

บทที่ 4

ผลการศึกษา

การศึกษาค้นคว้าอิสระเรื่องความเครียดจากการทำงานของพนักงานมหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่ เป็นการศึกษาระดับพรรณนา (descriptive research) โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาระดับความเครียดในการทำงานของพนักงานมหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่ นำเสนอผลการศึกษาเป็น 2 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

ส่วนที่ 2 แบบวัดความเครียดในการทำงาน

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

ตารางที่ 1 จำนวน ร้อยละ ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน (n=182)	ร้อยละ
เพศ		
ชาย	61	33.5
หญิง	121	66.5
อายุ		
21 – 40 ปี	165	90.7
41 – 60 ปี	17	9.3
อายุต่ำสุด เท่ากับ 23 ปี สูงสุดเท่ากับ 58 ปี เฉลี่ยเท่ากับ 32 ปี		
สถานภาพ		
โสด	127	69.8
คู่	52	28.6
หย่า / หม้าย	3	1.6

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright © by Chiang Mai University

All rights reserved

ตารางที่ 1 (ต่อ)

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน (n=182)	ร้อยละ
ระดับการศึกษา		
ปริญญาตรี	24	13.2
ปริญญาโท	154	84.6
ปริญญาเอก	4	2.2
คณะ ที่สังกัด		
คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี	55	13.2
คณะวิทยาการจัดการ	20	84.6
คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์	53	2.2
คณะครุศาสตร์	47	84.6
คณะเทคโนโลยีการเกษตร	7	2.2
ตำแหน่งทางวิชาการ		
อาจารย์	180	98.9
ผู้ช่วยศาสตราจารย์	2	1.1
รองศาสตราจารย์	0	0
ศาสตราจารย์	0	0
อายุการทำงาน (ปี)		
1 – 5 ปี	124	68.1
6 – 10 ปี	35	19.2
11 – 15 ปี	10	5.5
16 – 20 ปี	3	1.6
21 – 25 ปี	5	2.7
26 – 30 ปี	4	2.2
31 – 35 ปี	1	0.5

อายุการทำงานต่ำสุดเท่ากับ 1 ปี สูงสุดเท่ากับ 33 ปี เฉลี่ยเท่ากับ 5.9 ปี

ตารางที่ 1 (ต่อ)

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน (n=182)	ร้อยละ
ที่อยู่อาศัย		
บ้านของตนเอง	91	50.0
หอพัก / บ้านเช่า	66	36.3
ห้องพักของมหาวิทยาลัย	22	12.1
บ้านญาติ	3	1.6
รายได้ (บาทต่อเดือน)		
ต่ำกว่า 10,000 บาท	56	30.8
10,001 – 15,000 บาท	109	59.9
15,001 – 20,000 บาท	8	4.4
20,001 – 25,000 บาท	2	1.1
25,001 – 30,000 บาท	6	3.3
มากกว่า 30,001 บาท	1	0.5
รายได้ต่ำสุดเท่ากับ 7,900 บาท สูงสุดเท่ากับ 31,000 บาท เฉลี่ยเท่ากับ 11,953.63 บาท		
ภาวะครอบครัว		
ไม่มีภาวะทางครอบครัว	68	37.4
มีภาวะทางครอบครัว	114	62.6
ภาระงานสอน		
ไม่เกิน 12 ชั่วโมง/สัปดาห์	91	50.0
เกิน 12 ชั่วโมง/สัปดาห์	91	50.0
11. ภาระงานที่ปรึกษา		
ไม่มีภาระงาน	66	36.3
มีภาระงานที่ปรึกษา (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)	116	63.7
ที่ปรึกษาหมู่เรียน	114	62.6
ที่ปรึกษางานวิจัย	28	15.4
ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์	10	5.5

ตารางที่ 1 (ต่อ)

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน (n=182)	ร้อยละ
ภาระงานวิจัย		
ไม่มีภาระงานวิจัย	165	90.7
มีภาระงานวิจัย (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)	17	9.3
หัวหน้างานวิจัย	21	11.5
ผู้ช่วยหัวหน้างานวิจัย	16	8.8
ภาระงานอื่นๆ		
ไม่มี	140	76.9
มี	42	23.1

