

การศึกษาปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อการปรับตัวของนิสิตปริญญาตรี

ชั้นปีที่ 1 คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

THE STUDY OF FACTORS INFLUENCING THE ADJUSTMENT OF FIRST YEAR
UNDERGRADUATE STUDENTS AT FACULTY EDUCATION, SRINAKHARINWIROT UNIVERSITY

สิริมา สุขชี ^{1*}

Sirima Sukkee ^{1*}

¹ นักวิชาการศึกษาคำนาการ, คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, ประเทศไทย

¹ Educator, Professional Level, Faculty of Education, Srinakharinwirot University, Thailand

* Corresponding author e-mail: sirimasu@g.swu.ac.th

ได้รับทุนสนับสนุนจากคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

Received: 13/11/2025 | Revised: 14/12/2025 | Accepted: 29/12/2025

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาสภาพปัญหาของการปรับตัว และ 2) วิเคราะห์ปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อการปรับตัวของนิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 โดยใช้ข้อมูลจากแบบสอบถามชนิดประเมินค่า 5 ระดับ ที่พัฒนาตามโครงสร้างการปรับตัว 4 ด้าน จำนวน 40 ข้อ คือ 1) การการเรียนรู้ 2) สังคมและมนุษยสัมพันธ์ 3) สภาพแวดล้อม และ 4) การเข้าร่วมกิจกรรม กลุ่มตัวอย่างเป็นนิสิตปีที่ 1 คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ วิชาเอกการประถมศึกษา วิชาเอกอุตสาหกรรมศึกษา วิชาเอกเทคโนโลยีการศึกษา วิชาเอกจิตวิทยาและการแนะแนววิชาเอกการวัด ประเมินและวิจัยการศึกษา วิชาเอกการศึกษาพิเศษ วิชาเอกการศึกษาตลอดชีวิต และวิชาเอกการศึกษาเพื่อพัฒนาชุมชน แบ่งเป็นนิสิตชาย จำนวน 41 คน และนิสิตหญิงจำนวน 140 คน โดยใช้วิธีการเลือกตัวอย่างแบบอาสาสมัคร (Voluntary Sampling) การวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติสัมพันธ์อันดับของครอนบาค สถิติสหสัมพันธ์ของเพียร์สัน สถิติทดสอบแบบ และการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว ผลการศึกษา พบว่า คะแนนเฉลี่ยรวมของการปรับตัวอยู่ใน

ระดับค่อนข้างดี ($M = 4.19$, $SD = 0.50$) แต่มีความแปรปรวนระหว่างมิติเล็กน้อย มิติสังคมและมนุษย์สัมพันธ์มีค่าเฉลี่ยสูงสุด ($M = 4.26$) ทั้ง 4 มิติมีความเชื่อมั่นภายในสูง (Cronbach's α ระหว่าง .907–.947) ค่าสหสัมพันธ์ระหว่างมิติมีความสัมพันธ์ทางบวกและมีนัยสำคัญ ($r = .626-.897$) การทดสอบความแตกต่างตามเพศไม่พบความแตกต่างเชิงนัยสำคัญ ($t = -1.166$, $p = .249$) การถดถอยหลายตัวแปรพบว่าตัวแปรระดับผลการเรียนสะสมก่อนเข้าและระดับผลการเรียนสะสมปัจจุบัน เพศ และภูมิกำเนิดไม่สามารถพยากรณ์คะแนนรวมได้อย่างมีนัยสำคัญเชิงสถิติ ($p > .05$) ซึ่งการศึกษาในครั้งนี้สะท้อนให้เห็นถึงแนวทางการพัฒนา ได้แก่ การเสริมทักษะการเรียนรู้ด้วยตนเอง โปรแกรมสร้างเครือข่ายสังคมเชิงบวก และการพัฒนาแนวทางการดูแลนิสิตใหม่เชิงองค์รวม

คำสำคัญ: การปรับตัว, นิสิตปริญญาตรี, ปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อ

Abstract

This research aimed to: 1) investigate adjustment problems, and 2) analyze factors influencing the adjustment of first-year undergraduate students. The research instrument was a 5-point Likert scale questionnaire consisting of 40 items, structured into four dimensions: Academic, Social and Human Relations, Environment, and Activity Participation. The sample comprised 181 first-year students from the Faculty of Education, Srinakharinwirot University, representing various majors, including Elementary Education, Industrial Education, Educational Technology, Psychology and Guidance, Educational Measurement, Evaluation and Research, Special Education, Lifelong Education, and Community Development Education. The participants included 41 males and 140 females, selected through voluntary sampling. Data were analyzed using Cronbach's alpha coefficient, Pearson's correlation, t-test, and One-way ANOVA. The findings revealed that the overall average score for student adjustment was at a relatively high level ($M = 4.198$, $SD = 0.500$), with slight variance across dimensions. The interpersonal relationships dimension showed the highest average score ($M = 4.268$). All four dimensions demonstrated high internal consistency (Cronbach's α between .907–.947). Correlation analysis indicated significant positive relationships between all dimensions ($r = .626$ to $.897$). Regarding gender differences, the t-test showed no statistically significant difference in adjustment ($t = -1.166$, $p = .249$). Furthermore, multiple regression analysis indicated that prior and current grade point averages (GPA), gender, and hometown were not significant predictors of the total adaptation score ($p > .05$). These results suggest development guidelines, including the

enhancement of self-directed learning skills, the establishment of positive social networking programs, and the implementation of holistic support systems for first-year students.

Keywords: Adjustment, Undergraduate Students, Influential Factors

บทนำ

การเปลี่ยนผ่านจากระดับมัธยมศึกษาสู่ระดับอุดมศึกษาเป็นกระบวนการสำคัญที่ส่งผลโดยตรงต่อการพัฒนาศักยภาพและการเรียนรู้ในระยะยาว โดยเฉพาะนิสิตชั้นปีที่ 1 ที่ต้องเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงในทุกมิติ ทั้งด้านวิชาการ สภาพแวดล้อม การสร้างปฏิสัมพันธ์ทางสังคม และการจัดการตนเอง การปรับตัวในช่วงนี้จึงถือเป็น "จุดเปลี่ยนผ่าน" (Transition point) ที่มีบทบาทสำคัญต่อความสำเร็จทางการเรียนและความคงอยู่ในระบบการศึกษา (Tinto, 2012) หากนิสิตไม่สามารถปรับตัวได้อย่างเหมาะสม อาจนำไปสู่ภาวะความเครียด ความวิตกกังวล ภาวะหมดไฟ หรือการออกจากการศึกษากลางคัน (Gray, 2013) การศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของนิสิตจึงมีความสำคัญเชิงยุทธศาสตร์ เพื่อนำไปสู่การพัฒนาแนวทางสนับสนุนและออกแบบกิจกรรมเสริมสร้างทักษะที่เกื้อหนุนให้นิสิตสามารถดำเนินชีวิตภายใต้สภาพแวดล้อมใหม่ได้อย่างสมดุลและมีประสิทธิภาพ ในบริบทของประเทศไทย ประเด็นการปรับตัวของนิสิตระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 เป็นหัวข้อที่ได้รับความสนใจอย่างแพร่หลายและต่อเนื่อง โดยผลการศึกษารองรับจากงานวิจัยของราตรี พงษ์สุวรรณ (2540) และธราวดี อธิมาทรานนท์ (2548) พบว่า อุปสรรคสำคัญที่นิสิตเผชิญในช่วงรอยต่อของการศึกษาครอบคลุมทั้งมิติด้านการเรียนรู้ การบริหารจัดการเวลา ภาระหน้าที่ทางสังคม และการจัดการสภาวะอารมณ์ ซึ่งปัจจัยเหล่านี้ล้วนส่งผลกระทบต่อสัมฤทธิ์ผลทางการศึกษา สอดคล้องกับรายงานการวิจัยของ Siripongpan et. al (2022) ซึ่งระบุว่า ร้อยละ 42 % ของนิสิตชั้นปีที่ 1 ในมหาวิทยาลัยของไทย ประสบภาวะความเครียดในระดับปานกลางถึงสูง โดยพบความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติระหว่างภาวะดังกล่าวกับระดับการปรับตัว การสนับสนุนทางสังคม และแรงจูงใจในการเรียนรู้ ข้อมูลเชิงประจักษ์เหล่านี้สะท้อนให้เห็นอย่างชัดเจนว่า กระบวนการปรับตัวของนิสิตมิได้ขึ้นอยู่กับทักษะทางวิชาการเพียงประการเดียว แต่มีความเชื่อมโยงอย่างลึกซึ้งกับปัจจัยทางจิตวิทยาและบริบททางสังคม

ในการศึกษานี้การปรับตัวของนิสิต (Student Adaptation) หมายถึง กระบวนการที่นิสิตตอบสนองและปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ความคิด และอารมณ์ เพื่อให้สอดคล้องกับสภาพแวดล้อมและข้อกำหนดใหม่ในระดับอุดมศึกษา โดยมีเป้าหมายเพื่อให้เกิดความสมดุลและความสำเร็จในการใช้ชีวิตในมหาวิทยาลัย โดยมุ่งเน้นการศึกษาการปรับตัว 4 ด้าน ได้แก่ 1) การปรับตัวด้านการเรียน หมายถึง ความสามารถในการจัดการกับภาระงานทางวิชาการ การพัฒนาทักษะการเรียนรู้ด้วยตนเอง และการมีส่วนร่วมในกิจกรรมในชั้นเรียน เพื่อให้บรรลุเป้าหมายทางการศึกษาและรักษาความสำเร็จทางการเรียน 2) การปรับตัวด้านสังคมและมนุษยสัมพันธ์ หมายถึง ความสามารถในการสร้างและรักษาความสัมพันธ์เชิงบวกกับกลุ่มเพื่อน อาจารย์ และบุคคลรอบข้าง รวมถึงการแสวงหาและรับรู้ถึงการสนับสนุนทางสังคม เพื่อสร้างความรู้สึกมั่นคงทางจิตใจ 3) การปรับตัวด้านสภาพแวดล้อม หมายถึง กระบวนการปรับตัวทางกายภาพและจิตใจให้เข้ากับสภาวะแวดล้อมใหม่ เช่น การใช้ชีวิตในหอพัก การเดินทาง สภาพแวดล้อมใน

มหาวิทยาลัย และการรักษาสุขภาพของตนเองเพื่อให้ร่างกายและจิตใจพร้อมต่อการเรียนรู้ และ 4) การปรับตัวด้านการเข้าร่วมกิจกรรม หมายถึง การมีส่วนร่วมในกิจกรรมเสริมหลักสูตรของคณะและมหาวิทยาลัย เพื่อสร้างความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของสถาบัน (Sense of Belonging) และพัฒนาอัตลักษณ์ความเป็นนิสิตครูในศตวรรษที่ 21

การปรับตัวของนิสิตปีหนึ่งเป็นกระบวนการที่ซับซ้อนและได้รับอิทธิพลจากหลายปัจจัยทั้งด้านการเรียนรู้ สังคม สิ่งแวดล้อม และการมีส่วนร่วมในกิจกรรม การทำความเข้าใจปัจจัยเหล่านี้ในบริบทของคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ จึงเป็นสิ่งจำเป็น เพื่อให้หน่วยงานสามารถออกแบบกลยุทธ์และระบบสนับสนุนที่ตอบสนองต่อความต้องการของนิสิตได้อย่างเหมาะสม ซึ่งคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เป็นสถาบันต้นแบบด้านการผลิตครูและบุคลากรทางการศึกษา ซึ่งมีนิสิตที่มีความหลากหลายทั้งด้านภูมิปัญญา วัฒนธรรม และประสบการณ์การเรียนรู้ การศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของนิสิตชั้นปีที่ 1 ในขณะนี้จึงมีความสำคัญอย่างยิ่ง เนื่องจากนิสิตกลุ่มดังกล่าวจะเป็นกำลังสำคัญในการขับเคลื่อนคุณภาพการศึกษาของประเทศในอนาคต การทำความเข้าใจรูปแบบการปรับตัวของนิสิตจะช่วยให้นักศึกษามหาวิทยาลัยสามารถวางแผนการพัฒนาเชิงระบบได้อย่างมีประสิทธิภาพ เช่น การจัดระบบที่ปรึกษา การแนะแนวทางการเรียนรู้ และการออกแบบกิจกรรมพัฒนาอัตลักษณ์ความเป็นครูในศตวรรษที่ 21 ให้ตรงกับความต้องการของผู้เรียนมากยิ่งขึ้น กรอบแนวคิดทางทฤษฎีที่ใช้อธิบายการปรับตัวในงานวิจัยนี้ คือแบบจำลองการปรับตัวของรอย (Roy's Adaptation Model) ซึ่งมองว่ามนุษย์เป็นระบบแบบเปิดที่ต้องตอบสนองต่อสิ่งเร้าจากสิ่งแวดล้อมผ่านกระบวนการปรับตัวใน 4 มิติหลัก ได้แก่ มิติทางสรีรภาพ มิติอัตมโนทัศน์ มิติด้านบทบาทหน้าที่ และมิติการพึ่งพาอาศัย (Roy & Andrews, 1999) เมื่อนำแนวคิดนี้มาประยุกต์ใช้ในบริบททางการศึกษา มิติทั้ง 4 สามารถตีความได้เป็นการปรับตัวด้านการเรียนรู้ การปรับตัวด้านสังคม การปรับตัวด้านสิ่งแวดล้อม และการปรับตัวด้านการเข้าร่วมกิจกรรม ซึ่งสอดคล้องกับองค์ประกอบของแบบสอบถามที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ การศึกษาของ Wang et al. (2013) ได้ประยุกต์ใช้แนวคิดของรอย พบว่าการสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อนและอาจารย์ เป็นตัวแปรสำคัญที่ส่งเสริมการปรับตัวของนิสิตปีหนึ่งในมหาวิทยาลัยของจีน ในขณะที่ Hosseini (2022) เสนอว่าแนวคิด Roy's Adaptation Model ในการดูแลสุขภาพจิตของนิสิตมีประสิทธิผลในการพัฒนาทักษะการเผชิญปัญหาและความยืดหยุ่นทางอารมณ์ได้ ซึ่งสอดคล้องกับบริบทของนิสิตไทยที่ต้องเผชิญการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วทั้งด้านการเรียนรู้และการดำเนินชีวิตในยุคดิจิทัล

จากหลักฐานเชิงประจักษ์ทั้งในประเทศและต่างประเทศดังกล่าว สามารถสรุปได้ว่า การปรับตัวของนิสิตชั้นปีที่ 1 เป็นกระบวนการซับซ้อนที่เกี่ยวข้องกับปัจจัยหลายมิติ ทั้งด้านบุคลิกภาพ การเรียนรู้ และสังคม ในฐานะที่ผู้วิจัยปฏิบัติหน้าที่งานพัฒนาศักยภาพนิสิต คณะศึกษาศาสตร์ นิสิตที่เข้าศึกษาในมหาวิทยาลัยส่วนใหญ่เป็นวัยรุ่นตอนปลายเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงที่สำคัญทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์และสังคม การปรับตัวของนิสิตระดับอุดมศึกษาในช่วงปีแรกนั้นมักเกิดปัญหาเมื่อมีการเปลี่ยนมาจากการศึกษาในระดับมัธยมศึกษา ซึ่งมีการเปลี่ยนแปลงที่สำคัญทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม สภาพแวดล้อม วิธีการเรียนการสอน การใช้ชีวิตด้านต่าง ๆ ซึ่งอาจทำให้นิสิตเกิดความเครียดและมีประสบปัญหาการปรับตัวในด้านต่าง ๆ

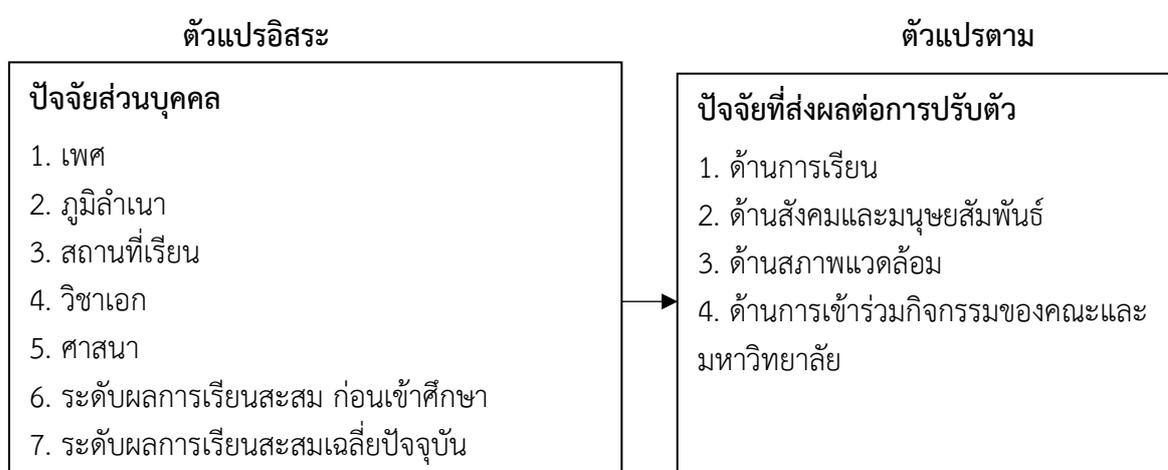
อย่างไรก็ตามงานวิจัยในบริบทของนิสิตคณะศึกษาศาสตร์ยังมีจำกัด และยังขาดข้อมูลเชิงประจักษ์ที่สะท้อนความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยพื้นฐาน เช่น ระดับผลการเรียนสะสมก่อนเข้า เพศ และภูมิลำเนา กับระดับการปรับตัวจริง งานวิจัยนี้จึงมีความจำเป็นในการเก็บข้อมูลเชิงปริมาณจากนิสิตรุ่นปัจจุบัน เพื่อนำไปวิเคราะห์หาความสัมพันธ์และตัวแปรพยากรณ์ของการปรับตัวในแต่ละมิติ ตลอดจนใช้เป็นฐานข้อมูลในการวางแผนพัฒนาหลักสูตร การแนะแนว และระบบสนับสนุนนิสิตในระดับคณะให้มีประสิทธิภาพมากขึ้นในอนาคต

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาสภาพปัญหาการปรับตัวของนิสิตระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
2. เพื่อวิเคราะห์ปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อ การปรับตัวของนิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

กรอบแนวคิดในการวิจัย

งานวิจัยในครั้งนี้ได้กำหนดกรอบแนวคิดในการวิจัยเพื่อศึกษาปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อ การปรับตัวของนิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ดังภาพประกอบ 1



ภาพประกอบ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

วิธีดำเนินการวิจัย

1) ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

- ประชากร คือ นิสิตระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2567 ของคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ (ทั้งวิทยาเขตประสานมิตรและองครักษ์) วิชาเอกการประถมศึกษา วิชาเอกอุตสาหกรรมศึกษา วิชาเอกเทคโนโลยีการศึกษา วิชาเอกจิตวิทยาและการแนะแนววิชาเอกการวัด ประเมิน

และวิจัยการศึกษา วิชาเอกการศึกษาพิเศษ วิชาเอกการศึกษาตลอดชีวิต และวิชาเอกการศึกษาเพื่อพัฒนาชุมชน จำนวนทั้งหมด 373 คน

