

ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อความเครียดของพนักงานที่ปฏิบัติงานในโรงงานอุตสาหกรรมตัดเย็บเสื้อผ้า  
ขนาดย่อม

FACTORS RELATED TO STRESS OF GARMENT WORKERS IN SMALL ENTERPRISES

ธนวรรณ หมีรักษา 4837641 PPH/M

วท.ม. (สาธารณสุขศาสตร์) สาขาวิชาเอกการพยาบาลสาธารณสุข

คณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ : สุรินทร์ กลัมพากร, Ph.D. (Nursing), สุนีย์ ละกำป็น, กศ.ด.

(การวิจัยและพัฒนาหลักสูตร), พิมสุภาว จันทนะโสทธิ, Ph.D. (Nursing)

#### บทคัดย่อ

ความเครียดเป็นส่วนหนึ่งของการดำเนินชีวิตประจำวัน ซึ่งหากไม่สามารถจัดการหรือควบคุมได้ จะก่อให้เกิดผลกระทบต่อร่างกายและจิตใจ การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อความเครียดของพนักงานที่ปฏิบัติงานในโรงงานอุตสาหกรรมโดยใช้ทฤษฎีของ Cooper & Davidson เป็นกรอบแนวคิดในการวิจัย กลุ่มตัวอย่างเป็นพนักงานโรงงานอุตสาหกรรมตัดเย็บเสื้อผ้าขนาดย่อมในเขตกรุงเทพมหานคร จำนวน 213 คน เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถาม และวิเคราะห์ความสัมพันธ์โดยสถิติ สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน ANOVA และการถดถอยพหุแบบขั้นตอน

ผลการศึกษา พบว่าพนักงานมีความเครียดระดับสูงกว่าปกติร้อยละ 42.8 ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อความเครียดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < 0.05$ ) คือปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ อายุ ระยะเวลาการปฏิบัติงาน การเผชิญความเครียดโดยมุ่งแก้ปัญหา การเผชิญความเครียดโดยมุ่งปรับอารมณ์ ปัจจัยจากการทำงาน ได้แก่ ลักษณะงาน บทบาทหน้าที่ สัมพันธภาพในที่ทำงาน โครงสร้างและบรรยากาศองค์กร ความสำเร็จและความก้าวหน้าในอาชีพ ปัจจัยทางครอบครัว ได้แก่ ความสัมพันธ์ในครอบครัว ฐานะทางเศรษฐกิจ ภาระในครอบครัว และปัจจัยทางสังคม ได้แก่ ความพึงพอใจต่อที่พักอาศัย ผลการวิเคราะห์การถดถอยพหุแบบขั้นตอนพบว่าอายุ พฤติกรรมการเผชิญความเครียดแบบมุ่งแก้ปัญหา พฤติกรรมการเผชิญความเครียดโดยมุ่งปรับอารมณ์ บทบาทหน้าที่ในการทำงาน ความสัมพันธ์ในครอบครัว และฐานะทางเศรษฐกิจ ที่มีความสามารถในการร่วมกันทำนายพฤติกรรมการป้องกันความเครียดได้ร้อยละ 34.4 ( $p < 0.05$ )

ข้อเสนอแนะจากผลการศึกษาในครั้งนี้คือ นายจ้างควรดำเนินการจัดให้มีการอบรมเกี่ยวกับเรื่องความเครียดให้แก่พนักงาน เพื่อจะได้ทราบสาเหตุ ผล และวิธีในการจัดการกับความเครียด นอกจากนี้ นายจ้างควรตระหนักถึงความสำคัญของปัญหาความเครียดพร้อมทั้งหาแนวทางในการปรับปรุงปัจจัยในการทำงานในด้านต่างๆ เพื่อเป็นเกราะป้องกันไม่ให้เกิดความเครียดในระดับที่สูงขึ้น ซึ่งจะส่งผลกระทบต่อสุขภาพกาย จิตของพนักงานทำให้ประสิทธิภาพการทำงานลดลงและ ก่อให้เกิดผลเสียต่อองค์กร

คำสำคัญ : ความเครียด / การเผชิญความเครียด / พนักงานอุตสาหกรรมตัดเย็บเสื้อผ้า

## FACTORS RELATED TO STRESS OF GARMENT WORKERS IN SMALL ENTERPRISES

THANAVAN MEERUGSA 4837641 PHPH/M

M.Sc. (PUBLIC HEALTH) MAJORING IN PUBLIC HEALTH NURSING

THESIS ADVISORY COMMITTEE: SURINTORN KALAMPAKORN, Ph.D. (Nursing),  
SUNEE LAGAMPAN, Ed.D. (Res.& Curr. Dev.), PIMSUPA CHANDANASOTTHI,  
Ph.D. (Nursing)

## ABSTRACT

Stress is a part of daily life that is unavoidable and has physical and psychological effects. Therefore, this study was designed to examine factors related to stress of garment workers in small enterprises. The sample consisted of 213 workers randomly selected from various establishments in Bangkok. The concept of stress by Cooper & Davidson was used as the conceptual basis of this study. Data were collected by using a self-administered questionnaire. Descriptive statistics, Pearson's product moment correlation coefficient, ANOVA and stepwise multiple regression analysis were used for data analysis.

The result of this study indicated that 42.8% of workers had higher stress than normal. Personal factors including age, work experience, coping skills, working factors including factors intrinsic to the job, role in organization, relationships at work, organizational structure, climate and career development, factors family factors including economic, family responsibility, family relationship and social factors including living satisfaction had a significant relationship with stress ( $p < 0.05$ ).

Multiple regression analysis showed that age, work experience, coping skills, role in organization, family relationships and economic could altogether explain 34.4 percent of the variance in stress.

It is suggested that manager should provide workers with training programs regarding the knowledge of stress including cause, effects and stress management techniques. In addition, working conditions related to stress should be improved to enhance worker health and eventually increase work efficiency.

KEY WORDS: STRESS / COPING SKILL / GARMENT WORKERS

172 pages