

บทที่ 5

สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัย เรื่อง ความสัมพันธ์ระหว่างประสิทธิภาพการบริหารเวลา ความเครียดในการทำงาน และผลการปฏิบัติงานของบุคลากร คณะวิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม มีประเด็นสำคัญในการนำเสนอตามลำดับ ดังนี้

สรุปผลการวิจัย

การวิจัย เรื่อง ความสัมพันธ์ระหว่างประสิทธิภาพการบริหารเวลา ความเครียดในการทำงาน และผลการปฏิบัติงานของบุคลากร คณะวิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม สามารถสรุปได้ดังนี้

1. บุคลากรส่วนใหญ่เป็นเพศหญิงมีจำนวน 32 คน คิดเป็นร้อยละ 76.2 รองลงมาเป็นเพศชาย มีจำนวน 10 คน คิดเป็นร้อยละ 23.8
2. บุคลากรส่วนใหญ่มีอายุระหว่าง 30 – 40 ปี จำนวน 27 คน คิดเป็นร้อยละ 52.9 รองลงมาอายุน้อยกว่า 30 ปี จำนวน 16 คน คิดเป็นร้อยละ 31.4
3. บุคลากรคณะวิทยาการจัดการ ส่วนใหญ่มีการศึกษาระดับปริญญาโท มีจำนวน 36 คน คิดเป็นร้อยละ 85.7 รองลงมา มีวุฒิการศึกษาระดับปริญญาเอก มีจำนวน 6 คน คิดเป็นร้อยละ 14.3
4. บุคลากรคณะวิทยาการจัดการมีสถานภาพโสด มีจำนวน 26 คน คิดเป็นร้อยละ 62.0 และสถานภาพสมรส มีจำนวน 13 คน คิดเป็นร้อยละ 31.0
5. บุคลากรคณะวิทยาการจัดการส่วนใหญ่มีประสบการณ์ทำงานในตำแหน่งปัจจุบัน 5 – 10 ปี มีจำนวน 18 คน คิดเป็นร้อยละ 42.9 รองลงมา มีประสบการณ์ทำงานในตำแหน่งปัจจุบันน้อยกว่า 5 ปี มีจำนวน 13 คน คิดเป็นร้อยละ 31.0
6. บุคลากรคณะวิทยาการจัดการส่วนใหญ่มีเงินเดือนอยู่ระหว่าง 25,001 – 35,000 บาท มีจำนวน 28 คน คิดเป็นร้อยละ 66.7 และรองลงมาได้แก่ บุคลากรมีเงินเดือน 15,000 – 25,000 บาท มีจำนวน 9 คน คิดเป็นร้อยละ 21.4
7. บุคลากรคณะวิทยาการจัดการมีความคิดเห็นด้วยเกี่ยวกับประสิทธิภาพการบริหารเวลาโดยรวม อยู่ในระดับมาก
8. บุคลากรคณะวิทยาการจัดการมีความคิดเห็นด้วยเกี่ยวกับความเครียดในการทำงานโดยรวม อยู่ในระดับมาก

9. บุคลากรคณะวิทยาการจัดการมีความคิดเห็นด้วยเกี่ยวกับผลการปฏิบัติงาน โดยรวม อยู่ในระดับมาก

10. บุคลากรคณะวิทยาการจัดการที่มีเพศแตกต่างกัน มีประสิทธิภาพการบริหารเวลาแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

11. บุคลากรคณะวิทยาการจัดการที่มีระดับการศึกษาแตกต่างกัน มีประสิทธิภาพการบริหารเวลาแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

12. บุคลากรคณะวิทยาการจัดการที่มีเงินเดือนแตกต่างกัน มีความเครียดในการทำงานแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

13. บุคลากรคณะวิทยาการจัดการที่มีประสบการณ์การทำงานในตำแหน่งงานปัจจุบันแตกต่างกัน มีผลการปฏิบัติงานแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

14. ประสิทธิภาพการบริหารเวลามีความสัมพันธ์กับความเครียดในการทำงานของบุคลากรคณะวิทยาการจัดการ

15. ประสิทธิภาพการบริหารเวลามี ความสัมพันธ์กับผลการปฏิบัติงานของบุคลากรคณะวิทยาการจัดการ

16. ความเครียดในการทำงานมี ความสัมพันธ์กับผลการปฏิบัติงานของบุคลากรคณะวิทยาการจัดการ