- กลุ่มตัวอย่างที่นำมาวิเคราะห์ คือ ผู้ตอบแบบสอบถามที่สมบูรณ์ จำนวน 181 คน ซึ่งเป็นนิสิตปีที่ 1 คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ แบ่งเป็นนิสิตชาย จำนวน 41 คน และนิสิตหญิงจำนวน 140 คน วิชาเอกการประถมศึกษา วิชาเอกอุตสาหกรรมศึกษา วิชาเอกเทคโนโลยีการศึกษา วิชาเอกจิตวิทยาและการแนะแนววิชาเอกการวัด ประเมินและวิจัยการศึกษา วิชาเอกการศึกษาพิเศษ วิชาเอกการศึกษาตลอดชีวิต และวิชาเอกการศึกษาเพื่อพัฒนาชุมชน โดยใช้วิธีการเลือกตัวอย่างแบบอาสาสมัคร (Voluntary Sampling) ผู้วิจัยได้กำหนดขนาดตัวอย่าง โดยใช้สูตรการคำนวณขนาดตัวอย่างของ Taro Yamane (1967) ที่ระดับความเชื่อมั่น 95% และความคลาดเคลื่อนที่ยอมรับได้ .05

2) ตัวแปรที่ศึกษา

ตัวแปรอิสระ

- 1) เพศ: ชาย / หญิง
- 2) ภูมิภาค: ภาคกลาง / ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ / ภาคเหนือ / ภาคใต้
- 3) สถานที่เรียน: ประสานมิตร / องค์กรักษ์
- 4) วิชาเอก: วิชาเอกการประถมศึกษา / วิชาเอกอุตสาหกรรมศึกษา / วิชาเอกเทคโนโลยีการศึกษา / วิชาเอกจิตวิทยาและการแนะแนว / วิชาเอกการวัด ประเมินและวิจัยการศึกษา / วิชาเอกการศึกษาพิเศษ / วิชาเอกการศึกษาตลอดชีวิต / และวิชาเอกการศึกษาเพื่อพัฒนาชุมชน
- 5) ศาสนา: พุทธ / คริสต์ / อิสลาม
- 6) ระดับผลการเรียนสะสมก่อนเข้าศึกษา
- 7) ระดับผลการเรียนสะสมเฉลี่ยปัจจุบัน

ตัวแปรตาม

- 1) การปรับตัวด้านการเรียน
- 2) การปรับตัวด้านสังคมและมนุษยสัมพันธ์
- 3) การปรับตัวด้านสภาพแวดล้อม
- 4) การปรับตัวด้านการเข้าร่วมกิจกรรม

3) เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

- แบบสอบถามการปรับตัวที่ผู้วิจัยจัดทำขึ้น ประกอบด้วยดังนี้
- ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป / ข้อมูลประชากร (เพศ, ภูมิภาค, สถานที่เรียน, วิชาเอก, ศาสนา, ระดับผลการเรียนสะสม ก่อนเข้าศึกษา และระดับผลการเรียนสะสมเฉลี่ยปัจจุบัน)
- ตอนที่ 2 แบบสอบถามชนิดมาตราส่วนประเมินค่า 5 ระดับ (Likert Scale) ได้แก่

5	หมายถึง	เห็นด้วยอย่างยิ่ง
4	หมายถึง	เห็นด้วย
3	หมายถึง	ปานกลาง
2	หมายถึง	ไม่เห็นด้วย
1	หมายถึง	ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง

ข้อคำถามเกี่ยวกับการปรับตัว โดยแบ่งเป็น 4 ด้าน ได้แก่ ด้านการเรียนจำนวน 10 ข้อ ด้านสังคมและมนุษยสัมพันธ์จำนวน 10 ข้อ ด้านสภาพแวดล้อมจำนวน 10 ข้อ และด้านการเข้าร่วมกิจกรรมจำนวน 10 ข้อ จำนวนทั้งหมด 40 ข้อ

ตอนที่ 3 คำถามปลายเปิดเกี่ยวกับปัญหาและแนวทางการปรับตัว จำนวน 5 ข้อ ให้นักศึกษาเขียนตอบตามความคิดของตนเองอย่างอิสระ

4) วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล

สร้างแบบสอบถามการปรับตัว 4 ด้าน ได้แก่ 1) การปรับตัวด้านการเรียน 2) การปรับตัวด้านสังคมและมนุษยสัมพันธ์ 3) การปรับตัวด้านสภาพแวดล้อม 4) การปรับตัวด้านการเข้าร่วมกิจกรรม จำนวน 40 ข้อ และส่งให้ผู้เชี่ยวชาญด้านวัดและประเมินผล และภาษา การประเมินความสอดคล้องของข้อคำถามด้วย IOC (Index of Item-Objective Congruence) จำนวน 3 ท่าน จากนั้นปรับแก้แบบสอบถามตามคำแนะนำผู้เชี่ยวชาญ แล้วนำไปทดลองใช้กับนิสิตกลุ่มเล็กจำนวน 30 คน เพื่อปรับแก้คำถามที่คลุมเครือให้มีความชัดเจน หลังจากนั้นแจกจ่ายแบบสอบถามผ่านช่องทางทั้งแบบออนไลน์ (Google Forms/ระบบของมหาวิทยาลัย) และ/หรือแจกเป็นกระดาษ ตามความสะดวกของกลุ่มเป้าหมาย

การศึกษารุ่นนี้ได้ผ่านการรับรองจากคณะกรรมการจริยธรรมสำหรับพิจารณาโครงการวิจัยในมนุษย์ ชุดสังคมศาสตร์และพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ โดยยึดหลักเกณฑ์ตาม Declaration of Helsinki, Belmont Report, International Conference on Harmonization in Good Clinical Practice (ICH-GCP), International Guidelines for Human Research ตลอดจนกฎหมายข้อบังคับและข้อกำหนดภายในประเทศ หมายเลขรับรองโครงการวิจัย : SWUEC- 682582

5) การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ สถิติเชิงบรรยาย (Descriptive Statistics) เพื่ออธิบายลักษณะพื้นฐานของข้อมูลและระดับการปรับตัว พร้อมทั้งตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือวิจัยด้วยการหาค่า ความเชื่อมั่น (Reliability) โดยใช้สัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) สำหรับการทดสอบสมมติฐาน ผู้วิจัยวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรด้วย สถิติสหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson's Correlation Coefficient) และเปรียบเทียบความแตกต่างของระดับการปรับตัวจำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล โดยใช้สถิติทดสอบทีแบบอิสระ (Independent Samples t-test) สำหรับตัวแปรด้านเพศ และการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One-way ANOVA) สำหรับตัวแปรด้านภูมิภาค

ผลการวิจัย

ผลการวิจัยในครั้งนี้สะท้อนให้เห็นถึงปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อ การปรับตัวของนิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ โดยมีผลการศึกษาดังนี้

ตาราง 1 คะแนนเฉลี่ยการปรับตัวของนิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 คณะศึกษาศาสตร์

การปรับตัว	Mean	SD	Min	25%	Median	75%
ด้านการเรียน	3.99	0.56	2.20	3.70	4.00	4.30
ด้านสังคมและมนุษยสัมพันธ์	4.26	0.61	2.00	3.90	4.30	4.90
ด้านสภาพแวดล้อม	4.25	0.54	2.56	3.89	4.22	4.78
ด้านการปรับตัวด้านการเข้าร่วมกิจกรรม	4.27	0.59	2.00	4.00	4.22	4.88
คะแนนรวม	4.19	0.49	2.77	3.92	4.13	4.55

จากตาราง 1 แสดงให้เห็นว่าคะแนนเฉลี่ยการปรับตัวโดยรวมค่อนข้างสูง ($M = 4.19$) ซึ่งชี้ว่านิสิต โดยรวมรายงานการปรับตัวได้ค่อนข้างดี โดยมีมิติสังคมและการเข้าร่วมกิจกรรมมีค่าเฉลี่ยสูงสุด ($M = 4.27$, $M = 4.28$) ส่วนมิติการเรียนมีค่าเฉลี่ยต่ำสุดแต่ก็ยังอยู่ในระดับค่อนข้างดี ($M=3.99$) ค่าส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐานแสดงความแปรปรวนปานกลาง ($SD = 0.50-0.61$) สะท้อนว่ากลุ่มนิสิตส่วนใหญ่ปรับตัวได้ดี แต่ มีบางรายที่ยังต้องการการสนับสนุน

ตาราง 2 ความสัมพันธ์ทางตัวแปรความเชื่อมั่นของการปรับตัว

องค์ประกอบ	จำนวนข้อ	Cronbach's α
ด้านการเรียน	10	0.915
ด้านสังคมและมนุษยสัมพันธ์	10	0.947
ด้านสภาพแวดล้อม	10	0.907
ด้านการปรับตัวด้านการเข้าร่วมกิจกรรม	10	0.941

จากตาราง 2 พบว่า จากการวิเคราะห์ค่า Cronbach's α สำหรับทั้งสี่มิติสูงมาก ($\geq .90$) ซึ่งบ่งชี้ว่าเครื่องมือมีความเชื่อมั่นภายในสูงและเหมาะสมสำหรับการใช้งานเชิงวิจัยและการประเมินภายในบริษัทนี้

ตาราง 3 ความสัมพันธ์เชิงบวกของการปรับตัวของนิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 คณะศึกษาศาสตร์

องค์ประกอบ	การเรียน	สังคม	สภาพแวดล้อม	การเข้าร่วมกิจกรรม	รวม
ด้านการเรียน	1.000	0.721	0.626	0.630	0.861
ด้านสังคมและมนุษยสัมพันธ์	0.721	1.000	0.644	0.710	0.897

องค์ประกอบ	การเรียนรู้	สังคม	สภาพแวดล้อม	การเข้าร่วมกิจกรรม	รวม
ด้านสภาพแวดล้อม	0.626	0.644	1.000	0.612	0.828
ด้านการปรับตัวด้าน การเข้าร่วมกิจกรรม	0.630	0.710	0.612	1.000	0.861
รวม	0.861	0.897	0.828	0.861	1.000

จากตาราง 3 การวิเคราะห์ความสัมพันธ์เชิงบวกของการปรับตัว พบว่า ทุกมิติมีความสัมพันธ์เชิงบวกในระดับปานกลางถึงสูง ($r \approx .61-.90$) กับมิติอื่น ๆ และกับคะแนนรวม ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานว่า การปรับตัวเป็นระบบบูรณาการหลายมิติ เมื่อนิสิตปรับตัวในด้านสังคมได้ดี มักปรับตัวในด้านอื่น ๆ ได้ดีตามไปด้วย

ตาราง 4 การเปรียบเทียบเพศ (Independent t-test) บนคะแนนรวมการปรับตัว

เพศ	n	Mean	SD	t	p
หญิง	140	4.2244	0.4696	-1.166	0.2487
ชาย	41	4.1077	0.5881		

ตาราง 4 การเปรียบเทียบเพศ พบว่า แม้อ่าเฉลี่ยของเพศหญิงจะสูงกว่าเพศชายเล็กน้อย (4.224 vs 4.108) แต่ผลการทดสอบ t ไม่แสดงความแตกต่างที่มีนัยสำคัญ ($t = -1.166, p = 0.2487$) จึงสรุปได้ว่าในกลุ่มตัวอย่างนี้เพศไม่ได้เป็นปัจจัยที่มีผลสำคัญต่อการปรับตัวของนิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 คณะศึกษาศาสตร์

ตาราง 5 การวิเคราะห์ถดถอยแบบรวมตัวแปรการปรับตัวของนิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 คณะศึกษาศาสตร์

การทำนายถดถอย	B (Coef.)	SE	t	p	95% CI
Constant	4.4701	0.7732	5.782	< .001	(2.944, 5.996)
ระดับผลการเรียนสะสมก่อนเข้าศึกษา	-0.2054	0.1630	-1.260	.209	(-0.527, 0.116)
ระดับผลการเรียนสะสมเฉลี่ยปัจจุบัน	0.1410	0.2206	0.639	.524	(-0.294, 0.576)
เพศ	-0.1187	0.0895	-1.326	.186	(-0.295, 0.058)
ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ	-0.0967	0.0984	-0.983	.327	(-0.291, 0.097)
ภาคเหนือ	-0.0723	0.1176	-0.615	.539	(-0.304, 0.160)
ภาคใต้	0.0385	0.1007	0.382	.703	(-0.160, 0.237)

จากตาราง 5 การวิเคราะห์ถดถอยแบบรวมตัวแปร พบว่า ไม่พบตัวแปรใดให้ผลเป็นนัยสำคัญต่อคะแนนรวมการปรับตัว ($p > .05$ ทั้งหมด) ซึ่งชี้ว่ายังมีกลุ่มปัจจัยอื่น ๆ เช่น การสนับสนุนทางสังคมเชิงคุณภาพ, ความฉลาดทางอารมณ์, ทักษะการเรียนรู้ด้วยตนเอง ที่ไม่ได้ถูกจับในโมเดลนี้และอาจเป็นตัวพยากรณ์ที่สำคัญ

สรุปผลการวิจัย

การศึกษาครั้งนี้พบว่า นิสิตชั้นปีที่ 1 คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ส่วนใหญ่รายงานการปรับตัวได้ในระดับค่อนข้างดี โดยมีมิติสังคมและมนุษยสัมพันธ์ และการเข้าร่วมกิจกรรมเด่นกว่าด้านการเรียน เครื่องมือที่ใช้มีความเชื่อมั่นภายในสูง การวิเคราะห์สหสัมพันธ์ชี้ให้เห็นว่า การปรับตัวเป็นกระบวนการบูรณาการหลายมิติที่ส่งเสริมซึ่งกันและกัน ในทางปฏิบัติผลการศึกษานับสนุนการออกแบบโปรแกรมต้อนรับนิสิตใหม่ที่เน้นการสร้างเครือข่ายเชิงสังคม การฝึกทักษะการเรียนรู้ด้วยตนเอง และการให้คำปรึกษาที่เจาะจงสำหรับนิสิตกลุ่มเสี่ยง โมเดลถดถอยที่ใช้ตัวแปรเชิงปริมาณพื้นฐาน (ผลการเรียนเฉลี่ยสะสมเพศ, ภูมิลาเนา) ไม่สามารถอธิบายความแปรปรวนของการปรับตัวได้มากนัก จึงแนะนำให้การศึกษาในอนาคตรวบรวมตัวแปรเชิงคุณภาพมากขึ้น เช่น การสนับสนุนทางสังคม (social support), ความฉลาดทางอารมณ์ (emotional intelligence), กลยุทธ์การเผชิญปัญหา (coping strategies) และตัวแปรบริบทของคณะ/สถาบัน เพื่อพัฒนาการป้องกันและการส่งเสริมการปรับตัวของนิสิตได้อย่างมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น

อภิปรายผล

จากการศึกษาสภาพการณ์การปรับตัวของนิสิตชั้นปีที่ 1 คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ พบว่า ในภาพรวมนิสิตมีระดับการปรับตัวอยู่ในเกณฑ์ค่อนข้างดี โดยเฉพาะในสังคมและมนุษยสัมพันธ์และมิติด้านการเข้าร่วมกิจกรรมที่มีค่าเฉลี่ยโดดเด่นกว่ามิติด้านการเรียน ผลการศึกษานี้สะท้อนให้เห็นว่า นิสิตส่วนใหญ่สามารถบูรณาการตนเองเข้ากับระบบสนับสนุนทางสังคมได้อย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ Tinto (2012) ที่ระบุว่า ความผูกพันทางสังคม (Social Integration) เป็นกลไกพื้นฐานสำคัญที่เกิดขึ้นในช่วงแรกของการเข้าสู่รั้วมหาวิทยาลัย และเป็นปัจจัยเชิงป้องกัน (Protective Factors) ที่ช่วยลดอัตราการลาออกกลางคันได้ดีกว่าปัจจัยด้านวิชาการเพียงอย่างเดียว เมื่อพิจารณาผ่านกรอบแนวคิด Roy's Adaptation Model ผลการศึกษาในมิติด้านกิจกรรมและสังคมจัดอยู่ใน มิติด้านการพึ่งพาอาศัยกัน (Interdependence Mode) และมีมิติด้านอัตมโนทัศน์ (Self-Concept Mode) ซึ่งการที่นิสิตมีคะแนนในส่วนนี้สูง แสดงให้เห็นว่า กิจกรรมเสริมหลักสูตรและกิจกรรมรับน้องของคณะฯ ทำหน้าที่เป็นสิ่งเร้าเสริม (Contextual Stimuli) ที่ช่วยเสริมสร้างความรู้สึกร่วมเป็นส่วนหนึ่งของสถาบัน สอดคล้องกับงานวิจัยของ Pather et al. (2020) ที่พบว่า นิสิตรุ่นใหม่มักใช้การปฏิสัมพันธ์กับกลุ่มเพื่อนเป็นช่องทางหลักในการลดความวิตกกังวลจากการเปลี่ยนแปลงสภาพแวดล้อม นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับข้อเสนอของ Astin (1999) ที่ชี้ว่าระดับความผูกพันของนิสิตต่อมหาวิทยาลัย (Student Involvement) จะเกิดขึ้นได้ดีที่สุดเมื่อนิสิตมีส่วนร่วมในกิจกรรมกลุ่มและการสร้างเครือข่ายความสัมพันธ์เชิงบวกกับทั้งเพื่อนและคณาจารย์

ในส่วนของการวิเคราะห์ปัจจัยที่ส่งผลต่อการปรับตัว ผลการวิจัยพบประเด็นที่น่าสนใจคือ ตัวแปรเชิงปริมาณอันได้แก่ ระดับผลการเรียนเฉลี่ยสะสม (GPA) เพศ และภูมิฐานะ ไม่สามารถพยากรณ์ระดับการปรับตัวโดยรวมของนิสิตได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ข้อค้นพบนี้ชี้ให้เห็นว่า กระบวนการปรับตัวในบริบทระดับอุดมศึกษายุคปัจจุบันมีความซับซ้อนเกินกว่าจะอธิบายด้วยพื้นฐานทางชีวสังคมหรือประวัติทางวิชาการเพียงอย่างเดียว แต่อยู่ภายใต้อิทธิพลของปัจจัยเชิงคุณภาพมากกว่า ซึ่งสอดคล้องกับข้อสรุปของ Credé & Niehorster (2012) และ Collie & Martin (2020) ที่ระบุว่า ความยืดหยุ่นในการปรับตัว (Adaptability) และกลยุทธ์การเผชิญปัญหา (Coping Strategies) เป็นตัวบ่งชี้ความสำเร็จในการปรับตัวที่ชัดเจนกว่าผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเดิม การที่เพศและภูมิฐานะไม่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวอย่างมีนัยสำคัญ อาจอธิบายได้ด้วยสภาพของสังคมดิจิทัลที่ช่วยลดช่องว่างทางสังคมและวัฒนธรรมลงอย่างมาก ทำให้นิสิตไม่ว่าจะมาจากภูมิภาคใดต่างได้รับการหล่อหลอมผ่านระบบข้อมูลข่าวสารและบรรทัดฐานทางสังคมที่ใกล้เคียงกัน ประเด็นนี้สอดคล้องกับทฤษฎีระบบของ Roy (1999) ที่มองว่ามนุษย์มีกลไกควบคุมภายในที่เรียกว่า "Cognator" ซึ่งเป็นกระบวนการเรียนรู้ การคิดวิเคราะห์ และการใช้เริ่มใช้วิจารณ์ญาณส่วนบุคคลในการจัดการกับสิ่งเร้า (Stimuli) จากสิ่งแวดล้อมใหม่ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนหรือถิ่นกำเนิดจึงไม่ใช่ตัวกำหนดทักษะการปรับตัว (Adaptive Skills) เสมอไป แต่ขึ้นอยู่กับความฉลาดทางอารมณ์และการรับรู้การสนับสนุนทางสังคม (Perceived Social Support) ดังที่ Baker & Siryk (1999) ได้เสนอไว้ว่า การปรับตัวของนิสิตใหม่เป็นกระบวนการทางจิตสังคม (Psychosocial Process) ที่ซับซ้อนและลึกซึ้ง

นอกจากนี้ผลการวิเคราะห์สหสัมพันธ์ยังแสดงให้เห็นว่า มิติต่าง ๆ ของการปรับตัวมีความสัมพันธ์เชิงบวกอย่างมีนัยสำคัญ ซึ่งเป็นหลักฐานเชิงประจักษ์ที่สนับสนุนแนวคิดของ Roy's Adaptation Model ในเรื่องบูรณาการภาพรวม (Holistic Integration) ที่แต่ละมิติจะส่งอิทธิพลหนุนเสริมซึ่งกันและกัน กล่าวคือ หากนิสิตมีเครือข่ายทางสังคมที่ดี (Social Dimension) ย่อมมีแนวโน้มที่จะแสดงพฤติกรรมการเรียนรู้และการมีส่วนร่วมในกิจกรรมที่ดียิ่งขึ้นตามไปด้วย ผลดังกล่าวชี้ให้เห็นถึงความจำเป็นในการกำหนดนโยบายสนับสนุนนิสิตเชิงรุก เช่น การพัฒนาโครงการเพื่อนที่ปรึกษา (Peer Mentoring) และโปรแกรมสร้างเครือข่ายความสัมพันธ์ข้ามคณะ เพื่อเสริมสร้างความหลากหลายทางวัฒนธรรมและการสนับสนุนทางจิตใจตามแนวทางของ Wang et al. (2013) และ Hosseini (2022) อย่างไรก็ตามแม้ผลการวิจัยในครั้งนี้จะพบว่าเพศไม่ใช่ปัจจัยชี้ขาดของการปรับตัว ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ Misra & Castillo (2004) แต่ผู้วิจัยมีข้อสังเกตว่าในอนาคตควรมีการพิจารณาตัวแปรอิสระอื่น ๆ ที่อาจมีปฏิสัมพันธ์ร่วม (Interaction Effect) เช่น ประสบการณ์การใช้ชีวิตก่อนหน้า ทักษะทางการเงิน หรือแรงสนับสนุนเฉพาะเจาะจงจากครอบครัว ซึ่งอาจซ่อนเร้นอยู่ภายใต้ตัวแปรเพศหรือภูมิฐานะ สรุปได้ว่าการปรับตัวของนิสิตชั้นปีที่ 1 คณะศึกษาศาสตร์ มศว ขึ้นอยู่กับปัจจัยทางจิตวิทยาและความแข็งแกร่งของระบบสนับสนุนทางสังคม (Social Support System) มากกว่าตัวชี้วัดเชิงปริมาณทางวิชาการเพียงประการเดียว ซึ่งสอดคล้องกับข้อเสนอแนะเชิงทฤษฎีของทั้ง Baker & Siryk (1999) และ Credé & Niehorster (2012) อย่างชัดเจน

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะในการผลการวิจัยไปใช้

1. มหาวิทยาลัยควรนำผลการวิจัยไปใช้พัฒนาโครงการหรือกิจกรรมเสริมสร้างการปรับตัวของนิสิตใหม่อย่างเป็นระบบ เช่น โปรแกรมปฐมนิเทศเชิงบูรณาการ (Holistic Orientation Program) ที่เน้นการเรียนรู้ด้วยตนเอง การบริหารเวลา และการสร้างเครือข่ายทางสังคมภายในคณะ เพื่อช่วยให้นิสิตมีความพร้อมทั้งด้านการเรียนและสังคม

2. ผลการวิจัยสะท้อนว่าการสนับสนุนทางสังคมมีบทบาทสำคัญต่อการปรับตัวของนิสิตปีหนึ่ง ผู้สนใจควรนำผลนี้ไปพัฒนา “ระบบพี่เลี้ยงนิสิต” (Peer-Mentor Program) โดยให้รุ่นพี่หรืออาจารย์ที่ปรึกษาให้คำแนะนำรายบุคคลด้านวิชาการและการใช้ชีวิตในมหาวิทยาลัย เพื่อสร้างความเชื่อมั่นและลดความเครียดของนิสิตใหม่

3. ควรนำผลการศึกษานี้ไปประยุกต์ในการออกแบบกิจกรรมพัฒนานิสิตและรายวิชาพื้นฐาน เช่น รายวิชา “การเรียนรู้เพื่อชีวิตมหาวิทยาลัย” หรือ “การเตรียมความพร้อมครุยุคใหม่” เพื่อปลูกฝังทักษะการปรับตัว การแก้ปัญหา และการเรียนรู้ด้วยตนเองให้กับนิสิตตั้งแต่ชั้นปีแรก

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. การวิจัยครั้งต่อไปควรเพิ่มตัวแปรเชิงจิตสังคม เช่น ความฉลาดทางอารมณ์ (Emotional Intelligence), การรับรู้การสนับสนุนทางสังคม (Perceived Social Support) หรือแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ (Achievement Motivation) เพื่อสร้างแบบจำลองเชิงพยากรณ์ที่ครอบคลุมมากขึ้น

2. เปรียบเทียบความแตกต่างของการปรับตัวในบริบทที่หลากหลาย เช่น คณะวิทยาศาสตร์ คณะมนุษยศาสตร์ หรือสถาบันอุดมศึกษาในภูมิภาคอื่นของประเทศไทย ซึ่งจะช่วยให้ได้ภาพรวมระดับชาติของกระบวนการปรับตัวของนิสิตไทย

3. ข้อเสนอแนะเชิงนโยบายและเชิงปฏิบัติ ได้แก่ 1) พัฒนาโปรแกรมปฐมนิเทศ (orientation) ที่เน้นการสร้างเครือข่ายทางสังคมและทักษะการเรียนรู้ด้วยตนเอง 2) จัดตั้งระบบให้คำปรึกษาเชิงรุกที่มุ่งพัฒนาทักษะการจัดการเวลาและเทคนิคการเรียนรู้ 3) จัดระบบติดตามนิสิตที่มีคะแนนการปรับตัวต่ำผ่านฐานข้อมูลกลาง เพื่อให้มีการแทรกแซงเชิงป้องกันและรายกรณี 4) ส่งเสริมการวิจัยต่อยอดในอนาคตโดยเพิ่มตัวแปรด้านคุณภาพชีวิต ความฉลาดทางอารมณ์ (emotional intelligence) และการสนับสนุนทางสังคม เพื่อพัฒนาโมเดลการพยากรณ์ที่ครอบคลุมและสะท้อนกลไกการปรับตัวได้อย่างรอบด้านมากขึ้น

บรรณานุกรม

จุฑามาศ พงศ์พิทยาภรณ์. (2566). ความฉลาดทางอารมณ์และการสนับสนุนทางสังคมที่มีอิทธิพลต่อการปรับตัวของนิสิตมหาวิทยาลัย. วารสารวิจัยและพัฒนา มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม, 13(1), 101–115.

ฐิระ ทองเหลือ. (2549). นื่องใหม่กับการปรับตัว. วารสารแม่โจ้ปริทัศน์, 7(4), 67–70.

- นิรมล สุวรรณโคตร. (2553). การปรับตัวของนิสิตระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยนเรศวร (ปริญญาานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต สาขาการอุดมศึกษา). มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- พรรณิ ชูจิตร. (2562). การปรับตัวของนักศึกษามหาวิทยาลัยในช่วงเปลี่ยนผ่านจากระดับมัธยมศึกษา. วารสารครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา, 19(2), 45–59.
- ปวีณา ไชยชมพู. (2549). ปัจจัยที่มีผลต่อการปรับตัวของนักศึกษา มหาวิทยาลัยราชธานี วิทยาเขตอุดรธานี (ปริญญาานิพนธ์ กศ.ม. สาขาจิตวิทยาการศึกษา). มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- ราตรี พงษ์สุวรรณ. (2540). การศึกษาปัญหาการปรับตัวด้านการเรียนของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยรามคำแหง (ปริญญาานิพนธ์ กศ.ม. สาขาจิตวิทยาการแนะแนว). มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- รุ่ม วิริยะพงษ์. (2542). การศึกษาการปรับตัวของนิสิตระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย (วิทยานิพนธ์). จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ศิริพร แสงสว่าง. (2564). ปัจจัยที่ส่งผลต่อการปรับตัวของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ในสถาบันอุดมศึกษาไทย. วารสารจิตวิทยาและพฤติกรรมศาสตร์, 11(1), 23–37.
- ศุภลักษณ์ เงินบำรุง. (2546). ปัจจัยบางประการที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาล มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ องครักษ์ (ปริญญาานิพนธ์ กศ.ม. สาขาจิตวิทยาพัฒนาการ). มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- สุมาลี สุวรรณภักดี. (2541). ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวของนักศึกษาพยาบาลในเขตภาคใต้สังกัดกระทรวงสาธารณสุข (ปริญญาานิพนธ์ กศ.ม. สาขาการอุดมศึกษา). มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- สำรวย ประไพศรี. (2544). ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัวด้านการเรียนในระบบไตรภาคของนักศึกษา มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี (ปริญญาานิพนธ์ กศ.ม. สาขาจิตวิทยาการศึกษา). มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- วัลยรัตน์ คุณาพันธ์. (2561). การศึกษากระบวนการปรับตัวที่มีประสิทธิผลสำหรับนักศึกษาในสถาบันอุดมศึกษาเอกชน (ดุขฎีนิพนธ์). มหาวิทยาลัยบูรพา.
- Astin, A. W. (1999). Student involvement: A developmental theory for higher education. *Journal of College Student Development*, 40(5), 518–529.
- Avci, D. (2024). A qualitative study to determine the needs of first-year students. *EduRe Journal*.
- Baker, R. W., & Siryk, B. (1999). Student adaptation to college questionnaire (SACQ): Manual. Los Angeles, CA: Western Psychological Services. (Original work published 1989)
- Collie, R. J., & Martin, A. J. (2020). Adaptability and the 5Cs of academic resilience and buoyancy: Going beyond genetics. *Learning and Individual Differences*, 77, 101815. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2019.101815>

- Credé, M., & Niehorster, S. (2012). Academic adjustment to college: A meta-analytic review of its predictors and its association with degree attainment. *Educational Psychology Review*, 24, 133–165. <https://doi.org/10.1007/s10648-011-9184-5>
- Demirel, C. (2024). The effect of Roy's adaptation model-based education. PubMed.
- Gray, R. (2013a). Examining social adjustment to college in the age of social media. *Computers & Education*, 68, 193–203.
- Gray, R. (2013b). The transition to university: Factors that influence the experience of first-year students. University of Huddersfield.
- Homklin, T. (2024). The moderated-mediating roles of motivation on college adaptation. *International Journal of Behavioral Science*.
- Hosseini, S. (2022). Application of Roy's adaptation model in nursing practice and research: A systematic review. *International Journal of Nursing Studies Advances*, 4, 100062.
- López, M. J. (2023). Academic performance and adjustment of first-generation students. *Cogent Social Sciences*.
- Misra, R., & Castillo, L. G. (2004). Academic stress among college students: Comparison of American and international students. *International Journal of Stress Management*, 11(2), 132–148.
- Pather, S., Norodien-Fataar, N., Cupido, X., & Mkonto, N. (2020). First year students' transition to university: A case study of the orientation program. *South African Journal of Higher Education*, 34(2), 242–261.
- Purnamasari, H. (2022). Systematic review: College adjustment. *Buletin Psikologi, Universitas Gadjah Mada*.
- Quidley-Rodriguez, N. (2022). Creating effective post-pandemic psychiatric nursing education based on Roy's model. *SAGE Journals*.
- Roy, C. (1976). Adaptation model. In *Foundational theories of nursing*.
- Roy, C., & Andrews, H. A. (1999). *The Roy adaptation model* (2nd ed.). Stamford, CT: Appleton & Lange.
- Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*, 9(3), 185–211.
- Siripongpan, A., Phattaramarut, K., Namvichaisirikul, N., Poochaya, S., & Horkaew, P. (2022). Prevalence of depression and stress among the first year students in Suranaree University of Technology, Thailand. *Health Psychology Research*, 10(3), 35464. <https://doi.org/10.52965/001c.35464>

- Tinto, V. (1993). *Leaving college: Rethinking the causes and cures of student attrition* (2nd ed.). Chicago, IL: University of Chicago Press.
- Tinto, V. (2012). *Completing college: Rethinking institutional action*. Chicago, IL: University of Chicago Press.
- Wang, K. T., Wei, M., & Chen, H. (2013). Social support and college adjustment: A person-centered approach. *The Counseling Psychologist*, 41(7), 1013–1040.