จากตารางที่ 1 แสดงให้เห็นว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง (ร้อยละ 66.5) เพศชาย (ร้อยละ 33.5) อายุต่ำกว่า 30 ปี (ร้อยละ 47.3) อายุ 31 - 40 ปี (ร้อยละ 43.4) มีอายุต่ำสุดเท่ากับ 23 ปี สูงสุด 58 ปี อายุเฉลี่ยเท่ากับ 32 ปี สถานภาพโสด (ร้อยละ 69.8) สถานภาพคู่ (ร้อยละ 28.6) พักบ้านของตนเอง (ร้อยละ 50.0) พักหอพักหรือบ้านเช่า (ร้อยละ 36.3) มีภาระทางครอบครัว (ร้อยละ 62.6) ไม่มีภาระทางครอบครัว (ร้อยละ 37.4) มีเงินเดือนอยู่ระหว่าง 10,001 – 15,000 บาท ต่อเดือน เงินเดือนต่ำสุดเท่ากับ 7,900 บาท สูงสุดเท่ากับ 31,000 บาทต่อเดือน มีเงินเดือนเฉลี่ย 11,935.63 บาทต่อเดือน

กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่จบการศึกษาระดับปริญญาโท (ร้อยละ 84.6) ปริญญาตรี (ร้อยละ 13.2) ปริญญาเอก (ร้อยละ 2.2) ดำรงตำแหน่งอาจารย์ (ร้อยละ 98.9) ผู้ช่วยศาสตราจารย์ (ร้อยละ 1.1) มีอายุการทำงาน 1 - 5 ปี (ร้อยละ 68.1) อายุการทำงาน 6 - 10 ปี (ร้อยละ 19.2) มีอายุการทำงานเฉลี่ยเท่ากับ 5.9 ปี มีอายุการทำงานต่ำสุด เท่ากับ 1 ปี สูงสุดเท่ากับ 33 ปี มีภาระงานสอนไม่เกิน 12 ชั่วโมงต่อสัปดาห์ (ร้อยละ 50.0) มีภาระงานสอนเกิน 12 ชั่วโมงต่อสัปดาห์ (ร้อยละ 50.0) มีภาระงานที่ปรึกษาหมู่บ้าน วิจัย และวิทยานิพนธ์ (ร้อยละ 63.7) ไม่มีภาระงานที่ปรึกษาหมู่บ้าน วิจัย และวิทยานิพนธ์ (ร้อยละ 36.3) ไม่มีภาระงานวิจัย (ร้อยละ 90.7) ไม่มีภาระงานอื่นๆ นอกเหนือจากภาระงานสอนและงานวิจัย (ร้อยละ 76.9)

ส่วนที่ 2 แบบวัดความเครียดในการทำงาน

ตารางที่ 2 จำนวน ร้อยละ และระดับความเครียดของกลุ่มตัวอย่าง

ระดับความเครียด	จำนวน (n=182)	ร้อยละ
น้อย (40-80 คะแนน)	45	24.7
ปานกลาง (81-120 คะแนน)	118	64.8
สูง (121 – 160 คะแนน)	18	9.9
รุนแรง (161-200 คะแนน)	1	0.5

จากตารางที่ 2 แสดงให้เห็นว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ มีความเครียดอยู่ในระดับปานกลางมีค่าคะแนนระหว่าง 81 – 120 คะแนน (ร้อยละ 64.8) รองลงมา มีความเครียดอยู่ในระดับน้อย มีค่าคะแนนระหว่าง 40 – 80 คะแนน (ร้อยละ 24.7) และน้อยที่สุดมีระดับความเครียดรุนแรง มีค่าคะแนนระหว่าง 161 – 200 คะแนน (ร้อยละ 0.5)

ตารางที่ 3 จำนวน ร้อยละระดับความเครียดของกลุ่มตัวอย่างจำแนกรายข้อ

ข้อความ	ระดับความเครียด (n=182)				
	เครียดมากที่สุด	เครียดมาก	เครียดปานกลาง	เครียดเล็กน้อย	ไม่รู้สึกเครียด
	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)
1. ขอบเขตงานไม่ชัดเจน	13 (7.1)	32 (17.6)	41 (22.5)	41 (22.5)	55 (30.2)
2. อำนาจในการปฏิบัติงานไม่ชัดเจน	6 (3.3)	29 (15.9)	61(33.5)	46 (25.3)	40 (22.0)
3. หน้าที่ไม่ชัดเจน	6 (3.3)	15 (8.2)	58 (31.9)	49(26.9)	54 (29.7)
4. เป้าหมายของหน่วยงานไม่ชัดเจน	11(6.0)	20(11.0)	70(38.5)	48(26.4)	33(18.1)
5. การบรรลุผลงานตามเป้าหมาย	11(6.0)	62(34.1)	83(45.6)	17(9.3)	9(4.9)
6. การทำงานที่ได้รับมอบหมายไม่สำเร็จ	3(1.6)	14(7.7)	50(27.5)	62(34.1)	53(29.1)

ตารางที่ 3 (ต่อ)

ข้อความ	ระดับความเครียด				
	เครียดมากที่สุด	เครียดมาก	เครียดปานกลาง	เครียดเล็กน้อย	ไม่รู้สึกเครียด
	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)
7. การขาดทักษะที่ต้องใช้ในการปฏิบัติงาน	5(2.7)	7(3.8)	40(22.0)	76(41.8)	54(29.7)
8. การทำงานไม่เสร็จ	6(3.3)	8(4.4)	42(23.1)	60(33.0)	66(36.3)
9. ทำงานมากเกินไป	21(11.5)	46(25.3)	67(36.8)	38(20.9)	10(5.5)
10. มีงานเร่งรัดให้เสร็จตามกำหนด	20(11.0)	57(31.3)	73(40.1)	21(11.5)	11(6.0)
11. มีเหตุถูกเงินบ่อยๆ ในการทำงาน	6(3.3)	28(15.4)	69(37.9)	53(29.1)	26(14.3)
12. เพื่อนร่วมงานไม่ร่วมมือในการทำงาน	7(3.8)	14(7.7)	63(34.6)	62(34.1)	36(19.8)
13. มีปัญหาพุดกันไม่เข้าใจกับเพื่อนร่วมงาน	8(4.4)	17(9.3)	55(30.2)	57(31.3)	45(24.7)
14. งานที่รับผิดชอบมากเกินไป	12(6.6)	38(20.9)	67(36.8)	31(17.0)	34(18.7)
15. ความกลัวในการทำงานผิดพลาด	8(4.4)	22(12.1)	63(34.6)	44(24.2)	45(24.7)
16. ความกลัวที่จะถูกไล่ออกจากงาน	4(2.2)	13(7.1)	37(20.3)	35(19.2)	93(51.1)
17. การถูกตอแยแพ	3(1.6)	15(8.2)	34(18.7)	44(24.2)	86(47.3)
18. ช่วงเวลาในการทำงานยาวเกินไป	10(5.5)	15(8.2)	57(31.3)	44(24.2)	56(30.8)
19. ครอบครัวเข้ามายุ่งเรื่องงาน	4(2.2)	10(5.5)	20(11.0)	41(22.5)	107(58.8)
20. รู้สึกถูกกดดันว่าต้องให้ผลงานออกมาดี	9(4.9)	36(19.8)	59(32.4)	45(24.7)	33(18.1)

ตารางที่ 3 (ต่อ)

ข้อความ	ระดับความเครียด				
	เครียดมากที่สุด	เครียดมาก	เครียดปานกลาง	เครียดเล็กน้อย	ไม่รู้สึกเครียด
	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)
21. หน่วยงานไม่สนใจผู้ปฏิบัติงาน	3(1.6)	12(6.6)	74(40.7)	64(35.2)	29(15.9)
22. มีความขัดแย้งในการจัดการ ของหน่วยงาน	5(2.7)	21(11.5)	81(44.5)	48(26.4)	27(14.8)
23. การได้รับเลื่อนขั้นตามความ เหมาะสม	3(1.6)	21(11.5)	105(57.7)	32(17.6)	21(11.5)
24. การทำงานให้ผลงานดีเด่น	1(0.5)	34(18.7)	103(56.6)	27(14.8)	17(9.3)
25. เปลี่ยนหน้าที่ในที่ทำงาน	6(3.3)	5(2.7)	77(42.3)	56(30.8)	38(20.9)
26. การที่ต้องตัดสินใจเลือก ตำแหน่งงานใดงานหนึ่ง	2(1.1)	14(7.7)	80(44.0)	36(19.8)	50(27.5)
27. เครื่องมือในที่ทำงานไม่มี ประสิทธิภาพ	9(4.9)	19(10.4)	72(39.6)	45(24.7)	37(20.3)
28. งานน่าเบื่อ	3(1.6)	14(7.7)	68(37.4)	53(29.1)	44(24.2)
29. โอกาสในเรื่องความก้าวหน้ามี น้อย	11(6.0)	19(10.4)	81(44.5)	40(22.0)	31(17.0)
30. การทำงานรบกวนชีวิตส่วนตัว	14(7.7)	19(10.4)	71(39.0)	34(18.7)	44(24.2)
31. การฝึกงานหรือการให้ คำปรึกษาเรื่องงานไม่มี ประสิทธิภาพ	2(1.1)	14(7.7)	90(49.5)	46(25.3)	30(16.5)
32. มีแต่ความรับผิดชอบในงานแต่ ไม่มีอำนาจในการตัดสินใจ	14(7.7)	25(13.7)	70(38.5)	48(26.4)	25(13.7)
33. ไม่มีความเป็นส่วนตัวในที่ ทำงาน	9(4.9)	30(16.5)	65(35.7)	43(23.6)	35(19.2)
34. ช่วงเวลาทำงานไม่แน่นอน	7(3.8)	27(14.8)	66(36.3)	45(24.7)	37(20.3)

