

ความเครียดและการจัดการความเครียดของคนประจำเรือบนเรือบรรทุกก๊าซ LPG ในประเทศไทย

อนุภาส กุลนันท์วิวรรณ

งานนิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรการศึกษามหาบัณฑิต

สาขาวิชาการจัดการขนส่งและโลจิสติกส์

คณะโลจิสติกส์ มหาวิทยาลัยบูรพา

มิถุนายน 2556

ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยบูรพา

อาจารย์ผู้ควบคุมงานนิพนธ์และคณะกรรมการสอบปากเปล่างานนิพนธ์ ได้พิจารณา
งานนิพนธ์ของ อนุภาส กุลนันท์วิรรณณ์ จบนี้แล้ว เห็นสมควรรับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตาม
หลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการการขนส่งและโลจิสติกส์ของ
มหาวิทยาลัยบูรพาได้

อาจารย์ผู้ควบคุมงานนิพนธ์


.....ที่ปรึกษาหลัก
(เรือเอก ดร.ศราวุธ ลักษณะโต)

คณะกรรมการสอบปากเปล่า


.....ประธานกรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ไพโรจน์ เร้าชนชกุล)


.....กรรมการ
(เรือเอก ดร.ศราวุธ ลักษณะโต)

คณะโลจิสติกส์อนุมัติให้รับงานนิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการการขนส่งและโลจิสติกส์ ของ
มหาวิทยาลัยบูรพา


.....คณบดีคณะโลจิสติกส์
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.มานะ เชาวรัตน์)
วันที่ 28 เดือน มิถุนายน พ.ศ. 2556

ประกาศคุณูปการ

งานนิพนธ์ฉบับนี้ ผู้วิจัยได้รับความกรุณาอย่างดียิ่งจาก เรือเอก ดร.สราวุธ ลักษณะโต ซึ่งเป็นอาจารย์ควบคุมงานนิพนธ์ที่ได้สละเวลาเป็นที่ปรึกษา ให้ความช่วยเหลือ แนะนำ และตรวจสอบ แก้ไขข้อบกพร่องต่าง ๆ ตลอดระยะเวลาในการทำงานนิพนธ์อย่างดียิ่ง ผู้วิจัยขอขอบพระคุณมา ณ โอกาสนี้

ขอขอบพระคุณผู้เชี่ยวชาญทั้ง 3 ท่าน ประกอบด้วย นายจิระชัย ที่คำ รองผู้อำนวยการสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษานครปฐม เขต 2, นางจรรยาพร ยอดแก้ว ศึกษาพิเศษ สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษานครปฐม เขต 1 และนายเอกชัย ชีระวรรณ ผู้จัดการทั่วไป บริษัท นามยง เทอร์มินัล จำกัด (มหาชน) ที่ได้กรุณาให้คำปรึกษา แนะนำและตรวจสอบ แก้ไขข้อบกพร่องต่าง ๆ ให้งานนิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จสมบูรณ์

สุดท้ายนี้ ขอขอบพระคุณคนประจำเรือนเรือบรรทุกก๊าซ LPG ในประเทศไทยทุกท่าน ที่ได้ให้ความอนุเคราะห์ตอบแบบสอบถามและช่วยเหลือในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นอย่างดี

คุณค่าและประโยชน์ที่เกิดจากงานนิพนธ์ ผู้วิจัยขอบูชาคุณพระพุทธรูป คุณพระธรรม คุณพระสงฆ์ บิณฑบาต ครู อาจารย์ ตลอดจนผู้มีพระคุณทุกท่านที่อยู่เบื้องหลังความสำเร็จของผู้วิจัย

อนุภาส กุลนันท์วิวรรณ์

54920379: สาขาวิชา: การจัดการการขนส่งและโลจิสติกส์; วท.ม. (การจัดการขนส่งและโลจิสติกส์)

คำสำคัญ: ความเครียดและการจัดการความเครียด, การจัดการความเครียดแบบมุ่งแก้ปัญหา,
การจัดการความเครียดแบบมุ่งลดอารมณ์, คนประจำเรือบนเรือบรรทุกก๊าซ

อนุภาส กุลนันท์ทิวรรณ: ความเครียดและการจัดการความเครียดของคนประจำเรือบนเรือ
บรรทุกก๊าซ LPG ในประเทศไทย (STRESS AND STRESS COPING OF SEAFARER ON LPG
CARRIER IN THAILAND). อาจารย์ผู้ควบคุมงานนิพนธ์: สราวุธ ลักษณะโต, Ph.D., 92 หน้า.
ปี พ.ศ. 2556.

