



คุณภาพชีวิตของพนักงานรักษาความปลอดภัยในมหาวิทยาลัยทักษิณ วิทยาเขตพัทลุง

QUALITY OF LIFE OF SECURITY OFFICERS IN THAKSIN UNIVERSITY PHATTHALUNG CAMPUS

กัญญาณี สมุหเสนีโต¹ วรณภา มานะการณ¹ โสมศิริ เดชารัตน์^{1*}

Kunyanee Samuhaseeneeto¹ Wannapa Manakarn¹ Somsiri Decharat^{1*}

¹สาขาอาชีวอนามัยและความปลอดภัย คณะวิทยาการสุขภาพและการกีฬา มหาวิทยาลัยทักษิณ วิทยาเขตพัทลุง

Occupational Health and Safety Program, Faculty of Health and Sports Science, Thaksin University Phatthalung Campus

*Corresponding author: somsir_9@hotmail.com

บทคัดย่อ

การศึกษานี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาระดับคุณภาพชีวิตของพนักงานรักษาความปลอดภัยในมหาวิทยาลัยทักษิณ วิทยาเขตพัทลุง และเพื่อศึกษาปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตของพนักงานรักษาความปลอดภัยในมหาวิทยาลัยทักษิณ วิทยาเขตพัทลุง กำหนดกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive sampling) รวมจำนวนทั้งหมด 58 คน เก็บตัวอย่างด้วยแบบสอบถามที่มีค่าความเชื่อมั่น 0.87 เกณฑ์คุณภาพชีวิตมี 5 ระดับ และวิเคราะห์ปัจจัยส่วนบุคคลกับระดับคุณภาพชีวิตด้วยสถิติ Chi-square ผลการศึกษาพบว่าพนักงานรักษาความปลอดภัยในมหาวิทยาลัยทักษิณ วิทยาเขตพัทลุง เป็นผู้ชายทั้งหมด 58 คน (ร้อยละ 100) ส่วนใหญ่มีช่วงอายุ 41 ปีขึ้นไป (ร้อยละ 48.3) รายได้จากการประกอบอาชีพ 10,000 – 13,000 บาท จำนวน (ร้อยละ 75.9) ระดับการศึกษามัธยมศึกษา (ร้อยละ 63.8) อายุงานที่ทำในปัจจุบันส่วนใหญ่ มากกว่า 4 ปี (ร้อยละ 34.5) ระยะเวลาการทำงานในหนึ่งวัน ส่วนใหญ่มากกว่า 8 ชั่วโมง (ร้อยละ 77.6) การจัดอบรม พบว่าส่วนใหญ่มีการอบรม (ร้อยละ 96.6) ส่วนใหญ่ไม่ประวัติการประสบอุบัติเหตุ (ร้อยละ 81.0) ผลการศึกษาคุณภาพชีวิตโดยภาพรวมอยู่ในระดับดี และเมื่อจำแนกเป็นรายด้านจากคะแนนเต็ม 5 พบว่า 1) ด้านสุขภาพกาย อยู่ในระดับดีมาก ($\bar{x} = 3.93$; $SD = 0.71$) 2) ด้านจิตใจอยู่ในระดับดีมาก ($\bar{x} = 3.47$; $SD = 0.71$) 3) ด้านสัมพันธภาพสังคม อยู่ในระดับ ($\bar{x} = 3.60$; $SD = 0.66$) และ 4) ด้านสิ่งแวดล้อมอยู่ในระดับดีมาก ($\bar{x} = 3.18$; $SD = 0.75$) ปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ อายุ ระยะเวลาการทำงาน การสูบบุหรี่ การดื่มแอลกอฮอล์ มีความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิตทุกด้านอย่างมีนัยสำคัญ ($p < 0.05$)

คำสำคัญ : คุณภาพชีวิต/พนักงานรักษาความปลอดภัย/มหาวิทยาลัยทักษิณ วิทยาเขตพัทลุง

Abstract

The objective of this study was to study the quality of life of security guards at Thaksin University, and the factors affecting the quality of life of security personnel at Thaksin University, Phatthalung Campus. A total of 58 subjects from purposive sampling were conducted. Data was collected by a questionnaire with a confidence validity of 0.87, and the data was analyzed for quality of life to be 5 levels and analyze personal factors and quality of life levels with Chi-square statistics. The study found that security guards were 58 men, most of whom were aged 41 years or older (48.3 %), occupational income of 10,000 – 13,000 baht, number (75.9 %), secondary education (63.8 %), most current job age, more than 4 years experience (34.5 %), one-day work period, of mostly more than 8 hours a day (77.6 %), had training (96.6%), and most of them had no history of accidents (81 %). The overall quality of life study was



good, and when classified on each side issues, it was found that 1) physical health was very good ($\bar{x} = 3.93$; $SD = 0.71$) 2) psychologically very good ($\bar{x} = 3.47$; $SD = 0.71$) 3). Social relations levels ($\bar{x} = 3.60$; $SD = 0.66$) and 4) environmental levels are very good ($\bar{x} = 3.18$; $SD = 0.75$), respectively. The factors correlated with quality of life were age, duration of work, smoking, and drinking alcohol significantly associated with all aspects of quality of life ($p < 0.05$).

Keywords: Quality of life/ Security personnel /Thaksin University Phatthalung Campus

บทนำ

คุณภาพชีวิตตามองค์ประกอบของเครื่องมือวัดคุณภาพชีวิตขององค์การอนามัยโลกประกอบด้วย 4 ด้าน ได้แก่ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านสัมพันธภาพทางสังคม และด้านสิ่งแวดล้อม¹ สามารถนำไปประยุกต์ใช้เพื่อวัดคุณภาพชีวิตของประชาชนในบริบทต่างๆ ได้ ซึ่งคุณภาพชีวิตจะเหมาะสมหรือไม่องค์ประกอบสำคัญคือการมีอาชีพที่มั่นคงและสามารถเอื้อหนุนให้มีปัจจัย 4 ในการดำรงชีวิตได้ อาชีพพนักงานรักษาความปลอดภัยเป็นอาชีพที่ต้องทำงานเป็นกะ มีช่วงเวลาดำเนินการที่แตกต่างจากการประกอบอาชีพทั่วไปที่ทำงานในเวลากลางวัน สำหรับอาชีพอื่นๆ ที่มีช่วงเวลาในการทำงานเช่นเดียวกับพนักงานรักษาความปลอดภัย เช่น อาชีพพยาบาล พนักงานในโรงงาน เป็นต้น มีงานวิจัยหลายชิ้นรายงานผลการศึกษาว่าองค์ประกอบที่มีผลต่อคุณภาพชีวิตการทำงานส่วนใหญ่ ได้แก่ ความผูกพันต่อองค์กร คุณลักษณะงานและบรรยากาศขององค์กร (2) นอกจากนี้ยังมีปัจจัยส่วนบุคคลเข้ามาเกี่ยวข้องด้วย^{2,3} การทำงานเป็นกะส่งผลต่อคุณภาพชีวิตทั้งระยะสั้นและระยะยาว ผลกระทบระยะสั้น ได้แก่ รู้สึกอ่อนเพลีย เหนื่อยล้า ง่วงในเวลากลางวัน ส่งผลต่อสมรรถภาพการทำงานที่ลดลง และเสี่ยงต่อการเกิดอุบัติเหตุจากการทำงาน สำหรับผลกระทบระยะยาว พบว่าคนที่ทำงานเป็นกะมีความเสี่ยงต่อการเกิดโรคร้ายอย่างมากกว่าคนอื่น เช่น โรคหัวใจ โรคหลอดเลือดสมอง สมรรถภาพของสมองเสื่อมลง มีอาการกล้ามเนื้อตาล้า ปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ มีความเครียด อ่อนเพลียเรื้อรัง นอนไม่หลับ โรคอ้วน เป็นต้น⁴ ซึ่งอาชีพพนักงานรักษาความปลอดภัยเป็นทรัพยากรมนุษย์ที่สำคัญ เพราะมีหน้าที่เฝ้าระวังตลอดเวลา 24 ชั่วโมง ทุกวัน ไม่มีวันหยุดราชการหรือวันหยุดนักขัตฤกษ์ รวมทั้งลักษณะงานในบางครั้งไม่สามารถคาดการณ์เหตุการณ์ อาจจะทำให้เกิดความเสียหายหรือความเสียหายต่อชีวิตและ

ทรัพย์สินได้⁵ ซึ่งอาจส่งผลให้เกิดความเครียดจากงานเพิ่มขึ้น ความพึงพอใจในการทำงานลดลง ทำให้มีผลกระทบต่อภาวะสุขภาพ และคุณภาพชีวิตของพนักงานรักษาความปลอดภัยได้ ดังนั้นหากพนักงานรักษาความปลอดภัยมีคุณภาพชีวิตที่ดี บุคคลนั้นก็จะรู้สึกดีต่องานที่ตนเองได้ปฏิบัติงาน เกิดความเสียสละทุ่มเท ส่งผลดีต่อองค์กร แต่ถ้าหากคุณภาพชีวิตไม่ดีก็อาจจะส่งผลเสียแก่องค์กรได้ ดังนั้นคุณภาพชีวิตเป็นสิ่งที่สำคัญอย่างยิ่ง ผลจากการสำรวจเบื้องต้นพบว่าพนักงานรักษาความปลอดภัยของมหาวิทยาลัยทักษิณ วิทยาเขตพัทลุง จะมีช่วงเวลาดำเนินการ 24 ชั่วโมง โดยมีการแบ่งช่วงเวลาดำเนินการเป็นกะการทำงาน 3 กะ ได้แก่ กะช่วงเวลากลางวัน 07.00 น.-15.00 น. กะช่วงเวลา 15.00 น.- 00.00 น. และกะกลางคืน เวลา 00.00 น.-07.00 น. และจากข้อมูลเบื้องต้นพบว่าพนักงานรักษาความปลอดภัยส่วนมากจะมีการทำงานต่อเนื่องติดต่อกัน นอกจากนี้พบว่าพนักงานมีข้อห่วงกังวลด้านสุขภาพ ความปลอดภัยและความเป็นอยู่ของครอบครัวที่ตนเองรับผิดชอบ ดังนั้นจึงเป็นประเด็นที่ทำให้ผู้วิจัยมีความสนใจในการศึกษาคุณภาพชีวิตของบุคคลผู้เป็นพนักงานรักษาความปลอดภัยในมหาวิทยาลัยทักษิณ วิทยาเขตพัทลุง เพื่อให้ทราบถึงระดับคุณภาพชีวิตความเป็นอยู่ของพนักงานรักษาความปลอดภัย เพื่อนำเอาข้อมูลดังกล่าวไปปรับปรุงและพัฒนาในการปฏิบัติหน้าที่และพัฒนาคุณภาพชีวิตของบุคคลผู้เป็นพนักงานรักษาความปลอดภัยให้ดียิ่งขึ้น

