

IMPACT OF COVID-19 PANDEMIC ON HOTEL FITNESS INSTRUCTORS IN BANGKOK AND QUALITY OF LIFE

Pimthip Laeieddeen, Salee Supaporn*

Department of Sport Science, Faculty of Physical Education, Srinakharinwirot University

*Corresponding author

E-mail address: Pimthip.la@hotmail.com

Received : November 7, 2022

Revised : December 27, 2022

Accepted : December 30, 2022

Abstract

The purpose of this study was to determine (1) the impact and working barriers (2) the quality of life of hotel fitness instructors during the COVID-19 pandemic; and (3) the earnings before and during the pandemic. Twenty fitness instructors, working for 4–5 star hotels in Bangkok, were purposively selected as participants. Data were collected using interview, critical incidence, and stimulated recall. Data were inductively analyzed and established trustworthiness through triangulation. Findings indicated four themes. First, the impact of COVID-19 pandemic included 6 categories; (1.1) inadequate expense; (1.2) reduction in work days; (1.3) shifting to work in other divisions; (1.4) working from home; (1.5) getting fired; and (1.6) irritation of nostrils because of too many Antigen Test Kit/ATK. Second, obstacles to work as fitness instructors involved with five categories, namely: (2.1) difficulty breathing with a mask; (2.2) injured hands due to frequent washing and spraying alcohol; (2.3) increasing fitness cleaning tasks; (2.4) having problems related to social distance; and (2.5) not complying with fitness rules for preventing COVID-19 among users. Third, self-evaluation mean scores related to the impact on quality of life, (from 1-9, lower scores represented a lower impact than those higher scores), was 6.90, indicated the great impact of the COVID-19 pandemic. Forth, the monthly income of participants decreased 47.6% during the COVID-19 pandemic. In conclusion, the COVID-19 pandemic had a negative impact, hindered the jobs of fitness instructors, as well as reduced income and quality of life.

Keywords: Impact, COVID-19 Pandemic, Quality of Life, Fitness Instructor

ผลกระทบจากการแพร่ระบาดของโควิด-19 ที่มีต่อผู้ฝึกสอนฟิตเนสโรงแรมในกรุงเทพมหานครและคุณภาพชีวิต
IMPACT OF COVID-19 PANDEMIC ON HOTEL FITNESS INSTRUCTORS IN BANGKOK AND QUALITY OF LIFE

ผลกระทบจากการแพร่ระบาดของโควิด-19 ที่มีต่อผู้ฝึกสอนฟิตเนสโรงแรมในกรุงเทพมหานคร และคุณภาพชีวิต

พิมพ์ทิพย์ ละเอียดดินันท์ สาลี สุภาภรณ์ *

ภาควิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

*Corresponding author

E-mail address: Pimthip.la@hotmail.com

รับบทความ : 7 พฤศจิกายน 2565

แก้ไขบทความ : 27 ธันวาคม 2565

ตอบรับบทความ : 30 ธันวาคม 2565

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้เพื่อศึกษา (1) ผลกระทบและอุปสรรคในการทำงาน (2) คุณภาพชีวิตของผู้ฝึกสอนฟิตเนสโรงแรมช่วงการแพร่ระบาดของโควิด-19 และ (3) รายได้ช่วงก่อนกับช่วงแพร่ระบาด คัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง 20 คน แบบเจาะจงจากผู้ฝึกสอนฟิตเนสที่ทำงานในโรงแรม 4-5 ดาวในกรุงเทพฯ เก็บข้อมูลด้วยการสัมภาษณ์ การบรรยายเหตุการณ์สำคัญ และการกระตุ้นความจำวิเคราะห์ข้อมูลแบบอุปนัยและตรวจสอบความเชื่อถือได้ด้วยวิธีการสามเส้า ผลการวิจัยสรุปได้ 4 ประเด็น คือ หนึ่ง ผลกระทบจากการแพร่ระบาดของโควิด-19 สรุปได้ 6 ข้อ คือ (1.1) เงินไม่พอใช้จ่าย (1.2) วันทำงานลดลง (1.3) ถูกย้ายไปช่วยงานแผนกอื่น (1.4) ทำงานอยู่ที่บ้าน (1.5) ถูกปลดออก (1.6) ระคายเคืองโพรงจมูกเพราะตรวจเอทีเค (Antigen Test Kit/ATK) บ่อย สอง อุปสรรคในการทำงานเป็นผู้ฝึกสอนฟิตเนส มี 5 ข้อ คือ (2.1) การสวมหน้ากากอนามัยหายใจลำบาก (2.2) มือเป็นแผลเพราะล้างและพ่นแอลกอฮอล์บ่อย (2.3) งานทำความสะอาดในฟิตเนสมากขึ้น (2.4) มีปัญหาเกี่ยวกับการรักษาระยะห่างทางสังคม และ (2.5) ผู้ใช้บริการฝ่าฝืนไม่ปฏิบัติตามมาตรการป้องกันโควิด-19 ของฟิตเนส สาม คะแนนเฉลี่ยการประเมินตนเองเกี่ยวกับผลกระทบที่มีต่อคุณภาพชีวิต (จาก 1-9, คะแนนต่ำ คือ มีผลกระทบน้อยกว่าคะแนนสูง) เท่ากับ 6.90 แสดงว่า การแพร่ระบาดของโควิด-19 ส่งผลกระทบบ้าง สี่ รายได้ต่อเดือนของกลุ่มตัวอย่างช่วงการแพร่ระบาดของโควิด-19 ลดลงร้อยละ 47.6 สรุปได้ว่า การแพร่ระบาดของโควิด-19 ส่งผลกระทบบ้าง เป็นอุปสรรคต่อการทำงานของฟิตเนส รวมถึงรายได้และคุณภาพชีวิตลดลง

คำสำคัญ: ผลกระทบ, การแพร่ระบาดของโควิด-19, คุณภาพชีวิต, ผู้ฝึกสอนฟิตเนส

ผลกระทบจากการแพร่ระบาดของโควิด-19 ที่มีต่อผู้ฝึกสอนฟิตเนสโรงแรมในกรุงเทพและคุณภาพชีวิต
IMPACT OF COVID-19 PANDEMIC ON HOTEL FITNESS INSTRUCTORS IN BANGKOK AND QUALITY OF LIFE

บทนำ

การแพร่ระบาดของโคโรนาไวรัส (Coronavirus) หรือที่เรียกว่า โควิด-19 (COVID-19) เริ่มต้นที่เมืองหูอัน (Wuhan) ประเทศจีน ในปี พ.ศ. 2563 และมีการแพร่ระบาดไปยังประเทศต่าง ๆ ทั่วโลกอย่างรวดเร็ว ส่งผลกระทบต่อสุขภาพ สังคม และเศรษฐกิจทั่วโลก โดยเฉพาะธุรกิจการท่องเที่ยว และการโรงแรม (Agarwal, 2021; Artharn & Pooripakdee, 2021) เพราะปริมาณนักท่องเที่ยวหรือแขกที่พักอาศัยในโรงแรมลดลง หรือบางแห่งไม่มีแขกเข้าพัก (Fjallman, 2020) ทั้งนี้เนื่องจากระยะแรกของการแพร่ระบาดยังไม่มีวัคซีนป้องกันทำให้มียอดผู้ป่วยและผู้เสียชีวิตในแต่ละวันเพิ่มขึ้นเรื่อย ๆ จนถึงวันที่ 11 มีนาคม 2563 องค์การอนามัยโลก (WHO) ได้ประกาศให้โควิด-19 เป็นโรคระบาด (World Health Organization, 2020a; 2020b) ทำให้แต่ละประเทศมีการประกาศนโยบายด้านสุขภาพเพื่อเป็นการป้องกัน และลดการแพร่ระบาดของโรคให้น้อยลง ซึ่งรัฐบาลไทยได้ดำเนินการหลายอย่าง เช่น ประกาศภาวะฉุกเฉิน ประกาศช่วงล็อกดาวน์ คำสั่งลดการเดินทางข้ามพื้นที่ ข้ามจังหวัดและเดินทางออกนอกประเทศให้น้อยลง มีการกำหนดพื้นที่ซึ่งมีการแพร่ระบาดมากเป็นพื้นที่สีแดงและสีส้ม การรักษาระยะห่างระหว่างบุคคล การไม่ทานอาหารหรือใช้ภาชนะร่วมกัน การวัดอุณหภูมิร่างกาย การล้างมือให้สะอาดบ่อย ๆ ตลอดจนการงดกิจกรรมที่มีการรวมตัวของคนจำนวนมาก ฯลฯ (Chan-o-cha, 2020; Sirilak, 2020) นโยบายดังกล่าวส่งผลกระทบต่อธุรกิจโรงแรมอย่างมาก โดยเฉพาะโรงแรมระดับ 4-5 ดาว ในกรุงเทพมหานคร กล่าวคือไม่มีแขกเข้าพักเมื่อเทียบกับภาวะปกติซึ่งมีทั้งนักท่องเที่ยว แขกชาวไทยและชาวต่างชาติเข้ามาใช้บริการเป็นจำนวนมาก

การที่โรงแรมขาดรายได้ ส่งผลทำให้พนักงานของโรงแรมทุกแผนกได้รับผลกระทบโดยตรง เช่น ถูกเลิกจ้าง ถูกลดเงินเดือน มีการเปลี่ยนหรือย้ายแผนกที่ทำงาน รวมถึงลดจำนวนวันในการทำงานให้น้อยลง ฯลฯ (Agarwal, 2021; Cheer, 2020) ซึ่งฟิตเนสของโรงแรมนั้นเป็นหน่วยงานหนึ่งที่ได้รับผลกระทบโดยตรง เนื่องจากฟิตเนสเป็นสถานที่ซึ่งมีคนมารวมตัวกันเพื่อออกกำลังกายทั้งส่วนบุคคลและเป็นกลุ่ม มีการหมุนเวียนกันใช้เครื่องมือและอุปกรณ์การออกกำลังกาย ใช้ห้องสตูดิโอ สระว่ายน้ำ ฯลฯ ดังนั้น ฟิตเนสจึงถูกกำหนดให้เป็นสถานที่ซึ่งมีความเสี่ยงสูงต่อการแพร่ระบาดของโควิด-19 (Jang, Han, & Rhee, 2020) ทำให้รัฐบาลมีนโยบายและมาตรการป้องกัน รวมถึงประกาศต่าง ๆ เกี่ยวกับฟิตเนสเป็นระยะ ๆ เช่น สั่งปิดฟิตเนสชั่วคราวในระยะสั้นและระยะยาว (1-3 เดือน) มีนโยบายการผ่อนปรนมาตรการเปิดให้บริการบางส่วน แต่จำกัดจำนวนผู้ใช้บริการ (The Government Public Relations Department, 2020) มีนโยบายการรักษาระยะห่างของการจัดวางตำแหน่งการให้บริการของเครื่องมือออกกำลังกาย ผู้ใช้บริการเองก็ต้องรักษาระยะห่าง รวมทั้งนโยบายเพิ่มการทำความสะอาดพื้นที่ออกกำลังกายให้บ่อยขึ้น ฯลฯ ทำให้ผู้ฝึกสอนฟิตเนสมีภาระงานที่เพิ่มมากขึ้น มีขั้นตอนการทำงานที่ยุงยากมากขึ้นกว่าเดิมซึ่งสวนทางกับรายได้ที่ลดน้อยลงเพราะพนักงานส่วนใหญ่ถูกลดเงินเดือน (Artharn & Pooripakdee, 2021; Chron, 2020)

ผู้ฝึกสอนฟิตเนส (Fitness Instructor) ของโรงแรมมีหน้าที่คอยดูแลห้องยิมหรือห้องออกกำลังกาย สระว่ายน้ำ ห้องกิจกรรม (Studio) โดยคอยอำนวยความสะดวก รวมถึงให้คำแนะนำในการใช้อุปกรณ์ และเครื่องมือออกกำลังกายต่าง ๆ เพื่อตอบสนองความต้องการในการออกกำลังกายของสมาชิกที่เข้ามาใช้บริการ ไม่ว่าจะเป็นสมาชิกประจำ (รายเดือน หรือรายปี) หรือแขกของโรงแรมก็ตาม งานผู้ฝึกสอนฟิตเนสจึงเป็นส่วนหนึ่งของโรงแรมที่ช่วยสร้างความพึงพอใจให้แก่ผู้ที่มาใช้บริการ (Chron, 2020; Nasrulloh et al., 2021)

สำหรับฟิตเนสของโรงแรมระดับ 4-5 ดาว นั้นส่วนใหญ่เน้นการให้บริการเพื่อให้แขกหรือลูกค้าที่เข้ามาใช้บริการเกิดความประทับใจ พึงพอใจ มากกว่าที่จะเน้นการทำกำไร หรือขายแพ็คเกจสุขภาพ (Truefitness, 2015) เงินเดือนที่ผู้ฝึกสอนฟิตเนสได้รับในแต่ละเดือนจึงไม่มาก คือประมาณ 10,000-15,000 บาท ต่อเดือน นอกจากนั้นก็มีเงินเซอร์วิสชาร์จรายเดือนซึ่งแตกต่างกันไปตามผลการประกอบการของโรงแรมแต่ละแห่ง เฉลี่ยอยู่ที่ประมาณ 10,000 บาท หรือมากกว่า รายได้ในแต่ละเดือนของผู้ฝึกสอนฟิตเนสโรงแรมจึงอยู่ที่ประมาณ 20,000 บาท ขึ้นไป อย่างไรก็ตาม โรงแรมมีสวัสดิการด้านอาหารฟรี 2-3 มื้อในวันทำงาน (Erdem & Duman, 2016; Nanu et al., 2020) ทำให้พนักงานทุกแผนก รวมทั้งผู้ฝึกสอนฟิตเนสไม่ต้องเสียค่าอาหารในช่วงวัน และเวลาที่ปฏิบัติหน้าที่ในแผนกของตน คือ ถ้าทำงาน 5-6 วันต่อสัปดาห์ก็สามารถทานอาหารที่โรงแรมจัดไว้ให้ ซึ่งค่าอาหารที่ผู้ฝึกสอนฟิตเนสรับประทานเมื่อคำนวณเป็นค่าใช้จ่ายก็มีมูลค่าเกินกว่า 10,000 บาท ด้วยเหตุนี้ ผู้ที่สำเร็จการศึกษาด้านวิทยาศาสตร์การ

ผลกระทบจากการแพร่ระบาดของโควิด-19 ที่มีต่อผู้ฝึกสอนฟิตเนสโรงแรมในกรุงเทพมหานครและคุณภาพชีวิต
IMPACT OF COVID-19 PANDEMIC ON HOTEL FITNESS INSTRUCTORS IN BANGKOK AND QUALITY OF LIFE

กีฬาและสุขภาพจำนวนมากจึงสนใจทำงานในตำแหน่งผู้ฝึกสอนฟิตเนสของโรงแรม เพราะแม้ว่าเงินเดือนจะไม่มากแต่เมื่อรวมกับเงินเซอร์วิสชาร์จและสวัสดิการด้านอาหารก็ทำให้ผู้ที่ประกอบอาชีพนี้ดำรงชีวิตอยู่ในเมืองใหญ่ เช่น กรุงเทพมหานครและปริมณฑล ได้ด้วยดี อย่างไรก็ตาม เมื่อเกิดการแพร่ระบาดของโควิด-19 ซึ่งส่งผลกระทบโดยตรงต่อรายได้ของโรงแรม พนักงานทุกคนของโรงแรมรวมทั้งผู้ฝึกสอนฟิตเนสจึงได้รับผลกระทบไปด้วย ไม่ว่าจะเป็นในด้านการทำงาน รายได้และคุณภาพชีวิต กล่าวคือ มีรายได้ต่อเดือนลดลง มีอุปสรรคในการทำงานมากขึ้นส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตโดยตรง

คุณภาพชีวิต หมายถึง การมีชีวิตความเป็นอยู่ที่ดีในด้านต่าง ๆ ได้แก่ การมีสุขภาพกายที่แข็งแรง มีสุขภาพจิตที่ดี มีความรู้ความสามารถที่ดี มีอารมณ์และความรู้สึกที่ดี มีความสัมพันธ์ที่ดีกับสังคม ไม่ก่อให้เกิดปัญหาแก่ตนเองและสังคม มีความพึงพอใจกับสภาพแวดล้อมที่ตนเองดำรงชีวิตอยู่ สามารถปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อมและบริบทของสังคมได้ (Boonsorn, 2022) หรือกล่าวโดยสรุปได้ว่า คุณภาพชีวิต มีองค์ประกอบหลายด้าน ได้แก่ ด้านสุขภาพ ด้านการศึกษา ด้านที่อยู่อาศัย สิ่งแวดล้อม รายได้ การทำงาน จริยธรรม ครอบครัว ความปลอดภัย การคมนาคมและการสื่อสาร รวมทั้งด้านการมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่าง ๆ อย่างไรก็ตาม องค์การอนามัยโลก (World Health Organization, 1997) ได้กำหนดตัวชี้วัดคุณภาพชีวิตไว้ 4 ด้าน คือ ด้านร่างกาย จิตใจ สัมพันธภาพกับสังคม และด้านสิ่งแวดล้อม ดังนั้น การวิจัยนี้จึงประเมินคุณภาพชีวิตใน 4 ด้านดังกล่าว โดยกลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ประเมินผลกระทบระยะยาว (พ.ศ. 2563-2565) ของโควิด-19 ที่มีต่อคุณภาพชีวิตของตนเอง

เนื่องจากสถานการณ์แพร่ระบาดของโควิด-19 ค่อนข้างยาวนาน ตั้งแต่ปี พ.ศ. 2563-2565 ซึ่งในแต่ละช่วงเวลาระดับความรุนแรงของการแพร่ระบาดมีความแตกต่างกัน ทำให้รัฐบาลมีประกาศและนโยบายต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับฟิตเนสแตกต่างกันไปตามสถานการณ์ ณ ช่วงเวลานั้นๆ โดยเฉพาะในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑลซึ่งเป็นจังหวัดที่มีการแพร่ระบาดของโควิด-19 มาก เนื่องจากมีประชากรอาศัยอยู่หนาแน่น (Department of Health, 2021; Virakul, Chiangmai, & Senasu, 2022) ด้วยเหตุนี้จึงจำเป็นต้องทำการศึกษาถึงผลกระทบ อุปสรรคในการทำงาน และคุณภาพชีวิตของผู้ฝึกสอนฟิตเนสช่วงที่มีการแพร่ระบาดของโควิด-19 ผลการวิจัยจะเป็นข้อมูลประกอบการตัดสินใจให้กับผู้ที่ต้องการทำงานตำแหน่งผู้ฝึกสอนฟิตเนส และผู้ฝึกสอนส่วนบุคคลของโรงแรม อีกทั้งเป็นประโยชน์ต่อสถาบันการศึกษา เพื่อปรับเปลี่ยนกลยุทธ์ในการผลิตบัณฑิตให้สอดคล้องกับสถานการณ์ปัจจุบันและอนาคตเพราะเป็นการยากที่จะคาดเดาว่าสถานการณ์โควิด-19 จะยาวนานเพียงใด

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

การวิจัยนี้เพื่อศึกษา (1) ผลกระทบและอุปสรรคในการทำงานของผู้ฝึกสอนฟิตเนสช่วงการแพร่ระบาดของโควิด-19 (2) คุณภาพชีวิตของผู้ฝึกสอนฟิตเนสช่วงการแพร่ระบาดของโควิด-19 และ (3) รายได้ของผู้ฝึกสอนฟิตเนสช่วงก่อนและช่วงที่มีการแพร่ระบาดของโควิด-19

คำถามในการวิจัย

- 1) การแพร่ระบาดของโควิด-19 ส่งผลกระทบและเป็นอุปสรรคต่ออาชีพผู้ฝึกสอนฟิตเนสโรงแรมอย่างไรบ้าง
- 2) การแพร่ระบาดของโควิด-19 มีผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้ฝึกสอนฟิตเนสโรงแรมอย่างไร
- 3) รายได้ของผู้ฝึกสอนฟิตเนสช่วงก่อนและช่วงการแพร่ระบาดของโควิด-19 มีการเปลี่ยนแปลงอย่างไร

วิธีดำเนินการวิจัย

คณะกรรมการจริยธรรม

งานวิจัยนี้ได้ผ่านการรับรองจากคณะกรรมการวิจัยในมนุษย์จากสถาบันยุทธศาสตร์ทางปัญญาและวิจัยมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ หนังสือรับรองเลขที่ SWUEC/EG-259/2564

ผลกระทบจากการแพร่ระบาดของโควิด-19 ที่มีต่อผู้ฝึกสอนฟิตเนสในกรุงเทพมหานครและคุณภาพชีวิต
IMPACT OF COVID-19 PANDEMIC ON HOTEL FITNESS INSTRUCTORS IN BANGKOK AND QUALITY OF LIFE

กลุ่มตัวอย่างและการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง

การเลือกกลุ่มตัวอย่างเป็นแบบเจาะจง (Purposive Sampling) จากผู้ที่มีคุณสมบัติตามเกณฑ์ที่ผู้วิจัยต้องการศึกษาโดยไม่มีการสุ่มจากประชากร ถูกต้องตามกระบวนการวิจัยเชิงคุณภาพ (Supaporn, 2007; Thomas, Nelson, & Silverman, 2005) โดยคัดเลือกจากอาสาสมัครที่เป็นผู้ฝึกสอนฟิตเนสชายและหญิงที่มีคุณสมบัติตามเกณฑ์การคัดเลือก จำนวน 20 คน เป็นชาย 13 คน หญิง 7 คน (ดังแสดงในตารางที่ 1) ทุกคนลงนามในหนังสือแสดงความยินยอมเพื่อยืนยันการเข้าร่วมการวิจัย โดยมีเกณฑ์การคัดเลือก คือ

- 1) เป็นผู้ฝึกสอนฟิตเนสชายหรือหญิงที่สำเร็จการศึกษาด้านวิทยาศาสตร์การกีฬาหรือวิทยาศาสตร์สุขภาพ
- 2) เป็นผู้ฝึกสอนฟิตเนสของโรงแรมระดับ 4-5 ดาว ในเขตกรุงเทพมหานคร
- 3) มีประสบการณ์ทำงานในตำแหน่งผู้ฝึกสอนฟิตเนสไม่น้อยกว่า 4 ปี
- 4) ประเมินการแพร่ระบาดของโควิด-19 ว่ามีผลต่อคุณภาพชีวิตของตนเองปานกลางหรือมาก (จากคะแนน 1-9 ซึ่งคะแนน 1-3 หมายถึง มีผลน้อย, 4-6 มีผลปานกลาง และ 7-9 มีผลมาก)

เกณฑ์การคัดออก

- 1) กลุ่มตัวอย่างไม่สามารถให้ข้อมูลได้ครบถ้วน
- 2) กลุ่มตัวอย่างถอนตัวหรือยกเลิกไม่ประสงค์จะเข้าร่วมในโครงการวิจัยอีกต่อไป

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือวิจัยประกอบด้วยแบบสัมภาษณ์ แบบบรรยายเหตุการณ์สำคัญและแบบกระตุ้นความจำด้วยภาพ ซึ่งเป็นเครื่องมือที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นโดยมีการนำไปศึกษานำร่อง (Field Test) เพื่อตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือก่อนที่จะนำไปใช้จริง

ขั้นตอนการดำเนินการวิจัย

เนื่องจากสถานการณ์แพร่ระบาดของโควิด-19 ยังไม่สิ้นสุด ผู้วิจัยจึงเก็บข้อมูลทางออนไลน์ ด้วยวิธี (1) การสัมภาษณ์แบบกึ่งโครงสร้างโดยใช้แบบสัมภาษณ์ซึ่งมีข้อความ 12 ข้อ (2) การตอบแบบบรรยายเหตุการณ์สำคัญ 2 แบบ คือ แบบที่ 1 บรรยายเหตุการณ์วันที่ผู้ฝึกสอนฟิตเนสได้รับผลกระทบจากสถานการณ์โควิด-19 มากกว่าวันอื่นๆ และแบบที่ 2 บรรยายเหตุการณ์วันที่ผู้ฝึกสอนฟิตเนสได้รับผลกระทบจากสถานการณ์โควิด-19 น้อยกว่าวันอื่นๆ และ (3) การกระตุ้นความจำด้วยภาพถ่าย โดยผู้ฝึกสอนฟิตเนสแต่ละคนจะส่งภาพถ่ายที่มีผลกระทบต่อการทำงานและคุณภาพชีวิตมากจำนวน 3 ภาพ และส่งผลน้อย จำนวน 3 ภาพ รวม 6 ภาพ ก่อนนัดนัดหมายกับผู้วิจัยเพื่ออธิบายและตอบคำถามจากภาพถ่าย จนครบทั้ง 6 ภาพ

การวิเคราะห์ข้อมูล

วิเคราะห์ข้อมูลแบบอุปนัยด้วยการเปรียบเทียบความคงที่ของข้อมูล (Constant Comparison) โดยทำการตรวจสอบความเชื่อถือได้ของข้อมูลด้วยวิธีการสามเส้าของวิธีวิจัย (Triangulation of Methods) จากข้อมูลที่ได้มาจากการสังเกต การสัมภาษณ์และการกระตุ้นความจำด้วยภาพ เพื่อตรวจสอบความสอดคล้องตรงกันของข้อมูลที่สรุปเป็นผลการวิจัย (Supaporn, 2007) และมีการคำนวณร้อยละของรายได้ต่อเดือนที่ลดลงของผู้ฝึกสอนฟิตเนส

ผลการวิจัยและอภิปรายผล

ผลการวิจัยจะได้นำถึงคุณลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง ผลกระทบจากการแพร่ระบาดของโควิด-19 อุปสรรคในการทำงานของผู้ฝึกสอนฟิตเนส การประเมินคุณภาพชีวิตด้วยตนเอง และการเปลี่ยนแปลงของรายได้ต่อเดือนช่วงการแพร่ระบาดของโควิด-19 โดยสรุปผลในตารางที่ 1-2 และภาพประกอบที่ 1-2 จากนั้นทำการอภิปรายผลแต่ละประเด็นตามลำดับ

ผลกระทบจากการแพร่ระบาดของโควิด-19 ที่มีต่อผู้ฝึกสอนฟิตเนสโรงแรมในกรุงเทพมหานครและคุณภาพชีวิต
IMPACT OF COVID-19 PANDEMIC ON HOTEL FITNESS INSTRUCTORS IN BANGKOK AND QUALITY OF LIFE

ตารางที่ 1 คุณลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง

ชื่อสมมติ	เพศ/ อายุ (ปี)	น้ำหนัก (กก.)/ ส่วนสูง (ซม.)	การศึกษา สูงสุด/ สาขา**	ระดับดาว	ประสบการณ์ ทำงาน	ย้าย โรงแรม	เปลี่ยน งาน
1. FFI 1	1*/30	56/167	โท**	5	8		
2. FFI 2	1*/33	55/160	เอก**	5	6		/
3. FFI 3	1*/28	54/157	โท**	5	5		
4. FFI 4	1*/27	51/162	ตรี**	4	4		
5. FFI 5	1*/29	73/180	ตรี**	5	8		
6. MFI 6	2*/29	90/174	ตรี**	5	5		
7. MFI 7	2*/29	65/171	ตรี**	5	4	/	
8. MFI 8	2*/34	70/165	เอก**	5	7	/	/
9. MFI - 9	2*/42	88/173	ตรี**	5	8		
10. MFI 10	2*/36	70/168	ตรี**	5	6		
11. MFI 11	2*/26	68/177	ตรี**	5	4		
12. MFI 12	2*/27	62/172	ตรี**	5	5		
13. FFI 13	1*/26	57/165	ตรี**	5	4		
14. MFI 14	2*/29	100/176	ตรี**	5	7		
15. MFI 15	2*/27	61/169	ตรี**	5	5		
16. MFI 16	2*/40	68/175	ตรี**	4	8		
17. MFI 17	2*/26	59/177	ตรี**	4	4		
18. FFI 18	1*/27	59/160	ตรี**	5	4		
19. MFI 19	2*/26	58/175	ตรี**	5	4	/	
20. MFI 20	2*/36	78/180	โท**	5	13		/
$\bar{X}$	30.35				9.5		

หมายเหตุ : FFI = Female Fitness Instructor (ผู้ฝึกสอนฟิตเนสหญิง), MFI = Male Fitness Instructor (ผู้ฝึกสอนฟิตเนสชาย),
1* = เพศหญิง, 2* = เพศชาย, ** = สำเร็จการศึกษาระดับปริญญาตรี

จากตารางที่ 1 สรุปได้ว่า กลุ่มตัวอย่างมีจำนวน 20 คน เป็นชาย 13 คน และหญิง 7 คน อายุระหว่าง 26-42 ปี อายุเฉลี่ยเท่ากับ 30 ปี น้ำหนัก 51-100 กิโลกรัม ส่วนสูง 157-180 เซนติเมตร สำเร็จการศึกษาด้านวิทยาศาสตร์การกีฬาระดับปริญญาตรีถึงปริญญาเอก คือ ปริญญาตรี 15 คน ปริญญาโท 3 คน และปริญญาเอก 2 คน ทำงานตำแหน่งผู้ฝึกสอนฟิตเนสของโรงแรมเขตกรุงเทพฯ ซึ่งเป็นโรงแรมระดับ 5 ดาว 17 คน และระดับ 4 ดาว 3 คน ประสบการณ์ในการทำงาน 4-13 ปี เฉลี่ย 9.5 ปี กลุ่มตัวอย่างมีการย้ายโรงแรมที่ทำงานจำนวน 3 คน เพราะ ถูกให้ออกจากงาน 1 คน จึงเปลี่ยนไปทำอาชีพผู้ฝึกสอนฟิตเนสฟรีแลนซ์ และอีก 2 คน ลาออกเพื่อเปลี่ยนงานไปประกอบอาชีพอาจารย์ (ดำเนินการเก็บข้อมูลช่วงเดือนมิถุนายน 2564-เดือนเมษายน 2565)

ผลกระทบจากการแพร่ระบาดของโควิด-19 ที่มีต่อผู้ฝึกสอนฟิตเนสโรงแรมในกรุงเทพมหานครและคุณภาพชีวิต
IMPACT OF COVID-19 PANDEMIC ON HOTEL FITNESS INSTRUCTORS IN BANGKOK AND QUALITY OF LIFE

ตารางที่ 2 ผลกระทบจากการแพร่ระบาดของโควิด-19 และอุปสรรคในการทำงานของผู้ฝึกสอนฟิตเนส

ผลกระทบจากการแพร่ระบาดของโควิด-19	อุปสรรคในการทำงานของผู้ฝึกสอนฟิตเนส
1. เงินไม่พอใช้จ่าย 2. วันทำงานลดลง 3. ถูกย้ายไปช่วยงานแผนกอื่น 4. ทำงานอยู่ที่บ้าน 5. ถูกปลดออก 6. ระบายเคืองโพรงจมูกเพราะตรวจเอทีเค (Antigen Test Kit/ATK) บ่อย	1. การสวมหน้ากากอนามัย (Mask) หายใจลำบาก 2. มือเป็นแผลเพราะล้างและพ่นแอลกอฮอล์บ่อย 3. งานทำความสะอาดในฟิตเนสมากขึ้น 4. มีปัญหาเกี่ยวกับการรักษาระยะห่างทางสังคม 5. มีผู้ฝ่าฝืนไม่ปฏิบัติตามมาตรการป้องกันโควิด-19 ของฟิตเนส

จากตารางที่ 2 สรุปผลได้ 2 ประเด็นคือ ประเด็นแรก ผลกระทบจากการแพร่ระบาดของโควิด-19 สรุปได้ 6 ข้อ และประเด็นที่ 2 อุปสรรคในการทำงานของผู้ฝึกสอนฟิตเนส สรุปได้ 5 ข้อ ซึ่งจะได้อภิปรายผลตามลำดับ

1. ผลกระทบจากการแพร่ระบาดของโควิด-19

การวิจัยนี้พบว่า การแพร่ระบาดของโควิด-19 ส่งผลกระทบต่อผู้ฝึกสอนฟิตเนส 6 ข้อ คือ (1) เงินไม่พอใช้จ่าย (2) วันทำงานลดลง (3) ถูกย้ายไปช่วยงานแผนกอื่น (4) ทำงานอยู่ที่บ้าน (5) ถูกปลดออก และ (6) ระบายเคืองโพรงจมูกเพราะตรวจเอทีเค (Antigen Test Kit/ATK) บ่อย ทั้งนี้เนื่องจากสถานการณ์แพร่ระบาดของโควิด-19 ทำให้จำนวนลูกค้าที่เข้าพักและเข้ามาใช้บริการโรงแรมในกรุงเทพฯ ลดลงอย่างมาก โดยเฉพาะช่วงปี พ.ศ. 2563 ซึ่งมีมาตรการสั่งห้ามอากาศยานทำการบินเข้าสู่ประเทศไทยตามที่มีประกาศใช้ พ.ร.ก. ฉุกเฉินในช่วงเดือนเมษายน-กันยายน 2563 ส่งผลให้จำนวนลูกค้าต่างชาติที่เป็นกลุ่มลูกค้าหลักของโรงแรมเข้ามาพักและใช้บริการในโรงแรมน้อยลง (Saxon, Sodprasert, & Sucharitakul, 2021) นอกจากนี้ ยังมีคำสั่งให้ประชาชนซื้ออาหารกลับไปทานที่บ้าน มี พ.ร.ก. ฉุกเฉิน และมีคำสั่งให้ปิดฟิตเนส สปาและสระว่ายน้ำเป็นการชั่วคราว (Chan-ocha, 2020) ทำให้โรงแรมได้รับผลกระทบโดยตรง รายได้ลดลงแต่ค่าใช้จ่ายยังคงมีมาก การที่จะประคองธุรกิจของโรงแรมให้ดำเนินต่อไปได้ ผู้บริหารจึงจำเป็นต้องกำหนดมาตรการหลายอย่าง ได้แก่ การลดเงินเดือนพนักงานทุกแผนก ปลดพนักงานออก การลดวันทำงานให้น้อยลง ให้พนักงานโรงแรมทำงานที่บ้าน และย้ายพนักงาน เช่น ผู้ฝึกสอนฟิตเนสให้ย้ายไปช่วยงานแผนกอื่นช่วงที่มีการปิดฟิตเนสเป็นระยะๆ ส่งผลให้ผู้ฝึกสอนฟิตเนสมีเงินไม่พอใช้จ่ายเพราะรายได้ลดลง แต่รายจ่ายเพิ่มขึ้นเนื่องจากเคยได้รับสวัสดิการด้านการทานอาหารฟรีในวันที่มาทำงานในโรงแรม เมื่อต้องทำงานที่บ้าน หรือลดวันทำงานลง ค่าใช้จ่ายต่าง ๆ จึงเพิ่มขึ้น โดยเฉพาะเรื่องค่าอาหารที่ต้องหาซื้อเอง เงินรายเดือนจึงไม่พอใช้จ่าย ส่งผลกระทบต่อร่างกาย จิตใจและคุณภาพชีวิตของผู้ฝึกสอนฟิตเนส สอดคล้องกับงานวิจัยของ Artharn and Pooripakdee (2021) ที่ศึกษาผลกระทบการตอบสนองภาวะวิกฤตของธุรกิจโรงแรมในเขตกรุงเทพมหานคร และพบว่า ธุรกิจโรงแรมมีการตอบสนองในช่วงแพร่ระบาดของโควิด-19 หลายด้าน ได้แก่ (1) ด้านการปรับโครงสร้างองค์กร โดยการปรับเปลี่ยนรูปแบบการทำงานและพนักงานได้รับมอบหมายให้ทำงานได้หลากหลายหน้าที่รวมถึงการทำหน้าที่ทดแทนกันได้ (2) การลดค่าใช้จ่าย เช่น เงินเดือน มีการลดเงินเดือนลงตามลำดับตำแหน่งของงาน การให้วันหยุดประจำปี การให้ลาพักแบบไม่ได้เงินเดือน การลดวันทำงานให้น้อยลง และการเลิกจ้าง ตามลำดับ (Thanapotivirat & Jithpakdeepornrat, 2021) นอกจากนี้ เชื้อไวรัสโคโรนา หรือโควิด-19 ซึ่งมีหลายสายพันธุ์ ทำให้มีมาตรการป้องกันการแพร่ระบาดด้วยการให้ผู้ฝึกสอนฟิตเนสทำการตรวจเอทีเค (Antigen Test Kit, ATK) ซึ่งช่วงแรกของการแพร่ระบาดนั้นมีวิธีตรวจเอทีเคแบบเก็บสารคัดหลั่งจากโพรงจมูกแบบเดียวเท่านั้น กล่าวคือ มีการสอดไม้สวอป (Swab) เข้าทางรูจมูกให้ลึกประมาณ 2 เซนติเมตร จากนั้นหมุนไม้สวอป ประมาณ 10 วินาที เพื่อเก็บตัวอย่างเชื้อ ซึ่งหากผู้ตรวจไม่มีความชำนาญ อาจก่อให้เกิดการระคายเคืองหรือบาดเจ็บจากการตรวจ ทำให้เยื่อโพรงจมูกอักเสบ มีเลือดกำเดาไหล และหากเสียบไม้สวอปลึกเกินไปอาจทะลุถึงดวงตาและไซนัส หรือไม้สวอปหัก ทำให้เกิดการบาดเจ็บ ผู้ฝึกสอนฟิตเนสของโรงแรมหลายแห่งต้องตรวจเอทีเค ทุกวันก่อนเข้า

ทำงาน ทำให้เกิดการระคายเคืองโพรงจมูกเพราะตรวจเอทีเคบ่อยเกินไป อีกทั้งเป็นการเพิ่มความเสี่ยงในการนำเชื้อไวรัสเข้าสู่ร่างกายอีกด้วย (Thai PBS, 2021)

2. อุปสรรคในการทำงานของผู้ฝึกสอนฟิตเนส

อุปสรรคในการทำงาน สรุปได้ 5 ข้อ คือ (1) การสวมหน้ากากอนามัย (Mask) หายใจลำบาก (2) มือเป็นแผลเพราะล้างและฟ้นแอลกอฮอล์บ่อย (3) งานทำความสะอาดในฟิตเนสมากขึ้น (4) มีปัญหาเกี่ยวกับการรักษาระยะห่างทางสังคม และ (5) มีผู้ฝ่าฝืนไม่ปฏิบัติตามมาตรการป้องกันโควิด-19 ของฟิตเนส กล่าวได้ว่า ตัวผู้ฝึกสอนฟิตเนสเองมีปัญหาเกี่ยวกับการสวมหน้ากากอนามัย ทั้งวันหรือตลอดเวลาที่ปฏิบัติงานเนื่องจากเกิดความอึดอัด หายใจลำบาก และเมื่อนำกิจกรรมการออกกำลังกาย หน้ากากอนามัยเปียกเหงื่อ ทำให้หายใจลำบากยิ่งขึ้น สอดคล้องกับงานวิจัยเกี่ยวกับการทำงานในโรงแรมของเกาหลีซึ่งพบว่า การสวมหน้ากากอนามัย ในขณะที่งานทำให้พนักงานโรงแรมหายใจไม่สะดวก หายใจลำบาก (Kong, Oh, & Lam, 2021) นอกจากนี้ งานด้านการทำความสะอาดที่เพิ่มขึ้นและต้องทำซ้ำหลายครั้ง ก่อให้เกิดความเหนื่อยล้าอย่างมาก อีกทั้งการต้องรักษาความสะอาดส่วนบุคคลของตนเองไม่ว่าจะเป็น การจับลูกบิดประตู การใช้ห้องน้ำ รวมถึงการจับต้องเครื่องออกกำลังกายต่าง ๆ ทำให้ต้องล้างมือและฟ้นแอลกอฮอล์ที่มือบ่อย ๆ ส่งผลให้มือแห้ง มือเป็นแผล รวมถึงงานทำความสะอาดเครื่องมือและอุปกรณ์การออกกำลังกายที่ต้องทำทันทีหลังการใช้งาน และต้องทำบ่อยขึ้น ปริมาณงานในห้องฟิตเนสแต่ละวันจึงเพิ่มมากกว่าภาวะปกติ ผู้ฝึกสอนฟิตเนสจึงเหนื่อยมากกว่าเดิม (Agarwal, 2021; Artharn & Pooripakdee, 2021) สอดคล้องกับงานวิจัยของ Srimaca and Muneenam (2021) ที่พบว่า ช่วงแพร่ระบาดของโควิด-19 มีงานด้านสุขลักษณะของอาคารและสถานที่เพิ่มมากขึ้น เช่น ต้องทำความสะอาดทั่วบริเวณพื้นที่ต่าง ๆ ให้บ่อยขึ้น การกำหนดช่วงเวลาในการทำความสะอาด ตลอดจนการทำความสะอาดทุกครั้งที่พื้นที่จบกิจกรรมในห้องนั้น ๆ ตามด้วยการฉีดพ่นน้ำยาฆ่าเชื้อโรคทั่วบริเวณพื้นที่โดยรอบ

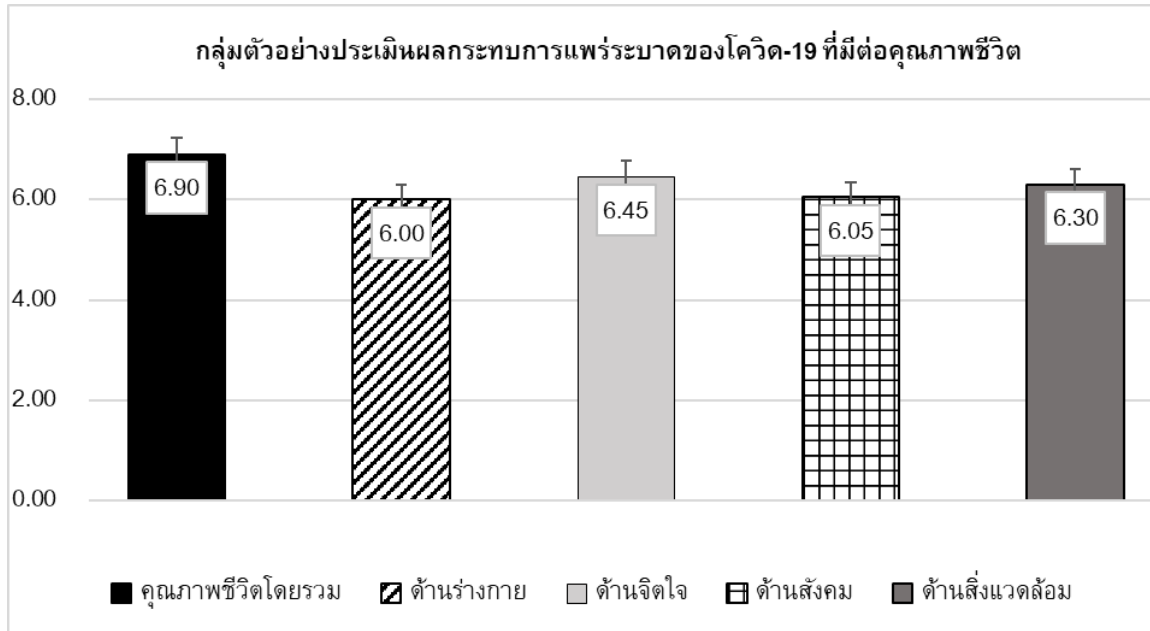
ด้านมาตรการในการรักษาระยะห่างนั้นฟิตเนสของโรงแรมกำหนดให้มีการรักษาระยะห่างของสมาชิกที่มาใช้บริการคือ ต้องไม่ยืนหรือนั่งหรือทำกิจกรรมในพื้นที่ซึ่งใกล้กันเกินไป ตลอดจนต้องจัดตั้งเครื่องมือออกกำลังกายให้ห่างกันหรือมีการเว้นระยะคือใช้เครื่องหนึ่ง เว้นว่างอีกเครื่องหนึ่ง ทำนองเดียวกับการนั่งเก้าอี้ นั่งตัวเว้นตัว เป็นต้น ทำให้จำนวนเครื่องมือออกกำลังกายเหลือน้อยลงเพราะต้องดัดใช้เป็นบางเครื่อง นอกจากนี้ พื้นที่ในการทำกิจกรรมก็ลดลงเพราะต้องเว้นระยะห่างให้มากขึ้น การเข้าร่วมกิจกรรม เช่น โยคะ แอโรบิก ต้องจำกัดจำนวนคนให้น้อยลงเพื่อรักษาระยะห่าง (Chron, 2020; National Center for Immunization and Respiratory Diseases, 2020) สำหรับการใส่สว่นำน้ำนั้นต้องทำการกันแบ่งลู่ (Lane) วายน้ำได้บางลู่ เท่านั้นไม่สามารถวายนน้ำได้ทุกลู่ ก่อให้เกิดความยากลำบากในการดูแลลูกค้า หรืออธิบายให้ลูกค้าเข้าใจ อนึ่ง ลูกค้าส่วนหนึ่งมาจากต่างประเทศ ซึ่งนโยบายป้องกันและเฝ้าระวังการแพร่ระบาดของโควิด-19 ของแต่ละประเทศ หรือแต่ละจังหวัดมีความเข้มงวดแตกต่างกัน (Department of Health, 2021) แต่สำหรับในกรุงเทพฯ นั้นถูกกำหนดเป็นพื้นที่สีแดงหรือสีส้มเนื่องจากพบผู้ติดเชื้อโควิด-19 จำนวนสูงกว่าพื้นที่อื่น ๆ จึงมีความเสี่ยงสูง ผู้ฝึกสอนฟิตเนสจึงต้องปฏิบัติตามมาตรการต่าง ๆ อย่างเข้มงวด บางแห่งผู้ที่ใช้บริการในฟิตเนสต้องจองหรือรอคิวเพื่อออกกำลังกาย ทำให้ลูกค้าหรือผู้ให้บริการไม่พอใจ การที่ผู้ฝึกสอนฟิตเนสจะสร้างความประทับใจในการให้บริการช่วงสถานการณ์แพร่ระบาดของโควิด-19 จึงเป็นไปได้ยากมาก

ข้อกำหนดและมาตรการหลายอย่างตามประกาศของรัฐบาลและของโรงแรมซึ่งต้องปฏิบัติตาม โดยเฉพาะเรื่องการให้บริการหรือดูแลห้องฟิตเนสให้มีความเสี่ยงต่อการติดเชื้อของผู้มาใช้บริการให้น้อยที่สุด ก่อให้เกิดความไม่พอใจแก่ลูกค้า โดยเฉพาะเรื่องการสวมหน้ากากอนามัยขณะออกกำลังกายหรือใช้เครื่องมือในห้องฟิตเนส ซึ่งเป็นไปตามประกาศของ พ.ร.ก.ฉุกเฉินที่มีการกำหนดนโยบายและมาตรการของการป้องกันควบคุมโรคโควิด-19 ในสถานประกอบการประเภทสถานที่ออกกำลังกายอย่างเคร่งครัด (Department of Health, 2021; Feng et al., 2020) ลูกค้าหรือแขกบางคนฝ่าฝืนไม่ปฏิบัติตามกฎการใช้ฟิตเนส เช่น ดึงหน้ากากอนามัยมาห้อยไว้ใต้คางหรือไม่สวมหน้ากากอนามัยตลอดเวลา โดยอ้างว่าหายใจไม่ออก หายใจไม่สะดวกเมื่อออกกำลังกาย ประเด็นดังกล่าวเป็นอุปสรรคในการทำงานของผู้ฝึกสอนฟิตเนสอย่างมาก เพราะต้องมีการขอร้องหรือเตือนให้ผู้ใช้บริการฟิตเนสปฏิบัติตามกฎอยู่บ่อย ๆ สร้างความขุ่นเคืองใจและความไม่พอใจให้กับผู้ให้บริการ และก่อให้เกิดความเครียดต่อตัวผู้ฝึกสอนฟิตเนสเองด้วย (Amagasa et al., 2020; Kong, Oh, & Lam, 2021)

ผลกระทบจากการแพร่ระบาดของโควิด-19 ที่มีต่อผู้ฝึกสอนฟิตเนสโรงแรมในกรุงเทพและคุณภาพชีวิต
IMPACT OF COVID-19 PANDEMIC ON HOTEL FITNESS INSTRUCTORS IN BANGKOK AND QUALITY OF LIFE

3. การประเมินคุณภาพชีวิตด้วยตนเอง

ภาพประกอบที่ 1 กราฟแสดงค่าเฉลี่ยการประเมินผลกระทบการแพร่ระบาดของโควิด-19 ที่มีต่อคุณภาพชีวิต (จาก 1-9 คะแนน*)

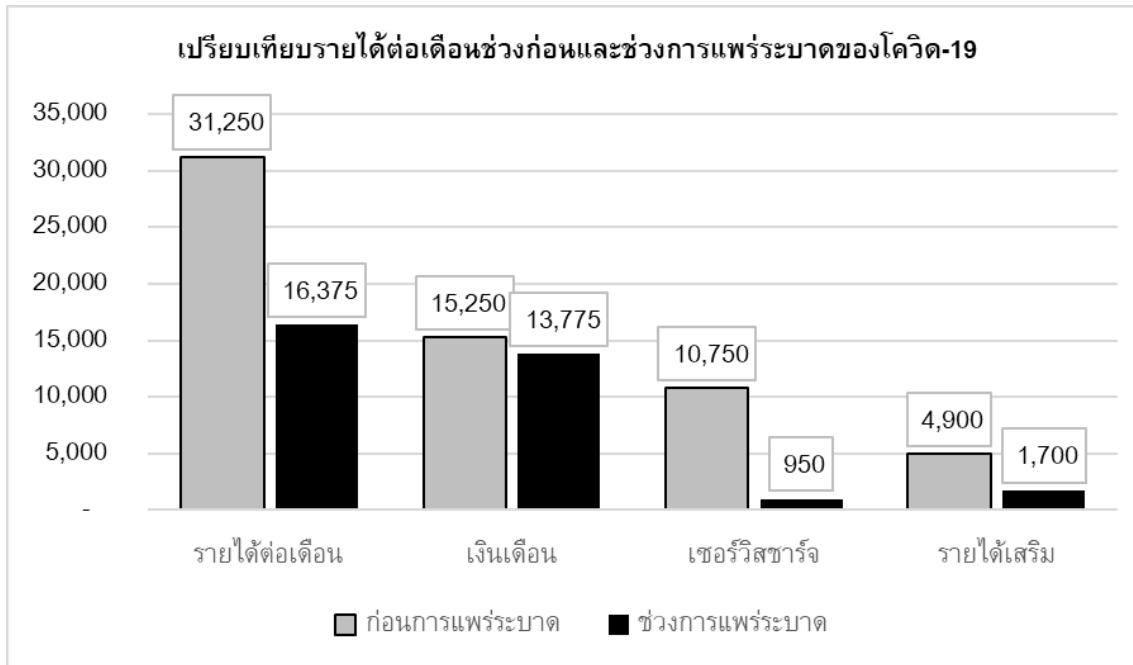


หมายเหตุ : คะแนนประเมินผลกระทบจากการระบาดของโควิด-19 ที่มีต่อคุณภาพชีวิตจาก จาก 1-9 คะแนน* (1-3 คือ มีผลกระทบน้อย, 4-6 มีผลกระทบปานกลาง, 7-9 มีผลกระทบมาก)

ภาพประกอบที่ 1 แสดงการประเมินผลกระทบจากการระบาดของโควิด-19 ที่มีต่อคุณภาพชีวิตจาก 1-9 โดยประเมินจากช่วงที่เริ่มมีการแพร่ระบาด (มกราคม 2563) ถึงเดือนเมษายน 2565 ซึ่งผู้วิจัยทำการเก็บรวบรวมข้อมูล กล่าวคือ ผู้ฝึกสอนฟิตเนสทำการประเมินผลโดยรวมและประเมินผลแยกรายด้าน (การประเมินตนเองจากคะแนน 1-9, คะแนน 1-3 คือ มีผลต่อคุณภาพชีวิตน้อย, 4-6 มีผลต่อคุณภาพชีวิตปานกลาง, 7-9 มีผลต่อคุณภาพชีวิตมาก) คะแนนเฉลี่ยคุณภาพชีวิตโดยรวมเท่ากับ 6.90 และแยกเป็นรายด้านคือ ด้านร่างกาย จิตใจ สัมพันธภาพทางสังคมและสิ่งแวดล้อมเท่ากับ 6.00, 6.45, 6.05, 6.30 ตามลำดับ แสดงว่าผู้ฝึกสอนฟิตเนสมีคุณภาพชีวิต (ช่วงปี 2563-2565) ที่ไม่ดี คือ ได้รับผลกระทบจากการแพร่ระบาดของ โควิด-19 โดยรวมอยู่ในระดับมาก (6.90) แต่เมื่อจำแนกรายด้าน คือ ด้านร่างกาย จิตใจ สัมพันธภาพทางสังคม และสิ่งแวดล้อมอยู่ในระดับปานกลาง (6.00, 6.45, 6.05, 6.30) สอดคล้องกับ Thaitrakulpanich (2021) ที่พบว่า คนจำนวนมากตกงาน ถูกเลิกจ้าง ไม่มีงานทำ มีรายได้ลดลง หรือไม่มีรายได้ในช่วงการแพร่ระบาดของโควิด-19 คุณภาพชีวิตจึงต่ำลง และ แม้รัฐบาลจะมีการจ่ายเงินเยียวยาให้เป็นระยะ ๆ แต่ก็ไม่เพียงพอต่อการดำรงชีพของประชาชนในทุก ๆ อาชีพเมื่อเปรียบเทียบกับช่วงปกติ ก่อนการแพร่ระบาดของโควิด-19 (Chalamwong, Jitsuchon, & Tharisung, 2020)

4. รายได้ต่อเดือนช่วงการแพร่ระบาดของโควิด-19

ภาพประกอบที่ 2 กราฟแสดงรายได้ต่อเดือนของผู้ฝึกสอนฟิตเนสช่วงก่อนและช่วงการแพร่ระบาดของโควิด-19



จากกราฟในภาพประกอบที่ 2 ซึ่งแสดงค่าเฉลี่ยของรายได้ต่อเดือนของผู้ฝึกสอนฟิตเนสช่วงก่อนและช่วงการแพร่ระบาดของโควิด-19 (N=20) พบว่า รายได้ต่อเดือนเปลี่ยนแปลงไป จาก 31,250 บาท ลดลงเหลือ 16,375 บาท คือ ลดลงมากถึง 47.6% ทั้งนี้เพราะรายได้ต่อเดือนมาจากเงินเดือน (15,250, 13,775) เงินค่าเซอร์วิสชาร์จ (10,750, 950) และเงินจากรายได้เสริม (4,900, 1,700) สาเหตุสำคัญเนื่องจากโรงแรมส่วนใหญ่ไม่มีแขกเข้าพัก พนักงานโรงแรมรวมทั้งผู้ฝึกสอนฟิตเนสจึงถูกลดเงินเดือน ลดวันทำงาน รวมทั้งถูกปลดออกหรือถูกจ้างให้ออก นอกจากนั้นรายได้จากค่าเซอร์วิสชาร์จของโรงแรมส่วนใหญ่ไม่มี หรือมีก็น้อยมาก สอดคล้องกับผลการวิจัยที่ผ่านมา ซึ่งพบว่า การแพร่ระบาดของ โควิด-19 ส่งผลกระทบต่อรายได้ของพนักงานโรงแรมทุกแผนก (Fjallman, 2020; Hervie et al., 2022)

ข้อเสนอแนะสำหรับการทำวิจัยในครั้งต่อไป

- 1) ควรศึกษาผลกระทบและอุปสรรคในการทำงานของผู้ฝึกสอนฟิตเนสของเอกชน
- 2) ควรเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตของผู้ฝึกสอนฟิตเนสก่อนและหลังการแพร่ระบาดของโควิด-19

กิตติกรรมประกาศ

ผู้วิจัยขอขอบคุณผู้ฝึกสอนฟิตเนสโรงแรมซึ่งเป็นกลุ่มตัวอย่างทุกท่านที่ได้สละเวลาเพื่อให้อำนาจการวิจัยนี้สำเร็จลง ได้ด้วยดี

ผลกระทบจากการแพร่ระบาดของโควิด-19 ที่มีต่อผู้ฝึกสอนฟิตเนสโรงแรมในกรุงเทพมหานครและคุณภาพชีวิต
IMPACT OF COVID-19 PANDEMIC ON HOTEL FITNESS INSTRUCTORS IN BANGKOK AND QUALITY OF LIFE

เอกสารอ้างอิง

- Agarwal, P. (2021). Shattered but smiling: Human resource management and the wellbeing of hotel employees during COVID-19. *International Journal of Hospitality Management*, 93, 102765. <https://doi.org/10.1016/j.ijhm.2020.102765>
- Amagasa, S., Machida, M., Ding, D., & Inoue, S. (2020). Preventing infectious diseases outbreaks at exercise facilities. *Managing Sport and Leisure*, 27(1-2), 22-25. <https://doi.org/10.1080/23750472.2020.1779116>
- Artharn, D., & Pooripakdee, S. (2021). Crisis response strategies of hotel business in Bangkok during the COVID-19 epidemic. *Journal of Accountancy and Management Mahasarakham Business University*, 13(4), 82-97. <https://so02.tci-thaijo.org/index.php/mbs/article/view/250979>
- Boonsorn, N. (2022). Bhavana dhamma: The principle of dhamma for promotion of the quality of work life. *Journal of Interdisciplinary Innovation Review*, 5(1), 220-231. <https://so04.tci-thaijo.org/index.php/jidir/article/view/257562>
- Chalamwong, Y., Jitsuchon, S., & Tharisung, K. (2020, June 29). *Impact of Covid-19 on the Thai Labor Market: Empirical Data*. TDRI Policy Series on Fighting Covid-19. <https://tdri.or.th/2020/06/covid-19-labour-market-impact-in-thailand/>
- Chan-o-cha, P. (2020, March 25). *Unofficial Translation: Regulation Issued under Section 9 of the Emergency Decree on Public Administration in Emergency Situations B.E. 2548 (2005) (No.1)*. Royal Thai Government. <https://www.thaigov.go.th/news/contents/details/28025>
- Cheer, J. M. (2020). Human flourishing, tourism transformation and COVID-19: A conceptual touchstone. *Tourism Geographies*, 22(3), 1–11. <https://doi.org/10.1080/14616688.2020.1765016>
- Chron. (2020, June 22). *What do Gym Attendants Do?* <https://work.chron.com/gym-attendants-do-6181.html>
- Department of Health. (2021, February 6). *Guidelines for Allegations against Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) Fitness Establishments (Fitness Center) and Gym. Thai stop Covid plus*. https://stopcovid.anamai.moph.go.th/attach/w774/f20210622134452_75AMNdpuhC.pdf
- Erdem, H., & Duman, M. Ç. (2016). The effect of perceived quality of meal service provided by organization on organizational commitment and job satisfaction. *Business and Economics Research Journal*, 7(2), 135-148. <https://ideas.repec.org/a/ris/buecrj/0228.html>
- Feng, S., Shen, C., Xia, N., Song, W., Fan, M., & Cowling, B. L. (2020). Rational use of face masks in the COVID-19 pandemic. *The Lancet Respiratory Medicine*, 8(5), 434-436. [https://doi.org/10.1016/S2213-2600\(20\)30134-X](https://doi.org/10.1016/S2213-2600(20)30134-X)
- Fjallman, A. (2020, March 26). *The State of the Global Hotel Industry Following COVID-19 and What Hoteliers Can Do Now*. ATOMIZE. <https://atomize.com/blog/hotel-industry-covid-19-hoteliers/>
- Hervie, D. M., Amoako-Atta, E., Hossain, M. B., Illes, C. B., & Dunay, A. (2022). Impact of COVID-19 pandemic on hotel employees in the greater accra region of Ghana. *Sustainability*, 14(5), 2509. <https://doi.org/10.3390/su14052509>
- Jang, S., Han, S. H., & Rhee, J. Y. (2020). Cluster of coronavirus disease associated with fitness dance classes, South Korea. *Emerging Infectious Diseases*, 26(8), 1917-1920. <https://doi.org/10.3201/eid2608.200633>
- Kong, A., Oh, J. E., & Lam, T. (2021). Face mask effects during COVID-19: Perspectives of managers, practitioners and customers in the hotel industry. *International Hospitality Review*, 35(2), 195-207. <https://doi.org/10.1108/IHR-07-2020-0025>

- Nanu, L., Cobanoglu, C., Yilmaz, I. H., & Dis, T. (2020). Impact of employee meals on employee satisfaction and hotel financial performance: An experimental study. *Journal of Hospitality Financial Management*, 28(2), Article 3. <https://doi.org/10.7275/0tft-v911>
- Nasrulloh, A., Sumaryanto, S., Nugroho, S., & Antoni, M. S. (2021). Does the implementation of the management function have an impact on service quality? A study at the HSC fitness center. *International Journal of Human Movement and Sports Sciences*, 9(5), 1019-1028. <https://doi.org/10.13189/saj.2021.090524>
- National Center for Immunization and Respiratory Diseases (U.S.). (2020, November 12). *COVID-19 Employer information for gyms and fitness centers*. Centers for Disease Control and Prevention. <https://stacks.cdc.gov/view/cdc/97119>
- Saxon, S., Sodprasert, J., & Sucharitakul, V. (2021, November 30). *Reimagining Travel: Thailand Tourism after the COVID-19 Pandemic*. McKinsey & Company. <https://www.mckinsey.com/industries/travel-logistics-and-infrastructure/our-insights/reimagining-travel-Thailand-tourism-after-the-covid-19-pandemic>
- Sirilak, S. (2020, August). *Thailand's experience in the COVID-19 response*. Department of Disease Control. https://ddc.moph.go.th/viralpneumonia/eng/file/pub_doc/LDoc9.pdf
- Srimaca, P., & Muneenam, U. (2021). Adaptation of Thai boxing camps for tourism amid the COVID-19 pandemic in Phuket province. *Journal of International and Thai Tourism*, 17(1), 164-181. <https://so02.tci-thaijo.org/index.php/jitt/article/view/248199>
- Supaporn, S. (2007). *Qualitative Research in Physical Education and Sports*. Bangkok: Samlada.
- Thai PBS. (2021, August 27). *The Doctor Opened the Technique to Tease ATK the Right Way to Avoid Nosebleeds - the Swab Stick Broke in the Nose*. <https://www.thaipbs.or.th/news/content/307375>
- Thairakulpanich, A. (2021, January 6). *The Bike Stops Here: Gyms Hit Hard by 2nd COVID Shutdown*. Khaosod English. <https://www.khaosodenglish.com/news/crimecourtsclamity/2021/01/06/the-bike-stops-here-gyms-hit-hard-by-2nd-covid-shutdown/>
- Thanapotivirat, P., & Jithpakdeepornrat, T. (2021). Adaptation strategies for Thailand hotel business during the coronavirus disease (Covid-19) pandemic. *Academy of Strategic Management Journal*, 20(5), 1-14. <https://www.abacademies.org/articles/adaptation-strategies-for-thailand-hotel-business-during-the-coronavirus-disease-covid19-pandemic-12215.html>
- The Government Public Relations Department. (2020, March 21). *Announcement to Close Temporarily Certain Places in Bangkok to Combat COVID-19*. https://thailand.prd.go.th/ewt_news.php?nid=9170&filename=index
- Thomas, J. R., Nelson, J. K., & Silverman, S. J. (2005). *Research Methods in Physical Activity*. Champaign, Illinois: Human Kinetics.
- Truefitness. (2015, June 15). *Gym Duties for Your Hotel Staff*. <https://truefitness.com/resources/gym-duties-for-your-hotel-staff/>
- Virakul, B., Chiangmai, C. N., & Senasu, K. (2022). Thailand and COVID-19 pandemic: Lessons learned, challenges, and the silver linings. *Community, Economy and COVID-19*, 505-530. https://doi.org/10.1007/978-3-030-98152-5_24
- World Health Organization. (1997). *WHOQOL : Measuring Quality of Life*. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/63482>

ผลกระทบจากการแพร่ระบาดของโควิด-19 ที่มีต่อผู้ฝึกสอนฟิตเนสโรงแรมในกรุงเทพและคุณภาพชีวิต
IMPACT OF COVID-19 PANDEMIC ON HOTEL FITNESS INSTRUCTORS IN BANGKOK AND QUALITY OF LIFE

- World Health Organization. (2020a, March 11). *WHO Director-general's Opening Remarks at the Media Briefing on COVID-19*. 2020. <https://www.who.int/director-general/speeches/detail/who-director-general-s-opening-remarks-at-the-media-briefing-on-covid-19---11-March-2020>
- World Health Organization. (2020b, March 12). *Coronavirus Disease (COVID-19) Situation Reports; Situation Reports 52*. <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/situation-reports>