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาระดับความเครียดและการจัดการความเครียดของ
คนประจำเรือบนเรือบรรทุกก๊าซ LPG ในประเทศไทย และเพื่อเปรียบเทียบระดับความเครียด และ
การจัดการความเครียดของคนประจำเรือบนเรือบรรทุกก๊าซ LPG ในประเทศไทย จำแนกตามอายุ ระดับ
การศึกษา สถานภาพ ตำแหน่ง ประสบการณ์ทำงาน รายได้ต่อเดือน กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้
เป็นคนประจำเรือบนเรือบรรทุกก๊าซ LPG ในประเทศไทย จำนวน 169 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
ได้แก่ แบบสอบถาม ซึ่งแบ่งออกเป็น 3 ตอน คือ ตอนที่ 1 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไปของ
ผู้ตอบแบบสอบถาม ตอนที่ 2 เป็นแบบวัดระดับความเครียด โดยแยกเป็น 5 ด้าน ได้แก่ เศรษฐกิจ
บุคลิกภาพ สุขภาพ สังคม สิ่งแวดล้อม ตอนที่ 3 เป็นแบบสอบถามการจัดการความเครียด โดย
แบ่งเป็น 2 วิธี ได้แก่ การจัดการความเครียดแบบมุ่งแก้ปัญหา แบบมุ่งลดอารมณ์ วิเคราะห์ข้อมูล
ใช้ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบน และวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One - Way ANOVA)

ผลการวิจัยพบว่า

1. ระดับความเครียดของคนประจำเรือบนเรือบรรทุกก๊าซ LPG ในประเทศไทย โดยรวม
อยู่ในระดับน้อย เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่าความเครียดของคนประจำเรือบนเรือบรรทุกก๊าซ
LPG ในประเทศไทย มีความเครียดอยู่ในระดับน้อย ทั้ง 5 ด้าน คือ ด้านเศรษฐกิจ ด้านบุคลิกภาพ
ด้านสุขภาพ ด้านสังคมและด้านสิ่งแวดล้อม
2. การจัดการความเครียดของคนประจำเรือบนเรือบรรทุกก๊าซ LPG ในประเทศไทย
โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่าการจัดการความเครียดของคนประจำ
เรือบนเรือบรรทุกก๊าซ LPG ในประเทศไทย มีการจัดการความเครียดอยู่ในระดับปานกลาง ทั้ง 2 ด้าน
คือ การจัดการความเครียดแบบมุ่งแก้ปัญหาและการจัดการความเครียดแบบมุ่งลดอารมณ์
3. การเปรียบเทียบระดับความเครียดและการจัดการความเครียดของคนประจำเรือบนเรือ
บรรทุกก๊าซ LPG ในประเทศไทย จำแนกตาม อายุ ระดับการศึกษา สถานภาพ ตำแหน่ง ประสบการณ์
ทำงาน และรายได้ต่อเดือน พบว่า คนประจำเรือบนเรือบรรทุกก๊าซ LPG ในประเทศไทย ที่มีอายุ

ระดับการศึกษา สถานภาพ ตำแหน่ง ประสบการณ์ทำงาน และรายได้ต่อเดือนแตกต่างกันมีระดับความเครียดและการจัดการความเครียดแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

มหาวิทยาลัยบูรพา
Burapha University

54920379: MAJOR: TRANSPORT AND LOGISTIC MANAGEMENT;
M.Sc. (TRANSPORT AND LOGISTIC MANAGEMENT)

KEYWORDS: STRESS AND COPING, PROBLEM - FOCUSED COPING, EMOTION -
FOCUSED COPING, SEAFARER ON LPG CARRIER

ANUPAS KOOLNANTIWAT: STRESS AND STRESS COPING OF SEAFARER
ON LPG CARRIER IN THAILAND. ADVISOR: SARAWUT LUKSANATO, Ph.D., 92 P.
2013.

The main purpose of this research is to study about stress occurring to the seafarers on LPG carrier in Thailand which reflects to guide in how to cope with those stress while they are onboard. The samples were taken by 169 representatives which have been compared and categorized by Age, education, status, position, working experience and monthly salary. The tool for this research is questionnaires which have been segregated in to 3 parts as in; part 1 for the general information of the samples part 2 for the measure of stress level in 5 categories; economy, character, health, society and environment and part 3 for the questionnaire of how to cope with stress management in 2 ways; the stress management in problem –focused coping and emotional - focused coping. The tool in analyzing the data shall be percentage, mean, deviation and one way anova.

The result from this research can be suggested that; 1) the stress level of seafarer on LPG carrier in Thailand are considered low as well as in 5 categories as earlier stated. 2) the stress management of seafarers on LPG carrier in Thailand are considered medium level in both problem-focused coping and emotional focused coping. 3) the comparison between stress and stress management of seafarers on LPG carrier in Thailand, categorized by age, education, status, position, work experience and monthly salary, is found difference with no significance changed is statistic at 0.05

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	ฉ
สารบัญ.....	ช
สารบัญตาราง.....	ฌ
สารบัญภาพ.....	ฉ
บทที่	
1 บทนำ.....	1
ความเป็นมา และความสำคัญของปัญหา.....	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....	3
กรอบแนวคิดในการวิจัย.....	3
สมมติฐานของการวิจัย.....	3
ขอบเขตของการวิจัย.....	4
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ.....	5
นิยามศัพท์เฉพาะ.....	5
2 เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	7
แนวคิดเกี่ยวกับความเครียดและการจัดการความเครียด.....	7
ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับความเครียด.....	28
บริบทเรือบรรทุกก๊าซ LPG และคนประจำเรือบนเรือบรรทุกก๊าซ LPG.....	30
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	34
3 วิธีดำเนินการวิจัย.....	39
ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย.....	39
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	39
ขั้นตอนในการสร้างเครื่องมือ.....	41
การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	43
การวิเคราะห์ข้อมูล และสถิติที่ใช้ในการวิจัย.....	43

สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
4 การวิเคราะห์ข้อมูล.....	45
ตอนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม	45
ตอนที่ 2 ระดับความเครียดของคนประจำเรือนเรือบรรทุกก๊าซ LPG	
ในประเทศไทย	47
ตอนที่ 3 เปรียบเทียบระดับความเครียดของคนประจำเรือนเรือบรรทุกก๊าซ LPG	
ในประเทศไทย จำแนกตามอายุ ระดับการศึกษา สถานภาพ ตำแหน่ง ประสบการณ์	
ทำงาน รายได้ต่อเดือน.....	52
ตอนที่ 4 การจัดการความเครียดของคนประจำเรือนเรือบรรทุกก๊าซ LPG	
ในประเทศไทย	56
ตอนที่ 5 เปรียบเทียบการจัดการความเครียดของคนประจำเรือนเรือบรรทุก	
ก๊าซ LPG ในประเทศไทย จำแนกตาม อายุ ระดับการศึกษา สถานภาพ ตำแหน่ง	
ประสบการณ์ทำงาน รายได้ต่อเดือน.....	59
5 สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....	63
สรุปผลการวิจัย	63
อภิปรายผลการวิจัย	65
ข้อเสนอแนะ	69
บรรณานุกรม.....	71
ภาคผนวก	74
ภาคผนวก ก รายชื่อผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือ	75
ภาคผนวก ข แบบสอบถามเพื่อการวิจัย	77
ภาคผนวก ค แสดงผลการวิเคราะห์หาคุณภาพของเครื่องมือการวิจัย	
(ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม).....	85
ประวัติย่อผู้วิจัย.....	92

สารบัญตาราง

ตารางที่	หน้า
4-1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถามจำแนกตาม อายุ ระดับการศึกษา สถานภาพ ตำแหน่ง ประสบการณ์ทำงาน รายได้ต่อเดือน	46
4-2 ค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ระดับความเครียดของคนประจำเรือนเรือบรรทุก ก๊าซ LPG ในประเทศไทย จำแนกตามด้านต่าง ๆ โดยรวม	48
4-3 ค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ระดับความเครียดของคนประจำเรือนเรือบรรทุก ก๊าซ LPG ในประเทศไทย ด้านเศรษฐกิจ	48
4-4 ค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ระดับความเครียดของคนประจำเรือนเรือบรรทุก ก๊าซ LPG ในประเทศไทย ด้านบุคลิกภาพ	49
4-5 ค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ระดับความเครียดของคนประจำเรือนเรือบรรทุก ก๊าซ LPG ในประเทศไทย ด้านสุขภาพ	50
4-6 ค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ระดับความเครียดของคนประจำเรือนเรือบรรทุก ก๊าซ LPG ในประเทศไทย ด้านสังคม	51
4-7 ค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ระดับความเครียดของคนประจำเรือนเรือบรรทุก ก๊าซ LPG ในประเทศไทย ด้านสิ่งแวดล้อม	52
4-8 การเปรียบเทียบระดับความเครียดของคนประจำเรือนเรือบรรทุกก๊าซ LPG ในประเทศไทย จำแนกตามอายุ	53
4-9 การเปรียบเทียบระดับความเครียดของคนประจำเรือนเรือบรรทุกก๊าซ LPG ในประเทศไทย จำแนกตามระดับการศึกษา	53
4-10 การเปรียบเทียบระดับความเครียดของคนประจำเรือนเรือบรรทุกก๊าซ LPG ในประเทศไทย จำแนกตามสถานภาพ	54
4-11 การเปรียบเทียบระดับความเครียดของคนประจำเรือนเรือบรรทุกก๊าซ LPG ในประเทศไทย จำแนกตามตำแหน่ง	54
4-12 การเปรียบเทียบระดับความเครียดของคนประจำเรือนเรือบรรทุกก๊าซ LPG ในประเทศไทย จำแนกตามประสบการณ์ทำงาน	55
4-13 การเปรียบเทียบระดับความเครียดของคนประจำเรือนเรือบรรทุกก๊าซ LPG ในประเทศไทย จำแนกตามรายได้ต่อเดือน	55

สารบัญตาราง (ต่อ)

ตารางที่	หน้า
4-14 ค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน การจัดการความเครียดของคนประจำเรือนเรือ บรรทุก๊าซ LPG ในประเทศไทย โดยรวม.....	56
4-15 ค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน การจัดการความเครียดของคนประจำเรือนเรือ บรรทุก๊าซ LPG ในประเทศไทย แบบมุ่งแก้ไขปัญหา.....	57
4-16 ค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน การจัดการความเครียดของคนประจำเรือนเรือ บรรทุก๊าซ LPG ในประเทศไทย แบบมุ่งลดอารมณ์.....	58
4-17 การเปรียบเทียบการจัดการความเครียดของคนประจำเรือนเรือบรรทุก๊าซ LPG ในประเทศไทย จำแนกตามอายุ.....	60
4-18 การเปรียบเทียบการจัดการความเครียดของคนประจำเรือนเรือบรรทุก๊าซ LPG ในประเทศไทย จำแนกตามระดับการศึกษา.....	60
4-19 การเปรียบเทียบการจัดการความเครียดของคนประจำเรือนเรือบรรทุก๊าซ LPG ในประเทศไทย จำแนกตามสถานภาพ.....	61
4-20 การเปรียบเทียบการจัดการความเครียดของคนประจำเรือนเรือบรรทุก๊าซ LPG ในประเทศไทย จำแนกตามตำแหน่ง.....	61
4-21 การเปรียบเทียบการจัดการความเครียดของคนประจำเรือนเรือบรรทุก๊าซ LPG ในประเทศไทย จำแนกตามประสบการณ์ทำงาน.....	62
4-22 การเปรียบเทียบการจัดการความเครียดของคนประจำเรือนเรือบรรทุก๊าซ LPG ในประเทศไทย จำแนกตามรายได้ต่อเดือน.....	62

สารบัญภาพ

ภาพที่	หน้า
1-1 กรอบแนวคิดในการวิจัย.....	3
3-1 วิธีดำเนินการวิจัย.....	44

มหาวิทยาลัยบูรพา
Burapha University