

ปัจจัยทำนายระดับความเครียดของผู้ประกอบอาชีพค้าขายในเขตเทศบาลตำบลจอมบึง อำเภอจอมบึง จังหวัดราชบุรี

Factors Associated with the Stress of Merchants in ChomBueng Sub-district Municipality, Chom Bueng District, Ratchaburi Province

อมรดา รงค์ทอง^{1*} จันทรจิรา สุพรรณชาติ² อนันตชัย ขันเงิน³

Amonrada Rongthong¹ Janjira Supannachai² Anantachai Khanngoen³

¹สาขาวิชาอาชีวอนามัยและความปลอดภัย คณะเทคโนโลยีอุตสาหกรรม มหาวิทยาลัยราชภัฏหมู่บ้านจอมบึง

¹Instructor, Occupational Health and Safety, Faculty of Industrial Technology,

Muban Chombueng Rajabhat University

^{2,3}นักศึกษาหลักสูตรวิทยาศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาอาชีวอนามัยและความปลอดภัย มหาวิทยาลัยราชภัฏหมู่บ้านจอมบึง

^{2,3}Students, Occupational Health and Safety, Faculty of Industrial Technology,

Muban Chombueng Rajabhat University

E-mail: amonradaron@mcru.ac.th; โทรศัพท์มือถือ : 082-2260229

Received: 15 July 2021

Revised: 07 April 2022

Accepted: 19 April 2022

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงพรรณนาภาคตัดขวาง มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาระดับความเครียดและปัจจัยทำนายระดับความเครียดของผู้ประกอบอาชีพค้าขายในเขตเทศบาลตำบลจอมบึง อำเภอจอมบึง จังหวัดราชบุรี กลุ่มตัวอย่างคือประชาชนที่ประกอบอาชีพค้าขายในเขตเทศบาลตำบลจอมบึง อำเภอจอมบึง จังหวัดราชบุรี ที่มีอายุไม่ต่ำกว่า 20 ปี และมีใบอนุญาตจำหน่ายสินค้าจำนวน 49 คน ใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถาม สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน วิเคราะห์ความสัมพันธ์ทางสถิติโดยใช้สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สัน และสถิติสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อันดับและสถิติถดถอยเชิงพหุคูณแบบขั้นตอน

ผลการวิจัย พบว่า 1) ระดับความเครียดของผู้ประกอบอาชีพค้าขายในเขตเทศบาลตำบลจอมบึงโดยรวมมีระดับความเครียดน้อยร้อยละ 69.4 และ 2) ปัจจัยทำนายระดับความเครียดของผู้ประกอบอาชีพค้าขาย ได้แก่ การจัดการความเครียดด้านการแก้ไขปัญหาที่สามารถทำนายระดับความเครียดของผู้ประกอบอาชีพค้าขายได้ร้อยละ 30.1 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ผลการวิจัยนี้สามารถเป็นประโยชน์ในการวางแผนและพัฒนาการจัดการความเครียดให้แก่ประชาชนผู้ประกอบการค้าขายในเขตเทศบาลตำบลจอมบึง อำเภอจอมบึง จังหวัดราชบุรี ได้อย่างเหมาะสม และมีประสิทธิภาพต่อไป

คำสำคัญ : ความเครียด/ ผู้ประกอบการค้าขาย/ การจัดการความเครียด/ การสนับสนุนทางสังคม

Abstract

The purpose of this cross-sectional descriptive study was to investigate the stress levels and factors predicting the stress levels of merchants in ChomBueng Sub-district Municipality, ChomBueng District, Ratchaburi Province. A total of 49 merchants who were at least 20 years old and in possession of a product-selling license were obtained as a sampling group using purposive sampling. Data were collected by using questionnaires. The statistics employed in the data analysis were frequency, percentage, mean, and standard deviation, and the Pearson's correlation coefficient, Eta coefficient, and stepwise multiple regression were used to analyze the statistical correlation.

The results revealed that the stress levels of merchants in ChomBueng Sub-district Municipality were at a low level, representing 69.4%. The significant factor predictor of the stress levels was stress management regarding preproblem-solving, which was able to predict the stress levels of the merchants by 30.1% with a significant level of 0.05. The findings of this study can assist with the appropriate and efficient planning and development of stress management for the merchants in ChomBueng Sub-district Municipality, ChomBueng District, Ratchaburi Province.

Keywords: Stress/Merchants / Stress management / Social support

บทนำ

ในโลกปัจจุบันมีความเปลี่ยนแปลงและก้าวหน้าอย่างรวดเร็วทั้งด้านเศรษฐกิจ สังคม สุขภาพและเทคโนโลยีที่มีการพัฒนาอย่างไม่มีที่สิ้นสุด ทำให้คนต้องเผชิญกับการแข่งขัน ความกดดัน จากสภาพแวดล้อมที่มีการเปลี่ยนแปลงเพื่อที่จะสามารถดำรงอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุขและ สิ่งเหล่านี้ทำให้เกิดความเครียดสะสม ทำให้บุคคลตกอยู่ในสภาวะความเครียดจนนำไปสู่สภาวะ ที่จิตผิดปกติได้และหากมีวิธีการในการเผชิญความเครียดที่ไม่เหมาะสมอาจก่อให้เกิดโทษทั้งทาง ร่างกายและจิตใจ ส่งผลกระทบต่อตนเอง ครอบครัว และประเทศชาติได้ (สุทธนันท์ กัลป์กะ. 2557, หน้า 290)

แนวโน้มเศรษฐกิจของประเทศไทยตั้งแต่ปีพ.ศ. 2561-2563 มีแนวโน้มค่าผลิตภัณฑ์ มวลรวมของประเทศต่ำลงทุกปี (สำนักงานสภาพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. 2563, หน้า 6) ส่งผลกระทบต่อคนไทยที่ต้องเผชิญกับการแข่งขันและสภาพสังคมที่เปลี่ยนแปลงไป จึงก่อให้เกิดความเครียดในรูปแบบของการทำงานและการดำเนินชีวิต ผลที่ได้จากการสำรวจคะแนน สุขภาพและความเป็นอยู่ในปี พ.ศ.2562 พบว่า ปัญหาความเครียดที่เกิดจากการทำงานเป็นปัญหา ที่ส่งผลกระทบรุนแรงมากขึ้นและมีอัตราการเพิ่มขึ้นเป็นวงกว้างอย่างรวดเร็วในประเทศไทย โดยเฉพาะอย่างยิ่งในกลุ่มวัยทำงาน ผลการสำรวจพบว่า การเกิดความเครียดสะสมเรื้อรังส่งผลกระทบต่อ ประสิทธิภาพในการทำงานและการใช้ชีวิตร่วมกันในสังคม และจากการศึกษางานวิจัยเกี่ยวกับ พฤติกรรมการเข้ารับบริการในสถานพยาบาลของผู้ที่มีปัญหาสุขภาพจิตซึ่งเป็นผลจากความเครียด พบว่า ผู้เข้ารับบริการมีปัญหาสุขภาพทางร่างกายซึ่งมีผลมาจากความเครียด และส่งผลต่อค่าใช้จ่าย ในการรักษาพยาบาลที่เพิ่มสูงขึ้น (กรมสุขภาพจิต. 2559, หน้า 7) รวมถึงค่าสถิติการตายที่ผิด ธรรมชาติของคนไทยที่มีสาเหตุมาจากการฆ่าตัวตายจากความเครียดเป็นอันดับ 2 รองจากอุบัติเหตุ และในแต่ละปีคนไทยฆ่าตัวตายสำเร็จปีละ 4,000 คน (กรมสุขภาพจิต. 2559, หน้า 28)

จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องพบว่า แต่ละอาชีพที่มีลักษณะงานแตกต่างกัน ส่งผลกระทบต่อระดับความเครียดที่ต่างกัน และในหลาย ๆ อาชีพก่อให้เกิดความเครียดสูงโดยเฉพาะ อย่างยิ่งในอาชีพค้าขาย จากผลการสำรวจความคิดเห็นของประชาชนทั่วประเทศในปี พ.ศ. 2557 ที่ทำการสำรวจเกี่ยวกับความเครียดในประชาชนทั่วไปโดยใช้แบบสอบถาม ผลการศึกษาพบว่า ภาพรวมของประชาชนไทย ร้อยละ 18 มีความเครียดมากถึงมากที่สุดและกลุ่มอาชีพค้าขายเป็น กลุ่มอาชีพที่มีความเครียดมากถึงมากที่สุดเป็นอันดับ 2 คิดเป็นร้อยละ 21.2 รองจากอาชีพเจ้าของ ธุรกิจ (ศูนย์วิจัยมหาวิทยาลัยกรุงเทพ. 2557)

เทศบาลตำบลจอมบึง อำเภอจอมบึง จังหวัดราชบุรี เป็นพื้นที่ที่ประชากรมีการประกอบ ค้าขายซึ่งเป็นอาชีพหลักที่กระตุ้นเศรษฐกิจให้กับเทศบาลตำบลจอมบึง เนื่องจากมีประชากรนักเรียน

และนักศึกษาจำนวนมากที่ศึกษาในสถาบันอุดมศึกษา โรงเรียนระดับมัธยมศึกษา และโรงเรียนระดับประถมศึกษา ซึ่งเป็นตัวแปรสำคัญในการขับเคลื่อนเศรษฐกิจในเขตเทศบาลตำบลจอมบึง (สำนักงานเทศบาลตำบลจอมบึง. 2563)

จากความเป็นมาและความสำคัญของปัญหาพบว่า ความเครียดจากการทำงานสามารถก่อให้เกิดผลกระทบทั้งต่อร่างกายและจิตใจ จึงมีความจำเป็นอย่างยิ่งในการดำเนินการวิจัยเพื่อหาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์และปัจจัยทำนายระดับความเครียดของผู้ประกอบอาชีพค้าขายในพื้นที่เทศบาลตำบลจอมบึง อำเภอจอมบึง จังหวัดราชบุรี ซึ่งเป็นพื้นที่ที่ยังไม่มีการศึกษาเรื่องความเครียดของผู้ประกอบอาชีพค้าขายมาก่อน คณะผู้วิจัยจึงสนใจดำเนินการศึกษาระดับความเครียดและปัจจัยทำนายระดับความเครียดของผู้ประกอบอาชีพค้าขายโดยใช้เครื่องมือคือแบบทดสอบความเครียดด้วยการให้บุคคลรายงานเกี่ยวกับตนเอง (self-report) ซึ่งเป็นแบบประเมินความเครียดที่จัดทำขึ้นโดยกรมสุขภาพจิตร่วมกับแบบสอบถามที่คณะผู้วิจัยพัฒนาขึ้นจากการศึกษาทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อนำเสนอผลการวิจัยให้แก่หน่วยงานที่เกี่ยวข้องสำหรับเป็นข้อมูลในการวางแผนและพัฒนากิจการความเครียดให้แก่ประชาชนผู้ประกอบอาชีพค้าขายในเขตเทศบาลตำบลจอมบึงได้อย่างเหมาะสมและมีประสิทธิภาพต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับความเครียดของผู้ประกอบอาชีพค้าขายในเขตเทศบาลตำบลจอมบึง อำเภอจอมบึง จังหวัดราชบุรี
2. เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับระดับความเครียดของผู้ประกอบอาชีพค้าขายในเขตเทศบาลตำบลจอมบึง อำเภอจอมบึง จังหวัดราชบุรี
3. เพื่อศึกษาปัจจัยทำนายระดับความเครียดของผู้ประกอบอาชีพค้าขายในเขตเทศบาลตำบลจอมบึง อำเภอจอมบึง จังหวัดราชบุรี

ขอบเขตการวิจัย

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย คือประชาชนที่ประกอบอาชีพค้าขาย และมีใบอนุญาตจำหน่ายสินค้าในเขตเทศบาลตำบลจอมบึง อำเภอจอมบึง จังหวัดราชบุรี จำนวน 51 คน (สำนักงานเทศบาลตำบลจอมบึง. 2563)

กลุ่มตัวอย่าง คือประชาชนทุกคนที่ประกอบอาชีพค้าขายในเขตเทศบาลตำบลจอมบึง อำเภอจอมบึงจังหวัดราชบุรีที่มีอายุไม่ต่ำกว่า 20 ปี และมีใบอนุญาตจำหน่ายสินค้าที่มีความสนใจ

และยินดีเข้าร่วมการวิจัยทั้งหมด 49 คน โดยคำนวณขนาดของกลุ่มตัวอย่างจากตารางสำเร็จรูปของเครซีและมอร์แกน (Krejcie and Morgan) กำหนดตัวอย่างที่ระดับนัยสำคัญ 0.05 (พิม ศรีทองคำ. 2557, หน้า 31)

2. ตัวแปรที่ศึกษา

2.1 ตัวแปรต้น ได้แก่ ปัจจัยส่วนบุคคล สาเหตุของความเครียด การจัดการความเครียด

2.2 ตัวแปรตาม ได้แก่ ระดับของความเครียดของผู้ประกอบอาชีพค้าขาย

วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาในครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงพรรณนาแบบภาคตัดขวาง (Cross-sectional descriptive research) เก็บรวบรวมข้อมูลจากผู้ประกอบอาชีพค้าขายในเขตเทศบาลตำบลจอมบึง อำเภोजอมบึง จังหวัดราชบุรี ด้วยแบบสอบถามที่คณะผู้วิจัยพัฒนาและสร้างขึ้นจากการศึกษาทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องโดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาระดับความเครียดปัจจัยที่มีความสัมพันธ์และปัจจัยทำนายระดับความเครียดของผู้ประกอบอาชีพค้าขายในเขตเทศบาลตำบลจอมบึง อำเภोजอมบึง จังหวัดราชบุรี

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลคือแบบสอบถามที่คณะผู้วิจัยได้พัฒนาขึ้นจากการศึกษาทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องประกอบด้วย 4 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลเกี่ยวกับปัจจัยส่วนบุคคล จำนวน 8 ข้อ

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามเกี่ยวกับสาเหตุของความเครียด สร้างและพัฒนาขึ้นจากการทบทวนตำรา เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง จำนวน 8 ข้อ การแปลผลประยุกต์จากสูตรคำนวณความกว้างของอันตรภาคชั้น โดยแบ่งเป็น 3 ระดับ คือระดับมาก ปานกลาง และน้อย (อุทุมพร เมืองมานา. 2553, หน้า 31)

ส่วนที่ 3 แบบสอบถามเกี่ยวกับการจัดการความเครียด สร้างและพัฒนาขึ้นจากการทบทวนตำราเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง จำนวน 8 ข้อ การแปลผลประยุกต์จากสูตรคำนวณความกว้างของอันตรภาคชั้น โดยแบ่งเป็น 3 ระดับ คือระดับมาก ปานกลาง และน้อย (อุทุมพร เมืองมานา. 2553, หน้า 31)

ส่วนที่ 4 แบบวัดความเครียด ST-5 ซึ่งเป็นเครื่องมือที่พัฒนาขึ้นโดยกรมสุขภาพจิตสำหรับใช้ในการวิเคราะห์หาระดับความเครียดสำหรับประชาชนไทย ซึ่งเป็นคำถามเกี่ยวกับอาการพฤติกรรมหรือความรู้สึกในระยะเวลา 2-4 สัปดาห์ที่ผ่านมา จำนวน 5 ข้อ การแปลผลแบ่งออกเป็น 4 ระดับ คือระดับความเครียดน้อย ปานกลาง มาก และมากที่สุด (กรมสุขภาพจิต. 2558, หน้า 9)

การเก็บรวบรวมข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ ใช้การเก็บรวบรวมข้อมูลแบบปฐมภูมิ (Primary Data) โดยคณะผู้วิจัยเป็นผู้รวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง โดยใช้แบบสอบถามที่คณะผู้วิจัยได้พัฒนาขึ้น จากการศึกษาแนวคิดทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง โดยมีขั้นตอนการเก็บรวบรวมข้อมูล ดังนี้

1. คณะผู้วิจัยได้ทำหนังสือขอความอนุเคราะห์สำนักงานเทศบาลตำบลจอมบึง อำเภोजอมบึง จังหวัดราชบุรี เพื่อขอข้อมูลและขออนุญาตเก็บรวบรวมข้อมูล โดยคณะผู้วิจัยได้ทำการชี้แจงขอบเขต วัตถุประสงค์ ขั้นตอนการรวบรวมข้อมูล และขอการอนุมัติในการเก็บข้อมูลในพื้นที่

2. คณะผู้วิจัยตรวจสอบรายชื่อกลุ่มตัวอย่างจากฐานข้อมูลผู้ที่ประกอบอาชีพค้าขายใน เทศบาลตำบลจอมบึง ที่ได้จากเทศบาลตำบลจอมบึง แล้วจึงทำการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างตามเกณฑ์ ที่กำหนดไว้

3. เก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่าง โดยก่อนการเริ่มเก็บข้อมูลคณะผู้วิจัยได้แนะนำตัว และชี้แจงให้กลุ่มตัวอย่างทราบถึงขอบเขต วัตถุประสงค์ และอธิบายให้ทราบถึงสิทธิในการเข้าร่วม การวิจัย

4. เมื่อกลุ่มตัวอย่างยินยอมเข้าร่วมวิจัย คณะผู้วิจัยจึงดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลจาก กลุ่มตัวอย่างเป็นจำนวนทั้งหมด 49 คน

5. ตรวจสอบความถูกต้องและครบถ้วนของข้อมูลและคำตอบ เพื่อให้ได้แบบสอบถาม ที่สมบูรณ์สำหรับนำมาตรวจสอบให้คะแนนตามเกณฑ์ที่กำหนด หลังจากนั้นลง ID ชื่อของกลุ่มตัวอย่าง และนำไปวิเคราะห์ด้วยโปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูปทางสถิติ

การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้คณะผู้วิจัยได้วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS for windows และวิเคราะห์ปัจจัยส่วนบุคคล โดยใช้สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive statistic) ประกอบด้วย ค่าความถี่ (Frequency) ค่าร้อยละ (Percentage) ค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard deviation) และวิเคราะห์ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความเครียดของผู้ประกอบอาชีพ ค้าขายในเขตเทศบาลตำบลจอมบึง อำเภोजอมบึง จังหวัดราชบุรี โดยใช้สถิติค่าสัมประสิทธิ์ สหสัมพันธ์เพียร์สัน (Pearson's Product Moment Correlation) และสถิติสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ อีตต้า (Eta Coefficient) และวิเคราะห์ความสามารถในการทำนาย โดยใช้สถิติการวิเคราะห์ถดถอย เชิงพหุคูณแบบขั้นตอน (Stepwise Multiple Regression Analysis) กำหนดระดับนัยสำคัญ ทางสถิติที่ 0.05

ผลการวิจัย

1. ปัจจัยส่วนบุคคล

กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ร้อยละ 69.4 อยู่ในช่วงอายุ 30-39 ปี ร้อยละ 30.6 มีอายุเฉลี่ย 41.39 ปี ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 12.824 ปี ส่วนใหญ่มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือนระหว่าง 5,001-10,000 บาท ร้อยละ 32.7 มีสถานภาพสมรสคู่ ร้อยละ 71.4 และประเภทสินค้าที่ขายมากที่สุดคืออาหารสด ร้อยละ 69.4 ส่วนใหญ่ประกอบอาชีพค้าขายมาเป็นระยะเวลา 1-5 ปี และ 6-10 ปี ร้อยละ 42.9 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.872 ปีกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีบุคคลที่ต้องรับผิดชอบดูแล ร้อยละ 81.6 และไม่มีปัญหาด้านสุขภาพ ร้อยละ 87.8

2. ระดับความเครียดของผู้ประกอบอาชีพค้าขายในเขตเทศบาลตำบลจอมบึง

ผู้ประกอบอาชีพค้าขายในเขตเทศบาลจอมบึง อำเภอจอมบึง จังหวัดราชบุรีโดยรวมมีระดับความเครียดน้อยร้อยละ 69.4 มีความเครียดระดับปานกลางร้อยละ 10.2 มีความเครียดระดับมากร้อยละ 12.2 และมีความเครียดระดับมากที่สุดร้อยละ 8.2

3. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับระดับความเครียดของผู้ประกอบอาชีพค้าขายในเขตเทศบาลตำบลจอมบึง

ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับระดับความเครียดของผู้ประกอบอาชีพค้าขายในเขตเทศบาลตำบลจอมบึง อำเภอจอมบึง จังหวัดราชบุรีอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ประกอบด้วย สาเหตุของความเครียดด้านสังคม ($r = 0.292$, $p\text{-value} = 0.05$) และการจัดการความเครียดด้านการสนับสนุนทางสังคม ($r = 0.289$, $p\text{-value} = 0.05$) ส่วนปัจจัยที่มีความสัมพันธ์เชิงลบกับระดับความเครียดของผู้ประกอบอาชีพค้าขาย ได้แก่ การจัดการความเครียดด้านการแก้ไขปัญหา ($r = -0.324$, $p\text{-value} = 0.05$) ในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ผลการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สันระหว่างปัจจัยสาเหตุของความเครียดด้านสังคม การจัดการความเครียดด้านการแก้ไขปัญหา และการจัดการความเครียดด้านการสนับสนุนทางสังคม กับระดับความเครียดของผู้ประกอบอาชีพค้าขาย ($n = 49$)

แรงจูงใจในการท่องเที่ยวภายในประเทศไทย	สูงสุด	ต่ำสุด	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
สิ่งดึงดูดใจ	1.00	5.00	4.03	0.656	ค่อนข้างสูง
การเข้าถึงที่พัก	1.00	5.00	3.96	0.725	ค่อนข้างสูง
กิจกรรม	1.00	5.00	4.10	0.672	ค่อนข้างสูง
สิ่งอำนวยความสะดวก	1.00	5.00	3.77	0.733	ค่อนข้างสูง
สิ่งอำนวยความสะดวก	1.00	5.00	4.05	0.707	ค่อนข้างสูง
การประชาสัมพันธ์และการต้อนรับ	1.00	5.00	4.05	0.707	ค่อนข้างสูง
การบริการ	1.00	5.00	3.79	0.708	ค่อนข้างสูง
ภาพรวม	1.00	5.00	4.03	0.693	ค่อนข้างสูง
	1.00	5.00	3.96	0.576	ค่อนข้างสูง

4. ปัจจัยที่สามารถทำนายระดับความเครียดของผู้ประกอบอาชีพค้าขายในเขตเทศบาลตำบลจอมบึง

ผลการศึกษาพบว่า ปัจจัยที่มีความสามารถในการทำนายระดับความเครียดของผู้ประกอบอาชีพค้าขาย ได้แก่ การจัดการความเครียดด้านการแก้ไขปัญหา ($\beta = -0.493$, $t = -3.205$, $p\text{-value} = 0.003$) สามารถทำนายระดับความเครียดของผู้ประกอบอาชีพค้าขายได้ร้อยละ 30.1 ส่วนปัจจัยสาเหตุของความเครียดด้านสังคม ($\beta = 0.296$, $t = 1.820$, $p\text{-value} = 0.08$) และปัจจัยการจัดการความเครียดด้านการสนับสนุนทางสังคม ($\beta = 0.258$, $t = 1.193$, $p\text{-value} = 0.13$) ไม่สามารถทำนายระดับความเครียดของผู้ประกอบอาชีพค้าขายในเทศบาลตำบลจอมบึง อำเภอจอมบึง จังหวัดราชบุรี ได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 (ตารางที่ 2)

