

ความเครียด ภาวะซึมเศร้าและพลังสุขภาพจิตของผู้ประกอบอาชีพบริการด้านการ
ท่องเที่ยวในระยะหลังการระบาดใหญ่ของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 พื้นที่
ความรับผิดชอบของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลวิชิต อำเภอเมือง จังหวัดภูเก็ต
Stress, Depression and Resilience Quotient among Travel Service
Professionals in Post Pandemic of Coronavirus Disease 2019,
The Responsibility Area of Wichit Sub-District Health Promoting
Hospital, Muang District, Phuket Province

วรกานต์ นวลแก้ว^{1*} วิลาวลย์ สันโต² และ อุไรวรรณ ไกรนรา มูรานิชิ³

Worakarn Nuankaew^{1*} Wilawan Sando² Uraiwan Krainara Muranishi³

¹ คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยราชภัฏภูเก็ต ต.รัชฎา อ.เมือง จ.ภูเก็ต 83000

¹ Faculty of Science and Technology Phuket Rajabhat University Ratchada, Muang,

Phuket Province 83000

Corresponding author E-mail: s6211166125@pkru.ac.th

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ เครื่องมือสำหรับเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นแบบสอบถามความเครียด ภาวะซึมเศร้าและพลังสุขภาพจิต เพื่อศึกษาระดับความเครียด ภาวะซึมเศร้าและพลังสุขภาพจิตของผู้ประกอบอาชีพบริการด้านการท่องเที่ยวภายหลังสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 ในพื้นที่ความรับผิดชอบของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลวิชิต อำเภอเมือง จังหวัดภูเก็ต กลุ่มเป้าหมายคือผู้ประกอบอาชีพบริการด้านการท่องเที่ยวจำนวน 150 คน วิเคราะห์ข้อมูลโดยสถิติเชิงพรรณนา ได้แก่งาน ร้อยละ ผลการวิจัยพบว่าผู้ตอบแบบสอบถามเป็นเพศชายทั้งหมด 73 คน คิดเป็นร้อยละ 48.67 และเป็นเพศ หญิงทั้งหมด 77 คน คิดเป็นร้อยละ 51.33 ผู้ประกอบอาชีพบริการด้านการท่องเที่ยวส่วนใหญ่ มีความเครียด ระดับน้อย คิดเป็นร้อยละ 80.00 มีภาวะซึมเศร้าระดับน้อยมาก คิดเป็นร้อยละ 60.00 และมีพลังสุขภาพจิตอยู่ใน ระดับเกณฑ์ปกติ ร้อยละ 60.00 แสดงให้เห็นว่าผู้ประกอบอาชีพบริการด้านการท่องเที่ยวในพื้นที่ที่มีความสามารถ ในการปรับตัว มีการรับมือกับความเครียด ไม่วิตกกังวลต่อสถานการณ์การระบาดของโรค จนก่อให้เกิด ภาวะซึมเศร้า และมีความพร้อมในการทำงาน เพื่อต้อนรับนักท่องเที่ยวที่จะกลับเข้ามาท่องเที่ยวในพื้นที่ อย่างไรก็ตาม ยังมีกลุ่มตัวอย่างบางส่วนที่มีระดับความเครียดมาก ร้อยละ 2.67 และระดับภาวะซึมเศร้า ปานกลาง ร้อยละ 2.00 และระดับพลังสุขภาพจิตต่ำกว่าเกณฑ์ปกติ ร้อยละ 33.33 และพลังสุขภาพจิต ด้านกำลังใจ ต่ำกว่าเกณฑ์ร้อยละ 40.00 หน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรนำไปพิจารณาจัดให้คำปรึกษาเฉพาะราย

และส่งเสริมให้คัดกรองสุขภาพจิตของบุคลากรอย่างสม่ำเสมอ รวมทั้งพิจารณาจัดโครงการเพื่อเสริมสร้างกำลังใจให้แก่บุคลากรในสถานประกอบการ

คำสำคัญ : ความเครียด ภาวะซึมเศร้า พลังสุขภาพจิต ผู้ประกอบอาชีพบริการด้านการท่องเที่ยว โรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019

Abstract

This research was a survey research. The instrument for collecting data was a questionnaire for stress, depression and resilience quotient among tourism service professionals after the epidemic of the Coronavirus Disease 2019 in the area of responsibility of Wichit Sub-district Health Promoting Hospital, Muang District, Phuket Province. The sample are 150 tourism service professionals. The data was analyzed by descriptive statistics by number and percentage. The results showed that 73 males (48.67%) and 77 females (51.33%). Most of the tourism service professionals had a low level of stress (80.00%), a very low level of depression (60.00%) , and resilience quotient at the normal level (60.00%). It showed that tourism service professionals in this area have the adaptation ability, coping with stress and not worried about the situation of the disease outbreak causing depression further. And ready to work to welcome tourists who will come back to travel in the area. However, there were some participants with 2.67% of high stress levels, 2.00% of moderate depression levels, and 33.33% of lower than normal levels of resilience quotient, with 40% having lower motivation of mental power. The related agencies should considerate for providing individual consultation and encourage regular mental health screening. Including considering organizing projects to strengthen morale for personnel in the workplace.

Keywords : stress, depression, resilience quotient, travel service professionals, coronavirus disease 2019

บทนำ

ประเทศไทยเป็นประเทศที่มีชื่อเสียงในด้านการท่องเที่ยว เมื่อเกิดสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 จึงส่งผลกระทบต่อภาคการท่องเที่ยวและบริการอย่างมหาศาล ซึ่งผู้ประกอบการอาชีพด้านการท่องเที่ยวและบริการซึ่งมีประมาณ 3.9 ล้านคนได้รับผลกระทบอย่างมากจำนวนถึงร้อยละ 86.90 ส่วนใหญ่จะเป็นผลกระทบด้านการถูกลดค่าจ้าง/ค่าตอบแทนร้อยละ 52.70 รองลงมาเป็นผลกระทบในด้านการถูกลดเวลาการทำงานร้อยละ 50.10 การถูกยกเลิกการจ้างร้อยละ 10.60 และการถูกโอนย้ายไปยังตำแหน่งอื่น/สาขาอื่นร้อยละ 3.30 หากพิจารณาแยกตามกลุ่มธุรกิจ พบว่า ธุรกิจนันทนาการเป็นกลุ่มธุรกิจที่มีการได้รับผลกระทบมากที่สุด รองลงมาคือธุรกิจนำเที่ยว ธุรกิจโรงแรม และที่พัก ธุรกิจจำหน่ายสินค้าและของที่ระลึก และธุรกิจที่ได้รับผลกระทบน้อยที่สุดคือ ธุรกิจอาหารและเครื่องดื่ม ทั้งนี้ผู้ประกอบการด้านการท่องเที่ยวได้รับผลกระทบจากสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 ทั้งในมิติด้านเศรษฐกิจร้อยละ 94.20 ด้านความสะดวกในการใช้ชีวิตร้อยละ 87.30 และด้านสภาพจิตใจร้อยละ 70.40 และมีแนวทางในการปรับตัวเพื่อรับมือกับผลกระทบที่แตกต่างกันออกไป ส่วนใหญ่ที่ถูกปรับลดค่าจ้างจะวางแผนการประหยัดค่าใช้จ่ายมากถึงร้อยละ 88.20 รองลงมา คือ หาลูกค้าเสริมร้อยละ 54.70 การพึ่งพาสวัสดิการต่างๆ จากภาครัฐ ร้อยละ 36.0 และหาลูกค้าใหม่ที่ได้ผลตอบแทนสูงกว่าร้อยละ 13.20 (พิริยะ ผลพิรุฬห์, 2565) เมื่อบุคคลประสบกับวิกฤตในช่วงเวลาหนึ่งของชีวิต ย่อมเกิดความกังวล ความเครียด ความเศร้าเสียใจ และมีการตอบสนองทางอารมณ์และจิตใจในภาวะวิกฤตย่อมเป็นเรื่องปกติ ไม่ใช่การเจ็บป่วยหรือการมีปัญหาด้านสุขภาพจิต ความเข้มแข็งภูมิคุ้มกัน และศักยภาพทางอารมณ์และจิตใจในการฟื้นตัว ที่เรียกว่าพลังสุขภาพจิต แตกต่างกันไปตามพื้นฐานของแต่ละคน แต่ถ้าหากบุคคลไม่สามารถจัดการอารมณ์และจิตใจให้เหมาะสม ก็มีความเป็นไปได้ที่จะเกิดปัญหาทางสุขภาพจิตเรื้อรังและรุนแรงตามมาได้ (กรมสุขภาพจิต, 2565)

จังหวัดภูเก็ตเป็นจังหวัดในประเทศไทยที่มีชื่อเสียงในด้านการท่องเที่ยวในระดับโลกและได้รับผลกระทบจากสถานการณ์ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 เป็นอย่างมาก พื้นที่ของตำบลวิชิตเป็นพื้นที่ที่มีการระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 มากที่สุดในอำเภอเมือง จังหวัดภูเก็ต ประเทศไทยได้มีการผ่อนปรนกิจการและกิจกรรมต่างๆ ทั้งในประเทศและมาตรการเดินทางเข้า-ออกประเทศได้สะดวกขึ้น รวมไปถึงคณะกรรมการโรคติดต่อแห่งชาติเห็นชอบปรับโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 สู่ระยะหลังการระบาดใหญ่ (Post-Pandemic) ในคราวเดียวกันตั้งแต่วันที่ 1 กรกฎาคม 2565 (BBC NEWS ไทย, 2565) โดยจำนวนผู้ที่มีเชื้อโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 ในประเทศเริ่มลดลงอย่างต่อเนื่อง และเปลี่ยนโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 จากโรคติดต่ออันตรายเป็นโรคที่ต้องเฝ้าระวังในระบบเฝ้าระวังโรค เมื่อเดือน ตุลาคม 2565 (The Coverage, 2565) ส่งผลให้มียักท่องเที่ยวเดินทางเข้ามาท่องเที่ยวในจังหวัดภูเก็ตเพิ่มมากขึ้นด้วยเหตุนี้ผู้วิจัยจึงมีความสนใจศึกษาระดับความเครียด ภาวะซึมเศร้าและพลังสุขภาพจิตของผู้ประกอบการอาชีพบริการด้านการท่องเที่ยวในช่วงภายหลังสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 พื้นที่ความรับผิดชอบของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลวิชิต อำเภอเมือง จังหวัดภูเก็ต

วิธีการดำเนินการวิจัย

รูปแบบการวิจัย

การวิจัยในครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ (Survey Research)

ประชากรและกลุ่มเป้าหมายที่ศึกษา

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ คือ ผู้ประกอบอาชีพบริการด้านการท่องเที่ยว ในพื้นที่ความรับผิดชอบของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลวิชัย อำเภอเมือง จังหวัดภูเก็ต กลุ่มเป้าหมายเป็นผู้ประกอบอาชีพบริการด้านการท่องเที่ยว 150 คน โดยใช้การสุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจง จำนวน 5 กลุ่ม ดังนี้

กลุ่มที่ 1 กลุ่มธุรกิจนำเที่ยว จำนวน 30 คน

กลุ่มที่ 2 กลุ่มธุรกิจโรงแรมและที่พัก จำนวน 30 คน

กลุ่มที่ 3 กลุ่มธุรกิจอาหารและเครื่องดื่ม จำนวน 30 คน

กลุ่มที่ 4 กลุ่มธุรกิจจำหน่ายสินค้าและของที่ระลึก จำนวน 30 คน

กลุ่มที่ 5 กลุ่มธุรกิจการขนส่ง จำนวน 30 คน

เครื่องมือที่ใช้ศึกษา

1.แบบของเครื่องมือ

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบสอบถาม แบ่งออกเป็น 4 ส่วน คือ

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถามเป็นการสอบถามเกี่ยวกับปัจจัยส่วนบุคคลเป็นคำถามปลายปิดจำนวน 18 ข้อโดยผู้วิจัยได้สร้างข้อคำถามมาจากการทบทวนวรรณกรรม

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามประเมินความเครียด (ST-5) จากกรมสุขภาพจิต ประกอบด้วยข้อคำถามทั้งหมด 5 ข้อ การแปลผลเมื่อรวมคะแนนทุกข้อแล้วนำมา เปรียบเทียบกับ เกณฑ์ปกติที่กำหนดดังนี้ (คะแนนเต็ม 15 คะแนน)

คะแนน 0 – 4 เครียดน้อย

คะแนน 5 – 7 เครียดปานกลาง

คะแนน 8 – 9 เครียดมาก

คะแนน 10 – 15 เครียดมากที่สุด

ส่วนที่ 3 แบบสอบถามประเมินโรคซึมเศร้า (9Q) จากกรมสุขภาพจิต ประกอบด้วยข้อคำถามทั้งหมดจำนวน 9 ข้อ การแปลผล เมื่อรวมคะแนนทุกข้อแล้วนำมา เปรียบเทียบกับเกณฑ์ปกติที่กำหนดดังนี้

คะแนน < 7 ไม่มีอาการของโรคซึมเศร้าหรือมีอาการของโรคซึมเศร้าระดับน้อยมาก

คะแนน 7-12 มีอาการของโรคซึมเศร้า ระดับน้อย

คะแนน 13-18 มีอาการของโรคซึมเศร้า ระดับปานกลาง

คะแนน ≥ 19 มีอาการของโรคซึมเศร้า ระดับรุนแรง

ส่วนที่ 4 แบบประเมินพลังสุขภาพจิต วัดระดับความเข้มแข็งทางจิตใจ จากกรมสุขภาพจิต ประกอบด้วย
ข้อคำถามทั้งหมด จำนวน 20 ข้อ การแปลผล เมื่อนำคะแนนแต่ละด้านมาเปรียบเทียบกับเกณฑ์ปกติที่กำหนด
ดังนี้

1. ด้านความทนทานทางอารมณ์ (ข้อ 1-10)

คะแนน < 27 ต่ำกว่าเกณฑ์ปกติ

คะแนน 27-34 เกณฑ์ปกติ

คะแนน > 34 สูงกว่าเกณฑ์ปกติ

2. ด้านกำลังใจ (ข้อ 11-15)

คะแนน < 14 ต่ำกว่าเกณฑ์ปกติ

คะแนน 14-19 เกณฑ์ปกติ

คะแนน > 19 สูงกว่าเกณฑ์ปกติ

3. ด้านการจัดการกับปัญหา (ข้อ 16-20)

คะแนน < 13 ต่ำกว่าเกณฑ์ปกติ

คะแนน 55-69 เกณฑ์ปกติ

คะแนน > 69 สูงกว่าเกณฑ์ปกติ

4. รวมแต่ละด้าน (80 คะแนน)

คะแนน < 55 ต่ำกว่าเกณฑ์ปกติ

คะแนน 55-69 เกณฑ์ปกติ

คะแนน > 69 สูงกว่าเกณฑ์ปกติ

2. การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ

ตรวจสอบความตรงของเนื้อหา (Content Validity) ของแบบสอบถามส่วนของข้อมูลทั่วไป
โดยผู้วิจัยส่งเครื่องมืองานวิจัยให้ผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 3 ท่าน ประกอบไปด้วย อาจารย์ผู้เชี่ยวชาญทาง
ด้านสาธารณสุขศาสตร์ จำนวน 2 ท่าน และอาจารย์ผู้เชี่ยวชาญด้านส่งเสริมสุขภาพ จำนวน 1 ท่าน
เพื่อพิจารณาตรวจสอบคุณภาพของความเที่ยงตรง ถูกต้องและเหมาะสมของแบบสอบถามได้ค่า IOC = 0.90
และนำแบบสอบถามไปทดลองใช้ (Try out) กับผู้ประกอบอาชีพบริการด้านการท่องเที่ยว ในจังหวัดภูเก็ต
ที่มีลักษณะคล้ายคลึงกับกลุ่มประชากร จำนวน 30 คน และนำข้อมูลมาวิเคราะห์ ความเชื่อมั่นของเครื่องมือ
(Reliability) โดยใช้สูตรการหาสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient)
ได้เท่ากับ 0.97

วิธีการเก็บข้อมูล

ผู้วิจัยเข้าเก็บข้อมูลในสถานประกอบการด้านการท่องเที่ยวระหว่างเดือนสิงหาคม-กันยายน 2565 ผู้วิจัยแสดงเอกสารขออนุญาตเข้าเก็บข้อมูลในสถานประกอบการที่ทางมหาวิทยาลัยเป็นผู้ออกให้ ทั้งนี้ผู้วิจัยได้ชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัยและการเก็บข้อมูลจากการศึกษารังนี้ จะได้รับการปกปิดข้อมูลส่วนบุคคลให้กลุ่มเป้าหมายทราบ การเข้าร่วมโครงการวิจัยครั้งนี้ขึ้นอยู่กับความสมัครใจของกลุ่มเป้าหมาย

การวิเคราะห์และการแปลผล

การวิเคราะห์ข้อมูลใช้สถิติเชิงพรรณนาเช่น จำนวน ร้อยละ (Percentage)

ผลการวิจัย

ข้อมูลทั่วไปของผู้ประกอบอาชีพบริการด้านการท่องเที่ยวในเขตพื้นที่ตำบลวิเชียร อำเภอมือง จังหวัดภูเก็ต จำนวน 150 คน พบว่าส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง จำนวน 77 คน คิดเป็นร้อยละ 51.33 มีอายุในช่วง 20 – 29 ปี จำนวน 47 คน คิดเป็นร้อยละ 31.33 นับถือศาสนาอิสลาม จำนวน 114 คน คิดเป็นร้อยละ 76.00 สถานภาพสมรส จำนวน 110 คน คิดเป็นร้อยละ 73.33 มีรายได้ต่อเดือน 10,000 – 29,000 บาท จำนวน 110 คน คิดเป็นร้อยละ 73.33 มีปัญหาหนี้สิน จำนวน 122 คน คิดเป็นร้อยละ 81.33 จบการศึกษามัธยมศึกษา จำนวน 48 คน คิดเป็นร้อยละ 30.19 อาศัยบ้านส่วนตัว จำนวน 76 คน คิดเป็นร้อยละ 50.67 มีระดับความสัมพันธ์ในครอบครัวดี จำนวน 125 คน คิดเป็นร้อยละ 83.33 เป็นพนักงานในสถานประกอบการ จำนวน 110 คน คิดเป็นร้อยละ 73.33 มีประสบการณ์ทำงาน 1 – 5 ปี จำนวน 106 คน คิดเป็นร้อยละ 70.67 ผลกระทบที่ได้รับวิกฤตการณ์การติดเชื้อ จำนวน 105 คน คิดเป็นร้อยละ 70.00 ส่วนใหญ่ไม่ได้รับความช่วยเหลือ จำนวน 119 คน คิดเป็นร้อยละ 79.33 ได้รับวัคซีน จำนวน 150 คน คิดเป็นร้อยละ 100.00 วัคซีนที่ได้รับวัคซีนซิโนแวค คิดเป็นร้อยละ 28.57 ส่วนใหญ่ไม่เคยป่วยด้วยโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 จำนวน 84 คน คิดเป็นร้อยละ 56.00 และเคยป่วยด้วยโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 จำนวน 66 คน คิดเป็นร้อยละ 44.00 ส่วนใหญ่เคยป่วยด้วยโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 1 ครั้ง จำนวน 31 คน คิดเป็นร้อยละ 46.97 ตามลำดับ

ตารางที่ 1 จำนวน ร้อยละ ระดับความเครียดของผู้ประกอบอาชีพบริการด้านการท่องเที่ยว
หลังจากสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 พื้นที่ความรับผิดชอบของโรงพยาบาล
ส่งเสริมสุขภาพตำบลลือชิต อำเภอเมือง จังหวัดภูเก็ต ในภาพรวม (n=150)

ระดับความเครียด	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ความเครียดน้อย	120	80.00
ความเครียดปานกลาง	26	17.33
ความเครียดมาก	4	2.67
ความเครียดมากที่สุด	0	0.00
รวม	150	100.00

จากตารางที่ 1 พบว่า ระดับความเครียดของผู้ประกอบอาชีพบริการด้านการท่องเที่ยวส่วนใหญ่มีระดับความเครียดน้อย จำนวน 120 คน คิดเป็นร้อยละ 80.00 ความเครียดปานกลาง จำนวน 26 คน คิดเป็นร้อยละ 17.33 และความเครียดมาก จำนวน 4 คน คิดเป็นร้อยละ 2.67 ตามลำดับ

ตารางที่ 2 จำนวน ร้อยละ ระดับภาวะซึมเศร้าของผู้ประกอบอาชีพบริการด้านการท่องเที่ยว
หลังจากสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 พื้นที่ความรับผิดชอบของโรงพยาบาล
ส่งเสริมสุขภาพตำบลลือชิต อำเภอเมือง จังหวัดภูเก็ต ในภาพรวม (n=150)

ระดับภาวะซึมเศร้า	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ไม่มีอาการของโรคซึมเศร้าหรือมีอาการของโรคซึมเศรียระดับน้อยมาก	90	60.00
มีอาการของโรคซึมเศรียระดับน้อย	57	38.00
มีอาการของโรคซึมเศรียระดับปานกลาง	3	2.00
มีอาการโรคซึมเศรียระดับรุนแรง	0	0.00

จากตารางที่ 2 พบว่า ระดับภาวะซึมเศร้าของผู้ประกอบอาชีพบริการด้านการท่องเที่ยวส่วนใหญ่ไม่มีอาการของโรคซึมเศร้าหรือมีอาการของโรคซึมเศรียระดับน้อยมาก จำนวน 90 คน คิดเป็นร้อยละ 60.00 รองลงมาคือมีอาการของโรคซึมเศรียระดับน้อย จำนวน 57 คน คิดเป็นร้อยละ 38.00 และมีอาการของโรคซึมเศรียระดับปานกลางจำนวน 3 คน คิดเป็นร้อยละ 2.00 ตามลำดับ

ตารางที่ 3 ระดับพลังสุขภาพจิตของผู้ประกอบอาชีพบริการด้านการท่องเที่ยวในช่วงหลังจากสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 พื้นที่ความรับผิดชอบของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลวิชัย อำเภอมะนัง จังหวัดภูเก็ต (n=150)

ระดับพลังสุขภาพจิต	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ต่ำกว่าเกณฑ์ปกติ	50	33.33
เกณฑ์ปกติ	90	60.00
สูงกว่าเกณฑ์ปกติ	10	6.67
รวม	150	100.00

จากตารางที่ 3 พบว่า ระดับพลังสุขภาพจิตของผู้ประกอบอาชีพบริการด้านการท่องเที่ยวส่วนใหญ่อยู่ในเกณฑ์ปกติ จำนวน 90 คน คิดเป็นร้อยละ 60.00 รองลงมาคือระดับต่ำกว่าเกณฑ์ปกติ จำนวน 50 คน คิดเป็นร้อยละ 33.33 และมีระดับสูงกว่าปกติจำนวน 10 คน คิดเป็นร้อยละ 6.67 ตามลำดับ

ตารางที่ 4 จำนวน ร้อยละ ระดับพลังสุขภาพจิตของผู้ประกอบอาชีพบริการด้านการท่องเที่ยวในช่วงหลังจากสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 พื้นที่ความรับผิดชอบของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลวิชัย อำเภอมะนัง จังหวัดภูเก็ต จำแนกรายด้าน (n=150)

ระดับพลังสุขภาพจิต	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ด้านความทนทานทางอารมณ์		
ต่ำกว่าเกณฑ์ปกติ	40	26.67
เกณฑ์ปกติ	100	66.66
สูงกว่าเกณฑ์ปกติ	10	6.67
ด้านกำลังใจ		
ต่ำกว่าเกณฑ์ปกติ	60	40.00
เกณฑ์ปกติ	75	50.00
สูงกว่าเกณฑ์ปกติ	15	10.00
ด้านการจัดการกับปัญหา		
ต่ำกว่าเกณฑ์ปกติ	35	23.33
เกณฑ์ปกติ	113	75.33
สูงกว่าเกณฑ์ปกติ	2	1.34

จากตารางที่ 4 พบว่า ระดับพลังสุขภาพจิตของผู้ประกอบอาชีพบริการด้านการท่องเที่ยวแต่ละด้านเป็นดังนี้ ด้านความทนทานทางอารมณ์ ส่วนใหญ่อยู่ในเกณฑ์ปกติ 100 คน คิดเป็นร้อยละ 66.66 รองลงมาคือต่ำกว่าเกณฑ์ปกติ จำนวน 40 คน คิดเป็นร้อยละ 26.67 และสูงกว่าเกณฑ์ปกติ 10 คน คิดเป็นร้อยละ 6.67 ด้านกำลังใจส่วนใหญ่อยู่ในเกณฑ์ปกติ จำนวน 75 คน คิดเป็นร้อยละ 50.00 รองลงมาคือต่ำกว่าเกณฑ์ปกติ จำนวน 60 คน คิดเป็นร้อยละ 40.00 และสูงกว่าเกณฑ์ปกติ จำนวน 15 คน คิดเป็นร้อยละ 10.00 และด้านการจัดการกับปัญหาส่วนใหญ่อยู่ในเกณฑ์ปกติ จำนวน 113 คน คิดเป็นร้อยละ 75.33 รองลงมาคือต่ำกว่าเกณฑ์ปกติ จำนวน 35 คน คิดเป็นร้อยละ 23.33 และสูงกว่าเกณฑ์ปกติ จำนวน 2 คน คิดเป็นร้อยละ 1.34 ตามลำดับ

วิจารณ์ผล

ผู้ประกอบอาชีพบริการด้านการท่องเที่ยวในพื้นที่ความรับผิดชอบของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลวิจิต อำเภอมือง จังหวัดภูเก็ต มีระดับความเครียดน้อยคิดเป็นร้อยละ 80.00 ความเครียดระดับต่ำคือความเครียดที่ไม่ส่งผลต่อการใช้ชีวิตมากนัก อาจจะแค่เกิดอาการเบื่อหน่าย ขาดแรงจูงใจ ส่งผลต่อร่างกายคือเคลื่อนไหวเชื่องช้าลง (กรมสุขภาพจิต, มปป) สอดคล้องกับการศึกษาความเครียดความวิตกกังวลและสัมพันธภาพในครอบครัวของประชาชนไทยภายหลังสถานการณ์การระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19) ระลอกแรก ของนุชนาฏ รักษีและคณะ ซึ่งพบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีความเครียด ระดับน้อย ร้อยละ 56.20, ปานกลาง ร้อยละ 29.90 และมากถึงมากที่สุด ร้อยละ 13.90 ตามลำดับ ไม่มีความวิตกกังวล 97.80% สัมพันธภาพในครอบครัวที่เปลี่ยนแปลงในเชิงบวก พบว่า ครอบครัวเอาใจใส่ดูแลมากขึ้น ร้อยละ 58.40 (นุชนาฏ รักษีและคณะ, 2564) สำหรับการศึกษาาระดับภาวะซึมเศร้าของผู้ประกอบอาชีพบริการด้านการท่องเที่ยวในพื้นที่ พบว่าอยู่ในระดับน้อยมากเช่นกันคิดเป็น ร้อยละ 60.00 อาจมีโรคซึมเศร้าระดับเล็กน้อย (mild depression) คือมีอาการเบื่อหน่ายเล็กน้อย หรือมีอาการหดหู่ เศร้าซึม การดำเนินชีวิตยังคงเป็นไปตามปกติสามารถบอกเล่าและระบายความรู้สึกออกมาได้ และสามารถทำงาน ปฏิบัติกิจกรรมประจำวันได้ตามปกติหรือใกล้เคียงปกติ (กรมสุขภาพจิต, มปป) และมีระดับพลังสุขภาพจิตส่วนใหญ่อยู่ในเกณฑ์ปกติ คิดเป็นร้อยละ 60.00 โดยจำเป็นต้องพัฒนาตนเองแสวงหาความรู้เพื่อเสริมสร้างพลังสุขภาพจิตให้คงอยู่ต่อไป (กรมสุขภาพจิต, 2565) ทั้งนี้ผลการวิจัยพบว่าผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่อาศัยบ้านส่วนตัว คิดเป็นร้อยละ 50.67 มีระดับความสัมพันธ์ในครอบครัวดี คิดเป็นร้อยละ 83.33 เป็นพนักงานในสถานประกอบการ คิดเป็นร้อยละ 73.33 มีประสบการณ์ทำงาน 1 – 5 ปี คิดเป็นร้อยละ 70.67 ผลกระทบที่ได้รับวิตกกังวลกลัวการติดเชื้อ คิดเป็นร้อยละ 70.00 และได้รับวัคซีน คิดเป็นร้อยละ 100.00 จากองค์ประกอบเหล่านี้ของผู้ตอบแบบสอบถามแสดงให้เห็นว่ามีสภาวะส่วนบุคคลที่ตีรวมถึงได้รับวัคซีนครบ 2 เข็ม ทุกคนจึงมีความมั่นใจและอาจทำให้มีความเครียดต่ำ ระดับภาวะซึมเศร้าน้อย และมีระดับพลังสุขภาพจิตในเกณฑ์ปกติ

ผลการวิจัยแสดงให้เห็นว่า ผู้ประกอบอาชีพบริการด้านการท่องเที่ยวในพื้นที่ สามารถยอมรับกับสถานการณ์และผลกระทบของการระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 ในช่วงเวลาที่ผ่านมาได้ เมื่อพิจารณาระดับพลังสุขภาพจิตในรายด้าน พบว่าผู้ประกอบอาชีพบริการด้านการท่องเที่ยว มีความสามารถในการจัดการกับปัญหาร้อยละ 75.33 อยู่ในเกณฑ์ปกติเป็นจำนวนมากที่สุด รองลงมาคือมีความทนทานทางอารมณ์ร้อยละ 66.66 อยู่ในเกณฑ์ปกติเป็นจำนวนรองลงมา แสดงให้เห็นว่า ผู้ประกอบอาชีพบริการด้านการท่องเที่ยว เมื่อประสบปัญหาสามารถที่จะหาทางออกและแก้ไขปัญหาได้ในที่สุด และสามารถควบคุมอารมณ์ตนเองให้มีสติได้ดีเมื่อเผชิญกับปัญหา ไม่หวั่นไหวและไม่ถูกกระตุ้นได้ง่าย ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากการทำงานด้านการท่องเที่ยว เป็นงานบริการที่ต้องคำนึงถึงความพึงพอใจของนักท่องเที่ยวสูงสุด จึงมีประสบการณ์ในการแก้ไขปัญหาและสามารถทนต่ออารมณ์ของผู้อื่นและควบคุมอารมณ์ตนเองได้ดี และพบว่า ในด้านกำลังใจนั้นมีเพียงร้อยละ 50.00 เท่านั้นที่อยู่ในเกณฑ์ปกติ หลังจากผ่านพ้นประสบการณ์ที่ยากลำบากมาแล้วอาจจะยังขาดซึ่งกำลังใจในการเผชิญกับชีวิต จิตใจที่มุ่งมั่นต่อเป้าหมาย มองไม่เจอโอกาสข้างหน้าของชีวิตในอนาคตต่อไป จึงควรแสวงหาแนวทาง ความรู้ในการสร้างกำลังใจให้ตนเอง เช่น การพูดให้กำลังใจตนเองในแต่ละวัน คิดถึงคนที่ห่วงใยและใส่ใจ การหาที่ปรึกษาเมื่อยามประสบกับปัญหา เป็นต้น (กรมสุขภาพจิต, 2565) อย่างไรก็ตาม เมื่อพิจารณาในกลุ่มที่อยู่ในเกณฑ์ต่ำกว่าปกติ พบว่ามีจำนวนไม่น้อย คิดเป็นร้อยละ 33.33 ซึ่งกลุ่มนี้อาจพิจารณาการให้อบรมเชิงปฏิบัติการในการเสริมสร้างพลังสุขภาพจิตต่อไป เช่น การรับมือกับความเครียด การเผชิญความเครียดและการจัดการปัญหา การเสริมสร้างกำลังใจให้ตนเอง เป็นต้น ทางสถานประกอบการเกี่ยวกับการท่องเที่ยวและโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลสามารถนำข้อมูลไปใช้ประโยชน์ในการวางแผนดำเนินโครงการเพื่อพัฒนางานด้านสุขภาพจิตในพื้นที่ต่อไปได้ โดยเรื่องที่ควรดำเนินการถัดไปคือกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับการสร้างกำลังใจให้แก่บุคลากร และการดำเนินงานคัดกรองสุขภาพจิตในสถานประกอบการ เพื่อเป็นการค้นหาผู้ป่วยหรือกลุ่มเสี่ยงที่ควรเฝ้าระวังและนำมาส่งเสริมสุขภาพจิตต่อไป

สรุปผล

จากผลการศึกษาระดับความเครียด ภาวะซึมเศร้าและพลังสุขภาพจิตของผู้ประกอบอาชีพบริการด้านการท่องเที่ยว ในช่วงหลังสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 พื้นที่ความรับผิดชอบของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลวิเชียร อำเภอมือง จังหวัดภูเก็ต สามารถสรุปได้ว่า ผู้ประกอบอาชีพบริการด้านการท่องเที่ยวในพื้นที่ความรับผิดชอบของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลวิเชียร อำเภอมือง จังหวัดภูเก็ต มีระดับความเครียดน้อย คิดเป็นร้อยละ 80.00 ระดับภาวะซึมเศร้าน้อยมาก คิดเป็นร้อยละ 60.00 และมีพลังสุขภาพจิตในเกณฑ์ปกติ คิดเป็นร้อยละ 60.00

กิตติกรรมประกาศ

ผู้วิจัยขอขอบพระคุณนางสาวจุฬาลักษณ์ เทพบุตร ตำแหน่งนักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการและคณะอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม) ในพื้นที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลวิเชียร อำเภอมือง จังหวัดอุบลราชธานีที่ช่วยเหลือในการประสานงานแก่สถานประกอบการในพื้นที่

เอกสารอ้างอิง

กรมสุขภาพจิต. 2565. เปลี่ยนร้ายกลายเป็นดีพลังสุขภาพจิต RQ: Resilience Quotient ศักยภาพทางอารมณ์และจิตใจที่จะช่วยพาคุณก้าวผ่านภาวะวิกฤตและความไม่แน่นอนของชีวิตได้อย่างสง่างาม. แหล่งข้อมูล: https://dmh.go.th/covid19/download/files/%E0%B9%80%E0%B8%9B%E0%B8%A5%E0%B8%B5%E0%B9%88%E0%B8%A2%E0%B8%99%E0%B8%A3%E0%B9%89%E0%B8%B2%E0%B8%A2%E0%B8%81%E0%B8%A5%E0%B8%B2%E0%B8%A2%E0%B9%80%E0%B8%9B%E0%B9%87%E0%B8%99%E0%B8%94%E0%B8%B5%20RQ_63.pdf ค้นเมื่อ 14 มกราคม 2566

กรมสุขภาพจิต. มปป. แบบประเมินความเครียด (ST5). แหล่งข้อมูล: <https://dmh.go.th/test/qtest5/> ค้นเมื่อ 16 มกราคม 2566

กรมสุขภาพจิต. มปป. แบบประเมินโรคซึมเศร้า 9 คำถาม (9 Q). แหล่งข้อมูล: <https://dmh.go.th/test/9q/> ค้นเมื่อ 16 มกราคม 2566

นุชนาฏ รักษิ, กนกพร ดอนเจดีย์, นันทนัส สงศิริ, วินันดา ดีสวัสดิ์, สาลินี จันทร์เจริญ และอารี อยู่ภู. 2564. การศึกษาความเครียด ความวิตกกังวล และสัมพันธภาพในครอบครัวของประชาชนไทยภายหลังสถานการณ์การระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19) ระลอกแรก.วารสารคุณภาพชีวิตกับกฎหมาย 17(1): 94-108.

พิริยะ ผลพิรุฬห์. 2565. การปรับตัวของแรงงานในภาคการท่องเที่ยวในยุคโควิด-19 (ศ.ดร.พิริยะ). สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์. แหล่งข้อมูล: <https://econ.nida.ac.th/2022/03/%e0%b8%81%e0%b8%b2%e0%b8%a3%e0%b8%9b%e0%b8%a3%e0%b8%b1%e0%b8%9a%e0%b8%95%e0%b8%b1%e0%b8%a7%e0%b8%82%e0%b8%ad%e0%b8%87%e0%b9%81%e0%b8%a3%e0%b8%87%e0%b8%87%e0%b8%b2%e0%b8%99%e0%b9%83%e0%b8%99%e0%b8%a0/> ค้นเมื่อ 14 มกราคม 2566

BBC NEWS ไทย. 2022. โควิด-19: 1 ก.ค. ไทยเข้าสู่ระยะหลังการระบาดใหญ่ มีอะไรที่เปลี่ยนไปบ้าง. แหล่งข้อมูล: <https://www.bbc.com/thai/thailand-62005878> ค้นเมื่อ 16 มกราคม 2566

The Coverage. 2565. สธ. ออกประกาศถอด 'โควิด' จาก 'โรคติดต่ออันตราย' ปรับเป็น 'โรคติดต่อเฝ้าระวัง' มีผล 1 ต.ค. เป็นต้นไป. แหล่งข้อมูล: <https://www.thecoverage.info/news/content/4034> ค้นเมื่อ 16 มกราคม 2566



ที่ อว ๐๕๓๙.๓/ว ๔๙

คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี
มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบูรณ์
ถนนสระบุรี-หล่มสัก
ตำบลสะเดียง อำเภอเมือง
จังหวัดเพชรบูรณ์ ๖๗๐๐๐

๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๖

เรื่อง แจ้งผลการพิจารณาตีพิมพ์เผยแพร่ในรายงานสืบเนื่อง (Proceedings)

เรียน คุณวรกานต์ นวลแก้ว คุณวิลาวัลย์ สันโต และคุณอุไรวรรณ ไกรนรา มูรานิช

ตามที่ท่านได้ส่งผลงานวิจัย เรื่อง ความเครียด ภาวะซึมเศร้าและพลังสุขภาพจิตของผู้ประกอบอาชีพบริการด้านการท่องเที่ยวในระยะหลังการระบาดใหญ่ของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 พื้นที่ความรับผิดชอบของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลวิชัย อำเภอเมือง จังหวัดภูเก็ต เพื่อนำเสนอผลงานวิจัยในงานประชุมวิชาการระดับชาติ ด้านวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบูรณ์ ประจำปี ๒๕๖๖ ในวันศุกร์ที่ ๑๐ มีนาคม ๒๕๖๖ นั้น

บัดนี้ คณะกรรมการดำเนินงานจัดงานประชุมฯ ได้พิจารณาผลงานวิจัยดังกล่าวเรียบร้อยแล้ว เห็นสมควรให้งานวิจัยของท่านตีพิมพ์เผยแพร่ในรายงานสืบเนื่อง (Proceedings) ในงานประชุมวิชาการระดับชาติด้านวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบูรณ์ ประจำปี ๒๕๖๖

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบ

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.กาญจน์ คุ่มทรัพย์)
คณบดีคณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี

สำนักงานคณบดีคณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี

โทร. ๐-๕๖๗๑-๗๑๒๒ ต่อ ๘๒๐๖

โทรสาร ๐-๕๖๗๑-๗๑๒๓