



The anxiety among Students of Underwater Medicine, Naval Medical Department



- ▶ น.ท.หญิง แก้วตา กิจกำแหง
- ▶ ประจำแผนกเวชศาสตร์ใต้น้ำ กวตบ.พร.



- ▶ น.ท.หญิง อภิญญา รอดรักษ์
- ▶ อาจารย์พยาบาล วพร.ศวก.พร.



- ▶ น.ต.หญิง ดร.กรรณา วงษ์เทียนหลาย
- ▶ อาจารย์พยาบาล วพร.ศวก.พร.



1. ศึกษาระดับความวิตกกังวลของนักเรียนหลักสูตรเทคนิคเวชศาสตร์ใต้น้ำ พร.
2. ศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความวิตกกังวลของนักเรียนหลักสูตรเทคนิคเวชศาสตร์ใต้น้ำ พร.
3. ศึกษาการจัดการเมื่อเกิดความวิตกกังวล ของนักเรียนหลักสูตรเทคนิคเวชศาสตร์ใต้น้ำ พร.



▶ ปัจจัยส่วนบุคคล

- ▶ เพศ
- ▶ อายุ
- ▶ สถานภาพ
- ▶ ระดับการศึกษาสูงสุด
- ▶ แหล่งรายได้ของตนเองต่อเดือน และความเพียงพอของรายได้
- ▶ การผ่านการอบรมเน้นการฝึกปฏิบัติในแนวเดียวกับหลักสูตรเวชศาสตร์ได้น้ำ



ความวิตกกังวลของนักเรียน
หลักสูตรเทคนิคเวชศาสตร์ได้น้ำ
กรมแพทย์ทหารเรือ



- ▶ **วิจัยผสมผสาน (Mix Method Research)**
- ▶ มีวัตถุประสงค์ เพื่อ ศึกษาระดับความวิตกกังวล การศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความวิตกกังวลของนักเรียนหลักสูตรเวชศาสตร์ใต้น้ำ พร. และอธิบายพฤติกรรมที่แสดงออก และศึกษาการจัดการเมื่อเกิดความวิตกกังวลของนักเรียนหลักสูตรเวชศาสตร์ใต้น้ำ พร.
- ▶ **ประชากร** คือ นักเรียนหลักสูตรเทคนิคเวชศาสตร์ใต้น้ำ พร. ที่ผ่านการคัดเลือกให้เข้าอบรมในปีการศึกษา 2566 จำนวน 25 คน
- ▶ **กลุ่มตัวอย่าง** คือ นักเรียนหลักสูตรเทคนิคเวชศาสตร์ใต้น้ำ พร. ที่ผ่านการคัดเลือกให้เข้าอบรมในปีการศึกษา 2566 จำนวน 25 คน โดยเป็น การเลือกแบบเจาะจง ใช้กลุ่มประชากรทั้งหมด ซึ่งถือว่าเป็นผู้เชี่ยวชาญในงานวิจัยนี้

- ▶ โครงการวิจัยฉบับนี้ ผ่านการพิจารณาจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย
กรมแพทยทหารเรือ โดยมีเอกสารรับรองโครงการวิจัย (**certificate of Approval
:COA**)
- ▶ รหัสโครงการ **RP019/66** เอกสารรับรองหมายเลข **COA-NMD-REC020/66**
- ▶ ระยะเวลาการรับรองตั้งแต่ **26 มิถุนายน 2566 – 25 มิถุนายน 2567**



- ▶ เครื่องมือ ที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ประกอบด้วยเครื่องมือ 2 ขั้นตอน
 - ▶ ตอนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคล จำนวน 7 ข้อ
 - ▶ ตอนที่ 2 แบบสอบถามความวิตกกังวลของนักเรียนหลักสูตรเทคนิคเวชศาสตร์ใต้น้ำ 20 ข้อ
พัฒนามาจากแบบวัดความวิตกกังวลของสปีลเบิร์กเกอร์ (Spielberger, 1983)
ชื่อ The State Trait Anxiety Inventory (STAI Form)
- ▶ คุณภาพเครื่องมือ
 - ▶ ผู้ทรงการตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) 3 ท่าน ด้านจิตวิทยา 1 ท่าน
การให้คำปรึกษา 1 ท่าน และด้านการศึกษา 1 ท่าน โดยหาค่า IOC มีค่าระหว่าง 0.70-1.00
 - ▶ หาค่าความเที่ยง (Reliability) สัมประสิทธิ์แอลของฟาครอนบาค เท่ากับ 0.96



- ข้อมูลทั่วไป :**
- ① เพศชาย 23 คน หญิง 2 คน : ร้อยละ 92 และ 8
 - ② สถานภาพ : โสด 24 คน คู่ 1 คน : ร้อยละ 96 และ 4
 - ③ ระดับการศึกษา : ปวส.และอื่น ๆ 17 คน ปริญญาตรี 6 คน ปริญญาโท 2 คน : ร้อยละ 68 , 24 และ 8
 - ④ แหล่งรายได้ของตนเองต่อเดือน : จากตนเองอย่างเดียว 24 คน สามีหรือภรรยา 1 คน : ร้อยละ 96 และ 4
 - ⑤ ความเพียงพอของรายได้ต่อเดือน เพียงพอ 14 คน ไม่เพียงพอ 11 คน ร้อยละ 56 และ 64
 - ⑥ เคยผ่านการอบรมเน้นการฝึกปฏิบัติในแนวเดียวกับหลักสูตรเทคนิคเวชศาสตร์ใต้น้ำ พร. : เคยอบรม 18 คน ไม่เคยอบรม 7 คน ร้อยละ 72 และ 28 ตามลำดับ



- **ระดับความวิตกกังวล** พบว่า ภาพรวมมีระดับความวิตกกังวลระดับน้อย และมีนร.ที่มีระดับความวิตกกังวล**มากที่สุด** และ**น้อย** เท่ากัน คือ **8** คน ระดับความวิตกกังวลน้อย และไม่มีความวิตกกังวล เท่ากัน **4** คน ร้อยละ **32** และ **16** ตามลำดับ (ตารางที่ 1)

ระดับความวิตกกังวล	ช่วงคะแนนระดับความวิตกกังวล	นร.ที่มีความวิตกกังวล		Mean	SD
		จำนวน	ร้อยละ		
ไม่มีความวิตกกังวล	20 – 40	4	16	22	0.82
ความวิตกกังวล น้อย	41 – 60	8	32	44.13	1.13
ความวิตกกังวลมาก	61 – 70	5	20	63.50	2.08
ความวิตกกังวล มากที่สุด	71 - 80	8	32	72.25	1.98
ผลรวมเฉลี่ย		25	100	50.46	1.50

ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความวิตกกังวล				ผลการวิจัย (3/8)			ตารางที่ 2
ปัจจัยความสัมพันธ์	ระดับความวิตกกังวล				X ²	P-value	
	ไม่มี	น้อย	มาก	มากที่สุด			
สถานภาพ					18.328	.0191	
โสด	0.00	33.33	11.11	55.56			
คู่	100.00	0.00	0.00	0.00			
หย่า / หม้าย	0.00	0.00	0.00	0.00			
ระดับการศึกษาสูงสุด					20.328*	0.016	
ปวส.	11.11	33.33	0.00	55.56	(V=.232)		
ปริญญาตรี	6.15	83.08	3.08	7.69			
ปริญญาโท	25.00	25.00	25.00	25.00			
อื่น ๆ	0.00	100.00	0.00	0.00			
แหล่งรายได้ของตนเอง					12.265*	0.034	
ตนเองอย่างเดียว	12.66	36.12	7.27	45.27	(V=.113)		
บิดา มารดา	0.00	0.00	0.00	0.00			
สามี หรือ ภรรยา	0.00	100.00	0.00	0.00			
ความเพียงพอของรายได้					21.037*	0.027	
เพียงพอ	1.67	60.25	1.02	37.26	(V=.362)		
ไม่เพียงพอ	20.5	24.68	12.46	42.36			
การผ่านการอบรมฯ					22.134*	0.016	
เคยผ่านการอบรม	63.23	24.12	5.53	7.12	(V=.462)		
ไม่เคยผ่านการอบรม	5.31	6.32	16.23	72.14			

*P<.05



Focus Group

ประเด็นที่ 1 นักเรียนฯ คิดว่า การได้รับข้อมูลเกี่ยวกับการฝึกปฏิบัติ

ก่อนที่จะเข้าศึกษา จะช่วยลด หรือเพิ่ม ความวิตกกังวล อย่างไร

- ▶ คนที่ .. “ไม่มีความวิตกกังวลอะไร เพราะก่อนที่จะเข้ามาเรียนได้ไปหาข้อมูลจากพี่ ๆ ที่จบไปแล้ว สอบถามข้อมูลให้มาก ๆ ถึงแม้บางอย่างจะไม่จริง หรือไม่เหมือนที่หาข้อมูลมาก่อนนั้น ก็คือ เส้นโค้งของหลักสูตร หรือวิธีการสอนของครูในหลักสูตร”
- ▶ คนที่ .. “การรับรู้ข้อมูลสำหรับการเรียน และการฝึกร่างกาย มีประโยชน์อย่างมากในการวางแผน เตรียมตัว เตรียมใจ สำหรับการฝึกในส่วนของการวิชาการ และร่างกาย จะสามารถจัดการเวลาที่มีอยู่ จัดการเวลาการวางแผนสำหรับวันต่อไป”
- ▶ คนที่ .. “ในส่วนของการทดสอบด้านร่างกาย ควรบอกข้อมูลเกี่ยวกับการฝึก เพื่อให้มีการเตรียมร่างกาย แต่ในส่วนของการทดสอบด้านจิตใจ ไม่ควรบอกข้อมูล จะทำให้คิดมาก”



ประเด็นที่ 2 นักเรียนฯ คิดว่า ความวิตกกังวล ส่งผลต่อร่างกาย และจิตใจ
อย่างไรบ้าง

Focus Group

คนที่ .. “ไม่ส่งผลอะไรมากนัก แต่มีความกังวลเล็กน้อย เวลาจะสอบไม่รู้ว่าจะต้องอ่านตรงไหน เอกสารที่ให้ slide ส่วนใหญ่เป็นภาษาอังกฤษ ขณะเรียนผู้สอนสอนดี เวลาอ่านเตรียมตัว เนื่องจากไม่ถนัดภาษาทำให้ไม่เข้าใจ ค่อนข้างกังวล”

คนที่ .. “ไม่มีเลย เพราะมีครูผู้ดูแลหลักสูตร และเพื่อน ๆ คอยช่วยติวให้”

คนที่ .. “ไม่มีความวิตกกังวล แต่เป็นห่วงผู้ฝึกที่เป็นผู้หญิง เพราะค่อนข้างคิดมากในบางเรื่อง ซึ่งผู้ชายก็คอยให้กำลังใจได้อย่างเดียว โชคดีที่มีครูผู้หญิงเข้าใจ และช่วยดูแล ส่งกำลังใจ”

คนที่ .. “ส่งผลต่อร่างกายที่ไม่ได้มีการเตรียมตัว ทำให้ไม่พร้อมเกี่ยวกับการฝึกในรอบต่อ ๆ ไป”



Focus Group

ประเด็นที่ 3 เมื่อนักเรียนฯ รู้สึกวิตกกังวล มีวิธีการจัดการความวิตกกังวล
ที่เกิดขึ้น อย่างไร

คนที่ .. “พักผ่อน โทรคุยกับคนในครอบครัวก่อนนอน ได้กำลังใจจากครอบครัว โทรคุยกับแฟน คอดูด้วยกัน
เห็นหน้ากัน และรีบพักผ่อน”

คนที่ .. “การนอน การเล่นเกมโทรศัพท์ คุยกับเพื่อนร่วมฝึก คุยกับคนในครอบครัว โดยการพูดคุยปรึกษากับ
คนที่สนิท และไว้วางใจมากที่สุด”

คนที่ .. “ไม่มี แต่จะล้ามากกว่า ก็รีบจัดการตัวเองเมื่อว่าง และนอน”



Focus Group

ประเด็นที่ 4 สิ่งที่ต้องการเสนอแนะ

คนที่ .. “การออกกำลังกาย ควรมีวันที่ให้นักเรียนได้ **relax** สัก 1 วัน เป็นการไม่ทำให้ผู้เรียนกังวล หรือ เครียดจนเกินไป”

คนที่ .. “เป็นหลักสูตรที่ดี มีการเรียนเยอะมาก สอบเยอะมาก และฝึกเยอะมาก หากมีการจัดลำดับเนื้อหา การเรียน การสอบ อยู่ในช่วงเวลาที่ต่อเนื่องกัน จะดีมาก และการฝึกหาค่อย ๆ ไต่ระดับของการฝึก จะช่วยลด ภาวะการบาดเจ็บ สำหรับผู้ที่ไม่ได้เตรียมร่างกาย”

คนที่ .. “เป็นหลักสูตรที่ทำให้เกิดความรัก สัมผัสตามัคคี สำหรับผู้เรียนในรุ่น ช่วยกันทั้งทฤษฎี และปฏิบัติ ให้ผ่านกันไปให้ได้ และเตรียมตัวเองสำหรับการปฏิบัติงานที่ต้องช่วยผู้ป่วยในสถานการณ์ที่ ควบคุมไม่ได้”

ข้อเสนอแนะ การทำวิจัยครั้งนี้



จากภาพรวม : ระดับความวิตกกังวลของผู้เรียนอยู่ในระดับน้อย

ดังนั้น ผู้จัดทำหลักสูตร และผู้สอน สามารถออกแบบการเรียนรู้การสอนทั้งภาคทฤษฎี ให้มีการจัดการสอนที่เหมาะสมกับผู้เรียน โดยเฉพาะภาคปฏิบัติให้ผู้เรียนได้มีโอกาสผ่อนคลายความวิตกกังวล โดยจัดกิจกรรมละลายพฤติกรรมร่วมกันระหว่างผู้เรียน ผู้สอน หรือให้ผู้เรียนได้มีโอกาสในการแสดงความรู้สึกระหว่างการเรียนรู้

❶ การศึกษาวิจัยครั้งนี้มุ่งศึกษาถึงความสัมพันธ์ของลักษณะส่วนบุคคลของผู้เรียน กับความวิตกกังวลของผู้เรียน ทำให้เห็นถึงการกำหนดคุณสมบัติของผู้ที่เข้าเรียน การเตรียมความพร้อมผู้เรียนทั้งภาคทฤษฎี และปฏิบัติ

❷ นำตัวแปรเรื่องของ กรอบแนวคิดแบบเติบโต (Growth mindset) หรือทักษะความยืดหยุ่นทางจิตใจ (Resilience skill) กับความสัมพันธ์ของความวิตกกังวลของผู้เรียนในหลักสูตร

ข้อเสนอแนะ การทำวิจัยครั้งต่อไป



- ① ทำการศึกษาความวิตกกังวล **3 ระยะ** ก่อนการเรียน ระหว่างการเรียน และสัปดาห์สุดท้ายของการเรียน เพื่อนำข้อมูลที่ได้เปรียบเทียบระดับความวิตกกังวล และออกแบบการจัดการเรียนการสอนในแต่ละช่วงเวลาได้เหมาะสม
- ② ทำการประเมินความต้องการจำเป็นการพัฒนาสมรรถนะผู้เรียนหลักสูตรเทคนิคเวชศาสตร์ใต้น้ำ พร. เพื่อเป็นแนวทางในการจัดทำหลักสูตรสนับสนุนการปฏิบัติงานของบุคลากรทางการแพทย์ ทางด้านเวชศาสตร์ใต้น้ำ ต่อไป

กิตติกรรมประกาศ

งานวิจัยครั้งนี้ สำเร็จได้ด้วยดี คณะผู้วิจัยขอขอบคุณ

📖 ผู้อำนวยการกองเวชศาสตร์ใต้น้ำ กรมแพทยทหารเรือ

📖 ครูผู้ดูแลหลักสูตร ผู้สอน หลักสูตรเทคนิคเวชศาสตร์ ใต้น้ำ พร.

📖 นักเรียนหลักสูตรเทคนิคเวชศาสตร์ใต้น้ำ พร.

📖 วิทยาลัยพยาบาลกองทัพเรือ ศูนย์วิทยาการ กรมแพทยทหารเรือ

📖 วารสารพยาบาลทหารบก (TCI 1)



วารสารพยาบาลทหารบก
Journal of The Royal Thai Army Nurses

ISSN 2985-1041 (Online)

ปีที่ 25 ฉบับที่ 2 พฤษภาคม - สิงหาคม 2567 Vol.25 No.2 May - August 2024

<http://www.tci-thaijo.org/index.php/JRTAN>

วารสารกลุ่ม 1 การรับรองคุณภาพ TCI
สาขาวิทยาศาสตร์สุขภาพ



บทความวิชาการ

- ▶ ประสิทธิภาพการฝึกซ้อมการดำน้ำในถังดำน้ำแบบปิดของบุคลากรทางการแพทย์ในสังกัดกองเวชศาสตร์ใต้น้ำ กรมแพทยทหารเรือ
- ▶ บทบาทพยาบาลในการป้องกันและควบคุมการติดเชื้อในผู้ป่วยโรคโควิด-19
- ▶ การพัฒนาระบบการดูแลผู้ป่วยโรคโควิด-19 ในสถานพยาบาล
- ▶ การป้องกันและควบคุมการติดเชื้อในผู้ป่วยโรคโควิด-19
- ▶ บทบาทพยาบาลในการดูแลผู้ป่วยโรคโควิด-19
- ▶ การพัฒนาระบบการดูแลผู้ป่วยโรคโควิด-19

บทความวิจัย

- ▶ ผลของการฝึกซ้อมการดำน้ำในถังดำน้ำแบบปิดของบุคลากรทางการแพทย์ในสังกัดกองเวชศาสตร์ใต้น้ำ กรมแพทยทหารเรือ
- ▶ บทบาทพยาบาลในการป้องกันและควบคุมการติดเชื้อในผู้ป่วยโรคโควิด-19
- ▶ การพัฒนาระบบการดูแลผู้ป่วยโรคโควิด-19
- ▶ การป้องกันและควบคุมการติดเชื้อในผู้ป่วยโรคโควิด-19
- ▶ บทบาทพยาบาลในการดูแลผู้ป่วยโรคโควิด-19
- ▶ การพัฒนาระบบการดูแลผู้ป่วยโรคโควิด-19

References (1/3)



1. Chaiyakul T. (editors). Underwater Medicine. 1st ed. Pimluck press, 2022.
2. Tongsawang K. The Relationships between the Personal Factors, Stress, Emotional Intelligence and Academic Achievement of the Students at Faculty of Nursing, Chaiphum Rajabhat University. Journal of The Royal Thai Army Nurses. (2017); 18(2): 91-100. (in Thai)
3. Boontod R, Sawangsuk P, Seangkum S. Cause and stress management of Faculty of Public Health students of Chulermkanchana University (Sisaket). Chalermkarnchana Academic Journal. 2016; 3(2): 77-85. (in Thai)
4. Spielberger, C. D. Anxiety: current trends in theory and research. Oxford, England: Academic Press. (1972).
5. Hirunbut N, Teerarungsikul N. Factors related to Separation Anxiety among Preschool Children in Child Care Center, Chanthaburi Province. Journal of Nursing Science Chulalongkorn University. 2018; 30(3): 91-102. (in Thai)
6. Sihawong, S., et al. Factors Causing to Stress of Nursing Students, Ubon Ratchathani University. Huachiew Chalermprakiet University Journal of health Science. 2018; 21(42): 93 -106. (in Thai)

References (3/3)



7. Tantalankul S., Wongsawat P. Stress and Stress Management in Nursing Students. Boromarajonani College of Nursing, Uttaradit Journal. 2017; 9(1): 81-92. (in Thai)
8. Chaleoykitti S, Chewsothon S, Butpunya Y. Effectiveness of the integrated academic service and teaching-learning arrangement in psychiatric nursing practicum course to psychiatric nursing practice competency in army nurse. Journal of The Royal Thai Army Nurses 2017; 18(3): 144-52. (in Thai)
9. Spielberger, C. D Manual for the State-Trait Anxiety Inventory: STAI (Form Y). Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press. (1983.).
10. Wongsritrakoon P. Stress and Anxiety of Thonburi University Students. Journal of Humanities and Social Sciences Thonburi University. 2011; 5(9): 23-32. (in Thai)
11. Thamnamsin K, Noitung S, Punyapet K, Sorat W, Factors Affecting to Stress among Nursing Students in a Private Nursing College, Bangkok. Journal of Health and Health Management. 2021; 7(1): 66-75. (in Thai)

References (3/3)



12. Taweepol R, Phasunon P. The Affecting Factors on Students' Anxiety in Majoring Hotel Management, Silpakorn University. Thai Science and technology Journal. 2015; 9(11): 721-30. (in Thai)
13. Sonthirak T, Boonchanda P, SLertpatiwong S, Lakhamja R, Rawengwan W. Factors Affecting to Anxieties in English Speaking of the Second Year English Major Students of Faculty of Humanities and Social Sciences at Nakhon Sawan Rajabhat University. Journal of the University of Humanities Department of Psychology. 2021; 7(2): 81-94. (in Thai)



Thank you for all you've done. I'm deeply grateful.

