



ปัจจัยทำนายและแนวทางลดความเครียดในการฝึกภาคปฏิบัติวิชาการพยาบาลมารดา-ทารก  
และการผดุงครรภ์ 1 ของนักศึกษาพยาบาลตำรวจ วิทยาลัยพยาบาลตำรวจ  
FACTORS PREDICTION AND STRESS REDUCTION GUIDELINE FOR STRESS  
IN MATERNAL-NEWBORN NURSING AND MIDWIFERY PRACTICUM 1  
OF POLICE NURSING STUDENTS AT POLICE NURSING COLLEGE

กัญญ์ชิสสา สุนทรมาลัย<sup>1</sup>

Kanchisa Soontonmalai

<sup>1</sup>พันตำรวจโทหญิง, อาจารย์ (สบ 3) ภาควิชาการพยาบาลสูติ-นรีเวชศาสตร์ กลุ่มงานอาจารย์ วิทยาลัยพยาบาลตำรวจ

Police Nursing College, Bangkok.

**บทคัดย่อ**

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา 1) ระดับความเครียดของนักศึกษาพยาบาลตำรวจ ชั้นปีที่ 3 2) ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านการจัดการเรียนการสอน ด้านพฤติกรรมการสอนของอาจารย์/พยาบาลพี่เลี้ยง ด้านสัมพันธภาพกับอาจารย์ ด้านสัมพันธภาพกับเพื่อน และด้านสถานที่ฝึกปฏิบัติงาน/สภาพแวดล้อมกับความเครียดของนักศึกษาพยาบาลตำรวจ ชั้นปีที่ 3 3) ปัจจัยทำนายที่มีผลต่อความเครียดของนักศึกษาพยาบาลตำรวจ ชั้นปีที่ 3 และ 4) แนวทางลดความเครียดของนักศึกษาพยาบาลตำรวจ ชั้นปีที่ 3 ในรายวิชาปฏิบัติการพยาบาลมารดา-ทารก และการผดุงครรภ์ 1 ตัวอย่างคือ นักศึกษาพยาบาล ชั้นปีที่ 3 วิทยาลัยพยาบาลตำรวจ จำนวน 56 คน ที่ลงทะเบียนเรียนวิชาปฏิบัติการพยาบาลมารดา-ทารก และการผดุงครรภ์ 1 ปีการศึกษา 2559 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แบบสอบถามความเครียด แบบสอบถามเกี่ยวกับปัจจัยในการฝึกปฏิบัติวิชาการพยาบาลมารดา-ทารกและการผดุงครรภ์ 1 และแบบสัมภาษณ์ข้อมูลแบบกึ่งโครงสร้างเกี่ยวกับแนวทางลดความเครียดของนักศึกษาพยาบาลตำรวจ ชั้นปีที่ 3 วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน การวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอน และการวิเคราะห์เชิงเนื้อหา

ผลการวิจัยพบว่า 1) นักศึกษาพยาบาลตำรวจชั้นปีที่ 3 มีความเครียดโดยภาพรวมอยู่ในระดับสูง ( $\bar{X}=54.30$ , S.D.=15.72) มีความเครียดสูงสุดในเรื่องกลัวทำงานผิดพลาด ( $\bar{X}=3.93$ , S.D.=.93) และมีความเครียดต่ำสุดเรื่องครอบครัวมีความขัดแย้งกันในเรื่องเงินหรือเรื่องงานในบ้าน ( $\bar{X}=1.79$ , S.D.=1.07) 2) ปัจจัยด้านการจัดการเรียนการสอน ด้านพฤติกรรมการสอนของอาจารย์/พยาบาลพี่เลี้ยง ด้านสถานที่ฝึกปฏิบัติงาน/สภาพแวดล้อม ด้านสัมพันธภาพกับเพื่อน และด้านสัมพันธภาพกับอาจารย์มีความสัมพันธ์กับความเครียดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $r=-.788, -.667, -.553, -.498, p<.01$  ตามลำดับ และ  $r=-.309, p<.05$ ) 3) ปัจจัยด้านการจัดการเรียนการสอนสามารถทำนายความเครียดของนักศึกษาพยาบาลตำรวจได้ร้อยละ 62.1 ( $R^2=.621$ , Adjusted  $R^2=.614$ ,  $F_{\text{Change}(1,54)}=88.648, p=.000$ ) และ 4) แนวทางลดความเครียดสำหรับนักศึกษาพยาบาลตำรวจ ชั้นปีที่ 3 ในรายวิชาปฏิบัติการพยาบาลมารดา-ทารก และการผดุงครรภ์ 1 คือ การเตรียมความพร้อมก่อนฝึกปฏิบัติและการส่งเสริมพลังอำนาจ

**คำสำคัญ :** ปัจจัยทำนายความเครียด, วิชาปฏิบัติการพยาบาลมารดา-ทารก และการผดุงครรภ์ 1, นักศึกษาพยาบาลตำรวจ

## Abstract

The purpose of this study were to examine 1) the stress levels of the third year police nursing students, 2) correlation of learning management, teaching behavior of instructor or nurse preceptor, relationships with instructor, relationships with friend, the setting of nursing practical and the environment of work place with stress of the 3<sup>rd</sup> level police nursing students, and 3) predictive factors influence to stress of the 3<sup>rd</sup> level police nursing students and 4) stress reduction guild line for the 3<sup>rd</sup> level police nursing students for maternity-newborn nursing and midwifery practicum 1. Fifty-six samples who were recruited, from registered of the 3<sup>rd</sup> level police nursing students for maternity-newborn nursing and midwifery practicum 1 course on academic year 2016. Instruments consisted of questionnaire and semi-structured interviewing form. Data were analyzed by frequency, percentage, mean, standard deviation, Pearson's product moment correlation coefficient, stepwise multiple regression analysis, and content analysis.

The research results were as follows: 1) Overall the stress levels scores of the 3<sup>rd</sup> level police nursing students for maternity-newborn nursing and midwifery practicum 1 were at a high level ( $\bar{X}$  =54.30, S.D.=15.72), the highest in afraid malfunction ( $\bar{X}$  =3.93, S.D.=.93), the lowest in conflict of money or work in the family ( $\bar{X}$  =1.79, S.D.=1.07). 2) Factors of learning management, teaching behavior of instructor and nurse preceptor, the setting of nursing practical and the environment of work place, relationships with friends, and relationships with instructor were significantly correlated the stress ( $r$  =-.788, -.667, -.553, -.498,  $p$  <.01 respectively and  $r$  =-.309,  $p$  <.05). 3) Learning management significantly predicted the stress of the 3<sup>rd</sup> level police nursing students for maternity-newborn nursing and midwifery practicum 1 and predictive stress at 62.1 % ( $R^2$  =.621, Adjusted  $R^2$  =.614,  $F_{\text{Change}(1,54)}$  =88.648,  $p$  =.000). 4) stress reduction guild line of the 3<sup>rd</sup> level police nursing students for maternity-newborn nursing and midwifery practicum 1 were prepare yourself before nursing practice in the real situation and promoting empowerment.

**Keywords :** factors prediction for stress, stress reduction guild line, maternity-newborn nursing and midwifery practicum 1, police nursing students

## ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

วิชาชีพการพยาบาลมีบทบาทสำคัญในการบริการให้กับผู้ป่วย ครอบครัว และชุมชน เนื่องจากพยาบาลเป็นบุคลากรทางสุขภาพที่ใกล้ชิดกับผู้รับบริการมากที่สุด วิชาชีพการพยาบาลจึงมีความเกี่ยวข้องโดยตรงกับชีวิตและความปลอดภัยของผู้ที่มารับบริการ นักศึกษาพยาบาลเมื่อก้าวเข้าสู่การศึกษาในวิชาชีพการพยาบาลต้องมีการปรับตัวอย่างมากทั้งต่อสภาพการเรียนการสอนที่มีลักษณะเฉพาะทาง และการเรียนทั้งภาคทฤษฎีและปฏิบัติ เนื่องจากพยาบาลเป็นวิชาชีพที่เน้นการฝึกปฏิบัติร่วมด้วย ดังนั้นในหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิตจึงมีการจัดการเรียนการสอนให้นักศึกษาพยาบาลมีการฝึกภาคปฏิบัติควบคู่กับการเรียนภาคทฤษฎี (Sharif & Masoumi, 2005) เพื่อนำความรู้ภาคทฤษฎีมาประยุกต์ใช้ในการดูแลผู้ป่วยบนคลินิก โดยนักศึกษาพยาบาลส่วนใหญ่ที่เข้ามาศึกษาในหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิตจะมีอายุอยู่ในช่วงระหว่าง 17-22 ปี ซึ่งตรงกับช่วงวัยรุ่นตอนปลายจนถึงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น การเปลี่ยนแปลงดังกล่าวจะเกิดขึ้นอย่างรวดเร็วทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสติปัญญา การเรียนการสอนภาคปฏิบัติในรายวิชาปฏิบัติการพยาบาลมารดา-ทารกและการผดุงครรภ์ 1 จึงอาจทำให้นักศึกษาพยาบาลเกิดความเครียดได้ เนื่องจากต้องเผชิญกับการตั้งครรภ์และการคลอดของมารดาที่มารับบริการที่หน่วยตรวจฝากครรภ์ ห้องคลอด และหอผู้ป่วยหลังคลอด ซึ่งเป็นสถานที่ที่มีความแตกต่างกัน และพบว่า นักศึกษาพยาบาลมีความเครียดที่เกิดจากความรู้สึกลึบตัน วิตกกังวล และกลัวการฝึกปฏิบัติในห้องคลอด ดังการศึกษาที่ผ่านมาของ Jumthong, Yaelao, Vanindananda, and Bhukong (2009) ที่พบว่า ลักษณะความเครียดของนักศึกษาพยาบาลมีความเกี่ยวข้องกับความกลัวที่เฉพาะเจาะจง ได้แก่ กลัวความล้มเหลว กลัวการประเมินของอาจารย์ผู้สอนภาคปฏิบัติ กลัวอันตรายที่ผู้คลอดจะได้รับ กลัวการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้คลอด และญาติของผู้คลอด นอกจากนี้การกลัวการทำคลอด

ทำให้ขาดความมั่นใจในการพยาบาลและเกิดความวิตกกังวลกับกับการฝึกทักษะปฏิบัติต่าง ๆ เช่น การฉีดยา การทำคลอด เป็นต้น สิ่งเหล่านี้ก่อให้เกิดความเครียดแก่นักศึกษาพยาบาลในขณะขึ้นฝึกปฏิบัติงานได้ สอดคล้องกับ การศึกษาของ Limthongkul and Aree-Ue (2009) ที่พบว่าสาเหตุที่ทำให้นักศึกษาพยาบาลเกิดความเครียดได้แก่ 1) การขาดทักษะในการฝึกปฏิบัติการพยาบาล 2) สัมพันธภาพและการสื่อสาร 3) สิ่งแวดล้อมบนหอผู้ป่วย 4) การขาดความรู้ 5) ลักษณะการนิเทศงานของอาจารย์ 6) การจัดการเรียนการสอน และ 7) ปัญหาสุขภาพ

นอกจากนี้ความเครียดของนักศึกษาพยาบาลอาจเกิดจากการได้รับข้อมูลจากรุ่นพี่หรือพี่พยาบาล ซึ่งจะก่อให้เกิดความเครียดได้ จากการสำรวจความคิดเห็นของนักศึกษาพยาบาลตำรวจ ชั้นปีที่ 3 วิทยาลัยพยาบาลตำรวจ ก่อนขึ้นฝึกปฏิบัติงานในรายวิชาปฏิบัติการพยาบาลมารดา-ทารกและการผดุงครรภ์ 1 ภาคการศึกษาปลายปีการศึกษา 2558 พบว่า นักศึกษาพยาบาลส่วนใหญ่รับรู้ต่อการจัดการเรียนการสอนในทางลบ และจากบันทึกการสะท้อนคิดของผู้เรียนที่ให้ความคิดเห็นว่า “การขึ้นฝึกภาคปฏิบัติในรายวิชาปฏิบัติการพยาบาลมารดา-ทารกและการผดุงครรภ์ 1 ต้องใช้ความรู้และทักษะปฏิบัติเป็นอย่างมาก การฝึกมีความเสี่ยงต่อแม่และลูก นักศึกษาพยาบาลกลัวว่าจะทำไม่ได้ เพราะไม่เคยทำมาก่อน และรุ่นพี่พยาบาลบอกต่อ ๆ กันมาว่า ยากมากกว่าจะผ่านไป ได้เลยทำให้รู้สึกเครียดกับการขึ้นฝึกปฏิบัติงานในครั้งนี้” ซึ่งจากข้อมูลดังกล่าวแสดงให้เห็นว่า ความเครียดของนักศึกษาพยาบาลก่อนขึ้นฝึกปฏิบัติเป็นปัญหาและอุปสรรคต่อการฝึกปฏิบัติเป็นอย่างมาก

จากที่กล่าวมา ผู้วิจัยในฐานะอาจารย์ผู้สอน รายวิชาปฏิบัติการพยาบาลมารดา-ทารกและการผดุงครรภ์ 1 ได้เห็นถึงสภาพปัญหาความเครียดของนักศึกษาพยาบาลตำรวจที่ขึ้นฝึกปฏิบัติการพยาบาลในรายวิชาดังกล่าว จึงสนใจที่

จะศึกษาระดับความเครียด ปัจจัยที่มีผลต่อความเครียด และแนวทางลดความเครียด เพื่อนำข้อมูลที่ได้มาวางแผนและแก้ปัญหาจากการจัดการเรียนการสอนในรายวิชาปฏิบัติการพยาบาลมารดา-ทารก และการผดุงครรภ์ 1 ให้กับนักศึกษาพยาบาลตำรวจต่อไป

### วัตถุประสงค์การวิจัย

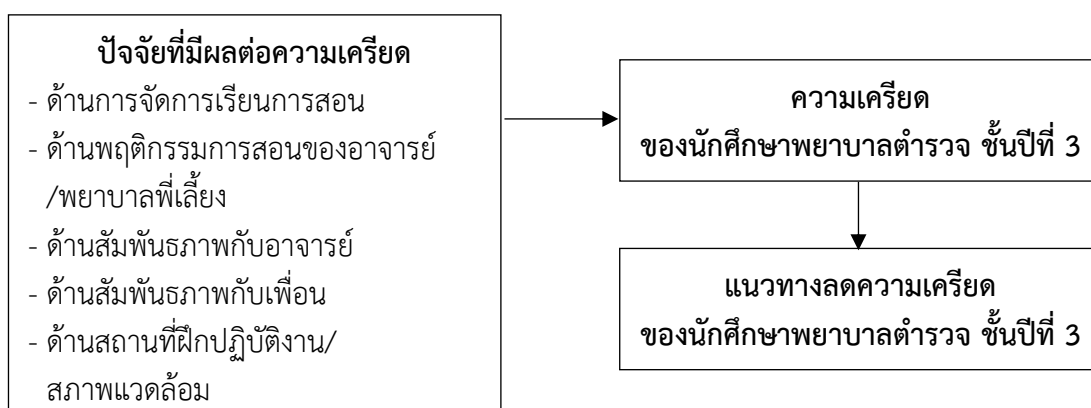
1. เพื่อศึกษาระดับความเครียดของนักศึกษาพยาบาลตำรวจ ชั้นปีที่ 3

2) เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านการจัดการเรียนการสอน ด้านพฤติกรรมการสอนของอาจารย์/พยาบาลพี่เลี้ยง ด้านสัมพันธภาพกับอาจารย์ ด้านสัมพันธภาพกับเพื่อน และด้านสถานที่ฝึกปฏิบัติงาน/สภาพแวดล้อม กับความเครียดของนักศึกษาพยาบาลตำรวจ ชั้นปีที่ 3

3) ปัจจัยทำนายความเครียดของนักศึกษาพยาบาลตำรวจ ชั้นปีที่ 3

4) แนวทางลดความเครียดของนักศึกษาพยาบาลตำรวจ ชั้นปีที่ 3 ในรายวิชาปฏิบัติการพยาบาลมารดา-ทารก และการผดุงครรภ์ 1

### กรอบแนวคิดการวิจัย



ภาพ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย

### วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบผสมวิธี (mixed method research) แบบ exploratory sequential โดยทำการวิจัยเชิงปริมาณ (quantitative research) ก่อน แล้วจึงตามด้วยการวิจัยเชิงคุณภาพ (qualitative research)

**ประชากรและตัวอย่าง** คือ นักศึกษาพยาบาลตำรวจ ชั้นปีที่ 3 ที่ลงทะเบียนเรียนรายวิชาปฏิบัติการพยาบาลมารดา-ทารก และการผดุงครรภ์ 1 ปีการศึกษา 2559 จำนวน 56 คน

**ผู้ให้ข้อมูลหลัก (key informants)** คือ อาจารย์ผู้สอน จำนวน 6 คน พยาบาลพี่เลี้ยงที่เป็นตัวแทนของแหล่งฝึกทั้ง 3 หน่วย หน่วยละ 2 คน รวมจำนวนพยาบาลพี่เลี้ยงทั้งหมด 6 คน และ

นักศึกษาพยาบาลตำรวจ ชั้นปีที่ 3 กลุ่มละ 2 คน จำนวน 6 กลุ่ม รวม 12 คน ซึ่งได้รับการคัดเลือกแบบเฉพาะเจาะจง (purposive selection)

### เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. แบบสอบถามความเครียดในการฝึกปฏิบัติการพยาบาลมารดา-ทารก และการผดุงครรภ์ 1 ซึ่งผู้วิจัยมีการปรับข้อความจากแบบสอบถามความเครียดของสวนปรุง (SPST-20) (กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข, 2541) โดยมีข้อความทั้งหมดจำนวน 20 ข้อ เป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ ได้แก่ ไม่รู้สึกเครียด (1) รู้สึกเครียดเล็กน้อย (2) รู้สึกเครียดปานกลาง (3) รู้สึกเครียดมาก (4) และรู้สึกเครียดมากที่สุด (5) แล้วนำไปตรวจสอบความตรงโดยผู้ทรงคุณวุฒิ

จำนวน 3 ท่าน ได้ค่าดัชนีความตรงตามวัตถุประสงค์ (item objective congruence: IOC) เท่ากับ 1.00 และนำไปทดลองใช้ในกลุ่มที่มีลักษณะคล้ายตัวอย่างเพื่อทดสอบความเที่ยงของเครื่องมือ โดยได้ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาคเท่ากับ .94

2. แบบสอบถามเกี่ยวกับปัจจัยในการฝึกปฏิบัติวิชาการพยาบาลมารดา-ทารก และการผดุงครรภ์ 1 ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นโดยปรับปรุงจากแบบสอบถามของ มาลีวัล เลิศสาครศิริ (2555) ประกอบด้วย 5 ด้าน ได้แก่ ด้านการจัดการเรียนการสอนภาคปฏิบัติ ด้านพฤติกรรมการสอนของอาจารย์/พยาบาลพี่เลี้ยง ด้านสัมพันธภาพกับอาจารย์ ด้านสัมพันธภาพกับเพื่อน และด้านสถานที่ฝึกปฏิบัติงาน/สภาพแวดล้อม ข้อคำถามมีจำนวนทั้งสิ้น 51 ข้อ ลักษณะของข้อคำถามเป็นแบบมาตราประมาณค่า 5 ระดับ คือ 1 หมายถึง ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง ไปจนถึง 5 หมายถึง เห็นด้วยอย่างยิ่ง แล้วนำไปตรวจสอบความตรงโดยผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 ท่าน ได้ค่า IOC เท่ากับ 1.00 และนำไปทดลองใช้ในกลุ่มที่มีลักษณะคล้ายตัวอย่างเพื่อทดสอบความเที่ยงของเครื่องมือ โดยได้ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาคเท่ากับ .97

3. แบบสัมภาษณ์แบบกึ่งโครงสร้าง (semi-structured interview) เกี่ยวกับแนวทางการลดความเครียดของนักศึกษาพยาบาลตำรวจ ชั้นปีที่ 3 ในการฝึกปฏิบัติวิชาการพยาบาลมารดา-ทารก และการผดุงครรภ์ 1 ผู้วิจัยสร้างขึ้นจากผลการวิจัยในครั้งนี้ แล้วนำไปตรวจสอบความตรงด้วยวิธี triangulation โดยผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 ท่าน และทำการปรับปรุงจนแบบสัมภาษณ์แบบกึ่งโครงสร้างมีความสมบูรณ์ในการนำไปใช้

**การพิทักษ์สิทธิ์** การวิจัยครั้งนี้ผ่านการอนุมัติจากคณะกรรมการจริยธรรมและวิจัยในมนุษย์ โรงพยาบาลตำรวจ เลขที่หนังสือรับรอง จว. 18/2560 โดยผู้วิจัยได้ชี้แจงวัตถุประสงค์ แจ้งสิทธิแก่ตัวอย่างและผู้ให้ข้อมูลหลัก ซึ่งตัวอย่างและผู้ให้ข้อมูลหลักสามารถปฏิเสธหรือถอนตัวออกจากการวิจัยได้ตลอดเวลา โดยไม่มีผลกระทบใด ๆ

**การเก็บรวบรวมข้อมูล** ผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลโดยเริ่มจากการวิจัยเชิงปริมาณก่อน แล้วจึงเก็บรวบรวมข้อมูลเชิงคุณภาพ มีรายละเอียดดังนี้

1. การเก็บรวบรวมข้อมูลเชิงปริมาณ ผู้วิจัยได้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลหลังจากผ่านการพิจารณาจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ โรงพยาบาลตำรวจ โดยชี้แจงวัตถุประสงค์ วิธีดำเนินการวิจัย และเมื่อตัวอย่างยินดีเข้าร่วมในการวิจัย ผู้วิจัยให้กับตัวอย่างตอบแบบสอบถาม 2 ส่วน คือ แบบสอบถามปัจจัยในการฝึกปฏิบัติวิชาการพยาบาลมารดา-ทารก และการผดุงครรภ์ 1 และแบบสอบถามความเครียดในการฝึกปฏิบัติวิชาการพยาบาลมารดา-ทารก และการผดุงครรภ์ 1 ภายหลังจากตัวอย่างตอบแบบสอบถามแล้ว ผู้วิจัยตรวจสอบความสมบูรณ์ของแบบสอบถาม แล้วนำไปวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณ

2. การเก็บรวบรวมข้อมูลเชิงคุณภาพ ผู้วิจัยได้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลหลังจากวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณในข้อ 1 แล้ว ผู้วิจัยได้นัดหมาย วัน เวลา และสถานที่ในการสัมภาษณ์ด้วยตัวเองทีละกลุ่มกับผู้ให้ข้อมูลหลักซึ่งเป็นอาจารย์ผู้สอน จำนวน 6 คน พยาบาลพี่เลี้ยง จำนวน 6 คน และนักศึกษาพยาบาลตำรวจ จำนวน 12 คน โดยชี้แจงวัตถุประสงค์ วิธีดำเนินการวิจัย และขออนุญาตบันทึกข้อมูลในการสัมภาษณ์ เพื่อนำมาถอดความ แล้วส่งให้ผู้ให้ข้อมูลหลักยืนยันความถูกต้อง เหมาะสม แล้วจึงนำไปวิเคราะห์เนื้อหา (content analysis) เพื่อสรุปเป็นแนวทางการลดความเครียดของนักศึกษาพยาบาลตำรวจ ชั้นปีที่ 3 ในการฝึกปฏิบัติรายวิชาปฏิบัติการพยาบาลมารดา-ทารก และการผดุงครรภ์ 1

### **การวิเคราะห์ข้อมูล**

#### **1. ข้อมูลเชิงปริมาณ**

1.1 ข้อมูลส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ อายุ และเกรดเฉลี่ยสะสม วิเคราะห์ข้อมูลโดยการแจกแจงความถี่ และร้อยละ

1.2 ข้อมูลเกี่ยวกับปัจจัยในการฝึกปฏิบัติวิชาการพยาบาลมารดา-ทารก และการผดุงครรภ์ 1 วิเคราะห์โดยใช้ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

1.3 ข้อมูลเกี่ยวกับความเครียดในการฝึกปฏิบัติวิชาการพยาบาลมารดา-ทารก และการผดุงครรภ์ 1 วิเคราะห์โดยใช้ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

1.4 ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยในการฝึกปฏิบัติวิชาการพยาบาลมารดา-ทารก และการผดุงครรภ์ 1 กับความเครียดของนักศึกษาพยาบาล ชั้นปีที่ 3 วิเคราะห์โดยใช้สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson's product moment correlation coefficient)

1.5 ปัจจัยทำนายความเครียดของนักศึกษาพยาบาล ชั้นปีที่ 3 วิเคราะห์โดยใช้สถิติถดถอยเชิงพหุคูณแบบขั้นตอน (Stepwise multiple regression analysis)

2. ข้อมูลเชิงคุณภาพ ข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์ใช้การตรวจสอบสามเส้าด้านข้อมูล (data triangulation) โดยพิจารณาจาก 3 แหล่ง ได้แก่ แหล่งเวลา แหล่งสถานที่ และแหล่งบุคคล และใช้การวิเคราะห์เชิงเนื้อหา (content analysis)

## ผลการวิจัย

นักศึกษาพยาบาลตำรวจ ชั้นปีที่ 3 ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิงร้อยละ 94.6 อายุอยู่ระหว่าง 20-24 ปี อายุเฉลี่ยเท่ากับ 21.4 ปี เกรดเฉลี่ยสะสมอยู่ระหว่าง 2.25-3.54 ( $\bar{X}$  = 2.86, S.D. = .30)

ระดับความเครียดในการฝึกปฏิบัติวิชาการพยาบาลมารดา-ทารกและการผดุงครรภ์ 1 นักศึกษาพยาบาลตำรวจในภาพรวมอยู่ในระดับสูง ( $\bar{X}$  = 54.30, S.D. = 15.72) โดยมีความเครียดสูงสุด 85 คะแนน (มีความเครียดในระดับรุนแรง) และมีความเครียดในระดับต่ำสุด 28 คะแนน (มีความเครียดในระดับปานกลาง) และ เมื่อพิจารณารายข้อพบว่า ข้อที่มีความเครียดมากที่สุดคือ กลัวทำงานผิดพลาด ( $\bar{X}$  = 3.93, S.D. = .93) รองลงมาคือ ไปไม่ถึงเป้าหมายที่วางไว้ ( $\bar{X}$  = 3.57, S.D. = 1.04) และข้อที่มีความเครียดต่ำที่สุดคือ ครอบครัวยังมีความขัดแย้งกันในเรื่องเงินหรือเรื่องงานในบ้าน ( $\bar{X}$  = 1.79, S.D. = 1.07)

ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความเครียดของนักศึกษาพยาบาลตำรวจ ชั้นปีที่ 3 ในการฝึกปฏิบัติการพยาบาลมารดา-ทารกและการผดุงครรภ์ 1 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ คือ การจัดการเรียนการสอน พฤติกรรมการสอนของอาจารย์/พยาบาลพี่เลี้ยง สถานที่ฝึกปฏิบัติงาน/สภาพแวดล้อม สัมพันธภาพกับเพื่อน และสัมพันธภาพกับอาจารย์ ( $r$  = -.788, -.667, -.553, -.498,  $p$  < .01 ตามลำดับ และ  $r$  = -.309,  $p$  < .05) ดังแสดงในตาราง 1

ตาราง 1 ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความเครียดในการฝึกปฏิบัติวิชาการปฏิบัติการพยาบาลมารดา-ทารก และการผดุงครรภ์ 1 (n=56)

ตัวแปร	1	2	3	4	5	6
1. ความเครียดในการฝึกปฏิบัติ	1.00					
2. การจัดการเรียนการสอน	-.788**	1.00				
3. พฤติกรรมการสอนของอาจารย์/พยาบาลพี่เลี้ยง	-.667**	.750**	1.00			
4. สัมพันธภาพกับอาจารย์	-.309*	.321*	.516**	1.00		
5. สัมพันธภาพกับเพื่อน	-.498**	.480**	.426**	.612**	1.00	
6. สถานที่ฝึกปฏิบัติงาน/สภาพแวดล้อม	-.553**	.531**	.536**	.392**	.591**	1.00

\* $p$  < .05, \*\*  $p$  < .01

ปัจจัยการจัดการเรียนการสอนสามารถทำนายความเครียดของนักศึกษาพยาบาลตำรวจชั้นปีที่ 3 ในการฝึกปฏิบัติวิชาปฏิบัติการพยาบาลมารดา-ทารกและการผดุงครรภ์ 1 ได้อย่างมี

นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยสามารถทำนายได้ร้อยละ 62.1 ( $R^2=.621$ , Adjusted  $R^2=.614$ ,  $F_{\text{Change}(1,54)}=88.648$ ,  $p=.000$ ) ดังแสดงในตาราง 2

ตาราง 2 ปัจจัยทำนายความเครียดของนักศึกษาพยาบาลตำรวจชั้นปีที่ 3 ในการฝึกปฏิบัติวิชาปฏิบัติการพยาบาลมารดา-ทารกและการผดุงครรภ์ 1 (n=56)

ตัวแปร	B	S.E.	Beta	t	p
ค่าคงที่	122.903	7.402		16.605	.000
การจัดการเรียนการสอน	-19.764	2.099	-.788	-9.415	.000

$R=.788$ ,  $R^2=.621$ , Adjusted  $R^2=.614$ ,  $R^2\text{change}=.621$ ,  $F_{\text{Change}(1,54)}=88.648$ ,  $p=.000$

แนวทางลดความเครียดของนักศึกษาพยาบาลตำรวจชั้นปีที่ 3 ในการฝึกภาคปฏิบัติวิชาปฏิบัติการพยาบาลมารดา-ทารกและการผดุงครรภ์ 1 จากการสัมภาษณ์ข้อมูลแบบกึ่งโครงสร้าง (semi-structured interview) กับอาจารย์ผู้สอน พยาบาลพี่เลี้ยง และตัวแทนนักศึกษาพยาบาลตำรวจชั้นปีที่ 3 ในการฝึกปฏิบัติวิชาปฏิบัติการพยาบาลมารดา-ทารกและการผดุงครรภ์ 1 มีดังนี้

1. การเตรียมความพร้อมก่อนฝึกปฏิบัติ ได้แก่ การทบทวนความรู้ด้านเนื้อหา และการจัดกิจกรรมเสริมทักษะการปฏิบัติการพยาบาล โดยการทบทวนความรู้ด้านเนื้อหา และการจัดกิจกรรมเสริมทักษะการปฏิบัติการพยาบาลที่เป็นเรื่องสำคัญโดยเฉพาะ และการปฏิบัติกิจกรรมตามแผนที่ได้กำหนดไว้ซึ่งในการฝึกปฏิบัติควรมีการวางแผนในการจัดกิจกรรมที่เหมาะสมเพื่อเป็นการลดความเครียดในการขึ้นฝึกปฏิบัติ

2. การส่งเสริมพลังอำนาจ (empowerment) โดยอาจารย์ผู้สอนอาจใช้กระบวนการมีส่วนร่วมในการดำเนินการ ใช้วิธีการสนทนาแลกเปลี่ยนความรู้และความคิดเห็นซึ่งกันและกัน ร่วมกันระบุปัญหาของตนเอง วิเคราะห์สาเหตุและความ เป็นมาของปัญหา โดยใช้วิจารณญาณในการมองความสามารถทางการพยาบาลของนักศึกษาพยาบาลในขณะขึ้นฝึกปฏิบัติ

### การอภิปรายผลการวิจัย

1. ความเครียดของนักศึกษาพยาบาลตำรวจชั้นปีที่ 3 ในการฝึกปฏิบัติวิชาปฏิบัติการพยาบาลมารดา-ทารกและการผดุงครรภ์ 1 ในภาพรวมอยู่ในระดับสูง ( $\bar{X}=54.30$ ,  $S.D.=15.72$ ) ซึ่งไม่สอดคล้องกับการศึกษาของ Lertsakornsiri (2015) ที่พบว่า ความเครียดของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 3 และชั้นปีที่ 4 ขณะฝึกปฏิบัติงานที่ห้องคลอด มีความเครียดอยู่ในระดับปานกลาง และการศึกษาของ Photawon and Pensuwan (2013) ที่พบว่า นักศึกษาพยาบาล ชั้นปีที่ 4 วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีสงขลา มีความเครียดในการฝึกปฏิบัติงานรายวิชาปฏิบัติการพยาบาลมารดา-ทารกและการผดุงครรภ์ 2 อยู่ในระดับปานกลาง และการศึกษาของ Limruangrong (2002) ที่พบว่า นักศึกษาพยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล มีความเครียดขณะฝึกปฏิบัติงานที่ห้องคลอดอยู่ในระดับต่ำ ที่เป็นเช่นนี้เพราะนักศึกษาพยาบาลตำรวจยังมีความรู้สึกตื่นเต้น วิดตกังวล และมีความกลัวการทำงานผิดพลาดจากการฝึกภาคปฏิบัติในห้องคลอด ตลอดจนมีความวิตกกังวลกับเหตุการณ์ที่ไม่สามารถคาดการณ์ได้ และคิดว่าทักษะการทำคลอดเป็นสิ่งที่ยากเกินความสามารถของตน ประกอบกับสภาพแวดล้อมที่วิกฤติใน

ห้องคลอดทำให้นักศึกษาพยาบาลกลัวอันตรายที่จะเกิดกับมารดาและทารกจากการปฏิบัติการพยาบาล และการฝึกทำคลอดกับหุ่นมีความแตกต่างจากการทำคลอดในสถานการณ์จริง (Jumthong, Yaelao, Vanindananda, & Bhukong, 2009) นอกจากนี้อาจเป็นเพราะนักศึกษาพยาบาลมีความกดดันในตนเอง จากการมีความรู้ไม่เพียงพอไม่สามารถนำความรู้จากทฤษฎีมาปรับใช้ได้ ซึ่งต้องปฏิบัติงานทุกอย่างให้ถูกต้อง และรวดเร็ว ทำให้มีความวิตกกังวลก่อนขึ้นปฏิบัติ ตลอดจนได้รับฟังข้อมูลมาจากรุ่นพี่และยังมองไม่เห็นภาพการฝึกปฏิบัติ จึงทำให้เมื่อขึ้นฝึกปฏิบัติในสถานการณ์จริงแล้วเกิดความเครียดในระดับสูง ซึ่งถ้าไม่ได้รับการแก้ไขอาจส่งผลให้เกิดเป็นความเครียดในระดับรุนแรง เกิดอาการทางด้านร่างกายและจิตใจ และส่งผลต่อความสามารถในการเรียนรู้ การตัดสินใจ การแก้ปัญหา และการฝึกประสบการณ์ของนักศึกษาพยาบาลได้

2. ปัจจัยด้านการจัดการเรียนการสอน พฤติกรรมการสอนของอาจารย์/พยาบาลพี่เลี้ยง สถานที่ฝึกปฏิบัติงาน/สภาพแวดล้อม สัมพันธภาพกับเพื่อน และสัมพันธภาพกับอาจารย์ มีความสัมพันธ์ทางลบกับความเครียดของนักศึกษาพยาบาลตำรวจ ชั้นปีที่ 3 ในการฝึกปฏิบัติวิชาการพยาบาลมารดา-ทารก และการผดุงครรภ์ 1 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $r = -.788, -.667, -.553, -.498, p < .01$  ตามลำดับ และ  $r = -.309, p < .05$ ) สอดคล้องกับการศึกษาของ Tanttanokit and Rattanaprom (2010) ที่ศึกษาความเครียดและปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดของนักศึกษาพยาบาลขณะฝึกปฏิบัติงานแผนกห้องคลอด โรงพยาบาลมหาราช นครศรีธรรมราช พบว่า ปัจจัยด้านการจัดการเรียนการสอนในภาพรวมมีระดับความเครียดปานกลาง ทั้งนี้เพราะการจัดการเรียนการสอนในภาคปฏิบัติเป็นสิ่งสำคัญที่มีผลทำให้เกิดความเครียดในการฝึกปฏิบัติ โดยเฉพาะการขึ้นฝึกปฏิบัติในวิชาปฏิบัติการพยาบาลมารดา-ทารก และการผดุงครรภ์ 1 ซึ่งต้องตรวจครรภ์ ทำคลอด

และให้การพยาบาลหญิงหลังคลอด ซึ่งการฝึกปฏิบัติครั้งแรกย่อมทำให้เกิดความเครียดได้ ส่วนด้านพฤติกรรมการสอนของอาจารย์/พยาบาลพี่เลี้ยง พบว่า เมื่อนักศึกษาพยาบาลปฏิบัติการพยาบาลและตอบคำถามไม่ถูกต้อง อาจารย์จะแสดงสีหน้าไม่พอใจ ซึ่งมีความสัมพันธ์กับความเครียดของนักศึกษา ทั้งนี้เพราะอาจารย์และพยาบาลพี่เลี้ยงเป็นผู้ที่มีหน้าที่ในการให้ความรู้ ให้คำแนะนำ ชี้แนะ ว่ากล่าว และตักเตือนนักศึกษาพยาบาลให้ปฏิบัติการพยาบาลอย่างถูกต้องและรวดเร็ว เพื่อป้องกันความเสี่ยงที่จะเกิดขึ้นทั้งต่อนักศึกษาพยาบาลและผู้รับบริการ จึงทำให้นักศึกษาพยาบาลเกิดความเครียดได้ ส่วนสัมพันธภาพกับอาจารย์พบว่า สอดคล้องกับการศึกษาของ Namakankham (2008) ที่พบว่า ปัจจัยด้านสัมพันธภาพกับอาจารย์ที่เป็นลักษณะส่วนตัวของอาจารย์นี้เทศมีความสัมพันธ์กับความเครียดของนักศึกษาพยาบาลในระดับปานกลาง และสอดคล้องกับการศึกษาของ Lertsakornsiri (2015) ที่พบว่า ปัจจัยด้านสัมพันธภาพกับอาจารย์มีความสัมพันธ์ทางลบในระดับต่ำกับความเครียดของนักศึกษาพยาบาล ชั้นปีที่ 3 และ ชั้นปีที่ 4 ที่ฝึกปฏิบัติงานห้องคลอดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ทั้งนี้เพราะอาจารย์นี้เทศมีส่วนช่วยอย่างมากในเรื่องความปลอดภัยของผู้รับบริการในการตรวจครรภ์ การทำคลอดโดยอาจารย์ให้คำแนะนำและสอนอย่างใกล้ชิด บางครั้งอาจารย์จะจับมือนักศึกษาในการตรวจครรภ์และทำคลอด พร้อมทั้งให้ความรู้ไปในเวลาเดียวกัน เพื่อลดข้อร้องเรียนและความผิดพลาดที่อาจจะเกิดขึ้น รวมทั้งสร้างความมั่นใจให้กับนักศึกษา ดังนั้นสัมพันธภาพที่ดีของอาจารย์จะช่วยลดความเครียดของนักศึกษาพยาบาลได้ จึงจำเป็นที่อาจารย์จะต้องสร้างความคุ้นเคยและความเป็นมิตรให้กับนักศึกษาพยาบาลทั้งก่อนและขณะฝึกปฏิบัติการพยาบาล ส่วนสัมพันธภาพกับเพื่อนนั้น ผลการวิจัยนี้สอดคล้องกับการศึกษาของ Tantisoonthorn (1989) ที่พบว่า ความสัมพันธ์



ของนักศึกษาพยาบาลกับเพื่อนมีความสัมพันธ์กับความเครียดของนักศึกษาพยาบาล ทั้งนี้เพราะเมื่อนักศึกษาต้องการความช่วยเหลือ นักศึกษามีความสะดวกใจที่จะขอความช่วยเหลือจากเพื่อนมากกว่า เพราะอยู่ในวัยเดียวกัน และสถานที่ฝึกปฏิบัติงาน/สภาพแวดล้อมมีความสัมพันธ์กับความเครียดซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ Tanttanokit and Rattanaprom (2010) ที่พบว่า พยาบาลประจำการที่มีพฤติกรรมชอบจับผิดนักศึกษาตลอดเวลา ต่ำห็นักศึกษาต่อหน้าผู้ป่วยและแพทย์ และไม่ให้ความเป็นกันเองกับนักศึกษา มีความสัมพันธ์กับความเครียดของนักศึกษา แต่ขัดแย้งกับการศึกษาของ Lertsakornsiri (2015) ที่พบว่า ปัจจัยด้านสถานที่ฝึกปฏิบัติงาน/สภาพแวดล้อมมีความสัมพันธ์ทางลบในระดับต่ำกับความเครียดของนักศึกษาพยาบาล ชั้นปีที่ 3 และชั้นปีที่ 4 ที่ฝึกปฏิบัติงานห้องคลอดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ทั้งนี้เพราะการฝึกปฏิบัติวิชาการพยาบาลมารดา-ทารก และการผดุงครรภ์ 1 นักศึกษาต้องเผชิญกับความกดดันอย่างมากต้องดูแลทั้งแม่และลูกให้ปลอดภัย จึงทำให้พยาบาลวิชาชีพที่ดูแลอย่างใกล้ชิดต้องเข้มงวด จนบางครั้งต้องพูดเสียงดังและดุนักศึกษพยาบาลที่ปฏิบัติไม่ถูกต้องหรือล่าช้า เนื่องจากผู้ป่วยส่วนใหญ่อยู่ในภาวะวิกฤต ทำให้เกิดปัญหาในเรื่องสัมพันธภาพ โดยนักศึกษาส่วนใหญ่มีความเห็นว่า พยาบาลประจำการไม่เป็นมิตร ไม่เป็นกันเอง จึงส่งผลให้นักศึกษาเกิดความเครียด ประกอบกับภายในห้องคลอดมีบรรยากาศที่ทำให้เกิดภาวะเครียดจากการเจ็บปวดระหว่างรอคลอด การทำคลอดที่มีภาพน่ากลัว จึงทำให้ความเครียดของนักศึกษาพยาบาลเพิ่มมากขึ้น

3. ปัจจัยด้านการจัดการเรียนการสอนสามารถทำนายความเครียดของนักศึกษาพยาบาลตำรวจ ชั้นปีที่ 3 ในการฝึกปฏิบัติการพยาบาลมารดา-ทารก และการผดุงครรภ์ 1 ได้ร้อยละ 62.1 ทั้งนี้อาจเนื่องจากการจัดการเรียนการสอนเป็นหัวใจสำคัญที่จะทำให้นักศึกษาพยาบาลเกิดความพึงพอใจ

หรือมีความสุขในการเรียนรู้ โดยเฉพาะในการฝึกภาคปฏิบัติการพยาบาล ซึ่งจากสมการทำนายคะแนนมาตรฐานความเครียดของนักศึกษาพยาบาลตำรวจ ชั้นปีที่ 3 ในการฝึกปฏิบัติการพยาบาลมารดา-ทารก และการผดุงครรภ์ 1 พบว่า  $Z_{ความเครียด} = -.788 Z_{การจัดการเรียนการสอน}^*$  ดังนั้น ความเครียดจะลดลงเมื่อการจัดการเรียนการสอนมีความยืดหยุ่น และไม่ทำให้เกิดความรู้สึกกดดัน หรือไม่ทำให้เกิดความกลัวในขณะที่ฝึกปฏิบัติการพยาบาลมารดา-ทารก และการผดุงครรภ์ 1

4. แนวทางลดความเครียดของนักศึกษาพยาบาลตำรวจ ชั้นปีที่ 3 ในการฝึกภาคปฏิบัติการพยาบาลมารดา-ทารกและการผดุงครรภ์ 1 จากการสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลหลัก พบว่า ควรมีการเตรียมความพร้อมก่อนฝึกปฏิบัติ ได้แก่ การทบทวนความรู้ด้านเนื้อหา และการจัดกิจกรรมเสริมทักษะการปฏิบัติการพยาบาล การทบทวนความรู้ด้านเนื้อหา และการจัดกิจกรรมเสริมทักษะการปฏิบัติการพยาบาล สอดคล้องกับการศึกษาของ Janton and Bunlikitkul (2012) ที่พบว่า การเตรียมความพร้อมก่อนขึ้นฝึกปฏิบัติงาน นักศึกษาส่วนใหญ่มีความเห็นว่า วิธีการทบทวนความรู้ด้านเนื้อหาเพื่อลดความเครียดในการขึ้นฝึกปฏิบัติ คือ การที่นักศึกษาต้องอ่านหนังสือทบทวนด้วยตนเอง โดยพบมากที่สุดร้อยละ 92.00 รองลงมา คือ การทดลองนอกศูนย์การเรียนรู้ (learning resource center: LRC) ร้อยละ 73.90 นอกจากนี้ยังอาจต้องมีสื่อมัลติมีเดีย และการฝึกปฏิบัติกับหุ่นร่วมด้วย เพื่อให้เกิดความรู้และความมั่นใจในการขึ้นฝึกปฏิบัติการพยาบาล และยังสอดคล้องกับการศึกษาของ Lamchang and Kiatwattanacharoen (2014) ที่ศึกษาเรื่องผลของสื่อมัลติมีเดียและการฝึกปฏิบัติกับหุ่น ต่อความรู้และความมั่นใจในการปฏิบัติการพยาบาลเด็กป่วยด้วยโรคทางเดินหายใจเฉียบพลันของนักศึกษาพยาบาล พบว่า สื่อมัลติมีเดียเรื่องการปฏิบัติการพยาบาลสำหรับเด็กป่วยด้วยโรคทางเดินหายใจเฉียบพลัน สามารถนำไปใช้เป็นสื่อการเรียนรู้ด้วยตนเอง ร่วมกับการฝึกปฏิบัติกับ

หุ้่นเพื่อส่งเสริมให้นักศึกษาพยาบาลมีความรู้และความมั่นใจในการปฏิบัติการพยาบาลเด็กเพิ่มมากขึ้น และสอดคล้องกับการศึกษาของ Jungpanich and Srisailaun (2015) ที่ศึกษาเรื่องผลของการใช้วีดิทัศน์แบบแผนการดูแลผู้ป่วยประจำวันต่อความมั่นใจในการปฏิบัติการพยาบาลบนหอผู้ป่วย และความพึงพอใจของนักศึกษาพยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์ เกื้อการุณย์ มหาวิทยาลัยนวมินทราชิตราษ ที่พบว่า หลังใช้วีดิทัศน์แบบแผนการดูแลผู้ป่วยประจำวันร่วมกับการสอนตามปกติ นักศึกษาพยาบาล ชั้นปีที่ 2 มีคะแนนเฉลี่ยความมั่นใจในการปฏิบัติการพยาบาลบนหอผู้ป่วยสูงกว่าก่อนใช้วีดิทัศน์แบบแผนการดูแลผู้ป่วยประจำวันร่วมกับการสอนตามปกติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และสูงกว่ากลุ่มที่ได้รับการสอนตามปกติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทั้งนี้เพราะ การเตรียมความพร้อมเป็นเรื่องสำคัญสำหรับนักศึกษาพยาบาลในการขึ้นฝึกปฏิบัติ ถ้า นักศึกษาพยาบาลได้รับการเตรียมพร้อมที่ดีและเหมาะสมจะส่งผลให้นักศึกษาพยาบาลมีความรู้และทักษะการปฏิบัติการพยาบาลที่สูงขึ้น ดังนั้นในการฝึกปฏิบัติวิชาปฏิบัติการพยาบาลมารดา-ทารก และการผดุงครรภ์ 1 ซึ่งเป็นการฝึกปฏิบัติทางด้านสูติ-นรีเวชศาสตร์ที่เป็นครั้งแรกของนักศึกษา มีความแตกต่างจากการฝึกปฏิบัติในรายวิชาปฏิบัติการพยาบาลอื่น ๆ ผู้สอนหรือผู้รับผิดชอบรายวิชาควรมีการเตรียมความพร้อมทั้งด้านความรู้และทักษะปฏิบัติตั้งแต่ก่อนขึ้นฝึกปฏิบัติ เพื่อลดความเครียดที่จะเกิดขึ้นกับนักศึกษาพยาบาล ส่วนการสร้างพลังอำนาจให้นักศึกษา (empowerment) อาจารย์ผู้สอนอาจใช้กระบวนการมีส่วนร่วมในการดำเนินการ ใช้วิธีการสนทนาแลกเปลี่ยนความรู้ และความคิดเห็นซึ่งกันและกัน ร่วมกันระบุปัญหาของตนเอง วิเคราะห์หาสาเหตุและความเป็นมาของปัญหาโดยใช้วิจารณ์ญาณ ในการมองภาพที่ความสามารถของนักศึกษาในการให้การพยาบาลในขณะขึ้นฝึกปฏิบัติ เพราะการเสริมสร้างพลังอำนาจเป็น

เรื่องสำคัญอย่างยิ่งสำหรับนักศึกษาพยาบาล เพื่อให้ นักศึกษาพยาบาลมีพลังอำนาจที่จะปฏิบัติการพยาบาลได้อย่างมีประสิทธิภาพ และบรรลุผลสำเร็จตามเป้าหมายที่กำหนด (Wilson & Laschinger, 1994)

### ข้อเสนอแนะ

1. การนำผลการวิจัยไปใช้ จากผลการวิจัยพบว่า โดยภาพรวมนักศึกษาพยาบาลตำรวจ ชั้นปีที่ 3 มีความเครียดระดับสูง เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ข้อที่มีคะแนนเฉลี่ยสูงสุดคือ กลัวทำงานผิดพลาด รองลงมาคือ ไปไม่ถึงเป้าหมายที่วางไว้ ซึ่งเป็นสัญญาณเตือนสำหรับผู้สอนในการหาแนวทางลดความเครียดให้กับนักศึกษา ดังนั้น ในการจัดการเรียนการสอนของรายวิชาปฏิบัติการพยาบาลมารดา-ทารก และการผดุงครรภ์ 1 ควรจัดให้นักศึกษาพยาบาลมีการเตรียมความพร้อมก่อนขึ้นฝึกปฏิบัติโดยทำการฝึกกับหุ่นในเรื่องการตรวจครรภ์ การทำคลอด และการตรวจรก ซึ่งนักศึกษาพยาบาลทุกคนควรต้องผ่านการประเมินการฝึกดังกล่าว ก่อนขึ้นฝึกปฏิบัติจริง
2. การวิจัยครั้งต่อไป อาจนำแนวทางลดความเครียดของนักศึกษาพยาบาล ชั้นปีที่ 3 ที่ฝึกปฏิบัติรายวิชาปฏิบัติการพยาบาลมารดา-ทารก และการผดุงครรภ์ 1 ไปพัฒนาเป็นรูปแบบหรือโปรแกรมในการลดความเครียดให้กับนักศึกษาพยาบาลในการฝึกปฏิบัติรายวิชาปฏิบัติการพยาบาลมารดา-ทารก และการผดุงครรภ์ หรือรายวิชาปฏิบัติการพยาบาลอื่น ๆ ที่มีบริบทใกล้เคียงหรือคล้ายคลึงกัน เพื่อสร้างเสริมพลังอำนาจให้กับนักศึกษาพยาบาลในการจัดการกับความเครียดจากการฝึกปฏิบัติได้อย่างมีประสิทธิภาพ

### เอกสารอ้างอิง

- Janton, S., & Bunlikitkul, T. (2012). Readiness to practice in the fundamentals of nursing practicum among nursing students at the Thai Red Cross College of Nursing. *Journal of Thai Red Cross Nursing, 5*(1), 32-45.

- Jumthong, S., Yaelao, D., Vanindananda, N., & Bhukong, S. (2009). Stress experience and stress coping behavior of nursing students from clinical learning at labour room. *Journal of behavioral science*, 15(1), 39-56.
- Jungpanich, A., & Srisailaun, O. (2015). Effects of using daily care plan video teaching on clinical self-confidence and satisfaction of nursing students, Kuakarun Faculty of Nursing, Navamindradhiraj University. *Journal of Kuakarun Nursing*, 22(1), 17-34.
- Lamchang, S., & Kiatwattanacharoen, S. (2014). Effects of self-learning by using multimedia on knowledge and self-confidence in nursing practice for children with acute respiratory tract infection among nursing students. *Journal of public health nursing*, 29(2), 29-42.
- Lertsakornsiri, M. (2015). The stress, stress management of nursing students during practice in the labor room. *Journal of Kuakarun Nursing*, 22(1), 7-16.
- Limruangrong, P. (2002). *Stress and coping process during the practice in labour room of the nursing student*, Faculty of Nursing. Mahidol University.
- Limthongkul, M., & Aree-Ue, S. (2009). Sources of stress, coping strategies, and outcomes among nursing students during their initial practice. *Ramathibodi Nursing Journal*, 15(2), 192-205.
- Pengsa-ium, V., Chaiyasung, P., & Yakasem, P. (2015). Outcome of empowerment program on perceived empowerment and caregiving practice of health volunteers to dementia of elderly. *Journal of Nursing and Education*, 8(1), 152-165.
- Photawon, P., & Pensuwan, A. (2013). *Stress of nursing student during studying maternal and newborn nursing and midwifery 2 practicum* (Research report). Songkhla: Baromrajonani College of nursing Songkhla.
- Sharif, F., & Masoumi S. (2005). A qualitative study of nursing student experiences of clinical practice. *BioMed Central Nursing*, 4(6), 1-7.
- Wilson, B., & Laschinger, H. K. S. (1994). Staff nurses' perception of job empowerment and organizational commitment: A test theory of structural power in organizations. *Journal of Nursing Administration*, 24(4s): 39-45.