

## บทที่ 4

### ผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความเครียดในผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง เก็บข้อมูล ณ แผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลชุมชนแห่งหนึ่งในจังหวัดสิงห์บุรี จำนวน 214 ราย ผลการวิจัยนำเสนอตามลำดับ ดังนี้ ลักษณะข้อมูลส่วนบุคคล ค่าคะแนนเฉลี่ยความเครียด ค่าคะแนนเฉลี่ยสาเหตุความเครียด บุคลิกภาพ ค่าคะแนนเฉลี่ยการสนับสนุนทางสังคม และปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความเครียด

สัญลักษณ์ที่ใช้มีดังนี้

M หมายถึง ค่าเฉลี่ย

SD หมายถึง ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

n หมายถึง จำนวนกลุ่มตัวอย่าง

r หมายถึง ความสัมพันธ์

p หมายถึง ระดับความมีนัยสำคัญ

ผู้วิจัยได้ตรวจสอบข้อมูลให้เป็นไปตามข้อตกลงเบื้องต้นของการวิเคราะห์ข้อมูลในการหาความสัมพันธ์ของตัวแปรคือ พิจารณาระดับการวัดของตัวแปรต้นและตัวแปรตาม กลุ่มตัวอย่างมีการสุ่มมาจากประชากร ตรวจสอบการกระจายของตัวแปรเป็นการกระจายแบบปกติ (Normal Distribution) ตรวจสอบลักษณะความสัมพันธ์ของตัวแปรว่ามีความสัมพันธ์แบบเส้นตรง (Linear Relationship) และความแปรปรวนของความคลาดเคลื่อนมีลักษณะปกติ (Homoscedasticity) (ภาคผนวก จ) จึงได้ทำการวิเคราะห์ข้อมูลต่อไป

#### ลักษณะข้อมูลส่วนบุคคล

ลักษณะข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง ประกอบด้วย เพศ อายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา รายได้ต่อเดือน ความเพียงพอของรายได้ ระยะเวลาการเป็นโรคตามการรับรู้ของผู้ป่วย ระยะเวลาการเป็นโรคตามการวินิจฉัยของแพทย์ โรคร่วม ผู้ดูแลผู้ป่วย ระดับความดันโลหิต นำเสนอด้วยจำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ดังแสดงในตารางที่ 3

ตารางที่ 3 ลักษณะข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง (n = 214)

ลักษณะ	จำนวน	ร้อยละ	ลักษณะ	จำนวน	ร้อยละ
เพศ			ความเพียงพอของรายได้		
ชาย	76	35.5	พอใช้	99	46.3
หญิง	138	64.5	ไม่พอใช้	115	53.7
อายุ			ระยะเวลาการเป็นโรคตาม		
< 40 ปี	10	4.7	การรับรู้ของผู้ป่วย		
40- 60 ปี	83	38.8	≤ 1 ปี	13	6.1
> 60 ปี	121	56.5	> 1 ปี - 5 ปี	85	39.7
M = 61.66, SD = 12.31			> 5 ปี - 10 ปี	91	42.5
Min = 28, Max = 86			> 10 ปี	25	11.7
สถานภาพ			M = 6.25, SD = 3.23		
โสด	21	9.8	Min = 1, Max = 15		
คู่	155	72.4	ระยะเวลาการเป็นโรคตาม		
หม้าย	37	17.3	การวินิจฉัยของแพทย์		
สมณะ	1	0.5	≤ 1 ปี	7	3.3
ระดับการศึกษา			> 1 ปี - 5 ปี	59	27.6
ไม่ได้เรียน	6	2.8	> 5 ปี - 10 ปี	125	58.4
ประถมศึกษา	167	78	> 10 ปี	23	10.7
มัธยมต้น	16	7.5	M = 6.77, SD = 2.94		
มัธยมปลาย	19	8.9	Min = 1, Max = 15		
อนุปริญญา	2	0.9	ผู้ดูแลผู้ป่วย		
ปริญญาตรี	3	1.4	ดูแลตนเอง	173	80.8
สูงกว่าปริญญาตรี	1	0.5	คู่สมรส	6	2.8
รายได้ต่อเดือน			บุตรหลาน	35	16.4
< 5,000 บาท	187	87.4			
5,000-10,000 บาท	21	9.8			
> 10,000 บาท	6	2.8			

ตารางที่ 3 (ต่อ)

ลักษณะ	จำนวน	ร้อยละ	ลักษณะ	จำนวน	ร้อยละ
ระดับความดันโลหิต (BP)			โรคร่วม		
ปกติ (<130/84 mmHg )	122	57	ไม่มีโรคร่วม	148	69.2
ผิดปกติ (>130/85 mmHg )	92	43	มีโรคร่วม	66	30.8
- ความดันโลหิตสูงขั้นต้น (130-139 /85-89 mmHg )	34	15.9	- ไขมันในเส้นเลือด	26	12.1
- ความดันโลหิตสูงระดับ1 (140-159/90-99 mmHg )	49	22.9	- หัวใจและหลอดเลือด	24	11.2
- ความดันโลหิตสูงระดับ2 (≥160, DBP≥100 mmHg )	9	4.2	- ไต	4	1.9
			- ไตและหัวใจ	7	3.3
			- ไตและไขมันใน เส้นเลือด	2	0.9
			- หัวใจและไขมัน ในเส้นเลือด	3	1.4

จากตารางที่ 3 พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิงร้อยละ 64.5 มีอายุมากกว่า 60 ปี ร้อยละ 56.5 รองลงมา มีอายุมากกว่า 40 ปี ถึง 60 ปี ร้อยละ 38.8 อายุเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่าง 61.66 ปี (SD = 12.31) มีอายุมากที่สุด 86 ปี และน้อยที่สุด 28 ปี สถานภาพสมรสมากที่สุดร้อยละ 72.4 ระดับการศึกษาส่วนใหญ่จบการศึกษาระดับประถมศึกษา ร้อยละ 78 และไม่ได้เรียนหนังสือ ร้อยละ 2.8 ด้านรายได้พบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีรายได้ต่ำกว่า 5,000 บาทต่อเดือน ร้อยละ 87.4 ซึ่งรายได้นี้ กลุ่มตัวอย่างประเมินว่า ไม่พอใช้จ่ายถึงร้อยละ 53.7 ด้านระยะเวลาการเป็นโรคของกลุ่มตัวอย่าง พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีระยะเวลาการเป็นโรคตามการรับรู้ของตนเองเฉลี่ยเท่ากับ 6.25 ปี (SD = 3.23) และกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่รับรู้ว่าเป็นโรคความดันโลหิตสูงมากกว่า 5 ปี ถึง 10 ปี ถึงร้อยละ 42.5 ซึ่งใกล้เคียงกับระยะเวลาตามการวินิจฉัยของแพทย์ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 6.77 (SD = 2.94) สำหรับโรคร่วมของกลุ่มตัวอย่างนั้น พบว่ามีถึงร้อยละ 30.8 และโรคร่วมที่พบนั้น ได้แก่ โรคไขมันในเส้นเลือดสูง โรคหัวใจและหลอดเลือด ร้อยละ 23.3 ในเรื่องการดูแลผู้ป่วยนั้น มีกลุ่มตัวอย่างถึงร้อยละ 80.8 ที่ดูแลตนเอง และร้อยละ 16.4 มีบุตรหลานเป็นผู้ดูแล สำหรับระดับความดันโลหิตของกลุ่มตัวอย่างพบว่ามีถึงร้อยละ 43 ที่ยังคงควบคุมระดับความดันโลหิตให้อยู่ในเกณฑ์ปกติไม่ได้ (BP > 130/85 มิลลิเมตรปรอท) และในกลุ่มนี้พบว่ามี ความดันโลหิตสูงระดับ 1 มากที่สุด (ร้อยละ 22.9) คือระดับความดันโลหิตเท่ากับ 140-159 /90-99 mmHg (รายละเอียดดูตารางที่ 3)

### ค่าคะแนนเฉลี่ยความเครียด

ความเครียดของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกเป็นอาการตามระบบต่าง ๆ 7 ระบบ นำเสนอโดยค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและผลการประเมิน ดังแสดงในตารางที่ 4

ตารางที่ 4 แสดงอาการเครียดแยกตามระบบ (n = 214)

อาการ (คะแนนเต็ม)	M	SD	ผลการประเมิน
1. อาการเครียดทางระบบภูมิคุ้มกัน (20 คะแนน)	6.97	1.70	เครียดมาก
2. อาการเครียดทางต่อมไร้ท่อ (20 คะแนน)	6.59	1.64	เครียดมาก
3. อาการเครียดทางประสาทอัตโนมัติซิมพาเทติก (15 คะแนน)	6.14	1.72	เครียดมาก
4. อาการเครียดทางระบบประสาทอัตโนมัติพาราซิมพาเทติก (15 คะแนน)	5.90	1.65	เครียดมาก
5. อาการเครียดทางอารมณ์ (20 คะแนน)	7.47	2.01	เครียดปานกลาง
6. อาการเครียดทางกล้ามเนื้อ (15 คะแนน)	6.83	1.96	เครียดปานกลาง
7. อาการเครียดทางความคิด (15 คะแนน)	6.56	2.03	เครียดปานกลาง
คะแนนรวมเฉลี่ย (120 คะแนน)	46.46	7.99	เครียดมาก