วัตถุประสงค์

1. เพื่อศึกษาระดับคุณภาพชีวิตของพนักงานรักษาความปลอดภัยของมหาวิทยาลัยทักษิณ วิทยาเขตพัทลุง
2. เพื่อศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของพนักงานรักษาความปลอดภัยของมหาวิทยาลัยทักษิณ วิทยาเขตพัทลุง



วิธีการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ เพื่อศึกษาคุณภาพชีวิตของพนักงานรักษาความปลอดภัยในมหาวิทยาลัยทักษิณ วิทยาเขตพัทลุง โดยผู้วิจัยใช้แบบสอบถามในการเก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างเพื่อนำข้อมูลไปวิเคราะห์ผลสรุปงานวิจัย

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง ประชากร ได้แก่ พนักงานรักษาความปลอดภัยที่ทำงานในมหาวิทยาลัยทักษิณ วิทยาเขตพัทลุง จำนวน 64 คน

กลุ่มตัวอย่าง

ในการวิจัยครั้งนี้ จะสุ่มกลุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจง (Purposive sampling) พนักงานรักษาความปลอดภัยที่ทำงานในมหาวิทยาลัยทักษิณ วิทยาเขตพัทลุง ที่ปฏิบัติงานในช่วงเวลากลางวันและเวลากลางคืน จำนวนทั้งหมด 58 คน ขณะที่ปฏิบัติงานภายในมหาวิทยาลัยทักษิณ วิทยาเขตพัทลุง โดยมีเกณฑ์การคัดเลือกตัวอย่าง ดังนี้ เกณฑ์คัดเข้า ได้แก่ 1) มีอายุ 20 ปีขึ้นไป 2) มีประสบการณ์ทำงานไม่น้อยกว่า 1 ปี 3) ผู้มีสติสัมปชัญญะสมบูรณ์สามารถอ่านเขียนไทยได้ และ 4) เป็นผู้ที่ยินดีให้ข้อมูล สำหรับเกณฑ์คัดออก ได้แก่ 1) ลาออกหรือพักทำงานระหว่างทำวิจัย และ 2) ผู้ร่วมวิจัยถอนตัวออกจากการศึกษาวิจัย ผู้เข้าร่วมวิจัยสามารถถอนตัวออกจากการวิจัยได้โดยไม่มีผลกระทบใด ๆ ต่อการปฏิบัติหน้าที่

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมเป็นแบบสอบถาม โดยมีแบบสอบถาม มี 2 ส่วนดังนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม จำนวน 12 ข้อ

ส่วนที่ 2 แบบประเมินคุณภาพชีวิต จำนวน 26 ข้อ ได้แก่ประเด็นต่อไปนี้ 1) องค์ประกอบด้านสุขภาพกาย จำนวน 8 ข้อ 2) องค์ประกอบด้านจิตใจ จำนวน 6 ข้อ 3) องค์ประกอบด้านสัมพันธภาพทางสังคม จำนวน 3 ข้อ 4) องค์ประกอบด้านสิ่งแวดล้อม จำนวน 9 ข้อ

การแปลผลเกณฑ์คะแนนด้วยการใช้สูตรอัตราภาคขั้น

คือ ช่วงกว้างของอัตราภาคขั้น = (คะแนนสูงสุด-คะแนนต่ำสุด)/จำนวนขั้น ช่วงกว้างของอัตราภาคขั้น = (5-1)/5 ดังนั้น ช่วงกว้างของอัตราภาคขั้น = 0.80

เกณฑ์การแปลผลการวัดระดับคุณภาพชีวิตของพนักงานรักษาความปลอดภัยมหาวิทยาลัยทักษิณวิทยาเขตพัทลุง

ช่วงคะแนน	ระดับคุณภาพชีวิต
1.00-1.80	การไม่มีคุณภาพชีวิตที่ดี
1.81-2.60	การมีคุณภาพชีวิตที่ดีเล็กน้อย
2.61-3.40	การมีคุณภาพชีวิตที่ดีปานกลาง
3.41-4.20	การมีคุณภาพชีวิตที่ดีมาก
4.21-5.00	การมีคุณภาพชีวิตที่ดีมากที่สุด

การทดสอบความเที่ยงตรงของเนื้อหา (Content Validity Test)

ผู้วิจัยจะนำแบบสอบถามให้ผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 ท่าน ตรวจสอบความถูกต้องของเนื้อหาและทำการแก้ไขตามข้อเสนอแนะและข้อคิดเห็นที่เป็นประโยชน์ต่องานวิจัย โดยการใช้สูตรดังนี้คือ $IOC = \sum R/N$ เมื่อ IOC แทนดัชนีความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา R แทนความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ

1 = แน่ใจว่าข้อความสอดคล้องกับวัตถุประสงค์

0 = ไม่แน่ใจว่าข้อความสอดคล้องกับวัตถุประสงค์

-1 = แน่ใจว่าไม่สอดคล้องกับวัตถุประสงค์

N = แทนจำนวนผู้เชี่ยวชาญ

ข้อคำถามที่มีค่า IOC ตั้งแต่ 0.5 ขึ้นไปแสดงว่าข้อความนั้นมีความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา ค่า IOC ที่คำนวณได้ในแต่ละข้อคำถาม แบบสอบถามที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้มีค่า IOC เท่ากับ 0.89 แสดงว่าข้อความนั้นมีความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหาที่ยอมรับได้

การดำเนินการเก็บข้อมูลเกิดขึ้นหลังจากการได้รับอนุญาตจากคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรม ในมนุษย มหาวิทยาลัยทักษิณภายใต้รหัสโครงการ 168/65 COA No. TSU 2022_190 REC No.0450

การวิเคราะห์ข้อมูล

วิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติ ด้วยการหาค่าความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานระหว่างปัจจัยส่วน



บุคคล องค์ประกอบด้านสุขภาพกาย องค์ประกอบด้านจิตใจ องค์ประกอบด้านสัมพันธภาพทางสังคมและองค์ประกอบด้านสิ่งแวดล้อม ของพนักงานรักษาความปลอดภัยในมหาวิทยาลัยทักษิณ วิทยาเขตพัทลุง โดยใช้โปรแกรม SPSS ในการวิเคราะห์ข้อมูล และปัจจัยความสัมพันธ์วิเคราะห์ด้วยสถิติ Chi-square.

ผลการวิจัย

1 ข้อมูลส่วนบุคคล

ผลการศึกษาข้อมูลทั่วไปของพนักงานรักษาความปลอดภัยในมหาวิทยาลัยทักษิณ วิทยาเขตพัทลุง พบว่า เป็นผู้ชายทั้งหมด 58 คน (ร้อยละ 100) ส่วนใหญ่มีช่วงอายุ 41 ปีขึ้นไป จำนวน 28 คน (ร้อยละ 48.3) มีรายได้จากการประกอบอาชีพ 10,000 – 13,000 บาท จำนวน 44 คน (ร้อยละ 75.9) มีระดับการศึกษามัธยมศึกษา จำนวน 37 คน (ร้อยละ 63.8) มีอายุงานมากกว่า 4 ปี จำนวน 20 คน (ร้อยละ 34.5) ระยะเวลาการทำงานในหนึ่งวัน ส่วนใหญ่มากกว่า 8 ชั่วโมง จำนวน 45 คน (ร้อยละ 77.6) ด้านการเข้าร่วมการอบรมเกี่ยวกับการปฏิบัติหน้าที่ พบว่าส่วนใหญ่ผ่านการอบรม จำนวน 56 คน (ร้อยละ 96.6) ประวัติการประสบอุบัติเหตุ พบว่าส่วนใหญ่ไม่ประวัติการประสบอุบัติเหตุ จำนวน 47 คน (ร้อยละ 81.0) ข้อมูลด้านสุขภาพพบว่า มีโรคประจำตัว จำนวน 8 คน (ร้อยละ 13.8) ส่วนมากสูบบุหรี่ จำนวน 44 คน (ร้อยละ 75.9) และดื่มแอลกอฮอล์ จำนวน 47 คน (ร้อยละ 81.0) (ตารางที่ 1)

ผลการศึกษาระดับคุณภาพชีวิตของพนักงานรักษาความปลอดภัย พบว่า ภาพรวมของระดับคุณภาพชีวิตแต่ละด้าน มีดังต่อไปนี้ 1) ด้านสุขภาพกาย อยู่ในระดับดีมาก ($\bar{x} = 3.93$; $SD = 0.71$) 2) ด้านจิตใจ อยู่ในระดับดีมาก ($\bar{x} = 3.47$; $SD = 0.71$) 3) ด้านสัมพันธภาพสังคม อยู่ในระดับ ($\bar{x} = 3.60$; $SD = 0.66$) และ 4) ด้านสิ่งแวดล้อมอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{x} = 3.18$; $SD = 0.75$) ตามลำดับ (ตารางที่ 2)

ผลการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลกับระดับคุณภาพชีวิตรายด้านพบว่า อายุระยะเวลาการทำงาน การ

สูบบุหรี่ การดื่มแอลกอฮอล์ มีความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิตทุกด้านอย่างมีนัยสำคัญ ($p < 0.05$) สำหรับอายุงานและการเข้าร่วมการอบรมมีความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิตด้านสุขภาพและด้านจิตใจอย่างมีนัยสำคัญ ($p < 0.05$) (ตารางที่ 3)

อภิปรายผล

จากผลการศึกษาเรื่องคุณภาพชีวิตของพนักงานรักษาความปลอดภัยในมหาวิทยาลัยทักษิณ วิทยาเขตพัทลุง พบว่า ภาพรวมคุณภาพชีวิตของพนักงานรักษาความปลอดภัยในมหาวิทยาลัยทักษิณ วิทยาเขตพัทลุงอยู่ในระดับที่ดีมาก ทั้งนี้เนื่องจากพนักงานรักษาความปลอดภัยในมหาวิทยาลัยทักษิณ วิทยาเขตพัทลุง มีความพึงพอใจในคุณภาพชีวิตในปัจจุบัน มีกำลังวังชาเพียงพอที่จะทำสิ่งต่าง ๆ ในแต่ละวัน พอใจกับการนอนหลับ พอใจกับความสามารถในการทำงานได้ สามารถไปไหนมาไหนด้วยตนเองได้ รู้สึกพึงพอใจในชีวิต มีสมาธิในการทำงานต่าง ๆ รู้สึกพอใจในตนเอง ยอมรับรูปร่างหน้าตาของตนเองได้ พอใจกับการผูกมิตรหรือเข้ากับคนอื่น อย่างไรก็ตาม ผลการศึกษาคุณภาพชีวิตรายด้านพบว่าทุกด้านพนักงานความปลอดภัยฯ อยู่ในระดับดีมาก แต่ด้านสิ่งแวดล้อมพบว่าอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{x} = 3.18$; $SD = 0.75$) เมื่อพิจารณาข้อมูลพบว่า จะเกี่ยวกับประเด็นด้านหน่วยบริการด้านสุขภาพ จากการสัมภาษณ์พบว่าแม้พนักงานรักษาความปลอดภัยฯ มีสิทธิประกันสังคมแต่ในบางครั้งสิทธิการรักษาโรคบางชนิดก็ไม่ครอบคลุม การเข้าถึงการบริการทางทันตกรรมมีจำนวนไม่เพียงพอต่อความต้องการในการเข้ารับบริการ รวมทั้งช่วงเวลาในการทำงานแม้พนักงานรักษาความปลอดภัยฯ มีสิทธิในการลาตามกฎหมาย แต่การตัดสินใจจะลาบางครั้งไม่สามารถลาหรือหยุดการปฏิบัติหน้าที่ได้ เนื่องจากภาระความรับผิดชอบในหน้าที่ ทำให้บางครั้งเกิดการเจ็บป่วยสะสม สอดคล้องกับการศึกษาของ สุภาพงษ์ เหล่าแสนสุข⁶ ที่รายงานว่าการปัจจัยที่ส่งผลต่อความไม่พอใจในงานได้แก่ การไม่สามารถขอหยุดพักผ่อนได้ตามต้องการ เวลาพักในแต่ละวันอย่างเพียงพอและเหมาะสม ซึ่งปัจจัยเหล่านี้เป็นประเด็นที่นายจ้างและผู้ว่าจ้างจะต้องหาแนวทางที่เหมาะสมในการยกระดับคุณภาพชีวิตของพนักงาน



ในประเด็นการรับรู้ข่าวสารที่จำเป็นในชีวิตประจำวัน อยู่ในระดับปานกลาง พบว่า พนักงานรักษาความปลอดภัย ยังมีความบกพร่องด้านความรู้ด้านสุขภาพและสิ่งแวดล้อม เนื่องจากบางครั้งข้อจำกัดในการใช้อุปกรณ์สื่อสารขณะปฏิบัติงาน รวมทั้งขาดความสนใจเพราะคิดว่าสุขภาพของตนเองยังแข็งแรง สอดคล้องกับการศึกษาของวิชาญ ปาวันและคณะ⁷ ที่พบว่าการรับรู้ข้อมูลข่าวสารความรู้ และพฤติกรรมป้องกันโรคและภัยสุขภาพของประชาชนของกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่อยู่ในระดับมาก การเปิดรับข่าวสารจากแหล่งข้อมูลข่าวสารอยู่ในระดับปานกลาง แหล่งของการรับรู้ข้อมูลข่าวสารมากที่สุดจากโทรทัศน์/เคเบิลทีวี รองลงมาเป็นสื่อบุคคล ได้แก่ เจ้าหน้าที่สาธารณสุข อาสาสมัครสาธารณสุข และเพื่อน/ญาติ/คนในครอบครัว นอกจากนี้พบว่าพนักงานรักษาความปลอดภัย มีโอกาสได้พักผ่อน คลายเครียดในระดับปานกลาง เนื่องจากช่วงเวลาการทำงานที่บางครั้งพนักงานรักษาความปลอดภัย ยินดีที่จะรวมกะการทำงานเพื่อจะได้ค่าล่วงเวลา อีกทั้งในบางช่วงเวลาในวันหยุดยาวด้วยภาระหน้าที่ทำให้พนักงานรักษาความปลอดภัย ต้องปฏิบัติหน้าที่ต่อเนื่องตามความรับผิดชอบ การศึกษาของรัตน จันทน์นาม (2563) รายงานว่าปัจจัยส่วนบุคคลได้แก่ เพศและประสบการณ์ทำงานที่แตกต่างกัน ส่งผลให้เจ้าหน้าที่รักษาความปลอดภัยมีความเครียดต่างกันอย่างน้อยสำคัญ ($\alpha = 0.05$) นอกจากนี้ สภาพแวดล้อมการทำงานที่แตกต่างกัน คือ เสียงดัง ความร้อน แสงสว่าง ขนาดตู้ยามหรือโต๊ะยาม อุปกรณ์เครื่องมือที่ใช้กับงาน และเก้าอี้นั่งยามในสถานที่ทำงาน ส่งผลให้เจ้าหน้าที่ที่มีความเครียดต่างกันอย่างน้อยสำคัญ ($\alpha = 0.05$) ผลการศึกษาพบว่า อายุ ระยะเวลาการทำงาน การสูบบุหรี่ การดื่มแอลกอฮอล์ มีความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิตทุกด้านอย่างมีนัยสำคัญ ($p < 0.05$) สอดคล้องกับการศึกษาของ Chandani, Mehta, Mall and Khokhar (2016) ที่กล่าวว่าองค์ประกอบของปัจจัยส่วนบุคคลได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา รายได้ต่อเดือน สถานภาพ และตำแหน่งงาน เพราะองค์ประกอบของพนักงานเหล่านี้เป็นองค์ประกอบในการผลักดันในประเด็นของความผูกพันต่อองค์กรและมีผลต่อความผูกพันของพนักงานแตกต่างกัน รวมทั้งพนักงานที่มีอายุ

มากขึ้นจะปฏิบัติหน้าที่การทำงานอย่างสม่ำเสมอขาดงานน้อยกว่า พนักงานที่มีอายุน้อย และมีความผูกพันต่อองค์กรมากกว่า

สรุปผลและเสนอแนะ

พนักงานรักษาความปลอดภัยในมหาวิทยาลัยทักษิณ วิทยาเขตพัทลุง เป็นผู้ชายทั้งหมด 58 คน ระดับคุณภาพชีวิตของพนักงานรักษาความปลอดภัย พบว่า ภาพรวมของระดับคุณภาพชีวิตแต่ละด้านมีดังต่อไปนี้ 1) ด้านสุขภาพกาย อยู่ในระดับดีมาก 2) ด้านจิตใจ อยู่ในระดับดีมาก 3) ด้านสัมพันธภาพสังคม อยู่ในระดับดีมาก และ 4) ด้านสิ่งแวดล้อมอยู่ในระดับปานกลาง ตามลำดับ ผลการศึกษาพบว่า อายุ ระยะเวลาการทำงาน การสูบบุหรี่ การดื่มแอลกอฮอล์ มีความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิตทุกด้านอย่างมีนัยสำคัญ ($p < 0.05$) ทางผู้วิจัยจึงเสนอแนะว่านายจ้างควรมีมาตรการลดชั่วโมงการทำงาน เนื่องจากพนักงานส่วนมากมีการทำงานมากกว่า 8 ชั่วโมงต่อวัน ดังนั้นนายจ้างควรกำหนดชั่วโมงการทำงานล่วงเวลาให้ชัดเจนและจำกัดชั่วโมงการทำงานของพนักงานแต่ละคน นอกจากนี้ควรมีการจัดกิจกรรมกระตุ้นเพื่อรณรงค์การดื่มแอลกอฮอล์และการสูบบุหรี่ และตอบแทนการปฏิบัติด้วยการมอบรางวัลให้แก่พนักงานที่มีแนวปฏิบัติที่ส่งเสริมสุขภาพเพิ่มมากขึ้น

กิตติกรรมประกาศ

ผู้วิจัยขอขอบพระคุณพนักงานรักษาความปลอดภัยในมหาวิทยาลัยทักษิณ วิทยาเขตพัทลุงที่สละเวลาอันมีค่าในการสัมภาษณ์เก็บข้อมูล และขอบพระคุณคณาจารย์สาขาอาชีวอนามัยและความปลอดภัยที่ร่วมให้คำปรึกษา ให้คำแนะนำแนวทางที่ถูกต้อง ตลอดจนแก้ไขข้อบกพร่องต่างๆ จนงานวิจัยสำเร็จลุล่วงไปด้วยดี

เอกสารอ้างอิง

1. Department of Mental Health. WHOQOL-BREF-THAI. Available at <http://www.dmh.go.th/test/whoqol>, accessed on 1 December 2022.
2. Aeumtrakhul N. Quality of working life of nurse in Lersin hospital. Bangkok: Lersin Hospital; 2007.



3. Promaeung P, Suvanpong N, Thippayamongkulkun M, Bunsuya C. Quality of working life of nurse in Nakhonphatom hospital. Public Health Journal 2015; 24(4): 769-78.
4. Chattanooga Wongratnan. Shift Work; Health effects of working in shifts Available at <https://www.rama.mahidol.ac.th/ramachannel/article/shift-work>.
5. Security Business Act 2015. (2015). Gazette, Vol. 132/Part 104 a/p. 24/5 November 2015.
6. Laosansuk S. Improving the quality of life of security service contractors. Bank of Thailand. Minutes of international symposiums. The 4th International Conference on Magsaysay Awardees: Good Governance and Transformative Leadership in Asia 2016; 594-609.
7. Pawun V, Boonchuaythanasit K, Ponrachom C, Sukolpuk M. Perception of information, knowledge and protecting behavior of diseases and health hazard of Thai citizens in 2016. Journal of Health Science Research 2017; 11(1) 70-79.
8. Rattana Channam. Guideline for Reduction of Security Staffs 's stress in work : A case study of Walailak University, Nakhon Si Thammarat. Faculty of Engineering (Industrial Engineering), Prince of Songkla University 2020.
9. Chandani, A., Mehta, M., Mall, A., & Khokhar, V. (2016). Employee engagement: A review paper on factors affecting employee engagement. Indian Journal of Science and Technology, 9(15), 1– 7.

ตารางที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคลของพนักงานรักษาความปลอดภัย (n=58 คน)

ปัจจัยส่วนบุคคล	จำนวน (คน)	ร้อยละ (%)
1. เพศ		
ชาย	58	100
2. อายุ		
20-30 ปี	10	17.2
30-40 ปี	20	34.5
41 ปีขึ้นไป	28	48.3
3. รายได้จากการประกอบอาชีพ		
ต่ำกว่า 10,000 บาท	3	5.2
10,000 – 13,000 บาท	44	75.9
13,001 บาท ขึ้นไป	11	19
4. ระดับการศึกษา		
ประถมศึกษา	8	13.8
มัธยมศึกษาตอนปลาย	37	63.8
ปวส./อนุปริญญา	11	19
ปริญญาตรีหรือเทียบเท่า	2	3.4
5. อายุงานที่ทำในปัจจุบัน		
1 ปี	8	13.8
2-3 ปี	11	19
3-4 ปี	14	24.1
มากกว่า 4 ปี	25	43.1
6. จำนวนสมาชิกในครอบครัวของท่านที่อยู่ร่วมกัน		
1-2 คน	10	17.2
3-4 คน	33	56.9
5-6 คน	14	24.1
7 คนขึ้นไป	1	1.7
7. ระยะเวลาการทำงาน (ชั่วโมง/วัน)		
8 ชั่วโมง	13	22.4
มากกว่า 8 ชั่วโมง	45	77.6
8. การเข้าร่วมการอบรมเกี่ยวกับหน้าที่ที่ท่านปฏิบัติ		
1 ครั้ง	56	96.6
มากกว่า 1 ครั้ง	2	3.4
9. ท่านมีประวัติการประสบอุบัติเหตุหรือไม่		
มี	11	19
ไม่มี	47	81
10. ท่านมีโรคประจำตัวหรือไม่		
มี	8	13.8
ไม่มี	50	86.2
11. ท่านสูบบุหรี่หรือไม่		
สูบ	44	75.9
ไม่สูบ	14	24.1
12. ท่านดื่มสุราหรือของมึนเมาใช้หรือไม่		
ดื่ม	47	81.0
ไม่ดื่ม	11	19.0



ตารางที่ 2 ระดับคุณภาพชีวิตของพนักงานรักษาความปลอดภัย (n=58) (ต่อ)

รายการ	จำนวน (ร้อยละ)					$\bar{x}$	S.D.	แปลผล คุณภาพ ชีวิต
	ไม่เลย	เล็กน้อย	ปานกลาง	มาก	มากที่สุด			
1. ด้านสุขภาพกาย								
มีความพอใจกับสุขภาพ	0	2	19	29	8	3.74	.74	ดีมาก
ในตอนนี้อย่างใด	(0)	(3.4)	(32.8)	(50.0)	(13.8)			
มีกำลังวังชาเพียงพอที่จะ	0	0	3	42	13	4.17	.50	ดีมาก
ทำสิ่งต่าง ๆ ในแต่ละวันใหม่	(0)	(0)	(5.2)	(72.4)	(22.4)			
พอใจกับการนอนหลับมาก	2	7	23	22	4	3.33	.91	ปานกลาง
น้อยเพียงใด	(3.4)	(12.1)	(39.7)	(37.9)	(6.9)			
รู้สึกพอใจที่สามารถทำสิ่ง	2	0	9	41	6	3.84	.75	ดีมาก
ต่างๆผ่านไปได้ในแต่ละวัน	(3.4)	(0)	(15.5)	(70.7)	(10.3)			
พอใจกับความสามารถใน	1	0	5	38	14	4.10	.69	ดีมาก
การทำงานได้อย่างที่ เคย	(1.7)	(0)	(8.5)	(65.5)	(24.1)			
ทำมาอย่างน้อยเพียงใด								
สามารถไปไหนมาไหนด้วย	2	1	3	31	21	4.17	.88	ดีมาก
ตนเองได้ดีเพียงใด	(3.4)	(1.7)	(5.2)	(53.4)	(36.2)			
รู้สึกพึงพอใจในชีวิต (เช่น มี	0	1	12	31	14	4.00	.73	ดีมาก
ความสุขความสงบ มี	(0)	(1.7)	(20.7)	(53.4)	(24.1)			
ความหวัง) มากน้อยเพียงใด								
มีสมาธิในการทำงานต่าง ๆ	0	0	6	42	10	4.07	.53	ดีมาก
ดีเพียงใด	(0)	(0)	(10.3)	(72.4)	(17.2)			
ผลรวม						3.93	0.71	
ด้านสุขภาพกาย								



ตารางที่ 2 ระดับคุณภาพชีวิตของพนักงานรักษาความปลอดภัย (n=58) (ต่อ)

รายการ	จำนวน (ร้อยละ)					$\bar{x}$	S.D.	แปลผล คุณภาพ ชีวิต
	ไม่เลย	เล็กน้อย	ปานกลาง	มาก	มากที่สุด			
2. ด้านจิตใจ								
รู้สึกพอใจในตนเองมาก	0	0	10	35	13	4.05	.63	ดีมาก
น้อยแค่ไหน	(0)	(0)	(17.2)	(60.3)	(22.4)			
ยอมรับรูปร่างหน้าตา	1	1	12	31	13	3.93	.81	ดีมาก
ของตนเองได้ ไหม	(1.7)	(1.7)	(20.7)	(53.4)	(22.4)			
มีความรู้สึกไม่ดีเช่น รู้สึก	19	27	8	4	0	1.95	.87	เล็กน้อย
เหงา เศร้า หดหู่ สิ้นหวัง	(32.8)	(46.6)	(13.8)	(6.9)	(0)			
วิตกกังวล บ่อยแค่ไหน								
พอใจกับการผูกมิตรหรือ	0	0	8	42	8	4.00	.53	ดีมาก
เข้ากับคนอื่นอย่างที่ผ่านมา	(0)	(0)	(13.8)	(72.4)	(13.8)			
มาแค่ไหน								
พอใจกับการช่วยเหลือที่	0	1	18	37	2	3.69	.57	ดีมาก
เคยได้รับจากเพื่อน ๆ	(0)	(1.7)	(31.0)	(63.8)	(3.4)			
แค่ไหน								
พอใจในชีวิตทางเพศ	5	6	25	17	5	3.19	1.03	ปานกลาง
	(8.6)	(10.3)	(43.1)	(29.3)	(8.6)			
ผลรวมด้านจิตใจ						3.47	0.74	
3. ด้านสัมพันธภาพทางสังคม								
รู้สึกว่าชีวิตในแต่ละวันมี	0	1	18	38	1	3.67	.54	ดีมาก
ความมั่นคงปลอดภัยดี	(0)	(1.7)	(31.0)	(65.5)	(1.7)			
ใหม่ในแต่ละวัน								
พอใจกับสภาพ	0	2	14	29	13	3.91	.78	ดีมาก
บ้านเรือน ที่อยู่ตอนนี้	(0)	(3.4)	(24.1)	(50.0)	(22.4)			
มากนักน้อยเพียงใด								



ตารางที่ 2 ระดับคุณภาพชีวิตของพนักงานรักษาความปลอดภัย (n=58) (ต่อ)

รายการ	จำนวน (ร้อยละ)					$\bar{x}$	S.D.	แปลผล คุณภาพ ชีวิต
	ไม่เลย	เล็กน้อย	ปานกลาง	มาก	มากที่สุด			
มีเงินพอใช้จ่ายตาม ความจำเป็นมากน้อย เพียงใด	0 (0)	5 (8.5)	36 (62.1)	15 (25.9)	2 (3.4)	3.24	.66	ปานกลาง
ผลรวมด้าน สัมพันธภาพทางสังคม						3.60	0.66	
4. ด้านสิ่งแวดล้อม								
สามารถไปใช้บริการ สาธารณสุขได้ตามความ จำเป็นเพียงใด	3 (5.2)	4 (6.9)	33 (56.9)	17 (29.3)	1 (1.7)	3.16	.79	ปานกลาง
ได้รับรู้ข่าวสารที่จำเป็น ในชีวิตแต่ละวันมาก น้อยเพียงใด	0 (0)	3 (5.2)	32 (55.2)	22 (37.9)	1 (1.7)	3.36	.61	ปานกลาง
มีโอกาสดำรงชีพ คลายเครียดมากน้อย เพียงใด	0 (0)	10 (17.2)	33 (56.9)	12 (20.7)	3 (5.2)	3.14	.76	ปานกลาง
มีสภาพแวดล้อมดีต่อ สุขภาพมากน้อยเพียงใด	0 (0)	3 (5.2)	18 (31.0)	36 (62.1)	1 (1.7)	3.60	.62	ดีมาก
พอใจในด้านการ เดินทางไปไหนมาไหน	0 (0)	0 (0)	27 (46.6)	26 (44.8)	5 (8.6)	3.62	.64	ดีมาก
คิดว่ามีคุณภาพชีวิต (ชีวิตความเป็นอยู่) อยู่ ในระดับใด	0 (0)	0 (0)	32 (55.2)	24 (41.4)	2 (3.4)	3.48	.57	ดีมาก



ตารางที่ 2 ระดับคุณภาพชีวิตของพนักงานรักษาความปลอดภัย (n=58) (ต่อ)

รายการ	จำนวน (ร้อยละ)					$\bar{x}$	S.D.	แปลผล คุณภาพ ชีวิต
	ไม่เลย	เล็กน้อย	ปานกลาง	มาก	มากที่สุด			
มีการปวดตามร่างกาย เช่น ปวดหัว ปวดท้อง ปวดตามตัว ทำให้ไม่ สามารถทำในที่ต้องการ มากนักเพียงใด	1 (1.7)	5 (8.6)	8 (13.8)	32 (55.2)	12 (20.7)	2.16	.91	เล็กน้อย
มีความจำเป็นต้องปรับ การรักษาพยาบาล เพื่อที่จะทำงาน หรือมี ชีวิตอยู่ไปได้ในแต่ละวัน	0 (0)	5 (8.6)	13 (22.4)	13 (22.4)	24 (46.6)	1.93	1.02	เล็กน้อย
รู้สึกว่าคุณค่า และมีความหมายมาก น้อยแค่ไหน	24 (41.4)	24 (41.4)	9 (15.5)	0 (0)	1 (1.7)	4.21	.83	ดีมาก
ผลรวมด้านสิ่งแวดล้อม						3.18	0.75	ปานกลาง
ภาพรวมคุณภาพชีวิต ทุกด้าน						3.54	0.72	คุณภาพ ชีวิตดีมาก



ตารางที่ 3 ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลกับระดับคุณภาพชีวิตรายด้าน (n = 58 คน)

ตัวแปร	จำนวน (ร้อยละ)	คุณภาพชีวิต			
		ด้านสุขภาพ กาย	ด้านจิตใจ	ด้านสัมพันธภาพทาง สังคม	ด้านสิ่งแวดล้อม
อายุ		0.027*	0.241*	0.054*	0.032*
น้อยกว่า 41 ปี	30 (51.7)				
มากกว่าหรือเท่ากับ 41 ปี	28 (48.3)				
ระดับการศึกษา		0.512	0.214	0.245	0.258
ต่ำกว่ามัธยมตอนปลาย	8 (13.8)				
สูงกว่ามัธยมตอนปลาย หรือเทียบเท่า	50 (86.2)				
อายุงาน		0.015*	0.024*	0.056	0.062
น้อยกว่า 4 ปี	33 (56.9)				
มากกว่าหรือเท่ากับ 4 ปี	25 (43.1)				
ระยะเวลาการทำงาน (ชม./วัน)		0.001*	0.001*	0.001*	0.001*
8 ชั่วโมง	13 (22.4)				
มากกว่า 8 ชั่วโมง	45 (77.6)				
การเข้าร่วมการอบรม		0.048*	0.012*	0.084	0.057
1 ครั้ง	56 (96.6)				
มากกว่า 1 ครั้ง	2 (3.4)				
การสูบบุหรี่		0.001*	0.001*	0.001*	0.001*
สูบ	44 (75.9)				
ไม่สูบ	14 (24.1)				
การดื่มแอลกอฮอล์		0.001*	0.001*	0.001*	0.001*
ดื่ม	47 (81.1)				
ไม่ดื่ม	11 (18.9)				

* มีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ $p = < 0.05$ ** มีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ $p = < 0.01$