



เรียนรู้เพื่อรับใช้สังคม

สาเหตุและผลกระทบของความเครียดที่มีต่อพนักงานและองค์กร :
กรณีศึกษา บริษัทผลิตเครื่องใช้ไฟฟ้าแห่งหนึ่งในนิคมอุตสาหกรรม

CAUSES AND EFFECTS OF STRESS ON EMPLOYEES AND
ORGANIZATION : A CASE STUDY OF ELECTRICAL
APPLIANCE COMPANY IN INDUSTRIAL ESTATE

พิจามณัฐ บัญสม

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
หลักสูตรวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต (การจัดการสิ่งแวดล้อมและความปลอดภัย)
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ

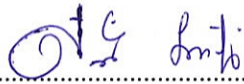
พ.ศ. 2558

ลิขสิทธิ์ของบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ

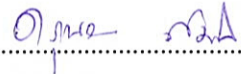
สาเหตุและผลกระทบของความเครียดที่มีต่อพนักงานและองค์กร : กรณีศึกษา
บริษัทผลิตเครื่องใช้ไฟฟ้าแห่งหนึ่งในนิคมอุตสาหกรรม
CAUSES AND EFFECTS OF STRESS ON EMPLOYEES AND
ORGANIZATION : A CASE STUDY OF ELECTRICAL
APPLIANCE COMPANY IN INDUSTRIAL ESTATE

พิชามณูช บุญสม

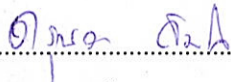
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ ตรวจสอบและอนุมัติให้
วิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
หลักสูตรวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต (การจัดการสิ่งแวดล้อมและความปลอดภัย)
เมื่อวันที่ 10 พฤษภาคม พ.ศ. 2558



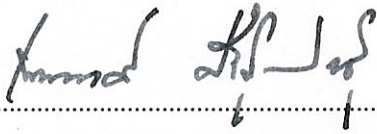
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ศิริลักษณ์ วงษ์วิจิตสุข
ประธานกรรมการผู้ทรงคุณวุฒิ



ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ดรณวรรณ สมใจ
อาจารย์ที่ปรึกษา



ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ดรณวรรณ สมใจ
กรรมการ



อาจารย์ ดร.เทอดพงศ์ ศรีสุขพันธุ์
กรรมการ



อาจารย์ ดร.วรางคณา วิเศษมณี ลิ
ประธานหลักสูตรวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต
(การจัดการสิ่งแวดล้อมและความปลอดภัย)



รองศาสตราจารย์อียสา จันทรวิธานุชิต
คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย



ผู้ช่วยศาสตราจารย์เสาวลักษณ์ ลักขมจีรกุล
คณบดีคณะสาธารณสุขศาสตร์และสิ่งแวดล้อม

สาเหตุและผลกระทบของความเครียดที่มีต่อพนักงานและองค์กร : กรณีศึกษา
บริษัทผลิตเครื่องใช้ไฟฟ้าแห่งหนึ่งในนิคมอุตสาหกรรม

พิชามญชุ์ บุญสม 554002

วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต (การจัดการสิ่งแวดล้อมและความปลอดภัย)

คณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์: ดร.ณวรรณ สมใจ, Ph.D.

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้ เป็นงานวิจัยภาคตัดขวาง (Cross-sectional research) มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษา ระดับความเครียด สาเหตุและผลกระทบที่เกิดจากความเครียดของพนักงานทั้งในระดับบุคคลและ องค์กร กลุ่มตัวอย่างเป็นพนักงานระดับปฏิบัติการของบริษัทผลิตเครื่องใช้ไฟฟ้าแห่งหนึ่งในนิคม อุตสาหกรรม จำนวน 170 คน คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างโดยการสุ่มตัวอย่างแบบง่าย เครื่องมือที่ใช้ในการ วิจัยเป็นแบบสอบถาม ผลการศึกษาพบว่า (1) ด้านระดับความเครียด พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มี คะแนนความเครียดอยู่ในระดับรุนแรง (ร้อยละ 52.4) รองลงมาคือ มีคะแนนความเครียดอยู่ใน ระดับสูง (ร้อยละ 37.1) และมีคะแนนความเครียดอยู่ในระดับปานกลาง (ร้อยละ 10.6) ตามลำดับ โดยประเด็นเรื่องเงินไม่พอใช้จ่ายมีค่าเฉลี่ยมากที่สุด รองลงมาคือ กล้ามเนื้อตึงหรือปวด และปวดหลัง ตามลำดับ (2) ด้านสาเหตุที่ส่งผลต่อการเกิดความเครียด พบว่า ปัจจัยส่วนบุคคลที่มีความสัมพันธ์กับ คะแนนความเครียดของพนักงานคือ อายุ สถานภาพ รายได้เฉลี่ยต่อเดือน สถานภาพทางเศรษฐกิจ/ ความเพียงพอของรายได้ ที่พักอาศัย आयงาน พฤติกรรมการนอนหลับ และการรับรู้ต่อเหตุการณ์ โดย มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ส่วนปัจจัยด้านการทำงานทั้ง 5 ด้าน ได้แก่ ด้านตัวงาน บทบาทหน้าที่ในการทำงาน ความสัมพันธ์ในที่ทำงาน ความก้าวหน้าในอาชีพ และด้าน สภาพแวดล้อมในที่ทำงาน โดยรวมพบว่า มีความสัมพันธ์กับคะแนนความเครียดของพนักงานอยู่ใน ระดับต่ำ โดยมีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 (1) ด้านผลกระทบที่เกิดจาก ความเครียด พบว่า ระดับคะแนนความเครียดของพนักงานมีความสัมพันธ์กับผลกระทบที่เกิดจาก ความเครียด ทั้งผลกระทบต่อบุคคลและผลกระทบต่อองค์กร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยมีความสัมพันธ์อยู่ในระดับต่ำทั้ง 2 ด้าน

จากผลการศึกษาในครั้งนี้ พบว่า พนักงานส่วนใหญ่มีความเครียดอยู่ในระดับรุนแรง และเมื่อ พิจารณาถึงปัจจัยด้านการทำงานก็พบว่า พนักงานมีความเครียดด้านการทำงานโดยรวมอยู่ใน ระดับปานกลาง ซึ่งถือเป็นปัจจัยที่นายจ้างหรือองค์กรควรให้ความสำคัญ และควรมีนโยบายในการ ปรับปรุงแก้ไขปัญหาดังกล่าว ทั้งปัจจัยด้านตัวงาน บทบาทหน้าที่ในงาน ความสัมพันธ์ในที่ทำงาน ความก้าวหน้าในอาชีพ และด้านสภาพแวดล้อมในที่ทำงาน และการศึกษาครั้งนี้ยังพบอีกว่า ระดับ ความเครียดของพนักงานนั้น มีความสัมพันธ์กับผลกระทบที่เกิดจากความเครียดของพนักงาน ทั้ง ผลกระทบต่อตัวบุคคลและผลกระทบต่อองค์กร แม้จะมีความสัมพันธ์ในระดับต่ำ แต่หากนายจ้างยังไม่มีการปรับปรุงแก้ไข ผู้วิจัยเห็นว่าในอนาคตปัจจัยต่าง ๆ เหล่านี้ อาจส่งผลให้ระดับความเครียดของ พนักงานรุนแรงมากขึ้น และส่งผลกระทบต่อองค์กรในระดับที่สูงขึ้นไปได้เช่นเดียวกัน

คำสำคัญ: ความเครียด สาเหตุของความเครียด ผลกระทบของความเครียด

**CAUSES AND EFFECTS OF STRESS ON EMPLOYEES AND ORGANIZATION : A CASE
STUDY OF ELECTRICAL APPLIANCE COMPANY IN INDUSTRIAL ESTATE**

PICHAMON BOONSOM 554002

MASTER OF SCIENCE (ENVIRONMENTAL AND SAFETY MANAGEMENT)

THESIS ADVISORY COMMITTEE: DARUNWAN SOMJAI, Ph.D.

ABSTRACT

This study is a cross-sectional study. The study aimed at to study the stress level, causes and effects of stress on employees both at the individual and the organization. The samples were 170 person of operational level of the electronics manufacturing company, using simple random sampling method. The instrument used in this study was a questionnaire. The results showed that (1) The stress levels showed that most of the stress is severe (52.4 percent), followed by a stress score was high (37.1 percent) and the stress is moderate (10.6percent), respectively. The most of average is the issue of the not enough money to spend, followed by muscle stiffness or pain and back pain, respectively. (2) The causes that affect the stress was found that the personal factors that were associated with the stress of the staff were age, marital status, income per month, economic / adequacy of income, residence, work age, sleep behavior, and recognition of the event. There was statistically significant at 0.05 level. The working factors in 5 side including the tasks, work roles, work relationships, career advancement and the environment in work place. Overall, this study found that the relationship with the employee stress are moderate. There was statistically significant at 0.05 level. (2) The effect of stress found that the level of employee stress is related to the effects of stress both the impact on individual and organizational impacts, was statistically significant at the 0.05 level. The both sides have low relationship.

The results of this study found that most employees are in severe stress and considering the factors of working found that employee stress the overall performance is moderate. Which is largely employer or organization should be a priority, should have a policy to improve. These factors of the tasks, roles and relationships at work, career advancement and the environment in the work place. This study also found that the stress levels of employees is associated with the impact of employee stress. Which impact on individual and organizational impacts. Despite the relative low, but if the employer has not been revised in the future, the researchers saw that these factors may result in a stress levels of employees are more severe and the impact on the organization to a higher level.

Keywords: Stress, The stress causes, The stress effects

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงได้ ด้วยความอนุเคราะห์ ความช่วยเหลือ และการสนับสนุนจากบุคคลหลายฝ่าย ผู้วิจัยจึงขอระลึกถึงพระคุณของทุกท่านไว้ ณ ที่นี้

ขอขอบคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ดรณวรรณ สมใจ กรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ ที่กรุณาและเสียสละเวลาในการให้ความรู้ คำปรึกษา คำแนะนำ ตลอดจนให้ข้อคิดเห็นและตรวจแก้ไขวิทยานิพนธ์ฉบับนี้จนเสร็จสมบูรณ์

ขอขอบคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ศิริลักษณ์ วงษ์วิจิตสุข ที่ให้เกียรติเป็นประธานกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ และ อาจารย์ ดร.เทอดพงศ์ ศรีสุขพันธ์ ที่ให้เกียรติเป็นกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ ตลอดจนให้คำแนะนำและข้อเสนอแนะที่เป็นประโยชน์ในการแก้ไขปรับปรุงวิทยานิพนธ์ให้สมบูรณ์

ขอขอบคุณพนักงานระดับปฏิบัติการของบริษัทผลิตเครื่องใช้ไฟฟ้าแห่งหนึ่งในนิคมอุตสาหกรรมทุกท่าน ที่เสียสละเวลาอันมีค่าในการตอบแบบสอบถาม และให้ความร่วมมือยอมเปิดเผยข้อมูลส่วนตัวที่เป็นประโยชน์ต่อการศึกษาในครั้งนี้ และขอขอบคุณผู้บริหารของสถานประกอบการที่อนุญาตให้ผู้วิจัยได้เข้าไปเก็บข้อมูลและให้ข้อมูลต่าง ๆ ที่เป็นประโยชน์ต่อการศึกษาในครั้งนี้ รวมถึงหัวหน้าแผนกทุกท่านที่ให้ความช่วยเหลือในการเก็บข้อมูลให้สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี

ขอขอบคุณเจ้าหน้าที่คณะสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติทุกท่านที่ให้ความช่วยเหลือ ให้ข้อเสนอแนะ และอำนวยความสะดวกในการจัดทำวิทยานิพนธ์

ขอขอบคุณ เจ้าหน้าที่บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติทุกท่านที่ให้ความช่วยเหลือ และให้คำแนะนำเกี่ยวกับขั้นตอนการดำเนินงานในการจัดทำวิทยานิพนธ์

ขอขอบคุณเพื่อน ๆ พี่ ๆ น้อง ๆ สาขาการจัดการสิ่งแวดล้อมและความปลอดภัยทุกท่านที่ให้กำลังใจ และให้คำปรึกษาที่เป็นประโยชน์ต่อการจัดทำวิทยานิพนธ์

สุดท้ายวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ไม่อาจสำเร็จลุล่วงได้ หากไม่ได้รับกำลังใจจากครอบครัว และบุคคลอันเป็นที่รัก โดยเฉพาะการให้โอกาสทางการศึกษา การสนับสนุนทั้งทุนการศึกษาและกำลังใจให้แก่ผู้วิจัยเสมอมา ผู้วิจัยจึงขอขอบคุณทุกท่านเป็นอย่างสูงไว้ ณ ที่นี้

พิชามณูชู้ บุญสม