

สรุปผลการศึกษา อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การศึกษาวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาเชิงพรรณนา ณ จุดเวลาใด เวลาหนึ่ง (Cross-sectional Descriptive Study) มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา ความเครียด คุณภาพชีวิต และปัจจัยที่เกี่ยวข้อง ของพนักงานผลิตเสื้อผ้าสำเร็จรูป ขนาดกลาง เขตกรุงเทพมหานคร พ.ศ. 2547 ระยะเวลาทำการศึกษาระหว่างเดือนธันวาคม 2547 – กุมภาพันธ์ 2548 เก็บข้อมูลโดยใช้ แบบสอบถามชนิดตอบด้วยตนเองให้พนักงานโรงงานผลิตเสื้อผ้าสำเร็จรูป ขนาดกลาง เขตกรุงเทพมหานคร ที่ถูกสุ่มตัวอย่าง จำนวน 3 โรงงาน ได้แก่ เขตประเวศ (คลองตัน) เขตบางขุนเทียน (พระราม 2) เขตบางคอแหลม จำนวนทั้งหมด 1,465 ชุด รับผิดชอบต่อกลับ 1,186 ชุด คิดเป็นอัตราตอบกลับร้อยละ 81.0

5.1 สรุปผลการศึกษา

ข้อมูลทั่วไป

กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ เป็นเพศหญิง (ร้อยละ 91.0) อายุเฉลี่ยเท่ากับ 35.45 ปี มีสถานภาพสมรสคู่ (ร้อยละ 60.4) และมีการศึกษาน้อยกว่าระดับมัธยมศึกษาตอนต้น (ร้อยละ 95.9) ส่วนใหญ่มีตำแหน่งเป็นพนักงาน (ร้อยละ 95.8) เงินเดือนเฉลี่ย 7,106 บาท และเป็นพนักงานผู้มีรายได้หลักของครอบครัว (ร้อยละ 67.5) มีประสบการณ์การทำงานเฉลี่ย 10.6 ปี พนักงานส่วนใหญ่ทำงานอยู่ในโรงงาน (ร้อยละ 36.3) ระยะเวลาที่ทำงานในโรงงานเฉลี่ย 10.6 ปี ส่วนใหญ่มีภูมิลำเนาเดิมอยู่ในต่างจังหวัด (ร้อยละ 71.8) อาศัยอยู่ พักหอพัก , บ้านเช่า, หอพัก โรงงาน, (ร้อยละ 60.2) และพนักงาน ที่พักบ้านตนเอง หรือ ญาติ (ร้อยละ 39.8) ส่วนใหญ่ มีจำนวนสมาชิกในครอบครัวน้อยกว่า หรือ เท่ากับ 5 คน (ร้อยละ 80.2) ด้านความสัมพันธ์ในครอบครัว พบว่าพนักงานส่วนใหญ่ มีความสัมพันธ์ในครอบครัวด้วยรักและผูกพัน ห่วงใยกันดี (ร้อยละ 53.1) มีสถานะทางการเงินของครอบครัวพอใช้ (ร้อยละ 51.1) พนักงานส่วนใหญ่มีรายจ่ายที่ต้องเลี้ยงดูสมาชิก ในครอบครัว 5,000 – 10,000 บาท (ร้อยละ 47.1) และมีภาระที่ต้องเลี้ยงดูคนในครอบครัว ไม่เกิน 3 (ร้อยละ 83.0) พนักงานส่วนใหญ่ มีสภาพเศรษฐกิจและสังคมในปัจจุบันมีผลกระทบต่อการทำงาน (ร้อยละ 77.5) และมีบุคคลในครอบครัวมีส่วนร่วมรับรู้ความกังวลใจเมื่อปฏิบัติงาน (ร้อยละ 61.5) มีคนในครอบครัวคอยให้กำลังใจ (ร้อยละ 77.9)

พนักงานส่วนใหญ่ทำงานสภาพแวดล้อมการทำงาน ที่มีแสงสว่างเพียงพอ (ร้อยละ 95.0) มีเสียงดัง (ร้อยละ 62.6) และอากาศ ร้อน (ร้อยละ 57.1) มีการระบายอากาศ ดี (ร้อยละ 57.0) และสัมผัสฝุ่นมาก (ร้อยละ 87.6)

พนักงานส่วนใหญ่เป็นลูกจ้างประจำ (ร้อยละ 73.5) และมีระยะเวลาในการปฏิบัติงานมากกว่า 8 ชั่วโมงต่อวัน (ร้อยละ 67.6) ส่วนใหญ่ทำงานทั้งวัน (ร้อยละ 88.5) รองลงมาทำงานเป็นกะ (เช้า / บ่าย / ดึก) และพบว่าความคิดเห็นของพนักงานส่วนใหญ่ทำงานไม่มีความเสี่ยงต่อสุขภาพ (ร้อยละ 55.7) ส่วนใหญ่หัวหน้ามอบหมายงานตรงกับความรู้ความสามารถ (ร้อยละ 85.0) พนักงานส่วนใหญ่คิดว่าไม่มีโอกาสก้าวหน้าในอาชีพ(ร้อยละ 62.4) การมีโอกาสได้เข้าร่วมประชุมฝึกอบรมพัฒนาตนเอง (ร้อยละ 70.3) พนักงานส่วนใหญ่มีหัวหน้าส่งเสริมการพัฒนา (ร้อยละ 59.9) มีเพื่อนร่วมงานให้ความช่วยเหลือ (ร้อยละ 89.0) และส่วนใหญ่มีบัตรประกันสังคม (ร้อยละ 97.4) สถานพยาบาลในโรงงานให้ความสะดวกในด้านการรักษาเมื่อป่วยอยู่ในระดับพอใช้ (ร้อยละ 46.8) และระดับดี (ร้อยละ 41.1)

ความเครียด

พบว่า พนักงาน มีความเครียดโดยรวมอยู่ในเกณฑ์ปกติ(ร้อยละ 71.3) และมีความเครียดโดยรวมที่อยู่ในเกณฑ์เกินปกติ (ร้อยละ 28.7) โดยแบ่งเป็นกลุ่มที่มีความเครียด เกินปกติน้อย (ร้อยละ 23.3) ที่มีความเครียดเกินปกติมาก (ร้อยละ 3.0) และที่มีความเครียดเกินปกติปานกลาง ร้อยละ 2.4

คุณภาพชีวิต

พบว่า พนักงานมีคุณภาพชีวิตโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 79.8 รองลงมาคือ มีคุณภาพชีวิตโดยรวมอยู่ในระดับดี ร้อยละ 19.8 และมีคุณภาพชีวิตโดยรวมอยู่ในระดับไม่ดี ร้อยละ 0.4

เมื่อวิเคราะห์ในรายละเอียด พบว่า ด้านร่างกาย มีคุณภาพชีวิตอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 62.6 รองลงมาคือ มีคุณภาพชีวิตด้านร่างกายอยู่ในระดับดี ร้อยละ 36.8 และที่มีคุณภาพชีวิตด้านร่างกายอยู่ในระดับไม่ดีร้อยละ 0.5

ด้านสุขภาพจิต พบว่าพนักงานส่วนใหญ่ มีคุณภาพชีวิตอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 54.3 รองลงมาคือมีคุณภาพชีวิตอยู่ในระดับดี ร้อยละ 44.4 และมีคุณภาพชีวิตด้านสุขภาพจิต อยู่ในระดับไม่ดี ร้อยละ 1.3

ด้านสังคม พบว่าพนักงานส่วนใหญ่ มีคุณภาพชีวิตอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 75.0 รองลงมาคือมีคุณภาพชีวิตอยู่ในระดับดี ร้อยละ 13.3 และที่มีคุณภาพชีวิตอยู่ในระดับไม่ดี ร้อยละ 11.6

ด้านสิ่งแวดล้อม พบว่า พนักงานส่วนใหญ่มีคุณภาพชีวิตอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 89.6 รองลงมาคือ มีคุณภาพชีวิตอยู่ในระดับดี ร้อยละ 6.1 และคุณภาพชีวิต ในระดับไม่ดี ร้อยละ 4.3

ความสัมพันธ์ของความเครียดกับปัจจัยต่างๆ

ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์เชิงบวก กับความเครียด ของพนักงานอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ประกอบด้วย, ลักษณะที่พัก, จำนวนสมาชิกในครอบครัว, จำนวนคนที่ต้องเลี้ยงดู, ด้านสิ่งแวดล้อม ได้แก่ ความร้อน, ทำงานเสี่ยงต่อสุขภาพ, ลักษณะการจ้างงาน,

ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์เชิงผกผันกับความเครียด ของพนักงานอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ประกอบด้วย สถานะทางการเงินของครอบครัว แรงสนับสนุนจากครอบครัว การยอมรับของหัวหน้า แรงสนับสนุนจากเพื่อน

ความสัมพันธ์ของคุณภาพชีวิตกับปัจจัยต่างๆ

ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับคุณภาพชีวิตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ของพนักงาน ประกอบด้วย อายุ รายได้ต่อเดือน, ระดับการศึกษา สถานะทางการเงินของครอบครัว ระยะเวลาทำงาน (ปี) ตำแหน่ง แรงสนับสนุนจากครอบครัว บุคคลในครอบครัวรับรู้ความกังวลใจ ความก้าวหน้าในอาชีพ หัวหน้ายอมรับ แรงสนับสนุนจากหัวหน้า และ เพื่อน

ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์เชิงผกผันกับคุณภาพชีวิตของพนักงาน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ประกอบด้วย จำนวนคนที่ต้องเลี้ยงดู ลักษณะที่พัก ระยะเวลาทำงานแต่ละวัน(ชม.ต่อ วัน) ลักษณะการทำงานเป็น (กะ / ทำงานทั้งวัน) สิ่งแวดล้อม (เสียง และ ฝุ่น)

อภิปรายผลการศึกษา

จากการศึกษาและวิเคราะห์ข้อมูล มีประเด็นที่สำคัญดังนี้

การตอบกลับแบบสอบถาม

จากอัตราการตอบกลับของแบบสอบถามพบว่าโดยส่วนใหญ่ 2 โรงงาน (เขต คลองตัน และ เขต บางคอแหลม) มีอัตราการตอบกลับค่อนข้างสูง คือมากกว่า ร้อยละ 90 ขึ้นไป แต่จะพบว่าโรงงานในเขตบางขุนเทียน มีอัตราการตอบกลับค่อนข้างต่ำ คือร้อยละ 64.5 เนื่องจากฝ่าย

บุคคล และพนักงานให้ความร่วมมือน้อยในการเก็บข้อมูล ติดตามแบบสอบถามกลับคืนมาจากพนักงาน แต่ คาดว่าไม่เป็นปัญหา เพราะประชากรที่สุ่มมาทั้ง 3 โรงงานนั้น มีคุณลักษณะทางด้านประชากรคล้ายกัน และมีมาตรฐานจากกรมโรงงานอุตสาหกรรมเดียวกัน และมี อัตราการตอบกลับโดยรวมทั้ง 3 โรงงานค่อนข้างสูงคือร้อยละ 81.0

ความชุกของความเครียด

จากงานวิจัยนี้ พบว่า พนักงานโรงงานมีความเครียดโดยรวมที่อยู่ในเกณฑ์เกินปกติ คิดเป็นร้อยละ 28.7 โดยแบ่งออกเป็น ผู้ที่มีความเครียดเกินปกติน้อย ร้อยละ 23.3 รองลงมาเป็นพนักงานที่มีความเครียดเกินปกติมาก ร้อยละ 3.0

คุณภาพชีวิต

จากงานวิจัยนี้ พบว่า พนักงานโรงงานมีคุณภาพชีวิต โดยรวมอยู่ในระดับดีร้อยละ 19.8

ระดับความเครียดและปัจจัยที่เกี่ยวข้อง

การศึกษานี้ พบว่า พนักงานมีความเครียดโดยรวมที่อยู่ในเกณฑ์เกินปกติ ร้อยละ 28.7 มีความเครียดเกินปกติมาก ร้อยละ 3.0 ซึ่งใกล้เคียงกับผลการศึกษาของ ณัฐกานต์ หัตถพันธ์ (19) ที่ศึกษาความเครียดในคนงานโรงงานอุตสาหกรรม สมุทรปราการพบระดับความเครียดสูง ร้อยละ 6.19 และการศึกษาของ จุฑาธิป วัชรานนท์(18)ที่พบระดับความเครียดสูงในคนงานสตรีโรงงานอุตสาหกรรมตัดเย็บเสื้อผ้า นนทบุรี ร้อยละ 2.4

ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้พบว่าสถานะการเงินของครอบครัว และ จำนวนภาระเลี้ยงดูสมาชิกมีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับระดับความเครียดของพนักงาน สอดคล้องกับการศึกษาของ อารยะ คงมนต์(20) ที่ศึกษาใน พนักงาน โรงงานอุตสาหกรรม ผลิตเสื้อผ้าสำเร็จรูป กรุงเทพมหานคร และการศึกษาของ ณัฐกานต์ หัตถพันธ์(19) ที่ศึกษาความเครียดในคนงานโรงงานอุตสาหกรรม สมุทรปราการ เนื่องจาก ภาระทางเศรษฐกิจจะก่อให้เกิดความเครียดได้ง่าย

ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้พบว่า, การยอมรับของหัวหน้า ,แรงสนับสนุนจากเพื่อนมีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับระดับความเครียดของพนักงาน สอดคล้องกับการศึกษาของ อารยะ คงมนต์(20) ที่ศึกษาใน พนักงาน โรงงานอุตสาหกรรม ผลิตเสื้อผ้าสำเร็จรูป กรุงเทพมหานคร และการศึกษาของ ณัฐกานต์ หัตถพันธ์(19) ที่ศึกษาความเครียดในคนงานโรงงานอุตสาหกรรม สมุทรปราการ เนื่องจาก ทำงานอย่างมีความสุข สนุกกับการทำงานมากกว่า จึงทำให้เครียดน้อยกว่า

ด้านสิ่งแวดล้อม ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้พบว่าสภาพแวดล้อมนอกจากเรื่องของความร้อนแล้วพบว่าปัจจัยอื่น ๆ ไม่มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับระดับความเครียดของ

พนักงาน การศึกษาของ ณัฐกานต์ หัตถพันธ์(19) ที่ศึกษาความเครียดในคนงานโรงงานอุตสาหกรรม สมุทรปราการ แต่ไม่สอดคล้องกับการศึกษาของ มารยาท เจริญสุขโสภณ(43) ที่พบว่าปัจจัยด้านกายภาพ เช่น สิ่งแวดล้อมด้านเคมี ชีวะ ฟิสิกส์ สามารถทำให้เกิดความเครียดทางจิตใจแก่คนงานในโรงงานอุตสาหกรรมได้

คุณภาพชีวิตและปัจจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ พบว่า พนักงานส่วนใหญ่มีคุณภาพชีวิตโดยรวมอยู่ในระดับปานกลางจำนวน 946 คน คิดเป็นร้อยละ 79.8 สอดคล้องกับการศึกษา ของ สกล ลิขิตภูมิ(44) ที่ศึกษาใน บุคลากรสาธารณสุข สังกัดสาธารณสุขจังหวัด หรือ อำเภอ พบว่าส่วนใหญ่มีคุณภาพชีวิตระดับปานกลาง ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาของ สุพจน์ แก้วจรัสฉายแสง(45) และคณะ

ในการวิจัยครั้งนี้พบว่า อายุ ระดับการศึกษา รายได้ สถานะทางการเงินของครอบครัว มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับคุณภาพชีวิต ซึ่งแตกต่างจากการศึกษาของ สกล ลิขิตภูมิ(44) ที่ศึกษาใน บุคลากรสาธารณสุข สังกัดสาธารณสุขจังหวัด หรือ อำเภอ อาจเนื่องจากรายได้ ขึ้นอยู่กับ อายุ และ ระดับการศึกษา ซึ่งปัจจัยทางด้านเศรษฐกิจมีผลต่อคุณภาพชีวิตส่วนหนึ่ง

ในการวิจัยครั้งนี้พบว่า ลักษณะที่พัก มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับคุณภาพชีวิต ซึ่งสอดคล้องจากการศึกษาของ สกล ลิขิตภูมิ(44) ที่ศึกษาใน บุคลากรสาธารณสุข สังกัดสาธารณสุขจังหวัด หรือ อำเภอ ที่พบว่า ผู้อยู่อาศัยในบ้านพักของตนเองมีคุณภาพชีวิตดีกว่า

ในการวิจัยครั้งนี้พบว่า ตำแหน่งหน้าที่ , แรงสนับสนุนในครอบครัว , ความก้าวหน้าในอาชีพ มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับ คุณภาพชีวิต ซึ่งสอดคล้องการศึกษาของ สกล ลิขิตภูมิ(44) ที่ศึกษาใน บุคลากรสาธารณสุข สังกัดสาธารณสุขจังหวัด หรือ อำเภอ อาจเนื่องจก ในการทำงานมีโอกาสก้าวหน้า หรือตำแหน่งหน้าที่ที่สูงขึ้น ย่อมเอื้อให้มีปัจจัยทางด้านสังคม เศรษฐกิจดีขึ้น คุณภาพชีวิตย่อมดีขึ้น

ในการวิจัยครั้งนี้พบว่า สถานที่ทำงาน,สภาพแวดล้อม เช่น เสียง ฝุ่น มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ สกล ลิขิตภูมิ(44) ที่ศึกษาใน บุคลากรสาธารณสุข สังกัดสาธารณสุขจังหวัด และ อำเภอ

ในการวิจัยครั้งนี้พบว่า เพศ ไม่มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ สกล ลิขิตภูมิ(44) ที่ศึกษาใน บุคลากรสาธารณสุข สังกัดสาธารณสุข จังหวัด หรือ อำเภอ และ สุพจน์ แก้วจรัสฉายแสง(45)

ในการวิจัยครั้งนี้พบว่า สถานภาพสมรสไม่มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับ คุณภาพชีวิตซึ่งแตกต่างจากการศึกษาของ สกล ลิขิตภูมิ(44) ที่ศึกษาใน บุคลากรสาธารณสุข สังกัดสาธารณสุขจังหวัด หรือ อำเภอ และ สมหวัง พิธิยานุวัฒน์และคณะ(48) ที่พบว่าสถานภาพสมรสคู่ หรือ โสด มีคุณภาพชีวิตที่ดีกว่าสถานภาพสมรส ม่าย หย่า แยก ทั้งนี้เนื่องจากผู้ที่มีชีวิตคู่เมื่อมีความเครียดสามารถมีคนที่มีส่วนช่วยระบายความรู้สึกพร้อมรับรู้อุณหภูมิและทุกข์ร่วมกันเป็นปียะมิตรเพื่อนที่รักกันปรารถนาดีต่อกันมีความรักความเอื้ออาทรห่วงใยซึ่งกันและกัน เป็นความอบอุ่นทางใจที่มีให้กันทำให้ ไม่รู้สึกโดดเดี่ยวเดียวดายท่ามกลางผู้คนมากมาย บุคคลนั้น จึงเป็นคนที่มีความสุขจิตใจที่ตีมองโลกในแง่ดี พร้อมทั้งจะเผชิญชีวิตอยู่ในโลกนี้ ต่อสู้กับอุปสรรคต่างๆ ในชีวิตสามารถไขปัญหาต่างๆได้อย่างมีเหตุมีผล มีคุณภาพชีวิตที่ดีตลอดชีวิต

ข้อเสนอแนะจากผลการวิจัย

1. ผู้ประกอบการควรมีการดูแลสุขภาพ การทำงานและสิ่งแวดล้อมในการทำงานให้เหมาะสมกับพนักงานทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ เช่น ความร้อน แสง เสียง ฝุ่น ให้อยู่ในขีดมาตรฐานความปลอดภัย ต่อพนักงานผู้ใช้แรงงานให้ความรู้ในเรื่องความปลอดภัยในการทำงานการป้องกันอุบัติเหตุที่อาจเกิดในขณะปฏิบัติงาน
2. จัดให้มีการพัฒนาความก้าวหน้าในสายงานอาชีพ เพื่อให้พนักงานได้ทราบถึง โอกาสความก้าวหน้าในหน้าที่การทำงานของตน
3. ผู้ประกอบการควรให้ความสนใจและตระหนักถึงความสำคัญของการสนับสนุนทางสังคม และส่งเสริมให้พนักงานได้รับการสนับสนุนทางสังคมโดยเฉพาะจากหัวหน้างานและเพื่อนร่วมงาน
4. จัดให้มีสวัสดิการต่างให้กับพนักงาน เช่นมีรถรับส่งพนักงานมีห้องพักให้เช่า เพื่อลดภาระค่าใช้จ่าย ซึ่งเป็นการลดความเครียด และเพิ่มคุณภาพชีวิตของพนักงาน
5. พนักงานที่มีความเครียดเกินปกติ ทางโรงงานควรมีการดูแลสุขภาพหรือมีแพทย์หรือพยาบาลเป็นที่ปรึกษาให้คำแนะนำ

6. ควรมีการปรับปรุงสาธารณูปโภคต่างๆ ได้แก่ โรงอาหาร อาหารที่ขายต้องสะอาด ปลอดภัย ถูกสุขลักษณะ ห้องน้ำสะอาด และเพียงพอกับจำนวนพนักงาน จุดบริการน้ำดื่ม พื้นที่พักผ่อน

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการศึกษาเรื่องความเครียด ,คุณภาพชีวิตกับประสิทธิภาพในการทำงาน
2. ควรศึกษาเปรียบเทียบความเครียด , คุณภาพชีวิต เพื่อทราบระดับความเครียด,คุณภาพชีวิต และในรูปแบบของการติดตามประเมินผลเพื่อทำการเปรียบเทียบระดับความเครียดในช่วงระยะเวลาที่เปลี่ยนไป
3. ควรมีการศึกษากลวิธีในการจัดการขจัดความเครียดที่เหมาะสมกับปัญหานั้นๆ
4. ควรมีการศึกษาระดับปัจจัยสิ่งแวดล้อมของโรงงานที่มีผลกระทบต่อความเครียด และคุณภาพชีวิตของพนักงาน

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย