

## คุณภาพชีวิตของทหารกองประจำการพัน. 1 กรมทหารต่อสู้อากาศยาน

### หน่วยบัญชาการ อากาศโยธิน

## Quality of Life of Soldiers in the 1st Battalion Anti-Aircraft Artillery

### Regiment Security Forces Command

[Received: December 28, 2025; Revised: January 19, 2026; Accepted: January 23, 2026]

**พัฒนศักดิ์ บุญยะกลัมพ**

สาขาการจัดการภาครัฐและเอกชน

คณะรัฐศาสตร์ มหาวิทยาลัยนอร์ทกรุงเทพ

**Patthasak Punyakalumpa**

Public and Private Sector Management

Program, Faculty of Political Science,

North Bangkok University

**พงษ์ศักดิ์ เพชรสถิต**

ผู้ช่วยศาสตราจารย์

สาขาการจัดการภาครัฐและเอกชน

คณะรัฐศาสตร์ มหาวิทยาลัยนอร์ทกรุงเทพ

**Phongsak Phetsathit**

Assistant Professor,

Public and Private Sector Management

Program, Faculty of Political Science,

North Bangkok University

**สานิต ศิริวิศิษฐ์กุล**

ผู้ช่วยศาสตราจารย์

สาขาการจัดการภาครัฐและเอกชน

คณะรัฐศาสตร์ มหาวิทยาลัยนอร์ทกรุงเทพ

**Sanit Sirivisitkul**

Assistant Professor,

Public and Private Sector Management

Program, Faculty of Political Science,

North Bangkok University

#### CORRESPONDING AUTHOR

**Patthasak Punyakalumpa**, Public and Private Sector Management Program,

Faculty of Political Science, North Bangkok University, Thailand. Email: woramed2@gmail.com

### บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์การวิจัย 1) เพื่อศึกษาระดับคุณภาพชีวิตของทหารกองประจำการพัน.1 กรมทหารต้อสู้อากาศยาน หน่วยบัญชาการอากาศโยธิน 2) ศึกษาเปรียบเทียบระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลกับคุณภาพชีวิตทหารกองประจำการ กองพันที่ 1 กรมทหารต้อสู้อากาศยาน หน่วยบัญชาการอากาศโยธิน ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ได้แก่ ทหารกองประจำการพัน.1 กรมทหารต้อสู้อากาศยาน หน่วยบัญชาการอากาศโยธิน จำนวนตัวอย่างที่คำนวณได้ 201 โดยใช้สูตรของเครซี มอแกน ใช้การสุ่มอย่างเป็นระบบ (Systematic Random Sampling) จำนวน 200 คนได้รับคืนจำนวน 200 ชุด คิดเป็น 99.50% สถิติที่ใช้วิเคราะห์ข้อมูลประกอบด้วยสถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน และสถิติเชิงอนุมานที่ใช้คือการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว ผลการวิจัยพบว่า ระดับคุณภาพชีวิตของทหารกองประจำการพัน.1 กรมทหารต้อสู้อากาศยาน หน่วยบัญชาการอากาศโยธิน โดยรวมอยู่ในระดับมาก ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบระยะเวลาประจำการ ของทหารกองประจำการพัน.1 กรมทหารต้อสู้อากาศยาน หน่วยบัญชาการอากาศโยธิน กับระดับคุณภาพชีวิต ของทหารกองประจำการพัน.1 กรมทหารต้อสู้อากาศยาน หน่วยบัญชาการอากาศโยธิน จำแนกตามระยะเวลาประจำการ พบว่าอายุ และระดับการศึกษาที่แตกต่างกันมีความคิดเห็นต่อ คุณภาพชีวิตของทหารกองประจำการพัน.1 กรมทหารต้อสู้อากาศยาน หน่วยบัญชาการอากาศโยธิน โดยรวมแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

**คำสำคัญ:** การจัดการทรัพยากรมนุษย์; คุณภาพชีวิต; ทหารกองประจำการ

### Abstract

This research aimed to: 1) examine the level of quality of life among conscripted soldiers of Battalion 1, Anti-Aircraft Artillery Regiment, Air Defense Command; and 2) compare personal factors with the quality of life of these soldiers. The sample size was determined to be 201 using the Krejcie and Morgan formula, with participants selected through systematic random sampling. A total of 200 questionnaires were distributed, and all were returned, yielding a response rate of 99.5%. Data analysis employed descriptive statistics (frequency, percentage, mean, and standard deviation) and inferential statistics of one-way analysis of variance (One-Way ANOVA). The findings revealed that the overall quality of life of conscripted soldiers in Battalion 1, Anti-Aircraft Artillery Regiment, Air and Coastal Defense Command was at a high level. Furthermore, a comparative analysis of the relationship between length of service and quality of life, categorized by length of service, indicated that age and different educational levels led to statistically significant differences in perceptions of the overall quality of life of these conscripted soldiers at the 0.05 significance level.

**Keywords:** Human Resource Management; Quality of Life; Conscripted Soldiers

## บทนำ

คุณภาพชีวิตถือเป็นปัจจัยพื้นฐานที่มีความสำคัญอย่างยิ่งต่อการดำรงอยู่ของมนุษย์ เนื่องจากเป็นตัวบ่งชี้ถึงสภาพความเป็นอยู่ของบุคคลในมิติที่หลากหลาย ทั้งด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม และด้านสิ่งแวดล้อม โดยองค์การอนามัยโลกได้ให้ความหมายของคุณภาพชีวิตว่าเป็นการรับรู้ของบุคคลต่อสถานะของตนเองในบริบทของวัฒนธรรม ระบบคุณค่า เป้าหมาย ความคาดหวัง และมาตรฐานของสังคมที่บุคคลนั้นอาศัยอยู่ (องค์การอนามัยโลก, 1997) ซึ่งสะท้อนให้เห็นว่าคุณภาพชีวิตมิได้เกิดขึ้นโดยบังเอิญ หากแต่เป็นสิ่งที่มนุษย์สามารถกำหนด สร้าง และพัฒนาได้ด้วยตนเองผ่านโครงสร้างทางสังคมและการบริหารจัดการที่เหมาะสม

หากประชากรมีคุณภาพชีวิตที่ดี ย่อมส่งผลให้สามารถดำรงชีวิตอยู่ร่วมกับสังคมได้อย่างมีความสุข ไม่เป็นภาระ และไม่ก่อให้เกิดปัญหาต่อสังคมโดยรวม ในทางตรงกันข้าม หากประชากรมีคุณภาพชีวิตต่ำ ย่อมส่งผลให้เกิดปัญหาทางเศรษฐกิจ สังคม และความมั่นคงของประเทศ อันอาจนำไปสู่ความล่าช้าหรือความล้มเหลวในการพัฒนาประเทศในระยะยาว (สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, 2561) ด้วยเหตุนี้ หลายประเทศจึงให้ความสำคัญกับการยกระดับคุณภาพชีวิตของประชาชนให้เป็นไปตามมาตรฐานที่สังคมพึงประสงค์ เพื่อสร้างความมั่นคง มั่งคั่ง และยั่งยืนควบคู่กันไป

ประเทศไทยได้กำหนดทิศทางการพัฒนาประเทศภายใต้ยุทธศาสตร์ชาติ 20 ปี (พ.ศ. 2561–2580) ซึ่งมุ่งเน้นการพัฒนาคนเป็นศูนย์กลาง โดยให้ความสำคัญกับการยกระดับคุณภาพชีวิตของประชาชนในทุกกลุ่ม เพื่อเสริมสร้างความมั่นคงของประเทศในทุกมิติ (สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, 2561) ภายใต้กรอบแนวคิดดังกล่าว กองพื้นที่ 1 กรมทหารต่อสู้อากาศยาน หน่วยบัญชาการอากาศโยธิน ได้มุ่งสู่การเป็นองค์กรที่สนับสนุนเป้าหมาย “ประเทศไทยมีความมั่นคง มั่งคั่ง และยั่งยืน” โดยให้ความสำคัญกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของทหารกองประจำการซึ่งเป็นกำลังหลักของกองทัพอากาศ

ในยุคปัจจุบัน ประเด็นคุณภาพชีวิตของทหารกองประจำการได้รับความสนใจเพิ่มมากขึ้น เนื่องจากบทบาทของทหารไม่ได้จำกัดอยู่เพียงการปฏิบัติหน้าที่ทางทหารเท่านั้น แต่ยังเกี่ยวข้องกับการดำรงชีวิตในสังคมอย่างมีคุณภาพ ทหารกองประจำการต้องเผชิญกับภารกิจที่มีความเข้มงวด การฝึกที่หนักหน่วง และสภาพแวดล้อมการทำงานที่ก่อให้เกิดความเครียดทั้งทางร่างกายและจิตใจ ซึ่งหากขาดการดูแลที่เหมาะสมอาจส่งผลกระทบต่อประสิทธิภาพการปฏิบัติงานและความพร้อมของกำลังรบ (สุรัชย์ พงษ์ประเสริฐ, 2563) ดังนั้น การดูแลคุณภาพชีวิตของทหารจึงเป็นภารกิจสำคัญที่กองทัพอากาศและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องต้องให้ความสำคัญอย่างต่อเนื่อง

กองพื้นที่ 1 กรมทหารต่อสู้อากาศยาน หน่วยบัญชาการอากาศโยธิน ได้กำหนดแนวทางการบริหารจัดการตามแผนกลยุทธ์และพันธกิจของหน่วย โดยมุ่งเน้นการปฏิบัติการใช้กำลังภาคพื้น การป้องกันที่ตั้ง การต่อสู้อากาศยาน และการปฏิบัติการพิเศษ ควบคู่ไปกับการดูแลและพัฒนาคุณภาพชีวิตของทหารกองประจำการ

ในด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม และด้านสิ่งแวดล้อม เพื่อเสริมสร้างขีดความสามารถของกำลังพลให้มีความพร้อมทั้งทางร่างกายและจิตใจในการปฏิบัติภารกิจของกองทัพอากาศ

ทั้งนี้ หน่วยได้กำหนดนโยบายด้านคุณภาพชีวิตอย่างเป็นระบบ โดยจัดทำคู่มือการปฏิบัติงานและแนวทางการแก้ไขปัญหาเบื้องต้นที่อาจส่งผลกระทบต่อองค์กร มีการทบทวนและปรับปรุงให้สอดคล้องกับสถานการณ์ปัจจุบัน รวมถึงส่งเสริมการมีส่วนร่วมของกำลังพลในการเสนอแนวคิดเชิงสร้างสรรค์ เพื่อนำไปสู่การต่อยอดองค์ความรู้และการพัฒนาองค์กรอย่างยั่งยืนในอนาคต การดำเนินงานดังกล่าวมีเป้าหมายเพื่อให้บุคลากรเป็นผู้ร่วมสร้างองค์กรให้เติบโตไปพร้อมกับความมั่นคงและความยั่งยืนของกองพันที่ 1 กรมทหารต่อสู้อากาศยาน หน่วยบัญชาการอากาศโยธินต่อไป

### วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับคุณภาพชีวิตทหารกองประจำการ กองพันที่ 1 กรมทหารต่อสู้อากาศยาน หน่วยบัญชาการ อากาศโยธิน
- 2.. ศึกษาเปรียบเทียบระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลกับคุณภาพชีวิตทหารกองประจำการ กองพันที่ 1 กรมทหารต่อสู้อากาศยาน หน่วยบัญชาการ อากาศโยธิน

### ขอบเขตการวิจัย

การวิจัยในครั้งนี้เป็นการศึกษาเรื่อง คุณภาพชีวิตของกองพันกองพันที่ 1 กรม ทหารต่อสู้อากาศยาน หน่วยบัญชาการ อากาศโยธิน การประเมินคุณภาพชีวิต 4 ด้าน คือ 1) ทางด้านร่างกาย 2) ด้านจิตใจ 3) ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม และ 4) ด้านสิ่งแวดล้อม

### นิยามศัพท์เฉพาะ

คุณภาพชีวิต(Quality of Life) หมายถึง การรับรู้ของทหารกองประจำการเกี่ยวกับความอยู่ดีมีสุขในชีวิตซึ่งครอบคลุมสภาวะองค์รวมใน 4 ด้านได้แก่ด้านร่างกายด้านจิตใจด้านความสัมพันธ์ทางสังคมและด้านสิ่งแวดล้อมที่พึงประสงค์โดยพิจารณาจากแบบสอบถามที่ตอบโดยทหารกองประจำการพัน.1 กรม.ตอ.ร.อ.ย.

ทหารกองประจำการ หมายถึง บุคคลที่เข้ารับราชการทหารตามพระราชบัญญัติรับราชการทหารพ.ศ. 2497 ซึ่งมีระยะเวลารับราชการ6 เดือน1ปีหรือ 2 ปีขึ้นอยู่กับคุณสมบัติก่อนเข้ารับการเกณฑ์ทหาร

ระยะเวลาการประจำการ หมายถึง ช่วงเวลาในการเข้ารับราชการของทหารกองประจำการแบ่งเป็นระยะเวลา6 เดือน1ปีและ 2 ปีซึ่งอาจมีผลต่อความคุ้นชินการปรับตัวและประสบการณ์ที่ได้รับในกองทัพ

ด้านร่างกาย (Physical domain) หมายถึง การรับรู้เกี่ยวกับสุขภาพที่ดีของตนเอง รวมถึงความสามารถในการทำกิจกรรมประจำวัน การมีพลังงาน และการปราศจากความเจ็บปวด

ด้านจิตใจ (Psychological domain) หมายถึง การรับรู้เกี่ยวกับสุขภาพจิตของตนเอง ซึ่งรวมถึง อารมณ์ ความรู้สึก ความพึงพอใจในชีวิต และการรับมือกับความเครียด

ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม (Social relationships) หมายถึง ความสามารถในการสร้างและรักษา ความสัมพันธ์กับผู้อื่น รวมถึงความรู้สึกว่าได้รับการสนับสนุนจากสังคม

ด้านสิ่งแวดล้อม (Environmental domain) หมายถึง การรับรู้และความพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อม ทั้งทางกายภาพและสังคมที่ตนอาศัยอยู่

### แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

มีผู้ให้ความหมายเกี่ยวกับ คำว่า “คุณภาพชีวิต” มีผู้ให้ความหมายไว้มากมายแตกต่างกัน ดังนี้

องค์การอนามัยโลก (อ้างถึงใน สุวัฒน์ มหัตถินรัตน์กุล และคณะ 2541). ให้คำจำกัดความว่าคุณภาพชีวิตเป็นการรับรู้ของบุคคลต่อตำแหน่งชีวิตของตนในบริบทของวัฒนธรรมและระบบคุณค่าต่างๆที่เขาเกี่ยวข้อง อยู่และในส่วนที่สัมพันธ์กับบรรดาเป้าหมายของชีวิตของเขา รวมทั้งการคาดหมายมาตรฐานและสิ่งเกี่ยวข้องต่างๆ ของเขาด้วยแนวคิดนี้รวมถึงสุขภาพกายสภาวะจิตใจความเป็นอิสระหรือความเป็นตัวของตัวเองความสัมพันธ์ทางสังคมความเชื่อและความสัมพันธ์ของเขากับสภาพแวดล้อมต่างๆรอบตัวเขา

องค์การการศึกษา วิทยาศาสตร์ และวัฒนธรรมแห่งสหประชาชาติ (UNESCO.1993) ได้นิยามว่าคุณภาพชีวิตหมายถึงระดับความเป็นอยู่ที่ดีของสังคมและระดับความพึงพอใจ ในความต้องการส่วนหนึ่งของ มนุษย์ดังนั้นคุณภาพชีวิตจึงเป็นระดับของการมีชีวิตที่ดีมีความสุข ความพึงพอใจในชีวิตและสภาพแวดล้อมที่เกี่ยวข้องกับความเป็นอยู่ ในการดำเนินชีวิตของปัจเจกบุคคลในสังคม

วิไลลักษณ์ รัตนเพียรธัมมะ (2550) ให้ความหมายของคุณภาพชีวิตว่าเป็นองค์ประกอบที่ให้ความพึงพอใจแก่บุคคลทั้งทางร่างกายและจิตใจในช่วงระยะเวลาหนึ่ง ซึ่งเป็นสิ่งที่มีคุณภาพในด้านสุขภาพสังคมเศรษฐกิจ การศึกษาการเมืองและศาสนาโดยไม่มีกฎเกณฑ์ตายตัวมีความพึงพอใจที่ได้รับการตอบสนองความต้องการทาง จิตใจและสังคมทั้งระดับจุลภาคมหภาครวมถึงชีวิตที่มีความสุขสามารถปรับตัวเองเข้ากับธรรมชาติและ สิ่งแวดล้อมได้

ดุขฎิ อายุวัฒน์. (2548); อ้างถึงใน ยุพา อุดมศักดิ์. (2516) ให้ความหมายว่าคุณภาพชีวิตหมายถึง คุณภาพในด้านสุขภาพสังคมเศรษฐกิจการศึกษาการเมือง และศาสนาซึ่งเป็นค่าเทียบเคียงไม่มีกฎเกณฑ์ตายตัว แน่นนอนทุกคนหรือทุกประเทศจะกำหนดมาตรฐานในเรื่องดังกล่าวแตกต่างกันตามความต้องการซึ่งทำให้คุณภาพ ชีวิตเปลี่ยนแปลงตามกาลเวลาและสภาวะต่างๆด้วย

ชัยวัฒน์ ปัญจพงษ์. (2537); อ้างถึงใน สมใจฉัตรไทย. (2543) กล่าวว่าคุณภาพชีวิตหมายถึงการมีชีวิต อยู่อย่างมีคุณภาพที่ไม่เป็นภาระและไม่ก่อให้เกิดปัญหาทางสังคมเป็นชีวิตที่มีความสมบูรณ์ทางร่างกายและจิตใจ มีความคิดสามารถที่จะดำรงสถานภาพด้านเศรษฐกิจสังคมการเมืองให้สอดคล้องกับสภาพแวดล้อมและค่านิยม

ทางสังคมสามารถแก้ปัญหาเฉพาะหน้าหรือปัญหาที่ซับซ้อนได้สามารถคาดคะเนเหตุการณ์ภายหน้าได้อย่างถูกต้องและสามารถดำเนินวิธีการที่ชอบธรรมเพื่อให้ ได้สิ่งที่พึงประสงค์ภายใต้เครื่องมือและทรัพยากรที่มีอยู่

โอเรม (Orem. 1991) ให้ความหมายของคุณภาพชีวิตว่า เป็นการรับรู้ถึงภาวะที่ปรากฏอยู่ ของตน ซึ่งแสดงออกโดยความพึงพอใจ ความยินดี และการดำรงไว้ซึ่งความเป็นบุคคล คุณภาพชีวิต เกี่ยวข้องกับคุณภาพความสำเร็จในการใช้ความพยายามของบุคคล และการมีแหล่งประโยชน์ต่างๆ อย่างเพียงพอ

ศิริ ฮามสุโพธิ์. (2543) สรุปไว้ว่า คุณภาพชีวิต หมายถึง ชีวิตของบุคคลที่สามารถดำรงชีวิตอยู่ร่วมกับสังคมได้อย่างเหมาะสมไม่เป็นภาระและไม่ก่อให้เกิดปัญหาแก่สังคมเป็นชีวิตที่มีความสมบูรณ์ทั้งทางร่างกายและจิตใจ และสามารถดำเนินชีวิตที่ชอบธรรมสอดคล้องกับสภาพแวดล้อมค่านิยมของสังคมสามารถแก้ไขปัญหาตลอดจนการแสวงหาสิ่งที่ตนปรารถนาให้ได้มาอย่างถูกต้องภายใต้เครื่องมือและทรัพยากรที่มีอยู่ ซึ่งจุดเน้นของคุณภาพชีวิตจากความหมายดังกล่าวอาจจำแนก ได้ 3 ประการ คือ

1. ทางด้านร่างกาย คือ บุคคลต้องมีสุขภาพร่างกายที่สมบูรณ์แข็งแรงปราศจากโรคภัยไข้เจ็บ ซึ่งเป็นผลจากการได้รับการสนองตอบทางด้านปัจจัยความจำเป็นขั้นพื้นฐานที่เหมาะสม

2. ทางด้านจิตใจ คือ บุคคลจะต้องมีสภาพจิตใจที่สมบูรณ์ ร่างแข็งแรงไม่วิตกกังวลมีความรู้สึกที่เป็นสุขและพึงพอใจในชีวิตของตนเอง ครอบครัว และสังคม ในสภาพแวดล้อมที่ดีมีความปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน เป็นต้น

3. ทางด้านสังคม คือ บุคคลที่สามารถดำรงชีวิตภายใต้บรรทัดฐาน และค่านิยมทางสังคมในฐานะสมาชิกของสังคมได้อย่างปกติสุข เป็นต้น

แคนทริล บรรจง วาที. (2541); อ้างถึงใน Cantril. (1963) ให้ความหมายคุณภาพชีวิตว่า เป็นการรับรู้เกี่ยวกับ ความสุข รู้สึกสบาย ความพอใจในชีวิตแต่ละบุคคล

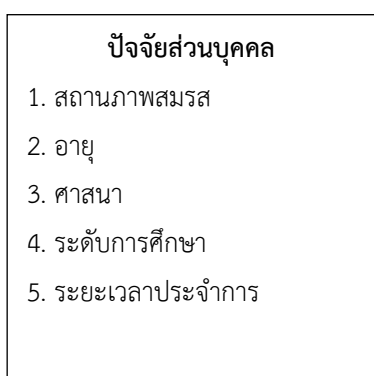
เฟอร์เรลล์; และคณะ (Ferrell; et al. 1995) ให้ความหมายคุณภาพชีวิตว่า คุณภาพชีวิตเป็นการรับรู้ภาวะความสุข สบายที่ไม่คงที่ของบุคคลจากประสบการณ์ชีวิต 4 ด้าน คือ ความผาสุกด้านร่างกาย และอาการทางกาย (physical well-being and symptom) ความผาสุกด้านจิตใจ (psychological well-being) ความผาสุกทาง สังคม (social well-being) และความผาสุกทางด้านจิตวิญญาณ (spiritual well-being) มีการเปลี่ยนแปลง ไปตามเวลาและสถานการณ์ที่เกี่ยวข้อง อยู่บนพื้นฐานของคุณภาพชีวิต

จากการรวบรวมนิยามความหมายของคุณภาพชีวิตในเบื้องต้นสามารถสรุปได้ว่า คุณภาพชีวิต หมายถึง สภาพความเป็นอยู่ของมนุษย์ที่ดีมีความสุขทั้งทางร่างกายและจิตใจ ซึ่งเป็นความพึงพอใจ ภายในตัวบุคคลต่อการดำรงชีวิตทั้งในด้านความต้องการขั้นพื้นฐาน สุขภาพแข็งแรง ครอบครัวอบอุ่น ความพึงพอใจในการทำงาน การอยู่ร่วมกันในสังคม ธรรมชาติ และสิ่งแวดล้อม ซึ่งถือเป็นการปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมทางกายภาพ สิ่งแวดล้อมทางสังคมได้อย่างเหมาะสมและมีความสุข ดารุณี จง อุดมการณ์; และ คณะ (2551)

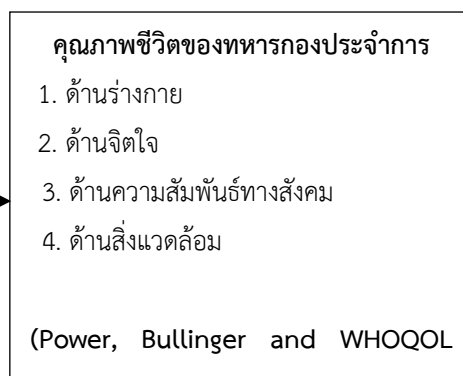
## กรอบแนวคิดการวิจัย

การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้เน้นศึกษาคุณภาพชีวิตทหารกองประจำการ กองพันที่ 1 กรมทหารต่อสู้อากาศยาน หน่วยบัญชาการ อากาศโยธิน โดยมีขอบเขตการศึกษา “ตัวแปรอิสระ” ได้แก่ ปัจจัยส่วนบุคคล และ “ตัวแปรตาม” ได้แก่ คุณภาพชีวิตของทหารกองประจำการ โดยสรุปแนวทางการศึกษาตัวแปรที่ใช้ในการศึกษา ดังนี้โดยใช้แนวคิดของ องค์การอนามัยโลก (WHOQOL)

### ตัวแปรอิสระ (Independent variable)



### ตัวแปรตาม (Dependent variable)



ภาพประกอบ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

## วิธีดำเนินการวิจัย

### 1. ระเบียบวิธีวิจัย

การศึกษาวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงปริมาณโดยใช้การสำรวจ (Survey Research) และเก็บรวบรวมข้อมูลจากแบบสอบถาม (Questionnaire) เพื่อศึกษาคุณภาพชีวิตทหารกองประจำการ กองพันที่ 1 กรมทหารต่อสู้อากาศยาน หน่วยบัญชาการ อากาศโยธิน โดยได้ดำเนินการตามขั้นตอนดังนี้

### 2. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

#### 1. ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ ทหารกองประจำการ พัน.1 กรม ทหารต่อสู้อากาศยาน หน่วยบัญชาการอากาศโยธิน จำนวน 420 คน ข้อมูล ณ วันที่ 10 กันยายน พ.ศ. 2564 (ที่มา: พัน.1 กรม ทหารต่อสู้อากาศยาน หน่วยบัญชาการอากาศโยธิน ตำบลคูคด อำเภอลำลูกกา ปทุมธานี)

## 2. กลุ่มตัวอย่าง

จำนวนตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษารั้งนี้ จะศึกษาจากทหารกองประจำการพื้นที่ 1 กรม ทหารต่อสู้อากาศยาน หน่วยบัญชาการอากาศโยธิน โดยทำการเลือกกลุ่มจากของเครซีและมอร์แกน (Krejcie and Morgan, 1970 อ้างใน อีรุฒิ เอกะกุล, 2543) มีดังนี้

วิธีการคำนวณผู้วิจัยต้องทราบขนาดประชากรและสัดส่วนของลักษณะที่สนใจในประชากร และกำหนดระดับความคลาดเคลื่อนและระดับความเชื่อมั่นด้วย เช่น ถ้าประชากรที่ใช้ในการวิจัยมีจำนวน 2,000 หน่วย ยอมรับให้เกิดความคลาดเคลื่อนของการสุ่มตัวอย่างได้ 5% ที่ระดับความเชื่อมั่น 95% และสัดส่วนของลักษณะที่สนใจในประชากรเท่ากับ 0.5 ขนาดของกลุ่มตัวอย่างที่ต้องการเท่ากับ 201 ตัวอย่างผู้วิจัยทำการเก็บรวบรวมข้อมูลได้รับแบบสอบถามกลับคืนมาและมีความสมบูรณ์ จำนวน 200 ตัวอย่าง คิดเป็นร้อยละ 99.50%

## 3. ข้อมูลและแหล่งข้อมูล

ผู้วิจัยใช้การสุ่มอย่างเป็นระบบ (Systematic Random Sampling) เป็นการสุ่มตัวอย่างโดยมีรายชื่อของทุกหน่วยประชากรมาเรียงเป็นระบบตามบัญชีเรียกชื่อ การสุ่มจะแบ่งประชากรออกเป็นช่วงๆที่เท่ากันอาจใช้ช่วงจากสัดส่วนของขนาดกลุ่มตัวอย่างและประชากร แล้วสุ่มประชากรหน่วยแรก ส่วนหน่วยต่อไปนับจากช่วงสัดส่วนที่คำนวณไว้

## 4. วิธีการและเครื่องมือเก็บรวบรวมข้อมูล

วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูลสำหรับการวิจัยมีรายละเอียดดังนี้

1. ผู้วิจัยได้นำแบบสอบถามไปให้กลุ่มตัวอย่างในส่วนทหารกองประจำการ กองพื้นที่ 1 กรมทหารต่อสู้อากาศยาน หน่วยบัญชาการอากาศโยธิน เมื่อ 1 สิงหาคม พ.ศ. 2568 เป็นจำนวน 201 ชุด โดยการใช้แบบสอบถาม ส่งตามพื้นที่โครงการผ่านทหารกองประจำการ และติดต่อขอเก็บรวบรวมข้อมูลภายใน 15 กันยายน พ.ศ. 2568 รวมระยะเวลา 15 วัน ได้รับคืนจำนวน 200 ชุด คิดเป็น 99.50%

2. นำแบบสอบถามมาตรวจให้คะแนนตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้ แล้วนำข้อมูลที่ได้นำมาวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป

## 5. การตรวจสอบข้อมูล

การตรวจแบบสอบถามและให้คะแนน ผู้วิจัยนำข้อมูลที่เก็บรวบรวมได้จากกลุ่มตัวอย่างมาวิเคราะห์ทางสถิติโดยใช้คอมพิวเตอร์ ดังนี้

1. ข้อมูลเกี่ยวกับวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม ประกอบด้วย เพศ อายุ ระดับการศึกษา และระยะเวลาในการทำงาน

2. ข้อมูลเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตทหารกองประจำการ กองพื้นที่ 1 กรมทหารต่อสู้อากาศยาน หน่วยบัญชาการอากาศโยธิน โดยแบ่งออก 4 ด้าน ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม และด้าน

สิ่งแวดล้อมเป็นแบบสอบถามที่กำหนดมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ (Likert's Five Rating scale) ซึ่งมีเกณฑ์การให้คะแนน ดังนี้

| คะแนน | ระดับคุณภาพชีวิตทหาร                    |
|-------|-----------------------------------------|
| 5     | หมายถึง ระดับความคิดเห็น มากที่สุด      |
| 4     | หมายถึง ระดับความคิดเห็นด้วย มาก        |
| 3     | หมายถึง ระดับความคิดเห็นด้วย ปานกลาง    |
| 2     | หมายถึง ระดับความคิดเห็นด้วย น้อย       |
| 1     | หมายถึง ระดับความคิดเห็นด้วย น้อยที่สุด |

## 6. การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยเรื่อง คุณภาพชีวิตของทหารกองประจำการพัน.1 กรม ทหารต่อสู้อากาศยาน หน่วยบัญชาการอากาศโยธิน ครึ่งนี้มีวัตถุประสงค์ศึกษาเรื่องคุณภาพชีวิตของทหารกองประจำการพัน.1 กรมทหารต่อสู้อากาศยาน หน่วยบัญชาการอากาศโยธิน โดยจำแนกตามข้อมูลส่วนบุคคล

ตารางของเครจซี่และมอร์แกน (Krejcie & Morgan) ตารางนี้ใช้ในการประมาณค่าสัดส่วนของประชากรและกำหนดให้สัดส่วนของลักษณะที่สนใจในประชากร เท่ากับ 0.5 ระดับความคลาดเคลื่อนที่ยอมรับได้ 5% และระดับความเชื่อมั่น 95%กลุ่มตัวอย่างขนาด 201 ตัวอย่าง และทำการสุ่มแบบเชิงระบบ (Systematic Random Sampling) ตามทะเบียนรายชื่อของกองพันทหารต่อสู้อากาศยาน 1 กรมทหารต่อสู้อากาศยาน หน่วยบัญชาการอากาศโยธิน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยคือ แบบสอบถาม ประกอบด้วย 3 ตอนดังนี้ ได้แก่

ตอนที่ 1 เป็นข้อมูลลักษณะส่วนบุคคล ได้แก่ สถานภาพสมรส อายุ ศาสนา ระดับการศึกษา ระยะเวลาประจำการ

ตอนที่ 2 เป็นคำถามเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตของทหารกองประจำการกองพันที่ 1 กรมทหารต่อสู้อากาศยาน หน่วยบัญชาการ อากาศโยธิน 4 ด้านโดยมีเกณฑ์ดังนี้

- |   |                      |                   |
|---|----------------------|-------------------|
| 1 | หมายถึงมีคุณภาพชีวิต | ระดับ ต่ำ         |
| 2 | หมายถึงมีคุณภาพชีวิต | ระดับ ค่อนข้างต่ำ |
| 3 | หมายถึงมีคุณภาพชีวิต | ระดับ ปานกลาง     |
| 4 | หมายถึงมีคุณภาพชีวิต | ระดับ ค่อนข้างสูง |
| 5 | หมายถึงมีคุณภาพชีวิต | ระดับ สูง         |

ตอนที่ 3 เป็นคำถามเกี่ยวกับความคิดเห็นและข้อเสนอแนะต่อคุณภาพชีวิตของทหารกองประจำการพัน. 1 กรมทหารต่อสู้อากาศยาน หน่วยบัญชาการ อากาศโยธิน

เกณฑ์แปลความหมายค่าเฉลี่ย

ใช้เกณฑ์ของ Best [5]ดังนี้

|             |           |
|-------------|-----------|
| 4.50 - 5.00 | มากที่สุด |
| 3.50 - 4.49 | มาก       |
| 2.50 - 3.49 | ปานกลาง   |
| 1.50 - 2.49 | เล็กน้อย  |
| 1.00 - 1.49 | ไม่เลย    |

ผลการทดสอบความเชื่อมั่นของเครื่องมือ reliability coefficient alpha ได้ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามทั้งฉบับมีค่าเท่ากับ 0.967

สถิติ ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลได้แก่ค่าร้อยละ ค่าคะแนนเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน t-test และ F-test ทำการเปรียบเทียบรายคู่ด้วยวิธีเชฟเฟ

### ผลการวิจัย

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลส่วนบุคคลของ คุณภาพชีวิตของทหารกองประจำการพัน.1 กรม ทหารต่อสู้ อากาศยาน หน่วยบัญชาการอากาศโยธิน การวิเคราะห์ข้อมูลของกลุ่มตัวอย่างปัจจัยส่วนบุคคล จำนวน 200 คน โดยจำแนกตาม ระยะเวลาประจำการ อายุ ระดับการศึกษา สถานภาพ และศาสนา การวิเคราะห์โดยใช้ สถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ การแจกแจงความถี่และค่าร้อยละการนำเสนอตารางและภาพ ดังนี้

**ตารางที่ 1** จำนวนและค่าร้อยละข้อมูลส่วนบุคคลของ คุณภาพชีวิตของทหารกองประจำการพัน.1 กรม ทหารต่อสู้ อากาศยาน หน่วยบัญชาการอากาศโยธิน

| คุณภาพชีวิตของทหารกองประจำการพัน.1 กรม ทหารต่อสู้<br>อากาศยาน หน่วยบัญชาการอากาศโยธิน | $\bar{x}$   | S.D.        | แปลผล            |
|---------------------------------------------------------------------------------------|-------------|-------------|------------------|
| 1. ด้านร่างกาย                                                                        | 4.56        | 0.63        | มากที่สุด        |
| 2. ด้านจิตใจ                                                                          | 4.57        | 0.59        | มากที่สุด        |
| 3. ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม                                                           | 4.50        | 0.64        | มากที่สุด        |
| 4. ด้านสิ่งแวดล้อม                                                                    | 4.55        | 0.67        | มากที่สุด        |
| <b>รวม</b>                                                                            | <b>4.54</b> | <b>0.60</b> | <b>มากที่สุด</b> |

จากตารางที่ 1 พบว่า ระดับคุณภาพชีวิตของทหารกองประจำการพัน.1 กรม ทหารต่อสู้ อากาศยาน หน่วยบัญชาการอากาศโยธิน โดยรวมอยู่ในระดับมากที่สุด พบว่าในภาพรวมอยู่ระดับมากที่สุด (  $\bar{x}$  = 4.54 , S.D. = 0.60 ) เมื่อพิจารณาตามรายด้าน พบว่า ด้านจิตใจ อยู่ในระดับมากที่สุด (  $\bar{x}$  = 4.57 , S.D. =

0.59) รองลงมา คือ ด้านร่างกาย ( $\bar{x} = 4.56$ , S.D. = 0.63) และน้อยที่สุดคือ ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม ( $\bar{x} = 4.50$ , S.D. = 0.64)

## ผลการวิจัย

การวิจัยเรื่อง คุณภาพชีวิตของทหารกองประจำการพัน.1 กรม ทหารต่อสู้อากาศยาน หน่วยบัญชาการอากาศโยธิน การวิจัยในครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) เครื่องมือที่ใช้คือ แบบสอบถาม วัตถุประสงค์การวิจัย 1) เพื่อศึกษาระดับคุณภาพชีวิตทหารกองประจำการ กองพันที่ 1 กรมทหารต่อสู้อากาศยาน หน่วยบัญชาการ อากาศโยธิน 2) ศึกษาเปรียบเทียบระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลกับคุณภาพชีวิตทหารกองประจำการ กองพันที่ 1 กรมทหารต่อสู้อากาศยาน หน่วยบัญชาการ อากาศโยธิน ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ได้แก่ ทหารกองประจำการ พัน 1 กรมทหารต่อสู้อากาศยาน หน่วยบัญชาการอากาศโยธิน จำนวนตัวอย่างที่คำนวณได้ 201 โดยใช้สูตรของเครชี มอแกน ใช้การสุ่มอย่างเป็นระบบ (Systematic Random Sampling) จำนวน 200 คน สถิติที่ใช้วิเคราะห์ข้อมูลประกอบด้วยสถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ ค่าเฉลี่ย ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน และสถิติเชิงอนุมานที่ใช้ทดสอบสมมุติฐาน ได้แก่ การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว ผลการวิจัยและการอภิปรายผลการวิจัยมีดังนี้

### 1.ระดับคุณภาพชีวิตของทหารกองประจำการพัน.1 กรม ทหารต่อสู้อากาศยาน หน่วยบัญชาการอากาศโยธิน

ระดับคุณภาพชีวิตของทหารกองประจำการพัน.1 กรม ทหารต่อสู้อากาศยาน หน่วยบัญชาการอากาศโยธิน โดยรวมอยู่ในระดับมาก พบว่าในภาพรวมอยู่ระดับมาก ( $\bar{x} = 4.54$ , S.D. = 0.60) เมื่อพิจารณาตามรายด้าน พบว่า ด้านจิตใจ อยู่ในระดับมาก ( $\bar{x} = 4.57$ , S.D. = 0.59) รองลงมา คือ ด้านร่างกาย ( $\bar{x} = 4.562$ , S.D. = 0.634) และน้อยที่สุดคือ ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม ( $\bar{x} = 4.50$ , S.D. = 0.64)

2.ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลกับคุณภาพชีวิตทหารกองประจำการ กองพันที่ 1  
กรมทหารต้อสู้อากาศยาน หน่วยบัญชาการ อากาศโยธิน

| คุณภาพชีวิตของทหาร<br>กองประจำการกองพันที่<br>1 กรมทหารต้อสู้อากาศ<br>ยาน หน่วยบัญชาการ<br>อากาศโยธิน | สถานภาพ<br>สมรส |             | อายุ    |             | ศาสนา |             | การศึกษา |             | ระยะเวลา<br>ประจำการ |             |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|-------------|---------|-------------|-------|-------------|----------|-------------|----------------------|-------------|
|                                                                                                       | F               | p-<br>value | F       | p-<br>value | F     | p-<br>value | F        | p-<br>value | t                    | p-<br>value |
| 1. ด้านร่างกาย                                                                                        | 1.198           | .220        | 10.38** | .000        | .738  | .480        | 6.15**   | .003        | .633                 | .528        |
| 2. ด้านจิตใจ                                                                                          | 1.859           | .046        | 1.20    | .309        | 1.80  | .168        | .408     | .666        | 1.102                | .226        |
| 3. ด้านความสัมพันธ์ทาง<br>สังคม                                                                       | 1.796           | .074        | 5.81**  | .001        | 2.27  | .105        | 2.41     | .092        | 1.510                | .611        |
| 4. ด้านสิ่งแวดล้อม                                                                                    | 1.158           | .248        | 5.38**  | .001        | 1.91  | .150        | 2.15     | .119        | .445                 | .657        |
| รวม                                                                                                   | 1.592           | .113        | 5.62    | .081        | 1.81  | .165        | 2.59     | .077        | .702                 | .484        |

ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบระยะเวลาประจำการ ของทหารกองประจำการพัน.1 กรม ทหารต้อสู้อากาศยาน หน่วยบัญชาการอากาศโยธิน มีความคิดเห็นเกี่ยวกับ คุณภาพชีวิต ของทหารกองประจำการพัน.1 กรม ทหารต้อสู้อากาศยาน หน่วย บัญชาการอากาศโยธิน จำแนกตามระยะเวลาประจำการ พบว่ากลุ่มตัวอย่าง ระยะเวลาประจำการมีความคิดเห็นต่อ คุณภาพชีวิตของทหารกองประจำการพัน.1 กรม ทหารต้อสู้อากาศยาน หน่วย บัญชาการอากาศโยธิน โดยรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ ทางสถิติที่ระดับ 0.05

ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบสถานภาพสมรส พบว่ากลุ่มตัวอย่าง มีสถานภาพสมรสแตกต่างกันความ คิดเห็นต่อ คุณภาพชีวิตของทหารกองประจำการพัน.1 กรม ทหารต้อสู้อากาศยาน หน่วย บัญชาการอากาศ โยธินทั้งโดยภาพรวมและรายด้านไม่แตกต่างกัน

ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบระยะเวลาประจำการ ของทหารกองประจำการพัน.1 กรม ทหารต้อสู้อากาศยาน หน่วยบัญชาการอากาศโยธิน มีความคิดเห็นเกี่ยวกับ คุณภาพชีวิต ของทหารกองประจำการพัน.1 กรม ทหารต้อสู้อากาศยาน หน่วย บัญชาการอากาศโยธิน จำแนกตามอายุ พบว่ากลุ่มตัวอย่าง ระยะเวลา ประจำการมีความคิดเห็นต่อด้าน คุณภาพชีวิตของทหารกองประจำการพัน.1 กรม ทหารต้อสู้อากาศยาน หน่วย บัญชาการอากาศโยธิน โดยรวมไม่แตกต่างกัน

ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบตามศาสนา ของทหารกองประจำการพัน.1 กรม ทหารต่อสู้อากาศยาน หน่วยบัญชาการอากาศโยธิน มีความคิดเห็นเกี่ยวกับ คุณภาพชีวิต ของทหารกองประจำการพัน.1 กรม ทหารต่อสู้อากาศยาน หน่วย บัญชาการอากาศโยธิน จำแนกตามการนับถือศาสนาพบว่ากลุ่มตัวอย่าง มีการนับถือศาสนาแตกต่างกันมีความคิดเห็นโดยภาพรวมและรายด้านไม่แตกต่างกัน

ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบระดับการศึกษา ของทหารกองประจำการพัน.1 กรม ทหารต่อสู้อากาศยาน หน่วยบัญชาการอากาศโยธิน มีความคิดเห็นเกี่ยวกับ คุณภาพชีวิต ของทหารกองประจำการพัน.1 กรม ทหารต่อสู้อากาศยาน หน่วย บัญชาการอากาศโยธิน จำแนกตามสถานภาพสมรส พบว่ากลุ่มตัวอย่าง มีสถานภาพสมรสแตกต่างกันมีความคิดเห็นต่อ คุณภาพชีวิตของทหารกองประจำการพัน.1 กรม ทหารต่อสู้อากาศยาน หน่วย บัญชาการอากาศโยธินทั้งโดยภาพรวมไม่แตกต่างกัน เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่าด้านร่างกายมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยทางสถิติ ที่ระดับ 0.01

ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบระยะเวลาประจำการ ของทหารกองประจำการพัน.1 กรม ทหารต่อสู้อากาศยาน หน่วยบัญชาการอากาศโยธิน มีความคิดเห็นเกี่ยวกับ คุณภาพชีวิต ของทหารกองประจำการพัน.1 กรม ทหารต่อสู้อากาศยาน หน่วย บัญชาการอากาศโยธิน จำแนกตามระยะเวลาประจำการ พบว่ากลุ่มตัวอย่าง ระยะเวลาประจำการมีความคิดเห็นต่อ คุณภาพชีวิตของทหารกองประจำการพัน.1 กรม ทหารต่อสู้อากาศยาน หน่วยบัญชาการอากาศโยธิน โดยภาพรวมและรายด้านไม่แตกต่างกัน

### สรุปและอภิปรายผล

คุณภาพชีวิตของทหารกองประจำการโดยรวมอยู่ในระดับมากที่สุดผลการวิจัยพบว่า ทหารกองประจำการพัน.1 กรมทหารต่อสู้อากาศยาน มีคุณภาพชีวิตโดยรวมอยู่ในระดับมากที่สุด ( $\bar{x} = 4.54$ , S.D. = 0.60)ซึ่งสะท้อนว่าทหารมีความพึงพอใจทั้งด้านร่างกาย จิตใจ ความสัมพันธ์ทางสังคม และสิ่งแวดล้อมค่อนข้างดี สาเหตุที่ทำให้ระดับคุณภาพชีวิตอยู่ในระดับสูง อาจมาจากหน่วยงานมีการจัดระบบสวัสดิการและการดูแลสุขภาพ เป็นอยู่ของทหารอย่างเป็นระบบ เช่น อาหาร ที่พัก การรักษาพยาบาล และการฝึกที่มีมาตรฐานนโยบายของ กองทัพอากาศเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพชีวิตทหารเกณฑ์มีความชัดเจนและมีการติดตามประเมินอย่างต่อเนื่อง คุณภาพชีวิตของทหารกองประจำการพัน.1 กรม ทหารต่อสู้อากาศยาน หน่วยบัญชาการอากาศโยธิน

สอดคล้องกับงานวิจัยผลการศึกษานี้สอดคล้องกับงานของ Power, Bullinger & WHOQOL Group (2002) ที่ระบุว่า คุณภาพชีวิตประกอบด้วย 4 มิติหลัก ได้แก่ ด้านร่างกาย จิตใจ ความสัมพันธ์ทางสังคม และสิ่งแวดล้อม ซึ่งหากมีการดูแลสุขภาพครบทุกมิติ คุณภาพชีวิตโดยรวมจะอยู่ในระดับดีขึ้นคุณภาพชีวิตของทหารกองประจำการพัน.1 กรม ทหารต่อสู้อากาศยาน หน่วยบัญชาการอากาศโยธิน นอกจากนี้ สอดคล้องกับงานวิจัยของ จิตติมา วิริยะไชยวงศ์ และรัตติยา เหนืออำนาจ (2562) ที่พบว่า บุคลากรด้านความมั่นคง เช่น ตำรวจ หากได้รับ สภาพแวดล้อมที่เหมาะสมและสวัสดิการดี จะมีคุณภาพชีวิตในการทำงานสูงขึ้นเช่นเดียวกันคุณภาพชีวิตของ ทหารกองประจำการพัน.1 กรม ทหารต่อสู้อากาศยาน หน่วยบัญชาการอากาศโยธิน

คุณภาพชีวิตด้านจิตใจสูงที่สุดรองลงมาคือด้านร่างกายผลการวิจัยพบว่าด้านจิตใจมีค่าเฉลี่ยสูงที่สุด (4.57) รองลงมาคือด้านร่างกาย (4.56) และด้านสิ่งแวดล้อม (4.55) ตามลำดับ ขณะที่ด้านความสัมพันธ์ทางสังคมมีคะแนนต่ำสุดแต่ยังอยู่ในระดับมากที่สุด (4.50) ทั้งนี้เพราะด้านจิตใจสูงที่สุด

ทหารกองประจำการมีการมีกระเปียบวินัย การใช้ชีวิตเป็นระบบ มีผู้บังคับบัญชาคอยดูแลใกล้ชิด ทำให้เกิดความเข้มแข็งทางจิตใจและอารมณ์มั่นคง ด้านร่างกายอยู่ในระดับสูงตามกรอบแนวคิดด้านคุณภาพชีวิตเชื่อมโยงกับสุขภาพร่างกาย เช่น ความแข็งแรง การเจ็บป่วยน้อย และการพร้อมปฏิบัติงาน ซึ่งสอดคล้องกับลักษณะอาชีพทหารที่ต้องฝึกฝนร่างกายสม่ำเสมอ ทำให้สภาวะร่างกายอยู่ในระดับดีเสมอ

คุณภาพชีวิตของทหารกองประจำการพัน.1 กรม ทหารต่อสู้อากาศยาน หน่วยบัญชาการอากาศโยธิน ด้านความสัมพันธ์ทางสังคมต่ำที่สุดแต่ยังดีมา เนื่องจากทหารมีข้อจำกัดด้านเวลาและระเบียบวินัย ทำให้โอกาสพบปะเพื่อนหรือครอบครัวลดลง จึงอาจทำให้คะแนนด้านนี้ต่ำกว่าด้านอื่น แต่ยังคงอยู่ในระดับดีมากสอดคล้องกับงานวิจัยกรอบทฤษฎี WHOQOL ที่ใช้ในงานวิจัยนี้ระบุว่ามิติด้านจิตใจจะสูงเมื่อบุคคลได้รับความมั่นคง ความผูกพัน และความหมายในชีวิต ซึ่งมักพบในกลุ่มทหารที่มีความภูมิใจในหน้าที่คุณภาพชีวิตของทหารกองประจำการ พัน.1 กรมทหารต่อสู้อากาศยาน หน่วยบัญชาการอากาศโยธิน งานวิจัยสำรวจจรรยาของจิตติมาและรัตติยา (2562) รายงานผลด้านจิตใจและสภาพแวดล้อมดีเช่นเดียวกัน สะท้อนรูปแบบความมั่นคงทางอาชีพของเจ้าหน้าที่รัฐคุณภาพชีวิตของทหารกองประจำการพัน.1 กรม ทหารต่อสู้อากาศยาน หน่วยบัญชาการอากาศโยธิน

## ข้อเสนอแนะ

### 1. ข้อเสนอแนะในการวิจัย

1. คงและเสริมมาตรการดูแลด้านจิตใจ ซึ่งเป็นด้านที่มีคะแนนสูงที่สุด ผลการวิจัยพบว่าด้านจิตใจมีค่าเฉลี่ยสูงที่สุด ( $\bar{X} = 4.57$ ) สะท้อนว่าระบบการดูแล การกำกับดูแล และวินัยในหน่วยงานเอื้อต่อความมั่นคงทางจิตใจของทหารกองประจำการ ดังนั้น หน่วยงานควรรักษาแนวทางการบริหารจัดการด้านจิตใจที่มีอยู่ เช่น การดูแลของผู้บังคับบัญชาอย่างใกล้ชิด และบรรยากาศการทำงานที่เป็นระบบ เพื่อคงระดับคุณภาพชีวิตในมิตินี้ให้อยู่ในระดับสูงอย่างต่อเนื่อง

2. เสริมกิจกรรมด้านความสัมพันธ์ทางสังคม เนื่องจากมีคะแนนต่ำสุดเมื่อเทียบกับด้านอื่นแม้ด้านความสัมพันธ์ทางสังคมจะอยู่ในระดับมากที่สุด แต่มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด ( $\bar{X} = 4.50$ ) เมื่อเปรียบเทียบกับด้านอื่นแสดงให้เห็นว่าทหารอาจมีข้อจำกัดด้านการปฏิสัมพันธ์ทางสังคมจากระเบียบวินัยและเวลาในการปฏิบัติหน้าที่หน่วยงานจึงควรส่งเสริมกิจกรรมภายในหน่วยที่ช่วยเสริมสร้างความสัมพันธ์ระหว่างกำลังพล เช่น กิจกรรมกลุ่มหรือกิจกรรมสันทนาการภายในกรอบระเบียบ เพื่อยกระดับคุณภาพชีวิตด้านนี้ให้สอดคล้องกับด้านอื่น

3. ปรับการดูแลคุณภาพชีวิตให้เหมาะสมกับระยะเวลาประจำการผลการเปรียบเทียบพบว่า ทหารกองประจำการที่มีระยะเวลาประจำการแตกต่างกัน มีระดับคุณภาพชีวิตโดยรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทาง

สถิติ ดังนั้น หน่วยงานควรให้ความสำคัญกับการดูแลทหารในแต่ละช่วงของการประจำการ โดยเฉพาะช่วงเริ่มต้นของการเข้าประจำการ ซึ่งอาจต้องการการปรับตัวทั้งทางร่างกายและจิตใจมากกว่าช่วงอื่น เพื่อช่วยลดความเหลื่อมล้ำด้านคุณภาพชีวิตระหว่างกลุ่ม

#### 4. รักษามาตรฐานด้านร่างกายและสิ่งแวดล้อมที่อยู่ในระดับสูง

ผลการวิจัยพบว่าด้านร่างกายและด้านสิ่งแวดล้อมมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมากที่สุด ( $\bar{X}$  = 4.56 และ 4.55 ตามลำดับ) แสดงถึงความเหมาะสมของสภาพการฝึก การดูแลสุขภาพ และสภาพแวดล้อมในการดำรงชีวิต หน่วยงานจึงควรรักษามาตรฐานด้านที่พัก อาหาร การแพทย์ และความปลอดภัยในพื้นที่ปฏิบัติงานอย่างต่อเนื่อง เพื่อไม่ให้ระดับคุณภาพชีวิตในมิติเหล่านี้ลดลงในอนาคต

## 2. ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. ศึกษาปัจจัยอื่นนอกเหนือจากปัจจัยส่วนบุคคลงานวิจัยครั้งนี้พิจารณาเฉพาะอายุ การศึกษา ศาสนา สถานภาพสมรส และระยะเวลาประจำการในการวิจัยครั้งต่อไปควรเพิ่มปัจจัย เช่น ความเครียดจากการปฏิบัติงาน บุคลิกภาพ ภาวะผู้นำของผู้บังคับบัญชาและ ความสัมพันธ์ในหน่วยงาน เพื่อให้เข้าใจปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตอย่างครอบคลุมยิ่งขึ้น

2. ใช้วิธีวิจัยเชิงคุณภาพการสัมภาษณ์ช่วยให้ได้ข้อมูลเชิงปริมาณที่เปรียบเทียบได้ แต่ยังไม่สามารถเข้าถึง “เหตุผลเชิงลึก” ของประสบการณ์ทหารได้ การวิจัยครั้งต่อไปควรใช้ การสัมภาษณ์เชิงลึก การสนทนากลุ่ม (Focus Group) เพื่อให้ได้มุมมองที่ลึกซึ้งเกี่ยวกับความรู้สึกจริง ความต้องการที่แท้จริง และความคาดหวังต่อชีวิตทหารเกณฑ์

3. ศึกษาคุณภาพชีวิตของทหารกองประจำการในระยะยาวงานวิจัยนี้เก็บข้อมูลในช่วงเวลา 3 เดือนเท่านั้น (1 ส.ค. – 31 ต.ค. 2568) คุณภาพชีวิตของทหารกองประจำการพัน.1 กรม ทหารต่อสู้อากาศยาน หน่วยบัญชาการอากาศโยธิน จึงควรมีการวิจัยแบบติดตามผล (Longitudinal Study) เช่นเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตก่อน – ระหว่าง – หลังปลดประจำการติดตามผลหลังกลับไปใช้ชีวิตในสังคมเพื่อให้เห็นพัฒนาการด้านคุณภาพชีวิตอย่างครบถ้วน

## เอกสารอ้างอิง

ดารุณี จงอุดมการณ์, และคณะ. (2551) การพัฒนาแบบชีวิตคุณภาพชีวิตและความอยู่ดีมีสุข สำหรับองค์กร

ปกครองส่วนท้องถิ่น. คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น:ขอนแก่น.

ยุพา อุดมศักดิ์. (2516). แนวคิดหลักการและวิธีการทางประชากรศึกษา. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยมหิดล.

วิไลลักษณ์ ตั้งเจริญ. (2540). วิทยาศาสตร์พัฒนาชีวิต.กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์พิทยวิสุทธิ์.

วารสาร พยาบาลศาสตร์และสุขภาพ. วารสารออนไลน์ 29(2): 26-36.

ศิริ ฮามสุโพธิ์. (2543). ประชากรกับการพัฒนาคุณภาพชีวิต. กรุงเทพมหานคร.โอ.เอส.พรินติ้ง.

สุวัฒน์ มหัตนรินทร์กุล และคนอื่นๆ. (2541). เปรียบเทียบแบบวัดคุณภาพชีวิตขององค์กร อนามัยโลก

- ชุด 100 ตัวชี้วัด และ 26 ตัวชี้วัด. วารสารกรมสุขภาพจิต, 5 (3): 4-15.
- สุรัชย์ พงษ์ประเสริฐ. (2563). คุณภาพชีวิตการทำงานของกำลังพลทหารกับประสิทธิภาพการปฏิบัติการกิจ. วารสารรัฐประศาสนศาสตร์, 18(2), 45-62.
- สมใจ ฉัตรชัย. (2543). คุณภาพชีวิต. กรุงเทพฯ : ธรรมสาร. ไม่ปรากฏเลขหน้า
- สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. (2561). ยุทธศาสตร์ชาติ พ.ศ. 2561-2580. กรุงเทพฯ: สำนักนายกรัฐมนตรี.
- องค์การอนามัยโลก. (1997). WHOQOL: Measuring quality of life. World Health Organization.
- Cantril, H. (1963). A study of aspiration. Scientific American, 208,. 41-45. Cohen, S. & Will, T.A. (1985).
- Ferrell, et al. (1995). Quality of life in long-term cancer survivors. Oncology Nursing. Forum. 22(6) :915-922.
- Orem, O. E. (1991). Nursing: concepts of practice (4th ed.). St.Louis : Mosby Year Book.
- Krejcie, R. V., & Morgan, D. W. (1970). "Determining sample size for research activities". Educational and Psychological Measurement, (30): 607-610.
- UNESCO. (1980). Evaluating the Quality of life in Belgium. Social Indicators Research 8, 312.