

แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย

โดยใช้หลักพุทธธรรม

The Trend of Life Quality Development of Mahamakut Buddhist University

Students by Using Pahukaradhamma Principle

มานพ นักการ

เรียน\*

Manop Nakkanrian

ทำวิจัยเมื่อ พ.ศ. 2555

---

#### บทคัดย่อ

บทความวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อประเมินคุณภาพชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย ศึกษาแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย โดยใช้หลักพุทธธรรม เปรียบเทียบแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัยโดยใช้หลักพุทธธรรมที่มีเพศ อายุ และชั้นปีการศึกษาต่างกัน และให้ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับปัญหาและแนวทางแก้ไขปัญหาการพัฒนาคุณภาพชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัยโดยใช้หลักพุทธธรรม การวิจัยนี้เป็นการวิจัยแบบสำรวจกลุ่มตัวอย่าง คือนักศึกษา จำนวน 372 รูป/คน เครื่องมือที่ใช้คือแบบสอบถามที่ผ่านการตรวจคุณภาพจากผู้เชี่ยวชาญและได้ทดลองใช้ การวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติ ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การทดสอบค่าที และการทดสอบความแปรปรวนแบบทางเดียว

---

\*ป.ธ.6, น.ธ.เอก, Ph.D. รศ. มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตสิรินธรราชวิทยาลัย

ผลการวิจัยพบว่า การประเมินคุณภาพชีวิตของนักศึกษาโดยรวม อยู่ในระดับมาก มีแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตโดยใช้หลักพุทธการธรรม โดยรวมทั้ง 4 ด้าน อยู่ในระดับเกือบทุกครั้ง ผลการทดสอบสมมติฐาน พบว่า นักศึกษาที่มีเพศต่างกัน มีแนวทางการพัฒนาคุณภาพของชีวิตโดยใช้หลักพุทธการธรรม โดยรวมทั้ง 4 ด้าน ไม่แตกต่างกัน แต่ที่มีอายุและระดับการศึกษาต่างกัน มีแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตโดยใช้หลักพุทธการธรรม โดยรวมทั้ง 4 ด้าน แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 นักศึกษาได้เสนอแนะเกี่ยวกับปัญหาและแนวทางแก้ไขปัญหการพัฒนาคุณภาพชีวิตโดยใช้หลักพุทธการธรรม ดังต่อไปนี้ 1) ด้านปฏิรูปเทศบาล คือ ทั้งขยะในที่สาธารณะ ตามแม่น้ำคูคลอง ถนนหนทางต่าง ๆ จึงควรปลูกจิตสำนึกการรักษาความสะอาด และให้ช่วยกันลดปริมาณของขยะลง 2) ด้านสัปปุริสสัณยะ คือ ไม่หมั่นเข้าหาพบปะพูดคุยกับสัตบุรุษ จึงควรมีกิจกรรมร่วมกันระหว่างสัตบุรุษ เช่น ปรากฏชุมชนกับนักศึกษา 3) ด้านอัตตสัมมาปณิธิ คือ ใช้จ่ายสุรุ่ยสุร่าย ซื้อสิ่งของที่ไม่จำเป็น จึงควรใช้จ่ายอย่างประหยัด คิดก่อนใช้จ่ายเงิน บริหารเงินให้เป็นเพื่อความเป็นอยู่ที่ดี 4) ด้านบุพเพกตบุญญา คือ บางคนทำความดีเพื่อให้สังคมยกย่องชมเชย จึงควรแนะนำให้ปรับเปลี่ยนเจตคติเป็นทำความดีเพื่อผลคือความดี ไม่สนใจสังคมว่าจะยกย่องหรือไม่ก็ตาม และ 5) ความคิดเห็นอื่น ๆ (เพิ่มเติม) คือ ควรคำนึงถึงมารยาทการอยู่ร่วมกันในสังคม เช่น การไม่ส่งเสียงดังรบกวนเพื่อนบ้าน ไม่ปล่อยสัตว์เลี้ยง เช่น สุนัขมาถ่ายมูลหน้าบ้านคนอื่น ๆ

**คำสำคัญ** 1. การพัฒนาคุณภาพชีวิต 2. นักศึกษามหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย 3.หลักพุทธการธรรม

#### ABSTRACT

The objectives of this research article were : to evaluate life quality of Mahamakut Buddhist University students, to study the trend of life quality development of Mahamakut Buddhist University students by using Pahukaradhamma principle, to compare the trend of life quality development of Mahamakut Buddhist University students by using Pahukaradhamma principle with different genders, ages and classes of academic year and to suggest about problems and solutions concerning with life quality development of Mahamakut Buddhist University students by using Pahukaradhamma principle. This was the survey research. The sampling group was the 372 students. The instruments were questionnaires checked by specialists and then tested. The data were analyzed by frequency, percentage, mean, standard deviation and inferential statistics: T-test and One-Way ANOVA.

The results of research were found that evaluation of the students' life quality was on a high level and the trend of life quality development by using Pahukaradhamma principle was on mostly every time level in the whole view of 4 aspects. The results of hypothesis testing were found that the students with different genders had no difference of the trend of life quality development by using Pahukaradhamma principle in the whole view of the 4 aspects. But other students with different ages and classes of academic year had difference of the trend of life

quality development by using Pahukaradhamma principle in the whole view of the 4 aspects with the statistical significance at 0.05. The students had suggestions and solutions concerning with the life quality development by using Pahukaradhamma principle: 1) Patirupatesavasa- those littered in public places along rivers, canals and roads, therefore, those should be raised awareness of cleanliness and reduce amount of garbage 2) Sappurisapassaya - those did not meet with the worthy man, therefore, there should be activities between the worthy man and students 3) Attasammapaniti – those spent wastefully – bought unnecessary items, therefore, those should save out of money, think before spending and be able to manage money for good life 4) Puppekatapunyata- someone did good deeds so that they would be praised by society, therefore, those should be recommended attitude adjustment “to do good deeds for good results”, not to pay attention whether the society will praise or not and 5) other idea – should take into account of the manners of coexistence in society, for example, not to disturb neighbors by noise, not to leave pets like dogs to excrete droppings in front of other people’s houses.

**Keywords:** 1. life quality development 2. Mahamakut Buddhist University students 3. Pahukaradhamma principle

### 1. ความสำคัญและที่มาของปัญหาที่ทำการวิจัย

เยาวชนไทยปัจจุบันกำลังอยู่ในภาวะเสี่ยงและอันตราย จากการถูกหลอหลอมจากสังคมที่ถูกครอบงำจากลัทธิบริโภคนิยม วัตถุนิยม นอกจากนี้ ระบุว่า เมื่อนำผลการศึกษาวิจัยในเรื่อง “**เด็กไทยพันธุ์ใหม่ ค.ศ. 2000**” เป็นแกนหลักและเชื่อมโยงกับผลการศึกษาวิจัยกว่า 15 ชิ้น ทำให้สามารถเสนอภาพของเด็กไทยในปัจจุบัน ซึ่งมีลักษณะที่เด่นชัด เช่น ระดับสติปัญญาของเด็กไทยมีแนวโน้มลดต่ำลง ขาดภูมิคุ้มกันทั้งทางร่างกาย จิตใจ และอารมณ์ ขาดวุฒิภาวะทางอารมณ์ พฤติกรรม และการแสดงออกแฝงไว้ด้วยความก้าวร้าวรุนแรง ให้ความสำคัญกับตนเองมากกว่าส่วนรวม และทำงานหนักไม่เป็น (<<http://webcache.googleusercontent.com/> สืบค้นข้อมูลเมื่อวันที่ 21 กันยายน พ.ศ. 2553)

ในทางพระพุทธศาสนา มีหลักคำสอนในเรื่องการพัฒนาคุณภาพชีวิต เพราะเมื่อพัฒนาแล้วทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ จะนำไปสู่การพัฒนาชุมชน สังคม และเป็นการพัฒนาที่ทำให้เกิดผลของการพัฒนาอย่างแท้จริง โดยการให้ความสำคัญกับความสุขทางจิตใจอันเกิดจากความมีอิสรภาพที่พึ่งตนเองได้ และความเข้มแข็งของบุคคล และสังคม ซึ่งเป็นเครื่องชี้ให้เห็นระดับการพัฒนาประการหนึ่ง

หลักธรรมในพระพุทธศาสนาที่เป็นหลักการพัฒนาคุณภาพชีวิตนำไปสู่ความเจริญรุ่งเรืองดุจลือนำรถไปสู่ที่หมาย คือพหุการธรรม 4 เรียกอีกอย่างหนึ่งว่า จักร 4 คือ ธรรมมีอุปการะมาก เป็นเครื่องช่วยให้สามารถสร้างสมความดีอื่น ๆ ทุกอย่าง และช่วยให้ประสบความสำเร็จก้าวหน้าในชีวิตมี 4 ประการ คือ 1) ปฏิรูปเทสวาสะ (การอยู่ในถิ่นที่ดี) 2) สัมปยุตตปุสสยะ (การสมาคมกับสัตบุรุษ)

3) อัตตสัมมาปณิธิ (การตั้งตนไว้ชอบ) และ 4) ปุพเพตปุญญตา (ความเป็นผู้ได้ทำความดีไว้ก่อนแล้ว) (อง.จตุกก. 21/31/41.)

จากเหตุผลดังกล่าวข้างต้นนั้น ทำให้ผู้วิจัยศึกษาเรื่อง “แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัยโดยใช้หลักพุทธธรรม” เพื่อให้เป็นบุคคลที่มีคุณค่ารู้จักวิธีการพัฒนาคุณภาพชีวิตของตนให้ได้มาตรฐาน และอยู่ในสังคมได้อย่างสุขสงบสันติ และหวังจะทำให้ผู้คนซึ่งอยู่ในสังคมนี้ตระหนักถึงความสุขที่แท้จริงของการมีชีวิตที่ดีงาม

## 2. วัตถุประสงค์

2.1 นักศึกษามหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัยมีคุณภาพชีวิตอยู่ในระดับใด

2.2 นักศึกษามหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัยมีแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตโดยใช้หลักพุทธธรรมเป็นอย่างไร

2.3 นักศึกษามหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัยที่มีปัจจัยส่วนบุคคลต่างกัน มีแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตโดยใช้หลักพุทธธรรมแตกต่างกันหรือไม่

2.4 นักศึกษามหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัยได้ให้ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับปัญหาและแนวทางแก้ไขปัญหาการพัฒนาคุณภาพชีวิตโดยใช้หลักพุทธธรรมไว้อย่างไรบ้าง

## 3. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

3.1 เพื่อประเมินคุณภาพชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย

3.2 เพื่อศึกษาแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัยโดยใช้หลักพุทธธรรม

3.3 เพื่อเปรียบเทียบแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัยโดยใช้หลักพุทธธรรมที่มีเพศ อายุ และชั้นปีการศึกษาต่างกัน

3.4 เพื่อให้ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับปัญหาและแนวทางแก้ไขปัญหาการพัฒนาคุณภาพชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัยโดยใช้หลักพุทธธรรม

## 4. สมมติฐานการวิจัย

4.1 นักศึกษาที่มีเพศต่างกัน มีแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตโดยใช้หลักพุทธธรรมแตกต่างกัน

4.2 นักศึกษาที่มีอายุต่างกัน มีแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตโดยใช้หลักพุทธธรรมแตกต่างกัน

4.3 นักศึกษาที่มีชั้นปีการศึกษาต่างกัน มีแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตโดยใช้หลักพุทธธรรมแตกต่างกัน

## 5. ประโยชน์ที่รับจากการวิจัย

5.1 ทำให้ทราบผลการประเมินคุณภาพชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย

5.2 ทำให้ทราบแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัยโดยใช้หลักพุทธธรรม

5.3 ทำให้ทราบผลการเปรียบเทียบแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัยโดยใช้หลักพุทธธรรมที่มีเพศ อายุ และชั้นปีการศึกษาต่างกัน

5.4 ทำให้ทราบข้อเสนอแนะเกี่ยวกับปัญหาและแนวทางแก้ไขปัญหาการพัฒนาคุณภาพชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัยโดยการใช้หลักพุทธธรรม

5.5 นำผลที่ได้จากการวิจัยไปเสนอผู้ที่เกี่ยวข้องกับการแก้ไขปัญหาค่าไม่มีคุณภาพชีวิต

5.6 นำผลงานวิจัยเผยแพร่สู่กลุ่มเป้าหมายคือนักศึกษามหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย

## 6. วิธีการดำเนินการวิจัย

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ (Survey Research) มีขั้นตอนและวิธีการดำเนินการวิจัย โดยมี **ประชากร** ได้แก่ นักศึกษามหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย ส่วนกลาง 1 แห่ง วิทยาเขต 7 แห่ง และวิทยาลัย 3 แห่ง จำนวน 12,873 รูป/คน (ศูนย์บริการวิชาการ (ทะเบียนและวัดผล), 2556) **กลุ่มตัวอย่าง** ได้แก่ นักศึกษามหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย ส่วนกลาง 1 แห่ง วิทยาเขต 7 แห่ง และวิทยาลัย 3 แห่ง จำนวน 372 รูป/คน ที่ได้โดยการกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างโดยวิธีการเปิดตารางสำเร็จของเกรจซี (Krejcie) และมอร์แกน (Morgan) จากบัญชีรายนามนักศึกษามหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย ส่วนกลาง 1 วิทยาเขต 7 แห่ง และวิทยาลัย 3 แห่ง แล้วนำมาหาอัตราสัดส่วนของประชากร (Proportional to Size) ใช้วิธีสุ่มแบบง่ายโดยการจับฉลากโดยวิธีหยิบบัตรละ 1 ใบ และนำไปที่หยิบบัตรได้คืนเข้าที่เดิม แล้วจับฉลากอีกจนครบตามจำนวนที่ต้องการ ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

## 7. ผลการวิจัย

### 7.1 ปัจจัยส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม

ในการวิจัยเรื่องนี้ ประชากรที่ศึกษา ได้แก่ นักศึกษามหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย ใช้การวิเคราะห์หาความถี่ (Frequency) และร้อยละ (Percentage) แล้วนำเสนอในรูปตารางประกอบการบรรยาย มีปรากฏดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ปัจจัยส่วนบุคคลของนักศึกษา

| ข้อมูลทั่วไปของนักศึกษา | จำนวน      | ร้อยละ        |
|-------------------------|------------|---------------|
| <b>เพศ</b>              |            |               |
| ชาย                     | 204        | 54.80         |
| หญิง                    | 168        | 45.20         |
| <b>รวม</b>              | <b>372</b> | <b>100.00</b> |
| <b>อายุ</b>             |            |               |
| 20 ปีลงมา               | 61         | 16.40         |
| 21-25 ปี                | 152        | 40.90         |
| 26 ปีขึ้นไป             | 159        | 42.70         |
| <b>รวม</b>              | <b>372</b> | <b>100.00</b> |
| <b>ชั้นปีการศึกษา</b>   |            |               |
| ชั้นปีที่ 1             | 100        | 26.90         |

|             |     |        |
|-------------|-----|--------|
| ชั้นปีที่ 2 | 104 | 28.00  |
| ชั้นปีที่ 3 | 90  | 24.10  |
| ชั้นปีที่ 4 | 78  | 21.00  |
| รวม         | 372 | 100.00 |

จากตารางที่ 1 พบว่า นักศึกษามหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย ที่ตอบแบบสอบถาม เป็นเพศชาย ร้อยละ 54.80 มีอายุ 26 ปีขึ้นไป ร้อยละ 42.70 และศึกษาระดับชั้นปีการศึกษาที่ 2 ร้อยละ 28.00

**7.2 ผลการวิเคราะห์การประเมินคุณภาพชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย** พบว่า การประเมินคุณภาพชีวิตของนักศึกษาโดยรวม อยู่ในระดับมาก ( $\bar{X} = 3.58$ ,  $SD = .48$ ) และเมื่อพิจารณาในแต่ละข้อที่มีค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย พบว่า ข้อที่ 6. ครอบครัวของท่านมีความอบอุ่น ( $\bar{X} = 3.96$ ,  $SD = .80$ ) รองลงมา ข้อที่ 7. ท่านไม่สูบบุหรี่และไม่ติดสุรา อยู่ในระดับมาก ( $\bar{X} = 3.81$ ,  $SD = .96$ ) และที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด คือ ข้อที่ 10. ท่านเข้าร่วมทำกิจกรรมสาธารณะของหมู่บ้าน อยู่ในระดับปานกลาง ( $\bar{X} = 3.34$ ,  $SD = .96$ ) ตามลำดับ

**7.3 ผลการวิเคราะห์แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัยโดยใช้หลักพุทธธรรม** พบว่า นักศึกษามีแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตโดยใช้หลักพุทธธรรม โดยรวมทั้ง 4 ด้าน อยู่ในระดับเกือบทุกครั้ง ( $\bar{X} = 3.77$ ,  $SD = .54$ ) และเมื่อพิจารณาในแต่ละด้านที่มีค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย พบว่า ด้านที่มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด คือ ด้านที่ 3. ด้านอัตตสัมมาปณิธิ (การตั้งตนไว้ชอบ) อยู่ในระดับเกือบทุกครั้ง ( $\bar{X} = 3.81$ ,  $SD = .66$ ) รองลงมา คือ ด้านที่ 4. ด้านบุพเพกตบุญญตา (ความเป็นผู้ได้ทำความดีไว้ก่อนแล้ว) อยู่ในระดับเกือบทุกครั้ง ( $\bar{X} = 3.77$ ,  $SD = .66$ ) และที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด คือ ด้านที่ 2. ด้านสัพปุริสปีสสยะ (การสมาคมกับสัตบุรุษ) อยู่ในระดับเกือบทุกครั้ง ( $\bar{X} = 3.73$ ,  $SD = .66$ ) ตามลำดับ มีปรากฏดังตารางที่ 2

**ตารางที่ 2 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัยโดยใช้หลักพุทธธรรม โดยรวมทั้ง 4 ด้าน**

| บทบาทของพระสังฆาธิการ 3 ด้าน                             | ระดับบทบาท |     |               |
|----------------------------------------------------------|------------|-----|---------------|
|                                                          | $\bar{X}$  | SD  | แปลผล         |
| 1. ด้านปฏิรูปเทสวาสะ (การอยู่ในถิ่นที่ดี)                | 3.76       | .60 | เกือบทุกครั้ง |
| 2. ด้านสัพปุริสปีสสยะ (การสมาคมกับสัตบุรุษ)              | 3.73       | .66 | เกือบทุกครั้ง |
| 3. ด้านอัตตสัมมาปณิธิ (การตั้งตนไว้ชอบ)                  | 3.81       | .66 | เกือบทุกครั้ง |
| 4. ด้านบุพเพกตบุญญตา (ความเป็นผู้ได้ทำความดีไว้ก่อนแล้ว) | 3.77       | .66 | เกือบทุกครั้ง |
| รวม                                                      | 3.77       | .64 | ทุกครั้ง      |

จากตารางที่ 2 พบว่า นักศึกษามีแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตโดยใช้หลักพุทธธรรม โดยรวมทั้ง 4 ด้าน อยู่ในระดับเกือบทุกครั้ง ( $\bar{X} = 3.77$ ,  $SD = .64$ ) และเมื่อพิจารณาในแต่ละด้านที่มีค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย พบว่า ด้านที่มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด คือ ด้านที่ 3. ด้านอัตตสัมมาปณิธิ (การตั้งตนไว้ชอบ) อยู่ในระดับเกือบทุกครั้ง ( $\bar{X} = 3.81$ ,  $SD = .66$ ) รองลงมา คือ ด้านที่ 4. ด้านบุพเพกตบุญญตา (ความเป็นผู้ได้ทำความดีไว้ก่อนแล้ว) อยู่ในระดับเกือบทุกครั้ง ( $\bar{X} = 3.77$ ,  $SD = .66$ ) และที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด คือ ด้านที่ 2. ด้านสัพปุริสปีสสยะ (การสมาคมกับสัตบุรุษ) อยู่ในระดับเกือบทุกครั้ง ( $\bar{X} = 3.73$ ,  $SD = .66$ ) ตามลำดับ

#### 7.4 ผลการทดสอบสมมติฐานการวิจัย

ผู้วิจัยได้ตั้งสมมติฐานการวิจัยไว้ว่า นักศึกษาที่มีเพศ อายุและชั้นปีการศึกษาต่างกัน มีแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตโดยใช้หลักพุทธธรรม ด้าน 1) ด้านปฏิรูปเทสวาสะ (การอยู่ในถิ่นที่ดี) 2) ด้านสัปปุริสสัณณะ (การสมาคมกับสัตบุรุษ) 3) ด้านอัตตสัมมาปณิธิ (การตั้งตนไว้ชอบ) 4) ด้านบุพเพกตปุญญตา (ความเป็นผู้ได้ทำความดีไว้ก่อนแล้ว) และโดยรวมทั้ง 4 ด้านแตกต่างกัน ซึ่งผลการวิเคราะห์ปรากฏดังตารางที่ 3

ตารางที่ 3 แสดงผลการทดสอบสมมติฐานของการวิจัย

| ตัวแปรตาม \ ตัวแปรต้น                                    | เพศ        | อายุ       | ชั้นปีการศึกษา |
|----------------------------------------------------------|------------|------------|----------------|
| 1) ด้านปฏิรูปเทสวาสะ (การอยู่ในถิ่นที่ดี)                | ไม่แตกต่าง | ไม่แตกต่าง | แตกต่าง        |
| 2) ด้านสัปปุริสสัณณะ (การสมาคมกับสัตบุรุษ)               | ไม่แตกต่าง | ไม่แตกต่าง | แตกต่าง        |
| 3) ด้านอัตตสัมมาปณิธิ (การตั้งตนไว้ชอบ)                  | ไม่แตกต่าง | แตกต่าง    | แตกต่าง        |
| 4) ด้านบุพเพกตปุญญตา (ความเป็นผู้ได้ทำความดีไว้ก่อนแล้ว) | ไม่แตกต่าง | แตกต่าง    | แตกต่าง        |
| โดยรวม                                                   | ไม่แตกต่าง | แตกต่าง    | แตกต่าง        |

จากตารางที่ 3 พบว่า นักศึกษาที่มีเพศต่างกัน มีแนวทางการพัฒนาคุณภาพของชีวิตโดยใช้หลักพุทธธรรม โดยรวมทั้ง 4 ด้าน ไม่แตกต่างกัน แต่ที่มีอายุและระดับการศึกษาต่างกัน มีแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตโดยใช้หลักพุทธธรรม โดยรวมทั้ง 4 ด้าน แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

7.5 ผลการวิเคราะห์ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับปัญหาและแนวทางแก้ไขปัญหาการพัฒนาคุณภาพชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัยโดยใช้หลักพุทธธรรม มีรายละเอียดดังต่อไปนี้

1) ด้านปฏิรูปเทสวาสะ คือ ทิ้งขยะในที่สาธารณะ ตามแม่น้ำคูคลอง ถนนหนทางต่าง ๆ จึงควรปลูกจิตสำนึกการรักษาความสะอาด และให้ช่วยกันลดปริมาณของขยะลง

2) ด้านสัปปุริสสัณณะ คือ ไม่หมั่นเข้าหาพบปะพูดคุยกับสัตบุรุษ จึงควรมีกิจกรรมร่วมกันระหว่างสัตบุรุษ เช่น ปรากฏการณ์ชุมชนกับนักศึกษา

3) ด้านอัตตสัมมาปณิธิ คือ ใช้จ่ายสุรุ่ยสุร่าย ซื่อสิ่งของที่ไม่จำเป็น จึงควรใช้จ่ายอย่างประหยัด คิดก่อนใช้จ่ายเงิน บริหารเงินให้เป็นเพื่อความเป็นอยู่ที่ดี

4) ด้านบุพเพกตปุญญตา คือ บางคนทำความดีเพื่อให้สังคมยกย่องชมเชย จึงควรแนะนำให้ปรับเปลี่ยนเจตคติเป็นทำความดีเพื่อผลคือความดี ไม่สนใจสังคมว่าจะยกย่องหรือไม่ก็ตาม

5) ความคิดเห็นอื่น ๆ (เพิ่มเติม) คือ ควรคำนึงถึงมารยาทการอยู่ร่วมกันในสังคม เช่น การไม่ส่งเสียงดังรบกวนเพื่อนบ้าน ไม่ปล่อยสัตว์เลี้ยง เช่น สุนัขมาถ่ายมูลหน้าบ้านคนอื่น ๆ

#### 8. สรุปผลการวิจัย

การประเมินคุณภาพชีวิตของนักศึกษาโดยรวม อยู่ในระดับมาก มีแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตโดยใช้หลักพุทธธรรม โดยรวมทั้ง 4 ด้าน ผลการทดสอบสมมติฐานพบว่า นักศึกษาที่มีเพศต่างกัน มีแนวทางการพัฒนาคุณภาพของชีวิตโดยใช้หลักพุทธธรรม โดยรวมทั้ง 4 ด้าน ไม่แตกต่างกัน แต่ที่มีอายุและระดับการศึกษาต่างกัน มีแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตโดยใช้หลักพุทธธรรม โดยรวมทั้ง 4 ด้าน แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ปัญหาและแนวทางแก้ไขปัญหานี้ แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตโดยการ

ใช้หลักพุทธการธรรม พบว่า มากที่สุด คือ **ด้านปฏิรูปเทวาสะ (การอยู่ในถิ่นที่ดี)** ได้แก่ ทั้งขยะในที่สาธารณะ ตามแม่น้ำคูคลอง ถนนหนทางต่าง ๆ ทำให้สกปรก ส่งผลต่อความสวยงามของภูมิทัศน์ สภาพแวดล้อม จึงควรปลูกจิตสำนึกการรักษาความสะอาด จัดหาถังขยะให้เพียงพอครอบคลุมทุกพื้นที่ และให้ช่วยกันลดปริมาณของขยะลง

## 9. อภิปรายผลการวิจัย

จากผลการวิจัยสามารถนำมาอภิปรายผล ได้ดังนี้

**9.1 การศึกษาวิเคราะห์การประเมินคุณภาพชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย** พบว่า การประเมินคุณภาพชีวิตของนักศึกษาโดยรวม อยู่ในระดับมาก ทั้งนี้อภิปรายผลได้ว่า นักศึกษาอยู่กับครอบครัวซึ่งมีความอบอุ่น ไม่สุขุมและไม่ได้ดีสุรา ซึ่งในทางพระพุทธศาสนาจัดเป็นอบายมุขคือหนทางแห่งความเสื่อม มีการจัดบ้านเรือนและบริเวณบ้านให้เป็นระเบียบสุขลักษณะ มีความปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน ตลอดจนไปปฏิบัติกิจกรรมทางศาสนาในวันสำคัญต่าง ๆ เช่น วัฒมาบูชา วิสาขบูชา อาสาฬหบูชา ซึ่งวิทยาเขตมักจะตั้งอยู่ในวัดอยู่แล้ว ทำให้ไปร่วมกิจกรรมทางศาสนาได้สะดวกมากขึ้นกว่าเดิม ฉะนั้น จึงทำให้นักศึกษามีการประเมินคุณภาพชีวิตของตนโดยรวม อยู่ในระดับมาก แต่ยังไม่อยู่ในระดับมากที่สุด เพราะยังมีส่วนบกพร่อง เช่น การเข้าร่วมทำกิจกรรมสาธารณะของหมู่บ้าน ได้แก่ ปลูกต้นไม้ในที่สาธารณะ ซ่อมแซมถนนหนทางของหมู่บ้าน เป็นต้น ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตของ **สุชาติ ประสิทธิ์รัฐสินธุ์** (2525, หน้า 1) ได้กล่าวไว้ว่า “คุณภาพชีวิต” สำหรับบางคน หรือคนบางกลุ่มคำว่า “คุณภาพชีวิต” หมายถึง ความมั่นคงปลอดภัยในชีวิต และทรัพย์สิน และอีกบางกลุ่มอาจ หมายถึง การมีเวลาพักผ่อนหย่อนใจ บางกลุ่มอาจหมายถึง การให้ออกสแกบุคคลที่จะพัฒนาตนเองหรือบางกลุ่มอาจหมายถึง การมีสิ่งแวดล้อมที่อยู่อาศัย

**9.2 การศึกษาวิเคราะห์แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัยโดยใช้หลักพุทธการธรรม** พบว่า นักศึกษามีแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตโดยใช้หลักพุทธการธรรม โดยรวมทั้ง 4 ด้าน อยู่ในระดับเกือบทุกครั้ง ทั้งนี้อภิปรายผลได้ว่า นักศึกษาเป็นผู้เริ่มต้นเรียนรู้การพัฒนาคุณภาพชีวิต โดยอาศัยหลักธรรม เพราะว่า ในหลักสูตรของมหาวิทยาลัย มีการศึกษากลุ่มวิชาทางพระพุทธศาสนา จำนวน 30 หน่วยกิต ทำให้จิตใจของนักศึกษาโน้มเอียงไปที่การใช้หลักธรรม เช่น การอยู่ในถิ่นที่ดี ที่มีคนทรงศีลทรงธรรมทรงวิทยาคมมาก สอนให้ทำคุณงามความดี และสอนให้ชำระจิตใจให้บริสุทธิ์ การสมาคมกับสัตบุรุษ เช่น การเลือกคบบุคคลที่มีความรับผิดชอบต่อหน้าที่การงาน เป็นต้น ฉะนั้น จึงทำให้นักศึกษามีแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิต โดยรวม อยู่ในระดับเกือบทุกครั้ง ซึ่งสอดคล้องกับการวิจัยของ **พระมหาวิฑูร ธมฺมโชโต (แสงอินทร์)** (2554, 170 หน้า) ได้ทำวิจัยเรื่อง “การดำเนินชีวิตตามหลักจักร 4 ของนักเรียนโรงเรียนป้อมนาคราชสวทยานนท์ อำเภอมะขามบุรี จังหวัดสมุทรปราการ” ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนโรงเรียนป้อมนาคราชสวทยานนท์ อำเภอมะขามบุรี จังหวัดสมุทรปราการ มีการดำเนินชีวิตตามหลักจักร 4 โดยรวมอยู่ในระดับมาก

**9.3 การวิเคราะห์เปรียบเทียบแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตของนักศึกษามหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัยโดยใช้หลักพุทธการธรรม** พบว่า นักศึกษาที่มีเพศต่างกัน มีแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตโดยใช้หลักพุทธการธรรม โดยรวมทั้ง 4 ด้าน ไม่แตกต่างกัน แต่ที่มีอายุและ

ระดับการศึกษาต่างกัน ต่างกันมีแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตโดยใช้หลักพุทธธรรมโดยรวมทั้ง 4 ด้าน แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทั้งนี้อภิปรายผลได้ว่า นักศึกษาไม่ว่าจะมีเพศใดก็ตามสามารถใช้หลักพุทธธรรมเพื่อเป็นแนวทางการพัฒนาคุณภาพของชีวิตของตนได้ทั้งนั้น เพศที่ต่างกันจึงไม่ส่งผลแต่อย่างใด แต่ที่มีอายุและระดับการศึกษาต่างกัน ย่อมส่งผลเนื่องจากรู้และประสบการณ์ที่ได้รับไม่เท่ากัน ประกอบกับการวิเคราะห์จากสิ่งที่ได้เห็นย่อมแตกต่างกัน ฉะนั้น จึงทำให้นักศึกษามีแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตแตกต่างกัน ซึ่งสอดคล้องกับการวิจัยของ พระมหาวิทูรธมฺโชโต (แสงอินทร์) (2554, 170 หน้า) ได้ทำวิจัยเรื่อง “การดำเนินชีวิตตามหลักจักร 4 ของนักเรียนโรงเรียนป้อมนาคราชสวทยานนท์ อำเภอพระสมุทรเจดีย์ จังหวัดสมุทรปราการ” ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนโรงเรียนป้อมนาคราชสวทยานนท์ อำเภอพระสมุทรเจดีย์ จังหวัดสมุทรปราการ ที่มีเพศต่างกัน มีการดำเนินชีวิตตามหลักจักร 4 โดยรวมทั้ง 4 ด้าน ไม่แตกต่างกัน แต่ที่มีอายุและระดับชั้นเรียนต่างกัน มีการดำเนินชีวิตตามหลักจักร 4 โดยรวมทั้ง 4 ด้าน แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

## 10. ข้อเสนอแนะ

ข้อค้นพบ (Fact Findings) จากการวิจัยและการอภิปรายผลดังกล่าวมาแล้ว สามารถสรุปผลเป็นข้อเสนอแนะ โดยแบ่งเป็น 3 ระดับ ดังนี้

### 10.1 ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

1) ผลการวิจัยพบว่า นักศึกษาได้ตั้งเป้าหมายชีวิตให้ตั้งมั่นแน่วแน่ จึงมีข้อเสนอแนะให้สถาบันการศึกษาได้จัดหลักสูตรเกี่ยวกับเป้าหมายของคุณภาพชีวิตระดับพื้นฐาน ระดับกลางและระดับสูง เพื่อพัฒนานักศึกษาได้เต็มศักยภาพของความเป็นมนุษย์ต่อไป

2) ผลการวิจัยพบว่า นักศึกษาได้อยู่ในถิ่นที่ทำมาหาเลี้ยงชีพได้ง่าย จึงมีข้อเสนอแนะให้หน่วยงานของรัฐได้ฝึกอาชีพในท้องถิ่นต่าง ๆ ให้มีอาชีพที่สามารถเลือกทำได้หลายอย่าง ไม่ต้องมากระจุกตัวอยู่ในชุมชนเมือง ทำให้เกิดปัญหาต่าง ๆ ตามมา เช่น ปัญหาสิ่งแวดล้อมเป็นพิษ การจราจรติดขัด เป็นต้นหลากหลาย เพื่อจัดกิจกรรมมหาวิทยาลัยรักษาศีล 5 อยู่เนืองนิจ เพื่อให้นักศึกษาทั้งที่ศึกษาและจบการศึกษาไปแล้วได้หลีกเลี่ยงจากอาชญากรรม ไปพัฒนาตนเองและสังคมประเทศได้เต็มศักยภาพต่อไป

### 10.2 ข้อเสนอแนะสำหรับผู้ปฏิบัติ

1) ผลการวิจัยพบว่า นักศึกษาได้หมั่นฝึกตนให้เป็นคนตั้งอยู่ในศีล จึงมีข้อเสนอแนะให้นักศึกษาได้เข้าร่วมกิจกรรมทางศาสนาที่มหาวิทยาลัย วัดหรือชุมชนได้จัดขึ้นอยู่เนืองนิจ เพื่อเป็นการขัดเกลาจิตใจตนเองให้ประณีตมากยิ่งขึ้น

2) ผลการวิจัยพบว่า นักศึกษาได้คบกับบุคคลที่ช่วยเหลือสังคม จึงมีข้อเสนอแนะให้นักศึกษาได้จัดกิจกรรมสาธารณประโยชน์ร่วมกับชุมชนบริเวณมหาวิทยาลัย เพื่อเป็นการกระทำประโยชน์แก่สังคมและฝึกฝนเรียนรู้การทำงานร่วมกับบุคคลอื่น ๆ

### 10.3 ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยต่อไป

จากผลการวิจัย จึงมีข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัย ดังนี้

- 1) ควรวิจัยเกี่ยวกับปัจจัยที่ส่งผลต่อการเลือกถิ่นที่อยู่เพื่อเป็นการพัฒนาคุณภาพชีวิต
- 2) ควรวิจัยเกี่ยวกับการเลือกคบคนตามแนวทางของพระพุทธศาสนา
- 3) ควรวิจัยเกี่ยวกับแนวทางส่งเสริมการสร้างสมคุณความดีเตรียมพร้อมไว้แต่ต้นทาง

พระพุทธศาสนา

## 11. บรรณานุกรม

การศาสนา, กรม. (2530). **พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับสังคายนา ในพระบรมราชูปถัมภ์ พุทธศักราช 2530**. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์การศาสนา.

สุชาติ ประสิทธิ์รัฐสินธุ์. (2525). **การจัดการด้านสิ่งแวดล้อม**. กรุงเทพฯ: สำนักงานคณะกรรมการสิ่งแวดล้อมแห่งชาติ.

วิฑูร ธรรมโชโต (แสงอินทร์), พระมหา. (2554). “การดำเนินชีวิตตามหลักจักร 4 ของนักเรียน โรงเรียนป้อมนาคราชสวทยานนท์ อำเภอพระสมุทรเจดีย์ จังหวัดสมุทรปราการ”.

**วิทยานิพนธ์ ศาสตราศตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย.

<[http://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:jFARzV\\_TUJ:blog.eduzones.com/ajarnboo/9397](http://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:jFARzV_TUJ:blog.eduzones.com/ajarnboo/9397)> (สืบค้นข้อมูลเมื่อวันที่ 21 กันยายน พ.ศ. 2553)

## 12. คำขอบคุณ

ขอขอบพระคุณดร.สุชาติ เมืองแก้ว ผู้เชี่ยวชาญอ่านและตรวจรายงานการวิจัย ซึ่งได้กรุณาช่วยตรวจสอบแก้ไขปรับปรุงงานวิจัยให้มีความสมบูรณ์และสำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี ตลอดจนผู้บริหารและคณาจารย์ทุกท่านที่สนับสนุนในการทำการวิจัยในครั้งนี้และผู้ตอบแบบสอบถามทุกรูป/คน