ตารางที่ 3 (ต่อ)

ข้อความ	ระดับความเครียด				
	เครียดมากที่สุด	เครียดมาก	เครียดปานกลาง	เครียดเล็กน้อย	ไม่รู้สึกละเครียด
	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)
35. มีการเปลี่ยนแปลงความ รับผิดชอบ	1(0.5)	22(12.1)	76(41.8)	46(25.3)	37(20.3)
36. มีชั่วโมงการทำงานหรือ สถานการณ์เปลี่ยนแปลง	1(0.5)	25(13.7)	70(38.5)	44(24.2)	42(23.1)
37. ต้องมีการเดินทางบ่อยในการ ทำงาน	3(1.6)	14(7.7)	56(30.8)	47(25.8)	62(34.1)
38. เป็นงานที่เสี่ยงอันตราย	1(0.5)	11(6.0)	45(24.7)	39(21.4)	86(47.3)
39. เพื่อนร่วมงานตาย หรือบาดเจ็บ	2(1.1)	7(3.8)	39(21.4)	34(18.7)	100(54.9)
40. ที่ทำงานมีสิ่งที่มีพิษต่อสุขภาพ	5(2.7)	8(4.4)	50(27.5)	39(21.4)	80(44.0)

จากตารางที่ 3 พบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีความรู้เครียดปานกลางในเรื่อง การเลื่อน
ขั้นตามความเหมาะสม (ร้อยละ 57.7) การทำงานให้ผลงานดีเด่น (56.6) การฝึกงานหรือการให้
คำปรึกษาเรื่องงานไม่มีประสิทธิภาพ (ร้อยละ 49.5) การบรรลุผลงานตามเป้าหมาย (ร้อยละ 45.6)
มีความขัดแย้งในการจัดการของหน่วยงานและโอกาสน้อยในเรื่องความก้าวหน้ามีน้อย (ร้อยละ
44.5) การที่ต้องตัดสินใจเลือกตำแหน่งงานใดงานหนึ่ง (ร้อยละ 44.0) เปลี่ยนหน้าที่ในที่ทำงาน
(ร้อยละ 42.3) หน่วยงานไม่สนใจผู้ปฏิบัติงาน (ร้อยละ 40.7) มีงานเร่งรัดให้เสร็จตามกำหนด
(ร้อยละ 40.1) เครื่องมือในที่ทำงานไม่มีประสิทธิภาพ (ร้อยละ 39.6) เป้าหมายของหน่วยงานไม่
ชัดเจนและมีแต่ความรับผิดชอบในงานแต่ไม่มีอำนาจในการตัดสินใจ (ร้อยละ 38.5) มีเหตุฉุกเฉิน
บ่อยๆ ในการทำงาน (ร้อยละ 37.9) งานน่าเบื่อ (ร้อยละ 37.4) ทำงานมากเกินไปและงานที่
รับผิดชอบมากเกินไป (ร้อยละ 36.8) ช่วงเวลาทำงานไม่แน่นอน (ร้อยละ 36.3) ไม่มีความเป็น
ส่วนตัวในที่ทำงาน (ร้อยละ 35.7) เพื่อนร่วมงานไม่ร่วมมือในการทำงานและความกลัวในการ
ทำงานผิดพลาด (ร้อยละ 34.6) อำนาจในการปฏิบัติงานไม่ชัดเจน (ร้อยละ 33.5) รู้สึกถูกกดดัน

ว่าต้องให้ผลงานออกมามี (ร้อยละ 32.4) หน้าที่ไม่ชัดเจน (ร้อยละ 31.9) และช่วงเวลาในการทำงาน ยาวเกินไป (ร้อยละ 31.3)



ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved