สุด ดังที่ กระทรวงการอุดมศึกษา วิทยาศาสตร์ วิจัยและนวัตกรรม ในนโยบายและยุทธศาสตร์การอุดมศึกษา วิทยาศาสตร์ วิจัยและนวัตกรรม พ.ศ. 2563 – 2570 และแผนด้านวิทยาศาสตร์ วิจัยและนวัตกรรม พ.ศ. 2563 - 2564 (2562, น. 29) ที่มุ่งพัฒนาคุณภาพชีวิตช่วงวัยในระดับอุดมศึกษา ดังข้อความตอนหนึ่งในการดำเนินงานเชิงยุทธศาสตร์ การวิจัยและสร้างนวัตกรรม เพื่อตอบโจทย์ท้าทายของสังคม ว่าประชาชนทุก

ช่วงวัยมีหลักประกันการเข้าถึงการบริการ และสวัสดิการที่มีคุณภาพ มีความปลอดภัย มีความมั่นคงทางรายได้ สังคมและเศรษฐกิจ เติบโตอย่างสมดุลบนคุณภาพชีวิต ที่เป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อมสอดคล้องกับ เกษฏา อังกาบ สี (2561, น. 207) กล่าวว่า ในช่วงวัยระดับอุดมศึกษาเป็นช่วงวัยที่มีการเจริญเติบโต ด้านร่างกาย และจิตใจที่ สมบูรณ์พัฒนาเต็มที่ และทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ มีความมั่นคงทางจิตใจสามารถควบคุมอารมณ์ได้ดี วัย นี้เป็นวัยของการสำรวจแนวทางการดำเนินชีวิตที่เหมาะสม และวัยของการปรับตัวต่อแบบแผนชีวิตที่จะส่งผล ต่อความสำเร็จในการศึกษาในอนาคต อีกทั้งยังเป็นภูมิคุ้มกันในการก้าวไปสู่โลกแห่งความเป็นจริง และ สอดคล้องกับสุทธิพร บุญส่ง (2550, น. 5) ได้ให้ความหมายของคุณภาพชีวิตไว้ว่า ลักษณะชีวิตของมนุษย์ที่มี สภาพที่ดีสมบูรณ์มีความสุขทั้งทางร่างกายและจิตใจอันเนื่องมาจากการที่ได้รับการตอบสนองความต้องการ ของตนเองในด้านต่าง ๆ

ข้อมูลจากการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับคุณภาพชีวิตที่ผ่านมาพบว่ามีการศึกษาเกี่ยวกับคุณภาพ ชีวิตในบริบทของกลุ่มตัวอย่างแตกต่างกัน เช่น คุณภาพชีวิตในการทำงาน คุณภาพชีวิตในการเรียน คุณภาพ ชีวิตผู้สูงอายุ เป็นต้น ทำให้ทราบถึงคุณภาพชีวิตของกลุ่มบุคคลในช่วงวัยต่าง ๆ ดังงานวิจัยของกฤษฎา กมล นัย (2550) ได้ศึกษาเรื่อง ปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของนักศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ สังกัด สำนักงานคณะกรรมการอาชีวศึกษา จังหวัดหนองคาย ผลการศึกษาพบว่า ลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตน เป็นตัวแปรที่มีความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิต นอกจากนี้งานวิจัยของนพรัตน์ เรียบทวี (2548) ได้ศึกษาเรื่อง องค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิต ของนักศึกษาปริญญาตรี ผลการศึกษาพบว่า องค์ประกอบที่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับคุณภาพชีวิต ได้แก่ เพศหญิง การใช้เวลาว่างในการเรียน ลักษณะมุ่งอนาคตทางการ เรียน สัมพันธภาพระหว่างนักศึกษากับเพื่อน ลักษณะทางกายภาพของมหาวิทยาลัย สัมพันธภาพระหว่าง นักศึกษากับอาจารย์ และสัมพันธภาพระหว่างนักศึกษากับผู้ปกครอง สุดท้ายเป็นงานวิจัยของ ศศิพินต์ ทรง สัตย์ (2542) ได้ศึกษาเรื่อง ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับคุณภาพชีวิตของนักศึกษาระดับปริญญาตรี สถาบันราชภัฏ เชียงใหม่ จังหวัดเชียงใหม่ ผลการศึกษาพบว่า สัมพันธภาพระหว่างนักศึกษากับครอบครัวเป็นตัวแปรที่มี ความสัมพันธ์ทางบวกกับคุณภาพชีวิต จากงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับคุณภาพชีวิตข้างต้น ผู้ศึกษาจึงเล็งเห็น ความสำคัญของคุณภาพชีวิตและปัจจัยที่จะศึกษาในเชิงปริมาณ โดยศึกษาเกี่ยวกับตัวแปรลักษณะมุ่งอนาคต และควบคุมตน และสัมพันธภาพระหว่างนักศึกษากับครอบครัว ที่มีความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต ในกลุ่มตัวอย่างที่เป็นช่วงวัยรุ่น ซึ่งจัดเป็นช่วงที่จะต้องมีการพัฒนาคุณภาพชีวิต ก่อนที่จะไปปฏิบัติงานหรือทำงานต่อไปในอนาคต ทั้งนี้ผลที่ได้จากการศึกษาสามารถนำข้อมูลไปใช้ในการ พัฒนา การดำเนินชีวิตของนักศึกษาให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีในทุก ๆ ด้าน และมีความพร้อมในการดำเนินชีวิตต่อไปในอนาคต

วัตถุประสงค์

1. เพื่อศึกษาระดับคุณภาพชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต
2. เพื่อเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต จำแนกตาม ปัจจัยส่วนบุคคล ประกอบด้วย เพศ ชั้นปี และรายได้ที่ได้รับต่อเดือน
3. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างสัมพันธภาพระหว่างนักศึกษากับครอบครัว กับคุณภาพชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต
4. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนกับคุณภาพชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต

สมมติฐานของการวิจัย

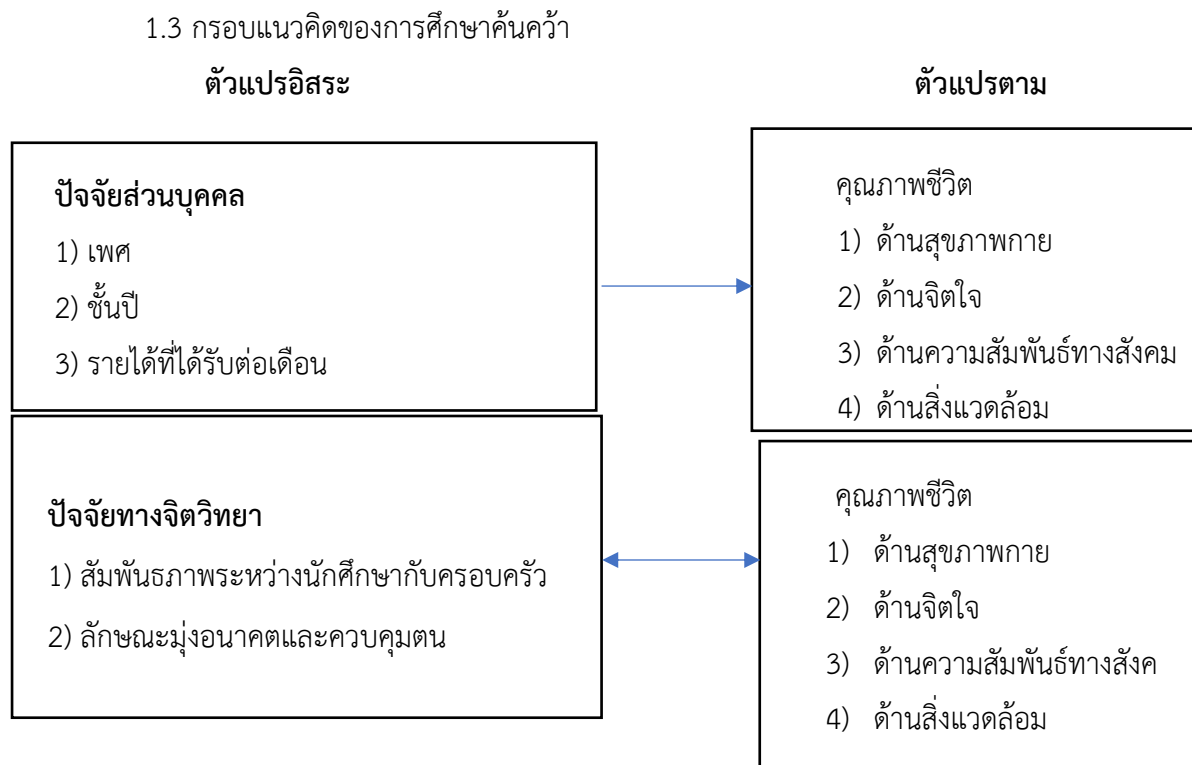
1. นักศึกษาที่มีเพศต่างกันมีคุณภาพชีวิตที่แตกต่างกัน
2. นักศึกษาที่มีชั้นปีต่างกันมีคุณภาพชีวิตแตกต่างกัน
3. นักศึกษาที่มีรายได้ที่ได้รับต่อเดือนต่างกันมีคุณภาพชีวิตแตกต่างกัน
4. สัมพันธภาพระหว่างนักศึกษากับครอบครัวมีความสัมพันธ์ทางบวกกับคุณภาพชีวิต
5. ลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนมีความสัมพันธ์ทางบวกกับคุณภาพชีวิต

วิธีการวิจัย

1. ขอบเขตของการวิจัย

1.1 ประชากร คือ นักศึกษาที่กำลังศึกษาในระดับปริญญาตรี ประจำปีการศึกษา 2562 มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต จำนวน 7,565 คน

1.2 กลุ่มตัวอย่าง คือ นักศึกษาที่กำลังศึกษาในระดับปริญญาตรี ประจำปีการศึกษา 2562 มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต จำนวน 390 คน ใช้วิธีการสุ่มกลุ่มตัวอย่างแบบแบ่งชั้นภูมิชนิดเป็นสัดส่วน (Proportional Stratified Random Sampling) และเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบตามสะดวก (Convenience Sampling) (ชูศรี วงศ์รัตน์, 2558, น. 59-60)



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดของการศึกษาค้นคว้า

2. นิยามศัพท์เฉพาะ

2.1 สัมพันธภาพระหว่างนักศึกษากับครอบครัว หมายถึง การปฏิบัติตนของนักศึกษากับผู้ปกครอง หรือบิดามารดา และการปฏิบัติตนของผู้ปกครอง หรือบิดามารดากับนักศึกษา เพื่อให้เกิดความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน เช่น การปฏิบัติตามคำสั่งสอน ทั้งทางด้านการใช้ชีวิตส่วนตัว การเงินและการเรียน การช่วยเหลืองานภายในบ้าน การให้ความรักความเอาใจใส่ การดูแลสุขภาพ การอบรมสั่งสอน

2.2 ลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตน หมายถึง ความสามารถในการคาดการณ์ถึงอนาคตของบุคคล โดยเล็งเห็นความสำคัญในอนาคตมากกว่าปัจจุบัน คำนึงถึงผลดีและผลเสียที่จะเกิดขึ้นในอนาคต และมีการวางแผนการดำเนินชีวิตในอนาคต อีกทั้งสามารถควบคุมตนเองให้มีพฤติกรรมไปในแนวทางที่ถูกต้องสามารถอดทน และรอผลลัพธ์ตามที่ตนต้องการได้

2.3 คุณภาพชีวิต หมายถึง ระดับการมีชีวิตที่ดี มีความสุข และความพึงพอใจในชีวิต ทั้งในด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และการดำเนินชีวิตของปัจเจกบุคคลในสังคม เป็นการประสานการรับรู้ของบุคคลในด้านร่างกาย จิตใจ ความสัมพันธ์ทางสังคม สิ่งแวดล้อม ภายใต้วินัยธรรม ค่านิยมและเป้าหมายในชีวิตของแต่ละคน ซึ่งคุณภาพชีวิตแบ่งออกเป็น 4 ด้าน ดังนี้

1) ด้านสุขภาพกาย (Physical domain) หมายถึง การรับรู้สภาพทางด้านร่างกายของบุคคล ซึ่งมีผลต่อชีวิตประจำวัน เช่น การรับรู้สภาพความสมบูรณ์แข็งแรงของร่างกาย การรับรู้ถึงความรู้สึกสุขสบาย ไม่มีความเจ็บปวด การรับรู้ถึงความสามารถที่จะจัดการกับความเจ็บปวดทางร่างกายได้ รับรู้ถึงพลังกำลังใน

การดำเนินชีวิตประจำวัน การรับรู้ถึงความเป็นอิสระที่ไม่ต้องพึ่งพาผู้อื่น การรับรู้ถึงความสามารถในการเคลื่อนไหวของตนเอง การรับรู้ถึงความสามารถในการปฏิบัติกิจวัตรประจำวันของตนเอง การรับรู้ถึงความสามารถในการทำงาน การรับรู้ว่าคุณสมบัติไม่ต้องพึ่งพาอาศัยต่าง ๆ หรือรักษาทางการแพทย์อื่น ๆ เป็นต้น

2) ด้านจิตใจ (Psychological domain) หมายถึง การรับรู้สภาพทางจิตใจของตนเอง เช่น การรับรู้ถึงความรู้สึกทางบวกที่บุคคลมีต่อตนเอง การรับรู้ภาพลักษณ์ของตนเอง การรับรู้ถึงความรู้สึกภาคภูมิใจในตนเอง การรับรู้ถึงความคิด ความจำ สมาธิการตัดสินใจ และความสามารถในการเรียนรู้เรื่องราวต่าง ๆ ของตนเอง การรับรู้ถึงความสามารถในการจัดการกับความเครียดหรือกังวล การรับรู้เกี่ยวกับความเชื่อต่าง ๆ ของตนเองที่มีผลต่อการดำเนินชีวิต เช่น การรับรู้ถึงความเชื่อด้านวิญญาณ ศาสนา การให้ความหมายของชีวิตและความเชื่ออื่น ๆ ที่มีผลในทางที่ดีต่อการดำเนินชีวิต มีผลต่อการเอาชนะอุปสรรค เป็นต้น

3) ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม (Social relationships) หมายถึง การรับรู้เรื่องความสัมพันธ์ของตนเองกับบุคคลอื่น การรับรู้ถึงการที่ได้รับความช่วยเหลือจากบุคคลอื่นในสังคม การรับรู้ว่าคุณสมบัติได้เป็นผู้ให้ความช่วยเหลือบุคคลอื่นในสังคมด้วย รวมทั้งการรับรู้ในเรื่องอารมณ์ ทางเพศหรือการมีเพศสัมพันธ์

4) ด้านสิ่งแวดล้อม (Environment) หมายถึง การรับรู้เกี่ยวกับสิ่งแวดล้อมที่มีผลต่อการดำเนินชีวิต เช่น การรับรู้ว่าคุณสมบัติมีชีวิตอยู่อย่างอิสระ ไม่ถูกกักขัง มีความปลอดภัย และความมั่นคงในชีวิต การรับรู้ว่าคุณสมบัติได้อยู่ในสิ่งแวดล้อมทางกายภาพที่ดี ปราศจากมลพิษต่าง ๆ การคมนาคมสะดวก มีแหล่งประโยชน์ด้านการเงิน สถานบริการทางสุขภาพ และสังคมสงเคราะห์ การรับรู้ว่าคุณสมบัติมีโอกาสที่จะได้รับข่าวสารหรือฝึกฝนทักษะต่าง ๆ การรับรู้ว่าคุณสมบัติมีกิจกรรมสันทนาการ และมีกิจกรรมในเวลารว่าง เป็นต้น

3. การดำเนินการวิจัย

ผู้วิจัยได้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลสำหรับการวิจัย โดยมีขั้นตอนดังนี้

3.1 ผู้วิจัยศึกษาแนวคิด ทฤษฎี งานวิจัยและเอกสารที่เกี่ยวข้องกับตัวแปรคุณภาพชีวิต มีสัมพันธภาพระหว่างนักศึกษา กับครอบครัว และลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตน พร้อมกำหนดนิยามศัพท์เฉพาะและสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

3.2 ผู้วิจัยนำแบบสอบถามที่สร้างขึ้นตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content validity) จากผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 3 ท่าน เพื่อพิจารณาความเหมาะสมของเนื้อหา ความครอบคลุมและสอดคล้องตามนิยามศัพท์ และคัดเลือกข้อคำถามที่มีค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับวัตถุประสงค์ (Index of item-objective congruence) ที่มีค่าตั้งแต่ 0.50 ขึ้นไป พร้อมทั้งนำปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญ เพื่อให้ข้อคำถามแต่ละข้อมีความสมบูรณ์มากขึ้น และนำไปทดลองใช้ (Try out) กับนักศึกษาระดับปริญญาตรีที่มีบริบทของสถานศึกษาใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 38 ชุด โดยมีค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามคุณภาพชีวิต เท่ากับ 0.841 แบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างนักศึกษา กับครอบครัว เท่ากับ 0.884 และแบบสอบถามลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตน เท่ากับ 0.754

3.3 นำแบบสอบถามที่ปรับปรุงแก้ไขแล้วในข้อ 4 ไปทดลองใช้ (Try out) กับนักศึกษาที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง โดยทดลองใช้กับนักศึกษามหาวิทยาลัยรัตนบัณฑิต จำนวน 38 ชุด เนื่องจากนักศึกษามหาวิทยาลัยรัตนบัณฑิต เป็นสถาบันเอกชนเหมือนกับกลุ่มตัวอย่าง

จากนั้นนำผลที่ได้มาวิเคราะห์ค่าอำนาจจำแนกรายข้อ โดยใช้วิธีการหาค่าสัมพันธระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่น ๆ (Item-total correlation) จากสูตรสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบ Pearson (Pearson product moment correlation coefficient) และคัดเลือกข้อที่มีค่าอำนาจจำแนกผ่านเกณฑ์ คือ มีค่า r ตั้งแต่ 0.20 ขึ้นไป (ชูศรี วงศ์รัตน์, 2553, น.75)

3.4 หาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ของแบบสอบถาม โดยวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (α - coefficient) ของครอนบัค (Cronbach) จากนั้นจัดพิมพ์แบบสอบถามฉบับสมบูรณ์ เพื่อนำไปใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล วิเคราะห์ข้อมูล และอภิปรายผลการศึกษาต่อไป

ผลการวิจัย

ผู้วิจัยขอเสนอผลการวิจัยตามสมมติฐาน ดังนี้

สมมติฐานข้อที่ 1 นักศึกษาที่มีเพศต่างกันมีคุณภาพชีวิตที่ต่างกัน

ผลการวิเคราะห์ค่าสถิติที่ใช้ในการเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตจำแนกตามเพศ ปรากฏดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ผลการวิเคราะห์ค่าสถิติที่ใช้ในการเปรียบเทียบคุณภาพชีวิต จำแนกตามเพศ

เพศ	n	$\bar{x}$	SD	t	P
ชาย	160	93.66	12.10	-.562	.574
หญิง	230	94.36	12.22		
รวม	390				

จากตารางที่ 9 แสดงผลการวิเคราะห์ค่าสถิติที่ใช้ในการเปรียบเทียบคุณภาพชีวิต จำแนกตามเพศ ผลการศึกษาพบว่า นักศึกษาที่มีเพศต่างกันมีคุณภาพชีวิตไม่แตกต่างกัน ซึ่งผลการวิเคราะห์ที่ได้ไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

สมมติฐานข้อที่ 2 นักศึกษาที่มีชั้นปีต่างกัน มีคุณภาพชีวิตที่ต่างกัน

ผลการวิเคราะห์ค่าสถิติที่ใช้ในการเปรียบเทียบคุณภาพชีวิต จำแนกตามชั้นปี ปรากฏดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2 ผลการวิเคราะห์ค่าสถิติที่ใช้ในการเปรียบเทียบคุณภาพชีวิต จำแนกตามชั้นปี

แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F	p
ระหว่างกลุ่ม	3	1210.80	403.60	2.77*	.042
ภายในกลุ่ม	386	56289.19	145.83		
รวม	389	57499.99			

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตารางที่ 2 แสดงผลการวิเคราะห์ค่าสถิติที่ใช้ในการเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตจำแนกตามชั้นปี ผลการศึกษาพบว่า นักศึกษาที่มีชั้นปีต่างกันมีคุณภาพชีวิตที่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งผลการวิเคราะห์ที่ได้เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ จึงนำไปทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ด้วยวิธี Games-Howell เนื่องจากความแปรปรวนของสองกลุ่มไม่เท่ากัน ปรากฏผลตามตารางที่ 3

ตารางที่ 3 การเปรียบเทียบรายคู่ความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยเกี่ยวกับคุณภาพชีวิต จำแนกตามชั้นปี

ชั้นปี	$\bar{x}$	1	3	4	2
		91.46	94.02	94.59	96.32
1	91.46	-	2.57	3.13	4.86*
3	94.02	-	-	0.57	2.30
4	94.59	-	-	-	1.73
2	96.32	-	-	-	-

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตารางที่ 3 การเปรียบเทียบรายคู่ความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยเกี่ยวกับคุณภาพชีวิต จำแนกตามชั้นปี ผลการศึกษาพบว่า นักศึกษาชั้นปีที่ 2 มีคุณภาพชีวิตดีกว่า นักศึกษาชั้นปีที่ 1 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 สำหรับการเปรียบเทียบรายคู่อื่น ๆ ผลการศึกษาพบว่า มีคุณภาพชีวิตไม่แตกต่างกัน โดย นักศึกษาชั้นปีที่ 2 กับนักศึกษาชั้นปีที่ 3 ไม่แตกต่างกัน นักศึกษาชั้นปีที่ 2 กับ นักศึกษาชั้นปีที่ 4 ไม่แตกต่างกัน นักศึกษาชั้นปีที่ 1 กับนักศึกษาชั้นปีที่ 3 ไม่แตกต่างกัน และนักศึกษาชั้นปีที่ 1 กับนักศึกษาชั้นปีที่ 4 ไม่แตกต่างกัน

สมมติฐานข้อที่ 3 รายได้ที่ได้รับต่อเดือนต่างกันมีคุณภาพชีวิตแตกต่างกัน

ผลการวิเคราะห์ค่าสถิติที่ใช้ในการเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตจำแนกตามรายได้ที่ได้รับต่อเดือน ปรากฏดังตารางที่ 4

ตารางที่ 4 ผลการวิเคราะห์ค่าสถิติที่ใช้ในการเปรียบเทียบคุณภาพชีวิต จำแนกตามรายได้ที่ได้รับต่อเดือน

แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F	p
ระหว่างกลุ่ม	2	119.28	59.64	.402	.669
ภายในกลุ่ม	387	57380.71	148.27		
รวม	389	57499.99			

จากตารางที่ 4 แสดงผลการวิเคราะห์ค่าสถิติที่ใช้ในการเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตจำแนกตามรายได้ที่ได้รับต่อเดือน ผลการศึกษาพบว่า นักศึกษาที่มีรายได้ที่ได้รับต่อเดือนต่างกันมีคุณภาพชีวิตที่ไม่แตกต่างกัน ซึ่งผลการวิเคราะห์ได้ไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

สมมติฐานข้อที่ 4 สัมพันธภาพระหว่างนักศึกษากับครอบครัวมีความสัมพันธ์ทางบวกกับคุณภาพชีวิต ผลการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างสัมพันธภาพระหว่างนักศึกษากับครอบครัวกับคุณภาพชีวิต ปรากฏดังตารางที่ 5

ตารางที่ 5 ผลการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างสัมพันธภาพระหว่างนักศึกษากับครอบครัวกับคุณภาพชีวิต

ตัวแปร	สัมพันธภาพระหว่างนักศึกษากับครอบครัว
คุณภาพชีวิตโดยรวม	.625**
- ด้านสุขภาพกาย	.474**
- ด้านจิตใจ	.566**
- ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม	.427**
- ด้านสิ่งแวดล้อม	.528**

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.01

จากตารางที่ 5 แสดงค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์สัมพันธภาพระหว่างนักศึกษากับครอบครัวกับ คุณภาพชีวิตโดยรวมกับคุณภาพชีวิต ผลการศึกษาพบว่า สัมพันธภาพระหว่างนักศึกษากับครอบครัวมีความสัมพันธ์ทางบวกกับคุณภาพชีวิต อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ .625 ซึ่งผลการวิเคราะห์เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ โดยผลการศึกษาค้นคว้ารายด้าน พบว่า

1. สัมพันธภาพระหว่างนักศึกษากับครอบครัวมีความสัมพันธ์ทางบวกกับคุณภาพชีวิต ด้านจิตใจ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ .566
2. สัมพันธภาพระหว่างนักศึกษากับครอบครัวมีความสัมพันธ์ทางบวกกับคุณภาพชีวิตด้านสิ่งแวดล้อม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ .528
3. สัมพันธภาพระหว่างนักศึกษากับครอบครัวมีความสัมพันธ์ทางบวกกับคุณภาพชีวิตด้านสุขภาพกาย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ .474
4. สัมพันธภาพระหว่างนักศึกษากับครอบครัวมีความสัมพันธ์ทางบวกกับคุณภาพชีวิต ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ .427

สมมติฐานข้อที่ 5 ลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนมีความสัมพันธ์ทางบวกกับคุณภาพชีวิต ผลการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนกับคุณภาพชีวิต ปรากฏดังตารางที่ 6

ตารางที่ 6 ผลการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตน กับคุณภาพชีวิต

ตัวแปร	ลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตน
คุณภาพชีวิตโดยรวม	.573**
- ด้านสุขภาพกาย	.439**
- ด้านจิตใจ	.476**
- ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม	.458**
- ด้านสิ่งแวดล้อม	.492**

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.01

จากตารางที่ 6 แสดงค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนกับคุณภาพชีวิต โดยรวมกับคุณภาพชีวิต ผลการศึกษาพบว่า ลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนมีความสัมพันธ์ทางบวกกับคุณภาพชีวิต อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ .573 ซึ่งผลการวิเคราะห์เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ โดยผลการศึกษาค้นคว้ารายด้าน พบว่า

1. ลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนมีความสัมพันธ์ทางบวกกับคุณภาพชีวิตด้านสิ่งแวดล้อม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ .492
2. ลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนมีความสัมพันธ์ทางบวกกับคุณภาพชีวิตด้านจิตใจ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ .476
3. ลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนมีความสัมพันธ์ทางบวกกับคุณภาพด้านความสัมพันธ์ทางสังคม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ .458
4. ลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนมีความสัมพันธ์ทางบวกกับคุณภาพชีวิตด้านสุขภาพกาย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ .439

อภิปรายผลการวิจัย

ผู้วิจัยขออภิปรายผลการวิจัยตามสมมติฐาน ดังนี้

สมมติฐานข้อที่ 1 นักศึกษาที่มีเพศต่างกันมีคุณภาพชีวิตที่ต่างกัน ผลการศึกษาพบว่า นักศึกษาที่มีเพศต่างกันมีคุณภาพชีวิตไม่แตกต่างกัน ซึ่งผลการวิเคราะห์ที่ได้ไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ โดยเพศหญิงมีคุณภาพชีวิตดีกว่าเพศชาย สอดคล้องกับงานวิจัยของสุชิน บัวงาม (2551, น. 56) ได้ศึกษาเรื่อง คุณภาพชีวิตของนักศึกษาสถาบันการพลศึกษาสถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตชลบุรี ผลการศึกษาพบว่า นักศึกษาชายและหญิงมีคุณภาพชีวิตโดยรวม เป็นรายด้านไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 สอดคล้องกับงานวิจัยของภัทรพล มหาจันทร์ (2550, น. 56) ได้ศึกษาเรื่อง คุณภาพชีวิตนักศึกษาระดับปริญญาตรี คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร ผลการศึกษาพบว่า การเปรียบเทียบการศึกษาคุณภาพชีวิตนักศึกษาระดับปริญญาตรี คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร ที่มีเพศต่างกัน ผลการศึกษาพบว่า คุณภาพชีวิตโดยรวมและรายด้าน ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ด้วยเหตุนี้ นักศึกษาที่มีเพศต่างกันมีคุณภาพชีวิตไม่แตกต่างกัน

การที่ผลการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ พบว่า นักศึกษาที่มีเพศต่างกันมีคุณภาพชีวิตไม่แตกต่างกัน อาจเนื่องมาจากนักศึกษาเพศหญิง และเพศชายอยู่ในช่วงวัยรุ่น ซึ่งเป็นช่วงวัยที่ค้นหาอัตลักษณ์ ในตนเอง ความเข้าใจในอัตลักษณ์ช่วยให้เด็กวัยรุ่นเกิดความเข้าใจในปัญหา และการตัดสินใจต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น นอกจากการค้นหาค้นหาของตนเอง เพื่อรู้จักตนเองในแง่มุมต่าง ๆ เช่น ความชอบ ความสนใจ ความปรารถนาในชีวิต ตลอดจนถึงความถนัดเฉพาะตน โดยช่วงวัยรุ่นนี้มีพฤติกรรมบางอย่างที่ใกล้เคียงกัน หรือเหมือนกัน เช่น การเรียน การเข้าร่วมกิจกรรม สภาพแวดล้อมภายในมหาวิทยาลัย ดังที่อิริค อีริคสัน (1968, อ้างถึงใน เจษฎา อังกาบสี, 2561, น. 61-66) กล่าวว่า วัยรุ่นเป็นระยะที่มีความรู้สึกสับสน ขาดความเชื่อมั่นในตนเอง เพราะเป็นช่วงของการเปลี่ยนแปลง ทั้งทางร่างกาย และจิตใจ เพื่อก้าวไปสู่การเป็นผู้ใหญ่ วุฒิภาวะทางกาย และแรงผลักดันทางสังคมที่มารับรองกัน ในระยะนี้ผลักดันให้วัยรุ่นต้องครุ่นคิดเกี่ยวกับสถานภาพของตน ในสังคมวัยรุ่นจึงมักมีข้อสงสัยเกี่ยวกับตัวเอง และพยายามหาเอกลักษณ์ของตนในช่วงวัยรุ่นเป็นช่วงวัยที่จะแสวงหาตนตามอุดมคติ (Ego – ideal) และค้นหาอัตลักษณ์เพื่อปรับตัวให้เข้ากับบทบาทใหม่บนบริบทสังคมที่เหมือนกัน

สมมติฐานข้อที่ 2 นักศึกษาที่มีชั้นปีต่างกันมีคุณภาพชีวิตแตกต่างกัน ผลการศึกษพบว่า นักศึกษาที่มีชั้นปีต่างกันมีคุณภาพชีวิตแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 โดยนักศึกษาชั้นปีที่ 2 มีคุณภาพชีวิตที่ดีกว่า นักศึกษาชั้นปีที่ 1 สำหรับนักศึกษาชั้นปีที่ 3 และนักศึกษาชั้นปีที่ 4 มีคุณภาพชีวิตไม่แตกต่างกัน ซึ่งผลการวิเคราะห์ที่ได้เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ สอดคล้องกับงานวิจัยของอนันต์ศรี สมิทธีรเศรษฐ์ (2561, น. 572-573) ได้ศึกษาเรื่อง การศึกษาคุณภาพชีวิตของนักศึกษาพยาบาล มหาวิทยาลัยอีสเทิร์นเอเซีย ผลการศึกษพบว่า นักศึกษาชั้นปีที่ 2 มีคะแนนเฉลี่ยคุณภาพชีวิตโดยรวม และรายด้านมากกว่าชั้นปีอื่น ๆ มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

การที่ผลการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ พบว่า นักศึกษาที่มีชั้นปีต่างกันมีคุณภาพชีวิตแตกต่างกัน โดยนักศึกษาชั้นปีที่ 2 มีคุณภาพชีวิตที่ดีกว่า นักศึกษาชั้นปีที่ 1 อาจเนื่องมาจาก นักศึกษาชั้นปีที่ 2 เมื่ออยู่ในชั้นปีที่สูงขึ้น นักศึกษาเริ่มมีภูมิคุ้มกันและสามารถปรับตัวในด้านต่าง ๆ ได้ เช่น การเรียน การปฏิบัติหน้าที่ค่อย ๆ มีสัมพันธภาพในสังคม การใช้ชีวิต การทำกิจกรรมต่าง ๆ ภายในมหาวิทยาลัยที่หลากหลาย แสดงให้เห็นถึงนักศึกษาลำที่เผชิญปัญหาด้วยตนเอง เริ่มเรียนรู้วัฒนธรรมของคณะและมหาวิทยาลัย อย่างมีความสุข จึงอาจทำให้นักศึกษาชั้นปีที่ 2 มีคุณภาพชีวิตที่ดีกว่านักศึกษาชั้นปีที่ 1 และการที่ นักศึกษาชั้นปีที่ 1 มีคุณภาพชีวิตน้อยกว่า นักศึกษาชั้นปีที่ 2 อาจจะเนื่องมาจากนักศึกษาชั้นปีที่ 1 อาจต้องปรับตัวด้านการเรียน จาก การเรียนในระดับมัธยมศึกษาปีที่ 6 เข้าสู่การเรียนในระดับมหาวิทยาลัย ซึ่งต้องปรับตัวต่อระบบการศึกษา ทั้งวิธีการสอน ตลอดจนถึงสภาพแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงไปจากเดิม หากนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ประสบปัญหาการปรับตัวต่อสิ่งแวดล้อม ต่อกลุ่มเพื่อน ตลอดจนถึงในสังคมมหาวิทยาลัย บางคนเกิดภาวะเครียด และอาจประสบปัญหาด้านการเรียน ส่งผลให้คุณภาพชีวิตในด้านต่าง ๆ ไม่ค่อยดี นอกจากนี้พบว่า นักศึกษาชั้นปีที่ 3 และนักศึกษาชั้นปีที่ 4 มีคุณภาพชีวิตที่ไม่แตกต่างกันเนื่องจาก อยู่ในช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น (อายุ 20 – 21 ปี) ซึ่งเป็นช่วงวัยที่มีการเจริญเติบโตอย่างเต็มที่และทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ สามารถที่จะรับรู้ถึงสภาพร่างกาย และจิตใจของตนได้ดี มีภูมิคุ้มกันในการชีวิตที่อิสระไม่พึ่งพาผู้อื่น ทั้งในด้านการเรียนที่เน้นการเรียนเชิงคิดวิเคราะห์มากขึ้น ทั้งภาพทฤษฎีและภาคปฏิบัติ ด้านการดำรงชีวิต สามารถที่จะปรับตัว และอาจมี

สัมพันธ์ระหว่างกลุ่มเพื่อนที่มากขึ้น นอกจากนี้ยังอยู่ภายใต้ความคาดหวังของสังคม ที่ปรารถนาที่จะเห็น นักศึกษา จบการศึกษาภายในระยะเวลา ที่หลักสูตรกำหนดไม่ว่าจะเป็นผู้ปกครอง เครือญาติ ตลอดจนถึงครู อาจารย์ ส่งผลให้นักศึกษาชั้นปีที่ 3 และนักศึกษาชั้นปีที่ 4 เกิดความเครียด ความวิตกกังวล ซึ่งบนความคาดหวังของสังคม อาจนำไปสู่ปัญหา ทางสุขภาพกายได้ เช่น ปวดท้อง ปวดหัว อาเจียน เป็นต้น จากที่กล่าว มาข้างต้นแล้วแต่ส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตในด้านต่าง ๆ เช่น ด้านสุขภาพกาย ด้านจิตใจ ด้าน ความสัมพันธ์ทางสังคม และด้านสิ่งแวดล้อม อย่างเห็นได้ชัด ด้วยเหตุนี้ นักศึกษาที่มีชั้นปีต่างกันมีคุณภาพชีวิต ที่แตกต่างกัน

สมมติฐานข้อที่ 3 นักศึกษาที่มีรายได้ที่ได้รับต่อเดือนต่างกันมีคุณภาพชีวิตแตกต่างกัน ผลการศึกษา พบว่า นักศึกษาที่มีรายได้ที่ได้รับต่อเดือนต่างกันมีคุณภาพชีวิตไม่แตกต่างกัน ซึ่งผลการวิเคราะห์ที่ได้ ไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ สอดคล้องกับงานวิจัยของธนิศา ชีร์ตัน (2554, น. 66) ได้ศึกษาเรื่อง ปัจจัยที่มี อิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ผลการศึกษาพบว่า รายได้ที่ได้รับต่อเดือน ต่างกันมีคุณภาพชีวิตไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ผลการศึกษาพบว่า รายได้ที่ได้รับต่อ เดือนต่างกันมีคุณภาพชีวิตไม่แตกต่างกัน

การที่ผลการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ พบว่า รายได้ที่ได้รับต่อเดือนต่างกันมีคุณภาพชีวิตไม่แตกต่างกัน อาจ เนื่องมาจาก นักศึกษาศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัย ซึ่งมีสภาพแวดล้อมทางกายภาพที่ดี ทั้งในด้านการเรียน และการใช้ชีวิตภายในมหาวิทยาลัย ในการที่จะส่งเสริมให้นักศึกษามีงานทำระหว่างศึกษาตามนโยบายของ มหาวิทยาลัย รวมถึงการมีกองทุนกู้ยืม เพื่อการศึกษาที่จะสามารถให้นักศึกษากู้ยืมเงิน เพื่อใช้ในการศึกษา และมีสิ่งอำนวยความสะดวก ตลอดจนถึงสิทธิการบริการต่าง ๆ เช่น สิทธิในการรักษาพยาบาล ประกันภัย ประกันอุบัติเหตุ เป็นต้น แสดงให้เห็นถึงมหาวิทยาลัย ที่มุ่งยกระดับการพัฒนาคุณภาพชีวิต ด้าน สภาพแวดล้อม และอีกหลายด้านให้ดีขึ้น ดังที่ องค์การอนามัยโลก (สุวัฒน์ มหัตถินรัตน์กุล และคณะ, 2540, น. 18-19) กล่าวว่า คุณภาพชีวิตที่ดีเป็นการรับรู้ได้ว่า ได้อยู่ในสิ่งแวดล้อมทางกายภาพที่ดี ปราศจากมลพิษต่าง ๆ การคมนาคมสะดวก มีแหล่งประโยชน์ด้านการเงินสถานบริการทางสุขภาพและสังคมสงเคราะห์ การรับรู้ ว่า ตนมีโอกาสที่จะได้รับข่าวสาร หรือฝึกฝนทักษะต่าง ๆ การรับรู้ว่าจะได้มีกิจกรรมสันทนาการ และมีกิจกรรม ในเวลาว่าง เป็นต้น ด้วยเหตุนี้ นักศึกษาที่มีรายได้ที่ได้รับต่อเดือนต่างกันจึงมีคุณภาพชีวิตไม่แตกต่างกัน

สมมติฐานข้อที่ 4 สัมพันธภาพระหว่างนักศึกษากับครอบครัวมีความสัมพันธ์ทางบวกกับคุณภาพชีวิต ผลการศึกษาพบว่า สัมพันธภาพระหว่างนักศึกษากับครอบครัวมีความสัมพันธ์ทางบวกกับคุณภาพชีวิต อย่างมี นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ .625 ซึ่งผลการวิเคราะห์เป็นไปตาม สมมติฐานที่ตั้งไว้ โดยผลการศึกษาค้นคว้า เป็นรายด้านเรียงลำดับจากมากไปน้อย ดังนี้ ด้านสิ่งแวดล้อม (.528) ด้านจิตใจ (.566) ด้านสุขภาพกาย (.474) และด้านความสัมพันธ์ทางสังคม (.427) สอดคล้องกับ งานวิจัยของ พิชฌาย์วีร์ สิ้นสวัสดิ์ และเบญจวรรณ พิททาร์ด (2559, น. 17) ได้ศึกษาเรื่อง ความสัมพันธ์ ระหว่างปัจจัยสรรกับคุณภาพชีวิตของนักศึกษาพยาบาลวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ราชบุรี ผลการศึกษา พบว่า สัมพันธภาพระหว่างนักศึกษากับครอบครัว มีความสัมพันธ์ทางบวกกับคุณภาพชีวิตอย่างมีนัยสำคัญ ทางสถิติระดับ .05

การที่ผลการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ พบว่า สัมพันธภาพระหว่างนักศึกษากับครอบครัวมีความสัมพันธ์ทางบวกกับคุณภาพชีวิต อาจเนื่องมาจาก การที่บุคคลได้รับการตอบสนองความต้องการจากครอบครัวที่ดี จะส่งผลให้เกิดความพึงพอใจต่อครอบครัว จึงแสดงออกถึงความสัมพันธ์ที่ดีซึ่งกันและกัน ระหว่างสมาชิกในครอบครัว สอดคล้องกับซัลลิแวน (1955, อ้างถึงใน ศรีเรือน แก้วกังวาน, 2539, น. 66) อธิบายว่า ความสัมพันธ์ระหว่างเด็กกับครอบครัวที่ดี ยังทำให้เด็กพัฒนาศักยภาพของตนเองในทุก ๆ ด้าน ไม่ว่าจะเป็นด้านร่างกาย ด้านอารมณ์ ด้านสังคม ตลอดจนถึงด้านสติปัญญา จะเห็นได้ว่าเป็นช่วงที่บุคคลสามารถเลือกทำกิจกรรมทางเพศตามที่ตนเองพอใจมากกว่าวัยที่ผ่านมา รู้จักคบหาสมาคมกับผู้อื่นอย่างผูกพันและมั่นคงยิ่งขึ้น มีความสามารถในการพัฒนาทางสติปัญญาถึงขั้นขีดสูงสุด สามารถเรียนรู้วิชาการต่าง ๆ ได้ดี รู้จักคิดในทุก รูปแบบของความคิด รู้จักรับผิดชอบต่อชีวิตของตนเอง และต่อความเป็นไปของสังคมได้ แสดงให้เห็นถึง นักศึกษาอาจอยู่ในสภาพแวดล้อมที่ดีไม่ว่าจะเป็น ในสังคม ในมหาวิทยาลัย ตลอดจนถึงในครอบครัว การปฏิบัติตนของนักศึกษาที่แสดงออกต่อบุคคลในครอบครัวในทางที่ดี ได้แก่ การเคารพเชื่อฟัง การปฏิบัติตามคำสั่งสอนต่าง ๆ ทั้งด้านการเรียน ด้านการเงิน ตลอดจนถึงการใช้ชีวิต นักศึกษากล้าที่จะปรึกษากับบุคคลภายในครอบครัว ทำให้นักศึกษาสามารถปรับตัวและดำเนินชีวิตอย่างมีความสุขบนสภาพแวดล้อมที่แสดงออกถึงความสัมพันธ์ที่ดี ซึ่งกันและกันระหว่างบุคคลภายในครอบครัวนำไปสู่การมีคุณภาพชีวิตที่ดี ด้วยเหตุนี้ นักศึกษาที่มีสัมพันธภาพที่ดีกับครอบครัว จึงมีคุณภาพชีวิตที่ดีไปด้วย สอดคล้องกับผลการศึกษาที่ว่า สัมพันธภาพระหว่างนักศึกษากับครอบครัวมีความสัมพันธ์ทางบวกกับคุณภาพชีวิต

สมมติฐานข้อที่ 5 ลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนมีความสัมพันธ์ทางบวกกับคุณภาพชีวิต ผลการศึกษาพบว่า ลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนมีความสัมพันธ์ทางบวกกับคุณภาพชีวิต อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ .573 ซึ่งผลการวิเคราะห์เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ โดยผลการศึกษาค้นคว้ารายด้าน เรียงลำดับจากมากไปน้อย ดังนี้ ด้านสิ่งแวดล้อม (.492) ด้านจิตใจ (.476) ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม (.458) และด้านสุขภาพกาย (.439) สอดคล้องกับงานวิจัยของ นพรัตน์ เรียบทวี (2548, น. 58-59) ได้ศึกษาเรื่อง องค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตของนักศึกษาปริญญาตรี คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ กรุงเทพมหานคร ผลการศึกษาพบว่า ลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนมีความสัมพันธ์ทางบวกกับคุณภาพชีวิต อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

การที่ผลการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ พบว่า ลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนมีความสัมพันธ์ทางบวกกับคุณภาพชีวิต อาจเนื่องมาจาก ลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนนั้นเป็นความสามารถในการคาดการณ์ถึงผลในอนาคต โดยเล็งเห็นความสำคัญในอนาคตมากกว่าปัจจุบัน คำนึงผลดีและผลเสียที่จะเกิดขึ้นในอนาคต และมีการวางแผนการดำเนินชีวิตในอนาคตตลอดจนถึงควบคุมตนเองให้มีพฤติกรรมไปในแนวทางที่ถูกต้อง สามารถอดทน และรอผลลัพธ์ตามที่ตนต้องการได้ ด้วยนักศึกษาอยู่ในสภาพแวดล้อมที่เอื้อในการพัฒนาด้านตนเอง ทั้งในด้านการเรียน และการชีวิต ตลอดจนถึงการวางแผนในการดำเนินชีวิต การแสดงออกทางพฤติกรรมและทางความคิด นำไปสู่การปฏิบัติตนเพื่อไปสู่เป้าหมายที่ตั้งไว้ และเมื่อพบเจอปัญหาหรืออุปสรรคก็จะพยายามแก้ไขจนผ่านไปด้วยดี รวมถึงการดูแลสุขภาพจิตใจ และสภาพกายให้พร้อมในการพัฒนาด้านตนเองอยู่เสมอ สอดคล้องกับแนวคิดของโคลเบอร์ก กล่าวว่า ผู้ที่มีลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนสูง คือผู้ที่สามารถปฏิบัติตน

ได้อย่างเหมาะสมในการดำเนินชีวิตได้ดี ดังที่ดวงเดือน พันธุมนาวิน และเพ็ญแข ประจันปัจจนิก (2524, น. 36) กล่าวว่า การเกิดลักษณะมุ่งอนาคตนั้น อยู่ที่ลักษณะความมั่นคงทางอารมณ์ทางสังคมของบุคลากรที่เด็กจะเรียนรู้ ว่าควรอดใจรอ นั้น การประสบความสำเร็จด้านต่าง ๆ ในชีวิตก็เป็นสิ่งที่เชื่อว่า จะช่วยให้บุคคลนั้นมีลักษณะมุ่งอนาคตสูง ทำให้บุคคลเกิดความพยายามต่าง ๆ นำไปสู่การบรรลุเป้าหมายในอนาคตเพราะว่า มีความหวังว่าจะทำให้สำเร็จดังที่เคยประสบแล้ว ฉะนั้นลักษณะมุ่งอนาคตจึงเกิดจากคุณภาพชีวิตจากครอบครัว และสังคมนั่นเอง ซึ่งในการพัฒนาพฤติกรรมทางจริยธรรมที่สมบูรณ์นำไปสู่ การมีพฤติกรรมคนดีและคนเก่ง ได้นั้นต้องอาศัยหลาย ๆ ส่วน ไม่ว่าจะเป็น ส่วนรากของต้นไม้ที่เป็นจิตลักษณะพื้นฐาน ส่วนลำต้นที่แสดงถึงองค์ประกอบจิตลักษณะ และส่วนดอกผลบนต้น ที่จะเกิดเป็นพฤติกรรมคนดี และคนเก่ง โดยรวมกันแล้วนำไปสู่พฤติกรรมต่าง ๆ เช่น พฤติกรรมสุขภาพ พฤติกรรมการทำงาน พฤติกรรมการศึกษา พฤติกรรมพลเมืองดี พฤติกรรมพัฒนาสังคม และการอบรมเลี้ยงดู เมื่อทั้ง 3 ส่วนได้รับการพัฒนาอย่างเต็มที่ จะนำไปสู่การเกิดพฤติกรรมคนดีและคนเก่ง ซึ่งแสดงให้เห็นถึงพฤติกรรมต่าง ๆ ล้วนมีความเกี่ยวข้องกับการนำไปสู่พฤติกรรมที่มีคุณภาพชีวิตที่ดีในด้านต่าง ๆ เช่น ด้านสุขภาพกาย ด้านจิตใจ ในพฤติกรรมสุขภาพ และพฤติกรรมการศึกษา ด้านความสัมพันธ์ทางสังคมในพฤติกรรมการทำงาน พฤติกรรมพัฒนาสังคม และพฤติกรรมพลเมืองดี ตลอดจนถึงด้านสิ่งแวดล้อมในการอบรมเลี้ยงดู จากที่กล่าวมาข้างต้น การที่นักศึกษาที่มีลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตน มีจุดมุ่งหมายในการดำเนินชีวิต ที่ชัดเจน อดได้รอได้ต่อสถานการณ์ต่าง ๆ ได้อย่างเหมาะสมนั้น นอกจากพัฒนาพฤติกรรมทางจริยธรรมที่จะนำไปสู่การมีพฤติกรรมคนดีและคนเก่งแล้ว ควบคู่ไปกับการพัฒนาพฤติกรรมที่นำไปสู่การมีคุณภาพชีวิตที่ดีในทุก ๆ ด้าน โดยอยู่บนพื้นฐานของจิตลักษณะที่แตกต่างกัน ดังนั้นบุคคลที่มีลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนสูงก็จะมีพฤติกรรมที่นำไปสู่การคุณภาพชีวิตที่ดี ด้วยเหตุนี้ลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง จึงมีความสัมพันธ์ทางบวกกับคุณภาพชีวิต

สรุป

1. สรุปสาระสำคัญของการวิจัย

ผลการวิจัยครั้งนี้ ได้ข้อค้นพบข้อมูลเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตของนักศึกษาระดับปริญญาตรี ซึ่งเป็นกลุ่มตัวอย่างที่อยู่ในช่วงวัยรุ่น โดยปัจจัยส่วนบุคคล ประกอบไปด้วย เพศ ชั้นปี และรายได้ที่ได้รับต่อเดือน มีความเกี่ยวข้องกับคุณภาพชีวิต กล่าวคือ ไม่ว่าเพศหญิง หรือเพศชาย มีคุณภาพชีวิตเหมือนกัน นักศึกษาชั้นปีที่ 2 มีคุณภาพชีวิตที่ดีกว่า นักศึกษาชั้นปีที่ 1 สำหรับนักศึกษาชั้นปีที่ 3 และนักศึกษาชั้นปีที่ 4 มีคุณภาพชีวิตเหมือนกัน และนักศึกษาที่มีรายได้ที่ได้รับต่อเดือนต่างกันมีคุณภาพชีวิตเหมือนกัน สำหรับปัจจัยทางจิตวิทยา ประกอบไปด้วย สัมพันธภาพระหว่างนักศึกษากับครอบครัวมีความสัมพันธ์ทางบวกกับคุณภาพชีวิต ซึ่งนักศึกษาที่มีสัมพันธภาพระหว่างนักศึกษากับครอบครัวสูงก็จะมีคุณภาพชีวิตอยู่ในระดับปานกลาง และลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตน มีความสัมพันธ์ทางบวกกับคุณภาพชีวิต ซึ่งนักศึกษาที่มีลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตนสูงก็จะมีคุณภาพชีวิตอยู่ในระดับปานกลาง

2. ข้อเสนอแนะในการนำผลวิจัยไปใช้

จากการศึกษาค้นคว้า พบว่า ลักษณะมุ่งอนาคตและควบคุมตน และสัมพันธภาพระหว่างนักศึกษา กับครอบครัว มีความสัมพันธ์ทางบวกกับคุณภาพชีวิต ดังนั้น ผู้ปกครอง หรือคณาจารย์ควรมีการส่งเสริมการ ทำกิจกรรมร่วมกันระหว่างสมาชิกในครอบครัว เพื่อส่งเสริมการมีสัมพันธภาพที่ดี ระหว่างสมาชิกในครอบครัว และกิจกรรมที่จะช่วยส่งเสริมการพัฒนาให้นักศึกษามีภูมิคุ้มกันในการวางแผนเป้าหมาย ให้ความสำคัญใน อนาคตมากกว่าปัจจุบันได้อย่างมีประสิทธิภาพ

เอกสารอ้างอิง

- กระทรวงการอุดมศึกษา วิทยาศาสตร์ วิจัยและนวัตกรรม. (2562). นโยบายและยุทธศาสตร์การอุดมศึกษา วิทยาศาสตร์ วิจัยและนวัตกรรม พ.ศ. 2563 – 2570 และแผนด้านวิทยาศาสตร์ วิจัยและนวัตกรรม พ.ศ. 2563 – 2564. สืบค้นเมื่อ 25 เมษายน 2564, จาก https://backend.tsri.or.t/files/trf/2/docs/Policy_and_Strategy_of_Thailand_HESI_25632570_and_Thailand_SRI_Plan_2563-2565.pdf
- กระทรวงศึกษาธิการ. (2560). แผนพัฒนาการศึกษาของกระทรวงศึกษาธิการ ฉบับที่ 12. สืบค้นเมื่อ 25 เมษายน 2564, จาก <http://www.mua.go.th/users/bpp/main/download/plan/EducationPlan12.pdf>
- กฤษฎา กมลนัย. (2550). ปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของนักศึกษา ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการอาชีวศึกษาจังหวัดหนองคาย (วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต สาขา วิทยาการศึกษา). มหาวิทยาลัยมหาสารคาม
- เจษฎา อังกาบสี. (2561). จิตวิทยาพัฒนาการ (Developmental Psychology). แดเน็กซ์อินเตอร์คอร์เปอร์ ชั้น.
- ชูศรี วงศ์รัตน์. (2558). เทคนิคการเขียนเค้าโครงการวิจัย : แนวทางสู่ความสำเร็จ (พิมพ์ครั้งที่ 3 ฉบับปรับปรุง). อมรการพิมพ์.
- ดวงเดือน พันธมนวิน. (2524). จิตวิทยาจริยธรรม และจิตวิทยาภาษา. กรุงเทพฯ: ไทยวัฒนาพานิช.
- ธนิดา ชีร์ตัน. (2554). ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ องค์กรฯ. การค้นคว้าอิสระสาขาการจัดการทั่วไป. มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรี.
- นพรัตน์ เรียบทวี. (2548). องค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตของนักศึกษาปริญญาตรี คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ กรุงเทพมหานคร. สารนิพนธ์ สาขาจิตวิทยาการศึกษา. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- พิชญ์วีย์ สีนสวัสดิ์ และเบญจวรรณ พิพทาร์. (2559). ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยคัดสรรกับคุณภาพชีวิต ของนักศึกษาพยาบาลวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ราชบุรี. วารสารเกื้อการุณย์, 23(1), 7-20.
- ภัทรพล มหาจันทร์. (2550). คุณภาพชีวิตนักศึกษาระดับปริญญาตรี คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัย ศิลปากร. วิทยานิพนธ์ สาขาวิชาศึกษา. มหาวิทยาลัยศิลปากร.

- ศรีเรือน แก้วกังวาล. (2539). *ทฤษฎีจิตวิทยาบุคลิกภาพ รู้เขา รู้เรา* (พิมพ์ครั้งที่ 4). กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์หมอชาวบ้าน.
- ศศิพันธ์ ทรงสัตย์. (2542). ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับคุณภาพชีวิตของนักศึกษาระดับปริญญาตรี สถาบันราชภัฏเชียงใหม่ (วิทยานิพนธ์การศึกษามัธยมศึกษา สาขาจิตวิทยาการศึกษา.). มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. (2560). *แผนพัฒนาเศรษฐกิจ และสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 12*.
- สุขิน บัวงาม. (2551). *คุณภาพชีวิตของนักศึกษาสถาบันการพลศึกษา. รายงานการวิจัย. สถาบันการพลศึกษา.*
- สุทธิพร บุญส่ง. (2550). *คุณธรรมจริยธรรมกับการพัฒนาคุณภาพชีวิต* (พิมพ์ครั้งที่ 2). ทริปเพิ้ลเอดดูเคชั่น.
- สุวัฒน์ มหัตนิรันดร์กุล และคณะ. (2540). *เปรียบเทียบแบบวัดคุณภาพชีวิตขององค์การอนามัยโลกชุด 100 ตัวชี้วัดและ 26 ตัวชี้วัด. กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข.*
- อนันต์ ศรี สมิตธี นราเศรษฐ์. (2561). การศึกษาคุณภาพชีวิตของนักศึกษาพยาบาล มหาวิทยาลัยอีสเทิร์นเอเซีย. *วารสารวิชาการ*, 24(4), 562-574.