หมายเหตุ เกณฑ์การแบ่งระดับผลการประเมินในบทที่ 3 หน้า 39

จากตารางที่ 4 พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีความเครียดโดยภาพรวมอยู่ในระดับเครียดมาก ซึ่งมีค่าคะแนนรวมเฉลี่ยเท่ากับ 46.46 (SD = 7.99) (เกณฑ์ความเครียดระดับเครียดมากเท่ากับ 36 ถึง 57 คะแนน) เมื่อพิจารณาแต่ละระบบพบว่า กลุ่มตัวอย่างแสดงอาการเครียดในระบบต่าง ๆ ซึ่งผลการประเมินอยู่ในระดับเครียดมาก ได้แก่ อาการเครียดทางระบบภูมิคุ้มกัน (M = 6.97, SD = 1.70) อาการเครียดทางต่อมไร้ท่อ (M = 6.59, SD = 1.64) อาการเครียดทางระบบประสาทอัตโนมัติซิมพาเทติก (M = 6.14, SD = 1.72) และอาการเครียดทางระบบประสาทอัตโนมัติพาราซิมพาเทติก (M = 5.90, SD = 1.65) อาการเครียดในระดับปานกลาง ได้แก่ อาการเครียดทางอารมณ์ (M = 7.47, SD = 2.01) อาการเครียดทางกล้ามเนื้อ (M = 6.83, SD = 1.96) และอาการเครียดทางความคิด (M = 6.56, SD = 2.03)

ความเครียดของกลุ่มตัวอย่างจำแนกเป็นรายข้อนำเสนอโดยค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบน  
มาตรฐาน จากค่าคะแนนเฉลี่ยมากที่สุดถึงน้อยที่สุด ดังตารางที่ 5

ตารางที่ 5 แสดงอาการเครียดรายข้อ (n = 214)

อาการ (คะแนนเต็ม 5 คะแนน)	M	SD
1. ความจำไม่ดี	2.52	.97
2. กล้ามเนื้อตึงหรือปวด	2.36	.88
3. ปวดหัวจากความตึงเครียด	2.36	.96
4. รู้สึกเหนื่อยง่าย	2.23	.92
5. ปวดศีรษะข้างเดียว	2.23	.76
6. หัวใจเต้นเร็ว	2.17	.76
7. ความอยากอาหารเปลี่ยนแปลง	2.12	.77
8. ปวดหลัง	2.11	.91
9. โกรธหรือหงุดหงิด	2.11	.78
10. ตับสั่น	2.05	.86
11. รู้สึกวิตกกังวล	2.03	.74
12. ปากแห้ง คอแห้ง	2.02	.86
13. ตั้งสมาธิยาก	1.99	.89
14. รู้สึกไม่ค่อยสบายหรือป่วยอยู่เสมอ	1.88	.71
15. เป็นหวัดบ่อย	1.87	.72
16. อุณหภูมิร่างกายเปลี่ยนแปลงไม่เหมือนปกติ	1.79	.70
17. ท้องเสีย	1.76	.75
18. เจ็บหน้าอก	1.73	.74
19. คับข้องใจ	1.70	.78
20. เจ็บคอหรือเจ็บในปาก	1.66	.67
21. รู้สึกเศร้า	1.63	.65

ตารางที่ 5 (ต่อ)

อาการ	M	SD
22. เป็นโรคมึนหัว	1.56	.62
23. ผิวเป็นผื่นเป็นสิ่ว	1.50	.63
24. ประจำเดือนมีปัญหา	1.07	.31
คะแนนรวมเฉลี่ย	46.46	7.99

จากตารางที่ 5 อาการแสดงอาการเครียดรายข้อ ซึ่งมีคะแนนเต็มข้อละ 5 คะแนน พบว่าอาการความจำไม่ดี ( $M = 2.52, SD = .97$ ) อาการกล้ามเนื้อตึงหรือปวด ( $M = 2.36, SD = .88$ ) และปวดหัวจากความตึงเครียด ( $M = 2.36, SD = .96$ ) เป็นอาการที่แสดงออกมากที่สุดตามลำดับ ส่วนอาการที่แสดงออกรายข้อที่พบน้อยที่สุดได้แก่ ประจำเดือนมีปัญหา ( $M = 1.07, SD = .31$ ) ผิวเป็นผื่นเป็นสิ่ว ( $M = 1.50, SD = .63$ ) และเป็นโรคมึนหัว ( $M = 1.56, SD = .62$ ) ตามลำดับ

ผลการประเมินระดับความเครียดของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามระดับความรุนแรงของความเครียด แจกแจงด้วยความถี่และร้อยละ ดังตารางที่ 6

ตารางที่ 6 แสดงผลการประเมินระดับความเครียดของกลุ่มตัวอย่าง ( $n = 214$ )

ระดับความเครียด	จำนวน	ร้อยละ	M	SD
เครียดน้อย	0	0	0	0
เครียดปานกลาง	24	11.2	33.92	1.95
เครียดมาก	169	79.0	46.41	5.46
เครียดรุนแรง	21	9.8	61.24	2.83
รวม	214	100	46.46	7.99

จากตารางที่ 6 พบว่ากลุ่มตัวอย่างทุกคนมีความเครียดโดยส่วนใหญ่อยู่ในระดับเครียดมาก (ร้อยละ 79.0) และรองลงมาคือเครียดปานกลาง (ร้อยละ 11.2) และเครียดรุนแรง (ร้อยละ 9.8)

### ค่าคะแนนเฉลี่ยสาเหตุความเครียด

ด้านสาเหตุของความเครียดนั้น เครื่องมือนี้ ได้แยกสาเหตุของความเครียดออกเป็น 6 ด้าน นำเสนอโดยค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและผลการประเมิน ดังแสดงในตารางที่ 7

ตารางที่ 7 แสดงสาเหตุความเครียดรายด้าน (n = 214)

สาเหตุ (คะแนนเต็ม)	M	SD	ผลการประเมิน
1. เครียดเรื่องครอบครัว (20 คะแนน)	9.40	2.19	ทำให้เครียดมาก
2. เครียดจากสิ่งแวดล้อม (20 คะแนน)	7.33	1.95	ทำให้เครียดมาก
3. เครียดด้านการเงิน (15 คะแนน)	7.25	2.19	ทำให้เครียดปานกลาง
4. เครียดทางสังคม (10 คะแนน)	4.10	1.34	ทำให้เครียดปานกลาง
5. เครียดเรื่องงาน (35 คะแนน)	14.16	3.87	ทำให้เครียดน้อย
6. เครียดเรื่องส่วนตัว (20 คะแนน)	6.97	1.76	ทำให้เครียดน้อย
คะแนนรวมเฉลี่ย (120 คะแนน)	49.21	7.47	ทำให้เครียดปานกลาง

หมายเหตุ เกณฑ์การประเมินสาเหตุความเครียดในบทที่ 3 หน้า 38

จากตารางที่ 7 พบว่า สาเหตุความเครียดทั้ง 6 ด้าน ทำให้กลุ่มตัวอย่างมีความเครียดในระดับปานกลาง ซึ่งมีค่าคะแนนรวมเฉลี่ยเท่ากับ 49.21 (SD = 7.47) เมื่อพิจารณาสาเหตุความเครียดรายด้าน พบว่าสาเหตุที่ทำให้เกิดความเครียดมากที่สุดได้แก่ เรื่องครอบครัว มีค่าคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 9.40 (SD = 2.19) และเรื่องสิ่งแวดล้อม (M = 7.33, SD = 1.95) ส่วนสาเหตุความเครียดที่ทำให้กลุ่มตัวอย่างมีความเครียดปานกลาง ได้แก่ สาเหตุด้านการเงิน (M = 7.25, SD 2.19) และสาเหตุทางสังคม (M = 4.10, SD 1.34) และสาเหตุความเครียดทำให้ กลุ่มตัวอย่างมีความเครียดน้อย ได้แก่ เครียดเรื่องงาน (M = 14.16, SD = 3.87) และเครียดเรื่องส่วนตัว (M = 6.97, SD = 1.76)

สาเหตุความเครียดของกลุ่มตัวอย่างนั้น สามารถจำแนกเป็นรายชื่อ จากค่าคะแนนเฉลี่ยมากที่สุดถึงน้อยที่สุด ดังตารางที่ 8

ตารางที่ 8 แสดงสาเหตุของความเครียดรายข้อ (n=214)

สาเหตุ (คะแนนเต็ม 5 คะแนน)	M	SD
1. เงินไม่พอใช้จ่าย	2.71	.98
2. รายจ่ายเพิ่มขึ้น	2.65	.92
3. บาดเจ็บหรือเจ็บป่วย	2.51	.95
4. ทำงานที่ได้รับมอบหมายไม่สำเร็จ	2.50	.76
5. ครอบครัวขัดแย้งกันในเรื่องเงินหรืองานในบ้าน	2.49	.71
6. มีความขัดแย้งกับคนใดคนหนึ่งในบ้าน	2.44	.78
7. ชีวิตคู่มีปัญหา	2.32	.77
8. เป็นกังวลกับสารพิษและมลภาวะในอากาศ น้ำ เสียง ดิน	2.19	.79
9. งานที่รับผิดชอบมากเกินไป	2.16	.82
10. มีความลำบากที่จะทำให้อย่างที่ครอบครัวต้องการ	2.15	.81
11. กลัวทำงานผิดพลาด	2.15	.83
12. รู้สึกว่าต้องแข่งขันหรือเปรียบเทียบ	2.06	.82
13. รู้สึกต้องระมัดระวังเมื่อเข้าสังคม	2.04	.74
14. รู้สึกกดดันว่าต้องให้ผลงานออกมาดี	2.00	.84
15. ในชุมชนที่อยู่มีอาชญากรรมเล็ก ๆ น้อย ๆ และมีการ ทำลายทรัพย์สิน	1.95	.85
16. ไม่มีเงินพอสำหรับการพักผ่อนหย่อนใจ	1.89	.80
17. การจัดการ ในที่ทำงานมีความขัดแย้ง	1.89	.82
18. งานน่าเบื่อ	1.80	.81
19. มีโอกาสน้อยในเรื่องความก้าวหน้า	1.67	.72
20. ไม่มีที่พักผ่อนหย่อนใจในชุมชน	1.66	.64
21. ไปไม่ถึงเป้าหมายที่วางไว้	1.65	.79
22. ไม่มีเวลาให้ตนเอง	1.65	.67
23. มีปัญหาการจราจร การจอดรถ การเดินทาง	1.53	.63
24. รู้สึกตนเองไม่สวยหรือไม่มีเสน่ห์	1.15	.41
คะแนนรวมเฉลี่ย (คะแนนเต็ม 120 คะแนน)	49.21	7.47



จากตารางที่ 8 สาเหตุความเครียดรายข้อ ซึ่งแต่ละข้อมีคะแนนเต็ม 5 คะแนน พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีสาเหตุความเครียดมากที่สุดได้แก่ เงินไม่พอใช้จ่าย ( $M = 2.71, SD = .98$ ) รองลงมาคือรายจ่ายเพิ่มขึ้น ( $M = 2.65, SD = .92$ ) และขาดเงินหรือเจ็บป่วย ( $M = 2.50, SD = .99$ ) ตามลำดับ และสาเหตุความเครียดรายข้อน้อยที่สุดได้แก่ รู้สึกตนเองไม่สวยหรือไม่มีเสน่ห์ ( $M = 1.15, SD = .41$ ) รองลงมาคือ มีปัญหาการจราจร การเดินทาง การจอดรถ ( $M = 1.53, S.D = .63$ ) และไม่มีเวลาให้ตนเอง ( $M = 1.65, SD = .67$ )

### บุคลิกภาพ

บุคลิกภาพของกลุ่มตัวอย่างนั้นสามารถจำแนกกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 2 กลุ่ม คือ บุคลิกภาพแบบเอและบี ดังแสดงในตารางที่ 9

ตารางที่ 9 แสดงบุคลิกภาพของกลุ่มตัวอย่าง

บุคลิกภาพ	จำนวน	ร้อยละ	M	SD
A	47	22	113.30	9.79
B	167	78	71.80	18.14
รวม	214	100	80.92	23.95

จากตารางที่ 9 พบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีบุคลิกภาพแบบบี ร้อยละ 78 และบุคลิกภาพแบบเอ ร้อยละ 22

บุคลิกภาพของกลุ่มตัวอย่าง สามารถประเมินได้โดยแบบสอบถาม โดยแบ่งบุคลิกภาพเป็นแบบเอและบี แสดงเป็นรายข้อ นำเสนอโดยค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ดังตารางที่ 10 และตารางที่ 11

ตารางที่ 10 แสดงค่าคะแนนเฉลี่ยรายข้อบุคลิกภาพแบบเอ (n = 47)

ข้อที่	M	SD
1. ไม่เคยมาสาย	21.96	3.00
2. ทำอะไรรวดเร็วเช่น เดิน กิน	17.81	4.90
3. เป็นคนเคร่งเครียดเมื่อมีแรงกดดัน	16.85	5.50
4. ชอบการแข่งขัน	16.66	5.51
5. เป็นคนเก็บกด	14.43	5.54
6. ไม่ค่อยสนใจสิ่งรอบ ๆ ตัว	12.70	5.97
7. ทำงานหลายอย่างในเวลาเดียวกัน	12.64	7.68
คะแนนรวมเฉลี่ย	113.30	9.79

