

## บทที่ 5

### สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การศึกษาคั้งนี้ ผู้วิจัยได้กำหนดวัตถุประสงค์ คำถามในการวิจัย ขอบเขตการวิจัย วิธีดำเนินการวิจัย การวิเคราะห์ข้อมูล สรุปผลการวิจัย อภิปรายผลและข้อเสนอแนะที่สามารถสรุปได้ดังนี้

#### สรุปผลการวิจัย

การศึกษาคั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาพฤติกรรมการใช้ชีวิต และปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการใช้ชีวิตของนักศึกษาในหอพักมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี ประชากรที่ใช้ คือ นักศึกษาชายที่ศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี ระดับปริญญาตรี ภาคปกติ และพักอาศัยอยู่ในหอพักชาย 1 – 4 มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี ทุกชั้นปี ทุกคณะ จำนวน 426 คน

สรุปผลการศึกษาได้ ดังนี้

#### 1. ข้อมูลทั่วไปของนักศึกษาหอพัก

จากการศึกษา พบว่า นักศึกษาหอพักมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี มีจำนวน 426 คน ส่วนใหญ่ร้อยละ 75.1 เป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ร้อยละ 24.2 เป็นนักศึกษาคณะศึกษาศาสตร์ มีภูมิลำเนาห้าจังหวัดจังหวัดชายแดนใต้ ร้อยละ 74.9 ได้แก่ ปัตตานี ร้อยละ 38.7 นราธิวาส ร้อยละ 14.8 ยะลา ร้อยละ 10.1 สงขลา ร้อยละ 9.4 และสตูล ร้อยละ 1.9 นับถือศาสนาอิสลาม ร้อยละ 84.5 ได้รับเงินจากครอบครัวต่อเดือน 1,001 – 2,000 บาท ร้อยละ 24.6 และ ร้อยละ 36.6 รายได้ของครอบครัวต่อเดือน อยู่ระหว่าง 10,001 – 20,000 บาท

#### 2. ข้อมูลด้านลักษณะหอพัก

ผลการศึกษา พบว่า ระดับความคิดเห็นด้านลักษณะหอพัก โดยภาพรวม ทั้ง 3 ด้าน คือ ด้านการจัดบริการและสิ่งอำนวยความสะดวก ด้านสภาพแวดล้อม และด้านความปลอดภัย อยู่ในระดับปานกลาง  $\bar{X} = 3.261$  เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ความคิดเห็นด้านสภาพแวดล้อมอยู่ในระดับมาก  $\bar{X} = 3.439$  ส่วน ความคิดเห็นด้านการจัดบริการและสิ่งอำนวยความสะดวก และด้านความปลอดภัย อยู่ในระดับปานกลาง  $\bar{X} = 3.203$  และ  $\bar{X} = 3.157$  ตามลำดับ

### 3. พฤติกรรมการใช้ชีวิตของนักศึกษาหอพัก

ด้านกิจวัตรส่วนตัว พบว่า นักศึกษาหอพักร้อยละ 58.7 รับประทานอาหารเช้าวันละ 3 มื้อ ร้อยละ 64.1 มีค่าใช้จ่ายในการรับประทานอาหารเช้า 50 – 100 บาท ร้อยละ 46.78 รับประทานอาหารเช้าที่โรงอาหารของมหาวิทยาลัย ร้อยละ 25.9 นิยมเครื่องดื่มประเภท นม โกโก้ น้ำปั่น (อาหารหรือเครื่องดื่มประเภทอื่น) ในวันปกติ ร้อยละ 32.4 นักศึกษาหอพักเข้านอนในเวลาระหว่าง 23.00 – 23.59 น. และ ร้อยละ 26.8 ตื่นนอนในเวลาระหว่าง 07.00 – 07.59 น. ในวันหยุด ร้อยละ 32.4 นักศึกษาหอพักเข้านอนในเวลาระหว่าง 00.00 – 00.59 น. และ ร้อยละ 16.9 ตื่นนอนในเวลาระหว่าง 05.00 – 05.59 น. ร้อยละ 52.8 นักศึกษาหอพักนอนหลับเฉลี่ยวันละ 7 ชั่วโมง การคบเพื่อน ร้อยละ 21.68 นักศึกษาหอพักเลือกคบเพื่อนที่มาจากโรงเรียนเดียวกัน กิจกรรมที่นักศึกษาทำร่วมกับเพื่อน ร้อยละ 22.14 มีการดูหนังสือ อ่านหนังสือ ทำการบ้าน รองลงมา มีกิจกรรมออกกำลังกาย ร้อยละ 20.84

ด้านการปรับตัว พบว่า นักศึกษาหอพัก มีระดับการปฏิบัติด้านการปรับตัวในภาพรวม อยู่ในระดับมาก  $\bar{X} = 3.625$  โดยเรียงลำดับค่าเฉลี่ยรายชื่อจากมากไปหาน้อย 3 อันดับแรก ได้แก่ การเอาใจเขามาใส่ใจเรา  $\bar{X} = 3.788$  ปรับปรุงตัวเองเพื่อให้มีบุคลิกภาพที่ดี  $\bar{X} = 3.762$  และ ยอมรับสภาพความเป็นจริงของตนเอง เช่น รูปร่างหน้าตา ฐานะ  $\bar{X} = 3.748$  ส่วนค่าที่น้อยที่สุด  $\bar{X} = 3.262$  อยู่ในระดับปานกลาง คือ ไม่ได้ปรับตัวนิสัยส่วนตัวเป็นอย่างไรก็เป็นอย่างนั้น

ด้านการใช้เวลาว่างของนักศึกษา พบว่า นักศึกษาหอพักร้อยละ 13.04 ใช้เวลาว่างในการนอน และพักผ่อน มากที่สุด รองลงมา อยู่ในระดับใกล้เคียงกัน คือ ออกกำลังกาย และเล่นอินเทอร์เน็ต ร้อยละ 11.58 และ 11.54 ตามลำดับ

ด้านการใช้เวลาในการเรียน พบว่า พฤติกรรมด้านการใช้เวลาในการเรียนของนักศึกษาหอพักทั้ง 3 ช่วงเวลา คือ ก่อนเวลาเรียน ในเวลาเรียน และหลังเลิกเรียน มีการปฏิบัติอยู่ในระดับมาก  $\bar{X} = 3.523$  เมื่อพิจารณาแต่ละช่วงเวลา พบว่า ระดับการปฏิบัติสูงสุด คือ ใช้เวลาหลังเลิกเรียน  $\bar{X} = 3.581$  รองลงมา คือ ก่อนเวลาเรียน  $\bar{X} = 3.550$  และมีการปฏิบัติน้อยสุด คือ ในเวลาเรียน  $\bar{X} = 3.478$

### 4. ทดสอบสมมุติฐาน

จากสมมุติฐาน ชั้นปี คณะที่ศึกษา ศาสนา รายได้ต่อเดือนที่ได้รับจากครอบครัว ที่แตกต่างกัน มีความคิดเห็นต่อพฤติกรรมการใช้ชีวิตในหอพักมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี ด้านการปรับตัว และด้านการใช้เวลาในการเรียน แตกต่างกัน พบว่า

4.1 ชั้นปี คณะที่ศึกษา ศาสนา รายได้ต่อเดือนที่ได้รับจากครอบครัว ของนักศึกษาที่แตกต่างกัน ไม่มีผลต่อพฤติกรรมการใช้ชีวิตในหอพักมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี ด้านการปรับตัว ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ 0.05

4.2 ชั้นปี คณะที่ศึกษา ศาสนา รายได้ต่อเดือนที่ได้รับจากครอบครัว ของนักศึกษาที่แตกต่างกัน ไม่มีผลต่อพฤติกรรมการใช้ชีวิตในหอพักมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี ด้านการใช้เวลาในการเรียน ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ 0.05

## 5. ปัจจัยที่มีผลต่อการปรับตัว และการใช้เวลาการเรียนของนักศึกษาหอพักมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี

5.1 ปัจจัยที่มีผลต่อการปรับตัวของนักศึกษาหอพัก พบว่า ตัวแปรศาสนา และตัวแปรสภาพแวดล้อม มีผลต่อการปรับตัวของนักศึกษาหอพักมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 สำหรับปัจจัยอื่นๆ ได้แก่ ชั้นปี คณะที่ศึกษา รายได้ต่อเดือนที่ได้รับจากครอบครัว การจัดบริการและสิ่งอำนวยความสะดวก และความปลอดภัย ไม่มีผลต่อการปรับตัวของนักศึกษาหอพักมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี

5.2 ปัจจัยที่มีผลต่อการใช้เวลาในการเรียนของนักศึกษาหอพัก พบว่า ตัวแปรสภาพแวดล้อม มีผลต่อการใช้เวลาในการเรียนของนักศึกษาหอพักมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 สำหรับปัจจัยอื่นๆ ได้แก่ ชั้นปี คณะที่ศึกษา ศาสนา รายได้ต่อเดือนที่ได้รับจากครอบครัว การจัดบริการและสิ่งอำนวยความสะดวก และความปลอดภัย ไม่มีผลต่อการใช้เวลาในการเรียนของนักศึกษาหอพักมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี

### การอภิปรายผล

การศึกษาพฤติกรรมการใช้ชีวิตของนักศึกษาในหอพักมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี ผู้วิจัยสามารถอภิปรายตามวัตถุประสงค์ และคำถามการวิจัยได้ดังนี้

## 1. พฤติกรรมการใช้ชีวิตของนักศึกษาหอพักมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี

### 1.1 กิจวัตรส่วนตัว

นักศึกษาหอพักมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี ส่วนใหญ่ในแต่ละวันนั้น ตามปกติจะรับประทานอาหารเช้าวันละ 3 มื้อ มีค่าใช้จ่ายในการรับประทานอาหารเช้า 50 – 100 บาท ซึ่งสถานที่เลือกซื้อรับประทานอาหารเช้าส่วนใหญ่เลือกรับประทานอาหารที่โรงอาหารของมหาวิทยาลัย ทั้งนี้อาจเป็นเพราะอยู่ใกล้หอพักนักศึกษา และมีความสะดวก ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ เสาวณี บุญเกตุ (2552) ที่ศึกษา การใช้ชีวิตประจำวันและพฤติกรรมมาการเรียนของ นักศึกษาที่พักอาศัยในหอพักนักศึกษา มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ศูนย์รังสิต พบว่า ปกตินักศึกษาจะ รับประทานอาหารเช้าวันละ 3 มื้อ และมีค่าใช้จ่ายในการรับประทานอาหารเช้า 51 – 100 บาท ทั้งนี้ อาจเป็นเพราะปัญหาทางเศรษฐกิจ และรายได้ของนักศึกษา ซึ่งมีค่าใช้จ่ายจำกัดสำหรับรับประทาน อาหารในแต่ละวัน

การเข้านอน ตื่นนอน ของวันปกติ นักศึกษาหอพักส่วนใหญ่ ร้อยละ 32.4 เข้านอนในเวลา ระหว่าง 23.00 – 23.59 น. และตื่นนอนในเวลา ระหว่าง 07.00 – 07.59 น. คิดเป็นร้อยละ 26.8 โดยเฉลี่ยนอนหลับวันละ 7 ชั่วโมง การคบเพื่อนส่วนใหญ่เลือกคบเพื่อนที่มาจากโรงเรียนเดียวกัน และเพื่อนที่อยู่ห้องเดียวกันมากที่สุด ทั้งนี้อาจเนื่องจากนักศึกษาหอพักต้องทำกิจกรรม การเรียน ร่วมกับเพื่อน เช่น เรียนหนังสือด้วยกัน ทำรายงานกลุ่มร่วมกัน และการดูหนังสื่อในกลุ่มเพื่อนที่ เรียนด้วยกัน ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ วลีพร ตัณฑพานิช (2547) ที่ศึกษาแนวทางพัฒนาการ จิตระเบียบหอพักนักศึกษา มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ศูนย์รังสิต ที่พบว่า นักศึกษาส่วนมากสนิท กับเพื่อนร่วมห้อง และร่วมชั้นอยู่ในระดับมาก

### 1.2 การปรับตัว

การปรับตัวของนักศึกษาหอพักมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี พบว่า การปรับตัวในภาพรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณารายข้อ วิธีการปฏิบัติเกี่ยวกับการปรับตัวที่ นักศึกษาเลือกปฏิบัติมากที่สุด คือ การเอาใจเขามาใส่ใจเรา รองลงมา คือ ปรับปรุงตัวเองเพื่อให้มี บุคลิกภาพที่ดี และยอมรับสภาพความเป็นจริงของตนเอง เช่น รูปร่างหน้าตา ฐานะ เพื่อให้ตนเอง สามารถดำรงชีวิตร่วมกับผู้อื่นในหอพักได้อย่างมีความสุข ซึ่งสอดคล้องกับทฤษฎีของ Roy (1991) ที่กล่าวว่า การปรับตัวเป็นพฤติกรรมตอบสนองของบุคคลเมื่อเผชิญกับการเปลี่ยนแปลง ที่เกิดขึ้นกับตนเอง หรือสิ่งแวดล้อมของตนเอง เป็นกระบวนการตอบสนองทางบวกของบุคคลที่มี

ต่อการเปลี่ยนแปลงของสิ่งแวดล้อมทั้งภายนอกและภายใน เพื่อคงไว้ซึ่งความสมดุลของร่างกาย จิตใจ และสังคม รวมทั้งมีเป้าหมายในการปรับตัว

### 1.3 การใช้เวลาว่าง

การใช้เวลาว่าง ของนักศึกษาหอพักมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี ส่วนใหญ่ร้อยละ 13.04 ใช้เวลาว่างในการนอน และพักผ่อน มากที่สุด รองลงมา ใช้เวลาว่างในการออกกำลังกาย เล่นอินเทอร์เน็ต ฟังเพลง ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ เสาวณี บุญเกิด (2552) เรื่องการใช้ชีวิตประจำวันและพฤติกรรมทางการเรียนของนักศึกษาที่พักอาศัยในหอพัก นักศึกษา มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ศูนย์รังสิต ที่พบว่า การใช้เวลาว่างในการทำกิจกรรมของ นักศึกษานั้น ส่วนใหญ่นักศึกษาใช้เวลาว่างในการพักผ่อน นอนหลับ และการศึกษาของ วิไลรัตน์ วิริยะวิบูลย์กิจ และวรรณดี สุทธิรินรากร (2542) เรื่องการบริหารเวลาและค่านิยมในทางสังคมและความสัมพันธ์ของการบริหารเวลากับค่านิยมทางสังคมของนิสิต มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ที่พบว่า นิสิตส่วนใหญ่ใช้เวลาในการทำกิจกรรม เช่น ฟังเพลง เล่นอินเทอร์เน็ต มากกว่าการใช้เวลากับการอ่านหนังสือเรียน ทั้งนี้อาจเป็นเพราะนักศึกษาหอพักส่วนใหญ่อยู่ในภาวะพึ่งพิง ได้รับ ค่าใช้จ่ายรายเดือนจากครอบครัว ไม่ได้ทำงานช่วยตนเอง จึงใช้เวลาว่างไม่ถูกต้อง อีกทั้งนักศึกษาหอพักที่อาศัยในหอพักมักนอนดึก เนื่องจากต้องทำกิจกรรมชมรม กิจกรรมด้านการเรียน พุดคุย เรื่องไร้สาระกับเพื่อน จึงมีเวลานอนน้อย ดังนั้น เมื่อมีเวลาว่างมักจะใช้ในการนอน ไม่กระตือรือร้นที่จะใช้เวลาในการอ่านหนังสือ รวมทั้งชีวิตในต่างจังหวัดสบาย ไม่ต้องดิ้นรนต่อสู้ การแข่งขันน้อย แตกต่างกับชีวิตเมืองใหญ่

### 1.4 ด้านการใช้เวลาในการเรียน

พฤติกรรมด้านการใช้เวลาในการเรียนของนักศึกษาหอพักมหาวิทยาลัยวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี ที่มีการปฏิบัติทั้ง 3 ช่วงเวลาในภาพรวม อยู่ในระดับมาก  $\bar{X} = 3.523$  เมื่อพิจารณาแต่ละช่วงเวลา พบว่า ระดับการปฏิบัติสูงสุด คือ พฤติกรรมการใช้เวลาในการเรียน หลังเลิกเรียน รองลงมา คือ พฤติกรรมการใช้เวลาในการเรียนก่อนเวลาเรียน และในเวลาเรียน ตามลำดับ

ส่วนพฤติกรรมการใช้เวลาในการเรียนก่อนเวลาเรียน ที่นักศึกษาหอพักปฏิบัติมากที่สุด คือ กระตือรือร้นในการเข้าเรียน นอกจากนั้น คำนคว้าเอกสารประกอบการบรรยายที่อาจารย์มอบหมาย และอ่านทำความเข้าใจก่อนเวลาเรียน และพฤติกรรมการใช้เวลาในการเรียนในเวลาเรียน ที่นักศึกษาหอพักปฏิบัติมากที่สุด คือ เข้าเรียนอย่างสม่ำเสมอตรงต่อเวลา จดบรรยาย

(lecture) เวลาเรียน และทำแบบฝึกหัด ส่วนพฤติกรรมการใช้เวลาในการเรียนหลังเลิกเรียน ที่นักศึกษาหอพักปฏิบัติมากที่สุด คือ ติดตามงานที่ได้รับมอบหมาย นอกจากนั้น ดิวิวิชาเรียนในกลุ่มเพื่อนเพื่อเตรียมตัวสอบ และทำการบ้านที่อาจารย์มอบหมาย ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ เสาวณี บุญเกตุ (2552) เรื่องการใช้ชีวิตประจำวันและพฤติกรรมาการเรียนของนักศึกษาที่พักอาศัยในหอพักนักศึกษา มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ศูนย์รังสิต ที่พบว่า พฤติกรรมหลังเลิกเรียน มีการปฏิบัติสูงสุด และเมื่อมีปัญหาในด้านการเรียน นักศึกษาเลือกที่จะปรึกษารุ่นพี่ และจับกลุ่มตัวกันในกลุ่ม ทั้งนี้อาจเป็นเพราะมีความสนิทสนม หรือคุ้นเคยกับรุ่นพี่และเพื่อนมากกว่าอาจารย์ผู้สอนที่รู้สึกไม่กล้าและเกรงใจ นอกจากนั้นรุ่นพี่มักมีประสบการณ์ในการเรียนรายวิชานั้นๆ จะทราบแนวคิด อุปนิสัยและลักษณะการเรียน การสอน และแนวข้อสอบของอาจารย์ผู้สอนในรายวิชาที่เรียนมาแล้ว ซึ่งสามารถแนะนำรุ่นน้องได้

## 2. ปัจจัยที่มีผลต่อการปรับตัว และการใช้เวลาในการเรียนของนักศึกษาหอพักมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี

### 2.1 ชั้นปี

ผลการศึกษา พบว่า ชั้นปี ไม่มีผลต่อการปรับตัวและการใช้เวลาในการเรียนของนักศึกษาหอพักมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ 0.05 สอดคล้องกับผลการวิจัยของ เล็ก จันท์สะอาด (2544) ที่พบว่า นักศึกษามหาวิทยาลัยบูรพาที่ศึกษาในระดับชั้นปีที่ต่างกัน มีความคิดเห็นต่อการใช้ชีวิตและเข้าร่วมกิจกรรมไม่แตกต่างกัน และสอดคล้องกับงานวิจัยของประดับ นิลพังกา (2543) ที่พบว่า นักศึกษาในวิทยาลัยครูส่วนกลางที่อยู่ในชั้นปีต่างกัน มิได้ทำให้ความคิดเห็นต่อกิจกรรมนักศึกษาต่างกัน ทั้งนี้ อาจเป็นเพราะนักศึกษาหอพักส่วนใหญ่มีอายุอยู่ระหว่าง 18 – 21 ปี ซึ่งอยู่ในช่วงอายุที่ใกล้เคียงกัน และพักอาศัยอยู่รวมกัน การปรับตัวและการใช้เวลาในการเรียนของนักศึกษาหอพัก ในภาพรวมจึงไม่แตกต่างกัน

### 2.2 คณะที่ศึกษา

ผลการศึกษา พบว่า คณะที่ศึกษา ไม่มีผลต่อการปรับตัว และการใช้เวลาในการเรียนของนักศึกษาหอพักมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ 0.05 กล่าวคือ จากการศึกษา พบว่า การปรับตัวในภาพรวมของนักศึกษาหอพักอยู่ในระดับมาก เนื่องจากนักศึกษาเพศชายมีพฤติกรรมในการปรับตัว และเข้ากับผู้อื่นได้ง่าย อีกทั้งเป็นการปรับตัวเพื่อแลกเปลี่ยนและฟังพากัน เพื่อให้ตนเองสามารถใช้ชีวิตชีวิตร่วมกับผู้อื่นในหอพักได้

อย่างมีความสุข ซึ่งสอดคล้องกับทฤษฎีของ Roy (1991) ที่กล่าวว่า การปรับตัวด้านการพึ่งพา  
ระหว่างกัน คือ มีความสัมพันธ์เกี่ยวข้องและพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกัน เป็นความต้องการพื้นฐาน  
ของบุคคล

ส่วนการใช้เวลาในการเรียน จากการศึกษาพบว่า ระดับการปฏิบัติการใช้เวลาในการเรียน  
ในภาพรวม อยู่ในระดับมาก ซึ่งขณะที่มีระดับการปฏิบัติสูงสุดในด้านการใช้เวลาในการเรียน คือ  
คณะรัฐศาสตร์ รองลงมา คือ คณะศิลปกรรมศาสตร์ และคณะศึกษาศาสตร์ ซึ่งตรงกันข้ามกับ  
การศึกษาของ วลีพร ตัณพานิช (2547) ที่พบว่า คณะที่ต่างกันส่งผลต่อลักษณะพฤติกรรมการใช้  
ชีวิต และการเรียนของนักศึกษาโดยรวมแตกต่างกัน

### 2.3 ศาสนา

ผลการศึกษา พบว่า ศาสนา มีผลต่อการปรับตัวของนักศึกษาหอพัก อย่างมีนัยสำคัญทาง  
สถิติที่ระดับ 0.05 แต่ไม่มีผลต่อการใช้เวลาในการเรียนของนักศึกษาหอพัก ที่ระดับนัยสำคัญทาง  
สถิติ 0.05 นั่นคือ ศาสนาทั้ง 3 ได้แก่ ศาสนาอิสลาม ศาสนาพุทธ และศาสนาคริสต์ ซึ่งจาก  
การศึกษา พบว่า ศาสนา ที่มีระดับการปรับตัวสูงสุด คือ ศาสนาคริสต์ รองลงมา คือ ศาสนาพุทธ  
และศาสนาอิสลาม มีระดับการปรับตัวน้อยที่สุด ทั้งนี้ อาจเป็นเพราะ นักศึกษาหอพักได้นำหลัก  
ศาสนา หรือความเชื่อและหลักปฏิบัติตามศาสนาของตน ซึ่งถูกบ่มเพาะหรือปลูกฝังในชีวิตของตน  
จนกลายเป็นความเคยชินหรือปกติธรรมดา มาปรับใช้กับวิถีชีวิตในหอพักที่ตนอาศัยอยู่  
โดยเฉพาะศาสนิกที่มีจำนวนน้อย ก็ต้องปรับตัวต่อการใช้ชีวิตมากกว่าศาสนิกที่มีจำนวนมาก ซึ่ง  
สอดคล้องกับการสนทนากลุ่มย่อยที่นักศึกษาหอพักบางคนตอบว่า ตนเองใช้วิธีการปรับตัว โดย  
อาศัยความอดทนต่างๆ เพื่อปฏิบัติตามคณกลุ่มใหญ่

### 2.4 รายได้ต่อเดือนที่ได้รับจากครอบครัว

ผลการศึกษา พบว่า รายได้ต่อเดือนที่ได้รับจากครอบครัว ไม่มีผลต่อการปรับตัว และการ  
ใช้เวลาในการเรียนของนักศึกษาหอพัก ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ 0.05 กล่าวคือ แม้นักศึกษา  
หอพักจะได้รับเงินในการศึกษาเล่าเรียนจากครอบครัวเฉลี่ยต่อเดือนประมาณ 1,001 – 2,000 บาท  
แล้ว แต่ยังคงศึกษาและใช้ชีวิตในมหาวิทยาลัยต่อไปได้ เพราะทางมหาวิทยาลัยได้จัดสรรและมีทุน  
ต่างๆ เพื่อเป็นการสนับสนุนให้แก่ นักศึกษา เช่น กองทุนเงินให้กู้ยืมเพื่อการศึกษา (กยศ.) ทุนเรียน  
ดีแต่ขาดแคลนทุนทรัพย์ และทุนต่างๆ ที่มอบให้แก่ นักศึกษา

## 2.5 การจัดบริการและสิ่งอำนวยความสะดวก

ผลการศึกษา พบว่า การจัดบริการและสิ่งอำนวยความสะดวก ไม่มีมีผลต่อการปรับตัว และใช้เวลาในการเรียนของนักศึกษาหอพักมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ 0.05 กล่าวคือ ด้านการจัดบริการและอำนวยความสะดวก สามารถตอบสนองความต้องการ ทั้งด้านร่างกาย และจิตใจของนักศึกษา หอพักมีสิ่งอำนวยความสะดวก เครื่องมือ เครื่องใช้ต่างๆ เช่น โต๊ะ ตู้ เตียง โทรทัศน์ อุปกรณ์ต่างๆ และหอพักมีความสะอาดเรียบร้อย ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ สุมาลี ดำรงวาจาสิทธิ์ (2549) ที่กล่าวว่า เพื่อสุขภาพพลานามัยของผู้พักอาศัย ภายในห้องนอนควรมี เตียง ที่นอน หมอน โต๊ะ เก้าอี้ ไฟฟ้า ตู้ใส่เสื้อผ้า กุญแจ มุ้งลวดกันยุง ห้องนอนควรมีอากาศถ่ายเทได้สะดวก ห้องน้ำ ห้องส้วมมีขนาดพอเหมาะ มีบริการด้านนันทนาการและ มีห้องนั่งเล่นด้วย

## 2.6 สภาพแวดล้อม

ผลการศึกษา พบว่า สภาพแวดล้อม มีผลต่อการปรับตัว และใช้เวลาในการเรียนของนักศึกษาหอพัก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 กล่าวคือ หอพักควรสร้างบรรยากาศแห่งการเรียนรู้ เป็นสถานที่พักผ่อน มีความสงบ ร่มเย็น เพื่อตอบสนองความต้องการทางด้านร่างกาย และจิตใจ ตั้งอยู่ในทำเลที่เหมาะสม ไม่อยู่ในแหล่งเสื่อมโทรม หอพักต้องกว้างขวางพอสมควร มีที่พักผ่อนหย่อนใจภายในหอพัก อากาศถ่ายเทได้สะดวก ซึ่งสอดคล้องกับ สำเนาวั ขจรศิลป์ (2537) ที่กล่าวว่า ถ้าทุกอย่างอยู่ในสภาพที่ดี ถูกสุขลักษณะแล้วก็จะช่วยให้ผู้พักอาศัยมีสุขภาพทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ สถิติปัญญารวมทั้งความรู้สึคนึกคิดที่ดีได้ ในทางตรงข้าม ถ้านักศึกษาคู่คนเดียวหรืออยู่กับสภาพแวดล้อมทางด้านอาคารสถานที่ที่ขาดความเป็นระเบียบเรียบร้อย หรือสกปรกรกรุงรัง นานเข้าก็จะเป็นความเคยชินจนกลายเป็นนิสัย ทำให้นักศึกษาเป็นคน ไม่มีระเบียบวินัยได้เช่นกัน ซึ่งสอดคล้องกับ อรพรรณ ธรรมพิทักษ์ (2547) ที่พบว่า การจัดหอพักนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏวชิรวิทยาด้านอาคารหอพัก ซึ่งมีลักษณะเก่า สร้างมานาน การจัดสวนและบริเวณสำหรับพักผ่อนมีน้อย ขาดความเป็นระเบียบเรียบร้อย จึงอาจมีผลต่อความรู้สึกของนักศึกษาที่พักอาศัยในหอพัก

## 2.7 ความปลอดภัย

ผลการศึกษา พบว่า ความปลอดภัย ไม่มีผลต่อการปรับตัว และใช้เวลาในการเรียนของนักศึกษาหอพัก ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ 0.05 กล่าวคือ การพักอาศัยของนักศึกษาหอพักมหาวิทยาลัยได้คำนึงถึงความปลอดภัยในด้านต่างๆ ทั้งในชีวิตและทรัพย์สิน เช่น การเพิ่ม



เจ้าหน้าที่รักษาความปลอดภัยประจำหอพัก มีการลาดตระเวนและรักษาความปลอดภัย ตลอด 24 ชั่วโมง รวมทั้งมีอุปกรณ์รักษาความปลอดภัย ซึ่งสอดคล้องกับ ตำเนาว์ ขจรศิลป์ (2537) ที่กล่าวว่า ลักษณะหอพักที่ปลอดภัย จะต้องมิลักษณะที่สนองความต้องการในด้านความปลอดภัย ทั้งทางด้านร่างกาย และจิตใจของผู้พักอาศัย มีการป้องกันอุบัติเหตุ และมีการป้องกันโรคติดต่อ ภายในที่พักอาศัย เพื่อให้ผู้พักอาศัยมีสุขภาพจิตดี

## ข้อเสนอแนะ

### ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

จากการศึกษาพฤติกรรมการใช้ชีวิตของนักศึกษาในหอพักมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี สามารถนำผลการศึกษามาเป็นข้อมูลประกอบแนวทางในการแก้ปัญหา และพัฒนาได้ดังนี้

1. จากการศึกษา พบว่า การใช้ชีวิตของนักศึกษาหอพัก มีปัญหาทางพฤติกรรมส่วนตัว การคบเพื่อน และการปรับตัว ซึ่งปัญหาดังกล่าว ส่งผลกระทบต่อตัวนักศึกษาในการพักอาศัยอยู่ในหอพัก ทำให้นักศึกษาเกิดความเครียด กังวล ดังนั้น มหาวิทยาลัย หน่วยงานและผู้ที่เกี่ยวข้องควรให้การเอาใจใส่ ดูแลอย่างใกล้ชิด ให้ความสนใจ สอบถาม รับฟังปัญหา ให้คำปรึกษาที่ดี จัดกิจกรรมที่ส่งเสริมการอยู่ร่วมกันภายใต้สังคม พหุวัฒนธรรม ความรัก ความเข้าใจ และการรู้จักการปรับตัว

2. ด้านการเรียน พบว่า นักศึกษาหอพักส่วนใหญ่มองว่า หอพักยังไม่มีสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการเรียน เพราะนักศึกษาใช้เวลาส่วนใหญ่อยู่ที่หอพัก การทบทวนบทเรียนจึงไม่อาจจะดึงดูดใจ และประสบความสำเร็จได้ ซึ่งจะส่งผลต่อการเรียนของนักศึกษา ดังนั้น หอพักจึงควรจัดสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการเรียน ใช้แนวคิดในการจัดระบบบริหารหอพักในลักษณะเป็นศูนย์ศึกษาและอาศัย ทำให้นักศึกษามีความพร้อมสำหรับการเรียนรู้และการใช้ชีวิตควบคู่กัน ไป เพิ่มระบบอินเทอร์เน็ต wifi อย่างทั่วถึง ทำให้นักศึกษาสามารถเรียนรู้ด้วยตนเองจากเว็บไซต์ด้านวิชาการ หรือจัดโครงการพี่ตวน้องอย่างต่อเนื่องในหอพัก เพื่อแก้ปัญหาด้านการเรียนของนักศึกษา

3. การทำกิจกรรมในเวลาว่างของนักศึกษาหอพัก พบว่า นักศึกษาส่วนใหญ่ใช้เวลาว่างในการนอน พักผ่อน ดังนั้น มหาวิทยาลัยควรเพิ่มระบบอินเทอร์เน็ต wifi อย่างทั่วถึง ทำให้นักศึกษาได้ใช้เวลาใน การค้นคว้า หาข้อมูล รวมทั้งจัดให้มีอุปกรณ์กีฬาต่างๆ บริการอย่างเพียงพอ เพิ่มสนามกีฬา ซึ่งปัจจุบันไม่เพียงพอกับจำนวนนักศึกษา และเพิ่มม้าหินอ่อนบริเวณหอพัก เพื่อเป็นมุมพักผ่อนในเวลาว่าง

4. การจัดการบริการและสิ่งอำนวยความสะดวก พบว่า การจัดการบริการคอมพิวเตอร์ที่ไม่เพียงพอต่อความต้องการ ไม่สอดคล้องกับจำนวนนักศึกษาที่พักอาศัยในหอพัก ระบบอินเทอร์เน็ต Wifi ที่ยังไม่ทั่วถึง ส่งผลต่อการค้นหาข้อมูลเพื่อใช้ในการศึกษา และระบบสาธารณูปโภค วัสดุ ครุภัณฑ์ ที่ขาดการซ่อมแซม ดูแลรักษา เช่น คอมพิวเตอร์ ระบบประปา ห้องน้ำ ฝักบัว ดังนั้น หน่วยงานและผู้เกี่ยวข้อง ต้องหมั่นตรวจสอบวัสดุ ครุภัณฑ์ และซ่อมให้พร้อมใช้งานได้ตลอดเวลา รองรับด้านบริการที่ดีขึ้น และอำนวยความสะดวกแก่นักศึกษา โดยเฉพาะอย่างยิ่งควรมีช่างประจำหอพัก เพื่อความรวดเร็วในการซ่อมแซม

5. สภาพแวดล้อมบริเวณหอพัก พบว่า ขณะฝนตกน้ำท่วมขัง เพราะไม่มีทางระบายน้ำ เป็นแหล่งเพาะพันธุ์ยุง มีกลิ่นเหม็น ทำให้บรรยากาศไม่ดี ลักษณะโครงสร้างตัวอาคารที่สภาพเก่า และระบบรักษาความปลอดภัยที่นักศึกษาหอพักบางคนเห็นว่ายังไม่รัดกุม ทั้งตัวเจ้าหน้าที่รักษาความปลอดภัย สัญญาณเตือนภัย และแสงสว่างในเวลากลางคืนไม่เพียงพอ ดังนั้น มหาวิทยาลัยควรมีแผนในการปรับปรุงหอพักที่ชัดเจน สนับสนุนด้านงบประมาณ ดูแล ในการพัฒนาปรับปรุงหอพักนักศึกษา ทั้งด้านการจัดการบริการและสิ่งอำนวยความสะดวก ด้านสภาพแวดล้อม และด้านความปลอดภัย ให้เอื้อต่อการใช้ชีวิตและเอื้อต่อการเรียนรู้ของนักศึกษาหอพักในทุกด้าน

#### ข้อเสนอแนะสำหรับการศึกษารังต่อไป

เนื่องจากการศึกษาที่เกี่ยวข้องกับหอพักนักศึกษามหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี ยังมีน้อย ผู้ศึกษาจึงเห็นว่าควรมีการศึกษาที่ต่อเนื่องจากการศึกษาในครั้งนี้ เพื่อสนับสนุนและเป็นแนวทางในการพัฒนา ดังนี้

1. ควรมีการศึกษาถึงพฤติกรรมการใช้ชีวิตของนักศึกษาคณะในหอพักมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี เพื่อจะได้ทราบถึงพฤติกรรมการใช้ชีวิตของนักศึกษาคณะในหอพักว่ามีพฤติกรรมการใช้ชีวิตแตกต่างกับนักศึกษาชายหรือไม่ อย่างไร อันจะเป็นประโยชน์ต่อการพัฒนาและแก้ปัญหาด้านหอพักที่เกิดขึ้นได้ในอนาคต

2. ควรมีการศึกษาถึงแนวทางการพัฒนาการจัดสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการใช้ชีวิตของนักศึกษาหอพักในมหาวิทยาลัย เพื่อให้ทราบถึงลักษณะสภาพแวดล้อมของหอพักที่ตอบสนองและผู้พักอาศัยต้องการ เพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาสภาพแวดล้อมให้เอื้อต่อการใช้ชีวิตของนักศึกษาหอพัก เพราะสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการใช้ชีวิตช่วยส่งเสริมให้นักศึกษาได้พัฒนาความเป็นตัวของตัวเอง การอยู่ร่วมกันกับผู้อื่น การทำงานเป็นทีม อันส่งผลให้นักศึกษาเกิดทักษะทางความคิด การปรับตัว และความเชื่อมั่นในตนเองเพิ่มขึ้น

3. ควรมีการศึกษาถึงคุณภาพชีวิตของนักศึกษาที่อยู่หอพักในมหาวิทยาลัย เพื่อทราบถึงระดับคุณภาพชีวิตของนักศึกษา ที่เป็นผลจากองค์ประกอบเชิงกายภาพของหอพักที่ดำเนินการโดยมหาวิทยาลัย ซึ่งจะช่วยให้ทราบถึงสภาพความเป็นอยู่ ความต้องการในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของนักศึกษา อันจะเป็นแนวทางในการพัฒนา และบริหารจัดการที่ช่วยส่งเสริมสุขภาวะที่ดีของนักศึกษาในหอพักต่อไป