อภิปรายผลการวิจัย

1. บุคลากรคณะวิทยาการจัดการมีความคิดเห็นด้วยเกี่ยวกับประสิทธิภาพการบริหารเวลา โดยรวม อยู่ในระดับมาก เนื่องจากคณะวิทยาการจัดการได้มีนโยบายให้บุคลากรในคณะมีการจัดการเรื่องของการบริหารเวลาเป็นอย่างดี เพื่อให้บุคลากรทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ และทันต่อเวลาที่ต้องการ ได้อย่างเหมาะสม และปฏิบัติงานได้ตามลำดับขั้นตอนเป็นอย่างดี สอดคล้องกับงานวิจัยของรัชชดา อรุณแสงฉาน (2543 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการบริหารเวลาตามกระบวนการบริหารกับผลการปฏิบัติงานของโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา เขตการศึกษา 12 พบว่า การบริหารเวลาตามกระบวนการบริหารของผู้บริหาร โรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา เขตการศึกษา 12 โดยภาพรวม สามารถบริหารเวลาได้เหมาะสมค่อนข้างมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ผู้บริหารสามารถใช้เวลาอย่างเหมาะสมอยู่ในระดับค่อนข้างมาก

2. บุคลากรคณะวิทยาการจัดการมีความคิดเห็นด้วยเกี่ยวกับความเครียดในการทำงานโดยรวม อยู่ในระดับมาก เนื่องจากคณะวิทยาการจัดการ เกิดการประสานงานและทำงานร่วมกันเป็นน้อยมาก จึงทำให้บุคลากร เกิดความกังวลเรื่องบทบาทของตนเองในองค์กร และสิ่งที่ทำให้บุคลากรในคณะฯ เกิดความเครียดก็คือ ลักษณะงานที่ตนเองรับผิดชอบ ยังไม่แน่ชัด หรือไม่ได้รับการช่วยเหลือจากเพื่อนร่วมงาน สอดคล้องกับงานวิจัยของ ยงยุทธ พิมพา (2545 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาเกี่ยวกับความเครียดและพฤติกรรมการลดความเครียดในการปฏิบัติงานของนักวิชาการศึกษาระดับบัณฑิตศึกษาสังกัดสำนักงานปลัดกระทรวงศึกษาธิการเขตการศึกษา 9 พบว่า นักวิชาการศึกษา โดยรวมและจำแนกตามอายุ เพศ และประสบการณ์มีความเครียดในการปฏิบัติงาน โดยรวม พฤติกรรมลดความเครียดด้านจิตใจและด้านบทบาทหน้าที่อยู่ในระดับมาก

3. บุคลากรคณะวิทยาการจัดการมีความคิดเห็นด้วยเกี่ยวกับผลการปฏิบัติงานโดยรวม อยู่ในระดับมาก เนื่องจาก คณะวิทยาการจัดการ ได้มีการสนับสนุนเรื่องของความก้าวหน้าในหน้าที่การงานเป็นอย่างดี และเอื้ออำนวยต่อการปฏิบัติงานของบุคลากรในคณะฯ เป็นอย่างดี จึงทำให้บุคลากรมีผลงานในการปฏิบัติงานที่ดี ส่งผลต่อการบริหารงานของคณะฯ ด้วย ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ เรือนแก้ว จงจิตต์ (2543 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการบริหารเวลากับความเครียดในการปฏิบัติงานของผู้บริหารธนาคารพาณิชย์และแนวทางการพัฒนา พบว่า ผู้บริหารธนาคารพาณิชย์มีการบริหารเวลาในระดับดี

4. บุคลากรคณะวิทยาการจัดการที่มีเพศแตกต่างกัน มีประสิทธิภาพการบริหารเวลาแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 เนื่องจาก การบริหารจัดการทางด้านเวลา ถ้ากล่าวถึงแล้ว เพศหญิงจะมีกฎระเบียบในเรื่องของเวลามากกว่า เพศชาย เพราะเพศหญิงมีข้อจำกัดและมีความรอบคอบ ดังนั้นบุคลากรในคณะฯ จึงมีความคิดที่แตกต่างกันในเรื่องของการบริหารเวลาที่มีประสิทธิภาพ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ Kevin (2007 : Abstract) ได้ศึกษาถึงแนวความคิดของผู้บริหารของโรงเรียนมัธยมศึกษาของรัฐเกี่ยวกับการบริหารจัดการเวลา พบว่ามี ผู้บริหารที่เป็นผู้หญิง จะใช้เวลาในการเป็นผู้นำด้านการสอนมากกว่าผู้ชาย

5. บุคลากรคณะวิทยาการจัดการที่มีระดับการศึกษาแตกต่างกัน มีประสิทธิภาพการบริหารเวลาแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 เนื่องจาก การที่บุคลากรที่มีระดับการศึกษาที่สูง จะมีการบริหารจัดการเวลามากกว่า บุคลากรที่มีการศึกษาระดับต่ำ เพราะการจัดการเวลาสำหรับผู้ที่มีการศึกษาในระดับสูงจะต้องมีความรับผิดชอบมาก จึงจะประสบความสำเร็จได้ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ เรือนแก้ว จงจิตต์ (2543 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการบริหารเวลากับความเครียดในการปฏิบัติงานของผู้บริหารธนาคารพาณิชย์และแนวทางการพัฒนา

พบว่า ผู้บริหารธนาคารพาณิชย์มีการบริหารเวลาในระดับดี และไม่มีความแตกต่างกันไม่ว่าจะมีอายุวุฒิการศึกษา ตำแหน่ง อาชีพการบริหาร และขนาดของธนาคารต่างกัน

6. บุคลากรคณะวิทยาการจัดการที่มีเงินเดือนแตกต่างกัน มีความเครียดในการทำงานแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 เนื่องจาก การที่บุคลากรมีเงินเดือนน้อยกว่า จะทำให้เกิดความเครียดมากกว่า บุคลากรที่มีเงินเดือนสูงกว่า เพราะบุคลากรที่มีเงินเดือนน้อยกว่านั้นจะส่งผลต่อการบริหารจัดการ เนื่องจาก อาจจะไม่มียอดเงินที่เพียงพอต่อการใช้ในการชีวิตประจำวันก็ได้ และอีกเรื่องก็คือ เงินเดือนเป็นตัวบ่งชี้ในการทำงานด้วย ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของเมตตา สิงห์คำป้อม (2544 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาเกี่ยวกับความเครียดของพนักงานบริษัทเงินทุนหลักทรัพย์เกียรตินาคนิคม จำกัด (มหาชน) พบว่า ในเรื่องรายได้พนักงานที่มีรายได้สูงมีความเครียดในการปฏิบัติงานมากกว่าพนักงานที่มีรายได้ต่ำ พนักงานแผนกการตลาดเข้าซื้อรถยนต์ มีความเครียดสูงกว่าพนักงานแผนกเร่งรัดหนี้สินแผนกสินเชื่อบ้านและที่ดิน และพนักงานแผนกปฏิบัติการ

7. บุคลากรคณะวิทยาการจัดการที่มีประสบการณ์การทำงานในตำแหน่งงานปัจจุบันแตกต่างกัน มีผลการปฏิบัติงานแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 เนื่องจาก บุคลากรที่มีประสบการณ์ในการทำงานมากกว่า จะทำให้มีผลการปฏิบัติงานที่ดีกว่า เพราะมีความเชี่ยวชาญ และสามารถแก้ไขปัญหาสถานการณ์ที่เกิดขึ้นได้

8. ประสิทธิภาพการบริหารเวลา มีความสัมพันธ์กับความเครียดในการทำงานของบุคลากรคณะวิทยาการจัดการ เนื่องจาก การจัดการด้านเวลา ถ้ามีการบริหารจัดการด้านเวลาที่ดี ก็จะไม่เกิดความเครียดขึ้นได้ สิ่งนี้เป็นตัวบ่งบอกถึงความสัมพันธ์ระหว่างประสิทธิภาพการบริหารเวลา ถ้าทางคณะฯ มีการสนับสนุนให้บุคลากรมีการจัดการเวลาในการปฏิบัติงาน ก็จะทำให้บุคลากรเกิดความเครียดน้อยลงด้วย ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ Claessens และ คณะ (2007 : Abstract) ได้ศึกษาการทบทวนงานวิจัยของการบริหารเวลาพบว่า การทบทวนงานวิจัยแสดงให้เห็นว่าพฤติกรรมการบริหารเวลา มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความเข้าใจการควบคุมเวลา ความพอใจในงาน และสุขภาพ และมีความสัมพันธ์ทางลบกับความเครียด ความสัมพันธ์กับงานและผลการปฏิบัติงานยังไม่ชัดเจน การฝึกอบรมการบริหารเวลาเป็นการเพิ่มทักษะในการบริหารเวลาแต่ไม่ได้ทำให้ผลการปฏิบัติงานดีขึ้นเรื้อนแก้ว จงจิตต์ (2543 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการบริหารเวลากับความเครียดในการปฏิบัติงานของผู้บริหารธนาคารพาณิชย์และแนวทางการพัฒนา พบว่า การบริหารเวลาด้านการตัดสินใจมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความเครียดในการปฏิบัติงาน ด้านบทบาท ด้านการทำงาน ด้านขอบเขตและสภาพแวดล้อม เมื่อผู้บริหารธนาคารพาณิชย์มีการใช้เวลาในการบริหารด้านการตัดสินใจมากจะทำให้เกิดความเครียดในการปฏิบัติงานด้านบทบาท ด้านการทำงาน ด้านขอบเขตและสภาพแวดล้อม มากขึ้นด้วย ความเครียดในการปฏิบัติงานด้านบทบาท

มีความสัมพันธ์ทางบวกกับการบริหารเวลาด้านการวางแผน ด้านการตัดสินใจ และด้านการควบคุม เมื่อผู้บริหารมีความเครียดอยู่ในระดับที่สูงขึ้นมากกว่าระดับปกติจะส่งผลให้ประสิทธิภาพในการบริหารเวลาในด้านการวางแผน ด้านการตัดสินใจ

9. ประสิทธิภาพการบริหารเวลามี ความสัมพันธ์กับผลการปฏิบัติงานของบุคลากร คณะวิทยาการจัดการ เนื่องจาก ประสิทธิภาพการบริหาร นั้นจะส่งผลต่อผลการปฏิบัติงานเป็นอย่างดี ถ้าบุคลากรในคณะฯ มีการบริหารจัดการเวลา ทำให้ตนเองปฏิบัติงานได้ทันต่อความต้องการ และสามารถแก้ไขสถานการณ์ที่เกิดขึ้น ได้ทันต่อเหตุการณ์นั้น ย่อมส่งผลต่อผลการปฏิบัติงานของบุคลากรเองเป็นอย่างมาก Claessens และ คณะ (2007 : Abstract) ได้ศึกษาการทบทวนงานวิจัยของการบริหารเวลาพบว่าการทบทวนงานวิจัยแสดงให้เห็นว่าพฤติกรรมการบริหารเวลามีความสัมพันธ์ทางบวกกับความเข้าใจการควบคุมเวลา ความพอใจในงาน

10. ความเครียดในการทำงานมี ความสัมพันธ์กับผลการปฏิบัติงานของบุคลากรคณะ วิทยาการจัดการ เนื่องจาก ถ้าบุคลากรในคณะมีความเครียดในการทำงานเกิดขึ้น ย่อมส่งผลต่อการปฏิบัติงานเป็นอย่างมาก เพราะถ้าบุคลากรเกิดความเครียดในการปฏิบัติงาน การทำงานของบุคลากรก็จะทำอะไรก็ไม่ประสบความสำเร็จ เพราะเกิดจากความกังวล ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ Steven (2006 : 861) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความเครียดในการทำงาน ความรู้สึกซึมเศร้า ผลการปฏิบัติงาน และการรับรู้ของผู้บังคับบัญชาของทหาร พบว่ามีทหารมากกว่า 1/4 หรือ 27.4 % เป็นโรคความเครียดในการทำงาน และพบว่าความเครียดในการทำงานและความรู้สึกซึมเศร้ามีความสัมพันธ์กัน ทำให้ผลการปฏิบัติงานลดลง งานผิดพลาดเพิ่มมากขึ้น ทำให้สุขภาพทางร่างกายไม่แข็งแรง และปฏิเสธการรับรู้เกี่ยวกับความสามารถของผู้บังคับบัญชา และผู้บังคับบัญชาสูงสุด ความรู้สึกซึมเศร้าและความเครียดในการทำงานมีความสัมพันธ์เชิงบวกซึ่งกันและกัน ผลการวิจัยนี้สนับสนุนการเพิ่มขึ้นของข้อมูล ทำให้เห็นชัดว่าความเครียดในการทำงานเป็นอันตรายต่อสุขภาพในการทำงานของทหาร เพื่อรักษาและป้องกันสุขภาพทางจิตใจของบุคลากร การกำจัดแหล่งที่มาของความเครียดเป็นสิ่งที่สำคัญที่สุดสำหรับทหารอเมริกา

ข้อเสนอแนะจากการวิจัย

1. คณะวิทยาการจัดการควรมีนโยบายในการสนับสนุนให้บุคลากรมีบทบาทในการทำงานให้มากกว่านี้ เพื่อลดความเครียดในการทำงาน
2. คณะวิทยาการจัดการควรให้ความสำคัญเกี่ยวกับการบริหารเวลา เพื่อทำให้เกิดความเครียดในการทำงานลดน้อยลง และเกิดผลการปฏิบัติงานที่ดีของบุคลากร
3. ควรให้ความสำคัญต่อการยกย่องชมเชย แก่บุคลากรเป็นอย่างดี เพื่อให้บุคลากรเกิดขวัญและกำลังใจในการปฏิบัติงาน

ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

จากการศึกษาผู้วิจัยขอเสนอแนะดังนี้

1. ควรศึกษาเกี่ยวกับสาเหตุที่ทำให้บุคลากรในคณะวิทยาการจัดการเกิดความเครียดในการปฏิบัติงาน เพื่อนำมาใช้ในการพัฒนาบุคลากรต่อไป
2. ศึกษาเกี่ยวกับบทบาทหน้าที่ และความสำคัญของการปฏิบัติงาน ที่ส่งผลต่อความเครียดในการทำงาน
3. ควรศึกษาเกี่ยวกับปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดในการทำงาน และผลการปฏิบัติงานของบุคลากรในคณะวิทยาการจัดการ