จากตารางที่ 10 พบว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีลักษณะบุคลิกภาพแบบเอ มีค่าคะแนนเฉลี่ยเรื่องไม่เคยมาสายมากที่สุด (M = 21.96, SD = 3.00) รองลงมาคือทำอะไรรวดเร็ว (M = 17.81, SD = 4.90) และเป็นคนเคร่งเครียดเมื่อมีแรงกดดัน (M = 16.85, SD = 5.50)

ตารางที่ 11 แสดงค่าคะแนนเฉลี่ยรายข้อบุคลิกภาพแบบบี (n = 167)

ข้อที่	M	SD
1. มาสายประจำ	19.89	5.19
2. ทำอะไรเชื่องช้าเช่น เดิน กิน	12.97	6.31
3. สนใจทุกอย่างรอบ ๆ ตัว	10.29	5.85
4. เป็นคนเปิดเผย	8.77	5.38
5. เป็นคนสบาย ๆ ถึงแม้จะมีแรงกดดัน	7.38	4.90
6. ไม่ชอบการแข่งขัน	6.81	5.33
7. ทำงานทีละอย่าง	5.69	4.77
คะแนนรวมเฉลี่ย	71.80	18.14

จากตารางที่ 11 ลักษณะของกลุ่มตัวอย่างแบบปีที่มีค่าคะแนนเฉลี่ยมากที่สุดได้แก่ มาสายประจำ ( $M = 19.89$ ,  $SD = 5.19$ ) รองลงมาคือทำอะไรเรื่องซ้ำ ( $M = 12.97$ ,  $SD = 6.31$ ) และ สนใจทุกอย่างรอบ ๆ ตัว ( $M = 10.29$ ,  $SD = 5.85$ )

### ค่าคะแนนเฉลี่ยการสนับสนุนทางสังคม

การสนับสนุนทางสังคมของกลุ่มตัวอย่างนี้ แบ่งเป็น 5 ด้าน นำเสนอโดยค่าเฉลี่ย และ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ดังแสดงในตารางที่ 12

ตารางที่ 12 แสดงค่าคะแนนเฉลี่ยการสนับสนุนทางสังคมเป็นรายด้าน ( $n = 214$ )

การสนับสนุนทางสังคม (คะแนนเต็ม)	M	SD
1. ด้านการเอื้อประโยชน์ต่อผู้อื่น (25 คะแนน)	20.40	2.96
2. ด้านการมีส่วนร่วมหรือเป็นส่วนหนึ่งของสังคม (25 คะแนน)	20.13	3.30
3. ด้านการยอมรับว่าเป็นผู้มีคุณค่า (25 คะแนน)	20.01	2.56
4. ด้านความใกล้ชิดรักใคร่ผูกพัน (25 คะแนน)	19.79	3.03
5. การได้รับความช่วยเหลือด้านต่าง ๆ (25 คะแนน)	19.02	2.58
ค่าคะแนนรวมเฉลี่ย (125 คะแนน ระดับการสนับสนุนทางสังคมมาก)	99.35	11.32

จากตารางที่ 12 พบว่ากลุ่มตัวอย่างได้รับการสนับสนุนทางสังคมในภาพรวมในระดับ มาก ซึ่งมีค่าคะแนนรวมเฉลี่ยเท่ากับ 99.35 ( $SD = 11.32$ ) และเมื่อพิจารณาการสนับสนุนทางสังคม ในแต่ละด้านพบว่า ด้านที่ได้รับการสนับสนุนทางสังคมมากที่สุด ได้แก่ ด้านการเอื้อประโยชน์ ต่อผู้อื่น ( $M = 20.40$ ,  $SD = 2.96$ ) รองลงมาคือ ด้านการมีส่วนร่วมหรือเป็นส่วนหนึ่งของสังคม ( $M = 20.13$ ,  $SD = 3.30$ ) ด้านการยอมรับว่าเป็นผู้มีคุณค่า ( $M = 20.01$ ,  $SD = 2.56$ ) ด้านความใกล้ชิด รักใคร่ผูกพัน ( $M = 19.79$ ,  $SD = 3.03$ ) และด้านการได้รับความช่วยเหลือด้านต่าง ๆ ( $M = 19$ ,  $SD = 2.58$ ) เรียงตามลำดับ

การสนับสนุนทางสังคมของกลุ่มตัวอย่างสามารถจำแนกเป็นรายชื่อ จากค่าคะแนนเฉลี่ย ที่มากที่สุด ถึงน้อยที่สุด ดังตารางที่ 13

ตารางที่ 13 แสดงค่าคะแนนเฉลี่ยการสนับสนุนทางสังคมเป็นรายข้อ (n = 214)

การสนับสนุนทางสังคม (คะแนนเต็ม 5 คะแนน)	M	SD
1. มีความสุขที่จะได้รับอะไรเป็นพิเศษเล็ก ๆ น้อย ๆ ที่ทำให้ครอบครัวมีความสุขมากขึ้น	4.35	.70
2. รู้สึกว่าสมาชิกในครอบครัวบางคนที่รักและห่วงใยอาหาร	4.29	.75
3. รู้สึกว่าตนเองมีความสำคัญที่ได้เป็นส่วนหนึ่งของครอบครัว	4.25	.77
4. เมื่อเจ็บป่วยจะมีสมาชิกในครอบครัวที่ให้คำแนะนำว่าควร จะดูแลตนเองอย่างไร	4.24	.84
5. สมาชิกในครอบครัวต่างให้ความช่วยเหลือเกื้อกูลซึ่งกันและกัน	4.24	.76
6. มีสมาชิกในครอบครัวที่สามารถจะดูแลเวลาที่ต้องการความช่วยเหลือในช่วงเวลายาวนาน	4.20	.76
7. เมื่อรู้สึกไม่สบายใจ มีสมาชิกในครอบครัวที่สามารถอยู่ด้วยและระบายความรู้สึกให้ฟังได้	4.16	.96
8. ครอบครัวยินดีให้ความช่วยเหลือแม้ว่าจะไม่สามารถตอบแทนได้	4.16	.83
9. มีสมาชิกในครอบครัวบางคนที่สามารถจะทำกิจกรรมทางสังคมและกิจกรรมทางสันตนาการร่วมกันได้	4.15	.90
10. รู้สึกว่าสมาชิกในครอบครัวชื่นชม ในฐานะที่เป็นสมาชิกคนหนึ่งในครอบครัว	4.13	.75
11. มีโอกาสทำกิจกรรมร่วมกับบุคคลในครอบครัวที่สนใจเช่นเดียวกัน	4.13	.76
12. ครอบครัวแสดงให้เห็นทราบว่าพวกเขา รู้สึกมีความสุข สนุกสนานที่ได้มีโอกาสทำกิจกรรมร่วมกัน	4.12	.82
13. มีส่วนรับผิดชอบในการช่วยเหลือคนที่ต้องการความช่วยเหลือ	4.12	.85
14. ครอบครัวแสดงให้เห็นรู้สึกว่า มีความสำคัญในการช่วยประคับประคองชีวิตครอบครัว ซึ่งทำให้กิจกรรมต่าง ๆ ในครอบครัวดำเนินไปได้	4.09	.89
15. มีโอกาสให้การสนับสนุนและให้กำลังใจแก่สมาชิกในครอบครัว ให้มีการพัฒนาความสนใจและทักษะในการทำกิจกรรมต่าง ๆ	4.08	.87
16. ในครอบครัวมีบุคคลที่ทำให้รู้สึกใกล้ชิดและปลอดภัย	4.04	.93
17. มีหน้าที่ที่ต้องรับผิดชอบในการเตรียมให้ความช่วยเหลือในยามที่ครอบครัวต้องการ	4.01	.92

ตารางที่ 13 (ต่อ)

การสนับสนุนทางสังคม (คะแนนเต็ม 5 คะแนน)	M	SD
18. มีความรู้สึกว่าคุณเองเป็นที่ต้องการของครอบครัว	4.00	.87
19. มีความสัมพันธ์กับสมาชิกในครอบครัวอย่างเพียงพอทำให้รู้สึกว่าเป็นคนพิเศษ	4.00	.99
20. ครอบครัวแสดงให้เห็นทราบว่าทำงานต่าง ๆ ได้ดีขึ้น	3.97	.92
21. เมื่อต้องการคำแนะนำในการแก้ปัญหาจะมีสมาชิกในครอบครัวที่ช่วยเหลือในการวางแผนและจัดการกับสถานการณ์นั้น	3.80	1.08
22. มีสมาชิกในครอบครัวบางคนคิดว่าไม่ได้เป็นสมาชิกที่ดีอย่างที่ควรจะเป็น	3.77	1.16
23. ไม่สามารถพึ่งพาญาติพี่น้องและเพื่อน ได้เมื่อมีปัญหา	3.53	1.35
24. รู้สึกว่าไม่มีสมาชิกในครอบครัวมีปัญหาเหมือนกัน	3.14	1.15
25. มีโอกาสไม่มากนักในชีวิต ที่จะเป็นผู้ให้การดูแลเอาใจใส่หรือ ช่วยเหลือครอบครัว	2.42	1.34
ค่าคะแนนรวมเฉลี่ย (ระดับมาก)	99.35	11.32

จากตารางที่ 13 พบว่า 3 อันดับแรกของการสนับสนุนทางสังคมที่กลุ่มตัวอย่างได้รับมากที่สุด ได้แก่ กลุ่มตัวอย่างได้รับการสนับสนุนเรื่องการได้รับอะไรพิเศษเล็ก ๆ น้อย ๆ ที่ทำให้ครอบครัวมีความสุข ( $M = 4.35, SD = .70$ ) การรู้สึกว่ามีสมาชิกในครอบครัวที่รักและห่วงใยอาหาร ( $M = 4.29, SD = .75$ ) และ รู้สึกว่าคุณเองมีความสำคัญที่ได้เป็นส่วนหนึ่งของครอบครัว ( $M = 4.25, SD = .77$ ) ตามลำดับ และ 3 อันดับสุดท้ายของการสนับสนุนทางสังคมที่กลุ่มตัวอย่างได้รับน้อยที่สุด ได้แก่ การสนับสนุนเรื่องการมีโอกาสไม่มากนักในชีวิตที่จะเป็นผู้ให้การดูแลช่วยเหลือครอบครัวของตนเอง ( $M = 2.42, SD = 1.34$ ) รู้สึกว่าไม่มีสมาชิกในครอบครัวมีปัญหาเหมือนตนเอง ( $M = 3.14, SD = 1.15$ ) และไม่สามารถพึ่งพาญาติพี่น้องได้เมื่อมีปัญหา ( $M = 3.53, SD = 1.35$ ) ตามลำดับ

### ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความเครียด

ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความเครียดในงานวิจัยนี้มี 5 ปัจจัย ได้แก่ เพศ ระยะเวลาการเป็นโรค สาเหตุความเครียด การสนับสนุนทางสังคม และบุคลิกภาพ ซึ่งปัจจัยด้านเพศวิเคราะห์ความสัมพันธ์โดยสหสัมพันธ์พอยท์ไบเซรียล (Point - Biserial Correlation) และปัจจัย

ด้านระยะเวลาการเป็นโรค สาเหตุความเครียด การสนับสนุนทางสังคม และบุคลิกภาพ วิเคราะห์ความสัมพันธ์โดยสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สัน (Pearson Product-Moment Correlation) ผลการวิเคราะห์ข้อมูลนำเสนอด้วยค่าความสัมพันธ์ ดังแสดงในตารางที่ 14

ตารางที่ 14 แสดงความสัมพันธ์ของตัวแปรต่าง ๆ

ตัวแปรอิสระ	ความเครียด	สาเหตุความเครียด	การสนับสนุนทางสังคม	ระยะเวลาการเป็นโรค	บุคลิกภาพ	เพศ
-เพศ	.028	.000	-.006	.075	.086	
-บุคลิกภาพ	.118	.246**	-.139*	-.104		.028
เอ (n=47)	.133	.080	.131	.080		.061
บี (n=167)	.106	.116	-.155*	-.112		-.076
-ระยะเวลาการเป็นโรค	-.163*	-.171*	-.005			
-การสนับสนุนทางสังคม	-.003	-.172*				
-สาเหตุความเครียด	.439**					

\*\*p<.01  
\* p<.05

จากตารางที่ 14 พบว่าระยะเวลาการเป็นโรคมีความสัมพันธ์ทางลบกับความเครียดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $r = -.163, p < .05$ ) และสาเหตุความเครียดมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความเครียดของผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $r = .439, p < .01$ ) ซึ่งเป็นไปตามสมมุติฐานข้อที่ 3 และ 5 ส่วนเพศ บุคลิกภาพ และการสนับสนุนทางสังคมไม่มีความสัมพันธ์กับความเครียดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และพบว่าบุคลิกภาพมีความสัมพันธ์กับสาเหตุความเครียดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $r = .239, p < .01$ ) และบุคลิกภาพมีความสัมพันธ์ทางลบกับการสนับสนุนทางสังคมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $r = -.139, p < .05$ ) บุคลิกภาพแบบบีมีความสัมพันธ์ทางลบกับการสนับสนุนทางสังคมในระดับต่ำอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

( $r = -.155, p < .05$ ) ระยะเวลาการเป็นโรคมักมีความสัมพันธ์ทางลบกับสาเหตุความเครียดในระดับต่ำ  
อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $r = -.171, p < .05$ ) และ การสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางลบ  
ในระดับต่ำกับสาเหตุความเครียดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $r = -.172, p < .05$ )

มหาวิทยาลัยบูรพา  
Burapha University