

**อิทธิพลของการปรับตัวจากผลกระทบโควิด-19
ที่ส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตของแรงงานนอกระบบ
ในเขตอำเภอเมือง จังหวัดสงขลา ***

**The influence of adaptation from the impact of COVID-19
that affect the quality of life of informal workers in Muang
District, Songkhla Province**

รัตนกรณ์ ภูเจณจบ

Rattanakorn Poojanjob

คณะวิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา

Faculty of Management Science, Songkhla Rajabhat University

Email: rattanakorn.po@skru.ac.th

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา 1) การปรับตัวของแรงงานนอกระบบจากผลกระทบโควิด 19 ในเขตอำเภอเมืองสงขลา 2) คุณภาพชีวิตของแรงงานนอกระบบจากผลกระทบโควิด 19 ในเขตอำเภอเมืองสงขลา และ 3) การปรับตัวจากผลกระทบโควิด-19 ที่มีอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตของแรงงานนอกระบบ ในเขตอำเภอเมือง จังหวัดสงขลา ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษา คือ แรงงานนอกระบบในเขตอำเภอเมือง จังหวัดสงขลา จำนวน 600 คน เครื่องมือที่ใช้คือแบบสอบถาม ใช้สถิติพรรณนา ได้แก่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ใช้สถิติอนุมานวิเคราะห์การถดถอยเชิงเส้นพหุคูณ

* ได้รับบทความ: 27 มกราคม 2565; แก้ไขบทความ: 10 มีนาคม 2565; ตอรับตีพิมพ์: 15 มีนาคม 2565

Received: January 27, 2022; Revised: March 10, 2021; Accepted: March 15, 2021



ผลการศึกษาพบว่า ปัจจัยด้านการปรับตัวจากผลกระทบโควิด-19 ของแรงงานนอกระบบในเขตอำเภอเมือง จังหวัดสงขลา โดยรวมอยู่ในระดับมาก ส่วนปัจจัยด้านคุณภาพชีวิตของแรงงานนอกระบบในเขตอำเภอเมือง จังหวัดสงขลา โดยรวมอยู่ในระดับมาก และการวิเคราะห์การถดถอยเชิงเส้นพหุคูณ พบว่า การปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่ที่มีความสัมพันธ์และมีอิทธิพลเชิงบวกกับคุณภาพชีวิตของแรงงานนอกระบบมากที่สุด รองลงมาคือด้านร่างกาย ด้านการพึ่งพาระหว่างกัน และด้านอัตมโนทัศน์ ตามลำดับ ปัจจัยทั้ง 4 ด้านมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ผลที่ได้จากการศึกษาในครั้งนี้สามารถนำไปใช้เป็นแนวทางในการปรับตัวของแรงงานนอกระบบจากการเปลี่ยนแปลงของสถานการณ์โควิด-19 พร้อมทั้งส่งเสริมและสนับสนุนให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น

คำสำคัญ: การปรับตัว; โควิด-19; แรงงานนอกระบบ

Abstract

The purposes of this research were to study 1) the adjustment of informal workers. from the impact of COVID-19 in Mueang Songkhla District 2) quality of life of informal workers from the impacts of COVID-19 in Mueang Songkhla District and 3) the adaptation from the impacts of COVID-19 influencing the quality of life of informal workers in Muang District, Songkhla Province. The population and the sample group were 600 informal workers in Muang District, Songkhla Province by using questionnaire as instruments to collect data. Descriptive statistics such as percentage, mean & standard deviation and inferential statistics were analyzed multiple linear regression.

The results of the study found that factors in adapting from the impact of COVID-19 and quality of life factors of informal workers in Muang District, Songkhla Province overall, at a high level. According to the multiple linear regression analysis, it was found that role adaptation had the greatest relationship and positive influence on quality of life of informal workers following physical



adaptability and automation, respectively. All four factors were statistically significant at the 0.05 level. The results obtained from this study can be used as a guideline for the adjustment of informal workers from the changes in the COVID-19 situation as well as promoting and supporting a better quality of life.

Keywords: adaptation; COVID-19; informal workers

1. บทนำ

จากสถานการณ์การแพร่ระบาดทั่วของไวรัสโคโรนา ในปีพ.ศ. 2562–2563 ที่เกิดขึ้นทั่วโลก ซึ่งเกิดจากเชื้อไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่ 2019 ซึ่งเป็นไวรัสที่ก่อให้เกิดอาการป่วยตั้งแต่โรคไข้หวัดธรรมดาไปจนถึงโรคที่มีความรุนแรงมาก เช่น โรคระบบทางเดินหายใจ (MERS-CoV) และโรคระบบทางเดินหายใจเฉียบพลันรุนแรง (SARS-CoV) เป็นต้น ซึ่งเป็นสายพันธุ์ใหม่ที่ไม่เคยพบมาก่อนในมนุษย์ก่อให้เกิดอาการป่วยระบบทางเดินหายใจในคน และสามารถแพร่เชื้อจากคนสู่คนได้ โดยเชื้อไวรัสนี้พบครั้งแรกในการระบาดในเมืองอู่ฮั่น มณฑลหูเป่ย์ สาธารณรัฐประชาชนจีน ในช่วงปลายปี 2019 (กรมควบคุมโรค, 2563) องค์การอนามัยโลกได้ประกาศให้การระบาดนี้เป็นภาวะฉุกเฉินทางสาธารณสุขระหว่างประเทศ ทำให้หลาย ๆ ประเทศได้ออกมาตรการเพื่อลดความเสี่ยงของการติดเชื้อหลายมาตรการ เช่น การจำกัดการท่องเที่ยว การห้ามออกจากเคหสถานเวลาค่ำคืน การยกเลิกการจัดงาน การปิดสถานศึกษา การคัดกรองตามท่าอากาศยานและสถานีรถไฟ เป็นต้น เช่นเดียวกับประเทศไทยที่ได้รับผลกระทบจากสถานการณ์การแพร่ระบาดของโควิด-19 ที่รุนแรงทำให้รัฐบาลได้ออกมาตรการในการลดการแพร่ระบาดของประชาชนส่งผลทำให้มาตรการบางอย่างทำให้มีผลกระทบต่อสังคมในด้านต่าง ๆ เช่น ด้านการศึกษา ด้านสาธารณสุข ด้านการดำเนินชีวิตประจำวัน เป็นต้น นอกจากนี้ยังมีผลกระทบที่เห็นได้อย่างชัดเจน คือ ผลกระทบทางด้านเศรษฐกิจ ทำให้เกิดภาวะถดถอย ทางด้านเศรษฐกิจ ส่งผลกระทบต่อตลาดแรงงานหรือการจ้างงาน ทำให้มีการจ้างงานที่ลดลง การว่างงานเพิ่มขึ้น และค่าจ้างของแรงงานลดลง ซึ่งแรงงานกลุ่มที่ได้รับผลกระทบมากที่สุด คือ แรงงานนอกระบบ เช่นเดียวกันกับการศึกษาในด้านสถานการณ์แรงงาน ขององค์การแรงงานระหว่างประเทศ (International Labour Organization, 2020 อ้างถึงใน นิภาพรณ เจนสันติกุล, 2563) พบว่า แรงงานนอกระบบจะมีรายได้ต่ำกว่ารายได้



