

การพัฒนาแบบวัดการบริหารจัดการตนเองของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา
ตอนปลายในสำนักงานส่งเสริมการเรียนรู้ประจำจังหวัดชุมพร

THE DEVELOPMENT OF A SELF-MANAGEMENT MEASUREMENT MODEL FOR HIGH
SCHOOL STUDENT IN THE OFFICE OF EDUCATIONAL PROMOTION IN
CHUMPHON PROVINCE.

สุวิมล เจริญไกร¹, ธนียา เยาดำ², เมธี ดิสวัสดิ์³

นิสิตปริญญาโท สาขาการวิจัยและประเมิน คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยทักษิณ¹

อาจารย์สาขาวิชาการประเมินผลและวิจัย คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยทักษิณ^{2,3}

Suwimol Chengkriyung¹, Thaniya Yaodum², Matee Di-Sawat³

Master of Education Program in Research and Evaluation, Faculty of Education, Thaksin University¹

Lecturer in Evaluation and Research, Faculty of Education, Thaksin University^{2,3}

Corresponding Author E-mail : Khuntoon25@gmail.com¹, thaniya.y@tsu.ac.th², matee@tsu.ac.th³

(Received : September 25, 2025; Edit : October 6, 2025; accepted : October 7, 2025)

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) เพื่อสร้างแบบวัดการบริหารจัดการตนเองของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในสำนักงานส่งเสริมการเรียนรู้ประจำจังหวัดชุมพร 2) เพื่อหาคุณภาพแบบวัดการบริหารจัดการตนเองของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในสำนักงานส่งเสริมการเรียนรู้ประจำจังหวัดชุมพร 3) เพื่อสร้างเกณฑ์ปกติของแบบวัดการบริหารจัดการตนเองของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในสำนักงานส่งเสริมการเรียนรู้ประจำจังหวัดชุมพร กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย คือ นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในสำนักงานส่งเสริมการเรียนรู้ประจำจังหวัดชุมพร จำนวน 345 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แบบวัดการบริหารจัดการตนเอง วิเคราะห์คุณภาพเครื่องมือ ได้แก่ ค่าความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา ค่าอำนาจจำแนก ค่าความเชื่อมั่น และเกณฑ์ปกติสถิติที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ สถิติพื้นฐานและคะแนนมาตรฐานที่ปกติ

ผลการวิจัยพบว่า 1) การสร้างแบบวัดการบริหารจัดการตนเองของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในสำนักงานส่งเสริมการเรียนรู้ประจำจังหวัดชุมพร โดยประกอบด้วยองค์ประกอบ 5 ด้าน คือ การจัดการอารมณ์ การจัดการความเครียด การมีเป้าหมายในชีวิต การจัดการแก้ปัญหา และความยืดหยุ่นและการปรับตัว โดยมีเกณฑ์การให้คะแนน 4 ระดับได้แก่ ผู้แสวงหา ผู้เอาใจผู้อื่น ผู้สำรวจตนเอง และผู้ตระหนักรู้ จำนวน 30 ข้อ 2) การหาคุณภาพแบบวัดการบริหารจัดการตนเองของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในสำนักงานส่งเสริมการเรียนรู้ประจำจังหวัดชุมพร มีการตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา มีค่าตั้งแต่ 0.80 – 1.00 มีค่าอำนาจจำแนกตั้งแต่ .241 ถึง .497 และมีค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับเท่ากับ 0.83 3) เกณฑ์ปกติของแบบวัดการบริหารจัดการตนเอง มีเกณฑ์ปกติในรูปคะแนน T ปกติ ระหว่าง T_{20} - T_{76} ซึ่งสามารถนำไปใช้ประเมินและส่งเสริมทักษะการบริหารจัดการตนเองของนักเรียนได้อย่างมีประสิทธิภาพ

คำสำคัญ : แบบวัด, การบริหารจัดการตนเอง, สำนักงานส่งเสริมการเรียนรู้

Abstract

This research aimed to 1) create a self-management measure for high school students in the Chumphon Provincial Learning Promotion Office 2) To find the quality of the self-management measurement model of high school students in the Chumphon Provincial Learning Promotion Office 3) To create a standard criteria for the self-management measurement of high school students in the Chumphon Provincial Learning Promotion Office The sample group used in the research was 345 high school students in the Chumphon Provincial Learning Promotion Office. The research tool was a self-management test The quality of the instrument was analyzed including content validity, discriminant power, reliability, and normality. The statistics used in the research were basic statistics and normalized standard scores.

The research results found that 1) the creation of a self-management measurement model for high school students in the Chumphon Provincial Learning Promotion Office consisted of 5 components It is based on emotional management, stress management, having goals in life, problem solving, and flexibility and adaptability. There are 4 scoring levels: Seeker, People Pleaser, Self-Explorer, and Aware. There are 30 items 2) To find the quality of the self-management measure for high school students in the Chumphon Provincial Learning Promotion Office, the content validity was checked, with values ranging from 0.80 - 1.00, and the discriminant power ranging from .241 to .497 and the total reliability value is equal to 0.83 3) Normal criteria for the self-management test are normal criteria in the form of normal T scores between T_{20} - T_{76} which can be used to assess and promote students' self-management skills effectively.

Keywords : Measurement model, Self management, Office of Learning Promotion

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ประเทศไทยต้องเผชิญกับความท้าทายที่เป็นพลวัตของโลกศตวรรษที่ 21 ทั้งในส่วนที่เป็นแรงกดดันภายนอก จากกระแสโลกาภิวัตน์และความก้าวหน้าทางวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีและแรงกดดันภายในจากสภาวการณ์และการเปลี่ยนแปลงด้านโครงสร้าง ประชากร สิ่งแวดล้อม เศรษฐกิจ สังคมและการเมือง ซึ่งล้วนส่งผลกระทบต่อระบบการศึกษาซึ่งเป็นกลไกหลักในการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์อันเป็นรากฐานของการพัฒนาประเทศ ระบบการศึกษาจึงต้องปรับเปลี่ยนให้สนองและรองรับความต้องการดังกล่าว นอกจากนี้ระบบการศึกษาเองก็มีปัญหาหลายประการที่เกิดจากระบบคุณภาพและมาตรฐานการจัดการศึกษา กฎระเบียบและการบริหารจัดการที่ไม่เหมาะสม รวมทั้งการดำเนินการจัดการศึกษาที่ไม่ตอบสนองเป้าหมายการพัฒนาของประเทศไทย แม้ว่าตลอดระยะเวลาของการพัฒนาการศึกษาจะมีความสำเร็จของการจัดการศึกษาปรากฏให้เห็นแต่ส่วนใหญ่เป็นผลสำเร็จในเชิงปริมาณมากกว่าเชิงคุณภาพ อาทิการเพิ่มอัตราการเข้าเรียนของผู้เรียนในระดับต่างๆ โดยเฉพาะในระดับประถมศึกษาที่ใกล้เคียงหรือสูงกว่าระดับสากล จำนวนผู้สำเร็จการศึกษาในระดับอุดมศึกษาที่เพิ่มมากขึ้น การกระจายโอกาสและความเสมอภาคทางการศึกษาผ่านนโยบายเรียนฟรี 15 ปี ของรัฐ การผลิตและพัฒนากำลังคนระดับกลางที่เชื่อมโยงกับตลาดงานผ่านระบบการศึกษาแบบทวิภาคี โดยภาพรวมระบบการศึกษายังมีปัญหาด้านคุณภาพและมาตรฐานในการจัดการศึกษาโดยเฉพาะการพัฒนาผู้เรียนให้มีทักษะและคุณลักษณะที่พึงประสงค์และการผลิตกำลังคนตามความต้องการของประเทศ (สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา, 2560) ระบบการศึกษาของประเทศไทยได้กำหนดประเภทและวิธีการจัดการเรียนการสอนที่หลากหลายสอดคล้องกับความต้องการของผู้เรียนที่มีพื้นฐานทางสังคม เศรษฐกิจ และวัฒนธรรมที่แตกต่างกัน เพื่อให้ประชาชนทุกคนในประเทศไทยได้มีโอกาสเข้าถึงการศึกษาในรูปแบบที่เหมาะสมกับผู้เรียนแต่ละคน ซึ่งกฎหมายแม่บทด้านการศึกษาของประเทศไทยได้กำหนดให้การจัดการศึกษามี 3 รูปแบบ คือ การศึกษาในระบบ การศึกษานอกระบบ และการศึกษาตามอัธยาศัย สถานศึกษาสามารถจัดการเรียนการสอนในรูปแบบใดรูปแบบหนึ่งหรือจะจัดทั้ง 3 รูปแบบก็ได้ นอกจากนี้ ศูนย์การเรียนรู้ ครอบครัวยุวมชน องค์กรเอกชน องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น องค์กรวิชาชีพ สถานสงเคราะห์ และองค์กรทางสังคมอื่นๆ สามารถจัดการศึกษาในรูปแบบต่างๆ ตามความเหมาะสม (สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา, 2561) ซึ่งพระราชบัญญัติส่งเสริมการเรียนรู้ พ.ศ.2566 ได้เปลี่ยนสำนักงานส่งเสริมการศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัยเป็นสำนักงานส่งเสริมการเรียนรู้ ทำหน้าที่ในการจัดส่งเสริมและสนับสนุนการเรียนรู้ตลอดชีวิต เรียนรู้เพื่อพัฒนาตนเองและเรียนรู้เพื่อคุณวุฒิต่างระดับให้ประชาชนทุกช่วงวัย และดำเนินการให้ประชาชนได้รับการศึกษาตามความต้องการในระบบต่างๆ และจัดให้มีการร่วมมือกันระหว่างรัฐ องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นและภาคเอกชนในการจัดการศึกษา โดยสร้างโอกาสให้ผู้ซึ่งอยู่ในวัยเรียนแต่ไม่ได้รับการศึกษาในโรงเรียน หรือผู้ซึ่งพ้นวัยที่จะศึกษาในโรงเรียนหรืออยู่ในพื้นที่ที่ห่างไกลหรือทุรกันดารมีโอกาสเรียนรู้และเข้าถึงแหล่งการเรียนรู้ได้อย่างทั่วถึงและพัฒนาศักยภาพ ทักษะ ความเชี่ยวชาญได้ตามความถนัด สมควร ปรับปรุงการจัดการเรียนรู้และปรับปรุงโครงสร้างของหน่วยจัดการเรียนรู้เพื่อให้บรรลุเป้าหมายของการเรียนรู้ตลอดชีวิต (สุรพล วงศ์หวั่น, 2566)

การส่งเสริมการเรียนรู้เป็นการพัฒนาบุคคลให้มีความสมบูรณ์ทั้งร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคมและสติปัญญา เป็นคนดี มีวินัย รู้จักสิทธิควบคู่กับหน้าที่และความรับผิดชอบ ภูมิใจและตระหนักในความสำคัญของชาติ ศาสนา พระมหากษัตริย์ และการปกครองระบอบประชาธิปไตยอันมีพระมหากษัตริย์ทรงเป็นประมุข รู้จักรักษาประโยชน์ส่วนรวมและของประเทศชาติ รู้จักความพอเพียง มีเหตุผล มีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี ไม่เรียนรู้อย่างเดียว มีความรอบรู้ รอบคอบ ระมัดระวัง มีคุณธรรม และมีความซื่อสัตย์สุจริต รวมทั้งมีจิตสำนึกในความรับผิดชอบต่อตนเอง ครอบครัว ชุมชน สังคม และประเทศชาติ มีความเป็นพลเมืองที่สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมไทยและสังคมโลกได้อย่างผาสุกกับเพื่อให้บุคคลมีทักษะการเรียนรู้ ทักษะอาชีพ และทักษะชีวิตที่สอดคล้องและเท่าทันพัฒนาการของโลกและมีโอกาสพัฒนาหรือเพิ่มพูนทักษะของตนให้สูงขึ้นเพื่อปรับทักษะของตนตามความถนัดหรือความจำเป็น (พระราชบัญญัติส่งเสริมการเรียนรู้ พ.ศ.2566, 2566) ซึ่งเป็นการจัดการเรียนรู้ที่มีการกำหนดเป้าหมายการเรียนรู้ของตนเอง วางแผนการเรียนรู้อย่างเป็นขั้นตอนและยืดหยุ่นโดยใช้กิจกรรมที่ตอบสนองความต้องการและความสนใจของผู้เรียนตามช่วงวัย หรือการใช้เหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในชุมชนและสังคมที่อยู่ในความสนใจของผู้เรียนเป็นสิ่งกระตุ้นให้ผู้เรียนอยากเรียนรู้ จัดการตนเอง กำกับตนเอง ควบคุมตนเองในการปฏิบัติกิจกรรมการเรียนรู้ (สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา, 2565)

การจัดการตนเองเป็นทักษะที่สำคัญในการพัฒนาตนเองในหลากหลายสถานการณ์และการจัดการตนเองมีความสัมพันธ์กับการประสบผลสำเร็จในชีวิตการเสริมสร้างทักษะการจัดการตนเองด้วยหลักการทางจิตวิทยาจะทำให้บุคคลได้สำรวจและเข้าใจในตนเองอย่างแท้จริง สามารถกำกับอารมณ์ พฤติกรรม และความรู้สึกนึกคิดของตนเองให้บรรลุผลตามเป้าหมายที่ตั้งไว้อย่างมีประสิทธิภาพ ตลอดจนสามารถจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้นทำให้บุคคลดำเนินชีวิตอย่างมีความสุข เห็นคุณค่าในตนเองและสามารถจัดการกับอารมณ์และพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ได้ โดยเริ่มด้วยการประเมินตนเอง การตั้งเป้าหมาย การกำกับตนเอง และการประมาณตนเอง ภายใต้ความสามารถและศักยภาพที่มีอยู่ในตัวของแต่ละบุคคลอันเป็นแนวทางหนึ่งในการพัฒนาตนเองอย่างยั่งยืน

ต่อไป (กรรณิการ์ แสนสุภา และนเรศ กันธวงศ์, 2564) ด้วยเหตุนี้การบริหารจัดการตนเองจึงมีความสำคัญอย่างยิ่งสำหรับสำนักงานส่งเสริมการเรียนรู้ที่ผู้เรียนสามารถพัฒนาตนเองในแต่ละสถานการณ์ มีการจัดการตนเองเพื่อให้ประสบความสำเร็จสามารถที่จะควบคุมอารมณ์ พฤติกรรม ความรู้สึกนึกคิดของตนเองให้บรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้อย่างมีประสิทธิภาพตลอดจนการเรียนรู้ที่สามารถนำความรู้และประสบการณ์ที่ตนมีอยู่มาแลกเปลี่ยนเรียนรู้กับบุคคลอื่นในชั้นเรียนและเป็นการส่งเสริมการเรียนรู้ด้วยตนเอง และจากเหตุผลดังกล่าวของการบริหารจัดการตนเองกับสำนักงานส่งเสริมการเรียนรู้ดังที่ได้กล่าวมาถ้านักเรียนในสำนักงานส่งเสริมการเรียนรู้มีการบริหารจัดการตนเองในระดับสูงก็จะมีผลต่อความสำเร็จในการศึกษาในหลักสูตรของสำนักงานส่งเสริมการเรียนรู้ ดังนั้น ในการที่จะให้นักเรียนในสำนักงานส่งเสริมการเรียนรู้มีการบริหารจัดการตนเองได้นั้น จึงจำเป็นจะต้องมีการวัดและประเมินดังกล่าวที่ต้องใช้เครื่องมือวัดการบริหารจัดการตนเองสำหรับนักเรียนในสำนักงานส่งเสริมการเรียนรู้ และในปัจจุบันยังขาดแคลนแบบวัดการบริหารจัดการตนเองที่มีคุณภาพและเป็นมาตรฐานสำหรับนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในบริบทของสำนักงานส่งเสริมการเรียนรู้โดยเฉพาะ ส่วนใหญ่มักถูกพัฒนาขึ้นสำหรับนักเรียนในระบบการศึกษาปกติ ซึ่งมีบริบทและลักษณะของผู้เรียนที่แตกต่างจากนักเรียนในสำนักงานส่งเสริมการเรียนรู้ที่อาจมีความหลากหลายทางช่วงวัยและประสบการณ์ชีวิตมากกว่า ดังนั้นผู้วิจัยจึงสนใจสร้างแบบวัดการบริหารจัดการตนเองของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในสำนักงานส่งเสริมการเรียนรู้ประจำจังหวัดชุมพรและตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือเพื่อให้ได้แบบวัดที่มีคุณภาพโดยตรวจสอบคุณภาพด้านความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา ความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้าง อำนาจจำแนก ค่าความเชื่อมั่น และเกณฑ์ปกติ ผู้วิจัยหวังเป็นอย่างยิ่งว่าแบบวัดการบริหารจัดการตนเองจากการวิจัยครั้งนี้จะเป็นประโยชน์แก่สถานศึกษา ผู้บริหาร ครูผู้สอน ผู้เรียน ผู้ปกครอง และผู้ที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาเพื่อนำไปใช้วัดระดับการบริหารจัดการตนเองของนักเรียนและใช้สารสนเทศที่ได้จากการวัดเป็นแนวทางในการพัฒนาการบริหารจัดการตนเองของนักเรียนให้สูงขึ้นต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อสร้างแบบวัดการบริหารจัดการตนเองของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในสำนักงานส่งเสริมการเรียนรู้ประจำจังหวัดชุมพร
2. เพื่อหาคุณภาพแบบวัดการบริหารจัดการตนเองของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในสำนักงานส่งเสริมการเรียนรู้ประจำจังหวัดชุมพร
3. เพื่อสร้างเกณฑ์ปกติของแบบวัดการบริหารจัดการตนเองของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในสำนักงานส่งเสริมการเรียนรู้ประจำจังหวัดชุมพร

วิธีดำเนินการวิจัย

ตอนที่ 1 การสร้างแบบวัดการบริหารจัดการตนเองของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในสำนักงานส่งเสริมการเรียนรู้ประจำจังหวัดชุมพร

1.1 วิธีการสร้างเครื่องมือวิจัย

1.1.1 ศึกษาทฤษฎี เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการบริหารจัดการตนเองจากตำรา เอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการบริหารจัดการตนเอง

1.1.2 สังเคราะห์องค์ประกอบการบริหารจัดการตนเอง จำนวน 5 ด้าน ได้แก่ การจัดการอารมณ์ การจัดการความเครียด การมีเป้าหมายในชีวิต การจัดการแก้ปัญหา และความยืดหยุ่นและการปรับตัว จากแหล่งข้อมูลเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง และเกณฑ์การให้คะแนน 4 ระดับ ได้แก่ ผู้แสวงหา ผู้เอาใจผู้อื่น ผู้สำรวจตนเอง และผู้ตระหนักรู้ จากแหล่งข้อมูลเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

1.1.3 สร้างแบบวัดการบริหารจัดการตนเอง โดยประกอบด้วยองค์ประกอบ 5 ด้าน คือ การจัดการอารมณ์ การจัดการความเครียด การมีเป้าหมายในชีวิต การจัดการแก้ปัญหา และความยืดหยุ่นและการปรับตัว โดยมีเกณฑ์การให้คะแนน 4 ระดับ ได้แก่ ผู้แสวงหา ผู้เอาใจผู้อื่น ผู้สำรวจตนเอง และผู้ตระหนักรู้ จำนวน 30 แบ่งเป็นด้าน ละ 6 ข้อ

ตอนที่ 2 การหาคุณภาพแบบวัดการบริหารจัดการตนเองของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในสำนักงานส่งเสริมการเรียนรู้ประจำจังหวัดชุมพร

2.1 ผู้ให้ข้อมูล

2.2.1 ผู้ให้ข้อมูล ได้แก่ ผู้เชี่ยวชาญจำนวน 5 ท่าน ซึ่งเป็นผู้เชี่ยวชาญทางด้านการวัดและประเมินผลโดยใช้เกณฑ์ในการพิจารณาคัดเลือกผู้เชี่ยวชาญ คือ (1) เป็นผู้ที่วุฒิการศึกษาระดับปริญญาโทหรือปริญญาเอกในด้านการวัดและประเมินผล

การศึกษาหรือสาขาที่เกี่ยวข้อง หรือ (2) เป็นผู้ที่มีประสบการณ์ทำงานในด้านการวัดและประเมินผลการศึกษาโดยเฉพาะการประเมินเพื่อพัฒนาไม่ต่ำกว่า 5 ปี

1.2.2 นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในสำนักงานส่งเสริมการเรียนรู้ประจำจังหวัดชุมพรที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 300 คน

1.2.3 นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในสำนักงานส่งเสริมการเรียนรู้ประจำจังหวัดชุมพรเป็นกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 345 คน

2.2 วิธีการดำเนินการวิจัย

2.2.1 นำแบบวัดการบริหารจัดการตนเองที่สร้างขึ้นเสนอผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบคุณภาพเพื่อพิจารณาความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา ความเหมาะสมของภาษาที่ใช้ในแบบวัดการบริหารจัดการตนเองของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในสำนักงานส่งเสริมการเรียนรู้ประจำจังหวัดชุมพร

2.2.3 นำแบบวัดการบริหารจัดการตนเองไปทดลองใช้ (Try out) กับนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในสำนักงานส่งเสริมการเรียนรู้ประจำจังหวัดชุมพรที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 300 คน

2.2.4 นำแบบวัดการบริหารจัดการตนเองไปทดสอบกับนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในสำนักงานส่งเสริมการเรียนรู้ประจำจังหวัดชุมพรจำนวน 345 คน

2.3 การเก็บรวบรวมข้อมูล

2.3.1 ติดต่อขอหนังสือรับรองจากบัณฑิตวิทยาลัยมหาวิทยาลัยทักษิณเพื่อนำไปขอความอนุเคราะห์จากผู้เชี่ยวชาญในการตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา จำนวน 5 ท่าน

2.3.2 ติดต่อผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 5 ท่าน ในการส่งแบบวัดการบริหารจัดการตนเองสำหรับตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา

2.3.3 ติดต่อสำนักงานส่งเสริมการเรียนรู้ประจำจังหวัดชุมพรในการขอความอนุเคราะห์เก็บรวบรวมข้อมูลกับนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 300 คน

2.3.4 ส่งหนังสือขอความอนุเคราะห์เก็บรวบรวมข้อมูลกับนักเรียนที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างและแบบทดสอบการบริหารจัดการตนเอง ประสานงาน นัดเวลา และช่องทางในการจัดส่งเอกสาร

2.3.5 รวบรวมแบบวัดการบริหารจัดการตนเองจากนักเรียนที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างมาตรวจให้คะแนน

2.3.6 ติดต่อสำนักงานส่งเสริมการเรียนรู้ประจำจังหวัดชุมพรในการขอความอนุเคราะห์เก็บรวบรวมข้อมูลกับนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 345 คน

2.3.7 รวบรวมแบบวัดการบริหารจัดการตนเองจากกลุ่มตัวอย่างมาตรวจให้คะแนนเพื่อวิเคราะห์ข้อมูลต่อไป

2.4 การวิเคราะห์ข้อมูล

2.4.1 หาค่าความตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) โดยหาค่าดัชนีความสอดคล้อง (Index of Item Objective Congruence : IOC) ที่มีค่าดัชนีความสอดคล้องตั้งแต่ 0.50 – 1.00 (กิตติพงษ์ พิพิธกุล, 2561)

2.4.2 หาค่าอำนาจจำแนก (r) ของแบบวัดการบริหารจัดการตนเองโดยใช้เทคนิค 27% โดยเลือกค่าอำนาจจำแนก (r) ตั้งแต่ 0.241 ขึ้นไป (กิตติพงษ์ พิพิธกุล, 2561)

2.4.3 หาค่าความเชื่อมั่น จากสูตรของครอนบาร์ค (α - Coefficient) มีค่าตั้งแต่ 0.70 ขึ้นไป (กิตติพงษ์ พิพิธกุล, 2561)

ตอนที่ 3 การสร้างเกณฑ์ปกติของแบบวัดการบริหารจัดการตนเองของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในสำนักงานส่งเสริมการเรียนรู้ประจำจังหวัดชุมพร

3.1 การวิเคราะห์ข้อมูล

3.1.1 หาคะแนนปกติ (Norm) ของแบบวัดการบริหารจัดการตนเองของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในสำนักงานส่งเสริมการเรียนรู้ประจำจังหวัดชุมพร

ผลการวิจัย

ตอนที่ 1 ผลการสร้างแบบวัดการบริหารจัดการตนเองของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในสำนักงานส่งเสริมการเรียนรู้ประจำจังหวัดชุมพร

การสร้างแบบวัดในครั้งนี้ได้แบบวัดการบริหารจัดการตนเองของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในสำนักงานส่งเสริมการเรียนรู้ประจำจังหวัดชุมพรจำนวน 30 ข้อ โดยประกอบด้วยองค์ประกอบ 5 ด้าน คือ การจัดการอารมณ์ การจัดการความเครียด การมีเป้าหมายในชีวิต การจัดการแก้ปัญหา และความยืดหยุ่นและการปรับตัวและเกณฑ์การให้คะแนนของผู้ที่มีการบริหารจัดการตนเองสามารถแบ่งออกได้เป็น 4 ระดับได้แก่ ผู้แสวงหา ผู้เอาใจผู้อื่น ผู้สำรวจตนเอง และผู้ตระหนักรู้ เป็นแบบวัดชนิดเลือกตอบ 4 ตัวเลือก ดังตารางที่ 1

ตาราง 1 พฤติกรรมบ่งชี้กับจำนวนข้อสอบของแบบวัดการบริหารจัดการตนเองของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในสำนักงานส่งเสริมการเรียนรู้ประจำจังหวัดชุมพร

พฤติกรรมบ่งชี้	จำนวนข้อ
1. การจัดการอารมณ์	
1.1 การเข้าใจในอารมณ์	3
1.2 การจัดการความรู้สึกนึกคิด	3
2. การจัดการความเครียด	
2.1 การหาสาเหตุที่ก่อให้เกิดความเครียด	3
2.2 การหาวิธีจัดการความเครียด	3
3. การมีเป้าหมายในชีวิต	
3.1 การวางแผน	3
3.2 การลงมือทำ	3
4. การจัดการแก้ปัญหา	
4.1 การหาสาเหตุของปัญหา	3
4.2 การหาแนวทางการแก้ไขปัญหา	3
5. ความยืดหยุ่นและการปรับตัว	
5.1 การปรับเปลี่ยนความคิด	3
5.2 การรับมือกับการเปลี่ยนแปลง	3
รวม	30

ตารางที่ 2 เกณฑ์การให้คะแนน

คะแนน	ระดับตัวบ่งชี้ที่ต้องการวัด
4	ผู้ตระหนักรู้ (Aware) คือ ผู้ที่มีความตระหนักรู้ภายในตนเองสูงและมีความตระหนักรู้ภายนอกสูงเป็นผู้ที่มีความสามารถในการรับรู้และเข้าใจความรู้สึกอารมณ์และความต้องการของตนเอง รู้ว่าตนเองเป็นใคร ต้องทำอะไรจึงจะสำเร็จ คอยสังเกตพฤติกรรมของตนเองที่แสดงออกว่าส่งผลต่อผู้อื่นอย่างไร และแสวงหาหรือฟังความคิดเห็นของผู้อื่น ซึ่งเป็นการตระหนักถึงประโยชน์ที่แท้จริงของการตระหนักรู้ในตนเองอย่างเต็มที่
3	ผู้สำรวจตนเอง (Introspectors) คือ ผู้ที่มีความตระหนักภายในตนเองสูงแต่มีความตระหนักรู้ภายนอกต่ำ เป็นผู้ที่ชัดเจนว่าตนเองเป็นใคร คอยสำรวจตนเองอยู่เสมอซึ่งสามารถช่วยให้รู้จักตนเองได้ดีขึ้น แต่ไม่ทำหายุ่มมองของตนเองหรือค้นหาจุดบอดโดยรับฟังข้อเสนอแนะจากผู้อื่น
2	ผู้เอาใจผู้อื่น (Pleasers) คือ ผู้ที่มีความตระหนักรู้ภายนอกสูงแต่มีความตระหนักรู้ภายในตนเองต่ำ เป็นคนที่จดจ่ออยู่กับทางใดทางหนึ่งที่ทำให้ผู้อื่นสบายใจหรือชื่นชอบ แม้ว่าสิ่งนั้นจะทำให้ชีวิตตนเองลำบากโดยให้ความสำคัญกับความต้องการของผู้อื่นมาก่อนความต้องการของตัวเองจนอาจมองข้ามสิ่งที่ตนเองต้องการ

คะแนน	ระดับตัวบ่งชี้ที่ต้องการวัด
1	ผู้แสวงหา (Seekers) คือ ผู้ที่มีความตระหนักรู้ภายในตนเองต่ำ และมีความตระหนักรู้ภายนอกต่ำ เป็นผู้แสวงหาความรู้ที่ไม่รู้ว่าตนเองเป็นใคร จะต้องทำอะไรกับชีวิตและผู้อื่นจะมองตนอย่างไรเป็นผลให้รู้สึกติดขัดหรือหงุดหงิดกับการแสดงความสัมพันธ์ของตนเองกับผู้อื่นเนื่องจากขาดเป้าหมายที่ชัดเจน หรืออาจเป็นคนที่กำลังรู้สึกหลงทางไม่รู้ว่าจะเดินไปทางไหน

ตัวอย่างแบบวัดการบริหารจัดการตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในสำนักงานส่งเสริมการเรียนรู้ประจำจังหวัดชุมพร

ข้อสอบในองค์ประกอบการจัดการความเครียด

มดเป็นเด็กไม่ค่อยพูด ชอบนั่งเรียนหรือใช้ชีวิตอยู่ในห้องเรียนเพียงคนเดียว เนื่องจากมดเป็นเด็กกำพร้าจนทำให้เพื่อนร่วมห้องรุมแกล้ง จนมดเครียดคิดที่จะลาออก หากนักเรียนเป็นมดจะวิเคราะห์สาเหตุของสถานการณ์นี้อย่างไร

- ไม่ทราบสาเหตุที่โดนแกล้งเพื่อนแกล้ง แต่ก็ไม่ขัดขึ้น เพราะความกลัว (1 คะแนน)
- ยอมรับที่โดนแกล้งเพราะตนชอบทำตัวอ่อนแอ (3 คะแนน)
- คิดว่าที่โดนแกล้งเพื่อนแกล้งเพราะเพื่อนอิจฉาที่ตนเรียนเก่ง (2 คะแนน)
- ทราบสาเหตุที่โดนแกล้งเพราะไม่ชอบเข้าสังคมหรือทำความรู้จักเพื่อน (4 คะแนน)

ตอนที่ 2 ผลการหาคุณภาพแบบวัดการบริหารจัดการตนเองของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในสำนักงานส่งเสริมการเรียนรู้ประจำจังหวัดชุมพร

1. การตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหาของแบบวัด โดยมีผู้เชี่ยวชาญจำนวน 5 ท่าน ซึ่งเป็นผู้เชี่ยวชาญทางด้านการวัดและประเมินผลโดยใช้เกณฑ์ในการพิจารณาคัดเลือกผู้เชี่ยวชาญ คือ (1) เป็นผู้ที่มีวุฒิการศึกษาระดับปริญญาโทหรือปริญญาเอกในด้านการวัดและประเมินผลการศึกษาหรือสาขาที่เกี่ยวข้อง หรือ (2) เป็นผู้ที่มีประสบการณ์ทำงานในด้านการวัดและประเมินผลการศึกษาโดยเฉพาะการประเมินเพื่อพัฒนาไม่ต่ำกว่า 5 ปี

ตารางที่ 3 ผลการวิเคราะห์ค่าดัชนีความสอดคล้องของข้อคำถามกับนิยามเชิงปฏิบัติการของแบบวัดการบริหารจัดการตนเอง

องค์ประกอบ	ข้อ	ค่าดัชนีความสอดคล้อง	การแปลผล
1. การจัดการอารมณ์			
1.1 การเข้าใจในอารมณ์	1	1.00	ผ่านเกณฑ์
	2	0.80	ผ่านเกณฑ์
	3	0.80	ผ่านเกณฑ์
1.2 การจัดการความรู้สึกนึกคิด	4	0.80	ผ่านเกณฑ์
	5	0.80	ผ่านเกณฑ์
	6	0.80	ผ่านเกณฑ์
2. การจัดการความเครียด			
2.1 การหาสาเหตุที่ก่อให้เกิดความเครียด	7	1.00	ผ่านเกณฑ์
	8	1.00	ผ่านเกณฑ์
	9	1.00	ผ่านเกณฑ์
2.2 การหาวิธีจัดการความเครียด	10	1.00	ผ่านเกณฑ์
	11	1.00	ผ่านเกณฑ์
	12	0.80	ผ่านเกณฑ์
3. การมีเป้าหมายในชีวิต			
3.1 การวางแผน	13	0.80	ผ่านเกณฑ์
	14	1.00	ผ่านเกณฑ์
	15	0.80	ผ่านเกณฑ์
3.2 การลงมือทำ	16	0.80	ผ่านเกณฑ์

องค์ประกอบ	ข้อ	ค่าดัชนีความสอดคล้อง	การแปลผล
	17	0.80	ผ่านเกณฑ์
	18	0.80	ผ่านเกณฑ์
4. การจัดการแก้ปัญหา			
4.1 การหาสาเหตุของปัญหา	19	1.00	ผ่านเกณฑ์
	20	0.80	ผ่านเกณฑ์
	21	1.00	ผ่านเกณฑ์
4.2 การหาแนวทางการแก้ไขปัญหา	22	1.00	ผ่านเกณฑ์
	23	1.00	ผ่านเกณฑ์
	24	1.00	ผ่านเกณฑ์
5. ความยืดหยุ่นและการปรับตัว			
5.1 การปรับเปลี่ยนความคิด	25	1.00	ผ่านเกณฑ์
	26	0.80	ผ่านเกณฑ์
	27	0.80	ผ่านเกณฑ์
5.2 การรับมือกับการเปลี่ยนแปลง	28	1.00	ผ่านเกณฑ์
	29	1.00	ผ่านเกณฑ์
	30	1.00	ผ่านเกณฑ์

จากตาราง 3 ผลการวิเคราะห์ความสอดคล้องของข้อคำถามกับนิยามเชิงปฏิบัติการของแบบวัดการบริหารจัดการตนเองของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในสำนักงานส่งเสริมการเรียนรู้ประจำจังหวัดชุมพร พบว่า ข้อคำถามที่มีค่าดัชนีความสอดคล้องผ่านเกณฑ์ 0.80 จำนวน 14 ข้อ และข้อคำถามที่มีค่าดัชนีความสอดคล้องผ่านเกณฑ์ 1.00 จำนวน 16 ข้อ เมื่อพิจารณาค่าความสอดคล้องตามเกณฑ์ที่ผ่านตั้งแต่ 0.50 ขึ้นไป ผู้วิจัยได้นำข้อคำถามทั้งหมด 30 ข้อไปปรับปรุงแก้ไขด้านภาษาเพิ่มเติมตามคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญและจัดทำเป็นแบบทดสอบการบริหารจัดการตนเองเพื่อนำไปทดลองใช้ต่อไป

2. การตรวจสอบค่าอำนาจจำแนกรายข้อของแบบวัดการบริหารจัดการตนเอง

2.1 การทดลองใช้ครั้งนี้ ผู้วิจัยนำแบบวัดการบริหารจัดการตนเองที่สร้างขึ้น จำนวน 30 ข้อ ไปทดลองกับนักเรียนที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 300 คน นำคะแนนผลการสอบมาวิเคราะห์หาค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อโดยใช้ 27% จากนั้นทำการคัดเลือกเฉพาะข้อที่มีนัยสำคัญทางสถิติ ดังตารางที่ 4

ตารางที่ 4 ค่าอำนาจจำแนกของแบบวัดการบริหารจัดการตนเองจากการทดลองใช้

พฤติกรรมบ่งชี้	พฤติกรรมย่อยที่บ่งชี้	ข้อที่	ค่าอำนาจจำแนก (t-test)	ผลการคัดเลือก
1. การจัดการอารมณ์	1.1 การเข้าใจในอารมณ์	1	.243	คัดเลือกไว้
		2	.054	ตัดทิ้ง
		3	-.123	ตัดทิ้ง
	1.2 การจัดการความรู้สึกนึกคิด	4	.360	คัดเลือกไว้
		5	.269	คัดเลือกไว้
		6	.150	ตัดทิ้ง
2. การจัดการความเครียด	2.1 การหาสาเหตุที่ก่อให้เกิดความเครียด	7	.345	คัดเลือกไว้
		8	.431	คัดเลือกไว้
		9	.421	คัดเลือกไว้
	2.2 การหาวิธีจัดการความเครียด	10	.357	คัดเลือกไว้
		11	.346	คัดเลือกไว้
		12	.353	คัดเลือกไว้
3. การมีเป้าหมายในชีวิต	3.1 การวางแผน	13	.324	คัดเลือกไว้

พฤติกรรมบ่งชี้	พฤติกรรมย่อยที่บ่งชี้	ข้อที่	ค่าอำนาจ จำแนก (t-test)	ผลการ คัดเลือก
	3.2 การลงมือทำ	14	.343	คัดเลือกไว้
		15	.338	คัดเลือกไว้
		16	.314	คัดเลือกไว้
		17	.425	คัดเลือกไว้
		18	.241	คัดเลือกไว้
4. การจัดการแก้ปัญหา	4.1 การหาสาเหตุของปัญหา	19	.341	คัดเลือกไว้
		20	.387	คัดเลือกไว้
		21	.313	คัดเลือกไว้
	4.2 การหาแนวทางการแก้ไข้ปัญหา	22	.312	คัดเลือกไว้
		23	.432	คัดเลือกไว้
		24	.382	คัดเลือกไว้
5. ความยืดหยุ่นและการปรับตัว	5.1 การปรับเปลี่ยนความคิด	25	.361	คัดเลือกไว้
		26	.496	คัดเลือกไว้
		27	.460	คัดเลือกไว้
	5.2 การรับมือกับการเปลี่ยนแปลง	28	.158	ตัดทิ้ง
		29	.246	คัดเลือกไว้
		30	.242	คัดเลือกไว้

จากตารางที่ 4 พบว่า แบบวัดการบริหารจัดการตนเอง ทั้ง 30 ข้อ มีค่าอำนาจจำแนกตั้งแต่ -.123 ถึง .496 โดยคัดเลือกแบบวัดที่มีค่าอำนาจจำแนกตั้งแต่ .241 ขึ้นไป มีจำนวน 26 ข้อ

2.2 การทดลองใช้ครั้งนี้ ผู้วิจัยนำแบบวัดการบริหารจัดการตนเอง จำนวน 26 ข้อ ไปทดลองกับนักเรียนที่กลุ่มตัวอย่างจำนวน 345 คน นำคะแนนผลการสอบมาวิเคราะห์หาค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อโดยใช้ 27% จากนั้นทำการคัดเลือกเฉพาะข้อที่มีนัยสำคัญทางสถิติ ดังตารางที่ 5

ตารางที่ 5 ค่าอำนาจจำแนกของแบบวัดการบริหารจัดการตนเองของกลุ่มตัวอย่าง 345 คน

พฤติกรรมบ่งชี้	พฤติกรรมย่อยที่บ่งชี้	ข้อที่	ค่าอำนาจจำแนก (t-test)
1. การจัดการอารมณ์	1.1การเข้าใจในอารมณ์	1	.254
	1.2การจัดการความรู้สึกนึกคิด	2	.369
		3	.241
2. การจัดการความเครียด	2.1 การหาสาเหตุที่ก่อให้เกิดความเครียด	4	.269
		5	.415
		6	.432
	2.2 การหาวิธีจัดการความเครียด	7	.342
		8	.364
		9	.389
3. การมีเป้าหมายในชีวิต	3.1 การวางแผน	10	.328
		11	.341
		12	.269
	3.2 การลงมือทำ	13	.315
		14	.383
		15	.281

พฤติกรรมบ่งชี้	พฤติกรรมย่อยที่บ่งชี้	ข้อที่	ค่าอำนาจจำแนก (t-test)
4. การจัดการแก้ปัญหา	4.1 การหาสาเหตุของปัญหา	16	.409
		17	.411
		18	.375
	4.2 การหาแนวทางการแก้ไขปัญหา	19	.372
		20	.454
		21	.409
5. ความยืดหยุ่นและการปรับตัว	5.1 การปรับเปลี่ยนความคิด	22	.395
		23	.497
		24	.479
	5.2 การรับมือกับการเปลี่ยนแปลง	25	.329
		26	.244

จากตารางที่ 5 พบว่า แบบวัดการบริหารจัดการตนเอง ทั้ง 26 ข้อ มีค่าอำนาจจำแนกตั้งแต่ .241 ถึง .497

2.3 ค่าสถิติพื้นฐานและค่าความเชื่อมั่นของแบบทดสอบผู้วิจัยนำแบบวัดการบริหารจัดการตนเองของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในสำนักงานส่งเสริมการเรียนรู้ประจำจังหวัดชุมพรที่ทดสอบกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 345 คน ซึ่งได้จำนวนข้อคำถาม 26 ข้อ นำคะแนนผลการสอบมาวิเคราะห์หาค่าสถิติพื้นฐานและค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดการบริหารจัดการตนเองโดยการหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาตามวิธีของครอนบาค ดังตารางที่ 6

ตารางที่ 6 ผลการวิเคราะห์ค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ของแบบวัดการบริหารจัดการตนเองของกลุ่มตัวอย่าง 345 คน

คะแนนเต็ม	$\bar{X}$	S.D.	α
26	79.93	8.95	0.83

จากตารางที่ 6 ผลการวิเคราะห์ค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ของแบบวัดการบริหารจัดการตนเองของกลุ่มตัวอย่าง 345 คน มีค่าเฉลี่ย เท่ากับ 79.93 มีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 8.95 และมีค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดการบริหารจัดการตนเองทั้งฉบับเท่ากับ 0.83

ตอนที่ 3 ผลการสร้างเกณฑ์ปกติของแบบวัดการบริหารจัดการตนเองของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในสำนักงานส่งเสริมการเรียนรู้ประจำจังหวัดชุมพร

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้นำแบบวัดการบริหารจัดการตนเองที่เก็บข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 345 คน มาตรวจให้คะแนน และนำผลมาสร้างเกณฑ์ปกติในรูปคะแนนที่ปกติเพื่อแปลความหมายของคะแนนที่ได้จากแบบวัด ดังนี้

ตารางที่ 7 เกณฑ์ปกติแบบวัดการบริหารจัดการตนเองของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในสำนักงานส่งเสริมการเรียนรู้ประจำจังหวัดชุมพร

คะแนน	PR	T ปกติ	คะแนน	PR	T ปกติ	คะแนน	PR	T ปกติ
104	99.57	76	103	98.70	72	102	97.83	70
101	96.38	68	100	95.07	67	99	93.62	65
98	91.45	64	97	90.00	63	96	88.84	62
95	87.25	61	94	86.23	61	93	85.22	60
92	83.48	60	91	81.74	59	90	79.28	58
89	76.23	57	88	73.77	56	87	70.87	55
86	67.25	54	85	64.06	54	84	60.87	53
83	57.39	52	82	53.77	51	81	48.99	50
80	43.62	48	79	38.70	47	78	33.91	46
77	29.71	45	76	25.94	43	75	21.74	42
74	17.68	41	73	13.91	39	72	10.29	37

71	7.25	35	70	4.35	33	69	2.46	30
68	1.59	28	67	0.72	25	66	0.14	20

จากตารางที่ 7 แสดงให้เห็นถึงปกติของแบบวัดการบริหารจัดการตนเองของระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในสำนักงานส่งเสริมการเรียนรู้ประจำจังหวัดชุมพรมีช่วงคะแนนดิบตั้งแต่ 69 – 104 และคะแนนที่ปกติตั้งแต่ T_{20} – T_{76} ซึ่งแบ่งเป็น 4 ระดับ ดังนี้

1. คะแนนดิบตั้งแต่ 66 – 71 มีคะแนนที่ปกติตั้งแต่ T_{20} – T_{35}
2. คะแนนดิบตั้งแต่ 72 – 81 มีคะแนนที่ปกติตั้งแต่ T_{37} – T_{50}
3. คะแนนดิบตั้งแต่ 82 – 97 มี มีคะแนนที่ปกติตั้งแต่ T_{51} – T_{63}
4. คะแนนดิบตั้งแต่ 98 – 104 มี มีคะแนนที่ปกติตั้งแต่ T_{64} – T_{76}

อภิปรายผลการวิจัย

1. การสร้างแบบวัดการบริหารจัดการตนเองของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในสำนักงานส่งเสริมการเรียนรู้ประจำจังหวัดชุมพร

จากผลการสร้างแบบวัดการบริหารจัดการตนเอง ผู้วิจัยได้สังเคราะห์แนวคิด ทฤษฎี เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการบริหารจัดการตนเอง ผลการศึกษา ได้มาซึ่งองค์ประกอบ 5 ด้าน คือ การจัดการอารมณ์ การจัดการความเครียด การมีเป้าหมายในชีวิต การจัดการแก้ปัญหา และความยืดหยุ่นและการปรับตัว จากแหล่งข้อมูลเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องและเกณฑ์การให้คะแนน 4 ระดับ ได้แก่ ผู้แสวงหา ผู้เอาใจผู้อื่น ผู้สำรวจตนเอง และ ผู้ตระหนักรู้ จากแหล่งข้อมูลเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง มีพฤติกรรมบ่งชี้ จำนวน 10 ตัว รวมจำนวนข้อสอบทั้งสิ้น 30 ข้อ ซึ่งสอดคล้องกับ สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (กระทรวงศึกษาธิการ, 2564) กล่าวว่า การจัดการอารมณ์ คือรับรู้ เข้าใจ รู้เท่าทันอารมณ์ ความรู้สึก ความคิดและความเครียดที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันของตนเอง เข้าใจสาเหตุและสามารถจัดการอารมณ์ ความรู้สึก และความคิดของตนเอง, (นรรพร จันทรเฉลี่ย เสรีบุตร, 2563) กล่าวว่า การจัดการความเครียด คือ ความเครียดที่ไม่สามารถหายไปได้เอง ต้องได้รับการจัดการอย่างเหมาะสม ซึ่งความเครียดที่ไม่มีการจัดการอาจเป็นความเครียดที่สะสมทำให้เด็กมีอาการหงุดหงิด โกรธ ดังนั้นจึงต้องรู้จักสัญญาณของความเครียด และวิธีต่างๆ ในการปลดปล่อย รู้สึกผิด ผิดใจ สิ้นใจเรื่องความเครียดของตนเอง เล่นกีฬา พุดคุย และกิจกรรมสันทนาการอื่นๆ, (สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ, 2564) กล่าวว่า การมีเป้าหมายในชีวิต คือ ตั้งเป้าหมายในชีวิต มีวินัยในตนเอง สามารถบริหารจัดการเวลา ทรัพยากร สามารถพึ่งพาและกำกับตนเองให้ไปสู่เป้าหมายในชีวิต และมีสุขภาวะที่ดี, (สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ, 2564) กล่าวว่า การจัดการปัญหา คือ รู้เท่าทันการเปลี่ยนแปลงที่เกิดจากปัญหาและภาวะวิกฤต สามารถฟื้นคืนสู่สภาวะสมดุลได้ สามารถเตรียมการ ป้องกัน และแก้ไข เพื่อให้เกิดความปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน และ (Salika, 2021) กล่าวว่า ความยืดหยุ่นและการปรับตัว คือ บุคคลที่มีความยืดหยุ่นในการปรับตัวสูงจะปรับเปลี่ยนตัวเองกับการเปลี่ยนแปลงที่เข้ามาได้ง่ายโดยไม่รู้สึกว่าการปรับตัวนั้นเป็นเรื่องยากที่ต้องฝืนใจทำ เริ่มที่การรับความคิดของตัวเองก่อน ถ้าเราไม่ชอบความเปลี่ยนแปลงพยายามเปิดใจรับมันมากขึ้น มองหาข้อดีในการเปลี่ยนแปลงนั้นๆ แล้วเริ่มต้นทำจากสิ่งที่เราควบคุมได้ก่อนแล้วขยายขอบเขตของสิ่งที่เราทำได้ให้กว้างออกไปเรื่อยๆ ซึ่งเป็นวิธีการฝึกให้เกิดความยืดหยุ่นในการปรับตัว

2. การหาคุณภาพแบบวัดการบริหารจัดการตนเองของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในสำนักงานส่งเสริมการเรียนรู้ประจำจังหวัดชุมพร

แบบวัดการบริหารจัดการตนเอง เป็นแบบวัดชนิดเลือกตอบ 4 ระดับ ซึ่งมี 5 องค์ประกอบ จากการตรวจสอบคุณภาพพบว่าแบบวัดการบริหารจัดการตนเองมีค่าดัชนีความสอดคล้องของเนื้อหา (IOC) ซึ่งมีค่าระหว่าง 0.80 ถึง 1.00 บ่งชี้ว่าแบบวัดการบริหารจัดการตนเองมีความสอดคล้องระหว่างเนื้อหากับวัตถุประสงค์ที่ต้องการวัด ซึ่งสอดคล้องกับ (กิตติพงษ์ พิพิธกุล, 2561) ที่กล่าวว่าค่าดัชนีความสอดคล้องของเนื้อหาต้องมีค่าตั้งแต่ 0.50 ถึง 1.00 ควรคัดเลือกไว้ใช้ ส่วนค่าดัชนีความสอดคล้องของเนื้อหาที่มีค่าต่ำกว่า 0.50 ควรมีการปรับปรุง แก้ไขหรือตัดทิ้ง ในด้านค่าอำนาจจำแนกจากการนำแบบวัดการบริหารจัดการตนเองไปทดลองใช้กับกลุ่มที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 300 คน จำนวน 30 ข้อ มีค่าอำนาจจำแนกตั้งแต่ -.123 ถึง .496 ซึ่งมีความสอดคล้องกับ (กิตติพงษ์ พิพิธกุล, 2561) ที่กล่าวว่าต้องมีค่าตั้งแต่ .241 ขึ้นไป ดังนั้น ผู้วิจัยจึงได้ทำการคัดเลือกแบบวัดการบริหารจัดการตนเองที่มีค่าอำนาจจำแนกตั้งแต่ .241 พบว่า มีจำนวน 26 ข้อ และนำแบบวัดการบริหารจัดการตนเองจำนวน 26 ข้อ ไปทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่าง 345 คน มีค่าอำนาจจำแนกตั้งแต่ .241 ถึง .497 ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ (ยุพาพร ก้านจักร, 2558) ที่ได้ศึกษาเรื่องการพัฒนาแบบวัดคุณลักษณะอันพึงประสงค์ด้านมุ่งมั่นในการทำงานสำหรับนักเรียนชั้น

มัธยมศึกษาตอนต้น สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 27 มีค่าอำนาจจำแนกตั้งแต่ 2.51 ถึง 4.87 จากผลการวิเคราะห์ดังกล่าวพบว่าเป็นคุณภาพที่เหมาะสมที่จะนำไปใช้ในการวัดการบริหารจัดการตนเองเป็นอย่างดี ทั้งนี้เนื่องมาจากมาจากขั้นตอนการวิจัยและผลที่ได้จากการวิเคราะห์ โดยให้ผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหาและมีการทดลองใช้เพื่อตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย และในด้านความเชื่อมั่น พบว่ามีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.83 โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟาครอนบาค ซึ่งสอดคล้องกับแนวทางของ (Best & Kahn, 2006) ที่ระบุว่าเครื่องมือวัดที่มีค่าความเชื่อมั่นตั้งแต่ 0.80 ขึ้นไปถือว่ามีความน่าเชื่อถือสูง และสามารถนำไปใช้ในการวิจัยได้อย่างมีประสิทธิภาพ ดังนั้น ผลการหาคุณภาพแบบวัดการบริหารจัดการตนเองในครั้งนี้จึงสามารถกล่าวได้ว่ามีประสิทธิภาพและสามารถนำไปเป็นแนวทางในการทดสอบกับนักเรียนได้

3. ผลการสร้างเกณฑ์ปกติของแบบวัดการบริหารจัดการตนเองของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในสำนักงานส่งเสริมการเรียนรู้ประจำจังหวัดชุมพร

จากผลการสร้างเกณฑ์ปกติสามารถแบ่งเกณฑ์การแปลผลการบริหารจัดการตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายไว้ 4 ระดับ โดยแบ่งออกเป็นการบริหารจัดการตนเองระดับสูง เมื่อมีคะแนนตั้งแต่ 98 – 104 มีคะแนนที่ปกติตั้งแต่ $T_{64} - T_{76}$ การบริหารจัดการตนเองระดับค่อนข้างสูง เมื่อมีคะแนนดิบตั้งแต่ 82 – 97 มีคะแนนที่ปกติตั้งแต่ $T_{51} - T_{63}$ การบริหารจัดการตนเองระดับปานกลาง เมื่อมีคะแนนดิบตั้งแต่ 72 – 81 มีคะแนนที่ปกติตั้งแต่ $T_{37} - T_{50}$ และการบริหารจัดการตนเองระดับต่ำ เมื่อมีคะแนนดิบตั้งแต่ 66 – 71 มีคะแนนที่ปกติตั้งแต่ $T_{20} - T_{35}$ ซึ่งสอดคล้องกับ (สุนันทา ส่งนุ่น, 2566) เรื่องการสร้างแบบวัดการคิดอย่างมีวิจารณญาณสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาตอนปลายในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาในจังหวัดพิษณุโลก ได้สร้างเกณฑ์ปกติของแบบวัดแบ่งออกเป็น 4 ระดับ ได้แก่ การคิดอย่างมีวิจารณญาณสูง เมื่อมีคะแนน 33 คะแนนขึ้นไป (T_{57} ขึ้นไป) การคิดอย่างมีวิจารณญาณค่อนข้างสูง เมื่อมีคะแนนตั้งแต่ 27 – 32 ($T_{50} - T_{56}$) การคิดอย่างมีวิจารณญาณ ปานกลาง เมื่อมีคะแนนตั้งแต่ 22 – 26 คะแนน ($T_{46} - T_{49}$) และการคิดอย่างมีวิจารณญาณต่ำ เมื่อมีคะแนนน้อยกว่า 22 คะแนน (น้อยกว่า T_{46}) และสอดคล้องกับ (ล้วน สายยศ, 2543) ที่กล่าวว่า กลุ่มตัวอย่างที่ดีของประชากรต้องมีจำนวนมากพอที่จะเป็นตัวแทนของประชากร ไม่อย่างนั้นแล้วเกณฑ์ปกติเชื่อมั่นไม่ได้

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1.1 การวิจัยครั้งนี้กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในสำนักงานส่งเสริมการเรียนรู้ประจำจังหวัดชุมพรเท่านั้นควรนำแบบทดสอบไปศึกษากับนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในสำนักงานส่งเสริมการเรียนรู้ประจำจังหวัดอื่นๆ

2. ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

2.1 ควรสร้างเครื่องมืออื่นๆ ร่วมกันวัด เช่น แบบสังเกต การสัมภาษณ์ และเครื่องมือแบบอื่นๆ จะทำให้ได้ข้อมูลที่ต้องศึกษาอย่างแท้จริง

เอกสารอ้างอิง

- กรรณิการ์ แสนสุภา และนเรศ กันธวงศ์.(2564 ,มกราคม - มิถุนายน). การจัดการตนเอง: ทักษะในการพัฒนาตนเองอย่างยั่งยืน. วารสารศิลปศาสตร์ (วังนางเลิ้ง) มทร. พระนคร. 1(1),1 – 13.
- พระราชบัญญัติส่งเสริมการเรียนรู้ พ.ศ.2566.(19 มีนาคม 2566). ราชกิจจานุเบกษา. เล่มที่ 140 ตอนที่ 20 ก หน้า 60 – 72.
- ยุพาพร ก้านจักร.(2558). การพัฒนาแบบวัดคุณลักษณะอันพึงประสงค์ด้านมุ่งมั่นในการทำงานสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 27. มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม.
- สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา.(2560). แผนการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ.2560 – 2579. กรุงเทพมหานคร: บริษัทพริกหวานกราฟฟิค จำกัด.
- สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา.(2561). รายงานการศึกษาไทย พ.ศ.2561 (Education in Thailand 2018). กรุงเทพมหานคร: บริษัทพริกหวานกราฟฟิค จำกัด.
- สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา.(2565).รูปแบบการจัดการเรียนรู้ที่เสริมสร้างทักษะการเรียนรู้แบบนำตนเองเชิงสร้างสรรค์. กรุงเทพมหานคร: บริษัท เอส. บี. เค. การพิมพ์ จำกัด.
- สุรพล วงศ์หวั่น.(2566). การเปลี่ยนผ่านสำนักงาน กศน.สู่ กรมส่งเสริมการเรียนรู้.สำนักงานส่งเสริมการเรียนรู้จังหวัดเชียงราย.
- สุนันทา ส่งนุ่น.(2566). การสร้างแบบวัดการคิดอย่างวิจรณญาณสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาตอนปลายในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาในจังหวัดพิษณุโลก.มหาวิทยาลัยนเรศวร.