

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยนำเสนอเป็นตารางประกอบการอธิบายเป็นลำดับดังนี้

- ตอนที่ 1 สถานภาพส่วนบุคคลของตัวอย่างประชากร
- ตอนที่ 2 ระดับความเครียด การดูแลตนเองด้านสุขภาพจิต ความทนทาน พฤติกรรม เจริญสถานการณืชีวิต
- ตอนที่ 3 ความสัมพันธ์ระหว่างการดูแลตนเองด้านสุขภาพจิต ความทนทาน พฤติกรรม เจริญสถานการณืชีวิต กับระดับความเครียด
- ตอนที่ 4 หาสัมประสิทธิ์ที่ร่วมกันทำนายระดับความเครียด

เพื่อสะดวกในการเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลในตารางต่าง ๆ ผู้วิจัยจึงกำหนดสัญลักษณ์ทางสถิติ มาใช้ดังต่อไปนี้

\bar{X}	หมายถึง	คะแนนเฉลี่ย
S.D.	หมายถึง	ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน
r	หมายถึง	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์
R	หมายถึง	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ
R^2	หมายถึง	ค่าสัมประสิทธิ์การพยากรณ์
a	หมายถึง	ค่าคงที่ของสมการพยากรณ์ในรูปคะแนนดิบ
b	หมายถึง	ค่าสัมประสิทธิ์ถดถอยของตัวพยากรณ์ในรูปคะแนนดิบ
B	หมายถึง	ค่าสัมประสิทธิ์ถดถอยของตัวพยากรณ์ในรูปคะแนนมาตรฐาน
p	หมายถึง	ระดับความมีนัยสำคัญ
S.E. _{est}	หมายถึง	ความคลาดเคลื่อนมาตรฐานของการพยากรณ์
S.E. _b	หมายถึง	ความคลาดเคลื่อนมาตรฐานของ b

ตอนที่ 1 สถานภาพส่วนบุคคลของตัวอย่างประชากร
 ตารางที่ 3 จำนวน ร้อยละของพยาบาลวิชาชีพ จำแนกตามอายุ ประสบการณ์การทำงาน
 สถานภาพสมรส ลักษณะงานที่ทำ และระดับการศึกษา

สถานภาพส่วนบุคคลของตัวอย่างประชากร	จำนวน (N=371)	ร้อยละ
1. อายุ		
21 - 30 ปี	148	39.9
31 - 40 ปี	163	43.9
41 - 50 ปี	53	14.3
51 - 60 ปี	7	1.9
2. ประสบการณ์ทางการพยาบาล		
1 - 5 ปี	106	28.6
6 - 10 ปี	78	21
11 - 15 ปี	75	20.2
16 - 20 ปี	79	21.3
21 ปีขึ้นไป	33	8.9
3. สถานภาพสมรส		
คู่	186	50.1
โสด	177	47.7
หม้าย	6	1.6
หย่าร้าง	2	0.5
4. ลักษณะงานที่ทำ		
ศัลยกรรม	111	29.9
อายุรกรรม	67	18.1
สูติ-นรีเวช	63	17.0
กุมารเวช	38	10.2
ผู้ป่วยนอก	35	9.4

ตารางที่ 3 (ต่อ)

สถานภาพส่วนบุคคลของตัวอย่างประชากร	จำนวน (N=371)	ร้อยละ
ผู้ป่วยหนัก	21	5.7
หู-ตา-คอ-จมูก	20	5.4
อื่น ๆ (กายภาพบำบัด, หน่วยจ่ายกลาง)	10	2.7
ฝ่ายการพยาบาล	6	1.6
5. ระดับการศึกษา		
ปริญญาตรี	335	90.3
อนุปริญญาหรือประกาศนียบัตร	19	5.1
สูงกว่าปริญญาตรี	17	4.6

จากตารางที่ 3 แสดงให้เห็นว่าตัวอย่างประชากร อายุระหว่าง 31 - 40 ปีมีจำนวนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 43.9 รองลงมาอายุระหว่าง 21 - 30 ปี คิดเป็นร้อยละ 39.9 มีประสบการณ์ทางการพยาบาลเป็นระยะเวลา 1 - 5 ปีมีจำนวนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 28.6 รองลงมาระยะเวลาใกล้เคียงกัน คือ 16 - 20 ปี, 6 - 10 ปี และ 11 - 15 ปี คิดเป็นร้อยละ 21.3, 21.0 และ 20.2 ตามลำดับ มีสถานภาพสมรสคู่ จำนวนครึ่งหนึ่ง คิดเป็นร้อยละ 50.1 รองลงมาคือโสด คิดเป็นร้อยละ 47.7 ลักษณะงานที่ทำงานส่วนใหญ่ทำงานด้านศิลปกรรม คิดเป็นร้อยละ 29.9 รองลงมาเป็นด้านอายุรกรรม สูติ-นรีเวช คิดเป็นร้อยละ 18.1 และ 17.0 ระดับการศึกษาเกือบทั้งหมด จบปริญญาตรี คิดเป็นร้อยละ 90.3 นอกนั้นจบอนุปริญญาหรือเทียบเท่า หรือ สูงกว่าปริญญาตรี

ตอนที่ 2 ระดับความเครียด การดูแลตนเองด้านสุขภาพจิต ความทนทาน พฤติกรรม
เผชิญสถานการณ์ชีวิต

ตารางที่ 4 จำนวนและร้อยละของพยาบาลวิชาชีพ จำแนกตามค่าเฉลี่ยของระดับความเครียด
และจำแนกตามค่าเฉลี่ยของระดับ การดูแลตนเองด้านสุขภาพจิต ความทนทาน
พฤติกรรมเผชิญสถานการณ์ชีวิต

ระดับค่าเฉลี่ยหรือคะแนนเฉลี่ย	จำนวน (N=371)	ร้อยละ
1. ความเครียด		
สูง (33.86 - 46.00)	63	17.0
ปานกลาง (24.15 - 33.85)	230	62.0
ต่ำ (20.00 - 24.14)	78	21.0
2. การดูแลตนเองด้านสุขภาพจิต		
สูง (3.50 - 4.00)	9	2.4
ปานกลาง (2.50 - 3.49)	310	83.6
ต่ำ (1.00 - 2.49)	52	14.0
3. ความทนทาน		
สูง (3.50 - 4.00)	1	0.3
ปานกลาง (2.50 - 3.49)	321	86.5
ต่ำ (1.00 - 2.49)	49	13.2
4. พฤติกรรมเผชิญสถานการณ์ชีวิต		
แบบมุ่งความสำเร็จสูง (2.50 - 4.00)	110	29.6
แบบมุ่งความสำเร็จต่ำ (1.00 - 2.49)	261	70.4

จากตารางที่ 4 แสดงให้เห็นว่าพยาบาลวิชาชีพที่เป็นตัวอย่างประชากร มีความเครียด
อยู่ในระดับปานกลางมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 62.0 รองลงมามีระดับความเครียดต่ำ คิดเป็น
ร้อยละ 21.0 และที่น้อยที่สุดมีระดับความเครียดสูง คิดเป็นร้อยละ 17.0 มีการดูแลตนเองด้าน
สุขภาพจิต อยู่ในระดับปานกลางมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 83.6 รองลงมามีระดับการดูแลตนเอง

ตารางที่ 4 (ต่อ)

ด้านสุขภาพจิตในระดับต่ำ คิดเป็นร้อยละ 14.0 และที่น้อยที่สุดมีการดูแลตนเองด้านสุขภาพจิต
อยู่ในระดับสูง คิดเป็นร้อยละ 2.4 มีความทนทานอยู่ในระดับปานกลางมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ
86.5 รองลงมา มีความทนทานอยู่ในระดับต่ำ คิดเป็นร้อยละ 13.2 และที่น้อยที่สุดมีความทนทาน
ในระดับสูง คิดเป็นร้อยละ 0.3 มีพฤติกรรมเผชิญสถานการณ์ชีวิตแบบมุ่งความสำเร็จสูง เพียง
ร้อยละ 29.6 นอกนั้นมีพฤติกรรมมุ่งความสำเร็จต่ำ คิดเป็นร้อยละ 70.4



ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 5 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความเครียด ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนเฉลี่ย ของการดูแลตนเองด้านสุขภาพจิต โดยรวมและรายด้าน ความทนทาน โดยรวมและรายด้าน และพฤติกรรมเผชิญสถานการณ์ชีวิตของพยาบาลวิชาชีพ

ตัวแปร	\bar{X}	S.D	ระดับ
1. ความเครียด (คะแนนเต็ม 60)	29.00	4.85	ปานกลาง
2. การดูแลตนเองด้านสุขภาพจิต	2.88	.40	ปานกลาง
การพัฒนารูจักตนเอง	2.84	.55	ปานกลาง
การติดต่อสื่อสารที่มีประสิทธิภาพ	2.94	.44	ปานกลาง
การบริหารเวลา	2.97	.50	ปานกลาง
การเผชิญปัญหา	3.02	.51	ปานกลาง
การพัฒนาระบบสนับสนุนทางสังคม	2.61	.56	ปานกลาง
การดูแลตนเองทั่วไป	2.72	.52	ปานกลาง
3. ความทนทาน	2.87	.34	ปานกลาง
ความยึดมั่น	2.97	.34	ปานกลาง
ความสามารถในการควบคุม	2.99	.39	ปานกลาง
ความท้าทาย	2.53	.48	ปานกลาง
4. พฤติกรรมเผชิญสถานการณ์ชีวิต	2.30	.46	มุ่งความ สำเร็จต่ำ

จากตารางที่ 5 แสดงให้เห็นว่าพยาบาลวิชาชีพที่เป็นตัวอย่างประชากร มีความเครียดอยู่ในระดับปานกลาง มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 29.00 มีการดูแลตนเองด้านสุขภาพจิตโดยรวมและรายด้าน คือการพัฒนารูจักตนเอง การติดต่อสื่อสารที่มีประสิทธิภาพ การบริหารเวลา การเผชิญปัญหา การพัฒนาระบบสนับสนุนทางสังคม การดูแลตนเองทั่วไป อยู่ในระดับปานกลาง มีค่าคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 2.88, 2.84, 2.94, 2.97, 3.02, 2.61, 2.72 มีความทนทานโดยรวมและรายด้าน คือ ความยึดมั่น ความสามารถในการควบคุม และความท้าทาย อยู่ในระดับปานกลางทั้งหมด มีค่าคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 2.84, 2.97, 2.99 และ 2.53 มีพฤติกรรมเผชิญสถานการณ์ชีวิตแบบมุ่งความสำเร็จต่ำ มีค่าคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 2.30

ตอนที่ 3 ความสัมพันธ์ระหว่างการดูแลตนเองด้านสุขภาพจิต ความทนทาน
พฤติกรรมเผชิญสถานการณ์ชีวิต กับระดับความเครียด
ตารางที่ 6 ค่าสัมประสิทธิ์ระหว่างการดูแลตนเองด้านสุขภาพจิตโดยรวม และรายด้าน ความ
ทนทานโดยรวม และรายด้าน พฤติกรรมเผชิญสถานการณ์ชีวิตกับระดับความเครียด
ของพยาบาลวิชาชีพ

ตัวแปร	สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน ระดับความเครียด
การดูแลตนเองด้านสุขภาพจิต	-.317***
การพัฒนารูจักตนเอง	-.200***
การติดต่อสื่อสารที่มีประสิทธิภาพ	-.180***
การบริหารเวลา	-.264***
การเผชิญปัญหา	-.287***
การพัฒนาระบบสนับสนุนทางสังคม	-.198***
การดูแลตนเอง โดยทั่วไป	-.319***
ความทนทาน	-.389***
ความยึดมั่น	-.336***
ความสามารถในการควบคุม	-.344***
ความท้าทาย	-.193***
พฤติกรรมเผชิญสถานการณ์ชีวิต	.117 *

*** $p < .001$ ** $p < .01$ * $p < .05$

จากตารางที่ 6 แสดงให้เห็นว่าระดับความเครียดของพยาบาลวิชาชีพ มีความสัมพันธ์
ทางลบในระดับปานกลาง กับการดูแลตนเองด้านสุขภาพจิต การดูแลตนเองโดยทั่วไป ($r =$
 $-.317, -.319$) และมีความสัมพันธ์ทางลบ ในระดับต่ำกับ การพัฒนารูจักตนเอง การติดต่อ
สื่อสารที่มีประสิทธิภาพ การบริหารเวลา การเผชิญปัญหา การพัฒนาระบบสนับสนุนทางสังคม
($r = -.200, -.180, -.264, -.287, -.198$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001
หมายความว่า พยาบาลที่มีการดูแลตนเองด้านสุขภาพจิตในระดับสูง มีแนวโน้มที่จะมีความเครียด

ตารางที่ 6 (ต่อ)

อยู่ในระดับต่ำ ในทำนองเดียวกัน ระดับความเครียดของพยาบาลวิชาชีพ มีความสัมพันธ์ทางลบในระดับปานกลางกับความทนทาน ความยึดมั่น ความสามารถในการควบคุม ($r = -.389, -.336, -.344$) และมีความสัมพันธ์ทางลบในระดับต่ำกับความท้าทาย ($r = -.193$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 หมายความว่า พยาบาลที่มีความทนทานอยู่ในระดับสูง มีแนวโน้มที่จะมีความเครียดอยู่ในระดับต่ำ และระดับความเครียดของพยาบาลวิชาชีพมีความสัมพันธ์ทางบวกในระดับต่ำกับพฤติกรรมเผชิญสถานการณ์ชีวิต ($r = .117$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 หมายความว่า พยาบาลที่มีพฤติกรรมเผชิญสถานการณ์แบบมุ่งความสำเร็จสูง จะมีแนวโน้มที่จะมีความเครียดอยู่ในระดับสูงด้วย



ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตอนที่ 4 หาสัมประสิทธิ์ที่ร่วมกันทำนายระดับความเครียด

ตารางที่ 7 แสดงค่าสัมประสิทธิ์ ตัวแปรพยากรณ์ในรูปคะแนนดิบ (b) และคะแนนมาตรฐาน (B) ทดสอบความมีนัยสำคัญของคะแนนมาตรฐาน (B) แต่ละตัวที่ใช้พยากรณ์ระดับความเครียด

ตัวแปรพยากรณ์	B	b	SE _b	t
การพัฒนาการรู้จักตนเอง	-.0359	-.0421	.078	.541
การติดต่อสื่อสารที่มีประสิทธิภาพ	.0368	.0572	.1002	-.517
การบริหารเวลา	-.0470	.0792	.1163	-.681
การเผชิญปัญหา	-.0930	-.1151	.0915	1.257
การพัฒนาระบบสนับสนุนทางสังคม	.0430	.0615	.0900	.683
การดูแลตนเองโดยทั่วไป	-.1950	-.2150	.0646	-3.327***
ความยึดมั่น	-.1103	-.1111	.0688	-1.614
ความสามารถในการควบคุม	-.1438	-.1323	.0637	-2.078*
ความท้าทาย	-.0388	-.0481	.0703	-.685
พฤติกรรมเผชิญสถานการณ์ชีวิต	.0855	.0382	.0231	1.650
R = .4443		S.E. _{est} =		4.4203
R ² = .1974		a		= 47.1057
		Overall F =		8.8565***

*** p < .001

** p < .01

* p < .05

จากตารางที่ 7 แสดงให้เห็นว่า เมื่อนำตัวแปรพยากรณ์ทั้ง 10 ตัว มาพยากรณ์ความเครียด พบว่า สามารถร่วมกันพยากรณ์ระดับความเครียดได้ร้อยละ 19.74 และเมื่อพิจารณา ค่าสัมประสิทธิ์ถดถอยของตัวแปรทั้งหมดในรูปคะแนนมาตรฐาน (B) ปรากฏว่าการดูแลตนเอง โดยทั่วไปและความสามารถในการควบคุม สามารถพยากรณ์ความเครียดได้โดยมีค่า t ที่แสดงถึงความมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 และ .05 ตามลำดับ