เฉลี่ยของคนอื่น ๆ ในประเทศมากกว่าครึ่งหนึ่งซึ่งเพิ่มขึ้น 21% จากแรงงานนอกระบบทั้งหมดในปัจจุบัน สืบเนื่องจากการสูญเสียงานหรือรายได้จากการทำงาน นอกจากนี้ผลการศึกษาของ (เดอะสแตนดาร์ดทิม, 2562) ชี้ว่าแรงงานนอกระบบจะขาดความมั่นคงทางรายได้ และการไม่ได้รับประโยชน์จากมาตรการคุ้มครองทางสังคม ทำให้แรงงานนอกระบบได้รับผลกระทบหนักที่สุด จากที่ได้กล่าวมาข้างต้นพอจะสรุปได้ว่า แรงงานนอกระบบเป็นกลุ่มที่ได้รับผลกระทบจากความไม่แน่นอนของสถานการณ์โควิด-19 ซึ่งกลุ่มคนเหล่านี้จำเป็นที่จะต้องมีการเรียนรู้และปรับตัวเพื่อพร้อมรับกับสถานการณ์ต่าง ๆ ที่อาจจะเกิดขึ้นอีกในอนาคตข้างหน้า เช่นเดียวกับแรงงานนอกระบบในเขตอำเภอเมือง จังหวัดสงขลา ซึ่งเป็นกลุ่มแรงงานที่มีการกระจายอยู่ในหลายอาชีพ เช่น ภาคเกษตรกรรม การขายส่ง การขายปลีก ที่พักแรมและด้านอาหาร และการผลิต เป็นต้น (สำนักงานแรงงานจังหวัดสงขลา, 2564) จากการแพร่ระบาดของโควิด-19 ส่งผลให้เกิดปัญหาทางด้านรายได้ที่ไม่เพียงพอต่อการดำรงชีวิตของตนเองและครอบครัว หรือแม้กระทั่งการประกอบอาชีพภายใต้ความเสี่ยง

แม้ว่าแรงงานนอกระบบจะต้องมีการปรับตัวจากผลกระทบที่เกิดขึ้น ก็ยังคาดหวังถึงการมีคุณภาพชีวิตที่ดี เพราะ คุณภาพชีวิตที่ดีเป็นเรื่องของความรู้สึกในการอยู่อย่างพอใจ ต่อองค์ประกอบต่าง ๆ ของชีวิตที่มีส่วนสำคัญมากที่สุดของบุคคล (United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization: UNESCO) หรือ ยูเนสโก (UNESCO, 1981) การที่มนุษย์รู้สึกถึงความเป็นอยู่อย่างพอนั้นเป็นการบ่งชี้ถึงความสุข ความสบายใจในการดำเนินชีวิต ซึ่งคุณภาพชีวิตยังหมายถึงความสามารถในการปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อม สังคม และการเผชิญหน้ากับปัญหาที่อาจจะเกิดขึ้น เพื่อที่จะนำพาความสุขมายังตนเอง ครอบครัวและสังคมต่อไป ผลกระทบของสถานการณ์โควิด-19 ส่งผลให้มนุษย์ต้องมีการปรับตัวเพื่อความอยู่รอด รวมไปถึงการสร้างความมั่นคงให้เกิดขึ้นกับชีวิตของตนเอง นำไปสู่คุณภาพชีวิตที่ดีภายใต้สภาพแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงไป และพยายามทำให้สภาพความเป็นอยู่ของตนเองและครอบครัวเป็นไปในทิศทางที่ดีขึ้น ไม่ว่าสถานการณ์จะมีความร้ายแรงและส่งผลกระทบต่อการดำเนินชีวิตมากเพียงใด

จากเหตุผลที่กล่าวมาแล้วข้างต้น ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาเรื่อง อิทธิพลของการปรับตัวจากผลกระทบโควิด-19 ที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของแรงงานนอกระบบ ในเขตอำเภอเมือง จังหวัดสงขลา ซึ่งผลของงานวิจัยสามารถนำไปใช้ประโยชน์ในการหามาตรการในการช่วยเหลือและเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของแรงงานนอกระบบให้ดีขึ้น เช่น ด้านประกันสังคม กองทุนต่าง ๆ การออกเงินกู้ดอกเบี้ยต่ำ เป็นต้น



2. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาการปรับตัวของแรงงานนอกระบบ จากผลกระทบโควิด 19 ในเขตอำเภอเมือง จังหวัดสงขลา
2. เพื่อศึกษาคุณภาพชีวิตของแรงงานนอกระบบ จากผลกระทบโควิด 19 ในเขตอำเภอเมือง จังหวัดสงขลา
3. เพื่อศึกษาการปรับตัวจากผลกระทบโควิด-19 ที่มีอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตของแรงงานนอกระบบ ในเขตอำเภอเมือง จังหวัดสงขลา

3. วิธีดำเนินการวิจัย

1. **ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง** การวิจัยครั้งนี้ ซึ่งเป็นการศึกษาอิทธิพลของการปรับตัวจากผลกระทบโควิด-19 ที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของแรงงานนอกระบบ ในเขตอำเภอเมือง จังหวัดสงขลา มีจำนวนประชากรที่ไม่แน่นอน โดยใช้สูตรไม่ทราบขนาดตัวอย่างของ Cochran จึงมีการกำหนดกลุ่มตัวอย่างจำนวน 400 คน ที่ระดับความเชื่อมั่นร้อยละ 95 หรือความคลาดเคลื่อนร้อยละ 5 (กัลยา วาณิชย์บัญชา และ จูฑา วาณิชย์บัญชา, 2561) เพื่อป้องกันความผิดพลาดของข้อมูลจากความไม่สมบูรณ์ในการตอบแบบสอบถามและเพื่อให้ผลการวิเคราะห์มีความน่าเชื่อถือมากขึ้น ผู้วิจัยจึงได้ดำเนินการเก็บแบบสอบถามทั้งหมด 600 คน โดยใช้วิธีการเลือกกลุ่มตัวอย่าง แบบตามสะดวก (Convenience Sampling) สำหรับการทดสอบความไม่มีอคติ (Non-response Bias test) ตามแนวคิดของ Armstrong & Overton (1977) โดยการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยความแตกต่างระหว่าง 2 กลุ่ม (t-test) ซึ่งเป็นการเปรียบเทียบความคิดเห็นของกลุ่มแรกและกลุ่มหลัง โดยใช้ข้อมูลการเปรียบเทียบ ได้แก่ อายุ สถานภาพ กลุ่มอาชีพของแรงงานนอกระบบ และรายได้เฉลี่ยต่อเดือนของกลุ่มตัวอย่าง ผลของการทดสอบ พบว่า ความคิดเห็นของทั้งสองกลุ่มไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ดังนั้นการวิจัยนี้จึงสันนิษฐานได้ว่าไม่มีอคติจากกลุ่มคนที่ไม่ได้ตอบแบบสอบถาม

2. **เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูล** การวิจัยครั้งนี้ใช้แบบสอบถามเป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล โดยผู้วิจัยได้ทำการศึกษาค้นคว้าจากเอกสาร ตำรา และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง มีทั้งหมด 3 ส่วน ดังนี้ ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม เป็นแบบตรวจสอบรายการ (Check List) จำนวน 6 ข้อ ประกอบด้วย 1) เพศ 2) อายุ 3) ระดับการศึกษา



4) สถานภาพ 5) อาชีพ และ 6) รายได้เฉลี่ยต่อเดือน ส่วนที่ 2 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับปัจจัยด้านการปรับตัว เป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) กำหนดตามวิธี (Likert Scale) แบ่งระดับการวัดเป็น 5 ระดับ จำนวน 17 ข้อ โดยประยุกต์มาจากทฤษฎีของ Roy & Andrews (2009) และส่วนที่ 3 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับปัจจัยด้านคุณภาพชีวิต เป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) กำหนดตามวิธี (Likert Scale) แบ่งระดับการวัดเป็น 5 ระดับ จำนวน 26 ข้อ โดยประยุกต์มาจาก World Health Organization (1996)

3. การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ ผู้วิจัยได้นำแบบสอบถามตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหาด้วยค่าดัชนีความสอดคล้องของคำถามที่ผ่านการตรวจสอบและแก้ไขตามคำแนะนำจากผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 3 ท่าน ซึ่งมีค่า (Index of Consistency : IOC) ทุกข้อคำถามมีค่า IOC 0.67-1.00 มีค่าอำนาจจำแนกอยู่ระหว่าง 0.407-0.886 และหาค่าความเชื่อมั่น ด้วยวิธีการหาค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบ์ (Cronbach's alpha Coefficient) ซึ่งการปรับตัวมีค่าอยู่ระหว่าง 0.713 – 0.813 และด้านคุณภาพชีวิต มีค่า 0.923 มากกว่า 0.70 แสดงได้ว่าแบบสอบถามมีความเชื่อมั่น สามารถนำแบบสอบถามไปใช้เก็บข้อมูลกับกลุ่มตัวอย่างจริงได้ (Hair, Black, Babin, & Anderson, 2018)

การพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่างและจริยธรรมการวิจัย ได้รับการรับรองจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์เลขที่ P0036S/2564 เมื่อวันที่ 15 ตุลาคม 2564 จากคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัย มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา ก่อนดำเนินการวิจัย ผู้วิจัยได้ดำเนินการตามขั้นตอนของการวิจัยได้ทำการพิทักษ์สิทธิของผู้กลุ่มตัวอย่าง โดยชี้แจงวัตถุประสงค์และขั้นตอนของการทำวิจัย การเข้าร่วมการวิจัยครั้งนี้เป็นไปด้วยความสมัครใจจะให้กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ตัดสินใจด้วยตนเอง และข้อมูลที่ได้จากกลุ่มตัวอย่างจะถือเป็นความลับและในการรวบรวมข้อมูล

4. การเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยได้ทำการเก็บรวบรวมข้อมูลโดยการแจกแบบสอบถามให้กับแรงงานนอกระบบในเขตอำเภอเมือง จังหวัดสงขลา โดยใช้วิธีการเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบตามสะดวก (Convenience Sampling) ซึ่งจะใช้เวลาในการเก็บแบบสอบถาม จำนวน 1 เดือน แบบสอบถามกลับมาและข้อมูลมีความสมบูรณ์ จำนวน 600 ชุด คิดเป็นร้อยละ 100 จากนั้นจึงนำมาวิเคราะห์ข้อมูล



5. การวิเคราะห์ข้อมูล ในการวิจัยครั้งนี้จากกลุ่มตัวอย่างและตัวแปรที่ทำการศึกษาได้แก่

5.1 สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Statistics) คือ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน เพื่อวิเคราะห์ความคิดเห็นเกี่ยวกับ ปัจจัยด้านการปรับตัว และปัจจัยด้านคุณภาพชีวิต ของแรงงานนอกระบบในเขตอำเภอเมือง จังหวัดสงขลา สำหรับการแปลผลจากค่าเฉลี่ย ผู้วิจัยใช้เกณฑ์ ดังนี้ (บุญชม ศรีสะอาด, 2556)

ค่าเฉลี่ย 1.00-1.50	หมายถึง	มีความคิดเห็นอยู่ในระดับน้อยที่สุด
ค่าเฉลี่ย 1.51-2.50	หมายถึง	มีความคิดเห็นอยู่ในระดับน้อย
ค่าเฉลี่ย 2.51-3.50	หมายถึง	มีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง
ค่าเฉลี่ย 3.51-4.50	หมายถึง	มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมาก
ค่าเฉลี่ย 4.51-5.00	หมายถึง	มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมากที่สุด

5.2 สถิติเชิงอนุมาน (Inferential Statistic) เพื่อทดสอบสมมติฐานการวิจัย ด้วยเทคนิคการวิเคราะห์การถดถอยเชิงเส้นแบบพหุคูณ ในการทดสอบสมมติฐานที่ 1 ถึง 4 โดยเขียนตัวแบบสมการถดถอยเชิงพหุคูณได้ดังนี้

$$QUL = \beta_0 + \beta_1 JHE + \beta_2 JCO + \beta_3 JRU + \beta_4 JSO +$$

กำหนดให้

β	หมายถึง	ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอย
ε	หมายถึง	ค่าความคลาดเคลื่อน
a	หมายถึง	ค่าคงที่ของสมการพยากรณ์ในรูปแบบคะแนนดิบ
JHE	หมายถึง	การปรับตัวด้านร่างกาย
JCO	หมายถึง	การปรับตัวด้านอัตมโนทัศน์
JRU	หมายถึง	การปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่
JSO	หมายถึง	การปรับตัวด้านการพึ่งพาระหว่างกัน
QUL	หมายถึง	คุณภาพชีวิต



4. สรุปผลการวิจัย

1. ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง จำนวน 382 คน คิดเป็นร้อยละ 63.7 เพศชาย จำนวน 218 คน คิดเป็นร้อยละ 36.3 มีอายุอยู่ในช่วง 30-45 ปี มากที่สุด จำนวน 278 คน คิดเป็นร้อยละ 46.3 โดยมีการศึกษาระดับ ปวช./มัธยมศึกษา มากที่สุด จำนวน 180 คน คิดเป็นร้อยละ 30.0 ส่วนสถานภาพของผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่มีสถานภาพสมรส จำนวน 322 คน คิดเป็นร้อยละ 53.7 โดยมีรายได้เฉลี่ยต่อเดือน 9,001-12,000 บาท จำนวน 152 คน คิดเป็นร้อยละ 25.3

ตารางที่ 1 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานความคิดเห็นเกี่ยวกับปัจจัยด้านการปรับตัวจากผลกระทบโควิด-19 โดยรวมของแรงงานนอกระบบในเขตอำเภอเมือง จังหวัดสงขลา

ปัจจัยด้านการปรับตัวจาก ผลกระทบโควิด-19	ระดับความคิดเห็น			
	$\bar{x}$	S.D.	แปลผล	อันดับ
1. การปรับตัวด้านร่างกาย	3.85	0.422	มาก	3
2. การปรับตัวด้านอัตมโนทัศน์	4.01	0.377	มาก	1
3. การปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่	3.64	0.451	มาก	4
4. การปรับตัวด้านการพึ่งพาระหว่างกัน	3.91	0.414	มาก	2
โดยรวม	3.85	0.42	มาก	

ผลการวิเคราะห์ปัจจัยด้านการปรับตัวจากผลกระทบโควิด-19 ของแรงงานนอกระบบในเขตอำเภอเมือง จังหวัดสงขลา โดยรวมอยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ย 3.85 เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า การปรับตัวด้านอัตมโนทัศน์ มีค่าเฉลี่ยสูงสุด 4.01 รองลงมา ได้แก่ การปรับตัวด้านการพึ่งพาระหว่างกันค่าเฉลี่ย 3.91 การปรับตัวด้านร่างกาย มีค่าเฉลี่ย 3.85 และการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่ มีค่าเฉลี่ย 3.64 ตามลำดับ



ตารางที่ 2 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานความคิดเห็นเกี่ยวกับปัจจัยด้านคุณภาพชีวิตโดยรวมของแรงงานนอกระบบในเขตอำเภอเมือง จังหวัดสงขลา

ปัจจัยด้านคุณภาพชีวิต	ระดับความคิดเห็น		
	$\bar{x}$	S.D.	แปลผล
โดยรวม	3.81	0.356	มาก

ผลการวิเคราะห์ปัจจัยด้านคุณภาพชีวิตของแรงงานนอกระบบในเขตอำเภอเมือง จังหวัดสงขลา โดยรวมอยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ย 3.81

ตารางที่ 3 แสดงค่าสหสัมพันธ์ ระหว่างปัจจัยด้านการปรับตัวจากผลกระทบโควิด-19 ที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิต

ตัวแปร	QUL	JHE	JCO	JRU	JSO	VIFs
$\bar{x}$	3.81	3.85	4.01	3.64	3.91	
S.D.	0.356	0.422	0.377	0.451	0.414	
QUL	-	0.654*	0.551*	0.753*	0.633*	
JHE		-	0.305*	0.493*	0.327*	1.347
JCO			-	0.476*	0.348*	1.332
JRU				-	0.478*	1.732
JSO					-	1.344

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

การวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านร่างกาย ด้านอัตมโนทัศน์ ด้านบทบาทหน้าที่ และด้านการพึ่งพาระหว่างกันกับคุณภาพชีวิตของแรงงานนอกระบบในเขตอำเภอเมือง จังหวัดสงขลา พบว่า ตัวแปรอิสระแต่ละด้านมีความสัมพันธ์กับตัวแปรตามอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ซึ่งมีค่าอยู่ระหว่าง 0.305 – 0.753 ตัวแปรทุกตัวมีค่าต่ำกว่า



0.80 สอดคล้องกับ Hair, Black, Babin, & Anderson (2018) ซึ่งให้เห็นว่าตัวแปรทุกตัวไม่มีความสัมพันธ์กัน ผู้วิจัยทำการทดสอบ Multicollinearity โดยใช้ค่า VIFs พบว่ามีค่าตั้งแต่ 1.332-1.732 ซึ่งค่าน้อยกว่า 10 จึงถือได้ว่าตัวแปรที่ใช้ในการทดสอบมีความเป็นอิสระต่อกัน ไม่ก่อให้เกิดปัญหา Multicollinearity การวิเคราะห์ความถดถอยแบบพหุคูณ (Hair, Black, Babin, & Anderson, 2018)

เมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระด้านการปรับตัว จากอิทธิพล โควิด-19 ในแต่ละด้าน พบว่า มีค่าความสัมพันธ์กับตัวแปรตาม ด้านคุณภาพชีวิต อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อยู่ระหว่าง 0.551-0.753 จากนั้นผู้วิจัยได้ทำการวิเคราะห์การถดถอยแบบพหุคูณและสร้างสมการพยากรณ์ คุณภาพชีวิตโดยรวม (QUL) ได้ดังนี้ $QUL = 0.45 + 0.272JHE + 0.166JCO + 0.296JRU + 0.248JSO + \varepsilon$

ตารางที่ 4 การทดสอบความสัมพันธ์ของสัมประสิทธิ์การถดถอยกับการปรับตัวจากผลกระทบ โควิด-19 โดยรวมของแรงงานนอกระบบในเขตอำเภอเมือง จังหวัดสงขลา

การปรับตัว	คุณภาพชีวิต			t	p-value
	สัมประสิทธิ์	ความคลาดเคลื่อน	สัมประสิทธิ์		
	การถดถอย	มาตรฐาน	มาตรฐาน		
ค่าคงที่ (a)	0.045	0.093		0.486	0.627
ด้านร่างกาย (JHE)	0.272	0.019	0.322	14.139	0.000*
ด้านอัตมโนทัศน์ (JCO)	0.166	0.021	0.175	7.738	0.000*
ด้านบทบาทหน้าที่ (JRU)	0.296	0.021	0.373	14.3438	0.000*
ด้านการพึ่งพาระหว่างกัน (JSO)	0.248	0.020	0.288	12.637	0.000*
F = 499.367, p = 0.000, AdjR ² = 0.769					

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05



ผลการทดสอบความสัมพันธ์ของสัมประสิทธิ์การถดถอย พบว่า ตัวแปรอิสระสามารถทำนายตัวแปรตามคุณภาพชีวิตของแรงงานนอกระบบในเขตอำเภอเมือง จังหวัดสงขลา ได้ร้อยละ 76.90 โดยพบว่า การปรับตัวด้านร่างกาย ด้านอัตมโนทัศน์ ด้านบทบาทหน้าที่ และการพึ่งพาหาระหว่างกัน มีความสัมพันธ์และมีอิทธิพลเชิงบวกกับคุณภาพชีวิตโดยรวม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 จึงยอมรับสมมติฐานที่ 1-4 สมมติฐาน

5. อภิปรายผลการวิจัย

การวิจัยเรื่อง อิทธิพลของการปรับตัวจากผลกระทบโควิด-19 ที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของแรงงานนอกระบบ ในเขตอำเภอเมือง จังหวัดสงขลา จากการศึกษาวิจัยครั้งนี้สามารถอภิปรายผลตามวัตถุประสงค์ ดังนี้

1. ปัจจัยด้านการปรับตัวจากผลกระทบโควิด-19 ของแรงงานนอกระบบในเขตอำเภอเมือง จังหวัดสงขลา โดยรวมอยู่ในระดับมาก แม้ว่าสถานการณ์โควิด-19 จะระบาดรุนแรงและมีความต่อเนื่อง ถือเป็นความท้าทายที่แรงงานนอกระบบต้องเจอแต่ก็ต้องมีการเรียนรู้และปรับตัวให้เข้ากับสถานการณ์ที่เกิดขึ้นได้ทั้งนี้เพื่อความอยู่รอดของตนเองและครอบครัวต่อไปซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ Cheng , Wang, & Ebrahimi (2021) พบว่า ผลการวิจัยชี้ให้เห็นความยืดหยุ่นในการปรับตัวให้เข้ากับ "ความปกติใหม่" ท่ามกลางการระบาดของโควิด-19 จะช่วยให้มีชีวิตที่ดีขึ้น นอกจากนี้สอดคล้องกับงานวิจัยของ (Branje & Morris, 2021) พบว่า การปรับตัวในช่วงการระบาดใหญ่ของโควิด-19 แต่หากมีบุคคล ครอบครัว และชุมชนที่ให้ความยืดหยุ่นและช่วยให้การทำงานได้ดีต่อไปแม้ว่าจะพบกับสถานการณ์ที่เลวร้าย เช่นเดียวกับ นิลญา อารณกุล และ ศิริลักษณ์ ศุภพิตร (2561) และ เอกพิชญ์ ชินะขำ (2564) ได้กล่าวว่า บุคคลต้องมีความสามารถที่จะปรับพฤติกรรมให้เข้ากับสังคม สิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงไปหรือพยายามปรับสภาพปัญหาที่เกิดขึ้นให้เหมาะสมกับสภาพแวดล้อมที่ตนสามารถอยู่ในสังคมได้อย่างปกติ

2. ปัจจัยด้านคุณภาพชีวิตของแรงงานนอกระบบในเขตอำเภอเมือง จังหวัดสงขลา โดยรวมอยู่ในระดับมาก จากโควิด-19 ที่เกิดขึ้นจะส่งผลกระทบในหลายๆ เช่น ทางด้าน เศรษฐกิจ ด้านสังคม เป็นต้น แสดงให้เห็นว่าแรงงานนอกระบบในเขตอำเภอเมือง จังหวัดสงขลา เนื่องด้วยว่าแรงงานนอกระบบอาจจะมีการปรับตัวให้เข้ากับสถานการณ์ที่มันเกิดขึ้นในทุกด้าน



ไม่ว่าจะเป็นทางด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านสังคม หรือแม้กระทั่งสิ่งแวดล้อมที่อยู่รอบตัวของแรงงานนอกระบบ เช่น ความพึงพอใจในตัวเอง ความพึงพอใจในการผูกมิตรหรือการเข้ากับบุคคลอื่น และการได้รับการช่วยเหลือจากเพื่อนและคนรอบข้างด้วยดีเสมอมา เป็นต้น เพื่อสร้างความสมดุลให้เกิดขึ้นในชีวิตนำไปสู่ความสุขต่อไป ซึ่งสอดคล้องกับแนวความคิดของ World Health Organization (1996) ได้กล่าวว่า คุณภาพชีวิต เป็นการรับรู้ ความพึงพอใจ และสถานะของบุคคลในการดำรงชีวิตในสังคม โดยจะสัมพันธ์กับเป้าหมาย และความคาดหวังของตนเอง ภายใต้บริบทของวัฒนธรรม ค่านิยม มาตรฐานของสังคม นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับการศึกษาวิจัยของ Ping et al. (2020) พบว่า คนที่ได้รับผลกระทบจากโควิด-19 ซึ่งส่วนใหญ่จะให้ความเห็นว่าได้รับผลกระทบทางด้านคุณภาพชีวิตในหลาย ๆ ด้าน เช่น กิจกรรมทางสังคม กิจกรรมประจำวัน การนอนหลับ การควบคุมอาหาร และการออกกำลังกาย เป็นต้น

3. ปัจจัยการปรับตัวจากผลกระทบโควิด-19 ที่มีอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตของแรงงานนอกระบบ ในเขตอำเภอเมือง จังหวัดสงขลา พบว่า การปรับตัวด้านร่างกาย ด้านอัตมโนทัศน์ ด้านบทบาทหน้าที่ และด้านการพึ่งพาพึ่งกัน มีความสัมพันธ์และอิทธิพลเชิงบวกกับคุณภาพชีวิตโดยรวม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 เนื่องจากแรงงานนอกระบบในเขตอำเภอเมือง จังหวัดสงขลา ส่วนใหญ่เป็นการประกอบอาชีพเกี่ยวกับ การเกษตรกรรม ขับรถโดยสาร ธุรกิจส่วนตัว รับจ้าง ค่าขาย ซึ่งการประกอบอาชีพจำเป็นต้องเผชิญกับผู้คนและถือเป็นกลุ่มที่มีความเปราะบาง ภายใต้สถานการณ์โควิด-19 ที่แพร่ระบาด ต้องเผชิญกับสถานการณ์ที่ส่งผลกระทบต่อรายได้ที่ลดลงอย่างมากและรวดเร็ว แรงงานนอกระบบสามารถรับรู้ เข้าใจ ยอมรับ และปรับตัวต่อสถานการณ์โควิด-19 ที่เกิดขึ้นในชีวิต เพื่อให้สามารถดำรงชีพออยู่รอดท่ามกลางความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นได้

นอกจากนี้ แรงงานนอกระบบยังได้รับการช่วยเหลือจากภาครัฐ และหน่วยงานต่าง ๆ ในการให้ความรู้เกี่ยวกับการป้องกันโควิด-19 และสิ่งของเพื่อบรรเทาความเดือดร้อนที่อาจจะเกิดขึ้นจากสถานการณ์โควิด-19 ทำให้สามารถปรับตัวต่อสถานการณ์ดังกล่าวได้ดียิ่งขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ เสาร์วัลักษณ์ โคตรมิตร และ สุวรี ฤกษ์จารี (2559) และงานวิจัยของอิทธิพล ดวงจินดา, ขวนพิศ ศิริไพบูลย์, และ ศรีสุรางค์ เคชนะนาค (2564) พบว่า การรับรู้ในการปรับตัวทางด้านร่างกาย มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับคุณภาพชีวิต หากแรงงานนอกระบบมีร่างกายที่สมบูรณ์แข็งแรง และมีพฤติกรรมการป้องกันโรคโควิด-19 เช่น การใส่หน้ากากอนามัย การดำเนินชีวิตแบบวิถีชีวิตใหม่ (New Normal) เมื่อแรงงานนอกระบบมีสุขภาพร่างกาย



ที่แข็งแรง ก็จะช่วยลดความวิตกกังวลและความเครียดที่เกิดจากความเจ็บป่วย นำไปสู่การมีสุขภาพจิตที่ดี (อัทมโนทัศน์) สอดคล้องกับงานวิจัยของของ Candeias, Galindo, Stueck, Portelada, & Knietzsch (2021) และงานวิจัยของ ัญญาณี บุญทองคำ, พระครูปลัดสุวัฒนพุทธคุณ, และ สุเทพ ดีเยี่ยม (2563) กล่าวว่า การปรับตัวด้านอัทมโนทัศน์ด้วยการคิดบวก มองโลกในแง่ดี ทศนคติที่ดีต่อสังคมจะลดการวิตกกังวลหรือความระแวงจากสิ่งรอบข้างทำให้คุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น

ด้านการปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่ยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ วรณิภา สูงสุมาลย์ และ พิมพชนก ไพรีพินาศ (2564) พบว่า การปรับตัวด้วยการเปลี่ยนบทบาทหน้าที่การทำงานของแรงงานนอกระบบของกลุ่มคนขับรถรับจ้าง อำเภอเสลภูมิ จังหวัดร้อยเอ็ด มีการปรับเปลี่ยนหน้าที่การทำงานจากการขับรถรับจ้าง เป็นการสานตะกร้า การสานกระบุง ในช่วงวิกฤติดังกล่าวเพื่อให้เกิดการหมุนเวียนของรายได้จากช่วงที่ไม่สามารถปฏิบัติหน้าที่เดิมได้เพื่อให้คุณภาพชีวิตดีขึ้นในช่วงสถานการณ์โควิด-19 และถึงแม้ว่าแรงงานนอกระบบจะได้รับผลกระทบจากการแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 แต่ยังได้รับการสนับสนุน การช่วยเหลือจากหน่วยงานทั้งภาครัฐบาลและภาคเอกชน จนถึงความร่วมมือจากภาคส่วนราชการในการเยียวยา และบรรเทาความเดือดร้อนด้วยมาตรการต่าง ๆ เช่น การจ่ายเงินเยียวยาช่วยเหลือในการการดำเนินชีวิตผ่านโครงการต่าง ๆ หรือจากการมีส่วนร่วมของภาคประชาชนผ่านโครงการ ตู้ปันสุข (นางลักษณ์ โดบันลือภพ, อีรารัตน์ บุญกณะ, บุศรินทร์ ผัดวัง, และ จิตตวีร์ เกียรติสุวรรณ, 2564) เมื่อได้รับการช่วยเหลือจากหลาย ๆ ภาคส่วนก็ทำให้แรงงานนอกระบบมีการปรับตัวด้านการพึ่งพาระหว่างกันนำไปสู่การมีคุณภาพชีวิตที่ดี และยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ อิทธิพล ดวงจินดา, ขวนพิศ ศิริไพบูลย์, และ ศรีสุรางค์ เคหะนาค (2564) พบว่า การพูดเชิงสร้างสรรค์ การให้กำลังใจ ของคนรอบข้างในช่วงสถานการณ์โควิด-19 ทำให้เกิดการรับรู้ถึงความสัมพันธ์อันดีที่เกิดขึ้นในสังคม ผลการวิจัยดังกล่าวสรุปได้ว่า แรงงานนอกระบบในเขตอำเภอเมืองจังหวัดสงขลา สามารถปรับตัวต่อสถานการณ์โควิด-19 ได้เป็นอย่างดีด้วยการปฏิบัติตามมาตรการป้องกันโควิด-19 ของภาครัฐอย่างเคร่งครัดเพื่อให้สามารถอยู่รอดต่อสถานการณ์ดังกล่าวได้นำไปสู่คุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น



6. องค์ความรู้จากการวิจัย

จากสถานการณ์โควิด-19 ที่เกิดขึ้นจะส่งผลกระทบในหลาย ๆ ด้าน เช่น ด้านเศรษฐกิจ ด้านสังคม เป็นต้น แต่มุมมองของแรงงานนอกระบบในเขตอำเภอเมือง จังหวัดสงขลา จากผลการวิจัยทำให้ทราบเรื่องการปรับตัวจากผลกระทบโควิด-19 และคุณภาพชีวิตของแรงงานนอกระบบในเขตอำเภอเมือง จังหวัดสงขลา โดยรวมอยู่ในระดับมาก แม้ว่าสถานการณ์ที่เกิดขึ้นจะมีการระบาดรุนแรงและมีความต่อเนื่อง ถือเป็นความท้าทายที่แรงงานนอกระบบต้องพบเจอ แต่ก็จำเป็นที่จะต้องมีการเรียนรู้และปรับตัวให้เข้ากับสถานการณ์ที่เกิดขึ้นได้ ทั้งนี้เพื่อความอยู่รอดของตนเองและครอบครัวต่อไป ส่วนการปรับตัวจากผลกระทบโควิด-19 ที่มีอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตของแรงงานนอกระบบ ในเขตอำเภอเมือง จังหวัดสงขลา พบว่า มีความสัมพันธ์และอิทธิพลเชิงบวกกับคุณภาพชีวิตโดยรวม ซึ่งเนื่องมาจากแรงงานนอกระบบในเขตอำเภอเมือง จังหวัดสงขลา ความสามารถในการปรับตัว รับรู้ เข้าใจ ยอมรับและจัดการกับสถานการณ์โควิด-19 ที่เกิดขึ้นในชีวิตได้ เพื่อที่จะทำให้สามารถ ดำรงชีวิตอยู่ท่ามกลางความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นได้ดี เป็นการทำให้เป้าหมายและความคาดหวังของตนเอง มีความสอดคล้องกับการรับรู้ ความพึงพอใจในการดำรงชีวิตในสังคม ภายใต้บริบทของวัฒนธรรม ค่านิยม มาตรฐานของสังคมที่มีการเปลี่ยนแปลงไป นอกจากนี้แรงงานนอกระบบยังได้รับการช่วยเหลือจากภาครัฐ และหน่วยงานต่าง ๆ ในการช่วยบรรเทาความเดือดร้อนที่อาจจะเกิดขึ้นจากสถานการณ์โควิด-19 ทำให้สามารถปรับตัวเพื่อนำไปสู่การสร้างความสุขได้เกิดขึ้นในชีวิต ส่งผลให้มีคุณภาพชีวิตที่ดี

7. ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

1.1 หน่วยงานของภาครัฐควรออกกฎหมายคุ้มครองเกี่ยวกับสภาพการทำงานหรือผลักดันให้แรงงานนอกระบบได้รับการคุ้มครอง เช่น ประกันสังคม กองทุนเงินทดแทน เป็นต้น และก่อนที่รัฐจะดำเนินดังกล่าวควรจะทำการศึกษาพูดคุยกับตัวแทนหรือทำประชาพิจารณ์เพื่อเป็นการสอบถามความต้องการของแรงงานนอกระบบจริง ๆ หากกฎหมายนั้นได้ผ่านความเห็นชอบแล้วก่อนจะนำมาใช้ก็ควรจะมีการให้ความรู้และประชาสัมพันธ์เพื่อให้ทุกคนรับทราบและทำความเข้าใจ ทั้งนี้การออกกฎหมายคุ้มครองสภาพการทำงานหรือหลักประกันสังคมก็ถือเป็นการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตที่ดีให้กับแรงงานนอกระบบด้วยเช่นกัน



1.2 หน่วยงานที่รับผิดชอบอาจจะต้องจัดให้มีการพัฒนาทักษะทางด้านเทคโนโลยี และนวัตกรรมให้กับกลุ่มแรงงานนอกระบบเพิ่มมากขึ้น เพื่อเป็นการเพิ่มศักยภาพให้กับแรงงาน นอกระบบนำไปสู่การพัฒนาทางด้านอาชีพ นำไปสู่การมีรายได้ที่เพิ่มขึ้นและมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น

2. ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

2.1 ควรศึกษาสภาพของคุณภาพชีวิตของแรงงานนอกระบบกับมิติอื่น ๆ ไม่ว่าจะเป็นทางด้านเศรษฐกิจ สังคม กฎหมาย หรือสิทธิต่าง ๆ ที่แรงงานนอกระบบควรจะได้รับ รวมทั้งที่ส่งผลกระทบต่อการใช้ชีวิตหรือการทำงานของแรงงานนอกระบบ เพื่อเป็นการสร้างความมั่นคง ให้เกิดขึ้นกับกลุ่มแรงงานนอกระบบ

2.2 ควรทำการศึกษาเกี่ยวกับการปรับตัวจากสถานการณ์โควิด-19 ของแรงงานนอกระบบโดยการเปรียบเทียบตามช่วงวัย (Generation) เพราะจากสถานการณ์โควิด-19 ที่เกิดขึ้น ทำให้โลกเกิดการเปลี่ยนแปลงมากมาย ไม่ว่าจะเป็นทางด้านเศรษฐกิจ สังคมและเทคโนโลยี ใหม่ ๆ ซึ่งการเรียนรู้ของคนแต่ละช่วงวัยจะมีความแตกต่างกัน

เอกสารอ้างอิง

- กรมควบคุมโรค. (2563). สถานการณ์โรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19) มาตรการสาธารณสุขและปัญหาอุปสรรคการป้องกันควบคุมโรคในผู้เดินทาง. สืบค้นจาก https://ddc.moph.go.th/uploads/files/201742021082002_5238.pdf
- กรมสุขภาพจิต. (2559). เครื่องมือชี้วัดคุณภาพชีวิตขององค์การอนามัยโลกชุดย่อ ฉบับภาษาไทย. สืบค้นจาก <https://www.dmh.go.th/test/whoqol/>
- กัลยา วาณิชยบัญชา, และ ฐิตา วาณิชยบัญชา. (2561). การใช้ SPSS for Windows ในการวิเคราะห์ข้อมูล (พิมพ์ครั้งที่ 31). กรุงเทพฯ: สามลดา.
- ณัฏยาณี บุญทองคำ, พระครูปลัดสุวัฒนพุทธิคุณ, และ สุเทพ ดีเยี่ยม. (2563). คุณภาพชีวิตที่ดีตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงภายใต้ภาวะโรคระบาด “โควิด-19”. วารสารการบริหารนิติบุคคลและนวัตกรรมท้องถิ่น, 6(4), 235-246.



เดอะสแตนดาร์ดทีเอ็ม. (2562). UN ชี้โควิด-19 กระทบแรงงานนอกระบบไทยมากที่สุด คาด
จำนวนแรงงานยากจนเพิ่มขึ้น. สืบค้นจาก [https://thestandard.co/un-say-](https://thestandard.co/un-say-coronavirus-effect-thai-informal-labor-the-most/)
[coronavirus-effect-thai-informal-labor-the-most/](https://thestandard.co/un-say-coronavirus-effect-thai-informal-labor-the-most/)

นงลักษณ์ ไต่บันลือภาพ, อีรารัตน์ บุญฤกษ์, บุศรินทร์ ผัดวัง, และ จิตติวีร์ เกียรติสุวรรณ.

(2564). การรับรู้ ทศนคติ และความรู้ต่อมาตรการการเว้นระยะห่างทางสังคมและผลต่อ
การปฏิบัติตัวตามมาตรการ สุขภาพจิตและคุณภาพชีวิตของประชาชน ในจังหวัดลำปาง
ในช่วงการระบาดของโรคโควิด-19. *วารสารวิชาการสุขภาพภาคเหนือ*, 8(1), 168-184.

นิภาพรรณ เจนสันติกุล. (2563). แรงงานในสถานการณ์การแพร่ระบาดของไวรัสโคโรนา

(COVID-19) : มาตรการของรัฐบาลและผลกระทบ. *วารสารสหวิทยาการมนุษยศาสตร์
และสังคมศาสตร์*, 3(3), 601-612.

นิลญา อาภรณ์กุล, และ ศิริลักษณ์ ศุภปิติพร. (2560). การปรับตัวและปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการ
ปรับตัวของนักศึกษาแพทย์ชั้นปีที่ 1. *จุฬาลงกรณ์เวชสาร*, 61(5), 631-645.

บุญชม ศรีสะอาด. (2556). *การวิจัยเบื้องต้น* (พิมพ์ครั้งที่ 9). กรุงเทพฯ: สุวีริยาสาส์น.

วรรณภา สูงสุมาลย์, และ พิมพ์ชนก ไพรีพินาศ. (2564). การปรับตัวของแรงงานนอกระบบ
ภายใต้วิกฤตทางสังคมจากการเกิดโรคระบาด ไวรัสโควิด 19 กรณีศึกษา กลุ่มคนขับรถ
รับจ้าง อำเภอเสลภูมิ จังหวัดร้อยเอ็ด. *Journal of Modern Learning
Development*, 6(6), 155-169.

สำนักงานแรงงานจังหวัดสงขลา. (2564). รายงานสถานการณ์แรงงานจังหวัดสงขลา รายปี
2564 (เดือนมกราคม-ธันวาคม 2564). สืบค้นจาก [https://songkhla.mol. go.th/](https://songkhla.mol.go.th/news/)
[news/](https://songkhla.mol.go.th/news/) รายงานสถานการณ์แรงงานจังหวัดสงขลา-รายปี-2564-เดือนมกราคม-ธันวาคม-
2564

เสาร์วลักษณ์ โคตรมิตร, และ สุวี ฤกษ์จารี. (2559). การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่าง
สนับสนุนทางสังคม การปรับตัว และคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ. *วารสารศึกษาศาสตร์
ฉบับบัณฑิตศึกษา มหาวิทยาลัยขอนแก่น*, 10(2), 165-170.

อิทธิพล ดวงจินดา, ขวนพิศ ศิริไพบูลย์, และ ศรีสุรางค์ เคหะนาค. (2564). การรับรู้
ความสามารถของการดูแลตนเองและพฤติกรรมการป้องกันโรคโควิด-19 กับคุณภาพ
ชีวิตผู้สูงอายุจังหวัดสุพรรณบุรี. *วารสารวิจัยสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น*,
14(4), 109-124.



เอกพิชญ์ ชินะข่าย. (2564). การดำรงชีวิตของผู้สูงวัยร่วมกับคนต่างวัยที่รองรับสังคมสูงวัยอย่างมีพลังในพื้นที่เทศบาลเมืองแม่โจ้ อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่. *วารสารวิทยาลัยบริหารศาสตร์*, 4(3), 1-17.

Armstrong, J. S., & Overton, T. S. (1977). Estimating nonresponse bias in mail surveys. *Journal of Marketing Research*, 14(3), 396-402.

Branje, J., & Morris, A. S. (2021). The Impact of the COVID-19 Pandemic on Adolescent Emotional, Social, and Academic Adjustment. *Journal of Research on Adolescence*, 31(3), 486-499.

Candeias, A., Galindo, E., Stueck M., Portelada, A., & Knietzsch, J. (2021). Psychological Adjustment, Quality of Life and Well-Being in a German and Portuguese Adult Population During COVID-19 Pandemics Crisis. Retrieved from <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2021.674660/full>

Cheng, C., Wang, H. Y., & Ebrahimi, O. (2021). Adjustment to a “New Normal:” Coping Flexibility and Mental Health Issues During the COVID-19 Pandemic. In Lai, J. C., Chang, K., Rochelle, T. L., Jiang, F., Yu, N. X., Lu, S., & Ng, S. (Eds.), *Resilience and Health in the Chinese People During the COVID-19 Outbreak*. (pp.127-136). Lausanne: Frontiers Media SA.

Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., Anderson, R. E., & Tatham, R. L. (2018). *Multivariate data analysis* (8th ed.). New Jersey: Pearson Prentice Hall.

Ping, W., Zheng, J., Niu, X., Guo, C., Zhang, J., Yang, H., & Shi, Y. (2020). Evaluation of health-related quality of life using EQ-5D in China during the COVID-19 pandemic. *PLOS ONE*, 15(6), 1-12.

Roy, S. C. & Andrews, H. (2009). *The Roy adaptation model* (3rd ed.). Upper Saddle River, NJ: Pearson.

UNESCO. (1981). *Quality of life. An Orientation of Population Education*. Bangkok: UNESCO.



World Health Organization. (1996). WHOQOL-BREF : introduction, administration, scoring and generic version of the assessment : field trial version, December 1996. Retrieved from <https://apps.who.int/iris/handle/10665/63529>