ตารางที่ 2 ผลการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอน (Stepwise) ปัจจัยที่สามารถทำนายระดับความเครียดของผู้ประกอบอาชีพค้าขายในเทศบาลตำบลจอมบึง อำเภอจอมบึง จังหวัดราชบุรี ($n = 49$)

ปัจจัยทางชีวสังคม		แรงจูงใจในการท่องเที่ยวภายในประเทศไทย					เปรียบเทียบ รายคู่
		n	$\bar{x}$	S.D.	t/ F	p	
เพศ	1. ชาย	372	3.92	0.589	2.560	0.110	
	2. หญิง	675	3.99	0.567			
อายุ	1. 18 ปีหรือต่ำกว่า	27	3.98	0.600	0.909	0.436	
	2. 19 – 21 ปี	517	3.94	0.594			
	3. 22 – 24 ปี	458	3.98	0.549			
	4. 25 ปีหรือมากกว่า	45	4.07	0.614			
สถานภาพการสมรส	1. โสด	1,032	3.97	0.571	0.738	0.390	
	2. สมรส	15	3.90	0.859			
ระดับการศึกษา	1. ต่ำกว่าปริญญาตรี	159	3.92	0.605	2.336	0.097	
	2. ปริญญาตรี	878	3.97	0.570			
	3. สูงกว่าปริญญาตรี	10	4.32	0.534			
อาชีพ	1. นักเรียน/นักศึกษา	965	3.95	0.580	3.525*	0.015	4 > 1
	2. พนักงานบริษัทเอกชน	47	4.01	0.538			
	3. ข้าราชการ/พนักงานรัฐวิสาหกิจ	12	4.27	0.519			
	4. ธุรกิจส่วนตัว	23	4.26	0.328			
รายได้ของครอบครัวเฉลี่ยต่อเดือน	1. 20,000 บาทหรือต่ำกว่า	347	3.95	0.603	3.131*	0.025	2, 3 > 4
	2. 20,001 – 40,000 บาท	300	3.99	0.547			
	3. 40,001 – 60,000 บาท	201	4.04	0.535			
	4. 60,001 หรือมากกว่า	199	3.88	0.601			
ภูมิลำเนาของครอบครัว	1. กรุงเทพฯ/ปริมณฑล	401	3.94	0.604	1.092	0.365	
	2. ภาคกลาง	275	3.99	0.584			
	3. ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ	113	3.95	0.546			
	4. ภาคตะวันออก	76	3.93	0.534			
	5. ภาคเหนือ	63	3.89	0.504			
	6. ภาคตะวันตก	21	3.91	0.593			
	7. ภาคใต้	98	4.07	0.535			

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

สรุปผลการวิจัย

1. ระดับความเครียดของผู้ประกอบอาชีพค้าขายในเขตเทศบาลตำบลจอมบึง อำเภอจอมบึง จังหวัดราชบุรี โดยรวมมีระดับความเครียดน้อย ร้อยละ 69.4
2. สาเหตุความเครียดด้านสังคมและการจัดการความเครียดด้านการสนับสนุนทางสังคม มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับระดับความเครียดของผู้ประกอบอาชีพค้าขายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ($r = 0.292$), ($r = 0.289$)
3. การจัดการความเครียดด้านการแก้ไขปัญหาที่มีความสัมพันธ์เชิงลบและสามารถทำนายระดับความเครียดของผู้ประกอบอาชีพค้าขายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติระดับ 0.05 ($r = 0.289$)

อภิปรายผลการวิจัย

จากผลการศึกษาพบว่าระดับความเครียดของผู้ประกอบอาชีพค้าขายในเขตเทศบาลตำบลจอมบึง อำเภอจอมบึง จังหวัดราชบุรี โดยรวมมีระดับความเครียดน้อย ร้อยละ 69.4 สามารถอธิบายได้ว่ากลุ่มตัวอย่างที่ทำการศึกษได้ทำการค้าขายอยู่ในเขตพื้นที่ที่มีความเจริญทางด้านเศรษฐกิจในระดับดี เนื่องจากเป็นแหล่งชุมชนที่มีสถานที่ราชการ สำนักงาน และมีสถานศึกษาจำนวนมาก ทำให้มีประชากรที่อาศัยในเขตพื้นที่มาก (สำนักงานเทศบาลตำบลจอมบึง, 2563) ส่งผลให้มีกำลังในการซื้อสินค้าเพิ่มขึ้น รวมถึงบริบทของพื้นที่และวิถีชีวิตของประชาชนที่ยังเป็นสังคมกึ่งชนบทที่นิยมซื้ออาหารและสินค้าจากร้านค้าท้องถิ่น อีกทั้งในพื้นที่ยังมีร้านสะดวกซื้อไม่มากนัก ทำให้ผู้ประกอบอาชีพค้าขายส่วนใหญ่ไม่ประสบปัญหาในการขายสินค้า จึงอาจส่งผลให้ระดับความเครียดของผู้ประกอบอาชีพค้าขายในเทศบาลตำบลจอมบึงโดยรวมมีระดับความเครียดน้อย

สาเหตุความเครียดด้านสังคมมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับระดับความเครียดของผู้ประกอบอาชีพค้าขายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติอธิบายได้ว่าความเครียดด้านสังคมที่ประกอบด้วยสภาวะเศรษฐกิจและสังคมในปัจจุบันที่ส่งผลต่อระดับความเครียดของผู้ประกอบอาชีพค้าขายซึ่งเป็นอาชีพอิสระโดยตรง รวมถึงสภาพสิ่งแวดล้อมในการค้าขายที่มีมลภาวะ ซึ่งร้านค้าเหล่านี้มักเป็นพื้นที่เปิดโล่งแจ้ง ทำให้ต้องประสบกับปัญหามลภาวะ ฝุ่น คิว และความร้อน เมื่อต้องปฏิบัติงานเป็นเวลานานจึงสามารถนำไปสู่ความเครียดได้ซึ่งผลการศึกษานี้สอดคล้องกับการศึกษาของพิมพ์ ศรีทองคำ (2557, หน้า 55)

การจัดการความเครียดด้านการสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับระดับความเครียดของผู้ประกอบอาชีพค้าขายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติอธิบายได้ว่ามนุษย์เป็นสัตว์สังคมที่ต้องมีการปฏิสัมพันธ์จากบุคคลรอบข้าง ทั้งจากครอบครัว คู่สมรส บุตร ญาติพี่น้อง หรือเพื่อนสนิท ที่อาจเป็นสาเหตุร่วมให้บุคคลต้องอยู่ในสถานการณ์ที่ต้องเผชิญกับความเครียดในการประกอบอาชีพเพิ่มมากขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาของอุทุมพร เมืองมานา (2553, หน้า 45) และการศึกษาของวรางคณา เอกอัจฉริยา (2557, หน้า 77-95)

การจัดการความเครียดด้านการแก้ไขปัญหามีความสัมพันธ์เชิงลบและสามารถทำนายระดับความเครียดของผู้ประกอบอาชีพค้าขายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ กล่าวคือหากบุคคลสามารถจัดการความเครียดในด้านการแก้ไขปัญหาก็จะส่งผลให้ระดับความเครียดลดลง อธิบายได้ว่าสาเหตุของความเครียดมาจากการคิดและประเมินสถานการณ์ของบุคคล (ประกายทิพย์ ศิริวงศ์. 2552, หน้า 14) หากบุคคลเผชิญกับความเครียดแล้วสามารถคิดและประเมินสถานการณ์ว่าสามารถแก้ไขปัญหาและจัดการกับความเครียดได้ จะส่งผลให้ระดับความเครียดนั้นลดลง ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของชนิกานต์ ขำเหมื่อน (2558, หน้า 88) และการศึกษาของอนุรัตน์ อนันทนาธร (2559, หน้า 110)

ข้อเสนอแนะเพื่อนำผลการวิจัยไปใช้

1. ผลการวิจัยพบว่าสาเหตุความเครียดด้านสังคม การจัดการความเครียดด้านการแก้ไขปัญหและการสนับสนุนทางสังคม มีความสัมพันธ์กับระดับความเครียดของผู้ประกอบอาชีพค้าขาย จึงควรมีการนำเสนอผลการวิจัยนี้ต่อหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง เพื่อดำเนินการแก้ไขและพัฒนาด้านสังคม เพื่อลดปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดของผู้ประกอบอาชีพค้าขาย
2. หน่วยงานที่เกี่ยวข้องสามารถนำข้อมูลที่ได้จากงานวิจัยนี้ไปออกแบบกิจกรรมเพื่อให้ผู้ประกอบอาชีพค้าขายได้รับการสนับสนุนทางสังคมในการจัดการความเครียด และติดตามผลการประเมินระดับความเครียด ทั้งนี้เพื่อให้ผู้ประกอบอาชีพค้าขายมีวิธีการจัดการความเครียดที่ถูกต้อง

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

จากการวิจัยครั้งนี้พบว่าการจัดการความเครียดด้านการแก้ไขปัญหามีความสัมพันธ์กับระดับความเครียดของกลุ่มผู้ประกอบอาชีพค้าขายได้ ร้อยละ 30.1 จึงควรมีการศึกษาถึงทดลอง โดยใช้โปรแกรมจัดการความเครียดด้านการแก้ไขปัญห หรือพัฒนาเป็นรูปแบบกิจกรรมที่ส่งเสริมการจัดการความเครียดอย่างถูกวิธีที่มีความเหมาะสมและสามารถปฏิบัติได้จริงในพื้นที่ในเทศบาลตำบลจอมบึง อำเภอจอมบึง จังหวัดราชบุรี และควรมีการติดตามผลและประเมินผลกิจกรรม

เอกสารอ้างอิง

กรมสุขภาพจิต. (2558). แนวทางการใช้เครื่องมือด้านสุขภาพจิตสำหรับบุคลากรสาธารณสุขในโรงพยาบาลชุมชน (คลินิกโรคเรื้อรัง) ฉบับปรับปรุง.(พิมพ์ครั้งที่ 2). นนทบุรี:โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด.

- กรมสุขภาพจิต. (2559). **คนไทยพยายามฆ่าตัวตาย ชม.ละ 6 คน กรมสุขภาพจิตแนะสังเกต 10 สัญญาณเตือน**. สืบค้นเมื่อ 10 ธันวาคม 2563, จาก <https://www.dmh.go.th/news-dmh/view.asp?id=29788>.
- ชนิกานต์ ข้าเหมื่อน. (2558). **ความชุกและปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความเครียดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนบุรีรัมย์พิทยาคม**. ปรินญาวิทยาสาตรมหาบัณฑิต, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. กรุงเทพฯ.
- พิมพ์ ศรีทองคำ. (2557). **ความเครียดในการปฏิบัติงาน ภาวะผู้นำ ที่ส่งผลต่อประสิทธิภาพในการปฏิบัติงานของพนักงานปฏิบัติการในบริษัทเอกชนที่นำเข้าและจัดจำหน่ายสินค้าแฟชั่นแห่งหนึ่ง**. ปรินญาบริหารธุรกิจมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยกรุงเทพ. กรุงเทพฯ.
- ประกายทิพย์ ศิริวงศ์. (2552). **การศึกษาความเครียดและการเผชิญความเครียดของผู้ป่วยมะเร็งเต้านมก่อนผ่าตัด**. วารสารพยาบาลศิริราช, 3(1), 1-14.
- วรางคณา เอกอจณริยา. (2557). **การรับรู้วัฒนธรรมองค์การ คุณภาพชีวิตการทำงาน ความเครียดกับผลการปฏิบัติงานของพนักงานขายทางโทรศัพท์ในบริษัทประกันภัยแห่งหนึ่ง**. วารสารศรีนครินทรวิโรฒวิจัยและพัฒนา (สาขามนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์), 7(14), 77-95.
- สุทธนันท์ กัลป์กะ. (2557). **การสำรวจงานวิจัยเกี่ยวกับการพยาบาลภาวะซึมเศร้าในประเทศไทย**. รามาธิบดีพยาบาลสาร, 20(3), 289-303.
- ศูนย์วิจัยมหาวิทยาลัยกรุงเทพ. (2557). **คนไทยเครียดเรื่องอะไรและภาคส่วนใดเป็นอาชีพที่เครียดที่สุด**. สืบค้นเมื่อ 10 ธันวาคม 2563, จาก <https://www.ryt9.com/s/bkp/2005730>.
- สำนักงานเทศบาลตำบลจอมบึง. (2563). **สภาพเศรษฐกิจของเทศบาลตำบลจอมบึง**. สืบค้นเมื่อ 10 ธันวาคม 2563, จาก <https://bit.ly/3Bjsl55>.
- สำนักงานสภาพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. (2563). **รายงานภาวะเศรษฐกิจไตรมาสที่ 4 ปี 2563**. กรุงเทพมหานคร: สำนักงานสภาพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ.
- อุทุมพร เมืองมานา. (2553). **ปัจจัยที่มีผลต่อการเกิดความเครียดของพนักงานธนาคาร สินเอเชีย จำกัด (มหาชน)**. วิทยานิพนธ์ปรินญาบริหารธุรกิจมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยกรุงเทพ. กรุงเทพฯ.
- อนรรตน์ อนันทนาธร. (2559). **ภาวะความเครียดและพฤติกรรมการจัดการความเครียดของข้าราชการตำรวจตำรวจภูธร สังกัดตำรวจภูธรภาค 2**. วิทยานิพนธ์ปรินญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยบูรพา.ชลบุรี.
- Cigna Insurance Public Company Limited. (2019). **360 ° Health and Wellbeing Score Survey**. Retrieved December 8, 2020 from <https://stock.newsplus.co.th/179362>