

## บทที่ 3

### วิธีดำเนินงานวิจัย

#### รูปแบบการวิจัย

เป็นการศึกษาเชิงพรรณนา ณ จุดเวลาใดเวลาหนึ่ง (Cross Sectional Descriptive Study)

#### ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

**ประชากรเป้าหมาย (Target Population)** คือ พนักงานรับบนเครื่องบินของบริษัท การบินไทย จำกัด (มหาชน)

#### ประชากรที่ศึกษา (Sample Population)

**ประชากรที่ศึกษา** คือ พนักงานต้อนรับบนเครื่องบินในระดับปฏิบัติการ (Air Hostess, Air Steward) ของบริษัท การบินไทย จำกัด (มหาชน) ที่มีเชื้อชาติไทย และสัญชาติไทย และผ่านการทดลองงาน ได้รับการบรรจุแต่งตั้งอย่างเป็นทางการจากบริษัท สามารถ อ่าน เขียน ภาษาไทยได้ ยังคงปฏิบัติหน้าที่บนเครื่องบินในระหว่างการศึกษา มิได้เป็นพนักงานที่อยู่ในช่วงของการลาคลอด ลาป่วยระยะยาว และลาจลระยะยาว เป็นต้น

**ตัวอย่าง (Sample)** คือ พนักงานต้อนรับบนเครื่องบิน บริษัท การบินไทย จำกัด (มหาชน) ที่มีคุณสมบัติตามลักษณะของประชากรตัวอย่าง

จากการ Try out เพื่อหาความชุกของพฤติกรรมการสูบบุหรี่ ด้วยแบบประเมินของ Fagerstrom (ฉบับภาษาไทย) จากพนักงานต้อนรับบนเครื่องบินจำนวน 50 ราย ได้ค่าความชุกของพฤติกรรมสูบบุหรี่ เท่ากับ 50 % จึงนำมาคำนวณหาขนาดของตัวอย่าง โดยใช้สูตรคำนวณ

$$n = \frac{Z^2 pq}{d^2}$$

เมื่อ  $n$  = ขนาดตัวอย่าง  
 $Z$  = ค่า Z จากตาราง Z เมื่อ  $\alpha = 0.5$  มีค่า = 1.96  
 $p$  = สัดส่วนความชุกของพฤติกรรมสูบบุหรี่ = 0.50  
 $q$  =  $1 - p = .50$   
 $d$  = ค่าความคลาดเคลื่อนของโอกาสที่จะพบ  
(Maximum Permissible Error =  $.1 \times p$ ) = 0.50

$$\text{ได้ขนาดกลุ่มตัวอย่าง} = 384.16 \text{ คน}$$

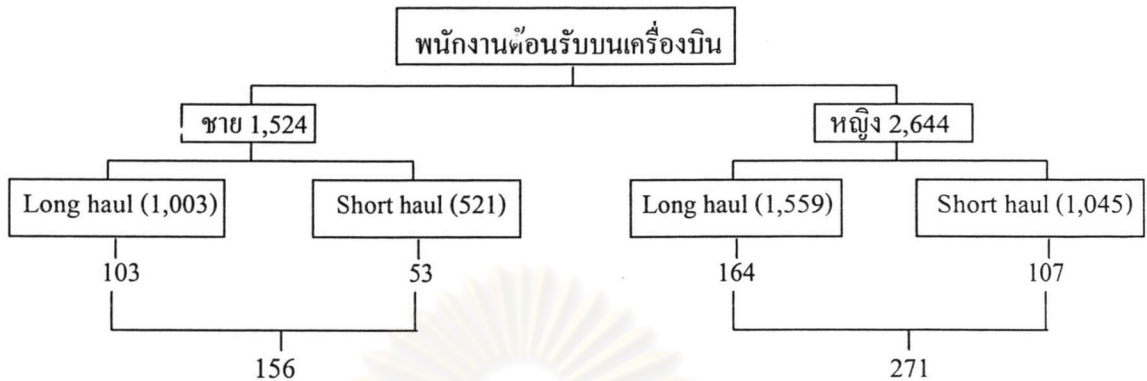
ในการวิจัยนี้ เพิ่มขนาดตัวอย่าง 10 % จึงได้ขนาดกลุ่มตัวอย่างอย่างที่ใช้ในการศึกษา = 427 คน

## การสุ่มตัวอย่าง (Sampling Techniques)

จากจำนวนพนักงานต้อนรับบนเครื่องบินทั้งหมด 5,200 คน จำนวนพนักงานต้อนรับบนเครื่องบิน ที่เข้าตามเกณฑ์การคัดเลือก จำนวน 4,168 คน ใช้การ Stratified แบ่งตาม Stratum's อัตราส่วน (1 : 1.73) ตามเพศ ชาย, หญิง แบ่งเป็นพนักงานเพศชาย จำนวน 1,524 คน และเพศหญิง จำนวน 2,644 คน แล้วแบ่งพนักงานออกตามกลุ่มการปฏิบัติงาน เป็นกลุ่มที่ปฏิบัติงานในเที่ยวบินระยะไกล ประกอบด้วย พนักงานต้อนรับชั้นธุรกิจในทวีปเอเชีย และพนักงานต้อนรับชั้นประหยัด และกลุ่มที่ปฏิบัติงานในเที่ยวบินระยะไกล ประกอบด้วย พนักงานต้อนรับบนเครื่องบินชั้นหนึ่ง และพนักงานต้อนรับบนเครื่องบินชั้นธุรกิจระหว่างประเทศ จากนั้นใช้การแบ่งเป็นสัดส่วนเป็นขนาดของกลุ่ม (Proportionate) การกำหนดอัตราส่วนของพนักงาน มีดังนี้คือ พนักงานต้อนรับบนเครื่องบินชั้นหนึ่ง ชาย จำนวน 308 คน หญิง จำนวน 309 คน มีอัตราส่วน ชาย ต่อ หญิง เท่ากับ 1:1 พนักงานต้อนรับบนเครื่องบินชั้นธุรกิจข้ามทวีป ชาย จำนวน 695 คน หญิง จำนวน 1,290 คน ด้วยอัตราส่วน ชาย : หญิง เท่ากับ 1:1.85 พนักงานต้อนรับบนเครื่องบินชั้นธุรกิจในทวีปเอเชีย ชาย จำนวน 179 คน หญิง 427 คน ด้วยอัตราส่วน ชาย ต่อ หญิง เท่ากับ 1:2.38 พนักงานต้อนรับบนเครื่องบินชั้นประหยัด ชาย จำนวน 342 คน และ หญิง จำนวน 618 คน ด้วยอัตราส่วน ชาย ต่อ หญิง เท่ากับ 1:1.80 ตามขนาด ของกลุ่มตัวอย่างการศึกษาที่กำหนดไว้เท่ากับ 427 คน สุ่มออกเป็น

พนักงานต้อนรับชั้นหนึ่ง จำนวน	64 คน	แบ่งเป็น	ชาย	32 คน	หญิง	32 คน
พนักงานต้อนรับชั้นธุรกิจข้ามทวีป จำนวน	203 คน	แบ่งเป็น	ชาย	71 คน	หญิง	132 คน
พนักงานต้อนรับชั้นธุรกิจในทวีปเอเชีย จำนวน	62 คน	แบ่งเป็น	ชาย	18 คน	หญิง	44 คน
พนักงานต้อนรับชั้นประหยัด จำนวน	98 คน	แบ่งเป็น	ชาย	35 คน	หญิง	63 คน

โดยใช้วิธีการ Stratified Systematic random sampling จากหมายเลขประจำตัวของพนักงาน แต่ละประเภท ด้วยการเลือก 1 รายชื่อ เว้น 10 รายชื่อ เพื่อให้ได้กลุ่มตัวอย่างได้อย่างสมบูรณ์



ข้อมูลจาก Inflight Service Cabin Attendants Administration Dept. (QV) ณ วันที่ 04 พฤษภาคม 2547 [Base on Crew Position System Date 30 April 2004 (BKKQVTG)]

### เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ประกอบด้วย แบบสอบถาม ซึ่งมี 4 ส่วน คือ

**ส่วนที่ 1** แบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไป จำนวน 22 ข้อ ได้แก่ อายุ เพศ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษาสูงสุด อยุ่งาน ตำแหน่งงานปัจจุบัน รายได้รวมต่อเดือน ความเพียงพอของรายได้ จำนวนบุตร จำนวนสมาชิกในครอบครัวที่ต้องดูแลรับผิดชอบ ภาระในการดูแลรับผิดชอบครอบครัว ภาวะสุขภาพ การดื่มเครื่องดื่มชา หรือ กาแฟ

- การดื่มเครื่องดื่ม แอลกอฮอล์ ประเภท และความถี่ในการดื่ม
- การใช้นอนหลับ ยา หรือ สมุนไพร ประเภทต่างๆ เพื่อช่วยในการนอนหลับ เหตุผล และจำนวนครั้งที่ใช้
- การลาป่วยในช่วง 1 เดือนที่ผ่านมา จำนวนวันลาป่วย และความเกี่ยวข้องของ การลาป่วยกับปัญหาโรคประจำตัว

**ส่วนที่ 2** แบบสอบถามเกี่ยวกับพฤติกรรม ลักษณะ และทัศนคติเกี่ยวกับการสูบบุหรี่ จำนวน 9 ข้อ ได้แก่ ท่านเคยสูบบุหรี่หรือไม่ การเริ่มสูบบุหรี่ครั้งแรกสาเหตุของ เคยเลิกสูบบุหรี่ แต่ไม่สำเร็จ และกลับมาสูบบอก เหตุผลที่ทำให้ยังคงสูบบุหรี่ มีบุคคลในครอบครัวที่เคยสูบบุหรี่หรือบุคคลในครอบครัวที่ยังสูบบุหรี่ ความคิดเห็น และทัศนคติในการสูบบุหรี่ ซึ่งประกอบด้วย การสูบบุหรี่ทำให้สามารถดึงดูดเพศตรงข้ามได้ การสูบบุหรี่ช่วยในยามที่วิตกกังวลได้ การสูบบุหรี่ช่วยให้สบายใจขึ้น ตามงานเลี้ยง งานสังสรรค์ จำเป็นต้องมีการสูบบุหรี่



ส่วนที่ 3 แบบทดสอบวัดระดับการติดสารนิโคติน โดยใช้แบบทดสอบ "Fagerstrom Test for Nicotine Dependence" (147) ซึ่งแปลและดัดแปลงโดย บริษัท Glaxo Smith Kline ซึ่งเป็นแบบสอบถามที่นิยม และ ใช้แพร่หลายในต่างประเทศ และโดยเฉพาะในประเทศไทย Lichensten and Masmelstein ได้ทำการทดสอบแบบสอบถามในกลุ่มตัวอย่าง 2 กลุ่ม จำนวน 179 และ 150 คน ได้ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา เท่ากับ .55 และ .51 ผู้วิจัยได้นำเครื่องมือไปทดสอบหาค่าความเชื่อมั่น จากกลุ่มตัวอย่าง ของพนักงานต้อนรับบนเครื่องบิน จำนวน 50 ราย ได้ค่าความซุกของพฤติกรรมสูบบุหรี่เท่ากับ 50% พบว่ามีพฤติกรรมการสูบบุหรี่ เท่ากับ 25 คน โดยใช้ Cronbach's Alpha ได้ค่าความเชื่อมั่น เท่ากับ 0.8394

#### เกณฑ์การให้คะแนนและประเมินผล

ระดับคะแนน	0-3 :	ไม่นับว่าติดสารนิโคติน สามารถเลิกบุหรี่ได้ด้วยตนเอง
ระดับคะแนน	4-5 :	ติดสารนิโคตินระดับปานกลาง
ระดับคะแนน	6-7 :	ติดสารนิโคตินระดับปานกลาง และมีแนวโน้มอย่างมากในการพัฒนาไปเป็นการติดสารนิโคตินในระดับสูง
ระดับคะแนน	8-9 :	ติดสารนิโคตินในระดับสูงมาก
ระดับคะแนนเท่ากับ	10 :	ติดสารนิโคตินในระดับสูงสุด

#### ส่วนที่ 4 แบบวัดความเครียดสวนปรง (Suanprung Stress Test : SPST-20)

ประกอบด้วยข้อคำถามจำนวน 20 ข้อที่ สุวัฒน์ มหัตนิรันดร์กุล และคณะได้พัฒนาขึ้นมา พร้อมทั้งได้ผ่านการหาค่าความเชื่อมั่น ( $\alpha > 0.70$ ) เป็นแบบประเมินด้วยตนเอง ข้อคำถามมีความครอบคลุมในหลายประเด็นที่เกี่ยวข้องกับความเครียด และผู้วิจัยได้นำไปหาค่าความเชื่อมั่น ได้ เท่ากับ 0.9145

การให้คะแนน : คำถามแต่ละข้อจะมีคำตอบให้เลือก 5 ระดับ การตอบ

ไม่เครียดเลย	ให้	1 คะแนน
รู้สึกเครียดเล็กน้อย	ให้	2 คะแนน
รู้สึกเครียดปานกลาง	ให้	3 คะแนน
รู้สึกเครียดมาก	ให้	4 คะแนน
รู้สึกเครียดมากที่สุด	ให้	5 คะแนน
ถ้าข้อใดไม่ตอบเลย	ให้	0 คะแนน

## การแปลผล

แบ่งระดับความเครียดจากคะแนนรวมที่ได้เป็น 4 ระดับ คือ

**คะแนนรวม 0 – 23 คะแนน** ความเครียดโดยรวมอยู่ในระดับน้อย (Mild Stress) และจะหายไปในระยะสั้น เป็นความเครียดที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน ความเครียดระดับนี้ไม่คุกคามต่อการดำเนินชีวิต บุคคลมีการปรับตัวอย่างอัตโนมัติ เป็นการปรับตัวด้วยความเคยชิน และการปรับตัวต้องการพลังงานเพียงเล็กน้อย เป็นภาวะที่ร่างกายผ่อนคลาย

**คะแนนรวม 24 – 41 คะแนน** มีความเครียดในระดับปานกลาง (Moderate Stress) หมายถึงความเครียดที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน เนื่องจากมีสิ่งคุกคาม หรือพบเหตุการณ์สำคัญๆ ในสังคม บุคคลจะมีปฏิกิริยาตอบสนองออกมาในลักษณะ ความวิตกกังวล ความกลัว ฯลฯ ถือว่าอยู่ในเกณฑ์ปกติทั่วไป ไม่รุนแรงจนก่อให้เกิดอันตรายแก่ร่างกาย และเป็นระดับความเครียดที่ทำให้บุคคลเกิดความกระตือรือร้น

**คะแนนรวม 42 – 61 คะแนน** มีความเครียดในระดับสูง (Height Stress) เป็นระดับที่บุคคลได้รับเหตุการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียดสูง ไม่สามารถปรับตัวให้ลดความเครียดลงได้ในเวลาอันสั้น ถือว่าอยู่ในเขตอันตราย หากไม่ได้รับการบรรเทา จะนำไปสู่ความเครียดเรื้อรัง เกิดโรคต่างๆ ในภายหลังได้

**คะแนนรวม 62 คะแนนขึ้นไป** มีความเครียดในระดับรุนแรง (Severe Stress) เป็นความเครียดระดับสูง ที่ดำเนินติดต่อกันมาอย่างต่อเนื่อง จนทำให้บุคคล มีความล้มเหลวในการปรับตัวจนเกิดความเบื่อหน่าย ท้อแท้ หหมดแรง ควบคุมตัวเองไม่ได้ เกิดอาการทางกาย หรือโรคร้ายต่างๆ ตามมาได้ง่าย

## การเก็บรวบรวมข้อมูล (Data Collection)

1. ทำหนังสือแนะนำตัวจากภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ถึงผู้อำนวยการฝ่ายปฏิบัติการบิน และฝ่ายพนักงานต้อนรับบนเครื่องบิน เพื่อขออนุญาตทำการวิจัย
2. เก็บข้อมูลจากแบบสอบถามในกลุ่มตัวอย่างที่อยู่ในเกณฑ์คัดเลือกเพื่อเข้าทำการศึกษา โดยผู้วิจัยโทรศัพท์ติดต่อกลุ่มตัวอย่างเป็นรายบุคคล เพื่อสร้างสัมพันธภาพที่ดี และชี้แจงวัตถุประสงค์ทั้งขอความร่วมมือในการนัด วัน และเวลา ในการตอบแบบสอบถามในวันที่ปฏิบัติการบิน ก่อนเวลา

รายงานตัวประมาณ 40 นาที ที่ศูนย์ลูกเรือหลักสี่ กรุงเทพฯ ของบริษัทการบินไทยจำกัด (มหาชน) ผู้วิจัยแจกแบบสอบถามพร้อมทั้งอธิบาย และตอบข้อสงสัยให้กับกลุ่มตัวอย่าง ใช้เวลาในการตอบ ประมาณ 15 – 20 นาที พร้อมทั้งตรวจสอบความสมบูรณ์ และความถูกต้อง หากพบว่ามีข้อมูล ผิดพลาด ผู้วิจัยจะทำการสัมภาษณ์ เพิ่มเติม และรับแบบสอบถามกลับในวันนั้น

### การวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติ (Data Analysis)

วิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติโดยใช้คอมพิวเตอร์โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS/PC<sup>+</sup> ดังนี้

1. นำข้อมูลทั่วไปมาวิเคราะห์ โดยใช้สถิติเชิงพรรณนา คือ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
2. ใช้สถิติเชิงอนุมานในการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ของตัวแปรเชิงคุณภาพ โดยใช้ Chi-Square
3. วิเคราะห์ความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ย โดยใช้ t-test วิเคราะห์ค่าความสัมพันธ์โดยใช้ Person's Product Movement Correlation Coefficiency และสถิติถดถอยแบบโลจิสติก (Logistic regression analysis) หาปัจจัยทำนายของปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการสูบบุหรี่

ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย