

ความเครียดในงานและการจัดการความเครียดของพยาบาลวิชาชีพและพยาบาลเทคนิค  
โรงพยาบาลสมเด็จพระปิ่นเกล้า พ.ศ.2546



เรือโทหญิง วรวรรณ ผู้มีโชคชัย

ศูนย์วิทยพัทยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาเวชศาสตร์ชุมชน ภาควิชาเวชศาสตร์ป้องกันและสังคม

คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ปีการศึกษา 2546

ISBN 974-17-5081-1

ลิขสิทธิ์ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

JOB STRESS AND COPING STRATEGIES OF REGISTER NURSES AND  
TECHNICIAN NURSES IN SOMDEJPRAPINKLOW HOSPITAL: 2003

Lt.Jg.WORAWAN PUMEECHOKCHAI



ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements  
for the Degree of Master of Science in Community Medicine

Department of Preventive and Social Medicine

Faculty of Medicine

Chulalongkorn University

Academic Year 2003

ISBN 974-17-5081-1

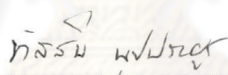
หัวข้อวิทยานิพนธ์ ความเครียดในงานและการจัดการความเครียดของพยาบาลวิชาชีพและ  
พยาบาลเทคนิค โรงพยาบาลสมเด็จพระปิ่นเกล้าฯ พ.ศ.2546  
โดย เรือโทหญิง วรวรรณ ผู้มีโชคชัย  
สาขาวิชา เวชศาสตร์ชุมชน  
อาจารย์ที่ปรึกษา รองศาสตราจารย์นายแพทย์ องอาจ วิพุดศิริ  
อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม ผู้ช่วยศาสตราจารย์ สมรัตน์ เลิศมหาฤทธิ์

---

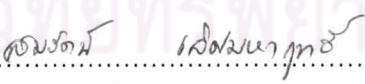
คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้บัณฑิตวิทยาลัยฉบับนี้เป็น  
ส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต


  
.....คนบดีคณะแพทยศาสตร์  
(ศาสตราจารย์นายแพทย์ ภิรมย์ กมลรัตน์กุล)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

  
.....ประธานกรรมการ  
(ศาสตราจารย์กิตติคุณแพทย์หญิง ทัสสนี นุชประยูร)

  
.....อาจารย์ที่ปรึกษา  
(รองศาสตราจารย์นายแพทย์ องอาจ วิพุดศิริ)

  
.....อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม  
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ สมรัตน์ เลิศมหาฤทธิ์)

  
.....กรรมการ  
(แพทย์หญิง อินทิรา พัวสกุล)

วรรณกรรม ผู้มีโชคชัย : ความเครียดในการทำงานและการจัดการความเครียดของพยาบาลวิชาชีพและพยาบาลเทคนิค โรงพยาบาลสมเด็จพระปิ่นเกล้าฯ พ.ศ.2546 (JOB STRESS AND COPING STRATEGIES OF REGISTER NURSES AND TECHNICIAN NURSES IN SOMDEJPRAPINKLOW HOSPITAL:2003) อ.ที่ปรึกษา : รศ.นพ. องอาจ วิพุทธศิริ, อ.ที่ปรึกษาร่วม : ผศ.สมรรัตน์ เลิศมหาฤทธิ์ จำนวน 109 หน้า. ISBN 974-17-5081-1

**ความเป็นมา** ความเครียดในการทำงานเป็นสิ่งที่หลีกเลี่ยงไม่ได้ในชีวิตการทำงาน วิชาชีพพยาบาลเป็นอาชีพที่มีภาระรับผิดชอบต่อสุขภาพของสังคมทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ ถ้าพยาบาลเกิดความเครียดและไม่สามารถจัดการกับความเครียดได้อย่างเหมาะสม ทำให้ส่งผลกระทบต่อผู้ป่วยและองค์กรได้

**วัตถุประสงค์** เพื่อศึกษาความเครียดในการทำงานและการจัดการความเครียดของพยาบาลวิชาชีพและพยาบาลเทคนิค โรงพยาบาลสมเด็จพระปิ่นเกล้าฯ พ.ศ.2546

**รูปแบบการวิจัย** เป็นการศึกษาเชิงพรรณนา ณ จุดเวลาใดเวลาหนึ่ง

**ประชากรที่ศึกษา** พยาบาลวิชาชีพจำนวน 415 คนและพยาบาลเทคนิคจำนวน 268 คน ที่ปฏิบัติงานในหน่วยงานที่มีการให้การพยาบาล ในโรงพยาบาลสมเด็จพระปิ่นเกล้าฯ พ.ศ.2546 ทั้งหมดโดยไม่มี การสุ่มตัวอย่าง มีผู้ตอบกลับร้อยละ 90.6 (619 คน จากจำนวน 683 คน)

**เครื่องมือวิจัย** เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเป็นชนิดตอบเอง เกี่ยวกับปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยทางสุขภาพ ปัจจัยครอบครัวและเศรษฐกิจ ปัจจัยทางสังคม ปัจจัยด้านงาน และการจัดการความเครียด

**การรวบรวมข้อมูล** ระหว่างเดือน ธันวาคม 2546 ถึง กุมภาพันธ์ 2547

**สถิติที่ใช้** Chi-Square test

**ผลการศึกษา** พยาบาลโรงพยาบาลสมเด็จพระปิ่นเกล้าฯ ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ร้อยละ 70.3 อายุเฉลี่ย 32.2 ปี สถานภาพโสด ร้อยละ 49.6 การศึกษาระดับปริญญาตรีสาขาพยาบาล ร้อยละ 50.2 เป็นพยาบาลวิชาชีพ ร้อยละ 59.8 อายุการทำงานเฉลี่ย 10.7 ปี พยาบาลวิชาชีพและพยาบาลเทคนิคมีความเครียดในการทำงานอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 38.6 และ 50.6 ตามลำดับ ในปัจจัยด้านงาน 7 ด้าน ซึ่งมี 45 ดัชนีชี้วัด พบว่าพยาบาลทั้งสองกลุ่มมี 4 ดัชนีชี้วัดที่มีความเครียดในระดับมากเกินร้อยละ 50 โดย 3 อันดับแรกอยู่ในด้านรายได้และสวัสดิการ ได้แก่ ความเหมาะสมของเงินเดือนกับปริมาณงาน ความเหมาะสมของเงินเดือนกับค่าครองชีพ และความเหมาะสมของค่าตอบแทนนอกเวลาราชการ วิธีการจัดการความเครียดที่พยาบาลทั้งสองกลุ่มใช้มากที่สุดเหมือนกัน 3 อันดับแรก คือ การหาสาเหตุแก้ไข นอนพักผ่อน และทำจิตใจให้สบาย ตามลำดับ ความสัมพันธ์ระหว่างระดับความเครียดในการทำงานกับปัจจัยส่วนบุคคลและปัจจัยที่ส่งผลให้เกิดความเครียด พบว่าในพยาบาลวิชาชีพ เพศ อายุ อายุการทำงาน การศึกษา เงินเดือน สถานภาพสมรสและการพักผ่อน มีความสัมพันธ์กับระดับความเครียดใน งานอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < 0.05$ ) ส่วนในพยาบาลเทคนิค พบว่า อายุการทำงานมีความสัมพันธ์กับระดับความเครียดในการทำงานอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < 0.05$ )

**สรุป** จากผลการวิจัยครั้งนี้มีข้อเสนอแนะว่า ผู้บริหาร ควรตระหนักถึงความสำคัญและปัญหาที่ทำให้เกิดความเครียดในการทำงาน สิ่งที่ควรดำเนินการ ได้แก่ การปรับปรุงค่าตอบแทนให้สอดคล้องกับค่าครองชีพในปัจจุบัน และการปรับเจ้าหน้าที่ให้เหมาะสมกับปริมาณงานแต่ละหน่วยงาน

ภาควิชา เวชศาสตร์ป้องกันและสังคม

สาขาวิชา เวชศาสตร์ชุมชน

ปีการศึกษา 2546

ลายมือชื่อนิสิต.....

ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษา.....

ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษาร่วม.....

## 4575295830 : MAJOR COMMUNITY MEDICINE

KEY WORD:JOB STRESS / COPING STRATEGIES / REGISTER NURSES AND TECHNICIAN NURSES

WORAWAN PUMEECHOKCHAI : JOB STRESS AND COPING STRATEGIES OF REGISTER NURSES AND TECHNICIAN NURSES IN SOMDEJPRAPINKLOW HOSPITAL:2003.THESIS

ADVISOR : ASSOC. PROF. ONG-ARJ VIPUTSIRI, MD, Dr.P.H. THESIS COADVISOR :

ASST.PROF.SOMRAT LERTMAHARIT, M. Med.Stat. 109 pp. ISBN 974-17-5081-1

**Background:** Job stress was unavoidable in work life. Job role of nurses were care and cure health population all about physical and mental health. If nurses themselves had stress and couldn't coping well, this condition might be impact to patients and organization.

**Objective:** To study the rate of job stress and coping strategies of register nurses and technician nurses working in Somdejprapinklow hospital in 2003.

**Research Design:** Cross-Sectional Descriptive Study.

**Participants:** A lot of 415 register nurses and 268 technician nurses who work in nursing department in Somdejprapinklow hospital. The return rate was 90.6%(619 out of 683 nurses)

**Data Collection:** The self-administered questionnaires was conducted during December 2003 to February 2004.

**Statistical Method:** Chi-Square test

**Result:** The majority of the nurse respondents were female (70.3%), average age 32.2 years, single 49.6%, had a bachelor degree of register nurses 50.2% and register nurses 59.8% , had average working experience 10.7 years. The higher rates of job stress among register nurses and technician nurses were found at moderate stress level as 38.6 and 50.6 respectively. Among the 7 dimensions of job stress determinants, Income and welfare was rated as the highest mean, and moreover the top-3 job stress indicators were stated in this dimension as follows: unfair paid in terms of workload; daily expense; and overtime. Regarding the three most common stress coping strategic used were get rid the root causes, rest, and keep calming, respectively. Levels of stress in register nurses were statistically significant associated with age, sex, years of work, educational level, salary, marital status, and recreation ( $p<0.05$ ). In contrast with technician nurses, which only years of work was shown statistically significant association ( $p<0.05$ ).

**Conclusion:** The results of the study revealed that senior, middle executives and nurses in Somdejprapinklow hospital should consider the importance of the problems and root causes created job stress and should try to solve the stress-related problem in the organization by emphasis on improvement of income and welfare in the future.

Department Preventive and Social Medicine

Field of study Community Medicine

Academic year 2003

Student's signature .....

Advisor's signature.....

Co-advisor's signature.....

*Wor Pundee*

*Ayay Vichai*

*Somrat Lertmaharit*

## กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จได้ด้วยความกรุณาอย่างสูงยิ่งจาก ศาสตราจารย์กิตติคุณ แพทย์หญิง ทัสสณี นุชประยูร ประธานกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ รองศาสตราจารย์นายแพทย์ องอาจ วิพุทธศิริ อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ และผู้ช่วยศาสตราจารย์ สมรัตน์ เลิศมหาฤทธิ์ อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ร่วม ที่ได้กรุณาดูแลเอาใจใส่ ให้คำปรึกษา คำแนะนำ ช่วยเหลือ ตรวจสอบ ชี้แนะแก้ไขข้อบกพร่องต่างๆแก่ผู้วิจัยด้วยความเมตตาอย่างยิ่ง รวมทั้งเป็นกำลังใจให้กับผู้วิจัยด้วยดีเสมอมา ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณอย่างสูงไว้ ณ โอกาสนี้

ขอกราบขอบพระคุณคณาจารย์ภาควิชาเวชศาสตร์ป้องกันและสังคม คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ที่ประสิทธิ์ประสาทวิชาความรู้ทั้งทางด้านวิชาการและจริยธรรมแก่ผู้วิจัยเป็นอย่างดี ขอกราบขอบพระคุณ ม.ล.สมชาย จักรพันธุ์ นายแพทย์ ประเวศ ดันติพิวัฒน์สกุล และคุณระวีวรรณ คงพันธ์ ที่ปรึกษาทางวิชาการ ที่กรุณาให้คำแนะนำทางวิชาการ เป็นอย่างดียิ่งเสมอมา และขอกราบขอบพระคุณ นาวาโทหญิง พัฒนา กองศรี ที่ให้ความกรุณาช่วยเหลือและส่งเสริมให้ผู้วิจัยได้มีโอกาสศึกษาต่อ

ขอขอบพระคุณผู้อำนวยการโรงพยาบาลสมเด็จพระปิ่นเกล้า พยาบาลวิชาชีพ พยาบาลเทคนิค และเจ้าหน้าที่ทุกท่านที่เกี่ยวข้อง ที่กรุณาให้ความอนุเคราะห์อำนวยความสะดวก และให้ความร่วมมือเป็นอย่างดีในการเก็บรวบรวมข้อมูล และได้กรุณาสละเวลาอันมีค่าอย่างยิ่งในการให้ข้อมูลต่างๆจนทำให้งานวิจัยครั้งนี้สำเร็จลุล่วงด้วยดี

ขอขอบพระคุณกัลยาณมิตรทุกท่าน พี่ๆเพื่อนๆน้องๆ พยาบาลทหารเรือ และนิสิตภาค วิชาเวชศาสตร์ป้องกันและสังคมที่ให้ความช่วยเหลือ ห่วงใยและเป็นกำลังใจแก่ผู้วิจัยเสมอมา

ท้ายที่สุดนี้ขอกราบขอบพระคุณบิดา-มารดา และพี่น้องทั้ง 3 คน ที่เป็นกำลังใจสำคัญในการดูแลช่วยเหลือในทุกๆด้าน และให้กำลังใจแก่ผู้วิจัยอย่างดีที่สุดตลอดมา รวมทั้งญาติพี่น้องทุกท่าน ที่กรุณาให้การสนับสนุน ส่งเสริม ช่วยเหลือ และเป็นกำลังใจแก่ผู้วิจัยอย่างดียิ่งเสมอมา

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

# สารบัญ

หน้า

บทคัดย่อภาษาไทย.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	จ
กิตติกรรมประกาศ.....	ฉ
สารบัญ.....	ช
สารบัญตาราง.....	ฌ
สารบัญแผนภูมิ.....	ญ
บทที่ 1 บทนำ	1
1.1 ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
1.2 คำถามการวิจัย.....	3
1.3 วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....	3
1.4 ขอบตกลงเบื้องต้น.....	4
1.5 ข้อจำกัดในการวิจัย.....	4
1.6 ปัญหาทางจริยธรรม.....	4
1.7 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ.....	4
1.8 ตัวแปรที่ใช้ในการศึกษา.....	5
1.9 นิยามเฉพาะคำศัพท์ที่ใช้ในการวิจัย.....	5
1.10 กรอบแนวความคิดในการวิจัย.....	7
บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	8
2.1 ความเครียดในการทำงาน.....	8
2.2 การจัดการความเครียด.....	20
2.3 บทบาทหน้าที่พยาบาล.....	22
2.4 โรงพยาบาลสมเด็จพระปิ่นเกล้า.....	28
2.5 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	30
บทที่ 3 ระเบียบวิธีวิจัย	34
3.1 รูปแบบการวิจัย.....	34
3.2 ระเบียบวิธีวิจัย.....	34
3.3 ขั้นตอนการเก็บรวบรวมข้อมูล.....	35

## สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
3.4 เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาวิจัย.....	36
3.5 การตรวจสอบความสมบูรณ์และความถูกต้องของแบบสอบถาม.....	37
3.5 การวิเคราะห์ข้อมูล.....	38
บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	39
ส่วนที่ 1 การตอบกลับของแบบสอบถาม.....	40
ส่วนที่ 2 ลักษณะทั่วไปของประชากร.....	42
ส่วนที่ 3 การหาระดับความเครียดในงานและการจัดการความเครียดของ พยาบาลวิชาชีพและพยาบาลเทคนิคโรงพยาบาลสมเด็จพระปิ่นเกล้า..	64
ส่วนที่ 4 การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างระดับความเครียดในงานกับปัจจัย ส่วนบุคคลและปัจจัยที่ส่งผลให้เกิดความเครียดในงานของพยาบาล วิชาชีพและพยาบาลเทคนิคโรงพยาบาลสมเด็จพระปิ่นเกล้า.....	67
บทที่ 5 สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....	72
5.1 สรุปผลการวิจัย.....	72
5.2 อภิปรายผล.....	76
5.3 ข้อเสนอแนะจากผลการศึกษา.....	80
5.4 ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป.....	82
รายการอ้างอิง.....	83
ภาคผนวก.....	88
ภาคผนวก ก รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ.....	89
ภาคผนวก ข แบบสอบถาม.....	90
ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์.....	99



## สารบัญตาราง

	หน้า
ตารางที่ 3.1	สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล..... 38
ตารางที่ 4.1	จำนวนและร้อยละการตอบกลับแบบสอบถามจำแนกตามหน่วยงาน..... 40
ตารางที่ 4.2	จำนวนและร้อยละการตอบกลับแบบสอบถามของพยาบาลวิชาชีพและ พยาบาลเทคนิค..... 41
ตารางที่ 4.3	จำนวนและร้อยละของข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคล..... 43
ตารางที่ 4.4	จำนวนและร้อยละของข้อมูลปัจจัยทางสุขภาพ..... 45
ตารางที่ 4.5	จำนวนและร้อยละของข้อมูลปัจจัยครอบครัวและเศรษฐกิจ..... 47
ตารางที่ 4.6	จำนวนและร้อยละของข้อมูลปัจจัยสังคม..... 49
ตารางที่ 4.7	จำนวนและร้อยละของระดับความเครียดในงานจำแนกตามข้อมูลปัจจัย ด้านงาน..... 52
ตารางที่ 4.8.1	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความเครียดปัจจัยด้านงานจำแนก รายชื่อ..... 53
ตารางที่ 4.8.2	ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับระดับความเครียดในงานของพยาบาลวิชาชีพ และพยาบาลเทคนิคโรงพยาบาลสมเด็จพระปิ่นเกล้า ในกลุ่มผู้ที่มี ความเครียดในระดับมากถึงมากที่สุด..... 60
ตารางที่ 4.9	จำนวนร้อยละค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับคะแนน ความเครียดในงานโดยรวม..... 64
ตารางที่ 4.10	จำนวนและร้อยละของระดับความเครียดปัจจัยด้านงาน จำแนกตาม พยาบาลวิชาชีพและพยาบาลเทคนิค..... 65
ตารางที่ 4.11	จำนวนและร้อยละของการจัดการความเครียดของพยาบาลวิชาชีพและ พยาบาลเทคนิคโรงพยาบาลสมเด็จพระปิ่นเกล้า..... 66
ตารางที่ 4.12	ความสัมพันธ์ระหว่างระดับความเครียดในงานกับปัจจัยส่วนบุคคลและ ปัจจัยที่ส่งผลให้เกิดความเครียดในงานของพยาบาลวิชาชีพและพยาบาล เทคนิค..... 69
ตารางที่ 5.1	ความสัมพันธ์ของปัจจัยส่วนบุคคลและปัจจัยที่ส่งผลต่อระดับความเครียด ในงานของพยาบาลวิชาชีพและพยาบาลเทคนิค

## สารบัญแผนภูมิ

	หน้า
แผนภูมิที่ 1.1 กรอบแนวความคิดในการวิจัย.....	7
แผนภูมิที่ 2.1 ปฏิกริยาตอบสนองต่อความเครียด.....	18
แผนภูมิที่ 3.1 เทคนิคการเลือกตัวอย่าง.....	35



ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย